

KİŞİLİK KURAMLARI

Kişilik Bilimine Çağdaş Yaklaşımlar



Jeffrey J. MAGNAVITA



KİŞİLİK KURAMLARI

Kişilik Bilimine Çağdaş Yaklaşımlar

Jeffrey J. MAGNAVITA

Çeviri:

Psikoterapi Enstitüsü (Kolektif)

Model	Psikanalitik	Psikobiyolojik	Çağdaş Psikodinamik	Davranışsal	Bilişsel
Kuramcılar	Freud, Klein, Jung, Ferenczi, Fenichel, Reich, Horney, Deutsch	Pavlov, Depue, Cloninger, Siever, Grigsby ve Stevens	Winnicott, Kohut, Erickson, Hartmann ve Kemberg	Thomdike, Pavlov, Watson, Skinner, Hull, Dollard ve Miller	Miller, Ellis, Beck ve Linehan
Temel Bilimsel Yöntem	Tümdengelim	Tümevarım	Tümdengelim	Tümevarım	Tümevarım
Rychlak'ın Perspektifi	Soyut İdealist Öznel İçgözlemsel Biçimsel	Gözleme yakın Gerçekçi Nesnel Dışgözlemsel Biçimsel	Soyut İdealist Öznel İçgözlemsel Biçimsel	Gözleme yakın Gerçekçi Nesnel Dışgözlemsel Biçimsel	Gözleme yakın Gerçekçi Nesnel İçgözlemsel Biçimsel
Çağdaş Perspektif	Klinik kullanışlılık İnsan doğasını anlama Kendini anlama Karmaşık davranış Çapraz döllenme	Klinik kullanışlılık Yeni araştırmalar	Klinik kullanışlılık İnsan doğasını anlama Kendini anlama Karmaşık davranış Çapraz döllenme	Klinik kullanışlılık Pratik kullanışlılık Öngörme kabiliyeti	Klinik kullanışlılık Öngörme kabiliyeti Kendini anlama Araştırmaya yol açma Çapraz disiplinler döllenme
Temel Bileşen Alanlar	- Duygulanım - Bilişsel - Savunma	- Biyolojik - Duygulanım - Bilişsel - Davranışsal	- Duygulanım - Bilişsel - Kişilerarası - İlişkisel - Savunma	- Davranışsal - Nörobiyolojik	- Bilişsel - Davranışsal - Kişilerarası
Sınırlar	Deneysel desteği zayıf	Açıklama gücü sınırlı	Deneysel desteği zayıf	Kendi başına kapasitesi sınırlı	Kişiliğin bilinçli olmayan yönlerine odaklanma sınırlı
Güçlü Yanlar	Kapsamlı kuram	Gelecek potansiyeli mükemmel	Zengin kavramsal zemin	Deneysel tabanı iyi	Deneysel doğrulama iyi, pratik

Kişilerarası	Faktöriyel	İlişkisel-Sistemik	İlişkisel-Feminist	Bütüncül-Evrimci	Bütüncül-Sistemik
Sullivan, Leary ve Benjamin	Frances ve Widiger; Eysenck, Costa ve McCrae	Bowen, Ackerman ve Guerin	Rogers, Gilligan, Baker, Miller ve Jordan	Allport, Murray ve Millon	Wachtel ve Magnavita
Tümdengelim Tümevarım	Tümdengelim	Tümdengelim	Tümevarım	Tümdengelim Tümevarım	Tümdengelim
Soyut Gerçekçi/Idealist Nesnel/Öznel İç/Dışgözlemsel	Gözleme yakın Gerçekçi Nesnel Dışgözlemsel Biçimsel	Soyut Idealist Öznel İçgözlemsel Biçimsel	Soyut Idealist Öznel İçgözlemsel Biçimsel değil	Gözleme yakın Gerçekçi Nesnel Dışgözlemsel Biçimsel	Soyut Idealist Öznel Dışgözlemsel Biçimsel değil
Klinik kullanışlılık Kendini anlama Öngörme kabiliyeti	Pratik kullanışlılık Öngörme kabiliyeti Araştırmaya yol açabilme	Klinik kullanışlılık İnsan doğasını anlama Davranışı anlayabilme	Klinik kullanışlılık İnsan davranışını anlama Davranışı anlayabilme	Klinik kullanışlılık Pratik kullanışlılık İnsan doğasını anlama Karmaşık davranışı anlayabilme	Klinik kullanışlılık Karmaşık davranışı anlayabilme İnsan doğasını anlama
▪ Kişilerarası ▪ Bağlanma ▪ Savunma ▪ Bilişsel	▪ Davranışsal ▪ Nörobiyolojik	▪ İlişkisel ▪ Sistemler	▪ İlişkisel ▪ Kültürel	▪ Duygulanım ▪ Bilişsel ▪ Nörobiyolojik ▪ Savunma	▪ Duygulanım ▪ Bilişsel ▪ Kişilerarası ▪ Savunma ▪ Sistemik
Karmaşık terminoloji	Karmaşık meselelere uygulanması sınırlı	DeneySEL doğrulaması güç	Kadınlarla sınırlı ve deneySEL kanıttan yoksun	Pek çok bileşen sistem	Çok fazla bileşen yeterinde net tanımlanmamış ve kolay ölçülemiyor
DeneySEL ile derinlikli anlayış arasında dengeli	DeneySEL yaklaşım iyi, sonuçlar sağlam	Yeni ve değerli bir bakış açısı	Kültüre duyarlı taze bir bakış açısı	Kapsamı geniş ve derin	Birden çok düzeyi anlamayı sağlayan esneklik

Psikoterapi Enstitüsü Eğitim Yayınları: 218

Kişilik Kuramları
Jeffrey J. Magnavita

Özgün adı:
Theories of Personality
Contemporary Approaches to the Science of Personality

Copyright @ 2002 John Wiley & Sons, Inc. New York
Psikologların çizimleri Theodore Millon tarafından yapılmıştır.

ISBN 978-605-9137-37-9

Türkçe yayın hakları Psikoterapi Enstitüsü'ne aittir.

Birinci baskı: Aralık 2016

Editör: Tahir Özakkaş
Çeviri: S. Erdem Türközü, Mirel Benveniste, Menekşe Arık
Yayıma hazırlayan: Sevgi Akkoyun

Baskı: Acar Matbaacılık Prom. ve Yayın. San. ve Tic. Ltd. Şti.
Litros Yolu Fatih Sanayi Sitesi No:12/243 Zeytinburnu - İstanbul
Tel: 0212 613 40 41

PSIKOTERAPİ ENSTİTÜSÜ EĞİTİM ARAŞTIRMA SAĞLIK ORG. VE
DANIŞMANLIK LTD. ŞTİ.

Eğitim ve Kongre Merkezi: Fatih Sultan Mehmet Caddesi No:285
Darıca-KOCAELİ
Tel: 0262 653 6699

www.psikoterapi.com - www.psikoterapi.org - www.hipnoz.com

KİŞİLİK KURAMLARI

Kişilik Bilimine Çağdaş Yaklaşımlar

Jeffrey J. MAGNAVITA

Editör:

Uz. Dr. Tahir ÖZAKKAŞ

Çeviri:

Psikoterapi Enstitüsü (Kolektif)

SUNUŞ

Psikoterapi Enstitüsü olarak, öncelikle ruh sağlığı profesyonellerinin ya da ruh sağlığı ile ilgilenen kişilerin ihtiyaç duyacağı teorik bilgileri ve pratik/uygulamaya yönelik deneyimleri paylaşan özgün ve çeviri yayınlar ile literatüre katkıda bulunmayı hedefliyoruz. Psikoterapi Enstitüsü Eğitim Yayınları, Psikoterapi Enstitüsü'nün çalışmaları kapsamında gerçekleştirilen atölye çalışmaları, uluslararası konferanslar ve dünya literatüründen seçkileri içermektedir.

Kişilik çalışmaları son yirmi yıldır hızla gelişmektedir. Kişilik kuramı alanındaki önde gelen akademisyenlerden olan Jeffrey Magnavita, kişilik kuramının evrimine dair zengin ve dengeli bir metinle bizi eski Yunan modellerinden başlayıp 19. yüzyılda bilimsel psikoloji kurma çabalarına uzanan bir yolculuğa çıkarıyor. Psikobiyolojik, psikanalitik, davranışçı, bilişsel, kişilerarası, ilişkisel ve bütüncül kişilik modellerinin önemli tarihsel şahsiyetlerini, felsefi temellerini, değerlendirme araçlarını, güçlü ve zayıf yanlarını uygulama alanlarıyla birlikte ele alıyor.

Konuya ilgi duyan okuyucuların yanı sıra klinisyenler, psikoterapistler ve araştırmacılar için başvuru kitabı niteliği taşıyan bu yayını sizlerle buluşturmaktan kıvanç duyarız.

Tahir ÖZAKKAŞ
Psikoterapi Enstitüsü Başkanı

*Annie'ye ve kızlarımız
Elizabeth, Emily ve Caroline'e*

x

x

x

Önsöz

Kişilik yüzyıllardır dikkatimizi çekmiş olan bir çalışma alanıdır ama modern çağın “bilimsel” yaklaşımları on dokuzuncu yüzyılın sonu ve yirminci yüzyılın başına dek resme dahil olmamıştır. Yirminci yüzyılda, yüzyılın ortalarına dek konuya kayda değer ilgi gösterildi. Birçoğu bugün klasik olarak görülen bu eserler hakkında birçok şey yazıldı ve sayısız ders kitabı bu hızlı gelişimlere ayak uydurmak için ardı ardına yeni baskılar yaptı. Kişilik kuramına ve kavram olarak kişiliğe ilgi 1960’larda ivmesini büyük ölçüde yitirdi (alanın “Karanlık Çağı”). Yaklaşık yirmi yıllık sessizlikten sonra, alan 1980’lerde yeniden canlandı ve hızla büyüyüp genişlemeye devam ediyor. 1980’lerden yirmi birinci yüzyılın başına dek olan bu dönem, çağdaş kişilik kuramı evresi olarak düşünülür. Çalışma hayatımda kişilik alanının hızla daha fazla yer kaplar hale gelmesi beni bu metni yazmaya itmiştir. Bir yüzyılı boyunca, Psikoloji, genetik psikiyatri, evrimsel psikoloji, bilgisayar teknolojisi, istatistiksel yöntemler ve nöroloji bilimi alanlarında meydana gelen yüz yıllık -birçoğu yirminci yüzyılın son çeyreğinde- gelişmeler, çağdaş kişilik alanının ortaya çıkmasına katkıda bulundu. Duygulanım bilimi, ilişkisel bilim ve gelişimsel bilim gibi birçok daha yeni ve ilişkili disiplinler ve genel sistemler kuramı, kaos kuramı ve evrimsel kuram gibi diğer bilimsel modeller, kendimizi anlama arayışına ve filozofların boğuştuğu kadim soruların yanıtına yeni kavrayışlar sundu: Biz kimiz? Bilinç nedir?

Kişilik konusunu öğrenenler ve öğretenler, bu kitabı, bu konu üzerine yazılmış olan bir dizi iyi ders kitabından neyin farklı kıldığını merak edebilir. Bu metnin alandaki bir boşluğu doldurmak için tasarlandığı yanıtını verebilirim. Son 20 yılda bir dizi ilişkili disiplinin yanı sıra kişilik kuramında meydana gelen hızlı gelişmeler, kuramsal manzarayı özünde değiştirdi. Kişilik, neredeyse her gün yeni gelişmelerin bildirildiği, hızlı büyüme aşamasında olan bir alandır. Bu birçoklarımızın ilgisini çeken ve

duygulanımsal, gelişimsel ve ilişkisel kuramlarda ve nöroloji bilimlerindeki yeni gelişmeler, kuramsal modeller üzerinde doğrudan bir etkiye sahiptir ve taze bakış açılarının yanı sıra deneysel kanıtlar sunmaya devam edeceklerdir.

- Literatürde hâlihazırda görünen belli başlı çağdaş kuramlardaki kişilik modellerini sunmak. Birçok kuramsal model ve eğilim önem kazandı ve ardından gözden düştü. Kısmen, bu evrim bilimsel sürecin işleyişini temsil eder.
- Her biri kendi benzersiz merceğinden kişiliğe bir kavrayış sunan, biyolojik-psikolojik-toplumsal matriksin tüm düzeylerinden kuramsal modeller sunmak.
- Ana kuramsal bölümlerin her biri için standart bir format sunarak, göz önünde bulundurulması gereken meselelerin ve gerçek hayat koşullarında modelin nasıl uygulandığının örneklerinin incelenmesine olanak vermek.

Malzemenin Düzenlenmesi

Bu metin beş kısım halinde düzenlendi. Birinci Kısım kişilik konusuna giriş yapar ve okuyucunun muhtemelen düşünmeye başladığı bazı sorunları ortaya koymaya başlar. Bu kısımda, metnin başından sonuna dek görülecek olan temel kavramlar tanıtılır, böylece okuyucu kavramsal bir dağarcık geliştirmeye başlar. İlk Yunan kuramsal formülasyonlarından başlayarak, kişilik alanının kısa bir tarihi sunuldu; bunu on dokuzuncu yüzyılın ikinci yarsındaki bilimsel psikolojinin kurumsallaştırılması girişimleri izledi.

İkinci Kısım, Freud'dan başlayarak ve Freud'un öğrencilerinin eserleri ve ateşledikleri tartışma boyunca ilerleyerek, modern bilimsel kişilik kuramının temel bir özetini okuyucuya sağlar.

Üçüncü Kısım insan doğası, kişilik ve zihinle beden arasındaki ilişkinin başlıca görünümelerini anlamak için gerekli bileşenleri kapsayan çeşitli disiplinleri özetler ve tanımlar.

Metnin esas gövdesini oluşturan Dördüncü Kısım, yedi bölümün her biri için standart bir format kullanarak belli başlı çağdaş kuramsal modelleri sunar. Her bölüm ana tarihsel şahsiyetlerin gözden geçirilmesiyle

başlar, mevcut kuramın sunumu bunu izler. Her bölümün sonunda, ilgili araştırmanın bir örneği ayrı bir kısımda alıntıyla sunulur; böylece ilgilenen okuyucular daha fazla ilerlemek için ilgilendiklerini seçebilir. Felsefi destekler ve varsayımlar, normale ve normal olmayana dair fikirler, değerlendirme stratejileri ve araçları, modelin uygulamaları, kültürel farklılıkların nasıl anlaşıldığı ve kuramın güçlü yanları ve kısıtlılıkları sunulmaktadır. Her bölümün özeti verilmekte ve belli başlı kavramların altı çizilmektedir.

Beşinci Kısım alanla ilgili bir dizi önemli konuya ve soruna adanmış bir bölüm içerir.

Bu metni üniversitede ders kitabı olarak kullanmak isteyen eğitimciler için şablon sağlayan *Eğitimci Elkitabı* da bulunmaktadır.

JEFFREY J. MAGNAVITA

Türkçe Baskıya Önsöz

Kişilik Kuramları kitabımın Türkçe çevirisine önsöz yazıyor olmaktan büyük mutluluk duyuyorum. Bunun benim için özel bir anlamı da var, çünkü Dr. Tahir Özakkaş tarafından kurulan ve yönetilen Psikoterapi Enstitüsü'nde 2011 yılında bizzat eğitim verme zevkini yaşadım. Tahir Özakkaş yanındaki meslektaşları ve çalışanlarıyla birlikte Türkiye'de psikoterapi bilimi ve uygulamasının geliştirilmesine büyük katkı sunuyor. Hem Tahir'in hem de Türk meslektaşlarımdan entelektüel merakı ve tutkusundan çok etkilendim. Artık arkadaşım olan Türk meslektaşlarımdan sıcaklığını hep yad ediyorum. Kùltürler arası işbirliğinin önemine dair gözlemlediklerim kendi kişilik gelişimimde büyük rol oynadı. Türkiye'de çeşitli disiplinlerden pek çok insan mesleklerini bırakıp psikoterapi eğitime ve uygulamasına kendini adanmış durumda. Bu büyük bir özveri ama söylenene göre ihtiyaç da çok büyük.

Dr. Tahir'in Psikoterapi Enstitüsü, ruhsal ve ilişkisel bozukluklar içinde kıvrananların acılarını hafifletmeyi ve hayatlarını iyileştirmeyi öğrenmek isteyenlerin yoluna ışık tutuyor. İyileşme ve değişim perspektifinde çok geniş bir yelpazede yüksek kalitede eğitim veriyor, pek çok yaklaşımı inceliyorlar. Öğrenmenin önün açabilmek için literatürün önemli eserlerini yayımlama çabaları ve akademik bilgi düzeyi çarpıcıydı. Dr. Tahir alanın önde gelen klinik isimlerini bu güzel ülkeye ve deniz kıyısındaki bu şahane enstitüye getiriyor. Topladıkları araştırma materyalleri define adeta; araştırmacıların çalışmalarına yıllarca kaynaklık edeceğine eminim. Kültürel mirası, mutfığı ve akademik bilgi birikimiyle hem öğrencilere hem öğretmenlere benzersiz bir deneyim yaşıyor.

Giderek daha bağlantılı hale gelen dünyamızda, küreselleşme ve hızlı değişimler alıştığımız sosyal ve kültürel kurumları sarsıyor. Kim olduğumuzu, neyi neden yaptığımızı anlama çabasıyla karşı karşı kaldığımız günümüzde, kişilik çalışmaları hiç olmadığı kadar önem arz ediyor. Kişi-

liği anlamak bütün dünya vatandaşları için gereklidir; bize şekil veren içsel kuvvetleri, içinde yaşadığımız ailevi ve kültürel kurumları daha iyi anlamamızı sağlar. Her klinisyenin ve psikoterapistin kişilik ve kişilik sistematığıne yaslanması elzemdir. Kişilik bilimi yeniden ayağa kalkmakta ve yeni araştırmalara konu olmaktadır. Psikopatolojik kişilik kümelenmeleri, semptom profilleri, işlevsiz ilişkiler kişiliklerimizden doğmaktadır.

Kişilik, psikopatoloji ve psikoterapi üç sacayağı gibi klinisyenlerin ömür boyu devam eden eğitimlerinde her zaman asli rol oynayan alanlardır. Alanımız durağan değildir, özellikle teknoloji ve nörobilimdeki ilerlemelerle hızla evrimleşmektedir.

Kişilikbilim incelemelerine başlarken klasik kişilik kuramları hakkında bilgi edinmek faydalı olacaktır, zira bu kuramların pek çok bileşeni çağdaş bütüncül ve birleştirici kuramlarda görölmektedir. Kişilik, tek bir bakış açısı ile yakalanabilecek bir yapı değildir, o yüzden çeşitli düzeylerde pek çok mercekten bakmak gerekir. Nörobiyolojik düzeyden kültürel düzeye her düzeyden edinilen önemli bilgilerle kişiliğe dair bütünsel bir resim çizilebilir. Kişilik çok boyutlu bir hologram gibidir; her farklı açı bize farklı bir anlayış sunar.

Bu kitabın kişilik çalışmalarına yeni başlayanların ilgisini ve merakını uyandıracığını ümit ederim.

JEFFREY J. MAGNAVITA

Teşekkürler

Eşim Anne Gardner Magnavita'ya bu kitabı yazarken ve araştırma yaparken harcadığım süre boyunca sonsuz desteğini esirgemediği için derin minnet ve teşekkürlerimi sunmak istiyorum. Onun organizasyon yeteneği sayesinde, öğretmenliğimin ve klinik sorumluluklarımın yanı sıra bu projeye meşgulken, ailemiz ve hayatımız normal seyrinde devam etti. Kızlarım Elizabeth, Emily ve Caroline bana benzersiz kişiliklerinin serpilip gelişmesine tanıklık etme fırsatı verdiler. Çalışırken bana getirdikleri kahve ve atıştırmalıkların yanında verdikleri gülücükler ve kucaklamalar için kızlarıma teşekkür ediyorum.

Bu zorlu projeyi kabul etmemdeki başlıca sebeplerden olan Dr. Theodore Millon'a özel teşekkürlerimi sunmak istiyorum. Geri bildirim verirken, bendeki boşlukları kendi ansiklopedik bilgileriyle doldururken ve taslakları okurken son derece nazik ve destekleyici davrandı. Bu kitapta sunulan çalışmaları, kendisini çağdaş kişilik kuramı alanındaki önemli isimlerden biri haline getirmiştir. İşbirliğimiz benim için çok faydalı oldu ve bunun için minnettarım. Dr Millon yalnızca alanında ufuk açan bir düşünür değil; aynı zamanda bir sanatçıdır ve psikolojinin öne çıkan figürleriyle ilgili çizimlerini kullanmamıza zarafetle izin vermiştir. Bu çizimleri metin boyunca görebilirsiniz.

Kişilik kuramı metninin zahmete değer bir proje olduğuna inanan ve ilk öneriyi ciddi bir teklife dönüştüren yardımcı yayımcı Jeniffer Simon'a da teşekkür etmek istiyorum. Başlangıcın hemen sonrasında itibaren yapımın son aşamasına kadar bu projeye önderlik ederek mükemmel bir iş çıkardı. Norm dışı bir kişilik kuramı metnine ihtiyaç olduğuna derinden inanarak ve alışılmışın dışındaki yaklaşımımın şekillenebilmesi için bana özgürlük sağlayarak bu yaklaşımımı okuyucunun ihtiyaçlarını karşılayacak şekilde ustalıkla işlemlendi. Nazik katkıları, sakin ve istikrarlı varlığı ve organize etme yeteneği için Isabel Pratt'e de özel teşekkürlerimi

sunuyorum. Publications Development Company of Texas çalışanlarına da, bu metni çok daha anlaşılır kılan özenli düzenleme ve basım çalışmalarından dolayı teşekkür etmek istiyorum.

Projenin başında bana çeşitli metinler verdiği için ve daha da önemlisi, faydalı bir metin oluşturmaya dair fikirlerini ve içgörülerini benimle paylaştığı için kişilik kuramı dersleri veren iş arkadaşım Dr. Dorella L. Bond'a da teşekkür etmek istiyorum.

Birkaçı kişilik kuramı dersleri veren ve diğerleri de ilgili alanlarda çalışan çok sayıdaki akademisyen, yoğun programları arasında metnin ilk taslaklarını okumak için vakit ayırarak isabetli ve hassas yorumlarıyla düşünce tarzımın gelişmesine ve ürünün son haline gelmesine ciddi oranda katkı sağladılar. Yararlı eleştirilerde bulunan isimsiz bir eleştirmene de teşekkür ediyorum. Hartford Üniversitesi'nden Dr. Jack Powell'a; Mills Üniversitesi'nden Dr. Dean Murier'e ve Kanada McMaster Üniversitesi'nden Dr. Peter Bieling'e de özellikle teşekkür etmek istiyorum.

J. J. M.

İ Ç İ N D E K İ L E R

Önsöz	xi
Türkçe Baskıya Önsöz	xv
Teşekkürler	xvii

I. KISIM

KİŞİLİK İNCELEMELERİNE GİRİŞ VE TARİHSEL TEMEL

1. Kişilik Nedir?

Çağdaş Kişilik Kuramının Temel Kavramları ve Güçlükleri

Giriş — Kişiliğe ve Kendimizi Tanımaya Olan İlgimiz	4
Kıskançlığın Doğası ve Kadına Yönelik Şiddet	5
Okullarda Şiddet Dalgası: Altındaki Nedenler Nedir?	7
Aşırılıkçılar Tarafından İşlenen Kitlese Cinayetler	8
Deli mi yoksa Toplumsal Reformcu mu? Unabomber	9
Homofobinin Toplumdaki Görünümleri	11
Kişilik Kuramı ve Kuramcılar	11
Kişilik Kavramı.....	11
Faktör Analizi Modelleri	12
Klinik Psikopatoloji Modelleri	13
Bireylerin Yoğun Olarak İncelenmesi	13
Psikoterapi ve Kişilik	13
Mizaç, Karakter ve Kişilik	15
Mizaç	16
Karakter	16
Kişisel özellikler	16
Kişilik	16
Prototipler/Tipojiler	17
Normal Kişilik, Kişisel Özellik Bozukluğu, Kişilik Bozukluğu Ayrımı	17
İlgili Disiplinler Kişiliği Nasıl Görür	18
Felsefe ve İnsan Doğasını İncelemek	18
Edebiyat ve İnsan Doğasını Anlamak	18
Din ve İnsan Doğasını Anlamak	19
Murray'ın Kişilikbilimi	19
Kişilik İstikrarlı mıdır yoksa Değişken midir?	20
Kişisel Özellikler mi Durum Farklılıkları mı	21
Rychlak'a göre Kuramın Temel Boyutları	21
Soyutlama	22
İdealizme karşı Realizm	23
Öznele karşı Nesnel	24
Dışgözleme karşı İçgözlem	24
Biçimsele karşı Biçimsel Olmayan	25
Psikoloji Bilimi açısından Kişilik.....	25
Sınıflandırma	25

Önermeler Kümesi 26	
Kuram İnşa Etmek 26	
Kuramsal Bileşenleri Sınamak 27	
Bileşen Sistemleri Soyutlamanın Farklı Düzeylerini Gözlemlemek 27	
Metapsikoloji 28	
Kişilik Kuramlarının Yakınsaması.....28	
Seçmecilik ve Bütünleşme 29	
Kişiliğin Değerlendirilmesi 29	
Yapılandırılmış Görüşmeler 30	
Objektif Testler 30	
Projektif Testler 30	
Puanlama Ölçekleri/Kontrol Listeleri 31	
Psikometride Kültürel Etkiler 31	
Yeni Binyılda Kişilik Kuramı32	
Kişilik Kuramı Merceğinden Bakmak 33	
Özet..... 33	
Okuma Önerileri..... 35	
2. Antik Dönemlerden Yirminci Yüzyılın Ortalarına Kişiliğin Tarihi	
Giriş 37	
Antik Dönemdeki Kişilik Kavramsallaştırmaları38	
İlk Çağlarda Ortadoğu 38	
İlk Çağlarda Hindistan 39	
Klasik Dönem: Yunan Filozofları39	
Dört Sıvı 39	
Antik Yunan'da Karakterin Tanımlanması 40	
Felsefeden Psikoloji Biliminin Ortaya Çıkışı 41	
Evrenin Diyalektik Doğası 42	
Bilimsel Devrim 42	
Kişilik Kuramlarının Gelişiminde Hatalı Başlangıçlar43	
Frenoloji: Modern Nörobilimin Öncülü 43	
Beden Morfolojisi: Tipoloji Psikolojisinin Öncülü 44	
Wundt ve Deneysel Psikolojinin Doğuşu45	
Bilimsel Kişilik Kuramının Gelişimine Zemin Hazırlamak 45	
Deneysel Yöntemler: Niteliksel ve Niceliksel Yaklaşımlar 46	
James ve Çağdaş Bilimsel Kişilik Kuramının Doğuşu..... 48	
İkiciliğin Reddi 50	
Kendilik Kavramı 50	
İstatistiğin Gelişimi..... 51	
Zekanın İncelenmesi 51	
Faktör Kuramı: Zeka ve Kişilik 52	
Sözcük Bazında Türetilen Kişisel Özellikler Kuramı 52	
Cattell'in Faktör Kuramı ve İstatistiksel Analiz 53	
Faktör Analizi Aracılığıyla Kişisel Özelliklerin İndirgenmesi 55	
Araştırma Metodolojisi ve İstatistiğin Birleşmesi 55	
Kültürel Çeşitlilik, Antropoloji ve Batılı Bakış Açısı.....56	

Kültürel Önyargı	57
Antropologların Psikolojik Kavramlarla İlgilenmeye Başlaması	57
Mead'ın Ortopsikiyatri Derneği'ne Uyarısı	59
Teknolojik-İnsan Arayüzü	60
Zenci Kimliğinin Gelişmesi, Kölelik Mirası ve Kişilik	60
Kişilik Kuramlarını Değerlendirmek	62
Son Bir Gelişme: Bilgisayar Teknolojisi	64
Özet.....	64
Okuma ve Dinleme Önerileri.....	66

II. KISIM MODERN KİŞİLİK KURAMI

3. Freud ve Takipçileri: Yirminci Yüzyılda Psikanalitik Psikolojinin Doğuşu, Evrimi ve Yarattığı Tartışmalar	
Freud ve Psikanalizin Doğuşu	70
Kuramcıların Kişilikleri ve Sosyokültürel Ortamlarının Önemi	71
Kısa Biyografi ve Tarihsel Arkaplan	72
Psikanaliz Kuramı.....	73
Kişiliğin Yapısal Bileşenleri.....	76
Alt Benlik: İçgüdüsel Kuvvet	76
Benlik: Gerçeklik Bileşeni	77
Üst Benlik: Vicdan Yuvası	78
İçgüdüsel Örgütlenme: Cinsellik ve Saldırganlık	78
Zihnin Haritası.....	79
Bastırma ve Direnç	81
Kaygı	81
Savunma Mekanizmaları	82
Nevroz ve Belirti Oluşumu	84
Psikoseksüel Gelişimin Aşamaları	86
Oral Aşama	86
Anal Aşama	86
Fallik Aşama	87
Gizlilik Aşaması	87
Genital Aşama	88
Karakter Özellikleri, Bozukluklar ve Psikoseksüel Gelişim	88
Psikanalizin Yöntemleri ve Teknikleri	89
Rüya Analizi	90
Psikanalizin Evrimi.....	92
Jung ve Kolektif Bilinçdışı	92
Ferenczi ve Travmanın Etkisi	93
Fenichel, Reich ve Karakter Analizi	95
Psikanalizin Kadınları	96
Psikanaliz İçindeki ve Hakkındaki Tartışmalar	100
Baştan Çıkarma Kuramı	100
Kuramın, Yöntemlerin ve Tekniklerin Katılaşması	101
Özet.....	102

Okuma Önerileri.....	103
----------------------	-----

III. KISIM

DİSİPLİNLERARASI BİR BİLİM OLARAK KİŞİLİK

4. Kişilik Kuramının Bileşen Modelleri

Giriş	108
Kişilik Nerede İkamet Eder? 109	
Zihin-Beden İkiliği 110	
Bilinç	111
Bilinç için Gerekenler 112	
Zihin-Beden Bütünleşmesi 113	
Bilişsel Bilim	113
Gardner'ın Bilişsel Devrimi 113	
Zihin 113	
Sinirbilim	116
Beyin ve İşlevleri 117	
Temel Beyin Anatomisi 120	
Beynin Uzmanlaşması 120	
Sinir Sisteminin Esnekliği 121	
Rüyaların Nörobiyolojisi: Freud Hatalı mıydı? 122	
Kendiliğin Beyindeki Konumu 123	
Beynin Haritasını Çıkarmak 123	
Kişiliği Kimyasallarla Değiştirmek 125	
Duygulanım Bilimi.....	126
Duyguların Evrenselliği 128	
Duyguların Kişilik Çalışmaları İle İlgisi 129	
Duyguların İşlevi Nedir? 130	
Duygulanım Sistemi 131	
Gelişimsel Bilim	134
Bowlby'nin Üçlemesi: Bağlanma, Ayrılma ve Kayıp 135	
Mizaç 138	
Greenspan'ın Düzenleyici Örüntüleri 139	
İlişkisel Bilim	141
İlişkisel Matriks 142	
Genel Sistemler Kuramının Etkisi ve Aile Terapisinin Gelişimi 144	
Sosyobiyo­loji/Evrimsel Psikoloji	145
Evrimsel Süreç 146	
Klinik Bilim	147
Bozulmuş Zihin/Beyin 147	
Modern Kişilik Kuramının Bileşenlerini Bütünleştirmek	148
Kişilik Kuramında ve İnsan Doğasını Anlamada Bilgi Birlikteliğine Doğru 149	
Özet	149
Okuma Önerileri.....	150

IV. KISIM

ÇAĞDAŞ KİŞİLİK MODELLERİ

5. Psikobiyolojik Kişilik Modelleri

Giriş.....	154
Belli Başlı Tarihsel Şahsiyetler.....	156
Ivan Petroviç Pavlov	156
Donald O. Hebb	156
Kramer'in Stres-Ateşleme Modeli	156
Ayrılma	157
Stres	157
Ateşleme	158
Saldırganlığın Biyolojik Temeli	159
Mizaç Modelleri	159
Thomas ve Chess'in Modeli	160
Uyuşma Düzeyi Modeli	162
Buss ve Plomin'in Modeli	163
Depue'nun Üç Etmenli Modeli	163
Cloninger'in Birleştirilmiş Biyososyal Kişilik Kuramı	165
Siever'in Boyutsal Modeli	166
Nörobiyolojik Etmensel ve Boyutsal Modellerin Özeti	167
Klein'in Kimyasal Teşrih Modeli	167
Duygulanım Uyarımı ve Travmanın Nörobiyolojisi.....	167
Duygulanım Deneyimi ve Beyin Yapısı	168
Kişilerarası Deneyim	169
Kişiliğin Nörodinamikleri	169
Davranışsal Genetik.....	170
Kalıtsallık	171
Çevresel Etmenler ve Kişilik	172
Kişilikle İlişkili Genleri Saptamak	173
Kişilik üzerine Genetik Araştırmalarda Dönüm Noktası	174
İnsan Genomu	174
Genetik Becerileri Başkalaştırmak	175
Genetik ve Çevre Arasındaki Etkileşim	176
Sinirbilimin Katkısı.....	176
Biyopsikososyal Modellerin İlkeleri.....	179
Felsefi Destekler ve Varsayımlar	179
Normal-Anormal Farkıyla İlgili Görüşler	179
Değerlendirme Stratejileri ve Araçları	179
Modelin Uygulaması	180
Modelin Güçlü Yönleri ve Sınırları	181
Özet.....	183
Okuma ve Dinleme Önerileri	183

6. Çağdaş Psikodinamik Kişilik Modelleri

Giriş	186
Belli Başlı Tarihsel Şahsiyetler	186
Nesne İlişkileri ve Kendilik Psikolojisi Kuramları	187
Winnicott: Bağlanmanın Önemi	187
Kohut: Narsisizm ve Kendilik	192
Modern Toplumda Boş Kendilik	196
Erikson: Kimlik Gelişimi	197
Hartmann: Benlik Psikolojisi	200
Kernberg: Nesne İlişkileri Kuramı	201
Çok Yönlü Kişilik Kuramı.....	207
Karakter ve Kişilik Bozuklukları için Kısa Süreli Dinamik Tedavi Modelleri	207
Bütüncül Kuramın Çağdaş Psikodinamik Modeli	208
Malan'ın Kuramsal Atılımı	208
Çatışma Üçgeni: İntrapsişik Matriks	209
Savunmaların Sınıflandırılması	210
Kaygı: İnsan Varoluşunun Her Yerde Karşımıza Çıkan Bir Yönü	214
Hisler: Kişilerarası İlişkilerde Hayatta Kalma Sistemimiz	215
Duygusal Gelişimin Önemi	215
Kişiler Üçgeni: Kişilerarası Matriks	216
Üçgenleri Kullanarak Kişilik Gelişimini-Örgütlenmesini Açıklamak	217
Kişiliğin Yapısal, Kategorik ve Gelişimsel Gruplandırmaları	218
Karakter Tanısı	221
Çağdaş Psikodinamik Modellerin İlkeleri	226
Felsefi Destekler ve Varsayımlar	226
Normal-Anormal Farkıyla İlgili Görüşler	226
Değerlendirme Stratejileri ve Araçları	227
Modelin Uygulanması	228
Kültürel Etkiler ve Farklılıklar	229
Modelin Güçlü Yanları ve Sınırlılıkları	229
Özet.....	230
Okuma Önerileri.....	231

7. Davranışçı Kişilik Modelleri

Giriş	233
Davranışçı Hareketin Gelişiminde Dönüm Noktaları	234
Thorndike'in Temel Öğrenme Kanunları	234
Pavlov'un Şartlı Refleksi	236
Watson'un Popüler Davranışçılığı	237
Neo-Davranışçılar	241
Skinner'in Radikal Davranışçılığı	241
Hull'un Matematiksel Psikolojisi	244
Temel Kavramlara Kısa Bir Bakış	245

Klasik Şartlanma	245
Uyaran-Yanıt Psikolojisi	246
Kuramsal Modeller	247
Salter'in Şartlı Refleks Kuramı	247
Dollard ve Miller'in Öğrenme Kuramı	249
Mowrer'in İki Etken Kuramı	252
Wolpe'nin Sistematik Duyarsızlaştırması	253
Eysenck'in Kişilik Araştırması ve Kuram Oluşturmada Deneyselciliği	255
Davranışçı Kuramın Alt Sistemleri	259
Seligman'ın Öğrenilmiş Çaresizlik Kavramı	259
Goldfried ve Merbaum: Özdenetim Yoluyla Davranış Değişimi	260
Barlow: Kaygının Doğası	261
Paradigmatik Davranışçılık	262
Davranışçı Modellerin İlkeleri.....	264
Felsefi Destekler ve Varsayımlar	264
Normal-Anormal Farkıyla İlgili Görüşler	265
Değerlendirme Stratejileri ve Araçları	265
Modelin Uygulanması	265
Kültürel Etkiler	266
Davranışçı Modelin Güçlü Yönleri ve Sınırları	266
Özet.....	267
Okuma Önerileri	268
8. Bilişsel ve Bilişsel-Davranışçı Kişilik Modelleri	
Giriş.....	270
Belli Başlı Tarihsel Şahsiyetler.....	271
Miller: Bilişsel Devrim	271
Von Neumann ve McCulloch: Bilgisayarlardan Zihne Kavramsal Bir Sıçrama	273
Temel Kavramlar	274
Bilgi İşlem	274
Örüntü Tanıma	275
Özellik Analizi	275
Akıl Yürütme ve Mantık	275
Bellek	276
Şema	277
Bilişsel, Sosyal Bilişsel ve Bilişsel-Davranışçı Kuramsal Modeller	277
Modellerin Arasındaki Farklar	278
Ellis'in Akılcı-Duygusal Terapisi	278
Bandura'nın Sosyal Öğrenme Kuramı	281
Beck'in Bilişsel Kuramı ve Terapisi	282
Linehan'ın Bilişsel-Davranışçı Modeli	288
Bilişsel ve Bilişsel-Davranışçı Modellerin İlkeleri	292
Felsefi Destekler ve Varsayımlar	292
Normal-Anormal Farkıyla İlgili Görüşler	292
Değerlendirme Stratejileri ve Araçları	292

Modelin Uygulanması	293
Kültürel Etkiler	293
Modelin Güçlü Yönleri ve Sınırları	293
Özet	294
Okuma Önerileri	292
9. Kişilerarası ve Faktöriyel Kişilik Modelleri	
Giriş	295
Belli Başlı Tarihsel Şahsiyetler	296
Sullivan'ın Kişilerarası İlişkiler Kuramı	296
Murray'ın Birleştirilmiş Kişilik Kuramı	299
Leary'nin Kişilerarası Döngüsü	302
Çağdaş Kuramsal Modeller	305
Benjamin'in Sosyal Davranışa ilişkin Yapısal Analizi	305
Klerman ve Weissman'dan Depresyonda Kişilerarası Model ve Kişilikle Bağlantısı	311
Kiesler'in Kişilerarası Güç Alanı	313
Wiggins'in Kişilerarası-Faktöriyel Modeli	314
Kişilerarası Modellerin İlkeleri	312
Felsefi Destekler ve Varsayımlar	316
Normal-Anormal Farkıyla İlgili Görüşler	316
Değerlendirme Stratejileri ve Araçları	317
Modelin Uygulanması	317
Kültürel Etkiler	318
Modelin Güçlü Yönleri ve Sınırları	318
Özet	319
Okuma Önerileri	320
10. İlişkisel Kişilik Modelleri	
Giriş	322
İlk Gelişim Dönemleri ve Şizofreniyi Anlamak	323
İlişkisel Ağacın İkinci Dalı: Kadınların Gelişimine dair Yeni Model	324
Belli Başlı Tarihsel Şahsiyetler	325
Von Bertalanffy'm Genel Sistemler Kuramı	325
Bateson'un İletişim Kuramı ve Çifte açmaz Kuramı	327
Ackerman'ın İlişkisel Tanı Sistemi	329
Bowen'in Triadik Kuramı	329
Bowen Kuramı	331
Üçgenler: Üçlü Kuramın Molekülleri	332
Farklılaşma: Kendiliği Anlamanın Anahtarı	333
İşlevsel/İşlevsiz Aile Sistemleri	336
Kaygı	338
Çağdaş Bakış Açıları: Sistematik Temelli İlişkisel Kişilik Kuramı	340
İlişkisel Kişilik Modelleri Geliştirme Atılımı	341
İlişkisel Üçgen Merceğinden Kişiliği Anlamak	342
Aile Genogramı	346
İşlevsel ve İşlevsiz Ebeveynlik	352

İlişkisel Kuramın İkinci Dalı	353
Rogers'ın Deneyimin Görüngübilimi	353
Kadınların Gelişiminde İlişkilerin Merkeziliği	353
İlişkisel Modellerin İlkeleri	359
Felsefi Destekler ve Varsayımlar	359
Normal-Anormal Farkıyla İlgili Görüşler	359
Değerlendirme Stratejileri ve Araçları	360
Modelin Uygulanması	360
Kültürel Etkiler ve Farklılıklar	360
Modelin Güçlü Yönleri ve Sınırları	360
Özet	361
Okuma Önerileri	362
11. Bütüncül Kişilik Modelleri	
Giriş	364
Belli Başlı Tarihsel Şahsiyetler	365
Darwin'ın Evrim Kuramı	365
Wilson'ın Birleştirilmiş Bilgi Kuramı	366
Kuramsal Bütünleşme Hareketi	368
Allport'un Sistematik Seçmecilik için Clarion Çağrısı	369
Bütüncül Psikoterapi Hareketinin Etkisi	371
Özümleme ve Bütünleşme	372
Millon'un Evrimsel Temelli Bütüncül Kişilik Modeli	374
Kuramsal Model	377
Hastalık Sınıflandırması: Kişiliğin Sınıflandırılması	380
Araçlar	385
Müdahale ve Tedavi	385
Sistemik Bütüncül Kişilik Modeli	386
İlişkisel Alanda Biyopsikososyal Model	386
Kaos Teorisi	388
Evrimsel Temelli Karşılıklı olarak İlişkili Modüler Sistemler	389
İntrapsişik-Nörobiyolojik Üçgen	390
Kişilerarası-İkili Üçgen	392
İlişkisel-Üçlü Üçgen	393
Kişiliğin Aşırı Uçtaki Çeşitlemeleri	394
Basit ve Karmaşık Modeller	396
Bütüncül Modellerin İlkeleri	398
Felsefi Destekler ve Varsayımlar	398
Normal-Anormal Farkıyla İlgili Görüşler	398
Değerlendirme Stratejileri ve Araçları	399
Modelin Uygulanması	399
Kültürel Etkiler ve Farklılıklar	399
Modelin Güçlü Yönleri ve Sınırları	400
Özet	400
Okuma Önerileri	400

V. KISIM ÖZEL KONULAR

12. Uygulama, Araştırma ve Gelecek Doğrultular

Giriş	404
Kişilik Zaman İçinde Ne Kadar İstikrarlıdır?	405
Kök Metaforlar, Kişilik Kuramı ve Değişimi	406
Kişiliğin İstikrarı	408
Değişim Süreci Nasıl Meydana Gelir?	410
Değişim Türleri	411
Kuramlar Ötesi Değişim Modelleri	414
Psikoterapide Değişim Süreci	416
Kişilik Bozukluklarının Doğası	419
Çocuklardaki ve Ergenlerdeki Kişilik Bozuklukları	420
Etiyoloji: Kişilik Bozukluklarının Kökleri	421
Kişilik Bozuklukları Ayrı Öğeler mi Yoksa Bir Yelpazede Yer Alan	
Çeşitlemeler midir?	421
Kişilik Bozuklukları Tedavi Edilebilir ya da Dönüştürülebilir mi?	422
Sağlamlık, Dayanıklılık, Stres Tepkisi ve Kişilik	422
Sağlam Kişilik ve Hastalığa Direnç	422
Dayanıklılık ve Gelişimsel Dezavantajları Atlatmak	423
Stres ve A Tipi, B Tipi Kişilikler	424
Sosyokültürel ve Siyasî Kuvvetlerin Kişilik Yapıları Üzerine Etkileri	425
Kültürel bir Yaklaşımın Yararı	426
Narsisizm ve “Tüketicileşmiş Kendilik” Kültürü	429
Borderline Sendromlar ve Toplumsal Yapıların Parçalanması	430
Beş Faktörlü Modelin Kültürlerarası Uygulaması	431
Kişiliğin ve Psikopatolojinin Siyasallaşması	431
Kişilik Kuramının Uygulamaları ve Gelecek Doğrultular	436
Uygulamalı Davranışsal Tıp	436
Yeni Psikoterapi Modellerinin Geliştirilmesi	437
Psikopatolojik Durumların Değerlendirmesi ve Tedavisindeki	
İlerlemeler	437
Nöropsikoloji	438
Sosyal Politikalar ve Toplumsal Değişim	439
Ekonomik Kalkınma	440
Uluslararası Barış Çabaları ve Uluslararası İlişkiler	441
Personel ve Meslekî Atamaların Etkili Değerlendirmesi	442
Kişisel Uyum Artırmak	442
Ekolojik Psikoloji	442
Örgütsel Davranış	442
Adli Tıp Bilimi	442
Gelecek Doğrultular: Çoklu Bakış Açıları ve Disiplinlerarası Vurgu	443
Özet	444
Okuma Önerileri	445
Kaynakça	447

I. Kısım

KİŞİLİK İNCELEMELERİNE GİRİŞ VE TARİHSEL TEMEL

Kişilik Nedir? Çağdaş Kişilik Kuramının Temel Kavramları ve Güçlükleri

Giriş — Kişiliğe ve Kendimizi Tanımaya Olan İlgimiz

Kıskançlığın Doğası ve Kadına Yönelik Şiddet

Okullarda Şiddet Dalgası: Altındaki Nedenler Nedir?

Aşırılıkçılar Tarafından İşlenen Kitlese Cinayetler

Deli mi yoksa Toplumsal Reformcu mu? Unabomber

Homofobinin Toplumdaki Görünümleri

Kişilik Kuramı ve Kuramcılar

Kişilik Kavramı

Faktör Analizi Modelleri

Klinik Psikopatoloji Modelleri

Bireylerin Yoğun Olarak İncelenmesi

Psikoterapi ve Kişilik

Mizaç, Karakter ve Kişilik

Mizaç

Karakter

Kişisel özellikler

Kişilik

Prototipler/Tipojiler

Normal Kişilik, Kişisel Özelliklerinde Bozukluk ve Kişilik Bozukluğu

Arasında Ayrım Yapmak

İlgili Disiplinler Kişiliği Nasıl Görür

Felsefe ve İnsan Doğasını İncelemek

Edebiyat ve İnsan Doğasını Anlamak

Din ve İnsan Doğasını Anlamak

Murray'ın Kişilikbilimi

Kişilik İstikrarlı mıdır yoksa Değişken midir?

Kişisel Özellikler mi Durum Farklılıkları mı

Rychlak'a göre Kuramın Temel Boyutları

Soyutlama

İdealizme karşı Realizm

Öznele karşı Nesnel

Dışgözleme karşı İçgözlem

Biçimsele karşı Biçimsel Olmayan

Psikoloji Bilimi açısından Kişilik

Sınıflandırma

Önermeler Kümesi

Kuram İnşa Etmek
Kuramsal Bileşenleri Sınamak
Bileşen Sistemleri Soyutlamanın Farklı Düzeylerini Gözlemlemek
Metapsikoloji
Kişilik Kuramlarının Yakınsaması
Seçmecilik ve Bütünleşme
Kişiliğin Değerlendirilmesi
Yapılandırılmış Görüşmeler
Objektif Testler
Projektif Testler
Puanlama Ölçekleri/Kontrol Listeleri
Psikometride Kültürel Etkiler
Yeni Binyılda Kişilik Kuramı
Kişilik Kuramı Merceğinden Bakmak
Özet
Okuma Önerileri

Giriş — Kişiliğe ve Kendimizi Tanımaya Olan İlgimiz

Kişiliğimizde ifadesini bulan insan davranışı kavramı çağdaş toplumun ilgi ve merakını cezbetmiştir.

İnsanların dışarıdan bakınca kendini baltalama gibi görünen eylemleri neden yaptığını nasıl açıklarız?

Bu konunun günümüzde ne kadar ilgimizi çektiğini anlamak için ABD'nin eski başkanı William Jefferson Clinton gibi siyasetçilerin kendi kendini sabote eden davranışlarıyla, Prenses Diana ve John F. Kennedy Jr. gibi ünlülerin yaşamları, davranışları ve trajik ölümleriyle takıntıya varan meşguliyetimize bakabiliriz. Yirminci yüzyılın son on yılı boyunca, milyonlarca insan televizyonlarına yapışık halde, Clinton skandalını ve seçim sonrası gelişmeleri seyretti. Böylesine parlak ve karizmatik bir lider nasıl olur da neredeyse kızı yaşındaki bir stajyerle cinsel ilişki yaşamak için, dünyadaki en güçlü adam olma makamını riske atabildi? Daha da şaşırtıcı olanı, nasıl olur da kadınlara karşı “kötü muamele” ve “uygunsuz” ilişki iddiaları yüzünden halihazırda soruşturma geçirirken bunu yapabildi? Clinton'ın karakteri konusunda birçok kitap yazıldı, tıpkı geniş kitlelerin sevgisini kazanmış olsa da çapkınlıkları ve suç çetelerinin önde gelen

isimleriyle kurduğu bağlantılarla bilinen John F. Kennedy misali diğer tartışmalı başkanlar hakkında yazıldığı gibi.

Kıskançlık öğrenilmiş midir yoksa türlerin hayatta kalmasını güvencelemek için evrimsel olarak bahşedilmiş bir mekanizma mıdır?

Clinton Sendromu: Başkan ve Cinsel Bağımlılığın Öz Yıkıcı Doğası
(Levin, 1998)

Levin, Clinton üzerine yazdığı kitapta, Clinton'ın kişiliğinin köklerini, alkolik bir aile sisteminde yetiştirilme deneyimine kadar götürür (bkz. işlevsiz kişilik sistemleri, Bölüm 10). Günümüzdeki davranışlarında gözlemlenen savunmaların birçoğu, kompartımanlara ayırma ve inkârın önemli hayatta kalma araçları olduğu bir alkolik sisteme uyum sağlamak amacıyla benimsenmiş olabilir. Alkolizmin yanı sıra şiddet ve terk edilme de Levin'in deyişiyle sahte benlik ya da diğerlerinden kabul edilme, sevgi ve onay görmek için dikilen benliğin ortaya çıkmasına katkıda bulunmuştur. Alkolik bir ailede yetişmek Clinton'ın pervasız davranışları sonucunda toplum önünde küçük düşmesine yol açan birçok davranışı için zemin hazırlamış olabilir.

Levin, Clinton'ın cinsel bağımlılığının, alkolizm ya da diğer herhangi bir bağımlılıkla aynı işleve (boş kendiliği doldurmaya) hizmet ettiğini öne sürer. Narsisizm kuramlarını, Altıncı Bölümde ele alıyoruz.

Kıskançlığın Doğası ve Kadına Yönelik Şiddet

Birçoklarının öfkeli ve kıskanç kocası tarafından işlendiğine inandığı Nicole Simpson ve arkadaşının cinayeti de merakımızı cezbetmiş ve bizi şaşkına çevirmiştir. Bazı ruh sağlığı uzmanları, O. J. Simpson'ın **hırpalayıcı** profili sergilediğini söylemiştir; kendisini terk etmesin diye kadını korkutan, tehdit eden ve fiziksel/duygusal şiddet uygulayan (genellikle) erkekler bu profile girer. Evrimci psikolog David Buss (2000b): “en ahenkli ilişkiyi parçalayabilen kıskançlığın ironisi, derin ve ebedi aşktan kaynaklanmasıdır. Bu paradoks O. J. Simpson'ın ifadesinde görülür: ‘bu suçu [eski eşi Nicole Brown Simpson'ı öldürmek] işlediğimi varsayalım. Bunu yapmış olsam bile, onu çok sevmiş olmamdan dolayı olmuş olmalı, değil mi?’” (s. 55-56). Ulusal çapta yankı bulan bu yargılamada yer alan savcı, avukat ve onların arkadaş çevresi gibilerin kişilikleri, olayın kendi-

sine dahil olanlarınkinden çoğu zaman daha ilgi çekici olmuştur. Kıskançlığın doğasına dair sorular, kişiliğin birçok yönünün evrimsel uyum sağlama ihtiyacıyla şekillendiğine inanan yeni türemiş **evrimsel psikologların** ilgi alanına girmektedir. Cinselliğin evrimsel temeli üzerine yazdığı kitapta Buss (2000a,b) cinsel kıskançlığın, sadakatsizliği erken tespit sistemi olarak evrildiğini kuramsallaştırır. Bazı Ortadoğu ülkelerinde kadınlar, gözlerinden daha fazlasını gösterdiklerinde ağır bir biçimde cezalandırılır. Bu, patolojik kıskançlığı harekete geçirme fırsatını azaltmak için geçirilen bir uyum sağlama mıdır? Yoksa cinsel kıskançlığın yoğunlaştığı bir seraya mı yol açar? Narsisistik kişilik özelliklerine sahip bireylerin sadakatsiz olmaya daha eğilimli olduğunu saptayan Buss, Altıncı Bölümde tartışılan narsisizmi şu şekilde betimlemiştir:

Sadakatsizlik için muhtemelen en merkezi olan şey, narsisistlerin tipik olarak başkalarına çektirdikleri acı ve ıstırap için empatiden yoksun olmasıdır. Kendi gereksinim ve arzularıyla öylesine meşgullerdir ki eylemlerinin diğerlerini, hatta kendilerine en yakın olanları bile nasıl yaralayacağını düşünmeyi ihmal ederler. Son olarak narsisistler sık sık diğerine haset eder; daha fazla başarı, iktidar ya da saygınlık sahibi olabileceklere içerler. Narsisistler büyüklenmecilik duyguları ve kendilerinin değersiz olduğu duyguları arasında salındığından, hasetleri kırılğan özsaygı algılarıyla bağlantılı olabilir. Narsisizmin davranışsal göstergeleri kişinin bedenini sergilemesi (teşhirci), iktidar konumuna kendini aday göstermesi (büyüklenmecilik), kendine yiyeceğin en iyi kısmını alması (benmerkezcilik), karşılıksız büyük bir iyilik istemesi (kendine hak görme), arkadaşının sorunlarına gülmesi (empati yoksunluğu) ve zenginlik için arkadaşlarını kullanması (kişilerarası sömürücülük) gibidir. Bu niteliklerin tümü evlilik dışı tatmin elde etmeye vesile olabilir (D. Buss, 2000a, s. 149)

Buss (2000a) araştırmasında, duygusal sadakatsizliğin göstergesi olan bazı işaretleri belirlemiştir. Bunlara (1) evlilikte aşkın kalmadığını söylemek; (2) duygusal kopuş: eşin sevgisini ifade etmesi karşısında “seni seviyorum” dememek; (3) yıldönümleri ve özel günler gibi önemli olayları unutmak; (4) göz temasını sürdürmekte zorlanmak ya da cinsel ilişkiler sonrasında suçlu hissetmek gibi suçluluk görünüşleri dahildir.

Evrimsel uyarlanmalarımız sonucu oluşmuş, Neandertallerden çok da uzak olmayan yaratıklar mıyız yoksa kültürel ve ailevi etmenlerin etkisi altında mıyız?

Tehlikeli Tutku: Kıskançlık Neden Aşk ve Seks Kadar Gereklidir (D. Buss, 2000a)

İşte cinsel kıskançlığın tetiklediği şiddetin gerçek yaşamdan birkaç örneği.

İlk örnek, evlendikten kısa süre sonra eşinden dayak yemeye başlayan 19 yaşında bir kadın tarafından anlatılıyor: “Tim [eşi] gerçekten kıskançtır. Kız arkadaşımın evinde olduğumuz bir seferini hatırlıyorum. Tuvalete gitmem gerekti. Tuvalet üst kattaydı. Kız arkadaşımın erkek kardeşinin odası da tuvaletin yanındaydı. Onun kapısının önünde dikildim ve sırtım alt kata dönük olarak bir dakika onunla konuştum. Merdivenlere vardığımda Tim beni bekliyordu. Bana orospu dedi ve kafamın yanına bir tane indirdi. Merdivenlerden düştüm. Tim’i suçlayamam. Kız arkadaşımın erkek kardeşiyle konuşmamam gerekirdi. Demek istediğim, Tim’in gerçekten kıskanç olduğunu biliyorum.”

İkinci örnekte, “evlenmeden önceki erkek arkadaşı (aynı zamanda çocuğunun babası olan adam) hakkında kim bilir kaçınıcı kez suçlama ve çapraz sorgulamaya maruz kalan kadın, önceki sevgilisinin en azından onu hamile bırakacak kadar erkek olduğu yanıtını verdi. Bu kocasının cinsel gücü ve üreme potansiyeli hakkındaki korkularına dokundu ve şiddetli bir saldırıyı tetikledi” (s. 101-102).

Simpson benzeri davalarda gelecekteki savunmalarda, bu tür tepkilerin doğuştan geldiği ve kontrolümüzde olmadığına dair evrimsel psikolojiden kanıtlara başvurulduğunu mu göreceğiz?

İnsanlar doğası gereği şiddete yatkın mıdır yoksa şiddet toplumsal kültürel etkiler tarafından mı biçimlendirilir?

Okullarda Şiddet Dalgası: Altındaki Nedenler Nedir?

Colorado eyaletinin Littleton kasabasındaki Columbine Lisesi’nde işlenen trajik kitlesel cinayet ve bunu izleyen birçok diğerleri, güvenlik algımızı ve çocuklarımızın okuldaki güvenliğine temel güveni sarsarak,

ulusu afallatmıştır. Ruh sağlığı ve eğitim uzmanları, sosyologlar ve siyasetçiler, akıldışı şiddet eylemleri ve rastgele kitlesel cinayet çılgınlığına karışan bu “ayrıcalıklı” ergenlerin davranışları için her türlü olası açıklamayı aramıştır. Bu cinayetlerin soğukkanlı doğası, ruh sağlığı mesleğindeki birçoklarımızı, iki katilin **Antisosyal Kişilik Bozukluğu** olan bireylerde görülen ve diğerlerine karşı empati yoksunluğuna ve suçluluk deneyimleme yetersizliğine işaret eden **psikopati** derecesi hakkında düşünmeye itmiştir. Artık okullarımız çocuklarımızın öğrenmeye gittiği, sosyalleştiği, görece güvenli limanlar değildir, aksine açıklaması bulunamayan şiddetin diğer çocuklar tarafından işlendiği yerlerdir. Birçok okulda çocuklar aramalara boyun eğmiş, dolaplarından olmuş, saydam sırt çantaları taşımak zorunda kalmıştır. Birçoklarına göre, patolojik düzeyde şüphecilik ve güvensizlik anlamına gelen paranoya kültürü doğuyordu.

Saldırganlık ve şiddet neden kadınlara kıyasla erkeklerde çok daha yaygındır?

Aşırılıkçılar Tarafından İşlenen Kitlesel Cinayetler

Edward Morrow Jr. binasının beyaz ırkın üstünlüğünü savunan biri tarafından bombalanması, ulusu çaresizlik ve elem duygusuna sevk eden bir başka akıldışı kitlesel cinayet olayıydı. Ölüme mahkûm edildikten sonra bile kafa tutmayı sürdüren ve en ufak pişmanlık belirtisi göstermeyen bombacı Timothy McVeigh’ın güdülenmesini ve zihninin işleyişini kavramaya çalışmamız pek tatmin edici sonuçlar vermedi. Birçokları McVeigh’da psikopatik (antisosyal) kişilik bozukluğu olduğuna ve diğerleri gibi normal suçluluk duygusu hissetmediğine inanıyor. Bu tür kişiliklerin, farklı olanlara karşı empati göstermeyen siyasi felsefelere çekildiği görülür. Bunun Yahudi soykırımından sorumlu olan Adolf Hitler’in yakın çevresindeki birçokları için de geçerli olduğunu görürüz. Yakalanan ve Nuremberg’de yargılanan birçokları İkinci Dünya Savaşı sırasında meydana gelen kitlesel cinayetlerdeki rollerini açıklamak için inkar, mantıklı gerekçe bulma, azımsama gibi çeşitli **savunma mekanizmalarını** kullanmıştır. Yirminci yüzyılın en kötü üne sahip şahsiyetlerinden biri olan Hitler’in zihninin nasıl işlediğini anlamaya çalışan birçok kitap yazıldı. Birçok yazar, bu tür davranışları açıklamak için psikanalitik kavramlardan yararlandı. Yarı tanrı haline bürünen kişiliğini biçimlendirmiş olabi-

lecek gelişimsel ve ailevi deneyimlerin ipuçlarını bulmak için erken çocukluk deneyimleri en ufak ayrıntısına kadar didik didik incelendi.

Neden bazı bireyler şiddete yatkın hale gelirken, aynı aile sisteminden “benzer” yetiştirilme koşulları ve genetik özelliklerle gelen bazıları şiddetten sakınır?

Deli mi yoksa Toplumsal Reformcu mu? Unabomber

Ulusun dikkatini çeken bir başka karmaşık kişilik olan Theodore Kaczynski, nam-ı diğer Unabomber, bilim insanlarına postayla bombalar göndererek, birçoklarını sakatlayarak ve öldürerek, yirmi yıldan uzun süre boyunca terör estirdi. Amacın aracı meşrulaştırdığından hareketle, eylemlerinin meşru olduğunu düşünüyordu. Kaczynski, gezegeni nihai yıkıma götüreceğini düşündüğü teknoloji/sanayi kompleksinin altını oymak istedi. Harvard mezunu, doktora yapmış bir bilim insanı olan Kaczynski'nin manifestosu “1995'te birçok düşünce insanı tarafından dahice, hiç olmazsa derinlikli ve oldukça akli başında bulundu” (Chase, 2000, s. 44). *Sanayi Toplumu ve Geleceği* başlıklı, 35.000 sözcükten oluşan manifesto *Washington Post* ve *New York Times* gazetelerinde yayımlandı. Kaczynski'nin kardeşinin yazısını tanıması yakalanmasına neden oldu. Bazı ruh sağlığı uzmanları Kaczynski'nin paranoid şizofren olduğunda karar kıldı; bununla beraber manifestosunu okuyan birçokları yazdıklarının tutarlı olduğuna ve paranoid şizofren olmadığına inandı. Yazısının açıklığı ve derinliği, insanları bu teşhise temkinli yaklaşmaya götürdü. Kaczynski'nin kendisi de canlı olarak ele geçirilirse psikolojik durumuna dair getirilecek değerlendirmeleri düşünüyordu. Medya onu deli diye bir kenara atmakta hiç vakit kaybetmedi (Chase, 2000), ki Kaczynski bu kaçınılmazlığı yazmıştı: “İnsanları öldürmeye başlamaya niyetleniyorum. Bunda başarılı olursam, yakalandığımda (tüm kalbimle diliyorum ki canlı olarak yakalanmam!) haberlerde neden öldürdüğümle ilgili spekülasyonlar yapılacaktır muhtemelen. (...) Kurgularında beni ruh hastası gibi göstermek ve eylemlerime alçak yahut ‘sapkın’ nedenler atfetmek zorundalar. Elbette ‘hasta’ terimi bu bağlamda bir değer yargısını temsil eder (...) Öldürüldüğümde ya da yakalandığımda haber medyasının benim hakkında söyleyecek şeyleri olabilir. Psikolojimi çözümlemeye ve beni ruh hastası olarak göstermeye mahkûmlar. Bu güçlü önyargı, psikolojimi çö-

zümlemeye yönelik herhangi bir girişimi okurken [akılda] tutulmalıdır” (s. 47).

Öğrenciler üzerinde zarar görebilecekleri ya da makul bir biçimde bilgilendirilmedikleri deneyler yapmak ahlaki midir?

Bu öyküdeki ilginç bir başka düğüm noktası da, Chase'in (2000) *Atlantic Monthly*'deki bir makalesinde araştırdığı, Kaczynski'nin eylemleri ile Harvard'da okurken ünlü kişilik kuramcısı Henry Murray'in yürüttüğü psikoloji deneyine katılımı arasındaki bağdır. Kişilik değerlendirme tekniklerini araştırdığı varsayılan uzun vadeli bir çalışmada Kaczynski ve diğer gönüllü öğrenciler, günümüzün ahlaki ilkelerine göre aldatıcı hatta gereksiz biçimde istismarcı olarak değerlendirilecek bir muameleye tabi tutulmuştu. Chase bu prosedürü şöyle betimler:

Saldırganlık temel bir insani dürtü müdür yoksa ebeveynlerin ve çocuklardan sorumlu diğerlerinin şiddete meyilli imgeleri ve kötü muamelesi mi saldırganlığı uyarır ve şekillendirir?

Denek tartışma için geldiğinde “parlak bir biçimde ışıktandırılmış bir odaya” götürülür ve tek yönlü bir aynanın karşısına oturtulurdu. Duvardaki bir delikten kamera her hareketini ve yüz ifadesini kaydediyordu. Kalp ve solunum hızını kaydeden makinelere bağlı elektrotlar bedenine yapıştırılmıştı. Ardından tartışma başlardı. Ama öğrenciler oyuna getirilmişti. Murray'in makalesinde iddia ettiğinin aksine, kendileri gibi bir başka öğrenciyle yaşam felsefelerini tartışacaklarına inandırılmışlardı. Halbuki karşılarında Forrest Robinson'un deyişiyle “iyi hazırlanmış bir işbirlikçi denek” bulunuyordu; yetenekli genç bir avukat olan bu şahsın saldırgan bir tavırla deneklerin üstüne gitmesi talimatı verilmişti (denekleri olabildiğince üzme amacıyla). (...) Beklenebileceği üzere, veri kayıtlarına göre, birçok katılımcı bu deneyimi fazlasıyla nahoş, hatta travmatik buldu. (Chase, 2000, s. 55)

Yaşam olayları kişiliğimizi biçimlendirebilir mi?

Chase (2000) bu deneylerin amacının CIA'e “kişinin sorguya dayanma becerisinin nasıl sınanacağı ya da kırılacağını” belirlemeye yardım etmek olup olmadığını sorgulamıştır (s. 56). Bu psikolojik deneylerin nihai amacı ne olursa olsun, soru, bu deneylerin, Kaczynski'nin toplumdaki bilim-

sel/teknolojik ilerlemeler hakkındaki tutumuna bir biçimde neden olan ya da onu biçimlendiren bir dönüm noktası olup olmadığıdır: “Dolayısıyla Kaczynski’nin Harvard deneyimleri onun öfkesi biçimlendirip, gazabını meşrulaştırmış mıdır?” (s. 63).

Şiddet neden kültürel olarak farklı olan ya da farklı bir cinsel yönelime sahip olanlara yönelir?

Homofobinin Toplumdaki Görünümleri

Birçok insan için kabul edilemez olan akıldışı nefret suçları ve eşcinsel dövmek gibi başka önemli olaylar da ses getiren haberler oldu. Ulusal çapta yayınlanan bir olayda, zenci bir erkek, iki beyaz ırkçı tarafından bir kamyonu zincirlendi ve korkunç bir biçimde ölünceye dek sürüklendi. Aynı derecede iğrenç bir başka olayda, iki erkek bir eşcinsel erkeği direğe bağladı, dövdü ve ölüme terk etti. Bu gibi akıldışı olaylar pek çoğumuza yönünü şaşırttı ve bir sonraki felaketin ne olacağını düşünür hale getirdi. Psikanalitik kuramcılar homofobik bireylerde altta yatan homoseksüel dürtülerin bu tür tepkileri ürettiğine inanır. Bu bireyler, eşcinsel olarak algılanan biriyle karşılaştıklarında, kendi kaygılarını ve korkularını yıkıcı bir öfkeyle yansıtır.

Kişilik gerçek midir ve tam olarak ne anlama gelir?

Kişilik Kuramı ve Kuramcılar

Yukarıda anlatılan olaylarda ve bu kitapta bahsedilen diğer birçoklarında ne olduğunu geleni anlamamanın önemli bir unsuru, **sosyal bilimciler ve kişilik kuramcıları** tarafından **kişilik** kavramıyla açıklanır; patolojik durumlarda bu açıklama **kişilik bozukluğu** olarak yapılır. Kişilik kuramcıları, bilimsel kariyerlerini, insan davranışının karmaşıklığını açıklamayı amaçlayan modelleri yani **paradigmaları** geliştirmeye adanmış psikologlardır.

Kişilik Kavramı

Kişilik terimi genel konuşmanın parçası haline gelmiştir. Birinden bahsederken “can sıkıcı” ya da “itici” bir kişiliği olduğunu söyleriz; bir başkasını “tasasız” ya da “asabi” ya da “coşkulu” olarak betimleriz. Bireyler zalim ya da empatik gibi sıfatlarla betimlenebilir. Hepimiz içimizdeki

bir **sıfat listesine** göre yaşamımızdakileri sınıflandırırız. Kutupsal özellikleri temsil eden çeşitli **ölçekler** kullanırız, zayıf ile güçlü gibi. Bu nitelikleri daha da belirginleştirerek utangaç, dışa dönük, düşmanca, kışkırtıcı gibi **kişisel özelliklere**, bir başka deyişle sabit niteliklere gidebiliriz. Bununla beraber kişilik bir **kavramsal bir yapıdır** [*construct*] – göremediğimiz ama hakkında **öznel** ya da **nesnel** değerlendirmeler yaptığımız bir şeydir. Bireysel güdülenme ve davranış hakkında **kuramsal çıkarımlarda** da bulunuruz. *Neden böyle davrandı? Bu onun yapacağı şey miydi?* diye sorarız. Bildiğimiz biri, beklemediğimiz ya da öngörmediğimiz şekilde davrandığında, çoğu zaman sarsılırız ya da rahatsız oluruz.

Kişilik çalışmaları gerçekten bilimsel midir yoksa sadece akademinin ileri gelenlerinin bildik fikirleri yeniden paketlediği kurgusal düşünceler midir?

Çeşitli kuramsal kavramlar bu metinde sunulmaktadır. Bunlardan bazıları çeşitli deneysel araştırma biçimleri kullanılarak bilimsel yöntem tarafından kısmen doğrulanmıştır. Bununla beraber, kişilik kuramı bilimi genel olarak emekleme safhasındadır ve kuramsal modellerin birçoğunun en iyi ihtimalle kurgusal kaldığını söylememiz gerekir. Kişilik kuramcıları, kişiliği incelerken çeşitli **deneysel yöntemler** kullanır ve farklı farklı bakış açıları benimserler.

Faktör Analizi Modelleri

Kişilik, faktör analizi olarak bilinen ileri istatistik yöntemleri kullanılarak incelenebilir. Kişiliği anlamak için bu yaklaşım benimsendiğinde, çeşitli nitelikler listelenir ve titiz istatistiki hesaplamalarla ortak faktörlere indirgenir. Bu esasında kişiliğe dair **sözlük çalışmasıdır**. Bu, kişilik özelliklerini betimlemek için kullanılan dilin, genellikle, kişilik hakkındaki fikirlerin dilde kodlanma biçimini araştırmaya başlamak için başlangıç noktası olduğu anlamına gelir. Örneğin, sözlükte kişiliği betimlemek için kullanılan tüm sözcükler kaydedilip faktör analizine tabi tutularak bunlardan öz ya da temel faktörler damıtılır. Birçok araştırmacı, kişilikteki bireysel çeşitlemeleri açıklamak için kullanılabilecek üç ila beş faktör saptamıştır.

Klinik Psikopatoloji Modelleri

Kişilik hakkında anlamaya başladıklarımızın birçoğu anormal psikolojiden ve kişilik bozukluğu olan kişilerle yapılan **klinik gözlemler** ve **psikometrik testlerden** gelir. Psikologlar ve psikiyatristler tarafından geçen yüzyıl boyunca bir araya getirilen ve yayımlanan vaka özeti biçimindeki klinik gözlemler birçok kişilik kuramının temelidir ve zihinsel bozukluklara dair mevcut sınıflandırma sistemine yol açmıştır; bu zihinsel bozukluklar hem kişilik bozukluklarını hem de depresyon, kaygı ve diğer zihinsel durum belirtilerinin görünümünü anlamına gelen **klinik sendromları** kapsar. Bu metinde sunulan, mevcut kişilikbilimin temel dokusunu oluşturan kişilik kuramlarının birçoğu, psikoterapi ve diğer tıbbi tedavi biçimlerinden yararlanan hastaların çeşitli ruh sağlığı ortamlarında yıllarca bin bir zahmetle gözlemlenmesinden ortaya çıkmıştır.

Bireylerin Yoğun Olarak İncelenmesi

Kişiliğe dair deneysel çalışma yürütmenin bir başka yolu da kişilerin derinlemesine incelenmesidir. Bu, Henry Murray'ın Ted Kaczynski ve o kadar adı çıkmamış başka Harvard öğrencileriyle yapmış olduğu yaklaşım türüdür. Kişiler geniş kapsamlı testlere ve mülakatlara tabi tutularak kişiliğin çeşitli özellikleri incelenebilmektedir. Bu yöntem zamana yayılmış bir tarzda da yapılabilir; bu durumda denekler, bireydeki değişimleri incelemek için zaman içinde yeniden teste sokulur (Brody & Siegel, 1992). Bu, diğer önemli verilerin yanı sıra kişiliğin istikrarı ve yumuşaklığı hakkında bilgi sağlar.

Kişilik incelemeleriyle psikoterapi arasında ne fark vardır? Aslında aynı konular değil midir?

Psikoterapi ve Kişilik

Rychlak (1973) kişilik kuramının ilerlemesinin psikoterapi alanındaki gelişmelerle kaçınılmaz bir biçimde bağlantılı olduğu gözleminde bulunur. Psikoterapi yirminci yüzyılda psikolojinin klinik ve bilimsel bir dalı haline gelmiştir. Üçüncü Bölümde göreceğimiz gibi, modern psikoterapinin doğuşu, Freud'un o zamana dek hiç kalkışılmamış bir işe soyunarak psişik işleyişe dair kapsamlı bir kuram geliştirmesine dayanır. Aslında Rychlak "Kişilik nedir?" ve "Psikoterapi nedir?" sorularının birlikte sorul-

duğunda birbiriyle ilişkili olduğunu düşünüyordu. Klasik metinlerinden biri olan *Introduction to Personality and Psychotherapy* [Kişilik ve Psiko-terapiye Giriş] (1973) kitabında şunu belirtmiştir:

Gerçi bu iki sorunun birbiriyle alakası yoktur diyemeyiz, zira belli başlı kişilik kuramcılarının birçoğu tıp mesleğinden gelmiş yahut insanın mizacını, karakterini, “kişiliğini” açıklarken bile psikolojik sağlığına epey kafa yormuşlardır. (...) Biz insanları birbirinden farklı kılan şeylerin kuramını yazmak istiyoruz. (...) Kişilik kuramcıları, ayrımcı kuramlaştırmanın cazibesine kapılır – en azından klasik kişilik kuramcıları kapılırdı. İnsanlar arası farklılığın en çarpıcı ayrımlardan biri de ne düzeyde bir normallik yansıttıklarıdır. Sporda sivrilmek, popüler bir kişiliğe sahip olmak ya da mesleğinde başarı kazanmak gibi normalden “iyi” sapmalar vardır. Ama bunlarla ilgilenen olmaz. Bir mesleğin onları incelemeye adanmış olması, daha başarılı veya popüler olmalarına yardım etmesi bir anlam ifade etmez. Normalden olumsuz biçimde sapmış olanların (suçlular, zihinsel engelliler, deliler) toplumsal olarak tanımlanmış normallik kalıbına dönmesine ya da ortalama bir kişinin bir biçimde üstün başarı göstermesine yardım etmek daha önemlidir. (s. 17-18)

Rychlak bir dizi ilginç noktayı dikkatimize sunar. **Ayrımcı** diye adlandırdığı bir kuramlaştırma tarzından söz eder; bununla belli davranış dizilerini birbirine bağlamayı kast eder. Bunun karşısına koyduğu vasıtaçı kuramlaştırma ise davranışsal dizilerini birbirine bağlayan yasaları analiz eder. Bu metin, çağdaş kuramcıların kullandığı yapı taşlarını tedarik etmiş olanları da kapsamaya çalışmakla beraber, esasen ayrımcı kuramlaştırmayı kullanan çağdaş kuramcıları öne çıkarmaktadır.

Rychlak’ın metni 1973’de yayınlandığından bu yana kayda değer bir başka eğilim daha görüyoruz. Psikologlar, psikiyatristler ve diğer ruh sağlığı uzmanları toplumumuzun sadece “sapkın” üyeleriyle değil aynı zamanda “iyi durumda olan endişelilerinin” işlevselliğiyle de ilgilenir. Bunun kanıtlarını evlilik ve aile terapisinden spor psikolojisine, davranışsal tıbbı kadar bir dizi alandaki görüyoruz. Bu alanların her biri daha zengin ve psikolojik farkındalığı yüksek nüfusun gereksinimlerini karşılamak üzere gelişmiştir.

Kişiliği incelerken kullanılabilecek önemli merceklerden biri halen psikoterapidir. Psikoterapi ağırlıklı olarak davranış ya da kişilik değişimiyle ilgilenir. Freud'un zamanından bu yana psikoterapi, kişilik ve ilişkili rahatsızlıkların ölçüldüğü, tanılandığı ve tedavi edildiği önde gelen deney alanı olmaya devam ediyor. Geçmişten bu yana, yeni ufuklar açan kişilik kuramcıları ya psikiyatristler (Freud, Jung, Sullivan, Ferenczi) ya da klinik psikologlar (Carl Rogers, George Kelly) olmuştur. "Bu adamlar sağaltıcı olsalar da, insan üzerine yorumlarını anormal olanla sınırlamadılar. Nasıl sınırlayabilirlerdi ki? İnsana dair tam kapsamlı bir kuram olacaktı ki hasta ya da anormal insanı da resmin bir yerine koyabilsinler." (Rychlak, 1973, s. 18). Böylece klinik bilimin bir dalı olan psikoterapi ile bizi benzersiz kılanın ne olduğunu inceleyen kişilikbilimin evliliği gerçekleşti. Daha yakın geçmişteki bir makalesinde Rychlak (2000) bilim ve psikoterapiyi tartışır:

İnsanlarla yakın olarak çalışınca (yaşamlarını onların kavramsal gözlerinden görerek, işleri yoluna koymalarına yardım etmek için birlikte mücadele ederek, maneviyat da dahil daha iyisini arayarak) onları bilardo topları gibi anlamsızca savrulduğunu düşünmek düpedüz aptalca geliyor. Yaşam umut dolu özlemlerle, kendini kandırmalarla, gerçekleştirilmemiş tasarımlarla, gururlanılacak başarılarla, yanlış anlamalarla, empatik kavrayışlarla doludur. Modern öğrencinin kuramlaştırmasında yakalamaya çalıştığı şeyin bu olduğunu düşünüyorum; ne yazık ki bu öğrenciler büyüünün bozulmasından dolayı bilimsel yöntemi suçluyor, sanki bilimsel yöntem psikolojideki hâkim dil topluluğunun ortaya attığı paradigmatik kuramsal varsayımların tarafsız sınama aracı değil de mekanizmanın elçisiymiş gibi. (s. 1131)

Mizaç, karakter ve kişilik terimleri birbirinin yerine kullanılamaz mı?

Mizaç, Karakter ve Kişilik

Kişilik kavramı mizaç ve karakter kavramlarının etrafında şekillenir. Bu metin boyunca, sunulan kuramsal modele dayanarak, kişilik ve onun bileşenlerini betimlemek için çeşitli terimler kullanıyoruz.

Mizaç

Kişilikbilimciler mizaç derken, birçoklarının doğuştan geldiğine inandığı temel biyolojik eğilimlerden bahsediyordur; örneğin Cindy için fazla gergin, Karen için hırçın diyebiliriz. Gelişimsel psikologlar bebeklerdeki mizaç çeşitlenmelerini gözlemleyip puanlamıştır; **psikobiyolojik** modelle bağlı olan kuramcılar da bunu temel alarak, mizacın biyolojik alt katmanlarını anlamaya çalışmıştır.

Karakter

Karakter birinin doğruluk, dürüstlük, ahlak ve istikrar gibi temel kalıcı yönlerini ifade eden yaygın kullanılan bir terimdir. Karakter değerlendirmesi bir kişinin çeşitli bağlamlarda nasıl edimde bulunduğunu inceler ya da yargılar. Örneğin McVeigh vakasında, son derece vicdansız görünen bu kişi hangi karakter tipiyle açıklanabilir? Psikodinamik literatürde bu tür insanların iç işleyişini anlamak ve anlatmak amacıyla karakterolojik açıklamalar sık sık kullanılır.

Kişisel özellikler

Kişisel özellikler sebatkârlık, doğruluk, dürüstlük gibi kişiliğin kendine has özellikleridir. Kişisel özellikler üzerine çalışan psikologlar, bunları, kişilik çeşitlemelerini açıklayabilecek faktörlere indirgemek için kapsamlı çalışmalar gerçekleştirmiştir. Genel olarak çoğu özellik faktör analizi olarak adlandırılan bir süreç yoluyla üç ila beş üst özelliğe indirgenebilir. Örneğin homofobi sahibi bireylerde hangi kişisel özelliklerin belirgin olduğu sorusunu sorabiliriz.

Kişilik

Kişilik bireyin dünyayı düşünme, hissetme, algılama ve ona tepki göstermesinin alışkın olduğu yoludur. Bazıları kişiliğin istikrarlı ve durağan olduğuna inansa da, bazıları kişiliği kültür ve aile sistemi gibi bir dizi dış etmenden etkilenen daha akışkan bir kavram olarak görür. Bütünleştirici ve ilişkisel kişilik modelleri, sürekli birbiriyle ilişki içinde olan çok boyutlu etmenleri anlamaya çalışır. Başka modellerde kişiliği açıklamak için biyolojik, bilişsel ya da davranışsal sistemlere bakılır.

Prototipler/Tipojiler

Mizaç ve özelliklerin belli bir şekilde kümelenmesi stereotipik olarak ya da daha sofistike, bilimsel onaylı şekilde nitelendirilebilir. Prototipler kişilik türü ile boyutsal ölçeği bir araya getirir. Örneğin Adorno, Frenkel-Brunswik, Levinson ve Sanford (1950) tarafından geliştirilen **otoriter kişilik** kavramı bu tür bir örnektir. Aşırı riayet, hislerin ve dürtülerin aşırı denetimi, katı düşünce tarzıyla ve etnik-merkezcilik gibi **kişisel özelliklerin** oluşturduğu küme, otoriter kişiliği niteler (Krech, Crutchfield & Ballachey, 1962). Bu tür bireyler statü ve iktidarla meşguldür ve otoriter olan diğerleriyle özdeşleşmeye eğilimlidir. Genellikle azınlık gruplarına mensup olan “dışarıdakilere” karşı düşman olma eğilimindedirler. Bu kişilik türüne ilgi, Nazi Soykırımını besleyen Yahudi karşıtlığını anlamaya yönelik ilgiden ortaya çıkmıştır. Otoriter kişilik F-ölçeği (faşizmin f’si) denen ölçekle değerlendirilmiştir. Bir başka bulgu, F-ölçeğinde yüksek puan alan bireylerin siyah-beyaz görme eğilimidir. F-ölçeğinde yüksek puan alan ebeveynlerin yetiştirdiği bireyler, ebeveynleri daha düşük puan alanlara göre daha otoriter olma eğilimindedir. Kanıtlar, II. Dünya Savaşı öncesi Almanya’da standart çocuk büyütmeye yöntemi olan, çok katı ebeveyn denetim altında yetişenlerin, otoriteye itaatkâr olmasının daha olası olduğunu ve öfkelerini bastırarak daha az sayıda ve daha güçsüz olanlara boka ettiğini öne sürer. Otoriter kişilik tanımlaması, Nazi kişiliği “ideali-ne” oldukça benzerdi.

“Normal” ve “anormal” kişilikler arasındaki farkı nereden bilirsiniz? Kişiliği kategori olarak mı düşünmeli yoksa boyutsal düzeye mi yerleştirmeli?

Normal Kişilik, Kişisel Özelliklerde Bozukluk ve Kişilik Bozukluğu Arasında Ayrım Yapmak

Bu metinde sunulan kişilik kuramları hayati bir soruyla uğraşmak zorundadır: *normal kişilik ile patolojik kişilik işleyişi birbirinden nasıl ayrılır?* Anormal psikoloji, klinik psikoloji ve psikiyatri alanında birçok polemğin kaynağı olan bu ayrımın önemli etkileri vardır. Örneğin ağır kişilik rahatsızlığı bir zihinsel bozukluk olarak sınıflandırılır ve tedavisi birçok sağlık sigortası tarafından karşılanır. Belli bir davranış örüntüsüne (mesela suçlu davranışına) antisosyal kişilik bozukluğu gibi bir zihinsel hastalık statüsü vermek, toplumun vereceği tepkiyi ciddi biçimde etkiler. Dolayısıyla

bir tip kişilik örüntüsünü bozukluk olarak adlandırıp, bir başka tipi normal aralık içine koymanın önemli toplumsal ve mali sonuçları bulunur.

“Normal” kişilik nerede biter, anormal ya da bozuk kişilik nerede başlar? Bu sorunun ortaya konuş biçimi, kişilik ve kişilik bozukluklarının bir çizgi üzerinde yer aldığını ve adım adım normal kişilikten anormal kişiliğe ilerlediğimizi akla getirir. Bununla beraber Amerikan Psikiyatri Birliği’nin zihinsel bozuklukları sınıflandırma ve tanılama sisteminde kategorik bir yaklaşım kullanılır. Bu yaklaşım ayrı ayrı kişilik bozukluğu kategorileri olduğunu varsayar –bir başka deyişle, belli bir kişilik bozukluğu birinde ya vardır ya yoktur. Neyi ölçtüğümüz ve neyin normal olduğu konusundaki varsayımlarımız, çeşitli bakış açılarından oluşturulabilir ve her bir bakış açısı ortadaki karmaşık görüngünün gerçekliğine dair farklı bir resim sunacaktır.

Edebiyat, teoloji, felsefe gibi diğer disiplinler de kişilikle uğraşmıyor mu?

İlgili Disiplinler Kişiliği Nasıl Görür

Kişilik davranış bilimlerinin tekeline değildir. Diğer disiplinler de kişilik ve karakterle ve tüm insanların içinde işleyen temel güçleri anlamakla ilgilenir. Metnin sonraki kısımlarında, antropolojinin, felsefenin ve biyolojinin katkılarını inceleyeceğiz; bunların her biri kişiliğin kültürel yönlerini anlamak için yararlı bakış açıları ve metaforlar sunmuştur.

Felsefe ve İnsan Doğasını İncelemek

Psikoloji, insan doğasını anlamaya uğraşan kardeş disiplin olan felsefeden doğmuştur. Çeşitli psikolojik düşünce sistemlerinde güçlü felsefi temelleri görmek mümkündür. İlk filozoflar insan türünün doğası üzerine fikir yürütmüşlerdir. Yunan filozof Aristoteles bilmek için çabalayan ilk sistematik düşünürlerden biriydi. Hatta **psişenin** tanımı, *bilgi alma kapasitesi olan madde* şeklindedir: “Aristoteles için psişe temelde yaşamak anlamına geliyordu” (R. I. Watson, 1971, s. 54). Psikoloji ve kişilik kuramı köklerini iki disipline alır: felsefe ve doğa bilimi (bkz. Şekil 1.1).

Edebiyat ve İnsan Doğasını Anlamak

Edebiyat okuyarak erkeklerin ve kadınların iç işleyişi hakkında çok şey öğrenilebilir. Yazarların insanlığa dair sunduğu resimde temel varoluş

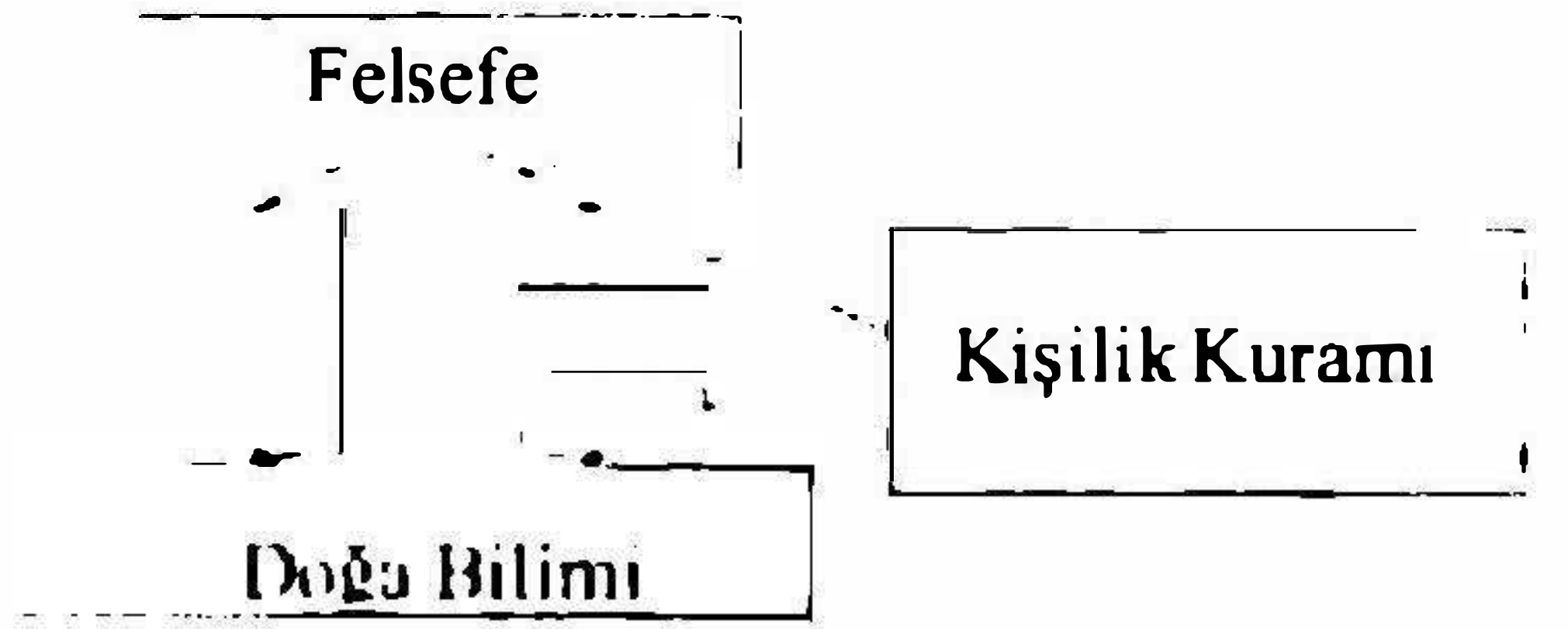
mücadelesine dair derin içgörüler bulunabilmekte, çeşitli zamanlardan ve kültürlerden insanların bu mücadeleleri nasıl verdiği görülmektedir. Edebiyatın bizi çekmesi, büyük ölçüde insanın varoluşunu ve çevrenin, ailenin, genetiğin kurgusal ya da gerçek karakterler üzerindeki etkilerini anlama çabamızdan ileri gelir. Birçok kişilik kuramında klasik edebiyat unsurları görülebilir. Freud psikanalitik kuramı geliştirirken doğrudan Yunan mitolojisinden ve Shakespeare'den yararlanmıştı; örneğin Ödipal karmaşa doğrudan *Hamlet* oyunundan alınmış, bugünkü narsisizm kavramımızın kökleri Yunan miti Narcissus'tan gelmiştir.

Din ve İnsan Doğasını Anlamak

Din, insan türünün doğası üzerine bir başka değerli bakış açısı sunar. Teoloji insan türünü ve daha büyük bir güçle ilişkimizi anlamaya girişir. Çeşitli dini gruplar iyinin ve kötünün doğası ve bizi tanrıya daha yakın kılacak benzemeye çalışmamız gereken özelliklerin neler olduğu hakkında varsayımlarda bulunur. Teolojik düşünce sistemleri insan türünün doğasına ve dönüşüm olasılığına ilişkin alternatif anlayışlar sunar.

Şekil 1-1

**Felsefe, Doğa Bilimi ve
Yirminci Yüzyıl Kişilik
Kuramının Ortaya Çıkışı
arasındaki İlişki**



Murray'ın Kişilikbilimi



Henry Murray (1938) kişilik üzerine yaptığı sistematik çalışmalarla kişilik alanını ilerletmiştir. **Kişilikbilim** terimini bulan odur: “Esas olarak insan yaşamlarının ve insan yaşamının seyrini etkileyen faktörlerin incelenmesiyle ilgilenen, bireysel farklılıkları ve kişilik türlerini araştıran psikoloji dalına ‘kişilik psikolojisi’ [*psychology of personality*] yerine ‘kişilikbilim’ [*personology*] denerek bu hantal ifade kurtarılabilir” (s. 4).

Murray (1938) kişilik incelemelerinin geçerli bir bilimsel uğraş olarak yerleşmesini çok umursuyordu. Bilim camiasına verileri tutarlı kuramsal kavramlar oluşturacak şekilde düzenlemeye girişme çağrısında bulundu, ki kendisi de bilimsel kariyerinin büyük kısmını bu işe adadı. Şöyle yazıyordu: “Kişilikbilim –gelişecek olursa- insanın döllenmesinden ölümüne dek uzanan karmaşık olayların uzun seyrine ilişkin olguların bir araya getirilip düzenlenmesine dayanacaktır. Bu olguların çoğu doğal ve deneysel durumlarda yapılan davranış gözlemlerine dayalı vaka öykülerinden, ayrıca kişinin anılarından ve içgözlemlerinden oluşacaktır. Olgular nelerdir? Nasıl keşfedilir? Diğerlerine nasıl kanıtlanır? soruları bilim için daima temel nitelikte olacaktır. Ama disiplin, deneyimin ham verisini uygun soyutlamalara dönüştüremediği sürece ilerleyemeyecektir” (s. 23). Murray bilimsel ilerleme sürecini şu şekilde yorumlamıştır: “İnsan doğasını sabırlı bir biçimde incelemek, bir şeyleri anlamak, konuya hakim olmak; kararlı, iddiasız, sağlam adımlarla ilerleyen tarafsız gözlem, deney ve üzerine düşünme olmasaydı, yani bilim tarihi olmasaydı bunları başarmak umudumuz olmazdı. Hayal gücü en çılgın olanlar bile bugün bilimin rotasını belirleyen düşünce ve teknik mucizeleri üç asır önce öngörebilir miydi? İnsanoğlu bu geleneği özümseyerek, olabildiğince tarafsız ama yine de bilgi aracılığıyla kazandığı hâkimiyetle eninde sonunda kendini aşacağı inancıyla harekete geçerek, kendi ruhunu keşfe çıkabilir ve yoldaşlarının eylemlerini gözlemleyebilir” (s. 35).

Kişilikbilim okuyucularının ve öğrencilerinin, bu metni okuduktan sonra, Murray’ın (1938) *Explorations in Personality* [Kişilikte Keşifler] adlı kitabında ifade ettiklerinin birçoğunu başardığımız sonucuna ulaşacağını umuyorum. Klinik ortamdaki gözlemler, deneysel araştırmalar ve kuram inşası aracılığıyla alanda muazzam veri birikimi sağlandı. Yapılması gereken daha çok şey var ama kişilikbilimin öncüleri için yirminci yüzyılın gerçekten de heyecan verici geçtiğini gönül rahatlığıyla söyleyebiliriz.

Kişilik bir kez gelişip yaşam boyu pek değişiklik olmaksızın süregiden bir şey değil midir?

Kişilik İstikrarlı mıdır yoksa Değişken midir?

Kişiliğe dair sezgisel kavrayışımız kişiliğimizin istikrarlı olduğunu söyler. Tanıdığınız birçok insanın, çeşitli zamanlarda ve çeşitli durumlarda

istikrarlı ya da tutarlı karakter özelliklerine sahip olduğuna muhtemelen katılırsınız. Bizi tanıyanların kimliğimizi teşhis edebileceği fikri, kişiliğimizde belirli bir dereceye kadar öngörülebilirlik olduğunu akla getirir. Ayrıca beyin hasarı geçiren kişilerin çoğu zaman kişiliklerinde olağanüstü değişikliklerin olduğunu biliyoruz. Bazı vakalarda, beyin korteksinin belirli kısımları kazayla ya da savaş yaralanmasıyla zarar gördüğünde, aşırı derecede saldırgan olan bireylerin daha uysal hale geldiği, şiddete başvurmeyen bireylerin şiddete eğilimli hale geldiği gözlemlenmiştir. Nöro-bilim alanının kişiliğin üzerine inşa edildiği alt katmanı nasıl aydınlattığını göreceğiz.

Mutsuz, keyifsiz haldeyken kendimi geri çekip insanlardan kaçtığımda kişiliğim değişmiş olmuyor mu?

Kişisel Özellikler mi Durum Farklılıkları mı

Kişiliği anlama yolculuğumuzda, kişisel özellik ve durum kavramlarını gündeme almak çok önemlidir. Kişisel özellik, çeşitli koşullarda tutarlı olan bir kişilik etmeninin istikrarını anlatır; durum ise dalgalanan bir hale işaret eder, ruh hali gibi. Zaman zaman bu farklılıklar bir polemik konusudur ama yine de kişiliği anlamamız için hayatidir. Örneğin depresyonda olan biri çevresinden geri çekilebilir, kafası dağınık ve kişilerarası ilişkilere katılması güç görünür. Kişiliği bu anda değerlendirdiğimizde bu bireyin içedönük olduğuna dair hatalı bir sonuca ulaşabiliriz. Daha sonra depresyon kalktığında, kişi daha uyumlu ve toplumsal olarak yanıt verir hale gelebilir. Dolayısıyla kişiliğin bireyin duygulanım durumundan, ruh halinden etkilendiğini söyleriz.

Çeşitli kuramları değerlendirmek ve karşılaştırmak için kullanılabilecek araçlar var mıdır?

Rychlak'a göre Kuramın Temel Boyutları

Kuram sözcüğünün kökü, bakmak ya da düşünmek anlamına gelen, Yunanca *theoria* sözcüğüdür. Random House College Dictionary (Stein, 1975) kuramı “bir grup görüngüyü açıklamanın ilkeleri olarak kullanılan tutarlı bir genel önermeler bütünü” olarak tanımlar. Wilson (1998) kuramın önemini şu şekilde betimlemiştir: “Bilimde hiçbir şey –bu anlamda yaşamda hiçbir şey- kuram olmaksızın anlam ifade etmez. Bir öykü an-

latmak için tüm bilgiyi bir bağlama oturtmak ve bu araçla dünyayı yeniden yaratmak doğamızda vardır” (p. 52).

Klasik bir metin olan *A Philosophy of Science for Personality Theory* [Kişilik Kuramı için Bir Bilim Felsefesi] kitabında, Rychlak (1968) kuram konusuna büyük önem atfeder. Bu temel boyutları anlamak, bu metinde sunulan çeşitli kişilik kuramlarının eleştirel değerlendirilmesinde çok önemlidir. Rychlak'ın tartıştığı boyutlar Tablo 1.1'de sunulmuştur.

Tablo 1.1
Rychlak'a göre Kuramların Özellikleri

Soyut Kavramlar belli bir gruba özgü olup, farklı biçimlerde yorumlanabilir.	Gözleme Yakın Verilere önem verilir, kavramlar yasa olarak arkadan gelir.
Realist Değişmez, gözlemlenebilir bir dış dünya olduğunu söyleyen bakış açısı.	İdealist Gerçekliğin öznel bir biçimde gözlemlendiğini ve inşa edildiğini söyleyen bakış açısı.
Nesnel Deneyimin, uygun ölçütler kullanıldığında güvenilir bir biçimde gözlemlenebileceğini varsayar.	Öznel Kişisel ve gözlemlenemez bir bilgi düzeyinin olduğunu varsayar.
İçgözlemsel Gözlemcinin gerçekçi bir biçimde kendini gözlemleyebileceği inancı.	Dışgözlemsel Gözlemcinin kendini doğru olarak gözlemleyemeyeceği ve gözlem noktasından bağımsız olması gerektiği inancı.
Biçimsel Yasalar ve ön doğrular açık bir biçimde ifade edilmiş ve mantıksal olarak bağlantılandırılmıştır.	Biçimsel olmayan Yasalar ve ön doğrular gevşek bir biçimde formüle edilmiş ve bağlantılandırılmıştır.

Soyutlama

Kuramsal yapılar “belirli bir bakış açısından, geliştirilmiş bir perspektiften, yanlı bir konumdan vs. yapılan” soyutlamalardır. “Kavramsal yapıya dahil edilecek unsurlar kuramın genel doğasına, amacına, kuramcılarının amacına ve benzerlerine bağımlı olacaktır” (Rychlak, 1968, s. 13). Soyutlamanın boyutları düşük düzeyden yüksek düzeylere dek uzanır. Sonraki bölümde okuyacağınız gibi, davranış kuramı ve psikanalitik kuram, kişilik kuramının evriminin başında birbirleriyle kavgalıydı ve bu nedenle karşılaştırmak ve karşı karşıya getirmek yararlıdır (bkz. Tablo

1.2). Klasik davranış kuramı, **gözlemlenebilir** veriye olabildiğince yakın olmaya çalıştı ve olabildiğince az soyutlama kullandı. Psikanalitik kuram tayfin diğer ucunda yer alır ve fazlasıyla soyuttur, çoğu zaman çeşitli anlam düzeyleri olan belli bir gruba özgü terminoloji kullanmakla suçlanmıştır. Her iki konumda da bazı şeyler yitirilir, bazı şeyler kazanılır. Davranış kuramı deneysel hakikatlere yakın durmuş ama kişilik sisteminin karmaşıklığını anlatma noktasında çok şey yitirmiştir. Psikanalizde kuram ve dil zengindir, açıklayıcı potansiyel büyüktür; ama psikanalitik dil de bulanık olabilmektedir, aynı terim birden çok anlama gelir ve çoğu zaman veri noktalarından büyük ölçüde ayrılır.

İnsan davranışının ve kişiliğin gözleminde, gördüklerimizi betimlemek için olduğu kadar “gözlerimizin önünde salınıp duran potansiyel değişkenler yığını düzenlemenin bir yolu olarak” da terimlere gereksinim duyarız (Rychlak, 1968, s. 13). Çeşitli kuramcılar gördüklerini sınıflandırmak için terimleri geliştirip özleştirmiştir ve bunlar çoğu zaman birbirinin yerine geçemez.

Tablo 1.2

Davranışsal ve Psikanalitik Modellerin Karşılaştırılması

Davranış kuramı	Soyutlama az, terimler net olarak tanımlanmış	Deneysel gözleme yakın	Kuramdan kaçınır ve yasaları verilerden türetir
Psikanalitik kuram	Soyutlama üst düzeyde, gevşek biçimde tanımlanmış ve belli bir gruba özgü terimler	Deneysel gözlem-den uzaklaşmış	Karmaşık kuram, verileri kurama uydurur

İdealizme karşı Realizm

Kuramlar realizm ve idealizm yelpazesinde de üretilir. **Realizm** algılama ve bilişten oluşan dünyanın (zaman zaman “dış dünya” olarak ifade edilir) kendi başına, algılayandan tamamen bağımsız, değişmez bir varoluşa sahip olduğunu savunan konumdur. Bilim insanları bilimsel bilgiyi elde etmek amacıyla bir gerçekliği haritalandırmak için soyutlamaları kullanır. **İdealizm** algılayandan ayrı bir dış gerçekliğin olmadığını savunan konumdur. İnsanlar dünyayı benzersiz ve sınırlı algılamaları ve duyuları aracılığıyla görür. Gerçeklik gözlemci ve denek arasında birlikte yaratılır ve birlikte inşa edilir. “Soyutlamalar, bir ad verilmiş, düzenlen-

miş algılardır; ama onların haritalandırdığı şeyin sınırları net, aynen adlandırıldığı gibi, değişmez varoluşa sahip olduğunu varsaymak kuramsal etkinliğimize aslında hiçbir şey katmaz ve hatta bizi engelleyebilir” (Rychlak, 1968, s. 17). Rychlak’ın oldukça zeki bir biçimde betimlediği gibi, “‘anlam’ ilişkisel bir kavramdır; kişinin bahsettiği belli bir kavramın halihazırda ‘kavranmış’ olan diğer kavramlarla belirli bir ilişkisi olduğu ortadadır. ‘Aşk’ın anlamı, muğlak ve zaman zaman işaret etmesi güç olsa da, deneyimin birçok yönüyle kurduğu ilişkilerle birlikte aktarılır, örneğin duygusal şarkılar, partilerde yaşananlar, kıskançlıklar, şehvet, sessiz bir yalnızlık, bir paylaşım ve benzeri. Şimdi bunu konumuza bağlarsak, bir gerçekçi, kavramsal yapılarının ilişkisel yönünün doğal olarak sağlandığını, kendi zihninden ya da davranışlarından tamamen bağımsız olduğunu savunabilir” (s. 18).

Öznele karşı Nesnel

Nesnel, “soyutlamaların ve soyutlamaların arasındaki ilişkilerin, soyutlayan kişiyi aştığını, belli bir kategorideki tüm kişiler tarafından kavranabilir ve anlaşılabilir olduğunu” anlatır (s. 22). **Öznel** ise “soyutlamaların ve aralarındaki ilişkilerin soyutlayana özel olduğunu, sınırlarını belirlemenin zor olduğunu, soyutlayanın davranışı ötesinde pek genellenemeyeceğini anlatır” (s. 23). Nesnelliği ve öznelliği tartışırken anlamamız gereken diğer iki terim de nomotetik ve idiografiktir: “Nomotetik çalışma, belirli bir sınıfın birçok üyesi için genel geçerliliğe sahip kuramsal bir soyutlamanın yapılabileceğini varsayar. İdiografik çalışma ise, kişilik görünümünün benzersiz/kendine has olduğunu vurgular” (s. 24).

Dışgözleme karşı İçgözlem

Kişilik kuramının gelişiminde gözlemcinin konumu da önemlidir: “Kuramcı içgözlemsel bir tutum ve bakış açısı benimserse, kavramsal yapılarının formülasyonu *incelenen nesnenin* görüş açısından yapılacaktır” (s. 27). “Kuramcı dışgözlemsel bakış açısını ya da referans çerçevesini benimserse, incelemenin görüş açısını dikkate almadan gözlemci olarak kendi çıkış noktasını tanımlar” (s. 27). Akademik psikolojide içgözlemin kullanımının reddine uğraşılıyordu; içgözlemcilik reddedildiğinde bilincin önemi de kenara itilmiştir.

Biçimsele karşı Biçimsel Olmayan

Biçimsel kuram, olabildiğince yekpare ve somut olarak ifade edilir ve “gevşekçe bağlı ilkeleri, varsayımları ve doğrulanmış olguları tutarlı ve birbirine bağlı bir bütünlük içinde bir araya getirmek için yazılır” (s. 35). **Biçimsel olmayan kuram** “açıkça ifade edilmemiş kuramdır, birleştirici net bir soyutlamadan yoksundur, mantıksal tutarlılıkla birbirine bağlı bilgilerden oluşan bir bütün formüle etmek gibi zımni bir hedefi yoktur” (s. 35).

Rychlak’ın şeması çeşitli kuramsal yaklaşımlardaki farklılıkları kavramsallaştırmamıza yardım eder, böylece kuramları esas özellikleri temelinde karşılaştırabiliriz. Kişilik kuramı inşa etmenin doğru ya da yanlış yolu yoktur; bir kuramın öngörü ya da kavrayış açısından bir başka kuramdan daha kullanışlı olduğu yerler olabilir. Örneğin davranış kuramları birçok vakada davranışı öngörmek için daha uygundur ama psikodinamik kuram belli patolojik durumları anlamaya kalkışan klinisyenlere daha uygun olabilir.

Kuramı hiçbir geçerliliği olmayan bir hayal ürününden ayırıp “bilimsel” kılan nedir?

Psikoloji Bilimi açısından Kişilik

Bilimlerin tüm dallarında bir **veri sınıflandırma** yöntemi, **önermeler kümesi** ve verileri anlaşılabilir bir çerçeveye sokup sonraki gelişmelere yön verecek ve sınanabilir varsayımlar sunacak bir **kuram** gerekir. Ardından kuramın deneysel incelemeden geçmesi gerekir; deneysel inceleme kuramı ya doğrulayacak ya da çürütecektir, bu da kuramın tamamen reddedilmesine ya da değiştirilmesine yol açar.

Sınıflandırma

Yeni bir bilimsel disiplinin ortaya çıkışının ilk aşaması, ilgi alanını tasnif etme çabasıdır. Örneğin biyoloji biliminin gelişiminin erken safhalarında, çeşitli bitki ve hayvan sınıflarını nitelik ve işlev benzerliklerine göre düzenleyerek bilginin ilerletilmesinde büyük adımlar atılmıştır. Bu nedenle biyoloji bilimcileri milyonlarca türü ayırt edici ve ortak özelliklerine göre daha yönetilebilir sınıflar haline getirebilmiştir. Kişilik kuramı

biliminin gelişiminde, başlarda bilimin ilgisi, insanın kişiliğini davranışın tekrar tekrar gözlemine dayanan çeşitli gruplarda sınıflandırmaya yönelikti. Her ne kadar eski Yunan'daki dört sıvı kuramı ve 19. yüzyıldaki frenoloji gibi sistemlerin birçoğu hatalı varsayımlara dayalı olsa da, onların farklı kişilik türlerini sınıflandırma girişimleri bilimsel incelemenin ilk adımlarıydı. Okuyucunun görebileceği gibi, bu modeller ile (daha sağlam temellere dayandığını umduğumuz) günümüz kuramsal formülasyonları arasında benzerlikler bulunmaktadır.

Önermeler Kümesi

Yeterli veri biriktirildikten ve tutarlı kategorilerde düzenlendikten sonra, bilim insanları bu unsurların nasıl etkileştiğine dair önermeler geliştirmeye başlar. Bu önermeler veriyi ne kadar doğru tanımlarsa o kadar **geçerli**, başka araştırmacılar tarafından ne kadar sınanabilir ve yeniden üretebilir olursa o kadar **güvenilir** diye nitelenir. Gerçekten de bilimsel yöntemin esas unsurlarından biri tekrarlanan deneyler aracılığıyla sonuçların geçerliliğinin teyit edilmesidir. Bilimsel yöntem, bulguların uzmanların incelemesine sunulmasını ve sonuçlara hangi somut aşamalardan geçilerek varıldığının kamuya açıklanmasını, böylece başka araştırmacıların bulguları kanıtlama ya da çürütme imkanının olmasını gerektirir. Bilimsel araştırmanın olmazsa olmazının **deneysel yöntem** olduğu düşünülür; deneysel yöntem, araştırılan etmenlerin bir deney grubuyla bir kontrol grubunun karşılaştırılmasıyla elden geçirildiği ve deneyi yapanlarla onların yardımcılarının gruplara karşı kör olduğu bir süreçtir.

Kuram İnşa Etmek

Genellikle, bir disiplinin bilimsel gelişmesinin sonraki aşaması, modelin bileşenlerinin birbirleriyle nasıl ilişkili olduğunu açıklayan bir kuramsal model inşa etmeyi içerir. Örneğin biyolojik bilimlerde, araştırmacılar, patojenlerin hastalığa neden olma biçiminin kuramsal modelini geliştirmeye başladıklarında önemli ilerlemeler kaydedildi. Hastalığın yayılmasından ve çok sayıda insanın yaşamını yitirmesinden sorumlu virüsler ve bakteriler tespit edilmiş olmasına rağmen, çıplak insan gözü için görünmez olan bu failerin nasıl bu kadar büyük bir yıkıma neden olduğuna dair bir kuram geliştirilinceye kadar çok az ilerleme kaydedilmişti.

Bilgideki belli başlı ilerlemelerden biri, Charles Darwin tarafından kaydedildi; yıllarca doğal hayatı gözlemleyip sınıflandırmasının ardından Darwin, doğal seçim kavramıyla dünya üzerindeki çeşitliliği açıklayan evrim kuramını geliştirdi. Onun evrim modeli birçok disiplini bilgilendirdi ve etkiledi; daha sonra, bu modelin kişilik çalışmasına nasıl uygulandığına bakacağız.

Kuramsal Bileşenleri Sınamak

Bir kuram kabul edilmeden önce, bilimsel araştırmaya tabi tutulması gerekir. Kuramın önermeleri geçerli kılınmamışsa kuram eninde sonunda gözden düşecektir. Bu, daha sonra tartışacağımız frenoloji alanında meydana geldi. Bireyin kafasının konturlarının incelenmesi o zamanlar bir anlam ifade ediyorduysa da, önermelerin desteklenmesinde başarısız olundu ve bu nedenle frenoloji adlı kişilik kuramının ömrü sona erdi.

Bizi benzersiz kılan o kadar çok unsur var ki bütün bu çeşit çeşit bileşenleri nasıl düzenleyebilirim?

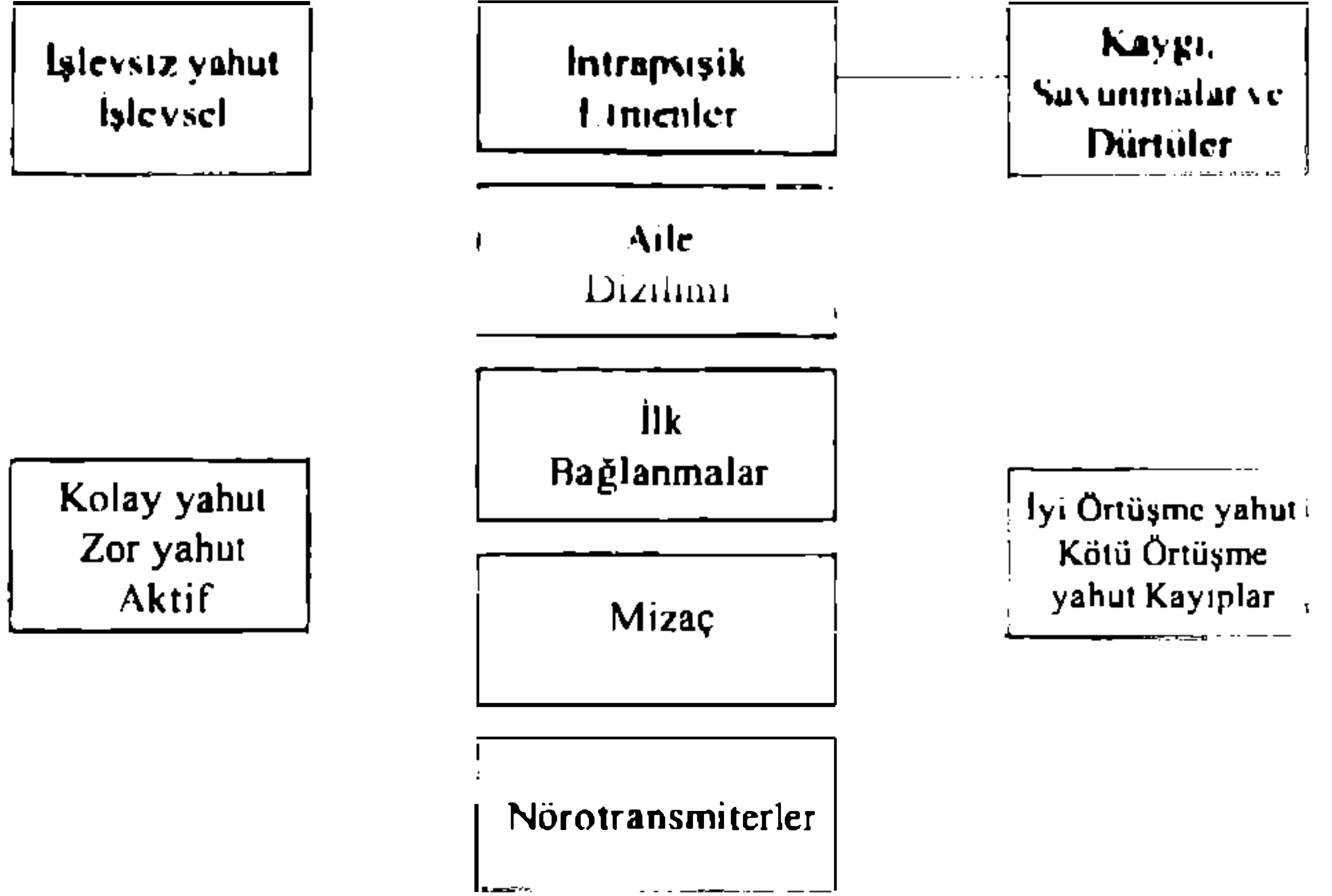
Bileşen Sistemleri Soyutlamanın Farklı Düzeylerini Gözlemlemek

Yapılan gözlemleri çeşitli soyutlama düzeyleri üzerinden düzenleyebiliriz. Engel (1980) tarafından geliştirilen **biyopsikososyal** model, insan davranışını anlamak için kullanabileceğimiz çeşitli soyutlama düzeylerini kavramada yararlıdır (bkz. Şekil 1.2).

Çeşitli görüngüleri **mikroskobik** olarak soyutlayabiliriz, yani gözlemlenemez (gözlem yapacak aracımızın olmadığı) düzeyde ne olup bittiğine dair varsayımlar oluşturabiliriz. Örneğin Freud intrapsişik düzeyde alt benlik, benlik ve üst benliğin iç işleyişine dair önermeler ortaya koymuştur; bunlar gerçeklikte var olmayan açıklama amaçlı yapılar olduğundan, Freud bu önermelere doğrudan gözlemle değil tedavi ettiği hastaların serbest çağrışımlarını dinleyerek varmıştır. Bir başka mikroskobik soyutlama düzeyinde, nörotransmitterlerin beyinde nasıl işlev gördüğüne ve kişiliği nasıl etkilediğine bakabiliriz. **Makroskopik** düzeyde, evli bir çiftin etkileşiminde olduğu gibi, görüngüleri çıplak gözle, doğrudan gözlemleyebiliriz; onların duygularını, iletişimlerinin içeriğini, beden duruşlarını, ses tonlamalarını ve benzerlerini görebiliriz.

Şekil 1.2

Engel'in
Biyopsikososyal
Modeli: Çeşitli
Soyutlama Düzeyleri
ve Kişilik İşleyişinde
Bunlarla İlişkili
Etmenler



Metapsikoloji

Meta daha yüksek bir düzene ya da aşkın bir kavramsal yapıya gönderme yapar; bu nedenle metapsikoloji, temel psikolojik ilkeleri aşan yapılara atıfta bulunur.

Zaman zaman birbiriyle çeliştiği görülen bu kadar çok kişilik kuramı neden var?

Kişilik Kuramlarının Yakınsaması

Çeyrek yüzyıldan daha uzun bir süre önce Rychlak (1973) şunları yazdı: "Kişilik kuramının alanı engin ve kafa karıştırıcıdır ve alandaki büyük düşünürlerin bile birbirlerine dair kafası net değildir." Söyledikleri geçerliliğini bir nebze yitirmişse de hâlâ kişilik alanının mevcut durumu için söylenebilir. Belli başlı ilerlemeler ve disiplinler arası çapraz döllenmeden, katlanarak büyümenin meydana geldiği bir dönem doğdu. Halihazırda kendine sağlam yer edinmiş olan birçok kuram, geliştikçe birbirine yaklaşma işaretleri göstermeye başladı. Hayal edebileceğimiz gibi, değişkenler sonsuzdur ama iyi kuram, kafa karıştırıcı bataklığı daha yönetilebilir ve kavranabilir kılar. Kişilikbilimin gelişiminde geldiğimiz noktada, bireyin davranışını kesin olarak öngörebilecek durumda değiliz; örneğin herhangi bir anda kimin şiddet uygulayacağını kesin bir biçimde öngöremiyoruz. Fakat insanın işleyişine dair kavrayışımızı derinleştirmeye faydası olan kuramlarımız var. Bu metinde bunların bir kısmı sunulmak-

tadır fakat alanın çok geniş olduğunu ve her yönünün tek ciltte ele alınamayacağını da hatırlatmak isteriz.

Seçmecilik ve Bütünleşme

Bu metinde sunulan kuramlar çeşitli derecelerde seçmeci [eklektik] ve bütünleştiricidir. Kuramsal gelişimin ilk safhalarında, kuramcılarının görüşleri daha sert karşıtlıklar barındırıyordu. Örneğin psikanalitik ve davranışsal modellerin insanlığa dair varsayımları, bilim felsefesinin temelleri ve **epistemolojik** (bildiklerimizi nasıl bilir hale geliriz) bakış açıları arasında hararetli bir muhalefet vardı. İlerlemelerle birlikte diyalektik bir süreç meydana geldi: reddedilmiş bir sistemin belli yönleri, sistem evrildikçe yavaş yavaş özümsemi. Alan evrildikçe ve itibar kazanan birçok kuram gözden düşüp sonra yeni bir biçimde yeniden keşfedildikçe daha seçmeci ve bütünleştirici modellere doğru ilerlendi. Gordon Allport (1968) *The Person in Psychology* [Psikolojide Kişi] adlı kitabına bu konuya atıfta bulunarak başlar:

Seçmecilik çoğu zaman kötü üne sahip bir sözcüktür. “Seçmeci” sanatçı ya da bestecinin, hatta psikoloğun kendine ait bir zihni ya da tarzı yokmuş gibi görülür. Yine de geniş anlamda bakıldığında, düşünce eseri her kuram veya gözlemde belli bir hakikat payı kesinlikle bulunur. Açık fikirli bir kuramcı, seçmeci bir bakış açısına sahip değilse, bu gerçeği nasıl dikkate alabilir. (s. 3)

Allport (1968) psikolojide seçmeciliği “psikoloji bilimindeki birçok uzmanlaşmış yaklaşımda doğru gördüğünü seçip birleştirerek temel sorunlara çözüm arayan bir sistem” olarak tanımlar (s. 6). Her ne kadar bütün kuramsal sistemleri birleştirmenin akla yatkın olmayabileceğini düşünse de, sentez yine de meşru bir hedeftir. Alanı “sistematik seçmeciliği” kucaklamaya teşvik etmiştir.

Kişilik ölçülebilen bir şey midir?

Kişiliğin Değerlendirilmesi

Son yirmi yıl boyunca, kişiliği ölçmek için kullanılan araçların gelişiminde hızlı büyüme meydana geldi. Kişiliği ölçmek için kullanılan temel araçlar yapılandırılmış mülakatlar, objektif testler, projektif testler ve puanlama ölçekleridir. Hem normal hem de anormal kişiliği değerlendir-

mek için sayısız araç geliştirilmiştir. Bunlar kısaca gözden geçirilmekte ve en dikkate değerlerin bir ya da iki örneği verilmektedir.

Yapılandırılmış Görüşmeler

Bu görüşmeler bir araştırmacı tarafından deneklere sorulan yapılandırılmış sorulardan oluşur. Yapılandırılmış görüşmeler, öz-bildirimlerdeki potansiyel sorunları azalttığı düşünüldüğünden, genellikle kendi kendine uygulanan araçlara tercih edilir. Bunların bazıları kişilik özelliklerini değerlendirmek için, bazıları da belli bir kişilik bozukluğuna özel olarak tasarlanmıştır. Yapılandırılmış görüşmeler genellikle araştırmada kullanılan patoloji temelli değerlendirme araçlarıdır. Yaygın olarak kullanılan ve Spitzer, Williams, Gibbon (1987) tarafından gözden geçirilmiş bir araç, 120 madde içeren, DSM-II (SCD-II) için Yapılandırılmış Görüşmedir; kişilik bozuklukları araştırmalarında kullanılmıştır.

Objektif Testler

Bunlar kendi kendine uygulanan standartlaştırılmış araçlardır ve deneysel olarak türetilmiş birçok ölçeği bulunur. Bu araçlar elle puanlandırmanın karmaşıklığı nedeniyle, çoğu zaman bilgisayar tarafından puanlandırılır. Bunların en iyi bilineni, yaygın geçerliliği olan, Minnesota Çok Aşamalı Kişilik Envanteridir [Minnesota Multiphasic Personality Inventory (MMPI)]. Denek tarafından doğru ya da yanlış yanıtı verilen 550 ifade içerir. Muhtemelen bu türden araçlar içinde en çok yararlanılan ikinci araç Millon (1977) tarafından geliştirilen, başlangıcından itibaren birçok gözden geçirmeye tabi tutulan Millon Çok Eksenli Klinik Envanteridir [Millon Clinical Multiaxial Inventory (MCMI)]. Bu araçlar kişilik bozukluğunu ve psikopatolojiyi ölçmek için geliştirilmiştir. Bu türden başka araçlar da normal kişiliği ve anormal çeşitlemeleri boyutsal bir model kullanarak ölçmek için geliştirilmiştir. Bunlardan en çok alıntılananlar Costa and McCrae (1985) tarafından geliştirilen, Dokuzuncu Bölümde ele alınan Beş Faktörlü Kişilik Modeli üzerine temellenen, NEO Kişilik Envanteridir [NEO Personality Inventory (NEO-PI-R)].

Projektif Testler

Bu araçlar insanların dünyayı sürekli olarak kendilerine özgü algısal alanları üzerinden algıladıkları varsayımına dayanır. Örneğin birine muğ-

lak bir uyaran gösterdiğinizde, o kişinin bilinçdışı süreçlerinin içeriğini bu uyarana yansıttığı ve bu yansıtmanın içerik ve tematik unsurlar bakımından analiz edilebileceği keşfedilmiştir. Bu araçların açık ara en popüler olanı ve sadece psikologlar arasında değil popüler basında da yararlılığı ve geçerliliği hakkında hâlâ tartışma yaratan Korschach Mürekkep Lekesi Testidir (Goode, 2001). Araştırmada ve klinik uygulamada yaygın bir biçimde kullanılmakta olan diğer ünlü projektif araç, Murray ve Morgan (1943) tarafından geliştirilen, Tematik Kavrama Testidir [Thematic Apperception Test (TAT)]. TAT kişilerarası kuramdan türetildiği için, Dokuzuncu Bölümde ayrıntısıyla ele alınmaktadır.

Puanlama Ölçekleri/Kontrol Listeleri

Bu araçların çeşitli kategorileri vardır ve bir inceleyici tarafından ya da kişinin kendisi tarafından uygulanır. Sunulan çeşitli kalemlerin mevcutsa işaretlenmesi istenir. Ardından sonuçlar puanlanır ve kriterlerle karşılaştırılır. Yaygın bir biçimde kullanılan değerlendirme ölçeğinin bir örneği, Hare (1991) tarafından, antisosyal ya da psikopatik kişiliklerde bulunan iki etmeni (empati yoksunluğu ve dengesiz davranış) ölçmek için geliştirilen Gözden Geçirilmiş Psikopati Kontrol Listesi'dir [Psychopathy Checklist-Revised (PCL-R)].

Kişilik türünü ve bozukluğunu belirlemek için psikolojik testlerin kullanımı hem akademik hem de mesleki psikolojinin gelişiminde esaslı bir iş ve şevk olagelmıştır. Gelişmiş bilgisayar programları, güçlü kişisel bilgisayarlar ve ileri istatistik yöntemler, araştırmacılara ve klinisyenlere etkili ve düşük maliyetli kişilik ölçümüne erişim sağladı. Karmaşık logaritmalar kullanarak elle puanlamanın kayda değer bir zaman gerektirdiği geçmişin aksine, sonuçlar çoğu zaman anında alınabilmektedir. Bu son derece gelişmiş araçlar polis, din işleri, askeriye, çocuk gözetimi, yönetici yerleştirme, öğrenci ve personel yerleştirme ve çalışan yardım programları dahil toplumun birçok sektöründe kullanılmaktadır.

Psikometride Kültürel Etkiler

Her ne kadar zekâ ve kişiliği ölçmek için kullanılan değerlendirme araçlarının gelişimi yirminci yüzyıl psikolojisinin önemli başarılarından biri olsa da, alanda vurgulanması gereken sorunların olduğu belirtilmeli-

dir. Sue ve Sue (1999) testlerin kullanımına ve çoğu zaman bunların sonucu olan sınıflandırmalara itiraz eder. Hem kişiliği hem de zekâyı ölçmek için kullanılan psikometrik araçların Avrupalı-Amerikalı, beyaz, orta sınıf kişilerin lehine ağır bir biçimde çarpıtılmış ve azınlıklara yönelik olarak önyargılı olması gibi açık bir tehlike bulunmaktadır. Bu görüngünün bir örneğini betimlerler: “Zencileri şüpheli, güvensiz ve paranoid olarak gösteren kişilik testi, daha geniş bir toplumsal-siyasal bakış açısından anlaşılmalıdır. Irkçılıkla yoğurulmuş bir kültürde sürekli olarak ayrımcılığın ve tahakkümün kurbanı olan azınlık gruplarının beyaz topluma karşı şüpheli ve güvensiz olmasının haklı nedenleri vardır” (s. 15). Sağlık tanımını hâkim kültürel değerlerin sağladığını hatırlatırlar: “yeterlilik, özerklik ve strese direnme gibi ruh sağlığı tanımları, beyaz orta sınıf olgunluk algısıyla ilişkilidir” (s. 14). Patolojik etiketlemenin ve hastaneye sevkini siyasal kullanımı siyasal denetimin bir biçimi haline gelebilir. Sue ve Sue bu görüngüyü, çoğulcu toplumda işlevsiz olarak gördükleri etnikmerkezci tekkültürlülük olarak etiketler (s. 32) ve bu sürecin beş bileşenini betimler: (1) hâkim kültürün üstünlüğüne inanç; (2) farklı olan diğerlerinin değersiz olduğuna inanç; (3) standart dayatma gücü; (4) hâkim kültürel değerlerden kaynaklı inançlarının kurumsal ortamda dışavurumu; (5) ırkçılığın, cinsiyetçiliğin ve homofobinin toplumun tutumları ve davranışları üzerine çektiği “görünmez örtü” (s. 32-34). Sue ve Sue bu etnikmerkezci tekkültürlülükten kaçınır ve kültürel olarak çeşitlilik gösteren bir bakış açısının özümsemesini teşvik eder. Bu metnin okuyucuları, yirminci yüzyılın belli başlı kuramsal modellerinin, Sue and Sue’nun çerçevesi kullanacak olursak, etnikmerkezci tekkültürlülükten türetildiğini akılda tutmalıdır.

Yeni Binyılda Kişilik Kuramı

Kişiliğin incelenmesi psikolojiye ilgi duyanlarla sınırlanmamalıdır. Kişilik kuramının anlaşılması çeşitli disiplinlerden öğrencilere önemli faydalar sağlar. Edward Wilson’ın (1998) *Consilience* adlı kitabında birleştirilmiş bir bilgi kuramı sunulmakta, bu kuramın esas unsuru psikoloji disiplini, onun da alt disiplini insan kişiliğinin incelenmesidir.

Kişilik kuramı iktisat, antropoloji, sanat, sosyoloji, edebiyat, tarih ve arkeoloji dahil çeşitli toplum bilimlerinin kapsamlı bir şekilde anlaşılması için zorunludur.

Kişilik kuramının gelecekteki en büyük faydası, toplum bilimcilere insan doğasına ve yaptıklarımızı neden yaptığımıza ilişkin bir kavrayış sunması olacaktır. Birleştirilmiş bir kişilikbilim kuramı geliştirilmesi saldırganlık, ruh hastalığı, yoksulluk, iktisadi dengesizlikler, ırkçılık, çevresel yıkım ve benzeri gibi asırlık sorunların bazılarını çözmemize yardımcı olacaktır. Önemli zorluklardan biri, kültürel çeşitlilik gösteren kişilik modellerinin geliştirilmesi olacaktır. Bu kuramsal ilerlemeler, insan türünün yeni binyılda karşılaştığı çeşitli zorluklara uygulanabilir. Ayrıca bu, önümüzdeki zorlukları çözmekle ilgilenenlerin kişilik kuramından bilgi ve destek almasını gerektirir ki ulusal ve uluslararası siyaseti yönlendiren şey insana dair yüzeysel bir kavrayış olmasın.

Kişilik Kuramı Merceğinden Bakmak

Bu bölümün başında gündeme getirilen karmaşık sorunları nasıl ele alırız? Kişilik kuramı merceğinden bakarak bireyler, ikililer ve daha geniş sistemler hakkında başta bir anlam ifade etmeyen bilgileri anlamlandırabiliriz. Okuyucu, kitaptaki bir ya da daha fazla kuramı sezgisel olarak daha anlamlı bulduğunu ve kendine daha yakın hissettiğini fark edecektir. Kitabın geri kalan bölümlerinde, öncelikli olarak, yirminci yüzyılın son çeyreğindeki çağdaş ilerlemelere odaklanılarak klasik kuramcılar ve temel kavramlar tartışılmaktadır (bu boyuttaki bir metinde olabildiği kadar). Bir sonraki bölümde çağdaş kişilik kuramının tarihsel köklerini irdelleyecek ve bu metinde sunulan çeşitli kuramsal modelleri değerlendirmek için Rychlak'ın yaklaşımına ek bir yaklaşım sunacağız.

Özet

Bu bölüm kişilik kuramına giriş niteliğindedir; kişilik kuramı, içinden doğduğu ana disiplin olan felsefenin amacına çok benzer biçimde insan doğasını anlamaya girişen son derece çeşitlilik gösteren bir alandır. Çağdaş toplumda çeşitli bireyler cazibe konusu olagelmıştır; Hitler gibi kötü üne sahip şahsiyetler ve Michelangelo, Mozart, Leonardo gibi parlak ve yaratıcı olanlar örneğin. Onların çoğu zaman uygunsuz, kendini baltala-

yan ya da tiksindirici eylemlerini ya da parlak katkılarını anlama merakımızın bir sonucu olarak, kişiliklerini anlamaya çalışırız. Hepimiz kişilik kuramını gündelik hayatımızda kullanırız. Bilinçli ve bilinçli olmayan bir düzeyde, etkileşimde bulunduğumuz insanları sürekli olarak değerlendirir, karşılaştırır ve sınıflandırırız. Bu muhtemelen hayatta kalmamızı garantileyecek bir mekanizma olarak evrimin biçimlendirdiği normal ve doğal bir süreçtir. Kişilik kuramcıları, insanın karmaşıklığının daha iyi anlaşılabilmesi için bu malzemeyi sistematik bir biçimde düzenlemeye çalışır. Kuram, yaptığımız çeşitli gözlemleri tutarlı bir tarzda ve bir öykü anlatır şekilde düzenleme girişimidir.

Kişilik incelemelerinin felsefeden farklılaştığı önemli bir nokta, sağlam bir kuram inşa etmek için deneysel ya da bilimsel temellere yaptığı vurgudur. Kişilikbilim terimini bulan Murray, kişiliği, insan yaşamlarını ve bireysel farklılıkları inceleyen güvenilir bir disiplin olarak kurumsallaştırmaya girişti. Kişisel özellik (istikrarlı bir kişilik etmeni) ve durum (kişilik sisteminin dalgalanan bir unsuru) gibi anahtar kavramları birbirinden ayırmak büyük önem taşır. Psikoloji açısından kişilikbilimin esas unsurları veriler için bir sınıflandırma sistemi, bir önermeler kümesi, bir kuram modeli ve kuramın bütünlüğünü sınamak için kullanılacak bir araçtır.

Kişiliği oluşturan çoklu etmenleri çeşitli soyutlama düzeylerinde ele alabiliriz. Kişiliği kapsamlı bir şekilde anlamak için biyopsikososyal model esastır. Bu etmenler biyolojik alt tabakalardan kültürel olana dek uzanır. Kişilik değişkenlerine, herhangi bir biyolojik ve toplumsal sistemde yapılabileceği gibi, mikroskobik ya da makroskopik olarak bakılabilir. Dolayısıyla nöronların ve nörotransmitterlerin hareketlerine odaklanabileceğimiz gibi, göç gibi bir görüngünün toplumsal etkisine de bakabiliriz.

Kişilik kuramında disiplinler arası çapraz döllenme arttıkça yakınsamaya doğru güçlü bir eğilim gelişmektedir. Bütünleştirme hareketi ya da sistematik seçmecilik diye tanımlanan bütünleştirici-seçmeci bir süreç yaşanmaktadır. Kişilik kuramının, psikoterapinin ve anormal psikolojinin alanları arasında çok sıkı bir ilişki bulunmaktadır. Zeka ve kişiliği ölçmek ve değerlendirmek için çeşitli araçlar geliştirilmiş olması bilimsel psikolojinin önemli bir başarısıdır. Ne yazık ki halihazırdaki birçok ölçüm azınlıklara karşı önyargı taşıyabilmekte ve etnikmerkezci tekkültürlülüğü

temsil etmektedir. Kişilik sistemlerinin bileşenlerine açıklık getirmede bir dizi yeni disiplin önemli ilerleme kaydetti. 20. yüzyıl boyunca, özellikle yüzyılın son çeyreğinde, alan, dikkate çeken bir hızla ilerledi. Kültürel çeşitlilik içeren kuramsal kişilik modellerinde kayda değer bir boşluk bulunmaktadır. Yirmi birinci yüzyılın kişilik kuramcıları ve araştırmacılarını bekleyen görev bunların geliştirilmesidir.

Okuma Önerileri

Murray, H. A. (1938). *Explorations in personality*. New York: Oxford University Press.

Sue, D. W. & Sue, D. (1999). *Counseling the culturally different: Theory and practice* (3rd ed.). New York: Wiley.

Antik Dönemlerden Yirminci Yüzyılın Ortalarına Dek Kişiliğin Tarihi

Giriş

Antik Dönemdeki Kişilik Kavramsallaştırmaları

İlk Çağlarda Ortadoğu

İlk Çağlarda Hindistan

Klasik Dönem: Yunan Filozofları

Dört Sıvı

Antik Yunan'da Karakterin Tanımlanması

Felsefeden Psikoloji Biliminin Ortaya Çıkışı

Evrenin Diyalektik Doğası

Bilimsel Devrim

Kişilik Kuramlarının Gelişiminde Hatalı Başlangıçlar

Frenoloji: Modern Nörobilimin Öncülü

Beden Morfolojisi: Tipoloji Psikolojisinin Öncülü

Wundt ve Deneysel Psikolojinin Doğuşu

Bilimsel Kişilik Kuramının Gelişimine Zemin Hazırlamak

Deneysel Yöntemler: Niteliksel ve Niceliksel Yaklaşımlar

James ve Çağdaş Bilimsel Kişilik Kuramının Doğuşu

İkiciliğin Reddi

Kendilik Kavramı

İstatistiğin Gelişimi

Zekanın İncelenmesi

Faktör Kuramı: Zeka ve Kişilik

Sözcük Bazında Türetilen Kişisel Özellikler Kuramı

Cattell'in Faktör Kuramı ve İstatistiksel Analiz

Faktör Analizi Aracılığıyla Kişisel Özelliklerin İndirgenmesi

Araştırma Metodolojisi ve İstatistiğin Birleşmesi

Kültürel Çeşitlilik, Antropoloji ve Batılı Bakış Açısı

Kültürel Önyargı

Antropologların Psikolojik Kavramlarla İlgilenmeye Başlaması

Mead'in Ortopsikiyatri Derneği'ne Uyarısı

Giriş

Bu bölümde, kişilik alanının antik uygarlıklar dönemine dayanan kökenlerinden bahsedilmektedir. Çağdaş kuramın gelişmesine yol açan başlıca etkiler ele alınmıştır.

Bu antik “sistemlerin” ve sonrakilerin birçoğu 21. yüzyılın bakış açısından bize gülünç gelse de, antik dönemdeki bu kavramsallaştırmaların, insan doğası ve kişiliğe dair sonraki kapsamlı bilimsel kuramların tohumlarının filizlenmesi olduğu açıkça görülecektir. Ayrıca bu bölümde, 19. yüzyılın sonu ve yirminci yüzyılın başında bilimsel psikolojinin çeşitli alanlarında meydana gelen büyük tarihsel paradigma değişimlerinin bazıları ele alınacaktır. Çağdaş psikoloji ve kişilik alanı bir dizi önemli gelişmenin etkisi altında topyekûn şekillenmiştir. On dokuzuncu yüzyılın sonu ve yirminci yüzyılın başında toplanan belli başlı gelişmelerin bazıları şunlardır:

- Felsefeden ayrı bir disiplin olarak psikolojinin ortaya çıkışı.
- Bilimsel devrimin itici gücü.
- Deneysel psikolojinin ortaya çıkışı ve yöntemleri.
- İstatistik alanının gelişmesi.
- Dönüm noktası niteliğindeki *Principles of Psychology* [Psikolojinin İlkeleri] (James, 1890) eserinin yayımlanması.
- Psikanalizin doğuşu.

İlk beş gelişme bu bölümde, psikanaliz ise Üçüncü Bölümde ele alınmıştır.

Antik Dönemdeki Kişilik Kavramsallaştırmaları

Psikoloji ve kişilik çalışmalarının insanlık tarihinde belgelenmiş uzun bir geçmişi vardır. Bu bölümde, hekimler, dinbilimciler ve filozoflar tarafından formüle edilen antik çağdaki ilk kavramlarından bazıları kısaca ele alınarak bilinç ve uygarlık birbirine bağlı olarak gelişirken insanlığın kendini tanımaya duyduğu büyük tutku gözler önüne serilmektedir. Birçok düşünür hem insan hastalıklarının ve duygusal ıstırabın nedenlerini ve iyileştirme yöntemlerini hem de insan kişiliğinde görünen farklılıkları ve benzerlikleri anlamaya çalışmıştır. Tıp, felsefe ve daha sonra psikoloji dalları bu zengin düşünsel zeminden ortaya çıkmıştır.

İlk Çağlarda Ortadoğu

Psikosomatik Tıp: Tıp, beden-zihin etkileşimi ve psikolojiyle ilgili kavramların gelişmeye başlaması M.Ö. 4000 yıllarındaki Babil'e kadar uzanır. Mısırlılar ilk dönemlerde geliştirdikleri ilkel psikoterapi sisteminde hastalarına, günümüzde psikosomatik hastalıklarda önerildiği gibi kendi içlerine dönmeyi tavsiye ediyordu (Alexander & Selesnick, 1966). Tıp ve psikoloji sistemleri spiritüalizm, mistisizm ve astrolojinin hakimiyeti altındaydı.

Histeri ve Rahim: Mısırlı hekimler, rahim ve duygusal bozukluklar arasında bağlantı olduğunu öne sürmüş, daha sonra Yunanlar bu durumu histeri terimiyle ifade etmiştir. Hatalı bir şekilde “belirtilerin rahmin hatalı konumlanmasından kaynaklandığını düşünüyor, rahmi doğal konumuna çekeceğini umarak vajinayı tütsülüyorlardı” (s. 21). Daha sonra Yunanistan'da Platon ve Hipokrat da benzer bir tedavi uyguladılar. Kadın cinselliğine dair bu ilkel kavramsallaştırma 19. yüzyılda ayrıntılandırılıp geliştirilerek histeri kadın cinselliğinin bastırılması ve cinsel istismara dair kavramlarla açıklanmıştır.

Suçlama/Yansıtma: Yansıtma olarak bilinen psikolojik mekanizmanın varlığı İsrail tarihinde tespit edilebilmektedir. İlk Talmud metinlerinin bazılarında, ahlaksızlığa savaş açmış birinin “Kudüs halkını tam da kendisinin işlediği suçlardan ötürü suçladığı” bir vaka yazılmıştır (s. 22). Bu psikolojik mekanizma daha sonra psikanaliz kuramında işlenmiş ve nesne ilişkisel modellerin önemli bir özelliği haline gelmiştir.

İlk Çağlarda Hindistan

Meditasyon: M.Ö. yaklaşık 500 yılında, muazzam empatisiyle tanınan Hindu prens Gautama Buddha, psikolojik meditasyon tekniğini geliştirdi (Alexander & Selesnick, 1966). Meditasyon, kişinin saf varlığı deneyimleme ve dünyevi arzulardan feragat etme girişimidir. Meditasyonun çeşitli aşamalarında peş peşe ustalık kazanan kişi nirvanaya yani tüm dünyevi özlemlerden arınmış, aşırı dinginliğin olduğu duruma erişebilir. Batı'da 20. yüzyılda benimsenen bu yöntem, giderek daha fazla tedavi uygulamasına dahil edilmektedir.

Duygu Merkezleri: Charaka eserlerinde yer alan M.Ö. 800 ila M.S.1000 yıllarındaki Antik dönem Hindu tıbbında “alışılmadık davranışların güçlü duygularla ilişkili olabileceğini ileri sürülmüştür” (s. 25). Ayrıca belli kişilik özelliklerinin bedende konumlanışını anlatmıştır: “Örneğin cehalet karında, tutku göğüste ve iyilik beyinde konumlanmıştır” (s. 25). Uyum sağlamanın ve kişiliğin anlaşılması için insanın duygusal işlevselliğini sınıflandıran basit bir psikolojik sistem geliştirilmişti. Balgam, safra ve hava gibi çeşitli maddelerin uygun oranlarda uyumlu ve dengeli halde bulunmasının sağlık için gerekli olduğu düşünülüyordu. Bu kavramsal unsurlar, Yunanlar tarafından formüle edilen kişilik kavramlarında da görülüyordu.

Klasik Dönem: Yunan Filozofları

Entelektüel düşünce klasik dönem, M.Ö. yaklaşık 1000 yılında, Homeros insanların tanrıları kızdırdıkları için zihinsel hastalıklar yaşadığını öne sürdüğünde başlamıştır. Bu insanların cezalarının tuhaf davranışlarda bulunmak olduğu düşünülmüştür. Bu ahlaki delilik fikri bazı toplumlarda 19. yüzyıla kadar, bazı kültürlerde daha sonralarda dahi etkisini sürdürmüştür. M.Ö. 6. ve 7. yüzyıllarda entelektüel hareket akılcı düşünceye doğru ilerlemeye başlamıştır (Alexander & Selesnick, 1966).

Dört Sıvı

Yunan hekim Hipokrat 2500 yıl önce tarihe geçen ilk sistematik kişilik sınıflandırmasını ortaya koymuştur. Dört sıvı, bir başka deyişle bedensel salgılar ve bunların mizaçla ilişkisi bu sistematik yapının temelini oluşturmuştur. Kişi, bu sıvıların baskınlığına ya da dengesizliğine bağlı olarak

şu dört mizaçsal eğilimden birini göstermekteydi: Sarı safra fazlalığına bağlı olarak **asabiyet**; kara safranın fazlalığına bağlı olarak **melankoli**; kanın fazlalığına bağlı olarak **canlılık**; balgamın fazlalığına bağlı olarak **ağırkanlılık**.

Millon'un da (Millon & Davis, 1996a) ifade ettiği gibi, gladyatörlerin cerrahı olan Galen, salgılara ilişkin bu sınıflandırmayı yüzyıllar sonra değiştirmiş ve bu dört mizacın duygu durumlarıyla ilişkili olduğunu ileri sürmüştür. Galen **asabiyeti** çabuk sinirlenme eğilimi; **canlılığı** iyimserlik eğilimi, **melankoliyi** hüznülenme eğilimi ve **ağırkanlılığı** duygusuzluk eğilimi olarak yorumlamıştır. Çağdaş nörobiyolojik kişilik modellerinin de söz konusu modelle benzerlik gösterdiği noktalar olduğunu görmek ilginçtir. Günümüz biyolojik psikiyatristleri kişilik rahatsızlıklarını sınıfların “dengesinin kaçmış olmasıyla” ilişkilendirmez. Bu çağdaş psiko-farmakologlar, kişiliğin önemli bileşenleri olduğuna inandıkları depresyon, kaygı, mani ve saldırganlık yönündeki duygusal eğilimlerin açıklaması olarak nörotransmitterlerdeki bozuklukların ve dengesizliklerin üzerinde durur. Nörotransmitterlerin azı ya da fazlası borderline kişilik yapısının ayırt edici özelliği olan duygulanım düzensizliğine sebep olabilir.

Antik Yunan'da Karakterin Tanımlanması

İnsanlar bin yıllardır karaktere ve insan ilişkilerinin karmaşıklığına büyük ilgi göstermiştir. Antik Yunanlar bu ilgiyi tiyatro oyunlarında sergilemişler, hatta *kişilik* sözcüğü de Yunan aktörlerin oyunlarında giydiği maskelerden türetilmiştir. Başlarda maske anlamına gelen persona sözcüğü sonraları kendilik anlamında kullanılmıştır. Millon (Millon & Davis, 1996a) Antik Yunan'da karakterin tanımlanmasını şöyle yazmıştır: “Allport muhtemelen Aristo tarafından ortaya atılan ve daha sonra Theophrastus tarafından iyileştirilen Atina kökenli bir edebi tarz olarak ‘karakter yazımından’ söz eder. ‘Sözlü’ betimlemeler olarak ortaya konulan bu karakter tasvirleri, belli tipleri her kesimden okuyucunun tanıyıp takdir edebileceği uygunlukla yansıtan kısa eskizlerdir. Bu eskizlerde baskın karakter ön plana çıkarılıp vurgulanarak ve süslenerek bireyin kusurlarına ve zaaflarına dikkat çekilmiştir. Esasen bunlar, methiye ya da taşlama ya yakın, belli bir üsluba sokulmuş basitleştirmelerdir” (s. 35).

Karakter tiplerine dair yazılar, yirminci yüzyılın başında psikanalitik kuramın gelişmesiyle yeniden canlanmıştır. Çoğu analitik öncü, klasik yazılarında kişiliği ve çeşitli kişisel özellikleri özenle ve ayrıntılı şekilde tanımlamışlardır. Önemli çağdaş kuramcılardan olan Millon da çeşitli karakter tarzlarını ve kişilik bozukluklarını tanımlama kapasitesi üzerine çalışmıştır.

Alexander ve Selesnick (1966) şöyle yazmışlardır: “İlk çağ kuramlarının ve gözlemlerinin çoğunu göz ardı edebiliriz fakat insan tarihinin benzersiz bir dönemi olan Klasik Çağ’da başlayıp bir gelenek olan yerleşen Antik Yunan zihniyetinin, yani akılcı yaklaşımın tarihsel önemini ne kadar vurgulasak azdır” (s. 48).

Felsefeden Psikoloji Biliminin Ortaya Çıkışı

Bilim tarihinde psikoloji, kaynağını çok daha eski bir bilim dalı olan felsefeden alan, görece yeni bir disiplindir. Felsefe varlığı, bilgiyi ve davranışı inceler; mantıksal düşünmeyi baz alır. Bu nedenle yaşamın ve varoluşun esas anlamı, binlerce yıldır filozofların odak noktası olmuş; “Biz kimiz?” ve “Varoluşumuzun amacı nedir?” gibi sorular yöneltilmiştir. Aristo, Plato ve Sokrat gibi ilk dönem filozofları, yazılarının çoğunda insan psikolojisini anlamaya çalışmışlardır. Rychlak (1973) şöyle özetlemiştir:

İnsan dünyaya ilişkin ilk formülasyonlarında her şeye insanın niteliklerini atfettiği tuhaf açıklamalar getiriyordu. Doğayı insan benzeri tanrılar ve yarı tanrılar yaratmıştı; bunların niyetleri, intikam arzuları, şehveti, ümit dolu özlemleri vardı. Felsefe ve dolayısıyla bilimin başlangıcının Miletli Thales (M.Ö. 640?-546) ve öğrencisi Anaksimander’in (M.Ö. 611- 547) doğanın temeli olduğunu farz ettikleri maddeden (birinin “su” birinin “sınırsız” dediği maddeden) yola çıkarak doğayı açıklama girişimlerine dayandığı söylenir. Heraklit (M.Ö. 540-480) ve Parmenides (M.Ö. 515-456) değişim konusunu gündeme getirmiş; günlerin ve gecelerin birbirini izlediği şu dünyasında herhangi bir şeyin gerçekten meydana gelip gelmediğini sorarak, zaman içindeki olaylarda ivme yani “hareketin dokusuna” ilişkini düşünmeyi devreye sokmuştur. Heraklit bir başka nosyonu öne çıkarmakta da etkili oldu – olayların akış mantığı. Zamanın hareketi rastgele değil akılcı bir düzene örüntülenmişti. Bu ön kabulden

hareket eden Demokritos (M.Ö. 460-370) daha sonra, evrende “te-sadüf” diye bir şey olmadığını, çünkü her şeyin örüntülenmiş yasala-ra tabi olduğunu söyledi. (s. 3)

Psikoloji felsefeden doğup gelişti ama bunun olması için modern de-neyciliğin doğması gerekti. Bilimsel devrim, psikolojiye felsefenin içgöz-lemsel hükümlerini terk etmesi ve modern bilimsel psikolojiye evril-mesi için güç sağladı: “Modern dünyanın temellerinin atıldığı 17. yüzyılın hakkını vermek gerek”(Alexander & Selesnick, 1966, s. 89). Bu yüzyıldaki ilerlemelerin altında iki yaklaşım yatıyordu: “İlk yaklaşımda tümdenge-limsel, analitik ve matematiksel akıl yürütme; ikincisinde deneysel ve tümevarımsal akıl yürütme vurgulanıyordu” (s. 90).

Evrenin Diyalektik Doğası

Evrenin diyalektik doğası Yunanların çok ilgisini çekmişti: Deneme-yanılma, bilme sürecinin parçasıydı. Sokrates ve Platon, bilgiyi ilerletme-nin bir yolu olarak diyalektik söylem sanatını geliştirdi. Sokrates bir soru ortaya atar, öğrencisine karşıt konumu savundururdu. Sokratik yöntem evrenin diyalektik anlamını araştırmakta ve kavrayışın yeni yollarını üretmekte kullanıldı. Bu kitapta sunulan çağdaş kişilik kuramlarının ev-riminde görülebileceği gibi, bilimin tarihi de bir şekilde diyalektik bir süreç olabilir.

Bilimsel Devrim

Britanyalı filozof Sir Isaac Newton (1643-1727) ve Sir Francis Bacon (1561-1626) deneysel yaklaşımın babalarıdır. Doğada niyet diye bir şeyin olmadığını, görüngülerin sadece maddi ve nedensel terimlerle açıklan-ması gerektiğini varsaydılar. Dolayısıyla terimler daha alt soyutlama dü-zeylerine, hatta insan gözüyle gözlemlenemez olanlara indirgenebilirdi. Bilimsel araştırmada bu **indirgemecilik** bilginin daha alt düzeyde soyut-lamalardan, gerçekliğin alt katmanlarından oluştuğunu varsaydı. Bilgi işlevsel olarak tanımlayıcı kavramsal yapılarla ilerliyordu.

John Locke insan türünün fikirlerinin basitçe kişinin gerçeklikle dene-yiminin haritaları olduğunu ve her zihinsel kavramın kısıtlı bir anlama sahip olduğunu kuramsallaştırdı: “Locke modeli, doğa bilimlerinde ilk itici gücü sağladı ve sözde inatçı ayrımları bulunan psikolojik kuramlar

üzerinde halen egemendir” (Rychlak, 1973, s. 9). Immanuel Kant, bilgiyi düzenlemek için kullandığımız kategorilerin varsayımlarımızı etkilediğine, bu varsayımların geçerliliğini göstermek için deneysel olarak sınanması gerektiğine inanıyordu.

On dokuzuncu yüzyılın sonunda, psikoloji kendisini felsefeden farklılaştırmaya başladı: “Psikoloji felsefeden bağımsızlığını kazandığında ve 19. yüzyılın ikinci yarısında bir bilim haline geldiğinde, amacı, zihinsel yaşamın temel unsurlarını keşfetmek için laboratuvar temelli bir içgözlem kullanmaktı” (Hjelle & Ziegler, 1976, s. 21). Psikoloji 20. yüzyıldaki olağanüstü büyümesinin ardından, giderek artan sayıda alt disipliniyle katlanarak büyümeye devam etmektedir. Modern bilimdeki kişiliği oluşturan sistemlerin birçoğu Dördüncü Bölümde ele alınmaktadır.

Kişilik Kuramlarının Gelişiminde Hatalı Başlangıçlar

Frenoloji: Modern Nörobilimin Öncülü

Frenoloji, Franz Joseph Gall’ın (1758-1828) beyin korteksinin çeşitli alanlarıyla ilişkili olarak özelleştiği düşünülen beyin fonksiyonlarına dayanan bilimsel bir kişilik kuramı geliştirme girişimiydi. Gall, kafatasındaki kontur farklılıkları arasındaki “bağıntıyı” vurgulamış ve (hatalı olarak) bunların altta yatan beyin yapılarını yansıttığını düşünmüştü. Birinci sınıf bir nörofizyolog olarak bilinen doktor Gall, kesitler aracılığıyla bir türün sahip olduğu korteks miktarı ne kadar büyükse, entelektüel kapasitesinin de o kadar yüksek olduğunu keşfetti (Hunt, 1993). Ayrıca beynin iki yarısı arasındaki bağlantı yerini (komissür) keşfetti. Beyin yapısının ve işlevinin bilgisine katkılarına rağmen, en çok **frenolojiye** ilgisiyle hatırlanmaktadır. Kafatasında belirlenen fiziksel özelliklerin, farklı kişisel özelliklere yol açan kortikal alanları temsil ettiğine inanıyordu. Bir meslektaşıyla birlikte yüzlerce denegi inceledi ve kafatasının çeşitli bölgeleriyle ilişkili kişilik özelliklerini belirledi. Kişinin kafasındaki yumruları hissederek profilini çıkarıyordu. En baştaki 27 alandan (daha sonra 36’ya genişletildi) her birinin altta yatan beyin korteksiyle ilgili olduğu varsayıldı. Neredeyse yüz yıl boyunca rağbet gören frenoloji, deneysel desteğin yokluğu nedeniyle nihayet gözden düştü. Her ne kadar hatalı varsayımlar üzerine temellense de frenoloji, beyin yaralanmalarının etkilerini ve sonucunda oluşan davranış değişikliklerini gözlemlemekten hareketle çarpıcı biçim-

de ilerleyen, modern nöropsikolojinin öncüsüydü. Bu, bilimin kuramdan uygulamaya ve deneysel doğrulamaya nasıl evrildiğinin önemli bir örneğidir.

Bir başka cerrah Pierre Flourens (1794-1867), hayvanların beyinlerinden küçük kısımlar alarak ve ardından davranışlarını gözlemleyerek, fiili psiko-cerrahi prosedürler gerçekleştirdi; böylece frenoloji kesin bir biçimde çürütüldü (Hunt, 1993). Beynin belli bölgelerinin belli kişisel özelliklerle ilişkisi desteksiz kalsa da, beynin belli bölgelerinin belli işlevlerde uzmanlaşmış olduğu teorisi doğrudur! Düzenli çalışması aracılığıyla Flourens her ne kadar bazı beyin işlevleri belli bölgelerle sınırlı (lokalize) olsa da “algı, yargı, irade ve hafızanın beyin korteksinin her yerine dağıldığını” keşfetti (s. 105). Gall ve frenoloji tarafından kaydedilen ilerlemeyi yorumlayan Hunt: “Böylece Gall’ın sözde bilimsel kuramı beyin işlevlerinin yerleşimi üzerine ilk deneysel çalışmalara yol açtı. Dahası, Gall’ın kuramı her ayrıntısında yanlış olsa da Flourens’in saldırıları karşısında hayatta kaldı, zira sonraki zamanlarda nörofizyologlar Flourens’in izinden giderek beynin belirli alanlarının görsel algı, işitsel algı ve motor denetimden sorumlu olduğunu tespit etti. Flourens hafıza ve düşünmenin korteksin her yerine dağılmış olduğunda haklıydı ama sınırlı sayıda daha düşük düzeyli ve hatta bazı yüksek düzeyli zihinsel süreçler gerçekten de belli bölgelerle sınırlıydı” (s. 105-106).

Beden Morfolojisi: Tipoloji Psikolojisinin Öncülü

Ernst Kretschmer (1925) bedensel görünüm ve kişilik arasındaki ilişkiyi deneysel olarak geçerli kılmaya girişti. Kretschmer beden tiplerinin kişilikle ilişkili olduğuna inanıyordu. Kısa ve şişman olanların neşeli ve şen olmaya yatkın olduğunu, uzun ve zayıf olanların utangaç ve geri çekilmiş olmasının daha olası olduğunu “gözlemledi”.

Sheldon (Sheldon & Stevens, 1942; Sheldon, Stevens & Tucker, 1940) bu fikirleri geliştirerek, bir şekilde daha deneysel temelli bir kişilik sınıflandırma sistemi geliştirdi. Fotoğraflar kullanarak birkaç bin üniversite öğrencisini üç beden yapısına göre ayırdı ve bu beden tiplerine endomorfi, mezomorfi ve ektomorfi adını verdi. Bu sistemde **endomorf** kısa ve şişman, **mezomorf** kaslı, **ektomorf** uzun ve incedir. Sistemi daha hassas hale getirmek için, herkesi üç beden tipi üzerinden birden yediye kadar

değerlendirdi, ardından üç bedensel tipi ve çeşitlemelerini klinik değerlendirme ölçekleri kullanarak mizaç boyutlarıyla bağıntılandırdı. Rahatlık ve dışa dönüklük endomorfu simgeledi; mesomorfların enerjik ve saldırgan olduğu düşünüldü; ektomorflar çekingen ve ölçülüydü.

Sheldon bu beden tipleri ve kişilik arasındaki **bağıntının** doğuştan olduğunu, bu nedenle genetik açıklamaların yerinde olduğunu varsaydı. Bununla beraber psikoloji derslerinin girişinde öğrendiğiniz gibi, bağıntı [korelasyon] olması sebep-sonuç ilişkisi olduğu anlamına gelmez; sadece iki değişkenin düzenli olarak birlikte gözlemlendiği anlamına gelir. Sheldon'ın dikkate almadığı rakip bir varsayım vardı: beden tipinin aile ve akranlar gibi toplumsal sistemlerle dinamik etkileşim içinde olduğu ve bu sistemlerden gelen tepkilerin kişiliği dinamik olarak etkileyip biçimlendirdiği.

Wundt ve Deneysel Psikolojinin Doğuşu

Bilimsel Kişilik Kuramının Gelişimine Zemin Hazırlamak

Her ne kadar insanlar dünya üzerinde belirdikten bu yana çeşitli biçimlerde deneyler yapıyorsa da, bilimin yaygın kabul görmesi ancak tarihin ileri safhalarında gerçekleşti (Lathrop, 1969). Çağdaş bilimsel kişilik alanının gelişimine zemin hazırlayan bir başka hareket, deneysel psikolojiydi. Lundin (1969) bu önemli bilimsel disiplinin ortaya çıkışını ve alan üzerindeki etkisini şöyle anlatır: “1913 yılında psikolojide büyük bir devrim olarak adlandırılabilen olan gelişmeler meydana gelmeye başladı. John Watson'ın bir makalesinde zihni ve diğer gözlemlenemez olanları psikolojiden dışarı atması heyecanın fitilini ateşledi. Elbette herhangi bir konunun tarihsel değişimi ön hazırlık olmaksızın meydana gelmez. Psikolojik laboratuvarlar bir süredir zaten faaldi ve orada çalışanlar, zihnin çözümlemesine yönelik oldukça sistematik ve dikkatli bir yaklaşım benimsediklerine inanıyordu. Wilhelm Wundt, 1879'da Almanya'daki Leipziger Kenti'nde ilk psikoloji laboratuvarını kurdu; dolayısıyla Wundt modern deneysel psikolojinin kurucusudur diyebiliriz” (s. 30).

Wilhelm Wundt (1832-1920) akademik psikolojinin öncülerinden biriydi ve birçokları tarafından “ilk modern psikolog” olduğu düşünüldü (R. I. Watson, 1971, s. 283). Wundt yapısalcılığın kurucusuydu ve Psycholo-

gische Institute adında küçük bir araştırma laboratuvarı kurdu. Wundt (1904) ilk fizyolojik psikoloji dersini verdi; daha sonraları, bilimin yeni alanının anahatlarını belirlediği, bir dönüm noktası olan iki ciltlik *Principles of Physiological Psychology* [Fizyolojik Psikolojinin İlkeleri] kitabını yayımladı. Algılar, duyular, bilişler ve duygular aracılığıyla zihin ve bilinci anlamaya çalıştı ama bunu deneysel yöntemlerle yapmayı vurguladı. Wundt'un enstitüsü "deneysel psikolojinin Mekke'si haline geldi, birçoğu Amerikalı olan sayısız öğrenciyi kendine çekti ve ardından gelen psikolojik laboratuvarlar için model olarak kabul edildi" (Hillner, 1984, s. 35). Bu bölümde sunulan Cattell ve Spearman gibi psikolojinin pek çok saygın ismi oradan çıktı. "Wundt'a göre, mümkün olduğu ölçüde deneysel yöntemin kullanılması zorunluydu" (R. I. Watson, 1971, s. 267). Dar bir odağı olsa da, psikolojiyi somutlaştırmıştır. Muhtemelen en büyük katkısı, psikolojinin çeşitli alanlarını araştırmak için araştırma metodolojisine vurgu yapmasıydı. Wundt niceliksel yöntemlere yönelmiş olsa da, modern psikoloji uygun olduğunda niteliksel yöntemleri de kullanır.

Deneysel Yöntemler: Niteliksel ve Niceliksel Yaklaşımlar

Psikolojik bilimde kullanılan deneysel tasarımın çeşitli kategorileri bulunmaktadır. Genel olarak, psikolojik araştırmanın iki geniş kategorisini birbirinden ayırt edebiliriz: niteliksel ve niceliksel. **Niteliksel araştırma** sunulan varsayımları desteklemek için mantıktan ve çeşitli kanıtlardan (tarihsel malzeme, özbildirim, katılımcı gözlem, mülakatlar) yararlanır. **Niceliksel araştırma** deneysel yöntemle dayanır, varsayımların kabul ya da ret edilmesine karar vermek için istatistiksel analiz ve işlemleri kullanır. Isaac ve Michael (1979) dokuz işlevsel kategori, yani araştırma yöntemi belirlemiştir. Her birinin avantajları ve dezavantajları bulunmaktadır. Bazıları daha kesin sonuçlara ulaşmak için daha işgalci analiz yöntemlerini benimserken, bazıları yöntemi doğal bir çevrede uygulamanın rahatlığını vurgular. Bu etmenler aşağıdaki betimlemelerde açıkça görülür. Niteliksel yaklaşımlar 1 ila 4 arasındaki başlıklar artı 9. başlıktır; niceliksel yaklaşımlar ise 5'ten 8'e kadar olanlardır:

1. **Tarihsel:** Bu araştırma türünde, araştırmacı geçmişini doğru ve nesnel bir şekilde yeniden inşa etmeye çabalar. Bu tür araştırma, çoğu zaman psikobiyolojik araştırmada kullanılır ve çok miktarda önyargıya sahip olabileceği gibi aydınlatıcı da olabilir.

2. *Betimleyici*: Bu araştırma türünde, belli görüngüleri doğru ve olgusal şekilde betimlemek için çaba sarf edilir. Bu yaklaşım, kişiliğin ve kişisel özelliklerin çeşitli tiplerini betimlemekte yaygın bir biçimde kullanılmıştır.
3. *Gelişimsel*: Bu araştırma türünde, araştırmacı işlev ve gelişimde zaman içinde meydana gelen değişimleri gözlemler. Erickson'ın (1959) gelişimsel aşamaları bu yaklaşımın kullanımının bir örneğidir.
4. *Vaka ya da alan*: Bu araştırma türünde, bir toplumsal birim – bireysel, ikili, üçlü ya da daha geniş sistem- yoğun biçimde gözlemlenir ve çıkarımlarda bulunulur. Farklı kişilik modelleri öneren çeşitli yaklaşımlardan klinisyenler, gelişimsel psikologlar ve psikoterapistler tarafından kullanılan başlıca yaklaşımdır.
5. *Bağıntısal*: Bu araştırma türünde, araştırmacı bir faktördeki değişikliklerin diğerlerini nasıl etkilediğini bağıntı katsayılarını kullanarak gözlemler ve ölçer. Bu araştırma yöntemi öncelikli olarak faktör kuramcıları tarafından kullanıldı ama birçok yaklaşımda yaygındır.
6. *Nedensel-Karşılaştırmalı*: Bu araştırma türünde, araştırmacı mevcut verileri gözden geçirerek, değişkenler arasında nedensellik ilişkisi olup olmadığının belirlenip belirlenemeyeceğine bakar. Bu yöntem klinik kuramcılar arasında yaygındır. Örneğin bir araştırmacı, Borderline Kişilik Bozukluğu tanısıyla hastaneye yatırılmış tüm hastaların tıbbi/psikiyatrik dosyalarını inceleyerek geçmişte istismar yaşamış olmanın nedensel bir faktör olarak değerlendirilip değerlendirilemeyeceğine bakabilir.
7. *Hakiki deneysel*: Uygulanması en zor olan bu yöntemde, araştırmacı sebep-sonuç ilişkisi arıyordur ve bunu yaparken denekleri kontrol grubuna ya da deney grubuna rasgele atar. Ardından farklı tedavi koşulları karşılaştırılır ve sonuçlar analiz edilerek anlamlı farklılık olup olmadığına bakılır.
8. *Yarı-deneysel*: Bu araştırma türünde, araştırmacı hakiki deneysel tasarımın koşullarını tekrarlamaya girişir ama tüm ilgili değişkenler kendi kontrolünde değildir. Örneğin farklı biçimlerde grup terapisi almış olan iki hasta grubu, tedavi tamamlandı-

tan sonra bir özsaygı ölçeği üzerinden karşılaştırılır. Rasgele atama yapılmamıştır ama araştırmacı grup oluşumunda sonucu etkilemiş olabilecek farklılıkları belirlemek için elinden geleni yapar.

9. *Eylem*: Bu araştırma türünde, araştırmacı uygulama ortamında yeni bir yaklaşım geliştirir. Örneğin sosyal fobi yaşayan bir grup hastaya yeni bir beceri eğitimi sunulur (Isaac & Michael, 1979, s. 14).

Modern bilimsel psikoloji, yeni bir deneysel bilim yaratmanın yollarını arayan ve bunu yapmak için yöntemler geliştiren deneysel psikologların katkısı olmasa böyle ilerleyemezdi. Ama bu yeni bilimi sağlam bir biçimde kurumsallaştırmak ve kendilik, bilinç, kişilik çalışmalarına meşru zemin sağlamak için daha fazlası gerekiyordu. Aynı dönemde ortaya çıkan William James bunun yolunu açmıştır.

James ve Çağdaş Bilimsel Kişilik Kuramının Doğuşu

New York'ta zengin ve seçkin bir ailede dünyaya gelen William James (1842-1910), 19. yüzyıl filozoflarıyla 20. yüzyıl psikologları arasında köprü kuran en etkili psikologlardan biriydi.

Harvard Tıp Fakültesi'nde eğitim gördü ama ilgisini yitirince devam etmedi ve doğa tarihi konusunu incelemek için Amazonlara seyahat etti. Bu konudan hiç hoşlanmadı ve tıp fakültesine devam etmeye karar verdi. Çeşitli bedensel ve duygusal rahatsızlıklar nedeniyle tıp fakültesini yine bıraktı; Helmholtz ve yeni psikolojinin diğer liderleriyle çalışmak için Avrupa'ya geri döndü. Bedensel ve duygusal rahatsızlıklarını rahatlatmanın yollarını ılıcalarda aradı. Geri dönüp tıp fakültesini bitirdiğinde 27 yaşındaydı ama tıp uygulamasını seçmedi, zira geniş ilgi yelpazesi ve keskin zekası için yeterince entelektüel derinlik vadetmiyordu. Onun yerine psikolojiye yöneldi ve Harvard'da profesör oldu.

1890'da bir dönüm noktası olan *Principles of Psychology* [Psikolojinin İlkeleri] kitabını yayımladı. Kitabı öngörüldüğü üzere iki yılda değil 12 yılda bitirdi ama yayımcıların hayallerinin çok ötesinde başarı elde etti. Yüz yıl geçtikten sonra günümüzde bile hâlâ popüler bir metin olan James'in *Principles of Psychology*'si birçok kitapçının raflarında görülebilir. Hillner (1984) şu şekilde yorumlar: "Eşimin gittiği kitap kulübünde ge-

çenlerde James'in kitabını okudular; ama kitap *çağdaş* psikolojiye giriş olarak okundu; bu da James'in eserinin hâlâ herkesin ilgisini çeken işe yarar bilgiler sunduğunu hem de kültürel çekiciliğini koruduğunu gösterir" (s. 66).

Principles of Psychology'de, James (1890) "psikolojinin bir doğa bilimi" olduğunu ilan etti (s. 183) ve psikoloji alanının anahatlarını ve çeşitli konularını belirledi. James şunları yazdı: "Psikoloji Zihinsel Yaşamın Bilimidir, hem görüngülerinin hem de koşullarının. Görüngüler duygular, arzular, bilişler, akıl yürütmeler, kararlar ve benzeri olarak adlandıığımız şeylerdir ve yüzeysel olarak bakıldığında onların çeşitliliği ve karmaşıklığı gözlemci üzerinde kaotik bir izlenim bırakır" (s. 1).

Birçokları James'i psikoloji alanını "derinden etkilemiş" en parlak psikolojik kuramcı ve gözlemcilerden biri olarak görür (Hillner, 1984, s. 65). James, çağdaş kişilikbilimin öncelikli bileşenleri olan duygu, kendilik, irade, biliş, hafıza ve bilinç gibi kişiliği oluşturan sistemler hakkında yazdı. Bu ve başka pek çok kitapta (Millon, 2000) özetlenen yirminci yüzyıl buluşları ve kuramsal formülasyonları halen ilham kaynağı ve etki unsuru olmaya devam etmektedir (Magnavita, baskıda-a). Bununla beraber James birçok çelişkiyi de içinde barındırıyordu. Hunt (1993) bu tartışmalı aydın hakkındaki yorumunda şöyle der: "yeni psikoloji biliminin saygın hocalarından biri olup psikolojinin bilim olduğunu inkâr eden birini nereye koyacaksınız? Deneysel psikologların bulguları öven ama deney yapmaktan nefret eden ve olabildiğince az deney yapan birini? Zamanının (19. yüzyılın sonu) en büyük Amerikan psikoloğu olduğu söylenen ama hiç psikoloji dersi almamış, hatta bazen psikolog etiketini bile reddeden birini?" (s. 144).

James deneysel psikoloji disiplini ABD'ye getiren kişiydi. Bundan önce, üniversitelerde öğretilen esas psikolojik konu frenolojiydi. Her ne kadar deney yapmaktan nefret etse de bazı şık deney tasarımları vardı - hafızanın pratikle güçlendiğine dair yüzyıllardır kabul edilen bir kuramı tartışmaya açmak gibi (Hunt, 1993). James doymak bilmez bir okurdu; başka konuların yanı sıra eğitim, felsefe ve dini deneyime ilgisi vardı. "1894'te, o zamanlar pek bilinmeyen Viyanalı hekim Sigmund Freud'un eserine dikkat çeken ilk Amerikalıydı ve 1909'da Freud'un ABD'ye yaptığı tek ziyarette onunla buluşmak ve konuşmasını dinlemek için, hastalığına

rağmen, Clark Üniversitesi'ne gitti" (s. 153). Freud'un ziyareti ve Clark Üniversitesi'ndeki dersleri Amerikan psikolojisi ve kişilik kuramı üzerinde derin bir etki bırakacaktı. Freud o zamana dek geliştirilen ilk kapsamlı kişilik kuramını sundu; her ne kadar tartışmalı ve yeni olsa da, kuram, ABD'deki akademik ve mesleki psikolog camiasının ilgisini çekti. Freud'un kuramlarını dinleyen ya da okuyan çoğu kimse şu ya da bu şekilde güçlü tepki gösterdi.

İkiciliğin Reddi

James, zihin ve bedeninin bağımsız varlıklar olduğu fikrinden rahatsızdı. "Zihin-beden etkileşimine inanan örtük bir ikicilik yanlısı ve bariz bir pragmatisti; işlevcilikte organizmanın çevreye uyum sağlaması bağlamında bilincin kullanışlılık değeri üzerine odaklanması, James'in her iki konumunun da ifadesiydi" (Hillner, 1984, s. 66). Bununla beraber James psikolojinin zihinle bedeninin karşılıklı ilişkisini konu alan bilmeceyi çözmeye hazır olduğuna inanmıyordu. Bu bulmaca kişilik kuramı bakımından hâlâ hayati öneme sahiptir ve Dördüncü Bölümde bilincin doğası kısmında incelenecektir. Kendisi üzerine düşünebilen, ölümlülük, varoluşun anlamı ve amacı gibi varoluşsal sorunlar üzerine kafa yoracak bilince sahip olan tek türün insan olduğu düşünülür. Bu bilinç diğer türlerde görülmeyen uygarlığın gelişimine imkan vermiştir. James bilincin ayrı unsurlardan oluşan bir mozaik değil, kesintisiz, sürekli bir akış olduğuna inanıyordu.

Kendilik Kavramı

James kendilik kavramsallaştırmalarıyla çok ilgileniyordu ve kendiliği üç kategoriye ayırmıştı: **maddi kendilik**, **toplumsal kendilik** ve **manevi kendilik**. Bunlar, genel hatlarıyla, bu metinde daha sonra sunulacak olan biyolojik-mizaçsal, toplumsal-kişilerarası ve intrapsişik sistemlere karşılık gelir. James kendiliğin çeşitli dilimleri arasında çoğu zaman çatışmalar olduğuna inanıyordu ve bu çekişmeyi kendi renkli tarzıyla şöyle betimlemiştir:

Ben çoğu zaman deneysel kendiliklerimden birinin yanında durup diğerlerini terk etme zorunluluğuyla yüz yüze geliyorum. İstemediğimden değil, yapabilseydim, hem zengin hem şişman hem iyi giyimli, hem atlet hem milyoner, hem entelektüel, hem keyif adamı,

hem çapkın hem filozof, hem hayırsever hem devlet adamı hem savaşçı hem Afrika kâşifi, hem şair hem aziz olmak isterdim. Sorun şu ki bu olanaksızdır. Milyonerin işi azizinkine zıt düşecektir; keyif düşkün ve hayırsever birbirinin ayağına dolanacaktır; filozof ve çapkın aynı haneyi paylaşamayacaktır. Bu tür farklı karakterler bir insan için, yaşamın başlangıcında, eşit derecede olası olabilir. Ama bunlardan birini hayata geçirmek için diğerleri az ya da çok bastırılmalıdır (James, 1890, s. 309-310)

James, kendi zamanında psikoloji alanının zihin-beden bağlantısı sorunuyla baş etmeye hazırlıklı olduğuna inanmıyor, sorunun şimdilik bir kenara bırakılması gerektiğini düşünüyordu. Psikolojinin hafıza, imgelem, duygular, irade ve algı gibi çeşitli süreçleri tanımlamak ve açıklamakla uğraşması gerektiğini düşünüyordu. “James’in zamanından bu yana, Amerikan psikolojisinin birçok dalında (kişilik ve bireysel farklılıklar incelemeleri, eğitim psikolojisi, anormal psikoloji, çocuk gelişimi, sosyal psikoloji) hakim görüş bu oldu; onlarca yıl davranışçı ve zihinselcilik karşıtı olarak kalan deneysel psikoloji hariç her şeyde” (Hunt, 1993, s. 155).

Sosyal bilimlere deneysel yöntemlerden gelen verileri analiz edecek güçlü bir araç sunan önemli bir gelişme daha oldu. İhtiyaç duyulan şey bir istatistik sistemiydi.

İstatistiğin Gelişimi

Zekanın İncelenmesi

Zeka ve kişilik incelemeleri bazı ortak temelleri paylaşır ve ilk psikologların iki büyük ilgi alanı olmuştur. Felsefeden modern psikolojiye geçişin işaretini veren istatistik alanının gelişimi sosyal bilimlerin evriminde dönüm noktası olmuştur. Charles Darwin’in kuzeni olan Sir Francis Galton, zekanın aktarım süreciyle ilgileniyordu ve Britanya’nın büyük ailelerinin entelektüel kapasitesini incelemeye başladı. Kanıtları entelektüel becerinin kuşaktan kuşağa aktarıldığını öne sürüyordu (Galton, 1892). Galton bir zeka testi icat etmeye çalıştıysa da çabaları başarısız oldu (Herrnstein & Murray, 1994); fazla basit planlanmıştı.

Zihinsel testler 19. yüzyılın sonunda araştırmacıların ilgi alanıydı ama ancak Galton’un bağıntı katsayısını geliştirmesinin ardından zekanın an-

laşılması ve ölçülmesinde sıçrama gerçekleştirilebildi. Galton'un öğrencisi olan Karl Pearson, bağıntı katsayısıyla birlikte bu kavramı geliştirerek **Pearson'ın r'si** denen kavrama ulaştı. Bu İstatistiksel buluş, -1'den +1'e uzanan bir ölçek üzerinde iki değişken arasında ne kadar ilişkinin olduğunu belirlemeye imkan verdi.-1 iki değişken arasında tamamen negatif ilişkiyi, +1 doğrudan bir bağıntıyı temsil eder.

Faktör Kuramı: Zeka ve Kişilik

Kişilik incelemelerine bir başka yaklaşım faktör kuramıdır; bu kuram, tüm karmaşık davranışların psikometrik testler ve değerlendirme ölçekleriyle ölçülebilecek sınırlı sayıda temel değişken ya da faktörle açıklanabileceğini varsayar. İngiliz psikolog Spearman (1904) zeka araştırmalarında bu yaklaşıma öncülük etmiştir. Niceliksel olarak puanlanabilen bir dizi test deneklere verilir ve bunların sonuçları faktörlere indirgenir. Spearman birçok insana bir dizi zihinsel test verildiğinde, puanlarının pozitif bağıntılı olduğunu fark etti. Bunun zekada iki tür faktörün varlığına kanıt olduğuna inandı: bütün testlerle ölçülen bir **genel** faktör ve her teste özgü olan bir özel faktör.

Daha sonra kişiliğe uygulanan bu faktör kuramı, ABD'de Thurstone (1938) tarafından geliştirildi. Deneklerin bir dizi öz-değerlendirmeye yanıtlarının, hoşlarına giden ve gitmeyen şeylerin incelenmesiyle kişiliğin değerlendirilebileceğine inanıyordu. Yanıtlar (ham veri) toplandı ve değişkenlerin birbirleriyle nasıl bağıntılı olduğunu belirleyen bir istatistik tekniği olan faktör analizine tabi tutuldu. Bu bağıntılar temelinde, ortak faktörler saptanabilir ve etiketlenebilirdi. Bu faktörler sonradan boyut düzeyini, yani **kişilik özelliklerini** meydana getirdi.

Sözcük Bazında Türetilen Kişisel Özellikler Kuramı

Gordon Allport'un kişisel özellik kuramı, kişilik çalışmasında, sözcük analizine dayanan bir başka önemli gelişmeyi örnekler. Allport ve Odbert (1936) İngilizcede kişiliği betimlemek için kullanılan sözcüklerin kapsamlı bir taramasını gerçekleştirdi ve toplam 17.953 sözcük kaydetti. Bunlar faktör analiziyle indirgendiğinde, bileşik kişisel özellikler ortaya çıktı. Allport kişisel özelliklerin, kişilik yapısının en temel görünümleri olduğuna inanıyordu. Kişisel özellikler çevremizdeki uyaranlara karakteristik

yanıt verme tarzımızdır. Kişisel özelliklerimizin örüntülenme biçimi, benzersiz kişiliğimizi yansıtır. Kişisel özelliklerden bazıları baskın, bazıları hafiftir; kişiliğin kontrolü baskın özelliklerde olabilir.

Cattell'in Faktör Kuramı ve İstatistiksel Analiz

Raymond Cattell (1860-1944) kişilik psikolojisinin gelişiminde çok önemli bir isimdir. İngiliz olan Cattell, psikoloji alanında doktorasından önce lisansını kimya dalında aldı. Kişiliğe belli başlı katkılarından biri araştırma yöntemiyle istatistiksel prosedürlerin kullanımını birleştirmesi ve ayrıntılandırmasıdır. Cattell “kendi kendini Wundt’un sağ kolu olarak görevlendirmişti” (R. I. Watson, 1971, s. 391); güçlü bir deneyci bakış açısı geliştirdi. Kişilik araştırmalarına bağıntı, faktör analizi ve çok değişkenli teknikler gibi güçlü istatistiksel araçlar ekledi (Winter & Barenbaum, 1999). Bu güçlü istatistiksel araçların gelişimi, toplum bilimleri için önemli bir ilerlemeydi; araştırmacıların değişkenler arası ilişkileri daha öncekinden çok farklı biçimde incelemesine imkan verdi. Her ne kadar modern yaşamımızda istatistiğin varlığını kanıksamış olsak da, istatistiğin gelişimi ve sosyal bilimlerinde kullanımı, deneysel temelin kurumsallaşmasında önemli bir sıçrama yaratmıştı. Sosyal bilim araştırmalarında çıkarımsal istatistiğin çeşitli teknikleri kullanılmaktadır. Çıkarımsal istatistik belirli ilişkilerin rastlantısallık olasılığını belirlemekte kullanılan matematiğin bir biçimidir. Şu istatistiksel teknikler kişilik, psikopatoloji ve psikoterapi araştırma çalışmalarında sık sık kullanılır:

- *Bağıntı*: İki ya da daha fazla değişken ölçülür ve birindeki değişimin diğerlerini etkileme olasılığı belirlenir. Değerli bir araç olsa da, bağıntı bir neden sonuç ilişkisi ima etmez çünkü bilinmeyen bir değişken değişimden sorumlu olabilir. Bu nedenle, deneylerin, deneklerin rastgele atandığı ve araştırmacıların bile hangi grubun hangisi olduğunu bilmediği, deney ve kontrol gruplarıyla yapılması tercih edilir. Bu çifte kör çalışma olarak bilinir ve en çok plasebo etkilerinin hesaplanabilmesi için ilaçların etkilerini araştırırken kullanılır.
- *Faktör analizi*: Kişilik araştırmalarında sık sık kullanılan bir başka güçlü araç istatistiksel araç faktör analizidir. Bu teknikte, çoklu değişkenler bağıntılandırılarak esas faktörlere indirgenir. Kişiliğin faktör analizi kişiliğin temel bileşenlerini belirlemeye

ve ölçmeye çalışır. Bu faktör kuramcılarının birincil aracıdır ve (Dokuzuncu Bölümde sunulan) Beş Faktörlü Kişilik Modelinin yanı sıra (Yedinci Bölümde sunulan) Eysenck'in Üç Faktörlü Modelinin geliştirilmesinde asli rol oynamıştır. Birçok istatistiksel yöntemde olduğu gibi, faktör analizinin de kısıtlılıkları vardır: bireysel kişiliği karmaşıklığı içinde ele almaz. Fakat kişisel özelliklerin toplamlarına ve ortalama eğilimlerine bakmak için güçlü bir araçtır. Araştırmacıları kuramsal formülasyonlarını deneysel olarak test etmeye cesaretlendirebilir ama sadece kolayca işler hale getirilebilen faktörleri ölçmek için yararlıdır. Faktör analizlerinin tabi tutulabileceği farklı rotasyon tipleri yani çözümler bulunur, eğik ya da temel faktörler gibi. Sonuçlar seçilen çözüme bağlı olarak farklılık gösterecektir (Amick & Walberg, 1975).

- **Çoklu değişken analizi:** Büyük miktarlardaki verileri ve çoklu değişkenleri analiz etmek için daha da güçlü istatistiksel tekniklere çoklu değişken analizi denir; bu tekniklere çoklu regresyon analizi ve ayırıcı işlev analizi dahildir. **Çoklu regresyon analizi** bir grafikte çizilen veri noktalarına en iyi uyan çizgiyi yerleştirir. Bu, x ve y eksenleri üzerindeki veri noktaları arasındaki cebirsel ilişkiyi gösterir. Sonuçta ortaya çıkan denklem, gelecekteki davranışları öngörmekte kullanılabilir. **Ayırıcı işlev analizi** birçok değişken ya da ölçüme dayanarak verileri kategoriler içinde sınıflandırmakta kullanılır (Amick & Walberg, 1975). Örneğin bir kişi ya bağımlı ya da kaçınan kişilik olarak sınıflandırılmak isteniyorsa, çeşitli nesnel psikolojik ölçümler alınıp ayırıcı işlev analizine tabi tutulabilir ve deneğin hangi kategoriye uyduğu doğrulanabilir. Bu teknikte değişkenlerin ağırlıkları ve öngöründe bulunmak için en iyi kombinasyon dikkate alınır.
- **Meta-analiz:** Daha yakın zamanda geliştirilmiş bir teknik olan meta analiz, bulguların geçerliliğini artırmak amacıyla çok sayıdaki çalışmanın sonuçlarını bir toplamda birleştirmek için güçlü bir istatistiksel tekniktir (Dillard, 1991; Eagly, Makhijani & Klonsky, 1992). Meta analiz teknikleri psikoterapi araştırmalarında sık kullanılır; böylece birden çok araştırmanın sonuçlarından yararlanılarak geçerli sonuçlara varılabilir. Klasik olmuş

bir çalışmada, son 30 yıldan 2.400 hasta bir araya getirilmiş ve 8 psikoterapi seansından sonra hastaların %50'sinin ölçülebilecek şekilde iyileştiği ve 26 seansta %75'inin iyileştiği gösterilmiştir (Howard, Kopta, Krause & Orlinsky, 1986).

Faktör Analizi Aracılığıyla Kişisel Özelliklerin İndirgenmesi

Cattell (1945) muazzam miktardaki veriyi bağıntı ve çoklu değişkene dayalı istatistik işlemleri kullanarak indirgemeye çalıştı. Aslen Allport ve Odbert (1936) tarafından çıkarsanan 4.504 kişisel özellik listesinin altında yatan faktörleri birbirinden ayırmakla ilgileniyordu. Cattell bu listeyi 171 kişisel özelliğe, ardından 35 kişisel özellik kümesine indirdi. Daha sonra başkaları başlıca kişisel özellikleri incelemiş, kişiliğin bunlardan bazılarının (örneğin otoriter) etrafında dönebileceği öne sürülmüştür.

Cattell **sözcüksel yaklaşımın** kullanılmasını (yaygın dilden kişilik özelliklerini betimleyen sözcüklerin alınması) savunuyor, dilin kişiliğin tüm görünümünü kapsadığına inanıyordu. Bu yaklaşım bu metinde sunulan çağdaş faktöriyel modellerde halen kullanılmakla beraber, göreceğimiz üzere, bir Batı diline dayanan faktörlerin kullanımı kültürler arası uygulamaya elverişli olmayabilmektedir. Yirminci yüzyılın başında zekanın ölçümünde görülen başarı “birçok kişilik psikoloğunu kişiliğin de benzer bir biçimde yani belli ‘kalemlerin’ ölçeklenmesiyle ölçülebileceğine (ve ölçülmesi gerektiğine) ikna etti” (Winter & Barenbaum, 1999, s. 3).

Hillner'e göre (1984), Cattell “(1) Amerikan psikolojisinin bireysel farklılıklara ilgisini kurumsallaştırdı, (2) Psikolojik Kurumu [Psychological Corporation] örgütleyerek, psikolojinin uygulamalı bir disiplin olmasına destek oldu, (3) Columbia Üniversitesi Psikoloji Bölümünde 26 yıl boyunca başkanlık ve profesörlük yaparak, akademik psikolojiyi sağlamlaştırdı ve (4) Ulusal Bilimler Akademisi'ne seçilen ilk psikolog olma prestijini kazandı” (s. 68).

Araştırma Metodolojisi ve İstatistiğin Birleşmesi

Hem deneysel hem de yarı-deneysel tasarımları kullanarak, bu istatistiksel teknikler ile güçlü araştırma yöntemlerini birleştiren (Campbell & Stanley, 1963; Cook & Campbell, 1979) Cattell, insan kişiliğinin karmaşık bileşenlerini incelemek için benzeri görülmemiş bir fırsat yarattı. Tama-

men içgözleme dayanmak yerine, gözlemler ve kuramlar deneysel incelemeye tabi tutulabilirdi ve bu bilimsel bilginin 20. yüzyılda tüm alanlarda hızla yükselmesine olanak verdi. 17. ve 18. yüzyıllarda bir felsefe hareketi olarak akılcılığın yükselişi, bilginin gözlem ve akıl aracılığıyla kazanılacağına ısrar ediyordu (Lathrop, 1969).

Deneysel yöntemler, güçlü istatistiksel modeller ve kişisel özellik kuramı – bu gelişmeler kişiliği anlamamızı sağlamada son derece etkili olsa da bu bereketli karışımda bir şeyler eksikti. Kayıp unsur **kültürel güçlerin** ve kişilik üzerindeki etkilerinin incelenmesiydi. Kardeş bilim dalı olan antropolojinin öneminin artması, kültürel etkileri vurgulayarak eksik olan bakış açısını sundu. Kişilik kuramı alanının 21. yüzyıldaki ilerlemesi, kuramcılarının ve araştırmacılarının fiiliyatta görmezden gelinen ama hayati olan bu alana eğilebilmesine de bağlı olacaktır.

Kültürel Çeşitlilik, Antropoloji ve Batılı Bakış Açısı

Yirminci yüzyılın ortasında, Margaret Mead (1964) şunları yazdı: “Kültürel değişimin anlaşılmasının asli olduğu bir çağa giriyoruz” (s. 81). Ne yazık ki genel olarak kişilik kuramcıları onun sözlerini dikkate almadı. Bu metinde sunulan kişilik kuramları, Onuncu Bölümde sunulan Stone’un kadın psikolojisine dair ilişkisel modeli hariç, ağırlıklı olarak beyaz, eğitilmiş ve erkek profesyoneller tarafından ve Batılı bakış açısından yapılandırılmıştır. Psikanalizde öncü kadınların bazıları tarafından önerilen diğer feminist bakış açıları Üçüncü Bölümde sunulmuştur. Bu bölümde gözden geçirildiği üzere, yüzyıllardır insanın doğası ve bilgi kuramı (bilgi edinme sistemlerinin incelenmesi) ile ilgilenen Batı felsefesine dayanarak, ağırlıklı olarak bireyselci bir kişilik sistemi ortaya çıkmıştır.

Bu kitaptaki çeşitli kuramsal modelleri ve gelecekte karşımıza çıkacak kültürel olarak duyarlı modelleri incelerken bize yardım edecek alternatif bir bakış açısı, antropoloji disiplininin gelir. Leeper ve Madison (1959) kişilik kuramını daha iyi anlamak için, büyüyen antropoloji alanında beliren yeni bulguları birleştirdi. Kişilik kuramının gelişim, potansiyel, insanın doğası hakkındaki sorularına yanıt vermeye çalışırken, Batılı bilimin sınırlılıklarını okuyuculara anımsatırlar:

Psikoterapistlerin ve deneysel psikologların neredeyse tüm kişilik gözlemlerinin sınırlı koşullar altında yapıldığının farkına varmalı-

yız. Bu koşulların her birinde dikkatle incelenen kişiler çok daha kısıtlanmıştır; Bunlar modern Batı kültürünün görece iyi eğitim görmüş, iktisadi olarak iyi durumda ve toplumsal olarak ayrıcalıklı bireylerinin kişiliklerini biçimlendiren koşullardır.

Bu durum, genel bir bilimsel prosedür olarak ciddi bir biçimde sorulara açıktır. Gözlemlerin yapıldığı koşulların herhangi bir sınırlaması, verilerden çıkarsanan vargıların genelliğini kısıtlar. İnsanların ve tüm doğal görüngülerin özellikleri muazzam çeşitlilik gösterebileceğinden, özel ve kısıtlı koşullar altında yapılan gözlemler, koşulların daha geniş olduğu bir durumda keşfedilebilecek olana dair çok hatalı bir resim verebilir. (s. 100)

Kültürel Önyargı

Kişilik kuramının gelişiminde kültürel önyargının varlığı somuttur ve okuyucu metin boyunca bunu akılda tutmalıdır. Kişilik kuramındaki ve kuramın gelişimindeki esas ilginin öncelikli olarak Batılı bir çaba olduğu da doğrudur, bu nedenle bu bakışın kuramsal modellere hakim olması da anlaşılabilir. Bu noktada bu kuramların diğer kültürlerle uygulanabilir olup olmadığı net değildir ve daha derin bir biçimde 12. Bölümde incelenecektir. Kültürel önyargının yaygın bir sorun olduğu görülür: “İnsanlar, kendilerinden farklı olanı anlamada ve saygı göstermekte daima güçlük çekti. Verili bir kültürün dışındaki diğer insanlar daima barbarlar olarak görüldü – gelenekleri ve yaşam tarzları sadece küçümsenecek bir şeydi” (Leeper & Madison, 1959, s. 103).

Antropologların Psikolojik Kavramlarla İlgilenmeye Başlaması

Antropologlar çözümlemelerinin düzeyini genişletmek için psikolojinin kullanımıyla yakından ilgilendi. Doğa bilimci ve mucit Gregory Bateson’la (1944) evlenen ve birlikte çalışan ve (10. Bölümde ele alınan) genel sistem kuramının aile sürecine uygulanmasında önemli bir şahsiyet olan ünlü antropolog Margaret Mead gibi ilk öncüler, karakter gelişim süreciyle de ilgilendi. Mead (1964) antropoloji ve psikolojinin evliliğinin, karakter gelişimini ve kültürü anlamada güçlü bir çifte mercekle sağlayacağını gördü: “Bireylerin psikolojik yapılarını işin içine katma yönünde herhangi bir sistematik yaklaşımın elbette yeterli bir psikolojik kurama dayanmanın yanı sıra davranışın kültüre göre standartlaştırılması, karakter olu-

şumu, kişiye özgü davranışların sistematik olarak kültürel ve toplumsal temele dayandırılması gibi konulara ilişkin yeterli kültürel kuramlara da dayanması gerekir” (s. 65-66).

Mead’in ilgisine ve çalışmasına rağmen, kültürel süreçlerin etkisi, yirminci yüzyıl boyunca, kişilik kuramının gelişiminde asgari düzeyde göz önünde bulunduruldu. Her ne kadar psikolojik topluluk tarafından izlenmese de, antropologlar kişilikle son derece ilgili olan soruları ele aldı. Örneğin Mead (1964) göçün kişilik üzerindeki etkisine ve bireysel karakterin nasıl biçimlenebileceğine değinir:



İlk kültürel temasın karakter oluşumun nasıl etkileyeceği yeni çevrenin göçmenlerin kişilikleri üzerindeki etkisi, göçün diğer kültürlerin üyeleri üzerindeki ve topluluğun yerli üyelerinin kişiliği üzerindeki etkilerine göre sistematik olarak farklılık gösterir. Göçmenlerin çeşitli uyumlanma tarzları geliştirdiğini görürüz ve bu tarzların tümü göçmenin farklı bir çevrede şekillenmiş olan kişiliğini yeni çevreye getirmesinden doğar. Göçmen, yeni kültürde yaşarken ve çalışırken, tüm davranışlarında özgün kültürünün değerlerine başvurmaya devam edebilir; bu yeni duru-

mun sadece somut gerçekliklerine uyum sağlar (doğru isimleri, otobüs güzergâhlarını, nasıl para üstü verileceğini öğrenerek) ama bu etkinlikleri eski bildiğine göre yorumlamaya devam eder. Yahut yeni kültürün bir parçası haline gelmeye öylesine kararlı olabilir ki önceki yaşamının ve değerlerinin büyük bölümünü bilincinin dışına çıkarmayı fiili olarak başarır ve anadilini kullanması bile tökezler hale gelebilir ya da tamamen ortadan kalkabilir. (s. 70)

Asimilasyon meydana geldikçe davranış bir kuşaktan diğerine çarpıcı biçimde değişebilir: “Dolayısıyla ikincil kültürel teması deneyimleyen yetişkinlerin birçoğunun geliştirdiği kişilik tipinde bir yandan yerlilerin göç, teknolojik değişim ve kentleşmeden kaynaklı olarak dış dünya algısının parçalanması, diğer yandan da göçmenin içsel olarak yönünü bulamama hissi görülür” (s. 79).

Mead'in Ortopsikiyatri Derneği'ne Uyarısı

Çocuklarla ilgilenen disiplinlerarası bir topluluk olan Amerika Ortopsikiyatri Derneği'nin 1947'deki yıllık toplantısında, Franz Alexander'la birlikte bir sempozyumda konuşan Mead "Toplumda Bilimin Rolü" başlıklı bir makale sundu. Bu makalede Mead, gelişen toplum bilimlerinin potansiyelini ve gerçekleşen tehlikelerini yazdı:

İnsan ilişkileri bilimcisinin toplumdaki yeri son noktada manipülasyonla ilgilidir. İnsan davranışının ilkelerini keşfetme ve uygulama olasılığı verildiğinde, toplum, bu gücün kötüye kullanımına karşı hangi olası önlemleri geliştirebilir? Geçtiğimiz yıllarda insan davranışına dair az miktardaki bilgi ticarete, yönetimde ve savaşta kullanılarak insanların şaşkına çevrildiği, köle edildiği, yozlaştırıldığı ve zihinlerinin parçalandığı düşünüldüğünde, insan davranışını gerçek anlamda kavramış olan bir toplumun, hiç kimsenin yaşamak istemeyeceği canavarca bir toplum olabileceği korkusu haklı olarak güçlenmektedir. İnsanın başına gelecek her türlü belayı, hastalığı, kıtlığı, savaşı, deliliği kabullenmek, mutlak iktidara sahip olanların o iktidar tarafından mutlak bir biçimde yozlaştırıldığı denetim altındaki bir dünyada insan haysiyetinin kaçınılmaz yok oluşu riskini almaktan daha iyi olabilir. (1964, s. 89)

Mead'in korkusunun gerçekleştiği örnekler çeşitli toplumsal görünümelerde karşımıza çıkar ama birçok insanın duyduğu bir klasik, toplum bilimcilerin çığrından çıktığı *Otomatik Portakal* kitabıdır.

Leeper ve Madison (1959) kişiliği çalışırken akılda tutulması gerektiğine inandıkları Batılı kültürel bakış açısının getirdiği yükleri özetler:

- İnsani değerleri görmezden gelecek denli bilim ve teknoloji ürünlerine aşırı saygı.
- Düşünme biçimimizde indirgemeciliğe yönelik eğilim.
- Kültürümüzdeki terör ve tehlike teması (s. 121-122).

Ardından kendi bakış açılarını özetlerler: "Biyolojik etmenler insan kişiliğini dar bir biçimde gelişmeye zorlamaz. Geniş bir potansiyeller dizisi yaratırlar ve genel olarak ifade edersek, bu potansiyellerin hangilerinin gelişeceğini ve hangilerinin susturulacağını belirleyen bir halkın kültürüdür" (s. 126).

Bu metnin geri kalanı boyunca beliren temalardan biri, çeşitli kişilik kuramlarının doğa mı çevre mi sorusunun neresinde durduğudur. Çoğu kuram kişiliğin çok etmenli doğasını tanısa da, farklı farklı kuramcılar bir tarafı daha fazla vurgular. Leeper ve Madison (1959):

Psikologlardan kişiliğin alandaki etmenlerine bağımlı olduğunu kabul etmelerini istediğimizde, deneye tabi olmayan kavramlardan söz etmemize itiraz edilebilir ve bu tür bir yaklaşımın psikolojiyi “bilimsel” olmaktan alıkoyacağı söylenebilir. Ama bu psikolojinin görevini ve sorumluluğu gülünç duruma düşürür. Psikolojiye yönelirken sadece günümüze kadar elde edilen deneylerin bulgularının bir özet çizelgesi değildir aranan; gayet haklı olarak, insan doğasının mümkün olduğunca gerçeğe uygun ve temel bir resmini elde etmektir. Bu resmi elde etmek için ele aldığımız verileri büyütmemiz gerekiyorsa ne âlâ. Bilim insanının amacı olabildiğince açık düşünme ve bulabildiği en öğretici olgusal gözlemler olmalıdır. (s. 130)

Teknolojik-İnsan Arayüzü

Kişilik kuramcıları için önemli olan bir başka kültürel görüngü, insanları aslolarak bilgisayarlar ve diğer teknolojik ilerlemelerle etkileşim kuran organizmalara çevirebilecek hızlı teknolojik gelişmelerin etkisidir. Bu metin, hızla evrilen kişilikbilimin ilerlemesinde kullanılabilecek olan birden çok bakış açısı sunarak, Leeper ve Madison'ın (1959) ortaya attığı iddiaya yetişme gayretindedir.

Zenci Kimliğinin Gelişmesi, Kölelik Mirası ve Kişilik

Köleliğin çok kuşaklı mirasını deneyimlemiş olan Afrika kökenli Amerikalı Zencilerin kimlik gelişimi üzerinde ırkçılığın etkileri, kişilik kuramcıları tarafından yetince ele alınmamış olan önemli bir konudur (bkz. Grier & Cobbs, 1968; White & Parham, 1990). Sue ve Sue (1999) Afrika kökenli Amerikalıların kişilik testlerinde Beyaz deneklere göre çoğu zaman daha şüpheli ve güvensiz olduğunun saptandığını bildirdi: “Bazı eğitimciler, bu bulguları, Afrika kökenli Amerikalıları paranoid olarak etiketlemekte kullandı” (s. 13). Örneğin, Afrika kökenli Amerikalı erkekler çoğu zaman “kızgın” ya da “öfkelenmiş” olarak görülür (Grier & Cobbs, 1968). Grier ve Cobbs bu “öfkeyi” kültürel olarak tetiklenen paranoyanın bir görüngüsü olarak alır; Zencilerin bu normal düzeyde

şüphesizliği sergilemediklerinde daha rahatsız edici ya da patolojik olabileceğini ileri sürer. Bu bulguların muhtemelen topluma sağlıklı uyum sağlama nasıl olur sorusunu doğuracak olan daha geniş bir sosyokültürel bağlamda anlaşılması gerekir. Irkçılığın açık ve gizli biçimleri varlığını sürdürmektedir; bunun yakın geçmişteki bir örneği, ırkı bir bireyin suçlu davranış olasılığını öngörmekte kullanarak, **ırksal profil** çıkartmaktır. Ruh sağlığı alanı ve akademide var olan kültürel önyargıların farkında olmayanlar, normal ve uyum sağlayıcı davranışı ve savunma tepkilerini patolojik gösterebilir (Jones, 1985). Sue ve Sue bazı zencilerin nasıl tepki verdiğini bildirdi: “Kölelik miraslarına ve onlara karşı beyaz ayrımcılığa yanıt olarak, Afrika kökenli Amerikalılar, ırkçı toplumda hayatta kalmak için önemli olduğu kanıtlanan çeşitli davranışları (özellikle Beyazlara karşı) benimsedi. “İstifini bozmamanın” Zenciler kadar diğer azınlık grupların da hakiki düşüncelerini ve duygularını gizlemek için kullandığı bir araç olduğu saptandı. Çatışma, kızgınlık, hatta öfke deneyimleyen bir Zenci, sakin ve kendi halinde görünmede becerikli olabilir. Bu taktik, kişinin düşmanca bir ortamda zarar görmeye ve istismara açıklığını azaltmayı amaçlayan bir hayatta kalma mekanizmasıdır” (Sue & Sue, 1999, s. 13; White & Parham, 1990).

Afrika kökenli Amerikalı deneyiminin erkekler için bir başka görünümü, ayrımcılığın ve ırkçılığın sağlığa zararlı etkileridir (Franklin, 1998): “Birçok Afrika kökenli Amerikalı erkek kendi içinde sahici yeteneklerinin toplumda görünmez olduğu duygusuyla mücadele etmektedir. Afrika kökenli Amerikalı topluluk içinde sahip oldukları kişisel saygı ve haysiyet karşısında, çoğu zaman, topluluğun dışında deneyimlenen ırkçılığın yarattığı hoşgörüsüzlük ve saygısızlık yer alır” (s. 239). Afrika kökenli Amerikalı erkeklerin çok sayıda sağlık sorunu vardır ve beklenen yaşam süresi cinayetler nedeniyle tüm azınlıklar içinde en düşük düzeydedir. Cezaevlerindeki temsil oranları aşırı yüksektir. “Afrika kökenli Amerikalı erkekler geçim sağlayıcı ve koruyucu olarak toplumsal cinsiyet rolü beklentilerini yerine getirmek için orantısız işsizlik gibi ırksal bariyerlerin yanı sıra Afrika kökenli Amerikalı erkeklerin güvenilmez olduğu gibi küçümseyici ırksal/toplumsal cinsiyet nosyonlarının engellemeleriyle mücadele etmek zorundadır” (s. 243).

Afrika Kökenli Amerikalı Aileler ve Kadınların Rolü: Afrika kökenli Amerikalı ailelerde kadın evin başıdır ki bu aile düzeni küçümseyici bir tarzda “anaerkil” diye tanımlanır (Sue & Sue, 1999). Bu geniş aile sistemlerinin güçlü yanları ise çoğu zaman görmezden gelinir; Beyaz ailelerde aynı derecede var olmayan sıkı akrabalık bağları yoluyla iktisadi ve duygusal destek sağlayan sistemlerdir. Dini inançlara çoğu zaman fazlasıyla değer verilir ve kilise kültürel sistemin önemli bir yönüdür. Afrika kökenli Amerikalı kadınlara da, sağlık bakım sisteminin gereğince hizmet vermediği görülür (bkz. 12. Bölüm).

Kişilik Kuramlarını Değerlendirmek

Bu metinde ve başka yerlerde sunulan çeşitli kişilik kuramlarının kullanışlılığına dair belirlemelerde bulunmak her zaman o kadar düz bir çizgi izlemez. Çeşitli kuramsal modeller bir alanda yararlı bir şekilde uygulanabilirken bir başka alanda faydalı olmayabilir. Bazı kuramsal modeller anormal davranışı daha iyi anlamamızı ya da insan türünün doğasını ve evrimini kavramamızı sağlarken, bazıları kalp hastalığına yatkın tipleri öngörmek gibi daha mikroskopik fayda sağlayabilir. Halihazırdaki kuramsal modellerin hiçbiri tüm insanlar için her şey olmaya muktedir değildir. Bu metinde sunulan kuramsal modellerin birçoğunda ayırt edici farklılıkların yanı sıra birçok temel benzerlikler bulunmaktadır. Her modelin kullanışlılığını değerlendirmek için sorulabilecek soruları vererek okura yardımcı olabiliriz.

- *Kuramın klinik faydası: Kuram, klinisyenlerin duygusal ve kişisel rahatsızlıkları kavramsallaştırma ve tedavisinde kullanışlı mıdır?* Deneysel olarak geçerli kılınmamış olsa bile, bir kuramın tedaviyi kavramsallaştırma ve yönlendirmede faydası olabilir. Psikanalitik kişiliğin modelleri, değerlendirme yürüten ve psikoterapi uygulayan klinisyenler için çok yararlı olmuştur.
- *Kuramın pratik faydası: Kuram uygulamada kullanışlı mıdır?* Bazı kuramsal modeller insanın sorunlarına büyük ölçüde uygulanabilir. Davranış modellerinin eğitim, sağlık, davranış değişimi ve çocuk yetiştirme dahil çeşitli alanlarda pratik faydası sergilenmiştir.
- *Kuramın öngörü kabiliyeti: Kuramsal model davranışı öngörmekte ne kadar etkilidir?* Davranışın öngörülmesi psikolojinin önemli bir

odağıdır. Bazı kuramsal modeller insan davranışını öngörmekte diğerlerine göre daha etkilidir. Psikanalitik modellerin öngörü gücüne genel olarak daha düşükken faktör modellerininki daha yüksektir.

- *İnsan doğasını kavrama: Kuramsal model insan davranışına ve doğasına içgörü sağlamada yararlı mıdır?* Bazı kuramsal modeller karmaşık davranış ve insan türünün doğasını anlamada daha büyük bir derinliğe sahiptir. Psikodinamik ve modern evrimsel temelli kuramsal modellerin savaş, şiddet ve yıkıcılıkta sergilenen çoğu zaman kafa karıştırıcı insan davranışına ilişkin açıklamaları birçoklarına sezgisel olarak makul gelir.
- *Özkavrayış sağlama kabiliyeti: Kuramsal modeller kişisel farkındalık yaratmakta ve öz-kavrayışı derinleştirmekte yararlı mıdır?* Bazı kuramsal modeller, davranış ve yaşayış biçimimize dair kişisel içgörü edinmemizi sağlayabilmektedir. Psikodinamik ve bilişsel modeller, birçoğumuzun neden belli bir şekilde davrandığımızı kavramasına yardımcı olur. Faktör modelleri gibi bazı modeller ise bireysel güdülenmelerden ziyade gruba dair öngöründe bulunmaya odaklanır.
- *Yeni araştırma üretme kabiliyeti: Kuramsal model yeni araştırma hatları üretmekte yararlı mıdır?* Bazı kuramsal modeller yeni araştırma alanlarını ateşlemede çok üretkendir. Bazı modellerse kendi kendini sınırlayıcı olabilir ve araştırma üretmeye devam etmezlerse gözden düşer.
- *Karmaşık insan davranışını anlama kabiliyeti: Kuramsal model karmaşık insan davranışını anlamaya muktedir midir?* Bazı kuramsal modeller, hane içi şiddet ya da çocuk istismarı gibi karmaşık insan davranışını anlamakta daha muktedirdir. Bazılarıysa basit öğrenme dizileri gibi daha az karmaşık davranış dizilerini anlamada daha iyidir.
- *Disiplinler arası fikir aşılmasını sağlama kabiliyeti: Kuramsal model, disiplinler arası düşünme ve araştırma hatları üretmeye muktedir midir?* Bazı kuramsal modeller, diğer disiplinlere ilgi uyandırmada aşırı derecede yararlıdır. Örneğin sistemler kuramı, birçok disiplinlerarası kuramlaştırma ve araştırma üretmiştir.

Son Bir Gelişme: Bilgisayar Teknolojisi

Bu bölümde sunulan son ilerleme bilgisayar teknolojisinin gelişimidir. Bilgisayarlar yirminci yüzyılın ortalarındaki gelişiminin başında, psikoloji için potansiyel bir araç olarak görüldü. Bilgisayarlar o zamandan bu yana kayda değer ilerleme kaydetti ve bir zamanlar sadece büyük enstitüler için erişilebilir olan muazzam güç, günümüzde birçok masaüstü bilgisayarda erişilebilir hale geldi. Bilgisayarlar modern psikometriğin gelişimine yol açan karmaşık hesaplama işlevlerine imkan verdi (bkz. 11. Bölüm ve Millon envanterlerinin gözden geçirilmesi). Bilgisayarların bir başka çarpıcı kullanımı kişilik modellemesidir (Tomkins & Messick, 1963). Zeka modelleri yaratmak için bilgisayarları kullanan yapay zekanın aksine, kişilik-bilgisayar simülasyon hareketi bir dizi nedenden dolayı etkili olmadı. Bu 12. Bölümde gelecek doğrultular kısmında tartışılacaktır. Sonraki bölümde, zihin ve kişiliğe dair ilk kapsamlı model olan Freud'un psikanalizinin çığır açıcı gelişiminin incelenmesiyle, çağdaş kişilikbilimin doğuşunu ve evrimini keşfetme yolcuğumuza devam edeceğiz.

Özet

Bu bölümün odağı, psikolojik bilimin ve çağdaş kişilik kuramının evrimi için zemin hazırlamış olan bazı gelişmelerdir. İlk toplumlar insan doğasını ve insan deneyimini açıklamak için sistemler formüle etmeye başladı. Başlangıç düzeyindeki kuramı temsil eden bu sistemler kişiliğin ve insan davranışının deneysel bilimini geliştirme yönündeki sonraki girişimlerin temeli olarak görülebilir. Başlangıçtaki kavramsallaştırmaların birçoğunda doğruluk payı vardı ama insan türünün doğasını kavramada büyük kazanımlar elde edilmesi, filozofların önerdiği akılcı düşünce sistemleriyle daha sistematik düşünmenin geliştirildiği klasik Yunan çağını buldu. Bilimsel devrimin doğuşunu temsil eden sonraki büyük gelişme Locke, Bacon, Hume gibilerinin geliştirdiği yeni akılcılıkla 17. ve 18. yüzyıllarda ateşlendi. Bu dönem, 19. yüzyılın sonunda modern bilimsel psikolojinin gelişimini için zemin hazırladı ve felsefeden ayrı bir disiplin olarak psikolojinin doğuşuna tanıklık etti. Bu hareket, psikolojinin deneysel bir bilim haline gelmesini vurgulayan yeni fizyolojik psikoloji disiplindeki Wundt'un gelişmeleriyle ateşlendi. Wundt'un ilerlemeleri ve dönüm noktası niteliğindeki yayını *Principles of Physiological Psychology*,

yeni psikoloji öğrencileri üzerinde somut etki yarattı. William James *The Principles of Psychology* adlı önemli eserinde duygulanım, biliş, kendilik, irade, algı ve hafıza gibi kişilik incelemeleri için elzem olan birleşen sistemlerinin birçoğunu betimledi. Deneysel doğrulama aracılığıyla kişilik kuramlarının ortaya koyulduğu ve çürütüldüğü Gall'ın frenolojisi ve Sheldon'ın beden tipleri gibi hatalı başlangıçlar da vardı. Bu çabalar sonraki çalışanlar tarafından çürütülmüş olsa da, bunlar davranışsal bilim için bilimsel modelin gücünü sergileyerek kişilikbilim alanını ileriye taşıdı.

Rastgele dağıtım ve yarı-deneysel yöntemleri kullanarak doğal ortamdaki faktörleri kontrol altında tutmaya çalışan her iki deneysel yöntem de davranış ve kişilik incelemelerine uygulandı. Genetik ve zeka araştırmalarından ortaya çıkan Pearson's bağıntı katsayısı gibi istatistiksel prosedürler, deneylerin sonuçlarını nitelikselleştirmek için çıkarımsal istatistiğin yeni yöntemlerini sundu. Bilimsel psikolojinin önemli bir alanı olan zeka araştırması ve onun faktör arayışı Allport ve Cattell gibilerini, kişiliğin temel yapısını oluşturan esas kişisel özellikleri ve faktörleri aramak için bu yaklaşımı uygulamaya yönlendirdi. Bu gelişmelerde, faktör analizi gibi yeni, çok değişkenli istatistik yöntemlerinden yardım alan araştırmacılar, sözcüksel yaklaşımla, kişiliği betimlemek için sözlükten alınan binlerce sözcüğü temel faktörlerine indirgeyebildi.

Antropoloji alanının gelişmesi, kültürün kişilik üstündeki etkisine ilişkin kişilik kuramcılarının gözardı ettiği bir başka önemli bakış açısı sundu. Saygın antropolog Margaret Mead toplum bilimcileri kültürel bir bakış açısı benimsemeye teşvik etti ve ahlaki davranış bilimi gereksinimi konusunda uyardı. Azınlık gruplarına normallığın ve psikopatolojinin hakim kültürel modellerinin uygulanmasında var olan önyargılar da tartışıldı. Bu tür ırkçı önyargıların bariz bir örneği, Afrika kökenli Amerikalı erkeklerin ırkçılık ve toplumsal marjinalleştirme mirasından etkilenmesidir. Patolojik diye etiketlenen tepkiler çoğu zaman önyargılar karşısında sağlıklı uyum sağlamayı temsil eder. Bu, artan kültürel çeşitlilik karşısında alanın gelecekteki geçerliliği için büyük öneme sahip bir başlıktır. Son olarak bilgisayarların gelişimi araştırmacıların daha önce görülmemiş düzeyde veri işlemlerini sağlayarak, bu kadar çok etkinin söz konusu olduğu bir disiplinde gereken karmaşık hesaplamaları mümkün kıldı.

Okuma ve Dinleme Önerileri

Alexander, F. G. & Selesnick, S. T. (1966). *The history of psychiatry: An exaluation of psychiatric thought and practice from prehistoric times to the present*. New York: Harper & Row.

James, W. (1890). *The principles of psychology*. New York: Henry Holt and Company.

Kors, A. C. (1998). *The birth of the modern mind: An intellectual history of the 17th and 18th century: Parts I & II* (ses kaydı serisi). Springfield, VA: The Great Courses on Tape, The Teaching Company Limited Partnership. (1-800-832-2412).

White, J. L. & Parham, T. A. (1990). *The psychology of Blacks*. Englewood Cliffs, NJ: Prentice Hall.

II. Kısım

MODERN KİŞİLİK KURAMI

Freud ve Takipçileri: Yirminci Yüzyılda Psikanalitik Psikolojinin Doğuşu, Evrimi ve Yarattığı Tartışmalar

Freud ve Psikanalizin Doğuşu

Kuramcılarının Kişilikleri ve Sosyokültürel Ortamlarının Önemi

Kısa Biyografi ve Tarihsel Arkaplan

Psikanaliz Kuramı

Kişiliğin Yapısal Bileşenleri

Alt Benlik: İçgüdüsel Kuvvet

Benlik: Gerçeklik Bileşeni

Üst Benlik: Vicdan Yuvası

İçgüdüsel Örgütlenme: Cinsellik ve Saldırganlık

Zihnin Haritası

Bastırma ve Direnç

Kaygı

Savunma Mekanizmaları

Nevroz ve Belirti Oluşumu

Psikoseksüel Gelişimin Aşamaları

Oral Aşama

Anal Aşama

Fallik Aşama

Gizillik Aşaması

Genital Aşama

Karakter Özellikleri, Bozukluklar ve Psikoseksüel Gelişim

Psikanalizin Yöntemleri ve Teknikleri

Rüya Analizi

Psikanalizin Evrimi

Jung ve Kolektif Bilinçdışı

Ferenczi ve Travmanın Etkisi

Fenichel, Reich ve Karakter Analizi

Psikanalizin Kadınları

Psikanaliz İçindeki ve Hakkındaki Tartışmalar

Baştan Çıkarma Kuramı

Kuramın, Yöntemlerin ve Tekniklerin Katılaşması

Özet

Okuma Önerileri

“**B**ilinçdışının keşfi” ve “bilimsel” bir araştırma biçimi olarak psikanalitik yöntemin geliştirilmesi, modern psikolojinin doğuşunu müjdeledi ve yirminci yüzyılın entelektüel kilometre taşlarından biri oldu (J. Schwartz, 1999). Freud’un bir zamanlar dar bir grubun kullanımına tabi olan terminolojisi çağdaş dile sızmakta ve kültürü önemli ölçüde şekillendirmektedir. İktisatçılar, ev kadınları ve haber sunucuları kadar arkadaşlar ve aile üyeleri tarafından bu terimlerin kullanıldığını duymadığımız gün yok gibidir. Savunma mekanizmaları, bilinçdışı süreç ve intrapsişik yapı (**alt benlik-id, benlik-ego, üst benlik-superego**) gibi önemli kavramlar profesyonel psikolojik topluluk dışında da şaşırtıcı derecede yaygın olarak bilinmektedir. İnsanların duygularını ve anılarını **bastırmaktan**, yansıtmaktan, yüceltmekten bahsettiğini sık sık duyarız. Ego sözcüğü popüler kültürün dayanak noktalarından biri haline gelmiştir. Biyografi yazarları, hakkında yazdıkları kişilere psikanalizin birtakım yönlerini uygulamadan geçmez. Hatta Freud ve başka pek çok kişi daha derin bir kavrayışa ulaşmak için araştırma araçlarını kullanarak çeşitli tarihsel şahsiyetlerin psikanalitik incelemesini yapmıştır.

Freud’un birleştirici kavramlar sistemi yani **metapsikoloji**yle yaptığı şey, iyisiyle kötüsüyle, davranışı etkileyen ve kişilerarası ilişkilerimizi biçimlendiren içsel işleyiş, gizli güdülenmeler ve karanlık güçlere odaklanmamızı sağlamak oldu. Freud’un kavramsal yapıları, dünyayı çok katmanlı ihtişamı içinde görmenin yeni ve heyecan verici ama biraz da bulanık yolunu açtı. Kuramsal formülasyonları, onları gözden düşürmeye yönelik saldırılara ve girişimlere rağmen, çoğunluğu için değilse bile, birçok çağdaş kişilik kuramcısı için köşetaşı olarak kaldı. Psikanalitik model, insan kişiliğini ve psikopatolojik uyarlamaları anlama girişimi olarak en iddialı sistem olmaya devam etmektedir.

Sigmund Freud’un psikolojinin gelişimine katkısı, günümüzde tartışmalı da olsa, birçokları tarafından Einstein’ın görelilik kuramını keşfine denk olarak düşünülür. Bischof (1970) şunları yazar: “Freud’un kariyeriyle diğer entelektüel devlerinki arasında benzersiz bir paralellik bulunmaktadır. Freud, Darwin, Einstein, Dewey hepsi uzmanlık alanlarının belirli bir yönüne öncülük etti ve gayet uzun, kesinlikle üretken yaşamlar sürdü” (s. 31).

Freud ve Einstein

Freud'un hâkim imgesi haşındır. Nüfuz edici bakışı ruhumuzun derinliklerine işler. Onun karşısında, herhangi bir sözcük, herhangi bir jest sırlarımızı ifşa eder. Einstein kavranamaz olanının tanrısıysa, Freud da muhtemelen yargının tanrısı, kendisinden hiçbir şeyin gizlenemeyeceği her şeyi gören baba imgesi haline gelir. Ama Freud'un ünü, Einstein'inkinin aksine, çok yüzlüdür. Herkes uzun saçlı, kavranamaz, dahi Einstein'ın aynı imgesini paylaşıırken, birden fazla Freud bulunmaktadır –kahraman ve kötü adam, sağaltıcı ve şarlatan, cinsel özgürleştirici ve ihanet eden, devrimci ve gerici. Psikanaliz dilinde Freud yaşayabileceğimiz hayal kırıklığı, korku, sevgi ve özlem duygularının çok katmanlı yansımalarının hedefidir (s. 17)

Freud'un çalışmalarına başlayıp insanın zihinsel işleyişine dair kuramsal bir sistem geliştirmeye giriştiği dönemde, felsefeden başka insan doğasına ilişkin içgörü sunan bir alan bulunmuyordu ki felsefe de kişilik kavramını bilimsel olarak doğrudan ele almıyordu.

Kuramcıların Kişilikleri ve Sosyokültürel Ortamlarının Önemi

Bu kitabın konusuna uygun olarak, sunulan kuramcıların hem kişiliğini hem de kültürel etkilerini anlamak önemlidir. Bu nedenle Freud'un çalışmasını çığır açan kuramını geliştirdiği zamanın bağlamına yerleştirmek önemlidir. Freud, Viktorya dönemi sonrası toplumun normu olan oldukça baskıcı bir püriten toplumda yetişti. Cinsel dışavurumun özellikle burjuvazi içinde çok kısıtlandığı bir kültürde büyüdü. Doğu Avrupa toplumu neyin kabul edilebilir olduğu konusunda oldukça kısıtlayıcıydı. Bu nedenle Freud'un yaşam deneyimi insanın cinsel dışavurumun açıkça tartışıldığı, hatta kabul edildiği bir ortamdan oluşmuyordu (Gay, 1988). Önce hipnozla, ardından psikanalizle tedavi etmeye yöneldiği toplumun üyeleri, bu düzeyde toplumsal bastırma yüzünden gereksiz yere ıstırap çekiyordu. Freud'un bastırma hakkında gözlemlediği ve öğrettiği, önceki entelektüeller ve filozofların bilmediği bir şey değildi. Toplum ya da birey ağır bastırmanın etkisi altında olduğunda, dürtülerin patlak vermesi nadir değildir. Bu nedenle Freud muayenhanesinde, ilk başta aktarıldığı gibi aldığı, daha sonra kuramında fantezi olarak değiştirdiği birçok ensest bildirimiyle karşılaştı. Daha sonra bu bölümde tartışacağımız gibi, bu her an patlamaya hazır en büyük tartışmalardan biridir ve bazılarına göre Freud'un mirasının en ıstırap verici yanıdır.

Kassandra'nın kızı: Psikanalizin bir Tarihi (J. Schwartz 1999)

Truva prensesi Kassandra'ya, Apollon tarafından kehanette bulunma gücü verilmişti. Kassandra Apollon'dan yüz çevirdiğinde, Apollon bir daha asla ona inanılmamasına hükmetti. Adına Bionkida'deki büyük tapınak dikilen Apollon, zengin sanayicilerin ve tacirlerden oluşan bir grup olan Pisagorcuların koruyucu tanrısıydı. Bilim de 19. yüzyıl sonunda zengin sanayicilerin ve tacirlerin koruyucu tanrısıydı. Bilim de psikanalize kehanette bulunma gücü verdi. Ve anlatıldığı üzere, psikanaliz de kendisini doğuran disiplinden yüz çevirdi ve ona da inanılmadı.

Ama kadim dünyanın mitlerine yaklaşıarak kendisine köken icat etmeye çalışan yeni zenginleşmiş 19. yüzyıl burjuvazisinin aksine, günümüzde bizler anlatılarımız için Yunanlara dayanmaya ihtiyaç duyamayacak kadar olgunlaştık. Psikanalizin öyküsü Kassandra'nın değil kızının öyküsüdür; dünya sahnesine yeni gelen ve pek de hoş karşılanmayan, tuhaf kızın öyküsü. Kassandra'nın kızının öyküsünü bilmiyoruz. Onu kendimiz yazmak zorundayız. (Önsöz)

Kısa Biyografi ve Tarihsel Arkaplan

Sigmund Freud Moravya'daki Freiburg Kenti'nde 6 Mayıs 1856'da yedi çocuğun en büyüğü olarak doğdu. 1873'te Viyana Üniversitesi Tıp Fakültesi'ne girdi ve 1881'de tıp diplomasını aldı. 23 Eylül 1939'da hayatını kaybetti. Beyin Anatomisi Kurumu'ndaki ilk görevinde, cenin ve yetişkin beyinlerini karşılaştırarak araştırmalar yapıyordu. Araştırmanın sınırlı mali getirisi ve o zamanlar akademiye hakim olan anti-Semitik tutum nedeniyle bir sinirbilimci olarak özel hekimliğe başladı. Hipnozla histeri tedavisinde iyi bilinen bir uzman olan Jean Charcot'la çalışmalarından güçlü bir biçimde etkilendi. Diğer birçokları gibi Freud da Charcot'un dramatik klinik gösterilerinden esinlendi. Freud'un sinirbilime ilgisi, psikopatolojiye ve histeri çalışmasına yönelik yeni tutkusuna yol açtı.

Freud, 1870'lerde Psikoloji Enstitüsü'nde Josef Breuer ile karşılaştı; iki adam yakın arkadaş ve bilimsel ortak haline geldi: "Charcot'tan esinlenmiş ve Breuer'in sonuçlarından etkilenmiş Freud, 1886'da Paris'ten Viyana'ya döndüğünde, histeri sorunu üzerine Joseph Breuer'le etkin bir işbirliği yaptı" (J. Schwartz, 1999, s. 44).

Histeri: Güçten Düşüren Bir Bozukluk

Histerinin belirtileri görülmeye değerdi. Şiddetli sarsılmalar, görme rahatsızlıkları, sağırılık, tat ve koku duyusu kaybı, bedenin yarısının uyuşması, kol ve bacaklarda felç, uyuşma ve kontraktürler (kol ya da bacağı çarpılmış pozisyonda tutan kalıcı spazmlar) görülüyordu. Büyük hareketler olarak adlandırılan şiddetli sarsılmalar, epilepsideki hareketlerin aksine, son derece koordine hareketler ve çarpılmalar olup sık sık bilincin yitimine neden oluyordu. Renkli görüş kaybı, seçici renk (özellikle mor) körlüğü, çift görme, nesneleri normal boyutunun iki katı ya da yarısı boyutunda görme gibi görme rahatsızlıkları yaşıyordu. Kontraktürler, hissizleşmeler, felçler ve çarpıntılar fazlasıyla değişkendi ve asıl alanı tamamen normal bir biçimde bırakarak bedenin diğer tarafına simetrik olarak aktarılabilirdi. Hastanın psikolojik durumu fazlasıyla asabi ya da melankolik ve depresif olabiliyordu. Histerinin genetik olarak aktarılan bir yatkınlık olduğu, yani histerinin temel nedeninin kalıtım olduğu düşünülüyordu. (J. Schwartz, 1999, s. 36)

1886'da Freud, Martha Bernays ile evlendi. Altı çocukları oldu; en ünlüsü olan Anna, psikanalist oldu ve babasının çalışmasını, özellikle çocukların tedavisine uygulanmasını ilerletti. 1909'da Sigmund Freud, Clark Üniversitesi'nde önde gelen bir Amerikalı psikolog olan Stanley Hall sponsorluğunda bir dizi ders vermek için ABD'ye davet edildi. Bu dersler onun kuramını dünyaya tanıttı. Psikanaliz, birçok psikanalitik enstitünün oluşturulmasıyla, ABD'de yükselişe geçti. Freud, II. Dünya Savaşı'ndan önce Avusturya'yı terk etmek zorunda kaldı ve İngiltere'ye yerleşti. Muhtemelen müthiş puro içme alışkanlığının –günde otuz adet- neden olduğu çene kanseri yüzünden büyük acılar çekti. Otuz iki ameliyata dayandı ama nihayetinde hastalığa yenik düştü.

Psikanaliz Kuramı

Psikanaliz bir zihin ve kişilik kuramıdır: "Sigmund Freud tarafından geliştirilen dinamik psikoloji kuramı, öncelikli olarak, bastırılmış dürtüler, içsel çatışmalar, erken travmalar gibi bilinçdışı güçlerin zihinsel yaşam ve bireyin uyum sağlaması üzerindeki etkilerine dayanır" (Golden-

son, 1970, s. 1038). *Open Minded: Working Out the Logic of the Soul* [Açık Fikirli: Ruhun Mantığını Çözmek] adlı kitabında Jonathan Lear (1998) psikanalizin amacını, erken Yunan filozoflarının amacına benzetir: kim olduğumuzu incelemek ve anlamak. Şunları yazar: “Bilinçdışının kendisinin zihin benzeri bir yapı olduğu, kendi mantığı ve yöneliminin bulunduğu fikri, o halde, deneysel bir keşiften ziyade kavramsal bir gerekliliktir” (s. 83).

Freud’un hipnozu terk edip duyguların, düşüncelerin ve fantezilerin sansürlenmemiş ifadesi anlamına gelen **serbest çağrışım** tekniğine geçmesiyle psikanaliz doğdu. “Hasta konuşur, geçmiş deneyimlerini ve şimdiki izlenimlerini anlatır, şikâyet eder, isteklerini ve duygusal dürtülerini itiraf eder” (Freud, 1966). Serbest çağrışım tekniğinin gelişimi, Fransız sinirbilimci Charcot tarafından histeri tedavisinde kullanılan esas teknik olan hipnozdan radikal bir kopuştu. Freud’un kuramsal formülasyonlarına zemin hazırlamış olan Charcot (1982), belli zihinsel içeriklerin bilincin dışına çıktığına ve düşüncelerin, duyguların, fantezilerin patolojik gelişimini etkilediğine inanıyordu (Eagle & Wolitzky, 1992; Ellenberger, 1970). “Galileo’nun gece gökyüzünde önceden bilinmeyen yapıları araştırmak için teleskopu kullanmasına benzer bir biçimde, analiz seansının geliştirilmesi insanın içsel dünyasında önceden bilinmeyen yapıları araştırmanın tamamen yeni bir yolunu açan bir araç yarattı” (J. Schwartz, 1999, s. 40). Breuer de Freud’un hipnoza ilgisinde etkili olmuştu: “En başta Breuer ve ben hipnoz aracılığıyla psikoterapi gerçekleştiriyorduk; Breuer’in ilk hastası, hipnotik etki altında tamamen tedavi edildi ve başlangıçta bu konuda onu izledim. O dönemde çalışmanın daha kolay, hoş ve çok daha kısa bir zaman diliminde ilerlediğini kabul ediyorum. Sonuçlar kaprisliydi gelgeçti, kalıcı olmuyordu; bu nedenle hipnozu nihai olarak bıraktım. Ardından, hipnoz kullandığım sürece bu hastalıkların dinamiklerini kavrayamadığımı anladım (Freud, 1966, s. 292).

Freud 1894’ten 1896’ya kadar histerinin kökeninin cinsel ayartılma olduğu üzerine yedi makale sundu. “Freud’un anlattıkları ağır vakalardı; bazıları uzun süre hastanede yattığı halde iyileşememiş kimselerdi, hepsi de ‘ağır cinsel yaralanma diye sınıflandırılması gereken, yer yer direk tiksindirici olabilen’ travmalar yaşamıştı” (J. Schwartz, 1999, s. 66). Bu derin keşif sonraki yüzyıl boyunca tartışılacaktı; sadece Freud bu iddiayı geri

çekip yerine Ödipal açıklamayı geliştirdiği için değil, aynı zamanda göreceğimiz gibi “sahte anı sendromu” adı altında güncelliğini koruduğu için.

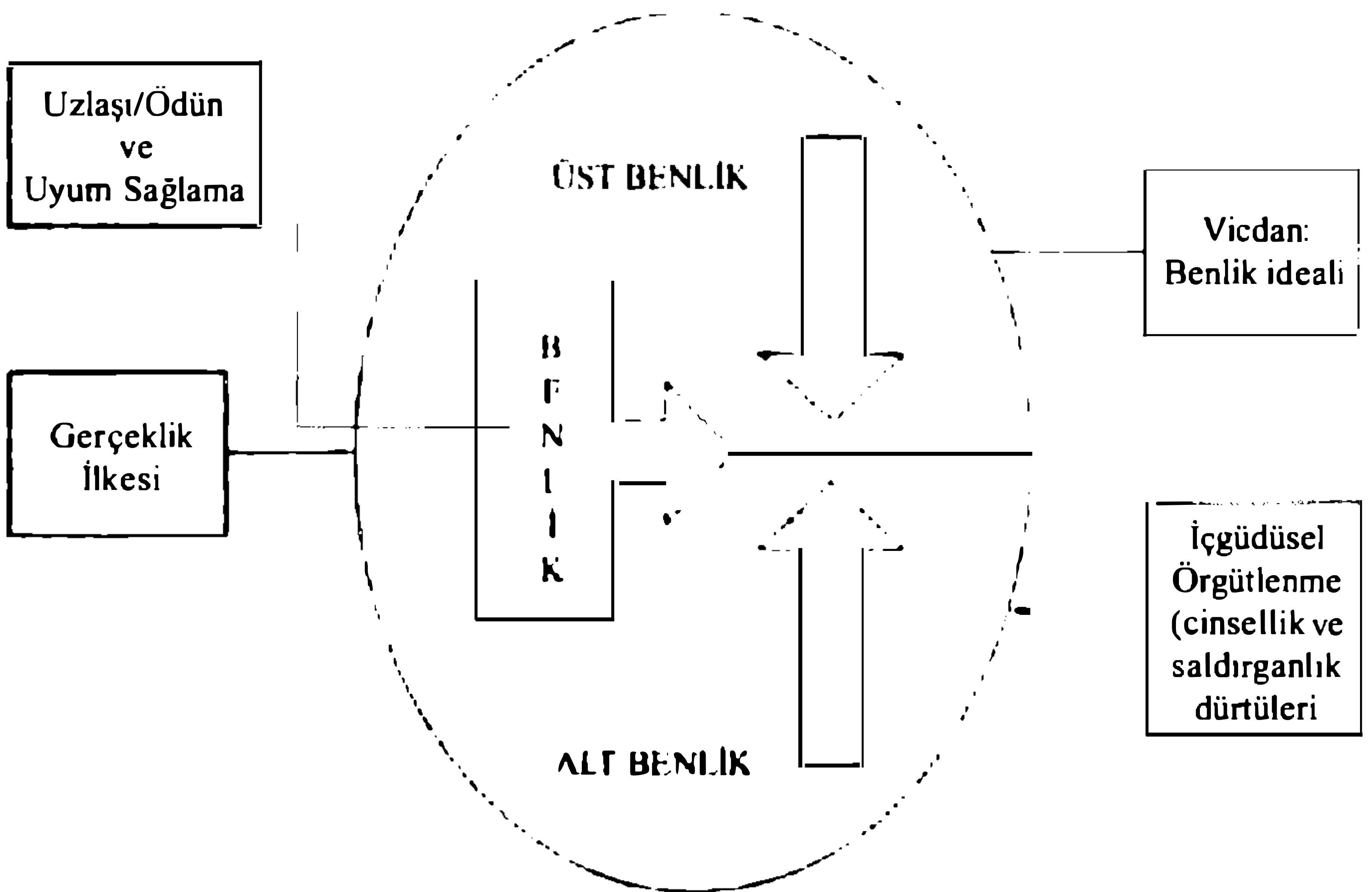
“Freud’un zihin hakkındaki düşüncelerinin temelinde basit bir varsayım yatıyordu: bilinçte bir süreksizlik – bireyin yaptığı ama bildiremediği ya da açıklayamadığı bir şey- varsa, o zaman ‘boşlukları doldurmak için’ devreye giren zihinsel süreçler bilinçdışı olmalıydı” (Westen & Gabbard, 1999, s. 59). Freud insan zihninin karmaşıklığının daha derinine inme arzusundaydı ve insan doğasının karanlık tarafından da kaçınmadı. Westen ve Gabbard’a göre, “Freud (1923, 1961) psikanalizi (1) bir zihin yahut da kişilik kuramı, (2) bilinçdışı süreçleri araştırmanın bir yöntemi ve (3) bir tedavi yöntemi olarak tanımladı” (s. 58). Freud bilinçli zihnin kişiliğin sadece küçük bir unsuru olduğuna inandı ve mesleki hayatının büyük bir kısmını bilinçdışı manzaranın haritasını çıkarmaya harcadı. Bilinçli zihni buzdağının ucuna, bilinçdışını buzdağının suyun altında kalan büyük kısmına benzetti.

Freud’u Yerden Yere Vurmak

Diamond’a göre (2001), son iki yüzyılın yeri doldurulamaz iki bilim insanı Freud ve Darwin’dir. O zaman “Freud’u yerden yere vurmak” neden bu kadar yaygındır? UCLA Tıp Fakültesi psikoloji profesörü olan Diamond, Freud’un ihmal ettikleri ve hataları nedeniyle Darwin’den daha fazla eleştirildiğini söylüyor. Freud’un hatalarının çok daha doğrudan etkisi olduğunu, çünkü zihinsel hastalık yaşayanları nasıl anladığımızı etkilediğini düşünüyor. Bu, bölümün sonunda tartışılacak olan, 19. yüzyılın sonu ve 20. yüzyılın başındaki Avrupa toplumunda çocuk istismarının yaygınlığı hakkındaki bulgularını reddetmesinde özellikle dikkat çekicidir. En büyük bilimsel öncülerden biri olan Freud’u eleştirmenin bir başka nedeni, “hiç de yüce gönüllü olmamasıydı: Diğerlerinin hakkını teslim etmez, rakiplerine karşı hoşgörü göstermez, birçok insandan nefret eder, etrafını sorgusuz sualsiz sadık hayranlarıyla kuşatırdı” (s. B11). Diamond devam eder: “Freud’u kötüleyenler sayıca çok olmakla beraber Freud’un kavramlarını ve katkılarını da kanıksamışlardır” (s. B11). Bu “haksız” muameleye iki etmen daha sebep olmuş olabilir: Daha yeni terapilerin daha etkili olduğuna sık sık işaret edilir; Freud biyolojik psikiyatrideki yeni keşifleri geciktirmekle yersizce suçlanır, özellikle Freud’un zamanından sonra keşfedilen bipolar hastalığının ilaçla tedavi edilmesi gerekliliği konusunda.

Kişiliğin Yapısal Bileşenleri

Psikanaliz, psikenin yapısının ve çeşitli bileşenler arasındaki etkileşimin şemasını sunması bakımından *yapısal* bir kuramdır. Bu matriksin belli başlı yapısal bileşenleri *alt benlik* [id], *benlik* [ego], *üst benliktir* [süperego] (bkz. Şekil 3.1). Gelişim doğuştan getirdiğimiz alt benlikten, benliğe ve üst benliğe doğru ilerler: Bebekleri tamamen içgüdüsel gereksinimlerin tatmini yönlendirir ve sonuçlarını yahut etkilerini düşünmezler; gelişim ilerledikçe, toplumun değerleri ebeveyn figürleri ya da bakımverenler aracılığıyla özümсенerek *içselleştirilir* ve üst benliği yani vicdanı oluşturur. Kültürün işlevi, içgüdüsel gereksinimlerin toplumu yıkmaması için insan türünü toplumsallaştırmaktır. Kültürün insan davranışını ne kadar az kontrol altında tutabildiğini gördüğümüz savaşlar, ilkel saldırganlığın beslediği bu içgüdüsel kuvvetlerin en büyük dışavurumudur.



Şekil 3.1

Zihnin Yapısal Örgütlenmesi: alt benlik-benlik-üst benliğin dinamik etkileşimi.

Alt Benlik: İçgüdüsel Kuvvet

Alt benlik, zihnin, Freud'un birincil süreçler olarak terimleştirdiği, iç-güdüsel örgütlenmemizi (cinsel ve saldırgan dürtüleri), güdülerimizi ve isteklerimizi barındıran kısımdır. Alt benlik katışıksız hedonistik tatmin

dürtülerimizin etkilediği yanımızda ifadesini bulur. Benliğin ve üst benliğin sonradan ayrıştığı asıl matrikstir. Alt benlik fiziksel varlığımıza en yakın olan ve enerjinin kaynaklandığı psişik bileşendir. Alt benlik sürekli olarak, artan gerilimleri boşaltmanın ve bir rahatlık ya da denge (homeostaz) durumuna dönmenin yollarını arar. Alt benlik, Freud'un ifadesiyle **haz ilkesi** aracılığıyla işler: acıdan kaçınma ve hazzı arttırma. Alt benliğin bu girişimde yararlandığı iki birincil yöntem bulunmaktadır. Birincil süreç gerilimi ortadan kaldırmak için bir nesnenin imgesini kullanarak gerilimi boşaltır. Anı imgesi ya da sanrısız deneyim **arzu gidermeyi** temsil eder. Birincil süreç fantezide ya da rüyalarda dışavurulabilir; örneğin neredeyse herkes gerilimi azaltmak için cinsel ya da narsisistik fanteziye başvurur. Fazlasıyla birincil süreç hakimiyeti altındaki bireyler genellikle psikotikler ya da birincil tatmin kazanmanın bir yolu olarak otistik fanteziyle meşgul olanlardır; diğer bir deyişle, gerçek hayat uğraşmaya değecek kadar tatmin edici değildir. Organizmanın daha basit düzeydeki uyarılmalarıyla baş etmek için **refleks hareketi** kullanılır, bunlar gerilim arttığında hapşırma ya da iç geçirmek gibi doğuştan gelen psikolojik mekanizmalardır.

Benlik: Gerçeklik Bileşeni

Benlik alt benliğin içgüdüsel, tatmin arayan amaçlarıyla dış dünyanın talepleri arasında aracılık etmeye girişen psişik bileşendir. Benlik **gerçeklik ilkesiyle** işler. Gerçeklik ilkesi, alt benliğin tatmin arayan haz ilkesi olan birincil sürecin yerine geçmeye çalışır. Benlik gerçekliği değerlendirme yetisini işleyişine katarak, bireyin uyum sağlaması adına gerçekçi amaçların ve planların yürütülmesini sağlar. Benliğin kişiliğin yönetici işlev alanı olduğu düşünülür; dolayısıyla bilişsel işlevler benliğin kontrolündedir. Bir başka deyişle benliğin ikincil süreci uygun tatmin aramak için sorun çözme ve bireyin kaderini korumadır. Benlik alt benlikle bağlantılı olarak çalışır; itkileri dengelemeye çalışırken aynı zamanda enerjiyi itici güç, yaratıcılık ve güdülenme sağlamak için kullanır. Benlik çöktüğünde, kişi gerçekliği yeterince algılama ve birincil süreci denetleme yetisini büyük ölçüde yitirir ve davranış üzerindeki kısıtlamalar geçici olarak askıya alınır.

Üst Benlik: Vicdan Yuvası

Üst benlik ebeveyn figürlerinin ve toplumsal kurumların resmettiği şekliyle içselleştirilmiş toplumsal değer sistemini temsil eder. Üst benlik içselleştirilmiş ebeveyn beklentileri uyarınca bireyin nasıl davranması gerektiğinin ideal durumunu temsil eder. Üst benlik ebeveynler tarafından sağlanan cezalandırma ve övgünün üst benlik işlevine dönüştürülmesiyle oluşur. Alt benlik haz aramayla, benlik gerçeklikle ilgilenirken, üst benlik ahlak ve mükemmellik idealleriyle ilgilidir. Benliğin eylemleri için sürekli bir yargıç olarak hizmet eder. **Benlik ideali** ebeveyn figürlerinin ahlaki standartlarının içselleştirilmesini temsil eder ve tüm eylemler ona göre değerlendirilir. Benlik ideali ve bir eylem arasında tutarsızlık olduğunda sistemde suçluluk açığa çıkar. En önemlisi, üst benlik cinsel ve saldırgan içgüdüsel baskıyı denetim altında tutar; alt benlik tarafından dayatılan baskıya konu olan bu içgüdüler tam olarak dışavurulsa medeniyetin sonu gelirdi.

Üst benlik, benliğin yönetici işlevlerinde ahlaki yolu vurgulayarak, benliğin gerçeklik ilkesini de düzenlemeye çalışır. Kişi benlik idealine uygun davrandığında, iyi ve gururlu hisseder. Bununla beraber, çoğu zaman olduğu gibi, benlik idealinin standartları karşılanmadığında suçluluk hakim olur. Bu suçluluk hissi, bireyi yeniden yola sokarak intrapsişik sisteme yol gösterme işlevi görür. Bu suçluluğun nevrotik davranışın başlıca nedenlerinden biri olduğu düşünülür, birey bu huzursuzluk verici gerilim durumunu azaltmak için kendini cezalandırır.

İçgüdüsel Örgütlenme: Cinsellik ve Saldırganlık

İçgüdüler Freudcu metapsikoloji için merkezidir. Freud iki içgüdüsel dürtü ortaya koydu: cinsel yahut libidinal ve saldırgan. O bunların karşıt dürtüler olduğunu kuramsallaştırdı. Libido yaşam içgüsünü, saldırganlık ölüm içgüsünü temsil eder. Psikanaliz her ne kadar ikici [dualistik] olsa da, cinsel dürtüyü psişik enerjinin ana kaynağı olarak vurguladı (Westen & Gabbard, 1999). Freud saldırganlığın incelikli bir psişik sistemle denetim altında tutulabilecek temel bir insani dürtü olduğuna inanıyordu: Saldırganlık çok az olursa kişilik pasif kalacak, çok fazla olursa tehlikeli olacaktı. Birey işlevselliği iyi durumda olduğunda, saldırganlığı uygun biçimde rekabetçi, kendini koruyan ve girişken tarzda kullanmaya

muktedir. Freud, birçok vakasında, saldırgan dürtülerin sapıklıklar ve karakterolojik bozukluklar, histeri, obsesif nevroz ve pasif agresif gibi çeşitli psikopatoloji türlerine kanalize edildiğini gösterdi. İnsanların uyarımı azaltmak için dürtüleri tatmin etme girişiminin (haz ilkesi), nirvana ya da hiçlik durumuna ulaşma girişimi (nirvana ilkesi) olduğunu düşünüyordu. Kuramının bu kısmı hiçbir zaman yaygın kabul görmedi ve birçokları tarafından aşırı derecede spekülatif olarak görüldü. Bununla beraber popüler kültürün içeriği incelendiğinde ya da iki dünya savaşının yaşandığı ve çeşitli kültürlerde milyonlarca insanın etnik temizliğe maruz kaldığı yirminci yüzyıl tarihi okunduğunda insanları saldırgan ve cinsel içgüdüsel örgütlenmenin güdülediği inancına karşı çıkmak güçtür.

Zihnin Haritası

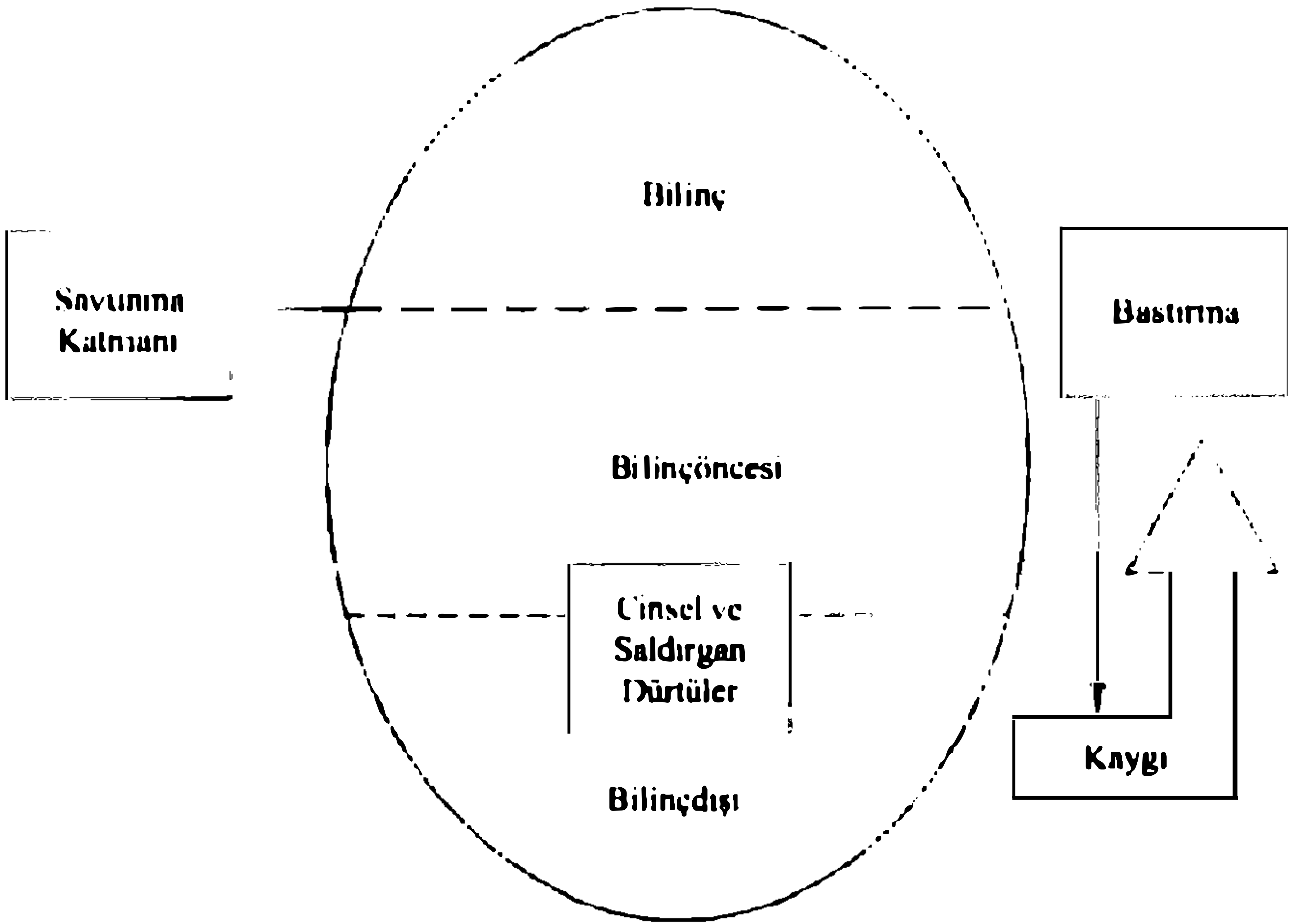
Freud'un psişik işleyiş modelinde zihin arazisinin haritası bir diğer deyişle **topografisine** dair formülasyon yer alır (bkz. şekil 3.2). Bu gerçek bir arazi haritası değil, zihnin deneyimi nasıl örgütlediğine ve bu çeşitli bileşenlerin nasıl karşılıklı ilişki kurduğuna dair kuramsal bir kavramsallaştırmadır. Temel bileşenler **bilinçdışı**, **bilinçöncesi** ve **bilinç** kesimleridir. Bu zihinsel aygıt bölümleri, Freud'un metapsikolojisinde merkezi yer tutar.

- **Bilinçdışı:** Freud'un bilinçdışı kavramı dürtülerin, fantezinin ve birincil sürecin farkındalık dışında kaldığı zihin kısmını anlatır.
- **Bilinçöncesi:** Bilinçöncesi, bilinçdışı malzemenin yoğunlaştırma ve yer değiştirme gibi savunma mekanizmalarıyla dönüştürüldüğü zihnin kısmıdır.
- **Bilinç:** Zihnin bilinç kısmı kendimizin farkında olduğumuz yönlerimizi içerir.

Freud (1966) zihinsel işleyişin bu modelini betimler:

Bu sistemlere dair en kaba resim, yani uzamsal resim bizim için en kullanışlısıdır. Bilinçdışı sistemini geniş bir giriş salonuna benzetelim; burada zihinsel dürtüler ayrı bireyler gibi birbirini itip kakmaktadır. Bu giriş salonunun bitişiğinde daha dar ikinci bir oda, bir tür kabul salonu bulunur; burada bilinç de yer alır. Ama bu iki odanın arasındaki eşikte bir bekçi vardır; farklı zihinsel dürtüleri inceler, sansürcü görevi görür ve onu hoşnut etmeyenleri kabul salonuna

almaz. Bekçinin belli bir dürtüyü eşikten geri çevirmesi ile kabul salonuna girdikten eşikten geri itmesi arasında büyük fark olmadığını hemen göreceksiniz. Bu sadece bekçinin ne kadar uyanık olduğu ve fark ettiği şeyi ne kadar çabuk uyguladığıyla ilgilidir. Bu resme bağlı kalırsak, adlandırmamızı daha da ilerletebiliriz. Bilinçdışının giriş salonundaki dürtüler, diğer odada olan bilincin görüş alanının dışındadır; başlangıçta bilinçdışı olarak kalmak zorundadırlar. Eşiğe doğru ilerleyip bekçi tarafından geri çevrilmişlerse, bilinç için kabul edilemezler demektir; onlara bastırılmış deriz. Ama bekçinin eşiği aşmasına izin verdiği dürtüler bile bu anlamda illa ki bilinçli değildir; ancak bilincin dikkatini çekmeyi başarırlarsa bilinçli hale gelebilirler. Bu nedenle bu ikinci odaya bilinçöncesi sistem demekte haklıyız. Bu durumda bilinçli hale gelmek, tamamen betimsel anlamda kalır. Bununla beraber herhangi bir dürtünün bastırılması, bekçi tarafından bilinçdışı sistemden bilinçöncesi sisteme geçmesine izin verilmemesini içerir. Analitik tedavi aracılığıyla bastırmayı ortadan kaldırmaya çalıştığımızda direnç olarak karşımıza çıkan da aynı bekçidir. (s. 295-296)



Şekil 3.2

Zihnin ve Savunma Sisteminin Bastırma Kuvvetinin Topografik Tasviri

Bastırma ve Direnç

Zihnın çeşitli bileşenleri arasındaki dinamik etkileşimi anlamamanın anahtar kavramları, bastırma ve dirençtir. **Bastırma**, “kabul edilemez” dürtülerle ilişkili enerjinin muhafaza edildiği ama hatırasının “kaybolduğu” zihinsel süreçtir. Belirtiler [semptomlar] çoğu zaman bu bastırma kuvvetinin sonucudur. Belirli bir olayın anısı ve duygulanımı yalıtılırken enerjisi geride kalır ve belirti olarak dışavurulur. Bu, Freud’un hidrolik sıvı modeli üzerine temellenen kuramının **dinamik** yönüdür. Dolayısıyla bilinçdışı çatışmalar çoğu zaman bilinçöncesi tarafından başkalaştırılmış biçimde rüyalar, dil sürçmeleri ve gündüz düşleri aracılığıyla dışavurulur.

Direnç hastanın terapistle ilişkisinde yani **aktarım ilişkisi** içinde karakteristik savunma örüntülerinin işleyişini anlatır. Freud (1966) bu direnç sürecini betimler: “Bu nedenle zaman zaman, hastanın hastalığına son verme niyetinin yerine hekimin yanlış olduğunu kanıtlama, yetersizliğini fark ettirme ve karşısında zafer kazanma çabasının geçtiği izlenimine kapılırsınız” (s. 290). Bunu yaparken hasta, önceki ilişkilerinden çıkarsadığı tutumlarını ve beklentilerini aktarmakta ve onları, terapistin bu süreci kolaylaştırmak için kullandığı boş ekrana yansıtmaktadır. Bu süreç aktarım nevrozunun gelişimi olarak terimleştirildi. Psikanalizin sağaltıcı yanlarının, bu ilişki niteliklerinin terapistte aktarımında ve bu aktarım ilişkilerinin analizinde yattığına inanıldı.

Kaygı

Freud’un kaygı kavramı üç temel kategoriye içeriyordu: **ahlaki**, **gerçekçi** ve **nevrotik**. Tüm insanlar, kaygılı olduğumuzda üretilen fizyolojik duruma aşinadır. **Ahlaki kaygı** alt benliğin benlik üzerinde çok fazla denetim kazanması halinde üretilen kaygıyı anlatır. Bunun nedeni üst benliğin, bireyin benlik idealine ulaşmasını talep etmesidir; bu meydana gelmediğinde üst benlik tarafından suçluluk üretilir. **Gerçekçi kaygı** kişinin ortamdaki tehlikeye karşı mantıklı tepkisidir ve savaşma ya da kaçma yanıtını tetikler. İnsanın sinir sistemi bizi dünyadaki tehlikelerden korumak için şu şekilde evrilmiştir. Dolayısıyla kaygı anında yanıt verilmesi gerektiğine işaret eder: kal ve savaş ya da kaç ve tehlikeden kurtul. Kaygı kişiyi hızlı yanıt vermeye hazırlar.

Nevrotik kaygı ise herhangi bir yakın tehlikeyle ilişkili olmayan daha dağınık nitelik taşır. Freud **beklentili kaygı** dediği bu yaygın kaygı türünün nevrozun temel özelliklerinden biri olduğunu düşünüyordu. Bu tür kaygılar takıntılı nevroz (kişinin kaygıyı bağlayıp boğucu hale gelmesini önleyen zorlanımlar göstermesi) gibi çeşitli belirtilere dönüştürülebilir. Ayrıca tamamen dışavurulmayan duygular kaygıya dönüşebilir. Freud bu duygulanımların yahut hislerin hem bilinç hem de bilinçdışı düzeyde var olduğunu düşünüyordu. Demek ki üst benliğin bastırmasıyla yahut içgüdüsel dürtülerin tehlikeli bir düzeye gelip bilince çıkma riski baş göstermesiyle kaygı ortaya çıkabilir. Savunmalar, sistemin aşırılıklar altında boğulmasını önler.

Savunma Mekanizmaları

Freud'un birçok zekice kavramsallaştırmalarından biri de savunmacı işleyiştir (bkz. Tablo 3.1). Savunma mekanizması, birincil süreç malzemesinin bilince ya da bilinçöncesine nüfuz etmesi tehlikesi ortaya çıktığında doğan kaygıya karşı koruyan bir zihinsel operasyondur. Örneğin bir alkolik, içmesi nedeniyle ortaya çıkan kaygıya karşı **inkarla** savunma yapabilir; "iç" diyen hazcı alt benlikten ve ailesine verdiği acıdan dolayı onu kınanan üst benlikten kaynaklanan kaygıdan inkar sayesinde korunabilir. İnkâr çatışmayı azaltır ama uyum sağlayıcı işlevsellik bakımından bedeli ağır olur.

Freud'un birçok savunma mekanizmasını saptaması ve ayrıntılı bir biçimde ele alması kişilikbilim kavrayışımıza birçok şey kazandırdı ve savunmaların uyum sağlama için nasıl kullanıldığını anlamamıza halen katkıda bulunmaktadır (Holi, Sammallahiti & Aalberg, 1999). Freud, psikanalitik araştırmalarında gözlemlediği temel savunmaların birçoğunun kataloğunu çıkardı. Kızı Anna Freud, kaygıya karşı korunmakta kullanılan savunmaların saptanmasını daha da ilerletti.

Tablo 3.1 Yaygın Savunma Mekanizmaları

Savunma	Tanım	Örnek
Eyleme vurma [Acting out]	Çatışmalar eyleme çevrilir, üzerine düşünme yoktur veya çok azdır.	Haksız yere düşük not aldığına kızan öğrencinin derste huzursuzluk çıkarması.
İnkâr [Denial]	Başkalarının açıkça gördüğü dışsal veya öznel acı verici bir gerçekliği kabul etmemek.	Gebe kadının test sonucu pozitif olmasına rağmen gebeliğini kabul etmemesi.
Değersizleştirme [Devaluation]	Kendine veya başkalarına gerçekçi olmayan olumsuz nitelikler atfetmek; kendini cezalandırmaya veya değersizleştirilen şeyin etkisini azaltmaya hizmet eder.	Önceden hayran olduğu hoca-nın, ödevine kötü not vermesi üzerine birdenbire ne kadar kötü bir öğretmen olduğundan yakınmaya başlamak.
Yer değiştirme [Displacement]	Çatışmayı belli bir nesne üzerinden yaşamının tehlikeli gelmesi nedeniyle, çatışmayı o kadar tehli-keli gelmeyen bir başka nesneye atmak.	Tarih hocasından nefret eden öğrencinin ders kitabını yakma-sı.
Çözülme [Dissociation]	Çatışmayla başa çıkmak için dışsal ve içsel dünyaya ilişkin farkındalık, bellek veya algı bütünlüğünü bozmak.	Sevgilisinden ayrılan intihara meyilli öğrencinin birdenbire birlikte oldukları zamanları anımsayamaz hale gelmesi.
Fantezi [Fantasy]	Çatışmadan kaçınmak için dürtüle-ri veya arzuları gideren hayali durumlar yaratmak.	Ev hayatı sorunlu olan öğrenci-nin üniversiteye gidip psikolog olduğunu hayal etmesi.
İdealleştirme [Idealization]	Kendine veya başkalarına gerçekçi olmayan olumlu nitelikler atfet-mek.	Entelektüel kapasiteyi kafaya takan öğrencinin bir akıl hoca-sını ilahlaştırması.
Duygulanımı yalıtma [Isolation of affect]	Çatışmayı hafifletmek için düşün-celerle duyguları birbirinden ayır-mak, böylece tehlikeli gelen duy-guları hissetmeden düşünsel veya olgusal yönleri dair farkındalığı korumak.	Biyoloji öğrencisinin laboratu-var hayvanını kurban ederken yaşam hakkını, yaşam kalitesini, duygusal durumunu hiç dert etmemesi.
Tümgüçlülük [Omnipotence]	Tehlikeli gelen olasılıkları veya hisleri aşmak için kendini inanıl-maz güçlü, zeki veya üstün gör-mek.	Zor bir sınava girmek üzere olan öğrencinin konuların hepsini zaten bildiğini iddia etmesi.
Yansıtma [Projection]	Kabul edilemez duyguları veya kişisel özellikleri başkalarına atfe-derek yadsımak.	Öğrencinin kendi öfkesini hoca-ya atfetmesi ve kendini eziyet edilen kurban gibi görmesi.
Yansıtmalı özdeşim [Projective identification]	Hoşa gitmeyen hisler ve tepkiler başkasına yansıtılmakla kalmaz, ayrıca farkındalıkta da tutulup alıcının davranışına tepki olarak görülür.	Öğrencinin kendi öfkesini hoca-ya atfetmesi ve çektiği eziyet karşısında kendi tepkisini makul görmesi.

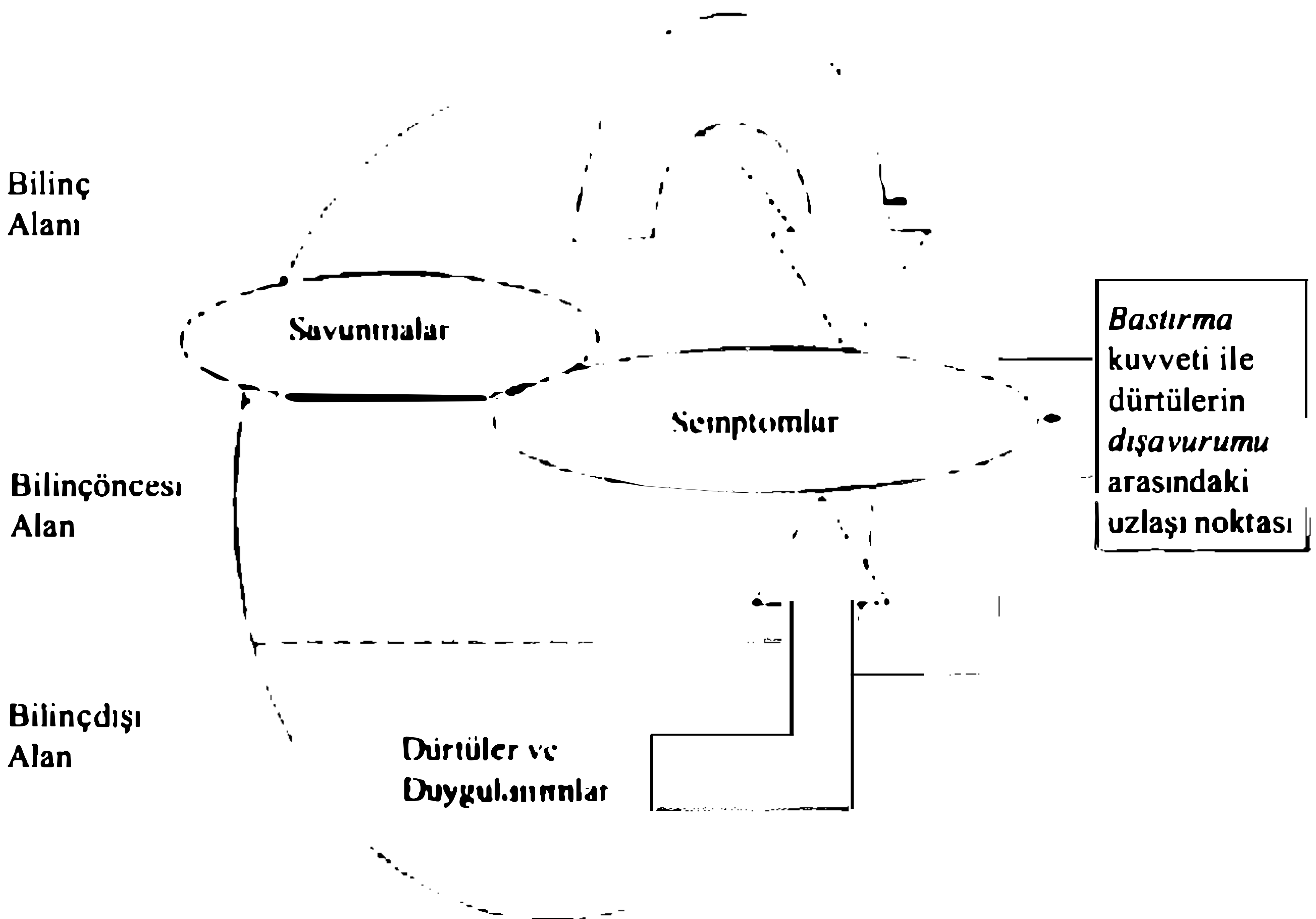
Savunma	Tanım	Örnek
Mantıklı gerekçe bulma [Rationalization]	Olay olduktan sonra kişinin davranışını kendisinin veya başkalarının gözünde haklı kılmak için yaptığı açıklama.	Farkında olmadan imkansız zorlukta bir sınav hazırlayan hocanın, öğrencileri şaşırtarak sıkı çalışmaya sevk etmenin gerekli olduğunu iddia etmesi.
Karşıt tepki oluşturma [Reaction formation]	Kabul edilemez düşünce veya dürtüleri kapsamak için tam tersi yönde dışavurumda bulunmak.	Belli bir insan grubundan nefret eden öğrencinin, söz konusu grubun üniversiteden gördüğü haksız muameleyi eleştiren yazı yazması.
Bastırma [Repression]	Yasak düşünce ve arzular bilinçli farkındalıktan uzak tutulur.	Öğrencinin kendisine rakip olan bir öğrenciyi kıskançlıkla öldürme arzusunun bilinçli farkındalığa çıkamaması.
Bölme [Splitting]	Tek bir nesnenin karşıt özellikleri birbirinden ayrı tutulur, özellikle bütünleşmemiş bir karşıtlıkta bırakılır, sonuç olarak idealleştirme ve değersizleştirme döngüleri ortaya çıkarak kendine ve başkalarına iki karşıt uçtan biri yansıtılır.	Öğrencinin hocayı ilah gibi görme ile hakir görme arasında gidip gelmesi; etkileşimlerine bağlı olarak, bazen hocayı zeki ve güçlü, kendisini cahil ve zayıf görmesi, bazen de rollerin tam tersi şekilde dağılması.
Yüceltme [Sublimation]	Kabul edilemez duyguları hafifletmek için sosyal olarak kabul edilebilir davranışlara kanalize etmek.	Öğretmenliğe gizli bir bıkkınlık besleyen hocanın daha da titizlikle çalışarak öğretmenlik ödülünü kazanmaya çalışması.
Yap-boz [Undoing]	Kendini suçluluktan kurtarmak için, zarar görmüş olan tarafı gerçekten veya sembolik olarak telafi eden davranışta bulunmak.	Aşırı zor bir sınav hazırlayan hocanın fazladan puan alınacak çok kolay ödevler vermesi.

Kaynak: Millon ve Davis, 2000, s.26.

Nevroz ve Belirti Oluşumu

Freud kuramını o zamanlar yaygın olan, nevroz olarak terimleştirdiği psikolojik belirtilerin [semptomların] gelişimini açıklamak için geliştirdi (bkz. Şekil 3.3). Belirtiler dürtünün kısmi dışavurumuna imkan veren ama kendini cezalandırma da içeren bir uzlaşma türüdür. Kişinin içgüdüsel örgütlenmesi yüzeye çok yakın olduğunda kişi ıstırap çekmeye gereksinir. Belirli bir olayın anısı ve duygulanımları yalıtıldığında enerji geride kalarak belirti şeklinde dışavurulur. Enerji dönüştürülür ama anı “yitirilir”, belirtiler bütününde kılık değiştirilmiş bir biçimde dışavurulur. Örneğin tıkanma hissi, kişinin çatışma içinde olduğu birini boğarak öldürme dürtüsünü temsil ediyor olabilir. Bu çatışma bölgesi, bilinçöncesi ta-

rafından başkalaştırılmış bir halde rüyalar, dil sürçmeleri ve gündüz düş-
leri aracılığıyla sık sık dışavurulur.



Şekil 3.3

Bastırma, İçgüdüsel Dürtülerin Dışavurumu ve Belirti Nevrozunun Gelişimi arasındaki Dinamik Etkileşim

Bilinçli zihin, ıstırap veren ya da sıkıntılı anıları ya da travmatik deneyimi bastırmaya ya da farkındalıktan uzak tutmaya çalışır. Freud (1966) bu bastırma mekanizması ve onun nevroz ve belirti oluşumundaki işlevi hakkında şöyle yazar:

[Bastırma] belirtilerin inşasında önkoşuldur ama aynı zamanda bastırmaya benzeyen başka bir şey de bilmiyoruz. Bir zihinsel süreç ve bu süreci eyleme dönüştürme girişimleri anlamına gelen dürtüyü model alalım. Dürtünün reddetme ya da kınama dediğimiz şekilde püskürtülebileceğini biliyoruz. Bu durumda dürtünün enerjisi çekilir; dürtü gücünü kaybeder fakat anı olarak varlığını sürdürebilir. Dürtüye dair karar verme sürecinin tamamı, benliğin bilgisi dahilindedir. Aynı dürtünün bastırmaya tabi tutulduğunu varsayarsak, durum çok daha farklı olur. Bu durumda dürtü enerjisini korur ama geride hiçbir anı bırakmaz; üstelik bastırma süreci benlik tarafından fark edilmeden tamamlanacaktır. Dolayısıyla bu karşılaştırma, bizi bastırmanın esas doğasına yaklaştırmaz. (s. 294)

Belirtiler, bilinçdışı zihninin enerjisi çatışmadan alıp başka bir şeye aktarmasıdır; bu aktardığı şey enerjisi dışavurur ama acı çeken bireyi çatışmadan uzak tutar: “Bildiğimiz kadarıyla, belirtiler bastırmanın geride tuttuğu bir şeyin ikamesidir” (Freud, 1966, s. 298).

Psikoseksüel Gelişim Aşamaları

Freud'un insan gelişimi ve kişilik oluşumu kuramı, psikoseksüel gelişim hakkındaki fikirlerine dayanıyordu. Libido olarak da geçen cinsel içgüdüler, bu gelişim sürecindeki başlıca kuvvetlerden biridir; bu nedenle Freud'un kuramı psikoseksüel gelişim kuramıdır. Libidinal baskı yani **yaşam içgüdü** gelişimi ateşler. Yaygın kabul görmemiş bir kavram olan **ölüm içgüdü**, saldırgan dürtüden kaynaklanır. Psikanalitik kuram, bireyin peş peşe gelen psikoseksüel gelişim aşamalarından geçerek ilerlediğini farz eder. Bu aşamaların her biri farklı gelişimsel görevleri öne çıkarır. Çeşitli nedenlerden dolayı, kişi bu aşamalardan birinde saplanıp kalabilir. Bu da farklı kişilik türlerinin gelişimine zemin hazırlar.

Oral Aşama

Doğumdan iki yaşa dek süren yaşamın ilk aşamasına oral aşama denir ve en önemli özelliği biyolojik bir hayatta kalma refleks hareketi olan emme ihtiyacıdır. Gelişimin bu evresinde haz ve tatmin, öncelikli olarak meme emme, parmak emme ve yutkunma gibi oral etkinlikler aracılığıyla alınır. Libido oral bölgeye dağıtılmış haldedir. Bu aşamanın ilk sekiz ayı olan **oral emme** döneminde, sütten kesme başlar ve diğer yiyecekler sunulduğunda da sona erer. Sütten kesme ani veya umursamaz bir şekilde yapılırsa travmatik olabilir. Bu travmanın izleri, tartışacağımız üzere, karakter özellikleri şeklinde gelişebilir. İkinci evre olan oral ısırma evresi sekiz aylıktan iki yaşa dek sürer; çocuk, saldırganlığı dışavurmak için ısırma silah olarak kullanır; çocuğun kendisini annesinden bağımsız hissetmeye başladığında belirgindir.

Anal Aşama

Dört yaşa dek süren sonraki aşama, birincil haz kaynağının dışkılamaktan kaynaklandığı anal aşamadır. Bu evrede çocuk dış dünyanın işgalini deneyimlemeye başlar. Bu sosyalleşme dönemi genellikle ebeveynler

ve çocuk arasındaki ilk çatışmaya zemin hazırlar. Benlik, alt benlikten farklılaşmaya, gerçeklik ilkesi ortaya çıkmaya başlar. Uyum gösterildiğinde ödülleri, kaza olduğunda hayal kırıklığı verilir. Bu kaba üst benlik işlevinin başlangıcıdır. Tuvalet eğitiminin başlangıcında çocuk tuvaletini tutarak, uyum sağlamayı reddederek ya da kendi üzerini pisleyerek özerkliğini dışavurabilir. Bu **anal atıcı evre** iki ila üç yaş arasında herhangi bir zamanda meydana gelebilir; çocuğun tuvaletini yapmayı silah olarak kullanarak ebeveynlerini manipüle etmeyi öğrendiği dönemdir. Üç ila dört yaş arasındaki **anal tutucu** evre boyunca, çocuk, denetlemek ve cezalandırmak için dışkıyı kontrol edip tutmayı ve uygun koşullar altında simgesel bir armağan olarak sunmayı öğrenir. Bu hakimiyet tümgüçlülük hissine yol açabilir.

Fallik Aşama

Psikoseksüel gelişimin üçüncü aşaması olan fallik aşama, dördüncü yaştan yedinci ya da sekizinci yaşa kadardır. Gelişimin bu evresinde, hazın birincil kaynağı genitallerden gelir. Bu, çocuğun, karşı cinsten ebeveyninden haz duygularını deneyimlemeye başladığı evredir ve Ödipal ya da Elektra karmaşasının ortaya çıktığı aşamadır. Çocuk aile üyelerinin anatomisine ilgi gösterebileceği gibi kendi genitallerine dokunabilir, onları ovabilir ya da sergileyebilir. Seks ve doğum hakkında fikirler gelişmektedir; karşı cinsten ebeveynin ilgisi için aynı cinsten ebeveynle rekabet edilir. Erkek çocuklarda, anneye sahip olmak konusunda babayla rekabetçi hisleri nedeniyle hadım edilme korkusu bulunur. Kız çocuk bir biçimde farklı bir süreci deneyimler. **Elektra karmaşasında** kız çocuk, penisi olmadığından dolayı zaten hadım edildiğine inanır. Bunu yapan kişiyi arar ve bunun annesi olduğuna karar verir. Annesini suçlayarak babasına olan sevgisini arttırır. Babasını idealleştirdikten sonra, kaybıyla uzlaşıya varır ve annesiyle özdeşleşir. Ödipal ya da Elektra karmaşasının çözümlenmesi, aynı cinsiyetten ebeveynle özdeşleşerek sonuçlanır. Bu evrenin çözümlenmesi, daha tam bir biçimde gelişmiş üst benliğin gelişiminde sonlanır.

Gizlilik Aşaması

Yaklaşık 6 yaştan 12 yaşa kadar olan gelişimin gizil [latent] evresi, cinsellikle meşguliyetin azaldığı bir zamandır. Ödipus/Elektra karmaşasının

çözümü travmatize edicidir ve çocuk cinselliği kısıtlamayı ve bastırmayı tercih eder. Bu aşama sırasında gelişimsel enerjinin çoğu erişilebilir kültürel ve entelektüel deneyimi özümsemek için kullanılır. Oğlanlar ve kızlar aynı cinsiyetten oyun arkadaşlarını tercih etmeye eğilimlidir. Bu, genital evrenin başlangıcını damgalayan ergenliğe girmekle son bulacak olan görece çatışmasız ve masum bir zamandır.

Genital Aşama

Yaklaşık 13 yaşında başlayan gelişimin bu aşaması, en yüksek olgunluk düzeyini temsil eder; yapılması gereken iş, hazzı yaşamak değil libidoyu diğerleriyle olgun ilişkilere dönüştürmektir. Bu, bireyi ergenliğe hazırlayan hormonsal ve biyokimyasal değişikliklerle hazırlanır. Aşk şimdi esas merak konusudur. Başlangıçta merak, hadım edilme korkusu nedeniyle kendi cinsine yönelir ama ardından karşı cinsle ilişkilere, kur yapmaya ve evlilik düşüncelerine kayar. Gelişimin bu aşamasında narsisistik, kesintisiz haz arayışının yerini olgun aşk ve diğerlerini umursamak almalıdır. Başarılı olursa cinsel içgüdünün en erken dışavurumları esasen olgun aşka dönüştürülür. Kişi yol boyunca çok fazla ya da çok az tatmin yaşamışsa, sonuçta kişilik işleyişinde aksaklıklar ortaya çıkabilir.

Karakter Özellikleri, Bozukluklar ve Psikoseksüel Gelişim

Freud'un kişilik gelişimine dair kavramsallaştırması, psikoseksüel gelişim modeli temeline dayanıyordu (bkz. Tablo 3.2). Birinin ayırt edici özelliği anlamına gelen karakter Yunanca “oyma” sözcüğünden türetilmiştir. Bu bölümde daha sonra göreceğimiz gibi, karakter tiplerine ilişkin karmaşık bir sisteminin geliştirilmesine Otto Fenichel ve Karl Abraham gibi öncü psikanalitik şahsiyetler de katkıda bulunmuştur.

Tablo 3.2 Psikoseksüel gelişim aşamaları ve Karakter tipleri

Gelişim Aşaması	Yaklaşık yaş	Karakter Tipi
Oral Aşama	0-2 yaş arası	Bağımlılık
Anal Aşama	2-4 yaş arası	Zorlanımlı
Fallik Aşama	4-8 yaş arası	Narsisistik
Gizil Aşama	6-12 yaş arası	Pasif*
Genital Aşama	13 yaş	Histerik

*Yeni Freudcular tarafından dahil edilmedi, ama mantıksal bir tip olabilir.

Temelde, kişinin karakterinin gelişimi, gelişimin psikoseksüel aşamalarından nasıl geçildiğinden etkilenir. Normal bir ilerleme varsa kişi olgun bir karakter geliştirecektir. Bununla beraber çeşitli aşamalarda saplanmalar meydana gelirse, çeşitli dışsal bölgelerle ilişkili aşırı libidinal enerji yığılması olacaktır. Örneğin yeterli tatmin yaşanmayan oral evreden oral açlık doğabilir, bu da kendini sonradan aşırı bağımlılıkla gösterir.

Psikanalizin Yöntemleri ve Teknikleri

Tartıştığımız üzere, psikanaliz sadece bir zihin kuramı değil aynı zamanda duygusal bozuklukları tedavi etme yöntemidir. Freud geliştirdiği araştırma araçlarını zihinsel süreçlerin çeşitli yönlerini keşfetmek için kullandı ama bilinçdışıyla özellikle ilgilendi. Psikanalizin keşfine kadar, duygusal bozuklukların tedavisine yönelik pek bir şey bulunmuyordu. Freud'un psikanaliz yöntem ve tekniği, kişilerin analistle birlikteyken erken ilişki dinamiklerini yeniden yaratmaya eğiliminde olduğu (“aktarım” süreci) gözlemine dayanır. Freud'un (1966) aktarımla kastettiği, “hekimin şahsı üzerine duyguların aktarılmasıdır, zira bu tür duyguların tedavi ortamından kaynaklanmadığını düşünüyoruz. Aksine bu duyguların hazır ve nazır olmasının başka yerden kaynaklandığından, hastada zaten mevcut olup ve analitik tedavi fırsatıyla hekime aktarıldığından şüpheleniyoruz. Aktarıma tutkulu bir sevgi talebi ya da daha ılımlı biçimlerde belirebilir; sevilme isteği yerine, bir genç kızın yaşça büyük bir adamın en sevdiği kızı olma isteği ortaya çıkabilir; libidinal arzunun tonu düşürülerek cinsellik barındırmayan, ayrılmaz bir arkadaşlık teklifine dönüşebilir” (s. 442). Aktarım hem olumlu hem de olumsuz tonlara sahip olabilir. Teknik açıdan önemli olan, analistin benimsediği terapötik duruşun oda da aktarımın gelişmesini uyarmasıdır. Freud, analistin teknik tarafsızlık konumunu benimsemesini önermiştir; böylece analist hastayı etkilemeyecek, aktarımın üstüne doğal olarak yansıtılabileceği boş ekran olarak kendini sunacaktır. Freud'un tekniğinde vurgulanan serbest çağrışım, düşünce ve duyguları sansürlemeksizin zihne ne gelirse serbestçe ifade edilmesidir.

Freud aktarım ilişkisinin gücünü gözlemleyerek, öncüllerinin çalışmalarını ileriye taşıdı. Yöntemini geliştirirken, psikanalizin sağaltıcı tarafının **aktarım** nevrozunun gelişimi olduğunu düşündü. Analistin sağlamaya çalıştığı boş ekran nedeniyle, analistle bu aktarım ilişkisinin gelişimi bu hayali ilişkiyle sonuçlandı. Bu, psikanalitik sürecin alametifarikası haline geldi. Gelişen aktarım ilişkisi hastayla birlikte analiz edilebilir, böylece hasta bilinçdışı süreçlerine dair bilinçli farkındalık kazanmaya başlardı. Hasta hekimin tepkilerini ve duygularını sadece hayal edebilirdi, bunlar hiçbir zaman hastaya açık edilmezdi.

Freud'un hastaları, tipik bir biçimde, arkasında hekimin oturduğu bir kanepeye uzanıyordu. Bunun, analistin tepkilerinin gözlemlenmesine imkan vermeyerek, aktarım alanını açık tuttuğu düşünülüyordu. Analist tavsiye ya da öneriler vermekten kaçındı ve malzemeyi tarafsız olarak analiz etti. Bir kanepede uzanmak, bireylerin savunmalarını bir yana bırakmalarının ve serbest çağrışıma katılmalarının kolay hale geldiği bir ortam sağlıyordu.

Rüya Analizi

Freud'un yol gösterici gelişmelerinden bir başkası, rüyaların analizidir. "Sigmund Freud'un *Düşlerin Yorumu*'nun ilk baskısı 4 Kasım 1899'da yayınlandı, sekiz yılda 600 adet sattı. Bu herhangi bir yazar için hayal kırıcı bir hesaptı, hele elyazmasıyla mücadelesini İncil'deki Yakup'un bir meleklerle güreşine benzeten biri için" (Goode, 1999, s. F4). Bu meşum başlangıçtan itibaren, Freud'un kavramları kültürümüze derin bir biçimde sızdı. Freud, günün kalıntısı niteliğindeki deneyimlerin ve çatışmalı bilinçdışı malzemelerin yoğunlaştırma mekanizması aracılığıyla rüyalarda simgesel olarak ifade edildiğini kuramlaştırdı. Günümüzde klasik bir metin olan *Düşlerin Yorumu*'nu yaşamının en büyük eseri olarak gördü. Bu kitapta rüyalardaki çeşitli unsurların simgesel anlamları hakkındaki fikirlerini sundu. Psikanalistler hastanın bilinçdışına erişmenin ve yaşamdan anlam çıkarmanın yolu olarak rüyaları kullanır. Freud'un rüyalar hakkındaki fikirleri "hâlâ resimde önemli yer tutar" (Goode, 1999, s. F4).

İnsanların Rüyaların Anlamına Düşkünlüğü

Tarihin en eski kayıtlarında görüldüğü üzere, rüyalar insanları her daim büyülemiştir (Alexander & Selesnick, 1966). Rüyalara sık sık, bazı kültürlerin hâlâ sahip olduğu, ruhanî önem atfedildi. Rüyaların çoğu zaman ruhlarla doğrudan iletişim olduğuna inanıldı. Şamanlardan ve şifacılaran rüyalarını bildirmesinin beklenmesi ilginçtir; psikanalist adaylarının serbest çağrışım sırasında kendi rüyalarını analiz etmeye teşvik edilmesi gibi; psikanalist olabilmek için bu eğitim zorunluydu. Psikolojik ve ruhani sağaltıcıların yetkinliklerinin kabulü için böyle benzer törenlerden geçmeleri çarpıcıdır. Freud'dan önce, birçok diğerleri, rüyaların zihinsel işlevlerdeki rahatsızlıkları anlamak için önemli ipuçları sunduğunu ileri sürdü. Rüyalar bütün bir kişiliğin rahatsızlığı olarak belirtileri anlamak için bir pencereydi.

Rüyaların yorumu ve onların bilinçdışı süreci yansıttığı varsayımı, geçen yüzyıl boyunca tekrar tekrar topa tutuldu; rüyalar, çeşitli zamanlarda, bireyin yaşamıyla ilgili herhangi bir şeyle hiçbir ilişkisi olmayan, anlamsız zihinsel etkinlikler olarak gözden düştü. Bazıları bu saldırıları kendi yaşamlarında rüyaların anlamını görüp deneyimleyecek içgözlem kapasiteden yoksun olanların hınçla başlattığı saldırılar diye ciddiye almadı. Tartışmanın hangi tarafı “haklı”dır? İlginç bir biçimde, sinirbilimcilerin, sonraki bölümde ele alınan mevcut bulguları bu çekişmeyi aydınlatmaya başladı. Hâlihazırdaki düşünüş Freud'un ve eskilerin rüya kavramsallaştırmalarını kısmen destekler. Rüyaları inceleyen bilim insanları, rüyaların meydana geldiği ve dış dünyadan gelen uyarıların kısmen bertaraf edildiği hızlı göz hareketi (REM) evresinde beyin etkinliklerinin çeşitli sinir ağları olarak devam ettiğini ve devrelerin ateşlendiğini düşünür. Zihnın nasıl işlediğine ilişkin mevcut kavramsallaştırmalar, uyku sırasında beynin örgütlenme kapasitesini ve anlam üretme süreçlerini öne çıkarır. Beynin beyin korteksine gönderilen anlamsız bilgileri örgütlemek için şema aramaya devam ettiği düşünülür. Bu, beynin anlamlandırma çabası, yani bir nevi Freud'un rüyaların analizinde gözlemlediği bilinçdışı etkinliktir.

Bütün büyük öncüler kısa sürede aranır hale gelir ve etraflarında taraftarlar toplanır. Freud'un çığır açan keşiflerini fark eden birtakım takipçiler neredeyse anında çevresini sardı. Yine neredeyse aynı hızla, Carl Jung, Alfred Adler, Sandor Ferenczi gibi iç çemberindekilerin çoğu Freud'u huzursuz edecek kadar ana yoldan sapan kuramsal sistemler ve yöntemler geliştirmeye başladı. Tipik bir biçimde, ona yakın olup potansiyel varisi olarak görülenler sürgün edildi, usta ile öğrencileri arasında düşmanca ilişkiler bunu izledi. İki taraf için de öldürücü olan rekabete rağmen, psikanaliz adlı yeni disiplin durdurulamadı ve insanın mücadelesine bakış açısıyla, öğretileriyle Batılı toplumun doğasını biçimlendirdi. Arkamızda sürekli evrilen akımlar ve şahsiyetlerle dolu yüz yıl bıraktığımızdan ötürü, bu metinde ancak Freud'la birlikte çalışan ve yakın ilişki içinde olan kişilerin bazı önemli katkılarının can alıcı noktalarını verebiliriz. Bu kitabın konusuna doğrudan uygulanabilen çalışmaları vurguladık. Bu hiçbir biçimde, sayısız diğer katkıda bulunanın çalışmalarını küçümsemek anlamına gelmez. Bir disiplin olarak psikanaliz öylesine geniş bir alanı kaplar hale geldi ki, sadece alandaki tarihsel gelişmeleri çalışanlar bulunmaktadır.

Jung ve Kolektif Bilinçdışı

Freud'un ayrıcalıklı takipçilerinden biri olan Carl Gustav Jung, Freud'dan ayrılıp kendi kuramını ve tedavi biçimini geliştirinceye dek, psikanalizin babasının yerini alacak varis gibi görünüyordu.

Jung'un Freud'la esas anlaşmazlığı, zihinsel yaşamın birincil gücü olarak cinsel içgüdüyü kabul etmemesi etrafında örüldü. Muhtemelen en çok bilinen fikirleri **kolektif bilinçdışı** ve **arketipler** kavramıdır. Kolektif bilinçdışı, tüm insanların beyinlerinde yerleşik miras alınmış olasılıkları yahut psikolojik yapıları ya da ebeveynlik, olgunlaşma, yaşlanma gibi deneyimleri anlama biçimimizi anlatır. Kolektif bilinçdışı fikri, bir kuşaktan diğerine taşınan, bilinçdışı düzeyde tutulan ve insan davranışını etkileyen anıları anlatır. Arketipler yaygın imgeleri, tutumları ve kavramları içerir; gücün/iktidarın güneş ya da aslanla simgelenmesi gibi. Tanrı, kendilik, doğum, persona, bilge yaşlı adam gibi başka arketipler de vardır.

Jung (1923) dört işlevsellik alanındaki psikolojik faaliyete dayanan psikolojik tipler kavramını geliştirmesiyle de bilinir: **düşünen, hisseden, duyumsayan, sezen**. Düşünen tip, yaşama yaklaşımında mesafeli analitik eğilim benimseyen bireyleri betimlemek için kullanıldı, duygusal tepkileri ve öznel deneyimlemeyi daha fazla kullananlardan farklı olarak. Duyumsayan tip kişinin duygusal deneyimini yorumlamaksızın kullanması, sezen tip kişinin mantık sürecine bağımlı olmayan genel izlenimlerini kullanmasıdır. Jung, insanların kendilerini çevrelerine iki temel yolla ayarladığını da gözlemledi. İçedönük olanlar **içe dönmeyi** kullanarak kendilerine döner; bunlar yalnızlığı seven, sessiz tiplerdir. Dışadönükler **dışa dönmeyi** kullanarak dışarıya yönelir; her şeyin ortasında olmayı seven, doğal dünyayı ve başkalarıyla olmayı seven tiplerdir.

Kendilik her kişinin bilinçdışında var olan arketiplerle özdeşleşme aracılığıyla gelişir. **Persona** diğerlerinin beklentilerine yanıt vermek için inşa edilmiş, ortaya sürülen herkese açık kendiliktir. Gerçekte tüm insanların içinde bir gölge kendilik vardır; bir kadında bir erkeğin gölge kendiliği vardır, bir erkekte de bir kadının. Arketiplerden doğan enerji ve iç-dış dünyaya tepki verme tercihlerimizin arketiplere nasıl tepki verdiği kişiliği etkiler.

Ferenczi ve Travmanın Etkisi

7 Temmuz 1873'de Budapeşte'de doğan Sandor Ferenczi'nin trajik öyküsüne ve günümüze dek uzanan klinik uygulama ve kuram üzerindeki etkilerine rağmen psikanaliz tarihinde pek sözü edilmez. Çalışmaları halihazırdaki travma kuramının ve hümanist psikolojinin işaretini vermişti; kişilik bozukluklarının birçok türü için önemli bir tedavi tarzı olan, günümüzde kısa süreli dinamik tedavi olarak adlandırılan **etkin terapinin** babasıydı (Magnavita, 1997). "Ferenczi, Freud'un sevgili öğrencisi ve istisnai klinik becerilere ve büyük insani sıcaklığa sahip bir adamdı" (Mason, 1990, s. 152). Ne yazık ki Ferenczi bu saygın konumda kalmadı. Rachman'a göre (1997) "Ferenczi'nin klinik çalışmasının ve kuramsal fikirlerinin örtbas edilmiş, sansürlenmiş ve ana akım psikanalizden yok edilmiş olduğu günümüzde herkesçe bilinmektedir. Bir zamanlar Freud'un sevgili oğlu, en adanmış öğrencisi, şövalyesi ve gizli sağ kolu olan adam, Freud'un aşağılamalarına ve reddedişine maruz kaldı; analitik meslektaşlarınca alaya alındı; Freud, Ernest Jones ve Max Eitingon tarafından duygusal açıdan hasta biri diye kınandı" (s. xv-xvi).

Cinsel Travmanın Önemi Üzerindeki Anlaşmazlıklarına İlişkin Ferenczi'den Freud'a Farazi bir Mektup

Ben cinsel ve duygusal travma deneyimini birinci elden biliyorum. Bu nedenle, bunu analiz ettiklerimde tanıyabiliyorum; bu nedenle istismar edildiklerini anlattıklarında onları dinleyebiliyorum.

Sizden “dillerin karışması” makalemdeki cinsel ve duygusal travma fikrini dinlemenizi istiyorum, çünkü siz bu fikre hiç sıcak bakmadınız. İlk başlarda travmaya inandınız ama klinik çalışmalarınızı bırakıp ödipal kuramınıza odaklandığınızdan bu yana bu fikre kapalısiniz.

Sizinle ilişkimin başlangıcında, Sicilya geziniz sırasında, ilişkimizdeki duygusal unsurları ele almanızı sağlamaya çalıştım ama siz bunun benim sorunum olduğunu düşündünüz.

Ardından sizinle analizim sırasında ilişkimizde daha derine inmeye ve travmamı anlatmaya çalıştım ama yine dinleyemediniz.

Dillerin karışması makalem benim de hastalarım gibi çocuklukta yaşadıklarım yüzünden travmaya uğramış olduğuma sizi ikna etmek için son girişimimdi. Dahası, analiz sırasında soğuk, kopuk bir klinik tarzı benimseyip hastanın ihtiyaçlarını direnç olarak yorumladığımda hastanın travmasını tekrarlayabileceğimi de fark ettim. Ancak psikanalitik tekniğin tabularından kendimi kurtardığımda ve analitik üst benliğimi yumuşattığımda, onlara insani, sağaltıcı bir yolla yanıt verebildim. Sizden istediğim böyle bir yanıttır.

Neden bana bunu teslim edemiyorsunuz? Neden kuramınızın altını oymaya çalıştığımda ısrar ediyorsunuz? Klinik gözlemlerim için neden beni mahkûm ediyorsunuz? İstirabımı görmüyor musunuz? Benimle ilişki kurma biçiminiz bana travma yaşıtıyor. Bana, ebeveynlerine itaat etmeyen, kötü bir çocukmuşum gibi muamele ediyorsunuz.

Travma hakkında bu fikirlere sahip olduğum için deliymişim gibi hissetmeme neden oluyorsunuz. . . . Bu sorunlarla doğrudan, açık bir biçimde baş edemediğinizi biliyorum. Kuramınıza ve psikanalizin babası olmaya kendinizi o kadar vakfettiniz ki beni duyamıyorsunuz. Ama kendi travmamın, hastalarımın travmalarının ve sizinle deneyimlediğim travmanın benzer unsurlara sahip olduğunu biliyorum. Dillerin karışması makalemde aktarmak istediğim buydu. (s. 242-243)

KAYNAK: Sandor Ferenczi: *The Psychotherapist of Tenderness and Passion* [Sevecenliğin ve Tutkunun Psikoterapisti] (Rachman, 1997)

Ferenczi'nin getirdiği bir başka tartışmalı yenilik, “psikanalizin yetersizliklerinin kilometre taşı niteliğindeki teşhiri” olan (Rachman, 1997) *The Development of Psychoanalysis* [Psikanalizin Gelişimi] (Ferenczi & Rank, 1925) adlı kitapta ayrıntılarıyla ele alındı. Ferenczi ve Rank, psikanalizin aşırı düşünsel hale gelip duygusal deneyimi göz ardı ettiğinden korkuyor, ayrıca analizin kişilerarası yönlerinin daha fazla vurgulanması gerektiğini öne sürüyordu. Bu gibi bir dizi yenilikçi düşünce ana akım psikanalizden radikal kopuşa tekabül etmiş ve Freud-Ferenczi çatışmasını besleyerek trajik sonuca yol açmıştır.

Ferenczi'nin Vefatı: 11 Mayıs 1933

Ferenczi, psikopatolojinin kökenine ve psikanaliz yöntemlerine ilişkin Freud'la çekişmeli bir anlaşmazlığa girmişti. Birçok açıdan itibarı sarıldı ve Rachman'a göre (1997), Freud'un görünürdeki mirasçısı, biyografisinin yazarı ve eserlerinin İngilizce'ye çevirmeni olan Ernest Jones tarafından gaddarca bir kişilik suikastının hedefi oldu. Aslında Ferenczi, Freud'un ısrarı üzerine Jones'u analiz etmişti. Freud ve izleyicileri arasındaki rekabet ve grup içi mücadele pek çok kaynakta mevcuttur. Ferenczi bu rekabetin ve düşmanlıkların en trajik örneği gibidir. Rachman, Jones'un “Ferenczi'nin paranoid ve komplocu olduğu fikrini ortaya attığını” ileri sürdü (s. III) ve böyle yapmasına bir dizi neden gösterdi. Ferenczi'nin psikotik bir durumda öldüğüne dair yaygın varsayımı doğrulayacak görgü tanığı yoktur. Rachman, Ferenczi'nin hastalığı ve ölümü hakkında var olan kanıtların ölümcül anemi ile tutarlı olduğunu ileri sürer. Bununla beraber Jones'un “Ferenczi'nin kişiliğine ve klinik işlevselliğine dair nefret dolu anlatısı” (s. 118) psikanalitik topluluk tarafından genel olarak kabul edildi. Sonuç, Ferenczi'nin öncü çalışmalarının birçoğunun örtbas edilmesi, ancak sonraki nesillerden klinik kuramcılarının ve psikoterapiyle ilgili yenilikçilerin onu yeniden keşfetmesi oldu.

Fenichel, Reich ve Karakter Analizi

Otto Fenichel belirli zihinsel karmaşaların bireyin karakterinde nasıl temsil edildiğiyle ilgileniyordu. Belirti oluşumlarının kişilikle çakışmalarını incelemeye başladı; bu alan günümüz kuramcılarından Theodore Millon tarafından sistematik bir biçimde yeniden gündeme getirilmiştir.

Fenichel (Fenichel & Rapaport, 1954) karakter özelliklerini iki ana gruba ayırdı: “ara sıra ortaya çıkanlar ve alışkanlık olanlar” (s. 203).

Karakter çözümlemesinde bir başka öncü olan Wilhelm Reich oldukça tartışmalı bir emekçiydi; parlak kariyeri zihinsel hastalık nedeniyle raydan çıktı ve ne yazık ki federal cezaevinde hayatını kaybetti. Reich (1949) karakter kavramını psikanalize getirdi. Savunmaların kendiliği zırh gibi korumasını yorumlayarak karakteri tedavi eden ilk Freud takipçisiydi. Hem Fenichel hem de Reich, psikoseksüel gelişim evrelerine eşlik eden bireysel karakter tipolojilerinin özgül betimsel profillerini geliştirdi. Reich, fallik karakteri başarıya takmış, kibirli ve küstah olma eğilimi sergileyen bir karakter olarak tasavvur etti.

Reich'in Albert Einstein'a Ziyareti

Büyük bilimsel şahsiyetlerin bazılarını -Freud, Darwin, Einstein- kavramsal buluşlarından kaynaklanan paradigmatik sıçramalar nedeniyle karşılaştırdık. Kendisi de büyük bir düşünür olan Wilhelm Reich'in Einstein'ın yardımını sağlamaya girişmesi ilginçtir. Einstein'a yazarak, acil bir bilimsel sorun olduğunu düşündüğü bir konuda toplantı istedi. Reich yaşamın gizinin çözümünü, diğer enerjilerden farklı olduğunu düşündüğü biyolojik bir enerjide bulduğuna inandı. Görmezden gelinen birçok istekten sonra Einstein, Reich'la Princeton'da buluştu ve tartışma dört saat sürdü. Reich birçoklarının onun deli olduğuna inandığını söylediğinde, Einstein'ın “buna inanabilirim” yanıtını verdiği söylenir (Higgins, 2000).

Psikanalizin Kadınları



Anna Freud ve Çocuk Psikolojisi: Babasının çalışmalarını sürdüren ve genişleten Anna Freud, Sigmund ve Martha'nın altı çocuğunun en küçüğü ve en sevileniydi. Freud'un “sekreteri, hemşiresi, fikirlerinin esas yorumcusu” oldu (Sayers, 1991, s. 145) ve hiçbir zaman evlenmedi. Yaşamını babasına adanmış olarak geçirdi ve kendine ait bir ilişkisi olmadı ya da olamadı. Yaşamının başlangıcında babası ona hakimdi. Hatta babası tara-

findan analiz edildi. Bu sıradışı tedavi düzenlemesine ilişkin birçok tartışma ve soru işareti olmuştur. Anna Freud babasıyla analize 1918'de başladı ve 1924'e dek devam etti, sonra 1926'da yeniden başladı. Her ne kadar birçokları tarafından kepezelik diye yorumlansa da, bu ilişkinin doğası hakkında çok az belge bulunmaktadır (Young-Bruehl, 1988).

Freud 80 yaşına bastığında Anna *Ben ve Savunma Mekanizmaları* adlı klasik kitabını babasına sundu (Young-Bruehl, 1988). Bu olay "yaşamlarını yeniden şekillendiren olay oldu; Anna ikizinin varisi, psikanalizin annesiydi; psikanalizin ruhunun ve geleceğinin sorumluluğunun geçtiği kişiydi" (s. 15). Anna Freud psikanaliz alanında klinik ve bilimsel makalelerden oluşan olağanüstü bir birikimi geride bıraktı. Yıllarca, çocukların anlaşılmasına, gelişimine ve tedavisine psikanalizi uygulama alanındaki öncü çalışmasını gerçekleştirdiği bağımsız bir kurum olan Hampstead Çocuk Terapi Kursu ve Kliniği'nde çalışan ve yönetici olarak görev yaptı.

Karen Homey: Horney (1967) Freud'un kadınların cinsel gelişimine dair görüşünü kabul etmedi. Penis hasedi fikrine meydan okudu ve aşağılık hissederek büyüyenlerin kadınlar değil küçük oğlanlar olduğuna inandı. Horney (1945) üç kişilerarası ilişki türü (insanlara **karşı hareket etme**, insanlara **yönelik hareket etme**, insanlardan **uzaklaşma**) ve bunları sergileyen üç karakter tipi formüle etti: insanlara karşı hareket



eden **saldırgan** tipi, insanlara yönelik hareket eden **uysal** tipi ve insanlardan uzaklaşan **kopuk** tipi temsil eder.

Tarzı insanlara karşı hareket etmek olan bireyler diğerlerini denetlemeye ve sömürmeye ihtiyaç duyar. Horney üç alt türü ayırtılandırdı: narsisistik, mükemmeliyetçi ve kinci sadist. İnsanlara yönelik hareket eden türün, aşırı onaylanma ihtiyacı ve diğerlerini mutlu etmek için kendini ortaya koymaktan vazgeçme eğilimi vardır. İnsanlardan uzaklaşma eğilimi olan bireyler etkin olarak diğerlerinden kaçınmaya kalkışır, çünkü yakınlığın çatışma ve hayal kırıklığıyla sonuçlanacağından korkar. Bazı vakalarda ağır bir biçimde yabancılaşmış hale gelebilirler.

Horney (1937) nevrotik kişiliğin gelişiminde kültürün oynadığı rolü vurguladı. Freud'un aksine, psikopatolojinin gelişimi için biyolojiyle iliş-

kili dürtü temelini varsaymadı. Rekabetçilik ve iktisadî yaşam gibi toplumsal kültürel etkilerin kim olduğumuzu nasıl biçimlendirdiğini ve mücadele ettiğimiz çatışmaları öne çıkardı. Şunları yazdı: "Nevrotik olması olası kişi, çoğunlukla çocukluk deneyimleri aracılığıyla, kültürel olarak belirlenmiş güçlükleri vurgulu bir biçimde deneyimlemiş ve sonuç olarak bunları çözememiş ya da kişiliğinden büyük ödün vererek çözmüş olandır. Onu kültürümüzün üvey evladı olarak adlandırabiliriz" (s. 290). Ayrıca çocukların sevildiklerini hissedерlerse travmaya çoğu zaman daha fazla katlanabileceğine inandı; nevroitik kişilik gelişiminde "temel kötülük değişmez bir biçimde hakiki sıcaklık ve sevgi yoksunluğudur" (s. 80). Daha sonra göreceğimiz gibi, esneklikten [*resiliency*] söz ettiğimizde Horney psikopatolojiden bir bireyi koruyabilecek belli başlı malzemelerden birini tanımladı: olumlu bağlanma. Eserlerinde, sevgi gereksiniminin çeşitli kişilik türlerinin gelişimiyle nasıl sonuçlandığını görebiliriz. Yeterince sevgi görmeyenler insanlara karşı dönebilir; daha çatışmalı olanlar algılanan sevgi kaynağına dönüp özerk kendiliklerini feda edebilir veya reddedilme korkusuyla uzaklaşabilir.

Melanie Klein: Melanie Klein, çocuk psikanalizi kuramlarına ve tekniklerine öncülük etmiş ünlü bir çocuk analistidir. Kişiliği oldukça güçlü olduğundan, insanlar onun cüsseli bir kadın olmadığını gördüğünde şaşırırdı (Sayers, 1991). Onun en tartışmalı tekniği zamanlama ya da analiz dışı bağlamı dert etmeden çocuklara derin yorumlar sağlamasıydı. Klein (1975) Freud'un yönteminin aşırı derecede dolambaçlı olduğuna inandı. Ödipal karmaşanın oluşumu hakkındaki Freudcu doktrine meydan okudu; bu da büyük bir patırtı kopardı ve Anna Freud-Melanie Klein düşmanlığını uzun yıllar boyunca besledi. Sütten kesmeden başlayarak gelişimin ilk dönemlerinde uyarılan saldırgan yamyamca ihtiyaçların, ilkel üst benlik işlevlerine yol açtığına inandı. Ferenczi gibi, ama çocuklarla çalışarak, bu saldırgan oral dürtülere dair kaygının terapide yeniden etkinleştirilip rahatlatılarak yüzeye çıkarılması gerektiğine inandı. Her ne kadar çocuğun kullandığı iletişim aracı olan oyun, yetişkinin aracı olan serbest çağrışımından farklı olsa da aynı teknik sürecin meydana gelmesi gerektiğine inandı.

Anna Freud ve Melanie Klein arasındaki Mesleki Kan Davası

Psikanalizdeki kayda değer çekişmelerden biri Anna Freud ve Melanie Klein arasındaki kuramsal farklılıklardan ortaya çıktı. Klein üst benliğin tek başına Ödipal karmaşanın bir sonucu olarak belirmediğini ama yaşamın ilk yılının sonunda bunun için hazırlandığına inandı. Bu aynı cinsiyetten ebeveynle özdeşleşmenin değil, sütten kesmeden türeyen yamyamca ve sadist dürtülerin bir sonucuydu. Klein sütten kesmede yaşanan kaygının oral saldırganlığa ya da sadizme eşlik ettiğini düşündü. Bu noktadan hareketle çocuk analizine dair çok farklı iki teknik sunuldu. Freud ebeveynlerle psiko-eğitimsel bir tarzda çalışmanın ve ayrıntılı yaşam öyküsü almanın önemini, çocuğu aile çevresine yakın tutmak gerektiğini vurguluyordu. Freud çocuk analizinin yetişkin analizinden farklı bir biçimde yürütülmesi gerektiğine inandı. Klein bütün bunların gereksiz olduğuna ve çocuk analizinin yetişkinlerinki gibi yürütülmesi gerektiğine, yani çocuğun oyun eylemlerinin derin yorumlamasının yapılması gerektiğine inandı.

Klein şizoid mekanizmalarla, yani bireylerin iyi kısmı kötü kısımdan ayırarak çelişkili deneyimleri nasıl idare ettiğiyle de ilgilendi. Şizoid deneyimlerin erken çocukluk bağlanmalarından kaynaklandığına inandı. Klein, psikotik hastaları tedavi etmek için analitik tekniği de dönüştürdü. Bir savunma mekanizması olarak yansıtılmalı özdeşim fikrinin kavramsallaştırılmasına yardım etti. Yansıtılmalı özdeşimde hasta duygulanımını bölerek son derece güçlü biçimde terapistte aktarır ve terapist bu duygulanımları deneyimleyerek hastanın geçmişte önemli bir ötekiden gördüğü tarzda yanıt verir. Bu çığır açan kavram, özellikle bu savunmanın sık görüldüğü ağır kişilik bozukluklarıyla uğraşan çeşitli psikoterapiler tarafından günümüzde de kullanılmaktadır.

Helene Deutsch: Psikiyatrist olmadan önce pediatrist olarak eğitim alan ve çalışan Helene Deutsch, psikanalize katkıda bulunan ve onu ilerleten öncü kadınlardan biridir. *Psycho-Analysis of the Neuroses* [Nevrozların Psiko-Analizi] adlı klasik ders kitabında vakalarının canlı betimlemeleri yer almaktadır. "Deutsch'un annelik, hamilelik ve emzirmeyi çocuğun değil annenin durduğu yerden açıklaması, Freud'un kadın cinselliğini baba-merkezli olarak anlatımının üzerine önemli bir ilerlemedir"

(Sayers, 1991, s. 39). Deutsch (1965) klinik tedaviyi, çeşitli karakter tipleriyle ilişkili kuramsal meseleleri, kimlik oluşumu ve kadın cinselliğiyle ilişkili meseleleri anlatan bir dizi vaka çalışması yayınladı.

Psikanaliz İçindeki ve Hakkındaki Tartışmalar

Herhangi bir büyük paradigma değişiminde beklenebileceği üzere, Freud'un eserleri ve yaşamı geçen yüzyıl boyunca büyük tartışmalar yarattı. Muhtemelen cinselliği ve saldırganlığı öne çıkaran kuramlarının doğası gereği, Freud'un hepimizin bilinçdışında var olan güçlü, karanlık, içgüdüsel güçlere sahip olduğumuz görüşü, birçok karşıt tepkiyi harekete geçirdi. Bazıları onun bir dahi hatta yarı-tanrı olduğuna inandı. Psikanalizin, sonraki bölümlerde göreceğimiz gibi, terminoloji değişse bile neredeyse tüm kişilik kuramları için temel kavramları sağlamaya devam ettiğine şüphe yoktur. Kuramının yararlılığını yitiren ya da klinik ve deneysel verileri kavramsallaştırmanın daha geliştirilmiş yolları belirlediğinden reddedilen birçok yönü bulunsa da, herhangi bir ciddi psikoloji öğrencisi için onun katkılarını reddetmek güçtür. Psikanaliz Freud'un kendi kişiliğinden, pek çoklarının yetersiz dediği verilere dayanan aşırı kuramsal, tümdengelimci, deneysel olmayan düşüncesine kadar birçok cephede saldırıya uğradı. Yine de Freud'un insanın zihinsel işleyişinin bazı esas yönlerini sıradışı ve açık bir yolla damıttığına inanılır. Freud'un baştan çıkarma kuramını terk etmesi ve tedavinin teknik yönlerinin katılaşması etrafında dönen esas çekişmeler muhtemelen en geçerli olanlarıdır.

Baştan Çıkarma Kuramı

Freud'un kariyerinin ve kuramsal gelişiminin en tartışmalı yönlerinden biri muhtemelen baştan çıkarma kuramıyla ilgilidir. Freud kariyerinin başlangıcında, histeri için tedavi ettiği orta sınıftan hastalarının birçoğunun aile üyeleri tarafından cinsel tacize uğradığına inanır hale geldi. Bazıları, Freud'un bu kanıtla yüzleştğinde, bu yaygın sorunu gün yüzüne çıkarmamak, saldırıya uğrama ve kariyerinin mahvolması riskini göze almamak için baştan çıkarma kuramını terk ettiğine inanır. “Yüz yıl önce, Freud, hastalığın arkasındaki genel neden olabilecek, çocuklara karşı yaygın zulmün -ve nevroz vakalarında, çocuk istismarının- bol miktarda kanıtına sahipti” (J. Schwartz, 1999, s. 75).

Freud'un Baştan Çıkarma Kuramı Hakkındaki İkircikliliği

Freud 1896 itibariyle doğru iz üzerinde olduğuna inanmıştı. Tüm nevrozlara tek bir faktörün sebep olduğu düşünülebilirdi (Koch'un tüberküloz basili gibi). Bu faktör, özgün deneyime eşlik eden bastırılmış, boğulmuş duygulanım aracılığıyla işliyordu. Anormal hassaslıklar, genetik yatkınlıklar ya da kalıtımsal zihinsel bozulmalar biçimindeki özel savunmalara artık gereksinim yoktu. Nevroz yaşanmış bir deneyimin bir sonucu olarak anlaşılabilirdi. Yapılacak iş, nevrozun nörolojisini değil psikolojisini irdelemektir; özellikle bastırılmamış anılar patolojik etkide bulunmazken neden bastırılmış anıların patolojik etki yarattığı bilmecesini çözmektir. Histeri muammasının çözümü çok yakında gibi görünüyordu. (J. Schwartz, 1999, s. 73)

Jeffrey Masson (1984), *The Assault on Truth: Suppression of the Seduction Theory* [Hakikate Saldırı: Baştan Çıkarma Kuramının Bastırılması] adlı kitabında, Freud'un baştan çıkarma kuramını terk etmesi sorununu araştırır. Ferenczi, Freud'un çocukluktaki cinsel istismar beyanlarını görmezden gelmekte hatalı olduğuna inandı. Masson'a göre, psikanaliz alanı hakikati örtbas etti ve hastaların ensest ve istismar bildirimlerini ciddiye almadı. Freud, bu bildirimlerin, çocukların arzu tatmini için fantezi üretimi olduğunu açıklayan ayrıntılı bir kuram geliştirdi. Bu, kurbanı suçlamayı andırıyordu. Birçokları bunun travmanın kabulünü onlarca yıl geciktirdiğine, ensest ve çocuk istismarı kurbanlarının haksız yere acı çekmesine neden olduğuna inandı.

Kuramın, Yöntemlerin ve Tekniklerin Katılaşması

Psikanalize yönelik görmezden gelinmemesi gereken bir başka eleştiri, psikanalitik hareket içinde kurucuyla aynı fikirde olmayanların reddedilmesi eğilimidir. Bu, geçen yüzyılda psikanalizin gelişimi boyunca belirgindir. Herhangi bir bilim dalında bölge savaşlarının ve kan davalarının olması nadir değildir; fakat psikanaliz, birçokları tarafından, hava geçirmez bir biçimde mühürlenmiş olarak kalmakla ve bu nedenle yavaş gelişmekle eleştirildi. Birçok gözlemci ve tarihçi, psikanalizin diğer disiplinlerin bulgularını bütünleştirmede başarısız olması nedeniyle kısır ve hantal hale geldiğini düşündü. Gerçekten de bu eleştiride hakikat payının olduğu görülür. Bir tedavi biçimi olarak psikanaliz, çeşitli nedenlerden

dolayı tükenme noktasına geldi. Masson kendi psikanaliz eğitiminde ve Sigmund Freud Arşivleri yöneticisi olarak atanmasında deneyimlediği eğitim, yozlaşma, siyasi grup içi mücadeleler ve kült benzeri görüngüleri *Final Analysis: The Making and Unmaking of a Psychoanalyst* [Son Analiz: Psikanalistin Yetiştirilmesi ve Bozulması] (1990) adlı kitabında eleştirir.

Özet

Bu bölüm Sigmund Freud tarafından yaratılan ve psikanaliz olarak bilinen 20. yüzyılın başlıca kuramsal sistemini ve kapsamlı bir kişilik kuramı yaratmanın ilk çabalarını sunar. Psikanalitik kuram, zihnin şu yapılara sahip olduğunu kavramsallaştıran yapısal bir kuramdır: alt benlik, birincil cinsellik ve saldırganlık dürtüleri; benlik, gerçekliğin öznesi; üst benlik, bilinç. Bunlar kesintisiz, dinamik etkileşim içinde olan, zihnin intrapsişik yapılarını temsil eder. Freud'un bilinçdışı zihinsel aygıtı araştırmasının esas aracı tüm düşüncelerin, dürtülerin ve zihinsel imgelerin sansürlenmemiş, serbest dışavurumu olan serbest çağrışımdır. İnsanların içindeki doğuştan gelen esas dürtüler cinsellik (yaşam içgüdü) ve saldırganlıktır (ölüm içgüdü). Zihin üç bölgeye ayrıldığından dolayı, psikanalitik model aynı zamanda topografiktir: bilinçdışı, bilinçöncesi ve bilinç. Bastırma, bireyin kaygıyla boğulmaması için birincil süreç malzemesini bilinç dışında tutan güçtür. Terapide bu bastırma direnç olarak da dışavurulur; çatışmalı deneyimlerle ilişkili bilinçdışı malzeme acı verici bir biçimde hatırlanmaz ve açığa çıkarılmaz, ki psikanalitik tedavinin hedefi tam olarak da budur. İlkel dürtülerin dışavurumuyla ilişkili kaygıyı denetim altında tutmak için aklileştirme, mantıklı gerekçe bulma, yansıtma gibi savunmalardan yararlanır. Bunlar benlik savunmalarıdır. Nevrotik belirtiler enerjiyi yeniden yönlendirerek ve çatışmayı gizlenmiş bir tarzda dışavurarak uzlaşma oluşumuna hizmet eder.

Tüm bireyler psikoseksüel gelişimin oral, anal, fallik, gizil ve genital aşamalarından geçerek ilerler. Kişilik, bireyin gelişimi sırasında yaşadığı çözümleme veya saplanmalara göre oluşur. Kişinin karakterinde taşıdığı belli çatışma izleri çeşitli karakter tiplerinde ifadesini bulur; örneğin oral öncelikli olarak oral gereksinimlerin tatminiyle ilgilenir, fallik cinsel gücüne hayranlık kazanmakla ilgilenir.

Freud'un bir dizi takipçisi, birçoğu tartışmalı olan ek unsurları dahil ederek kuramını ayrıntılandırdı ve genişletti. Freudcu kuramın günümüze kalan en tartışmalı yönü, baştan çıkarma kuramını reddetmesidir; zamanın analistlerinin tanık olduğu pek çok duygusal ıstırabın çocuğun cinsel istismarıyla bağlantılı olduğunun reddi. Freud, çocukların ebeveynlerine yönelik cinsel fantezilerinin doğal olduğunu ve illa cinsel istismarın sonucu olmadığını öne sürerek, düşüncesini ve bazılarının inancına göre psikanalizin seyrini değiştirdi. Bu travma kuramı olarak terimleştirildi ve yakın zamana kadar analitik topluluğun itimat etmediği Ferenczi tarafından savunuldu.

Okuma Önerileri

Gay, P. (1988). *Freud: A life for our time*. New York: Norton.

Masson, J. M. (1990). *Final analysis: The making and unmaking of a psychoanalyst*. New York: Addison-Wesley.

DİSİPLİNLERARASI BİR BİLİM OLARAK KİŞİLİK

Kişilik Kuramının Bileşen Modelleri

Giriş

Kişilik Nerede İkamet Eder?

Zihin-Beden İkiliği

Bilinç

Bilinç için Gerekenler

Zihin-Beden Bütünleşmesi

Bilişsel Bilim

Gardner'in Bilişsel Devrimi

Zihin

Sinirbilim

Beyin ve İşlevleri

Temel Beyin Anatomisi

Beynin Uzmanlaşması

Sinir Sisteminin Esnekliği

Rüyaların Nörobiyolojisi: Freud Hatalı mıydı?

Kendiliğin Beyindeki Konumu

Beynin Haritasını Çıkarmak

Kişiliği Kimyasallarla Değiştirmek

Duygulanım Bilimi

Duyguların Evrenselliği

Duyguların Kişilik Çalışmaları İle İlgisi

Duyguların İşlevi Nedir?

Duygulanım Sistemi

Gelişimsel Bilim

Bowlby'nin Üçlemesi: Bağlanma, Ayrılma ve Kayıp

Mizaç

Greenspan'ın Düzenleyici Örüntüleri

İlişkisel Bilim

İlişkisel Matriks

Genel Sistemler Kuramının Etkisi ve Aile Terapisinin Gelişimi

Sosyobiyoloji/Evrimsel Psikoloji

Evrimsel Süreç

Klinik Bilim

Bozulmuş Zihin/Beyin

Modern Kişilik Kuramının Bileşenlerini Bütünleştirmek

Kişilik Kuramında ve İnsan Doğasını Anlamada Bilgi Birlikteliğine

Doğru

Özet

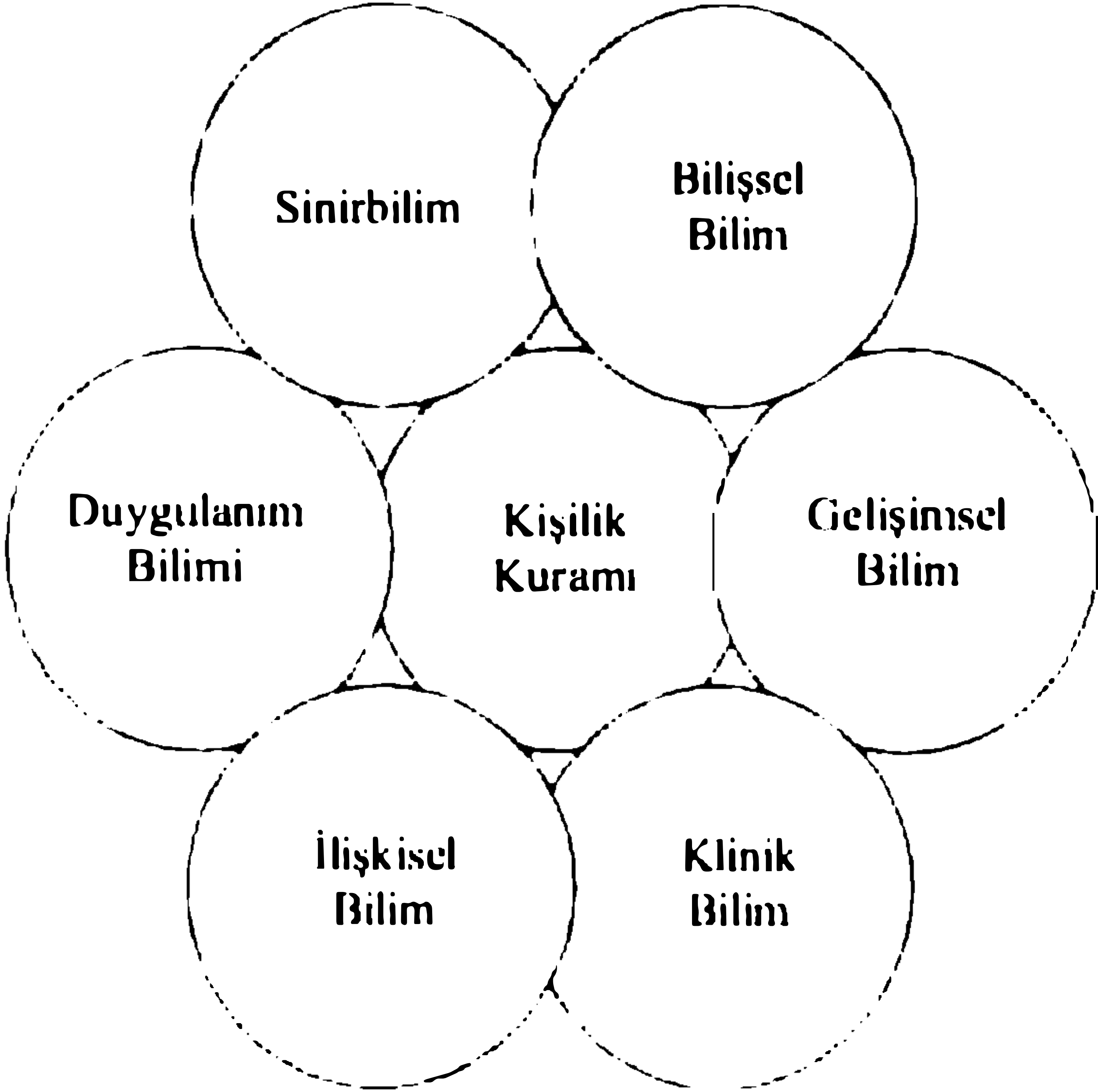
Okuma Önerileri

Giriş

Bu bölümde psikoloji alanı ve ilişkili alanlar gibi çeşitli bilimsel disiplinlerde yaşanan, insan türünün doğası, **zihin**, **kendilik**, **insan kişiliğinin** uyum sağlaması ve işleyişi konusundaki anlayışımızı radikal bir biçimde değiştiren belli başlı gelişmeleri inceliyoruz. Hızla evrilen bu alanlar, kişilik incelemelerine ilgiyi yenilemekte ve kavrayışı derinleştirmektedir. Kişilik alanında 21. yüzyıldaki muhtemelen en önemli ilerlemelerden biri, alanının disiplinlerarası doğası olacaktır. D. M. Buss (1999) “kişilik psikolojisi hariç psikolojinin hiçbir dalının insan doğasının geniş kavramsallaştırmasının peşinde olmadığını” belirtir (s. 31). Artık kişilik kuramının karmaşıklığını tek bir bakış açısından ya da disiplinden anlamakla yetinemeyiz. Son yüzyıl boyunca bilimdeki katlanarak ilerlemeler nedeniyle, kişiliğe bakarken, yeni bilimsel düşüncü ve farklı bakış açılarının sunduğu çoğu zaman çelişkili verileri anlamak zorundayız. Modern kişilik kuramları, bu bilimsel disiplinleri yani bileşen sistemleri ya ürettikleri varsayımlarda ya da çıkarsadıkları deneysel verilerde birleştirir. Buss “kişilik psikolojisinin, psikolojik bilimlerin en büyüğü, en bütünleşmiş dalı olmanın peşinde” olduğunu belirtir (s. 31). Hundert (1990) konumuzun karmaşıklığı hakkında: “İnsanın düşüncesi ve davranışı öylesine karmaşıktır ki, insanın herhangi bir deneyimine dair tanımlama ya da açıklamalara en iyi ihtimalle bakış açısı denebilir; gerçeklik değil, bakış açısı. Bu, bir tanımlama ya da açıklamanın yanlış olamayacağı anlamına gelmez. Daha ziyade tek başına hiçbir tanımlama ya da açıklamanın ne kadar doğru olsa da gerçek anlamda eksiksiz olmadığına yönelik bir hatırlatmadır” (s. 1).

Sonraki kısımda sunulan kişilik kuramlarını en iyi şekilde anlamak için, hızla büyüyen kişilikbilim alanında ve ilişkili çevrelerdeki **bileşen sistemleri** ve etkili kavramsal ve deneysel gelişmeleri incelemek önemlidir (bkz. Şekil 4.1).

Şekil 4.1 Yeni Bilimsel Disiplinler ve Kişilik Kuramı Arasındaki İlişki



Kişilik Nerede İkamet Eder?

“Kişilik nerede konumlanır?” sorusu kişilikbilimin gelişiminde önemlidir. İlk başta, kişiliğin “kişide” ya da belki “zihinde” ya da kesinlikle “beyinde” veya “ruhta” konumlandığı yanıtını vermek içimizden gelir. Bununla beraber bu soru daha karmaşıktır ve yanıt ya da yanıtlar hakkında daha fazla netliğe sahip olmak için, felsefenin, psikoloji biliminin ve sinirbilimin çeşitli alt disiplinlerini incelemek gerekir. Bu bulmacayı daha da karmaşıklaştıran birçok hayvan davranışları uzmanının yanı sıra hayvan sahiplerinin gözlemlediği gibi, kişiliğin sadece insanların alanı olmaması (Griffin, 1992), primat olmayanlarda da belirgin olmasıdır. Bununla beraber bu metin insan kişiliğiyle ilgilendiğinden, bu ilginç konu-

nun derinliklerine dalmayacağız; karşılaştırmalı psikoloji, fizyolojik psikoloji ve hayvan davranışı gibi psikolojinin diğer alanlarında bu konu daha hakıyla ele alınmaktadır.

Felsefi ve bilimsel ilerlemeler mozağin ve tamamlayıcı parçaların birçoğunun daha net bir görüntüsünü bize sağlar ama İnsan doğası nedir, bilinci ve kişiliği nasıl açıklarız, sorularına kabul edilebilir bir yanıt sağlama noktasında hâlâ değiliz. Göreceğimiz gibi, bilinç, insan doğası ve bilgi kuramı hakkındaki varsayımlar, çeşitli kuramcılarının kişilik kuramlarını geliştirirken kullandığı modelleri anlamamıza yardım eder. Filozoflar bu soruların birçoğunu ele almış ve yanıtlar hakkında spekülasyonlarda bulunmuştur; bunlar kişilikbilimi oluşturan disiplinlere temel sağladığı için tekrarlamaya değerdir.

Zihin-Beden İkiliği

Davranışsal bilimlerde en eski tartışmalardan biri, kim olduğumuz ve ne olmaya muktedir olduğumuzun gelişiminde belirleyici etmen olarak zihin ile beden arasındaki itilaftır. İnsanların genlerin mi ortamın mı (doğa mı çevre mi) ürünü olduğu temel sorusu, psikoloji alanında çekişmeyi ateşlemiş, tartışmanın hangi tarafın lehine ağır basacağı genelde dönemin sosyopolitik eğilimlerine göre değişmiştir. Örneğin 1930’larda öjeni hareketi korunması ve sürdürülmesi gereken “iyi genler” olduğunu varsaydı ve bu ailelerin üstün genleriyle dünyayı yeniden nüfuslandırması görevinin olduğunu ileri sürerek “mükemmel aile” ödülleri ve teşvikleri sundu. İdeal aile tanımlarına bakıldığında bu hareketin açıktan ırkçılık yaptığı şüphe götürmez; tıpkı Almanya’daki Üçüncü Reich’in yükselişi sırasında savunulan benzer bir hareket yoluyla milyonlarca Yahudi’nin ve Hitler’in standartlarına göre “ideal olmayan” diğer bireylerin ortadan kaldırılması gibi.

İkinci Bölümde gördüğünüz üzere, birçok filozofun eseri modern psikolojinin gelişiminde ufuk açıcı oldu. Rene Descartes (1596-1650) genel olarak modern felsefi düşünüşün babası olarak görülür. Descartes bilginin ne olduğunu keşfetmeye girişmesiyle, yani **bilgi kuramı**yla [epistemology] ünlüdür; bir şüphe yöntemi tasarlayarak, nesnellik için öznel ölçütler aradı. **cogito ergo sum – düşünüyorum, öyleyse varım** onun

çıkardığı en ünlü sonuçtur. Bu insan türünün bilinçlilik kapasitesini anlama mücadelesindeki başlıca gelişmelerden biridir.

Descartes, mekanik bakış açısı denen, zihni bedenden ayıran sistemin gelişiminde önemli bir isimdi. Çünkü, öne sürdüğüne göre, zihin ve beden ayrıdır ve beden bir *otomaton*, yani mekanik bir görüngü olarak çalışmalıdır. Bu **Kartezyen ikicilik** kuramı bilimsel yaklaşımın birçok ilkesinin oluşmasına yol açtı. Bu, insan türünün anlaşılması ve özellikle modern sinirbilimin öncüleri olan psikoloji ve fizyolojik psikolojinin (İkinci Bölümde tartışılan) gelişimi için önemliydi. Descartes ayrıca duyguları, duyuları ve sinir iletimini inceledi. İddialarını güçlü bir şekilde savunmasına rağmen, zihnin beden üzerinde ve bedenin zihin üzerinde edimde bulunduğunu fark ediyordu. O zamandan bu yana doğa bilimleri ve toplum bilimleri kayda değer bir biçimde evrildi ve artık bilinç gibi gizemcilik yayan bulanık alanlara dalmaktan korkmuyoruz.

Bilinç

“Beyin yılları” olarak adlandırılan yirminci yüzyılın son on yılında bilinç konusu üzerine kitapların bolluğu söz konusuydu. İnsan bilinci bilimin son büyük gizemlerinden biridir (Dennett, 1991). Sinirbilimciler ve bilişsel bilimciler, bilinç araştırmalarıyla hararetle meşgul oldu. Damasio (1999) bilinci “aydınlık bir yere adım atmak” deneyimiyle karşılaştırdı: “Seyirciler arasında oturduğumuz sırada, sahne kapısının açıldığı ve sanatçının ışığa adım attığı o an; ya da diğer bakış açısını üstlenirsek, yarı karanlıkta bekleyen bir sanatçının, ışığı, sahneyi, seyircileri açığa çıkaran kapının açıldığını gördüğü an daima merakımı cezbetmiştir” (s. 3).

Dennett (1991) “hayatta kalan son gizem” dediği bilinci, “diğer büyük gizemlerle” karşılaştırır: “evrenin kökeninin gizemi, yaşamın ve üremenin gizemi, doğada bulunabilecek tasarımın gizemi, zamanın, uzamın ve yerçekiminin gizemi” (s. 21). Bilinç düşünme, hissetme, algılama, duyma ve rüya görme yetimizden kaynaklanan kişisel farkındalık durumudur; bu betimlemeden benzersiz kişiliğimizin temeli kolayca görülebilir. Birçokları bilinci hayvan krallığından bizi ayıran nitelik diye düşünürken, bazıları bu fikre insan merkezli diye karşı çıkar. Açıktır ki, insanlarınkine benzer bilinç kapasitesi sergileyen çeşitli hayvanların, özellikle primatlar ve yunusların sahip olduğu gibi farklı bilinç düzeyleri bulunmaktadır.

Bilinç için Gerekenler

Benzersiz bir kendilik ya da gözlemlenebilir kişilik niteliklerine sahip olarak kendimizi tasavvur etmek ve kavramak için, yüksek derecede bilince gerek duyarız. Bilincin evrimi olmaksızın, kişilik gibi bir yapının olamayacağı söylenebilir. Birçok bilim insanı bu yüksek düzeyde bilincin insan ve diğer primatlar arasındaki sınır çizgisi olarak hizmet ettiğine inanır. C. Wynne (1999) psikolojik araştırmacıların bulgularını bildirirken, bilincin kanıtlarını üç sınıfta özetler:

1. Dil: Karşılıklı dile sahip olmak, bilinci belirlemede kullanılan en güçlü göstergelerden biridir.
2. Öz farkındalık: Bilinçli olmak, diğer varlıklardan ayrı bir “ben”in var olduğunun farkındalığını gerektirir.
3. Zihin teorisi: Bilinçli olmak kişinin sadece kendisinin değil aynı zamanda diğerlerinin de bilinçli olduğunun farkında olmasını ve ilişki kurarken bunu göz önünde bulundurmasını gerektirir.

Bilincimiz konusunda daha derin bir kavrayışa ulaşmak için Dennett (1991) *Consciousness Explained* [Açıklamalı Bilinç] adlı kitabında “birçok filozofun alet çantasında olan, sevilen bir düşünce deneyini” kullanır (s. 3). Deney şu şekildedir: Şeytan bir bilim insanı beyninizi geniş bir kaba yerleştirse ve (mümkün olsa da) tüm sinirsel kanalları bağlasaydı, kandırılıp hayatta olduğunuzu hisseder miydiniz? Şeytan bilim insanı, bilinç için gereken duyumsamanın deneyimlenmesi için beyninizin doğru yerini uygun elektriksel/nörokimyasal girdilerle uyarmak zorunda olurdu. Teknoloji o kadar ilerlemiş olsa bile, sorun, örneğin dokunmayı deneyimlemek için gereken doğru geribildirim hesaplamak ve kaptaki beyne vermek olacaktır. Dennett bu meydan okumanın olanaksız olduğuna inanır, çünkü “bu imgesel dünyada herhangi bir sahici keşif gücü verilir verilmez, şeytan bilim insanı *kombinasyon patlamasına* boğulacaktır” (s. 5). İşlenip kaptaki beyne geri beslenecek bilgi miktarı hayal edilebilecek her şeyin çok ötesindedir. Bilinç ve onun nasıl evrildiği hakkında birçok kuram varsa da, Dennett şunları yazar: “Bununla beraber, bilinç konusunda korkunç bir bulanıklık içindeyiz. Bilinç karşısında en derin düşüncülerin bile çoğu zaman dili tutuluyor, akli karışıyor. Önceki bütün gizemlerde olduğu gibi, birçokları bilincin gizeminin hiçbir zaman çözülmemeyeceğini iddia (ve ümit) etmektedir” (s. 22).

Zihin-Beden Bütünleşmesi

Yirminci yüzyıl, psiko-bağışıklıkbilimi, bütünsel tıp ve alternatif tıp gibi birçok yeni disiplinin gelişimi için sahneyi hazırlayan, zihin ve bedenin yeniden evliliğine tanıklık etti. Ama kayda değer etmen zihni bedenle yeniden bağlantılandırma girişimiydi: “Fakat birçok bilim insanı ikiciliği reddetmiş olup, genel olarak maddeciliğin o veya bu biçimini savunmaktadır” (Robins, Norem & Cheek, 1999, s. 456).

Bilişsel Bilim

Gardner’in Bilişsel Devrimi

Howard Gardner (1985) bilişsel bilimi, “eskiden gelen bilgi kuramı sorunlarını -özellikle bilginin doğası, kaynağı, gelişimi ve yayılımı ile ilgili olanları- yanıtlamamayı amaçlayan çağdaş, deneysel temelli çaba” olarak tanımlar (s. 6). Donald (1991) bilişsel bilimin ve nöropsikolojinin, büyük ölçüde “modern insan zihninin mimarisiyle” ya da yapısıyla ilgilendiğini belirtir (s. 5).

Bilişsel bilim 20. yüzyıl ortasında gelişen radikal davranışçılıktan doğdu; radikal davranışçılıkta başı çeken Skinner (1953) ve Hull (1943) **dürtü ve uyaran-yanıt (U-Y)** oluşumları üzerine çalışıyordu (Lazarus, 1991; bkz. 7. Bölüm). Bu basitleştirmiş paradigmlar daha karmaşık olanlara yol açtı; örneğin zihinsel yapılara aracılık eden **uyaran-organizma-yanıt (U-O-Y)** bağlantıları. U-Y kuramından bilişsel bilime doğru bu “entelektüel geçiş” felsefe, dilbilim, antropoloji, sinirbilim, yapay zeka ve psikoloji arasında disiplinlerarası diyalogu ateşleyen kavramsal bir sıçramaydı. Bu disiplinlerarası etkileşimin dayandığı varsayım, disiplinlerarası sınırları bulanıklaştırarak “güçlü içgörüler” (Gardner, 1985, s. 42) elde edilebileceği idi.

Zihin

Eylül 1948’de, Hixon Fund, bu yeni disiplinin gelişiminde önemli bir kavramsal sıçramaya neden olan bir konferansa sponsor oldu. Gardner (1985) bu etkinlik hakkında şunları yazar:

Lashley psikolojik bilimlerde beyin -ya da bilgisayarlar- hakkında yeni kavrayışlar etkili olmadan önce, davranışçılıkla doğrudan yüz-

leşmenin zorunlu olacağına farkına vardı. Bu nedenle açılış konuşmasında Lashley, insan etkinliklerine dair herhangi bir kuramın tenis oynama, müzik aleti çalma ve her şeyden öte konuşma gibi karmaşık bir şekilde örgütlenmiş davranışları açıklaması gerekeceği inancını dile getirdi...

Lashley konu seçiminde ve bunları ele alma biçiminde radikal bir konum benimsiyordu. İnsan davranışıyla ilgilenen bilim insanları, karmaşıklığı ve bir davranış biçimi olarak “görülmemesi” nedeniyle insan dilini araştırmakta isteksiz olagelmmişti; dili el aldıklarında da, tipik bir biçimde, daha basit organizmalarda (fareler ve güvercinler gibi) daha basit biçimlerle (labirentte koşmak ya da kafeste gagalamak gibi) analogiler arıyorlardı. Lashley dile odaklanmakla kalmadı, onun karmaşıklığından zevk de aldı ve diğer motor etkinliklerin de eşit derecede karmaşık olduğunda ısrar etti...

Hixon Sempozyumuna katılan akademisyenler bilim tarihinde kritik bir kavşakta duruyordu. Fiziksel bilimlerde önceki yüzyılın sarsıcı ilerlemelerinin, biyoloji ve sinirbilimde yakın geçmişteki buluşların gayet farkındaydılar. Gerçekten de 21. yüzyıl ortasında kadim zamanların belli başlı iki gizemi -fiziksel maddenin doğası ve yaşayan maddenin doğası- aydınlatılma yolundaydı. Bununla beraber aynı zamanda, kadimleri büyülemiş olan üçüncü bir gizem de -insan zihni muamması- benzer bir netleştirmeye kavuşmalıydı (s. 12-14)

Gardner'ın (1985) bu önemli kavramsal ve bilimsel sıçramasını okurken, heyecanı hissedebiliyorsunuz. Gardner'e göre, bu yeni alanın anahtar özelliklerinden biri **insan düşünüşünün bir modeli olarak bilgisayar** vurgulamaktı. Bilim insanları düşünebilen bir bilgisayar üretebilirse, insan bilişinin bir benzeri olarak hizmet edecek yapay zeka yaratabilirlerdi. Buna Turin meydan okuması dendi. Bununla beraber kendini bilişsel bilimci olarak görenlerin tümü buna katılmıyordu. Kendini bilişsel bilimci olarak tanımlayan antropologlar bu modelin uygun olmadığını düşündü ve insan bilişinin anahtarının kültürel ve tarihsel güçlerde yattığına inandı. Donald da (1991) bilişsel bilimcilerin kültür unsurunu dışarıda bırakmaması gerektiğine inanır. Zihnin gelişimi üzerinde önemli bir etki olarak kültürel değişime atıfta bulunduğu, insanın bilişsel işleyişinin gelişiminin evrimsel bir modelini geliştirmiştir. Bu bilgisayar metaforu bilişsel bilimde yaygın bir model olarak kullanılmıştır fakat sinirbilimde

yerini beyin metaforuna bırakmaktadır (Westen & Gabbard, 1999). İlginçtir ki 1962’de Princeton Üniversitesi ve Educational Testing Service (Tomkins & Messick, 1963) tarafından desteklenen kişiliğin bilgisayar simülasyonu üzerine bir konferans dışında, yapay zekâdakine benzer bir akım kişilikte de etkili olmayı başaramadı.

Pinker (1997) *How the Mind Works* [Zihin Nasıl Çalışır?] adlı kitabında, zihni farklı bir biçimde canlandırdı: “İddia ediyorum ki zihin, tek bir organ değil, psikolojik branşlar ya da zihinsel modüller olarak düşünülebilecek bir organlar sistemidir” (s. 27). Bu modüller karmaşık sinirsel ağlardır ve muhtemelen “yolda ezilmiş hayvanlar gibi görünür, beynin çıkıntılarının ve yarıklarının üzerinde karman çorman yayılmışlardır” (s. 30). Pinker’ın ilgilendiği şey (sinirbilimcilerin ilgi alanı olan) karmaşık sinir devrelerinden ziyade “ellerindeki bilgiyle yaptıkları özel şeylerdir, ellerine ne tür bilgiler geçtiği değil” (s. 31). Pinker’in zihin modeli, bu bölümde ilerde tartışılacak olan, evrimsel psikolojinin ilkelerine dayanır. Pinker’in modeli insan doğasını anlamak için gereken disiplinlerin bütüncül ve örtüşen nitelikte olduğunu gözler önüne serer.

Bilişsel bilim hareketinin bir başka özelliği duygulanım alanına vurgunun azaltılmasıdır. Gardner’a göre (1985), belli “görüngücü unsurları” asgariye indirme girişimi bulunmaktadır (s. 41). Duygular ve bağlam gibi duygulanımsal etmenler, eleştirenlerin ifadesiyle “bulanık kavramları” azaltmak için modelden çıkarıldı (s. 42). Birçoklarına göre, bu yapıların dahil edilmesi arenayı aşırı derecede karmaşıklaştıracığı için bunlara yapılan vurgunun azaltılması gerekiyordu. Caine (1999) aklın aşırı öne çıkarıldığına, daha zengin bir yaklaşımın ve anlayışın akli duygularla eşleştirmesi gerektiğine inanır. Biliş üzerine bu vurgunun, duygulanım bilimi tarafından doldurulacak bir boşluk bıraktığını kısa süre sonra göreceğiz.

Bilişsel bilimdeki ilerlemeler, kişiliğin kavrama arayışımızda bize yardım etti. Bilişsel bilim, beynin nasıl örgütlendiği ve işlediğini anlamak için bilgisayar benzetmesini kullanarak, zihnin nasıl çalıştığına dair yeni bir paradigma önerdi. İnsanın bilgi işlemesi büyük ilgi uyandıran bir konu haline geldi. Zihnin çeşitli sistemlerinin nasıl işlediği, incelikli ve yenilikçi yöntemlerle incelendi. **Şablon eşleştirme** kavramı, beynin belirli örüntüleri nasıl tanıdığını anlamamanın bir yolu olarak devreye sokuldu.

Bilgisayar benzetmelerinin kullanılması bakımından bilişsel bilim ve sinirbilim arasında bazı önemli örtüşme alanları bulunmaktadır.

Sinirbilim

Sinirbilim kişiliği biyo-kimyasal etmenlerine indirgemeyi ve psişik işleyiştten arındırılmış bir zihin ve kişilik kuramı inşa etmeyi öneren en heyecan verici yeni disiplinlerden biridir. Redfield Jamison (1999) süslü anlatımıyla bu görüşü şu şekilde betimler: Dokulardan oluşmuş kördüğümün, yani beynin her yerinde kimyasallar liflerden akar, hücrelerden geçer ve Gordion düğümüne benzeyen bu karmaşıklık içindeki seferlerini aceleyle sürdürürler. Tek tek yüz milyar sinir hücresi –her biri yaklaşık iki yüz bin başka hücreye ulaşır- birbirinden uzaklaşıp, titreşip tekrar yaklaşarak insanı serseme çevirecek ölçüde karmaşık bir ağ faaliyeti ortaya koyarlar. Binlerce hücre türü ve tahmini yüz trilyon sinapsla yaklaşık 1.500 gramlık bu gri çalılık, bir yolunu bulup kaostan düzeni çekip çıkarır, tüyler ürperten bellek dizgelerini saklar, arzu ya da korkuyu meydana getirir, uykuyu düzenler, harekete yön verir, bir senfoni tasarlar, hatta kendini yok etmek için plan yapar” (s.227-228).

Bilimsel resme sonradan katılanlardan biri olan sinirbilim, beynin karmaşık nöron dolanıklığıyla bilinci nasıl oluşturduğunu anlamaya çabalar. Sinirbilim anatomiden, fizyolojik psikolojiden, tıptan ve nöropsikolojiden evrildi. Redfield Jamison (1995) bu yeni katılım üzerine katıldığı konferanslarda tanık olduğu heyecanı yorumlar: “Modern nöroloji çalışmalarının insanı coşkulandıran bir yanı var, yeni keşifler, yeni ufuklar açısından ayda yürümeyi andırıyor bir yerde. Çok şık bir bilim bir kere, bu bilimle uğraşanların hepsi insanı ürpertecek kadar genç, yapılan keşiflerin hızı ise sersemletici. Moleküler biyologlar gibi beyin-tarayıcılar da aşmakta oldukları sınırların ne denli olağanüstü olduğunun farkındalar. Onların kolektif girişimleri, hevesleri karşısında coşkulanmamak için insanın beyninin tamamen boş, kalbinin ise taştan olması gerekir (s. 208).

Bilişsel bilimciler zihninin nasıl çalıştığına, bilgiyi algılamamanın, örgütlemenin ve işlemenin “yazılımına” odaklanırken, sinirbilimciler öncelikli olarak beynin “donanımının” nasıl çalıştığıyla ilgilendi. İnsan beyni, karmaşıklığı yeni yeni anlaşılmaya başlanan, olağanüstü evrimsel bir gelişmedir. “Bedenin organları arasında beyni benzersiz kılan, hücrelerinin

çok özgün bir tarzda, hayatta olmaktan kazanılan bilgiyi bir biçimde yansıtan hassas kümelenmeler şeklinde düzenlenmesidir” (Johnson, 1999, s. 1). Hundert (1990) şunları yazar: “Felsefe ve psikolojinin ilk günlerinden itibaren, bu disiplinlerle kendilerini ilişkilendiren düşünürler, beyni kavrayışımızdaki ilerlemelerin, günü geldiğinde, kabul edilebilir zihin kuramlarını sınırlandırabileceğinin farkındaydı. Bazıları bunun ötesine geçerek, sinirbilimin sadece sınırlar koymayacağını, aynı zamanda zihin hakkındaki kuramlaştırmalarımızı fiili olarak yönlendireceğini tahmin etti. Bazıları bu tür bilimsel ilerlemelerin eninde sonunda “zihin” kavramının tamamen yerini alacağına bile inandı” (s. 189).

Sinirbilimin sınırsız doğasına katılmayan ve insan bilincinin fizyolojik olarak anlaşılmasının, özellikle psikolojik bir model olmaksızın mümkün olmadığına inananlar da bulunmaktadır. Hundert (1990) sinirbilimin hâla gelişiminin erken bir aşamasında olduğunu hatırlatır. Bununla beraber beynin yapısına dair kavrayışımıza katkıda bulunan yeni bulgulara patlama yaşanmaktadır. Zihnin nasıl çalıştığı ve beynin nasıl işlediği birlikte anlaşılacak zorundadır. Her ne kadar “mükemmel uyum” noktasına dek evrilmemiş olsak da, Hundert makul bir uyumun kabul edilebilir olduğunu söyler.

Beyin ve İşlevleri

1979’da *Scientific American* dergisinin bir sayısında, beynin nasıl işlediği incelenerek, yeni sinirbilim alanındaki heyecan duyuruldu. Fizyolojik psikoloji öğrencileri için, bu okuma ders kapsamında zorunluydu. Zamanın önde gelen psikobiyologlarından biri olan David Hubel (1979), ilerleme ve güçlükler hakkında şık bir yazı yazdı: ““Beyin bir dokudur. Evrende bildiğimiz hiçbir şeye benzemeyen, çapraşık, karmaşık bir biçimde dokunmuştur ama diğer dokular gibi hücrelerden oluşur. Elbette bunlar fazlasıyla uzmanlaşmış hücrelerdir ama diğer hücreleri yöneten yasalara göre işlev görürler” (s. 45). Beynin bileşenleri kabaca şu şekildedir.

Nöronlar - Beynin Tuğlaları: Nöronlar beynin başlıca yapı taşlarıdır. İnsan beyninin galaksimizdeki yıldız sayısının 10^{11} katı kadar nörona sahip olduğu düşünülür (Stevens, 1979). “Nöronun önemli uzmanlaşmaları içinde ayırt edici bir hücre yapısı, sinir itkilerini üretmeye muktedir bir dış zar ve bir nörondan diğerine bilgi aktarımı için benzersiz bir yapı olan

sinaps vardır” (Stevens, 1979, s. 55). “Sinapslar beynin en bol bulunan yapılardan biridir -tahminler bir memeli beyninin 10^{15} sinaps içerdiğini ileri sürer” (National Institute of Mental Health, 1995, s. 56). Nöronlar çeşitlidir ve ciddi bir nörotransmitter repertuarı içerir. Tipik bir biçimde, nöronlar 1.000 ila 10.000 arasında sinapsa sahip olabilir ve 1.000 diğer nörondan girdi alabilir. Sinir itkileri, elektrik yükü oluşturan bir sodyum ve potasyum alışverişi tarafından akson boyunca üretilir.

Nöron sistemleri: “Birçok nörobiyolog, insan bireylerinin benzersiz karakterinin, hissetmeye, düşünmeye, öğrenmeye ve hatırlamaya yatkınlığının, beynin nöronları arasındaki karşılıklı sinaptik bağlantı örüntülerinde konumlandığının nihai olarak gösterileceğine inanır” (Kandel, 1979, s. 67). Bunu çözmek göz korkutucu bir görevdir. Nöron sistemleri, sinaptik boşluklarda elektriksel-kimyasal bilgi alışverişinde bulunan nöronların ayrıntılı bir şekilde birbirine bağlanmasıdır.

Nörotransmitterler: Bir nöron ateşlenip dopamin, monoamin oksidaz, serotonin, asetilkolin gibi otuzdan fazla nörotransmitterin karmaşık alışverişi meydana geldiğinde salınan kimyasallar sinapsta depolanır. Kişiliğin nörobiyolojik kuramları üzerine Beşinci Bölümde göreceğimiz gibi, nörolojik ve zihinsel bozuklukları etkileyen çeşitli nörotransmitterler vardır. O bölümde göreceğimiz gibi, modern nörobiyolojik kişilik kuramları, bu çeşitli nörotransmitterleri, kişilik konfigürasyonlarını etkileyen ve şekillendiren davranışsal-duygulanımsal tepki eğilimleriyle ilişkilendirir. Örneğin ortalama düzeylerden daha fazla dopamine sahip insanların risk almaya, yüksek heyecan ve uyaran düzeylerine gereksinmesi daha olasıdır. Bu eğilimdeki bireylerin, heyecan arayışının bir bileşen olabileceği antisosyal kişiliğe sahip olması daha olasıdır.

Zihin Irmakları: Farklı tipte hücreler farklı nörotransmitterler salgılar. Beynin her kimyasal maddesi ayrı ayrı pek çok sayıda ama oldukça belirgin konumlarda çalışır ve etkin hale getirildiği yere göre farklı bir etkiye sahip olabilir. Yaklaşık elli farklı nörotransmitter tanımlanmıştır ama en önemlileri şunlardır (Carter, 1998):

- *Dopamin:* Beynin birçok kısmında uyarım düzeylerini denetler ve bedensel güdülenme için hayatidir. Parkinson hastalığında olduğu gibi, ciddi bir biçimde düşük düzeyde seyrettiğinde, kişinin iradi olarak ilerlemesi imkansız hale gelebilir. Düşük do-

pamin, zihinsel durgunlukta rol oynuyor olabilir. Aşırı derecede yüksek düzeyleri şizofreniyle ilişkili olabilir ve sanrılara neden olabilir. Sanrısız ilaçların dopamin sistemi üzerinde çalıştığı düşünülür.

- *Serotonin*: Prozac tarafından zenginleştirilen nörotransmitterdir ve “iyi hissetme” kimyasalı olarak bilinir. Serotonin duygudurum ve kaygı üzerinde derin bir etkiye sahiptir: Yüksek düzeyleri (ya da ona karşı hassaslık) dinginlik ve iyimserlik ile ilişkilendirilir. Bununla beraber, uyku, ağrı, iştah ve kan basıncı gibi diğer birçok alan üzerinde etkilere sahiptir.
- *Asetilkolin*: Beynin dikkat, öğrenme ve hafıza ile bağlantılı alanlarındaki etkinliği denetler. Tipik olarak Alzheimer hastalarının beyin korteksinde asetilkolin seviyeleri düşüktür ve etkinliğini destekleyen ilaçlar bu hastalarda hafızayı güçlendirebilir.
- *Noradrenalin*: Esas olarak, bedensel ve zihinsel uyarıma neden olan ve duygudurumu yükselten uyarıcı bir kimyasaldır. Üretimi beynin “haz” merkezi olabileceği varsayılan alanlardan biri olan locus coeruleus olarak adlandırılan bölgesinde merkezlenmiştir.
- *Glutamat*: Öğrenmenin ve uzun vadeli anıların temeli olan, nöronlar arası ağları biçimlendirmekte hayati olan beynin başlıca uyarıcı nörotransmitteridir.
- *Enkefalin ve Endorfin*: Uyuşturucular gibi ağrıyı düzenleyen, stresi azaltan ve süzülür gibi bir sakinlik hissini teşvik eden endogamik opioidlerdir. Ayrıca nefes alma gibi bedensel işlevleri bastırabilir ve bedensel bağımlılık üretebilir.

Göreceğimiz gibi, tavuk-yumurta tartışması varmış gibi görünür: nörotransmitterler mi depresyona neden olur yoksa psikolojik etmenler mi nörotransmitterleri etkiler? Örneğin dopamin yetersizliği Parkinson hastalığıyla ilişkilendirildi (Iversen, 1979) ve serotoninin tükenmesi majör klinik depresyon ve Bipolar Bozukluk gibi duygulanımsal bozuklukları için önemli bir mekanizma olarak gösterildi.

Nöron Ağları: “Beynin işleyişi, nöron ağlarından oluşan ayrıntılı devreler üzerinden bilgi akışına dayanır. Bilgi bir hücreden diğerine uzmanlaşmış temas noktalarında, yani sinapslarda aktarılır” (Stevens, 1979, s.

55). Karmaşık nöron ağları insanlardaki işlev yelpazesine imkan verir. **İstemli sinir sistemi** iskelet kas sistemini, **otomatik sinir sistemi** ise salgı bezlerini ve düz kas sistemini dolaşır (Nauta & Feirtag, 1979).

Temel Beyin Anatomisi

Nöron yollarıyla bağlantılanan **limbik sistem**, yapılardan oluşan bir halkadır. Normal olarak işlev gördüğünde, limbik sistemin duygusal yanıt vermede hayati bir rol oynadığı düşünülür. Çözümleme ve sentezleme gerektiren karmaşık görevleri öğrenmenin önemli bir bileşeni olması da olasıdır. **Beyincik**, beyinle kalın sinir lifleriyle bağlantılı olan yuvarlak bir yapıdır. Normal olarak işlev gördüğünde, beynin diğer kısımlarından hareketleri, düşünceleri ve duyguları içeren işaretleri düzenler. **Beyin korteksi**, beyinciği kuşatan bir tür örtü gibi düşünülebilir. Beynin önemli bir kısmını içine alır ve ön, yan, arka kafa loblarını içerir. Beyin korteksinin başka alanları bulunsa da, dil için Broca ve Wernicke en iyi bilinen alanlardır (Damasio, 1999).

Beynin Uzmanlaşması

Beynin haritasının çıkarılmasının, Mısırlılar tarafından M.Ö. 3000 ila 2500 arasında tasavvur edildiğinin kanıtları bulunmaktadır (R. Carter, 1998). Beynin çeşitli kısımlarının zarar görmesi durumunda ne olduğu üzerine yapılan çalışmalar, sinirbilimcilerin beynin çeşitli kısımlarının nasıl işlev gördüğünü ve darbe aldığında ne olduğunu anlamalarına yardım etmiştir. Beynin ayırt edici özelliklerinden biri, işleyişte tamamen simetrik olmamasıdır (Geschwind, 1979). Beynin elektriksel uyarımı ve hayvan lezyon deneyi uygulamalarının ilerlemesiyle birlikte, “biyolojik psikiyatri çılgınlığı Avrupa üniversitelerinde kök saldı” ve frenolojinin çöküşüne yardım etti (R. Carter, 1998, s. 11). Beynin bölgeleri hızla saptandı: Dilbilimsel beceri öncelikli olarak sol yarımküre, sözsüz uyarının algılanması öncelikli olarak sağ yarımküre işlevidir; sağın hakim olduğu bireylerde, müziğe yatkınlık ve karmaşık görsel örüntüleri tanıma sağ yarımkürede, duyguları tanıma ve ifade etme sol kortekste konumlanır.

Broca Alanı: Yirminci yüzyılın başında iki nöropsikolog, beynin çeşitli bölgelerinin işleyişi nasıl etkilediğine dair kanıtlar sağlayan çığır açıcı keşiflerde bulundu. Ünlü bir beyin araştırmacısı olan Pierre Broca, kor-

teksin sol ön lobundaki özgül bir alandaki hasarın afazi ve konuşma bozukluğuyla sonuçlandığını fark etti. Konuşma yavaşlıyor, çok çaba gerektiriyor, telaffuz bozuluyordu. Sağ taraftaki hasarın ise konuşmayı etkilemediğini keşfetti. Çarpıcı olansa Broca afazisine sahip hastaların konuşmada büyük güçlük yaşamasına rağmen kolayca şarkı söyleyebilmesiydi (Geschwind, 1979).

Wernicke Alanı: Bir başka ünlü öncü olan Carl Wernicke, beyin korteksinin bir başka alanını, temporal lobu çalıştı. Beynin bu alanındaki hasar da konuşma bozukluğuna neden oldu ama farklı türden. Wernicke afazisine sahip hastaların konuşması dilbilgisel olarak normaldir ama anlamda sapmalar sergiler. Seçilen sözcükler çoğu zaman uygunsuzdur ya da anlamsız heceler içerir (Geschwind, 1979).

Duygu ve Beyin Bölgeleri: Beynin çeşitli bölgelerinin hasar görmesinin duygusal yanıtları farklı şekillerde etkilediğinin miktarda nöropsikiyatrik kanıtı bulunmaktadır. Örneğin “sağ yarımküredeki lezyonlar, hastanın kendi koşullarına uygunsuz duygusal yanıtlar vermesine yol açmakla kalmaz, aynı zamanda diğerlerinin duygularını tanıma kapasitesini de azaltır” (Geschwind, 1979, s. 192). Beynin sol yanındaki lezyonlara çoğu zaman depresyon eşlik eder; aksine sağ beyin hasarına sahip olanların zaman zaman içinde bulundukları koşulları dert etmediği görülür.

Sinir Sisteminin Esnekliği

Sinir sisteminin esnekliği [plastisite] konusu, zihnin çalışma biçimi, beyin yapılarının nasıl yerleştiği ve kişiliğin sabit mi değiştirilebilir mi olduğu konularında bizi bilgilendiren önemli bir sinirbilim alanıdır. Esneklik nöron yollarının değiştirilebilir olma kapasitesiyle ilgilidir. Deneyim geliştirmekte olan beynin hem yapısını hem de işlevlerini etkiler (Masten & Coatsworth, 1998).

Nobel ödüllü iki bilim insanı, David Hubel ve Torsten Wiesel, Nobel töreninde verdikleri derste 20 yıllık araştırmalarını özetledi. Dersin başlığı “Doğum sonrası Görsel Korteksin Gelişimi ve Çevrenin Etkisi”ydi. (Wiesel, 1982). Bir dizi etkili deney “çevrenin erken dönemlerde deneyimlenmesinin, yetişkinlikte algısal yetkinliğine katkıda bulunduğu fikrini” ortaya koydu (Hundert, 1990, s. 228). Bulgular görsel sistemin anatomik kanallarının, uyarandan yoksun bırakılırsa büzüşeceğini gösterdi. “Bu-

nunla beraber, bu kanalların boyutunun küçülmesinin sebebi, muhtemelen, bu 'yoksun bırakılan' hücrelerden *kortekse* giden dalların sayısının gerçekten azalmış olmasıdır, yani gözün hakim olduğu bir kolondan diğerine *fili hücre kaymasıdır!*" (s. 232). Kedilerin görsel sisteminden elde edilen bulgular insan gelişimine genelleştirilebilirse, bulgular, kısa bir süre sonra gözden geçireceğimiz, gelişimsel bilime nasıl uygulanabilecekleri açısından muazzamdır.

Hubel ve Wiesel (1979), sinirbilimdeki gelişmeler üzerine düşünerek şunları yazdı: "çok da uzak olmayan bir geçmişte, korteksin çeşitli tabakalarındaki milyonlarca sinir hücresine bakıp, bunların işlevlerini kim bilebilir ki diye düşünürdük" (s. 162). Bu araştırmacılar beynin görsel sisteminin esnekliğini sergiledi. Esnekliği destekleyen eşit derecede ilgi uyandırıcı başka bilimsel kanıtlar bulunmaktadır; ağır epilepsi hastası çocukların, bütün yarımküresi alındıktan sonra normal beyin işlevleri geliştirmesi gibi.

Rüyaların Nörobiyolojisi: Freud Hatalı mıydı?

Freud'un rüyaları bilinçdışı sürecin karmaşık türevleri olarak görmesine, birçok nörobiyolog epey küçümsemeyle yaklaşmıştır. Reiser'in (1990) önerdiği nörobiyolojik rüya modelinde psikanalitik rüya kavramları ve bunların nörobiyolojik temelleri anlaşılmaya çalışılmaktadır. Bu başlangıç niteliğindeki bir çalışma olsa da, sinirbilimin nasıl güçlü bir biçimde etkili olduğunu ve Freud'un öne sürdüğü bulguların bazılarını doğrulamaya yardım ettiğini ortaya koyar. The National Institute of Mental Health (Ulusal Ruh Sağlığı Enstitüsü) (1995) sinirbilim raporunda şöyle özetlenir: "Hızlı göz hareketi (REM) uykusunda rüya görmek, insanın normal bir nörobilişsel durumu olup, hezeyan [delirium] başta olmak üzere zihinsel hastalığın pek çok özelliğini barındırır. Örneğin rüya görürken görsel sanrılar, hafıza kaybı, yönünü şaşırma ve uydurma yaşanır. Rüya görmenin organik hezeyan ortak olan üç özelliği daha vardır; kendi üzerine düşünme farkındalığının kaybı, yüksek düzeyde kaygı barındıran duygusal sorumluluk ve sosyal muhakemenin zayıflaması. Bu nedenle rüya görmek majör psikopatolojiye dair geçerli bir fizyolojik model olarak hizmet edebilir" (s. 178).

Kendiliğin Beyindeki Konumu

Birçok bilim insanı kendilik kavramını deneysel açıdan değersiz bularak reddetti. Yine de bu kavram psikolojinin birçok alanına sızmaya devam etmektedir ve özellikle psikoterapi alanında yeniden dirilmektedir. William James (1890) kendilik için psikolojinin “en anlaşılmaz muamması” demiştir (s. 330). Genel kabul görmüş bir kendilik tanımı bulunmamaktadır, çünkü kendilik kavramı yekpare değildir; yine de Robins ve diğ. (1999) kendilik tanımının iki yönüne vurgu yapmaktadır: “(1) süregiden bir öz farkındalık hissi ve (2) istikrarlı zihinsel temsiller” (s. 447). Yazarlar kendilik kavramına içkin sorunlara değinerek bir çözüm arar: “Bu yıldırıcı düzeydeki karamsarlık karşısında belki de aşırı iyimser kaçacak bir tez öneriyoruz; kendiliğin bilimsel bir şekilde anlaşılması mümkün olmanın ötesinde kişilik bilimi için temel niteliğindedir. . . . Kendilik kavramı literatürünün karmaşık olması, bizatihi kendilik denen yapının karmaşıklığını yansıtır. Karmaşıklığın sebebi, kendilik süreçlerinin birden çok düzeyde işlemesi ve farklı araştırma gruplarının kendiliği farklı farklı düzeylerde alıyor olmasıdır” (s. 444).

Beynin Haritasını Çıkarmak

Kendiliği tanımlamanın sorunlarına ek olarak, sinirbilimin önündeki en büyük güçlüklerden biri kendiliği konumlandırmaktır. “Zihin-beden tartışmasının merkezinde yer alan muamma şudur; dokulardan oluşan bir kütle içindeki hücrelerinin ateşlenmesi nasıl oluyor da bir zihin meydana getiriyor ve bu zihin kendisine dair farkındalık geliştirebiliyor, tuncu rengi ayırt edebiliyor, gurur hissini taşıyabiliyor ve özne olmayı deneyimleyebiliyor?” (Robins ve diğ., 1999, s. 456). Robins ve meslektaşları, sorulardan bazılarını yanıtlamakta kullanılan bazı nöropsikolojik araştırma yöntemlerini aşağıdaki gibi gözden geçirir.

Beynin Elektriksel Uyarımı: Temporal lobun [şakak lobu] elektriksel uyarımı anı üretir. Sinirsel uyaranların bu şekilde etkinleştirilmesi süreci, öz farkındalığın içeriğini başkalaştırır ama etkileri ve sonuçları hâlâ net değildir. İlk sinirbilimciler beynin belirli alanlarını uyarmanın duyu, anı ve duygu üreteceğini göstermiş, dolayısıyla beynin haritasını çıkarmaya başlamıştır.

Tek Hücreli Kayıt: Çeşitli davranışsal tepkiler ve uyaran örüntüleri verilerek bireysel nöronların etkinlikleri incelendi. İnsanlar üzerinde yapılmamış olsa da, bu yöntem, insan olmayan primatlarda kendini tanımanın meydana gelip gelmediğini anlamanın bir yoludur.

Nöroanatomik Çalışmalar: “Nörolojik bozukluklarla ilişkili davranışsal, bilişsel ve duygulanımsal sıkıntıların beynin belirli bölgelerindeki hasarlarla nasıl örtüştüğünü inceleyen nöroanatomik çalışmaların da faydası olabilir” (Robins ve diğ., 1999, s. 458). Duygulanımın aşırı düzenlenmesi (künt duygulanım) ve planlamada bilişsel işleyişin hasar görmesi beyincik hasarıyla ilişkilidir.

Beyin Lezyonu ve Fonksiyonel Nörocerrahi: Yirminci yüzyılın başlarında psikozlu bireyler üzerinde ön lobotomiler gerçekleştirildi. Bu prosedür bireylerin davranışlarını ve kendilik dediğimiz şeyi çarpıcı şekilde değiştirdi. Bununla beraber ön lobun yok edilmesinin ağır duygu küntlüğü ve hissizlikle sonuçlandığını da gösterdi.

Nörolojik Bozukluklar Üzerine Araştırma: Nörolojik hastaların deneysel olarak incelenmesi şaşırtıcı bilgiler sağladı. Otizm, Parkinson, epilepsi ve Alzheimer gibi birçok nörolojik bozuklukta kendilik tamamen yitirilebilmektedir. Darbe ve kaza yaşamış olanların da kişiliğinde değişimler olmaktadır.

Sağlıklı ve Bozukluğu Olan Bireylerde Sinirsel İşleyiş Araştırmaları: Uyandırılmış potansiyeli ölçmenin çeşitli yolları ve beyin görüntüleme tekniklerinin sinirbilimde yararlı araçlar olduğu görülmüştür. Kafatasının çeşitli yerlerine yerleştirilen elektrotlardan elektriksel örüntüleri kaydeden elektroensefalografinin (EEG) yanı sıra olaya ilişkin potansiyeller (ERP) ve magnetoensefalografi (MEG) ile de elektrik sinyalleri ölçülebilir. Bu yeni yöntemler beynin yapısal bileşenlerinin kesin olarak ölçülmesinin yanı sıra fonksiyonel aktivasyon sistemlerinin incelenmesine de imkan verir. Bilim insanları bu görüntüleme teknikleri sayesinde yaşayan beyne bir pencere açar. Beyin bilimcileri şu yöntemleri kullanır (R. Carter, 1998, s. 29):

- *Manyetik Rezonans Görüntüleme (MRI):* Nükleer manyetik rezonans (NMR) olarak da bilinen bu teknik, bedendeki atomik parçacıkları manyetik olarak sıraya dizer, radyo dalgalarıyla vu-

rur ve geri dönen radyo dalgalarını kaydeder. Ardından bir bilgisayar yazılımı olan bilgisayarlı tomografi (CT), bu bilgiyi üç boyutlu resimlere dönüştürür.

- *Fonksiyonel MRI (fMRI)*: Beynin etkinliklerini gözlemleyerek temel anatomiye aydınlatır. Sinirlerin etkinliği glikoz ve oksijen metabolizasyonu tarafından beslenir. Beynin bir alanı etkin olduğunda, kullanılan oksijen miktarı artar ve hızlıca yapılan tarama beyindeki etkinliğin akışını gösterir.
- *Pozitron Emisyon Topografisi (PET)*: Bu beyni tarama yönteminde radyoaktif izotoplar kan akışına enjekte edilir ve fMRI'a benzer bir biçimde, etkinleştirilen beyin alanları canlı renklerle görülebilir. Her ne kadar güzel olsa da çözünürlük fMRI'daki kadar net değildir.
- *Kızılötesine Yakın Spektroskopi (NIRS)*: Bu teknik de beynin belirli alanları etkinleştirildiğinde kullanılan yakıtı kaydeder. Düşük düzeyde ışık dalgaları beyne yönlendirilir ve geri yansıyan ışık ölçülür. Radyoaktif izotoplar kullanılmasa da bu yöntem beynin en derin tabakalarına ulaşamaz.
- *Manyetoensefalografi (MEG)*: Bu teknik EEG'nin uyandırılmış elektrik potansiyelini ölçmesine benzer ama onun yerine sinirsel salınımm yaydığı manyetik titreşimi algılar. Dış müdahalelere açık olsa da beynin temsilini çıkarmada hızlı ve doğrudur.

Robins ve meslektaşları (1999) bu araştırma hattını özetler: “Özel deneyimin ve kendilik temsilinin farklı biçimlerinin sinirsel bağlantılarını tamamen anlamak için hâlâ kat edilmesi gereken uzun bir yol varsa da, zihne dalmamıza imkan veren yeni beyin görüntüleme yöntemleri, kendilik araştırmacıları için yeni ufuklar açmıştır” (s. 460).

Kişiliği Kimyasallarla Değiştirmek

Klinik psikiyatrist Peter Kramer (1993) yeni kuşak antidepresanlardan Prozac'ın etkilerini inceleyen tartışmalı bir kitap yazdı. *Listening to Prozac* [Prozac'a Kulak Vermek] adlı kitabında Kramer, klinik gözlemlerini ve psikotropik ilaçların kişilik üzerindeki etkisine ilişkin bazı araştırmaları sundu. Antidepresan ilaçların bir sonucu olarak hastalarında gözlemlediği birçok değişikliği betimledi. Kramer şunları yazdı: “Prozac'ın çekin-

genlere sosyal özgüven verdiği, hassas olanı atılğan kıldığı, içedönük olana bir satıcının sosyal becerilerini kazandırdığı görülüyor. Prozac, ilham veren bir rahip ya da yüksek baskı yaratan grup terapisinin yapabileceği tarzda hastaları dönüştürüyordu – onları yaşadıkları hakkında konuşmaya istekli kılıyordu” (s. xv). Kramer, kişinin ilaç olarak kişisel özelliklerinde, duygudurumunda ve kişiliğinde meydana gelen değişiklikleri gözlemlediğinde, “yavaş yavaş edinilmiş, tarih yüklü kişiliğinin yerini doğuştan gelen, biyolojik olarak belirlenmiş mizacın aldığını görebileceğini” öne sürdü” (s. xv). Bu görüngüyü “Prozac’a kulak vermek” olarak adlandırdı. Kramer, “kişilik ve toplumsal işleyişin genelde inatçı sorunlarında hızlı bir başkalaşımı” deneyimleyen, klinik uygulamasından bireylerin vakalarını sundu (s. 11). Tartışmalı kitabında, gelişmekte olan “kozmetik psikofarmakoloji” akımını da irdeledi (s. 15); bir başka deyişle, sevmediğiniz bir kişilik özelliğine ya da tuhaf alışkanlığa sahipseniz, farmakolojik ajanlar kullanarak neden onu dönüştürmeyesiniz? Belirli kişilik özelliklerine yönelik kültürel tercihin artık yeni kimyasal karışımlarla dönüştürülebileceği düşünülmektedir. Bunun etkilerini kitabın sonraki kısmında tartışacağız.

Sinirbilimciler kişilik, duygudurum, kişisel özellik ve davranış hakkındaki kavramsallaştırmalara meydan okumaktadır. Duyguların kişilikteki yeri ve klinik bilimlerin kişiliği anlamamızda hayati öneme sahiptir. “Psikopatolojiyi kavrayışımız 1980’lerin başından itibaren muazzam biçimde değişti. Bir yandan moleküler ve sistemsel sinirbilimdeki, diğer yandan tedavi yöntemleri ve tanısal sınıflandırmadaki çarpıcı ilerlemeler, 21. yüzyılda zihinsel hastalık yaşayanların önündeki manzarayı olumlu yönde değiştirdi” (National Institute of Mental Health, 1995, s. 159).

Duygulanım Bilimi

Duygulanım biliminin babası, *İnsan ve Hayvanlarda Beden Dili* (1872/1998) kitabını yayınlayan ve duyguların ilk bilimsel incelemesini sunan Charles Darwin’dir. Daha önce belirtildiği üzere, Descartes ve diğerleri duygularla ilgilendi ama bunlar Darwin’e kadar bu tür bir kapsamda hiçbir zaman incelenmedi. Bu dönüm noktası niteliğindeki kitapta, Darwin fotoğraflık resimlendirme kullanan ilk bilim insanlarından biridir (Ekman, 1998). Ekman, “insan ve hayvan yüz ifadeleri hakkındaki

şaşırtıcı gözlemlerinin zenginliğiyle, bu sıra dışı kitap, yazılmasından yüz yıldan uzun süre sonra günümüzde bile benzersizdir” yorumunu yaptı (s. xxi). Ekman, Darwin’in duygular üzerine eserine tepkiler konusunda şunları yazdı:

Darwin yüz ifadeleri hakkında yazdıktan sonra yüzyılın büyük bir kısmında, görüşleri reddedildi ya da basitçe görmezden gelindi. Entelektüel ve bilimsel dünyaya, kültürün davranışlarımızın her önemli yönünü belirlediğini savunanlar hükmediyordu. Margaret Mead gibi etkili bir antropolog, yüz ifadelerinin de dil, gelenek, tutumlar ve değerler gibi kültürden kültüre farklılaştığını ileri sürdü. Aynı yüz kaslarına sahip olabiliriz ama bu kaslar her kültürde farklı duygu ifadelerini oluşturacak şekilde bir araya gelir. Mead [1975] gibi kültürel görececiler, aynı ifadenin farklı kültürlerde farklı duygulara işaret ettiğini, bir kültüre özgü olabilecek bazı ifadelerin başka bir kültürde hiç görülmeyebileceğini iddia etti. Gülümseme bir kültürde öfkeyi, birinde neşeyi, birinde üzüntüyü gösterebilir, bir kültürde de hiç gülümseme olmayabilirdi. Her dilde mutluluk için farklı sözcükler olduğu gibi, mutluluk için farklı ifadeler de olabilir. Bazı bilim insanları duygu kavramının kendisinin, Batı kültürünün bir icadı olduğunu ileri sürecekt kadar ileri gitti. Duygular bir kurgudur (dediler) - bazı kültürlerin ne yaptıklarını açıklamak için kullandıkları açıklayıcı bir araçtır; duyguların biyolojik ya da psikolojik gerçekliğe yoktur (s. xxiii)

Duygu çalışması, 1960'lara dek fiili olarak görmezden gelindi; sonra Silvan Tomkins (1962, 1963) duyguları yeniden inceledi ve *duygulanım kuramı* çalışmasını başlattı (Nathanson, 1996). Kendisi de duygulanım biliminde önemli bir öncü olan Paul Ekman, Darwin'in eserinin yanı sıra Tomkins ve kendisinin kavramsal kaymasını ele aldı: “Niceliksel yöntemler kullanan Darwin'in fikirlerinin genel geçerliliğini sınavan sistematik araştırmalar ancak son otuz yılda yapıldı. Bu tür araştırmaları ilk yapanlardan biriydim ve Darwin'in hatalı olduğunu kanıtlamayı bekliyordum. Bulgularım benim ve diğer birçok toplum ve davranış bilimcisinin fikirlerini değiştirmesine neden oldu” (s. xxiv). Darwin'in duygusal yüz ifadelerinin evrensel bir görüngü olduğu savının zamanın testinden geçtiğine inanır.

Duyguların Evrenselliği

Hâlâ tartışmalı bir konu olmasına rağmen, evrensel duyguların olup olmadığı sorusu birçok deneysel destek buldu. Ekman (1998) Margaret Mead gibi kültürel görececiler ve insan türü için ortak duygusal ifadeler olduğuna inanan Darwinciler arasındaki tartışmayı özetledi. Ekman çeşitli duygusal ifadelere sahip bireylerin fotoğraflarını, duyguların evrenselliğini sınamak için kullandı. Birinin yüz ifadesinde altı birincil duygu belirgindir: öfke, korku, üzüntü, tiksinti, mutluluk/neşe ve şaşkınlık. İkincil duygular olan suçluluk, utanç ve gurur “sosyal duygular” olarak da geçer (Damasio, 1999, s. 51).

“Duygu konusuna 1960'lara kadar psikolojide önem verilmedi; 1960'lar yeni davranışçılığın ve sosyal öğrenme kuramının ortaya çıktığı, bilişsel-ciliğe yönelik bir hareketin ilerlediği, sistemler kuramına daha büyük ilgi gösterildiği yıllardı” (Lazarus, 1991, s. 40). 1980'lerden itibaren duygu çalışmasında hızlı bir büyüme olageldi (Ekman & Davidson, 1994): “Psikoloji duyguyu yeniden keşfetti” (Gross, 1999, s. 525).

Duygulanım bilimi davranışsal bilimlerin görece yeni bir dalıdır; duyguların incelenmesine odaklanır. Duygulanım biliminin iki öncüsü Ekman ve Davidson (1994) şunları yazdı: “Tarihinde ilk defa, duygu araştırmasının yöntembilimsel gelişmişlik düzeyi biyodavranışsal bilimlerin diğer birçok alanıyla eşit düzeydedir. Bu yeni yöntemlerin ve yeni kavramsallaştırmaların bileşimi gelecek için iyi bir işarettir. 1970'lerde ve 1980'lerde bilişsel bilimin etkili olmaya başlaması gibi, duygu araştırmalarının 1990'larda benzer bir tomurcuklanma etkinliğine tanıklık etmesini bekliyoruz. Artık akademide alt sıralara atılmayan duygu bilimi ana sahneye çıkmıştır” (s. 4).

Duygular yaşamlarımızdaki olaylarda merkezi bir rol oynasa da (Lazarus, 1991), yakın zamana dek psikolojik bilimde duygulara çok az ilgi gösterildi. Duyguların çalışılmasına karşı elle tutulur bir direnç bulunuyordu ve duygulanım bilimi ancak yakın zamanda güvenilir bir bilimsel araştırma alanı olarak kurumsallaştı. Lazarus şöyle yazar:

Ne yaptığımızın ya da nasıl yaptığımızın büyük bir kısmı duygular ve onları üreten koşullar tarafından etkilenir. Çocuklarımız hakkında gurur ve neşe, ilerlemeye ve ailemizin iyi oluşunu korumaya

adanmışlığımızı yeniden canlandırır. Kayıp yaşamı takdirimizin altını oyar ve geri çekilmeye ve depresyona yönlendirebilir. Hatalı olmaktan dolayı öfke, intikama yönelik olarak harekete geçirir ve yönlendirir. “Öfkeyle körleşince” düşünüşümüz bozulur; bu da bizi riske sokar. İyi niyetle, duyguların bedensel ve zihinsel sağlığa ve hastalığa katkıda bulunduğu bile söylenir; olumlu duygular sağlığa ve olumsuz olanlar hastalığa. Elbette böylesine güçlü bir süreç dikkatli çalışmayı hak eder. Psikolojiyle ilk temas ettiğim andan itibaren, insanların duygularını anlamaksızın onları anlayamayacağımızdan emindim. (s. 3)

Duyguların Kişilik Çalışmaları İle İlgisi

Duygular, insan doğası dediğimiz şeyin çoğunu oluşturur. Duygusal yanıt vermeyen bireyler karşısındaki şaşkınlığımızı *Uzay Yolu*’ndaki Mr. Spock’ın popülerliğinde görebiliriz. Spock’ın insan meslektaşlarının duygularını deneyimleme ve anlamadaki yetersizliği, ilginç etkileşimlerle ve muammalarla sonuçlanır. Anormal psikoloji alanında, aleksitmi denen bir durum saptanmıştır; bu durum, duygusal deneyimini sözcüklere dökme becerisinden yoksun olan bireyi anlatır (Sifneos, 1988). Lazarus (1991) duyguların kişilik çalışmalarında hayati öneme sahip olduğuna inanır:

Kişiliğin de uyum sağlamayı kapsayan canlı bir kavram olduğu söylene ve hakikaten geleneksel olarak bu şekilde kavransa da, modern kişilik araştırmaları çoğunlukla bu fikirden sapmıştır. Kişilik karmaşık, bütünleşmiş bir sistem olarak pek araştırılmamış, kişi fiziksel ve toplumsal çevreyle ilişkilerini idare etme mücadelesi veren ve bu mücadele tarafından biçimlendirilen olarak pek ele alınmamıştır. Aksine kişilik konusundaki araştırmalar, bir ya da birkaç kişisel özellik üzerine olup, bunların bir birey içinde nasıl örgütlendiğine neredeyse hiç ilgi gösterilmez.

Ayrı ayrı işlevlerden ziyade kişiyi uyum sağlamaya dönük bütünlüğü içinde ele alan canlı bir kavramdan söz ediyorsak, duygu kesinlikle budur. Duygular hayatta kalmak, gelişmek ve istediklerimize ulaşmak için yaşam boyu gösterdiğimiz çabaların nasıl gittiğine dair düşüncelerimize verdiğimiz karmaşık, örüntülü, organizmal tepkilerdir. Duygular diğer psikobiyolojik yapılar gibi değildir, çünkü

sosyal yaşamlarımızda olup bitenin kişisel olarak ne anlama geldiğini ifade eder; güdülenme, biliş, uyum sağlama ve fizyoloji süreçlerini (birden çok düzeyde analiz edilebilecek) tek bir karmaşık durum olarak bir araya getirir. (s. 6)

Duyguların İşlevi Nedir?

Duygular hayatta kalmak için zorunludur; hayatımızı potansiyel olarak tehlike oluşturan olaylara ve çevresel işaretlere dikkat etmemize imkan verir. “Gül rengi bardaklar gibi, duygusal durumlar da kişinin dünyayı hangi tonda algıladığını belirler. Kişinin mutlu olduğunda her şeyi daha olumlu, mutsuz olduğunda daha olumsuz görmesi gibi. Bunlar en güvenilir duygulanımsal görüngüler arasında yer alır” (Clore, 1994, s. 105). Clore muhakemede duyguların önemini tartışır. Duygular muhakememizi etkiler: “Gündelik hayatımızda karşılaştığımız önemli durumların birçoğunu nasıl karşılamamız gerektiğine ilişkin doğanın en iyi tahminlerini sunar” (Gross, 1999, s. 546). Güçlü duygular dikkatimizi çevremizdeki belirli görüngülere yönlendirir ve sorun çözme biçimimizi etkiler. Çok yüksek düzeyde duygu kolayca aşırı tepkilere neden olabilir, bu da geriye baktığımızda veya dışarıdan bakıldığında uygunsuz görünen bir tepkidir. Çok düşük düzeyde duygusal etkinlik ise, önemli bir olaya uygun tarzda dikkat verme olasılığını azaltabilir.

Gross duyguların hayatta kalmayla ilgili iki işlevini belirler:

1. Sosyal İletişim: “Bir duygu hissettiğimizde, sözlü ya da sözlü olmayan davranışlarımızla nasıl hissettiğimizi gösteririz” (s. 534).
2. Etkinleştirme ve Harekete Geçirme: “Bir başka [işlevi] temel biyolojik gereksinimlerin karşılanmaması ve çevreden kaynaklanan engeller karşısında psikolojik ve fizyolojik harekete geçirmeyi uyarma ve sürdürmedir” (s. 26).

Duygusal Yanıt Verebilirliğin İşlevi: Frijda (1994) duygunun işlevini belirtir: Kişisel kayıp üzüntü üretir, çünkü bu kişinin kaybettiği kişiye bağlılığıyla çatışır; hayal kırıklığı öfkelenendirir, çünkü hedeflerimize yönelik ilerlememizi tamamlamak isteriz, vb.” (s. 113). “Duygular hayatımıza vazgeçilmez renkler de sağlar; duygusal deneyimleri sıcak, heyecan verici,

kapsayıcı ya da harekete geçirici olarak düşünürüz ve onları rutin, soğuk ve kopuk deneyimlerden ayırt ederiz” (Lazarus, 1991, s. 19).

Duygulanım Sistemi

Hebb’in iddiası: Donald Hebb (1949) hayvan krallığında en duygusal hayvanın insan olduğunu iddia etti. “Hebb, en akılcı primat olan insanın aynı zamanda en duygusal primat olması paradoksunu açıklarken, insanın yüksek düzeydeki duygusallığını maskeleyen toplumsal-kültürel denetim mekanizmalarının etkisine işaret etti” (Scherer, 1994, s. 127). “Evrim basamaklarından yukarı çıktıkça, şu özelliklerin daha belirgin hale geldiği görülür: çevredeki daha karmaşık uyaran örüntülerini işleme becerisi, birden çok güdülenme eğiliminin eşzamanlı olarak var olması, oldukça esnek bir davranış repertuarı ve sosyal örgütlenmenin temeli olarak sosyal etkileşim” (s. 127). Duygusal yoğunluk ve tepki süresi arasında ters bir ilişki bulunmaktadır. Duygulanımsal sistemimizin bu evrimsel özelliği, daha az karmaşık uyaran-yanıt dizisinin etkinleştirilmesinden önce, durumun yeniden değerlendirilmesine imkan verir.

Duygusal Yanıtı Ortaya Çıkaran Değişkenler: Lazarus (1991) bir duygusal yanıtı etkinleştiren dört sınıfı ya da koşulu özetler; bu koşulları “gözlemlenebilenler” olarak adlandırır:

- “Eylemler; saldırma, kaçınma, bir yere ya da bir kişiye yönelme ya da uzaklaşma, ağlama, yüz ifadeleri yapma ve belirli bir beden duruşu takınma gibi eylemler gözlemlenebilenlerin bir sınıfını oluşturur” (Lazarus, 1991).
- “*Fizyolojik tepkiler*; otomatik sinir sistemi etkinliği ve onun uç organ etkileri, beyin etkinliği ve hormonal salgılar gibi fizyolojik tepkiler gözlemlenebilenlerin ikinci sınıfını oluşturur.”
- “*İnsanların duyguları hakkında söyledikleri*; öfkeli, kaygılı ya da gururlu olduklarını bildirdiklerinde, duygularını reddettiklerinde, deneyimlenmiş bir duyguyu üreten koşulları betimlediklerinde ya da risk altındaki hedeflerine ya da eylemlerinin altında yatan inançlara işaret ettiklerinde - tüm bunlar gözlemlenebilenlerin üçüncü sınıfını oluşturur.”
- “*Çevresel olaylar ve bağlamlar*; bir duygunun meydana geldiği toplumsal, kültürel ve fiziksel olaylar dahil çevresel olaylar ve

bağlamlar gözlemlenebilenlerin dördüncü kategorisini oluşturur.” (s. 43-44)

Duygudurum ve Duygu: Hepimiz, ne hissettiğimizin ve duygudurumlarımızın neler olduğunun ve bunların yaşamımız boyunca nasıl değiştiğinin görüngünbilimsel bir kavrayışına sahibiz. Duygularımızın, partnerimizle birlikte bir sosyal ortamda olduğumuzda ve onun bir başkasıyla, göz göze, yoğun ve canlı bir sohbete dahil olduğunu fark ettiğimizde olduğu gibi, bir eylem dizisini akla getiren, genellikle hızla hareket eden görüngüler olduğunu gözlemleyebiliriz. Daha sonra tartışacağımız gibi, evrimsel psikologlar, birçoğumuzun, bu durumda kıskançlık deneyimlemeye programlı olduğumuza inanır. Ve kıskançlık, ister rakibi tehdit etmek gibi ilkel bir tepki olsun, isterse de partnerimize bir başka odadaki ilginç bir şeyi görmeyi isteyip istemediğini sormak gibi daha uygar bir taktik olsun, bir tepkiyi etkinleştiren enerjiyi sağlar. Diğer yandan duygudurum, “bütün gün berbat hissettim” ve “bir haftadır keyifsiz hissediyorum” ifadelerindeki gibi daha kalıcı bir etkiye sahiptir (Davidson, 1994, s. 51). Lazarus (1991) duygudurum hakkında yazar: “Duygudurumların, yaşamının daha geniş arka planıyla ilişkili olduğunu ileri sürüyorum; kişinin yaşamının geneli sorunlu ya da sorunsuz, olumsuz ya da olumlu hissettiriyor olabilir. Yaşam genel olarak iyi görüldüğünde, olumlu duygu illa belli bir olayla bağlantılı değildir. Yaşam çoğunlukla kötü görüldüğünde, yine illa belli bir olayla bağlantılı olmayacak şekilde kişi kötü ya da üzgün hisseder” (s. 48).

Davidson (1994) duygudurumları ve duyguları farklılaştırmak için işlevsel analizin yararlı olabileceğini ileri sürer. Duyguların eylem eğilimi yaratmak için kullanıldığını ve uyum sağlayıcı yanıtın gerekli olduğu durumlarda ortaya çıktığını ileri sürer. Duygudurum ise bilgi işleme önceliklerini dönüştürür. Duygudurumlar, duygulara göre süre açısından daha uzundur: “Örneğin öfke duygusunun tamamı birkaç saniye ya da dakika sürerken, kızgın ya da hırçın bir ruh hali birkaç saat ya da hatta birkaç gün sürebilir” (Panksepp, 1994, s. 90). Olumlu bir ruh halindeyken bilişsel esneklik artarken, olumsuz ruh halindeyken azalır. Duygudurumlar daha uzun sürede meydana gelen olayları takip ederken, duygular çoğu zaman o anda meydana gelen bir olaya yanıt olarak habersiz meydana gelir.

Damasio (1999) duyguların hislerden ayrı olduğunu öne sürer. Hislerin, duyumsamalara dair içsel zihinsel deneyimler olduğuna; duyguların ise hislerin dışarıdan gözlemlenebilir görünüşleri (yüz ifadeleri gibi) olduğuna inanır. Damasio bu ayrımı, hislerin tamamen içsel deneyimler olması nedeniyle, hiç kimsenin bir başkasının hislerini gözlemleyemeyeceği olgusuna dayandırır.

Bilinçli Hisler ve Bilinçdışı Hisler: Sinirbilimciler günümüzde, daha eski, büyük ölçüde gözden düşmüş psikanalitik bilinçdışı his kavramına inanır. Damasio'ya göre (1999) hisler bilinçdışı olduğu kadar bilinç düzeyinde de var olabilir: “Bununla beraber tüm hislerimizin bilincinde olduğumuzun hiçbir kanıtı yoktur ve birçok kanıt bilincinde olmadığımızı düşündürür” (s. 36). “Dahası, varsayalım ki, duyguların altında yatan temel mekanizmalar, eninde sonunda bilinçliliği kullansa da ona gereksinim duymaz: bir duyguya neden olan şeyin ya da duygunun hangi basamaklardan geçerek görünür hale geldiğinin bilincinde olmaksızın o duyguyu sergilemeye götüren süreçleri gerçekleştirebilirsiniz” (s. 42-43).

Duygulanım Tarzı ve Mizaç: Davidson (1994) “duygulanım tarzı terimini, kişinin duygusal olaylara tepkiselliğini düzenleyen tüm bireysel farklılıkları anlatmak için” kullanır (s. 53). Bu farklılıkları, zaman içinde tutarlı bir biçimde dışavurulan “kişisel özellik benzeri yapılar” olarak görür. Duygudurum bu kavramsallaştırmaya dahil edilmemiştir: “Bununla beraber belirli kişilik özelliklerinin, duygulanım tepkilerindeki sistematik farklılıklarla ilişkili olduğu ölçüde duygulanım tarzını yansıttığı düşünülebilir” (s. 53). Büyük ölçüde genetik olarak belirlenen mizaç, duygulanım tarzını etkiler. Hem mizacın hem de duygulanım tarzının, alıcı sinirlerin yoğunluk farklılıkları gibi nörotransmitterlerden etkilenmesi olasıdır.

Duygusal Gelişim: “Duygusal gelişim, duygusal sistemin kişinin diğer alt sistemleriyle (fizyoloji/dürtü, algı, biliş ve eylem sistemleri) kurduğu işlevsel bağlantılarla giderek karmaşıklaşan bir matriks oluşturduğu süreçleri içerir” (Izard, 1994, s. 356). Greenspan (1997b) zihnin gelişiminde duyguların oynadığı hayati rolü vurgular. Her ne kadar çalışmaları duygulanımsal, gelişimsel, ilişkisel ve klinik bilim dahil çeşitli alanlara bir arada dokunsa da, en büyük katkısı gelişimsel bilim başlığı altında olmuştur. Duyguların kendiliği biçimlendirme becerisine büyük inancı vardır: “Bununla beraber, gelişimsel gözlemlerimiz, duyguların muhte-

melen en önemli rolünün, zihninin en önemli işlevlerinin birçoğunun yaratılması, örgütlenmesi ve yönetilmesi olduğunu akla getirir. Aslında zeka, akademik beceriler, kendilik hissi, bilinç ve ahlakın ortak kökeni en baştaki ve süregiden duygusal deneyimlerimizde yatar. (...) duygular gerçekten de yaşam boyunca süregiden çok çeşitli bilişsel işlemlerin mimarıdır. Hatta tüm yaratıcı düşünceyi mümkün kılar” (s. 7).

Silvan Tomkins - Duygulanım Kuramı: Başlangıçta Henry Murray ile birlikte çalışan Silvan Tomkins (1962, 1963, 1991), üç ciltlik bir seri halinde duygulanım kuramı üzerine bir bilimsel inceleme yayınladı. Tomkins temel duygulanım kuramında duygulanımın insanın evriminde ve uyum sağlamasındaki rolünü kapsamlı olarak gözden geçirmiştir. Kişilik kuramında birincil güdülenme sistemi olarak gereken tek şeyin duygulanımlar olduğuna inanır. Tomkins şöyle yazar: “İnsanlar, onları hayatta kalmaya ve ölüme direnmeye, yeniliği deneyimlemeye ve sıkıntıya direnmeye, iletişim kurmaya, türün diğer üyeleriyle yakın ve temas halinde olmaya, cinsel heyecan deneyimlemeye, utanç içine düşmeye direnmeye eğilimli kılan, doğuştan gelen duygulanımsal yanıtlarla donatılmıştır” (s. 169-170). Konuyu derinlemesine ele alışında, olumlu ve olumsuz duygulanım yelpazesini ve bu duyguların başlıca kuramsal sistemlerde konumlandırılmasını ayrıntılandırır.

Gelişimsel Bilim

American Psychologist dergisinin özel bir sayısında, konuk editör E. Mavis Hetherington (1998) gelişimsel bilimi “gelişimin bilimsel ve disiplinlerarası bir şekilde incelenmesinin temelini atılması ve gelişimin çocuklukla sınırlı olmayıp bütün ömre yayıldığına kabul edilmesi” olarak tanımlar (s. 93). Gelişimsel bilim çocuk gelişimi alanından ortaya çıkmış olup, birden çok disiplini kapsar. Çağdaş gelişimsel bilim gelişimsel süreçleri etkileyen geniş bir sorun yelpazesini ele alır. Örneğin çocuk bakımı (Scarr, 1998), erken dönemdeki müdahale ve deneyimler (Ramey & Ramey, 1998), istismarcı aile ilişkilerinin sonuçları (Emery & Laumann-Billings, 1998), ergen hamileliği ve ebeveynliği (Coley & Chase-Lansdale, 1998), medeni durum değişimi ve çocukların alışması (Hetherington, Bridges & Insabella, 1998), sosyoekonomik dezavantajlar ve çocuk gelişimi (McLoyd, 1998), elverişsiz koşullarla baş etme (Masten & Coatsworth, 1998), çocuk saldırganlığı ve şiddeti (Loeber & Stouthamer-Loeber, 1998).

Bowlby'nin Üçlemesi: Bağlanma, Ayrılma ve Kayıp

Gelişimsel bilimdeki en etkili eserlerden birinin sahibi olan John Bowlby (1969, 1973, 1980) üç ciltlik dizisi *Bağlanma ve Kayıp*'ta bağlanma, ayrılma ve kayıp kuramını ve bunların insan gelişimiyle ilişkisini sundu. Bowlby öylesine etkili bir gelişimsel öncüdür ki eseri psikolojinin tüm öğrencileri tarafından gözden geçirilmeye değerdir.

Bağlanma: İlk insan ilişkisinin kişiliğin temeli olduğu düşünülür. Bowlby (1969) insan bağlanma davranışına dair bir kuram önerdi ve be-beği anneye bağlama ve anneyi yakında tutma işlevi gören bir dizi davranışsal sistem olduğunu varsaydı. Bağlanma davranışının, “çiftleşme davranışı ve ebeveynlik davranışıyla eşit öneme sahip bir sosyal davranış sınıfı” olduğunu düşündü (s. 236). Bu formülasyonda Freudcu ihtiyaç ve dürtüler kavramını görmezden geldi. Bowlby bağlanmanın nasıl geliştiğini betimler: “Davranış sistemlerinin kendilerini evrimsel uygulanabilirlik ortamıyla ve özellikle bu ortamdaki temel figürle yani anneye etkileşimin bir sonucu olarak bebekte geliştirdiklerine inanılır” (s. 236). Diğer kuramcılar aksine, besin ve yemenin bağlanma dansında ancak ikincil unsurlar olduğuna inandı; yapışma/tutunma ve emme birincil bağlanma eğilimleridir. Yakınlığı sürdürme davranışı, anne odayı terk ettiğinde görülebilir ve bebek ağlar. Bowlby bağlanma bağlarının güçlendirilmesinde duygunun işlevini de öne çıkardı: “Bağlanma davranışından başka hiçbir davranış formu, daha güçlü bir hisle bir araya gelemez. Onun yöneldiği figürler sevilir ve ortaya çıkışı neşeye karşılanır” (s. 267). Bowlby, doğal ortamda bağlanma davranışını inceleyen Ainsworth'un (1967), damgalama (yumurtadan çıkarıldıktan saatler sonra ördek ve kaz yavruları gördükleri ilk nesneyi tercih eder) deneyleri yürüten Lorenz'in (1935/1957), bebek maymunlarda annenin olmamasının bağlanma ve gelişim üzerine etkilerini çalışan Harlow'un (1961) araştırmalarından alıntı yapar.

Ayrılma: Bowlby (1973), ayrılma üzerine eserinde, çocukların ve hayvanların doğalcı gözlemine dayanır. Bowlby hastanede kalmanın, yatılı bakımın ve ikame bakımın sonucu olarak ayrılmanın etkileri üzerine çeşitli kaynaklardan verileri sistematik bir biçimde inceledi. Bowlby “ayrılığın, ayrılık tehditlerinin ve diğer reddetme biçimlerinin, çocuk ya da yetişkinlerde, kaygılı ve öfkeli davranışı ortaya çıkarttığını” ve “Bu duyguların bağlanma figürlerine yönlendirildiğini ... öfkenin hem ayrılığa tepki olarak gücenme duygusu hem de bu durumun bir daha tekrarlanmasını

engelleme çabası olduğunu” belirtir (s.316). Zamanının ilerisinde olan Bowlby, okul korkusu gibi bağlanmayla ilişkili bozuklukların, ailedeki etkileşim örüntülerinin dört çeşitlemesiyle ilişkili olduğunu gözlemledi. Çocuklarda agorafobi vakalarında üç aile kategorisinin olduğunu saptadı: dağılmamış; dağılmamış ama çatışma, şiddet, alkolizm ve sevgisizlik; ölüm ya da boşanmayla parçalanmış (dolayısıyla uzun ayrılmaların yaşandığı) aileler (s. 342). Kişilik gelişimini tartışarak devam eder: “Bağlanma figürlerinin ulaşılabilirliğine ve duyarlılıklarına ilişkin çocuğa acı veren belirsizliklerin, stabil olmayan, kaygılı bir kişilik gelişimine yol açtığını gördük” (s. 393). “Görece daha stabil ve güvenli bir ortamda büyüyen çocuklar, ihtiyaç duyduklarında ailenin tam desteğini alacağından emindir ve aile, otonominin gelişmesi için çocuğu istikrarlı ve makul bir şekilde cesaretlendirir. Ebeveynlerin kendilerine, başkalarına ve çocuğa ilişkin içsel çalışan modelleri, ailenin açık iletişimi vasıtasıyla doğru fakat sorgulanmaya ve değiştirilmeye açık şekilde aktarılır” (s.394). Gelişimsel yolların doğumda oldukça açık olduğunu, gelişim ilerledikçe erişilebilir yol sayısının azaldığını ileri sürdü.

Kayıp: “Sevilen birini kaybetmek insanın acısını en yoğun yaşadığı deneyimlerden biridir. Hem bu deneyim acı vericidir, hem de yardım edemeyecek kadar güçsüz olduğumuz için tanıklık etmek acı verir (Bowlby, 1980). Bowlby’nin eserinden önce, birçokları çocukların keder tepkilerinin kısa ömürlü olduğuna inanıyordu. Önceki eserlerinde olduğu gibi Bowlby, zamanının en derin araştırmalarını ve gözlemlerini kullandı, kayıp üzerine olan cilt de bir istisna değildi. Bowlby, Freud tarafından psikanalitik yazında kullanılmış olan yas tutma terimini, çocuğun bağlanma figüründen ayrıldığında meydana gelen süreci betimlemek için kullanmaya karar verdi. Analitik savunma nosyonunu bilişsel görüşle birleştirdi ve şu sonuca vardı: “Öne sürülen savunma teorisinde temel kavram, bazı özgül tip bilgiyi daha çok işlemeyi görece uzun süreler boyunca ya da hatta kalıcı olarak dışlamaktır. Bu bilginin bazısı uzun süreli hafızada çoktandır depolanmıştır, bu durumda savunmacı dışlama bir ölçüde amneziyle sonuçlanır” (s.62). Yetişkinlerde yas tutmanın dört evresini özetler ve bireyin bunlar arasında gidip gelebileceğini söyler: (1) hissizlik, (2) özlem ve öfke, (3) dağılma ve ümitsizlik, (4) yeniden toparlanma.

Bowlby’nin çalışması çağdaş kişilik mevzularının birçoğunu önceden haber verir. Patolojik yas tutmaya açıklığı inceler:

Şimdiki durumda mevcut kanıtlar yas tutması patolojik seyir izleyen yetişkinlerin, kayıptan önce, birbirine zıt olsa da bazı özel duygusal yakınlık ilişkileri kurmaya yatkın olduğunu fazlasıyla gösterir. Böyle bir grupta duygusal yakınlık ilişkileri açık ya da kapalı karşıt duyguya bürünen, büyük ölçüde kaygılı bağlanmayla belirginleşir. Bununla ilgili ikinci grupta zorlanımlı ilgi göstermeye büyük yatkınlık vardır. bu gruptakiler sinirli, aşırı bağımlı, çok bağılı, huysuz ya da nevrotik diye tanımlanabilir. Bazıları kaygı ya da depresyon semptomlarının öne çıktığı eski bir ruhsal bozukluğu bildirir. Zıtlık oluşturan üçüncü grupta duygusal kendine yeterliliğin ve bütün duygusal yakınlık bağlarından bağımsızlığın iddia edildiği üstün bir çaba vardır, gerçi iddiaların yoğunluğu genellikle bunların kuşkulu temelini açığa çıkarır. (s. 234)

“Bağlanma Kuramı: Nihai Deney” (Talbot, 1998)

“İnsan davranışına dair her kuramı için şeytani kusursuzlukta bir deney bulunur ama bu deney hiçbir zaman gerçekleştirilemeyecek niteliktedir – en azından demokratik bir toplumda ahlaklı bilim insanları tarafından. İnsanın aşırı soğuğa dayanma gücünü sınamak için çıplak bir insan deneği dondurucu suya batıramazsınız. Bebeklerde annenin ve duygusal uyarım yoksunluğunun etkilerini sınamak için, yenidoğanları alıp, onları günde ortalama on dakika kucağına alan ya da konuşan, az sayıda ve dönüşümlü olarak çalışan bakımverenlerle karanlık, yeterince ısıtılmamış bir yetimhanedeki beşiklere hapsedemezsiniz. Ama diyelim ki, bu tür bir deney -laboratuvardan uzakta, olduğu haliyle doğada- zaten meydana geldi. Yine diyelim ki, buna katlanan çocuklar üzerindeki etkisini değerlendirmek, sadece onlara yardım etmekle kalmayabilir, ayın zamanda uzun süredir gelişimsel psikologların merakını uyandıran ve birçok çalışan anneye eziyet eden bir soruna ışık tutabilir” (s. 26).

Talbot’a göre, bu, komünizmin çöküşünden sonra, 1989’da, Doğu Avrupa’da, özellikle Romanya’da gerçekleştirilen bir deneydir. ABD’den ebeveynler bu çocuklardan yaklaşık 18 binini evlat edindi. Talbot’un yazdığına göre, dokuz yaşındaki bir çocuğu evlat edinen bir annenin yorumu: “‘Sanki perdeleri yetimhanede oyulmuş, hâlâ da çaldığı müzik o.’ (...) -bağlanma kuramının ilkelerini, benim için daha önce hiç olmadığı kadar gerçek kıldı” (s. 28).

Bowlby (1980) yetişkin ve çocuk yas tutma süreçleri arasındaki farklılıkları karşılaştırdı ve çocuklukta deneyimlenen kayıpların doğası gereği daha yıkıcı olduğunu vurguladı. Çocukların kederlerinin geçici olarak daha kolay avutulabileceğini, bunun da sevdiklerini yitirmiş çocuğa bakım verenleri aldatabileceğini belirtti. Bowlby, çocuklukta kayıp, gelecekteki psikiyatrik rahatsızlığın semptomatolojisini etkilediği sonucuna da vardı. Bunlar (1) ciddi intihar düşünceleri, (2) kaygılı bağlanma, (3) çoğu zaman psikotik özelliklerle birlikte ağır depresif koşullar şeklindedir (s. 343). Keder ve patolojik yas tutmayla ilgilenen bütün öğrenciler bu cildi okumalıdır.

Süregiden Tartışma: Çocuğu Yuvaya mı Göndermeli, Anne Evde Kalıp Çocuğa mı Bakmalı

Tesis ne kadar mükemmel olursa olsun, grup içinde çocukla birebir ilgilenilmesi pek mümkün olmaz. Birinci yıllarında her bebeğin kendine ait bir yetiškine ihtiyacı vardır; bu zahmetli olabilirse de şaşırtıcı değildir. İnsanlar bir batında çok sayıda değil, neredeyse daima tek bebek doğurur. Bir kadın bir seferde sadece iki bebeği besleyebilir (herhangi bir ikiz annesine sorun) ve tek başına daha fazlasına bakım veremez (herhangi bir üçüz annesine sorun). Ne kadar “eğitim” alırsa alsın yuvadaki çalışanın elinden daha fazlası gelmez. Bir bebek çalışanın kucağında biberon emiyorken bir başkası uykusundan uyanırsa ve bir üçüncüsü sandalyesinden oyuncağını düşürürse, tümüne birden uygun biçimde yanıt veremez. İnsan iyi hissetmediğinde, yorgun olduğunda, bırakın üçüncüsünü meşgul etmeyi ve güvende tutmayı, onları umursadığını hissettirecek şekilde ikisini birden kucaklayamaz. Ve burada sadece üç bebekten bahsediyorum. Hangi çocuk bakım merkezinde 3 bebeğe 1 yetişkin düşer ki?” (s. 88)

Elbette tartışmanın diğer tarafının dayandığı araştırmalarda, yuvaya verilen çocuklar ile evde bir bakımverenin baktığı çocuklar arasında tutarlı bir şekilde anlamlı farklılık görülmediği ifade edilmektedir. Bu tartışmanın uygun bir biçimde çözülebilmesi için daha fazla araştırma gerekir, çünkü yuvaya verilmiş olmanın yuvaya verilenlerin duygusal, sosyal ve kişisel gelişimini nasıl etkilediğine ilişkin sorular olduğu gibi durmaktadır.

KAYNAK: Children First: What Our Society Must Do—And Is Not Doing—For Our Children Today (*Leach*, 1994).

Mizaç

Gelişimsel psikolojinin öncüleri Thomas ve Chess (1977), bebeklerde mizaç çeşitlemeleri üzerine çalışmalar gerçekleştirdi. Onların çabaları gelişimsel psikoloji alanına birçok şey kazandırdı. Deneysel araştırmalarından çıkarsadıkları 10 kategoriye belirlediler: (1) etkinlik düzeyi, (2) ritmiklik (düzenlilik), (3) yaklaşma ya da geri çekilme, (4) uyarlanabilirlik, (5) yanıt verebilirlik eşiği, (6) yanıt verebilirliğin yoğunluğu, (7) tepkinin yoğunluğu, (8) duygudurum niteliği, (9) dikkatin dağılabilirliği, (10) dikkat aralığı ve sürekliliği (s. 21-22). Bu etmenlerin puanlanmasından üç farklı mizaç kümesi türetilmektedir.

Greenspan'ın Düzenleyici Örüntüleri

Stanley Greenspan (1997a) gelişim tarzlarının ve örüntülerinin kişilik gelişimine ve psikoterapiye uygulamasında etkili bir şahsiyettir. Çocuk ve birincil bakımveren arasındaki duygusal bağın önemini vurgular ve bu ilişkinin zihnin esas mimarı olduğunu ima eder (Greenspan, 1997b). Greenspan, gelişimsel bilimi ve psikoterapi süreçlerini ilerletmek için, deneysel olarak temellendirilmiş araştırma bulgularının ve klinik uygulamadan zekice gözlemlerin önemli bir karışımını sağlar.

Greenspan'ın (1997b) belli başlı katkılarından biri bebeklerde ve çocuklarda davranış düzenleyici örüntüleri kategorize etmesidir.

Tip I-Aşırı Duyarlı Tip: Erken bebeklikte beliren bu davranışsal örüntü, çevresel uyaranlara karşı aşırı tepkisellik ya da aşırı hassaslık barındırır ve merkezinde iki ortak örüntü vardır: ürkek-tedbirli ya da olumsuz-karşı gelen. “Ürkek ve tedbirli kişide aşırı tedbirlilik, ketlenme veya ürkeklik görülür. (...) Olumsuz ve karşı gelen kişi, olumsuz tutum ve karşı gelme davranışı sergiler, inatçı ve kontrolcüdür, çoğu zaman gerekenin ya da beklenenin tersini yapar” (s. 90-91). Greenspan'a göre, örüntülerin her biri, bakımverenin yanıtlarıyla ağırlaşır, yani artar. Ürkek/tedbirli örüntüyü tutarsız bakımveren tarafından yoğunlaştırır (yani, bir aşırı anlayışlı-koruyucu, bir cezalandırıcı-saldırgan). Aşırı talepkâr, cezalandırıcı ve aşırı uyarıcı ebeveynlik olumsuz/karşı gelen örüntüyü ağırlaştıracaktır. Aksine, esneklik, empati ve korkutucu alanları yavaş yavaş keşfetmeye cesaretlendirme, ürkek/tedbirli bireyin potansiyelini azamileştirecektir.

Ebeveynlik tarzı sakinleştirici ve destekleyici ise ve iktidar mücadelelerinden kaçınırsa, olumsuz/karşı gelen örüntü daha esnek hale gelecektir.

Tip II-Düşük Tepkisel Tip: Düşük tepkisel düzenleyici örüntünün çeşitli davranışsal dışavurumları bulunmaktadır. Geri çekilen/katılımını-sağlaması-güç çocuk, ilişkileri keşfetmeye ilgisiz görünür. Çoğu zaman hissiz ve geri çekilmiş görünür ve kolayca yorulur. Bebekken durgun, geç tepki veren, başka insanların davetine yanıtsızdır. Bu tür bireyin ihtiyaç duyduğu bakımveren elini uzatan, ilişki kuran, hassas, kur yapan, yalıttımdan çıkaran biridir.

Dalgın bireyler, diğerlerinin duygularından ve algılarından ziyade kendilerinininkine ayarlanmış olarak, “kendi çalıp kendi oynar” (Greenspan, 1997b, s. 93). Dalgın ya da edilgen olan bakımverenler ve kafa karıştırıcı iletişime sahip aile sistemleri, bu örüntüyü doğal olarak yoğunlaştıracaktır. Aksine, etkileşimci ve işbirliğine yatkın bakımverenler bu örüntüyü azaltacaktır.

Tip III—Uyarıcı Arayan, Düşünmeden Hareket Eden, Saldırgan, Motor-Boşaltmacı Tip: Bu örüntüde düşünmeden hareket eden, saldırgan ve fazlasıyla etkin davranış görülür. Uyarıcı ve temas aramaya etkin bir ilgi ve tedbirsizlik bulunmaktadır. Yıkıcı davranış eğilimi görülebilir; beden alanını işgal etme, sebepsiz yere vurma, bir şeyleri kırma gibi. Bu bireyler çoğunlukla gözüpek ve risk alan diye tanımlanır; hayatta hissetmek için etkinliği ve uyarıcıyı kullanan saldırgan oyunlarla meşgul olur. Ebeveynlik tarzında (çok fazla veya çok az uyarıcı ve bakım biçiminde) sınır koyma zayıfsa, bu örüntü ağırlaşacaktır. Aksine “bol bol tutarlı bakım, sağlam yapı ve sınırlar, tutarlı ve sıcak ilişki fırsatları, etkinlik düzeyinin ayarlanması ve düzenlenmesi, iyi ayarlanmış duyuşsal ve duygusal bağlanma fırsatları esneklik ve uyum sağlama potansiyelini artıracaktır” (Greenspan, 1997b, s. 94-95).

Greenspan’ın Kavramsallaştırmasının Önemi: Greenspan’ın doğuştan gelen düzenleyici süreçler kavramsallaştırması, çağdaş kişilikbilim için hayati öneme haizdir. Öncü eserinde, mizaçsal ya da genetik yatkınlıkların ve bakımverenin tepkilerinin, kişilik gelişiminin potası olarak önemini vurgulamıştır. Örneğin geri çekilmiş, yanıt vermeyen ebeveyni olan düşük tepkisel düzenleyici örüntüye sahip çocuğun içe dönük, kaçınan

ya da şizoid kişilik geliştirmeye eğilimi olacakken, aynı çocuk sempatik bir bakımverenle yönelimlerini normalleştirmeye eğilimli olacaktır.

İlişkisel Bilim

İlişkisel bilim alanında “olağanüstü bir büyüme” yaşandı (Berscheid, 1994, s. 79). “Bugün gözlerinizi kısıp başınızı da şöyle hafif yana eğip baktığınızda, kişilerarası ilişkilerle uğraşan yeni bir bilimin filizlenişini görebilirsiniz” (Berscheid, 1999, s. 260). Davranış biliminin evriminde duygulanım biliminden bile yeni bir olan bir uzmanlık, ilişkilerin deneysel olarak incelenmesini vurgulayan, ilişkisel bilim denen çalışma dalıdır. “İki insan arasındaki ilişki, eşlerden herhangi birinde değil, aralarında meydana gelen etkileşimde yatar. Bu etkileşimin, kişilerarası ‘ilişki’ dediğimiz yaşayan organizmayı yani dinamik sistemi oluşturduğu düşünülebilir” (Berscheid & Lopes, 1997, s. 136). Berscheid (1999) *American Psychologist* dergisindeki yeni ufuklar açan makalesinde, “ilişki biliminin disiplini-
zin coğrafyasını değiştirme potansiyelini” savundu (s. 260). Berscheid, ilişkiler üzerine çalışmanın yeni bir bilimsel disiplin düzeyine yükselmesinin “psikoloji içinde bütünleştirici bir güç” sağlayacağına inanır (s. 261). Bu hareket ABD psikolojisindeki bireyselci yönelimi aşmaya çalışmaktadır. Berscheid makalesinde şunları yazar: “Geleneksel olarak psikoloji en azın iki açıdan bireyselci olageldi: Birincisi, psikologlar genellikle tek bir bireyin davranışlarını yöneten yasaları arar; ikincisi, bireyin davranışlarının nedenlerini ararken genellikle bireyin içine bakar. Tutumlar, kişilik özellikleri, beceriler, yetenekler, genler ve psikologlar tarafından araştırılan diğer birçok neden bireyin içindedir. Dahası, bu nedenlerin fiziksel, çoğu zaman nörofizyolojik birtakım temsillerinin olduğu varsayılır ama bu maddi temsilin açıkça kuramlarımıza dahil edildiği pek görülmez” (s. 261). İlişkiyi çalışan akademisyenler, etkileşimlerle ve birinin davranışının bir başkası üzerindeki etkisiyle daha fazla ilgilenir. Çalışmanın odağı bireyden ziyade ilişkidir. İlişkisel bilim ikiliyi ya da sistemi çözümlemeye yöneltilmiştir (Berscheid & Reis, 1998). Bu nedenle araştırmacılar “iki kişinin etkileşiminde gözlenen etkinin salınımlı ritmiyle” (Berscheid & Reis, 1998, s. 261) ya da istikrarsız ikililerde meydana gelen üçgensel ilişkilerle ilgilenir.

İlişkisel Matriks

Kendilik ve Öteki Temsilleri ve İlişki Şemaları: Diğerleriyle sahip olduğumuz ilişkilerin kendimizi algılama tarzımızı etkilediğinin kanıtları bulunmaktadır (Berscheid, 1994). Berscheid'in yaptığı Gergen (1991) ve Ogilvie ve Ashmore (1991) incelemeleri, kendiliğin kavramsallaştırmalarının farklı farklı durumlarda istikrarlı olmayabileceğini ve herhangi bir öz kimliğin ya da tek kavramsallaştırmanın sürdürülemeyebileceğini akla getirir. Dolayısıyla kendilik-öteki temsilleri yararlı bir analiz birimi olabilir. Berscheid'in ele aldığı bir başka terim olan "ilişkisel şemayı" getiren Planalp (1987), makalelerinde, bireylerin yakın ilişkilerdeki etkileşim örüntülerini temsil eden şemaları nasıl oluşturduğunu tartışır.

Berscheid (1994) aşk, kıskançlık, sosyal destek ve ilişkilerin dağılma etmenleri konularına gösterilen gitgide artan dikkate de değinir. İlişkisel bilimciler, yakın ilişkilerde duyguların nasıl deneyimlendiğini de inceler. Çünkü yakın ilişkiler, bireylerin yoğun duyguları deneyimlediği esas bağlamdır ve bu verimli bir araştırma hattıdır. Kuramcılar ve klinisyenler tarafından sık sık sorulan soru, yakın olmanın ne anlama geldiğidir. İlk adım olarak Berscheid ve Ammazzalorso (2001) ilişkiyi tanımlar: "İki insandan birinin davranışı diğerininkini etkiliyorsa ve tersi de geçerliyse, bu iki kişi *etkileşimde* bulunmaktadır. Buradan anlaşıldığı üzere, ilişkinin özü, partnerlerin etkileşimlerindeki salınımlı etki ritmidir. İki insan hiç etkileşimde bulunmazsa bir ilişkileri yoktur; nadiren etkileşimde bulunuyorlarsa pek bir ilişkileri yoktur; sık sık etkileşimde bulunuyor ve birbirlerinin davranışlarını etkiliyorlarsa, birçok ilişkisel akademisyenin bakış açısından, aralarında bir ilişki vardır" (s. 309-310).

Yakınlık ve Samimiyet: Yakınlık ya da samimiyet, psikoterapiyle ilgili yazında terimleştirildiği haliyle, disiplinler arası bir kavramdır. Samimiyet, klinik yazında uzun uzadıya tartışıldı ama çok fazla bilimsel itibar gösterilmedi. Berscheid ve Ammazzalorso (2001) yakın ilişkiyi, her bir partnerin davranışında yansımaları bulan etkileşim örüntülerinin birbirine son derece bağlı olduğu ilişki olarak tanımladı. Karşılıklı bağımlılığın ve yakınlığın değerlendirmesi, dolayısıyla şunları göz önünde bulundurur: "Birincisi, etkileşimin örüntüsü partnerlerin sık sık birbirlerinin davranışlarını etkilediğini açığa çıkarır; ikincisi, birbirlerinin çeşitli davranışlarını etkilerler (yani, partnerlerinin birçok farklı etkinlik türünü etkiler-

ler, örneğin sadece boş zaman etkinliklerini değil); üçüncüsü, gözlemlenen her seferinde, partnerleri üzerinde *güçlü* bir etkileri vardır; son olarak, bu üç nitelik çiftin etkileşimi örüntüsünde nispeten *uzun zaman* boyunca görülür” (s. 6).

İlişki-İçinde-Duygu Modeli: Berscheid (1983) ve Berscheid ve Ammazalorso (baskı aşamasında), yoğun duyguların neden yakın ilişki ortamında daha sık olduğunu anlamaya ve bu “sıcak” duyguların ne zaman olabileceğini öngörmeye çalışarak, ilişki-içinde-duygu modeli (İDM) ortaya koydu. Yazarlar, yakın ilişkilerin “daha az yakın ilişkilerden farklı olarak, yoğun duyguları deneyimlemek için verimli bir zemin” olduğuna inanır (Berscheid & Ammazalorso, 2001, s. 317). İlişki ya da partner hakkında uzun süredir sahip olunan beklentiler ihlal edildiğinde, yoğun duyguların deneyimlenmesinin koşulları yaratılır. Yakın ilişki içinde olduğumuz kişiler hakkında sahip olduğumuz bu beklentiler ilişki şeması üzerine temellenir. Bunlar, geçmiş deneyimlerden ve diğer insanların ilişkilerini gözlemlemekten çıkarsanır. Zaman zaman bu beklentiler kültürel olarak damıtılır, bir kocanın karısının nasıl olması gerektiğini imgelemesinde olduğu gibi. Yazarlar, bu beklentilerin daima farkında olmadığımızı ve bu beklentiler ihlal edildiğinde güçlü duygularla tepki gösterebilesek bile, birçoklarımızın ilişkilerimizde sahip olduğumuz bu beklentileri söze dökmekte güçlük çektiğimizi söyler. “Kısacası, her ilişkinin yüzeyinin altında, partnerlerin birbirlerinin davranışlarına ilişkin sahip olduğu beklentilerden örülü bir ağ yer alır. Bu beklentiler, partnerlerin eylemlerini ve tasarılarını, kendilerinin ve diğerinin refahını azamileştirmek için koordine etmesine imkan verir” (Berscheid & Ammazalorso, 2001, s. 319). Bu nedenle “beklentilerin sayısı arttıkça ve bu beklentilere daha güçlü sahip çıkıldıkça, duygu potansiyeli artar; gerçi bu potansiyel bir ilişkinin yaşam süresi boyunca hiçbir zaman gerçekleşmeyebilir, çünkü bu beklentiler hiçbir zaman boşa çıkarılmayabilir” (s. 319).

Bu İDM modeline göre, üçüncü bir kişinin tehdidi ortaya çıktığında, çok yakın ilişkidekilerin, o kadar yakın olmayan ilişkidekilere kıyasla daha yoğun kıskançlık deneyimlemesi olasıdır. Berscheid ve Ammazalorso (2001) kuramsal öngörülerini desteklemek için birçok çalışmayı alıntılar. Ayrıca kıskançlık tepkisi olasılığını üç etmen üzerine temellendirirler: (1) ilişkideki yakınlık derecesi, (2) ikame bir partnerin ne kadar erişilebilir

olduğu, (3) üçüncü kişinin ilişkinin sürekliliğine karşı oluşturduğu tehdit düzeyi.

Genel Sistemler Kuramının Etkisi ve Aile Terapisinin Gelişimi

Davranış bilimlerine uygulanabilen, 20. yüzyılın bilim tarihindeki en heyecan verici gelişmelerden biri, daha derinlemesine Onuncu Bölümde ele alınan, genel sistemler kuramının gelişimiydi (von Bertalanffy, 1968). Gregory Bateson, 1950'lerin başında, genel sistemler kuramını şizofrenik ailelerdeki iletişim örüntülerinin incelenmesine uyguladı. İletişim kuramı, evrim, sibernetik ve ekoloji alanlarında geniş ilgisi ve bilgisi olan ünlü antropolog Bateson, Rockefeller Vakfı'ndan iletişim kuramını çalışmak için büyük bir bağış aldı. İletişim alanında eğitim görmüş olan Jay Haley'i, kültürel antropolojiye ilgili bir kimyager olan John Weakland'i, Harry Stack Sullivan'ın süpervizörlüğünü yaptığı psikiyatrist Don Jackson'ı içeren disiplinlerarası bir ekiple, Bateson çifte açmaz iletişim kavramını geliştirdi (Guerin & Chabot, 1992). Çalışmalarının sonucu olarak, çifte açmazın altı temel özelliğini belirlediler:

1. İki ya da daha fazla kişinin yer aldığı önemli bir ilişki vardır.
2. İlişki tekrarlanan bir deneyimdir.
3. İlk söylenen ile çelişen ama daha soyut düzeyde kalan birincil olumsuz emir verilir. Bu emirin yanı sıra bir tehdit algısı vardır. Bu ikinci verilen emir genelde sözsüz olup, bir eşin öbürünün emirini olumsuzlamasını içerir.
4. İlkiyle çelişen ama daha soyut düzeyde kalan ikinci bir emir verilir. Bu emirin yanı sıra da bir tehdit algısı vardır. Bu ikinci emir genelde sözsüz olup, bir eşin öbürünün emirini olumsuzlamasını içerir.
5. Üçüncü düzeyde bir olumsuz emir daha vardır; alandan kaçmayı yasaklar ve bir yanıt talep eder.
6. Kurban dünyayı çifte açmaz üzerinden görmeye şartlandığında, her koşulun var olması gerekmez, tek bir şartın gerçekleşmesi bile panik veya hiddet tetiklemeye yeter.

Her ne kadar şizofreninin çifte açmaz kuramı gözden düşmüş ve günümüz psikiyatrisi bu bozukluk için nörobiyolojik bir temel kurmuş olsa da, Bateson ve araştırma ekibinin çalışması aile terapisi hareketini başlattı. Muhtemelen daha büyük bir öneme sahip olan olgu, iletişim örüntülerinin ailenin işlevsizliğinde rol oynadığı fikrini geliştirmeye ve genişletmeye başlamış olmalarıydı (Magnavita, 2000). Bateson'un iletişim ile davranışın eşanlı olduğu inancı homeostaz [denge] kavramını barındırır; bu kavramın ailelere uygulanmasından çıkan sonuç, değişime direnildiği ve bazı aile üyelerine duygusal acı çektirse de statükonun sürdürüldüğü yönündedir (Guerin & Chabot, 1992).

İşlevsiz Kişilik Sistemleri: Bazı aile sistemlerinin, üyelerinde yüksek düzeyde kişilik bozukluğu meydana getirdiği görülür ve hatta bu bozukluklar kuşaklar boyunca aktarılır (Magnavita, 2000). Greenspan (1997b) birden çok sorun barındıran ailelerle yaptığı çalışmayı yorumlar: “Çocuğun ihmal edilmesinden eşin kötü muamele görmesine, alkolizmden uyuşturucu bağımlılığına, neredeyse akla gelen tüm sorunları barındıran bu ailelerde, ebeveynler çocuğun her bir gelişim aşamasındaki duygusal gereksinimlerini karşılamada başarısız olduğu ölçüde, çocuk da bilişsel ve sosyal becerilerini geliştirmede başarısız olur” (s. 10).

Öznelerarasılık: Öznelerarasılık çalışması, farklı gelişimsel hatlar boyunca, öncelikli olarak psikanalizden ortaya çıktı. Burada belirtilmesinin sebebi, ilişkisel bilimin gelişimleri ve katkılarıyla birçok benzerlik taşımasıdır. Öznelerarasılık, terapist-danışan ilişkisinde olduğu gibi, ikili ilişkilerde meydana gelen karşılıklı anlam üretmeyi anlatır. Dolayısıyla fiili olarak, kişilerarası alanda ortaya çıkan üçüncü bir gerçeklik bulunmaktadır. Bu fikir, bilimsel gözlemci olarak analistin “nesnelliğine” meydan okur. Kendiliğe dair tek bir gerçeklikten ziyade, yakın ilişkilerde birlikte inşa edilen birden çok gerçeklik ve kendilik bulunmaktadır.

Sosyobiyooloji/Evrimsel Psikoloji

Psikoloji alanında yakın zamanda ortaya çıkan ve tartışma yaratan, kişilik çalışmalarına da uygulanabilen bir gelişme, sosyobiyooloji alanından doğan yeni evrimsel psikoloji alt disiplini (Wilson, 1975). D. M. Buss (1984), kişiliği anlamak için, Darwin'in (1859) **doğal seçim** ilkeleri ve **en uygun olanın hayatta kalması** üzerine temellenen bir evrimsel mo-

del önerdi. Evrimsel açıdan yaklaşan Buss, uyum sağlamaların ve onların yan ürünlerinin, insan doğasının özünü anlamamıza yardım edebileceğini ileri sürdü. İnsan doğasının betimlenebileceğini, açıklanabileceğini ve “tüm psikolojik kuramların insanın bir doğası olduğunu ima ettiğini” öne sürdü (s. 36). Evrimsel psikologlar zihnin anlaşılabilmesine ve “zihni eklem yerlerinden parçalayabilmek için” evrilmiş psikolojik mekanizmalara bölmek gerektiğine inanır (bkz. D. M. Buss, 1984, s. 1135). Buss (1999) şöyle yazar: “Bu evrimsel analizin, insan doğasına dair kişilik kuramları için derin etkileri vardır. Kuramcıların bütün insanlarda ortak olan güdüler, hedefleri, arayışları bulmasına rehberlik eden keskin bir keşif aracı sağlar. En genel düzeyde, temel tanım itibariyle, *ancak* tarihsel olarak insanın atalarının hayatta kalmasına ve üremesine katkıda bulunan yönsel eğilimlerin evrilmiş olabileceğini ileri sürer” (s. 42).

Evrimsel Süreç

Evrimsel biyolojinin ve kardeş disiplini sosyobiyojinin (Wilson, 1975) birçok polemige yol açtığı belirtilmelidir (Pinker, 1997). Daha önceden, mükemmel ailenin genetik mühendisliğine dayanan öjeni hareketini ele almıştık. Sosyobiyoji bilimsel topluluğa çarptığında, doğaya karşı çevreyi/yetiştirmeyi öne çıkaran hâkim model, sosyobiyologlara vahşice saldırdı (Pinker, 1997). Pinker hakikat arayışında entelektüel özgürlüğü benimsese de, şunları yazar: “Sözünü ettiğim, bilim insanlarının fildişi kulelerinde, ahlaki ve siyasi düşüncelere kafa yormadan hakikati aramaları gerektiği değildir. Bir başka yaşayan varlığı içeren her insan edimi hem psikolojinin konusudur hem de ahlak felsefesinin konusudur ve her ikisi de önemlidir. Ama bunlar aynı şey değildir. Ahlaki sorunlar gündeme geldiğinde ahlaki tartışmalar yapmaya isteksizlik, bu entelektüel tembellik insan doğası üzerine tartışmaları bulandırmaktadır. Haklar ve değerler ilkelerinden akıl yürütmek yerine, genel eğilim, raftan bir ahlak paketi çıkarmak (genellikle Yeni Sol ya da Marksist) ya da insan doğasına dair kendimizi iyi hissettiren bir resim çizmektir ki bunlar bizi ahlak sorunlarını tartışmaktan tamamen kurtarır” (s. 47).

Psikolojiye uygulanan evrimsel model ardı ardına tartışmalara neden olmuştur; bilimsel tetkiklerden alınının akıyla geçecek mi yoksa frenoloji “bilimi” gibi havlu mu atacak, bunu kestirmek güçtür. Eş seçimi, hatta tecavüz gibi çeşitli davranışsal örüntüleri açıklamakta bu modelin kulla-

nılması oldukça tartışmalı olmuştur. Örneğin evrimsel psikologlar tarafından ortaya konan yeni teoriler, tecavüzün seks değil bir iktidar ve saldırganlık edimi olduğuna dair geniş kabul gören inancı tersine çevirmeye girişir (Goode, 2000).

Klinik Bilim

Klinik psikolojinin ve psikiyatrinin evrimi, kişilik kuramının gelişmesinde ve biçimlenmesinde aşırı derecede etkili olmuştur. Gerçekten de, bu metinde gözden geçirilen geleneksel ve çağdaş kişilik kuramları, anormal psikolojinin, klinik psikolojinin ve psikiyatrinin potasında geliştirildi. Bozuklukları olan bireylerin incelenmesinden, kişilik hakkında birçok şey öğrendik.

Bozulmuş Zihin/Beyin

“Dünya üzerinde bulduğumuz şeylerin içinde, *delilik*, çağlar boyunca tanımlaması en güç olanlardan biri olmuştur. Deliliği tanımlamanın doğasında bulunan muğlaklıkları ve çelişkiyi açıklamayı amaçlayan çeşitli *politik* ve *sosyolojik* açıklama sunulmuştur” (Hundert, 1990, s. 157). Anormal psikolojiye ilgi ve bunun çalışılması kişiliğe ilginin gelişmesi için zemin hazırladı. Zihinsel bozuklukların sınıflandırılması alanında çalışan psikiyatrist Emil Kraepelin (1904), ilk psikopatoloji kategorilendirmelerinde önemli ilerlemeler kaydetti. İlk çabası, şizofreniyi manik depresif hastalıktan ve sonra kişilik bozukluklarından farklılaştırmaya yönelikti. Onun çalışmaları, zihinsel bozuklukların ilk modern sınıflandırmasını sunarak, psikopatoloji ve anormal psikoloji alanının başlangıcını oluşturdu. Zamanın bir başka nesnel-betimsel psikiyatristi Bleuler (1911), “belli psikotik hastalıkların kanıtını bedensel hareketlerde ve konuşma akışlarında aradı. (...) şizofrenik hastaların konuşmasını betimlemek için ‘çağrışımlarda gevşeme’ terimini devreye soktu, bunun şizofrenide ‘kavramsal sınırların silikleştiğini’ açığa çıkardığını ileri sürdü” (Hundert, 1990, s. 167).

Modern Kişilik Kuramının Bileşenlerini Bütünleştirmek

Okuyucuya mevcut kişilik kuramlarının gelişimi için bir bağlam verebilmek adına belli başlı ilişkili disiplinleri kısaltılmış olarak sundum. Şimdi, bu bileşenlerin çağdaş kişilik modellerini inşa etmemize nasıl imkan verdiğini anlamak gerekir (bkz. Tablo 4.1). Böylece 20. yüzyılın başında meydana gelen çığır açıcı gelişmelerin izini sürme ve yeni kuramsal modellerin ortaya çıkışında onların yerini anlama imkanımız olacaktır. Gözden geçirdiğimiz bilimsel disiplinlerin ayrı ayrı ele alınmasının aşırı basitleştirici olduğunu ama okuyucunun gerekli malzemeyi özümsemesi için yapıldığını belirtelim. Aslında bir daldan diğerine, birçok çakışan ve birbirini kesen çalışma hattı bulunmaktadır. Örneğin duyguların çalışılması sadece duygulanım bilimine havale edilmemiştir; okuyucu ilişkisel bilimin de ilişkilerin duygusal yönlerini açıklamak için kavramı kullandığını gördü. Alanın büyük bir kısmı aslında disiplinlerarasıdır ve bu bütünleştirici bakış açısı, bilimsel kuramlaştırmada muhtemelen en yararlı ilerlemelerden biridir. Berscheid ve Reis (1998) ilişkisel bilim bakış açısından yorumladı: “Kişilerarası ilişkiler biliminin karakteri uluslararası ve çokdisiplinlidir” (s. 194).

Tablo 4.1 Modern Kişilik Kuramının Bileşenleri: Karşılıklı Olarak İlişkili Disiplinler

Birincil Disiplinler	İkincil Disiplinler
Bilişsel bilim	Antropoloji
Duygulanım bilimi	Sanat/Edebiyat
Sinirbilim	İktisat
İlişkisel bilim	Sosyoloji
Gelişimsel bilim	Siyaset bilimi
Psikolojik Bilimin Alt Disiplinleri	
Evrimsel psikoloji	
Klinik psikoloji ve psikiyatri	
Anormal psikoloji ve psikopatoloji	
Sosyal psikoloji	
İstatistik	

Kişilik Kuramında ve İnsan Doğasını Anlamada Bilgi Birlikteliğine Doğru

Wilson (1998) *Consilience* [Bilgi Birlikteliği] adlı yenilikçi kitabında, birleşmiş bir bilgi kuramı sunmaya girişti. Bu büyük girişim, bilimin tüm alanlarını tutarlı ve uyumlu bir bütün içinde ilişkilendirmeyi amaçlayan yararlı bir entelektüel ve bilimsel çabadır. Kişilikbilim, bu bölümde gözden geçirilen çeşitli araştırma alanlarının yakınsamasıyla tür bir bilgi birlikteliğinin günümüzde olanaklı görüldüğü bir alandır.

Bütünleştirmeci Bakış Açısı Gerekliyor: Millon (1990) şunları yazar: “Bütünleştirici ahenk (...) görünüşte farklı olan bilimlerle sınırlı bir arzu değildir, her bilimin altındaki alanlarda da ulaşılmaya değer bir hedeftir (s. 12). Pinker (1997) insan türünü ve iş başında olan etmenlerin çokluğunu anlamak için neyin gerekli olduğunu özetler: “Bilim çağında, ‘anlamak’ demek, davranışı aşağıdakiler arasındaki karmaşık bir etkileşim olarak açıklamaya çalışmak demektir: (1) genler, (2) beynin anatomisi, (3) beynin biyokimyasal durumu, (4) kişinin aile içindeki yetiştirilişi, (5) toplumun ona muamele biçimi, (6) kişiyi etkilen uyaran. Elbette, hatalarımızın kaynağını bulmak ve kaderimizin efendisi olmadığımız iddiasını desteklemek için sadece yıldızlara ya da genlere değil, bu etmenlerin *her birine* uygunsuz biçimde başvuruldu” (s. 53).

Özet

Bu bölüm, kişilikbilim alanını biçimlendiren, yeni ufuklar açan gelişmeleri ve bilimsel çabaları gözden geçirdi. Descartes ve bilimin diğer filozofları, bilimsel devrime neden olan yeni bir felsefi bakış açısı önerdi. Descartes bilim için bir model olarak hizmet edebilecek ve onu teolojiden ayıracak zihin-beden ikiliğini önerdi. Zihnin nasıl çalıştığını ve başka hiçbir bir türün olmadığı kadar kendimizin farkında olmamızı neyin sağladığını anlama çabaları, bilincin yeni bir ilgiyle araştırılmasına yol açtı. Yeni disiplinler ve araştırma alanları, kişilik kuramı anlayışımıza çok şey katmaktadır. Bilişsel bilimde bilgisayar modellerinin kullanılması devrimi, davranışçılığın uyaran-yanıt modelinden paradigmatik bir sıçramaya neden olarak bilişin aracılık etme yönünü resme dahil etti. Sinirbilimde yeni bulgular ve teknikler beynin işleyişlerine ışık tuttu ve frenolojinin ilk çıkardığı haritayı andıran bir beyin işlevleri haritası çıkardı. Darwin’in 19.

yüzyıldaki çalışmalarıyla duygulanım bilimine yönelik ilginin canlanması, davranışlarımızın birçoğuna rehberlik eden ve yönlendiren duygusal sistemler hakkında araştırmalar yapılmasına yol açtı. Gelişimsel bilim mi-zaç, bağlanma, ayrılma ve kaybın önemini inceler. Hızlı bir büyüme evre-sinde olan yeni ilişkisel bilim disiplini, ikili ve üçlü ilişkileri öne çıkara-rak, bireyselci kişilik modelini kişilerarası ilişkileri ve karmaşık sistemleri kapsayacak şekilde genişletti. Pek çok alanda örtüşen bu yeni disiplinler, insan türünün doğasını ve her kişiyi benzersiz kılan bireysel farklılıkları anlama arayışında kişilik araştırmacılarına ve kuramcılarına yeni bilgi pınarları sağladı. Kişiliği oluşturan bu sistemler, modern kapsamlı kişilik kuramının esas tuğlalarıdır. Her bakış açısının kişiliğin kavranmasına açtığı yeni pencereler, bu metnin geri kalanında sunulan kuramsal mo-delleri zenginleştirir.

Okuma Önerileri

- Damasio, A. (1999). *The feeling of what happens: Body and emotion in the ma-king of consciousness*. New York: Harcourt Brace.
- Ekman, P. & Davidson, R. J. (Eds.). (1994). *The nature of emotion: Fundamen-tal questions*. New York: Oxford University Press.
- National Institute of Mental Health. (1995). *The neuroscience of mental he-alth: II. A report on neuroscience research: Status and potential for mental health and mental illness*. Rockville, MD: U.S. Department of Health and Human Services. (E-mail: nimhinfo@nih.gov).
- Redfield Jamison, K. (1995). *An unquiet mind: Memoir of moods and madness*. New York: Alfred A. Knopf; Türkçesi: *Durulmayan Bir Kafa*, çev. Pınar Kür, Oğlak Yay., 8. baskı, 2014.

ÇAĞDAŞ KİŞİLİK MODELLERİ

Psikobiyolojik Kişilik Modelleri

Giriş

Belli Başlı Tarihsel Şahsiyetler

Ivan Petroviç Pavlov

Donald O. Hebb

Kramer'in Stres-Ateşleme Modeli

Ayrılma

Stres

Ateşleme

Saldırganlığın Biyolojik Temeli

Mizaç Modelleri

Thomas ve Chess'in Modeli

Uyuşma Düzeyi Modeli

Buss ve Plomin'in Modeli

Depue'nun Üç Etmenli Modeli

Cloninger'in Birleştirilmiş Biyososyal Kişilik Kuramı

Siever'in Boyutsal Modeli

Nörobiyolojik Etmensel ve Boyutsal Modellerin Özeti

Klein'in Kimyasal Teşrih Modeli

Duygulanım Uyarımı ve Travmanın Nörobiyolojisi

Duygulanım Deneyimi ve Beyin Yapısı

Kişilerarası Deneyim

Kişiliğin Nörodinamikleri

Davranışsal Genetik

Kalıtsallık

Çevresel Etmenler ve Kişilik

Kişilikle İlişkili Genleri Saptamak

Kişilik üzerine Genetik Araştırmalarda Dönüm Noktası

İnsan Genomu

Genetik Becerileri Başkalaştırmak

Genetik ve Çevre Arasındaki Etkileşim

Sinirbilimin Katkısı

Biyopsikososyal Modellerin İlkeleri

Felsefi Destekler ve Varsayımlar
Normal-Anormal Farkıyla İlgili Görüşler
Değerlendirme Stratejileri ve Araçları
Modelin Uygulaması
Modelin Güçlü Yönleri ve Sınırları
Özet
Okuma ve Dinleme Önerileri

Giriş

Bu bölümle, çağdaş kişilik modellerine başlıyoruz. **Psikobiyolojik sistem** birçok çağdaş model için temel niteliğinde olduğundan, bu kısma onunla başlamak mantıklı görünür. Neredeyse bütün çağdaş kişilik modelleri, mizaç farklılıklarında ve biyo-kimyasal duygulanım sistemlerinde biyolojik alt tabakanın varlığını açıkça tanır. İnsan türü, özünde biyolojiktir ve davranışlarımız, merkezi sinir sisteminin evrimsel olarak biçimlendirilmiş sınırlamalarından büyük ölçüde etkilenir. Soru şu ki, nörobiyolojik bir model kendi başına karmaşık kişilik görüngülerini makul bir şekilde açıklayabilir mi, yoksa bu modelin açıklama gücü ve kapsamı daima sınırlı mı kalır? “Zihin-beden tartışmasının merkezinde yer alan muamma şudur; dokulardan oluşan bir kütle içindeki hücrelerinin ateşlenmesi nasıl oluyor da bir zihin meydana getiriyor ve bu zihin kendisine dair farkındalık geliştirebiliyor, turuncu rengi ayırt edebiliyor, gurur hissini taşıyabiliyor ve özne olmayı deneyimleyebiliyor?” (Robins ve diğ., 1999, s. 456). Deneyimlediğimiz duygu yelpazesini, mizaç farklılıklarını, entelektüel kapasitemizi, sosyal etkileşimlerimizi sinir sistemimizin kapasitesi biçimlendirir. “O halde, en geniş anlamıyla, davranış yapısı, bazı öznel duygusal deneyimleri ve belli uyaranlara verilen açık davranış örüntülerini açığa çıkaran ve güdüleyen nöro-davranışsal-duygusal sistemlerin varlığını yansıtır” (Depue, 1996, s. 348-349).

Kişiliğin biyolojik temelli modelleri, gördüğümüz üzere, yeni olmayıp eski Yunan’daki dört sıvı kuramına dek gidiyorsa da, bu modeller, yirminci yüzyılın son yıllarındaki sinirbilim ve biyolojik psikiyatrideki ilerlemelerle yeniden dirildi. Çoğu zaman tartışmalı olan bu yenilenmiş ilgi, kişiliğin psikobiyolojik kavrayışının peşine düşme azmini körükledi. Bi-

yolojik psikiyatri, genetik ve nöro-psikoloji alanlarındaki belli başlı ilerlemeler, kişilik hakkında en sıkı sarıldığımız fikirlerin birçoğunu yeniden tanımladı ve onlara meydan okudu. Son derece popüler olan kitabı *Listening to Prozac*'ta, Peter Kramer (1993), ilaçlar ve onları kişiliği dönüştürme potansiyeli hakkındaki varsayımlarımızın birçoğuna meydan okudu. Kramer “‘Kişiliğin ilaçlandırılması’ diye adlandırılabilir bir yere doğru yavaş yavaş ilerliyoruz” diye yazdı (s. 37). Yakın gelecekte, beyin bilimi teknolojisinin zihinsel etkinliği etkileyen çeşitli **psikotropik ilaçlarla** kişiliği farmakolojik olarak dönüştürmemize imkan vereceğine inanır; kendisi buna “kozmetik farmakoloji” der. Bu gelişme, çocuk psikolojisi/psikiyatrisi alanında dikkat eksikliği bozukluklarının filizlenmesinde görülebilir. Dikkat ve öğrenmenin “geliştirilmesi” için, psiko-uyaran ilaçlara aşırı itimat edildiği bildiriliyor. Bazı vakalarda, ebeveynler ve öğretmenler, önceden normal aralıkta kabul edilen davranışı biçimlendirmek için hemen ilaç talep ediveriyor. Kramer’in öngörüsü doğruysa, bir noktada, edilgen ve utangaç bir kişiliğe sahip biri mahallesindeki **psikofarmakoloğa** gidecek (psikotropik ilaç kullanımında uzmanlaşmış bir sağlık uzmanı), ne tür kişisel özellikler arzulandığını söyleyecek, sonra da bu özellikleri etkileyecek uygun ilaç kombinasyonunu alıp çıkabilecektir. Özdisiplin gerekliliği, yeniden öğrenme, davranışta ve kişilikte değişiklik yapmanın varoluşsal kaygısı tarih olabilir.

“Genel nöro-davranışsal-duygusal sistemin temel yapısını tanımlamak, kişilik özelliklerinin yapısı için örnek oluşturacaksa, büyük önem taşır” (Depue, 1996, s. 350). İnsanların çevresel uyaranlara karşı farklı farklı nörokimyasal temelli yatkınlıkları olabilir; bunlar duyguların farklı farklı deneyimlenmesine ve ifade edilmesine yol açar. Ele aldığımız üzere, duygusal sistemler “insan davranışının istikrarlı örüntülerinin -ya da basitçe ifade edecek olursak, kişiliğin- belli başlı yapısal bileşenleri”dir (s. 352-353). Duygulanım düzensizliğine yatkın istikrarsız duygusal sistemlere sahip bireyler, yahut aşırı utangaçlığa ya da kaygıya meyilli olanlar çeşitli kişilik tarzlarına yönelecektir ya da, daha ağır vakalarda, kişilik bozukluğuna yatkın olacaktır.

Ivan Petroviç Pavlov

Rus psikolog, Ivan Pavlov (1849-1936), “doğa biliminin olağan yöntemleri aracılığıyla” kişiliğin psikobiyolojik bağıntılarını anlamaya kalkışan öncülerden biridir (Pickering & Gray, 1999, s. 277). Pavlov **klasik koşullandırma** paradigmasını keşfiyle ve açığa çıkarmasıyla, öğrenmenin nörobiyolojik temel ilkelerinin bazıları hakkındaki kavrayışımızı ilerletti. Pavlov’un (1927) köpekler üzerindeki deneyleri, tükürük salgılama gibi otomatik işlevlerin koşullandırılabilceğini gösterdi. Bu örnekte besin **koşullandırılmamış uyarı**, tükürük salgılama da **koşullandırılmamış yanıt**tır. **Nötr bir uyarı** olan zil, bir dizi denemede besinle geçici olarak eşleştirildiğinde, tek başına zil tükürük salgılama yanıtını, yani **koşullandırılmış yanıt** üretecektir. Pavlov’un deneyi, koşullandırılmanın temel biyolojik yanıt örüntülerini çağrışımsal öğrenme yoluyla nasıl dönüştürdüğünü açıkça gösterdi. Pavlov, davranışçılığın gelişimi ve davranışçı kişilik modelleri üzerinde önemli etki yarattı.

Donald O. Hebb

Kanadalı psikolog Donald Hebb (1949) beynin nasıl öğrendiği konusunda basit bir fikir geliştirdi. *The Organization of Behavior: A Neuropsychological Theory* [Davranışın Örgütlenmesi: Nöropsikolojik Bir Teori] adlı dönüm noktası niteliğindeki kitabında, Hebb, kişiliğin hâlihazırda nörobiyolojik modellerinin birçoğunun temellerini attı. Hebb’in öğrenme kuralı, iki sinirin sinapsı güçlendirecek şekilde eşzamanlı etkinleşmesi halinde anı üretildiğini öne sürdü. Bu basit ama şık kuralla, Hebb, belleğin nasıl yerleştiğini ve öğrenmenin nöron düzeyinde meydana geldiğini aydınlatılabildi. Bu araştırmayı ilerleten diğerleri, düşük düzeyde elektriksel uyarılarla sinaptik bağlantıların nasıl güçlendirilebileceğini ya da zayıflatılabileceğini gösterdi.

Kramer’in Stres-Ateşleme Modeli

Kramer (1993) kişiliğin nörobiyolojisine depresyon merceğinden yaklaşır. Farmakolojik ajanların, özellikle Prozac’ın, depresyondakilerin kişiliğinde değişimlere nasıl yol açabildiğini inceledi. Deneyimli bir klinik

psikiyatrist ve klinik görüngülerin iyi bir gözlemcisi olan Kramer, hastalarının ıstırabının ve kişiliklerinde eksik gibi görünen bir şeyi aradıklarının farkındaydı. Kramer'in modeli mevcut sinirbilim araştırmalarından gelen engin bilgiler ve klinik veriler üzerine temellendi. Modelin birbirine bağlı üç önemli bileşeni vardır ve bu bileşenler için de ikna edici kanıt ve araştırma desteği sunmuştur. Kramer ayrılma, stres ve ateşlemenin biyolojisi konularında araştırmayı öne çıkarır.

Ayrılma

Harry Harlow'un (Harlow & Zimmerman, 1959) al yanaklı maymunlarla ünlü çalışmaları, anneden ayrılan maymunlara verilen vekil anneler tutunabilecekleri yumuşak malzeme yerine tel örgüden yapılmışsa, anne figüründen ayrılmanın daha fazla hasara neden olacağını sergiledi. Devamı niteliğindeki çalışmalarda Suomi (1991), maymunları akranlarıyla yetiştirerek ve ardından onları toplulukla yeniden bir araya getirerek, ayrılma stresinin daha incelikli biçimlerini sergiledi. Her ne kadar bu maymunlar normal görünse de, daha tutuk ve keşfetmeye daha az isteklidir ve biyokimyasal olarak kademeli olarak artan gerileme gösterir. Akranlarıyla yetişen maymunlar, anneleri tarafından yetiştirilen maymunlara göre, ayrıldıklarında daha yüksek kortizol düzeyi ve anormal norepinefrin düzeyi sergiler. Suomi bu maymunların, sosyal bağlar kesintiye uğradığında reddedilmeye karşı hassasiyet işaretlerini sergilediğini ileri sürdü.

Stres

Bir dizi çalışma stresin etkilerini gösterdi: “Acı, yalıtım, hapsedilme ve kontrolsüzlük beyinde yapısal değişikliklere sürükleyebilir ve aşamalı olarak daha özerk, akut belirtileri ateşleyebilir” (Kramer, 1993, s. 117). Örneğin cinsel istismarın etkileri, tutarlı bir biçimde daha yüksek düzeyde kortizol üretir ve uyaran karşısında kortizol salgılanmasını kolaylaştırır. Buna daha yüksek düzeyde depresyon eşlik eder. Psikolojik stres beta-endorfin, glukokortikoid ve prolaktin gibi belirli hormonlarda azalmaya neden olur. Prolaktinde artış, kadınlar emzirirken meydana gelir. Bu, hamile kalmakta zorlanan bazı kadınların, tatilde rahatladıktan sonra hamile kalmasını da açıklar (Sapolsky, 1998).

Ateşleme

Farelerin ya da maymunların beyinlerinin belirli alanlarına küçük elektrik şokları verilirse, ilk başta gözlemlenebilir hiçbir şey meydana gelmez. Ama uyaran yeniden uygulanırsa, hayvan hafif bir nöbet geçirecektir. Elektrik şokunun ardışık uygulanması durumunda, daha az yoğunlukta şok ile daha fazla nöbet meydana gelecektir. Epilepside bu **ateşleme modeli** (Wada, 1976) birçok bipolar bozukluğa sahip bireyde gözlemlenen aşamalı kötüleşme ve hızlı döngünün anlaşılmasına da uygulandı. “Ateşleme sinir yollarında dramatik etkiler yaratır” (Kramer, 1993, s. 112): Ateşlenen hücreler fiili olarak anatomik değişimden geçer ve bu değişimler ateşleme sürecinde oldukça erken bir aşamada gözlemlenebilir. Kramer bunun nasıl meydana geldiğini betimler: “Bir dizi kimyasal tepkime, akıntı yönündeki hücrenin doğrudan çekirdeğine ulaşır, hücrenin DNA ve RNA’sının karmaşık kimyasal maddeler üretme biçimini etkiler. Bu maddeler, hücrenin diğer sinirlerle yeni bağlantılar kurup kurmayacağını ya da eski bağlantıların kaybolmasına izin verilip verilmeyeceğini belirleyen hormonları içerir. Bazı hücreler ölür; diğerleri ‘filizlenir’ ya da şekil değiştirir. Ateşleme beyindeki bağlantıları yeniden yapılandırır” (s. 112). Bu modeli kullanarak, travma beynin anatomik olarak başkalaşması olarak tercüme edilebilir. Klinik bilimden kanıtları gözden geçirdiğimizde göreceğimiz gibi, psikoterapi de beyindeki anatomik bağlantıları yeniden yapılandırabilir.

Kramer (1993) bu birbiriyle bağlantılı bileşenlerin bir depresyon modelini nasıl oluşturduğunu özetler: “Ateşleme modeli, en azından bir depresyon türünün aşamalı bir durum olduğunu, kendisini açık episotlar biçiminde dışa vurmasından çok önce biyolojik olarak kodlandığını ima eder. Farelerdeki stres araştırması çeşitli psikososyal stres kaynaklarının bu sinsi kodlamayı tetikleyebileceğini ortaya koyar. Maymunlarda ayrılmayı inceleyen araştırmalar da, hayvanların stresle uyarılmış ateşleme seyrinin başlangıcında nasıl görüldüğünü gösterir: geçici, küçük sosyal ketlenme (yenilik karşısında kaygı) hariç, olağan sosyal koşullarda normal görünürler; ama kayba karşı hassasiyetleri yükselmiştir” (s. 122).

Kramer kişiliği, çok dar bir depresyon merceğinden ve hastaların yeni geliştirilmiş antidepresan ilaçlara gözlemlenen tepkisinden ele alsa da, bu araştırma hattı ilgi çekici, hatta tartışmalıdır. Kramer’in kitabı, özünde,

yeni biyolojik psikiyatrinin ve insan davranışına farmakolojik yaklaşımlara yönelik eğilimin kitlesel olarak pazarlanmış bir versiyonudur. Kişiliğin biyolojik temelli bir başka önemli boyutu da saldırganlıktır.

Saldırganlığın Biyolojik Temeli

Hormonlar beynin işleyişini düzenler. Endokrin sistemi, ana salgı bezi olan hipotalamus ve hipofiz bezinin yanı sıra çevresel bezlerin salgıladığı hormonların düzenlenmesinden sorumludur. Erkeklerde testosteron ve saldırganlık arasında bir ilişki olduğu saptanmıştır: Testosteron düzeyi artıkça saldırganlık düzeyi de artar. Erkekler, kadınlara göre daha yüksek testosteron düzeylerine sahiptir ve daha saldırgandır (Sapolsky, 1998). Çeşitli türlerde iyice belgelendiği üzere, kastrasyon testosteronu düşürür ve saldırganlıkta azalmayla sonuçlanır. Steroid kullanan erkekler, testosterondaki artıştan dolayı, aşırı saldırganlıklarıyla bilinir. Bu bulgulara rağmen, erkeklerdeki saldırganlığın düzeyini, testosteron düzeyleriyle öngörmenin bir yolu yoktur. Stres ya da tehlike altında testosteron düzeylerindeki fırlamalar bazı erkeklerde saldırganlığa sebep olurken, bazılarında olmayabilir. Saldırganlıkta, sosyal öğrenme gibi diğer aracılık eden psikolojik etmenlerin olması olasıdır.

Amigdalanın da saldırganlıkta bir rol oynadığından şüphelenilir. Amigdala tahrip edildiğinde, saldırganlık kayda değer bir biçimde azalır; amigdala elektriksel olarak uyarıldığında saldırganlık patlaması meydana gelir. Eskiden çok saldırgan hastaların amigdalasının psikocerrahiyle alınmasını mahkeme emrederdi ama ne yazık ki saldırganlık kayda değer bir biçimde azalmadı. Bu, nörobiyolojik modelin tarihinde karanlık bir lekedir (Sapolsky, 1998).

Mizaç Modelleri

Kişiliğin mizaç modelleri, ileride anlatılacak olan güncel nörobiyolojik modellerin birçoğunun öncüsü olarak görülebilir. Annenin sağlığı, sigara içmesi, çevresel toksinler, beslenme gibi doğum öncesi etmenler ve genetik yatkınlık gibi pek çok biyolojik etmen mizacı etkiler. Kramer (1993) şöyle belirtir: “Çocuk gelişiminden hayvan etnolojisine, betimsel psikiyatriden sosyobiyolojiye çeşitli bakış açılarından araştırmalar, mizacın insanlığın büyük kesiminde kişiliği ve genel psikolojik sağlığı etkileyen

önemli etkenlerden biri olduğuna işaret eder: ketlenmiş, kırılğan, fazlasıyla tepkisel, hafif depresif” (s. 175). Stres hormonları ve nörotransmitterler, mizaç çeşitliliği üzerinde önemli etkiye sahiptir ve mizaç çeşitliliği de diğer birçok sistemi etkiler. Thomas ve Chess (1977) şunları yazdı:

Çocuğun mizacı, ebeveyn davranışlarına ve tutumlarına verdiği yanıtlarını etkiler, ebeveynlerin ona karşı yargılarını ve duygularını biçimlendirmede rol oynar. Kardeş ve akran grubu ilişkileri, okuldaki işlevsellik ve akademik başarı, hastalık ya da diğer özgül strese karşı davranışsal tepkiler - bunların tümü, özgül mizaç eğilimleri tarafından kayda değer bir biçimde etkilenebilir. Mizaç, davranış bozukluklarının organik oluşumu ve evriminde, beyin hasarlı, zihinsel engelli ve bedensel özürlü çocuğun gelişimsel seyrinde rol oynar.

Mizaç özellikleri yetişkinlerin de kişisel ve toplumsal işlevselliğinde, çalışma örüntülerinde ve değişime uyum sağlamasında önemli rol oynar. Çocuğunun geleneksel bir davranış normundan sapmasından sorumlu olduğuna inanmaya yönlendirilmiş anne için, mizacın da rol oynadığı bilgisi, suçluluk ve kaygının ezici yükünü hafifletebilir. (s. 183)

Thomas ve Chess’in Modeli

Önceki bölümde kısaca değinilen Thomas ve Chess (Chess & Thomas, 1986; Thomas & Chess, 1977), birkaç yüz çocuğu doğumlarından ergenliklerinin başına dek gözlemleyerek ve sistematik olarak değerlendirerek dönüm noktası niteliğinde bir eser üretti. Mizacın dokuz kategorisi niceleştirildi ve puanlandı (Thomas & Chess, 1977; Thomas, Chess & Birch, 1968):

1. *Etkinlik düzeyi:* Çocuğun işleyişinde var olan motor bileşen ve günlük etkin-pasif orantısı. Bu kategoriyi puanlarken banyo yapma, yeme oynama, giyinme ve altını değiştirme sırasındaki hareketlilik üzerine protokol verilerin yanı sıra uyku-uyanıklık döngüsü, uzanma, emekleme ve yürüme ile ilgili bilgiler kullanılır [Puanlama: Yüksek, Orta, Düşük]
2. *Ritmiklik (düzenlilik):* Herhangi bir işlevin öngörülebilirliği ve/ya öngörülemezliği. Uyku-uyanıklık döngüsü, açlık, beslenme örüntü-

sü ve boşaltım düzeni ile ilişkili olarak analiz edilebilir. [Puanlama: Düzenli, Değişken, Düzensiz]

3. Yaklaşma ya da geri çekilme: Yeni bir uyarana -ister yeni bir yiyecek, yeni oyuncak ya da yeni bir kişi olsun- karşı ilk yanıtın niteliği. İster duygudurum ifadeleri (gülümseme, sözcüklerle ifade etme vb.) isterse de motor etkinlikleri (yeni bir yiyeceği çiğnemek, yeni bir oyuncuğa uzanmak, etkin oyun vb.) olsun, yaklaşma yanıtları olumludur. Geri çekilme tepkileri, ister duygudurum ifadeleri (ağlama, yaygara koparma, yüzünü ekşitme, sözcüklerle ifade etme vb.) isterse de motor etkinlikleri (uzaklaşma, yeni yiyeceği tükürmek, yeni oyuncuğu uzağa itmek vb.) olsun, olumsuzdur. [Puanlama: Yaklaşma, Değişken, Geri Çekilme]
4. Uyum sağlama: Yeni ya da değişmiş durumlara yanıtlar. İlk yanıtların niteliğiyle değil, yanıtların arzu edilen yönde ne kadar rahat değiştirilebildiğiyle ilgilenilir [Puanlama: Uyum sağlayabilir, Değişken, Uyum sağlayamaz]
5. Yanıt verme eşiği: Fark edilebilir bir yanıt uyandırmak için gereken uyarının yoğunluk düzeyi; yanıtın biçiminden veya hangi duysal boyutta olduğundan bağımsızdır. Kullanılan davranışlar duysal uyarılar, çevredeki nesneler ve sosyal temasla ilgili olanlardır. [Puanlama: Yüksek, Orta, Düşük]
6. Tepkinin yoğunluğu: Niteliğinden ve yönünden bağımsız olarak yanıtın enerji düzeyi. [Puanlama: Olumlu, Değişken, Olumsuz]
7. Duygudurum niteliği: Sevimsiz, ağlama ve dostça olmayan davranışlara karşıt olarak, sevimli, neşeli ve dostça davranışların miktarı. [Puanlama: Olumlu, Değişken, Olumsuz]
8. Dikkat dağınıklığı: Konu dışı çevresel uyarıların, süregiden davranışın yönünü etkileme veya değiştirme düzeyi. [Puanlama: Evet (dikkati dağılabilir), Değişken, Hayır (dikkati dağılmaz)]
9. Dikkat aralığı ve azim/sebat: İki kategori, birbiriyle ilişkili. Dikkat aralığı, çocuğun belli bir etkinliği takip etme süresiyle ilgilidir. Sebat, bir etkinliğin gidişatının önündeki engeller karşısında etkinli-

ğın sürdürülmesini anlatır. [Puanlama: Evet (Sebatkâr), Değişken, Hayır (Sebatkâr değil)] (Thomas & Chess, 1977, s. 21-22).

Çalışmaları sırasında, bebeklerin ilk aylarında bile fark edilebilir örüntüler sergilediğini gözlemlediler. Bu birden çok çocuğu olan ebeveynlerin birçoğunun bildiğini destekleyen önemli bir bulguydu: çocukların eşit doğmadığı; bazı çocukların doğuştan talepkâr ve zor yatıştırılabilen mizaçta, bazılarının kolayca yatıştırılabilir ve annenin sağladığı girdiye yanıt verebilir olduğudur. Thomas ve Chess dokuz etmeni iki merkezi etmene indirgeyebildi: etkinlik örüntüsü ve uyum sağlama. **Etkinlik**, çocuğun zinde ve sürekli çevresiyle etkileşim içinde mi yoksa edilgen ve ilginin kendine yönelmesini bekler halde mi olduğuyla ilgilidir. Uyum sağlama, çocuğun çevredeki yeni uyaranlara olumlu yaklaşmasını anlatır. Bazı çocuklar yeni uyaranlara büyük esneklikle yaklaşmaya eğilimlidir ve çevrelerinin değişen taleplerine yanıt verebilirler; bazıları da yeni durumlara maruz kaldıklarında olumsuz duygudurumları dışa vurarak, geri çekilmeye eğilimlidir. Thomas ve Chess, belli başlı üç mizaç çeşitlemesini kategorize eder: kolay çocuk, zor çocuk ve ısınması zaman alan çocuk.

Uyuşma Düzeyi Modeli

Çığır açan eserlerini daha da geliştiren Chess ve Thomas (1986) kişilik gelişiminde yer alan sistematik sorunlar için derin bir kavrayış geliştirdi. Çocuklardaki mizaç çeşitlemelerinin, ebeveynlerle uyuşma veya uyuşmazlık içinde olabileceğini ileri sürdü: “Temelde, bir çocuktaki ya da yetişkindeki psikolojik olarak belirlenmiş davranış bozuklukları, bireyin kapasitesi ve baş etme becerisiyle çevrenin beklentileri ve talepleri arasındaki ciddi uyuşmazlıktan doğru gelişir” (s. 9). Bu tür uyuşmazlık farklı biçimler alabilir; örneğin “ısınması-zaman-alan çocuğun yeni bir gruba hızla uyum sağlaması için bastırmak, son derece aktif bir ufaklığın uzun süre kıpırdamadan sakince oturması beklemek, vb.” (s. 9).

Her ne kadar Chess ve Thomas (1986) mizacın katkısı üzerine odaklansa da, okuyucuyu “mizaç temelli bir kişilik kuramını hiçbir şekilde savunmadıkları” konusunda uyarır. “Normal ve sapkın psikolojik gelişim sürecini o kadar çok sayıda etmen etkiler ki, ister genler, nörokimyasal yapılar, içgüdüsel itkiler, mizaç, koşullandırılmış refleks örüntüleri, erken yaşam deneyimleri ya da aile dışı toplumsal çevrenin etkisi olsun, tek bir

belirleyen kümesine dayanan herhangi bir kuram basitleştirici ve uygun-suz olmaya mahkûmdur” (s. 11).

Buss ve Plomin’in Modeli

Bu metin boyunca etmen bazlı çeşitli kuramlar sunuldu. Bu modellerin bazıları öncelikli olarak kişilerarası modellerden türetildi, bazıları ise varsayımları ve kökleri itibarıyla daha davranışsal yahut nörobiyolojikti. Bunların tümü, kişilik çeşitliliğini en iyi açıkladığını düşündükleri değişkenleri, genellikle istatistiksel analiz kullanarak damıtmaya çalışır. Buss ve Plomin (1975, 1984) kişilikteki çeşitliliği açıklamak için üç etmenli mizaç modeli ortaya koydu.

1. *Etkinlik*: Bireyin yorulmak bilmez ve sürekli hareket halinde ya da uyuşuk ve edilgen olmaya eğilimli olup olmaması.
2. *Duygusallık*: Bireyin duygusal olarak kolayca uyarılması, öfke patlaması yaşaması, duygudurum salınımları sergilemesi ve son derece dışavurumcu olması ya da sakin olması, tepki vermesi ve duygusal uyarılmasının yavaş olması.
3. *Sosyallik*: Başkalarıyla birlikte olma gereksinimi, sosyal etkileşimi tatminkâr bulma ya da sosyal sohbetlerde kopuk ve ilgisiz görüne.

Çeşitli kişilik yapılandırmaları, bu etmenlerin birleşimiyle betimlenebilir ve açıklanabilir. Örneğin içedönük biri sosyallik ve etkinlik başlıklarında düşüktür, dışadönük biri her ikisinde de zıt kutuptadır (Millon & Davis, 1996a). Histerik birinin sosyallığı, duygusallığı ve etkinliği yüksektir; depresif birinin ise sosyallığı, duygusallığı ve etkinliği düşüktür. Her biri bu üç boyutun benzersiz bir kombinasyonunu temsil eder.

Depue’nun Üç Etmenli Modeli

“Genel nörodavranışsal sistemlerde görüldüğü üzere, kişiliğe dair sınırlı sayıda (tipik olarak üç ila beş) yüksek düzeyli üst etmeninin varlığı son yıllarda tekrar tekrar doğrulandı” (Depue, 1996, s. 353). Temelde bu modeller kişilik boyutlarını altta yatan nörobiyolojik sistemlerle, sinirbilim bulgularını da beyindeki davranış yanıtlarıyla bağıntılandırmaya çalış-

şır. Öncelikli olarak çeşitli nörotransmitterleri ve onların eylemlerini açıklar.

Depue (1996) kişiliği açıklarken, kişiliğin boyutları üzerine yapılan araştırmalarda tutarlı olarak bildirilen üç etmen ile ilişkilendirdiği altta yatan nörobiyolojik sistemlere başvurur. Bu üç üst etmen olumlu duygusallık, kısıtlama ve olumsuz duygusallıktır. Depue şu uyarıyı yapar: “Tek bir nörotransmitter üzerine temellenen kişilik özellikleri modelleri fazlasıyla basitleştirici olup, diğer aracı etmenlerin eklenmesi gerekir” (s. 372).

Olumlu Duygusallık: Depue (1996) kişilik yapısının altında yatan belli başlı etmenlerden birinin olumlu duygusallık olduğunu önerir. Bu “teşvik edici duygular, etkinlik güdülenmesi, heyecan, hırs, güç, olumlu duygulanım ve iyi oluş deneyimleme” becerisidir (s. 353-354). Çeşitli uyaran bağlamlarında harekete geçirilen üç temel süreci betimler: “(1) ödül güdülenmesi, (2) hedefe ulaşmayı destekleyen bir araç olarak ileri doğru hareket, (3) bilişsel süreçler” (s. 354). Bu sistemi, beyindeki dopaminerjik sistemlerle (DA) ilişkilendirir. Güdülenme ve duygusal sistemlerde DA’nın önemini destekleyen geniş bir literatür olduğuna inanır. Bu nedenle, “teşvik edici uyaran karşısında DA tepkiselliğindeki bireysel farklılıkların, davranışsal kolaylaştırma olasılığı üzerinde belirgin etkileri olabilir” (s. 359).

Kısıtlama: Bu üç etmenli modeldeki ikinci üst etmen kısıtlamadır. Diğer üç etmenli modellerde buna psikotiklik denir (Eysenck, 1981). Kısıtlama dürtüsellik, hasardan kaçınma ve yenilik karşısında rahatsızlık gibi bir dizi alt etmenlere sahiptir. Depue (1996) bu üst etmeni ve onun nörobiyolojik bağıntısını açıklamak için dürtüsellik alt etmenine odaklanır. Serotonin nörotransmitterinin (5-HT) beyinde yaygın bir sinirdonanım [innervasyon] örüntüsünü sağladığını önerir. 5-HT ve dürtüsellik arasındaki bağıntıyı doğrulayan ilginç bir çalışmada, Brown, Goodwin, Ballenger, Goyer ve Mason (1979) karakteristik olarak patlamaya yatkın, dürtüsel ve saldırgan bir hayat geçmişine sahip olan erkeklerin, beyin omurilik sıvısında (BOS) yüksek düzeyde 5-HT metaboliti bulunmasının olası olduğunu saptadı. “O zamandan bu yana, sayısız çalışma hırçın saldırganlık ve düşük 5-HT’nin çeşitli göstergeleri arasındaki güçlü bir ilişkiyi belgeledi” (Depue, 1996, s. 263). Düşük 5-HT şiddet içeren intihar davranışıyla da ilişkilendirilir. Saldırganlık ve intihar davranışının, duygusal eşiğin

düşük olması gibi temel bir biyokimyasal/davranışsal özelliğin bulunduğunun iki kanıtı olduğunu önerdi. Hem hayvan davranışı araştırmaları hem de insan çalışmaları üzerine genel incelemesinde, Depue düşük 5-HT işleyişinin üç özelliğini önerdi: (1) duygusal istikrarsızlık, (2) uyarana abartılı yanıt, (3) asabilik-aşırı duyarlılık.

Olumsuz Duygusallık: Üçüncü üst etmen depresyon, düşmanlık, kaygı, yabancılaşma ve üzüntüye karşı hassaslık gibi çeşitli olumsuz duyguların öznel deneyimini içeren olumsuz duygusallıktır. Depue (1996) locus ceruleus (LC) ve noradrenalin nörotransmitterinin (NA) bu duygulanım sistemine aracılık ettiği varsayımını ortaya attı. Bu sistemi besleyen bir dizi başka nörotransmitter de vardır, örneğin “5-HT, enkefalinler, p maddesi asetilkolin, nörotensin, kortikotropin salgılatıcı hormon, somatostatin, nörotransmitter olarak adrenalin” (s. 367). Bu LC sistemi, davranışsal yönelim ve tetiktelik, korku-alarm yanıtları ve seçici dikkat gibi çeşitli genel işlevlerin ayarını yapar.

Cloninger’in Birleştirilmiş Biyososyal Kişilik Kuramı

Cloninger de (1986a, 1986b) nörobiyolojik bir kişilik modeli geliştirdi. 1980’lerin ortalarında, birleştirilmiş biyososyal kişilik kuramını anlatan çok önemli iki makale yayımladı. Kramer (1993) “Cloninger’in kişilik kuramının gerçekten bütün yelpazeyi içerdiğini” düşünür (s. 188). Cloninger kalıtsal olan bir dizi karakter özelliği ortaya koyar. Bunlar yenilik arayışı, hasardan kaçınma ve ödül bağımlılığıdır. Bu karakteristik özellikler ya da yatkınlıklar, üç davranış-beyin sistemiyle ilişkilendirilir.

1. *Yenilik arayışı:* Yenilik arayışı içindeki bireyler, bu etkinliklerden elde edilen heyecan ve coşku hisleri nedeniyle, yeni durumları etkin bir biçimde takip eder. Bu davranışsal özellik DA sistemiyle ilişkilidir. Yüksek dopamin düzeylerine sahip bireylerin bu özelliği sergilemesi daha olasıdır. Bu nörotransmitterin daha düşük düzeylerde olduğu bireylerin yavaş, edilgen ve ayrıntılarla meşgul olması daha olasıdır.
2. *Hasardan kaçınma:* Hasardan kaçman bireyler, caydırıcı uyaranlara güçlü bir biçimde yanıt verir ve bu nedenle cezalandırmayla sonuçlanabilecek davranışları asgariye indirmek için ellerinden geleni ya-

pacaktır. Bu davranışsal özellik 5-HT sistemiyle ilişkilendirilir. Bu özelliğe sahip bireylerin ketlenmiş olması daha olasıdır.

3. *Ödül bağımlılığı*: Ödül bağımlılığı, gelecekteki bir ödülü akla getiren uyaranlara yanıt verme eğilimidir. Bu özellik noradrenerjik sistemle ilişkilendirilir.

Bu üç nörodavranışsal sistem, kişiliğin gelişimi için parametreleri belirler. Cloninger'in sistemi son derece gelişmiş ve oldukça karmaşıktır. "Ödül bağımlılığı, hasardan kaçınma ve yenilik arayışı şeklindeki üç eksen, Cloninger'in geniş bir alanı kapsamasına imkan verir (Kramer, 1993, s. 187). Bu yatkınlıkları birleştirerek, ikincil ya da üçüncül düzeyde bir dizi kişilik özelliği ortaya koyulabilir. Millon ve Davis (1996a) bu sistemlerin birleştirilmesiyle çeşitli kişilik yapılandırmalarının betimlenebileceğini açıklar: "Örneğin histrionik kişilikte yüksek yenilik arayışı, düşük hasardan kaçınma ve yüksek ödül bağımlılığı görülür; bunlar, dürtüsel, duygusal olarak savunmasız ve narsisistik olma şeklindeki ikincil düzey kişisel özellik örüntülerinden çıkarsanır" (s. 65).

Siever'in Boyutsal Modeli

Siever'in (Siever & Davis, 1991; Siever, Klar & Coccaro, 1985) nörobiyolojik kişilik modeli, bir ucunda genel klinik sendromlar ve diğer ucunda da kişilik yapılandırmalarının konumlandırıldığı boyutsal bir modeldir. Dört nörobiyolojik yatkınlık önerir.

1. *Bilişsel/algısal örgütlenme*: Yetersiz nörobiyolojik sistemlere sahip bireylerin, düşünüş bozuklukları ve diğer psikotik belirtilerle ifadesini bulan şizofrenik spektrum bozuklukları sergilemesi olasıdır. Bu etmen üzerinde ağır bir yüklenme olduğunda, şizoid ve şizotipik kişilik gelişmesi daha olasıdır.
2. *Dürtüsellik/saldırganlık*: Hatalı nörobiyolojik sistemlere sahip bireyler, zayıf dürtü kontrolü ve saldırgan eylem vurum sergileyecektir. Bu bireyler borderline ve antisosyal kişiliğe eğilimli olacaktır.
3. *Duygulanım istikrarsızlığı*: Yetersiz nörobiyolojik sistemlere sahip bireyler, duygulanım istikrarsızlığı ve duygu düzensizliği sergileyecektir. Bu, istikrarlı kişilerarası ilişkilerin önünde bir engel haline

gelebilir. Büyük olasılıkla, bu bireyler borderline ve histrionik kişilik geliştirir.

4. *Kaygı/ketlenme*: Hatalı nörobiyolojik sistemlere sahip bireyler, bu boyutta aşırı bir kaygı durumu sergileyecektir; bu kontrol altında tutulmazsa kaçman ve kompulsif gibi kişilik bozukluklarına dönüşebilir.

Nörobiyolojik Etmensel ve Boyutsal Modellerin Özeti

Sunulan modeller, kuramcılarının, kişilikteki çeşitlemeden sorumlu esas etmenler ya da boyutlar olarak gördüğü şeyleri açıklama çabasıdır. Nörotransmitterlerin karmaşıklığı hakkında birçok şey keşfedildi ama karmaşıklık göz korkutucudur. Bu modeller, nörotransmitter eylemin nasıl ifade edileceği ve bu nörobiyolojik-duygulanımsal/bilişsel sistemlerin çevre tarafından biçimlendirildiğinde kişilik dışavurumuna giden çeşitli gelişimsel yolları nasıl oluşturduğunu açıklamayı amaçlayan başlangıç niteliğindeki girişimler olarak düşünülebilir.

Klein'in Kimyasal Teşrih Modeli

Kramer'in bir önceli olan D. F. Klein (1967, 1970), kişiliği parçalarına ayırıp ve analiz etmek için farmakolojik ajanları kullanır. Bireyin farmakolojik ajana yanıtını gözlemleyerek, yani ilaca hangi belirtilerin yanıt verdiğini görerek kişiliği anlamaya girişir. Klein, kuramını sınamak için çeşitli ilaçları kullanarak, kişiliğin farklı gruplandırımlarını geliştirdi. Histeroid-disforik, duygusal olarak istikrarsız ve fobik-kaygılı tipleri betimlemesiyle bilinir.

Duygulanım Uyarımı ve Travmanın Nörobiyolojisi

Bir başka ilginç ve önemli araştırma hattı, nörobiyolojik bakış açısından travmanın kişilik üzerindeki etkisiyle ilişkilidir. Kişilik gelişimi genetik yatkınlıklar ve yenidoğan gelişimi dahil bir dizi etmenden etkilenir ama travmatik olaylar belirli nöron yollarını ateşleyerek, bunların daha sonra çağrışım yaratan durumlara tepki verecek şekilde hassaslaşmasına yol açabilir. Herman (1992) meydana gelen şeyi betimler:

*Travmatik tepkiler, eylemin yararlı olmadığı anda meydana gelir.
Ne direnmenin ne de kaçmanın olanaklı olduğu anda, insanın özsa-*

*vunma sistemi boğulur ve dağılır. Tehlikeye karşı olağan savunma sisteminin her bileşeni yararını yitirdiğinden, fiili tehlike son bulduktan çok sonra bile başkalaşmış ve abartılmış bir durumda varlığını sürdürme eğilimindedir. Travmatik olaylar bedensel uyarılma-
da, duygularda, bilişte ve hafızada derin ve uzun süren değişiklikler üretir. Dahası travmatik olaylar, bu normal olarak bütünleşmiş işlevleri birbirinden koparabilir. Travmatize edilmiş kişi, olayın net olarak hatırlamaksızın yoğun duygu deneyimleyebilir ya da duygu olmaksızın her şeyi ayrıntılarıyla hatırlayabilir. Kendisini neden olduğunu bilmeksizin sürekli bir tetikte ve asabi durumda bulabilir. Travmatik belirtiler kaynaklarından kopup, kendi başlarına varlık gösterir hale gelebilirler. (s. 34)*

Travmatik deneyimle bağlantılı çok fazla duygusal uyarılmanın, birçok ağır kişilik bozukluğunun ve majör depresyonun istikrarlı bir unsuru olduğu saptandı (Levitan ve diğ., 1998). Diğer taraftan, çok az duygusal etkinleşmenin de kişiliğin çeşitli yönleri üzerinde derin etkisi olabilir. Ulusal Ruh Sağlığı Enstitüsü'nün (1995) raporu, nörobiyolojik bulguları özetler:

*Bir dizi deneysel ve klinik çalışmaya dayanarak, travma sonrası stres bozukluğunda (TSSB) amigdala, locus ceruleus ve hipokampus-
tüsten oluşan ve norepinefrin, opioid, kortikotropin salgılatıcı faktör sistemlerini içeren sinir sistemindeki işlev bozukluğunun yer aldığı görülür. Stresin norepinefrin salımını arttırdığına, korku koşullanması ve davranışsal hassasiyet geliştirmenin noradrenerjik sinirsel etkinlikte başkalaşmalarla ilişkili olduğuna dair son bulguların önemli klinik etkileri olabilir. Bu stresin neden olduğu noradrenerjik sinirsel etkinlikte artışlar, TSSB hastalarının semptomlarını hafifletmek için sık sık alkol, uyuşturucu ve benzodiazepin aşırı kullanımına katkıda bulunabilir; bu üç uyuşturucu, stresin neden olduğu norepinefrin etkinliğini bir ölçüde seyreltebilir. (s. 169)*

Duygulanım Deneyimi ve Beyin Yapısı

Greenspan (1997b) zihnin en hayati yapılarının oluşturulmasında ve örgütlenmesinde duyguların önemli rol oynadığını öne süren sağlam deneysel kanıtların ve gözlem verilerinin olduğuna inanır. Birey hayatının başlangıcında travma kurbanı olduğunda, duygusal uyarım düzeyi geli-

şen zihni alt edebilir ve “bizatihi beynin kendi yapısını etkileyebilir” (s. 7). Şunları yazar: “Aslında zeka, akademik yetiler, kendilik hissi, bilinç ve ahlakın ortak kökeni en baştaki ve süregiden duygusal deneyimlerimizde yatar. Senaryonun nasıl görüldüğünün aksine, duygular gerçekten de yaşam boyunca süregiden çok çeşitli bilişsel işlemlerin mimarıdır. Hatta tüm yaratıcı düşünceyi mümkün kılar” (p. 7).

Gördüğümüz gibi, hormonlar davranışlar üzerinde derin etkilere sahiptir. Greenspan (1997b) hormonal sistemin, kişilerarası deneyim ve stresle nasıl harekete geçirildiğini betimler: “Yakın geçmişte, nöronların nörotropik bir etmeni kullanarak bağlantılar kurması için deneyim üzerinden harekete geçirilmesi gerektiği saptandı. Deneyim hormonal değişimleri uyandırabilir; örneğin yatıştırıcı dokunuşlar büyüme hormonlarını besler, oksitosin gibi hormonlar bağlanma ve yakınlık gibi hayati duygusal süreçleri besler. Dahası duygusal stres beyin fizyolojisindeki değişikliklerle ilişkilidir” (s. 8). Greenspan beynin yapısal gelişimi ve büyümesi için duygulanım bileşeninin hayati öneme sahip olduğunu vurgular. Bazı güncel kuramcılar da kişilerarası deneyimin önemini vurgular.

Kişilerarası Deneyim

Siegel’e göre (1999), “İlişki deneyimleri beyin üzerinde baskın bir etkiye sahiptir, çünkü sosyal algıdan sorumlu devreler anlam üretimi, beden durumlarının düzenlenmesi, duyguların ayarlanması, hafızanın örgütlenmesi ve kişilerarası iletişim kapasitesinden sorumlu devrelerle aynıdır ya da sıkı biçimde bağlantılıdır” (s. 21). Yüksek düzeyde duygusal deneyimler, William James’in (1890) işaret ettiği üzere, beyin dokusunu yaralayabilir ve nöronal sistemlerin etkinliğinde kalıcı değişiklikler oluşturabilir. Çocuklukta bağlanmanın niteliği, yetişkinlikte kişilik üzerinde derin etkiler yaratabilir. Güvensiz bağlanma, psikolojik ve sosyal hasar riskini artırabilir. Siegel “doğa ve çevre arasında incelikli bir etkileşim var olduğunu” vurgular (s. 85).

Kişiliğin Nörodinamikleri

Grigsby ve Stevens (2000) sinirbilim bulgularının ilgi çekici bir şekilde bütünleştirerek yayımladı ve kişilikteki bireysel farklılıkları açıklamak için modüler bir kuram önerdi. Bulgularını şu şekilde özetler:

Beynin bir yapısı vardır, her ne kadar bu yapı yaşam boyunca kayda değer bir biçimde ve anbean belli belirsiz değişse de. Beynin yapısı önemsiz değildir; ama zihne ayırt edici özelliklerini veren beynin dinamik süreçleridir. Beyinden farklı olarak zihnin bir yapısı yoktur ve onun bir yapısı varmış gibi tartışmak anlamsızdır. Zihin çevre, hiyerarşik örgütlenmeli nöropsikolojik süreçler ve organizmanın diğer fizyolojik nitelikleri (örneğin endokrinolojik süreçler) arasındaki karmaşık etkileşimlerden doğan bir varlıktır. Zihin bir madde, sinirsel süreçlerden ayrı varoluşa sahip bir şey değildir. Tüm psikolojik süreçlerin zorunlu olarak sinirsel bir alt tabakası vardır ve sinirsel süreçlerden ayrılması mümkün değildir. (s. 226)

Grigsby ve Stevens'in (2000) yaptığı ilginç çıkarımlardan biri, Ferenczi'nin etkin terapisinin (3. Bölüm) karakterin nasıl değiştirilebileceğine dair kendi bulgularıyla tutarlı görüldüğüdür. "İşlemsel olarak öğrenilmiş" alışlagelmiş örüntüleri kesintiye uğratan kişilerarası süreçlerdeki eylemlere sürekli olarak dikkat çekerler (s. 325). Duygusal uyarımın yüksek düzeyde olmasının, yeni karakter örüntüleri edinmek için gerekli olabileceğini ileri sürerler. Gözden geçirdiğimiz üzere, yüksek düzeyde duygusal uyarıma neden olan travmatik olaylar, çok hızlı öğrenmeye yol açabilir ve sinir ağlarını etkili bir şekilde yeniden örgütleyebilir. Mevcut örüntüleri bozmak için de yüksek düzeyde duygusal uyarılma gerekebilir.

Davranışsal Genetik

Herhangi bir nörobiyolojik kişiliğin modelinin temeli, doğaya mı çevre mi çekişmesine dayanır (Plomin & Caspi, 1999): "Bu iki sözcüğü birleştirmenin yarattığı patlama, bilimin en uzun çekişmesine yol açtı" (s. 251). Genlerin ifade edilme tarzı, yani **fenotipler**, süregiden bir tartışma konusudur. Genetik yatkınlıklar kesinlikle kişilik gelişimi için zemin hazırlar ama bunun ne ölçüde olduğu tartışma konusudur. Millon ve Davis (1996a) belirtir: "Tüm bu belirsizliklere ve karışıklıklara rağmen, genetik etmenlerin, belli kişisel özelliklerin morfolojik ve biyokimyasal alt tabakalarını biçimlendirmede yatkınlıkla ilgili rol oynadığı su götürmezdir. Bununla beraber, bu etmenler ne kişilik patolojisinin gelişimi için kesinlikle zorunludur ne de patolojik davranışları ortaya çıkarmak için kendi başına yeterlidir. Bununla beraber, kişiyi stres altında işlev bozukluğuna açık ya da sosyal açıdan sıkıntı verici davranışları öğrenmeye eğilimli kılan fizyolojik temel olarak hizmet edebilir" (s. 88).

Erkek Liderlik Geni Arayışı

Darkness in El Dorado: How Scientists and Journalists Devastated the Amazon, [El Dorado'da Karanlık: Bilim insanları ve Gazeteciler Amazon'u Nasıl Mahvetti] adlı kitabında Tierney (2000) popüler bir antropoloji profesörü olan Napoleon Chagnon'un 1960'larda Amazon'da çok yalıtılmış bir grup olan Yanomami Yerlilerini araştırmasını anlatır. Chagnon, Yanomamilerin kadınlara erişmek için savaştıkları inancını açıklamak için evrimsel bir kuram önerdi ve onları "azılı halk" olarak adlandırdı. En azılı ve en fazla kişiyi öldüren erkeklerin en fazla sayıda kadını elde ettiğini ve gen havuzuna orantısız bir biçimde katkıda bulunduğunu düşünüyordu. Tierney, araştırmacıların önyargılı olduğunu ileri sürdü ve Yanomamilerin diğer sanayi öncesi halklardan daha acımasız olduğu iddialarına karşı şüphelerini dile getirdi. Tierney'in kitabı üzerine yazdığı "Bilimin Diğer Yüzü" başlıklı makalesinde, Weiss (2001) şunları yazar: "En ağır suçlama, Chagnon ve ünlü genetikçi James V. Neel'in ya kasıtlı olarak -ya da iyi niyetli ihmalkarlıkla bağışıklık sistemi dokunulmamış bir nüfusa uygun olmayan kızamık aşısı uygulaması ve 1968'de Yanomamileri kırıp geçiren kızamık salgınından esas olarak sorumlu olmalarıdır" (s. 78). Neel "erkek liderlik" genini doğrulamanın peşindeydi, bu da Weiss'e göre, "yeni-öjeni kuramının şüpheli bir kısmını" kanıtlama girişimiydi (s. 78). "Kitap, sosyal bilim araştırmalarının nasıl yürütüldüğü -ya da yürütülmesi gerektiği- ve araştırmacıların geride kalan az sayıda yalıtılmış halkla çalışırkenki yükümlülükleri hakkında rahatsız edici sorular gündeme getirdi" (s. 78).

Kalıtsallık

İkizlerle yapılan çalışmalar, çeşitli etmenlerin kalıtsallığın belirlenmesinin standart yöntemi olagelmıştır ve kişilik de buna istisna değildir. "Kalıtsallık genetik tesirin etki boyutunu betimleyen bir istatistiktir ve genetik varyansla açıklanabilecek gözlemlenen (fenotipik) varyansı anlatır" (Plomin & Caspi, 1999, s. 252). İkizlerin incelenmesinin sonuçları, genetik katkının ya da kalıtsallığın, kişilikteki varyansın %50'sini açıklayabileceğini tutarlı bir biçimde değerlendirdi. "Varyansın %50'sini açıklamak, 0.30'luk bağıntıların gösterdiği üzere varyansın %10'unundan da-

ha fazlasını açıklamak gibi görünmez bir eşiği aşmaya çalışan kişilik araştırmalarında şaşırtıcı bir başarıdır. Davranış birden çok etmen tarafından belirlendiğinden, herhangi tek bir etmenin varyansın %10'undan daha fazlasını açıklaması olası değildir" (s. 252). Bu bulgular, tek yumurta ikizlerindeki, çift yumurta ikizlerindeki ve kardeşlerdeki kişilik etmenlerini karşılaştıran çeşitli çalışmalardan gelir. Tek yumurta ikizleri genetik malzemenin %100'ünü paylaşır, bu nedenle onların kişiliklerini karşılaştırmak, kişiliğin doğaya karşı çevre bileşenlerini didiklemenin mükemmel bir yoludur. Plomin ve Caspi'ye göre, "Düzinelerce özbildirim kişilik anketinde, Dışadönüklük ve Nevrotikliğe ek olarak diğer kişisel özelliklerde ikiz bağıntıları çift yumurta ikizlerinde tek yumurta ikizlerinden tutarlı biçimde daha büyüktür." (s. 252). Loehlin (1992) tarafından yapılmış bir çalışmayı alıntılaman yazırlar, Beş Büyük etmeden "Kabul edilebilirlik, Vicdanlılık ve Deneyime Açıklık etmenlerinde tek yumurta ikizleri bağıntılarının yaklaşık .45 ve çift yumurta ikizleri bağıntılarının .20 olduğunu gösterdi. Bu da kalıtsallığın yaklaşık %40 olduğunu öne sürer" (s. 252-253).

Çevresel Etmenler ve Kişilik

Genetik çalışmalar, araştırmacıların, çevrenin kişiliğin biçimlendirilmesine nasıl katkıda bulunduğunu anlamasına yardım eder. Kişiliğin kalıtsallığı genellikle %50 aralığında olduğundan çevresel etmenler geriye kalan %50'ye katkıda bulunur (Plomin & Caspi, 1999). Plomin ve Caspi güncel düşünüşü betimler:

Freud'dan bu yana, ortamın kişilik gelişiminde nasıl işlediğiyle ilgilenen birçok kuramcı, çocukların ebeveynlerine benzemesinin sebebinin ebeveynlerin çocuklar için aile ortamını sağladığını dolaylı olarak varsaydı. Benzer bir biçimde kardeşlerin birbirini andırmasının sebebi de bu aile ortamını paylaşmalarıdır. İkizler ve evlat edinme üzerine son yirmi yıldaki araştırmalar, bu görüşü dramatik bir biçimde dönüştürdü. İkizler ve evlat edinme yöntemleri gibi genetik araştırma tasarımlarının yapılmasının nedeni, aile üyeleri arasındaki yaygın benzerliklerden bazılarının, paylaşılan ortamdaki ziyade paylaşılan kalıttan kaynaklanması olasılığıdır. Şaşırtıcı olansa, genetik araştırmaların, kişilikteki ailevi benzerliklerinin, neredeyse tamamen, paylaşılan aile ortamından ziyade paylaşılan kalıttan

kaynaklandığını tutarlı bir biçimde göstermesidir. Ortam önemlidir ama aile üyeleri arasında ortak değildir. Bu dikkat çekici bulgu, kişilik gelişimini etkileyen çevresel etkilerin, aynı ailede büyüyen çocukların farklı ailelerde büyüyen çocuklardan daha fazla birbirine benzerliğini sağlamadığı anlamına gelir. (s. 256)

Bu çevresel etmenler, **ortak olmayan çevresel etmenler** olarak terimleştirildi, çünkü aynı aile içinde büyüyen çocuklar bile, ebeveyn muamelesi gibi belli başlı kilometre taşlarını farklı biçimde deneyimler. Ayrıca doğum sırası ve kardeşler arası yaş farkı alanındaki bir dizi çalışma, “ilk doğanların, sonradan doğanlara göre daha uyumlu ve geleneksel, daha vicdanlı ve daha nevrotik olduğunu” tutarlı bir biçimde sergiledi (Plomin & Caspi, 1999, s. 257). **Ortak çevresel etmenler**, her ne kadar bunlar çocuktan çocuğa değişse de, çoğu zaman genetik etmenlere dayanan kayıp, toplumsal sınıf, ebeveynlik tarzı gibi etmenlerdir. İkizler üzerine yapılan araştırmalar, örneğin ebeveyni kaybetmenin aynı ailedeki çocukları benzer kılan bir ortak etmen olduğunu belirledi, çünkü ebeveynin ölümü ve boşanma sonucunda kaygı ve depresyon olasılığının artmaktadır. Yazarlar bu heyecan verici alanı özetler: “Bu bulgular, çevrenin bireyleri nasıl etkilediğine dair edilgen modellerden, kendi çevremizi seçme, dönüştürme ve yaratmada oynadığımız etkin rolü tanıyan modellere doğru kayışımızı destekler” (s. 261).

Kişilikle İlişkili Genleri Saptamak

Araştırmaların güncel doğrultularından biri, belirli kişilik özelliklerinden sorumlu genleri tanımlamak için moleküler genetiğin tekniklerini kullanmaktır (Plomin & Caspi, 1999). Plomin ve Caspi, bunun, kişilik alanında bir devrime neden olacağına inanır. Bu tekniğin, nihai olarak, hücrelerden başlayıp toplumsal sistemlere doğru nedensel süreçlere odaklanacağına inanırlar. Gen arayışı zor bir yolculuktur, çünkü tek bir genin belli bir kişilik özelliğini açıklaması olası değildir. “Kişilik gibi niceliksel özelliklerde, genetik etki muhtemelen etki boyutu küçük çok sayıda gen tarafından yaratılır, ki bu da bu tür genleri tespit etmeyi epey güçleştirir. Birden çok gen ve çevresel etmen tarafından etkilenen karmaşık kişisel özelliklerin genlerine **niceliksel özellik lokusu** (NÖL) denir (s. 262). Bu araştırma hattının hedefinin, kişilik özelliklerinin varyansına çeşitli etki büyüklüklerinde katkıda bulunan gen kombinasyonlarını bulmak oldu-

ğuna inanırlar. Bu çabayı şu şekilde betimlerler: “Varyansın %5’inden sorumlu bir gen, her biri varyansın %1’inden sorumlu 5 diğer gen ve hiçbir zaman ortaya çıkaramayacağımız kadar küçük etkilere sahip birçok diğer gen muhtemelen bulunacaktır. Bu NÖL’lerin etkisi bağımsızsa, bu NÖL’ler bir arada varyansın %25’inden ya da kişisel özellikler için kalıtsal varyansının yarısından sorumlu olacaktır. Kişisel özelliklerin kalıtsallığına katkıda bulunan tüm genler (bazılarının etki boyutu çok küçükse) hiçbir zaman belirlenemeyebilir” (s. 262).

Kişilik üzerine Genetik Araştırmalarda Dönüm Noktası

Plomin ve Caspi’ye göre (1999), 1996’da kişilik üzerine yapılan genetik araştırmalarında önemli bir ilerleme kaydedildi. Saygın *Nature Genetics* dergisinde yayımlanan iki bağımsız çalışma (Cloninger, Adolfsson & Svrakic, 1996) öncelikli olarak beynin limbik sisteminde ifade edilen dopamin reseptörü genini (DRD4) saptadı. Bu öncü araştırma, kişilik kuramının çeşitli yönlerini bir araya getirir. Araştırma, Cloninger’in Üçboyutlu Kişilik Kuramı Anketi (Cloninger, Svrakic & Przybeck, 1993) ölçümüne göre “dürtüsel, keşifçi, kararsız, telaşlı, çabuk öfkelenen ve ölçüsüz olarak nitelendirilen” (s. 263) yenilik arayışı yüksek bireylerin, dopamin iletim tarzında genetik olarak yatkın farklılıklar bulunduğunu gösterdi. DNA havuzu oluşturma gibi yeni geliştirilen genetik teknikler, araştırmacıların, belirli kişilik özelliklerinde yüksek ya da düşük olan bir grup birey için DNA işaretçilerini toplamasına imkan verir. İkinci bir teknik ilerleme olan DNA yonga teknolojisi, DNA analiziyle elektronik yonga devrelerini birleştirir; bu bir kredi kartı boyutundaki küçük yongaların, birkaç damla kan kullanarak, dakikalar içinde binlerce DNA işaretçilerini genotipini çıkarmasına imkan verir. Bu “belirli bir kişilik özelliği için alelik bağlantıyı arayan tüm bir genom taramasının birkaç dakika içinde gerçekleştirilebileceği anlamına gelir” (Plomin & Caspi, 1999, s. 265). **Alelik bağlantı** “akraba olmayan bireylerin kişisel özellik puanları ile bir DNA işaretçisinin alelleri arasındaki bağıntıdır” (s. 262).

İnsan Genomu

Nobel Ödülü sahipleri J. D. Watson ve Crick (1953) DNA yapısını keşfetti. O zamana kadar bir gizem olan kalıtsal etmenler, ayırık ve sayısal olarak bulundu. Son on yıl boyunca bilim insanları, insan genomunun

tümünü okumaya ve onu uygun düzene sokmaya çalıştı. DNA moleküllerinde yaklaşık olarak üç milyar metin karakteri bulunmaktadır (Ridley, 2000). Yakın geçmişte, insan genomu okundu ve iki ayrı araştırma grubu tarafından, *Science* ve *Nature* dergilerinin eşzamanlı olarak yayımlanan sayılarında bildirildi (Jasny & Kennedy, 2000). Jasny ve Kennedy biyoloji bilimindeki bu ilerlemeyi yorumlar:

İnsanlığa büyük bir armağan verildi. İnsan genomu dizisinin tamamlanmasıyla birlikte, genetik mirasımızın kilidini açmak ve yaşam macerasındaki diğer katılımcılar arasındaki yerimizi bulmak için güçlü bir aracı teslim aldık.

Science dergisinin bu haftaki sayısı, Celera Genomics'den Craig Venter'in öncülük ettiği bir grup yazarın, insan genomunun dizilişi üzerine raporunu içerir.

Francis Collins tarafından yönetilen devlet destekli laboratuvarlar birliğinin insan genomunun dizilişi üzerine raporu bu haftanın Nature dergisinde çıktı.

(...) Bu, biyoloji tarihinde benzeri görülmemiş ölçekte büyük bir proje olmuştur ama elbette bu, araştırmacıların bilimsel kavrayışları üzerine inşa edildi. Rastlantısal olarak, bu dönüm noktası niteliğindeki duyuru Charles Darwin'in doğumunun yıldönümünün olduğu haftaya denk geldi.

(...) İnsan genomu Yaşam Kitabı olarak adlandırıldı. Aslında o bir kütüphanedir; araştırmayı cesaretlendiren ve yaratıcılığı ödüllendiren kuralları olan, bizi ve yaşamın büyük örgüsündeki yerimizi tanımlamaya yardım edecek birçok kitap bulabileceğimiz bir kütüphane. (s. 1153)

Genetik Becerileri Başkalaştırmak

Öğrenme ve belleğin moleküler bileşenlerinin bilimsel kavranışı, genetik yapıyı dönüştürme teknolojisini ilerletti. Bu, genetik olarak başkalaştırılmamış benzerlerine göre çok daha etkili bir biçimde öğrenmeye muktedir zeki farelerin geliştirilmesiyle sonuçlandı (Tsien, 2000). Tsien'e göre, bu teknolojinin, ahlaki ve güvenlik engellerine rağmen, insanlara uygulanması olanaklıdır. Biyopsikososyal alanın yüzleştiği ahlaki engeller çok karmaşıktır ve araştırmacılarla etikçilerin yakın ittifakını gerektirir.

Örneğin, günün birinde, en çekici olduğunu varsaydığınız bedensel ve kişilik özelliklerini belirleyerek, kendi “tasarlanmış çocuğunuzu” yaratmanız olanaklı olursa, toplum bu teknolojiyle nasıl başa çıkacaktır? Muhtemelen bu yüzyıl içinde genetik malzemeyi başkalaştırmak, bunu yapacak kadar olanaklı olacaktır.

Genetik ve Çevre Arasındaki Etkileşim

Araştırmaların yüzyıllık yakınsamasından sonra görünür olan, sinir liflerinin tekrarlanan uyaranlarla büyüdüğü gerçeğidir. Erken dönemde uyaran yoksunluğunun korkunç sonuçları olduğunu gösteren bol miktarda kanıt bulunmaktadır. Belli nörotransmitterler ve nöral yollar uyarılmazsa “bir dizi psikolojik işlevin biyolojik alt tabakası geri dönüşsüz şekilde bozulabilir” (Millon & Davis, 1996a). Dahası, erken dönemdeki yoğun uyarmı düzeyleri, nörofizyoloji ve beyin ağırlığında değişikliklere sebep olur.

Genetik ve çevre arasındaki etkileşimi anlamak, önemli bir araştırma hattı olacaktır. Genetik farklılıklar deneyime karşı farklı hassasiyetler oluşturur (Plomin & Caspi, 1999). Plomin ve Caspi şu öngörür: “Belirli genler ile kişilik arasında çevresel mekanizmalardan geçen gelişimsel yolların izini sürmek, kişilikle ilişkilendirilen genlerin uygulanmasından doğan en önemli ilerlemelerden biri olabilir” (s. 268). Bu konuyu şöyle tartışırlar: “DRD4 (dopamin reseptörü) ve Yenilik Arayan tipi örnek olarak kullanırsak, uzun tekrarlı DRD4 aleli barındıran bireyler için uyuşturucu kullanan akranları daha büyük risk oluşturur. Bu, psikopatolojinin genetik yatkınlık-stres modelinin ileri sürdüğü etkileşimin genel biçimidir: Uyuşturucu kullanan akranların olası etkisi örneğinde (...) ileri sürdüğümüz üzere, genetik risk (yatkınlık) barındıran bireyler, çevresel riske (stres) ve çevresel fırsatlara en hassas olanlardır” (s. 267).

Sinirbilimin Katkısı

Pickering ve Gray’e göre (1999), modern kişilik araştırması, sinirbilimde son 15 yıldaki gelişmelerden etkilenen bir “bilimsel dönüşüm” için hazırda beklemektedir. Beyin görüntüleme kullanarak beyin işlevleri ve kişilik arasındaki ilişkiyi araştıran sadece birkaç çalışma bulunmaktadır. Tek foton emisyon tomografisi (SPET) kullanarak, Gray, Pickering, and

Gray (1994) dürtüsel duyumsama arayışı ile dopamin sistemleri arasında anlamlı bir olumsuz bağıntı saptadı.

Gelişimsel sinirbilim alanına medyanın ilgisi artmaktadır (Tompson & Nelson, 2001). Gerçi bu haberler biraz abartılıdır. Tompson ve Nelson şunları yazar: “Yeni’ beyin gelişimi araştırmalarına dair heyecana rağmen medyanın aktardığı bilgilerin pek çoğu uzun zamandır dolaşımda olan çalışmalara dayanır” (s. 8). Bu bilginin kamuya aktarılma biçimi, bilim insanları ve gazeteciler arasında yapıcı bir diyalogu” gerektirir (s. 14).

Seçilmiş Araştırma Bulguları

- *“Anoreksi ve bulimia nervosada mizaç ve kişilik üzerine bir çalışma”* (Diaz-Marsa, Carrasco & Saiz, 2000). *Nörobiyolojik bağıntılar ve onların davranışsal dışavurumları arasında bağlantı kurmak nörobiyolojik modelin önemli bir görevidir. Cloninger’in ve Eysenck’in boyutları (Eysenck’in gözden geçirilmesi için bkz. 7. Bölüm) kullanılarak kişiliğin boyutları ve kişilik bozuklukları ve onların yeme bozukluğuyla ilişkisi değerlendirildi. Bulgular, dürtüsellüğün bulimik hastaların mizacında anahtar bir etmen olduğunu akla getirdi ve anorektikler sebat başlığında daha yüksek puanlar sergiledi.*
- *“Adet döngüsünün borderline kişilik bozukluğu olan kadınlarda duygudurum ve davranış üzerindeki etkileri”* (Ziv, Russ, Moline, Hurt & Zendell, 1995). *Endokrin sistemi gibi nörobiyolojik bileşen sistemler ve duygudurum gibi psikolojik bağıntılar arasındaki ilişkinin anlaşılması önemlidir. Borderline Kişilik Bozukluğu olan hastalar adet görme öncesinde duygulanım istikrarsızlığı ve dürtüsellüğün ağırlaştığını bildirse de, araştırmacılar bu ilişkiyi incelediklerinde bu desteklenmedi. Bu 14 hastayla yapılan sınırlı bir pilot çalışmaydı, bu nedenle sonuçların genelleştirilmesi konusunda temkinli olunması istendi.*
- *“Çocukluktaki kişilik bozukluklarının kalıtsallığı: Başlangıç niteliğinde bir araştırma”* (Coolidge, Thede & Jang, 2001). *Kişilik gelişiminde birincil etki olarak biyoloji ve genetiği öne çıkaranlarla sosyalleşme ve çevreyi vurgulayanlar arasındaki çekişme (doğa mı çevre mi) süregitmektedir ve çoğu zaman ikizler üzerinden araştırılır. Yaşları 4 ila 15 arasında değişen, 70 tek yumurta (monozigotik) ve 42 çift*

yumurta (dizigotik) ikizini içeren 112 çocuktaki kişilik bozuklukları değerlendirildi ve kalıtsallık katsayıları hesaplandı. Araştırmacılar çocukluktaki kişilik bozukluklarında anlamlı bir genetik bileşen bulunduğu sonucuna vardı; bütün kişilik bozuklukları için bildirilen tahmini kalıtsallık ortalaması .81.

- *“Travma sonrası stres bozukluğu olan ve olmayan kadınlarda çocukluktaki cinsel istismar anılarının sinirsel bağıntıları”* (Bremner ve diğ., 1999). *Nörobiyolojik araştırmada önemli bir meydan okuma, travma gibi çeşitli deneyimlerin etkisinin ölçülebilir bağıntılarını bulmaktır.* Araştırmacılar, kişiselleştirilmiş istismar kayıtlarını ya da tarafsız kayıtları dinledikleri sırada, Travma Sonrası Stres Bozukluğu tanısı olan ve olmayan, cinsel istismar geçmişine sahip 22 kadının beyninin pozitron emisyon tomografisini tamamladı. TSSB travma mağdurlarında, istismar anıları, beyin bölgelerine artan kan akışıyla ilişkilendirildi. Araştırmacılar TSSB belirtilerinin altında beyin işlev bozukluğunun yatıyor olabileceği sonucuna vardı.
 - *“Kadınlarda zihinsel sağlık üzerine çok boyutlu ikizler çalışması”* (Kendler, Myers & Neale, 2000). Kadın ikizlerden oluşan 794 çiftlik bir örneklem, sağlıklı psikolojik işleyişte genetik ve çevresel etmenlerin kavrayışını sağlamak için, zihinsel sağlığın altı boyutunda incelendi. Bulguları açıklamak için “en iyi uyum modeli”, %16’dan %49’a dek uzanan kalıtsal katsayılarla genetik etmenler önemli olsa da, aile çevresinin madde bağımlılığını, kişilerarası ilişkileri ve toplumsal desteği güçlü bir biçimde etkilediğini öne sürdü. Yüksek zihinsel sağlık endeksine sahip, çok sayıda alanda iyi işlev gören bireyler genetik etmenlerin şanslı bir bileşimine sahipti ama aile çevresi de kadınlarda zihinsel sağlık konusunda önemli katkıda bulundu.
-

Felsefi Destekler ve Varsayımlar

Nörobiyolojik yaklaşımın felsefi destekleri, bilginin mantıksal bir tümdengelim yaklaşımıyla biriktiğini varsayar. Bu, aslında, altta yatan fizyolojik alt tabakayla kişiliği açıklayabileceğimizi varsayan, Locke tarzında bir bilimsel açıklamadır. Bu tür bilimsel indirgemecilik, insanın kişilik işleyişinin benzersiz karmaşıklığını açıklayamayabileceğinden ötürü sınırlılıklar taşıyabilir. Alanın bilinci tanımlamada yaşadığı güçlük (4. Bölüm), biyolojik alt tabakadan daha yüksek psikolojik süreçlere doğru ilerleme güçlüğüne bir örneğidir, en güç olanı da bilinci açıklamak olmuştur. Hızlı ilerlemeler ilgi çekicidir ve gelecekteki kişilik kuramlarının manzarasını kesinlikle biçimlendirecektir.

Normal-Anormal Farkıyla İlgili Görüşler

Neyin normal neyin patolojik olduğunu temsil eden iyi tanımlanmış birtakım kriterler bulunmaktadır. Şüphesiz, normal kişilik işleyişi, bozulmamış bir nörobiyolojik sistemi gerektirir. Anormal işleyiş, nörobiyolojik sistemden ödün vermekle ilişkilidir. Nörobiyolojik bakış açısından, ağır beyin yaralanmasının ve diğer bedensel koşulların kişiliği değiştirdiği açıktır. Bununla beraber, inme geçiren pek çok hastanın temel kendilik algısını koruması bazen açıklamaları kifayetsiz bırakır. Bu modelin nörokimyasal, nöroanatomik ve etkileşimsel çevresel yönlerini kavramanın karmaşıklığı, kayda değer bir araştırma çabası ve zaman gerektirecektir. Kuramsal olarak bilim ilerledikçe, normallik görüşü sinir sisteminde mevcut olan nörotransmitter düzeylerine doğrudan girebilir. Çok az dopamin ya da çok fazla serotonin anormal durumlara işaret edebilir. Bu sistemlerin karmaşıklığını ve davranışları çeşitli nörotransmitterlere indirgemenin güçlüğüne anlamaya başlıyoruz. Davranışların, duygulanımların ve kişilerarası ilişkilerin çeşitli görünümelerini nörobiyolojik bağıntılar kullanarak ölçen ve gözlemleyen bu model, normal-anormal kişilik yelpazesine dair mevcut kavrayış sistemlerimize meydan okur.

Değerlendirme Stratejileri ve Araçları

Sinirbilimin MRI, CT ve PET taramaları gibi araç ve teknikleri heyecan verici olsa da, bazıları sadece beynin haritasını çıkarmanın bu pahalı tek-

nolojilerin en etkin kullanımı olmadığına inanır. Denekler çeşitli görevleri yerine getirirken “aydınlanan” beynin alanlarının haritasını çıkarmak, beynin işlevini ve kişiliği kavrayışımıza anlamlı bilgi eklemede, frenolojinin ilk girişimlerinden çok da farklı olmayabilir. Her ne kadar bu araçlar gelecek için büyük vaatlerde bulunsa da, hâlihazırda kişiliği değerlendirmede, bunların çok az doğrudan uygulama alanı bulunmaktadır.

Bununla beraber, öngörülebilir gelecekte, genetikteki ilerlemeler, çeşitli kişilik kırılganlıklarının değerlendirilebileceği ve böylece onarım ve önlemenin mümkün olabileceği noktaya erişecektir. Profillerin geliştirilmesi ve kimyasal başkalaştırmaların önerilebilmesi için, çeşitli nörotansmitterlerin metabolitlerini kimyasal olarak çözümleyebilecek nörobiyolojik testlerin çıkması olasıdır.

Modelin Uygulaması

Nörobiyolojik modelden çıkan terapi yaklaşımları, beyindeki eksikliklerin nörokimyasallarla dönüştürülmesini vurgular. Bu nedenle, kronik utangaçlık ya da reddedilmeye karşı hassasiyet gibi kişilik sorunları olan bireyler, dopamin sisteminin işleyişini zenginleştiren psikotropik ajanları almanın olası adaylarıdır. Psikofarmakoloji alanındaki önemli ilerlemeler klinisyenlerin Bipolar Bozukluk gibi feci durumları, diğer majör duygulanım bozukluklarını ve çoğu zaman yaşam boyu hastaneye kapatılmaya neden olan Şizofreniyi tedavi etmesine imkan verdi.

Günümüz psikiyatrik tedavisi, çeşitli klinik durumları tedavi etmek için, sinirbilimdeki birçok ilerlemeye güvenir. Bu ilerlemelerin birçoğu, psikoz biçimleri ve majör duygudurum bozuklukları gibi kronik zihinsel bozuklukların tedavisinde dönüm noktaları yaratmıştır. Sosyal fobi, kaygı ve kişilik bozuklukları gibi görünüşte daha az güçten düşüren diğer bozukluklar için de kaydedilen ilerlemeler önemlidir. Örneğin utangaçlık, sosyal kaygı ve kaçınan kişilik geçmişine sahip biri, bu modeli benimseyen ruh sağlığı uzmanları tarafından farmakolojik ajanlar kullanarak tedavi edilebilir. Dışa vurulan belirti örüntülerini hedefleyen ilaçlardan oluşan bir reçete kombinasyonu hazırlanabilir. Tipik bir tedavi yaklaşımı olarak, kaygıyı ve böylece sosyal huzursuzluğu azaltmak için kaygı karşıtı ajanlar eklenebilir. Kaygı ilacının etkisini arttırmak için bir antidepresan ilacı kullanılabilir; böylece bu kişilerde sık görülen, altta yatan reddedil-

me hassasiyeti azaltılabilir. Tecrübeli psikofarmakologlar, altta yatan mizaca bağlı kırılganlığı anlamaya ve uygun ilaçlarla onarmaya çalışarak, gelişmenin daha az ödün verilmiş bir tarzda ilerlemesine imkan sağlanabilir.

Her ne kadar ilaç yazmanın dayandığı birtakım araştırmalar varsa da, ilaç önerme ya da ilaçları birleştirmenin büyük bölümü de klinik deneyime dayanır. Çoğu zaman birden fazla ilaç reçetelendirilir ve bazı bileşimler diğerlerinin eylemlerini güçlendirir. Tipik olarak, ilaç tedavisine ek olarak, işlevsiz davranış örüntülerini değiştirmek konusunda ek yardım almak için birçok hastaya psikoterapi önerilir. Fakat çoğu zaman bu gerçekleşmez; gitgide daha fazla pratisyen hekim, zihinsel sağlık sorunları için ilk adımda başvurulanan klinisyenlerin rolünü üstlendikçe, birçok hasta psikoterapi bileşeni almamaktadır.

Modelin Güçlü Yönleri ve Sınırları

Bu modelin *gücü*, karmaşık hücresel süreçlerden toplumsal sistemlere dek kişiliği ve bunların karşılıklı olarak nasıl ilişkili olduğunu kavrama vaadinde yatar. Bu ürkütücü bir görevdir. Bu aşamada heyecan düzeyi yüksek olmakla beraber, araştırmacılar ve kuramcılar, kapsayıcı nörobiyolojik modellerin geliştirilmesinin başlangıç safhalarında. Bu modelin *gücü* kronik zihinsel hastalıkların tedavisinde kaydedilen ilerlemede görülebilir. İnsanı zayıf düşüren zihinsel hastalıkların ilaçla daha etkin bir biçimde tedavi edilmesi yönünde, evrimin hiçbir aşamasında olmadığı kadar büyük bir umut vardır. İlaç şirketleri kaynaklarının büyük bir kısmını, daha az yan etkiye ve daha büyük bir güce sahip, yeni ve daha etkili farmakolojik ajanları ortaya çıkarma girişimlerine harcamaktadır.

Muhtemelen bu modelin *gücü*, tek başına ayakta duran bir kişilik kuramı olmasında değil, bu metinde sunulan diğer modelleri nasıl bilgilendirdiğindedir. Kişiliğin nörobiyolojik alt tabakalarının anlaşılması, kuramsal modeller için daha zengin bir temel sağlar. Biyopsikososyal matrikse sağlam bir biçimde demir atmayan modeller, kişiliği belirleyen değişken kümelerinin karmaşık sıralanışını uygun bir biçimde yansıtamaz.

Bu modelin bir *sınırlılığı*, kişiliğin ve bilincin, beynin nörokimyasal süreçleriyle tamamen açıklanabilir olup olmadığı sorusuyla ilişkilidir. “Belli organik belirtilerle doğrudan ilişkili birkaç düzgün sınırlı lezyon hariç,

nörolojik hasarla psikopatolojiyi ilişkilendiren veriler su götürür niteliktedir” (Millon & Davis, 1996a).

Bir başka sınırlılık, bu modelde kültürel farklılıklara doğrudan hitap edilmemesidir. Evrimsel bakış açısının eklenmesiyle birlikte, kişilikteki kültürel farklılıklar nörobiyolojik etmenlerle çevresel talepler arasındaki etkileşimi yansıtır.

Dahası, alandakiler ve bu araştırma hattına karşı eleştirel olanlar tarafından gündeme getirilen önemli ahlaki sorunlar da bulunmaktadır. Bizi belli kişilik özelliklerine yatkın kılan genetik etmenlerin belirlenmesi kaçınılmazdır. Teknoloji hazır olduğunda, sorun, bu bilginin toplum tarafından nasıl kullanılacağı noktasına gelir. Gizli bilginin artık ulaşılmaz olmadığı bir noktaya ulaşmak üzereyiz. Sağlık, yaşam ve özürlülük sigortası başvurularında, sigorta şirketleri rutin olarak sağlık uzmanlarından hem bedensel hem de zihinsel sağlık tedavilerinin ayrıntılı bilgilerini istemektedir. Bireylerin genetik profillerinin istendiği günü hayal etmek abartmak değildir. Diğer “büyük birader” sorunları, etik ve dinin baş edebileceğinden daha hızlı bir biçimde belirlemektedir. Önceden belirlenmiş bir kişilik profiliyle örtüşen klonlardan oluşan bir ordu yaratma teknolojisinin mevcut olduğu bir gün gelebilir. Geçmişte belirli kültürler üstün savaşçıların gelişimini teşvik ediyordu, Spartalıların çocukluktan itibaren azılı savaşçılar olmaya teşvik edildiği gibi. Kısa sürede, birinin tercihlerine göre tasarlanmış yurttaşlar ya da çocuklar geliştirecek teknolojiye sahip olabiliriz. Teorik olarak, sosyopat kişiliğe dayalı bütün bir ülke geliştirilebilir; muhtemelen bu kişilik modeline içkin tehlikeleri barındıran başka hiçbir model yoktur. Hızla ilerleyen kişilik teknolojisinin kullanımı için ahlaki rehberler geliştirmek toplumun ve hepimizin önündeki güçlüklerden biri olacaktır. Kramer (1993) gelecek için hem umudu hem de tehlikeyi özetler: “Bu sonuçları üreten araştırmaların hedefi kişiliği değiştirmek olmayacaktır. Ama mizacın nörosivilar tarafından yönetildiğine bir kez inandıktan sonra, zihinsel hastalıkların tedavisindeki ilerlemeler ile mizacı başkalaştıran ilerlemeleri ayırmak diye bir şey söz konusu olamaz. Beyindeki belli aktarım örüntülerini değiştirmede uzmanlaştıkça, kişiliğin normal değişkenlerinin temelini yeniden biçimlendirmede de uzmanlaşmış olacağız. Yeni ilaçlar hem doğuştan gelen yatkınlıkları değiştirebilecek hem de kişiliğe yönelik travmatik hasarı onarabilecektir” (s. 184).

Nörobiyolojik kişilik modelleri, Yunanların dört sıvı formülasyonuna kulak vermiştir. Birçok model, erken dönemdeki mizaç çeşitlenmesine dayanır. Mevcut nörobiyolojik modeller, kişiliğin dışavurumunu açıklamak için, biyolojik temelli çeşitlenmeyi psikolojik etmenlerle bağlantılandırmaya girişir. Belli nörotransmitterler çeşitli kişilik özellikleriyle ilişkilidir ve bireyi belli bir yapılandırmaya eğilimli kılabilir. Örneğin nörotransmitter yetersizliklerine dayanan duygusal işlevsizliğe eğilimli olanlar borderline kişilik geliştirebilir.

Mizacın boyutları ölçülebilir ve bebeklerin çeşitlemeleri puanlandırılabilir. Nörobiyolojik modellerde bunun kişiliğin temellerinden biri olduğu düşünülür. Mizacın kendini nasıl ifade ettiği ve ebeveynlik tarzlarıyla uygunluğu, uyuma düzeyi olarak adlandırılır. Buss ve Plomin etkinliği, duygusallığı ve sosyallığı içeren üç etmenli bir mizaç modeli ortaya koydu. Cloninger'in birleştirilmiş kişilik kuramında yenilik arayışı, hasardan kaçınma ve ödül bağımlılığı yer alır. Siever'in boyutsal modeli bilişsel/algısal örgütlenmeyi, dürtüsellığı/saldırganlığı, duygulanım istikrarsızlığını ve kaygı/ketlenmeyi içerir. Bu modeller söz konusu etmenleri ve boyutları altta yatan nörobiyolojik yapılarla ve nörotransmitter işleviyle bağlantılandırmaya çalışır. Travmanın kişiliği başkalaştırmadaki nörobiyolojik etkileri belgelenmiştir. Davranışsal genetikçiler, belli kişilik özellikleri için altta yatan genetik mekanizmaları yalıtma ile ilgilenir, her ne kadar bu özelliklerin ifade edilme biçimi (fenotip) çevre tarafından etkilense de. Kişilikteki farklılığın yaklaşık %30'u genetik etmenlere atfedilebilir. Psikobiyoloji alanındaki ahlaki sorunlar hızla çok karmaşık hale gelmektedir ve insan genomunun haritalandırılmasının ufkunda olan ilerlemelerle baş etmek için etikçilerin yardımı gerekecektir.

Okuma ve Dinleme Önerileri

Kramer, P. D. (1993). *Listening to Prozac: A psychiatrist explores antidepressant drugs and the remaking of the self*. New York: Viking/Penguin Books.

National Institute of Mental Health. (1995). *The neuroscience of mental health II: A report on neuroscience research: Status and potential for mental health and mental illness*. Rockville, MD: U.S. Department of Health and Human Services.

Sapolsky, R. M. (1998). *Biology and human behavior: The neurological origins of individuality*. Springfield, VA: The Great Courses on Tape, The Teaching Company Limited Partnership. (1-800-832-2412).

Çağdaş Psikodinamik Kişilik Modelleri

Giriş

Belli Başlı Tarihsel Şahsiyetler

Nesne İlişkileri ve Kendilik Psikolojisi Kuramları

Winnicott: Bağlanmanın Önemi

Kohut: Narsisizm ve Kendilik

Modern Toplumda Boş Kendilik

Erikson: Kimlik Gelişimi

Hartmann: Benlik Psikolojisi

Kernberg: Nesne İlişkileri Kuramı

Çok Yönlü Kişilik Kuramı

Karakter ve Kişilik Bozuklukları için Kısa Süreli Dinamik Tedavi
Modelleri

Bütüncül Kuramın Çağdaş Psikodinamik Modeli

Malan'ın Kuramsal Atılımı

Çatışma Üçgeni: İntrapsişik Matriks

Savunmaların Sınıflandırılması

Kaygı: İnsan Varoluşunun Her Yerde Karşımıza Çıkan Bir Yönü

Hisler: Kişilerarası İlişkilerde Hayatta Kalma Sistemimiz

Duygusal Gelişimin Önemi

Kişiler Üçgeni: Kişilerarası Matriks

Üçgenleri Kullanarak Kişilik Gelişimini ve Örgütlenmesini Açıklamak

Kişiliğin Yapısal, Kategorik ve Gelişimsel Gruplandırmaları

Karakter Tanısı

Çağdaş Psikodinamik Modellerin İlkeleri

Felsefi Destekler ve Varsayımlar

Normal-Anormal Farkıyla İlgili Görüşler

Değerlendirme Stratejileri ve Araçları

Modelin Uygulanması

Kültürel Etkiler ve Farklılıklar

Modelin Güçlü Yanları ve Sınırlılıkları

Özet

Okuma Önerileri

Giriş

Çağdaş psikodinamik kişilik modelleri, psikanalizin gelişiminin başlangıcında ve kişilik kuramında çok etkili olan Freud'un psikoseksüel kişilik modelinden bu yana kayda değer bir biçimde evrildi. Kavramsal gelişmeler özgün psikanalitik modeli genişleterek, **kendilik** kavramını dahil etti ve insan gelişiminin temel bir yönü olarak **bağlanmanın** önemini yerleştirdi.

Çağdaş psikodinamik kuram İkinci Dünya Savaşı'ndan sonra ya da yirminci yüzyılın yaklaşık ikinci yarısında belirdi. Modern insanlık durumunu daha eksiksiz bir biçimde nitelendiren değerli kavramlar ve kuramsal sistemler ileri sürüldü. Sosyokültürel etmenlerin insan deneyimi üzerinde derin etkiye sahip olduğu görüldü. Yirminci yüzyılın hızla değişen kültürel, bilimsel ve siyasi manzarası, kendiliğin kaybına ya da parçalanmasına neden oldu. Viktoryen toplumun kültürel etkisiyle gelişen psikanalitik kuramın, klinik uygulamada olduğu kadar toplumda da tanık olunan şeyleri artık uygun bir biçimde açıklayamadığı görüldü. Kişilik bozuklukları, bu her an değişen sanayileşmiş bağlamda daha önem kazandı. Cushman (1992) bu toplumsal etkiyi betimler: "İlk olarak, süregiden topluluk deneyimlerinin, anlamlı geleneklerin, dini ve felsefi kesinliğin yokluğu içsel olarak deneyimlendi. İkincisi, iktisadî durgunluk ya da bunalımı önlemek için, çağdaş kapitalizm, zorunlu olmayan ve hızla modası geçen tüketici ürünlerinin sürekli olarak satın alınmasının yolunu bulmak zorundaydı. Kapitalizm bunu kolay krediye dayalı iktisadî gelişimle ve kendiliği yiyip bitiren tatmin edilemez bir duygusal açlık inşa ederek başardı" (s. 54).

Belli Başlı Tarihsel Şahsiyetler

Çağdaş psikodinamik kişilik modellerine önemli katkıda bulunanların birçoğu Üçüncü Bölümde gözden geçirildi. Melaine Klein, W. R. D. Fairbairn, Margaret Mahler, Annie Reich gibi pek çokları nesne ilişkileri kuramının gelişimine de katkıda bulundu (Buckley, 1986). Hem psikoterapide hem de bireysel gelişimde ilişkisel matriksin önemini vurgulamaya başlayan bağlanma kuramcıları nesne ilişkileri hareketini tetikledi. Çocuk

terapisinde gerçekleştirdiği öncü çalışmalarından ötürü, Klein pekala nesne ilişkilerinin annesi olarak düşünülebilir. Mahler de ortakyaşam



[simbiyoz] ve bireyleşme süreçlerinin kimlik gelişiminin asli yönleri olduğunu kavramada etkili oldu (Mahler, Pine & Bergman, 1975). **Ortakyaşam**, çocuğun farklılaşmamış olarak kaldığı anne-bebek ilişkisini anlatır; **bireyleşme** bebeğin git-gide artan bir biçimde ayrı hale geldiği süreçtir. Çok hızlı meydana gelen ayrılma çok fazla kaygıya neden olur ve bu nedenle normal **ayrılma-bireyleşme** evresinde aksaklığa neden olabilir.

Nesne İlişkileri ve Kendilik Psikolojisi Kuramları

Winnicott: Bağlanmanın Önemi

D. W. Winnicott (1896-1971) nesne ilişkilerinin babası olarak düşünülür. Winnicott, Psikanaliz Enstitüsü öğrencisi olarak, Melaine Klein ve Anna Freud'un çalışmalarını keşfetmiş bir pediatristti (D. W. Winnicott, 1988). Çocuk analisti olan Winnicott, yoğun bir biçimde çocukları ve daha sonra da psikotik hastaları inceledi. Bu gerilemiş yetişkin hastaları inceleyerek ilk bebeklik dönemi psikolojisi hakkında birçok şey öğrenebileceğini düşünüyordu. Nesne ilişkileri kuramı, saldırganlığın insanların içgüdüsel örgütlenmesinin parçası olduğunu varsayan klasik yapısal dürtü kuramından ayrıldı. Winnicott saldırganlığı bağlanmadaki aksamanın sonucu olarak gördü. Onun kuramsal inşaları İkinci Dünya Savaşı'ndan sonra geliştirildi. "Ağır basan sorun, yalnız hissetmeksizin bağımsız yaşamak, kullanılmaksızın işbirliği yapmak ve verebilmek, yutulmaksızın ya da çelmelenmeksizin başkalarıyla birlikte yaşamak, onlardan bir şey almak ve onlara dayanmakla ilgilidir" (Cushman, 1992, s. 51). "Winnicott'ın Freud'a (özellikle bilinçdışı, çocukluğun ilk dönemlerindeki gelişim ve aktarım kavramları) ve Klein'a (içsel nesneler, bebeğin ilkel hisleri ve fantezinin değeri kavramları) borçlu olduğu aşikardır ama en çarpıcı olan Winnicott'ın her ikisinden de sapmasıdır" (s. 50).

Winnicott bebeğin, anne-bebek ikilisinin bağlamı dışında görülebileceğine inanmıyordu. Çocuğun yaşamının başlangıcını anne-bebek birimi

olarak kavramsallaştırdı. “Bebek diye bir şey yoktur” demesiyle ünlüdür; bebeği anlatırken ikiliyi anlattığınızı ileri sürdü (Rayner, 1991, s. 60). Kendiliğin çocuk ve ebeveyn arasındaki ilişki bağlamında geliştiğini, yakınlık kurma ile ayrılmayı arzulama arasında temel bir mücadele olduğunu düşünüyordu.

D. W. Winnicott insan gelişimini ve kişiliği belirleyen etmenlerin çokluğunu anladı ama yine de çok sayıda bakış açısından ortaklıkları bulmaya girişti. *Human Nature* [İnsan Doğası] (1988) eserinin girişinde, çocuğa dair çokdisiplinli arayışı hakkında yazdı:

Çocuğun bedeni pediatriste aittir.

Ruhu dinin rahibine aittir.

Psikesi dinamik psikoloğa aittir.

Aklı psikoloğa aittir.

Zihni filozofa aittir.

Psikiyatri zihinsel bozuklukta hak iddia eder.

Kalıtımı genetikçiye aittir.

Ekoloji sosyal çevreyle ilgilenir.

Sosyal bilim aile ortamını ve onun toplumla olduğu kadar çocukla ilişkisini inceler.

İktisat, çatışan gereksinimlerden doğan gerilimleri ve baskıları inceler.

Kanun, antisosyal davranış karşısında kamunun intikamını düzenlemek ve insancıllaştırmak için müdahale eder. (s. 7)

Gözden geçirdiğimiz üzere, kapsamlı bir kişilik kuramı çokdisiplinli bir bakış açısını gerektirir ve Winnicott çoklu bakış açılarına inancıyla bir öncüdür. Evrensel olarak açıklayıcı kuramsal yapılarla, bu yönde önemli katkı sağlamıştır. D. W. Winnicott (1988) bütünleştirici bir kuram geliştirmenin önemini kavramıştı: “Bir psikoloji kuramı formüle ederken bütünleşmeyi verili kabul etmek gayet kolaydır ama insanın gelişiminin ilk aşamalarını incelerken bütünleşmeyi bir başarı olarak düşünmek gerekir. Bütünleşmeye doğru bir biyolojik eğilim olduğuna şüphe yoktur ama insan doğasına dair psikolojik incelemelerde büyümenin biyolojik yönüne fazla yaslanmak hiçbir zaman tatmin edici sonuç vermez” (s. 116).

“Yeterince iyi anne”: Winnicott’un en iyi bilinen kavramlarından biri, sağlıklı ve sağlıklı kendiliklerin gelişimini anlamada çok yararlı olan **yeterince iyi anne** kavramıdır. Şöyle anlatır:

Bu terim, ilk bebeklik dönemindeki bağımlılığı anlatırken kullanılır. Bu terimden anlaşılan, zihinsel sağlığın anne tarafından kurulması gerektiğidir; sağlıklı haldeyken, bebeğinin anbean ihtiyaçlarını karşılama kapasitesini barındıran anne. Bebeğin ihtiyaç duyduğu şey mükemmel annelik değil, yeterince iyi uyum sağlamadır; bu yaşayan ortaklık kapsamında, anne kendini geçici olarak bebeğiyle özdeşleştirir. Annenin bebeğiyle gerektiği kadar özdeşim kurabilmesi için dış gerçeklikten korunması gerekir ki sadece bebeğiyle meşgul olabildiği bir zamanı olsun. Bebeğin bağımlılıktan bağımsızlığa geçiş hızına göre annenin bu yüksek düzeydeki özdeşimden kurtulabilmesi için sağlıklı olması, yani kafasını bebekle marazi düzeyde meşgul etmeye meyilli olmaması gereklidir. (C. Winnicott, Shepherd & Davis, 1989a, s. 44)

Yeterince iyi anne kavramı, birçok klinisyen ve kuramcıya doğru gelir. Sağlıklı çocuk sahibi olmak için “mükemmel” ebeveyn olmak zorunlu değildir; bu ölçülebilir bir şey olmasa da, basit gelişimsel ilerlemenin temel gereksinimlerini karşılayacak ölçüde ebeveynlik yapabilmek önemlidir. Önemli olan, neyin yeterince iyi olduğunun kesin ölçümü değil, belirli bir yetersizlik düzeyinin gelişime gölge düşeceği fikridir.

Boşluk Deneyimi: Winnicott (C. Winnicott ve diğ., 1989a) nesne ilişkileri hakkındaki fikirlerini kullanarak, hastalarının bildirdiği bazı klinik görüngüleri daha iyi anlayıp söze dökebilmiştir. Bazı hastalar derin bir boşluk hissinden bahsediyordu. Winnicott bunun, muhtemelen dil gelişmeden önceki zamanlarda birincil bağlanma nesnesinden/figüründen yanıt gelmemesinden kaynaklı olduğunu düşünüyordu. “Travmayı hatırlamak, hiçbir şey olmadığını (ama aslında bir şeyler olmuş olabilir) hatırlamaktan daha kolaydır hasta için. Zamanında hasta ne olmuş olabileceğini bilmiyordu ve bir şeylerin olmuş olabileceğini belirtmekten başka bir şey deneyimleyemiyordu” (s. 93-94). Nesne ilişkilerinin gelişimi, Ödipal öncesi yetersizlikleri yeni bir mercekten göstermesi ve daha önceki merceklerle göre klinik görüngüleri daha iyi açıklayabilecek olmasıdır. Michael Balint de (1968) bu soruna dikkat çekerek, ebeveyn ile çocuğun aynı frekansı tutturamamasına **temel kusur** adını vermiştir. Bunun, kişinin kendisinde bir şeylerin yanlış ya da arızalı olduğu yönünde kronik bir hisse neden olduğunu düşünüyordu.

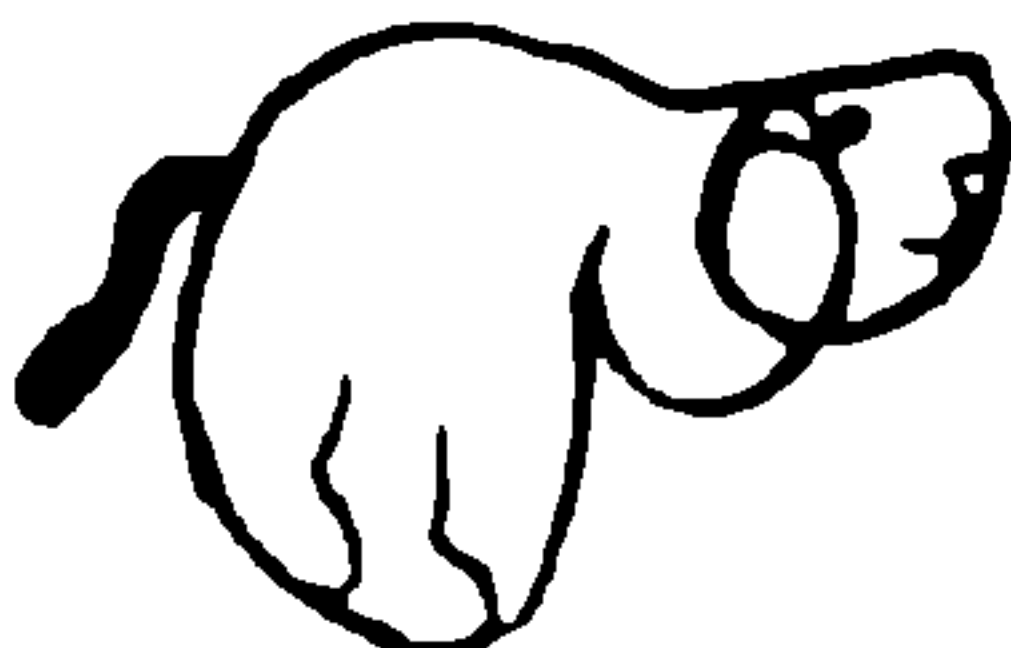
Eğri Büğrü Oyunu

Winnicott, kuramda ve klinik uygulamada birçok yenilik geliştiren, oldukça saygı duyulan bir klinisyendi. Bu yeniliklerden biri, çocukların ve çoğu zaman yetişkinlerin oynadığı yaygın bir oyundur. Winnicott bunu Eğri Büğrü Oyunu [Squiggle Game] olarak terimleştirdi. Bunu “çocuk hastayla temas kurmanın bir yöntemi olarak” tanımladı (C. Winnicott ve diğ. 1989b, s. 300). Bunun, çocuğun kişiliğinin farklı yönlerini keşfetmek için tehdit edici olmayan bir yol olduğunu düşünüyordu. Winnicott bu prosedürü betimler:

“Hastanın gelmesinden sonraki uygun bir anda, genellikle ebeveyn den bekleme odasına gitmesini istedikten sonra, çocuğa ‘Bir şeyler oynayalım. Ne oynamak istediğimi biliyorum ve sana göstereceğim’ derim. Çocukla arama bir masa, üstüne de kağıt ve iki kurşunkalem koyarım. İlk olarak, kağıtların birazını alıp ortadan ikiye yırtar, yaptığımız şeyin deli gibi önemli olmadığı izlenimini verir ve açıklamaya başlarım. ‘Oynamayı sevdiğim bu oyunun hiçbir kuralı yok. Kalemimi alır ve bu şekilde ilerlerim...’ derim ve körlemesine eğri büğrü bir şeyler çizerim. Açıklamama devam ederim ‘bu senin için bir şeye benziyor mu ya da onu herhangi bir şeye çevirebilir misin bana göster, sonrasında sen de benim için aynısını yap, bakalım ben de seninkinden bir şey çıkarabilecek miyim’ derim. (C. Winnicott ve diğ., 1989b, s. 301-302; ilk baskısı 1968)



4 yıl 7 ay



7 yıl 8 ay



8 yıl 10 ay

Psikonevroz ve Normal Gelişim: Winnicott'un kişiliğin gelişiminin normal ve nevrotik yönlerine dair kavramsallaştırmaları yazılarında açıkça belirtilir: "Normallik nedir sorusu ortaya çıkar. Diyebiliriz ki sağlıklı birey kişisel psişik gerçekliğinin katlanılamaz çatışmalarına karşı savunmalarını örgütleyebilmektedir ve fakat psiko-nevroz hastası olan kişiden farklı olarak, içgüdülerin geniş çapta bastırılması ve ketlenmesinden azadidir. Ayrıca sağlıklı birey tüm savunma tarzlarını kullanabilir, birinden birine geçebilir ve hasta kişide görülen katı savunma örgütlenmesini sergilemez" (C. Winnicott ve diğ., 1989a, s. 71). Winnicott'un sağlıklı ve sağlıklısız birey arasındaki sınırının, savunmaların nasıl örgütlendiğine göre çizildiği görülebilir. Freud gibi Winnicott da kişinin savunma sisteminin katı değil de esnek olmasının daha sağlıklı olduğuna işaret ettiğini düşünüyordu. Sağlıklı kişi yaşama içkin olan çatışmaları kaldırabilir ve duygusal kendilikle temasını sürdürebilir: "Bütün bunları söyledikten sonra, klinik olarak gerçekten sağlıklı bireyin psiko-nevrozdan ziyade depresyona ve deliliğe daha yakın olduğunu ileri sürmek istiyorum. Psiko-nevroz sıkıcıdır. Kişinin öfkelenebilmesi, ciddi olabilmesi, mizahın sağladığı rahatlamanın tadını çıkarabilmesi ve tabiri caizse psikozla flört edebilmesi ne büyük rahatlama değildir. Modern sanat aracılığıyla, akıl sağlığını teşkil eden süreçlerin, psiko-nevrotik savunma örgütlenmelerinin ve önce güvenlik ilkesinin tersine çevrilmesini deneyimliyoruz" (s. 71).

İyi ve Kötü Nesneler: Nesne ilişkileri kuramcıları "iyi" ve "kötü" nesneler terimlerini kullanır. Bu kısmı yazdığım sırada, dört yaşındaki kızım bu kavramları hoş bir biçimde betimledi. Ona, yatağa gitmeden önce dişlerini fırçalaması ve pijamasını giymesi gerektiğini hatırlattığımda, "senden nefret ediyorum" ilanında bulundu. Bu görevler tamamlandıktan sonra, bana karşı nefret dolu duygularına rağmen, uyumadan önce ona kitap okudum, bu sefer "seni seviyorum" ilanında bulundu. Yaklaşık 15 dakika içinde, nasıl nefretten sevgiye geçilebilir? Farklılaşmamış ve özerk olmayan çocuklar kolayca bu kaymayı yapabilir. Birey geliştikçe ve diğerlerinin olumlu ve olumsuz yönlerini bütünleştirmeye başladıkça, bu tür kaymalar bu kadar belirgin olmaz. Bazı kişilik bozukluklarında, özellikle borderline bozuklukta, bölme olarak adlandırılan bu kayma yetişkinlikte de devam eder.

Kohut: Narsisizm ve Kendilik

Heinz Kohut (1913-1981) bazı açılardan Winnicott'un modeline benzer bir model geliştirdi; özellikle **narsisizm** olarak bilinen kişilik bozukluğu kategorisinde, kişilik gelişimini anlamaya dair bazı önemli yeni yollar önerdi (Ornstein, 1978b). Millon ve Davis'e göre (1996a), "Kohut'un odağı öncelikli olarak, kırılğan ve parçalı durumdaki bebeklikten istikrarlı ve tutarlı yetişkin yapısına dek kendiliğin gelişimi üzerindeydi. Çatışmaların patolojide merkezi rol oynadığına dair klasik analitik görüşlere katılma-yan Kohut, birçok bozukluğun, kendiliğin yapısındaki eksikliklerden kaynaklandığını iddia etti" (s. 52). Kişiliğin gelişiminde biçimlendirici etmen olarak Freud'un psikoseksüel gelişim kavramsallaştırması da red-dedildi. Bunun yerine Kohut, narsisizm dediği doğuştan gelen potansiye-lin olgunlaşmaya yönelik dürtüyü beslendiğini düşünüyordu. Winni-cott'un da öne sürdüğü üzere, birincil bakımverene bağlanma, gelişimin bu aşamasında hayati öneme sahipti.

Diğer birçok psikanalitik kavramda olduğu üzere, Freud'un Ödipal karmaşasında model aldığı Ödipus'un öyküsünde olduğu gibi, narsisizm kavramı da Yunan mitolojisinden çıkarsanmıştır. Narcissus kendi yansı-masına aşık olan ve kendi imgesine mihlanmış halde açlıktan ölen genç bir adamdı.

Freud'un erken dönem kavramsallaştırmasını izleyen Kohut'un for-mülasyonu, narsisizmi libidinal yatırım olarak betimledi (patolojik du-rumlarda, kendilik sevgisine çok fazla cinsel enerji harcanır, diğer ilişkilere yatırım pahasına). Çocuğun ilk deneyimleri anneyle bütünleşmiş hal-dedir ve normal gelişiminde meydana gelen ama patolojik narsisizm bi-çimlerinde meydana gelmeyen "ben-sen" farklılaşmasının öncülüdür (Kohut, 1986). Kohut'a göre, **teşhircilik** tüm dürtülerin narsisistik görü-nümüydü. Bir başka deyişle, arzulanan ebeveyn yanıtını yeniden yaratma hedefiyle, yakınlık ve cinsel tatmin dürtüleri başkalarına değil kendiliğe yöneltilir. Çocuklar normal olarak teşhircidir ve ebeveynin onayını arar-lar. Gelişim ilerledikçe, bu normal ihtiyaç giderek artan dozlarda karşı-lanmamaya başlar. Yine de büyüyen çocuk, ustalık kazanma dürtüsünü ve olgunlaşma işlevlerini sürdürebilmek için "annenin gözündeki ışıltıyı" (s. 69) hâlâ arar. Bireyin sağlıklı narsisistik ihtiyaçları kronik olarak karşı-lanmadığında narsisistik kişilik gelişebilir. "Narsisistik kendilikten gelen

baskılar yoğunsa ve benlik bunları denetleyemiyorsa, kişilik her türden başarısızlık karşısında utanç duyacaktır – kişiliğin ulaşmaya çalıştığı şey ister ahlaki mükemmellik isterse de dışsal başarı olsun (ya da sık sık olduğu üzere sırasıyla birinden biri olsun, zira kişiliğin ne hedeflere ne de ideallere dair sağlam bir yapısı vardır)” (Kohut, 1986, s. 73). Kohut (1971) sağlıklı bireyin özerk, özsaygısı ve özgüveni sağlam olan kişi olduğunu düşünüyordu. Narsisistik kişilerin özsaygısı ise küçümsendiklerini ya da onaylanmadıklarını hissettiklerinde dalgalanmaya müsaittir. Özsaygılarını sürdürebilmek için devamlı dışarıdan onaylanmaya gereksinirler. “Narsisistik kendilik, benlik ve üstbenlik arasındaki etkileşim kişiliğin karakteristik rengini belirler ve dolayısıyla içgüdüsel bir biçimde, kişiliğin diğer temel ilkelerinden ya da niteliklerinden daha ötede, kişinin bireyselliğinin ya da kimliğinin mihenk taşı olarak görülür” (s. 72).

Aynalamanın Önemi: Sağlıklı bir **kendilik sisteminin** gelişmesinin asli yönlerinden biri, **aynalayıcı** bir figürler ilişki kurulmasıdır. Aynalama süreci, birincil bağlanma figürünün çocuğun sergilediği olumlu nitelikleri ve deneyimleri yansıtarak ve olumlayarak geribildirim vermesidir. Bütün çocukların deneyimlerinden duydukları heyecan ve başarıları için özellikle anne figürü tarafından olumlanmaya ve hayran olunmaya ihtiyacı vardır. Aynalama deneyimi gelişimin anahtarıdır. Kohut ve Wolf (1986) süreci şöyle açıklar:

Kendilik bozukluklarının genel anlamda normal kendilik gelişimindeki düşüklükler olduğu düşünüldüğünde, önce normal kendilik gelişimini ana hatlarıyla çıkaracağız. Bebeğin veya çocuğun tam olarak hangi yaşta kendilik geliştirdiğini söylemek zordur. İşin doğrusu, yenidoğanın kendiliğinin olmadığını varsayabiliriz. Yenidoğan belli bir fiziksel çevreye fizyolojik olarak önden uyum sağlamış halde gelir; oksijen, yiyecek, belli bir sıcaklık gibi ortam bileşenleri olmaksızın hayatta kalamaz. Benzer şekilde, psikolojik olarak hayatta kalması için de belli bir psikolojik ortama ihtiyacı vardır, yani yanıt veren-empatik kendiliknesneletine. Çocuğun çekirdek kendiliği, dönüştürerek içselleştirme denen psikolojik yapı oluşum süreci aracılığıyla belli bir kendiliknesnesi ortamında billurlaşır. Bu yapı inşa sürecinin ayrıntılarına girmeden diyebiliriz ki (1) çocuğun aynalama ve idealleştirme ihtiyaçlarının bir önceki aşamada yeterince karşılanmış olması gerekir; (2) aynalayan ve idealleştirilmiş kendilik-

nesnelerinin verdiği yanıtlardaki travmatik olmayan ufak başarısızlıklar sonucu meydana gelir; (3) bu başarısızlıklar sonucunda kendiliknesneleri ve onların işlevlerinin yerini kendilik ve kendilik işlevleri alır.” (s.181)

Kohut, duygusal olarak çocukla aynı frekansı tutturabilen, yanıt veren bir bağlanma figürünün sağlıklı kişilik gelişimindeki merkezi önemini vurgular. Hatta ebeveynin duygusal yanıt verebilirliği sağlıklı beyin fonksiyonlarının gelişmesi için bile gerekiyor olabilir. Küçük düşmenin biyolojisinin beyin için toksik olduğuna, hatta beyin yapısını ve işlevini etkileyebildiğine dair çok fazla kanıt bulunmaktadır (Siegel, 1999). Bölüm 9'da bu temaya dönüp kişilerarası kuramın güncel tartışmalarına bakacağız.

Dönüştürerek İçselleştirme: “Bu nedenle dönüştürerek içselleştirme kavramı, Kohut'un kuramında ve narsisistik kişilik bozukluklarının tedavisinde hayati öneme sahiptir” (Ornstein, 1978a, s. 64). Dönüştürerek içselleştirme, psişik yapıların oluşumunda anahtar özelliklerden biridir. Bu sürecin ana unsurları şunlardır: (1) Psişik yapı içe yansıtmaları özümsemeye açıktır; (2) Hayal kırıklıkları nedeniyle enerjinin bir kısmı geri çekildikçe bu içselleştirilen nesneler parçalanır (yas tutmaya benzer bir biçimde); (3) İçe yansitmalar yavaş yavaş kişiliksizleştirilir ve böylece topyekûn bir özdeşim figürü sağlamaz. Yetişkin bakımverenin parça parça özümсенip metabolize edildiği bu kademeli gelişim sürecinin sonunda içsel bir psişik yapı oluşturulmuş olur. Dolayısıyla içe yansitmaların kademeli olarak özümсенmesi psişik yapıların gelişimi için matriks sağlar. Bunları kavramak güç görünüyorsa, yalnız olmadığınızı bilin: Kohut'a yönelik eleştirilerden biri, kendi kuramına has dil kullanımıydı. Bana esas görünen, çocuğun kademeli olarak ebeveynin özelliklerini almasıdır. İlk başta, ebeveyn matriksinin tümü “iyi” ya da “kötü” olarak alınır; ardından zaman içinde yavaş yavaş iyi ve kötü kısımlar ebeveyne dair tutarlı bir resim şeklinde bütünleştirilir. Bu süreçte çocuk, iyi kısımlar geri çekildiğinde duygulanımı düzenleme ve tutarlı özsaygıyı sürdürme becerisi gibi kendi içsel yapısını geliştirir.

Narsisizmin Tehlikesi Üzerine Kadim Spiritüel Bakış Açısı

Kohut'un fikirlerini diğer bakış açılarıyla, bu durumda bir spiritüel bakış açısıyla karşılaştırmak ilginçtir. *The Four Agreements* [Dört Anlaşma] adlı kitabında, bir Toltec *naqual* (Meksikalı kadim bir ruhsal sağaltıcı) olan Don Miguel Ruiz (1997) atalarından gelen bu bilgeliğin geleneklerini paylaşır. Diğer şeylerin yanı sıra, kişisel mutluluğa ulaşmak için bir şeyleri kişisel olarak almamanın önemini tartışır. Şunları yazar: “Kendini önemli görmek ya da bir şeyleri kişisel olarak almak, bencilliğin azami dışavurumudur, çünkü her şeyin “ben”le ilgili olduğunu farz ederiz (...) Ben, ben, ben, daima ben” (s. 48). Bu kişinin kalın derili olmasını gerektirir; ağır narsisizmi olanlara “kalın derili” denir. Hepimiz, yeni bir kasiyerin kasayı öğrendiği sırada, kalabalık bir kasa kuyruğunda bekleme deneyimini yaşamışızdır. Birçoğumuz zaman zaman kuyruktaki bir kişinin aşırı tepkisi verdiği de tanıklık etmişizdir; kişi öfkelenip düşmanca yorumlar yapmaya başlayabilir. Kohut bunu narsisistik öfkenin bir örneği olarak betimlerdi. Ruiz, o kişinin bir şeyleri kişisel olarak almama becerisinde ustalaşmadığını, yani böyle rastgele “adam yerine konmama” hallerini bile kendisine yönelik olarak algıladığını söylerdi.

Çekirdek Duygulanımlar: Utanç ve Öfke: Kohut'un narsisizm formülasyonu, intrapsişik sistemdeki dengesizliğin dışavurumu olan, utanç ve öfke matriksini öner çıkarır. Bu iki duygulanım narsisizmi anlamamanın anahtar bileşenleridir. Ebeveyn figürleri –kendiliknesneleri– çocuğun ortaya çıkan kendiliğine gereksinilen aynalamayı, takdiri ve onaylamayı sağlamadığında utanç ortaya çıkar. Aynalama, daha önce tartıştığımız gibi, bir başka kişinin duygulanım durumuna yanıt verme becerisidir; bu yolla iki bireyin zihni arasında bağlantı kurulur. Bu şekilde duygusal farklılaşmayı öğreniriz, bu da olumlu bağlanmaları besler. Çocuk, kendini ayakta tutabilmek için **idealize edilmiş ebeveyn imgesini** arzular. Tedavi ilişkisinde ve diğer önemli ilişkilerde açıkça görüldüğü üzere, yetişkinler bu matriksi yeniden oluşturmaya kalkışarak, başka önemli bağlanma figürlerini idealize edebilir. Göreceğimiz gibi, bunun belli bir ölçüde kullanılması özdeşim için önemlidir; ama aşırı derecede kullanılırsa çoğu zaman narsisizmin işaretidir. Kohut'un ifadesiyle “sınırsız teşhircilik” ile dolu olan çocuğun teşhirciliği, **büyüklenmeci kendilik** şeklinde

dışavurulur. Ebeveynlerden karşılık gelmezse, çocuk teşhirci dürtülerini ketlemeye çalışacaktır (Ornstein, 1978b); bu durumda meydana gelen yüz kızarması, utancın acı dolu bir ifadesi olup, takdir görme ve kabullenilme karşısında çocuğun yüzüne renk gelmesinden farklıdır. Dolayısıyla utanç, takdir edilmeyen teşhirci dürtüler ile büyüklenmeci kendiliğin bu arzusunun bastırılmasının birbirine geçmiş halidir.

Narsisizmin diğer çekirdek duygulanımı olan **öfke**, narsisistik incinmelere tepkidir. Ebeveynlerin çocuğun bulunduğu evreye uygun karşılık verememesi, büyüklenmeci kendiliğin sönmesine sebep olur. Bu tür incinmeler yinelendiğinde, hayal kırıklığı sabitlenip kalabilir. Özsaygı kronik biçimde istikrarsız hale gelir. Bu sabitlenme yetişkinliğe dek uzanabilir; incinme karşısında duyulan hayal kırıklığı ve gösterilen öfke önceden yaşa ve evreye uygunken, yetişkinlikte artık uygun değildir. Kohut buna narsisistik öfke der; “savaş ya da kaç” tepkisinin savaşma ögesine benzer.

Narsisistik Öfke: Kohut şunları yazar: “Ayırt edilmemiş biçiminde narsisistik öfke, genel olarak insan davranışını empatik olarak gözlemleyen biri tarafından kolayca saptanabilen, tanıdık bir deneyimdir” (alıntılandığı yer, Ornstein, 1978b, s. 636). Örneğin, klinik uygulamadan bir vakada, narsisistik erkek, eşi akşam yemeğini tam olarak 17:30’da servis etmediğinde, öfkelenerek yiyecek dolu tabağını yere fırlattı ve ardından eşinin yerleri temizlemesini bekledi. İsteddiği tedariki eşinden göremediği için öfkelenen adam, eşinin gecikmiş olmasını büyük bir incinme olarak deneyimledi. Kohut şöyle der: “Narsisistik öfke terimi, biri bizim selamımıza karşılık vermediğinde ya da şakamıza gülmediğinde hissettiğimiz kısa süreli can sıkıntısı gibi önemsiz olaylardan, katatonik kişinin taşkınlığı ya da paranoyak kişinin garezi gibi meşum dengesizliklere dek uzanan geniş bir deneyim yelpazesinin sadece bir dilimidir” (alıntılandığı yer, Ornstein, 1978b, s. 636). Narsisistik öfke dinmezse, bireyin yaralayıcı olarak algıladığı dış dünya üzerinde, gitgide artan bir biçimde denetim kurmaya çalıştığı, kronik narsisistik öfkeye dönüşebilir.

Modern Toplumda Boş Kendilik

Winnicott’un ve Kohut’un kuramsal formülasyonları kişilik kuramından ve psikoterapiden daha geniş içerimlere sahiptir. Bunlar, yirminci

yüzyılda meydana gelmiş bazı toplumsal eğilimleri açıklamak için yararlıdır: “Hem Winnicott’un hem de Kohut’un kuramları, sınırlandırılmış, hükmeden, öznel bir kendiliği betimler; Batı’daki geç modern ve İkinci Dünya Savaşı sonrası kendiliğin bir devamı niteliğindedir” (Cushman, 1992, s. 52). Cushman insan kişiliğine dair bu kavramsallaştırmanın Freudcu kavramsallaştırmadan nasıl farklılaştığını betimler; iç ruhsal dünya dürtüler ve çatışmalarla dolu değil, lakin gizli ya da boş bir kendiliktir. Bu kendilik kavramının, ABD orta sınıfının savaş sonrası dönemde tüketim mallarıyla doldurmaya çalıştığı boş kendiliklerden geldiğini öne sürer: “Günümüzde, birçok psikiyatrik belirti, doldurulmayı bekleyen boş bir kendiliğe işaret eder: aşırı yeme, bağımlılıklar, kişilerarası yalnızlık, kompulsif alışveriş” (s. 53). Toplumumuzdaki tüketimcilik üzerindeki vurgu, kişi ürünleri satın alırsa ve kullanırsa, kendilikte bir dönüşümün meydana geleceğini ima eder. “Öyle ki, tüketim malları, zamanımızın dönüştürücü nesnesi haline gelmiş, tüketmek nihai dönüşümsel süreç halini almıştır” (s. 53).

Erikson: Kimlik Gelişimi

Erik Erikson (1902-1994) çağdaş psikanalizin hem kuramsal hem uygulamaya dönük gelişmelerinde muazzam etkiye sahip bir eğitimci, aydın ve klinisyendi (Erik Erikson, 1970). Erikson’u analiz eden ve danışmanlığını üstlenen Anna Freud, onun alaylı bir analist olma kararını büyük ölçüde etkiledi. Erikson ne tıp ne de psikoloji alanında diploma almamış olsa da, 1950’de *Childhood and Society* (Çocukluk ve Toplum) adlı ilk önemli kitabının yayımlanmasıyla psikanalize büyük bir katkıda bulundu.

Erikson, kültürel güçlerin bireyin büyümesinde ve gelişiminde hayati bir unsur olduğuna inanıyordu. Ortaya koyduğu **epigenetik ilke** uyarınca, kişi sekiz gelişim aşamasından geçmekte, her bir aşamada ustalaştıktan sonra bir sonraki aşamaya geçmektedir. Kişilik gelişimini ve oluşumunu ömür boyu devam eden bir süreç olarak gördü ve her aşamada hakim olunacak yeni güçlükler olduğunu ortaya koydu. Bu aşamalardan geçen insan kişiliği olumlu ve olumsuz kimliklerden unsurlarla kendini yeniden şekillendirir. Erikson’un (1959) anahatlarıyla sunduğu üzere yaşamın aşamaları ve buna karşılık gelen Freudcu psikoseksüel gelişim aşamaları Tablo 6.1’de gösterilmiştir.

Gelişimin bir aşamasındaki başarı ve yaşam krizlerinin çözülme tarzı, zorunlu olarak sonraki aşamayı etkileyecektir. Olumlu ve olumsuz sonuçların dengesi, deneyimlerin uzun dönemli etkisini belirleyecektir. Her aşamada, sonraki aşamalara zemin hazırlayacak olan gelişimsel güçlükler yer alır: ebeveynlerden ayrılma, meslek edinme, evden ayrılma, eş seçme gibi.

Erikson'un şeması çoğu kişinin gelişimlerinde karşılaştıkları güçlüklerle uyar. Bu şema, yirminci yüzyılın başına Freud'un betimlediği psikoseksüel görünümünün ötesinde, kişilik gelişimini anlamada önemli bir ilerleme olarak yaygın bir biçimde kabul görür.

Tablo 6.1 Erikson'un Kişilik Gelişiminin Sekiz Aşaması ve bunlara karşılık gelen Freudcu Psikoseksüel aşamalar

	Erikson	Freud
Bebeklik	Güvensizlik yahut Güven Özerklik yahut Utanç ve şüphe	Oral Aşama Anal Aşama
Çocukluk	Girişimcilik yahut Suçluluk Çalışkanlık yahut Aşağılık hissi	Fallik Aşama Gizil Aşama
Ergenlik Aşaması	Kimlik yahut Kafa Karışıklığı	Erken Genital
Yetişkinlik	Yakınlık yahut Yalıtma Yaratıcılık yahut Durgunluk Benlik Bütünlüğü yahut Ümitsizlik	Sonraki Genital Aşama

Erikson'un eseri, kişinin yaşamında, çeşitli aşamalarda yüzleştiği süregiden gelişimsel mücadeleleri betimlemesi dolayısıyla, İkinci Dünya Savaşı sonrası Batılı zihne daha çağdaş bir yerden seslenmiştir.

Kimliğin Önemi ve Kimlik Krizi: Erikson (1968) kimlik kavramının anlamını netleştirmeye girişmiştir. Kişiliğin son halini bebeklik sırasında aldığını düşünen Freud'un belirlenimci fikirlerinden ayrılıyordu. Erikson kimliğin biçimlendirilmesinde kültürün rolünün yanı sıra kişiliğin biçimlendirilmesinde kimlik krizinin rolüyle çok ilgilendi. Ergenliğin sonlarında ve yirmili yaşlarının başında sık görülen kimlik krizinin, biçimlendirici bir deneyim olduğuna inandı. Erikson, kimlik krizlerinin, Gandhi, George Bernard Shaw, Adolph Hitler ve Martin Luther (1958, 1970) gibi büyük ve ünlü adamların kişilik gelişimini nasıl biçimlendirdiğiyle de özel olarak

ilgilileniyordu; bu adamların kimliklerinin kültürel kuvvetlerle iç içe geçerek, insan türünün radikal dönüm noktalarını nasıl oluşturduğunu anlamaya çalışıyordu (Newsweek, 1970). Erikson, kimliğin “kendiliğin aynı kalacağı ve benliğin sentezleme yöntemlerinin süreceği” hissini taşıdığına inanıyordu (s. 50). Ayrıca “*kişinin bireysellik tarzını* ve bu tarzın, kişinin etrafındaki önemli ötekiler için anlamının aynı ve sürekli kalmasıyla örtüşmesini” dahil ediyordu (s. 50).

Şöhret ve Kimlik – Kızının Bakış Açısından

Erik Erikson, çalışmasını takdir eden birçok kişi için bir kült şahsiyet statüsünü elde etti. *The Atlantic Monthly Dergisi*’nde (Erikson Blo-land, 1999) yer alan, “Fame: The Power and Cost of a Fantasy [Şöhret: Bir Fantezinin Gücü ve Bedeli]” başlıklı bir makalede, Erikson’un kızı, babasının ünlü statüsünün onun ve ailenin üyeleri üzerindeki etkisini ele alır. Kızı babasının duygusal az gelişmişliğinden, şöhretinden ve bu ikisini uzlaştırmakta çektiği güçlükten söz eder: “Bu duygusal olarak kırılgan (kendisinin ya da benim dışarıya gösterilen duygularımızı pek anlamayan ve her ikisinden de korkan) adamlarla olan deneyimimi, büyük Sigmund Freud’un otoritesine meydan okuyan, Freud’un insan doğası hakkındaki temel varsayımlarından bazılarını gözden geçirmeye cesaret eden entelektüel öncü imgesiyle nasıl uzlaştırebilirdim?” (s. 54). Tartıştığımız kendilik kavramsallaştırmalarından bazılarına başvurarak, özel ve kamusal kendilik arasındaki ilişkiyi araştırır: “Ünlü bir insanın kamusal imgesi ile özel hayattaki hali arasındaki ilişkide, doğası gereği, derinden paradoksal bir şeyler bulunmaktadır. Kamusal imge, kendisinin ve yakınındakilerin deneyimlendiği özel hayattaki halinin tersidir. Kamusal imgenin, özel hayattaki kişinin en çok özlediği şeyi yansıttığını söylemek yerinde olabilir. O, ideal kendiliği temsil eder” (s. 54). Erikson’un yaşamını daha fazla anlamak isteyenler için, Lawrence J. Friedman’ın *Identity’s Architect: A Biography of Erik H. Erikson* [Kimliğin Mimarı: Erik H. Erikson’un Biyografisi].

Hartmann: Benlik Psikolojisi

Heinz Hartmann (1913-1981) kişiliğin psikodinamik anlayışındaki bir başka önemli çağdaş gelişme olan benlik psikolojisini ayrıntılarıyla ortaya koymuştur (1958, 1964). Hartmann, benliğe ve onun uyum sağlamadaki rolüne, Freud'un en başta önerdiğinden daha fazla önem atfeder. Benliğin, alt benliğin içgüdüsel güçleri ile üst benliğin değer sistemi ve vicdanı arasında aracılık eden intrapsişik özne olduğunu hatırlayın. Hartmann patolojik işleyiş kadar sağlıklı işleyişi de betimleyen bir kavramsallaştırma sunmakla ilgilendi. Bu, nevrotik uyumlanmanın psikolojisinden farklı olarak sağlıklı işleyişin psikolojisi üzerine düşünme yönünde yapılmış ilk çağrılardan biriydi. Önceden, sağlığın esas ölçütünün belirtilerden azade olmak olduğu düşünülüyordu. Hartmann (1964) o dönemdeki sağlık ve hastalık kavramsallaştırmalarındaki sorunları betimledi:

Son belirtilen (savunma, gerileme, vb. sorunlarıyla bağlantılı) zihinsel sağlık ve hastalık tanımlarına karşı yapmaya zorunlu hissettiğim itirazlar şu şekilde özetlenebilir: sağlığın bu kavramsallaştırmaları, soruna, nevroz açısından fazlasıyla dışlayıcı bir biçimde yaklaşır, hatta daha ziyade bu kavramlar nevroz kıstas alınarak formüle edilmiştir. Nevrozun gelişiminde oynadıkları rolden dolayı tanışık hale geldiğimiz mekanizmalar, gelişimsel aşamalar, tepki biçimleri otomatik olarak patolojik olanın hükümranlılığına sürülür - sağlık, bu unsurların yokluğundan anlaşılır. Ama bu şekilde nevrozlarla kurulan karşıtlık, bu mekanizmaların, gelişimsel aşamaların, tepki biçimlerinin sağlıklı bireylerde ya da sonradan öyle olacakların gelişiminde ne ölçüde etkin olduğunu anlayamadığımız sürece, yani analitik bir "normal psikoloji" var olmadığı sürece bir anlam ifade etmez. (s. 13-14)

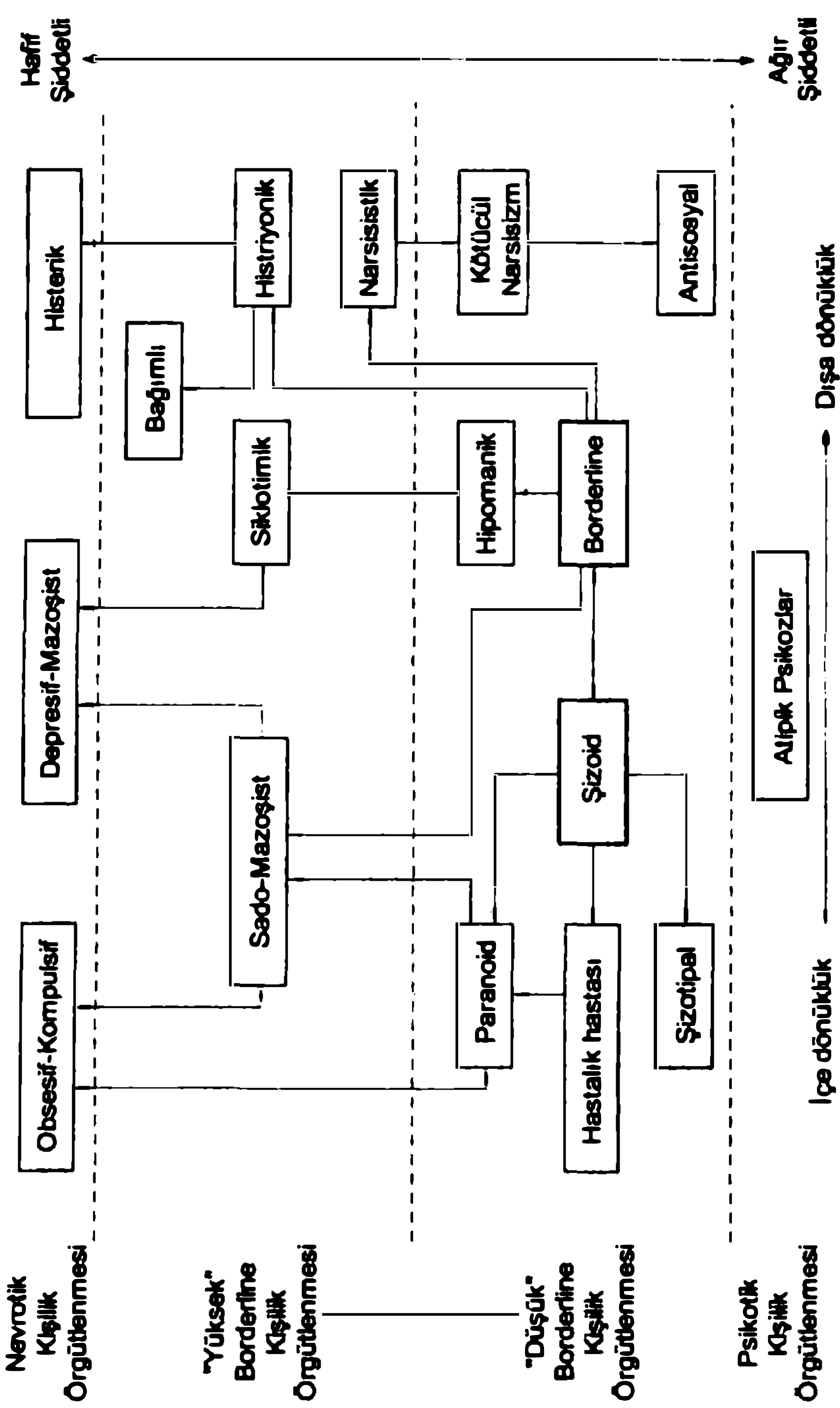
Normal İşlevsellik Biçimleri: Hartmann uyum sağlama [adaptasyon] sorunlarına vurgu yaparak, normal psikolojinin anahatlarını çıkarmaya çalıştı. Benlik, intrapsişik sistemin, kendiliği korumakla ilgilenen kısmı olarak görüldü. Hartmann (1958) şunları yazdı: "İnsanda kendiliğin koruması için birincil öneme sahip hale gelen şey, öğrenme ve olgunlaşmayla gelişen benlik işlevleridir, yani benliğin çevreyle ilişkileri düzenlemesi ve hem çevresel duruma hem psişik sisteme uygun çözümler bulma kapasitesi" (s. 84).

Benliğin Uyum Sağlama Kapasitesi: Hartmann (1958) şunları yazdı: “Genel olarak ifade edecek olursak, insanın üretkenliği, hayattan tat alma becerisi ve zihinsel dengesi bozulmamışsa, onun iyi uyum sağlamış olduğunu söyleriz” (s. 23). Uyum sağlamayı “öncelikli olarak, organizma ve çevre arasında karşılıklı bir ilişki olarak” gördü (s. 24). Ama bu yeterince somut ve ayrıntılı değildi, o yüzden **benlik işlevlerinin** çeşitli yönlerini ayrıntılandırmanın yollarını aradı. Benlik psikolojisi, **benliğin uyum sağlama kapasitesi** denen, sağlıklı işlevselliğin çeşitli yönlerini betimledi. Benlik işlevlerini, esas olarak, çeşitli alanlardaki baş etme mekanizmaları ve kapasiteleri diye tanımlayabiliriz. Benlik işlevleri iyi olan, yani benliğin uyum sağlama kapasitesi yüksek olan biri, dış dünyanın gerekleri ve içsel dürtüler arasındaki dengeyi koruyabilir. Benlik işlevlerinin iyi olması hayal kırıklığı, hüsrana ve diğer stres biçimlerine tahammül etme kapasitesinin olduğu anlamına gelir; savunmalar aşırı derecede kullanılmaz ve savunmalara başvurmaksızın kaygıya tahammül edebilme kapasitesi yüksektir.

Kernberg: Nesne İlişkileri Kuramı



Otto Kernberg (1928-) birçokları tarafından en üretken çağdaş psikodinamik kuramcılardan biri olarak görülür; çalışmaları kişiliği anlama konusunda önemli katkıda bulunmuştur. Kernberg kişiliğe daima ağır kişilik bozuklukları açısından bakmış, mesleki kariyerinin büyük kısmını da bu bozuklukları tedavi etmek ve müdahale sistemlerini geliştirmekle geçirmiştir.



Şekil 6.1

Kişilik Bozuklukları: Karşılıklı İlişkileri. Major Theories of Personality Disorder (Belli Başlı Kişilik Bozukluğu Kuramları), J. F. Clarkin ve M. F. Lenzenweger @1996. Guilford Press izniyle yeniden basılmıştır.

Sınıflandırma Sistemleri Üzerinde Uzlaşmazlık: Kernberg boyutsal ve ya **kategorik** kişilik bozukluğu modelleri kullanılarak yapılan geleneksel kişilik sınıflandırmalarına dayalı araştırma ve kuram formülasyonlarında önemli sorunlar olduğuna inanır. Ona göre, her ikisinde de içkin sorunlar bulunur. O. F. Kernberg (1996, s. 107) Beş Faktörlü Model hakkında şunları yazar: “Bu beş faktör temelinde her bir kişilik bozukluğu için faktöriyel profiller geliştirmek, deneyimli klinisyene ürkütücü gelecek kadar gerçeklikten uzaktır” (s. 107). Her ne kadar ruh sağlığı uzmanlarının kategorik model sayesinde kişilik bozukluklarına vakıf olduğunu düşünse de, bu modele yönelik eleştirileri de vardır: “Bu yaklaşımdaki sorun ... ağır kişilik bozukluklarında eşzamanlı hastalık görülme düzeyinin yüksek olması ve resmi *DSM* sistemine hangi kişilik bozukluklarının hangi etiket altında dahil edilip edilmeyeceğine karar verme sürecinin talihsiz bir biçimde politik hal almasıdır” (s. 108). Bunun yerine Kernberg psikanalitik model üzerine temellenen bir kuramsal sistem benimser. Bu sistemde bozulmuş kişilik psikotik-borderline-nevrotik şeklinde bir tablo üzerinde düzenlenir (bkz. Şekil 6.1). Boyutlar ve kategorilerden oluşan yapılar ile nesne ilişkileri ekolünün gelişimsel kavramlarını birleştiren bu sınıflandırma sistemi, sağlam kuramsal temeller üzerine oturur. Kernberg okuyucuya bir uyarıda bulunur: “Psikanalitik bir araştırmanın var olan sorunları çözeceğini ileri sürmek gibi bir amacım kesinlikle yoktur. Bu noktada kişilik bozukluklarının sınıflandırılmasına dair tatmin edici, bütünleştirilmiş bir psikanalitik model sunamam” (s. 108).

O. F. Kernberg (1996) **psikotik kişilik örgütlenmesini** “kendiliğe ve önemli ötekilere dair algının bütünlükten yoksun olması, yani kimlik dağılması, bölme ve gerçekliği değerlendirme yetisini kaybetme başta olmak üzere ilkel savunma faaliyetlerinin baskın olması” diye tanımlar (s. 118). Ayrıca psikotik düzeyde örgütlenmiş çeşitli savunmaların kullanımını da vurgular (yansıtımalı özdeşleşim, inkar, ilkel idealleştirme, tümgüçlülük, tümgüçlü kontrol, değersizleştirme gibi) (s. 118). Gerçekliği değerlendirme yetisiyle birlikte kaybedilen başka şeyler de vardır: “Gerçekliği değerlendirme yetisi demek, kendilik ile kendi olmayanı, içeriden gelen ile dışsal uyaranı ayırt edebilmek, gerçekliğin olağan sosyal ölçütleriyle eşduyumu sürdürebilmek demketir; bütün bunlar psikozda yitirilir ve bu yitim özellikle sanrılarda, yanılsamalarda gözle görülür hale gelir” (s. 120).

Borderline kişilik örgütlenmesinde de “kimlik dağılması ve bölme başta olmak üzere ilkel savunma faaliyetlerinin hakimiyeti söz konusudur; fakat gerçekliği değerlendirme yetisinin mevcut olması ile psikozdan ayrılır. İdealleştirilen ve zulmedici kısımlardaki kendilik ve nesne temsilleri birbirinden ayırt edilir, ki bu da ayrılma-bireyleşme evresinin bir özelliğidir” (O. F. Kernberg, 1996, s. 120). Ağır vakalarda, benliğin zayıf olması nedeniyle kaygıya tahammül etme ve dürtü denetimi düzeyi çok düşüktür. Bu nedenle iş hayatında tutunmak ve uzun süreli taahhütlerde bulunmak zorlaşır. Kaygıya tahammül edilememesi nedeniyle, tutarlılık ve yaratıcılık kapasitesi hasar görmüştür; kaygının hemen davranışa dökülüp boşaltılmasının yolu aranır (eyleme vurum).

Nevrotik kişilik örgütlenmesinde “normal benlik kimliği ve derinlemesine nesne ilişkileri kurabilme kapasitesi vardır; benliğin gücü yerindedir, kaygıya tahammül edebilme, dürtü kontrolü, yüceltici işlevsellik, işte etkinlik ve yaratıcılık, cinsel sevgi ve duygusal yakınlık mevcuttur, bunlar ancak cinsel yakınlıkla ilişkili belli patolojik etkileşim örüntülerinde ortaya çıkan bilinçdışı suçluluk hisleriyle aksamaya uğrar” (O. F. Kernberg, 1996, s. 121).

Mizaç ve Karakterin Önemi: O. F. Kernberg’in (1996) sistemi, önceden gözden geçirdiğimiz kavramların birçoğunu kullanarak kişiliğin temel yapı taşlarını betimlemeye girişir. Kernberg bu malzemenin birçoğunu kuramsal ilerlemelerin somut bilgisinin yanı sıra klinik uygulamadaki somut deneyimi üzerine temellendiren çok titiz ve bilgili bir işçidir. Eserleri, ileri düzeydeki okuyucular için bile zorlayıcı olmakla beraber son derece iyi formüle edilmiş olup, anlamak için sarf edilen çabaya değerlidir. Kernberg, çok karmaşık görüngüler olarak gördüğü şeyleri yapay bir biçimde basitleştirmeye kalkışmaz. Şunları yazar:

Öncelikle, mizaç ve karakterin kişiliğin en önemli yönlerinden olduğunu söylemek isterim. Mizaç, çevresel uyaranlara yönelik belirli tepkilere doğuştan gelen, büyük ölçüde genetik bir biçimde belirlenmiş yatkınlıkları, özellikle duygulanım tepkilerinin yoğunluk, ritim ve eşiklerini anlatır. Ben, duygulanım tepkilerinin, özellikle doruk duygulanım durumlarındaki tepkilerin kişilik örgütlenmesinin en önemli belirleyenlerinden olduğunu düşünüyorum. Hem olumlu, haz verici, ödüllendirici hem de olumsuz, acı verici, saldırgan duy-

gulanımları harekete geçirilmesiyle ilgili olan doğuştan gelen eşikler, bence, kişiliğin biyolojik ve psikolojik belirleyenleri arasındaki en önemli köprüyü temsil etmektedir (Kernberg, 1994). Mizaç ayrıca doğuştan gelen bilişsel örgütlenme ve motor davranış yatkınlıklarını içerir, örneğin bilişsel işlevlerdeki hormonlardan kaynaklanan farklılıklar, erkek-kadın davranış örüntülerini farklılaştıran toplumsal cinsiyet rolü kimliğinin çeşitli yönleri gibi. Bununla beraber, kişilik bozukluklarının etiyolojisi bakımından, mizacın duygulanımsal yönleri temel önem arz eder. (s. 109-110)

Kişiliğin bir başka önemli unsuru olan **karakter**, benlik kimliği demektir; kendilik kavramı ile önemli ötekilere dair kavrayışın nasıl bütünleştirildiği buna dahildir. Örneğin kişi başkaları tarafından “mağdur edildiğini” düşünüyor, diğer insanları kendi ihtiyaçlarını elde etmek için gerektiği gibi kullanabileceğine inanıyor olabilir. Antisosyal denenen bu karakter tipinde, vicdan duygusunun olmadığı veya başkalarına zarar vermekten ötürü suçluluk hissetme kapasitesinin düşük olduğu görülür. Dolayısıyla, karakter deyince, duygulanımı, savunma işleyişini, nesne ilişkileri seviyesini düzenleme yetileri gibi benlik işlevleri ve yapıları işin içine girer.

O. F. Kernberg’in (1996) bakış açısından kişilik “mizaç ve karakter tarafından birlikte belirlenir ama ek bir intrapsişik belirleyici daha vardır ki o da üst benliktir” (s. 110). Üst benliğin belirleyiciliği, değer sisteminin kişilikle nasıl bütünleştirildiğini anlatır. Bu nedenle, az önce ifade edilen kişinin içselleştirilmiş değer sisteminde başkalarına zarar vermemek gibi bir madde yoktur ama kendisinin neye ihtiyacı varsa karşısındakine zarar bile verse ihtiyacı olanı almak diye bir madde vardır.

Normal Kişilik İşleyişi: Kernberg normal kişilik işleyişine dair birçok asli özellik tanımlar. İlk olarak kendiliğe ve önemli ötekilere dair bütünleştirilmiş bir algı mevcuttur. Bunun için olgun bağımlılık ve özerklik arasında bir denge gerekir. Normal birey, ötekilerle ilişkilerinde empati ve duygusal yatırım kapasitesine sahiptir. Bu istikrarlı kendilik algısı kişinin uzun vadeli hedeflerinin ve arzularının karşılanabilmesini sağlar, çünkü çıkarlar ve dürtü aynı yönde çalışarak etkinliklerde ve ilişkilerde güdülenme ve doyum sağlar. Benlik, kişinin yaşamın iniş çıkışlarına katlanmasına ve işler yolunda gitmediğinde ya da hedef görünmez olduğun-

da vazgeçmeksizin etkili biçimde işlevini görmesine imkan verecek kadar güçlüdür. Sorumluluk hissi, esnek ve ahlaki karar alma, belirli davranış standartlarına ve değerlere bağlılık gibi unsurları içeren sağlam bir değer sisteminin oluşmasına imkan veren olgun bir üst benlik de gereklidir. Son olarak, şefkati ve duygusal bağlılığı barındıracak şekilde cinsel ve duygusal ihtiyaçları sürekli bir ilişki içinde deneyimleme kapasitesinin gelişmiş olması gerekir.

Kernberg'in Ağır Kişilik Bozuklukları için Tedavi Modeli: Kernberg, hakkında uzun uzadıya yazdığı, kişilik bozukluklarının en zorlu vakalarıyla uğraşma hevesiyle ünlüdür (O. F. Kernberg, 1976, 1984; O. F. Kernberg, Selzer, Koenigsberg, Carr & Appelbaum, 1989). Borderline hastaların tedavisi için, hasta ve terapist arasında gelişen aktarım ilişkisini öne çıkardığı bir yaklaşım geliştirmiştir. Başlıca terapötik eylemin, bu aktarım ilişkisinin analizinde meydan geldiğine inanır. Bu oldukça ileri eğitim ve süpervizyon gerektiren yoğun bir tedavi biçimidir. Tedavi yaklaşımının amacını, “kimlik dağılması sendromunun teşhis edilmesi ve psikoterapi ile çözümlenmesi; süreç içinde, (1) bu hastaların karakteristiği olan ilkel savunma faaliyetlerinin çözümlenmesi ve (2) ilkel içselleştirilmiş ‘parça nesne’ ilişkilerinin daha gelişmiş, nevrotik, normal işlevselliği olan bireylerde görülen ‘bütün’ nesne ilişkilerine dönüştürülmesi” olarak tanımlamıştır (O. F. Kernberg, 1996, s. 133).

Kernberg'in yaklaşımı, terapistin **teknik olarak tarafsız** kalmasını gerektirir; klasik psikanalize benzer bir biçimde, terapistin destek, rehberlik, tavsiye vermekten ve (tedavi çerçevesini korumak için zorunlu olan sınır koyma hariç) ortama doğrudan müdahaleden kaçınması gerekir. Bu yaklaşım hakikaten cesaret ister. Hastanın çatışmayı eyleme vurma ve kaygıyı boşaltma eğiliminden kaynaklanan ve klinisyenin baş etmesi gereken birtakım klinik güçlükleri şöyle sıralar: “Borderline hastaların güçlü eyleme vurum eğilimi dikkate alındığında, tedavide tehlikeli komplikasyonlara sebep olabilecek şeyler arasında depresyona değil karakter özelliklerine bağlı intihar girişimleri, uyuşturucu kullanımı, kendini yaralama ve diğer kendine zarar verici davranışlar, ayrıca kendisinin veya başkalarının hayatını tehlikeye atabilecek saldırgan davranışlar sayılabilir” (1996, s. 136).

Kısa bir süre önce Clarkin, Yeomans ve Kernberg (1999) tarafından yayımlanan ve Kernberg'in çalışmalarının bir tedavi kılavuzuna dönüştürüldüğü kitapta, borderline patolojideki güncel meselelere ve teknik müdahalelere dair yaklaşımı ayrıntılarıyla ele alınmaktadır.

Çok Yönlü Kişilik Kuramı

Halihazırdaki bir dizi kişilik ve klinik kuramcısı, psikoterapi alanında ki **bütünleşme hareketinden** (Norcross & Goldfried, 1992) etkilenerek, kişiliği ve kişiliğin değiştirilmesini amaçlayan psikoterapötik müdahale süreçlerini incelemek için birden çok kuramsal merceğin kullanımı öne çıkardı. Pine (1990) yirminci yüzyıldaki temel psikanalitik gelişme dallarının hepsinin klinik görüngüleri anlamak için hayati öneme sahip olduğunu ileri sürdü. Pine, her bakış açısının klinik uygulamada görülen patolojinin farklı türleri için geçerli bir görüş sağladığını öne çıkararak, dürtü modeli, benlik psikolojisi, nesne ilişkileri ve kendilik psikolojisi modellerinin bir sentezini sundu.

Karakter ve Kişilik Bozuklukları için Kısa Süreli Dinamik Tedavi Modelleri

Çağdaş psikodinamik kuram ve tedavide son yüzyılda dalgalar halinde gelişen bir başka önemli eğilim de kısa (süreli) dinamik terapidir (Magnavita, 1993a). Her ne kadar psikanalitik kavramların geçerliliği çok defa sorgulandıysa da, birçok klinisyen için klinik uygulamadaki hayati rolü devam etmiştir (Magnavita, 1993b). Çeşitli kuşaklardan kısa süreli dinamik çalışmacılar, kişilik değişiminin yıllarca sürdüğü dogmasına meydan okudu (Magnavita, 2000c). Hareketin babası olarak görülen Ferenczi'den (Ferenczi & Rank, 1925) başlayarak çeşitli öncüler bu yaklaşımın yöntemlerini ve tekniklerini doğrudan kişilik rahatsızlıklarının tedavisine uygulayarak denemeler yaptı (F. G. Alexander & French, 1946; Davanloo, 1978, 1980; Malan, 1963, 1976, 1979). Çağdaş klinisyenler kişilik değişimi için diğer tedavi modellerini bütünleştirerek, kuramsal alanı genişletti (Fosha, 2000; Horner, 1994; Horowitz et al., 1984; Magnavita, 1997; McCullough Vaillant, 1997). Bu hareket klinik kuramcılarının sınırlı bir sürede (genellikle 20 ila 80 seans arasında) kişiliğin dönüşümünü araştırmasını sağladı. Bu yoğun yaklaşımın bazı tekniklerinin ve yöntemlerinin yanı sıra sonuçlarını da sergileyen birçok vaka raporu yayınlandı.

Kişilik değişimini aydınlatan vakaların yayımlanmasına ek olarak, bu hareketin bir başka önemli bileşeni terapi seanslarının kaydedilmesinde ses ve görüntü teknolojisini kullanmasıdır. Her ne kadar geleneksel analistler tarafından terapi sürecine saldırı gibi görülse de (bazı uzun süreli analitik tedaviler araştırma için kaydedilmiş ama kural olarak bu uygulamadan kaçınılmıştır) ses ve görüntü teknolojisinin kullanımı biyolojide mikroskobun keşfine benzetildi (Sifneos, 1990). Daha öncesinde, terapi sürecini derinlemesine ve düşük maliyetli araçlarla çalışmak için teknolojinin kullanımı hiç mümkün olmamıştı. Bu araştırmacıların, klinisyenlerin ve kuramcılarının süreci incelemesini ve değişimden sorumlu olan etmenlerin mikro çözümlemesini yapmasını sağladı; bu da kuram, teknik ve araştırmanın birbirine yaklaşmasını olanaklı kıldı. Yıllarca süren ve üzerinde çalışılması son derece güç olan klasik psikanalizin aksine, kısa psikodinamik tedavinin sunduğu değişim ve büyüme süresinin kısıtlı oluşu, klinik ve deneysel çalışmaya daha elverişlidir.

Bütüncül Kuramın Çağdaş Psikodinamik Modeli

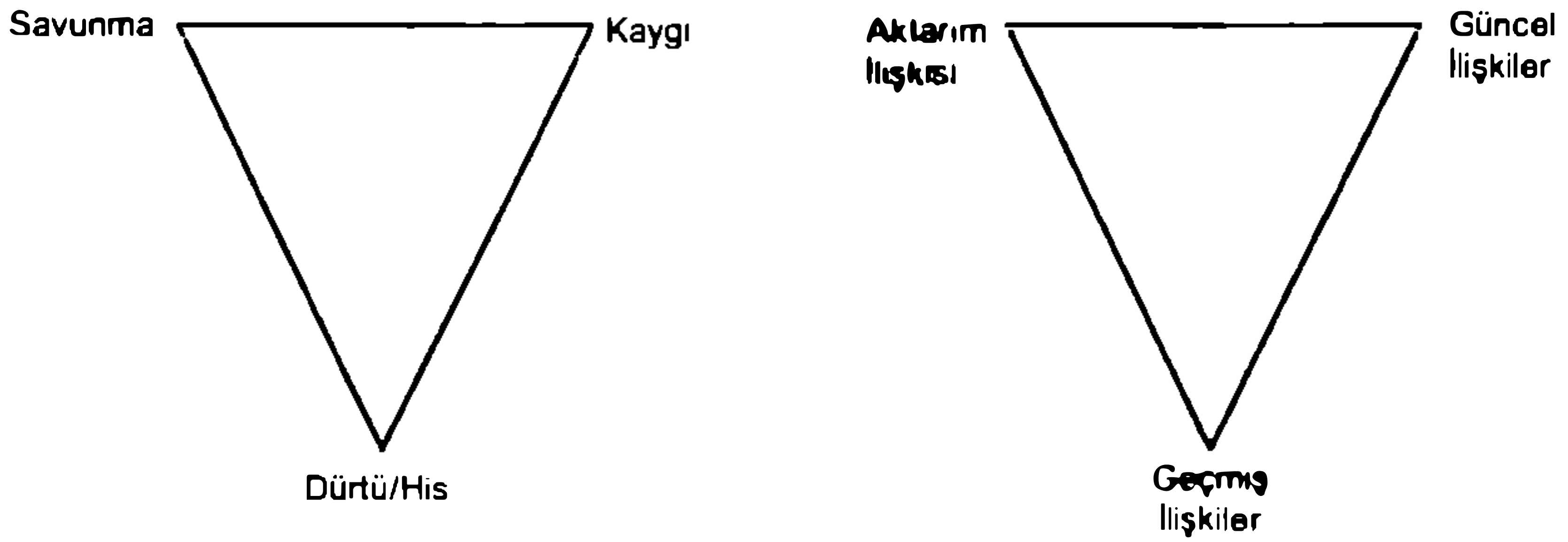
Malan'ın Kuramsal Atılımı

Kişiliği kavrayışımızı basitleştiren asli kavramlar ile çağdaş psikodinamik tedavi modeli, Britanya'dan öncü bir psikoterapist olan David Malan (1979, s. 80) tarafından bir araya getirildi ve Habib Davanloo (1980) tarafında Montreal'de uygulandı. Farklı kuramcılar tarafından geliştirilen bu iki kavramın, üçgen şeklinde görsel olarak betimlenebilme gibi bir avantajı vardır. Bu iki üçgenin ilki Menninger (1958) tarafından betimlendi. **İçgörü üçgeni** geçmişteki ilişkilerin, güncel ilişkilerin ve terapi ilişkisinin, çekirdek ilişkisel temalar bakımından nasıl birbirleriyle paralel olduğunu sergiledi. Malan bunu, daha uygun bir biçimde, **kişiler üçgeni** olarak yeniden adlandırdı. Bu şematik temsilde ikinci üçgen, Ezriel'den (1952) alındı ve **çatışma üçgeni** adını aldı. Bu üçgende 1-altta yatan duygular, 2-kaygı, 3-duygulanımları zaptetmeye ve ikincil kaygıyı ayarlamaya hizmet eden savunma faaliyetleri arasındaki intrapsişik etkileşim tarif edildi (bkz. Şekil 6.2). Malan'ın (1979) dehası bu iki kavramsal yapıyı bir araya getirerek, kısa süreli dinamik psikoterapi (KSDP) adlı klinik tedaviye uygulamaktı. Bu yapılar, intrapsişik ve etkileşim matriksinde meydana

gelen karmaşık etkileşimin tutumlu bir açıklamasına imkan verdi (Magnavita, 1997; McCullough Vaillant, 1997).

Çatışma Üçgeni: İntrapsişik Matriks

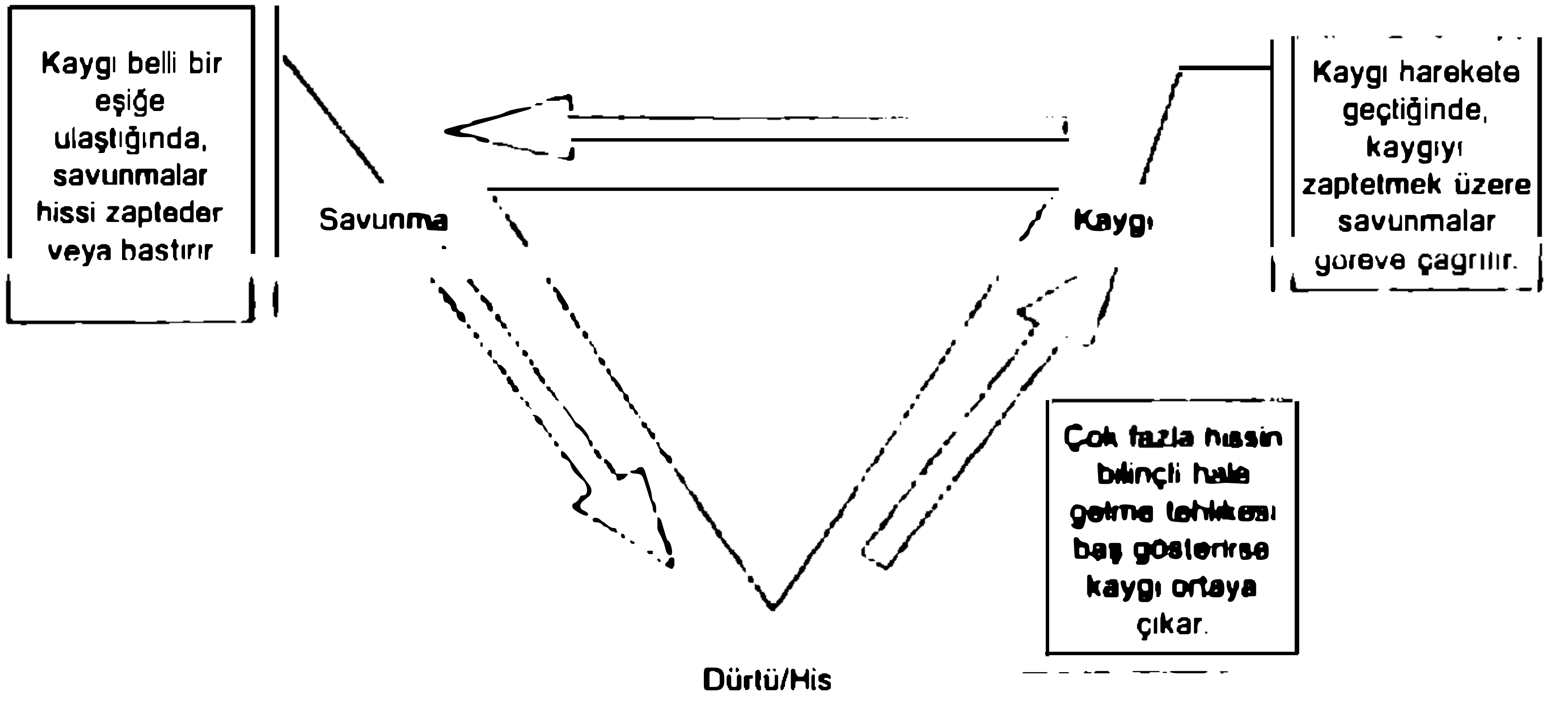
Bu iki yapının işleyiş biçimi görsel olarak anlaşılabilir. Çatışma üçgeni, Freud ve diğerleri tarafından betimlenen, hatırlayacaksınız, yapısal-dürtü kuramı olarak terimleştirilen intrapsişik işlevleri, bir başka deyişle duygulanım ve savunma sistemini temsil eder. **Hislerin** alt köşede, **kaygının** sağ üst köşede ve **savunmanın** sol köşede bulunduğu bu yapılanma, hepimizin içinde sürekli hareket halindedir.



Şekil 6.2

Çatışma Üçgeni ve Kişiler Üçgeni.

Acı verici duygusal uyarılma deneyimleyen biri, bu duyguyu benzer durumlarda yeniden deneyimlemeye eğilimli olacaktır. Örneğin fiziksel şiddet veya cinsel istismar gibi travmatik bir muamele deneyimleyen biri, istismarı anımsatan uyarılarla karşılaştığında, doğal olarak öfke, korku, utanç ve üzüntü gibi tepkisel duygular karmaşası yaşar. Bu duygu karmaşasının acı verici ve muhtemelen bütünlüğü bozacak bir tarzda bilinçli farkındalığa gelme tehlikesi ortaya çıktığında, kaygı tetiklenerek intrapsişik sisteme işaret verir ve sistemin bütünlüğünü korumak amacıyla savunmayı harekete geçirir. “Savunmalar (tipik olarak) düşünceleri, imgeleleri, içgüdüsel dürtüleri bilincin dışında tutmakla kalmaz, aynı zamanda düşünerek özümsemeye de engel olur. Savunmalar kırıldığında, kendilerine karşı savunma yapılan zihinsel unsurlar ve bu unsurların belirli bağlantıları hatırlanabilir ve yeniden yapılandırılabilir hale gelir” (Hartmann, 1958, s. 63). Bu nedenle, sistem çalışıyorsa, bilinçli deneyim kontrol altında tutulabilir ve duygular uzaklaştırılabilir (bkz. Şekil 6.3).



Şekil 6.3

Duygusal Sistemi Düzenleyen İntrapsişik Güçlerin Tasviri.

Üçüncü Bölümdeki ve Şekil 6.3'teki savunmalara geri dönersek, savunma yelpazesini üçgenin sol üst köşesine yerleştirebiliriz. Bu şekilde hem kişilikteki bireyselliği hem de çeşitli yazarların ve araştırmacıların belgelemiş olduğu kişilik tiplerinden bazılarını örneklemeye başlayabiliriz. Savunma yelpazesi bireysel farklılıkları açıklamak için sonsuz çeşitlemeye imkan verir. Belli savunma kümelenmelerine baktığımızda kişilik tiplerini de görebiliriz (Magnavita, 1997). Örneğin obsesif kişilik özellikleri ya da aşırı durumda obsesif-kompulsif kişiliği bulunan kişiler genellikle aklileştirme, duygulanımı yalıtma, kara kara düşünme, bastırma, zorlanımlı davranış ve bu kişilik tipiyle özdeşleştirilen diğer savunmaları kullanır. Bununla beraber, hangi savunmaların ne ölçüde kullanıldığı kişiden kişiye değişir, bu da mikro analiz düzeyindeki farklılıkları açıklayabilir; fakat makro düzeydeki benzerlikler üzerinden genel özelliklerle ayırt edilebilir.

Savunmaların Sınıflandırılması

Savunma alanında bir araştırmacı olan Cramer (1998a), çağdaş bir savunma tanımı sundu: “Savunma mekanizmaları’ terimi farkındalığın dışında meydana gelen bir zihinsel faaliyeti anlatır. Savunma mekanizmasının işlevi, kişiyi aşırı kaygı deneyimlemekten korumaktır. Daha eski psikanalitik kurama göre, bu tür kaygıya sebep olan şey, birey kabul edilemez düşüncelerin, dürtülerin ya da isteklerin farkına varmasıdır. Çağdaş görüşe göre, savunmaların ilave bir işlevi de kendiliğin veya özsaygı-

nın korunmasıdır” (s. 885). Bu tanım, hem klasik hem de çağdaş psikodinamik düşünüşün önemli unsurlarını etkili ve özlü bir biçimde birleştirir. Kaygı hem psişik özneler arasındaki içsel çatışmadan hem de kendilik işlevlerinin ve nesneyle ilişkinin korunması ihtiyacından doğar. Bu tanımı kullanarak, sunulan modellerdeki savunmaları inceleyebiliriz.

Birincil Savunma Kategorileri: Çeşitli yazarlar savunma mekanizmalarını kategorilere ayırmıştır (Meissner, 1981; Perry, 1992; Vaillant, 1992). Bunu yapmak, bize kişiliğin değişkenlerini anlamak ve ölçmek için bir başka yol sunar. Birçok yazar savunmaları, psikotikten nevrotiğe ve olguna dek uzanan bir çizgiye yerleştirir (bkz. Tablo 6.2). Bu savunma kategorileri kesin bir biçimde tanımlanmamış ve kategorize edilmemiş olup, aralarında bazı çakışmalar bulunur. Bununla beraber genel şemanın deneysel geçerliliği bulunur (Vaillant, 1992). Tablo 6.2’de çeşitli kaynaklardan derlenen savunmalar görülmektedir (Magnavita, 1997).

Tablo 6.2 Savunma Kategorileri

Psikotik savunmalar: kuruntulu yansıtma, ağır inkar, çarpıtma (bilişsel/algısal)

Olgun olmayan savunmalar: yansıtma, şizoid fantezi, hastalık hastalığı, pasif agresiflik, eyleme vurma, çözülme, engelleme, içe yansıtma, gerileme, dışsallaştırma, bölme, yansıtmalı özdeşim, değersizleştirme, idealleştirme, tümgüçlülük, geri çekilme, duygulanım patlaması, ağlamaklı olma, depresyon

Nevrotik savunmalar: bastırma, yer değiştirme, karşıt tepki oluşturma, akilleştirme, bedenselleştirme, kontrol etme, duygulanımı yalıtma, mantıklı gerekçe bulma, cinselleştirme, olmamış kılma, kopma, kaçınma, kompartımanlara ayırma, yakınma

Olgun savunmalar: özgecilik, mizah, baskılama, beklentiye girme, yüceltme

Yardımcı/Taktik Savunma Kategorileri: Davanloo (1980) tarafından ayrıntılarıyla ele alınan bir başka savunma kategorisi **taktik savunmalar**dır. Bunlar “mikro-savunmalar” olarak düşünülebilir, yani belli başlı savunmaların aksine bunlar ikincil görüngülerdir (Magnavita, 1997). Magnavita bunları daha da ayrıntılandırdı ve daha uygun görünen **yardımcı savunmalar** olarak terimleştirdi, çünkü bunlar kişinin kullandığı temel

savunmalar değil, birçoğumuzun en azından zaman zaman kullandığı minör savunmalardır. Bu savunmaların tespit edilmesi ve klinik uygulamada kullanımından ötürü takdir edilmesi gereken yine de Davanloo'nun (1980) çalışmalarıdır. Bunlar Tablo 6.3'te sunulmuştur.

Tablo 6.3 Habib Davanloo (1980) tarafında geliştirilen ve Magnavita (1997) tarafından yeniden kategorileştirilen Yardımcı Savunmalar

Kişilerarası savunma kategorisi: gülümseme, iğneleme, tartışmacılık, olumsuzluk, itaat, boyun eğme, suçlama, göz teması kurmama, eleştirme, başkaldırma, inatçılık, baştan çıkarıcılık, yakınma, kışkırtma, alay etme, mesafe koyma

Bilişsel savunma kategorisi: kara kara düşünme, temkinlilik, muğlaklık, vazgeçme, genelleme, ikirciklilik, kaçamak konuşma

Kaygıyı sifonlama: sakız çiğneme, küfretme, kıpırdanma, volta atma, sigara içme, yeme/içme, ileri geri sallanma

Savunma Kümelenmesini Tespit Etme: Bütün insanlar günlük yaşamlarında etkin işlev gösterebilmek için çeşitli savunmalar kullanır. Savunmaların, genel baş etme düzeyini gereksiz yere kaybetmeden işlev görmemize imkan verdiği açıktır. Örneğin belli bir ölçüde sağlıklı inkarı kullanmasak, az ötemizden karşı yönden gelen araçlar geçerken trafikte 100 km hızla gitmeyi her gün kalbimiz kaldırır mıydı? Doğru düzgün yaşayabilmek için savunmalara ihtiyacımız vardır ama duruma uyarlanmaları gerekir, aksi takdirde yük haline gelebilirler. Her birimizin özgül savunmalar kümelenmesi vardır ve iki kişinininki bile aynı değildir. Kişisel psikolojik parmak izine benzer. Bu, savunmalarımızın sabit olduğu anlamına gelmez; hatta çoğumuzda şartlara göre değişir. Hepimiz uzun süreli stres altında kaldığımızda savunmalarımızın daha ilkel hale geldiğini fark etmişizdir. Örneğin normalde olmayan ağrılar ya da acılar hissetmeye başlayabiliriz, gerginlik yüzünden başımız ya da sırtımız ağrıyabilir (duygularımızı bedenselleştirme); daha kolayca öfkeye kapılabilir ve patlayabiliriz (duygulanımın patlayarak boşaltımı). Stres azaldıkça, savunmalar yeniden daha olgun düzeyde işlemeye dönebilir.

Savunma Kümelenmesinin Özellikleri: Genel olarak, savunma kümelenmesinin analizinde, savunma işleyişini ve stres altında nasıl değiştiğini

gözlemleyebilir ya da ölçebiliriz. Genel kurala göre, kişi ne kadar az sayıda savunma kullanıyorsa, baş etme etkinliği o kadar düşük düzeyde olacaktır; tersine, daha geniş çeşitlilikte savunmaları olanların uyum sağlama örüntüsü daha esnek olacaktır. Savunma analizinin bir başka özelliği ise, kümelenmedeki savunmalar ne kadar ilkelse, kişinin işlevselliği o kadar güç olacaktır.

Savunmaların Deneysel Geçerliliğinin Kanıtı: Her ne kadar klinisyenlerin birçoğu için önem arz etse de, savunma kavramı araştırmacılardan her zaman aynı yakınlığı görmemiş, hepsi bu konuya aynı derecede önem vermemiştir. Bununla beraber, bu mekanizmaların deneysel olarak incelenmesi ve geçerli kılınması konusunda yeniden canlanma görülmektedir. *Journal of Personality*'nin savunmalar konusu üzerine özel sayısındaki bir giriş yazısında, Cramer (1998a) bu konunun, “psikanalize ve onun kavramlarına karşı bir mesafe ve savunmaların sadece psikopatoloji alanına ait olduğu yanlış inancı” nedeniyle, kişilik araştırmalarında görmezden gelindiğini ileri sürer (s. 880). Harvard'dan George Vaillant ve Williams College'den Phebe Cramer bu konudaki deneysel araştırmaların harekete geçirilmesinde etkili oldu. Savunmalar üzerine Vaillant boylamsal çalışmalar ve Cramer sayısız deneysel çalışma gerçekleştirdi. Vaillant (1977) savunmaların, daha önce ele aldığımız üzere, bir hiyerarşi içinde var olduğunu öne sürdü. Tematik İdrak Testi'nin (TİT) öyküleri kullanılarak, 42 çocukla yapılan bir çalışmada, Cramer (1987) bu hiyerarşik örgütlenmenin geçerli olduğunu gösterdi. Onun bulguları, deneklerin en genç grubunun sık sık inkarı kullandığını ve en olgun savunma olarak görülen özdeşimin en yaşlı denekler tarafından kullanıldığını ileri sürdü; orta düzeyde bir savunma olan yansıtma, sık sık ortadaki grup tarafından kullanıldı. Sonraki bir çalışmada Cramer ve Gaul (1988) ikinci ve altıncı sınıftan 64 çocukla çalıştı. Başarısızlık deneyimleyen denekler daha ilkel savunmalar (inkar ve yansıtma) kullanırken, başarılı olduğunu deneyimleyenler daha yüksek düzeyli savunma (özdeşim) kullandı. Araştırmacılar bu kanıtı, “olgun savunmaların olumlu yaşam deneyimleriyle ilişkiliyken, olgun olmayan savunmaların olumsuz deneyimlerle ilişkili olduğu” varsayımını desteklemek için kullandı (s. 739). Savunmaların gelişimsel sürekliliğine dair varsayım, yaşları 18 ila 29 arasında değişen, hastaneye kaldırılmış 90 erkek ve kadın kullanılarak yeniden desteklendi. Artan kaygının savunma tepkilerini artıracak fikri de desteklendi (Cramer, 1991).

Öfkelenmeleri için duyguları deneysel olarak manipüle edilen öğrenciler, savunmaların en fazla kullananlar oldu.

Bir dizi başka çalışmada, Cramer (1995, 1997, 1998b) narsisizm, kimlik gelişimi ve savunma işleyişi arasındaki ilişkiyi araştırdı. Savunma mekanizmalarının kuramsal ilkeleriyle uyumlu bir biçimde, “sonuçlar, beklenildiği üzere, geç ergenlerin yaşlarına uygun olan Yansıtma ve Özdeşim savunmalarını daha fazla, İnkârı daha az kullandığını gösterdi” (1998b, s. 169).

Kaygı: İnsan Varoluşunun Her Yerde Karşımıza Çıkan Bir Yönü

Hâlâ çatışma üçgenini anlamakla ilgileniyoruz ama şimdi üçgenin savunma köşesinden ayrılacağız ve kaygı köşesine ilerleyeceğiz. Hatırlayacağınız üzere, bu kuramda kaygı, tam olarak deneyimlenmeyen ve çatışma alanlarından kaynaklanan hislerden sızan duygulanımdan gelir. Kaygı nedir? Önceki bölümlerde gözden geçirdiğimiz üzere, bir konu olarak kaygı birçok kitaba konu olmuştur. Konumuz bağlamında, temel kaygı kavramını ve bu kuramsal sistemdeki işlevini anlamak önemlidir.

Hepimizin deneyimlediği bir şey olarak kaygı, çevremize uyum sağlamanın zorunlu bir yönüdür. Kaygının, bireyi, çevrede dikkat edilmesi gerekenlere karşı uyaran ve yönlendiren, nörobiyolojik olarak yerleşik bir duygulanım olduğu düşünülür. Çok fazla kaygıya kapılırsak, gözüne ışık tutulmuş geyik gibi felç olabiliriz. Kaygı çok az olursa, güdülenme sistemi ihtiyaçlarımıza ulaşacak kadar iyi işlemez. Kaygının düzenlenmesinin (McCullough Vaillant, 1997) **benlik işlevlerinden biri** olduğu düşünülür; benliğin uyum sağlama kapasitesi ölçeğinde, kaygıya tahammül edemeyenler daha düşük, daha fazla tahammül edebilenler daha yüksek düzeydedir. Konumuz bağlamında, kaygıyı fizyolojiye konumlandıracağız; nabız artışı, çarpıntı, terleme, tuvalete çıkma gereksinimi, terli avuçlar, kuru ağız, kaslarda gerilim, bulantı, göğüste gerginlik ve yerinde duramama gibi otomatik uyarımları içerebilen öznel sıkıntı algısı. Çoğumuz kaygı düzeyimizin artmaya başladığını fark edebiliriz, bize özgü fizyolojik deneyimlere aşinayızdır. Hazırlıksız bir konuşma için sınıfınızın önünde ayağa kalkmanızın istendiğini hayal edin; insanların önünde konuşma korkusu, birçok insanda doğrudan dehşet ve ona eşlik eden kaygıyı yaratan en yaygın fobidir.

Hisler: Kişilerarası İlişkilerde Hayatta Kalma Sistemimiz

Son olarak, çatışma üçgeninin alt köşesine doğru ilerlersek, dürtülerin ve hislerin doğasını incelemeye varırız. Dördüncü Bölüme istinaden, duygulanım bilimindeki araştırmacıların altı olası temel duyguyu (**öfke, korku, üzüntü, tikslenme, mutluluk/neşe, şaşkınlık**) ve üç ikincil/sosyal duyguyu (**suçluluk, utanç, gurur**) belirlediğini hatırlayacaksınız. Gözden geçirdiğimiz üzere, sinirbilimsel bulgular, hislerin bilinçdışı düzeyde var olabileceğini desteklemiştir. Hisler, yaşamımızda dikkat edilmesi gerekenlere bizi yönlendirir, hayatta kalmak ve gelişmek için zorunlu olan çeşitli etkinliklere anlam ve önem verir. Bu anlamda, kişisel navigasyon sistemlerimizdir. Hisleriyle teması kopmuş olan kişileri genelde duygusal olarak künt veya ruhsuz buluruz. *Uzay Yolu*'ndaki Mr. Spock'ı düşünün; deneyimini sadece düşünsel düzeyde işleyebiliyordu ve toplumsal etkileşimlerde meydana gelen şeylerin çoğunu kaçıırıyordu.

Duygusal Gelişimin Önemi

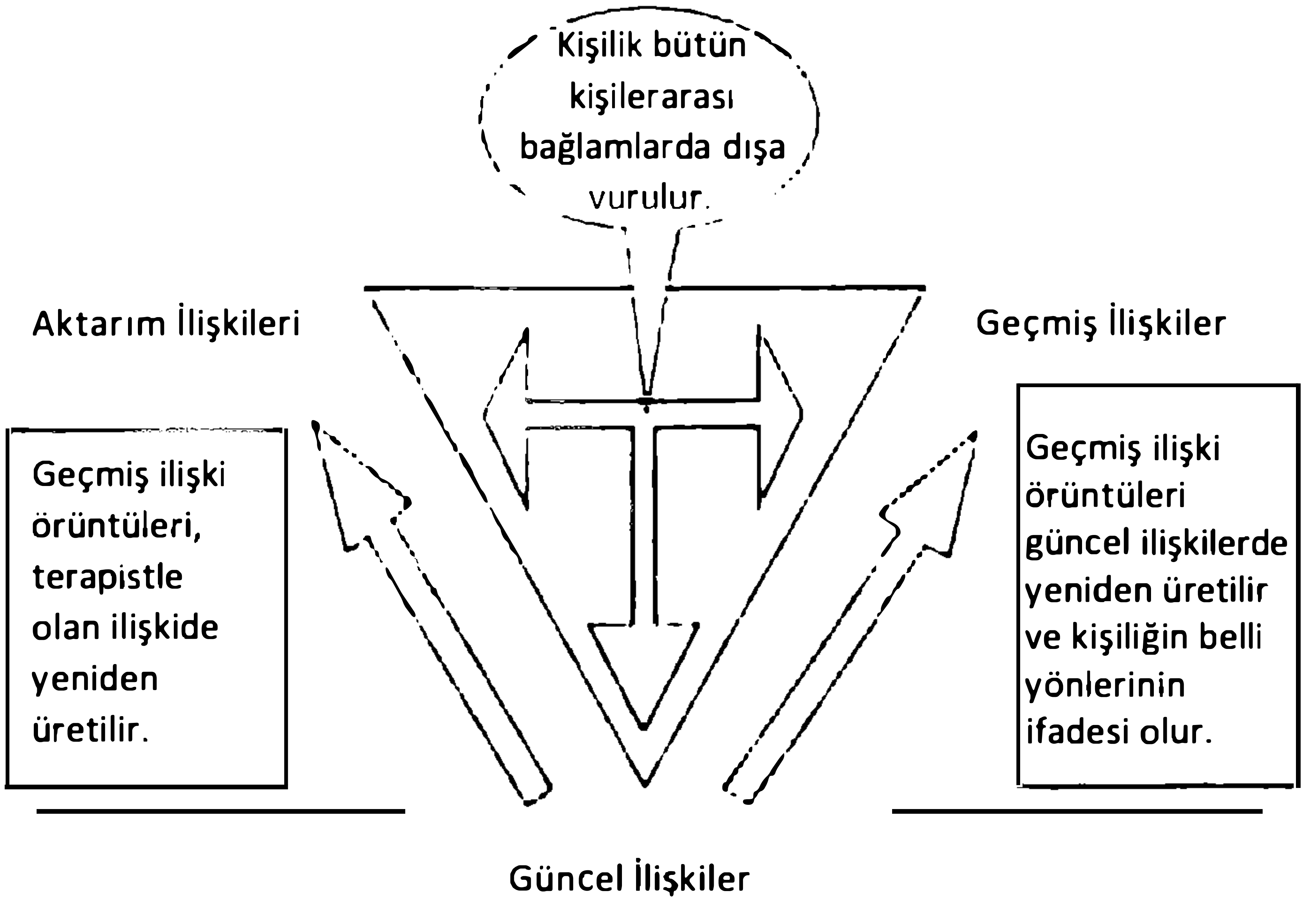
Duygusal gelişim, ilk bağlanma deneyimiyle başlar ve gelişim aşamaları boyunca sürer. Yeterince iyi annelik deneyimlemeyen ya da sıkıntılı bağlanmaları olan bireyler, sağlıklı olgunlaşma için gereken tam duygusal gelişimi yaşayamayacaktır. İnsanlar duyguları birincil bağlanma figürleriyle deneyimleri aracılığıyla öğrenir. Romanya yetimhanelerindeki çocukları hatırlayın; olumlu bağlanmalarda meydana gelen yeterli duygusal uyarandan yoksun olan bu çocukların pek çoğunun kişilik gelişimleri son derece güdük kaldı. Travmatik deneyimler, kayıplar ve gelişimsel hasarlar bireyin duygusal sisteminin bütünlüğünü tehlikeye atabilir. Çok fazla duygusal uyaran çocuğun duygusal sistemini boğabilir, yetersiz uyaran da gelişme geriliğine sebep olabilir. Daha sağlıklı bireylerde duygusal farklılaşma ve deneyimleme düzeyi daha yüksektir. İnsani duyguların tamamını deneyimleyebilir, uygun bir biçimde adlandırabilir ve gerektiğinde başkalarına ifade edebilirler. Bu nedenle duygulanım sistemi ve bu sistemin savunmalar tarafından nasıl yönetildiği, kişilik sisteminin önemli bir bileşenidir.

Duygusal sistemimizin işlevselliğine göre hepimiz duygusal yelpazenin belli bir yerine konumlandırılabiliriz; eğitim görmemiş biri bile bunu tespit edebilir. Bazı insanların duygusal açıdan tepkisel olduğunu söyle-

riz; duygusal sistemlerini düzenlemekte sıkıntı yaşadıklarını söylemiş oluruz. Hatta aşırı **duygusal düzensizlik**, bazı ağır kişilik bozukluklarının temel özelliklerinden biridir. Bazı insanlar da duygusuz görünür; aslında duygusal düzenlemenin fazla kaçtığını söylüyoruzdur.

Kişiler Üçgeni: Kişilerarası Matriks

Kişiler üçgenine geri dönersek, kişilerarası matriksi karmaşıklığı içinde inceleyebiliriz (bkz. Şekil 6.4). Bir yetişkinin şu an bulunduğu noktadan hareketle, üçgenin alt köşesinde geçmiş ilişkiler alanındayız. Burası ötekilere karşı güven, yakınlık ve bağlanma hakkındaki fikirlerimizi biçimlendiren çekirdek ilişkisel deneyimleri temsil eder. Büyümeyi teşvik eden olumlu bağlanmalara sahip birinin duygusal matriksi, savunma işlevlerine ihtiyaç duymadan gelişecektir. Bununla beraber ilk dönemdeki ilişkisel matrikste (daha önce bahsettiğimiz şekillerde) bozulmalar olursa, kendiliği mümkün olan en uyum sağlayıcı biçimde korumak üzere savunmalar gelişecektir. Birey olgunlaştıkça, içinde yer aldığı ilişkisel matriksin ilk bileşenleri muhafaza edilecek ve ötekilerle ilişkilerinde yeniden üretilecektir. Daha sonraları bunlar, kişiliğimizin sınırlarını kısmen belirleyen ve kişiliğimizi tanımlayan karakteristik özellikler ve ilişkisel örüntüler haline gelir. Dinamik terapistler de bu savunma faaliyeti örüntüsünün ve kişilerarası ilişkilerdeki kişilik örüntülerinin, döngüsel bir ilişkisel dinamik içinde terapi ilişkisine taşındığını belirtir (Luborsky & Crits-Christoph, 1997). Yedinci Bölümde, bu kuramsal modelin kişilerarası bileşenini ayrıntıyla inceleyeceğiz.



Şekil 6.4

Kişiler Üçgeninin Üç Köşesinde Kişiliğin Dışavurumu

Üçgenleri Kullanarak Kişilik Gelişimini ve Örgütlenmesini Açıklamak

Kişilik, kişiler üçgeninde gösterilen kişilerarası matriks içinde, olumlu ve olumsuz deneyimler tarafından biçimlendirilir ve pekiştirilir. Bu kişilerarası deneyimler, mizaç çeşitliliğiyle de etkileşim yoluyla, çatışma üçgeninde gösterilen intrapsişik matriksin inşasına yol açar. Kişiliğimiz hem kişilerarası örüntülerimizde hem de intrapsişik matriksimizin örgütlenmesinde ifadesini bulur. Örneğin otoriter ve kontrolcü bir baba, oğlunda tepkisel öfke-düşmanlık duyguları yaratabilir. Oğul, kendisini korumak için, bu düşmanlığı ifade etmenin doğrudan saldırıya uğramayacak yollarını öğrenebilir. Muhtemelen pasif bir savunma sistemi benimsyecek, görünüşte uyumlu ve babasının istediğini yapar haldeyken, babasının kontrolüne pasif agresiflikle direnerek düşmanlığını ifade edecektir; babasının istediği bir şeyleri yapmayı unutabilir ya da babasının değer verdiği bir spor dalındaki başarısını baltalayabilir. Bu tür bir kişilik örün-

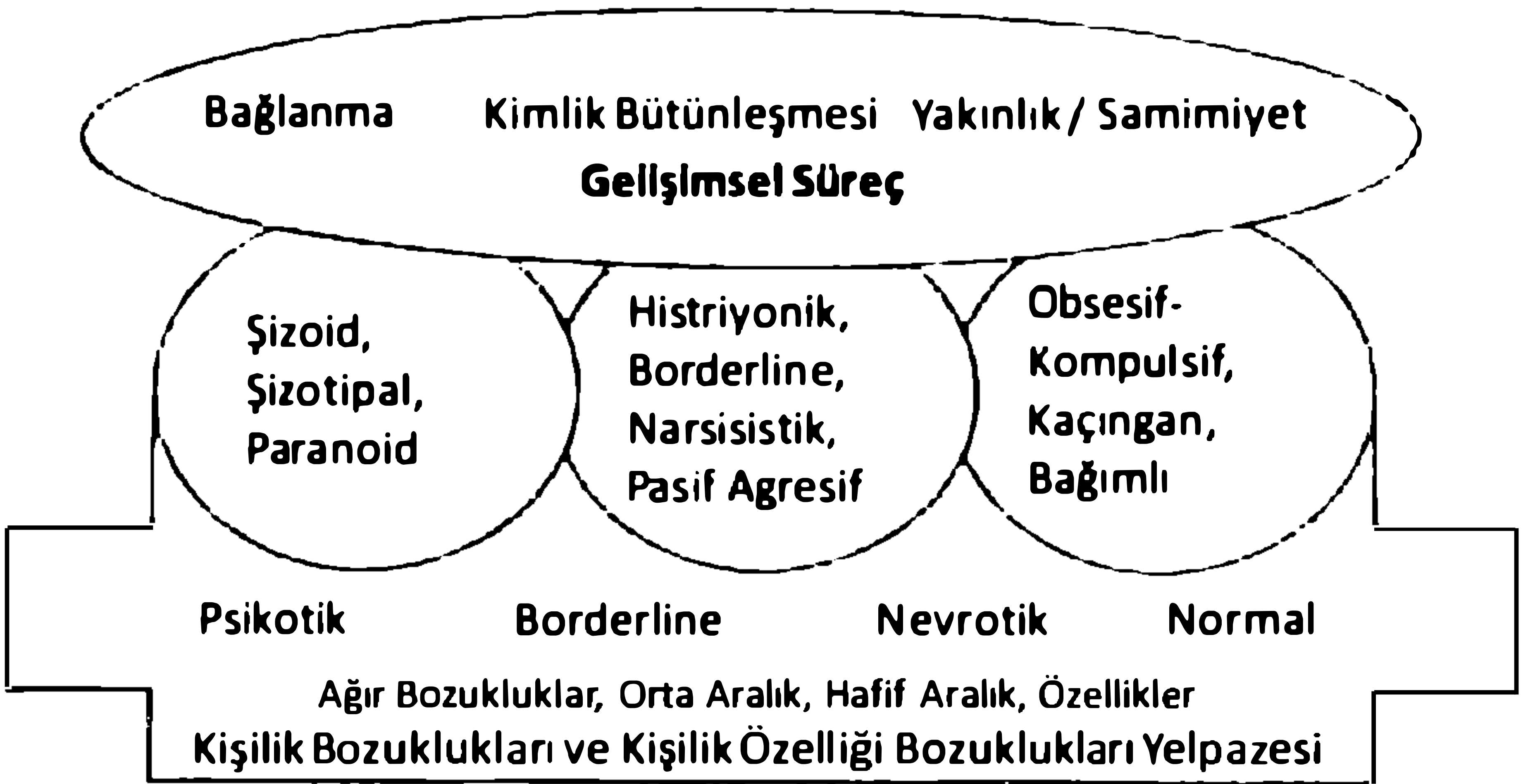
tüsü zaman içinde pekişirse, çocuk çatışmalarla baş etmede bu pasif-agresif özellikleri kullanan, çatışmayla daha açık ya da yapıcı şekilde baş etme konusunda donanımsız bir yetişkin haline gelebilir.

Kişiliğin Yapısal, Kategorik ve Gelişimsel Gruplandırılmaları

Daha önce bahsettiğimiz üzere, çağdaş psikodinamik kişilik sınıflandırmasının dikkate aldığı unsurlar yapısal bileşenler (psikotik, borderline, nevrotik, normal), kategorik özellikler (kaçıngan, bağımlı, obsesif-kompulsif, vb.) ve gelişimsel bakış açısidir (kişilik gelişiminin aşamaları).

Şekil 6.5

Kişiliğin Yapısal, Kategorik ve Gelişimsel Açılardan Görünümlerinin Bir Araya Getirilmesi.



Şekil 6.5'te kişiliğin çeşitli boyutlarını ve kategorilerini incelersek, bu sistemin sunduğu esneklik ve çeşitliliği ve bunun klinisyenler için kullanışlılığını görebiliriz. Herkes psikotikten (gerçeklikle temassızlık, ağırlıklı ilkel savunmalar, ilkel nesne ilişkileri ya iyi ya kötü) normale dek uzanan yapısal tablonun bir yerlerinde işlev gösterir. Kişilik bozuklukları çeşitli tiplerde olup, üç kategoride toplanmaktadır (Amerikan Psikiyatri Birliği [APA], 1994). Bkz. Tablo 6.4.

Tablo 6.4 DSM-IV’e göre Kişilik Bozukluklarının Üç Kümesi

Küme A: (eksantrik) şizoid, şizotipal, paranoid

Küme B: (duygusal olarak istikrarsız) borderline, narsisistik, histrionik

Küme C: (duygusal olarak kısıtlanmış) kaçınan, bağımlı, obsesif-kompulsif

Kişilik bozuklukları DSM-IV’te kategorik olarak sunulmuş olsa da (kategoriye girme kriterlerini ya karşılıyorsunuzdur ya karşılamıyorsunuzdur), bu kategorileri prototipik bir sistem olarak düşünürsek, kişilikteki çeşitlenmeleri daha iyi açıklayabilir. Kişilik bozukluklarının çeşitli tipleri vardır; bazıları (DSM kriterlerine göre) tamamen kategorik teşhis kriterlerine uyarken, bazıları birkaç kategoriden özellikler barındırır. Bu kategoriler, kişiliği sınıflandırmada hakikaten kullanışlı gelir. Bu tiplerin çoğu, ilk psikanalitik kuramcılarının ve klinisyenlerin sistematik gözlemlerine dayanır. “Normal” kişilerin bile bu kategorilerdeki bazı özellikleri taşıması olasıdır. Millon, Davis, Millon, Escovar ve Meagher (2000) DSM’nin çeşitli baskılarındaki 14 kişilik bozukluğunun karakteristik özelliklerini betimler (bkz. Tablo 6.5). Ayrıca yapısal yelpazenin her bir noktasında bu özelliklere karşılık gelen gelişimsel meseleler bulunur: güvenmek için gereken bağlanma, kimliğin pekiştirilmesi, yakınlık ve samimiyet gibi.

Tablo 6.5 DSM-III, DSM-III-R ve DSM-IV’teki 14 Kişilik Bozukluğunun Kısa Anlatımı.

Şizoid	Hissiz, kayıtsız, uzak, tek başına. İnsanlarla bağlanma kurmaya ne arzu ne ihtiyaç duyar. Dürtüleri, hırsları yok denecek kadar azdır.
Kaçınan	Tereddütlü, çekingen, utangaç, kaygılı. Dışlanma korkusu nedeniyle sosyal ortamlarda gergin. Sürekli performans kaygısı çeker. Kendini beceriksiz, aşağı, itici görür. Yalnız ve boş hisseder.
Depresif	Hüzünlü, yılgın, karamsar, endişeli, kaderci. Kendini savunmasız ve terk edilmiş olarak sunar. Değersiz, suçlu ve güçsüz hisseder. Kendini ancak eleştiriye ve aşağılanmaya değer görür.

Bağımlı	Çaresiz, yetersiz, itaatkar, çocuksu. Yetişkin sorumluluklarından geri çekilir. Kendini zayıf ve kırılgan görür. Sürekli daha güçlü birilerinden onay arar.
Histrionik	Dramatik, haştan çıkarıcı, sığ, uyaran peşinde koşan, kibirli. Önemsiz olaylara aşırı tepki verir. Dikkat çekmenin ve iyilik elde etmenin aracı olarak teşhirciliği kullanır. Kendini çekici ve büyüleyici görür.
Narsisistik	Benmerkezci, küstah, büyüklenmeci, tasasız. Başarı, güzellik ya da fetih fantezileriyle meşguldür. Kendini hayran olunası ve üstün görür, bu nedenle özel muameleyi hak ettiğini his-seder.
Antisosyal	Dürtüsel, sorumsuz, sapkın, asi. Düşünmeden hareket eder. Sadece kendisine hizmet ettiğinde toplumsal yükümlülükleri yerine getirir. Toplumsal geleneklere, kurallara ve standartlara saygı göstermez. Kendini özgür ve bağımsız görür.
Sadist ¹	Patlayıcı ölçüde düşmanca, yıpratıcı, kaba, dogmatik. Ani öfke patlamalarına yatkın. Diğerlerine hükmederek, kışkırtarak ve aşağılayarak kendini tatmin eder. İnatçı ve dar görüş-lüdür.
Kompulsif	Kısıtlanmış, vicdanlı, saygılı, katı. Kurallara bağlı bir yaşam tarzı sürdürür. Toplumsal geleneklere sıkı sıkıya uyar. Dün-yayı düzenlemelere ve hiyerarşilere bağlı olarak görür. Ken-dini adanmış, güvenilir, etkin ve üretken görür.
Olumsuz ²	Küskün, aksi, şüpheli, tatminsiz. Diğerlerinin beklentilerini karşılamaya direnir. Kasıtlı olarak verimsiz. Öfkesini, diğerle-rinin hedeflerinin altını oyarak boşaltır. Önce huysuz ve si-nirli, ardından somurtkan ve geri çekilmiş halde olur.
Mazoşist ³	Uyumlu, hazdan korkan, köle ruhlu, kabahatli, kendini silen. Diğerlerinin ondan yararlanmasını teşvik eder. Kendi başarı-larını kasıtlı olarak alt eder. Suçlayıcı ya da kötü muamele eden partnerler arar.

¹ DSM-IV'de geçici bozukluk olarak listelenir.

² DSM-III-R'nin ekinde.

³ DSM-III-R'nin ekinde Kendine Zulmeden olarak adlandırıldı.

Paranoid	Temkinli, savunmacı, güven duymaz ve şüpheli. Başkalarının zarar verme veya baltalama eğilimlerine karşı aşırı tetikte. Daima gizli entrikaları doğrulamanın peşinde. Haklı ama zulmedilmiş hissederek.
Şizotipal	Eksantrik, kendine yabancılaşmış, tuhaf, dalgın. Nevi şahsına münhasır tarzlar ve davranışlar sergiler. Diğerlerinin düşüncelerini okur. Tuhaf gündüz düşleriyle ve inançlarıyla meşguldür. Gerçek ile fantezi arasındaki hat bulanıktır.
Borderline	Öngörülemeyen, manipülatif, istikrarsız. Terk edilmekten ve yalıtılmaktan delicesine korkar. Duygudurumlar arasında hızla geçiş yapar. Aşk ve nefret arasında hızla gidip gelir. Kendini ve ötekileri ya tamamen iyi ya tamamen kötü görür.

Kaynak: T. Millon ve R. Davis, *Personality Disorders in Modern Life* & Sons, Inc. @2000. John Wiley'nin izniyle yeniden basıldı.

Karakter Tanısı

Kişinin yapısal tablonun neresinde olduğunu ve kişilik tipini nasıl biliriz? Birini yapısal tablonun yaklaşık olarak neresine yerleştirmek gerektiğini bilmek, bilim olduğu kadar klinik bir sanattır da. Çağdaş psikodinamik kişilik kuramı tartışmalarındaki asli bir noktaya odaklanan McWilliams (1994) şöyle özetler:

Klasik psikanalitik kavramsallaştırma karakteri, kişiliği incelerken iki farklı yaklaşım benimsemiş, bu yaklaşımların her biri bireysel gelişimin ilk dönemlerine dair farklı bir kuramdan kaynaklanmıştır. Freud'un dürtü kuramı zamanında, kişiliği anlamak için saplanma zemininden hareket edildi (bu kişi hangi gelişimsel aşamada saplanıp kalmıştır?). Daha sonra, benlik psikolojisinin gelişimiyle, karakter belirli savunma tarzlarının işleyişinin bir ifadesi olarak kavrandı (bu kişinin kaygıdan kaçınmasının tipik yolları nelerdir?). Karakteri anlamamanın bu ikinci yolu ilkiyle çatışma halinde değildir; belli bir kişilik tipinin ne kast ettiğini kavramak üzere farklı fikirler ve metaforlar sağlamış, karakteristik uyum sağlayıcı savunma örüntülerini nasıl geliştirdiğimize dair dürtü kuramının varsayımlarına eklemelerde bulunmuştur. (s. 19)

McWilliams (1994) Şekil 6.6’da kişilik tiyolojilerini ve gelişimsel boyutları betimler. Eserinde bu noktayı öne çıkarır: “*Herhangi bir insanın asli karakter yapısını anlamak için kavranması gereken iki ayrı ve etkileşimli boyut vardır: kişilik örgütlenmesinin gelişimsel düzeyi ve bu düzeydeki savunma tarzı*” (s. 40; yazara aittir). Kişilik örgütlenmesinin yapısal düzeyleri ve tipleri de yine o şemada görülebilir.

Gelişimsel Boyut	Tipolojik Boyut									
	Psikopatik	Narsistik	Şizoid	Paranoid	Depresif	Mazoşist	Obsesif-Kompulsif	Histerik	Çözümeli	Diğer
<u>Nevrotikten Sağlıklı Düzeye</u> Kimlik bütünlüğü ve nesne sürekliliği Freudcu ödipal Eriksoncu inisiyatife yahut suçluluk										
<u>Borderline Düzey</u> Ayrılma-bireyleşme Freudcu anal Eriksoncu özerkliğe yahut utanç ve şüphe										
<u>Psikotik Düzey</u> Ortakyaşarlık [simbiyoz] Freudcu oral Eriksoncu temel güvene yahut güvensizlik										

Şekil 6.6

Kişiliğin Gelişimsel ve Tipolojik Boyutları.

N. McWilliams, *Psychoanalytic Diagnosis*, © 1994. Guilford Yayınevi’nin izniyle yeniden basıldı.

Horner (1995) “Karakter yapısı demek genel kişilik örgütlenmesi, yani bu örgütlenmenin belli bir bireye özgü nitelikleri demektir” (s. 104) diye belirtir. Yapısal kuram-dürtü kuramı, benlik psikolojisi, nesne ilişkileri ve kendilik psikolojisi bakış açılarından gelen birtakım kuramsal kavramlardan, bu değerlendirmeyi yaparken faydalandık (Horner, 1994). Horner

(1995) “fotoğraftan ziyade röntgene” benzettiği, “bireyin psişesinin nasıl örgütlendiğinin (yani yapılandığının) resmini” oluşturan çeşitli özelliklerin oldukça pratik ve kullanışlı bir özetini yapmıştır (p. 104). Benlik ve üst benlik işlevlerini içeren kişilik değerlendirmesi klinik mülakatlar, projektif ve standart testler yoluyla yapılmaktadır. Horner, okuyucuya “benliğin/egonun ‘kendilik’ ya da ‘özsaygı’ ile eşanlamlı olmadığını (konuşma dilinde ‘egosu kesinlikle çok yüksek!’ dedikleri)” hatırlatır (p. 104). Horner (1995, s. 104-114) tarafından betimlendiği şekliyle **benlik işlevleri** şunları içerir:

- **Gerçeklikle ilişki: Gerçekliği değerlendirme yetisi** duygular, korkular, istekler gibi içsel durumlar ile dışsal durumlar arasında ayırım yapabilme becerisi; zamana yayılmış halde ve farklı bağlamlarda **kendini gerçek algılayabilme** hissi; **kendine nesnel olarak bakabilme**, yani biraz geri çekilip kendini belli bir mesafeden görebilme becerisidir.
- **İtkilerin ve dürtülerin düzenlenmesi ve denetimi:** İstekleri **eyleme geçirmeyi erteleme kapasitesi** söz konusudur, bu da hayal kırıklığına tahammülü gerektirir. **Dürtü kontrolü**, cinsel ve saldırgan dürtüleri eyleme geçirip boşaltmaksızın konuşabilme kapasitesidir. Bu dürtülerin gerçeklikte uygun bir biçimde ifade edilebilmesi için, **uyum sağlayıcı dışavurum** kapasitesi bulunmaktadır.
- **Düşünce süreçlerinin niteliği: Mantıksal düşünceden** yararlanabilme, soyut kavramlarla düşünebilme ve düşüncelerin duygusal/psikolojik nedenlerle kesintiye uğramamasıdır.
- **Savunmaların bütünlüğü ve olgunluğu:** Hem olumsuz hem olumlu duyguları kaldırabilecek **savunma yeterliliğini**; duygusal bir patlama ile yaşanan gerilemeden toparlanabilmeyi; gerektiğinde değişebilen, kişinin kendisi tarafından gözlemlenebilen ya da bir başkası işaret ettiğinde fark edilebilen **savunma esnekliğini** anlatır. Savunma kümelenmesine **olgun savunmalar** hakimdir (savunma kümelenmesi kısmında tartıştığımız kategorilere bakınız).
- **Özerk işleyiş:** Algı, konuşma, biliş, motor davranış ifadeleri gibi çeşitli işleyiş alanlarında nispeten **çatışmadan arınmış** olmak; stresli zamanlardan sonra tepki verme işlevini **toparlayabilmek**; önemli

organik eksikliklerin olmadığına göstergesi olan **nöropsikolojik sistemin bütünlüğü** ile ilgilidir.

- **Sentetik işleyiş: Psikolojik farkındalık** psikolojik ilişkileri ve bağlantıları görme becerisini içerir. **İçgörü kapasitesi**, kendinin ve başkalarının davranışları hakkında düşüncelere, duygulara ve eylemlere dayalı çıkarsamalar yapmayı içerir.
- **Nesne ilişkilerinin niteliği**: En azından bir tane güvene dayalı ilişkide görünür olan **temel güven oluşturma kapasitesini** ve insanlarla duygusal olarak erişilebilir halde birlikte olabilmeyi yani **ilişki kurma kapasitesini** anlatır. **Kendilik ile ötekileri ayırt edebilmek**, kişinin kendisini bir başkasıyla kaynaşmış ya da birleşmiş değil ayrı deneyimleyebilmesi demektir. **İstikrarlı nesne ilişkileri**, kişinin ötekini kendilikten ayrı olarak tutarlı bir şekilde deneyimleyebilmesi anlamına gelir. **Nesne ilişkilerinin bütünleşmesi**, kişinin ikili karşıtlığa dayalı bölme olmaksızın ötekilerin olumlu ve olumsuz yanlarını (iyi/kötü nesneleri) bir arada tutabilmesidir. **Nesne ilişkilerinin olgunluğu**, akran ilişkilerini ve özgeciliği sürdürme kapasitesiyle sergilenir.

Üst benlik işlevleri şunları içerir (Horner, 1995, s. 114-115):

- **Vicdani işlevsellik**: Doğru ve yanlışla dair net standartları, kişinin bunlara ulaşma arzusunu, bunları çiğnediğinde ya da yakalayamadığında suçluluk deneyimleme kapasitesini içerir. Standartlar gerçekçidir, kapasite ve beceriye dayanır; aşırı derecede ahlakçı ya da mükemmeliyetçi değildir.
- **Makul benlik ideali**: Kişi iyice köklenmiş bir özdeğer algısı sergiler. Benlik ideali gerçekçi bir biçimde gerçeklikte temellenmiştir, aşırı abartılı ya da büyüklenmeci değildir.

Yukarıdaki kuramsal mercekleri ve kriterleri kullanarak bireyin kişilik yapısını, kişisel özelliklerini, savunma kümelenmesini ve gelişimsel kırılganlık alanlarını görebiliriz.

Seçme Araştırma Bulguları

- *“Borderline kişilik bozukluğu belirtilerinin genç kadınlarda dört yıllık romantik ilişki işlevsizliğini öngörmesi: Somut sorunları ele almak”* (Daley, Burge & Hammen, 2000). Borderline kişilik ve ilişkiler arasındaki bağıntı, çağdaş psikodinamik kuramcılarının ve araştırmacılarının ilgi alanıdır. Ergenliğin sonundaki 142 denekten oluşan bir örnekleme, BKB belirti kümelenmesinin aşk ilişkilerinde kronik stres, çatışma, partner tatmini, istismar ve istenmeyen gebelik ile bağlantılı olduğu tespit edildi. Sonuçlar, BKB'nin ilişkisel işlevsizlikle bağlantılı olduğu görüşünü destekledi.
- *“Borderline kişilik bozukluğu Hindistan’da mevcut”* (Pinto, Dhavale, Nair & Patil, 2000). Hindistan’da borderline kişilik bozukluğu yaygınlığı, intihara kalkışan 75 birey üzerinden değerlendirildi. Anketler ve yarı-yapılandırılmış mülakatlar kullanılarak, BKB teşhisinin Hindistan’da yeterince koyulmadığı saptandı. Bu bozukluğun gelişimine katkıda bulunan temel faktörlerden biri olduğu düşünülen cinsel istismar ve fiziksel şiddet de bu hastalarda yüksek oranda görülmüştür.
- *“Savunma tarzı anketiyle genel savunma işleyişini ölçmek: Farklı puanlanma yöntemlerinin karşılaştırılması”* (Trijsburg, Van T’ Spijker, Van & Hesselink, 2000). Savunma kavramının deneysel olarak doğrulaması, çağdaş psikodinamik kuramcılar ve araştırmacılar için önemli olagelmıştır. Bu konu üzerine bir araştırmada, araştırmacılar, Savunma Tarzı Anketi’nin genel savunma işleyişinin ölçümündeki yararlılığının deneysel doğrulamasını sağladı ve puanları, genel işleyişi puanlamak için klinik uygulamada kullanılan İşlevselliğin Genel Değerlendirilmesi ile bağıntılandırdı.
- *“Rorschach Oral Bağımlılık (ROD) Ölçeği’nin Kavramsal Geçerliliği: Psikiyatrik yatan hasta örnekleminde ROD puanları ile WAIS-R puanlarının ilişkisi”* (Bornstein & O’Neill, 2000). Rorschach Mürekkep Lekesi Testi, kişiliği ölçmek için psikanalitik kuramda önemli bir gelişme olageldi ama testin geçerliliği hakkında süregiden bir tartışma da söz konusudur. Bu çalışmada, Rorschach Oral Bağımlılık

Ölçeği, kişilerarası bağımlılığın (telkine açıklık, uyum, kişilerarası esneklik) geçerli bir ölçütüydü.

- “Uyuşturucu kullanan annelerin bebekleriyle erken ilişkisi: Sekiz ila on iki aylıklar üzerine bir değerlendirme” (Burns, Chethik, Burns & Clark, 1997). Araştırmacılar, hamilelik sırasında uyuşturucu kullanmış annelerden oluşan 10 anne-bebek çiftini, uyuşturucu kullanmayan 10 çiftle karşılaştırdı. Daha sonra anne-bebek arasındaki etkileşimler incelendi. Yapılandırılmış oyunda annelik ruh halinin iki değişkeni (eğlenme ve keyif alma) üzerinden, yapılandırılmamış oyunda ise karşılıklı uyarım, heves ve eğlenme üzerinden kayda değer farklılıklar saptandı. Annelik-çocuk ikilisinin önemi sergilendi.
-

Çağdaş Psikodinamik Modellerin İlkeleri

Felsefi Destekler ve Varsayımlar

Çağdaş psikodinamik kişilik modellerinin felsefi destekleri, içebakış modelinin öne çıkarıldığı klasik psikanalitik kuramla birçok noktada ortaktır. İçebakış, daha deneysel doğrulama yönteminin hiçbir zaman ikamesi olamasa da, bilmenin önemli bir biçimi olduğundan onu gözden çıkaramayız. Bu içgözlemsel felsefe modeli M.S. ikinci yüzyılda Mısırlı bir filozof tarafından kurulmuş ve Aziz Augustinus (İ.S. 354-430) tarafından yeniden canlandırılmıştır (Rychlak, 1968). Rychlak’a göre, her ne kadar bu kuramlar deneysel doğrulamadan yoksunsa da, insan doğasının çeşitli yönleri bakımından yine de anlamlıdır: “Mülakat, projektif testler ve psikoterapi gibi klinik yöntemler, çağdaş içebakış örnekleri olarak anılır” (s. 203).

Normal-Anormal Farkıyla İlgili Görüşler

Kişilik çok boyutlu olarak kavramsallaştırılır; hem intrapsişik sisteminin yapısını ve olgunluğunu (savunmalar, duygusal kapasite) hem de kişilerarası ilişki ve yakınlık kapasitesini (nesne ilişkilerinin niteliği) içine alır. Normal ve anormal kişilik arasında net bir ayrım yoktur, zira aradaki sınır hattı bulanık olabilmektedir. En önemlisi, bireyin iş ve aile ortamındaki gereklilikleri karşılamadaki uyum sağlama kapasitesi ve esnekliğidir.

Normal davranış, çeşitli bağlamlarda ve durumlarda uyum sağlayıcı ve esnek olabilen davranıştır. Kişiler genel olarak normal, nevrotik, borderline veya psikotik kategorilerinde sınıflandırılabilir; her bir kategori içinde de belli bir boyuta yerleştirilebilir. Kişi stres altındayken bir “kategoriden” diğerine geçebilir; buna gerileme adı verilir. Ayrıca herkesin benzersiz bir özellikler kümelenmesi vardır, buna da o kişinin karakteri deriz. Değişkenler aşırı uçlarda olduğunda, kendini baltalayan davranış örüntüleri görülür; ağır kişilik bozukluklarında neredeyse bütün işlevsellik alanlarında kargaşa meydana gelir.

Değerlendirme Stratejileri ve Araçları

Çağdaş psikodinamik kişilik kuramlarında çok çeşitli değerlendirme stratejileri ve araçlarından yararlanılır. Bununla beraber, psikodinamik modelin en bilinen araçları **derinlemesine görüşme** ve **projektif teknikler** gibi içebakış stratejileridir.

Derinlemesine görüşme, serbest çağrışım sürecinin bilinçdışı malzemeye erişmek için kullanıldığı psikanalitik modelden kaynaklanır. Sonradan geliştirilen derinlemesine görüşme yöntemlerinde, gidişatı hızlandırmak için belli bir ölçüde stres yaratılmaktadır; bu stresin savunmaları artırdığı, daha derin duygulara ve bilinçdışı malzemeye erişimi sağladığı, ayrıca değerlendirme aracı olarak kullanılabilirdiği söylenmektedir. Bu yöntem, Kernberg ve Davanloo’nun öncülük ettiği **yapısal görüşme**dir. Kişinin yaşamı ve işlevselliğinin çeşitli yönleriyle ilgili kapsamlı bilgi edinmek üzere geliştirilmiş başka yarı-yapılandırılmış görüşmeler de bulunmaktadır. Örneğin ünlü seks araştırmacıları Masters ve Johnson (1966), kişinin cinsel geçmişini almak üzere bu şekilde bir görüşme geliştirmiştir.

Projektif teknikler, kişinin algılarını, düşüncelerini ve duygularını muğlak bir uyarana yansıtmasını sağlar (bulutlara bakıp ne gördüğünü tarif etmek gibi). “Psikoloji, Rorschach mürekkep lekesi testi kadar popüler bir ikon daha üretmemiştir” (Goode, 2001, s. F1). Rorschach mürekkep lekesi testi, birçokları tarafından eleştirilmesine rağmen, hem psikodinamik değerlendirmede hem de araştırmada hâlâ önemli bir konumdadır. 1920’lerde İsviçreli psikiyatrist Hermann Rorschach (1942/1951) tarafından geliştirilen test, mürekkep lekeleri oluşturulup, bunlar hakkında

öyküler anlatılan popüler bir Avrupa salon oyununa dayanıyordu. Rorschach, mürekkebi kağıda döküp kağıdı ikiye katlamak suretiyle yarattığı simetrik mürekkep lekelerinden on tanesini seçerek testi tasarladı. Yanıtları puanlamanın bir dizi yolu bulunmaktadır: biçim özellikleri, renk, gölgeleme, içerik, doku, hareket, vs. Başlarda klinik izlenime göre puanlandıysa da, sonradan puanlamayı standartlaştırmak ve yanıt profillerini somut normatif verilerle doğrulamak için girişimlerde bulunuldu. Bu değerlendirme aracı, kişiliğin değerlendirilmesinde “hem çocuklar hem de yetişkinler üzerinde yılda en az yüzbinlerce kez kullanıldı” (Goode, 2001, s. F1). Akademik psikologlar bu testin bilimsel temeline ve yararlılığına sık sık saldırırsa da klinik kişilik değerlendirmesinin temel direklerinden biri olarak varlığını sürdürmektedir.

Bir başka ünlü projektif test olan Tematik Algı Testi (TAT), Christine Morgan (resimlerin çoğunu çizmiştir) ve Henry Murray tarafından geliştirilmiş olup, araştırma ve klinik uygulamada yaygın bir biçimde kullanılmaktadır. Kişilerarası modele dayalı olan TAT, Dokuzuncu Bölümde ele alınacaktır.

Modelin Uygulanması

Psikodinamik model yüzyıl boyunca pek çok alanda, özellikle de zihinsel hastalıkların tedavisinde uygulanmıştır. Bununla beraber bu modelin bir başka ilginç uygulaması, Freud’un ve ilk öğrencilerinin öncülük ettiği, hem tarihsel hem de yaşayan şahsiyetlerin psikolojik profillerinin çıkarılmasıdır. Psikodinamik modelin oldukça ilginç bir uygulaması, İkinci Dünya Savaşı sırasında, Müttefik kuvvetlerin kullanımı için Adolf Hitler’in profilini çıkarma girişimi oldu; Stratejik Hizmetler Bürosu için 1943’te hazırlanan psikolojik raporun gizliliği 25 yıl sonra kaldırıldı (Langer, 1972). Psikanalitik kurama dayalı olarak yapılan bu psikotarihsel yeniden yapılandırma, Hitler’in güdülenmesine ve kişilik işleyişine dair içgörü ve derinlemesine betimleme sağladı. İlginç olan, raporun Hitler’in intihar edebileceğini öne sürmesiydi: “Bu en akla yatkın sonuçtur. Sık sık intihar tehdidinde bulunmasını yanı sıra, psikolojisi hakkında bildiğimiz kadarıyla, bu en muhtemel olasılıktır” (s. 211-212). Gerçekten de Müttefik kuvvetler Berlin’i ele geçirirken Hitler intihar etti.

Kültürel Etkiler ve Farklılıklar

Psikodinamik model, Freud'un yirminci yüzyılın başında üst orta sınıf Avrupalı toplumdaki çığır açan çalışmalarından kaynaklandı. Freud, modeli metapsikoloji olarak tanıttıysa da, kendi toplumsal-kültürel ve tarihsel döneminin bakış açısından kurtulamadı. Freud'un özgün formülasyonlarının birçoğunun zamanı geçmiştir ve muhtemelen kültürlerarası uygulama alanı sınırlıdır. Psikodinamik model, öncelikli olarak, kendi dar referans çerçevesiyle sınırlanan bireyselci bir yönelimdi. Ağırlıklı olarak eril yönelimli bir psikolojik sistem olarak tasarlanmış olmasının kalıntıları halen psikodinamik kuramın evriminde görülebilir. Ne yazık ki, çok uzun süre kapalı bir sistem olarak kaldığından, kültürler arası aşılma olasılığı pek olmadı. Bununla beraber son zamanlarda bu durumun değiştiği görülmektedir; daha fazla kadın ve azınlık üyesi tarafından parametreler genişletilmekte ve bu modele ününü kazandıran yaratıcı süreç canlandırılmaktadır.

Modelin Güçlü Yanları ve Sınırlılıkları

Çağdaş psikodinamik kişilik modeli özellikle klinik uygulayıcılar arasında çok popüler olup, kişiliği ve zihinsel bozuklukları kavramsallaştırmak için yararlı birçok şey sunar. Bu modelin *güçlü yanı* bilinçdışı, savunma sistemleri, kişilik yapısının bileşenleri arasındaki ilişki gibi temel kavramsal yapılarının gücünden gelir. Bu ve diğer kavramlara atıfta bulunmayan bir kişilik psikolojisi hayal etmek güçtür. Çağdaş psikodinamik kuramı okuyanların pek çoğu, bu kavramsallaştırmaların insanın doğasını ve güdülenmesini yansıtma gücü karşısında hayrete düşer. Hastaların geçmiş yaşantılarından kaynaklı engelleri aşma mücadelesini saatlerce, günlerce dikkatle dinleyerek derlenebilmiş, insan davranışına dair derin içgörüler bu sistemin en büyük zenginliğidir.

Bu model pek çok yönden ise *sınırlıdır*. Ne yazık ki kapalı sistem içinde varlığını sürdürdüğü yıllardan sonra, bu modelin uygulanabilirliği sorgulanır hale geldi. Çağdaş psikodinamik model bu fırtınayı atlatmış gibidir; insan doğası ve psikopatolojisine dair derin içgörü sağlayan bir sistem arayışındaki öğrenciler arasında giderek yaygınlaşmaktadır. Bir başka engel ise, deneysel araştırmadan kaçınma eğilimidir; halbuki deneysel araştırmalar daha yaygın bilimsel kabul görmesini sağlardı. Kavramsallaş-

tırmaları ve kendine özgü dili yüzünden pek çoklarının içine girmekte zorlandığı bu sistem, dilin arkasına gizlenenlere uygun dogmatik bir düşünce sistemi gibi görülebilmektedir.

Özet

Bu bölüm, çağdaş psikodinamik modelin bir özetinin yanı sıra, Freud'un psikanalitik bakış açısından doğan yapısal kuram-dürtü kuramının parametrelerini genişletme çabasındaki sonraki psikodinamik kuramcılarının öncülük ettiği birtakım önemli gelişmeleri sunar. Nesne ilişkileri kuramı Freud'un kuramının bereketli topraklarından ortaya çıkmış olup, Winnicott, Klein, Fairbairn, Mahler ve A. Reich tarafından bağlanmanın önceliği vurgulanmıştır. Nesne ilişkileri önemli bağlanma figürlerinin içselleştirildiği ve onların temsillerinin (nesnelerin) içimizde taşındığı süreci anlatır. Bu, bilişsel kuramın içselleştirilmiş şema vurgusuna (bkz. 8. Bölüm) benzer. Winnicott yeterince iyi anne kavramını geliştirerek, tatmin edici uyum sağlama için mükemmel annelik gerekmediğini ama yeterince iyi olmazsa psikopatolojiye sebep olduğunu açıklamıştır. Kendilik psikolojisine öncülük eden Kohut, Freud'un narsisizm kavramını genişleterek, bakımverenin aynalama ve yanıt vericiliğinin yetersiz olması halinde gelişimin raydan çıktığını ve narsisistik bozuklukların ortaya çıktığını açıklamıştır. Narsisistik gereksinimler tatmin edildiğinde genellikle sağlıklı bir kendilik gelişimi temin edilirken, bu gereksinimler karşılanmadığında çekirdek duygulanımlar utanç ve öfke olur. Batı toplumunda narsisistik bozuklukların yüksek oranda gelişimine yol açan kültürel etmenler olabilir. Erikson yetişkin kişilik gelişimine dair ilk modellerden birini önermiş, geçilmesi gereken çeşitli aşamaları ve sonraki aşamaya ilerlemeden önce bir önceki aşamada ustalık kazanılması gerektiğini öne sürmüştür (epigenetik ilke). Çeşitli gelişimsel geçiş noktalarında kimlik krizleri meydana gelebilir. Benlik psikolojisi, benliğin dünyaya uyum sağlamadaki rolüne ve kişiliği korumak için kullanılan savunmalara odaklanmıştır. Kernberg, ağır kişilik bozukluğu hastalarıyla çalışmaları üzerinden kuramsal bir kişilik modeli geliştirmiştir. Çoklu bakış açısına sahip bir yaklaşım nesne ilişkileri, kendilik psikolojisi, yapısal kuram-dürtü kuramı ve benlik psikolojisi gibi çeşitli psikodinamik kuramları bir araya getirir. İki temel kavramsal yapı olan çatışma üçgeni ve kişiler üçgeni kullanılarak, hem hisler, kaygı ve savunma arasında işleyen intrapsi-

şik sistem hem de kişilerarası örüntüler dinamik bir süreç şeklinde tasvir edilebilir.

Okuma Önerileri

Langer, W. C. (1972). *The secret wartime report: The mind of Adolf Hitler*. New York: Basic Books.

Davranışçı Kişilik Modelleri

Giriş

Davranışçı Hareketin Gelişiminde Dönüm Noktaları

Thorndike'in Temel Öğrenme Kanunları

Pavlov'un Şartlı Refleksi

Watson'un Popüler Davranışçılığı

Neo-Davranışçılar

Skinner'in Radikal Davranışçılığı

Hull'un Matematiksel Psikolojisi

Temel Kavramlara Kısa Bir Bakış

Klasik Şartlanma

Uyaran-Yanıt Psikolojisi

Kuramsal Modeller

Salter'in Şartlı Refleks Kuramı

Dollard ve Miller'in Öğrenme Kuramı

Mowrer'in İki Etken Kuramı

Wolpe'nin Sistematik Duyarsızlaştırması

Eysenck'in Kişilik Araştırması ve Kuram Oluşturmada Deneyselciliği

Davranışçı Kuramın Alt Sistemleri

Seligman'ın Öğrenilmiş Çaresizlik Kavramı

Goldfried ve Merbaum: Özdenetim Yoluyla Davranış Değişimi

Barlow: Kaygının Doğası

Paradigmatik Davranışçılık

Davranışçı Modellerin İlkeleri

Felsefi Destekler ve Varsayımlar

Normal-Anormal Farkıyla İlgili Görüşler

Değerlendirme Stratejileri ve Araçları

Modelin Uygulanması

Kültürel Etkiler

Davranışçı Modelin Güçlü Yönleri ve Sınırları

Özet

Okuma Önerileri

Davranışçı kişilik modelleri filozoflar ve psikanalitik düşünürler tarafından sunulan, insan psişesini ve kişilik işlevselliğini anlamaya yönelik “derin” modelden oldukça farklıdır. “Davranışçılığın en parlak döneminde saygıdeğer bilimadamları bilinçdışı işlevselliği ağızlarına almaktan ne pahasına olursa olsun kaçınıyorlardı” (Grigsby & Stevens, 2000, s. 245). Davranışçılığın temeli deneyselcilik ve hayvan davranışlarıdır; bu ekol “gerçekten bilimsel olan ilk psikoloji” olma iddiasıyla son derece popüler olmuştu (Hunt, 1993, s. 262). Davranışçı “kişilik kuramlarıyla” ilgili bu bölümde okurlar haklı olarak “Kuramlar nerede?” diye soracaktır. Bu ele alınması gereken faydalı bir sorudur. Bu bölümü okurken de göreceğiniz gibi, davranışçılık diğer kuramsal modellerin özelliği olan aşırı kuramsal ve spekülatif düşünce şeklini benimsememektedir.

Kapsamlı bir kişilik kuramı geliştirmek için deneysel ve klinik verilerin ötesine geçmek ve spekülasyon yapmak gereklidir ama herkes bu girişimin faydalı olduğu konusunda hemfikir değildir; birçok kişi bunun meşru bir bilimsel araştırma olmadığı görüşündedir. Davranışçılığın birincil **tümevarımsal düşünme şeklinin** başlangıç noktası veriler ve temel ilişkilerdir; bu noktadan yola çıkılarak insan davranışının kanunları oluşturulur. Göreceğiniz gibi bu süreç birçok kez tekrar edilmiş ve bu şekilde önemli davranış kanunları keşfedilmiştir. Öncü klinik ve akademik araştırmalarla kişilik sisteminin öğrenme, kaygı edinme, öğrenilmiş çaresizlik ve şartlanma paradigmaları gibi çeşitli öğeleri keşfedilmiştir ve bunlar hâlâ kişiliğin nasıl oluştuğu, şekillendiği, muhafaza edildiği ve çeşitli dış etkenlerle değişime uğradığı konusundaki anlayışımızı etkilemeye devam etmektedir. Davranışçılık, frenoloji (hatta bazılarına göre psikanaliz) gibi pek bilimsel temellere dayanmayan son derece spekülatif kuramlar ile bilimsel yöntemlerin kullanıldığı deneysel araştırmalar arasındaki diyalektik sürecin çok önemli bir parçası olmuştur. “Bu kuramsal devrimin en önemli özelliklerinden biri, sıkı bilimsel saflık standartlarına uyacak verilerin elde edilebileceği denek gruplarının tercih edilmesiydi. Hayvanlar bu amaca insanlardan çok daha uygundu” (Goldfried & Merbaum, 1973, s. 8).

HAYVAN ARAŞTIRMALARI İÇİN ETİK PRENSİPLER

Bu bölümde ele alınan tipte hayvan araştırmaları bu konuda uygulanan yeni etik ilkelere göre artık yapılmamaktadır. Burada anlatılan araştırmaların büyük bölümü günümüzde hayvanlara gereksiz yere acı çektirilen araştırmalar olarak görülmektedir. Hayvan hakları savunucuları Amerika'da ve özellikle İngiltere'de oldukça faaldir, hatta bazıları laboratuvar hayvanlarını ihmal ettiğini ve onlara sadistçe eziyet ettiğini düşündükleri bilim adamlarına misilleme saldırıları düzenlemektedir.

Bu perspektifi gözden geçirmeye bazı önemli tarihi kişileri ele alarak başlayacağız. Bu kişiler alanımızı yıllar boyunca şekillendirmiştir fakat birçok kişi bu insanların kişilik araştırmalarının bir uyku dönemine girmesine neden olduğunu da düşünmektedir. Bunlardan ilki Edward L. Thorndike'tır. Thorndike psikolojinin babası olarak görülen William James'in öğrencisiydi; ilgi çekici bir nokta onun psikolojik ilkeleri anlamak için içebakış tekniklerini kullanmış olmasıdır. Thorndike Harvard Üniversitesi'nde hocasından radikal bir şekilde ayrılarak öğrenme ilkelerini araştırmak için hayvanları kullanmaya karar verdi; James'in Harvard'da profesör olarak çalışırken ailesi için inşa ettirdiği ve çok sevdiği evinin bodrumunda civcivlerle çalışmaya başladı.

Davranışçı Hareketin Gelişiminde Dönüm Noktaları

Thorndike'in Temel Öğrenme Kanunları

Davranışçılığın gelişiminde önemli rol oynayan kişilerden biri Edward Lee Thorndike'tır (1874-1947). Columbia Üniversitesi'ndeki Teachers College'de psikoloji profesörü olarak görev yapan Thorndike, başarılı kariyeri boyunca 50 kitap yazmış ve 450 araştırma makalesi yayımlamıştır (Hunt, 1993). William James'in öğrencisi olan Thorndike hayvanları incelemeyi seçmiştir. Muhtemelen hayvanlarla çalışmak ona insanlarla çalışmaktan daha kolay geliyordu. Harvard Üniversitesi'nde yeterince laboratuvar alanı bulunmadığı için hocası James ona evinin bodrumunda çalışmasını önerdi ve Thorndike orada tavuklarla yaptığı çalışmalarına başladı. Bod-

rumda kitaplarla labirentler yaptı ve tavukların yiyecek, su ve diğer tavuklara ulaşmak için o labirentlerde yollarını nasıl bulduklarını inceledi. Tavuklar aynı performansı tekrar ettikçe daha başarılı oluyorlar, daha önce çıkmaz yollara girdikleri yerleri ve başarılı oldukları yerleri hatırlıyorlardı. Thorndike daha sonra Columbia Üniversitesi'nde yaptığı araştırmalarda kedilerin ve bazı köpeklerin kaçış örüntülerini incelemek için sebze sandıklarından yapboz kutuları yaptı. Bu araştırmalardan elde ettiği sonuçlarla iki öğrenme kanunu formüle etti ve bunlar “hem hayvanların hem de insanların davranış psikolojisinin temelini oluşturdu” (Hunt, 1993, s. 248).

Etki Kanunu: Yapboz kutuları hayvanlara birkaç alternatif sunuyordu. Thorndike verilen iki tip tepkiyi “sinir bozucu” ve “tatmin edici” diye tanımladı. Bu tepkilerden bazıları belli uyaran-tepki bağlantılarını pekiştiriyor, bazılarıysa bağlantıları ortadan kaldırıyor ya da zayıflatıyordu. Dolayısıyla herhangi bir eylem belli bir uyarana verilen cevabı belirleme etkisine sahiptir (Hunt, 1993).

Tekrar Kanunu: Uyarıcı ve tepki arasındaki bağ kullanıldıkça ve süresi uzadıkça güçlenerek o tepkiyi pekiştirir.

1898 yılının Ocak ayında Thorndike'a araştırma sonuçlarını New York Bilim Akademisi'nde sunması teklif edildi; aynı yılın Haziran ayındaysa araştırma sonuçları *Psychological Review* dergisinde yayınlandı. Aralık ayında Amerikan Psikoloji Birliği'nin yıllık toplantısında bir sunum yapmaya davet edildi. *The Story of Psychology* (Psikolojinin Hikayesi) kitabının yazarı Hunt'a (1993) göre bu gelişmeler çığır açıcıydı: “Thorndike'in makalesi psikolojik yaklaşımı hızla etkiledi. Yaptığı araştırmalar çağrışımcılıkla ilgili eski felsefi nosyonlara yeni ve araştırma temelli anlamlar kazandırmış, C. Lloyd Morgan'ın 'davranışlar basit zihinsel süreçler açısından açıklanabiliyorsa, gelişmiş bir zihinsel sürecin sonucu olarak yorumlanmaması gerektiği' görüşünü desteklemiş ve sonraki yarım yüzyıl boyunca yapılacak olan öğrenme araştırmalarının ağırlıklı örüntüsünün hayvan deneyleri olmasına neden olmuştur” (s. 248).

Pavlov'un Şartlı Refleksi

Modern davranışçılığın en önemli isimlerinden biri Rus psikolog İvan Pavlov'dur (1849-1936). Hatırlayacağınız gibi Pavlov Bölüm 2'de ele alınmıştır. Pavlov, Darwin'in *Türlerin Kökeni* kitabı ve Sechenov'un *Reflexes of the Brain* (Beynin Refleksleri) kitabından çok etkilenmişti. Tıp okuyan ve uzman bir cerrah olan Pavlov sindirim sisteminin ve gastrik refleksin gizemlerini aydınlatmak istiyordu. Gastrik refleksleri gözlemlemek için cerrahi müdahaleyle laboratuvar köpeklerinin midelerinde küçük keseler açtı ve fistüller yerleştirdi. Araştırmalarına devam ederken deneylerini baltalayan sıkıntı verici bir olay fark etti: Köpekler beslenme saatleri dışında onlara yemek veren asistanlardan birini görünce de gastrik sıvı salgılıyorlardı. 1902 yılında bu olayı incelemeye başladı ve hayatının kalanında bu konuya odaklandı. Deneylerinin ikinci etabında tükürük bezlerinden birine bir fistül yerleştirdi, fistülü de bir ölçüm ve kayıt cihazına bağladı. Köpek koşumlarla tutuluyor ve bir pencereye bakıyordu. Pencerede içine mekanik olarak yiyecek doldurulan bir çanak duruyordu. Çanağa yiyecek doldurulduğu zaman köpek otomatik olarak tükürük salgılamaya başlıyordu. Pavlov bu davranışa **şartsız refleks** adını verdi, çünkü bu, hayvanın fizyolojik sisteminin programlanmış doğal bir cevabıydı (Pavlov, 1927). Daha sonra bir zil veya çan gibi, tükürük salgılanmasına neden olmayacak nötr bir uyaran kullandı. Nötr uyaran tek başına kullanıldığı zaman köpek sadece kulaklarını kaldırmakla kalıyordu. Ancak nötr uyaran çanağa yiyecek doldurulması işlemiyle tekrar tekrar birlikte kullanıldığı zaman şartlı bir süreç meydana geldi. Artık yemek olmadan sadece zilin çalınması tükürük salgılanmasına neden oluyordu. Pavlov bu olaya da **şartlı refleks** adını verdi. Çeşitli nötr uyaranlarla deneyler yaparak onları şartlı uyaranlara dönüştürdü. 1904 yılında tıp dalında Nobel ödülü aldı.

Hilgard ve Bower'a (1975) göre Pavlov araştırmalarını deneylere dayandırmakla Amerikan davranışçılığının temellerini atmıştır: "Tamamen fizyoloji olarak gördüğü alanda kalmasına rağmen özünde psikolojik olan sorunları ele aldığının farkındaydı ve Çarşamba günleri verdiği seminerlerde yazılarını okuduğu psikologlara sık sık atıflarda bulunurdu. Özellikle E. L. Thorndike'a saygı duyuyor ve Thorndike'ın bazı açılardan kendi çalışmalarının temelini oluşturduğunu düşünüyordu" (s. 88).

Watson'un Popüler Davranışçılığı

Davranışçılığın Amerikan psikolojisi ve halkı tarafından kabul edilmesi büyük ölçüde John B. Watson (1878-1958) sayesinde olmuştur: "Kimse davranışçılığı satmaya Johns Hopkins Üniversitesi'nden Profesör John B. Watson kadar çaba göstermemiştir" (Hunt, 1993, s. 253). Mesleğinin zirvesine çıkan ancak daha sonra bir seks skandalı nedeniyle akademik çevrelerden kovulan Watson, kariyerinin kalanını davranışçılık bilgisini reklamcılığa uygulayarak geçirdi.

1916 yılında çocuklarda şartlı refleks konusunda araştırma yapmaya başladı. Baltimore'daki Harriet Lane Hastanesi'nde çalışırken 200'den fazla bebeği gözlemleyerek doğuştan gelen tepkileri inceledi (Hillner, 1984). Hapşırma, emme, tutma ve bir şeye uzanma gibi birçok bebek refleksini katalogladı. Bunların yanı sıra korku, öfke ve sevgi gibi duygusal yanıtları, ağlama veya mırıldanma gibi bunlarla bağlantılı gözlemlenebilir davranışları inceledi. En çok ilgi görmesini sağlayan deney Rosalie Rayner'la yaptığı deneydi. Rayner'la birlikte Albert B. adındaki 11 aylık bir bebekte şartlı korku tepkisi oluşturmaya çalıştılar (J. B. Watson & Rayner, 1920). Albert 9 aylıkken yanına beyaz bir fare koydular; Albert korkmadı. Sonra kulağının arkasında bir yerde çelik bir çubuğa çekiçle vurdular; bebek bu defa korku tepkisi verdi. Deneyin bir sonraki etabında Albert'in yanına beyaz bir fare koydular ve bebek fareye dokunduğu zaman kulağının arkasında kalan çelik çubuğa çekiçle vurdular. Albert bebeklerin yüksek seslere karşı hissetmesi beklenen korkuyla tepki verdi. Çocuğu aşırı rahatsız etmemek için bir hafta hiçbir şey yapmadılar; bir hafta sonra fareyi ve yüksek sesi kullanarak aynı öğrenme deneyimini on iki kez kadar tekrarladılar. Tabii ki deneyin sonunda Albert sadece fareyi gördüğü zaman da güçlü bir korku tepkisi vermeye başladı.

Daha sonra yapılan deneylerde Albert'in sadece farelere değil, tavşan, fok kürkünden bir palto ve Watson'un Noel Baba maskesi takılmış yüzü gibi bir dizi başka tüylü şeye karşı da **şartlı korku** tepkisi verdiğini gördüler. Dolayısıyla, çocukta deney kaynaklı bir "nevroz" yaratarak insanlarda nevrozun oluşmasında öğrenmenin rolünü ve ilkelerini göstermiş oldular. Rilling (2000) bu çalışmayı ve yarattığı etkiyi şöyle özetlemektedir: "Küçük Albert'in tek başına araştırma deneği olup John Watson'un davranışçı mihrabında bilim uğruna gözyaşı dökmesinden bu yana 80 yıl geçti" (s. 130). Rilling şöyle devam etmektedir: "Watson'un ilgilendiği da-

ha genel sorunlar, yani psikolojik kavramların geçerliliği ve anlamı ve araştırma verilerinin pratisyenler tarafından kullanılması, günümüzde hâlâ üzerinde durulan sorunlardır” (s. 310-311). Watson ve Rayner deneyleriyle çocukta yarattıkları nevrozu ortadan kaldırmak için hiçbir şey yapmadılar. Günümüzde geçerli olan insan deneyleriyle ilgili etik standartlara göre bu tarz bir davranış asla kabul edilemez ama o dönemde bundan da fazlası tolere ediliyordu (Bunu, Bölüm 1’de sunulan Murray’ın Theodore Kaczynski üzerinde yaptığı deneylerle karşılaştırınız). Günümüzde zarar verici uygulamaların önlenmesi ya da en azından asgariye indirilmesi için insanlar ve hayvanlar üzerinde deney yapan bütün kuruluşlar araştırma tekliflerini bir komiteye onaylatmak zorundadır.

Tarihi önem taşıyan bir başka olay da Watson’un psikoloji alanında zihinsel süreçlerle ilgili yöntem ve fikirlerin bilimsel olmadıkları için atılması gerektiğini teklif etmesiydi. Psikolojinin sadece gözlemlenebilir davranışlara odaklanarak yeni ve bilimsel bir yaklaşım benimsemesi gerektiğini düşünüyordu. James R. Angell ile aynı dönemde **davranışçı** terimini kullanmaya başladığı için her ikisi de bu terimin yaratıcısı sayılmaktadır. Watson psikoloji dünyasına meydan okuduğu “radikal” fikirlerini 1913 yılında *Psychological Review* dergisinde “Davranışçının Bakış Açısından Psikoloji” başlığı altında yayınladı ve bu yazısı “zihinsel süreçlerle ilgilenen tüm psikolojik ekollerden ayrıldığını ilan eden bir bağımsızlık bildirgesi” oldu (Hunt, 1993, s. 256). Hunt’a (1993) göre daha sonra davranışçılığın “manifestosu” olarak ünlenen bu makale üç önemli noktayı içeriyordu: “Üç cümlede üç devrimci ilke beyan etmişti: bunlardan ilki, psikolojinin içeriğinin bilişten değil davranıştan ibaret olması gerektiği; ikincisi kullanılan yöntemin içgözlemsel değil nesnel olması gerektiği; üçüncüsü de psikolojinin amacının zihinsel olayların temelini anlamak değil ‘davranışın öngörülmesi ve kontrol edilmesi’ olması gerektiği” (s. 256). Watson (1913) manifestosunda şöyle yazmıştır: “Davranışçıların gözünde psikoloji doğa bilimlerinin tamamen nesnel bir dalıdır. Kuramsal hedefi davranışın öngörülmesi ve kontrol edilmesidir. İçgözlem, kullanılması gereken yöntemlerin asli bir parçası değildir, ayrıca bu yolla elde edilen ve yoruma açık verilerin bilimsel değeri yoktur. Davranışçılar tek (birimsel) bir hayvani tepki şeması elde etme çabalarında insanla hayvan arasında bir fark görmemektedir. İnsan davranışı, bütün inceliği ve karmaşıklığıyla, davranışçıların genel araştırma şemalarının sadece bir kısmını teşkil etmektedir” (s. 158).

Mark Rilling (2000) *American Psychologist* dergisinde şöyle yazmıştır: "Sigmund Freud ve John Watson yirminci yüzyılda psikoloji alanının en önemli iki ismidir; buna rağmen birlikte pek ele alınmamışlardır. O dönemlerde, kabaca 1909'la 1920'lerin ortası arasındaki sürede Freud'un fikirleri Amerikan kültürüne gittikçe daha fazla nüfuz etmeye başlamıştı" (s. 301). Rilling, Watson'un Freud'un psikanalitik kavramlarıyla rekabet edebilmek için aktarım gibi Freudcu kavramları ondan ödünç aldığını öne sürer. Hatta Küçük Albert'le yaptığı klasik şartlanma deneyi Watson'un bu kavramı laboratuvar ortamında doğrulama girişimi de olabilir. Watson psikanalize saldırmaktan hoşlanıyordu ve frenoloji gibi psikanalizin de gözden düşerek bir kenara atılacağını iddia ediyordu. Hatta Küçük Albert'in şartlanmasıyla ilgili klasik makalesinde psikanalizle alay edecek kadar ileri gitmişti. J. B. Watson ve Rayner (1920) makalelerinde şöyle yazmışlardır: "Freud ekolüne mensup olanlar kuramlarını değiştirmedikleri takdirde bundan yirmi yıl sonra Albert'in fok kürkünden yapılmış paltolara karşı duyduğu korkuyu analiz ettiklerinde, yani eğer Albert o yaşta analize girerse, muhtemelen gördüğü bir rüyayı ağzından alacaklar, sonra da o rüyayı analiz ederek Albert'in üç yaşındayken annesinin kasık kıllarıyla oynamaya kalktığı ve annesinin onu şiddetle azarladığı sonucuna varacaklardır" (s.14).

Rilling bu çalışmanın etkisinden bahsetmektedir: "Tarihçilerin tespit ettiği zayıflığa rağmen, Watson ve Rayner'in (1920) çalışması bir klasik olmaya devam etmekte, bugün Watson'la Rayner'in elinde olanlardan çok daha iyi yöntem ve kuramlarla ele aldığımız duygusal öğrenme ve psikopatoloji konulu benzer psikolojik sorularla ilgili halen kıstas teşkil etmektedir" (s. 310).

Watson bilişi ele alan çalışmaları, zihinle ve zihinsel durumlarla ilgili spekülasyonları eleştirmiştir. Hunt (1993) Watson'un etkisiyle ilgili olarak şöyle yazmaktadır: "Aslında Watson'un manifestosu sanıldığı kadar orijinal değildi; on beş yıldır oluşmakta olan fikirleri sunuyordu. Ama bunu gözüpek, zorlayıcı ve netleştirici bir şekilde yapıyordu; özetle, Watson'un yazısı bir pazarlama metniydi. Watson'un fikirleri bir gecede diğer fikirle-

ri silip süpürmedi ama takip eden altı yılda davranışçılık önemli toplantı konularından biri haline geldi ve psikologların düşüncelerinin şekillenmesinde önemli etkisi oldu. 1920'li yıllara gelindiğinde psikolojiye hakim olmaya başladı ve kırk yıldan fazla zamandır Amerikan psikoloji alanında en çok itibar gören paradigma olmakla kalmayıp, Avrupa'da da oldukça önemli bir yaklaşım olarak kabul edildi" (p. 257).

Watson diğer katkılarının yanı sıra, Pavlov'un çalışmalarını Amerikan psikolojisine, davranışçı kavramları da kuramsal resme sokan kişidir. Watson'un etkisi oldukça fazladır ve Hunt'a (1993) göre "popüler yazılarında mesih benzeri beyanlarda bulunuyor, davranışçılığın kişilik gelişimini bilimsel olarak planlayıp şekillendirerek daha iyi bir dünya yaratabileceğini söylüyordu" (s. 260). J.B. Watson'un (1924, 1930) *Behaviorism* (Davranışçılık) kitabındaki bir beyanı en çok tanınan söylemlerinden biridir ve bu özelliğini özetlemektedir: "bana eğitmem için sağlıklı, iyi yapılanmış bir düzine çocuk ve onları büyütebileceğim ayrı bir dünya verin; atalarının mesleği ve ırkı ne olursa olsun yeteneklerine, eğilimlerine, meziyetlerine, yatkınlıklarına aldırmaksızın, onlardan kendi seçimime göre doktor, avukat hatta dilenci ve hırsız yapayım size" (s. 104).

"Watson'a göre kişilik ne gizemli ne de yeni kavramlara ihtiyaç duyan bir şeydi; sadece eylemlerin toplamından ibaretti" (R. I. Watson, 1963, s. 442). Kişilik, bireyin alışkanlık sistemlerinin sonucudur; bu sistemler potansiyel ve gerçek manüel, içsel ve sözel tepkileri içerir (J. B. Watson, 1924, 1930). Watson "alışkanlık sistemi" terimini çeşitli bireysel alışkanlık grupları veya öbeklerini ifade etmek için kullanıyor, bu grupları kişiliğin yapı taşları olarak görüyordu. Ona göre kişilik işlenebilirdi ve hiç kimse- nin kişiliği zaman içinde aynı kalmazdı. "Watson normal psikoloji ya da deneysel psikoloji kavramlarının anormal davranışı açıklamak için kullanılabileceğini öne sürüyordu" (Rilling, 2000, s. 303). Ona göre davranışçılık yetişkinlerde istenen değişimleri tetikleyebilir ve çocukları bilimsel bir şekilde büyütmek insanlığın daha iyi bir duruma gelmesini sağlayabilirdi.

Watson psikolojiden sürgün edildikten neredeyse kırk yıl sonra psikolojiye yaptığı katkılar nedeniyle Amerikan Psikoloji Birliği tarafından 1957 yılında altın madalyaya layık görüldü. Madalyayı almak için New York'a gitmesine rağmen çok fazla duyulanacağından endişe ederek ödülü alması için oğullarından birini gönderdi. Madalyasında şöyle yazıyordu:

“Çalışmaları modern psikolojinin şeklinin ve içeriğinin belirlenmesinde son derece etkili olan John B. Watson’a. Kendisi psikolojik düşüncede bir devrim başlatmış ve yazıları, bugün devam etmekte olan verimli araştırmaların başlangıç noktası olmuştur” (Hunt, 1993, s. 261). Watson bu prestijli ödülü aldıktan bir yıl sonra 80 yaşında öldü.

Neo-Davranışçılar

1920’lerle 1960’lar arasında Amerikan akademik psikolojisinde davranışçılığın daha karmaşık versiyonları geliştirildi ve oradan dünyanın kalanına yayıldı (Hunt, 1993). Bu otuz yıl boyunca yapılan araştırmaların büyük bölümü “küçük, kesinlikle nesnel ama pek de çığır açıcı olmayan konular üzerinde duruyordu” (s. 263). Araştırmaların çoğunda denek olarak hayvanlar kullanıldı ama insanlar kullanıldığında bile konular pek heyecan verici değildi.

Skinner’in Radikal Davranışçılığı

Yirminci yüzyılın en tanınmış psikologlarından biri de B. F. Skinner’dı (1904-1990). Skinner verimli kariyeri boyunca radikal davranışçılığa olan inancını kaybetmedi. Hunt (1993, s. 268) Skinner hakkında şöyle yazmaktadır: “Radikal davranışçı bakış açısına sıkı sıkıya bağlı kalmış, zihin, düşünce, bellek ve mantık gibi ‘öznel öğelerin’ var olmadığını, bunların sadece ‘sözel kurgular, insanlığın dilin gelişimi sürecinde kısıldığı dilbilgisi kapanları’, kendileri açıklanabilir olmayan ‘açıklayıcı öğeler’ olduğunu savunmuştur (Skinner, 1953, s. 19-21, s. 117). Skinner insan psişesiyle ilgilenmiyor, davranışın dışsal, gözlemlenebilir ve ölçülebilir nedenlerine odaklanıyordu. Ayrıca bir psikoloji veya kişilik kuramı da oluşturmadı; bu kavramın yanıltıcı olduğunu ve davranışın bilimsel incelemesinde dikkat dağıtıcı bir etken olduğunu düşünüyordu. Skinner’in içgözlemci zihin modellerinden ayrılışı oldukça dramatikti. 1972 yılındaki bir yazısında şöyle demiştir: “Davranışı bilimsel olarak incelemek için özerk insanın



kişiliğini, ruh halini, duygularını, karakter özelliklerini, planlarını, amaçlarını, niyetlerini ve diğer ilave özelliklerini keşfetmek zorunda değiliz” (s. 12-13). Skinner davranışı zihinsel işlevlere dayandırmaktan kaçınmış ve düşünmek davranmaktır inancını benimsemiştir.

Skinner öğrenme konusunda araştırma yapmış ve ilerleme elde etmiştir. Mekanik açıdan çok yetenekliydi ve Thorndike’in deneysel kutusunun çok daha iyi bir versiyonunu tasarladı. Bu kutu **Skinner kutusu** olarak bilinmektedir; 1960 ve 70’lerde davranışçı yönelimli eğitim alan tüm öğrenciler bu aygıtı kullanarak farelerle deney yapmışlardır. (Genellikle farelere) yiyecek veya su verilmesini sağlayan bir manivelayla donatılmış bir kafes olarak tarif edebileceğimiz bu kutu, veri toplama konusunda oldukça etkili bir araçtı. Skinner ve takipçileri bu şekilde bol bol veri topladılar. Bu şekilde pekiştirme dereceleri ve pekiştirmenin davranışın kazanılması ya da ortadan kalkmasındaki etkisi deneysel kontrol altına alınarak gerçekten deneysel bir bilim elde edilmiş oluyordu.

Skinner çeşitli pekiştirme düzenlerinin davranışın yeniden meydana gelmesi ihtimalini artırdığını ya da azalttığını keşfetti (bkz. Tablo.7.1). Bazı pekiştirme düzenlerinin yok olmaya karşı aşırı derecede dirençli olduklarını fark etti; örneğin sadece zaman zaman ödül verilen aralıklı programlar bunlardan biriydi. Buna verilebilecek bir örnek kumar makineleridir: Kişi, ödülü kazanma ümidiyle makinenin kolunu sürekli çeker ve parası bitince devam etmek için borç alır.

Tablo 7.1 Çeşitli Pekiştirme Düzenleri

Sabit Aralıklı	Belli bir zaman aralığı geçtikten sonra pekiştirme yapılır.	Derslerden sonra çocuğa dersteki çabaları için bir yıldız verilir.
Sabit Oranlı	Belli sayıda cevap verildikten sonra pekiştirme yapılır.	Beş tane ödevi bitirince çocuğa bir oyuncak verilir.
Değişken Aralıklı	Değişken bir zaman aralığı geçtikten sonra pekiştirme yapılır.	Öğretmen ders sırasında bir çocuğu sözlü olarak över.
Değişken Oranlı	Değişken oranda cevap verildikten sonra pekiştirme yapılır.	Öğretmen bir çocuğu aralıklı şekilde, ortalama olarak beş cevapta bir, teşvik eder.

Skinner’ın davranışçılığa yaptığı bir diğer katkı da işlemsel şartlanma paradigması hakkında yaptığı açıklamalardır. Hunt (1993) bu gelişmeyle ilgili olarak şöyle yazmaktadır: “Hayvanın herhangi bir nedenle yaptığı

tüm rastgele hareketler içinde bulunduğu ortamda yapılan 'işlemler' olarak görülebilir, dolayısıyla Skinner'ın deyimiyle hayvan bir 'işlemcidir'; hareketi ödüllendirmek işlemsel şartlanmaya yol açar. Bir dizi küçük rastgele hareketi birer birer ödüllendirirsek, hayvanın davranışı 'şekillendirilir' ve sonunda hayvan baştaki repertuvarının parçası olmayan şekillerde davranmaya başlar" (s. 272).

Skinner işlemsel şartlandırma yoluyla karmaşık davranış dizilerinin hayvanlara öğretilbileceğini göstermiştir; bu şekilde güvercinlere ping pong oynatmış ve bir domuza kirli çamaşırları sepete attırmıştı. Skinner bu teknikleri eğitimde de uygulamış ve "programlanmış eğitim" kavramını geliştirmiştir. Skinner'ın öğrencileri bu teknikleri duygusal bozukluklara uygulamışlardır. Yemek yemediği için açlıktan ölmek üzere olan şiddetli bir depresyon hastasını tedavi etmek için pekiştirme ilkelerini kullanmıştır; pekiştirmeyele kadının davranışlarının değişmesi sağlanmıştır. Bu yaklaşım akıl hastanelerine yayılmış, bunların çoğu jetonla ödüllendirme sistemini kullanmaya başlamışlardır. Skinner (1948) *Walden Two* kitabını yayınlamış, kitapta davranışçı ilkelere dayanan ütöpik bir toplumu tarif etmiştir. Bu ilkeleri temel alarak yaşayan gerçek bir topluluk Twin Oaks adıyla hâlâ mevcuttur ama topluluk üyelerinin birbirlerinin davranışlarını şekillendirmek için Skinner'ın ilkelerine fazla uydukları söylenemez.

Skinner'ın Kişiliğe Bakışı: O dönemde yaygın olan psikodinamik model, altta yatan özelliklere ve güdülenmelere odaklanıyordu. Hilgard ve Bower (1975) Skinner'ın kişiliğe bakışını şöyle özetlemişlerdir: "Skinner (1953 ve diğer yazılar) bu psikodinamik yaklaşımı kesinlikle reddetmektedir. Ona göre davranışı açıklamak için güdülenme, istekler veya arzular kullanılamaz. Sürekli temizlik yapıp yıkanan bir insanın bunu 'zorlanımlı temizlik isteği ya da ihtiyacı nedeniyle' yaptığını söylemek aslında hiçbir şeyi açıklamaz. Sadece soruyu bir adım geriye götürür: *Neden* böyle bir ihtiyacı var? Bu isteğini belirleyen şey *nedir*? Skinner bu tarz faydasız 'sebepler açıklamalarının' ötesine geçebilmek için gözlemlenebilir olaylara, şartlara, durumsal değişkenlere ve geçmiş olaylara bakmamızı ve davranışı bu yolla düzenlememizi önermektedir" (s. 238). Skinner insanları duygusal veya zihinsel hastalık kapsamında sınıflandırmıyor, kişilik özel-

liklerine göre de kategorize etmiyordu. Ona göre bunlar bilimsel faaliyet kapsamına girmeyen sosyal yargılardı.

Kişiliğin Davranışçı İlkeler Göre Açıklanması: Davranışçı ilkeler kişiliğin oluşması konusuna kolaylıkla uygulanabilir. Skinner (1953) yazılarında kişiliğin yapısına odaklanmanın gerekliliğini resmen kabul etmese de, kişilik özelliklerine eğilen psikolojinin bazı yönlerini kullanmıştır:

Bir başka genel pekiştirici de başkalarının itaatkarlığıdır. Biri sürekli olarak çeşitli pekiştiriciler tedarik etmeye zorlandığı zaman, o kişinin gösterdiği herhangi bir itaat davranışı genel bir pekiştirici haline gelir. Zorbanın zorbalığı karşısındakinin korkaklık işaretleriyle, yöneten sınıf da toplumun itaatiyle pekişir. Prestij ve saygı ancak diğer insanların belli şekilde davranacağını garanti ettikleri ölçüde genel pekiştirici olarak işlev görürler. “İstediğini elde etmenin” pekiştirici bir etken olduğunu anlamak için, sırf kontrol ediyor olmak için kontrol eden insanların davranışlarına bakmak yeterlidir. İtaatkarlığın fiziksel boyutları dikkat, onay veya sevgininkiler kadar üstü kapalı değildir. Zorba hakimiyetinin ispatı için net bir işaret görmekte ısrar edebilir ve ritüel nitelikli (geleneksel) uygulamalar itaat ve saygıyı vurgular (s. 79).

Hull’un Matematiksel Psikolojisi

Davranışçılığı Newton’un fizik kurallarına göre modellenmiş bir bilim haline getirmeye çalışan Clark L. Hull (1884-1952) da etkili olmuş isimlerden biridir. Hull kendi muhteşem kuramına göre tüm insan davranışlarının sayısal yöntemler ve denklemler kullanılarak temel kanunlara indirgenebileceğini düşünüyordu (Hull, 1943). Hull’un muhtemelen en çok hatırlandığı konu, ilkelerinin sayısal tasvirini sunmak amacıyla oluşturduğu karmaşık denklemlerdir. Hull’un birçok öğrencisi bu karmaşık formülasyonları anlamakta güçlük çekmiş, çoğumuz da öğrenme kuramını öğrenirken onun bu formülasyonları oluşturmalarının nedenini merak etmişizdir. Aşağıda Hull’un tepki potansiyeli için oluşturduğu denklem örnek olarak sunulmaktadır (Hull, 1952, s. 7):

$$sEr = sHr \times D \times V \times K$$

Hull psikolojiyi fiziksel bilimlerle aynı düzeye çıkarmaya çalışıyor, bu şekilde psikolojinin daha inanılır olacağını düşünüyordu. Psikolojiyi daha

“kesin” bir bilime dönüştürme çabası belli bir destek buldu ama kullandığı sistemin aşırı karışık olması bu çabanın sonunu getirdi.

Temel Kavramlara Kısa Bir Bakış

Daha önce kısaca ele aldığımız gibi, öğrenmenin ne şekilde meydana geldiği ve hem hayvanlarda hem de insanlarda nasıl muhafaza edildiğine dair düşüncelerimizi etkilemiş olan bir dizi temel davranışçı kavram mevcuttur. Öğrenmeyle ilgili derinlemesine bilgi edinmeyi arzu eden okurlar Hilgard ve Bower'ın (1975) *Theories of Learning* (Öğrenme Kuramları) adlı klasik eserine başvurmalıdır. Öğrenme kuramının önemli gelişmelerinin kapsamlı anlatımı bu kitabın amaçları dışında kalmaktadır. Burada belleklerini tazelemek isteyenler ve bu konuda ders almamış olanlar için en yaygın terimlerin üzerinden geçilmektedir.

Klasik Şartlanma

Pavlov'un ünlü deneyi psikoloji öğrencilerinin çoğu tarafından bilinmektedir: “Köpeğin ağzına et tozu konulunca tükürük salgılanır; yiyecek şartsız uyarandır, tükürük salgısı da şartsız reflekstir. Sonra, örneğin bir ışık gibi rastgele bir uyarın yiyeceklerle birlikte sunulur. Zamanla, tekrar ve zaman ilişkileri de doğruysa, ışık yiyecekten bağımsız olarak tükürük salgısına neden olacaktır; bu durumda ışık şartlı uyarın olur, ona verilen cevap da şartlı reflekstir. Şartlanan her şey refleks değildir ama terim farkları çok önemli değildir” (Hilgard & Bower, 1975, s. 62).

Küçük Albert'in şartlanma paradigmasını bir başka örnek olarak kullanırsak, **şartsız uyarın** yüksek ses, **şartsız yanıt** da korku tepkisidir. Nötr uyarın şartsız tepkiye neden olmayan bir uyarandır; bu örnekte nötr uyarın o ünlü beyaz fare dir ve herhalde farenin kendisi de yüksek sestten korkmuştur (farenin Albert'ten, ya da daha muhtemel olanı, deneyi yapanlardan korkmaya şartlandırıldığına dair bir bilgi yoktur). **Şartlı uyarın** daha önce nötr olan ama tekrarlanan eşleşmeli öğrenme deneylerinde şartsız uyarın ile birleştirildikten sonra şartlı yanıtı neden olmaya başlayan uyarandır. O zaman korku da, **şartlı uyarana** karşı verilen **şartlı yanıt** haline gelir.

Uyaran-Yanıt Psikolojisi

Skinner'ın uyaran ile yanıt arasındaki ilişkiyle ilgili tanımı onun öğrenme psikolojisinin temel birimini oluşturmaktadır. **Araçsal şartlandırma**, bir yanıtın ödüllendirilmesi o yanıtın yeniden verilmesi ihtimalini artırır. **Alışkanlıklar** ödülleriyle pekiştirilen uyaran-yanıt bağlantılarıdır. **Genelleme**, şartlı uyarana benzeyen diğer şeylerin de aynı yanıtlara yol açması şeklinde meydana gelen süreçtir. Genellemeye bir örnek Watson'la Rayner'in Küçük Albert deneyinde bebeğin beyaz fareye benzeyen özelliklere sahip bütün tüylü nesnelerden korkmaya başlamasıdır.

Bazı uyaranlar belli davranışsal yanıtları tetikler ama davranışı tamamen kontrol etmeyebilirler. Örneğin yangın detektöründen gelen tiz bir ses gibi **ayırıcı uyaranlar** bize bulunduğumuz yeri boşaltmazsak zarara uğranabileceğini haber verir. Tiz ses kaçma davranışını tetikleyen bir işarettir.

Skinner'in **işlemsel şartlanma** kavramı iki temel öğeden oluşur: **işlemciler** ve **yanıtlar**. Yanıtlar, örneğin biri size yumruk attığında eğilip kaçmak gibi, bir uyarana takiben ortaya çıkma ihtimali yüksek olan davranışlardır. İşlemcilerse çevrenin yanıt davranışı üzerindeki etkileri nedeniyle kazanılmış davranışlardır. Davranış yapılı ve yeniden tekrarlanıp tekrarlanmayacağı o davranışın yol açtığı sonuçlara bağlıdır. Karnı aç olan fare bir çubuğa bastığında yiyecek geldiğini görürse, bu çevresel yanıt çubukla yiyecek arasındaki bağlantıyı güçlendirmiş olur. Belli bir davranıştan sonra meydana gelen ve o davranışın yeniden meydana gelmesi ihtimalini yükselten her şey **pekiştiricidir**. Para, yemek, seks, pozitif ya da bazen negatif ilgi en yaygın davranış pekiştiricileridir. Pekiştiriciler türlere özgü olabilir, bu nedenle belli bir yanıtın verilmesi ihtimalini artıran özel pekiştiricinin aranıp bulunması gerekebilir. “**Cezalandırma** sürecinde, negatif pekiştirici, belli bir temeli olan bir yanıtla bağlı olarak uygulanır” (Hilgard & Bower, 1975, s. 223). “Cezalandırmanın etkisiyle toplam yanıt sayısında azalma değil, davranışın geçici olarak baskılandığı görüldü” (Skinner, 1953, s. 184). Bir yanıt zaman içinde pekiştirilmezse zayıflayıp, **sönümlenme** adı verilen bir süreçle kaybolacaktır. Genellikle sönümlenme etaplarında davranış ortadan kalkmadan önce yanıtlarda bir artış olur.

Şekillendirme, davranışların küçük birim ya da parçalardan yola çıkılarak kademeli olarak biçimlendirildiği işlemdir. Bu uygulamayla, karmaşık örüntüler meydana getiren davranış zincirleri oluşturulur. Skinner şekillendirme uygulamasını hayvanlara normal repertuvarlarının parçası olmayan karmaşık şeyler öğretmek için kullanıyordu. **Yanıt zincirleri** ardışık yakınlaştırmayla pekiştirilen davranış dizileridir. Karmaşık işlerin yapılabilmesi için sürecin başında arzu edilen davranışlara benzeyen davranışlar pekiştirilir ve denek pekiştirme yoluyla istenen davranışa gittikçe daha fazla yakınlaştırılır. Çeşitli öğrenme ve sönümlenme eğrileri **pekiştirme düzenleriyle** açıklanabilir. Örneğin Skinner bireyin ortalama zaman aralıklarıyla rastgele ödüllendirildiği değişken oranlı bir yanıt düzeyiyle elde edilen davranışların sönümlenmeye direncinin sabit bir programla elde edilenlerden çok daha yüksek olduğunu keşfetmiştir.

Kuramsal Modeller

Genel olarak davranışçılar insan davranışıyla ilgili resmi kuramlardan uzak durdular ve birçok akademisyen kişiliğin deneysel araştırmaların yapılabileceği bir alan olarak görülmesinde son derece ısrarcı oldu. Dolayısıyla bu bölümde okurlar tutarlı ve bütünsel bir kişilik açıklaması bulamayacaklar. Ancak bu durum insan davranışını anlamaya yönelik bu “kuramsız” yaklaşımların önemsiz olduğu anlamına gelmez. Davranışçı psikologlar davranış değiştiği takdirde “kişiliğin de” mutlaka değişeceğine dair kesin inançlarını sık sık dile getirmektedir; başka bir deyişle, birey alışkanlıklarını veya davranış dizilimlerini değiştirirse, kişilik değişimleri gibi soyut ve değişken bir şeye inanıp inanmadığımız önemli değildir. Davranışçı yaklaşım öğrenilenlerin kullanılması ve öğrenme kanunlarının davranışı değiştirmek için nasıl kullanılacağı üzerinde durur. Aşırı detaylı bir kuramsal sistem olan psikanaliz ile pragmatik bir bilim olan davranışçılık arasında meydana gelen diyalektik süreç psikoloji alanının tümünü ileriye iten tartışmalara yol açmıştır.

Salter’in Şartlı Refleks Kuramı

Davranışsal kişilik alanında nispeten daha az tanınan bir isim de Robert Salter'dır. *Conditioned Reflex Theory of Personality: The Direct Approach to the Reconstruction of Personality* (Şartlı Refleks Kişilik Kuramı: Kişiliğin Yeniden Yapılandırılmasına Dolaysız Bir Yaklaşım) (1949) eseri-

nin yazarı olan Salter'ın çalışmalarından kişilik kuramları kitaplarında pek bahsedilmese de, Dollard ve Miller'in (1950) *Personality and Psychotherapy* (Kişilik ve Psikoterapi) kitabından (bkz. aşağıda) bir yıl evvel yayınlanmış olan ilginç kitabında kişiliği Pavlov psikolojisinin bakış açısından açıklamaya çalışmıştır. Salter kitabında uyarıcı kişilik, ketleyici kişilik, psikopatik kişilikle ilgili açıklamalar sunmakta ve çekingenlik, keke-melik, bağımlılık, anksiyete, ketlenme, mazoşizm ve eşcinsellik gibi bağlantılı konuları ele almaktadır. Psikanalize meydan okuyan Salter “doğüstü” yerine doğal bilimi benimsemekte (s. 1) ve deneyselcilerin bakış açısını şöyle tarif etmektedir: “Mümkün olduğu kadar az sayıda kavram kullanılır. Uygun olanlar arasından her zaman en basit açıklama, yani yeterli kavramların sayısının en az veya bağlantılarının en az karmaşık olduğu açıklama tercih edilmelidir” (s. 1). Salter **uyarıcı kişilik** örneği olarak General Eisenhower'u gösteriyor ve şöyle tanımlıyor: “Uyarıcı kişi dolaysızdır. Çevresine dışarıdan görülebilecek şekilde yanıt verir. Bir sorunla karşılaştığı zaman hemen yapıcı eylemlere girer. Enerjiktir, ama bu enerjinin hipertiroidle ilgisi yoktur. İnsanları gerçekten sever ama ne düşündüklerine aldırış etmez. Kendisinden bahsederken işin içine duyguları katmaz ve ketleyici insanlarca sürekli küçük görülür. Hızlı karar verir ve sorumluluk almayı sever. En önemlisi de anksiyete hissetmez. Gerçekten mutlu biridir” (s. 45-46).

Salter insanların çoğunun **ketleyici kişiliğe** sahip olduğunu düşünüyor, bu kişilik tipini “yaşayan ölümler” olarak tanımlıyordu (1949, s. 54): “Ketleyici kişilikler fren yapma alışkanlığı edinmişlerdir. Hayat otoyolunda çok fazla araçla çarpıştıkları için sürekli frene basarak ilerlemeyi alışkanlık haline getirmişlerdir” (s. 54). Salter'in renkli kişilik anlatımlarına ek olarak, karmaşık davranışları açıklamak için şartlanma ilkelerini kullanması da oldukça yenilikçi bir yaklaşımdı. Ayrıca duygulanımın önemini de kabul ediyordu: “Ketleyici kişiliğin temel sorunu duygu kabızlığıdır. Bir insanın fiziksel açıdan iyi durumda olabilmesi için düzenli olarak tuvalete çıkması gerekir. Aynı şekilde duyguların da düzenli olarak havalandırılması gerekir, aksi takdirde psikolojik birikim, zehirlenme ve ülser yaşanacaktır” (s. 47).

Salter kişilik kuramlarının oluşturulmasında duygulanımın önemini açıkça belirtiyor, duygularını saklayıp ilişkileri “sıkıcı veya pek rahat ol-

mayan şeyler” olarak görenlerin kusurlu şartlanmadan mustarip olduklarına inanıyordu. Salter’in insani şartlanmanın temel yapısı olarak şartlı refleks kullanmasının ilginç yanı, duyguların ve kişilerarası ilişkilerin kişilik uyumlanmasında önemli öğeler olduğunu kabul etmesidir. Dollard ve Miller (1950) Salter’dan bir yıl sonra biraz daha ciddi ve daha fazla kabul gören bir öğrenme kuramı sundular.

Dollard ve Miller’in Öğrenme Kuramı

Muhtemelen kapsamlı bir davranışçı kişilik kuramı oluşturmak için yapılan en sistematik çaba John Dollard ve Neil Miller’a (1950) aittir. Dollard ve Miller’in çığır açan kitabı *Personality and Psychotherapy* (Kişilik ve Psikoterapi) psikanalitik kuram ile öğrenme kuramı arasında köprü kurmuştur. Hull’un öğrenme kuramını ve kendi psikanaliz bilgilerini, ayrıca Dollard’ın antropoloji bilgisini kullanarak kişilikle ilgili bir açıklama oluşturdular. Dollard ve Miller’a göre dört ana öğrenme ögesi mevcuttur: **dürtü, işaret, yanıt ve pekiştirme**. Bu öğeler öğrenmeyi, dolayısıyla da davranışlarımızı ve kişiliğimizi şekillendirir:

1. **Dürtüler:** "Dürtüler bizi eyleme geçiren güçlü uyaranlardır" (Dollard & Miller, 1950, s. 30). Dürtüler açlık, susuzluk, seks, yorgunluk, acı gibi **birincil** dürtüler olabilir. Birincil dürtülerin gücü yoksunluk derecesine bağlıdır. Ayrıca örneğin korku veya onaylanma ihtiyacı gibi sonradan kazanılan **ikincil** dürtüler de vardır. İkincil veya öğrenilmiş dürtüler birincil dürtülerle ilişkiler vasıtasıyla kazanılır. İster birincil ister ikincil olsun, dürtüler bireyi harekete geçirerek davranışları tetikler. İkincil dürtü kavramı Donald ve Miller’in çok başarılı bir çalışmasıydı, çünkü bu şekilde sadece birincil dürtüler kavramıyla yapabileceklerinden çok daha kapsamlı açıklamalar üretebildiler. Kişilik ve nevrozun oluşması konularında kapsamlı bir açıklama yapmayı amaçladıkları için çalışmalarının bu şekilde genişletilebilmesi çok önemliydi.
2. **İşaretler:** "İşaretler kişinin ne zaman ve nerede yanıt vereceğini ve yanıtının ne olacağını belirler" (s. 32). Bunlar dikkatimizi çevremizdeki belli şeylere çeken uyaranlardır. "Genellikle bir dış kaynaktan meydana gelen değişim, kaynağın mutlak değerinden daha ayırıcı ve belirgin bir işarettir" (s. 34). Bu olay bir örnekle açıklanmaktadır:

Biri kitap okurken bir başkası aydınlatma düzeyini altı kat artırırorsa kitabı okuyan kişi ışığın tam düzeyini söyleyemeyebilir ama değişikliği kolayca fark eder. İşaretler açlık gibi içsel veya bir lokantanın tabelasında yanıp sönen ışık gibi dışsal olabilir.

3. *Yanıt*: "Dürtü bireyi belli işaretlere yanıt vermeye iter" (s. 35). Bir uyararı takiben gerçekleşen davranış bir yanıttır. Yanıtlar başta zayıf olabilir ama sonra pekiştirmeyeyle güçlenir. Yanıt hiyerarşileri vardır: "Belli bir durumda bir yanıtın ne kadar kolay öğrenildiği, işaretlerin sonuçlarıyla ilgili ihtimalin o yanıtı tetikleyebilme düzeyine bağlıdır" (s. 36). En muhtemel yanıt "baskın yanıttır", en az muhtemel yanıt da "en zayıf yanıttır" (s. 36).

Alışkanlıklar çeşitli şekillerde edinilebilir: "Bunların en verimsiz olanı deneme-yanılma"dır" (s. 37). Taklit de bir başka alışkanlık edinme yoludur: "Bir insan bir başka insanın belli bir eylemini görüp bir işarete uygun yanıtları vermeyi öğrendikten sonra, taklit etmek o kişiye deneme-yanılma aralığını daraltması için yardımcı olabilir" (s. 37).

4. *Pekiştirme*: "Tekrarlama her zaman bir yanıtın verilme eğilimini artırmaz" (s. 39). Bir yanıtın verilmesi ihtimalini artıran herhangi bir uyarıcı pekiştiricidir. Bir uyarıcı-yanıt bağlantısı ödüllendirilmediği zaman **sönümlenme** meydana gelir. Dürtü ile pekiştirme arasındaki ilişkiler şöyledir: "(1) Dürtünün gücünün birden azalması pekiştirici etki yapar; (2) dürtü olmazsa pekiştirme de olamaz, çünkü uyarılmanın gücü zaten sıfırdayken daha fazla azalamaz; (3) dürtü pekiştirmeden sonra mutlaka daha az olmalıdır, böylece dürtüyü yükseltecek bir şey yapılmadığı takdirde sonunda sıfıra inecektir ve o noktadan sonra daha fazla pekiştirme imkansız olur" (s. 40).

Dollard ve Miller'ın kuramının bir diğer önemli ögesi de karmaşık davranışları açıklamak için kullanılan **öğrenilmiş dürtüler** kavramıdır. Öğrenilmiş veya ikincil dürtüler karmaşık sosyal sistemler dahilinde aldıkları pekiştirmeler nedeniyle oluşur. Bireyin hayatının ilk dönemlerindeki dürtülerin tatmin edilmesi ya da edilmemesi ikincil dürtülerin şiddetini (gücünü) belirler. Örneğin para ve başarı gibi yüksek düzeyli pekiştiriciler ilk dönemdeki birincil dürtülerin tatmin edilmesiyle bağlantılı olabilir ve bunlarla ilintili bir güce sahip olabilirler. İkincil dürtüler birin-

cil dürtüler gibi kalıcı değildir, pekiştirilmedikleri zaman zayıflar. Ancak istisnai olarak sönümlenmeye aşırı dirençli olan ikincil dürtüler de vardır. Vietnam Savaşı'nda esir alınan bir askerin tekrar tekrar işkence görmesine rağmen vatanına bağlı kalması buna verilebilecek bir örnektir.

Tablo 7.2

Freudcu Savunmaların Davranışçı Kavramlarla Açıklanması

Bastırma: "Hiç adı koyulmamış/etiketlenmemiş dürtüler, işaretler ve yanıtlar mecburen bilinçdışı olacaktır" (s. 198).

Baskılama: Bir grup insan tarafından konuşulmakta olan anksiyete kaynağı bir konunun değiştirilmesi anksiyeteyi azaltarak kaçınma davranışını pekiştirir.

Gerileme: "Baskın alışkanlık çatışma nedeniyle bloke olduğu ya da ödüllendirilmeyerek sönümlendiği zaman sıradaki (bir sonraki) en güçlü yanıt verilecektir" (s. 171). Bir çocuğun öfke krizi geçirerek elde ettiği ikincil kazanımlar gibi, bu alışkanlık genellikle pekiştirilir.

Yer Değiştirme: Baskın bir yanıt bloke edildiğinde sıradaki en güçlü yanıtın verilme ihtimali yüksektir. Daha sonra o yanıt bir başka uyarana genellenir. Kendisini reddeden bir adama aşık olan bir kadın bu duygularını benzer özellikler taşıyan erkeklere genelleyebilir.

Mantıklı Gerekçe Bulma: Bir olayın gerçek açıklaması kaygıya neden oluyorsa, birey kaygıyı azaltacak alternatif bir açıklama oluşturma eğiliminde olacaktır. Örneğin sevilen biri kanserden ölüyorsa, semptomlarla ilgili daha az kaygı verici açıklamalar sunulur.

Yansıtma: Bu savunma genelleme ilkesine dayanır: Her birey diğerlerinin belli şekilde davranmasını bekler. Çeşitli biyolojik temelli tepkiler de (tek başlarına bir neden teşkil etmeseler de) bu savunmayı pekiştirebilirler. Dostça davranmak dostça davranış görmemizi sağlar; buna karşılık düşmanca davranışlar başkalarının düşmanca davranmasına yol açar. İnsanlar başkalarının da kendileri gibi tepki verdiğini varsayma eğilimindedir ve bunu başka insanları yargılamak için kullanırlar.

Karşıt Tepki Oluşturma: "Bir insan kınaması ya da korkması gerektiğini öğrendiği bir şeyi yapma isteği hissettiğinde bu duruma o isteğinin karşıtı olan düşünce, beyan veya davranışlarla cevap verebilir" (s. 184).

Eğer bir uyarı, geçmişte pekiştirme sağlamış olan bir başka uyarıya benziyorsa, birey belli bir düzeyde **uyarı genelleme** yapar. Genelleme önyargı mekanizmalarından biridir: Seilmeyen bir grubun özelliklerini taşıyan bir bireye o gruba verilen yanıtlara benzer yanıtlar verilecektir. Dil de güçlü bir genelleme aracıdır. İnsanlar her şeyi deneyerek öğrenmek zorunda değildir; dili ve düşünceyi kullanarak yanıt beklentileri oluşturabilirler ve kendi yanıtlarını formüle edebilirler.

Dollard ve Miller'in (1950) çalışmalarının bir başka dikkat çekici ögesi de Freudcu savunma mekanizmalarını davranışsal terimlere tercüme etmiş olmalarıdır (bkz. Tablo 7.2).

Dollard ve Miller'in (1950) çalışmalarına baktığımızda bilişsel psikolojinin ilk halinin kuramsal modele nasıl entegre edildiğini görebiliriz. Buna rağmen Dollard ve Miller'in çığır açan çalışmaları o dönemde bir fıstıktan öteye gidememiş, ancak otuz-kırk yıl sonra klinik alanda patlama yaşamıştır.

Kişilik Gelişimi: Dollard ve Miller (1950) karakter özellikleri veya yapıyla pek ilgilenmiyorlardı. Davranışçılar gibi onlar da alışkanlıklar ve alışkanlıkların nasıl edinildiği üzerinde duruyorlardı. İnsanlar doğuştan bazı reflekslere sahiptir ve bu refleksler çevre ve öğrenme şartları tarafından şekillendirilir. Bu doğuştan gelen refleksler çeşitli yanıt hiyerarşileri vasıtasıyla davranışlarımızı biçimlendirir. İnsanların belirli refleksleri, doğuştan gelen hiyerarşileri ve birincil dürtüleri vardır. Dürtü azaltmayla çeşitli davranış repertuvarları pekişir ya da yok olur. Besleme, tuvalet eğitimi, seksle ilgili bilgi edinme ve çatışmaların çözümü gibi çeşitli gelişimsel olaylar güçlü öğrenme deneyimleridir ve bireyin davranışlarının alışkanlık örüntülerine veya karakter özelliklerine dönüşmesine yol açar.

Mowrer'in İki Etken Kuramı

Mowrer (1947, 1950) klasik şartlanma kuramında bazı değişiklikler yaparak iki etken kuramını önermiştir. Mowrer'a göre kişi korktuğu bir uyarıdan kaçındığı zaman sönümlenme meydana gelmez. Başka bir deyişle, örneğin Küçük Albert vakasında olduğu gibi eğer insan travmatize olur ve farelere karşı fobi geliştirirse, gelecekte farelere maruz kalmaması fobik cevabın muhafaza edilmesine neden olur. Mowrer şartlı kaygı ve

pekiştirme konularıyla yakından ilgileniyordu. “İki etken kuramı, özellikle de değiştirildikten sonra, kaygı bozukluklarının anlaşılmasına katkıda bulunmasına rağmen pek tutulmadı” (Barlow, 1988, s. 224). Mowrer iki pekiştirme ilkesine gerek olduğuna inanıyordu: “(1) Merkezi sinir sisteminin aracılık ettiği iskelet kaslarıyla bağlantılı araçsal yanıtlar dürtü azalmasıyla pekişir ve güçlenir; (2) otonom sinir sisteminin aracılık ettiği düz kaslarla (bezler, iç organlar, damarlı dokular) ilgili korku, kaygı gibi duygularsa bir şartlı uyarana duygusal yanıtın zamansal yakınlığı vasıtasıyla öğrenilir” (Hilgard & Bower, 1975).

Wolpe’nin Sistematik Duyarsızlaştırması

Joseph Wolpe’nin (1915-1997) *Psychotherapy by Reciprocal Inhibition* (Karşılıklı Ketleme Psikoterapisi) (1958) isimli kitabı çığır açıcı niteliktedir. Wolpe deneysel olarak şartlı nevroz oluşturulan kedilerde karşı şartlandırmanın rolünü geniş kapsamlı olarak incelemiştir. Wolpe’nin davranışa bakışı Watson ve Hull’un bakış açısıyla benzerdir: Skinner’ın da inandığı gibi, davranış kendiliğinden dışarı verilen bir şey değil, tetiklenen (belli bir etkiyle neden olunan) bir şeydir. Wolpe, sistematik duyarsızlaştırma adı verilen bir tekniğe dayanan karşılıklı ketleme isimli bir psikoterapi sistemi geliştirdi. “Nihayet karmaşık sorunların tedavisinde etkili şekilde kullanılabilecek alternatif bir psikodinamik terapi ortaya çıkmıştı” (Fishman&Franks, s. 168).

Wolpe’nin sistemindeki en önemli kavramlardan biri kaygıdır. Wolpe kaygı ile korku arasında ayırım yapmamakta, kaygıyı zararlı uyaranlara karşı verilen otomatik cevap örüntüleri olarak tanımlamaktadır. Yaptığı deneylerde kedileri bir kafese koyuyor, iki veya üç saniye boyunca devam eden “korna sesinin” ardından elektrik şoku veriyordu. Kediler hızlı nefes alma, yere çökme ve titreme gibi davranışlarla gösterilen şiddetli kaygı göstermeye başladılar. Kaçış yolu tıkanığında kedilerde aşırı dehşet işaretleri görülüyor, idrar ve dışkı boşaltıyorlardı. Klasik şartlanmadan da tahmin edebileceğimiz gibi, bu tepkiler henüz elektrik şoku verilmeden, sadece korna sesi duyulduğunda veriliyordu. Wolpe kedilerin “nevrotik” bir örüntü geliştirdiklerini fark etti. Başka durumlarda, beslenme örüntülerini bozan farklı seslere de yanıt veriyorlardı. Davranışçı terminolojiye göre bu yanıt başka benzer uyaranlara da genelleştirdiklerini söyleyebiliriz. Wolpe bir yanıt karşıt bir yanıtla durdurulduğu zaman, durdurma

olayıyla bağlantılı uyaranın şartlı bir ketleyici olarak işlev gördüğünü fark etti. Başka bir deyişle, kedi şartlı kaygı yanıtını edindikten sonra yemek yanıtı ketleniyordu.

Wolpe bu şartlı kaygı tepkilerinin de deneysel olarak ketlenebileceğini fark etti. Hayvanları daha az kaygı yaratan, yemek yeme yanıtının daha muhtemel olacağı ortamlarda beslemeye başladı. Kediler deney odasının dışında, genelleştirilmiş bir yanıtın verilmesi ihtimalinin daha düşük olduğu bir ortamda besleniyordu. Hayvan bu durumda yemek yiyebildiğini gösterdikten sonra yavaş yavaş deney odasına yaklaştırılıyordu; her yeni adımda, hayvan deney odasından müteşekkil korku verici uyarana daha da yakınlaştırılmadan önce yemek yiyordu. Wolpe bu şekilde hayvanı kaygı yaratan uyaranlara karşı sistematik olarak duyarsızlaştırma yoluyla, deneysel olarak oluşturulmuş olan nevrozu “tedavi edebileceğini” gösterdi.

Girişkenlik: Wolpe (1958) **girişken tepki** kavramını ortaya atmıştır. Bu kavram hem saldırganlık hem de sevgi duygularının ifade edilmesini içermektedir. Karşılıklı ketlemenin bir biçimi olan **girişken tepki**, serbest-dağınık kaygıyı ortadan kaldırmaktadır. Wolpe ayrıca davranış provası yöntemini de geliştirmiştir; bu uygulamada danışan terapistle canlandırma çalışmaları yapıyor, bu şekilde kaygı doğuran bir ilişkiyle karşı karşıya kaldığında avantajlı durumda olmak için ne söylemesi gerektiğini önceden prova etmiş oluyordu.

Kaçınma Terapisi: Wolpe (1958) ayrıca ortadan kaldırmak istediği bir yanıtla örneğin elektroşok gibi bir cezayı eşleştirerek caydırıcı teknikler de kullanmıştır. Örneğin alkolik bir hastanın tedavisinde hastaya alkollü içkinin ardından bulantıya neden olacak bir ilaç verilmesi bu tür bir müdahaledir. Wolpe bu teknikleri kullanan tek davranışçı terapist değildi ama kitabında bu konuya oldukça geniş yer verdi. Geçmişte bu teknik eşcinsellere karşı-şartlandırma uygulamak için kullanılmış, aynı cinsten kişilerin çıplak resimleri elektroşokla eşleştirilmişti. Ayrıca pedofiller, yani çocuklara karşı cinsel arzu duyanlara da aynı teknik uygulanmıştı. Etik sorunlar bir yana, bu yöntemlerin bu gruplarda kullanışlılığı son derece sınırlı olmuştur.

Wolpe (1969) kendi sisteminin yüzeysel veya ikincil önemde olduğunu düşünmüyordu. Eğer kişilik kavramı bireyin alışkanlıklarından ibaret-

se, o zaman davranış terapisinin insanın kişiliğini değiştirebildiğini söyleyebiliriz. Wolpe ayrıca karşılıklı ketleme modelinin tedavileri, hatta ilaç tedavilerini bile açıklayabileceğine inanıyordu (Wolpe, 1960). Birçok davranışçı, Wolpe'un alışkanlıkları değiştirme iddiasının insanın "kişiliğinin" değiştirilmesi işindeki ilk adım olduğu konusunda hemfikir olacaktır.

Nevrotik semptom bileşimlerinin kaygıdan kaçınmayı öğrenmenin sonucu olduğunu öne süren Thomas Stampfl (1966), başka birçok davranışçının yaptığı gibi bir başka ilginç tekniğin, **üstüne gitme** [flooding] adı verilen özel bir terapi tekniğinin üzerinde durmuştur. Stampfl hayallerde **üstüne gitme** [implosive] terapisinde yanıtı yok etmek amacıyla hastayı kaygı doğuran uyaranlara maruz bırakmıştır.

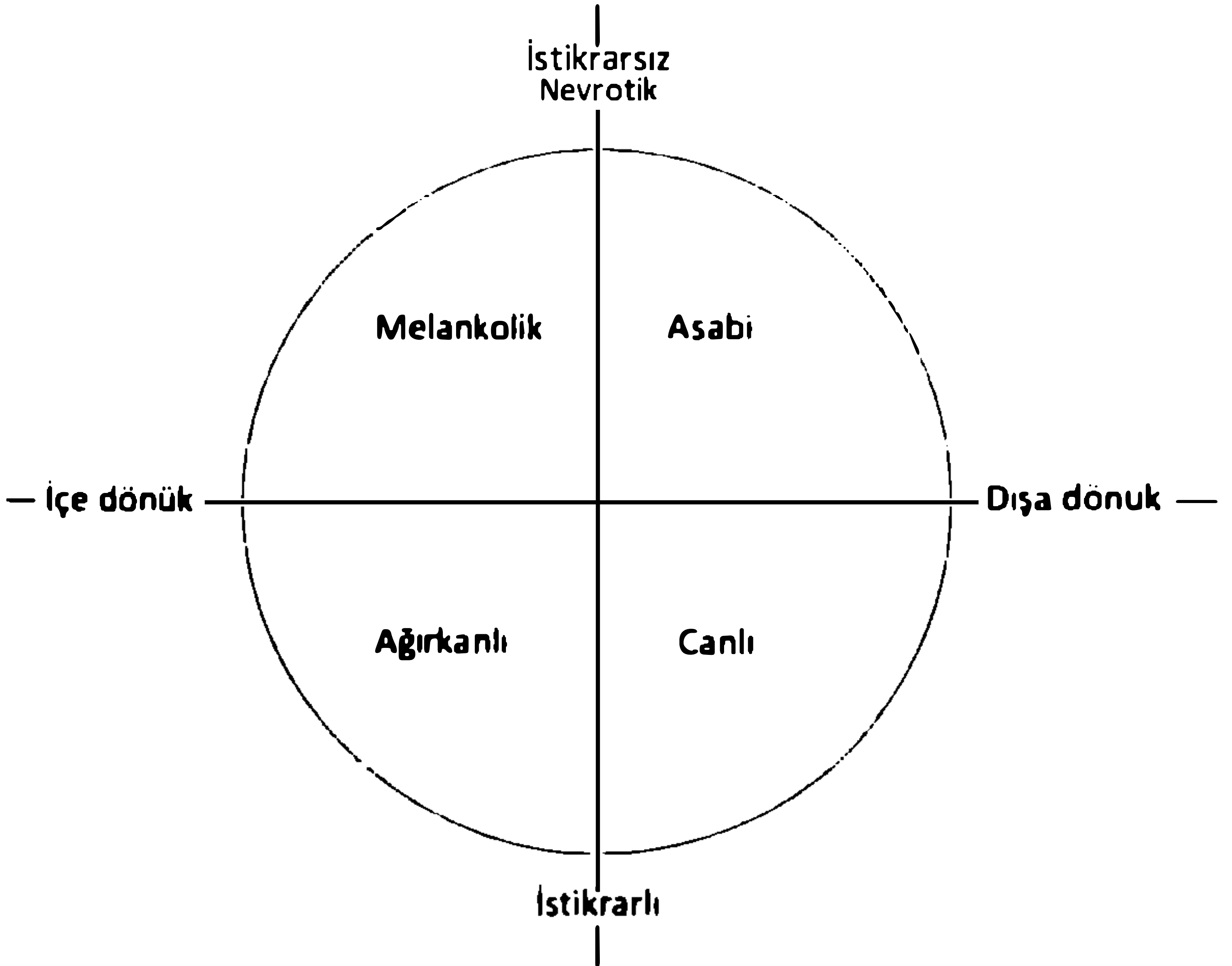
Eysenck'in Kişilik Araştırması ve Kuram Oluşturmada Deneyselciliği

Hans J. Eysenck (1916-1997) akademik psikolojinin en çok tartışma yaratan isimlerinden biriydi. Almanya doğumlu olan Eysenck 1934 yılında Nazi rejimini protesto ederek ülkesinden ayrıldı ve kariyerinin büyük bölümünü Londra Üniversitesi'ndeki Psikiyatri Enstitüsü'nde geçirdi (Bischof, 1970). Bischof'a göre, Eysenck "deneysel olmayan araştırmaları küçük görüyor ve beyanlarıyla tartışmalara yol açıyordu" (s. 488). Üretken ve yenilikçi bir araştırmacı ve kuramcı olan Eysenck'in geniş kapsamlı ilgi alanı birçok psikolojik konuyu içeriyordu.

Psikoistatistik Kişilik Kuramı: Eysenck asla tüm detaylarıyla tanımlayabildiği bir kişilik kuramı oluşturduğu iddiasında bulunmadı. Böyle bir çalışma için henüz erken olduğunu düşünüyordu (Bischof, 1970). Yürüttüğü kişilik çalışmalarında mümkün olduğu kadar çok değişken kullanılması gerektiğini, ayrıca bir de kontrol grubunun şart olduğunu düşünüyordu. Örneğin dürüst ve dürüst olmayan gibi ikili karşıtlık gruplarıyla yapılan çalışmaları tercih ediyordu. Kişilik biliş, karakter, duygu ve somatik öğelerin toplamından müteşekkildir. Eysenck kişilik araştırmalarının psikanalizde olduğu gibi bireye odaklanarak (idiyografik) değil, grubun genel yasalarını araştırmaya odaklanarak (nomotetik) yapılması gerektiğini şiddetle savunuyordu. Birbirleriyle ilişkili değişkenleri birleştirerek az sayıda faktöre indirgemekten müteşekkil istatistiki **faktör analizi**

tekniklerini ve grup üyeliklerini tahmin etmek için denklemlerin geliştirilmesinden oluşan **ayırt edici faktör analizini** tercih ediyordu.

Üç Etkenli Kişilik Modeli: Eysenck (1982) faktör analizi tekniğini başlıca kişilik tiplerini araştırmak için kullandı. Faktörlerini antik Yunan'ın melankolik, asabi, ağırkanlı ve canlı mizaçlarına dayandırmıştır (Bölüm 2). Bu kişilik tiplerini boyutsal bir ölçek üzerine sıralamaktadır; kullandığı boyutsal ölçek için Wilhelm Wundt'a (1874) atıfta bulunarak, onun hakkında "bir başka ilgi alanıyla daha güçlü bir bağlantısını belirtmeksizin psikolog diyebileceğim ilk insan" demektedir (R. I. Watson, 1971, s. 267). Eysenck bu formülasyonları iki kişilik boyutunda toplamaktadır: **içe dönük-dışa dönük** ve **istikrarlı-istikrarsız**. İlk boyutu yatay bir eksen üzerinde, ikinci boyutuysa dikey bir eksen üzerinde sıralamıştır (bkz. Resim 7.1). Bu iki faktöre (Eysenck & Eysenck, 1985) **psikotikliği** eklemiştir. Bischof'a göre (1970), "Eysenck kişilik araştırmalarında kullandığı yöntemler konusunda son derece yaratıcıdır. Kullandığı çok sayıda yöntemin tümü davranışın içe dönüklük-dışa dönüklük ve nevrotiklik-psikotiklikle ilişkisini inceleme amaçlıdır" (s. 493).



Resim 7.1

Eysenck'in iki temel boyutu ve Dört Yunan Mizacının Konumlandırılması

Eysenck (1952b) bireysel kişilikteki değişimleri farklı bir yoldan toparlar. Normalden psikotiğe giden çeşitli kategorileri normal bir eğri veya çan eğrisi üzerine dizmek veya iki zıt gruba ayırmak yerine çeyrek alanlara yerleştirir. Bu düzende nevrotik ve psikotik kişilikler normal kişilikten iki şekilde ayrılıyor. Eysenck bu ihtimalleri yenilikçi bir şekilde tasvir ediyor (bkz. Resim 7.2). Bu şemada birey çeyrek alanların herhangi birine yerleştirilerek, sınıflandırma ihtiyacı ortadan kaldırılmakta ve bu şekilde klinik gözlemler daha kolay konumlandırılabilir (Bischof, 1970). Bischof, Eysenck'in nevrotik faktörle ilgili elde ettiği sonuçların bazılarını listelemektedir:

1. Nevrotiklik bir sendromdan ibaret değildir, birincil bir yapıdır.
2. Otonom sistemin uyarılmasından kaynaklanır.
3. Davranışları dışa dönüklük kadar belirgin değildir.
4. Karanlıkta normal deneklere göre daha zor görür.
5. Gözleri bağlandığı zaman normallere göre daha fazla öne doğru sallanır.
6. Normal bireylere göre daha yüksek dürtülere sahip gibidir (s. 498).

Eysenck'e (1947, 1953, 1960) göre nevrotik örüntüler öğrenilir ve uyum bozucu [işe yaramaz] hale gelir; nevrotik semptomlar şartlanmayla ortadan kaldırılabilir. İnsan kişiliğinin dinamiklerini anlama ve öngörme çabasında öğrenme kuramının üzerinde durmuştur. Kişilik başta yapılanmasını sağlayan öğrenme ilkeleri kullanılarak yeniden yapılandırılabilir. Eysenck davranışın değiştirilmesi konusunda Mowrer'in iki etken kuramını benimsemiştir. "Kişiliğin yeniden yapılandırılması için öğrenme kuramını kullanmaya olan ilgisi 1963 yılında yeni bir derginin kurulmasına yardımcı olmasından da anlaşılmaktadır. Derginin adı *Davranış, Araştırma ve Terapi* idi ve yayın hayatına uluslararası çokdisiplinli bir dergi olarak başlamıştı" (Bischof, 1970, s. 501).

Psikotik Davranış	Karma Tipte Psikotik ve Nevrotik Davranış
Normal Davranış	Nevrotik Davranış

Eysenck'in Psikoterapinin Etkisiyle İlgili Tartışması

Eysenck'in (1952) çalışmalarının en çok tartışma yaratan yönlerinden biri psikoterapinin etkililiğine saldırmasıydı. "Psikoterapinin Etkileri: Bir Değerlendirme" (1952) başlıklı makalesinde psikoterapi hastalarının üçte ikisinin psikoterapi alsınlar veya almasınlar iki yıl içinde iyileştiklerini yazmıştı. "Tüm psikoterapinin tiplerine kapsamlı bir saldırıda" bulunduğu bu makalesi genel olarak "sonuç araştırmalarının yapıldığı modern çağı" başlatan adım olarak değerlendirilir (Strupp & Howard, 1992, s. 312). Önemli psikoterapi araştırmacıları olan Strupp ve Howard, Eysenck'in bu saldırısını öyle yorumlamışlardır: "İronik şekilde, elde ettiği sonuçlar psikoterapinin etkinliğini destekliyordu ama vardığı sonuçlar, yani psikoterapi eğitiminden vazgeçilmesi gerektiği, son derece olumsuzdu" (s. 312). Eysenck kendisine özgü kışkırtıcı tavırla psikoterapi alanına meydan okumuş, açıklanabilirlik düzeylerini yükseltmeye çağırmıştır. Smith, Glass ve Miller (1980) tarafından 30 yıl sonra yürütülen bir başka ünlü çalışma nihayet Eysenck'in saldırısını çürütmüştür. Psikoterapinin sonuçlarının incelendiği bu meta-analiz çalışmasında araştırmacılar psikoterapinin çok etkili olduğu sonucuna varmışlardır. Bu çalışmada bildirilen sonuçlar .85'lik bir etki büyüklüğü göstermektedir; bu sonuçlara göre terapi görmeyen kişilerde görülen %20'lik iyileşmeye karşı terapi gören kişilerin gösterdiği iyileşme oranı %80'dir. Eysenck olmasaydı psikoterapi alanı bugün eriştiği bilimsel sağlamlığa varamayacaktı.

Davranışçı Kuramın Alt Sistemleri

Davranışçı modelin gelişiminde kişilik öğeleriyle ilgili alt sistemlerin araştırılması ve detaylandırılması önemli rol oynamıştır. Dolayısıyla, birçok araştırmacı ve klinik bilim insanı kapsamlı bir kişilik modeli oluşturmaya uğraşmamıştır ama yine de yukarıda da gördüğümüz gibi ortaya birkaç model çıkmıştır. Bu kuramın gelişiminde ağırlıklı olarak gördüğümüz şey kuramsal açıdan faydalı birçok kişilik alt sisteminin oluşumudur. Bunlar kişiliğin kapsamlı bir açıklamasını sunmamakta ama kişiliğin işlevinin çeşitli yönlerinin dar kapsamlı açıklamasını sunmaktadır. Bu alt sistemler incelendiğinde çeşitli klinik olaylarda ve anormal kişilik konfigürasyonlarında nasıl tezahür ettiklerini görebiliriz (bkz. Tablo 7.3).

Tablo 7.3 Alt sistemler ve Klinik Olaylarla ve Kişilikle İlişkileri

Kavram	Klinik Uygulaması	Kişilik Bozukluğuna Uygulanması
Öğrenilmiş çaresizlik	Depresyon	Depresif kişilik gelişimi
Özdenetim	Dürtü bozuklukları	Antisosyal kişilik
Kaygı	Agorafobi	Kaçıngan kişilik

Seligman'm Öğrenilmiş Çaresizlik Kavramı

Amerikan Psikoloji Birliği'nin eski başkanlarından Martin Seligman (1975) **öğrenilmiş çaresizlik** kavramını geliştirmiştir. Seligman laboratuvarında yürüttüğü çalışmalarında önce elektrik şoku verilip sonra bir bariyerden atlayarak kaçmalarına izin verilen köpeklerin tepkilerini incelemiştir; köpekler bariyerden atlamayı çok hızlı bir şekilde öğreniyorlardı. Daha sonra deneyi biraz değiştirdi ve köpeklere elektrik şoku verdikten sonra kaçabilecekleri bir yol sunmadı; bu durumda köpeklerde bir çaresizlik hali oluştu: köpekler olumsuz koşullardan kaçmak için çeşitli kaçış yolları aramak yerine duruyor veya yere çöküyor ve kaygıyla titriyorlardı. Seligman'a daha da ilginç gelen nokta, daha sonra kaçış yolunu kapatan bariyer kaldırıldığında bile köpeklerin kaçmamasıydı. Seligman bu duruma öğrenilmiş çaresizlik adını verdi; aynı model insanlara da uygulanabilir, depresyonlu bireylerin dünyaya olumsuz açıdan bakmasını ve ne yaparlarsa yapsınlar işlerin düzelmeyeceğini düşünmesini açıklayabilirdi. Seligman'a göre bu insanlar da belli açılardan köpeklerinkine benzer bir

şartlanma yaşamışlar ve yapacakları hiçbir şeyin kaçış veya ödül ihtimalini doğurmayacağını öğrenmişlerdi. Bu tip bir ortam aşırı derecede işlev bozukluğu arz eden ailelerde görülebilir; böyle ortamlarda kaos hakimdir ve bireyin yaptıklarıyla durumda herhangi bir değişiklik yaratabilme beklentisi minimum seviyededir.

Seligman'a (1996) göre, bu çaresizlik hali bireyin denemeksizin pes ettiği kontrol edilemez olaylara verilen tepkiydi. Seligman araştırmalarının bu dönemi hakkında aşağıdaki yorumları yapmıştır:

Meslektaşlarım Steve Maier ve Bruce Overmier ile birlikte beş yıl boyunca çaresizliğin nedeni, tedavisi ve önlenmesi konuları üzerinde çalıştık. Hayvanlara eylemlerinin sonuçları olduğunu öğreterek çaresizliği tedavi edebildiğimizi, erken etaplarda ustalık deneyimleri yaşatarak da çaresizliği önleyebileceğimizi gördük.

Öğrenilmiş çaresizliğin keşfi çalkantılara neden oldu. Öğrenme psikologları memnun değildi. Onlar da davranışçılar gibi hayvanların ve insanların uyaran-yanıt makineleri olduğunu ve soyut şeyleri öğrenemeyeceğini iddia ediyorlardı, oysa öğrenilmiş çaresizlik “yaptığım hiçbir şeyin önemi yok” düşüncesinin öğrenilmesini gerektiriyordu ve bu uyaran-yanıt kuramı için fazla bilişsel ve soyut bir şeydi. Klinik psikologlarınsa merakı uyanmıştı, çünkü öğrenilmiş çaresizlik depresyona çok benziyordu (s. 3).

Geriye dönüp 1960'larda yapılan hayvan deneylerine bugünkü hayvan hakları hareketinin ışığında baktığımızda Seligman'ın (1996) beyanı da ilginç bir noktadır: “Hayvanlara acı çektirmek yanlıştır ve ancak insanların (veya hayvanların) çektiği acıları hakikaten hafifletecek araştırmalarda ve ancak başka hiçbir elverişli yöntem kullanılamıyorsa meşru görülebilir” (s. 3). Daha sonraları Seligman (1990) dikkatini iyimserliğin incelenmesine yöneltmiştir.

Goldfried ve Merbaum: Özdenetim Yoluyla Davranış Değişimi

Özdenetim kişilik işlevselliğinin önemli bir ögesidir. Anormal kişiliklerde özdenetim kapasitesindeki bozukluk genellikle çok belirgindir. Davranışsal kuramcılar, Goldfried ve Merbaum (1973) tarafından tanımlanan bu kavramla ilgili çok sayıda deneysel veri ve detay sunmuşlardır: “Özdenetim, bireyin davranışlarının istediği olumlu sonuçları doğuracak

yönlerini kendisinin yönlendirmesi ve düzenlemesidir. Tipik olarak özdenetimde vurgulanan şey, değişim güdülenmesini belirleyen *içsel* değişkenlerdir. Ancak çevresel etkilerin de bireyin kendine has özdeneyim davranış örüntülerinin gelişiminde önemli rol oynadığı unutulmamalıdır.... Özdenetimin bu yönü en iyi ayırım yapma ve problem çözme olarak tanımlanabilir” (s. 11).

Barlow: Kaygının Doğası

En üretken modern psikoloji araştırmacılarından biri de David H. Barlow’dur. Barlow davranışçı paradigmayı kullanmaya devam etmektedir ve bu ilkelere dayanan tedavi müdahaleleri geliştirmiştir. Barlow’un (1988) kaygı kavramı ve örneğin panik ve fobiler gibi çeşitli alt bölümleri, radikal davranışçılarınkinden daha sofistike ve kapsamlı bir model sunmaktadır. Bu model davranışçılığa bağlı kalmaktadır fakat aynı zamanda çok boyutludur. Barlow’un çalışmaları güncel nörobilim verilerini de kullanarak iyi formüle edilmiş bir davranışçı modelin gücünü göstermektedir.

Kaygı hem çok yaygın bir klinik olay, hem de tüm büyük kuramların önemli bir ögesi olmasından dolayı insan kişiliğindeki yerinin anlaşılması elzemdir. Barlow (1988) bu önemli konunun daha derin ve kapsamlı şekilde anlaşılmasına önemli katkılarda bulunmuştur. *Anxiety and Its Disorders: The Nature and Treatment of Anxiety and Panic* (Kaygı ve Kaygı Bozuklukları: Kaygı ve Paniğin Doğası ve Tedavisi) isimli kitabı bu konuda yazılmış önemli bir eserdir. Barlow kapsamlı klinik araştırmalar yapmış, klinik literatürle ilgili geniş bilgiye sahip itibarlı bir klinik bilimadamıdır. Her ne kadar kişilik kuramcısı olarak görülme de, çok iyi bir davranışçı araştırmacıdır ve kişiliğin kritik öğelerinden bir olan kaygıyla ilgili sağlam bir veritabanı oluşturulmasına yardımcı olmuştur.

Barlow’un araştırma sonuçlarından bir kısmı davranışçı modelin açıklayıcı değerinin gücünü göstermektedir. Örneğin kalabalık veya yabancı bir yere girme korkusu anlamına gelen agorafobi ile kaygı arasında ilişki olduğunu gösteren kanıtlar sunmaktadır. Agorafobinin “özünde panik korkusuyla ilgili bir kaygı komplikasyonu olduğu güçlü kanıtlarla desteklenmektedir” (1988, s. 357). Barlow kaygı bozuklukları spektrumunu tedavi etmek için bir dizi davranışsal yöntem önermektedir. Bunların çoğunun etkinliğini kanıtlayan çok sayıda deneysel belge mevcuttur. Bar-

low'un çalışmalarında kaygının belli kişilik tiplerinin gelişmesinde ve bozuklukların ortaya çıkmasında ne kadar önemli olduğu görülmektedir. Örneğin fazla kaygılı bir birey yeni durumlardan kaçınarak durumunu pekiştiriyordur; bu kişi hayatı boyunca devam eden pekiştirmeye kaçınan bir kişilik geliştirebilir. Kaçınan kişiliğin özelliği yeni durumlara girerken aşırı teminat aramasıdır; bu bireyler insanlarla temas kurmak istiyor olsalar da o yakınlığı kurma düşüncesi onlarda yüksek düzeyde kaygıya neden olduğundan temas kurmaktan kaçınırlar.

Barlow (1988) kavramsal çerçevesine çeşitli öğrenme kuramlarını dahil etmiştir ve şöyle yazmaktadır: “Klasik korku şartlanması kuramının ilk dönemlerde değişime uğramış versiyonlarından biri kaçınmayı öğrenme modeliydi (Mowrer, 1947). Bu modelde kişi korktuğu uyaranlardan sürekli kaçınmayı başarır ve korkuların ve fobilerin yok olmayacağı öne sürülüyordu. Burada savunulan görüş, sürekli kaçınmanın kişinin ‘gerçekliği sınamasını’, yani artık korkmasına gerek kalmadığını öğrenmesini engellediği idi. “İki etken kuramı” olarak bilinen bu görüş yıllar boyunca çok popülerdi, çünkü bir türlü ortadan kalkmayan fobileri açıklıyordu: Korku önce klasik şartlanmayla öğrenilir, sonra da kaçınmayla muhafaza edilir” (s. 223). Kaygının hem insan hem de hayvanların öğrenme paradigmalardaki yeri psikanalitik modelde gördüğümüze paraleldir.

Paradigmatik Davranışçılık

“Sosyal davranışçılığın” (Staats, 1975, 1981) bir türevi olan “paradigmatik davranışçılığın” (Eifert & Evans, 1990) gelişimi daha bütünselci, davranış temelli bir model sunmaktadır. Fishman ve Franks (1992) bu bakış açısını şöyle özetlemektedir:

Paradigmatik davranışçılık şartlanma kuramını kişilik psikolojisi, klinik ve sosyal psikolojinin geleneksel kavramlarıyla birleştirmektedir. Staats kişiliğin temel öğelerinin şartlanmayla oluştuğu görüşündedir. Ona göre yakınlık ve pekiştirme ilkeleri sürekli mevcuttur ve etkileşim içindedir; aynı zamanda işlemsel şartlanma açık davranış örüntülerini etkilerken, klasik şartlanma duygusal ve bilişsel yanıt örüntülerini etkilemektedir. Staats'ın “kümülatif-hiyerarşik öğrenme ve gelişim” kavramı temel şartlanmayla öğrenilmiş olan basit davranışların karmaşık kombinasyonlarının nasıl zamanla üç yanıt

türünden (algısal-motor, duygusal-güdüsel, dilsel-bilişsel yanıtlar) oluşan karmaşık “kişilik repertuvarlarına” dönüşebileceğini açıklamaktadır. Bir arada kullanıldığında bu fikirler Staat’a şartlanma ilkelerini geleneksel psikolojinin tüm alanlarına uygulaması için gerekli araçları sağlamaktadır. Bu alanlara kişilik değerlendirmesi, psikopatoloji, psikoterapi ve davranış değişimi gibi klinik öneme sahip konular da dahildir (s. 171)

Bu kitapta sunulan modellerin birçoğunda görüldüğü gibi, bütünleşme yönelimi kuramların açıklayıcı özelliklerinin ve değerinin artmasını sağlamaktadır. Davranışçılık ilkeleri davranış örüntülerinin nasıl oluştuğu ve şekillendiği konusunda önemli bir bakış açısı tedarik etmektedir.

Seçilmiş Araştırma Bulguları

- *“Ebeveynlerin korkularının ve modellemenin çocuklara etkisi”* (Muris, Steerneman, Merckelbach & Meesters, 1996). Araştırmacılar ebeveynlerin korku modellerinin çocuklara etkisini araştırdılar. 9’la 12 yaşları arasındaki 40 çocuk üzerinde yapılan çalışmanın sonuçları çocukların korkularının annenin korkularıyla bağlantılı olduğunu gösterdi. Sonuçlar modellemenin bu ilişkide kritik rol oynadığına işaret etmektedir.
- *“Çocuklarda antisosyal davranışların değiştirilmesinde ebeveynlere verilen davranış eğitiminin etkisi: Bir meta-analiz”* (Serketich & Dumas, 1996). Araştırmacılar çocukların evde ve okuldaki antisosyal davranışlarının değiştirilmesinde ebeveynlere verilen davranış eğitiminin etkisi konulu 26 çalışmanın sonuçlarının meta-analizini yaptılar. Sonuçlar ebeveynlerin davranış değişimi amacıyla eğitilmesinin anaokuluna ve ilkokula giden çocukların davranışlarının iyileştirilmesine katkıda bulunduğunu göstermiştir.
- *“Dişçi korkusunun kazanılması ve sürdürülmesi: Şartlayıcı deneyimlerin ve bilişsel faktörlerin rolü”* (de Jongh, Muris, ter Horst & Duyx, 1995). Araştırmacılar dişçi korkusunun edinilmesinde ve sürdürülmesinde hangi faktörlerin rol oynadığını belirlemek amacıyla 224 üniversite öğrencisi üzerinde araştırma yaptılar. Bulgular tedavi travmatik ve acı verici olarak algılandığı zaman bireylerin dişçi kaygısı geliştirebileceğini göstermiştir. Birkaç kez nispeten daha az acı

verici deneyim yaşayan bireylerin dışı kaygısı geliştirme ihtimali daha düşüktür. Araştırmacılar bu sonuçların dışı korkusu ve kaygı tepkileriyle ilgili bir şartlanma paradigması olduğuna işaret ettiğini önermektedir.

- *"Girişkenlik, itaatkar davranış ve sosyal karşılaştırma"* (Gilbert & Steven, 1994). Araştırmacılar ruh sağlığı alanında çalışan 75 kişilik bir grupta çalışarak girişkenlik, sosyal karşılaştırma ve itaatkar davranış arasındaki ilişkiyi incelediler. Denekler Eysenck'in Kişilik Anketi dahil bir dizi ölçek doldurdular. Sonuçlar itaatkar davranışların girişkenliğin tam karşıtı olmadığını göstermektedir; itaatkar davranış içe dönüklük ve nevrozizmle bağlantılıdır.
- *"Kekeleyen çocukların davranış terapisi: Yineleme ve yayılma"* (Gagnon & Ladouceur, 1992). Davranış terapisinin etkinliği 6-11 yaşları arasında kekeleyen 11 erkek çocuk üzerinde yürütülen incelemeyle araştırıldı. Sonuçlar önemli ölçüde değişim elde edildiğini ve 6 ay sonra yapılan takip çalışmasında değişimin muhafaza edildiğini göstermektedir.

Davranışçı Modellerin İlkeleri

Felsefi Destekler ve Varsayımlar

Davranışçı modelin felsefi temelleri 17. ve 18. yüzyıllarda, daha sonra da 20. yüzyıl modernizminde gelişmiş olan düşünce örüntülerinde görülmektedir (Fishman & Franks, 1992, s. 161). İlk dönemlerdeki deneyimler dört ana ilkeyi vurgulamıştır:

1. Bilginin kaynağı içgözlem veya ilahi ilham değil, bireyin dünyayı deneyimlemesidir.
2. Bilimsel süreçler görüş, sezgi veya yetki temelli olmamalı, gözleme dayanmalıdır.
3. Çocuğun zihni boş bir tahtadır (tabula rasa); yaşanan deneyimler bu tahtanın üzerine yazılar yazar, dolayısıyla bir yetişkinin hayatı esas olarak o kişinin geçmişinin kayıtlarından ve devamından müteşekkildir.

4. Bilinci tanımlamanın en iyi yolu bilinci “zihinsel kimya” olarak değerlendirmektir; zihindeki tüm düşünceler temel elementlere indirgenebilir. Bu temel elementler süreklilik, benzerlik, karşıtlık, canlılık, sıklık ve telafi gibi çeşitli yasalar vasıtasıyla birleşip daha karmaşık düşünceler haline gelmişlerdir (Kimble, 1985).

Normal-Anormal Farkıyla İlgili Görüşler

Davranışçı kişilik “kuramı” genellikle neyin normal neyin anormal olduğu konusuyla pek ilgilenmemiştir. “Anormal” davranışlar genel olarak kusurlu öğrenme ortamlarında var olan davranışlar olarak görülürler. Diğer birçok kuramsal bakış açısının tersine, davranışçılık sapkın insan davranışlarını sınıflandırıp kategorize etmeye kalkmamıştır. Bu yaklaşım, psikanalitik kuramcılarının patoloji odaklı dilinden sonra tazeleyici bir değişim olmuştur ve davranışçılığın ayırıcı bir özelliği olmaya devam etmektedir.

Değerlendirme Stratejileri ve Araçları

Davranışçı modelin en önemli değerlendirme stratejisi **uygulamalı davranış analizi** adı verilen ve bireyin davranış dizilimlerini inceleyen yöntemdir. Bu uygulama belli davranış repertuvarlarının nasıl şekillendiğini ve sürdürüldüğünü anlamak amacıyla kullanılır. Davranış analizi birden fazla amaç için kullanılabilen güçlü bir yöntemdir. Esas itibarıyla, davranış gözlemlenir, pozitif ve negatif pekiştirmeye cezalandırma dizilimleri tespit edilip incelenir. Uygulamada kullanılan başlıca araç, davranışçı modelin de temel ilkelerinden biri olan deneysel gözlemdir. Bu değerlendirme uygulaması hem laboratuvarda hem de klinik ortamlarda kullanılmaya uygundur. En iyi sonuç verdiği ortamlar, örneğin anaokulundaki veya sınıftaki çocukların gözlemlendiği durumlara benzer doğal ortamlardır.

Modelin Uygulanması

Davranışçı model okul psikolojisi, eğitim, reklamcılık, öğrenme, klinik tedavi ve sosyal politika ve planlama gibi çeşitli alanları kapsayan uygulamalarda kullanılabilir. Bu modelin en ilgi çekici kullanımlarından biri Skinner’in *Walden Two* kitabında anlattığı ütöpik toplum modelidir. Bir grup insan Skinner’in fikirlerini uygulayarak onun öğrenme ilkelerine

dayalı bir topluluk kurmuşlardır. Birçok değişimden geçmiş olmasına rağmen, o topluluk bugün hâlâ vardır.

Daha yaygın bir uygulamadaysa bu ilkeler çocuklarda sosyal davranışların biçimlendirilmesi için kullanılmaktadır; asosyal davranışın çevresel ortamda nasıl pekiştiği gözlemlenmekte ve buna göre şartlar değiştirilmektedir. Örneğin zorbalık yapan bir çocuk bir pekiştirme düzenine tabi tutulup, sosyal davranışları pekiştirilebilir.

Kültürel Etkiler

Kültürel farklar farklı öğrenme ortamlarının yansıması olarak kabul edilir. Farklı kültürler farklı öğrenme değişkenlerine maruz kalır, bunlar da davranışların şekillenmesinde etkili olur: Kültürel tercihler pekiştirilir, o kültürde tercih edilmeyen davranışlarsa cezalandırılır veya pekiştirme eksikliğinden dolayı yok olur. Bu modelde kültürel farklar diğer tüm davranışlar gibi görülür; bunlar da davranışları pekiştiren ya da cezalandıran etkenler vasıtasıyla pekişen ya da ortadan kalkan davranışlardır. Örneğin bazı Doğu kültürlerinde kadınların daha itaatkar olma eğilimi olduğu görülür; bir davranış analizi yapılırsa bu itaatkar davranışların daha geniş kültürel değerlerle tutarlı olduğu ve onlar vasıtasıyla pekiştirildiği görülecektir.

Davranışçı Modelin Güçlü Yönleri ve Sınırları

Bu modelin hem *gücünün* hem de *sınırının* deneyselciliğe verdiği önemde yattığını söyleyebiliriz. Verilerden örneğin klasik şartlanma ve araçsal şartlandırma gibi bazı çığır açıcı kavramlar elde edilmiş olmasına rağmen genellikle öğrenme sürecinin küçük ayrıntıları üzerinde durulması pek de elle tutulur bilgi sağlamayan ve yıllar süren araştırma çalışmalarına yol açmıştır.

Davranışçılık 1960’larda psikolojideki etkisini kaybetmeye başlamıştır; Bölüm 3’te de belirttiğimiz gibi “diğer alanlarda yapılan araştırmalar zihnin nasıl işlediğine yeni ışıklar tutmaya başlamıştı. Antropoloji alanından yazının icadından önce yaşayan insanların nasıl düşündüğüyle ilgili bilgiler geldi; dil psikolojisi alanında insanların dili nasıl öğrendiğiyle ilgili açıklamalar yapıldı; bilgisayar bilimi de düşünmeyi yepyeni bir şekilde, bilgisayar programı gibi adım adım ilerleyen bilgi işleme şeklinde

görmenin yolunu açtı” (Hunt, 1993, s. 278). “Bilişsel bilimin ilerlemesiyle davranışçılık hızla psikolojideki hakim konumunu ve tüm davranışların açıklanması için bu bakış açısının yeterli olduğu iddiasını kaybetti” (s. 278). Davranış kuramı tek başına kişilik dediğimiz karmaşık olayı açıklamakta yetersiz kalmaktadır. Buna karşılık davranışçılar, davranışçılık gerçekten bir bilim olmadığı için bunun zaten hiçbir zaman asıl hedefleri olmadığını söyleyecektir. Yine de bir kısmı bu bölümde sunulmuş olan davranış kuramını oluşturan bazı öğeler kişiliğin anlaşılmasında oldukça önemli bir rol oynamıştır.

Özet

Davranışçılığın gelişimi psikodinamik kişilik modellerinden keskin bir ayrılığın habercisiydi. Davranışçılar bilinçdışı gibi psikanaliz kavramlarını atlayarak davranışın incelenmesi amacıyla deneysel bir temel oluşturmaya çalıştılar. Bu kitapta sunulan diğer modellerin tersine, davranışçılık büyük kuramlar içermemektedir. Davranışçı hareketin öncülerinden biri etki yasasını ve tekrar yasasını bulan Thorndike’tır. Davranışçı düşünce Pavlov’un şartlı refleks keşfinden önemli ölçüde etkilenmiştir. Watson, Küçük Albert deneyiyle davranışçılığı popüler hale getirmiştir; bu deneyde Watson ve meslektaşı deneysel olarak bir nevroz oluşturmuş, bu şekilde şartlanmanın açıklayıcı kapsamını göstermiştir. Watson ayrıca davranışçılığı çocuk psikolojisine ve ebeveynliğe uygulayarak halka da tanıtmıştır. Watson’un davranışın öngörülmesi ve kontrol edilmesini vurgulayan manifestosu psikolojinin kuramsal manzarasının 50 yıl boyunca değişmesine yol açmıştır.

Öncülüğünü Skinner’ın yaptığı radikal davranışçılık zihin, biliş ve akıl yürütme kavramlarının üstünde durmaya değer konular olmadığı, çünkü içgözleme fazla tabi oldukları görüşüne sıkıca bağlı kaldı. Skinner işlem- sel şartlandırma kullanarak karmaşık davranışların şekillendirilmesi için kullanılabilecek başlıca pekiştirme düzenlerini belirlemiştir. Hull gibi başka araştırmacılar da Newton’un fizik ilkelerini takip ederek matematiksel bir davranış modeli oluşturmaya çalıştılar. Dollard ve Miller önemli bir kitap yayımlayarak psikodinamik kuramı öğrenme kuramına tercüme etti ve birçok Freudcu kavramı öğrenme kuramcıları tarafından keşfedilen ilkelerle açıkladı. Wolpe da hayvanlarda şartlanma konusunu inceledi

ama daha sonra bulgularını insanlara uygulayarak sistematik duyarsızlaştırma ilkeleri vasıtasıyla kaygının nasıl ortaya çıktığını ve ortadan kalktığını anlamaya çalıştı. Seligman öğrenilmiş çaresizlik olayını araştırdı; hayvanlarla yapılan deneylerde bu durumun kontrol edilemeyen olaylara verilen tepki olduğunu tespit etti. Bu bulgular bir depresyon modeli oluşturmak için kullanıldı. Davranışçı modelin ilkeleri kişinin çevresel şartlara göre nasıl şekillendiğini ve oluştuğunu anlamak için kullanılabilir.

Okuma Önerileri

- Dollard, J., & Miller, N. E. (1950). *Personality and psychotherapy: An analysis in terms of learning, thinking, and culture*. New York: McGraw-Hill.
- Rilling, M. (2000). John Watson's paradoxical struggle to explain Freud. *American Psychologist*, 55(3), 301-312.
- Skinner, B. F. (1948). *Walden two*. New York: Macmillan.

Bilişsel ve Bilişsel-Davranışçı Kişilik Modelleri

Giriş

Önemli Tarihsel Şahsiyetler

Miller: Bilişsel Devrim

Von Neumann ve McCulloch: Bilgisayarlardan Zihne Kavramsal Bir Sıçrama

Temel Kavramlar

Bilgi İşlem

Örüntü Tanıma

Özellik Analizi

Akıl Yürütme ve Mantık

Bellek

Şema

Bilişsel, Sosyal Bilişsel ve Bilişsel-Davranışçı Kuramsal Modeller

Modellerin Arasındaki Farklar

Ellis'in Akılcı-Duygusal Terapisi

Bandura'nın Sosyal Öğrenme Kuramı

Beck'in Bilişsel Kuramı ve Terapisi

Linehan'ın Bilişsel-Davranışçı Modeli

Bilişsel ve Bilişsel-Davranışçı Modellerin İlkeleri

Felsefi Destekler ve Varsayımlar

Normal-Anormal Farkıyla İlgili Görüşler

Değerlendirme Stratejileri ve Araçları

Modelin Uygulanması

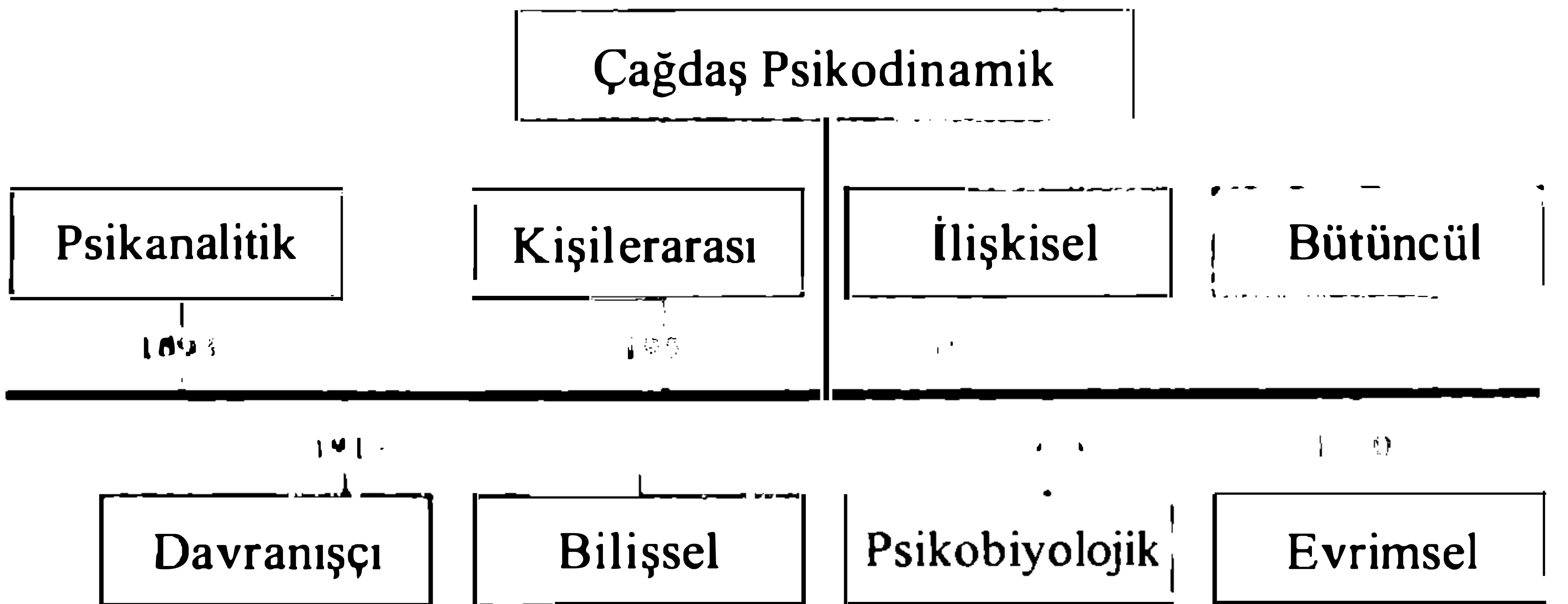
Kültürel Etkiler

Modelin Güçlü Yönleri ve Sınırları

Özet

Okuma Önerileri

Bilişsel bilim psikoloji alanında 1950’lerde yeşermeye başlayan devrimsel bir gelişmedir (bkz. Resim 8.1). Bu hareket psikoloji dünyasını önemli ölçüde etkilemiştir ve günümüzdeki kişilik kuramını çok büyük ölçüde etkilemeye devam etmektedir. Deneyselciği savunan ve öğrenme paradigmaları üzerinde duran, zihinde neler olup bittiğiyle ilgili tüm fikirlerden uzak duran radikal davranışçılığa karşı tepki olarak patlayan bilişsel bilim, davranışçılığın yükselişine meydan okudu. Bir önceki bölümde sunulan davranışçı kuramla ilgili bilgilerden hatırlayacağınız gibi, davranışçı psikolojinin o dönemdeki ana akımdan ayrılmasını sağlayan şey zihinle ilgili herhangi bir tartışmadan uzak durma eğilimiydi. “Davranışçılar gözle görünmeyen, maddi olmayan ve farazi bir şey olan zihnin demode bir metafizik kavram olduğunu, kariyeri ve itibarına önem veren hiçbir psikoloğun çalışmalarını buna adanmak bir yana, bu konunun bahsini bile açmayacağını düşünüyorlardı” (Hunt, 1993, s. 513). Bilişsel psikoloji 60’lı yılların ortalarında gelindiğinde katlanarak büyümüştü. J. R. Anderson’a (1990) göre Ulric Neisser’in yazdığı *Cognitive Psychology* (Bilişsel Psikoloji) (1967) kitabı bu alana “yeni bir meşruluk” kazandırmıştı (s. 10). Bu kitapta konuyla ilgili önemli başlıklar sunuluyor, algı ve dikkate altı bölüm ayrılırken kalan dört bölüm de düşünce, bellek ve dil üzerinde duruyordu. 1977 yılında Mahoney psikoloji alanındaki bu değişimi tarif ederken “bilişsel devrim” terimini kullanmıştır. Bilgisayar alanında meydana gelen gelişmeler bilişsel psikolojinin ilerlemesine önemli katkılarda bulunmuştur.



Resim 8.1

Yirminci Yüzyılın başında başlayan Psikanalitik Kuram’dan Güncel Bütüncül Modellere Giden Tarih Cetveli

Miller: Bilişsel Devrim

George Miller kariyerini farelerin öğrenme alışkanlıklarını inceleyerek geçirme fikrinden memnun olmayan Harvard'lı bir deneysel psikologdu (Hunt, 1993). Harvard'da ve Massachusetts Teknoloji Enstitüsü'nde profesör olarak görev yapan Miller, ilgi alanını değiştirerek zihne odaklanmaya başladı. Dilin yapısını inceleyen ünlü dilbilimci Noam Chomsky (1965) tarafından yürütülen bir yaz programına katıldı. Chomsky mevcut davranışçı modelin dilin karmaşıklığını açıklayamadığını düşünüyordu. Miller bu yeni bakış açısının psikoloji alanına taşınmasında büyük rol oynadı (J. R. Anderson, 1990). Daha sonra Palo Alto'daki Gelişmiş Davranış Bilimleri Merkezi'nde geçirdiği bir yıl da onu çok etkiledi; burada bilgisayar programları kullanılarak düşünce süreçlerinin simülasyonu yapıyordu. Gördüğü uygulamalar ona yeni bakış açılarının kapısını açtı ve düşüncelerinin büyük ölçüde değişmesine neden oldu. Miller, Harvard'a döndüğünde dekanın da desteğiyle Harvard Bilişsel Çalışmalar Merkezi'ni kurdu. Hunt'a (1993) göre: "George Miller'ın geçirdiği değişim 60'lı yıllarda deneysel psikologlara olanların tipik bir örneğiydi. Önce birkaç kişi, sonra da çoğunluk, fareleri, labirentleri, elektrik ağlarını ve yemek dolduran kolları bırakıp insanların daha yüksek düzeyli zihinsel süreçlerini incelemeyi tercih etti. On yıl içinde bu hareket o kadar büyüdü ki 'bilişsel devrim' olarak anılmaya başlandı" (s. 513).

Miller insan belleğine odaklandı. Oldukça düşündürücü bir makalesinde (1956), anlık belleğin yedi öbek öge ile sınırlı olduğunu öne sürdü. Bu öbekler sadece sayıların ezberlenmesini değil, iki heceli sözcükleri ve münferit harfleri de içeriyordu. İnsan belleği bu öbeklerin her birini tek bir birim gibi görüyordu. "Bu durumda öğrenme sürecinde bir temel birimleri ayırmak, sınıflandırmak, daha az sayıda ama daha zengin, daha dolu öbekler haline getirmek gerekiyordu" (Hilgard & Bower, 1975, s. 585). Miller'ın bu makalesinde o dönemde ortaya çıkmakta olan bilişsel bakış açısını görüyoruz. Zihinlerimizde olup bitenler artık anlamsız spekülasyonlar değil, bilimsel yöntem kapsamına giren konulardı. Miller'ın makalesi insan davranışlarına ve zihinsel işlevselliğe yeni bir bakışın habercisiydi.

Bellek araştırmaları zihnın nasıl çalıştığını anlamamıza katkıda bulunmakta, ayrıca kişilik ve psikoterapi konularını da yakından ilgilen-dirmektedir. Bu konuda ortaya ıkınış olan görüş ayrılıklarından biri zayıf ve kırılgan hastaların kafasına “sahte anıların” ne kadar sokulabi-leceğiyle ilgiliydi (Loftus & Ketcham, 1994). Freud’un uğraştığı, ocuk-larda cinsel taciz tartışması farklı bir kılıkla yeniden ortaya çıkmak-taydı (ve birçok kişiye göre en az Freud’un zamanındaki kadar da şid-detli bir tartışmaydı).

“Okuduğunuz En Tehlikeli Kitap Olabilir”: Elizabeth Loftus ile Marlene Steinberg karşı karşıya

Psychology Today (Loftus, 2000; Steinberg, 2000b) dergisinin yakın zamandaki sayılarından birinde iki uzman arasında bastırılmış cinsel taciz anılarının hatırlanması amacıyla uygulanan terapiyle ilgili tar-tışma ateşli bir şekilde ele alınmaktadır. Bellek alanında önemli bir araştırmacı olan Loftus şöyle yazmaktadır: “Aynaya baktığınızda ay-nadan size bakan kimdir? Zaman zaman aynada size bakan kişinin kim olduğunu bilmediğiniz ürpertici anlar yaşıyorsanız, Amerika’daki 30 milyon çözülmeli Kişilik Bozukluğu (KB) hastasından biri olabi-lirsiniz. İşte psikiyatr Marlene Steinberg bu denli acayip bir iddiada bulunuyor” (s. 32).

Steinberg (2000a) ise verdiği cevapla kendini şöyle savunmaktadır: “Elizabeth Loftus’un *Stranger in the Mirror: Dissociation: The Hidden Epidemic* (Aynadaki Yabancı: Çözülme: Gizli Salgın) kitabıyla ilgili yo-rumu çözülme konusunun etrafını evrelemış olan süslü efsanelerin ve yanlış bilgilerin göstergesidir. Birçok kişinin farkında olduğu gibi, Loftus diplomalı bir klinik psikolog değildir ve bir tek kişiye bile psi-koterapiyle tanı koymamış veya tedavi etmemiştir” (s. 34).

Bilgisayarlarla ilgili keşifler bilişsel devrimde kritik rol oynamıştır. Hunt (1993) bu gelişmelerin önemi konusunda şöyle yazmaktadır:

Bilgisayar bilimi psikoloji dünyasını en çok etkileyen bilimdi. Bu yeni alan 2. Dünya Savaşı'nda yürütülen yoğun araştırmaların ürünüydü; İttifak Devletleri uçaksavarları yönlendirmek, navigasyon aletlerini kullanmak ve benzeri eylemler için geniş çaplı rakamları hızla hesaplayacak makinelere ihtiyaç duymuşlardı. Ama hızlı hesaplama yapabilen makineler bile her hesaplama işleminden sonra ne yapmaları gerektiğine dair onlara talimat verecek bir insana ihtiyaç duyuyordu, bu da hızı düşürüyor ve hatalara neden oluyordu. 1940'ların sonlarına gelindiğinde matematikçiler ve mühendisler elektronik belleklerinde talimat dizileri (programlar) olan makineler üretmeye başladılar. Artık makineler kendi kendilerine hızlı ve hatasız işlem yapabiliyor, uzun işlem dizilerini sürdürebiliyor ve bir sonraki adımda ne yapılması gerektiğine karar verebiliyorlardı. Hesap makineleri artık bilgisayar olmuştu (Hunt, 1993, s. 514)

John von Neumann ve Claude Shannon gibi matematikçiler sayılar gibi sembollerin harflerin yerine konabileceğini ve matematiksel hesaplamaların bu semboller arasındaki ilişkiyi ifade etmek için kullanılabileceğini düşündüler. Bir dizi kuralla sözcükler sayılara dönüştürülebilir ve cebir denklemleriyle soyut sözel ilişkiler ifade edilebilirdi (Newell & Simon, 1972). 1948 yılında düzenlenen Davranışta Serebral Mekanizmalar konulu çığır açıcı konferansta von Neumann ve Warren McCulloch bilgisayarın insan zihni gibi işleyebileceğini öne sürdüler (Simon, 1969, 1991). Siyasal bilimler profesörü olan Herbert Simon da bu konferansa katılmıştı ve duydukları çok ilgisini çekti. Simon ve genç bir öğrenci olan Allen Newell mantık yürütebilecek bir bilgisayar geliştirme işine giriştiler. Temel mantık yürütebilecek basit bilgisayar programları geliştirdiler (Newell, Shaw & Simon, 1963). Yarattıkları ilk programlar teorem çözmek için mantık kullanarak matematik problemlerini çözebiliyordu; daha sonra satranç oynayabilen bir program geliştirdiler. Hunt'a (1993) göre bu programların iki temel özelliği "bilişsel psikolojideki metamorfoza" neden olmuştur; psikolojide bilgi işlem modeli, bir başka deyişle bilgisayar modeli, 1960'lardan bu yana kılavuz metaforlardan biri olmuştur.

Bilgi İşlem

Bilgisayarın zihnini nasıl işlediğiyle ilgili model olarak kullanılmasından ortaya **bilgi işlem** adı verilen bir alan çıktı. Hunt (1993) bu gelişmeyle ilgili şöyle yazmaktadır: “Bu bulgu sürecin doğrudan gözlenmesiyle ortaya çıkmamış, sonuçlardan çıkarım yapılmıştır. Ama davranışçı dogmanın tersine, sonuçlara bakarak gözle görülmeyen bir sürecin anlaşılması ‘müspet ilimlerde’ meşru sayılmaktadır. Jeologlar çökelti tabakalarına bakarak geçmişteki olayları, kozmologlar uzak galaksilerdeki çok eski ışığa bakarak evrenin oluşumunu ve gelişimini, fizikçiler kısa ömürlü atom parçacıklarının bir sis odasında bıraktığı izlerden parçacıkların özelliklerini ve biyologlar fosillere bakarak *Homo sapiens*’e giden evrim yolculuğunu çıkarmaktadır. Zihnini içsel evreni için de aynı şey geçerlidir: psikologlar oraya yolculuk edemez ama gözle görülmeyen düşünce sürecinin bıraktığı izlerden nasıl çalıştığını anlayabilir” (s. 518). Hunt’a göre bilgi işlem modelinin iki temel özelliği tasarım ve bilginin işlenmesidir.

Tasarım başka sembolleri veya olayları tasvir etmek için sembollerin kullanılmasıdır. “Zihinde depolanmış olan imgeler, sözcükler ve diğer semboller dışsal olayların tasarımlarıdır; beynin nöral yanıtlarıysa bu imgelerin, sembollerin ve düşüncelerin tasarımlarıdır” (Hunt, 1993, s. 516). Bilgi işlem bilişsel psikologların zihinde neler olup bittiğini tasvir etme yollarından biridir ve “araştırmacıların ve kuramcılarının zihnini iç dünyasını hiç olmadığı kadar derinden araştırabilmesini sağlamıştır” (s. 516). Dolayısıyla, bilgi işlem süreçleri çıkarım yoluyla yürütülür. Bilgi işlem bize gelen duyuşsal bilgileri tabi tuttuğumuz problem çözme dizilerini tasvir etmenin bir yoludur. J. R. Anderson (1990) şöyle bir benzetme yapmaktadır: “Posta sisteminde başarılı bir yolculuk yapan bir mektubu izlediğimizi düşünelim. Mektup önce bir posta kutusuna atılacaktır; posta kutusu boşaltılacak ve içindekiler bir merkeze getirilecektir. Merkezde mektuplar bölgeye göre ayrılacak ve belli bir bölgeye gitmesi gereken mektuplar gidecekleri yere gönderilecektir. Vardıkları yerde hangi semte gideceklerine göre bir daha ayrılacaklardır. Aynı semte giden mektuplar birine verilecektir, o kişi de mektupları doğru adrese teslim edecektir” (s. 12). Anderson bu benzetmeden sonra bilginin insan zihnindeki yolculu-

ğunu da aynı şekilde izlemekte ve şu soruyu sormaktadır: “Büyükannen nerede oturuyor?” Yapılması gereken ilk şey her sözcüğün anlamını, sonra da bu sözcükler toplamının anlamını hatırlamaktır. Bunun için sorunun anlaşılması gerekir. Daha sonra doğru cevap bulununcaya kadar bellekte arama yapılmalıdır. Doğru bilgi bulununca da bir cevap haline dönüştürülmelidir.

Bu modelde bilgi çeşitli zihinsel nesneler veya tasarımlar anlamına gelmektedir; bunlar bilginin seri olarak düzenlendiği bir sıralamayı takip ederler. “Yani bir bilgi işlem analizinin en önemli özelliği bir dizi zihinsel işlemin ve bu işlemlerin ürünlerinin (bilgi), yani belli bir bilişsel eylemdeki performanslarının izlenmesidir” (Anderson, 1990, s. 13).

Örüntü Tanıma

Bilginin nasıl işlendiğini anlamamanın bir yolu da örüntülerin farkına varılmasıdır. “Bir örüntüyü tespit etmenin belki de en bariz yolu şablon eşleştirmedir” (J. R. Anderson, 1990, s. 58). Beynin şablon denen örüntüleri depoladığı ve algı sisteminin bu depolanan şablonları yeni gelen bilgilerle karşılaştırarak bir mutabakat aradığı öne sürülmektedir.

Özellik Analizi

Önerilen bir başka bilgi algılama ve işleme modeli de belli özelliklerin tanınmasını içermektedir. Özellikler uyaran oluşumlarının temel öğelerini birleştirirler. Bu model şablon modeline göre daha ileridir, çünkü özellik analizi uyaranlar arasındaki farkları tespit etmenin daha basit bir yoludur ve çok sayıda şablon depolama ihtiyacı da azalır.

Akıl Yürütme ve Mantık

Günümüzde insan davranışlarına bakışımız “insanların düşüncelerinin büyük bir bölümü mantıksal akıl yürütme sürecinden oluşmaz” (J. R. Anderson, 1990, s. 291) görüşünü içermektedir. Ancak akıl yürütme bilişsel model için önemli bir öge olmaya devam etmektedir. Akıl yürütme bireylerin tartışmaların mantığını bulma ve değerlendirme sürecidir (J. R. Anderson, 1990). Mantık, akıl yürüterek mantıklı ve doğru olanı bulmaya çalışma sürecidir. Felsefede ve bilgi teorisinde tespit edilen iki mantık türü vardır. **Tümdengelim** olaylara bakarak belli sonuçlara varılmasıdır

ama varılan sonuçlar her zaman doğru olmayabilir. Aşağıda bir tümendelim örneği sunulmaktadır:

Tüm köpekler hayvandır.

Bu bir köpektir.

Dolayısıyla, bu bir hayvandır.

Gerçek, kullanılan yönteme bağlıdır. Örneğin eğer sunulan veriler yanlışsa, kurulan mantık tutarlı olsa bile varılan sonuç yanlış olacaktır:

Bütün erkekler zayıf ahlaklıdır.

Zayıf ahlaklı insanlar büyük şirketleri yönetmemelidir.

Erkekler büyük şirketleri yönetmemelidir.

Tümevarım ise tüm gözlemlerin deneyime dayandırıldığı ve buna göre bir sonuç çıkarılan bir süreçtir. Örneğin:

Gözlemlediğimiz tüm kargalar siyah.

Tüm kargalar siyahtır.

Oysa düşük ihtimalle de olsa gelecekte bir gün farklı renkte bir karga görülebilir. Dolayısıyla çıkarılan sonucun doğru olduğunun garantisi yoktur.

Bellek

Bellek araştırmaları büyük ilgi gösterilen bir alandır ve birçok yeni bilgi ve içgörü kazanılmasını sağlamıştır. Belleğin nasıl çalıştığı davranışın anlaşılması için elzemdir. Çeşitli klinik vakalarda bellekte meydana gelen değişimlerin kişilik değişimlerine neden olduğu birçok kez belgelenmiştir. Bu konuya çok önem veren George Miller bu trendin babasıdır. 60'lı ve 70'li yıllarda yapılan deneylerle üç bellek tipi içeren bir model elde edilmiştir (J. R. Anderson, 1990; Hunt, 1993):

1. Duyuları alıp muhafaza eden duyu tamponları.
2. Kısa süreli bellek, tekrarlanmazsa birkaç saniye içinde yok olan bilgileri içerir.
3. Uzun süreli bellek, birkaç ay veya hayat boyu muhafaza edilen bilgileri içerir.

Bireylerin geçmiş deneyimlerini yeniden canlandırmak, kriminal soruşturmalarda ve adli ortamlarda olayları hatırlamak için belleklerini kullanmalarının içerdiği tehlikeler nedeniyle bellek araştırmalarının büyük önem kazandığını ileride göreceğiz. Terapide “geri kazanılan” anıların gerçek olup olmadığıyla ilgili tartışma sürmektedir. Suç olaylarında ne kadar yanıltıcı olabileceği ve şematik değişimlere eğilimli olduğu çok iyi bilinen insan belleğine dayanan vakalarda birçok kişi işlemedikleri suçlardan mahkum edilmiş, yıllarca hapis yatmışlardır. Çok daha güvenilir veriler tedarik eden DNA testlerinin gelişmesiyle suçsuz yere ceza alan birçok kişi serbest kalmıştır.

Şema

Bellek, bireyin deneyimlerine dayanan hayali bir yeniden yapılandırmadır (Bartlett, 1932). Bartlett Batılı insanlara Batı kaynaklı olmayan hikayeler anlatmış ve dinleyenlerin farkına varmadan boşlukları doldurduklarını, Batılı düşüncede anlam ifade etmeyen bazı öğeleri de atladıklarını görmüştür. Bartlett bu örgütlü deneyimsel bellek kümesine şema adını vermiştir. Hunt (1993) bu önemli keşifle ilgili şöyle yazmaktadır: “Son yıllarda Bartlett’in fikri yeniden gözden geçirilip detaylandırılmıştır. ‘Çerçeveler’ veya ‘senaryolar’ olarak da adlandırılan şemalar, çeşitli konulardaki birleştirilmiş bilgi paketleri olarak görülmektedir. Bunlar bellekte tutulur ve sıradan konuşmaların, hatta en anlatımsal yazıların bile içerdiği üstü kapalı ve bölük pörçük bilgileri yorumlamak için kullanılır” (s. 530-531).

Bu şema tanımı daha sonra bilişsel kuramcılar tarafından depresyonun düşünce ve inançlardan, kişiliğin de çevreden öğrendiğimiz şematik tasarımlardan nasıl etkilendiğini tarif eden modelin yapı taşlarından biri olarak kullanılmıştır.

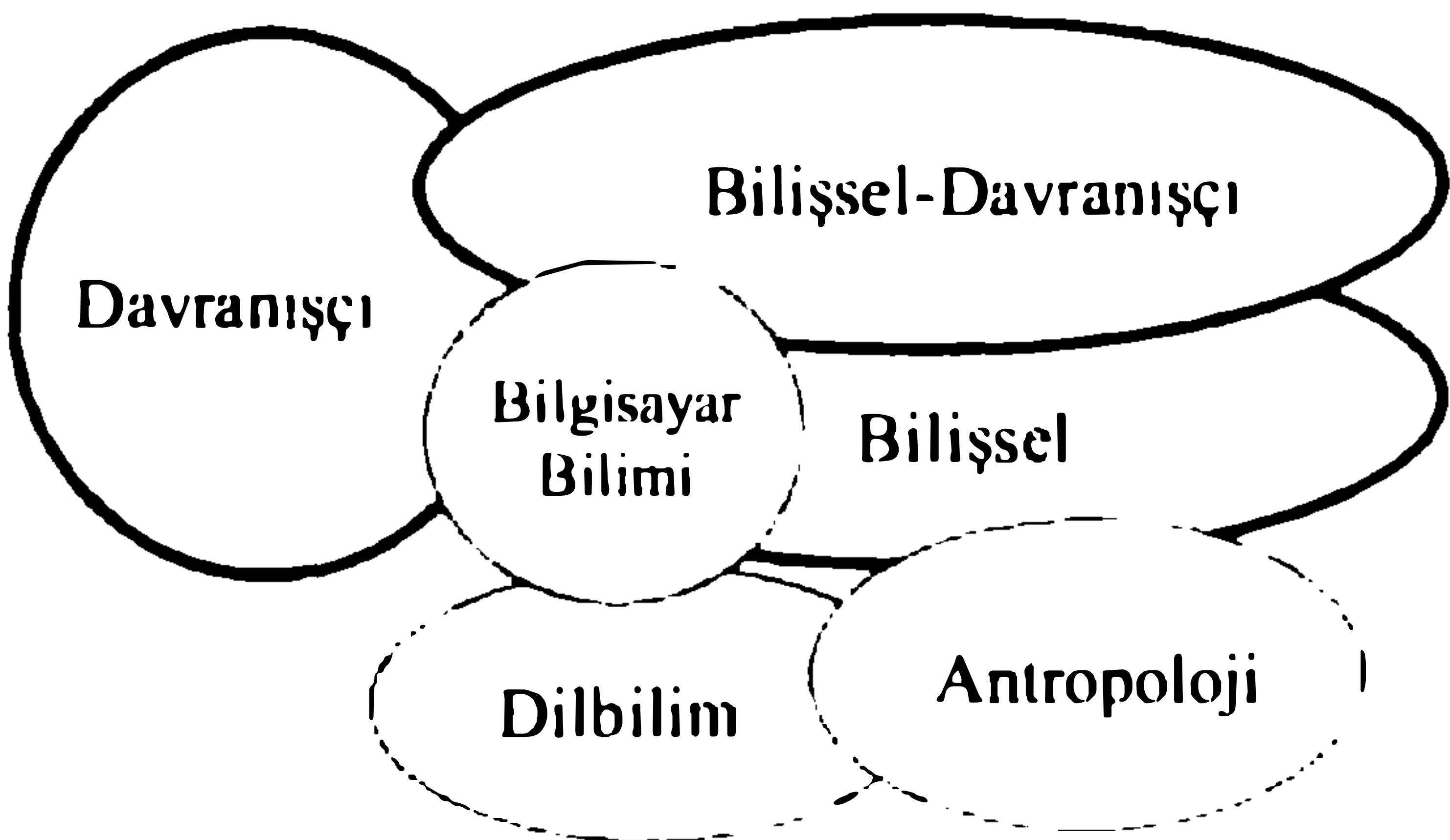
Bilişsel, Sosyal Bilişsel, Bilişsel-Davranışçı Kuramsal Modeller

Daha önce de ele aldığımız gibi, psikoterapi sistemleriyle kişilik kuramındaki gelişmeler sık sık eşzamanlı olarak meydana gelmiştir. “Bilişsel terapinin modern davranış terapisi dahilinde meydana gelen bir evrim mi yoksa yeni bir bakış açısına doğru gidilmesini sağlayan bir devrim mi ol-

duğuna dair farklı görüşler mevcuttur (Arnkoff & Glass, 1992, s. 658). Bu bölümde sunulan kuramsal modellerin yeni bir bakış açısına doğru gittiği açıkça görülmektedir. Diyalektik sürecin, kişilik anlayışımızı genişleten temel kavramların önce reddedilmesine, daha sonra yeniden benimsenmesine nasıl yol açtığını görebiliriz.

Modellerin Arasındaki Farklar

Güncel bilişsel ve bilişsel-davranışçı modeller önemli ölçüde örtüşmektedir (bkz. Resim 8.2). Daha önce de belirtildiği gibi, psikoloji ve kişilik kuramlarının evrim süreci çok sayıda evreden ve alt evreden oluşmaktadır. Bu kardeş kuramlar arasındaki farkları kavramlara dökmenin bir yolu da hangi dallardan etkilendiklerini incelemektir. Bilişsel kuram bilgisayar modellerindeki gelişmelerden, dil bilimden ve antropolojiden oldukça etkilenmiştir. Bilişsel-davranışçı modellerse davranışçı akımdan çıkmış gibi görünmektedir, dolayısıyla sisteme daha sadık kalabilir, bilişsel kuramın belli öğelerini davranışçı düşünceye entegre edebilirler. “Bilişsel davranışçılığın temel varsayımı, yanıtın uyaranın basit ve doğrusal veya otomatik sonucu olmadığıdır”. (Hillner, 1984, s. 181).



Resim 8.2

Bilişsel ve Bilişsel-Davranışçı Kuramların Evriminde Çeşitli Bilimlerin Etkisi

Ellis'in Akılcı-Duygusal Terapisi

Bilişsel modelin psikoterapiye uygulanmasının ilk örneklerinden biri Albert Ellis (Ellis & Harper, 1961) tarafından 1950'li yılların ortalarında geliştirilen **akılcı-duygusal terapidir** (ADT). Ellis (1974) kapsamlı bir

kişilik kuramı oluşturmaya çalışmadı ama ADT'nin içinde “saklı bir kişilik kuramı mevcuttur” (s. 309). Ellis bilişsel modeli yeniden keşfederek psikopatolojiye uyguladı ve bu bozuklukları tedavi edecek bir sistem oluşturdu. Diğer birçok kuramda olduğu gibi bu sistemde de tavsiye edilen süreç ve değişim yöntemlerine bakarak temel kişilik öğelerini bulabiliriz. Ellis şöyle yazmaktadır: “Kişilik kuramları genellikle bir temel varsayımdan ve o varsayımdan türetilen birçok alt teoremden oluşur ya da çeşitli ana kuramlar veya hipotezler içerir ama bunları birleştiren bir çekirdek yapı yoktur. ADT kişilik kuramı bazı açılardan bu sınıflandırmaların ikincisine daha çok uymaktadır, çünkü bilişsel-duygusal-davranışsal bir kuram ve uygulamadır ve fenomenolojik-varoluşçu düşünce ekollerinden işlemsel şartlanma ekollerine kadar birçok bilimden de büyük ölçüde faydalanmaktadır” (s. 310).

Ellis kendi sisteminin ateşli bir savunucusuydu; bu sistem başka bilişsel modellerin de yolunu açmıştır ama en önemli işlevlerinden biri bu kavramların klinik psikolojinin uygulama alanına aktarılmasını sağlamış olmasıdır. Bilişsel terapinin 1970'lerin ortalarına kadar tam olarak önem kazanmadığını unutmayalım. Arnkoff ve Glass (1992) bilişsel yöntemlerin açlığını açıklamaktadır: “Beck'in *Bilişsel Terapi ve Duygusal Bozukluklar* (1976), Mahoney'nin *Cognition and Behavior Modification* (Biliş ve Davranış Değişimi) (1974) ve Meichenbaum'un *Cognitive-Behavior Modification* (Bilişsel-Davranışsal Değişim) (1977) kitaplarının yayınlandığı dönemde klinisyenler içsel deneyimi kavramlaştırmanın ve değiştirmenin yollarını arıyorlardı ve bu konudaki arayışlar gittikçe artıyordu” (s. 659).

Ellis'in temel ilkesi mantıksız düşünme şeklinin insanların acı çekmesine neden olduğuydu. Geliştirdiği kuram kısmen insanların hayatlarındaki olayları sürekli değerlendirip onlara anlamlar yüklediklerini savunan Alfred Adler'in (1924) çalışmalarına dayanıyordu. Ellis ayrıca “-meli, -malı'ların tahakkümü” kavramından bahseden Karen Horney'nin (1950) etkisini de kabul etmektedir. Ellis'in etkilendiği bir başka isim de öğrenme kuramının ve kişilik kuramlarının bilişsel yönleri üzerinde duran Julian Rotter'dir (1954) (Arnkoff & Glass, 1992). Ellis insanların acı çekmesine neden olan şeyin başkalarının davranışları, yaşadığımız mağlubiyetler, dış dünyadaki sorunlar ve başka olaylar değil, bizim bu olaylar hakkında-

ki düşünce şeklimiz ve onları nasıl yorumladığımız olduğunu düşünüyordu.

Bu kurama göre, A noktasında meydana gelen bir Tetikleyici Olay veya Tetikleyici Deneyim (özellikle de kötü bir olay) sonrasında C noktasında (duygusal sonuç) verilen uygun veya uygunsuz tepkinin nedeni kesinlikle A değildir. C noktasında verilen duygusal tepkinin nedeni B, yani bireyin A hakkındaki İnanç Sistemi'dir.

Daha detaylı olarak açıklarsak, A noktasında işe alınmadığınız veya sevdiğiniz sizi reddettiği için C noktasında kendinizi deprese hissediyor veya intihar etmeyi düşünüyorsanız, depresyonunuzun nedeni reddedilmiş olmanız değildir. Sizin bu reddedilme olayıyla ilgili inançlarınız, yani B noktası buna neden olmaktadır. Normal olarak önce mantıklı bir düşünceyi savunursunuz, örneğin: "Reddedilmekten hoşlanmıyorum; ne yazık ki reddedildim; gerçekten kötü bir durum!". Bu mantıklı düşünce üzüntü, sıkıntı ve sinire neden olur. Ama diğer yandan mantıksız bir düşünceye de bağlı kalıyorsunuzdur, örneğin: "Reddedilmek korkunç bir şey; kendimi o duruma sokmamalıydım; bunu ayarladığım için ne kadar da gerizekalı ve değersiz bir salağım!". Bu mantıksız inanç o olaya karşı aşırı tepkiye, depresyona, anksiyeteye ve belki de sizi reddeden kişiye karşı öfke duymanıza neden olacaktır (A. Ellis, 1974, s. 312)

Ellis insanların verdiği cevapları düşünme, hissetme ve etkileşim kurmanın bir kombinasyonu olarak tanımlamaktadır. Dolayısıyla bireyler duygusal cevaplar verdikleri zaman tepki verip düşünürler de. Ellis şartlanmanın kişiliği şekillendirdiğini savunmaktadır.

A. Ellis (1974) kişilik gelişimi veya kişilik bozuklukları konularını ele aldığı çok nadirdir. "Bireyin ağır duygusal bozukluk arz etme eğiliminin en azından kısmen biyolojik kaynaklı olduğunu gösteren çok sayıda kanıt mevcuttur" (s. 328) diyen Ellis, şartlanmanın doğuştan geldiğini savunmaktadır: "Çünkü psikanalitik ve davranışçı kuramlar doğru olsa ve erken dönemde içinde bulunulan ortam kişilik gelişiminde önemli bir etken olsa bile (ki bunun doğru olduğu neredeyse kesindir), şartlanmanın meydana gelebilmesi için insanların şartlanabilirliği veya telkine açık olma özelliğinin doğuştan gelen bir özellik olması gerektiği açıktır ve muhtemelen hepimiz doğarken aynı şartlanabilirlik düzeyinde doğuyoruz" (s. 329). Ellis biyolojik etkiler yerine hatalı bilişlere odaklanmıştır. Millon ve

Davis (1996a) bu konuda şöyle yazmaktadır: “Ellis kişilik sorunlarının bireyin kendisi veya başkalarıyla ilgili gerçekçilikten uzak ve kendi kendini baltalayan varsayımları olduğunu açıkça belirtmektedir” (s. 55).

ADT’nin prensiplerini kişilik gelişimine uygularsak, kişilik örüntülerinin nasıl oluştuğuna dair temel bir anlayış edinebiliriz. Birey, biyolojik temelli duygusal yanıt eğilimlerine bağlı olarak, içinde yaşadığı sosyal-kültürel ortamda var olan şartlanma örüntüleriyle şekillenecektir. Reddedilmeye duyarlı olan bir insan gelişim yolculuğu sırasında küçük reddedilme olaylarını “dayanılmayacak kadar korkunç” görmeye başlayabilir ve bu şekilde reddedilme ihtimali içeren durumlardan kaçınma örüntüsü geliştirebilir. Bu sistem bireyin içsel inanç sisteminden etkilenmeye devam eder, inanç sistemi de kişilerarası etkileşimlerle pekişerek kemikleşmiş davranış örüntülerine dönüşür. Daha sonra bu örüntüler örneğin bireyin aşırı derecede çekingen, içine kapanık ve kaçınma örüntülerine eğilimli biri olarak tanımlanmasına neden olur.

Bandura’nın Sosyal Öğrenme Kuramı

Bir başka önemli kuramcı olan Albert Bandura, davranış, biliş ve nörobiyolojik işlevsellik kavramlarını birleştirerek melez bir sosyal bilişsel kuram oluşturmuştur. Bandura duyguların davranış üzerindeki etkilerine odaklanmakta, öğrenme işinin çeşitli şekillerde gerçekleştiğine inanmaktadır. İnsanlar örneğin başkalarını örnek alarak ya da okuduğumuz kitabın kahramanına hayran olup onu taklit etmeye çalışmamız gibi, bilgilerle ilgili içsel tasarımlar oluşturup onları sembolik şekilde modellere dönüştürerek öğrenebilirler. Bandura tarafından geliştirilen önemli bir kavram (1997) **öz-etkinlik** kavramıdır. Bu kavram kişinin başarılı olabileceğine dair inancı ve güveni olarak tanımlanabilir. Örneğin öz-etkinlik düzeyi yüksek olan bireylerin sigarayı bırakma ihtimali daha yüksektir. Bu tarz kişiler başarılı olacaklarını düşünürler, bu da onların etkinliğini artırır. Bu kavramı, bireylerin olaylarda hiçbir etkileri olmadığını düşündükleri öğrenilmiş çaresizlik kavramıyla (Bölüm 7) karşılaştırınız.

Beck'in Bilişsel Kuramı ve Terapisi

Bilişsel terapisinin babası olarak görülen Aaron Beck, psikanalitik eğitim almış bir psikiyatristti. Beck'in ilk amacı önce depresyonla ilgili psikanalitik kavramları doğrulamak ve ardından depresyonun özelliklerini belirlemek, böylece bir kısa terapi modeli oluşturmaktı. Depresyona neden olan psikodinamik etkenler olarak görülen bazı hipotezler, örneğin kişinin kendisine yönelttiği öfke ve kendini cezalandırmak için acı çekmesi gerektiği düşüncesi gibi kavramları araştırmalarının ilerleyen etaplarında reddetti. Bunun sonucunda psikanalitik kuramı yeni baştan değerlendirmeye yöneldi. Analitik model onu tatmin etmemeye başladı ve bilgi işlem modelinin bazı öğelerini kullanmaya başladı. Elde ettiği veriler depresyonlu hastaların dünyaya bakışının negatif düşüncelerle çarpıtıldığını gösteriyordu. Depresyonlu hastaların bilişsel çarpıtmalarını değiştirmek için kanıt ve akılcı tartışma kurallarını kullanmaya başladı (Beck, Rush, Shaw & Emery, 1979).



Beck'i etkilemiş olan Karen Horney, Otto Rank ve Alfred Adler gibi isimlerin hepsinin çalışmalarında bilişsel yaklaşımın bazı öğelerinin bulunması ilginçtir (Sperry, 1999). Beck 1976 yılında *Bilişsel Terapi ve Duygusal Bozukluklar* kitabını yayınladı. Kitapta bilişsel kuramın uygulamalarını anlatıyordu. Beck kitabında "her nevroza özgü spesifik bilişsel sapmaları, bilişsel terapisinin genel prensiplerinin detaylı tanımını ve bilişsel depresyon terapisinin kapsamlı bir anlatımını sundu" (Beck ve diğ., 1979, önsöz-1).

Beck'in Depresyon Modeli: Beck'in (Beck ve diğ., 1979) klinik depresyona olan ilgisi birçok kişinin paradigma değiştirici nitelikte bulduğu *Depresyonun Bilişsel Terapisi* kitabında toplandı. Bu kitap çalışmalarının başlangıcıydı; on yıl sonra çalışmalarını genişleterek kişilik bozukluklarına el atıp bilişsel kişilik kuramını geliştirdi (Beck & Freeman, 1990). Kişilikle depresyon arasındaki ilişki kuramsal gelişmelerin bol olduğu bir konu ve zorlu bir klinik sorundur; kişilik etkenleri depresyonun gelişmesinde rol oynuyor olabilir ve bu bağlantıyla ilgili çok sayıda kuramsal açık-

lama yapılmıştır (M. H. Klein, Kupfer & Shea, 1993). Bu açıklamaları daha sonra ele alacağız. Bu noktada dikkat edilmesi gereken konu, bilişsel depresyon modelindeki örtüşen bilişsel şemalar arasında depresyonu kişiliğe bağlayan birçok bağlantı olabileceğidir. Ayrıca kişilik özellikleri kişiyi depresyonu tetikleyen kayıplara karşı daha hassas hale getirebilirler; örneğin kışkırtıcı ve talepkar biri işlevsel bağlanma ilişkilerini sürdürmekte sorun yaşayabilir ve bu davranışının sonucu olan ilişki bozulmalarıyla uğraşmak zorunda kalabilir.

Beck ve diğ. (1979) depresyona ilişkin net, açık ve ikna edici bir bilgi işlem modeli sundular: “Bilişsel model depresyona yatkınlık konusunda bir hipotez sunmaktadır. Kısaca özetlersek bu kuram erken dönemde yaşanan deneyimlerin bireyin kendisi, geleceği ve dış dünya hakkında negatif kavramlar oluşturması için temel teşkil etmektedir. Bu negatif kavramlar (şema) latent (uykuda) olabilir ama özel şartlar altında etkinleşir; bu özel şartlar da bireyin negatif tavrını edinmesine neden olan o ilk deneyimlere benzeyen durumlardır” (s. 16). Depresyonlu kişilerde etkin olan bilişsel çarpıtmalar, olgun düşünme şeklinin tersini ifade etmek amacıyla ilkel olarak tanımlanıyordu (bkz. Tablo 8.1).

Tablo 8.1

Bilgi İşlem Modelinin Depresyondaki Düşünme Şekline Uygulanması

1. *Keyfi çıkarım* (yanıt kümesi) ortada çıkarılan sonucu ispat eden bir kanıt olmaksızın veya o sonuca ters kanıtlar olmasına rağmen sonuca varma davranışı.
2. *Seçici soyutlama* (uyaran kümesi) bir detaya bağlamdan bağımsız şekilde odaklanıp durumun diğer daha belirgin özelliklerini yok sayma ve o deneyimin tümünü sadece o küçük detaya dayanarak yorumlama davranışıdır.
3. *Aşırı genelleme* (yanıt kümesi) bir veya daha fazla münferit olaya dayanarak genel bir kural oluşturma ve o kuralı ilgili ya da ilgisiz tüm durumlara uygulama davranışıdır.
4. *Abartma veya azımsama* (yanıt kümesi) Bir olayın anlamını veya önemini değerlendirirken yapılan hatalardır; hatalar, çarpıtma olarak değerlendirilecek kadar büyüktür.
5. *Kişiselleştirme* (yanıt kümesi) hastanın ortada bu yönde hiçbir kanıt yokken dışsal olayların kendisiyle ilgili olduğunu düşünme eğilimidir.
6. *Mutlakçı, ikili karşıtlıkla düşünme* (yanıt kümesi) yaşanan tüm deneyimleri bir veya iki karşıt kategoriye koyma eğilimi olarak tezahür eder; örneğin mükemmel ya da kusurlu, saf veya iğrenç, aziz ya da günahkar. Hasta kendini tanımlarken en uç negatif kategoriye seçer.

Kaynak: Beck, Rush, Shaw ve Emery, 1979, s.14.

Beck'in başarısı ve yaklaşımının popülaritesi bu modelin uygulanabilir ve etkili olduğunu düşünen kuramcılar, klinisyenlerin ve araştırmacıların güvenini ve heyecanını arttırdı. Bunun sonucunda model başka klinik sendromlara da uygulanmaya başlandı; anksiyete, ağrı ve madde bağımlılığı sorunları yaşayan hastalar bunlara birer örnektir. Bu gelişmeler bilişsel dalganın bir kez daha yükselmesinin ve kişilik bozukluklarını kavramlaştırıp tedavi etme girişiminin yolunu açtı. Kişilik bozuklukları gittikçe daha fazla kişinin ilgisini çeken bir alandı, çünkü hem toplumda çok sık rastlanan bir sorundu hem de henüz etkili bir tedavi yolu bulunamamıştı.

Modelin Kişilik Kuramına Dönüşmesi: Bilişsel modelin bir sonraki gelişim etabı 1990 yılında *Kişilik Bozukluklarının Bilişsel Terapisi* (Beck & Freeman, 1990) kitabının yayımlanmasıyla geldi. Kitapta anlatılan model daha önce depresyonla ilgili olarak oluşturulan bilgi işlem modelinin daha kapsamlı bir versiyonuydu. Beck ve Freeman modelleriyle ilgili olarak şu tanımı yapmışlardır: “Hastaların arz ettiği sorunların büyük bölümü bir sınıfa sokulabilir ve tek bir şemada ya da birkaç şemada meydana gelen değişimlerden etkilenebilir. Bu formülasyon bilişsel yapıyla ve bilişsel gelişimle ilgili modern kuramlarla uyumludur; bu kuramların tümü şemaların işlevini kural güdümlü davranışların belirleyicisi olarak görmektedir” (s. 4). Şemalar bireyin “davranışsal, bilişsel ve duygusal öğelerine” demirlidir (s. 10).

Evrimsel Temelli Stratejiler: Beck'in kuramı “evrimsel geçmişimizin düşünce, duygu ve davranış örüntülerimizdeki rolünü” göz önüne almaktadır (Beck & Freeman, 1990, s. 23). Beck hem insanların hem de hayvanların davranışlarının programlanmış olduğunu ve “bu programların genellikle genetik yapılarla deneyim arasındaki etkileşime bağlı olduğunu” varsaymaktadır (s. 24). Beck ve Freeman'a göre: “uzun süreli bilişsel-duygusal-güdülenmeci programların otomatik süreçlerimizi, yani olaylara bakışımızı, duygularımızı ve davranış eğilimlerimizi etkilediğini varsaymak mantıklı olacaktır. Bilişsel işlemlerde (duygulanım, uyarılma ve güdülenme) etkin olan programlar bireyin hayatını devam ettirmesine yardımcı olma ve çoğalmayı teşvik etme etkilerinden dolayı gelişmiş olabilir” (s. 24). Bireyler genetik olarak belirlenen çeşitli kişilik tiplerine sahip olabilir: Bazı insanlar tehlike karşısında saldırmaya, bazıları donup kalmaya, bazıları da tehlikeden kaçınmak için ellerinden geleni yapmaya

eğilimlidir. Bu örüntülerin her birinin hayatta kalma açısından uyum sağlayıcı değeri vardır (Beck & Emery, 1985).

Stratejiler kişilik özelliklerine veya davranış örüntülerine benzetilebilir, çünkü “biyolojik amaçlara hizmet etmek üzere dizayn edilmiş programlı davranış şekilleridir” (Beck & Freeman, 1990, s. 25). Kişi bu stratejileri uyguladığının farkında olmayabilir. Bunlar, ifade edildikleri ortama bağlı olarak uyum sağlayıcı [adaptive] veya uyum bozucu [maladaptive] olabilirler. "Benmerkezcilik, rekabetçilik, teşhircilik ve tatsız durumlardan kaçınma eğilimi gibi davranışların tümü belli ortamlarda uyum sağlayıcı, başka ortamlardaysa son derece uyum bozucu olabilir" (s. 25).

Bilgi İşlem Modelinin Uygulaması: Beck'in kişilik kuramı bilgi işlem modeline dayanıyordu (Pretzer & Beck, 1996). Bireyler kendileriyle ilgili verileri işlemekten geçirirken inançlarını ve bilişsel örgütlenmelerinin diğer öğelerini (yani bellek, algı ve benzeri öğeleri) temel alır. Bilginin yorumlanma şekli bireyin yanıt örüntüsünü belirler. Dolayısıyla, çıkarım yapılan bilişsel yapılar bilgi karşısında nasıl tepki verileceğini belirler. Beck ve Freeman'a (1990) göre: "Düşünce, duygu ve istekler gibi olgular bilincimize anlık olarak girseler de, bu öznel deneyimlerden sorumlu olan altta yatan yapılar nispeten istikrarlı ve kalıcıdır. Buna ek olarak bu yapıların kendileri bilinçli olmamasına rağmen içerikleri içgözlemle tespit edilebilir" (s. 31).

Beck'in kuramsal modelinin en önemli öğelerinden biri şemaların vurgulanmasıdır. Beck bu kavramı kendisinden önce gelen başka araştırmacılara, örneğin Bartlett (1932), Kelly (1955) ve ünlü gelişimsel psikolog Piaget'ye (1926) dayandırmaktadır. Şemalar hem kişinin kendisine veya başkalarına karşı tavrı gibi ilişkisel bilgiler, hem de kişisel olmayan somut veya soyut kategoriler içerebilir. Geniş veya dar kapsamlı, katı veya esnek olabilirler. Taşıdıkları duygusal değer potansiyeli uykuda veya fazla yüklü olabilir. Dolayısıyla birey örneğin eski deneyimlerine dayanarak büyük köpeklerin saldırgan olduğuna dair bir şema geliştirebilir. O şema fazla duygu yüklü durumda olduğu zaman bireyin davranışlarını daha güçlü şekilde yönlendirir; oysa aynı şemanın uykuda olduğu bir başka bireyin davranışları şemadan ilk bireyinki kadar etkilenmeyecektir.

Farklı şema tiplerinin farklı işlevleri vardır:

1. *Bilişsel şemalar* "soyutlama, yorumlama ve hatırlamayla ilgilidir"
2. *Duygusal şemalar* "duygu üretiminden sorumludur"
3. *Güdülenme şemaları* "istek ve arzularla ilgilenir"
4. *Araçsal şemalar* "kişiyi eyleme hazırlar"
5. *Kontrol şemaları* "kişinin kendini izlemesiyle, davranışların ketlenmesi veya yönlendirilmesiyle ilgilenir" (Beck & Freeman, 1990, s. 33).

Kişilik Örgütlenmesinin Bileşenleri: Bilişsel yapılar doğrusal ve mantıksal bir şekilde ele alınabilir. Örneğin tehlike arz eden bir durumda "tehlike şeması" etkinleşir. Daha sonra sırayla "duygusal, güdülenmeci, eylemsel ve kontrol şemaları etkinleşir" (Beck & Freeman, 1990, s. 34). Tehlike durumunda sistem şöyle çalışabilir: (1) **bilişsel şema**, durumu değerlendirir; (2) **duygusal şema** etkinleştğinde kaygı başlar ve bireyi harekete geçmeye davet eder: kaç ya da savaş; (3) güdülenme sistemi yanıt verdiğinde eyleme (**araçsal şema**) geçilir; (4) biraz daha değerlendirme yapıldığında yanıtın faydasız ya da zararlı olacağına karar verilirse ketleme (**kontrol şeması**) yapılabilir.

İçsel Kontrol Sistemi: Bu kuramsal modelin önemli bir yönü de dürtülerin nasıl kontrol edildikleri veya ketlendikleridir. Dürtüler istekler gibi düşünülebilir ve inançlarla ketlenir. İnançlar şemalarımızdaki "-malı" ve "-mamalı" düşünceleridir; bunlar dürtü ve isteklerimize karşı kuvvet uygular: *Canımı yakan birini yumruklamak istiyorum ama yapmıyorum, çünkü şiddet kullanmanın yanlış olduğuna inanıyorum*. Aslında bu sistem bireylerin kendi kendileriyle nasıl iletişim kurduklarını tarif etmektedir. "İçsel iletişim bireyin kendini izlemesinden, değerlendirmesinden, uyarmasından ve kendine talimatlar vermesinden müteşekkildir" (Beck & Freeman, 1990, s. 35). Kişinin kendi kendisiyle yaptığı bu konuşma kendi "yolunda" olup olmadığını belirlemesi için önemlidir. Depresyonlu kişilerin kendileriyle ilgili değerlendirmeleri genellikle negatiftir. "Normal işlev gören bir insanda bu kendini değerlendirme ve yönlendirme sistemi hemen hemen otomatik olarak işler" (s. 36).

KENDİLİK KAVRAMI: Bireyin kendilik şemaları veya kendilik kavramı, kendini değerlendirme ve yönlendirme talimatlarının kaynağı olan daha derindeki yapıdır. "Olgunlaşma sürecinde kendi kendimize yaptığımız

ğımız değerlendirme ve yönlendirmelerin temelini oluşturan çeşitli kurallar geliştiririz. Bu kurallar standartlarımızı, beklentilerimizi ve eylem planlarımızı belirleyen temeli oluşturur" (s. 36). Bu kendilik şemaları abartıldığı zaman o kişi belli bir kişilik tipinden bozukluğa geçer. Örneğin normal bağımlılık ortadan kalkmayıp yetişkinlikte de devam ederse uyum bozucu bir şemayı yansıtır olabilir: *"Hayatta kalabilmek için ne pahasına olursa olsun başkalarına bağımlı olmalıyım."*

Tablo 8.2 Tipik Aşırı Gelişmiş ve Az Gelişmiş Stratejiler

Kişilik Bozukluğu	Aşırı gelişmiş	Az gelişmiş
Obsesif kompulsif	Kontrol Sorumluluk Sistemleştirme	Doğaçlama Şakacılık
Bağımlı	Yardım isteme Yapışma	Kendine yetme Harekete geçme
Pasif agresif	Özerklik Direnç Pasiflik Sabotaj	Yakınlık Girişkenlik Faaliyet İşbirliği
Paranoid	Tetiklilik Güvensizlik Şüphelilik	Huzur Güven Kabul
Narsisistik	Büyükleme Rekabetçilik	Paylaşma Grupla özdeşim
Antisosyal	Savaşçılık Suistimalcilik Yırtıcılık	Empati Karşılıklılık Sosyal duyarlılık
Şizoid	Özerklik Yalıtma	Yakınlık Karşılıklılık
Kaçıngan	Sosyalkırılganlık Kaçınma Kitleme	Kendini ortaya koyma Topluma karışma
Histrionik	Teşhircilik Dışa vurum İzlenimcilik	Üzerine düşünme Kontrol Sistemleştirme

Kaynak: *Kişilik Bozukluklarının Bilişsel Terapisi* - A. T. Beck ve A. Freeman, © 1990. The Guilford Press'in izniyle yeniden basılmıştır.

İŞLEVSEL İNANÇLAR VE İŞLEVSİZ İNANÇLAR: Gördüğümüz gibi Beck'in modeline göre herkese içsel inançları rehberlik ediyor; bu inançlar çeşitli şemalar halinde örgütleniyor ve bir kendilik kavramı oluşturuyor. Bireyin içsel inançları (otomatik düşünceler olarak da anılır) genel olarak pozitifse önemli bir zorluk yaşamadan işlev görebiliyor. Diyelim bu kitabı okurken içeriği size zor geldi ve kavramları anlamakta zorlandınız; bu durumda kendinize *“zaman zaman zor gelse de bu kitapta anlatılanları anlayıp öğrenecek kadar zeki olduğuma inanıyorum”* diyebildiğiniz takdirde muhtemelen pozitif bir kendilik kavramı oluşturmuş birisiniz. Bu yanıtı *“bu kitabın içeriğini anlayacak kadar zeki değilim”* ve *“bu anlatılanlar çok saçma ve ben bu aptallıklara enerji harcamayacak kadar zekiyim”* yanıtlarıyla karşılaştırın. İlk örnekteki kişinin ümitsiz biri, ikinci örnekteki kişininse suni olarak böbürlenen biri olduğunu tahmin etmek pek de zor değil. Her iki örnekte de belki de uyum bozucu şemalara dayanan işlevsiz inançların olduğunu görüyoruz (*“yeterince zeki değilim”* ve *“fazla zekiyim”*).

Linehan'ın Bilişsel-Davranışçı Modeli

Birçok kişi bilişsel ve davranışçı yaklaşımları ve yapıları birleştirmiştir (Meichenbaum, 1977). Marsha Linehan (1993) ağır kişilik bozuklukları olan hastalarla yaptığı çalışmalara dayanarak geliştirdiği bilişsel-davranışçı kişilik modeliyle terapi camiasını kasıp kavurdu. Washington Üniversitesi'nde araştırmacı olan Linehan modelini klinik ihtiyaçlara dayanarak geliştirdi: *“Son yıllarda borderline kişilik bozukluğuna (BKB) gösterilen ilgide patlama yaşanmıştı. Bu ilgi en az iki etkenle bağlantılıdır. Birincisi, ruh sağlığı merkezlerini ve klinisyenlerin ofislerini BKB kriterlerine uyan kişiler dolduruyordu. Ayaktan hasta olarak tedavi gören psikiyatri hastalarının yüzde 11'i ve yatan psikiyatrik hastaların %19'unun BKB kriterlerine uyduğu saptandı; bir kişilik bozukluğu arz eden hastalar arasında da ayaktan hastaların %33'ü ve yatan hastaların %63'ünün BKB kriterlerine uyduğu saptandı. İkincisi, mevcut tedavi şekillerinin büyük ölçüde faydasız olduğu görüldü”* (s. 3). Dolayısıyla Linehan Borderline Kişilik Bozukluğu hastalarıyla yaptığı çalışmalardan doğan ilgiyle bu model geliştirdi.

Linehan'ın (1993) kişilik modeli **biyososyaldir**, çünkü bozukluğun oluşmasında hem genetik-duygusal yatkınlığın hem de bu yatkınlığı bes-

leyen çevrenin rolü olduğunu savunmaktadır. Geliştirdiği kişilik kuramı dünyaya “diyalektik” bakış açısıyla bakmak üzerine kurulmuştur (s. 28). Bu bakış açısıyla ilgili şöyle yazmaktadır: “Öncelikle, diyalektik birbiriyle bağlantılı olmayı ve bütünlüğü vurgular. Diyalektik, gerçekliğe bir sistem perspektifinden bakar. Bir sistemi oluşturan parçaların analizinde, eğer o analiz o parçayı bütünüle ilintilendirmiyorsa, bir değer taşımaz. Dolayısıyla, kimlik ilişkisel bir ögedir ve parçalar arasındaki sınırlar geçicidir ve sadece bütünüle ilişkili olarak var olurlar; zaten aslında sınırları belirleyen şey de bütünün kendisidir” (s. 31).

Borderline Kişilik Bozukluğunun Kısa Tanımı

"Ne yapacağı önceden tahmin edilemeyen, manipülatif, istikrarsız. Terk edilmekten ve yalnızlıktan aşırı korkar. Hızlı duygudurum dalgalanmaları yaşar. Sevgiyle nefret arasında hızla gidip gelir. Kendini ve diğer kişileri dönüşümlü olarak ya tamamen iyi ya da tamamen kötü olarak görür" (Millon & Davis, 2000, s. 4; ayrıca bkz. Bölüm 12).

Linehan'ın modeli bir tedavi modeli olduğu için Freud'un kuramlaştırma girişimi gibi öyle büyük bir kuram değildir. Ancak Linehan deneysel kanıtlarla desteklenen bir tedavi modeli geliştirerek bilişsel-davranışçı yöntemlerin etkili olduğunu da göstermiştir, bu da bu kuramın belli ölçüde doğrulandığı anlamına gelir. Bir başka önemli nokta da biyolojik, ilişkisel, bilişsel, davranışsal ve sistemik öğelerin bir araya getirilmiş olmasıdır. Daha sonraki bölümlerde de ele alacağımız bu bütünleştirici kişilik modelleri akımı, tek parçalı modellerden günümüzdeki daha esnek modellere geçişin başlangıç noktasıdır. Millon (1999) bu konuda şu yorumu yapmaktadır: “Linehan'ın yaklaşımını bu kadar önemli kılan şey, yaptığı analizin ayrıntılı ve sistematik niteliği ve spesifik bir kişilik bozukluğunun, yani borderline denen bozukluğun tedavisine odaklanmış olmasıdır” (s. 86).

Linehan (1993) davranışı bilişsel-davranışçıların geleneksel olarak kullandığı şekillerde, yani “motor, bilişsel-sözel ve fizyolojik” olarak kategorize etmenin suni olduğunu savunmakta (s. 37) ve bütünü oluşturan parça sistemlerini tanımlamaktadır: “Motor davranışlar çoğu kişinin davranış olarak tanımladığı şeydir; gözlemlenebilen ve üstü kapalı davranışları ve iskelet kasları sisteminin hareketlerini içerir. Bilişsel-sözel davranış

düşünmek, sorun çözmek, algılamak, imgelemek, konuşmak, yazmak, el kol hareketleri ve gözlemlenebilir davranışları (örn. dikkatini vermek, yönlendirmek, hatırlamak ve gözden geçirmek) içerir. Fizyolojik davranışlarsa sinir sisteminin, salgı bezlerinin ve düz kasların faaliyetlerini içerir. Üstü kapalı fizyolojik davranışlar (örn. kalp atışı) genellikle dışarıdan da görülebilir şekilde tezahür eder (örn. yüzün kızarması ve ağlamak)” (s. 37). Kişiliği oluşturan öğelerin bu kapsamlı tanımında bilgi işlemsel davranışçı yaklaşımın etkisi açıkça görülmektedir.

Zihinsel Bozuklukları Sınıflandırma İhtiyacı ve Tanısal Etiketleme Konusundaki Görüş Ayrılıkları

Herhangi bir bilim dalında ilerleme kaydedilebilmesi için gözlemlenen olayların gruplar halinde sınıflandırılıp etiketlenmesi gerekir. Bu tüm doğa bilimlerinin ilk adımlarından biridir. Örneğin botanik biliminde bitkiler ve hayvanlar benzer niteliklerine göre sınıflandırılırlar. Psikoloji biliminde de aynı sınıflandırmaya ihtiyaç vardır: Çeşitli işaret ve semptomlar kataloglanmalıdır. Bu ihtiyacı karşılamak için zihinsel bozukluk konusunda çalışan profesyonellerin çoğu tarafından kullanılan bir psikiyatrik sınıflandırma sistemi oluşturulmuştur. Amerikan Psikiyatri Birliğinin (APA, 1994) hazırladığı *Zihinsel Bozuklukların Tanısal ve İstatistikî Kılavuzu – Revize Edilmiş (DSM-IV-R)* zaman içinde birçok değişiklikten geçmiştir. Daha sonra daha detaylı olarak ele alacağımız gibi, psikoloji alanındaki ilerlemeler bu kılavuzla hızlanmıştır; kılavuz çeşitli zihinsel bozuklukları sınıflandırarak, koyulan tanımlar arasında belli bir tutarlılık düzeyi olmasını sağlamıştır. Bu uygulama araştırmalar için şarttır ve özellikle kişilik bozuklukları alanında çok sayıda bilimsel çalışmanın yolunu açmıştır.

Ancak kılavuzla ve listelenen tanı kategorileriyle ilgili görüş ayrılıkları da mevcuttur. Borderline Kişilik Bozukluğu kategorisi en tartışmalı kategorilerden biridir. Ağırlıklı olarak kadınlarda teşhis edilen bu bozukluk, küçültücü psikiyatrik etiketleme örneğidir. Birçok terapist ve klinik araştırmacı bu bozukluğun semptomlarının Travma Sonrası Stres Bozukluğu (TSSB) olarak tanımlanması gerektiğini savunmaktadır, çünkü borderline teşhisi konulan hastaların büyük çoğunluğu erken dönemde cinsel veya fiziksel tacize uğramış kişilerdir. Bu bozukluğun adının “duygulanım düzensizliği sendromu” olarak değiştirilmesi gerektiğini savunan bir hareket vardır.

- *"İyimserliğin psikolojik ve fiziksel sağlığa etkileri: Kuramsal bir genel bakış ve deneysel güncellemeler"* (Scheier & Carver, 1992). Yazarlar iyimserliğin insan sağlığı üzerindeki olumlu etkilerini araştıran çalışmalarını gözden geçirmiştir. Elde edilen sonuçlar iyimser insanların kötümserlere göre pozitif sağlık alışkanlıkları edinmeleri ve stresle daha uyum sağlayıcı bir şekilde başa çıkmaları ihtimalinin daha yüksek olduğunu göstermektedir. Bu kavram öz-etkinlik kavramıyla bazı benzerlikler arz etmektedir.
- *"İşlevsiz tutumlar ve depresif semptomlara hassasiyet: 14 haftalık boylamsal bir çalışma"* (Dykman & Johll, 1998). Araştırmacılar 275 denek üzerinde boylamsal bir çalışma yapmıştır; daha önce asemptomatik olan fakat yüksek düzeyde işlevsiz inançlara sahip kişilerin aşırı stres altında daha fazla depresif semptom arz ettiği görülmüştür. Bu etkileşim kadın deneklere özgüdür.
- *"Erken dönemde yaşanan tacizin biliş ve depresyonla başa çıkma yetisiyle bağlantısı"* (Kuyken & Brewin, 1999). 58 kadında erken dönemde maruz kalman cinsel tacizle bağlantılı bilişsel faktörleri incelediler. Sonuçlar taciz geçmişinin ve rahatsız edici anıların düşük özsaygıyla bağlantılı olduğunu göstermektedir.
- *"Borderline kişilik bozukluğunda diyalektik davranış terapisinin etkisi"* (Westen, 2000). Literatürü gözden geçiren yazara göre, deneysel kanıtlardan çıkarılabilecek en bilimsel sonuç, DDT uygulamasının birçok değişkende (özellikle intihar girişimlerinde) başlangıçta iyileşme sağladığıdır. Ancak literatürde uzun vadeli etkiyle ilgili büyük bir boşluk olduğunu da bildirmektedir.
- *"Acı ve acı davranışında cinsiyet farklılıkları: Felaketleştirmenin rolü"* (M. J. Sullivan, Tripp & Santor, 2000). Araştırmacılar deneysel bir acı prosedüründe 80 denegini değerlendirdiler. Sonuçlar kadınların daha şiddetli acı hissettiklerini söylediklerini ve daha şiddetli acı davranışı arz ettiklerini göstermiştir. Kadınlarda çaresizlik ölçeği acının öngörülmesine katkıda bulunmuştur.

Felsefi Destekler ve Varsayımlar

“Bilişsel modelin kökeni ‘İnsanları rahatsız eden şey olaylar değil, onların olaylara bakışıdır’ diyen Frigyalı filozof Epiktetos’a (M.Ö. 55 civarı) dayanır” (Arnkoff & Glass, 1992, s. 658). Bilişsel kişilik modellerinin felsefi temelleri arasında “Descartes felsefesi, İngiliz deneyselciliği, Kant felsefesi ve 19. yüzyıl İskoç felsefe ekolünü” sayabiliriz (Hillner, 1984, s. 186). Bu kişilik modelinde Descartes’ın ikicilik ve akılcılık vurgulamasını görebiliriz. Kant insanların dünyayı algılama şeklini belirleyen doğuştan gelen kategorilere mensup olduklarını savunmuştur.

Normal-Anormal Farkıyla İlgili Görüşler

Bilişsel modelde neyin normal neyin anormal olduğuyla ilgili görüşlere davranışçı modelden daha fazla önem verilmektedir. Uyum bozucu davranışın tezahür seviyesi ve derecesi anormalliği belirleyen faktördür. Anormal davranışsal yanıtlar doğrudan işlevsiz şema tasarımlarına dayandırılır. Negatif ve kemikleşmiş içsel inançlara sahip bireyler bu inançlarla uyumlu şekilde davranırlar. Sevilesi olmadıklarına inanan insanlar içsel şematik tasarımlarını teyit etmek için çeşitli “uyum sağlayıcı” stratejiler benimseyebilir; başkalarından düşmanca bir tavırla sevgi talep eden şekilde davranabilirler, insanlar onlardan uzaklaşıp istediklerini vermedikçe de şemaları pekişir.

Değerlendirme Stratejileri ve Araçları

Bilişsel kuramcılarının deneyselcilik yönü güçlüdür, dolayısıyla nesnel değerlendirme araçlarına önem verirler. Beck (Beck ve diğ., 1979) tarafından geliştirilen Beck Depresyon Anketi en çok kullanılan ölçüm araçlarından biridir ve depresyonun ölçülmesi amacıyla kullanılır; birçok kişi bu anketi hastanın ateşinin ölçülmesine benzetmektedir. Beck ayrıca bir İntihar Düşüncesi Ölçeği de geliştirmiştir. Bu araçların ikisi de hızla yanıtlanabilen ve puanlanabilen araçlardır. Bilişsel modelde kişilik değerlendirmesi çeşitli kişilik konfigürasyonlarının tespit edilebilen ortak şematik tasarımlar içerdiği varsayımına dayanmaktadır (Beck & Freeman, 1990; Young, 1994). Değerlendirme araçlarının çoğu hasta tarafından doldurulur, daha sonra klinisyen tarafından puanlanır. Örneğin Young çeşitli kişilik örüntüleriyle bağlantılı farklı şematik tasarımların tespit edilmesinde kullanılan şema odaklı bir anket geliştirmiştir. Beck ve Freeman

(1990) bunlara “çeşitli bozukluklarda görülen klinik olarak kabul edilmiş şematik yapıları kullanarak hastanın şemalarını doğrudan değerlendiren araçları” da katmaktadır (s. 351).

Modelin Uygulanması

Bilişsel kişilik modeli geçtiğimiz çeyrek yüzyılda psikoterapi alanını derinden etkilemiş, hakim yaklaşım haline gelerek kişilik bozukluklarının tedavisinde de hızla itibar kazanmıştır. Bilişsel model sadece psikopatolojik vakalara uygulanmakla kalmamış, kendini geliştirmek, özsaygısını artırıp ilişkilerini düzeltmek isteyen kişiler için tasarlanan çeşitli yaklaşımları da büyük ölçüde etkilemiştir. Kişisel gelişim kitaplarının birçoğu “pozitif düşüncenin gücünü” temel almaktadır; gerçi bu kavramın bazı kişisel gelişim çevrelerinde oyuncak edildiği de görülmektedir. Bilişsel model ayrıca, Bölüm 4’te de gördüğümüz gibi, bilinç araştırmalarına da yaygın olarak uygulanmıştır.

Kültürel Etkiler

Temel model şemaların oluşmasında çevresel faktörlerin etkilerini göz önüne alsa da, kültürel farklara pek önem verilmemektedir. Örneğin kadınların itaatkar olmasının beklendiği bir kültürde büyümüş olan kişiler bu davranışı kültürel taleplerin sonucu olarak görecektir. Model oldukça esnek olduğu için muhtemelen temel ilkeleri farklı kültürlerle genelleştirilebilir. İlgi çekici bir soru da farklı kültürlerde büyümüş olan kişilerin bilgi işlem tarzının farklı olup olmadığı, bunun kişiliğin gelişiminde ve pekişmesinde ne gibi bir etkisi olduğudur.

Modelin Güçlü Yönleri ve Sınırları

Bilişsel model psikolojik alanda büyümesini sağlayan birçok güçlü öge içermektedir. Öncelikle, modelin araştırma sonuçlarına büyük ölçüde sadık kalması algı, bellek ve problem çözme gibi çeşitli işlev sistemlerinde ilerlemeler elde edilmesini sağlamıştır. İkinci olarak, bilişsel model hem kişilik araştırmalarına hem de klinik uygulayıcılara çekici gelen bir tutumluluğa sahiptir. Modelin gelişiminin bu noktasında sınırlarıyla ilgili görüş bildirmek zordur. Tabii ki saf bir bilişsel model kişiliği etkileyen ve şekillendiren faktörlerin kapsamını tam olarak göz önüne almaz. Fakat diğer bilim dallarından bilgilerin entegre edilmesi konusunda büyük ölçüde esneklik gösterildiğini de belirtmek gerekir; bu esnek yaklaşım modelin hem uygulama kapsamını hem de açıklayıcı niteliğini genişletmiştir. Bilişsel kuramcılar kişilik kuramına doğru ilerledikçe bu modelle ilgili

bir kısıtlama daha belirgin hale gelmiştir: kullanılan terminolojinin büyük bölümü model geliştirilirken reddedilen psikanalitik kavramları yeniden icat eder gibidir. Uzun vadede kapsamlı bir kişilik kuramının geliştirilmesini sağlayacak birçok yakınsama noktası görebiliyoruz.

Özet

Bilişsel bilim psikoloji alanında meydana gelen devrimsel bir ilerlemedir. Bu yaklaşım radikal davranışçılıktan türemiş ama bir adım ileri giderek psikoloji alanını daha meşru hale getirmiş, birçok yeni kuramsal gelişmenin yolunu açmıştır. Davranışçı modelin yeterince karmaşık olmadığını düşünen Miller, bu bilişsel devrimin babasıdır. Miller hem psikoloji hem de kişilik konularıyla yakından ilgili bir konu olan belleğe odaklanmıştır. Bir diğer kavramsal sıçrama da, nörobilimcilerin büyük ilgi gösterdiği bir konu olan zihnin çalışma şekliyle ilgili bir model geliştirmek için bilgisayarların kullanılmasıdır. Bilgisayarlar zihnin bilgiyi işlemekten geçirme ve bağlantılar kurma şekline örnek teşkil etmiştir. Bilgi işlem konusu, bilgiyi işlemek için kullandığımız bilişsel şablonlar olan şemalar gibi yapıların kavramlaştırılmasını sağlamıştır. Farklı konulara odaklanan çeşitli bilişsel model karışımları geliştirilmiştir; bilişsel, sosyal bilişsel ve bilişsel-davranışçı modeller bunların başlıcalarıdır. Bunların çoğu bilişsel kuramlardan ve psikoterapi modellerinden türemiş olup, her biri kişiliği anlamamıza katkıda bulunmuştur. Öz-etkinlik gibi kavramlar algılarımızın ve inançlarımızın davranışlarımızı nasıl etkilediğini anlamamıza faydalı olmuştur. Kişilik sadece dışsal olaylara ve şartlanmaya verilen tepkilerden ibaret değildir; dünyayı bilişsel olarak işlemekten geçirme biçimimiz ve ilişkisel deneyimlerimizin şematik içsel tasarımlarını oluşturma tarzımız da kişiliği büyük ölçüde etkileyen faktörlerdir.

Okuma Önerileri

Beck, A. T., & Freeman, A. (1990). *Cognitive therapy of personality disorders*. New York: Guilford Press.

Meichenbaum, D. H. (1977). *Cognitive-behavior modification*. New York: Plenum Press.

Young, J. E. (1994). *Cognitive therapy for personality disorders: A schema-focused approach* (Rev. ed.). Sarasota, FL: Professional Resource Exchange

Kişilerarası ve Faktöriyel Kişilik Modelleri

Giriş

Belli Başlı Tarihsel Şahsiyetler

Sullivan'ın Kişilerarası İlişkiler Kuramı

Murray'ın Birleştirilmiş Kişilik Kuramı

Leary'nin Kişilerarası Döngüsü

Çağdaş Kuramsal Modeller

Benjamin'in Sosyal Davranışa ilişkin Yapısal Analizi

Klerman ve Weissman'dan Depresyonda Kişilerarası Model ve Kişilikle Bağlantısı

Kiesler'in Kişilerarası Güç Alanı

Wiggins'in Kişilerarası-Faktöriyel Modeli

Felsefi Destekler ve Varsayımlar

Normal-Anormal Farkıyla İlgili Görüşler

Değerlendirme Stratejileri ve Araçları

Modelin Uygulanması

Kültürel Etkiler

Modelin Güçlü Yönleri ve Sınırları

Özet

Okuma Önerileri

Giriş

Kişilerarası kişilik modelleri önceki modelden önemli bir kopuşu simgeler. Kişilerarası kuramcılar, intrapsişik sistem üzerindeki vurgudan uzaklaşarak, kişiliği ikili ilişkilerin bakış açısından görmüştür. Bu modelin gelişim süreci birkaç farklı hattan ilerlemiştir. Ana dallar olan kişilerarası-psikodinamik ve kişilerarası-faktöriyel modeller, kişilerarası döngüsel modeli kullanır. Bununla beraber kavramsal sis-

temlerin çapraz aşılaması, bu yaklaşımın başlıca atalarını kişilerarası ilişkiler aracılığıyla bağlantılandırır. Bu bölümde Harry Stack Sullivan'ın kişilerarası kuramı sunulmakta, ardından hem doğrudan hem de dolaylı olarak bu kökenden gelen bazı modeller tartışılmaktadır. Okuyucunun şimdiden tahmin ettiği üzere, kişilik kuramının tarihi ve evrimi daha ziyade sarmal ve zaman zaman kafa karıştırıcı bir yol izler. Önceden bildirecek olursak, bu bölümde sunulan Sullivancı kişilerarası temelli kuramsal modeller ile onuncu bölümde sunulan ilişkisel kuramın iki ana dalı arasında önemli bir kuramsal köken ilişkisi bulunmaktadır.

Belli Başlı Tarihsel Şahsiyetler

Sullivan'ın Kişilerarası İlişkiler Kuramı



Harry Stack Sullivan (1892-1949) kişilerarası kuramın babası olarak görülür (Millon et al., 2000). Psikiyatrist olan Sullivan, **kişilerarası ilişkiler kuramı** olarak adlandırdığı kendi kuramını geliştirmiştir. Sullivan, Maryland Pratt Hastanesi'ndeki kariyerinin başında şizofreni alanında araştırmalar yürüttü (Bischof, 1970). Washington Psikiyatri Okulu'nun kurulmasına ve yönetilmesine yardım etti; barış adına yürütülen çalışmalara çok zaman ve mali kaynak ayıran bir toplumsal eylemciydi.

Sullivan kişilerarası ilişkilerin kişiliğin temeli olduğuna güçlü bir biçimde inandı. Clara Thompson (1952) Sullivan'ın bakış açısını şu şekilde anlatır: “Biyolojik bir alt katmanla doğan insanı asıl yaratan şeyin diğer insanlarla etkileşim olduğunu savunur; yani kişilik, doğumdan itibaren insanı etkileyen kişisel ve sosyal güçlerden doğar” (s. 211). Bu klasik yapısal dürtü kuramına yapılan intrapsişik vurgudan ve davranışsal modelin deneyci vurgusundan radikal bir kopuştu. Sullivan insanın içinde neyin meydana geldiğiyle çok ilgili değildi; ilgi çekici olan, ilişkisel örüntülerin gelişimiydi (Chrzanowski, 1977). Chrzanowski'nin görüşüne göre, uyum sağlamaya odaklanması itibariyle bu model benlik psikolojisi çerçevesinde düşünülebilir.

Sullivan tüm gereksinimlerin özünde kişilerarası olduğuna ve bu tatmin arayışının kaçınılmaz bir biçimde öteki insanları içerdiğine inanıyordu. Gerçekten de hayatta kalmamız gereksinimlerin tatmini kadar **işbirliği** ve **tamamlayıcı** karşılıklı edimlere de bağlıdır. İnsanın içinde meydana gelenlerden ziyade insanlar arasında meydana gelen şeylerle ilgileniyordu. Terapist ve hasta arasında olup bitenleri betimlemek için **katılımcı-gözlemci** terimini icat etti. Bu, Freud'un terapistin tarafsızlığı (bkz. Dördüncü Bölüm) ve Kohut'un aynalayıcı ilişki (bkz. Altıncı Bölüm) kavramından farklılaşan önemli bir yenilikçi gelişmedir. Katılımcı-gözlemci ilişkisi otoriter olmayan, terapist ve danışan arasında evrilen ilişki matriksiyle ilgilenen bir yaklaşımdır. Bir başka deyişle, analist boş ekran olamaz, ilişkinin bizatihi doğası gereği anlam oluşturmanın katılımcısıdır. Sullivan'ın modelinde birey kendi gereksinimlerini yönetir ve onayını arzuladıklarından onay elde etmeye çalışır (Hazell, 1994). Kişiliği şekillendirmede ve sürdürmede kişilerarası iletişimler asli rol oynar. Sullivan'ın geliştirdiği kuramın, ilişkisel kişilik modelleri için zemin hazırlamış olması da belirtmeye değerdir (Onuncu Bölümde ele alındı).

Sullivan'ın güncel kişilik anlayışımıza çok katkıda bulunduğuna inanan çoktur. Öte yandan, Sullivan'ın kuramı derli toplu ifade edilmiş bir sistem sunmuyordu. Her ne kadar, kişilerarası ilişkilerin merkezi rolü fikri önemli bir ilerlemeyse de, kavramlarının birçoğu kapalı kavramlardır ve Sullivan'ı okumak güçtür. Bazı kavramları çağdaş kuramla bağlantılıdır, bazılarıyla kendine özgü dili itibariyle ilginçtir. Bazı formülasyonları bulanıktır; örneğin Kendilik ve Kendilik Sistemi gibi temel kavramları kendi içinde çelişkilidir. “Kendilik ve kendilik sistemi terimleri arasındaki ayrım Sullivan'ın terminolojisinde fazlasıyla karmaşıktır ve kesin bir sınır hattı bulamayız. Her iki terim de deneyimlerin kaygının devreye girişiyle örgütlenmesine gönderme yapar ve bir varlıktan ziyade bir süreci temsil eder” (Chrzanowski, 1977, s. 99). Millon ve diğerlerine göre (2000):

Pek çok ilginç ve parlak katkısına rağmen, Sullivan sistematik bir düşünür olarak görülmez. Gerçekten de kitaplarının birçoğu adanmış takipçileri tarafından derlenip yayımlanan geçmişteki derslerinden oluşur. Dahası, önerdiği kişilik kavramları, en azından çağdaş standartlara göre, tam da kişilerarası değildir. Örneğin kekemeler ve homoseksüel kişilik. Buna rağmen Sullivan yirminci yüzyılın en önemli kuramcılarından biri olarak görülür. Fikirleri çok çeşitli

araştırma hatları meydan getirmiştir; şizofrenin ünlü “çifte-kör” kuramı (Bateson, Jackson, Haley, d Weakland, 1956), aile iletişimi örüntülerinin incelenmesi, hatta kinezik adı verilen sözsüz bedensel iletişim çalışmaları gibi. (s. 41)

H. S. Sullivan (1953) kişilerarası deneyimlerin kişiliğin oluşma biçimini nasıl etkilediğini açıklamak için **kendilik sistemi** terimini icat etti. Kendilik sisteminin tatmin elde etme ve kaygıdan kaçınma etrafında örgütlendiğine inanıyordu. Güvenliğin olmayışı ve organik gereksinimler gerilim ve kaygı üretir. İnsanlar, güvenlik için çaba sarf ederek, doğum anından beri var olan kaygıyı azaltmaya çalışır. Kaygının optimum düzeyi aranır; çok az olursa dürtü yoksunluğu olacaktır, çok fazla olması ise felç anlamına gelir. Uyum göstermek onaylanmayla sonuçlanır ama hakiki kendilik pahasına, bu da kaygı yaratır. Kaygı, yakın ilişki kurmanın önünde engel teşkil eder ve yaratıcılığı ketler (Chrzanowski, 1977). Kişinin güvenlik için kendini baltalayan faaliyetlere sığınmaksızın kaygının varlığında işlev görmeyi öğrenmesi gerekir. “Kişilerarası kaygı ilkesi, doğrudan biçimlendirici ilişkisel deneyimlere ve onların güncel duygusal ve bilişsel uzantılarına gönderme yapar” ve “anamlı bütünleşmenin önündeki en güçlü engel olarak görülür” (s. 53, 65).

Öfkenin İşlevi ve Kaygıyla İlişkisi: Kişilik sorunları, öfke deneyimleyemeyenlerin yanı sıra kronik bir biçimde kızgınlıkla tepki verenlerde aşikardır. Öfke kişilerarası incinme ya da kötü muameleye doğal bir yanıttır. Kişilerarası saldırganlık ya da denetimi yitirme korkusu öfke deneyimini ketleyebilir; diğerlerinin öfkesinden korku kaygıya neden olabilir (Chrzanowski, 1977).

Sullivan'ın modelinde kişi, gerçek bir kişiyle ilişki içinde olmak zorunda değildir. Kişilerarası bağlam, kurgusal karakterlerin yanı sıra rüyalarla ilişkili olarak mevcuttur. Bischof (1970) Sullivan'ın kuramında merkezi tema olan kaygının hem kendilik sisteminin inşa edilmesinden hem de yaşam hakkında eğitim sağlamaktan sorumlu birincil güç olduğunu söyler. Sullivan gelişimsel ilerlemeyi yedi durum ve bu durumlarla bağlantılı kişilerarası deneyimleri üzerinden anlatmıştır.

Bilişsel deneyimi üç düşünme biçimine ayırmıştır: prototaksik, parataksik ve sintaksik. Prototaksik, bilinçli süreçlerin başlangıcına gönderme yapar, duyular ve algılar parçalıdır. Parataksik, nedensel ilişkileri ayırt

edebilen bilişi anlatır. Sintaksik, simgesel düşünmeyi kullanma becerisine gönderme yapar; bu en ileri düzey, ötekilerle en üst düzeyde iletişime imkan verir.

Sullivan kişiliği araştırılacak bir öge olarak görmüyordu; daha ziyade, kişilikler arasındaki ilişkiyi öne çıkarıyordu (Bischof, 1970). Benjamin'e göre (1993): "En önemlisi hastanın yetişkin kişiliği ile ilk sosyal eğitim deneyimlerine dair *algıları* arasındaki bağlantıların açıkça altını çizmesi" (s. 17). Sullivan yaşamın ilk safhalarında öğrenilen kişilerarası örüntülerin, yetişkin kişiliğin başlıca belirleyeni olduğuna inanıyordu. Çevrenin önemini de vurguluyordu; istikrarsız bir çevrede yaşayanların istikrarsız bir kişiliğe sahip olması olasıdır.

Murray'ın Birleştirilmiş Kişilik Kuramı

Henry A. Murray (1893-1988) önce tıp eğitimi aldı, ardından biyokimyada doktora yaptı. Sonraları psikoloji alanına, özellikle kişilik kuramına tutku duydu. Bu tutkuyu Freud ile karşılaşması uyandırmış, Jung ile karşılaşması ise iyice alevlendirmişti (Jung'u dönüşüm yaratıcı diye tarif ediyordu). Mesleki ve kişisel yaşamı üzerinde Jung'un önemli etkisi sahip oldu. Murray, daha sonraları yöneticisi olacağı Harvard Psikoloji Kliniği'nin kurulmasında Morton Prince'e yardım etti. Hunt'a göre (1993), "kişilik araştırmalarına en önemli katkısı, klinikte yirmiden fazla psikologla birlikte yürüttüğü üç yıllık bir projeydi" (s. 325). Bu dönüm noktası niteliğindeki çalışmanın sonuçları *Explorations in Personality* [Kişilik Araştırmaları] 1938'de yayınlandı. Daha önce hiç bu kadar çok kişilik verisi toplanmamıştı. Harvard'dan 51 erkek öğrenci kapsamlı test ve mülakatlara tabi tutuldu. Çalışma yayımlandığında aldığı eleştiriler karma nitelikte olduysa da, alandaki çoğu çalışmacı Murray'ın araştırma ile analitik kavramlar arasındaki uçuruma köprü kurarak, psikanalitik kuramın konumunu güçlendirmeyi başardığına inandı (Winter & Barenbaum, 1999).

Murray çok disiplinli bir yaklaşım kullanarak kapsamlı bir kişilikbilim sistemi inşa etmeye girişti (Shneidman, 1981). Her ne kadar Murray hem Freud'dan hem de Jung'dan fazlasıyla etkilenmiş olsa da, Sullivan'ın kişilerarası bakış açısı da onu şekillendirdi. Kişilerarası etki, yazılarına ve formülasyonlarına derin bir biçimde kazındı. Kişilerarası sistem, bir başka deyişle **ikili ilişki** hakkında yazdı: "İster geçici ister kalıcı olsun, ikili

(iki kişili) bir sistemin, her katılımcıya eşit analitik dikkatin verildiği tek bir sistem olarak formüle edilmesi gerektiği nosyonu gelip yerleşti. Harry Stack Sullivan'ın psikolojinin alanını kişilerarası ilişkilerle sınırlamasını kabul etmeye hiçbir zaman eğilimli olmasam da, literatürde karşılaştığım her formülasyonun ya da kuramsal sistemin sınaması olarak ikili etkileşimleri kullandım.” (Shneidman, 1981, d. 29)

İkiliye olan ilgisi, Murray'i, kişilerarası etkileşimlerde temaların basit bir mikro veya makro tema olarak dışavurulduğu ve kategorilenebileceği fikrine onu yönlendirdi. Bu temaların iki katılımcı arasında birbirini tamamlayan bir tarzda ifade edilip alımlandığını da öne sürdü. Örneğin bilgi vermesi (olguları, söylentileri iletmesi) gereken **aktarıcı** karşısında, bilgi alması gereken (meraklı, ilgili) **alıcı** olması lazımdır. Diğer ikili temalar (1) karşılıklılık, (2) işbirliği, (3) rekabet, (4) muhalefet şeklinde olabilir. Şöyle yazmıştır: “Kişiliğin enerjik bileşenlerinin, genel eylem eğilimlerinden ziyade tematik eğilimler olarak daha iyi tanımlanabileceğine giderek daha fazla ikna oluyorum” (alıntılandığı yer Shneidman, 1981, s. 32). Bunu bir örnekle anlatır: X'in saldırganlık özelliğine sahip olduğunu ya da saldırganlık için hazır ve yoğun bir gereksinimi olduğunu söylemek yerine, mümkünse (...) 1) özsaygısına hakaret olarak algıladığı durumlara ve 2) bir başkasının mağrur böbürlenmesi olarak algıladığı durumlara karşı içerleme ve saldırgan sözlerle tepki vermeye aşırı hassas eğilimli olmasının ... kişiliğinin iki vasfı olduğunu tespit etmek gerekir” (s. 32). Murray'in kişilikbilim için öngördüğü büyük vizyon, kendi kişiliğinden gelen çok etkileyici bir kuvvetti. Shneidman (1981) bu vizyonu anlatır: “Her ne kadar amaçların sınırlandırılması ilkesinin bilimde başarının sırrı olduğu, bilimsanının da tikelliklerden sorumlu bulunduğu yönünde eğitim almış olsam da, bu stratejinin bilgeliğinden ayrılmanın cazibesine kapılıp, her şeyi kapsayan bir şemanın, birleştirilmiş bir bilimin düşünüyorum – elbette kendi ömrüm buna yetmez, uzak bir gelecekte olur ancak, o da türümüz için bir gelecek olacaksa” (s. 45). Daha sonra Murray şunları yazdı: “Kişilikbilim, gelişecek olursa, insanın döllenmesinden ölümüne dek uzanan karmaşık olayların seyriyle alakalı olguların düzenli bir şekilde derlenmesine dayalı olacaktır” (Shneidman, 1981, s. 115).

Murray kişilik çalışmasının enerji ve fizik yasaları gibi temel kavramlar geliştireceğini umuyordu. Onun yenilikçi düşüncü, **genel sistemler**

kuramını erkenden kucaklamasında (von Bertalanffy, 1952) ve bunu “kişilik sistemine” uygulamasında (Shneidman, 1981, s. 48) görülebilir. Sonraki bölümlerde bütünleştirici modellerden söz ederken bu konuya daha fazla değineceğiz. Murray’ın yenilikçi bir düşünür ve sentezci olduğu açıktır. Diğer disiplinler üzerine bilgisi onu yakına odaklanan kuramsal formülasyonlardan ya da bilimsel olgu arayışından uzak tuttu. Kişiliğin işleyişini gerçekten kapsamlı olarak kavramak ve oradan bütünleştirici bir kuram geliştirmek istiyordu.

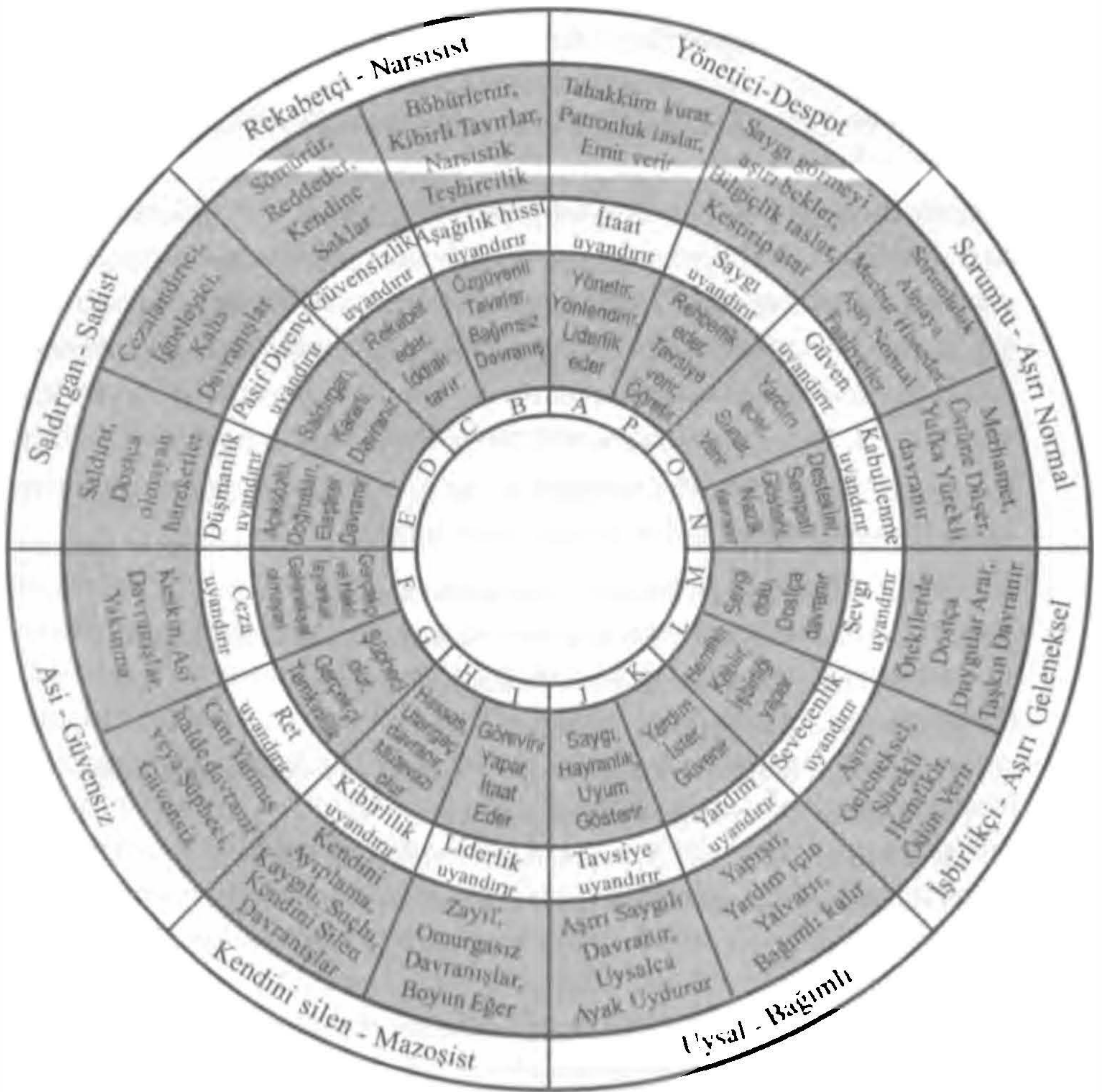
Murray kişilerarası ilişkilere ve dinamiklere ilgisinden ve kavramsal yapıları ölçme gereksiniminden yola çıkarak, Christina Morgan’ın işbirliğiyle **Tematik Algı Testi’ni** (TAT) geliştirdi (Murray, 1943). Mevcut tarihsel araştırmalara göre, Morgan TAT’nin gelişimindeki esas güçtü. Her halükarda, TAT, kişilerin bir sosyal durumu yorumlarken söylediklerinin aslında gözlemlediklerini aktarmaktan çok kendilerini anlatmak olduğu fikrine dayanan yeni bir projektif teknikti (Murray & Morgan, 1935). Murray ve Morgan bu yaklaşımı şöyle anlatır: Deneklere her biri dramatik bir olayı betimleyen bir dizi resim veriliyor; her resimdeki eylemi yorumlamaları, öncesindeki olayları ve nihai sonuçları hayali olarak yeniden yapılandırmaları isteniyordu. Deneğin bu görevi yerine getirirken mecburen kendi fantezilerinden bazılarını eldeki malzemeye yansıtacağı ve böylece altta yatan ihtiyaçlarından bazılarını ifşa edeceği tahmin ediliyordu” (alıntılanan yer Shneidman, 1981, s. 391). Her ne kadar TAT hâlâ çok popüler ve klinik uygulamada yaygın, araştırmalarda daha da az olmak üzere kullanılıyor olsa da (savunmaların deneysel geçerliliği konusundaki Cramer’in çalışması için Sekizinci Bölüme bakınız) Benjamin’e göre (1993), “TAT’nin bilimsel statüsü muğlak olmaya devam etti; bunun nedeni büyük ölçüde TAT resimlerine verilen yanıtlardaki öykülerin anlamını değerlendirmek için öznel yargıyı gerekmesidir” (s. 19). Cramer’in (1982) savunmaları puanlamak için geliştirdiği kılavuz önce Hibbard ve diğ. (1994) tarafından, sonra Hibbard ve Porcerelli’nin (1998) bir başka çalışmasında doğrulanmıştır. TAT’nin deneysel geçerliliğine dair münakaşalardan bağımsız olarak, bunun kişilik değerlendirmesinde önemli bir yenilik olduğuna şüphe yoktur ve yayınlanmasından 65 yıl sonra da klinik uygulama ve araştırma için uygun olmaya devam etmektedir.

Murray'm Çabalarının Önemi: Her ne kadar Murray'in kapsamlı bir kişilik kuramı gerçekleştirmekteki çabaları arzuladığı ölçüde başarılı olmasa ve geliştirdiği sistem aşırı hantal olsa da, çabalarının ve öngörülerinin birçoğu meyve verdi. Murray, kuramı için bir iskelesi kurmakta yararlı olabileceğini düşündüğü çeşitli disiplinlerdeki gelişmelere karşı muazzam bir açıklık sergiledi. Bu, birçok çalışmacının şovenist biçimde bir kurama adanmış olduğu zamanlarda büyük cesaret gerektiriyordu. Murray kuramsal sistemin ufkunu genişletebilecek kuramsal bir bütünleşmeye kalkıştı. Mevcut birçok sistemin yararlı unsurlarını görebildi ve onları kendi düşüncesine kattı. Murray'in birlikte çalıştığı uzmanlardan ve öğrencilerden çok verimli araştırma fikirleri doğmuştur. Murray'in en kayda değer kavramsallaştırması **Kişilerarası Döngü'nün (KAD)** geliştirilmesiydi. Benjamin'e göre (1993), "Murray'in tanımladığı ihtiyaç kategorileri Kişilerarası Döngü'nün (KAD) temel yapıtaşlarını sağladı; Freedman, Leary, Ossorio, Coffey ile başlayan muazzam öneme sahip bir gelişmeydi bu" (1951, s. 20). LaForge, Leary, Naboisek, Coffey ve Freedman (1954) tarafından yayımlanan bir başka makale bu kavramsallaştırmayı daha da geliştirdi. Leary (1957) dönüm noktası niteliğindeki bir yazısında, KAD kullanarak bütünlüklü bir kişilerarası tanı sistemi oluşturdu.

Leary'nin Kişilerarası Döngüsü

Timothy Leary (1920-1996) kişilerarası modelin gelişiminde bir başka önemli şahsiyettir. Kaiser Vakfı Araştırma Projesi'nin himayesinde çalışan baş araştırmacı Leary, modelini Murray ve meslektaşlarının önceki çalışmaları üzerine inşa etti. Temel KAD'yi alıp kayda değer bir tarzda genişletti. 1960'larda Leary, bilinci genişletmek için zihni başkalaştıran ilaçlarla deney yapmaya başladığında ve diğerlerini de bunları kullanmaya teşvik ettiğinde oldukça tartışmalı bir şahsiyet haline geldi.

Guttman (1966) Leary'nin (1957) Kişilerarası Döngüsünü, **döngüsel model** olarak yeniden adlandırdı (bkz. Şekil 9.1). Döngüsel model bir dizi ilginç özelliğe sahipti. Murray'in (1938) ihtiyaçlar listesi azaltılıp yeniden düzenlenmiş, aralarındaki ilişkileri daha açık hale getirilmişti. KAD'deki temel boyutlar esas olarak kullanıldı. İki temel eksen vardır: Yatay eksenin solunda "nefret", sağında "sevgi"; dikey eksenin tepe noktasında "itaatkar", alt noktasında "baskın" vardır (bkz. Şekil 9.2).



Şekil 9.1

Leary'nin Kişilerarası Döngüsü (KAD). Çizimin ve metnin alıntılandığı yer Leary (1957, s. 65). Bu sınıflandırmada kişilerarası davranış on altı mekanizmaya yani reflekse ayrılmıştır. On altı kişilerarası değişkenin her biri örnek davranışlarla örneklenir. İç halka uyum sağlayıcı refleks örneklerini sunar (örneğin, A değişkeni için, *Yönetir*). Ortadaki halka bu kişilerarası refleksin başkalarında "uyandırdığı" davranışı gösterir. Yani A refleksini kullanan kişi, karşısındakini *itaate* çeker, vb. Bu bulgular çift yönlü kişilerarası görünüşleri içerir (öznenin yaptığı, ötekinin karşılık olarak yaptığı), bu nedenle şekildeki diğer kişilerarası kodlara göre daha az güvenilirdir. Sonraki çember aşırı ya da katı refleksleri örnekler (örneğin *tahakküm kurar*). Dış çember, kişilerarası tanıda kullanılan sekiz genel kategoriye bölünmüştür. Her kate-

gorinin bir ılımlı (uyum sağlayıcı), bir de aşırı uçta (patolojik) niteliği vardır (örneğin *Yönetici-Despot*).

Benjamin'e göre (1993), Leary'nin kavramsal sıçraması, Sullivan'ın psikiyatrik rahatsızlıklara tanı koyarken kişilerarası davranışın önemine vurgu yaptığı formülasyonlarına dayanıyordu. Karakter özelliklerinden ya da belirti kümelenmelerinden ziyade kişilerarası davranış, kişiliği yansıtıyordu. Yeni kavramsal çerçeveyi kullanan Leary, kişilik bozuklukları için kişilerarası bir tanısal sistem sunarak "tıbbi tanı terminolojisi ile KAD'nin sunduğu kişilerarası betimlemeler arasında açık bağlantılar kuran ilk kişi oldu" (s. 21). Benjamin (1993, s. 20) Leary'nin döngüsel modelindeki kişilerarası betimlemeleri ve Kraepelin'in (1904) psikiyatrik tanı sisteminden bunlara karşılık gelen kişilik bozuklukları listeledi:

AP Dilimleri: Yönetici-Despot = Kompulsif kişilik.

BC Dilimleri: Rekabetçi-Narsisistik = Narsisistik, sömürücü kişilik.

DE Dilimleri: Saldırgan-Sadist = Psikopatik kişilik.

FG Dilimleri: Asi-Güvensiz = Şizoid kişilik.

HI Dilimleri: Kendini silen-Mazoşist = Mazoşist ya da obsesif kişilik.

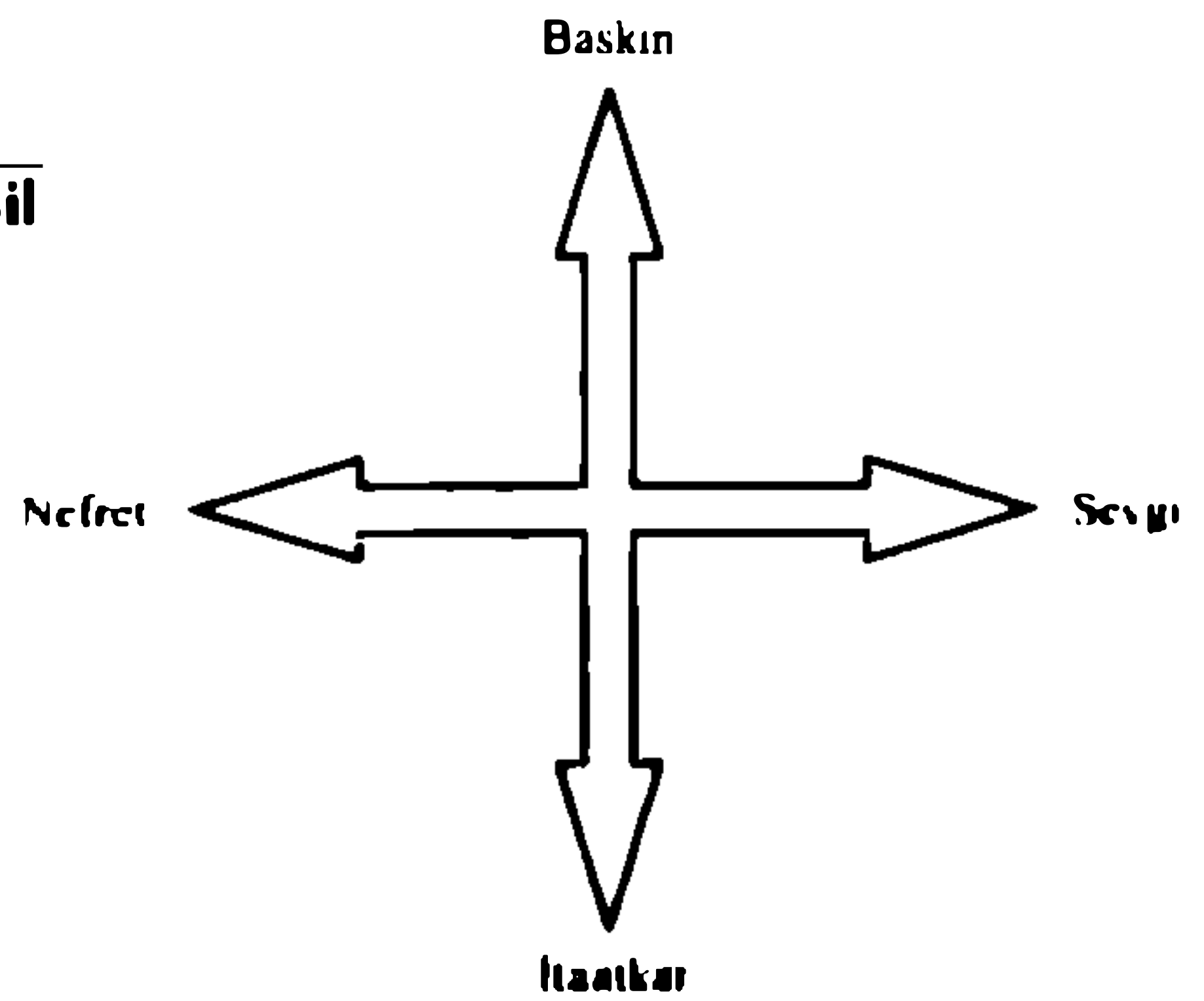
JK Dilimleri: Uysal-Bağımlı = Kaygı nevrozu.

LM Dilimleri: İşbirlikçi-Aşırı geleneksel = Histerik kişilik.

NO Dilimleri: Sorumlu-Aşırı normal = Psikosomatik kişilik.

Şekil 9.2

Leary'nin Kişilerarası Döngüsünde Temsil Edilen İki Boyut.



Bununla beraber, Benjamin'e göre (1993), Leary her ne kadar "zeki ve sistematik" bir kuramcı olsa da (Millon ve diğ., 2000), bu düşünce çizgisini geliştirme çabasında ısrar etmedi. Bu incelikli model, insan etkileşimlerinin büyük bölümünü yakalamaktadır. DSM'nin kişilik bozuklukla-

rını düzenlemek için kullandığı kategorik sistemin aksine, saat gibi örgütlenmiş olan döngüsel modelde çeşitli kişilikler benzerleriyle birleşir. Bu sistemde daha fazla esneklik bulunmaktadır, çünkü normalden anormale kişilik çeşitlenmesini boyutsal olarak açıklayabilir. Millon ve Davis'e göre (2000), Leary bu modeldeki dört çeyrek dilimin eski Yunandaki dört sıvı ile benzerlikleri belirtmiştir. Dikey ve yatay eksenlerle, psikodinamik kuramdan cinsel ve saldırgan dürtüler de eklenebilir. Bu model iki ayrı araştırma ve kuram hattını üretmiştir: 1-önemli bir kuramcı, klinisyen, eğitimci ve araştırmacı olan Lorna Benjamin tarafından Sullivan ve Leary'nin çalışmasının sürdürülmesi; 2-dar anlamda kişilik kuramı olarak görülmeyen Beş Faktörlü Model (Wiggins, 1979, 1996).

Kuramsal Gelişmeler Üzerine Tarihsel Not: Benjamin'in kişilerarası modeli ve Beş Faktörlü Modelin Murray'in çalışmasından gelen bazı kökleri ortak olsa da, önemli bir yönden farklılaşırlar. Benjamin'in modeli, derinlik psikolojisinin birçok unsurunu paylaşarak, çağdaş psikodinamik daha kurama yakındır; bununla beraber kişilerarası kuramcılar tarafından kaydedilen kavramsal gelişmelerin önemi nedeniyle, bu çalışmanın psikodinamik modellerle değil bu bölümde sunulması tercih edilir. Benjamin'in modeli, bu kitapta sunulan diğer birçok modelin aksine güçlü bir araştırma yönelimini barındırsa da daha klinik temelli bir modeldir. Okuyucunun görebileceği gibi Beş Faktörlü Model, Murray'ın fikirlerini paylaşa da, radikal bir kopuş gerçekleştirir: Kişisel özellikleri kullanarak kişiliğin resmini çıkarmayı, yani topografyasını daha fazla önemser. Bu modelin, Yedinci Bölümde sunulan Eysenck'in Davranışsal Kişilik Modeli ile birçok ortak noktası vardır. Beş Faktörlü Model ve diğer benzer faktöriyel modeller akademik psikolojinin istatistiksel modelleriyle daha yakındır ve Allport tarafından yaratılan sözcüksel modelden güçlü kökler alır (Allport & Odbert, 1936).

Çağdaş Kuramsal Modeller

Benjamin'in Sosyal Davranışa ilişkin Yapısal Analizi

Çağdaş kişilik kuramının en deneysel temelli modellerinden biri Lorna Smith Benjamin'in sosyal davranışa ilişkin yapısal analizidir (SDYA; Benjamin, 1974, 1986, 1993, 1996). Benjamin biyolojik ve sosyal davranışın ayrılamaz biçimde bağlantılı olarak birlikte evrildiğine inanır; kişilik özelliklerini tanımlamak adına intrapsişik ve sosyal etmenlerin göz ardı

edilmemesi gerektiğini vurgular (1986). Harry Harlowe'nun öğrencisi olarak ilk aldığı primatoloji eğitimi ve Carl Rogers'la sonraki eğitimi ve kli-



nik psikolog olarak deneyimi ona güçlü bilimsel, psikoterapötik ve araştırma becerileri sağladı. Primatlarla ilk deneyimlerinin teşvik ettiği sosyal davranışa ilgisi onu Sullivan'ın fikirlerine yönlendirmiş olabilir. SDYA hem Leary'nin modelinin hem de ebeveyn davranışının özerklik veren bileşenini öne çıkaran Schaefer'in modelinin (1965) bazı yönlerini birleştirir (Millon ve diğ., 2000). Bu ek boyut “çocuğu denetim altında tutma ile eninde sonunda denetimi bırakma, böylece onların sorumlu yetişkinlere, kendi kaderlerinin

efendilerine dönüşmelerine imkan verme, arasındaki temel gerilimi” betimlemektedir (Millon & Davis, 2000, s. 45).

Benjamin (1986) sosyal değişkenleri psikiyatrik tanı kategorileriyle ilişkilendirmekle ilgileniyordu. Deneysel geçerlilik sağlama çabası içinde Minnesota Çok Aşamalı Kişilik Envanteri dahil birtakım ölçümler kullanarak, başlangıçta 108 psikiyatrik yatan hastadan oluşan örnekleme bir araştırma yürüttü.

SDYA deneysel yinelemeyi amaçlayan üçlü-döngüsel bir kişilik modelidir. Kişilerarası süreçlerin nesnel bir ölçümü olarak geliştirilmiştir; bu nedenle, psikoterapi ya da aile ve grup karşılaşmaları gibi sosyal etkileşimlerin hem görüntü kayıtlarını hem de ses kayıtlarını kodlamak için kullanılabilir. Benjamin (1986) kuramsal sistemini şu şekilde betimler: “SDYA sosyal etkileşimleri ve intrapsişik olayları altta yatan üç temel boyuta göre sınıflandıran bir modeldir. Üç boyuttan her birine bir değer atayan model, niteliksel olarak farklı 108 sınıflandırma verir. Bir başka deyişle, sadece üç yargıda bulunarak, 108 farklı sosyal ve intrapsişik betimleme üretilebilir. Daha basit bir betimleme isteniyorsa, modeldeki kategoriler 12 kategoriye (çeyrek dilime) kadar indirilebilir” (s. 606).

Kişilerarası örüntülerin çoğu üç yoldan ifade edilebilir: (1) **tekrarlama**, yani sürdürme; (2) **kopyalama**, geçmişteki kişilerle özdeşim yoluyla; (3) **içe atım**, kişinin geçmişte gördüğü muameleyi kendisinin göstermesi.

Bu örüntüler SDYA kodlaması kullanılarak izlenebilir. Örneğin Benjamin (1993) paranoyak bir koca örneğinde bu süreci anlatır:

*Adamın babasının annesini düşmanca **kontrol** altında tuttuğunu ve suçladığını varsayalım. Şimdi adam aynısını karısına yapar. Bu taklit yoluyla özdeşim örneğidir. Kadının da kontrolcü, küçümseyici (KONTROL, SUÇLAMA) bir annesi olduğunu varsayalım. Çocukken annesini tamamlayacak şekilde BOYUN EĞMESİ, KÜSMESİ doğal ve uyum sağlayıcıydı. Annesinin mesajlarını içselleştirdikçe, **KENDİNİ KONTROL ETME** ve **KENDİNİ SUÇLAMA** kendilik algısına yerleşti. Yetişkin olduğunda, bu kendilik algısı ve düşmanca itaati onu kıskanç kocasıyla olan evliliği içinde tutar ve adamın düşmanca kontrol örüntüsünü tamamlar ya da pekiştirir. Kadının örüntüsü, tekrarlama ilkesini sergiler. Kendi kişilerarası geçmişleri onları mutsuz ama istikrarlı bir evliliğe hazırlamıştır. (s. 71)*

Benjamin beş öngörü ilkesini kullanarak kişilerarası bir olayın öncesinde veya sonrasında ne olmuş olabileceğini belirler:

1. *Tamamlayıcılık*: Etkileşimde bulunan her bir katılımcının, karşılıklı bağımlılık ve ilişkilene bakımından aynı konumda olduğu ikili birim.
2. *İçe atım*: Kişinin önemli ötekilerden gördüğü muameleyi kendine göstermesi.
3. *Benzerlik*: Kişinin bir başkasıyla özdeşim kurma arzusuyla onun gibi davranması yani onu kopyalaması.
4. *Karşıtlık*: Kişinin karşısındakinin gösterdiğinin tam tersi bir davranış görme arzusu; örneğin suçlayan birinden onaylanma görme isteği.
5. *Antitez*: Karşıt kişilerarası tepkiyi uyandırma; örneğin ihmal edilen birini korumak isteme.

Her ne kadar Benjamin (1994) savunma kavramını sistemine dahil etmiş olsa da, diğer psikodinamik modellerdeki gibi kişiliği sınıflandırma ve anlamada savunmaya büyük yer ayırmamıştır. Savunmaların hem normal hem de patolojik davranışı destekleyebileceğine inanıyordu.

Şekil 9.3 (308-310. sayfalar)

SDYA Modelinin Tamamı. Asıl eksenlerin tanımladığı alan, sonsuz sayıda bileşene bölünebilir. Bu tam model, eldeki en ayrıntılı versiyondur. Benjamin (1979). © 1979 William Alanson White Psychiatric Foundation. İzin alınarak yeniden basılmıştır.

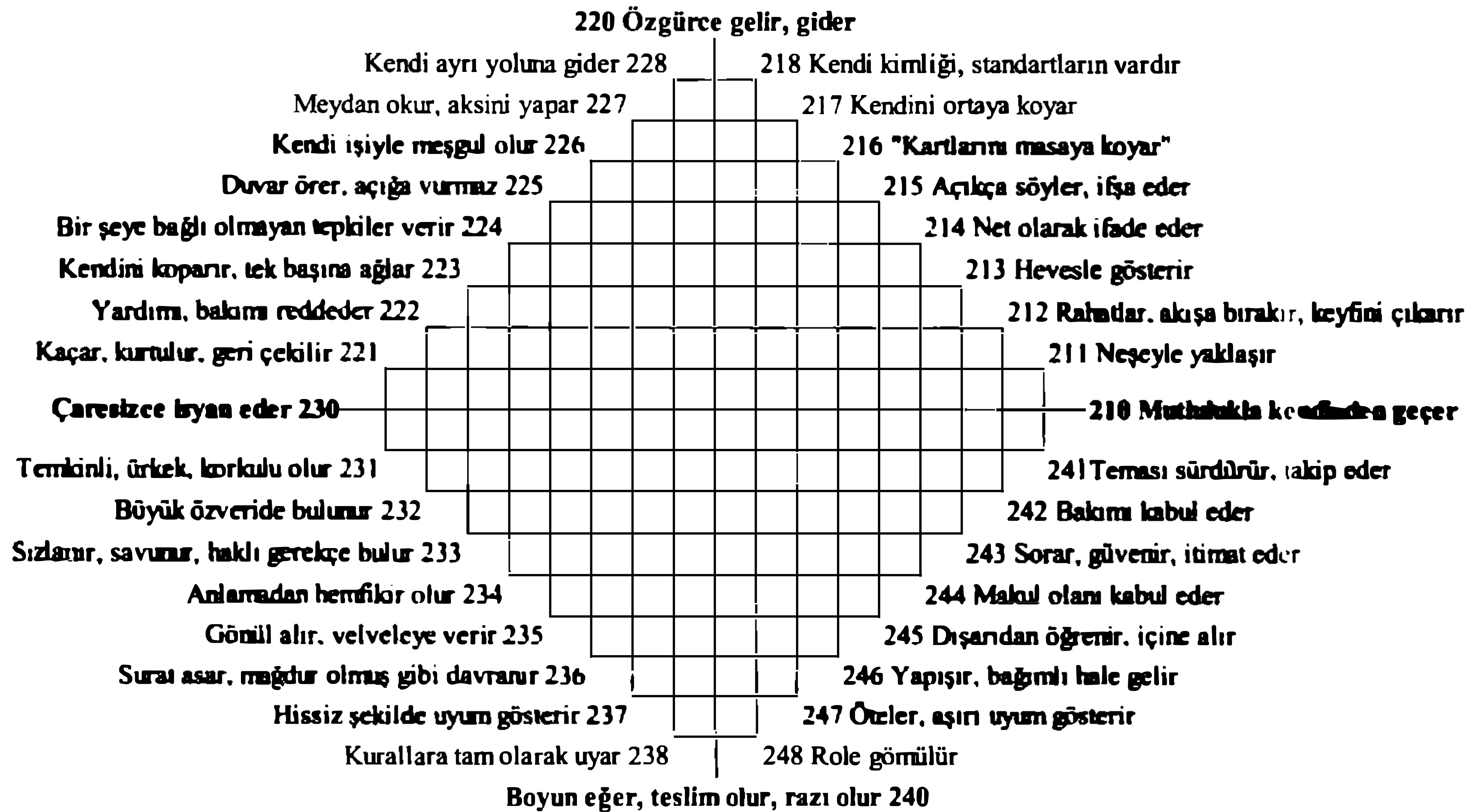
KİŞİLERARASI

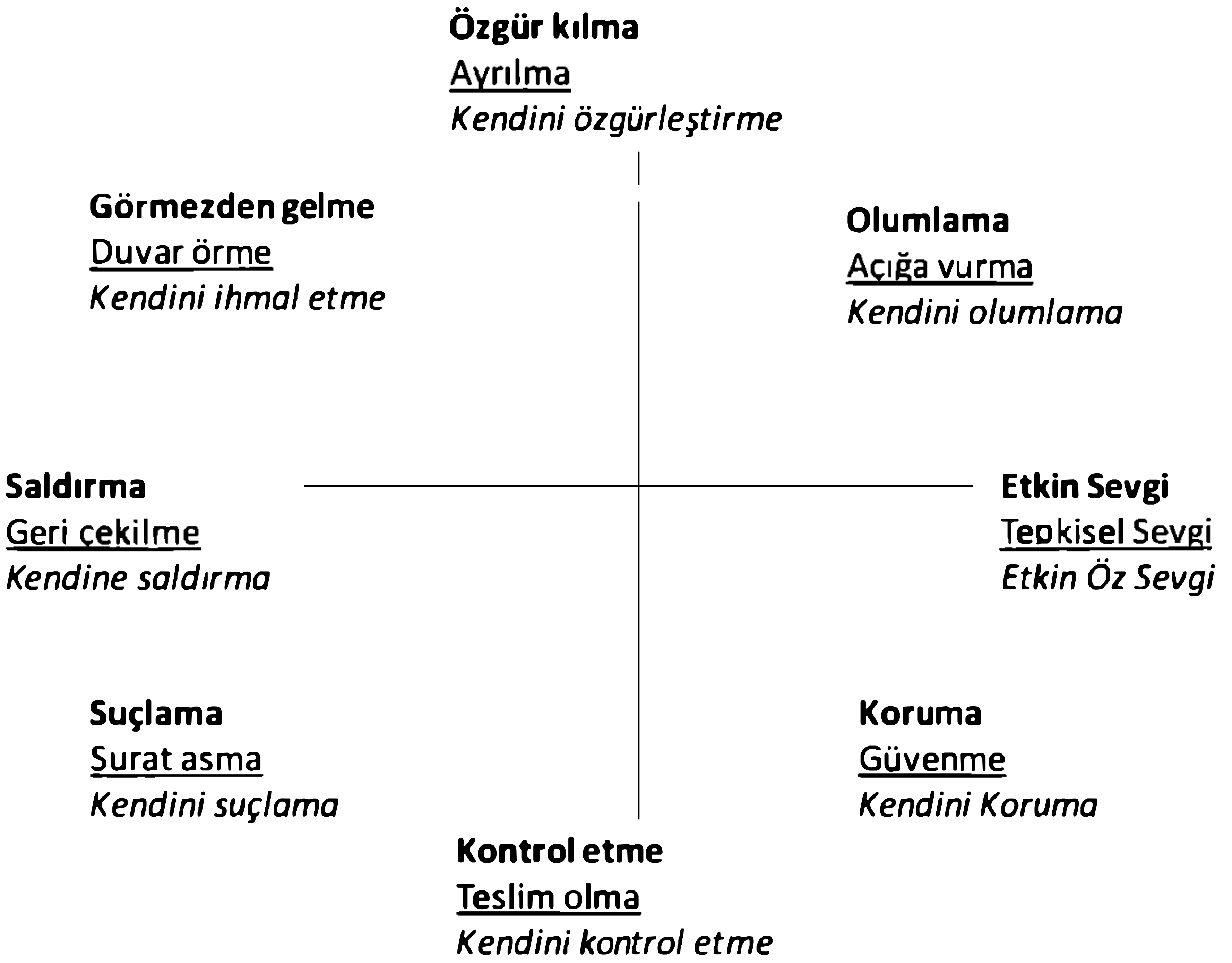
120 Özgürlüğü Destekler

Umursamazca serbest bırakır 128	118 Ayrı kimlik gelişimini teşvik eder
Umur 127	117 Sen gayet iyi yaparsın
Görmezden gelir, yokmuş gibi yapar 126	116 Dikkatli ve adil bir biçimde göz önünde bulundur
İlgileri, ihtiyaçları görmezden gelir 125	115 Dostça dinler
Mantıksız argümanlar sunar 124	114 Empatik anlayış gösterir
Terk eder, zor durumda bırakır 123	113 Olduğu gibi yeterli olduğunu doğrular
Mahrum eder, ilişkiyi keser 122	112 Okşar, yatıştırır, sakinleştirir
Öfkeyle başından savar, reddeder 121	111 Sıcak biçimde karşılar
Yok edici saldırı 130	110 Sevecen cinsellik
Tehditkar şekilde yaklaşır 131	141 Dostça davet eder
Kazıklar, kurutur 132	142 Tedarik sağlar, besler
Cezalandırır, intikam alır 133	143 Korur, arka çıkar
Kandırır, saptırır, yanlış yönlendirir 134	144 Duyarlı analiz yapar
İhan eder, suçlar 135	145 Yapıcı şekilde harekete geçirir
Küçük görür, üstünlük taslar 136	146 Polüpohlar, aşırı şımartır
İşgal eder, engeller, kısıtlar 137	147 İyi niyetle takip eder, habrlatır
Uyum sağlamaya zorlar 138	148 En doğrusu, en iyisi budur diye tanımlar
Yönetir, kontrol altında tutar 140	

ÖTEKİ

KENDİLİK





Şekil 9.4

Basitleştirilmiş Küme SDYA Modeli: Şekil 9.3'teki tam modelde gösterilen noktalar gruplandırılarak daha basit bir versiyon sağlanabilir. Dikey eksen nefret'ten sevgi'ye, dikey eksen de ayrışma'dan içe içe geçme'ye uzanır. Üç odak noktası farklı yazı stilleriyle temsil edilir. Tamamlayıcılık **KALIN** ve ALTICİZİLİ şekilde yazıldı. İçe atıma **KALIN** ve *İTALİK* şekilde yazıldı. Benjamin (1993). © Guilford Press, 1993. İzin alınarak yeniden basılmıştır.

Klerman ve Weissman'dan Depresyonda Kişilerarası Model ve Kişilikle Bağlantısı

Evli olan Myrna Weissman ve Gerald Klerman (1928-1992) (Klerman & Weissman, 1986; Klerman, Weissman, Rounsaville & Chevron, 1984) Sullivan'ın çalışmasına dayanarak depresyona dair kişilerarası bir model geliştirdi. Daha yakın zamanda yayımlanan büyük ölçüde genişletilmiş bir kitapta ise (Weissman, Markowitz & Klerman, 2000) modeli diğer klinik sendromlara ve kişilik bozukluklarına yaydılar. Kuramları kişilik kuramı olarak değerlendirilmese de, bu ve başka bölümlerde sunulan Sullivan ve diğerlerinin çalışmalarının önemini vurgulayacak şekilde, kişilerarası mercekten görünen önemli bileşenlerle uğraşırlar. Model, Bowlby'nin (1969) bağlanma kuramına (Dördüncü Bölümde tartışıldı) dayanır. Yeniden özetlemek gerekirse: Bağlanma kuramı insanların, bağlanma aramak

ve sürdürmek için doğuştan gelen bir eğilimi olduğunu öne sürer. Bağlanmalar, bu bağları güçlendiren ve yenileyen yoğun insani duyguların oluşumuna ve ifade edilmesine neden olur. Dahası bu bağlar, küçükken, bakımverenlerle ilişki içinde insanın hayatta kalmasının ve güvenliğinin önemli bir kaynağı olarak hizmet eder. Önemli bağlanmaların bozulması çoğu zaman kaygı ve üzüntü ile sonuçlanır ve patolojik yas bazıları kişileri sonradan depresyona yatkın hale getirebilir.

Kendiliğin Tanımlanmasında Toplumsal Rollerin Öne Çıkarılması: Aile, işyeri, topluluk ve arkadaşlık içindeki roller bu modelde önemli ilgi alanlarıdır (Klerman et al., 1984). “Kendilik ile ötekiler arasındaki ilişkilerin bir yapısı vardır; bu yapıyı sağlayan, kişinin toplumsal sistem içindeki konumudur, daha da doğrusu kişinin oynadığı belli rollerdir” (s. 48). Yine, Sullivan tarafından vurgulandığı gibi, insanın işlev bozukluklarının sebebi, aksayan kişilerarası ilişkilerdir.

Bu modelin vurgusu depresyonu kişilerarası bağlamda anlamak ve tedavi etmek üzerindedir. Temanın önemli bir yanı, kişilik özellikleri ile depresyon arasındaki ilişkidir. Bu kuram ve tedavi yaklaşımının mevcut halinde, kişilik matriksinin üç bileşeni anlaşılmaya çalışılır:

1. *Belirtinin işlevi:* Depresif duygulanımın gelişimi, nörovejetatif işaretler ve belirtiler (uyku ve iştah bozukluğu, düşük enerji, günlük duygudurum değişimi, vb.). Bunların hem biyolojik hem de psikolojik tetikleyicileri olduğu varsayılır.
2. *Toplumsal ve kişilerarası ilişkiler:* Çocukluk deneyimlerine dayalı öğrenmeden, eşzamanlı toplumsal pekiştirmelerden, kişisel ustalık ve yetkinlikten kaynaklanan, toplumsal rollerde diğer insanlarla kurulan etkileşimler.
3. *Kişilik ve karakter sorunları:* Öfke ya da suçluluğun dışavurumunun ketlenmesi, önemli ötekilerle psikolojik iletişimin zayıf olması, özsaygıyla ilgili güçlükler gibi uzun süreli kişilik sorunları. Bu özellikler, kişinin kişilerarası deneyime tepkilerini belirler. Kişinin depresif belirti oluşumuna yatkınlığının bir kısmını kişilik örüntüleri oluşturur (Klerman ve diğ., 1984, s. 8).

İlişkilerin Sağlıklı İşlevsellikteki Önemi: Bu modelin varsayımlarından biri insanların sosyal varlıklar olduğu ve sağlıklı işlevselliğin kişilerarası bağlantılar gerektirdiğidir. Yetersiz ilişkisel beceriler ya da sosyal yoksul-

laşma gibi eksiklikler depresyonun kişilerarası yönlerini teşkil eder. Destekleyici ilişkilerin sayısı sınırlı olabilir yahut çok sayıda ama tatmin edici yönü eksik ilişkiler bulunabilir. Kişinin mevcut veya geçmişten gelen yeterince çözümlenmemiş belirtileri, ilişkilerden aldığı tatmini azaltıyor olabilir. Stres ve zihinsel bozukluklara karşı belli bir düzeyde bağışıklık sağlayan olumlu samimiyet ve yakınlık, duygusal yanıt vermeyi kolaylaştırır. Aile içi geçimsizlik birçok çalışmada depresyonla bağlantılandırılmıştır. Evlilikteki tartışmalar depresyon belirtilerine neden olabilir; bununla beraber, bu ilişkinin aksi yönde işleyip işleyemediği de sorulmaktadır, yani evlilikte tartışmalara depresyon mu neden oluyordur? Muhtemelen her ikisi de bir ölçüde doğrudur. Bağımlılığa yatkın olanların da yakın ilişkiler içinde depresif hale gelmesi daha olası görünmektedir.

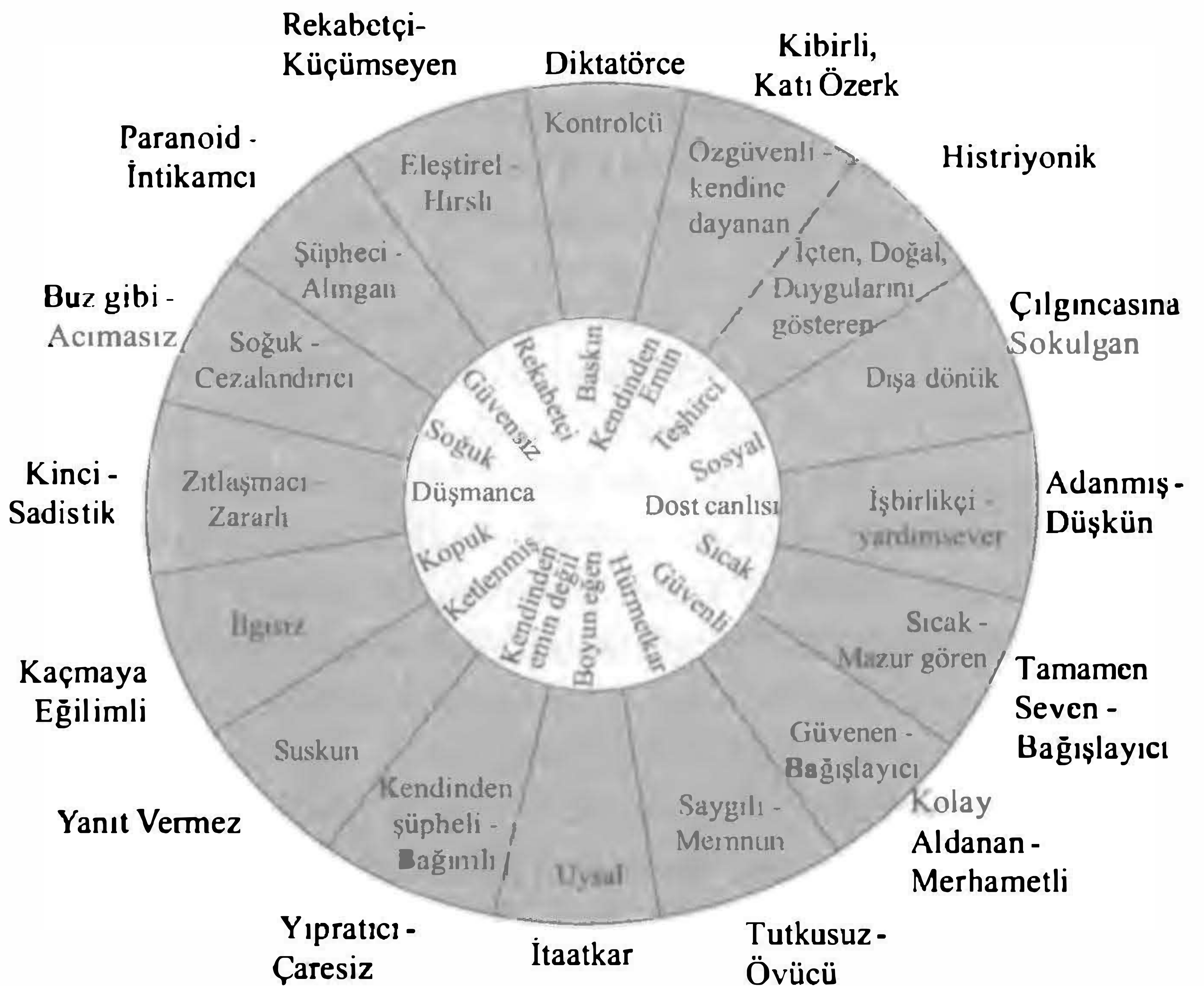
Kiesler'in Kişilerarası Güç Alanı

Kiesler (1983) Leary'nin (1957) çalışmalarına dayanan ve Benjamin'in üç boyutlu modelinden farklılaşan iki boyutlu bir model geliştirdi. Kiesler (1986, s. 573) kişilerarası davranışı açıklamak için bu iki boyutu kullanır: "ilişkilenme (sevgi-nefret, dostluk-düşmanlık) ve kontrol (tahakküm-itaat, yüksek-alçak statü) ... Kişi gelişimin ilk aşamalarında belirgin bir kişilerarası tarz, rol, kendilik tanımı oturtur; bu da kişinin ilişkilerinde yakınlık/samimiyet ve kontrol/hakimiyet bakımından nerede durmak istediğine dair taleplerde bulunmasına neden olur. Sonraki etkileşimlerde, bu nispeten sabit kendilik görünüşleri, kişinin etkileşimde bulunduğu kişilerden çektiği yanıtlarla karşılıklı olarak pekiştirilir ya da geçerli kılınır. Kısacası, kişilerarası kuram, her birimizin sürekli olarak bir 'güç alanı' yaydığını iddia eder; bu güç alanı karşımızdakileri kontrol ve ilişkilenme bakımından sınırlı davranışlar çerçevesinde yanıt vermeye zorlar; dolayısıyla, seçtiğimiz yaşam ve var oluş tarzını olumlamak ve geçerli kılmak üzere tasarlanmış 'tamamlayıcı' yanıtları çekeriz" (s. 573). Kiesler'in kişilerarası güç alanı kavramını kullanması, tüm ilişkilerimizde meydana gelen kişilerarası itme ve çekmeleri inceliklerle betimlemesi bakımından kayda değerdir. Kiesler'in (1986) Kişilerarası Döngüsü (Millon ve diğ., 2000 tarafından uyarlandığı haliyle) Şekil 9.5'te resmedilmiştir. Kiesler'in vurgusu bu modelde açıkça ifade edilmiş olup, ilişkiler ile kişiliklerin sürekli olarak sinerji içinde oluşuyla tutarlıdır. İlişkilerinizde belirli bir tarzda davranıyorsanız, diğerleri bu tarza tepki gösterecek ve buna

göre yanıt verecektir. Biri size düşmanca ve şüpheli bir tarzda muamele ediyorsa, sizin de karşılığında savunmacı hale gelmeniz, diğerinin şüpheliğini ve düşmanlığını daha da arttırmanız olasıdır. Olası bir başka görüngü de **etkileşimsel tırmanıştır**; kişilerarası yanıt verme tarzı giderek katılaşır – şüpheli adamın giderek daha da şüpheli hale gelmesi ve paranooya noktasına varması gibi.

Wiggins'in Kişilerarası-Faktöriyel Modeli

Wiggins (Wiggins & Trobst, 1999) kişilerarası döngüsel model ile faktöriyel modeli birleştirdi. Wiggins (1982) kişilik bozuklukları tanı kategorilerinin çoğunluğunda kişilerarası davranışın vurgulandığını öne sürdü. Kişilerarası alandan seçtiği sıfatları kullanarak, kişisel özellikleri ve kişilerarası temsilleri betimleyen bir ölçek türetti.



☞ Nispeten daha normal
 ☐ Nispeten daha patolojik (dış çember)

Şekil 9.5

Kiesler (1982) Kişilerarası Döngü. Million ve Klerman'dan (1986) uyarlandı.

Seçilmiş Araştırma Bulguları

- “*Annenin duygulanımsal gelişim geçmişi ve ebeveynlik davranışı arasındaki ilişki: Bebeğin sağlık riskine etkileri*” (Hammond, Landry, Swank & Smith, 2000). Araştırmacılar farklı etnik gruplardan ve düşük sosyoekonomik statülerden 311 anneyi içeren bir örneklem kullandı; çocukluklarındaki kabullenilme/reddedilme algıları temelinde örneklemi ikiye ayırdı. Sonuçlar, en yüksek düzeyde kabullenme hatırlayanların, bebeğin sağlık risklerinden bağımsız olarak, daha sıcak ve daha esnek olduğunu gösterdi.
- “*Kişilerarası psikoterapi modeli: Hasta ve terapistin gelişimsel geçmişi, terapi sürecini ve sonuç tiplerini bağlantılandırmak*” (Hilliard, Henry & Strupp, 2000). Araştırmacılar Benjamin’in SDYA modelini kullanarak 64 psikodinamik terapiyi kodladı. Bulgular modeli desteklemiş, hastanın ve terapistin ilk dönem ebeveyn ilişkilerinin, terapi süreci ve sonuçları üzerinde doğrudan etkisi olduğunu ortaya koymuştur.
- “*Geç ergenlikte depresif belirtilerin risk faktörleri: Zamana yayılan [boy-lamsal] bir topluluk araştırması*” (Frost, Reinherz, Pakiz-Camras & Gianconia, 1999). Araştırmacılar 386 çocuktan oluşan örneklemi 5 yaşında ve 18 yaşında inceledi. Bulgulara göre, kadınlar için doğumdaki ağırlığın düşük olması ve bir ebeveynin ölümü, depresyon için risk faktörü oluşturdu. Erkekler için risk faktörleri duygusal bağımlılık ve içselleştirme davranışıydı.
- “*Erkeğin şiddet uyguladığı çiftlerde talep etme-geri çekilme etkileşimi*” (Berns, Jacobson & Gottman, 1999). Araştırmacılar erkeğin şiddet uyguladığı 47 çiftin, şiddet içermeyen ama sıkıntılı 28 çiftin ve 16 uyumlu çiftin etkileşimlerini görüntülü olarak kaydetti. Şiddetin mevcut olduğu çiftlerde olumlu iletişim daha az, olumsuz iletişim daha fazlaydı. Şiddet uygulayanların kişilerarası tarzı talep etme-geri çekilme arasında gidip gelirken, eşlerinin değişim yönündeki talebi daha fazla, geri çekilmesi daha azdı.
- “*Eşbağımlılık [codependence] faktörünün stresli olaylar ile beslenme bozukluğu arasındaki aracı rolü*” (Meyer, 1997). Araştırmacılar yaşları 18 ila 35 arasında değişen 95 kadından oluşan örneklemde eşbağımlılığı, öz ayırışma düzeyini ve beslenme bozukluğunu değerlendirdi. Sonuçlar alkolik biriyle ciddi ilişkisi olan ya da kronik bir stresli durumda bulunan kadınların daha yüksek düzeyde yeme bozukluğu davranışı sergilediğini gösterdi. Eşbağımlılık düzeyi yüksek olan kadınların yeme bozukluğu gösterme düzeyi de daha yüksekti.

Felsefi Destekler ve Varsayımlar

Kişilerarası model hem tümevarımsal hem de tümdengelimsel akıl yürütme biçimlerini birleştirir. Sullivan'ın kişilerarası modelinin kökeni, içgözlem yöntemleri bağlamında Freud'un kuramına kesinlikle benzerdir.

Bireyin karmaşık kişilerarası alanda bir gestalt olarak görülmesi yönünde çarpıcı bir sıçrama olmuştur. Rychlak (1968) şöyle yazar: “H. S. Sullivan'ın (1953) kişilik kavramı, kişilerarası ilişkiler alanı içinde birbirleriyle iç içe geçen dinamizmlerin (kabaca ‘alışkanlık’) oluşturduğu bir sistem olarak bu organizmacı etkiyi de yansıtır. Bireyi toplumsal grup içinde bağımsız bir organizma olarak gören gestalt yönelimli kuramcılar Sokrates ve Platon'un ‘bir ve çok’ tezini yeniden canlandırmaktadır” (s. 395). İnsan ilkel dürtüleri olan yüksek düzeyli hayvan olarak değil özünde iyi olarak görülür; cinsel ve saldırgan hakimiyet değil kişilerarası bağlantı arayışında olduğu düşünülür. Bununla beraber Benjamin gibi diğerleri, kuramı dönüştürmek ve ilerletmek için deneysel temelli araştırma yöntemlerinin kullanımını vurgulayarak, daha tümevarımsal bir bileşen eklemiştir. Leary de pek çok araştırmaya zemin teşkil etmiş olan kişilerarası döngüsel modelini geliştirirken deneysel yaklaşımı kullanmıştır. Daha saf faktöriyel modeller kesinlikle akılcı filozofların izinden gider ve Kartezyen düalizme bağlıdır.

Normal-Anormal Farkıyla İlgili Görüşler

Kişilerarası model normal ve anormal davranışı neyin oluşturduğu ikilemine hitap eder. Bu model patolojinin ve normalliğin çeşitli dışavurumlarını açıklamak için yabancılaşma nosyonunu kullanır (Rychlak, 1968). Kişilerarası ilişkilerdeki bozulmalar, ilişki örüntülerini ve davranış ifadesini belirti [sempptom] olmaktan çıkarıp kişilik rahatsızlıklarına dönüştürür. Neyin normal ve anormal olduğunu belirlemek için, yanıt örüntüleri ve normatif davranışa dayanan çeşitli istatistik yöntemleri bulunmaktadır.

Değerlendirme Stratejileri ve Araçları

Kişilerarası model bir dizi değerlendirme stratejisi ve aracı üretmiştir. Muhtemelen en iyi bilineni Murray ve Morgan tarafından, kişilerarası temaları belirlemek için geliştirilen projektif TAT'dir. TAT klinik ortamın yanı sıra sayısız araştırma çalışmasında yaygın olarak kullanılagelen bir değerlendirme aracıdır; fakat Rorschach ve çizimlerin projektif araçlar olarak kullanımında olduğu gibi, TAT ile üretilen bulguların deneysel geçerliliği ve kesinliği hakkında da birçok tartışma meydana gelmiştir. TAT çeşitli karakterleri muğlak durumlarda gösteren bir dizi siyah beyaz çizimi içerir. Bu çizimler genel olarak saldırganlık, cinsel duygular, rekabet gibi temaları tetiklediği için duygusal yanıtlar ortaya çıkarılmaktadır. Her ne kadar TAT'nin geliştirilmesi ve kabul edilmesinde Henry Murray'a ağırlıklı olarak atıfta bulunulmuşsa da, bu aracın arkasındaki yaratıcı güç muhtemelen yıllarca birlikte çalıştığı Christine Morgan'dır.

Benjamin (1996) tarafından geliştirilen bir başka önemli değerlendirme aracı, kişilerarası döngüsel modele dayalı olarak kendilik ve ötekiler için puanlama sağlayan bir kodlama sistemi içerir. Bu sistem oldukça karmaşıktır; ama Benjamin'e göre, öngörü ilkeleri bir olayın öncesini ve sonrasını belirlemede yararlı olabilir. Benjamin, Intrex anketi olarak adlandırdığı hem uzun hem kısa formlar hazırladı; uzun formlar kişilerarası işlevselliğe dair ayrıntılı bilgi sağlamaktadır. Araştırma ve klinik amaçlarla üretilen verileri özetlemek için yazılım geliştirilmiştir.

Modelin Uygulanması

Kişilerarası modelin belli başlı uygulamaları psikoterapi ve değerlendirme alanlarındadır. Kişilerarası ekoldeki gelişmeler, psikoterapi sistemleri ve kişilik kuramlarında pek çok yeni gelişim hattına neden olmuştur. Neredeyse tüm kişilik modelleri kişilerarası ekoldeki gelişmelerden etkilendi. Kişilerarası yaklaşım ilişkisel yaklaşımların gelişimi için gereken bir adımdı. Kişiliğin kişilerarası yönlerine vurgu yapılması, alanı intrapsişik ve davranışsal dar odağın ötesine taşıdı. Faktör modelleri birçok araştırma üretti; istatistik tekniklerini kullanarak kişiliğin bileşenlerini araştırmak ve bunları diğer alanlarla ilişkilendirerek ilişkileri araştırmak ve davranışı öngörmek için bir araç sağladı.

Kültürel Etkiler

Kültürel etkiler kişilerarası modelin özgül bir odağı değildir, yine de kişinin değerlerini ve tercihlerini çeşitli yollardan ifade etmesine ve çeşitliliğe imkan veren bir kuram olduğu söylenebilir. Kişilerarası ekolün ilk çalışmacılarının birçoğu ağır düzeyde rahatsız bireylerle çalışıyordu. En ağır düzeydeki hastaların kabul edilmesi ve onlarla çalışmanın vurgulanması, bu modelin öncülerinin toplumun kenarına itilmişlerin dramına duyarlı olduğunu göstermiştir. Bu modelin kültürler arası uygulamaları araştırma konusu olmamıştır ama bu sistemin bu tür araştırmalarla bağdaşmaması için herhangi bir içkin neden yoktur.

Modelin Güçlü Yönleri ve Sınırları

Kişilerarası modelin birçok güçlü noktası bulunmaktadır ama en önemlisi kişilerarası alana yapılan vurgu ve ilişkilerin etkisine atfedilen önemdir. Çeşitli araştırma alanlarında yapılan pek çok araştırma hem hayvanların hem de insanların gelişiminde bağlanmanın önemini sergilemiştir. Kişilerarası model geliştirilinceye dek, kişilerarası alanın gelişimi şekillendirmedeki gücü yeterince anlaşılmıyordu. Kişilerarası kuramcılar tarafından yapılan kuramsal varsayımların birçoğu deneysel olarak sergilendi. Ne kuramsal yazılarında netlik ne de klinik uygulamasında da deneysel kanıt arayışı bulunan Sullivan'ın muğlak ve içrek sisteminin çok ötesine geçen kuramsal formülasyonlara ulaşıldı. Birçok kuramcının içgözlem modelleri ile daha akılcı-deneysel modelleri harmanlaması da bu sistemin bir başka güçlü yanıdır.

Çağdaş kişilerarası modellerin muhtemelen en önemli sınırlılığı, birçok okuyucunun sistemin karmaşıklığını anlamada karşılaştığı zorluktur. Ayrıca kuramı kullanan birçok klinisyen, kuramsal yapıları gerçek uygulamaya tercüme etmeye çalışırken hayal kırıklığına uğrar. Kavramların birçoğu kabul görmüştür ama tek başına onlara dayanmak daha kapsamlı bir anlayışı sınırlandırabilmektedir. Psikolog olmayanlar için kavramlar çoğu zaman yabancıdır ve temel fikirler hariç sindirmesi ve özdeşim kurması zordur.

Kişilerarası model önceki kuramsal sistemlerden belirgin bir kopuş yarattı. İntrapsişik ve davranışsal öncüllerden kişilerarasına geçişe birçok çalışmacı katkıda bulundu. Kişilerarası kuram özellikle iki hat üzerinden çeşitlenmiştir: Sullivan'ın kişilerarası modeline yakın duranlar ve Cattell'in faktör kuramına yakın duranlar. Kolay sınıflandırmayı güçleştiren kayda değer bir çapraz aşılama söz konusudur.

Açıktır ki, kişilerarası modelin babası, ağır duygusal rahatsızlıklarla ilgilenen bir klinisyen olan Sullivan'dır. Kişilerarası ilişkilerin hayatta kalma ve uyum sağlama işlevlerini vurgulayan, gevşek biçimde düzenlenmiş bir kuram geliştirdi. Katılımcı-gözlemci terimini icat ederek, ikilinin kendi dinamikleri ve süreçleriyle iki bireyden daha fazlası olduğunu açıkladı. Çoğu zaman ikili ilişkilerde meydana gelen etkileşimlerle ilgilendi ve sonraki bölümde göreceğiniz gibi, gelmekte olan üçlü kuramda kaydedilen ilerlemeleri öngördü. Yine özsaygı sistemi terimini icat ederek, bağlanmalar yoluyla kişilerarası kaygının dengelenmesinin kişiliğin oluşum tarzını etkilediğini açıkladı. Bir başka etkili öncü olan Murray de Sullivan, Jung ve Freud'dan etkilendi ama özellikle ikililerle ilgilendi. Sistemini işler hale getirmeye çalıştı; yayımladığı önemli kitapta kişilikbilim adını verdiği alana dair vizyonunu ve sistemini ayrıntılı olarak açıkladığı yayınladı. Önemli bir bütünleştirici düşünür ve sistemleştirici olan Murray, kapsamlı bir kişilik sistemi için asli olduğuna inandığı, yeni yeni gelişmekte olan genel sistemler kuramının önemini kabul etti. Arkadaşıyla birlikte, klinik uygulamada ve birçok araştırmada en yaygın olarak kullanılan projektif araçlardan biri olan Tematik Algı Testi'ni (TAT) geliştirdi. Sullivan'ın çalışmasını genişleten Leary, Kişilerarası Döngü ile modeline önemli bir katkıda bulundu; bu döngüyü kullanarak, kişilerarası ilişkilerin boyutsal yönlerini kişiliğin yansıması olarak nitelendirdi. Leary'nin çalışması birçok kuramsal ilerlemeye ve araştırmaya zemin hazırladı. En kayda değer, yaygın bir biçimde alıntılanan, Sullivan'ın ve Leary'nin çalışmalarını deneysel olarak uygulayıp bütünleştiren, Benjamin'in sosyal davranışın yapısal analizidir. Bu model mevcut kişilerarası hatların en etkilisidir. Bu modelin kuramsal vurgusunu destekleyen başka diğer kişilerarası modeller geliştirilmiştir. Klerman ve Weissman depresyonu anlamak ve tedavi etmek üzere kişilerarası bir model geliştirdi. Depresyo-

nun ve kişiliğin gelişiminde, rollerin ve kişilerarası ilişkilerin önemini vurguladılar. Kiesler, Leary'nin Kişilerarası Döngüsünü kullanarak iki boyutlu bir model geliştirdi; ilişkilerin kim olduğumuzu ve nasıl davrandığımızı şekillendirdiğini ve tanımladığını vurguladı, kişisel özelliklerin kişilerarası etkileşimler yoluyla nasıl şiddetlenebildiğini göstermek için etkileşimsel tırmanış gibi terimler icat etti. Wiggins ve diğerleri tarafından geliştirilen faktör modelleri de çapraz aşılama yoluyla zaman içinde evrim geçirdi, kişiliğin yapısını tespit etmek için istatistik yöntemlerinin kullanımını vurguladı.

Okuma Önerileri

Benjamin, L. S. (1993). *Interpersonal diagnosis and treatment of personality disorder*. New York: Guilford Press.

Bowlby, J. (1969). *Attachment and loss. Volume I: Attachment*. London: Hogarth Press; Türkçesi: *Bağlanma ve Kayıp*, çev. Tuğrul Veli Soylu, Pinhan Yay., 2012.

İlişkisel Kişilik Modelleri

Giriş

İlk Gelişim Dönemleri ve Şizofreniyi Anlamak

İlişkisel Ağacın İkinci Dalı: Kadınların Gelişimine dair Yeni Bir Model

Belli Başlı Tarihsel Şahsiyetler

Von Bertalanffy'nin Genel Sistemler Kuramı

Bateson'un İletişim Kuramı ve Çifte açmaz Kuramı

Ackerman'ın İlişkisel Tanı Sistemi

Bowen'in Triadik Kuramı

Bowen Kuramı

Üçgenler: Üçlü Kuramın Molekülleri

Farklılaşma: Kendiliği Anlamanın Anahtarı

İşlevsel/İşlevsiz Aile Sistemleri

Kaygı

Çağdaş Bakış Açıları: Sistematik Temelli İlişkisel Kişilik Kuramı

İlişkisel Kişilik Modelleri Geliştirme Atılımı

İlişkisel Üçgen Merceğinden Kişiliği Anlamak

Aile Genogramı

İşlevsel ve İşlevsiz Ebeveynlik

İlişkisel Kuramın İkinci Dalı

Rogers'ın Deneyimin Görüngübilimi

Kadınların Gelişiminde İlişkilerin Merkeziliği

İlişkisel Modellerin İlkeleri

Felsefi Destekler ve Varsayımlar

Normal-Anormal Farkıyla İlgili Görüşler

Değerlendirme Stratejileri ve Araçları

Modelin Uygulanması

Kültürel Etkiler ve Farklılıklar

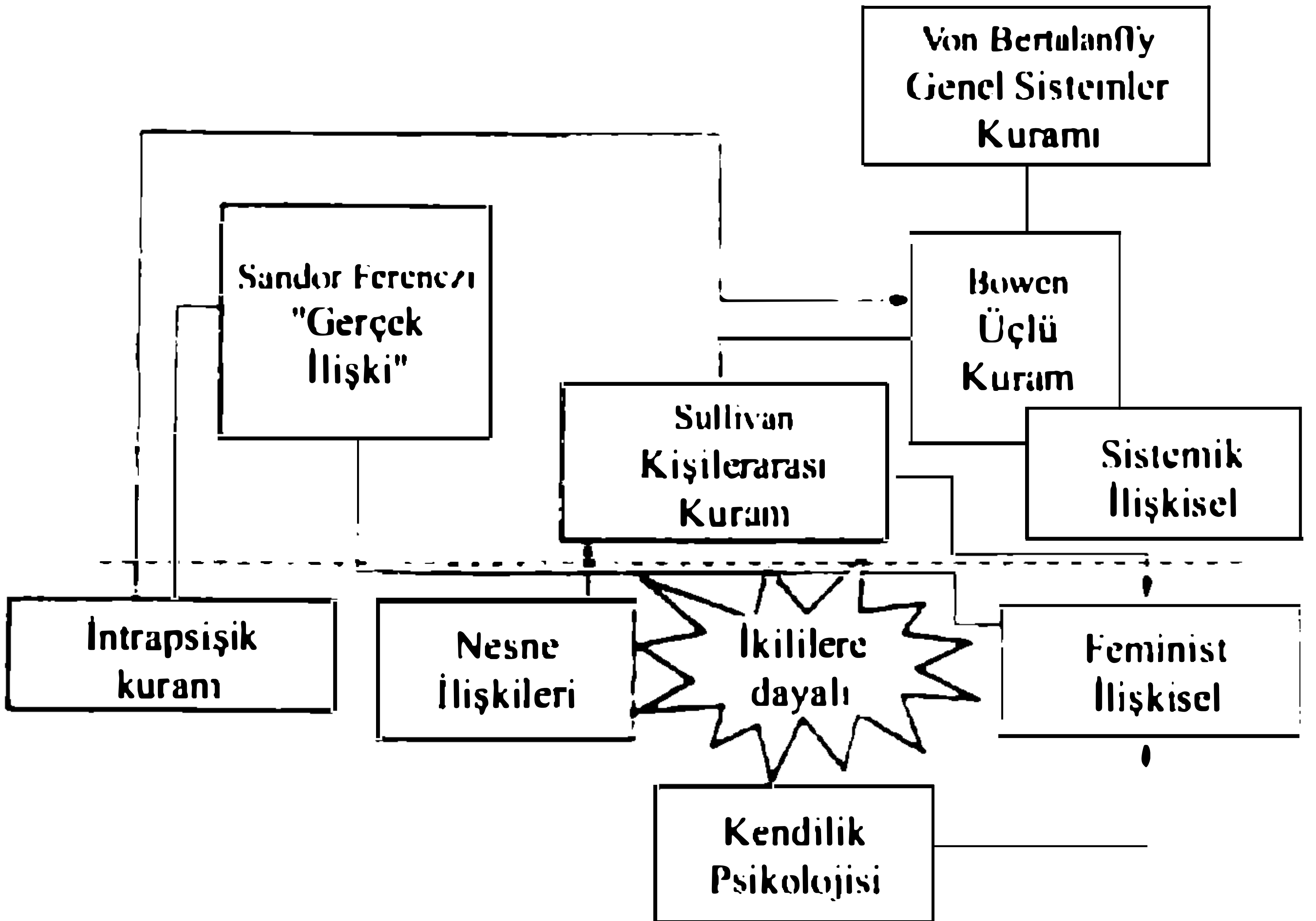
Modelin Güçlü Yönleri ve Sınırları

Özet

Okuma Önerileri

Giriş

İlişkisel kuramlardaki gelişmeler kişilik kuramı alanına sistematik bir biçimde uygulanmış değildir (Berscheid, 1994; Berscheid & Lopes, 1997; Berscheid & Ammazzalorso, 2001). Bununla beraber sistemler kuramına dayanan ilişkisel modellerin ve kadın gelişimine dair feminist modele dayanan kültürel/ilişkisel kuramın ortaya çıkması, kişilik alanına değerli bir bakış açısı getirmiştir. İlişkisel kuramın burada ele alınacak olan bu iki ana dalının ismi de “ilişkisel” olsa da kökenleri çok farklıdır (Magnavita, 2000b). İlk gelişme olan aile sistemler modeli, bir başka deyişle **ilişkisel sistemler kuramı** 1950’lerde şizofreni araştırmalarından ortaya çıktı (bkz. Şekil 10.1). “Ailenin aile üyelerinin fiziksel, manevi ve duygusal sağlığını etkilediği uzun zamandır kabul edilmektedir. Ailede duygusal işlevsizlik üzerine araştırma ve klinik çalışma Freud’a kadar gider” (Guerin & Chabot, 1992, s. 225). Bununla beraber, bugün **paradigma değişimleri** denen temel kuramsal sıçramalara dek, ilişkisel kuramlar psikolojiye hakim olmadı.



Şekil 10.1.

İlişkisel Güzergah ve Etkileri.

İlk Gelişim Dönemleri ve Şizofreniyi Anlamak

Aile sistemleri kuramında ilk çalışmalardan biri, bir üyesine şizofreni tanısı konmuş aileler üzerine yapılan araştırma üzerine temellendi. “Bateson, Jackson, Weakland ve Haley California’da; Bowen Topeka ve Washington’da; Lidz Baltimore ve ardından New Haven’da; Whitaker ve Malone Atlanta’da; Scheflen ve Birdwhistle Philadelphia’da” (Guerin, 1976, s. 3) farklı merkezlerde paralel çalışan ilk araştırmacılardan bazılarıydı. Jay Haley (1959) “Şizofrenin Ailesi: Bir Model Sistem” başlıklı klasik makalenin yayımlanması bir dönüm noktası oldu; bu makale **çifte açmazlı iletişim** olarak adlandırılan, aile sistemlerindeki karmaşık ve çelişkili iletişimlerin kanıtlarını sunuyordu. Daha sonraları şizofreninin güçlü bir genetik temelini gösterilmesi nedeniyle bir şekilde gözden düşmüş olsa da, bu makale aile süreçlerine dair yeni bir düşünme biçimi getirdiği için ufuk açıcı olarak kaldı.

Yeni araştırma hatlarının şizofrenlerin ailelerinde iletişim bozukluğu olduğunu destekleyen bulgular sunmuş olması ilginçtir (Miklowitz, 1995). Bu iletişim tarzına **iletişim sapması (İS)** dendi (L. C. Wynne & Singer, 1963). **Duygu dışavurumu (DD)** konusunda ilginç araştırmalar yapmış olan Miklowitz (1995) (G. W. Brown, Birley & Wing, 1972) şöyle belirtir: “Şizofreni hastalarının ailelerine dair ilk klinik gözlemlerin ortak bir noktası, topyekun aileyi kapsayan etkileşimlerin dağınık, muğlak ve çelişkili görünmesidir” (s. 184). DD araştırması yüksek düzeyde “eleştirelilik, düşmanlık ve çevreden aşırı müdahale” olmasının şizofreni hastalarının nüksetmesi için bir risk etmeni olduğunu gösterdi (s. 187). Şizofreniye kalıtsal etmenlerin zemin hazırladığı açıktır; yine de işlevsiz aile dinamiklerinin neden olduğu stres hastalığın başlamasını tetikleyebilir. Bu kavrama **stres-yatkınlık modeli** denir. Her bireyin belli genetik hassasiyetleri vardır ve bu hassasiyetler belli bir stres eşiği deneyimlendiğinde harekete geçebilir; bu nedenle hem biyolojik hem de ailesel etmenlerin etkisi vardır ve hastalığı birinden birine atfetmek suni olur (J. Alexander & Barton, 1995). Araştırmacılar tek yumurta ikizlerinden birinde hastalık varsa, diğerinin de hastalığı yaşama ihtimalinin sadece %50 olduğunu belgeledi. Bu, ailedeki iletişim süreçleri gibi psikososyal değişkenlere yer açar.

Zamanında birçok klinisyen intrapsişik modele bağımlı olmaktan yılmıştı ve hastalarla çalışmanın yeni yollarını açabilecek yeni bir modele hazırdı. Sullivan'ın kişilerarası kuramı "terapi odağının saf intrapsişikten kişilerarası incelemeye kaydırılmasına" imkan vererek, aile hareketinin ilerlemesine katkıda bulundu (Guerin, 1976, s. 5). *Sana Gül Bahçesi Vadedemedim*'in (Green, 1964) yazarının terapisti Frieda Fromm-Reichmann gibi büyük yenilikçiler, Maryland Eyaleti'nin Rockville Kenti'ndeki ünlü bir özel psikiyatrik hastane olan Chestnut Lodge'da çalıştı. Fromm-Reichmann yoğun analitik psikoterapiyle tedavi edilebileceklerin karakteristik özelliklerini kabul ettiren bir ikundu. Şizofrenlerin tedavisi için yöntemler geliştirilmesi konusunda etkiliydi; şizofreni öncesindeki çocukların hem aşırı korumacı hem de gizliden reddedici olan annelerini anlatan **şizofrenojenik** [şizofreni üreten] terimini icat etti (Fromm-Reichmann, 1950). Bu terimin içerdiği suçlayıcı ima nedeniyle "uzun ve oldukça talihsiz bir geçmişi" olsa da (Miklowitz, 1995, s. 183), Fromm-Reichmann ve diğerleri, Chestnut Lodge'da çalışan ve daha sonra Gregory Bateson'un araştırma ekibini oluşturmak için Kaliforniya'ya taşınan Don Jackson ve Don Bloch'u etkiledi.

İlişkisel Ağacın İkinci Dalı:

Kadınların Gelişimine dair Yeni Bir Model

İkinci önemli kuramsal ilerleme kadınlar için yeni bir psikoloji modeliydi. Birçok klinisyen ve kuramcı, Freud'dan bu yana yükselişte olan, eril tahakkümündeki psikolojiden hayal kırıklığına uğramıştı. Penis kıskançlığı nosyonunu gülünç bir eril spekülasyon olarak reddeden Karen Horney gibi etkili öncülerin durumu düzeltmeye giriştiği doğrudur ama çoğu anaakım psikolojiyi ciddi şekilde etkilememiştir. Kohut (1984; bkz. Altıncı Bölüm) narsisistik bozuklukların tedavisinde empatik uyumlanmayı vurgulayan modelini geliştirdiği dönemde, **feminist ilişkisel kuram** yönünde ilerlemeler kaydediliyordu. Jordan'a göre (2000, s. 1006), çağdaş psikanalizin bir dalı olan "öznelerarası kuramcılar" (Mitchell, 1988; Stolorow Er Atwood, 1992) kadar, danışan odaklı terapinin kurucusu Carl Rogers (1951) ve H. S. Sullivan da (1953) "açıkça ilişkisel yönelimli kuramcılardı".

Von Bertalanffy'ın Genel Sistemler Kuramı

Bilim filozofu Thomas Kuhn (1970) tarafından betimlendiği üzere, bilimsel devrimler, önceki kuramsal formülasyonlardan çıkarsanmamış olan bir paradigma değişimini temsil eden ani bir sıçramanın sonucudur. Skynner (1976) şöyle yazar, “Genel sistemler kuramı bu tür bir kavramsal sıçramayı temsil eder. Bilimden ziyade bir bakış açısı olduğu söylenebilir, çünkü aslında olguları birbirinden yalıtılmış halde değil topyekûn ilişkileri içinde ele almaya odaklanan bir kuramdır” (s. 382). Skynner bu gelişmeyi betimler: “İkinci Dünya Savaşı’nın hemen ardından, insan zekasının yerini almak üzere tasarlanan makinelerin yapıları ile yaşayan organizmaların yapıları arasındaki benzeşmeye gösterilen ilgi artmaya başladı; bilgisayarları, güdümlü sistemleri, otomatik pilotları ve diğer mekanik-elektronik aygıtları kullanan silahların ve diğer askeri araç gerecin geliştirilmesi de kuşkusuz bu ilginin artmasında etkili olmuştur. Karmaşık matematik ve mantık sistemlerinden yararlanılarak her ikisine de uygulanabilir teoriler geliştirildi; makine ve insanın bu şekilde yan yana getirilişi, tuhaf ve ürkütücü bakış açılarına ve yeni kavramlara yol açtı” (s. 381).

Bu zengin ortamda bir dizi kuramsal sistem geliştirildi. Von Neuman ve Morgenstern (1944) tarafından **oyun kuramı**, Wiener (1948) ve Shannon ile Weiner (1949) tarafından **sibernetik**, von Bertalanffy (1942, 1948) tarafından **genel sistemler kuramı** formüle edildi. Genel sistemler kuramı von Bertalanffy’nin “bu yeni bakış açılarının altında yatan ortak ilkeleri bütünleştirme girişimidir” (Skynner, 1976, s. 381). Dünyayı birbirine bağlı ve birbirini etkileyen değişkenlerin karmaşık bir harmanı olarak görmek gerektiğini vurgulayan bu bakış açısında, sistem, parçalarının toplamından daha büyüktür. Herhangi bir karmaşık sistemin bir parçası yalıtılmış halde ele alınırsa, parça ile sistemin geri kalanı arasındaki **karşılıklı ilişkide** vücut bulan önemli bir şeyler muhakkak yitirilir. Bütün sistemlerin aynı yasalarla işlediği varsayılmıştır. Parçaların incelenmesinin karmaşık bir sistemi anlamaya yetmeyeceğinin iyi bir örneği, insanın nörolojik sistemidir. Dördüncü Bölümde gördüğümüz gibi, sistem karmaşık geribildirim sistemleri kullanır. Örneğin hormonal sistem, nörot-

ransmitterlerin iletkenliğini etkiler: Adet öncesi sendromundaki belirtiler kültür, hormon, kişilik değişkenleri ile serotonin gibi nörotransmitterlerin karşılıklı ilişkisinin etkisiyle ortaya çıkar.

Bu ilkeleri ekoloji alanına da uygulayabiliriz. Sadece belli bir fabrikanın çıktılarına, mevzuata, biyolojik etkilere ya da insanların çevreye dair davranışlarına ve inançlarına bakılamaz. Süreci belirli bir yönde, belirli bir hızda sürükleyen çok sayıda olumlu ya da olumsuz geribildirim döngüsü bulunur. Geribildirim döngülerinden biri iktisadi etmenler ve doğayı korumanın değeri arasındaki ilişkide görülebilir: Büyük miktarda tek kullanımlık ambalaj satın almak bir fastfood şirketine mali kazanç sağlayabilir; bu olumlu geribildirim döngüsünde, şirket daha fazla kazandıkça, ucuz tek kullanımlık ambalajları daha fazla kullanır; bunun da çevreye kötü etkisi olur, çünkü bu ambalaj atıklarının ayrışması çok zaman alır. Bu döngüde çevre sorunları artar, şirket hissedarlarının kârı yükselir; çevre ve kamu zarar görür. Bununla beraber, çevre bilincine sahip tüketiciler belirli bir hoşnutsuzluk eşiğine gelirse (ki geldiği olmuştur) denge değişebilir; çevre düşmanı olarak etiketlenme sebebiyle kazancın düşmesi ve halkla ilişkilerin kötüleşmesi, sistemi başka bir yöne döndürmeye başlar.

Genel sistemler kuramı sistemlerin yasalarını tespit ve tesis etmekle ilgileniyordu. Herhangi bir disiplinde bileşen unsurlar ve bunların birbiriyle ilişkilerini yöneten yasalar ve kuvvetler bulunur. Bu model aile işleyişi, iletişim ve aile terapisi alanına uygulandığında, aile sisteminin yasalarını tespit etme arayışı doğdu. Bu disiplinlerarası kuramsal modelin gelişiminin sonucu, bu kuvvetleri araştırmak için ilişkisiz disiplinlerden bilim insanlarını bir araya getirmek oldu (Skynner, 1976). Bu bölümde anlatılan sistemik ilişkisel modelin kavramlarının birçoğu, bu bilimsel potadan evrildi. “Aile dengesi [homeostaz], geribildirim, çifte açmaz, semptomların sözsüz mesajlar olması gibi kavramlar, bu yeni ilginin herkesçe malum sonuçlarıdır” (s. 283). Aile hareketindeki herkes, bu modelin gelişiminde genel sistemler kuramının önemli rol oynadığı fikrine katılmaz. Bowen (1976) aile sistemleri kuramının genel sistemler kuramıyla eşanlamlı olduğu nosyonunu reddeder; 1940’larda von Bertalanffy tarafından verilen bir derse katıldığını kabul eder ama bu dersi “anlamadığını” söyler (s. 63). Murray gibi bazı araştırmacılar genel sistemler kuramını ilginç bulmuş ve kullanmıştır; ama yine de mesafeyi korumuş, kişiliğin

nasıl şekillendiğini anlamak için aile bağlamına uygulamamışlardır. Bu metinde tartışılan paradigma değişimlerinden birçoğunda olduğu gibi, bu kuramın bilimsel araştırmacılarının ve kuramcılarının özgün metinlerinde de elle tutulur muazzam bir heyecan hissedilir. Özgün eserlerden alıntılarla bu hissi aktarmaya çalıştım; ilgili okurların bu özgün metinlere dönüp bilimsel keşfin heyecanını yeniden yaşamasını öneririm!

Bateson'un İletişim Kuramı ve Çifte açmaz Kuramı

Gregory Bateson (1904-1980) on üç yıl boyunca bir başka ünlü antropolog ola Margaret Mead'le evli, onunla üretken bir mesleki işbirliğine sahip olan ünlü bir antropologdu. İlgi alanları genişti, çalışma konusuna yeni bir açıdan bakmanın yollarını arayan tam bir doğa bilimi insanıydı. Gizemli bir adam olan Bateson, Mead'le birlikte Bali'de toplumsal ilişkiler üzerine çalıştı; orada, çalıştıkları imgeleri koruma amacıyla fotoğrafçılığı ve sinematografiyi kullanarak etnografik alan araştırmasının yöntemlerini geliştirdiler (Lipset, 1980). Bateson ayrıca sibernetik –sistemlerin incelenmesi- ve iletişim kuramları üzerine çalıştı, yunuslardaki öğrenme



örüntülerini inceledi. Sosyal bilim-ler cephesinde kalarak, yaşamın tamamındaki örüntüleri ve karşılıklı bağlantılarını aradı (Lipset, 1980). Psikoloji eğitimi almamış olsa da, psikiyatrist Jurgen Ruesch ile birlikte psikoterapide insan iletişimini çalışmak için iki yıllığına Kaliforniya Üniversitesi Tıp Fakültesi'ne davet edildi. "Aynı zamanda 'psikiyatristler adındaki kabile' içinde iletişimin doğasını inceliyorlardı" (Lipset, 1980, s. 187). 1950'lerin başında, Bateson Kaliforniya'da çokdisiplinli bir ekip topladı; bu ekibin üyeleri sonradan aile sistemleri kuramında ve terapisinde çok verimli kariyerler edindi. Onun başlangıçtaki ilgisi iletişimin doğasını incelemek ve daha sonra şizofren üyesi olan ailelerde iletişim örüntüleri üzerindeydi (Guerin & Chabot, 1992). Bateson insan davranışı

ve kişiliğini incelemede disiplinlerarası bir yaklaşımın son derecede verimli olabileceğinin iyi bir örneğidir. Klinik psikiyatriye girişinin yanı sıra antropoloji eğitimi ve sibernetiğe ilgisi yeni kuramsal formülasyonları için zemini hazırladı. Rockefeller Vakfı'ndan ve daha sonra Macy Vakfı'ndan bağışlarla desteklenen çalışmaları, Bateson'un iletişim incelemeleri alanına yoğun olarak girmesine imkan verdi. Araştırma ekibinde, iletişim yüksek lisansını yeni bitirmiş olan Jay Haley ve kimya mühendisliği eğitimi almış ama kültürel antropolojiye yoğun ilgi duyan John Weakland vardı. Daha sonra, uzmanlığını yaparken Harry Stack Sullivan'dan süpervizyon almış olan psikiyatrist Don Jackson da ekibe katıldı.

Araştırma çalışmaları, şizofren üyesi olan ailelerdeki iletişim örüntülerine odaklandı. Hastaneye yatırılan hastalarla mülakatlar, bu ailelerde çelişkili iletişimlerin meydana geldiğine dair varsayımlarını kanıtladı. Bu tür çelişkili iletişime **çifte açmaz** adı verildi (Bateson, Jackson, Haley & Weakland, 1956). Nichols (1984) çifte açmazın temel niteliklerini özetler: (1) ilişkide birden fazla kişi vardır; (2) ilişki devam etmektedir; (3) olumsuz emirler cezalandırma tehdidiyle verilir; (4) ilkiyle çelişen, genellikle sözsüz başka bir emir verilir; (5) kişinin ortamdan ayrılmasını engelleyen ve yanıt vermesini talep eden üçüncü bir emir verilir; (6) kişi, dünyayı çifte açmaz bağlamında görmeye koşullanmış hale gelir; sonradan, koşulların herhangi bir kısmının ortaya çıkması, öfke veya paniği tetiklemek için yeterlidir. Çelişkili iletişimler verildiğinde ve iletişimi açık kılmak için hiçbir şey yapılmadığında, kaçma fırsatının da olmaması sonucunda doğal olarak semptomatik davranış meydana gelir.

Bateson tüm davranış biçimlerinin iletişim olduğuna inanıyordu. Bir ergen, aile terapisi seansı sırasında konuşmayı reddettiğinde bile duyguları ve aile örüntüsü hakkında birçok şey iletmektedir. Bateson insanların "iletişim kurmadan edemeyeceği" hakikatini farkındalığa taşıdı. Guerin ve Chabot (1992) onun katkısını özetler: "Bateson'un kültüre, iletişime ve şizofreninin gizemlerine ilgisi olarak başlayan şey, bireylerin içindeki ve ilişkilerdeki çok çeşitli psikolojik rahatsızlıklarla baş etmede klinik bir yöntem halini aldı" (s. 236).

Ackerman'ın İlişkisel Tanı Sistemi

Nathan Ackerman birçok konu üzerinde verimli bir biçimde yazmış, geniş ilgi alanları olan bir psikiyatristti (Guerin & Chabot, 1992). Psikanalizden yola çıktı, ilişkisel aile modeline ulaştı. Ackerman (1937) 28 yaşında, Menninger Kliniği'nin çocuk bölümünde çalışırken, çığır açıcı bir makale yayınladı. "Sosyal ve Duygusal Bir Birim olarak Aile" başlıklı bu makale beş sayfa uzunluğunda olsa da, ailenin gelişim üzerinde çok ciddi sosyal etkisi olduğuna dair görüşünü özlü bir biçimde betimledi. "Aileye Tanı Koymak, Aileyi Tedavi Etmek: Kişisel Bir Görüş" (Ackerman, 1967) başlıklı bir başka makale de "aile hareketinin başlamasına" işaret ediyordu (Guerin, 1976, s. 4).

Ackerman'ın çalışmaları, Bateson'un ve Bowen'inki kadar devrimci değildi; aksine analitik ve aile kuramının daha bütünleştirici bir harmonisini benimsedi. Çalışmalarının kişilik konusu bakımından önemi, aile tipolojisi tanılama sisteminin ilk biçimlerinden birini geliştirmiş olmasıdır (Ackerman, 1958). *The Psychodynamics of Family Life: Diagnosis and Treatment of Family Relationships* [Aile Yaşamının Psikodinamikleri: Aile İlişkilerinin Tanısı ve Tedavisi] kitabında Ackerman, şu ilişkisel tanıları listeledi: (1) evli çiftlerin rahatsızlıkları, (2) ebeveyn çiftlerin rahatsızlıkları; (3) çocukluk rahatsızlıkları, (4) ergenlik rahatsızlıkları, (5) psikosomatik hastalıklar ve aile rahatsızlığı. Görüşlerinden bazılarını şöyle ifade eder: "Evli çiftlerin ve ebeveyn çiftlerin özel sorunlarını anlamak için şu unsurlara bakmak gerekir: ailedeki rollerin ne ölçüde karşılıklı ve birbirine bağlı olarak işlediği, cinsel davranışların tamamlayıcılığı, duygusal ve sosyal arkadaşlığın karşılıklı olup olmaması, otoritenin paylaşılması, işbölümü" (s. 148). Bu başlangıç düzeyindeki formülasyon, dönemin gelişmekte olan bireysel tanı modeline karşıtı.

Bowen'in Triadik Kuramı

Murray Bowen yirminci yüzyılın ikinci yarısında sosyal bilimlerdeki heyecan verici yeni bir gelişmenin en yenilikçi ve verimli kuramcılarının ve araştırmacılarından biriydi. Psikiyatrist ve Georgetown Üniversitesi Tıp Merkezi'nde psikiyatri profesörü olan Bowen, aile hareketinin kurucularından biridir. Ortakyaşam [simbiyoz] halindeki anne-çocuk ikilisine dair formülasyonlar geliştirmekle ilgileniyordu. 1950'lerin başın-

da Bowen, “aileyi duygusal bir birim olarak, bireyi de özerk bir psikolojik varlıktan ziyade aile biriminin parçası olarak kavramsallaştırarak, insanın duygusal işleyişine dair önceki kuramlardan” radikal bir kuramsal kopuş gerçekleştirdi (Kerr, 1988, s. 35). Bowen (1976) 1950'lerin sonunda üçgen kavramını formüle etmeye başladı. Bu keşif önemli bir kuramsal ilerlemedir. “Yoğun Aile Terapisi” başlıklı önemli makalesinde, sonradan karşılıklı bağımlı üçlü diye de ifade edeceği **üçgenleşme** [triangulation] kavramını ortaya koydu. Önceki bölümlerde tartışıldığı üzere, kişilik modelleri **intrapşik** modellerden kişilerarası/ikili modellere doğru evrildi; bu gelişme ile birlikte üçlü modellere kavramsal bir sıçrama meydana gelmiştir. Bowen'in çalışması en kapsamlı aile sistemleri kuramı olup, kişilik kuramına önceden formüle edilmemiş bir boyut ekler.

Yeraltı Hareketi

Aile hareketinin gelişiminde öncü şahsiyetlerden biri olan Murray Bowen (1976), ilk çalışmacılar tabuları yıkmaya başladığı dönemde hakim olan gizliliği anlatır: “Psikanalizde hasta-terapist ilişkisinin gizliliğini koruma ilkesi, aile hareketinin yıllar boyunca yeraltında kalmasının sebeplerinden biri olabilir. Terapistin diğer aile üyelerini görerek aktarımı kirletmesine karşı katı kurallar vardı: Aile çalışmaları başlarda muhtemelen bunu sorumsuzluk olarak görebilecek meslektaşların eleştirilerinden kaçınmak için gizli gizli yapılmıştır, ta ki araştırma amaçlı diye meşruluk kazanana dek” (s. 54).

Bowen kuramsal tutumluluğu önemsiyordu. Guerin ve Chabot (1992) bu arayışı anlatır: “Bowen (1978) kuramcılarının görevinin, birbirine oturan ve insan davranışının gözlemlenen kısmını anlamak için taslak olarak kullanılabilecek en az sayıdaki uyumlu kavramı bulmak olduğuna inanıyordu” (s. 241). Bowen sıradışı biriydi; klinik uygulamadan çok kuram inşa etmekle ilgileniyordu, “gözlemlerinin ve fikirlerinin insanın duygusal işleyişine dair yeni bir kuramın başlangıcını oluşturabileceği inancını taşıyordu” (Guerin & Chabot, 1992, s. 241). Şizofreniyi anlama amacıyla yürüttüğü birtakım araştırmalar çığır açıcı niteliğindeydi. Ulusal Ruh Sağlığı Enstitüsü'nde geliştirdiği dönüm noktası yaratan bir projesinde (Guerin, 1976, s. 9), şizofrenleri ve ailelerini hastaneye yatırıp gözlemledi. Bu gözlemler, üçgenleşmeyle ilgili fikirlerini harekete geçirdi. Ailelerden bazıları

bir yıla varan sürelerde enstitüde kaldı ve etkileşim örüntülerinin dikkatlice incelenmesine imkan verdi. Bowen (1976) şöyle yorumlar: “Benim için 1955-1956 coşkulu ve şevkli bir dönemdi. Bir araştırma koğuşunda birlikte yaşayan bütün bir aileyi gözlemlemek, literatürde daha önce hiç kayda alınmamış yepyeni klinik veriler sağladı” (s. 54). Bu veri bolluğundan ortaya çıkan olgulardan biri, şizofren ile annesi arasındaki ilişkinin çok yoğun ve güçlü olduğuydu; ikincisi ise bu duygusal yoğunluğun tüm çekirdek ailede görüldüğüydü (Kerr, 1988). Bowen (1976) yeni radikal kuramına imkan veren şeyin “gözlem merceklelerini bireyden aileye kaydırması” olduğuna inanıyordu (s. 54).

Bowen Kuramı

Aile sistemleri kuramı ve daha sonra Bowen kuramı olarak bilinen bu model, “insanın evrimin bir ürünü olduğu ve insan davranışının da diğer tüm yaşayan varlıkların davranışını düzenleyen doğal süreçlerce düzenlendiği varsayımı üzerine temellenir” (Kerr, 1988, s. 36). Bowen, biyolojiden ödünç alarak, diğer organik sistemler gibi ailelerin de değişime dirençli olduğuna ve çoğu zaman **homeostazı** ya da istikrarı sürdürmeye yatırım yaparak daha esnek bir uyum sağlama kapasitesini feda ettiğine inanıyordu. Bowen ailelerde **karşılıklı ilişkilerin** baskın olduğunu fark etti. Kerr bu bulguyu anlatır:

Örneğin aşırı yeterli ile aşırı yetersiz (biri her şeyi doğru yapıp baş edebiliyor, öbürü her şeyi yanlış yapıp baş edemiyordu), kararlı ile kararsız (biri tüm kararları alıyor, öbürü herhangi bir karar alamıyordu) hakim ile itaatkar (biri başı çekiyor, öbürü izliyordu) histerik ile obsesif (birinin duyguları taşıyor, öbürünün hiç dışa vurulmuyordu). Bu karşılıklı özelliklerin eriştiği kutuplaşma derecesi, aile üyelerinin aralarındaki farklılıkları sorun olarak tanımlama ve kaygılı bir biçimde bu farklılıkların “düzeltilmesine” odaklanma derecesinden etkileniyordu. Bu odaklanma sürecinde her aile üyesi bir başka aile üyesiyle, ailenin dışındaki insanlarla olduğundan farklı bir şekilde ilişki kurmaya yönelmiş oluyordu. (s. 37)

Bu betimlemede kişilerarası kuramın bazı kalıntıları görülebilir ama sistemler kuramı bununla kalmayıp birçok yeni gözlem eklemiştir. Sistemler kuramı, kişilik işleyişine ilişkin olarak, bir aile üyesinde görülen

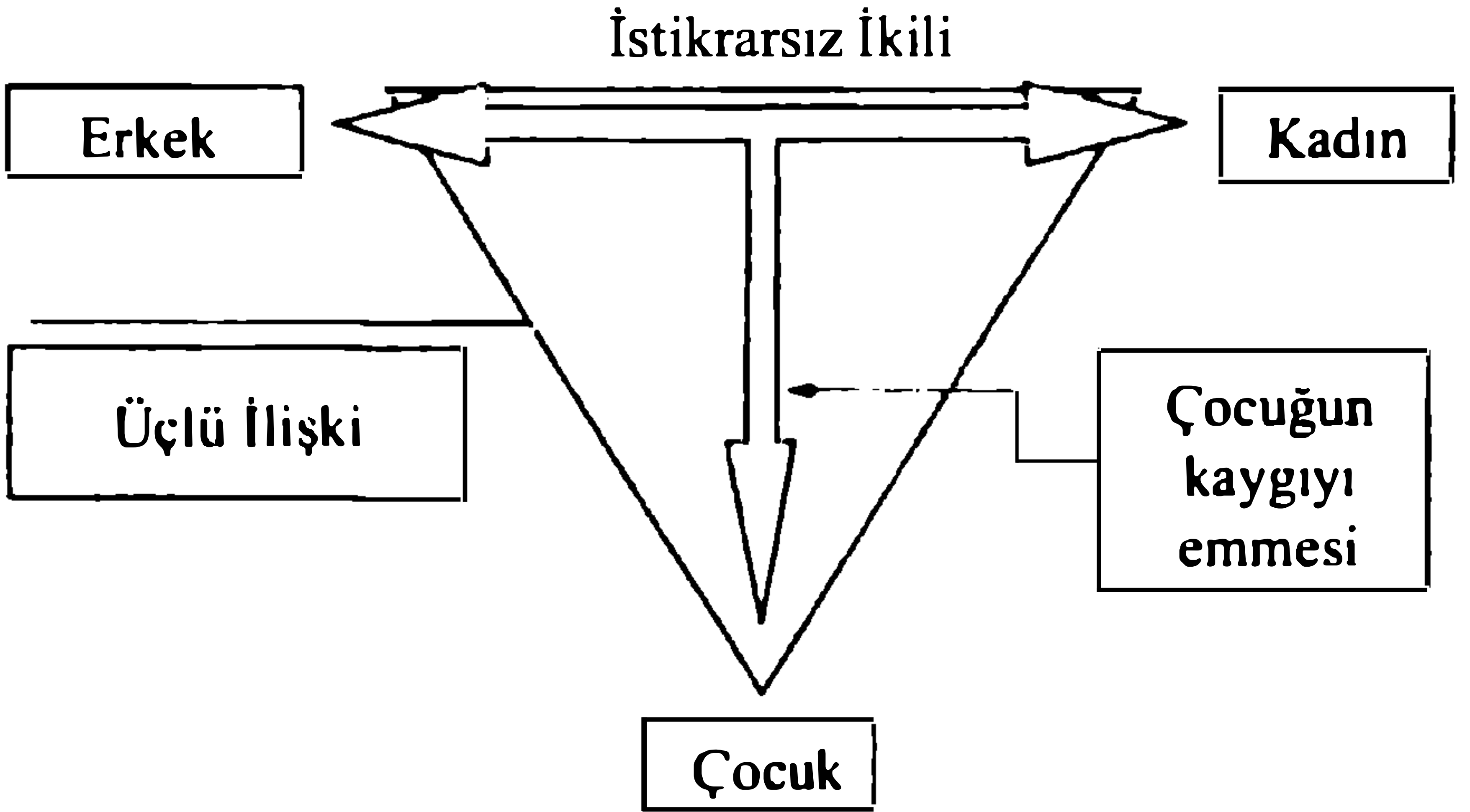
önemli bir kişilik özelliğinin tamamlayıcı karşıtının (ayna aksinin) bir başka aile üyesinde görüleceğini öne sürer; bir özellik diğerini pekiştirir ve diğeri olmaksızın ifade edilemez. Bu nedenle, birçok önde gelen kuramda olduğu gibi, **kişilik ilişkile ilgilidir**. Aileler de daha büyük toplumsal gruplar da duygusal sistemlerdir.

Üçgenler: Üçlü Kuramın Molekülleri

Bowen “birçokları tarafından üçgenleşme kavramının oluşturucusu olarak görülür” (Guerin & Chabot, 1992, s. 244). Üçgenleşme üç kişi arasında meydana gelen dinamik bir süreçtir. “Herhangi bir duygusal sistemin molekülü, temel yapıtaşı” (Bowen, 1976, s. 76) ilişkisel üçgendir. İkili ilişkilere içkin olan istikrarsızlık, üçgenleri oluşturan şeydir. “Üçgen kavramı, insan ilişkilerindeki bir yapı üzerine düşünmenin soyut bir yoludur, üçgenleşme de bu üçgen içinde süregiden tepkisel duygusal süreçtir” (Guerin & Chabot, 1992, s. 244). “Bowen üçgenlerdeki itici gücün, kaygılı bağlanmanın aşırı uca kayması olduğunu varsaydı” (Guerin, Fogarty, Fay & Kautto, 1996, s. 10). Özellikle ikili ilişkide gerilim olduğunda, ikiliye istikrar kazandırmak için savunmasız bir üçüncü tarafa doğru hareket olacak ve yeni bir yapılanma oluşacaktır, bu yeni yapılanma da üçgendir (bkz. Şekil 10.2). Sistemler kuramcılarına göre, yaşam “üçgensel kayalıklar ve resifler labirentinde seyretmek gibi” olabilir (Guerin ve diğ., 1996, s. 1). Guerin ve diğ. bunun doğumdan bile önce nasıl meydan geldiğini anlatır: “Yaşamınızın en başında, ana rahmine düştüğünüz bilinir bilinmez, anneniz ya da babanız ya da her ikisi birden sizi davetsiz misafir gibi görmüş olabilir. Varoluşunuz babanıza büyük mutluluk verirken annenizin kariyerini tehlikeye atmış olabilir, yani gelişiniz babanızı çok heveslendirirken, annenizi çok kaygılandırmış olabilir. Rahme düşmenizden bile önce, anneannenizin hiç de üstü kapalı olmayan baskıları, varoluşunuzu mümkün kılan seferberliğe öncülük etmiş olabilir. Doğduktan sonra yüzünüzden okunan genetik harita, muhtemelen, iyi niyetli akrabaların kendi taraflarına çeken ayırıcı okumalarına davetiye çıkarmıştır. ‘Tıpkı George’un annesi,’ diyor George’un kız kardeşi” (s. 1).

Üçlü ilişkinin gerilimi çok arttığında “birbirine kenetlenen üçgenler” dizisi gelişir. Üçgenlerin içindeki duygusal akımlar sükûnet dönemlerinde bile sürekli hareket halindedir. Görece sükûnet olduğunda, ikili ilişkideki konum tercih edilir, çünkü “birliktelik” hali buradadır. Bununla be-

raber, stres dönemlerinde dışarıdaki konum tercih edilir. Bir ailede gerilim çok yüksekse, sistem ailenin dışındaki bir bireyi içermenin yollarını arayabilir; polis çağrılabilir ya da evlilik dışı bir ilişki başlatılabilir. Genel olarak, orta dereceli stres altındayken üçgen dahilinde iki rahat konum ve bir rahatsız konum bulunur.



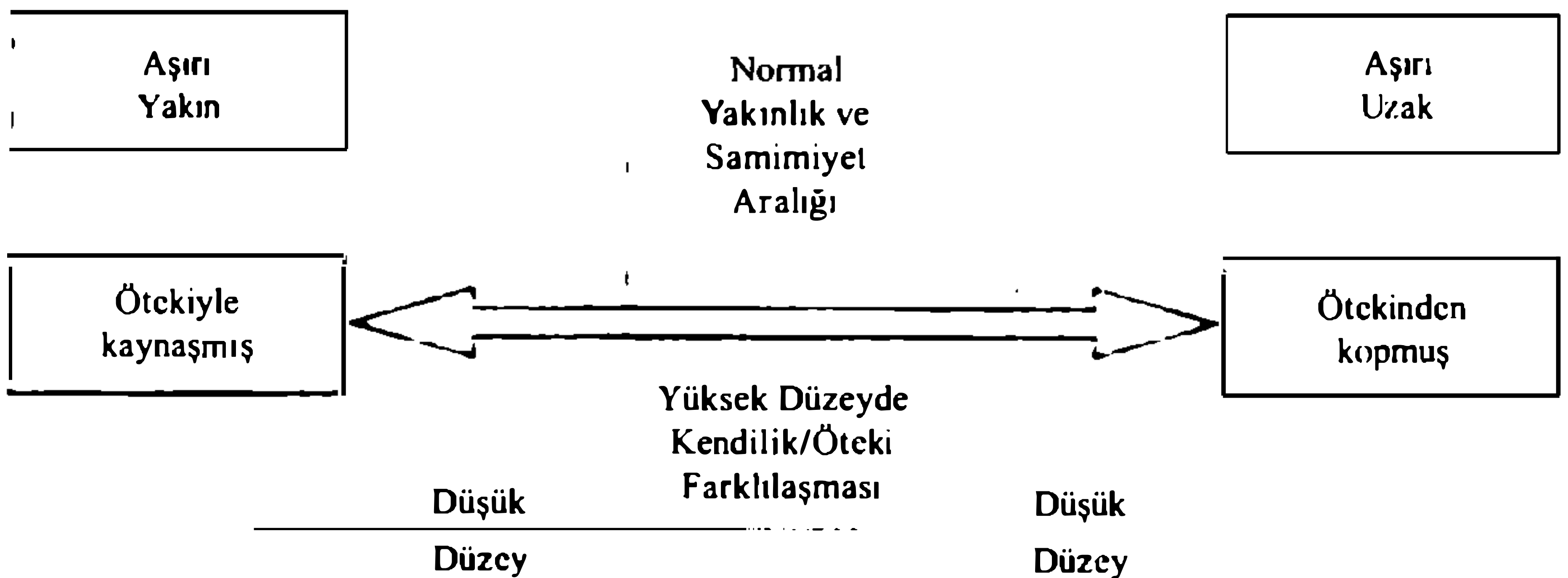
Şekil 10.2

İstikrarsız bir ikilinin, üçlü bir ilişki oluşturarak, kaygıyı üçüncü bir kişiye aktarması.

Farklılaşma: Kendiliği Anlamanın Anahtarı

Bowen'ın (1976, 1978) kuramındaki asli kavramlardan biri de farklılaşmadır. Farklılaşmanın iki bileşeni vardır; **kendilik/öteki farklılaşması** ve **duygusal farklılaşma**. Tüm bireyler büyümeye ve ayrılmaya yönelir, yakınlık ve birliktelik gereksinimiyle geri çekilir. Birliktelik gereksinimi türün hayatta kalmasını güvence altına aldığından evrimsel olarak programlanmıştır. Aile sistemindeki farklılaşma düzeyi iyi olduğunda, çocuk diğer aile üyelerinin duygusal güç alanlarına sağlıklı biçimde dolaşmaksızın kimliğini geliştirebilir, yani kendi adına düşünmeyi ve hissetmeyi öğrenebilir. Diğer taraftan farklılaşma düzeyi düşük olan ailelerdeki duygusal atmosferde, çocuk sürekli birilerine tepki verecek şekilde davranıyordur; örneğin zıtlaşmacı bir çocuk ebeveynlerinin duygusal güvensizliği karşısında tepki gösterir, ebeveynler de bunun üzerine kontrolü artırır, bu da çocuğun olgun olmayan davranış tepkisini artırır.

Kendilik/Öteki Farklılaşması: Bu kilit taşı niteliğindeki kavramda, insanları **kaynaşma** ve **farklılaşma** düzeyleri tanımlar. Kendilik/öteki farklılaşması, kendilik ve öteki arasındaki yakınlık-samimiyet düzeyi ile mesafe düzeyini anlatır. Farklılaşma düzeyi düşükse, kaynaşmış ya da ortakyaşar [simbiyotik] ilişki olduğu söylenebilir. Bowen bu kaygılı bağlanma türünü **kaynaşma** [füzyon] olarak adlandırdı: “İki insan arasında ortakyaşar bağlanma ve sınırların bulanıklaşması mevcuttur, yoğun kaygı aktarımı dolayısıyla her iki kişi de öbürü olmadan hayatta kalamayacağına inanmış haldedir” (Guerin ve diğ., 1996, s. 10-11). Bu tür bir ilişkide her iki kişiyi de tuzağa düşüren bulaşıcı bir kaygı bulunmaktadır. Mesafe çok fazla olduğunda, ilişki kesilmiş diye tanımlanabilir. Yakınlık/samimiyet düzeyinin uygun aralıkta olması gerekir: Çok yakın olduğunda iç içe geçmiş, çok uzak olduğunda ilişki kesilmiş olur. Herhangi bir ilişkide bir dereceye kadar gelgitler meydana gelir; zaman zaman bir partner, yalnızlığın tadını çıkarmak için mesafe koyar ya da uzaklaşır, ardından ilişkisel alana geri döner; ama bunlar aşırı uçlarda seyretmez. “Belki daha az aşırı biçimlerde olmakla beraber, bütün ikili ilişkilerde aynı yakınlık-uzaklık döngüleri sergilenir, örneğin ebeveyn-çocuk, kardeş, karı-koca, hatta arkadaş ilişkilerinde” (Guerin ve diğ., 1996, s. 11). Daha farklılaşmış bir konumda, yakın olma ile farklılaşma arasında denge vardır, ne kaynaşılır ne de kopulur (bkz. Şekil 10.3).



Şekil 10.3

Farklılaşma Düzeyi ve Yakınlık-Mesafe Çizgisi

Duygusal Farklılaşma: Kendiliğin duygusal farklılaşması düşünsel ve duygusal süreçler arasında ayırım yapma kapasitesini anlatır. Bowen (1976) “kuramımın özü, insanların *his* süreci ile *düşünce* süreci arasında

ne ölçüde ayırım yapabildiğiyle ilişkilidir” (s. 59). Duygusal ve düşünsel alanları en kaynaşmış olan bireyler, en zayıf işlevselliğe sahiptir. “Hissetme ile düşünmeyi birbirinden en iyi şekilde ayırabilenler ya da kendilik farklılaşması en yüksek düzeyde olanlar, yaşam stresiyle baş etmede en fazla esnekliğe ve uyum sağlama becerisine sahip, her türlü sorundan en azade olanlardır” (s. 59). Kişi aşırı kaynaşmış konumda olduğunda, işlevselliğinde duygusallık ağır basar ve zihin “duygu sisteminin eklentisi” haline gelir (s. 66). İşleyiş düzeyi daha yüksek olduğunda duygusal ve düşünsel alanlar arasındaki ayırım daha net hale gelir. Düşük düzeyli farklılaşmada takılıp kalmış ailelere **farklılaşmamış benlik yığını** denir. Bowen iki uç arasındaki farklılığı şöyle anlatır: “Farklılaşması düşük olan kişi hisler dünyasında esir olmuştur. Duygusal yakınlığın rahatlığına ulaşma çabaları kaynaşmayı artırabilir, bu da ötekilerden uzaklaşıp yabancılaşmasına sebep olabilir. Hayatı boyunca duygusal dünyasını yaşanabilir bir dengeye getirmeye çabalar. Duygularının esiri olmuş bu insanların bir kısmı, gelişigüzel, tutarsız, düşünce ürünü gibi görünen sözlerle içinde bulundukları durumu anlatmaya çalışır. Farklılaşma düzeyi yüksek olan biri, kaynaşma korkusu olmadan rahatlıkla duygusal alanda yer alabilir. Yaşamını yöneten kararlar alırken sakin, mantıksal akıl yürütmeye de rahatlıkla geçebilir. Mantıksal düşünce süreci, duygusal kaynaşma halindeki kişinin tutarsız, düşünce ürünü gibi görünen ifadelerinden oldukça farklıdır” (s. 67).

Bowen, farklılaşma kademelerini o’dan 100’e kadar ifade eden bir ölçek geliştirdi ve her bir çeyreğe düşen kişilerin profillerini ekledi. Bu ölçek klinik ya da araştırma alanında kullanılacak psikometrik bir araçtan çok kuramsal netleştirmeyi amaçlıyordu. Duygusal farklılaşma düzeyi bazı insanlarda değişebilirken, bazılarında oldukça istikrarlı kalır.

Sağlam Kendilik ve Sözde Kendilik: **Sağlam kendilik**, kaynaşma deneyimlerine girmez ve yüksek farklılaşma düzeyi olanlarda belirgindir. Diğer yandan **sözde kendilik**, -mış gibi yapılan kendiliktir, duygusal baskı ve talepler karşısında ortaya çıkabilir. Daha zekiymişiz ya da olduğumuz kadar zeki değilmişiz, daha güçlüymüşüz ya da daha zayıfmışız gibi yapan kısmımızdır. Farklılaşması düşük düzeyde olan kişilerin başkalarının beklentileri karşısında değişme ve uyum sağlama eğilimi vardır. Aile üyeleriyle ilişki içinde duygusal teması sürdürürken, duygusal farklılaşma ve

kendilik/öteki farklılaşması sürecinde olan birey, **kendiliği tanımlamaktadır**. Kendiliği tanımlamak, bir anlamda, ötekilerle bütünleşirsek korunacağımıza dair kaynaşma fantezisinin terk edilmesidir. Duygusal tepkiselliğimiz ne kadar yüksek olursa, hakiki ya da sağlam kendiliğiniz o kadar az tanımlanmış olur ve sözde kendiliği daha fazla eyleme vuruyor oluruz. Bowen’a göre (1976), “Çoğu eş, yetişkin yaşamlarının en yakın ve en açık ilişkisini kur yaptıkları sırada yaşıyor olabilir. İster nişanlanma, ister evlenme, isterse de birlikte ilk evlerini kurdukları sırada olsun, kendilerini kalıcı olarak birbirlerine adadıkları zaman, iki sözde kendiliğin ortak bir kendiliğe dönüşerek kaynaşması meydana gelir” (s. 79). Bu noktalardan herhangi birinin akabinde, ötekinin hakiki kendiliğiyle tanıştıkça sözde kendiliğin artık tutunamaması nedeniyle evliliğin sendelemesi, klinisyenlerin sık karşılaştığı bir şeydir.

İşlevsel/İşlevsiz Aile Sistemleri

İşlevsiz aileler, duygusal tepkinin davranışı belirlediği bir sürece kapılmıştır. Aile içinde farklılaşma düşüktür, strese uyum sağlama zayıftır. İşlevselliği yüksek olan ailelerde, ailenin duygusal sistemi semptomatik patlamalar olmaksızın daha fazla stresle baş edilebilir.

Çekirdek Aile Duygusal Sistemi: Çekirdek ailenin bir kuşak içindeki duygusal işlevselliği anlamına gelir. Temel ilişki örüntüleri bir kuşaktan diğerine aktarılarak geçmişin örüntülerini tekrarlayabilir. Birden çok kuşağın tarihçesi dikkatle toplanır ve geçmiş kuşakların işleyiş biçimi yeniden kurgulanırsa, gelecek kuşaklar hakkında öngöründe bulunulması söz konusu olabilir.

Ailede Yansıtma Süreci: “Baba-anne-çocuk üçgeninde işleyen bu süreçte, ebeveynlerin farklılaşmamış olması bir veya daha fazla çocuğa hasar verir” (Bowen, 1976, s. 81). Bu mekanizmayla diğer aile üyelerine de farklılaşmama hali yansıtılır. Bunun bir kısmı evliliğe yedirilebilir ya da eşlerden birinin hastalığı olarak alınabilir, bu da çocuğa yansıtılacak miktarı azaltır. Bowen çeşitli etmenleri şöyle açıklar:

Ailede yansıtma süreci için seçilen çocuklar annenin yaşamındaki stres sırasında rahme düşmüş ve doğmuş olanlardır; ilk çocuk, en büyük çocuk, tek çocuk, duygusal olarak anne için özel olan ya da annenin baba için özel olduğuna inandığı çocuk. Özel çocuklar ge-

nelde tek çocuklar ve en büyük çocuklar, karşı cinsiyetten birçok çocuk arasında yer alan diğer cinsiyetten tek çocuk ya da engelli çocuktur. Aksi, sağlıklı, katı ve başlangıçtan itibaren anneye yanıt vermeyen özel çocuklar da önemlidir. Annelerin önemli bir kısmının, kendi ailelerinden getirdikleri yönelime bağlı olarak, oğlanlara ya da kızlara kaşı temel bir tercihi vardır. Annelerin, herkes için eşitliği ne kadar savunurlarsa savunsunlar, bütün çocuklarına eşit duygusal yatırım yapması olanaksızdır. (s. 82-83)

Bu çocuklara genel olarak **üçgenlenmiş** denir, çünkü ailedeki yansıtma sürecinin odağındadırlar. Birden çok kuşağı içeren aile geçmişi alındığında, neredeyse tüm ailelerde bir çocuğun diğerlerine göre daha fazla üçgenlenmiş olduğu ve daha düşük farklılaşma düzeyinde işlev gösterdiği görülecektir.

Duygusal Kopuş: Kişi, ebeveynleriyle çözümlenmemiş duygusal bağlanmalarıyla baş edebilmek için ebeveynlerini hayatından kesip atabilir. Duygusal/fiziksel olarak uzaklaşılan ya da fiziksel olarak uzaklaşmayıp yakınlık ve samimiyete “alerji” geliştirilen bu örneklerde, normal sağlıklı ayrılma süreci daha kısa süreli yaşanmış gibi görünür (Bowen, 1976, s. 84). Duygusal kopuşlar duygusal farklılaşma düzeyine denktir; bir başka deyişle, her şeye sıfırdan başlamak üzere ailesini kesip atan kişi, çözümlenmemiş süreci yeni kuşağa taşır. Bowen’ın aktardığı bir örnekte, çocuk yetişkinliğe dek ebeveynleriyle birlikte yaşamaya devam eder ve psikoza giderek kendisini yalıtır. Duygusal kopuşların farklı kademeleri bulunur.

Kuşaktan Kuşağa Aktarım Süreci: İlişkisel sistemler kuramında muazzam öneme sahip olan bu kavramsal yapı, bir kuşaktan diğerine çözümlenmemiş sorunların geçmesini açıklamaktadır. Kuşaktan kuşağa aktarım sürecinde genellikle bir kuşaktan diğerine duygusal farklılaşma düzeyi giderek azalır. Sağlıklı ailelerde farklılaşma düzeyi kuşaklar boyunca makul surette tutarlı seyreder. Üçgenlenmiş konumdaki çocukların işlevselliği, diğer kardeşlerine göre daha zayıftır; kardeşlerin farklılaşma düzeyi ebeveynlerinkiyle aşağı yukarı aynıdır.

Kardeşlerin Konumları: Bowen’ın (1976) araştırması, Toman’ın (1961) kardeş konumlarına dayanarak geliştirdiği 10 temel kişilik profilinden uyarlanmıştı. Bu profillerin normal profillerle örtüşme biçimi, ailenin ve bireyin işlevselliğini aydınlatılabilir. Örneğin en küçük çocukmuş gibi işlev

gören en büyük çocuğun farklılaşma düzeyi düşüktür. Bowen “Araştırmalarıma ve terapilerime dayanarak, insanların güncel ve geçmiş kuşaklarda kardeşler arasındaki konumunu bilmekten daha önemli bir veri parçası olduğuna inanmıyorum” (s. 87).

Duygusal Gerileme: Farklılaşmanın olmaması, duygusal tepkisellik ve zayıf iletişim nedeniyle duygular ve çatışmalar uygun biçimde karşılanıp ve ifade edilmediğinde, aile duygusal sistemi içinde kaygı inşa edilir. Bu kaygı günlerce, yıllarca, hatta yaşam boyu sürebilecek gerilemelere neden olabilir. Süreç döngüsel hale gelir; gerileme derinleştikçe ve aile üyelerinin baş etme biçimi zayıf devam ettikçe, daha fazla kaygı uyanır ve aile içindeki üçgenler artar.

Kaygı

Bowen (1976) tüm organizmaların kaygıya uyum sağlayabileceğine, hatta “kısa süreli kaygı patlamalarıyla baş etmek için yerleşik mekanizmalara” (s. 65) sahip olduğuna inanır. Neredeyse tüm organizmalar, kaygı düşük düzeydeyse normal görünebilir. Kaygı artıp kronik hale gelirse, organizmada ya da ilişki sisteminde gerilim oluşur; bu da hastalığa ya da işlev bozukluğuna neden olabilir. “Kaygının bulaşıcı olması gibi bir olgu da vardır; kaygı, aile veya toplum geneline yayılabilir” (s. 65).

Akut Kaygı: Akut kaygı gerçek bir tehditten kaynaklanır (Freud’un kavramına benzer). Bu tür kaygı kısa aralıklarla meydana gelir ve farklılaşması uygun düzeyde biri tarafından özümseenebilir. Akut kaygı, olabilecek şeylere değil olan şeylere dairdir.

Kronik Kaygı: Kronik kaygı hayali tehditlerden kaynaklanır ve dağılmaz, uyum sağlama kapasitesine yük olur. Bedensel bozukluklara, duygusal işlevsizliğe ya da toplumsal işlevsizliğe sevk edilebilen kaygı, uzun süredir devam eden kaygıdır. Kronik kaygı yaşayan kişi, meydana gelebilecek şeylerden korkar. Kronik kaygı eylemler ve tepkiler sisteminde var olur, genellikle ilişkisel matriksteki rahatsızlıkla ilişkilidir. Kronik kaygı, duygusal farklılaşması zayıf sistemlerin alametifarikasıdır. Farklılaşma düzeyi ne kadar düşük olursa, uyum sağlama kapasitesi de o kadar düşük olur ve kişi stres karşısında o kadar savunmasız kalır. Bu sistemlerin kaygı düzeyi belli bir eşiğe ulaştığında, denge yeniden kuruluncaya dek semptomatik davranışlar ortaya çıkabilir. Süregiden kronik kaygı var ol-

duğunda kişilik rahatsızlığı ortaya çıkabilir ve kronik örüntüler pekişebilir. İlişkiler kaygıyı zapt etmenin en yaygın ortamıdır. Kerr (1988) bazı olası kişilik yapılanmalarını ve değişkenlerini betimler: “Bağlanma gereksinimlerini inkar eden insanlar da sürekli ilişki arayışı içinde olanlar kadar ilişki bağımlısı olabilir. Sürekli sosyal temas arayanların o temas aracılığıyla zapt edebileceği kadar kaygıyı, yalnız olanlar da insanlardan kaçınarak zapt edebilir. Farklılaşması düşük olup yalnız takılan insanlar genellikle ‘şizoid’ diye etiketlenir. Farklılaşması düşük olup sürekli çalkantılı ilişkilerde bulunan insanlar genellikle ‘histerik’ diye etiketlenir. Şizoidler ve histerikler aynı temel sorunla cebelleşir: Başka insanlara duyulan duygusal ihtiyaç da tepkisellik de yüksek düzeydedir. Farklılaşma düzeyi azaldıkça sürecin yoğunluğu artar” (s. 48).

Kaygı Akışı: Kaygı hem dikey hem yatay yönlerde akabilir (E. A. Carter, 1978). Kaygının **dikey** akışı, kaygının “özellikle duygusal üçgenleşme üzerinden kuşaklar boyunca aktarılan ilişki kurma ve işlev gösterme örüntülerinden kaynaklandığı” süreçtir (McGoldrick & Gerson, 1985, s. 6). Örneğin bir ailede anne, kendi annesiyle iç içe geçmiş bir ilişki içindeydi. Kız çocuklarından biri doğduğunda, onu kocasına “benim çocuğum” olarak tanıttı; beraberinde gelen beklenti, çocuğun hayatı boyunca kendisine bakacağı yönündeydi. Bu, düşük düzeyli farklılaşmanın görüldüğü bir ortakyaşar ilişkinin başlangıcıydı.

Yatay kaygı, çekirdek aile “yaşam döngüsündeki kaçınılmaz değişimlerle, talihsizliklerle ve geçişlerle baş ederek zaman içinde ilerlerken” aile üyelerine yayılır (McGoldrick & Gerson, 1985, s. 6). Dikey ve yatay kaygının etkileşimi, ailedeki işlev bozukluğunu kötüleştirebilir. Yukarıdaki örnekte, annesine ortakyaşarlık ilişkisi içinde bağlanmış çocuk tarafından karşılaşılan normal gelişimsel geçişler büyük kriz noktaları yaratır. Kız üniversiteye gitmek üzereyken, anne kızının peşinden gitmekle tehdit etti; kızı kendisinden uzaklaşmasın diye, bireyselleşmesinin altını ouyordu.

Kişilik özellikleri ve örüntüleri, psikodinamik modellerdeki gibi, kaygıyı zapt etmeye yarayabilir. Farklılaşması düşük sistemlerde, kişilik özellikleri abartılabilir. Kaygılı hale gelen kişi, yüklerinden kurtulmanın yolunu arar ve kendi yapacağı şeyleri başkalarına yaptırmaya kalkabilir.

Bu süreçte, patronluk taslayan biri, bağımlı ve çaresiz olan birinin ayna imgesi haline gelebilir (Kerr, 1988).

McGoldrick ve Gerson (1985, s. 5) günümüzde *bütüncül model* denen temel sistemik bakış açısını özetler (Magnavita, 2000): “Sistem üyelerinin uyum sağlama çabaları sistemin birçok düzeyinde yankı bulur – biyolojik, intrapsişik, kişilerarası düzeylerde, yani çekirdek ve geniş aile, topluluk, kültür ve ötesinde (Bowen, 1978; Engel, 1980; Scheflen, 1981).” Her ne kadar bu etmenler sistemik düşünürler tarafından tanımlanmış olsa da, bunları açıklamaya girişen bütüncül bir kişilik modeli geliştirilmemişti. Bu bütüncül modele 12. Bölümde döneceğiz ve bu bileşen etmenlerin karşılıklı olarak nasıl ilişkili olduğunu araştıracağız.

Aile Terapisinin Doğuşu

Bowen (1976) Amerika Ortopsikiyatri Derneği’nin Mart 1957’de Chicago’daki bir toplantısında aile hareketinin başlangıcını betimler: “Küçük ve sakin bir toplantıydı. Spiegel, Mendell, Lidz ve Bowen tarafından yapılmış araştırmalar üzerine makaleler vardı. Makalemde 1955’in sonundan beri araştırmamda kullandığım ‘aile psikoterapisinden’ bahsettim. Bu terimin ilk kez bir ulusal toplantıda kullanıldığını sanıyorum. Her halükarda, aile terapisinin patladığı tarih olarak Mart 1957’yi verirdim. (...) 1958’deki ulusal toplantılarda aile terapisi oturumlarını dolduran onlarca yeni terapist, bir önceki yıl yaptıkları aile terapilerini anlatmaya hevesliydi” (s. 55). Aile terapisi, dönemin terapötik ve kuramsal yönelimlerinden radikal bir kopuştan doğdu.

Çağdaş Bakış Açıları:

Sistematik Temelli İlişkisel Kişilik Kuramı

Bu metinde sunulan diğer birçok yenilikçi model gibi, ilişkisel-sistemik kuramın gelişimi de diyalektik bir süreçte meydana geldi. Bireye odaklanan psikodinamik model bu bölümde sunulan modele göre sarkacın diğer ucundadır. Sistemik-ilşkisel model birçok açıdan ezberleri bozmuştur; pek çok özgün formülasyon ortaya koymuş, ayrıca psikolojiden başka disiplinlerden kavramlar almış, biyolojik, antropolojik ve evrimsel kuramlardan yararlanmıştır. Sistemler kuramının takip ettiği hatlar, klasik kişilik kuramınıninkilerden ayrıydı; bu iki uzmanlık alanındaki

çalışmacılar arasında pek etkileşim olmuyor, haliyle çapraz aşılama gerçekleşmiyordu. Radikal davranışçılarda olduğu gibi, aile sistemleri çalışmacılarının birçoğu modelin “saf halinin” peşinden giderek, bireysel modelleri reddediyordu. Sistemik kuramın neredeyse bütün yayınlarında, sistemler kavramı ve kişilik kuramı karşılıklı olarak birbirini dışlıyormuş gibi, kişilik kavramının bahsi bile geçmiyordu.

İlişkisel Kişilik Modelleri Geliştirme Atılımı

Şimdiye kadar sunulan gelişmeler ve modellerde gördüğümüz gibi, kişilik kuramları ve kavramları ağırlıklı olarak psikoterapi ve psikopatoloji modellerinden ortaya çıkmıştır. Psikiyatride ve ruh sağlığı uzmanlıklarında bireysel zihinsel bozukluk modelleri ana akım model haline geldiğinden, ilişkisel yönelimli kuramcılar ve terapistler hoşnutsuzluk içinde, sistemik kuramla daha uyumlu, ilişkisel yönelimli bir tanı sistemi geliştirme olasılığını araştırmaya başladı. DSM’nin çeşitli baskılarında önerilen zihinsel bozuklukların sınıflandırma sistemi, taksonomi güçlüklerine ve geçerlilik sorunlarına rağmen alanı ilerletti. Herhangi bir tanısal sistemin yükselişi hem kişilik kuramlarının gelişimi hem de kardeş disiplini psikopatoloji için hayati önem arz eder. Reis’e göre (1996) tanı kılavuzu “dünya çapında yatan hastaların ve ayakta hastaların tedavilerinin planlanması için önemli bir temel oluşturur. Klinik kayıt tutmanın merkezinde yer alır, eğitim programlarını ve ders kitaplarını yapılandırır, geri ödeme sistemlerinin ve sağlık hizmetleri planlamasının hayati bir bileşenidir” (s. xii). Kişilik kuramı ve kişilik bozuklukları üzerine birçok çağdaş metinde temel olarak bireyci sistem kullanılır (Livesley, 1995; Millon & Davis, 1996a; Millon ve diğ., 2000). Tanı kılavuzu ayrıca tanı kriterlerini daha güvenilir kılarak araştırmaları beslemiştir.

Sistemik yönelimli uzmanlar için bir hastalık sınıflandırma sistemin yokluğu, alandaki birçok kişinin ilişkisel bir sistem geliştirme gereksinimini düşünmeye başlamasına neden oldu. Kaslow’a göre (1996), “yazarların net çoğunluğu ve aile terapisi uygulayan pek çok terapist, işlevsiz aile örüntüleri başlığı altında toplanabilecek çeşitli sorunları, sendromları ve etkileşimsel güçlükleri sınıflandırma arayışındaydı” (s. 3). Kaslow’un itici gücüyle, Ailesel Tanı Koalisyonu ile Tanı ve Tedavi Çalışma Grubu içinde yer alanların katkılarıyla bu sistemin kavramsallaştırılması için bir forum meydana geldi. *Handbook of Relational Diagnosis and Dysfunctional Fa-*

mily Patterns (İşlevsiz Aile Örüntüleri ve İlişkisel Tanı El Kitabı) serisinin önsözünde Kaslow bu durumu şöyle ifade eder: “Duygusal eşlerle, çocuklarla, ebeveynlerle, kardeşlerle ve diğer ilişkilerde güçlü kişilerarası bağlar kurma becerimiz, insan oluşumuzu tanımlayan anahtar niteliklerden biridir. Bu ilişkiler kim olduğumuzu ve neye dönüştüğümüzü şekillendirir, büyük tatmin ya da muazzam acı kaynağı olabilir. Yine de davranış ve toplum bilimlerinin çiftlere ve aile dinamiklerine gerçekten odaklanmaya başlaması yirminci yüzyılın ortalarını bulmuştur; bu çalışmalardan ortaya çıkan kuram ve bulguların sorunlu çiftler ve aileler için etkili terapi müdahaleleri geliştirilmek üzere kullanılması ise ancak son yirmi-otuz yıldır yapılmaktadır” (s. v).

Dördüncü Bölümde tartıştığımız üzere, ilişkisel bilim yeni bir disiplin olarak ortaya çıkmaktadır. Bu heyecan verici alandaki önde gelen araştırmacılardan biri olan Ellen Berscheid (1999) ilişkisel bilimin önemi hakkında yazar: “İlişkilerin içine doğarız, ötekilerle ilişkiler içinde yaşarız ve öldüğümüzde ilişkilerimizin etkisi bizden sonraya kalır, yaşayanların ilişkilerinin dokusu yankılanarak yaşamaya devam eder” (s. 262).

İlişkisel Üçgen Merceğinden Kişiliği Anlamak

Kişiliğin kökenini ve normal-anormal gelişimini anlamak için ilişkisel üçgeni kullanan kişilik kuramcısı çok azdır. Sanki sistemler kuramının düşünürleri kişilik hakkında hiç okumamış ve dolayısıyla bu kavramsal yapının kuramsal modellemede ne işe yarayabileceğini görememişler gibidir. Bank ve Kahn (1982) şöyle yorumlar: “Bu tür aile sistemleri kuramcıları kendilikten ya da insanın içindeki hislerden bahsetmez ... Olma sürecinde tek bir kişi yoktur” (s. 6). Sistemik ilişkisel modelin gelişimindeki öncülerden biri olan Guerin ve meslektaşları, Bowen’ın kuramsal formülasyonunu genişleterek, çeşitli üçgensel ilişkileri içine alan bir tipoloji geliştirmiştir.

Guerin ve meslektaşları (1996) üçgensel ilişkilere dair iki ayrı eksende üç temel tipoloji önerdi. İlk eksen, ister çocukla ister evlilikle ilgili olsun, çatışma alanını tanımlar. İkinci eksen, üçgendeki üçüncü kişinin geniş aile sisteminin dışında mı (aile dışı üçgen) içinde mi (aile içi üçgen) olduğudur. Böylece altı tip üçgen ve alt tipleri ortaya çıkabilir (bkz. Tablo 10.1).

Evlilik ve Yetişkin Üçgenleri: Çiftler aralarındaki farklılıkları çözümlemediğinde evlilik üçgenleri meydana gelir: “İlişkinin açık ya da gizli enkazı görmezden gelindiğinde, üçgenleşme için bereketli bir zemin hazırlanmış olur; bu üçgenleşme aile içinde de kalabilir, ailenin dışına da yansıtılabilir” (Guerin ve diğ., 1996, s. 150). Uzun vadede üçgensel yapılandırmalar işe yaramaz ve genelde ilişkinin sonunu getirir. Bunlar iki alt kategoriye bölünebilir: **Aile dışı** ve **aile içi**.

Tablo 10.1 Üçgen Tipleri ve Alt Tipleri.

	Evlilik Üçgenleri	Çocuk ya da Ergen Üçgenleri	Yetişkin Birey Üçgenleri
Aile dışı üçgenler	Evlilik dışı ilişkiler Sosyal ağ üçgenleri Mesleki üçgenler	Okulla ilişkili üçgenler Sosyal ağ/akran üçgenleri	Sosyal ağ üçgenleri Mesleki üçgenler
Aile içi üçgenler	<i>İlk aile</i> Eşin ailesi üçgenleri Birincil ebeveyn üçgenleri <i>Çekirdek Aile</i> Çocuk merkezli üçgenler	<i>İlk aile</i> Üç kuşaklı üçgenler <i>Çekirdek Aile</i> Semptomatik çocuk üçgenleri Hedef çocuk üçgenleri Ebeveyn ve kardeş üçgenleri Kardeş alt sistemi üçgenleri Üvey aile üçgenleri	<i>İlk aile</i> Birincil ebeveyn üçgenleri İşlevsiz çift üçgenleri Kardeş alt sistemi üçgenleri <i>Çekirdek aile</i> Eş ve çocuk üçgenleri

Kaynak: Working with Relationship Triangles (İlişki Üçgenleriyle Çalışmak) by P. J. Guerin Jr., T. F. Fogarty, L. F. Kay, J. G. Kautto, © 1996. Guilford Press izniyle yeniden basılmıştır.

Aile içi kategoriler yeterli gelmediğinde, aile dışı üçgenler etkinleşir; evlilikdışı ilişkiler, sosyal ağ üçgenlerini ve mesleki üçgenler bu kapsamdadır.

- **Evlilikdışı ilişki üçgenleri**, kaygı ve gerilimle baş etmek için, süreci üçüncü bir şahsa dışsallaştırmaktır. Her ne kadar geçici olsa da, çoğu zaman gerilimi azaltmaya ve evliliğe istikrar kazandırmaya hizmet eder. Açığa çıktığında ise, bu ilişki asıl sorun haline gelebilir.
- **Sosyal ağ üçgenleri** bireyi aşırı derecede etkileyen, ailenin dışındaki sosyal grupları içerir. Örneğin ilişkileri çatışmalı olan bir çiftte, erkeğin asıl çevresi bardaki “çocuklar” olmuştu. Sosyal kulüpler ve topluluk etkinlikleri de bu işlevi yerine getirebilir.

- **Mesleki üçgenler**, evlilikten kayda değer miktardaki gerilimi devralan ve eşi rahatsız eden yoğun duygusal bağlanma olduğu zamanda söz konusudur. Kişi iş yerindeki ortamı için aile hayatını terk etmiş, duygusal ihtiyaçlarını asıl ilişkisi yerine iş yerindeki ailesinden karşılıyor olabilir.

Aile içi üçgenler eşin ailesiyle üçgenleri, çocuklarla üçgenleri, eş ve kardeş üçgenlerini, her eşin kendi ebeveynleriyle üçgenleri içerir.

- **Eşin ailesiyle üçgenler** kişi ilk ailesinden asıl ilişkisine geçiş yapmadığında söz konusu olur. Bu üçgensel yapılandırmada, kişi, ilk ailesiyle aşırı derecede tepkisel duygusal bağları sürdürmenin peşindedir ve evlilik ilişkilerine ikincil önem atfeder. Birincil ilişki sistemiyle sınırların muğlaklaşması ve çekirdek aile pahasına ilk aileye aşırı yatırım söz konusudur. Adamın her sabah annesine kahve içmeye gitmesi, bu arada eşini ve çocuklarını gözardı etmesi; bir ebeveyne sadakat ya da idealizasyonun sürdürülmesi ve eşin her zaman anne veya babadan sonra gelmesi; bir ebeveynin talepkâr veya kontrolcü olması, üçgenlenmiş bireyin ses çıkarmamasını beklemesi gibi durumlar olabilir.
- **Çocuklarla üçgenler** "hazır" gelir (Guerin et al., 1996, s. 187). Bu üçgensel ilişkilere kapılmak çok kolaydır. "Tıpkı George'un annesine" benzeyen çocuk örneğini hatırlayın; bu, üçgensel ilişkilerin ifade edilmesinin yaygın bir yoludur. Çocuklar, az gelişmiş duygusal sistemleri nedeniyle, yansıtmalara ve üçgenleşmeye karşı savunmasızdır.
- **Eş ve kardeş üçgenleri** birinin, kardeşine ya da kardeş alt sistemine (iki ya da daha fazla kardeş) aşırı derecede yatırım yapmasıdır. Örneğin bir adamın, küçük kardeşinin sıkıntılarını çözmek için sürekli ona para vermesi, aşırı zaman ve enerji harcaması.
- Her eşin **birincil ebeveyn üçgenleri** her eşin kendi ebeveynleriyle içinde bulunmuş olduğu konumu anlatır. İlk ailedeki asıl üçgende doğmuş olan bir hassasiyet veya duygusal tepkisellik, yeni ilişkiye taşınır. İlk ailesinde ebeveynleriyle olan üçgende asi rol benimsemiş olan kadının, arabayı o kadar dengesiz kullanmaması yönünde kocasından gelen tavsiyeye tepki olarak gaza basması gibi.

- **Okulla ilişkili üçgenler** çocuğun semptomatik davranışında dışa vurulan ebeveyn-öğretmen çatışmasını içerir. Örneğin aşırı derecede müdahil bir anne, öğrenme güçlüğü olan oğlu için öğretmenin uygun eğitim deneyimi sağlamadığından endişe ediyordu ve öğretmeni çocuğun önünde eleştirdi. Çocuk okulda davranış sorunları göstermeye başladı, okul psikoloğunun müdahalesi gerekti.
- **Sosyal ağ üçgenleri** genelde ergenin yaşıtlarıyla ebeveynlerin kabul edilemez bulduğu ilişkileri içerir. Bu bir dereceye kadar yaygın bir gelişimsel aşama olsa da, bazı örneklerde aşırı hale gelebilir. Örneğin annenin, ne işler karıştırdıklarını öğrenebilmek için, oğlunu uygunsuz arkadaşlarını eve çağırmaya açıktan teşvik etmesi. Anne yanlışlıkla arkadaşlar arasındaki bağı güçlendirdi; bu da çocukların evde madde kullanmayı alışkanlık haline getirmesiyle sonuçlandı. Mesafeli ve edilgen baba olaya müdahil olmadı, ta ki oğlu tutuklanıncaya kadar.
- **Semptomatik çocuk üçgenleri**, çocukla ilişkisinde bir ebeveynin aşırı yakın, birinin mesafeli olmasını içerir. Semptom gösteren çocuk, sistemdeki kaygıyı zapt eder. Belli mizaçlar, fiziksel veya duygusal hassasiyetler de çocuğun semptom taşıyıcısı haline gelme olasılığını artırır; astım gibi fiziksel hassasiyetler şiddetlenebilir. Dördüncü Bölümde anlatılan uyuşma düzeyi paradigması da bir başka önemli değişkendir; ebeveyn-çocuk arasındaki uyuşma “yeterince iyi” değilse, çocuk semptom patlamasına daha açıktır.
- **Hedef çocuk üçgeni**, bir ebeveynin özel gördüğü, öbürünün hınç beslediği çocuğu içerir. Bu genellikle eşe duyulan öfkenin yer değiştirip çocuğa yansıtılmasından kaynaklanır. Örneğin çocuk, adamın idealleştirdiği ve sürekli eşiyle kıyasladığı, eşinin hiçbir zaman boy ölçüşemeyeceği annesine benziyor olabilir.
- **Ebeveyn ve kardeş üçgeni**, semptomatik çocuk ve kardeşi içerir, tek ebeveynli ailelerde en açık şekilde görülür. Genellikle büyük çocuk “mecburen” fazla sorumluluk sahibi ama yetkisiz bir konuma getirilir. Bu çocuk ebeveyn rolünden çocuk rolüne geçişler yapmak zorunda kalır ve bu da stres yaratır.
- **Kardeş alt sistemi üçgenleri**, “anoreksi, ağır kişilik bozuklukları ve psikotik düzeyde süreçlerin olduğu ailelerde” en sık görülür (Gu-

erin ve diğ., 1996, s. 210). Üç kardeşin bir yan üçgen kurması durumudur. Örneğin eve uğramayan babaya karşı iki çocuğun cephe alması, üçüncü çocuğun onlara katılmaması ve “sorun kaynağı” diye tanımlanması. Asıl üçgen, babaya sadakat ilişkisi olabilir.

- **Üç kuşaklı üçgen** tipik olarak büyükebeveyni, ebeveyni ve çocuğu içerir. Örneğin ebeveyn otoritesinin ve işlevinin büyükbaba tarafından sabote edilmesi.
- **Üvey aile üçgenleri**, üvey aile ilişkilerinin çarpık hale geldiği üçgensel yapılanmalardır. Örneğin kötü üvey anne/baba üçgeni, mükemmel üvey anne/baba üçgeni, eski eşin hayaleti üçgeni, dede/nine üçgeni.

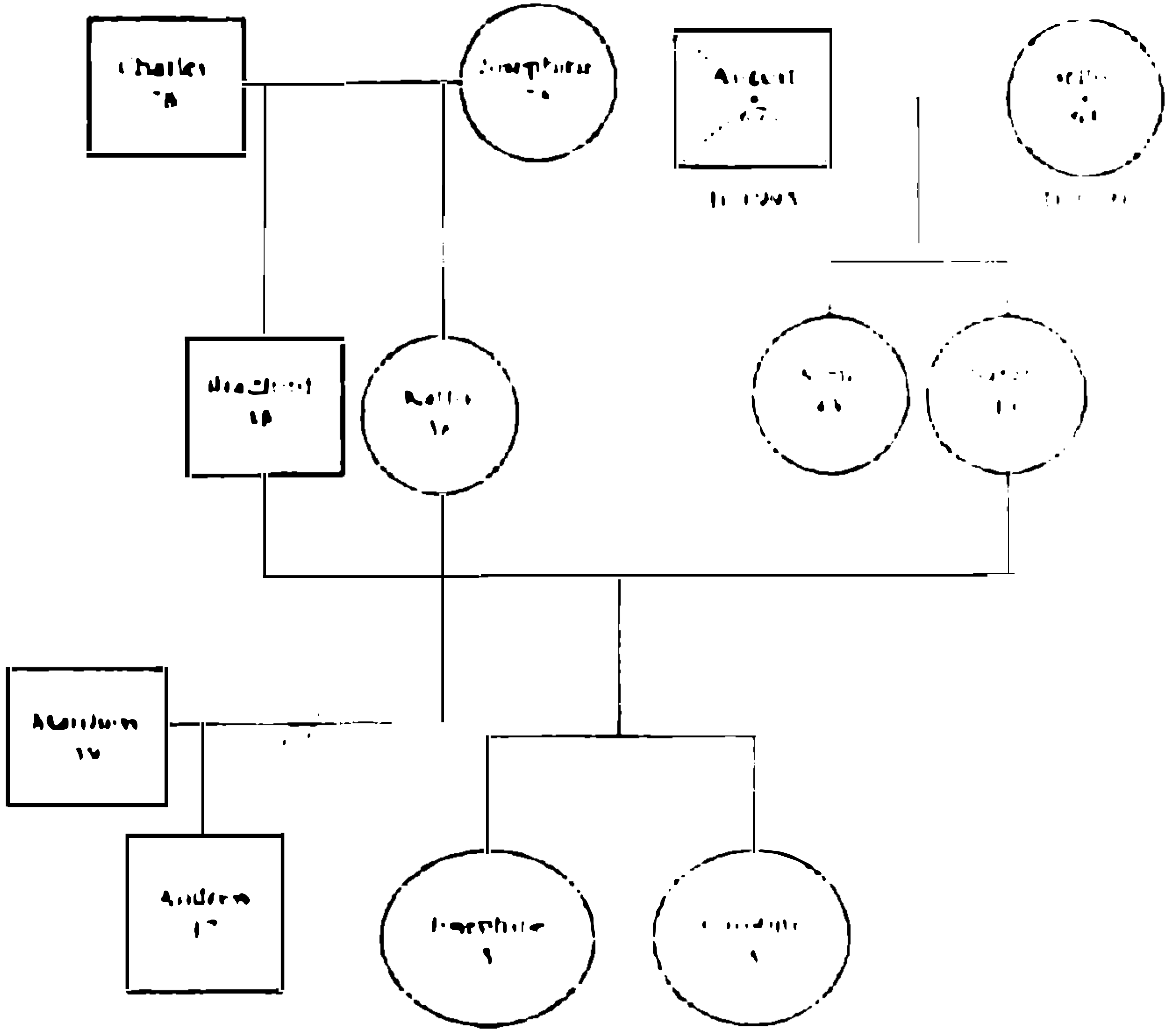
Savunma Mekanizmaları olarak Üçgenler: Üçgenler kaygı ve depresyon durumunda mevcut olan savunma mekanizmaları olarak kavramsallaştırılabilir (Guerin ve diğ. 1996). “İnsanların ilişkilerinde acı verici duyguları deneyimlemeye karşı kendilerini savunmak konum değiştirmesi ... şaşırtıcı değildir, işte burası üçgenlerin devreye girdiği yerdir” (s. 117). Guerin ve meslektaşları bir örnek verir: “Adam yalnızlığıyla baş edebilmek için kız kardeşiyle yakın ilişki kurar, eşi de ortaya çıkan mesafeyle baş edebilmek için resme yönelir. Bu her ikisi için de tatmin edici olabilir ve didiklemeye gerek olmadığını düşünebilirler. Örneğin kız kardeşin ölümü bu üçgenin iyi işleyişine son verebilir; adam eşiyle yakınlaşma arzusuyla, eşinin resmi bırakmasını isteyebilir. Potansiyel bir üçgen, baskı altında etkinleşmekle kalmayıp semptomatik hale gelebilir” (s. 117).

Üçgenler bir kuşakta meydana gelen ilişki örüntülerinin izini sürmek için kullanılabilir ama çok kuşaklı aktarım süreçlerini incelemek için de yararlıdır. Kişilik kuramına göre, çok kuşaklı aktarım süreci belli kişilik özelliklerinin, tarzlarının ve bozukluklarının bir kuşaktan diğerine aktarılma mekanizmasıdır.

Aile Genogramı

Bowen'ın aile sistemi kuramına dayanarak, McGoldrick ve Gerson (1985) aile bilgilerini ve örüntülerini değerlendirmek ve kaydetmek için **aile genogramını** geliştirdi. “Genogram en az üç kuşak boyunca aile üyeleri ve ilişkileri hakkındaki bilgileri kaydeden bir aile ağacı çizme formatıdır. Genogramlar aile bilgilerini grafik olarak sergileyerek karmaşık aile

örüntülerinin hızlı bir geşaltını sağlar, klinik bir sorunun aile bağlamıyla nasıl bağlantılı olabileceğine ve hem sorunun hem de bağlamın zaman içinde nasıl evrildiğine dair varsayımlar için zengin bir kaynak teşkil eder” (p. 1). Genogram genelde en az üç kuşaktaki aile üyelerini ve aile geçmişini etkileyebilecek önemli olayları içerir. Genogramda aileyi resmetmek için semboller kullanılır: kadın için daire, erkek için kare, ilişkiler için çeşitli çizgiler gibi.



Şekil 10.4

Üç Kuşaklık Genogram

Şekil 10.4 üç kuşaklık bir genogramı gösterir. İlk kuşakta iki evlilik gösteriliyor, her birinden iki çocuk dünyaya gelmiş. August ve Selma'nın üzerindeki X'ler öldüklerini anlatır ve ölüm tarihleri altına yazılır. Çiftleri birleştiren çizgiler evliliği, çiftleri birleştiren çizgi üstüne atılan iki kesme boşanmayı gösterir. August ve Selma'nın iki çocuğu tek yumurta ikizidir, ikiye ayrılan tek çizgiyle gösterilir. İkinci kuşakta iki evlilik vardır: Bradford ve Sarah çiftinin tek yumurta ikizi Josephine ve Caroline adlı iki kızı

vardır; Kathy ve Matthew çifti boşanmıştır, Andrew adında genç bir oğulları vardır.

Her ailenin benzersiz yapısını ve dinamiklerini anlamakta kullanılabilecek bir dizi kategori ve etmen bulunmaktadır (McGoldrick & Gerson, 1985). Bunlar aile dinamiklerinin kişiliği nasıl şekillendirdiğini anlamamızda çok faydalıdır.

Kategori 1. Aile Yapısı: Hane düzeni kavramının kastettiği, ailenin niteliğidir: **bozulmamış çekirdek aile, tek ebeveynli hane, yeniden evlenmiş/karışık aile, üç kuşaklı hane, genişletilmiş/aileden olmayanlarla aile.** Bu yapılanmalardan çeşitli meseleler ortaya çıkar. Çocukları tek ebeveyn büyüttüğünde, sistemin nasıl işlediğini, yaşamın stres ve yüklerine nasıl ayak uydurduğunu belirleyen başlıca unsurlar “yalnızlık, mali sorunlar, tek başına çocuk büyütmenin zorlukları” gibi meseleler olabilir (Guerin ve diğ., 1996, s. 42). Yeniden evlenmiş ailelerde, “velayet ve ziyaret hakkı, kıskançlık, kayırmacılık, sadakat çatışması, üvey ebeveyn ve üvey kardeş sorunları” gibi meseleler baskın olabilir (s. 43). Üç kuşaklı hane, ebeveynin ebeveyn(ler)iyle birlikte yaşandığı durumdur; bu düzende “kuşaklar arası sınırlar, ittifaklar ve çatışmalar” hakimdir: ebeveyn işlevini kimin yerine getireceği ve üç kuşaklı üçgenler gibi (s. 44). Genişletilmiş ailede, aileden olmayanlarla veya geniş aile üyeleriyle aynı ev paylaşılır; hizmetçi, dadı, psikiyatrik veya tıbbi hastalığı olan bir yetişkin aile üyesi, ayrı bir ev kurmaya bütçesi yetmeyen yeni evli bir çift gibi. Kültürel olarak bu yapıların nasıl kabul gördüğü etnik gruplar arasında büyük çeşitlilik gösterir, bu da aile dinamiklerini ve meselelerini etkiler.

DOĞUM SIRASI: Hangi çocuğun ne zaman doğduğu, çocuklar arasındaki yaş farkı, çocukların cinsiyeti gibi konuları içerir (Bank & Kahn, 1982). Doğum sırası bireyin psikolojik gelişimi açısından önemli olabilir: “Örneğin en büyük çocuğun aşırı sorumluluk sahibi, vicdanlı ve ebeveyn gibi olması daha olasıyken, en küçüğün çocuksu ve kaygısız olması daha olasıdır” (McGoldrick & Gerson, 1985, s. 46). Adler (1928) doğum sırasının önemine ilişkin kavramsallaştırmalara öncülük etmiş (Ansbacher & Ansbacher, 1956), başka yazarlar da bu konunun önemine ilişkin savlarda bulunmuştur (Toman, 1976). Adler doğum sırasının ve aile büyüklüğünün kişilik gelişiminde önemli etmenler olduğuna inanıyordu. Büyük çocuklar çoğunlukla şımartılmıştır ve diğerlerinden gereksinimlerini

abartılı bir biçimde karşılaşmasını bekler. Bu, ilgi merkezi olarak kalan tek çocuk durumunda karmaşıklaşır. İkinci çocuğun yetiştirilmesi çoğu zaman daha rahattır; dikkatin odağı değildir, bu da aşağılık olma hissine sürükleyebilir. En küçük olan da genelde şımartılır ve aşırı derecede üzerine titrenir ama büyük kardeşlere tepki olarak rekabetçi hale gelebilir. Doğum sırasına ilişkin deneysel kanıtlar müphem olmakla beraber, konu hakkında “dağ gibi veri” bulunması ne kadar önemli olduğunu gösterir (Bank & Kahn, 1982, s. 6).

KARDEŞ BAĞI: Kardeşlerin geliştirdiği bağ da kişiliğin oluşumunda güçlü bir etki yaratabilir (Bank & Kahn, 1982): "Kardeşler birbirlerinin kişisel kimlik arayışında önemli etkide bulunacak, mihenk taşı görevi görecektir" (s. 19).

KARDEŞLER ARASI YAŞ FARKLARI: Genel olarak ifade edersek, kardeşler yaş olarak ne kadar yakın olurlarsa, gelişimsel deneyimleri o kadar ortak olacaktır. Yaş farkı arttıkça, her çocuk gitgide daha fazla tek çocuk gibi hissedebilir. Kardeş kümelenmeleri alt sistemler olarak da örgütlenebilir, örneğin daha küçük olan ikisi bir alt sistemde ve daha büyük olan ikisi ayrı bir alt sistemde. Arada çok yaş farkı olduğunda, büyük çocuğun ebeveyn işlevleri artabilir; büyük ağabey, kardeşten ziyade baba gibi olabilir.

AİLENİN PROGRAMI: Önceden var olan beklentiler ve tutumların çocuğun kişilik gelişimi üzerinde güçlü etkisi olabilir. “Örneğin babasının kahramanlarından biri olan Gregory Mendel’in adı verilen Gregory Bateson belki de çok başarılı bir doğa bilimci olmaya ‘programlanıyordu’” (McGoldrick & Gerson, 1985, s. 63).

TOPLUMSAL CİNSİYET ROLLERİNE İLİŞKİN TUTUMLAR: Bir başka önemli etki, ebeveyn tutumlarının çocuklara aktarılma biçimidir. Çeşitli kültürlerde bir cinsiyete yönelik tercihler olabilir; bu çoğunlukla erkektir. Dolayısıyla çocuk tamamen cinsiyetinden dolayı avantajlı konumda büyüyebilir. Bazı ailelerde ebeveynler, tutumlarını açıkça iletir. Bazı kadınlara üniversiteye gitmeyeceği, çünkü “kızların sadece evlenip çocuk sahibi olacağı”, bu yüzden ailenin parasını “boşa harcamak” istemediği söylenir.

Kategori 2. Yaşam Döngüsü Geçişleri-Ailenin Gelişimsel Aşamaları: Her aile gelişimsel aşamalardan geçer ve her geçiş noktasında ailenin yeniden yapılanması gerekir ki yolunda başarıyla seyredebilsin. E. A. Carter ve McGoldrick (1980) aile yaşam döngüsünde altı ayrı aşama tespit eder:

1. Genç bekar yetişkinin hayata atılması.
2. Evlilik aracılığıyla ailelerin birleşmesi.
3. Küçük çocuklu aileler.
4. Ergenlere sahip aileler.
5. Çocukların hayata atılması ve taşınması.
6. İlerlemiş yaşlardaki aileler (s. 17).

“Geçiş noktalarında örüntüleri katılaştıran ve yeni koşullara uyum sağlamak zorlanan aileler için bu geçişler çok zor olabilir” (McGoldrick & Gerson, 1985, s. 71). Her aşamada çeşitli görevler görüşülmeli, sorumluluklar kabul edilmeli, değiştirilmeli ve yeniden görüşülmelidir. Boşanma gibi, boşanma sonrası ailelerin karışması gibi aileyi sarsabilecek başka bir dizi olay da olabilir; bu durumlarda, ailenin gelişimsel olarak ilerleyebilmesi için yeni bir dengeye oturması gerekir.

Kategori 3. Örüntülerin Kuşaklar Boyu Tekrarlanması

AİLE İŞLEYİŞİ ÖRÜNTÜLERİ: Aile örüntüleri, her zaman doğrusal süreçte olmasa da, kuşaklar boyunca kendini tekrarlama eğilimindedir. Uyum sağlama veya işlev bozukluğu tarzları sonraki kuşaklara aktarılabilir. Alkolizm, ensest, fiziksel belirtiler, şiddet ve intihar gibi sayısız belirtiler örüntüler, ailelerde kuşaktan kuşağa tekrarlanma eğilimindedir. Bu örüntüler işlevsiz kişilik sistemleriyle (İKS) sonuçlanabilir; İKS şöyle tanımlanır (Magnavita, 2000):

- Çok sayıda aile üyesinde kişilik patolojisi olan, genelde kuşaklar boyunca bunun devam ettiği işlevsiz aile sistemi.
- Merkezi aile temaları, dinamikleri ve üçgenleriyle ilişkili belli kişilik tipleri (s. 49).

Her biri çeşitli sistem temalarına, iletişim örüntülerine ve ilişkisel sorunlara sahip çeşitli İKS tipleri ayrıntılandırılmıştır (Magnavita, baskıda-a):

- Bağımlı işlevsiz kişilik sistemi.
- Narsisistik işlevsiz kişilik sistemi.
- Gizli narsisistik kişilik sistemi
- Psikotik işlevsiz kişilik sistemi.
- Gelişimsel duraklamaya uğramış işlevsiz kişilik sistemi.
- Fiziksel/Cinsel travmatize edici işlevsiz kişilik sistemi.
- Depresyon üreten işlevsiz kişilik sistemi.
- Kronik sağlık sorunları olan hasta işlevsiz kişilik sistemi.
- Paranoid işlevsiz kişilik sistemi.
- Somatik işlevsiz kişilik sistemi (s. 60).

İŞLEVSİZ KİŞİLİK SİSTEMLERİNİN ÖZELLİKLERİ: Aşağıdaki özellikler İKS'lerle ilişkilendirilir:

- Aile sistemini diğerlerinden ayıran dış sınırların zayıf ya da hiç geçirmez olması.
- Aile üyeleri arasındaki sınırların zayıf olması.
- Sıkıntılı iletişim düzeyleri ve ilkel savunmalara aşırı dayanma.
- Ebeveyn-çocuk ilişkisinde rollerin tersine dönmesi.
- Ailenin narsisistik ebeveynin etrafında dönmesi gerekmesi.
- Duygusal farklılaşma ve düzenlemenin zayıf olması.
- Duygusal beslenme yetersizliği.
- Mali istikrarsızlık.
- Kuşaktan kuşağa aktarım (Magnavita, 2000d, s. 54).

Kuşaklar boyunca çeşitli örüntülerin kaynaştığı veya koptuğu ya da belli örüntülerin yeniden yaratıldığı görülebilir. Belli üçgensel yapılanmalar da kendini tekrar edebilir.

Kategori 4. Yaşam Olayları ve Ailenin İşlevselliği

YAŞAM OLAYLARI RASTLANTILARI: Bir dizi olay aynı gelişim safhasında meydana gelip, tesadüfi olmakla beraber ailenin yaşamında derin etki bırakabilir. Kennedy ailesinin başına gelen birden çok trajedi buna örnektir.

DEĞİŞİM, TRAVMA VE GEÇİŞ: Aileyi etkileyen bir olay ya da olaylar dizisi olabilir; bir uçak kazasında ebeveynlerin ya da savaşta birden çok aile üyesinin yitirilmesi gibi. Sistem bunları tazmin etmek üzere adımlar atabilir ama bu olaylar yine de etki bırakır.

TOPLUMSAL-EKONOMİK VE SİYASAL OLAYLAR: Savaş, toplumsal ayaklanma gibi toplumsal ve siyasal olaylar güçlü etkide bulunabilir.

Kategori 5. İlişkisel Örüntüler ve Üçgenler: Önceki kısımda sunulan üçgensel yapılanmaların çeşitliliğinden, sonsuz ve karmaşık bir ilişkisel matriks çıkar. Bu yapılanmalar hem bireyleri hem de sistemleri şekillendirebilecek pek çok duygusal yüklü üçgen teşkil eder.

Kategori 6. Aile Dengesi ve Dengesizliği

AİLE YAPISI: Bir sistemin az mı çok mu dengeli olduğunu gösteren çeşitli etmenler bulunur. Örneğin ailesinin tek çocuğu olan birinin, yedi kardeşin en küçüğüyle evlenmesi, bazı potansiyel duygusal stres kaynaklarına işaret edebilir.

ROLLER: Çeşitli aile üyeleri tarafından üstlenilen roller de aile işleyişini belirleyen bir etmendir. Bazı alkolik sistemlerde bir kişi bakımveren olurken, bir başkası ailenin yüz karası olabilir.

İŞLEVSELLİK DÜZEYİ VE TARZI: Ailelerin farklı üyeleri farklı kapasitelerde işlevsellik gösterebilir ki bu da bilgilendirici olabilir. Kapasite düzeylerinde ve işlevsellik tarzlarında aşırılıklar varsa, işlev bozukluğu açıkça görünür hale gelebilir.

İşlevsel ve İşlevsiz Ebeveynlik

Çocuğun kişilik gelişimi üzerinde ebeveynliğin etkisi, ilişkisel görün-gülerin karmaşıklığını ve ne kadar çok etmenin işe karıştığını gösteren iyi bir örnektir. Abidin (1995) stres kaynaklarını ve işlevsiz ebeveynliğe en yaygın bir biçimde eşlik eden özellikleri araştırmak için Ebeveynlik Stres Endeksini geliştirdi. Şunları yazdı: “İşlevsiz ebeveynlik örüntülerinin geliştiği ve çocukların davranışsal ve duygusal sorunlar geliştirdiği her durumda, bir veya daha fazla etmenin işin içinde olduğu görülür: çocuğun mizacı, ebeveynlerin kişilik özellikleri, aile yapısı ve işleyişi” (s. iii).

İlişkisel Kuramın İkinci Dalı

Rogers'ın Deneyimin Görüngübilimi

Carl Rogers (1902-1987) varoluşçu-hümanistik psikoloji alanında önemli bir kuramcı ve klinik yenilikçidir. Rogers (1951) **danışan merkezli terapiyi** geliştirdi. Kuramının esas ilkelerinden biri, insan türünün kendi üzerine düşünme, benzersiz algılar ve deneyim kapasitesine sahip olduğudur – buna **görüngübilim** [fenomenoloji] denir. Rogers insanların temel güdülenmesinin **kişisel gelişim** için olduğuna inanıyordu. O dönemde hakim olan patoloji temelli modellere katılmadı. Kendilik psikologlarına benzer bir dil kullandığı kavramsallaştırmaya göre, hepimizin **hayata geçirilmeye** çabalayan bir **ideal kendiliğimiz** vardır.

Rogers muhtemelen en çok başarılı terapi için gereken temel koşulları saptamasıyla tanınır, terapistin koşulsuz olumlu bakışı ve sahiciliği gibi. Kişilik gelişimi için de benzer koşullar gerekir: önemli kişilerden onay alma, koşulsuz olumlu bakış, kendilikle tutarlı deneyimler gibi. Kişinin deneyimi kendilik algısıyla uyuşmuyorsa, bu ahenksizlik, deneyimin ideal kendiliği yansıtmama derecesine bağlı olarak, nevrotik ya da psikotik davranışa sürükleyecektir. Kendilik kavramı ve özellikle kendilik algısı kurgusu binden fazla araştırmaya kapı açmıştır (Hillner, 1984). Bununla beraber, Rogers'ın terapist ve danışan arasındaki ilişkisel deneyime yaptığı vurgu asıl dikkate değerdir.

Kadınların Gelişiminde İlişkilerin Merkeziliği

Stone Center İlişkisel/Kültürel Kuramı: Genel literatürün küçük bir kısmını oluştursa da, kadınların gelişiminin kavramsallaştırılması üzerine ilişkisel ağacın ikinci dalından önemli etkiler gelmektedir. Jean Baker Miller (1976) *Toward a New Psychology of Women* [Yeni Bir Kadın Psikolojisine Doğru] adlı kitabında kadınların psikolojisi üzerine yeni bir bakış açısı sundu. Bu eserde “klasik psikiyatri eğitimi almış olan Miller tarafından ilişkisel kuramın tohumları atıldı” (Silverman, 1999, s. 780). Carol Gilligan (1982) da kadınların gelişimiyle ilgilendi; *In a Different Voice* [Farklı Bir Sesle] adlı kitabında, kadınlar eril yönelimli bir psikolojik gelişim modeline zorlandıklarında ortaya çıkan sorunları inceledi. J. B. Miller, Stiver, Jordan ve Surrey (1998) yeni modelin etkisini tartıştı: “Miller

ve Gilligan'ın çalışmaları, hakim kuramlardan gitgide daha fazla tatmin-siz hale gelen, psikolojik mesleklerdeki birçok kadını hızla kendine çekti. Her ne kadar eserleri, artan sayıda kadının dikkatini çekmiş ve hayalgü-cüne hitap etmişse de, 'ana akım' psikiyatrinin ve psikolojinin bu yeni yaklaşımları kabullenmeye, saygı göstermeye ve özümsemeye başlaması için on yıldan fazla zaman geçti" (s. 258).

Bu çalışmalardan hareket eden bir dizi kuramcı, kadınların gelişimin-de toplumsal cinsiyetin rolünü inceledi. Hepsinin çabaları bir araya ge-lince **ilişkilerin merkezi rolüne** dair yeni bir anlayış ortaya çıktı. Bu model kadınların deneyiminin hem ilişkisel hem de kültürel yönlerini vurgular. Wellesley Koleji'ndeki Stone Center'da Miller ve Gilligan ile birlikte çalışarak, Judith Jordan (1997) bu çalışmaları genişletti. Jordan, Kaplan, Miller, Stiver ve Surrey (1991) Stone İlişkisel Modelinin temel fi-kirlerini özetledi:

- İnsanlar yaşamları boyunca ilişkiler aracılığıyla büyür ve ilişkilere doğru ilerler.
- Olgun gelişimin özelliği, ayrılmaya yönelmekten ziyade değil karşı-lıklılığa yönelmektir.
- İlişkisel farklılaşma ve derinleşme büyüme ve gelişmeyi temsil eder.
- Karşılıklı empati ve karşılıklı güçlendirme, gelişimi destekleyen iliş-kilerin temelidir.
- Gelişimi destekleyen ilişkilerde, tüm insanlar katkıda bulunur, geli-şir ya da fayda görür; gelişim tek yönlü gitmez.
- Terapi ilişkilerinde özel bir tür karşılıklılık vardır.
- Karşılıklı empati, terapide değişimin aracıdır.
- Karşılıklı empatinin gelişmesi için gerçek katılım ve terapötik sahi-cilik zorunludur (Jordan, 2000, s. 1007).

İlişkisel Bağlantılar/Kopukluklar: Özerklik ve bağımsızlığın önemini savunan görüşlere meydan okuyan ilişkisel kuramcılar, ötekilerin gelişi-mini destekleyen ilişkilerin önemini vurgular. Kadınların ilişkilerinin merkezinde bağlantı ve karşılıklılık vardır. J. B. Miller ve diğ. (1998) mer-kezi özellikleri özetler:

- İlişkiler içinde, aracılığıyla ve doğrultusunda büyür, gelişiriz.

- Özellikle kadınlar için, ötekilerle bağlantı kurmak psikolojik sağlığın temelidir.
- Karşılıklı empati, yanıt verme, birbirinin gelişimine ve ilişkiye katkıda bulunma sonucunda yaşam boyu ilişkilerde karşılıklılığa doğru ilerlenir (Frager & Fadiman, 1998, s. 260).

Kopukluk örüntülerinin tekrarlanması utanç ve gerilim durumlarına neden olur, aynı zamanda bağlanma arzusu duyulur. Jordan'a göre (2000):

Bu modeldeki merkezi paradoksun öne sürdüğü şey, kopukluğun (bağlantının kopmasının) ilişkilerde sürekli meydana geldiğidir (J. B. Miller & Stiver, 1997). Bağlantının kopması her yerde karşılaşılan bir durumdur; insanlar birbirini yanlış anlar, incitir, empati gösteremediği olur, hayal kırıklığına uğratır. İlişkide incinen biri incinme duygusunu sahici bir biçimde diğer kişiye ifade edebildiğinde ve diğer kişi empatik, umursayan bir biçimde yanıt verdiğinde, bağlantı yeniden kurulabilir. Bu hareket aslında ilişkiyi güçlendirir ve dönüştürür. Bağlantı daha güçlü ve daha sahici hale gelir. Bununla beraber, diğer kişi yanıt vermezse ve daha güçlüyse, kopmanın üzerine çalışılmayacaktır. Daha güçsüz, incinmiş olan kişi, bağlantı kopmasına ilişkin stratejiler geliştirmeye başlayacaktır. Geri çekilecek ve ilişkide kalmak için sadece diğer kişi tarafından kabul edilebilir olanı sunacaktır. Fakat geri çekilme anında, ilişki sahiciliğinden ve canlılığından çok şey yitirir, zira gücü daha az olan kişi kendine dair giderek daha çok şeyi ilişkinin dışında tutar ki ilişkiymiş gibi görünen şeyde kalabilsin. Bu tür bir etkileşimde her iki kişi de kaybeder. (s. 1007)

İlişki örüntüsünde kopukluk tekrarlandıkça, kişi **kronik kopukluk** durumuna yerleşebilir. Gilligan (1982) beyaz ergen kızların, deneyimledikleri kopukluk nedeniyle nasıl seslerini yitirdiğini ve özsaygılarında düşüş yaşadığını anlatır; bu, ergen kızların “normatif” bir gelişimsel kriziymiş gibi görünür. Kopukluğun ve ıstırabın önemli bir özelliği yalıtma-dır. Jordan (2000) şöyle yazar: “Kopukluk stratejileri korumacıdır; kişi, deneyimin belli yönlerini canlı ama kendinden uzak tutma imkanı bulur. Ağır istismar durumunda, kopukluk stratejileri ilişkişel imgeler ve beklentiler olarak diğer ilişkilere taşınır ve kişinin kendini ilişkilerde tam olarak var etmesini önler” (s. 1008).

Kronik kopukluk, **karşılıklı empati** yetersizliğinin sonucudur. Karşılıklı empati Buber'in (1958) "**Ben-Sen**" ilişkisi kavramsallaştırmasına benzerdir. Ben-Sen ilişkisi, bir başkasıyla ilişki içinde dokunulmuş ya da etkilenmiş olma deneyimini anlatır. Terapi sürecinde, Ben-Sen ilişkisinin karşıtı olarak tarafsız, mesafeli, duygusal olarak tepkisiz Freudcu duruş düşünülebilir. Birçok insan için karşılıklı empati doğaldır: "Bu süreçte ileri-geri akış vardır, gördükleriniz size dokunur, güvende hissederek kırılmalıklar paylaşılır, bir insanın öbürü üstündeki etkisi açığa vurulur" (Jordan, 2000, s. 1010).

Kültürel bağlam bu kuramın bir başka önemli yönüdür. Geleneksel ataerkil kültürler erkeklere daha büyük güç bahşeder, bu nedenle kadınların karşılıklı olmayan ilişkiler içinde yer alması muhtemeldir. Bunun sonucunda kadınlar güçsüzleştirilir ve hakim kültürün kenarına itilir. Kadınları kenara iten her etmen dikkate alınır; cinsel tercih, ırk ve yaş gibi etmenlerin hepsi hakim kültür tarafından kadınları önemsizleştirip kenara itmek üzere kullanılabilir, bu da kadınların kopukluk deneyimlemesine sebep olur (A. Kaplan, 1991).

Patoloji ve Etiketlemeyi Reddetmek: Stone İlişkisel Modelinin ayırt edici bir özelliği de küçültücü etiketlerin kullanımından kaçınması ve patolojik temelli olmamasıdır. Frager ve Fadiman'ın (1998) kitabında, J. B. Miller ve diğerleri ilişkisel modelin bu yönünü tartışır:

Kadın psikolojisine odaklanan bu ilişkisel yaklaşımda, kadınlara dair önceden yapılmış her türlü betimlemenin yeniden incelenmesi gerekir. Örneğin bağımlı kişilik bozukluğu tanısı ve daha genel olarak bağımlı sözcüğünün küçültücü, çoğu zaman patolojik olarak kullanılması yeniden biçimlendirilmektedir (Stiver, 1991). Kadınların bağlantı arayışı, kırılmalıklarını ve gereksinimlerini nispeten daha rahat ifade edebilmesi çoğu zaman yanlış etiketlenerek bağımlı, nevrotik, gerilemeli, çocuksu görülmektedir. Kadınlar için ilişkilerin güçlendirici değeri tanındıkça, bağımlılık sağlıklı büyüme ve gelişme yolunda olumlu bir hareket olarak görülmektedir. Bu yeniden çerçeveleme yargılayıcı ve suçlayıcı bir tarzdan güçlendirici bir tarza geçmemizi sağlar. Suçlayıcı tarzın kaynağı bağımsızlığa ve kendine yetmeye aşırı değer vermektir gelir, işbirliğine dayanan ve karşılıklı güçlendirici ilişkileri değersizleştirmektir gelir. (s. 262)

İşlevsiz Ailelerde Bağlantı Bulmak: Alkolizm, ensest, depresyon, beslenme bozukluğu gibi sıkıntılar yaşayan veya felaketlerden arta kalmış (Yahudi soykırımı, etnik temizlik) ailelerin paradoksu, kendi üyeleri arasından bağlantılar bulmaya çalışmalarıdır. Bu işlevsiz ailelerdeki kronik kopukluk hareketsizliğe/atalete sürükleyebilir, bu da pek çok semptomatik duruma temel oluşturabilir, örneğin “fobi, bağımlılık, beslenme bozukluğu, depresyon, çözülme durumları, paranoid fikirler ve kişilik bozuklukları diye etiketlenen başka pek çok sorun” (L. S. Brown, 1992). “Bu özgül durumların her birinde kadın kendisine ve ötekilere dair belli imgeler ve belli davranış biçimleri oluşturur; bu imgeler ve davranış biçimleri, kurgulamış olduğu ilişki çerçevesinde kadına mümkün görünen yegane seçeneklerdir” (Frager & Fadiman, 1998 içinde Miller ve diğ. s. 268). Kişilik bozukluğu ve savunma kavramı bir anlamda yeniden çerçevelenerek **bağlantı-bağılantısızlık paradoksu** diye adlandırılır; bunlar patolojik olarak değil, işlevsiz sisteme uyum sağlama biçimleri olarak görülür. Bu, iki ilişkisel model arasındaki kesişme noktasıdır: İşlevsiz aileler de kültürel güçler de bireyin kişiliğini şekillendirmede önemlidir. Bu nedenle, bireyi ilişki içindeki haliyle görmek çok önemlidir: “Bu model *kendilik gelişimine* odaklanmaz. Biz insan davranışının ilişkisel gelişime odaklandığını, insanlar arasında enerji ve anlamın sürekli hareket halinde olduğunu, kişiliğin derinlemesine bağlamsal bir deneyim olduğunu öne sürüyoruz. Bu bakış açısına göre, ilişkileri zenginleştirmek bireysel tatminden daha büyük bir hedeftir ve ironik olarak bireysel tatmini de artırır (Jordan, 1997). Daha güçlü bir biçimde ifade edecek olursak, insanın en temel gereksinimi muhtemelen ilişki içinde yer alma gereksinimidir” (Frager & Fadiman, 1998 içinde J. B. Miller ve diğ., s. 271).

Tanısal Etiketler: DSM’yi kullanarak kadınlara tanı koymanın birtakım tuzakları vardır, çünkü bu tanısal kategorilerde kadınlara karşı önyargı bulunmaktadır. Kadınların “fazla duygusal” diye etiketlenmesi, histerik diye tanılanması mevcut önyargılara ve erkek psikolojisinin (bağımsız, hissetmeyen, akılcı) ruh sağlığının altın standardı olarak yüceltilmesine örnek teşkil eder. “Bu sürece itiraz eden Kaplan, esprili bir biçimde, erkek psikopatolojisi için geçerli olabilecek iki yeni tanımlama önermiştir: *bağımsız kişilik bozukluğu* ve *kısıtlanmış kişilik bozukluğu* (1983)” (J. B. Miller ve diğ. in Frager & Fadiman, 1998, s. 261).

Seçilmiş Araştırma Bulguları

- “Ailesel risk, kişilik ve beklentilerin alkol kullanımı ve bağımlılığı üzerindeki etkisi” (Finn, Sharkansky, Brandt & Turcotte, 2000). Araştırmacılar aile riski, kişilik riski, alkolden beklentiler ve alkol kullanımı arasındaki ilişkiyi, alkolik ebeveyni olan 224 çocuk ve alkolik ebeveyni olmayan 209 çocuktan oluşan bir toplulukta araştırdı. Alkol bağımlılığına giden yollardan biri, ailede alkolizmden çıkar, toplumsal sapkınlık ve haz arayışına/heyecana uzanır.
- “Bir dizi sosyodemografik risk faktörüne maruz kalan Afrika kökenli Amerikalı çocuklar için kaynak oluşturan aile süreçleri” (Klein, Forehand & Aile Sağlık Projesi Araştırma Grubu, 2000). Araştırmacılar düşük sosyoekonomik statüyle ilişkili stres kaynaklarını deneyimleyen Afrika kökenli Amerikalı çocukların olumlu işlevlerini inceledi. Denekler 212 anne-çocuk ikilisiydi. Sonuçlar annenin daha destekleyici olması ile çocuğun optimal işleyişi arasında kayda değer ilişki olduğuna işaret etti. Çocuklarını daha yakından gözlemleyen annelerin çocukları, daha az yıkıcı davranış ve depresif belirti gösterdi.
- “21 yaşında ciddi antisosyal davranış için erken risk etmenleri: Zamana yayılan [boylamsal] bir topluluk araştırması” (Pakiz, Reinherz & Giaconia, 1997). Araştırmacılar topluluk içinde yaşayan 375 gençten toplanan verileri 18 yıl boyunca ciddi antisosyal davranış risk etmenleri bakımından analiz etti. Eyleme vurum, ailede işlevsizlik, saldırganlık, okulda sorunlar gibi davranışlar her erkeklerde hem de kadınlarda sonradan antisosyal davranışların ortaya çıkmasıyla bağlantılıydı.
- “Kişilik ve aile gelişimi: Kuşaklararası boylamsal bir karşılaştırma” (Schneewind & Ruppert, 1998). Çığır açan bir çalışmaya imza atan araştırmacılar, 570 Alman ailesini 16 yıl boyunca izleyerek çok sayıda etmen üzerinden değerlendirdi. Birçok bulgudan biri, çocuk büyüme pratiğinin bir kuşaktan diğerine geçtiği, güçlü bir kuşaklararası süreç olduğudur.
- “Alkolik işlevsiz ailelerin yetişkin çocukları, alkolik olmayan işlevsiz ailelerin yetişkin çocuklarından farklı mı? Ciddi yakın ilişkilere bir bakış” (Harrington & Metzler, 1997). Araştırmacılar alkolik olan ve olmayan işlevsiz aileler arasındaki ilişkiyi araştırdı. Bulgular aile işlevsizliğinin, ilişkilerde sorun çözmeye dönük iletişimle ve sıkıntıyla ilişkili olduğunu gösterir. Bununla beraber bulgular alkolik işlevsiz aileler bakımından bir ayrıma götürmedi.

Felsefi Destekler ve Varsayımlar

İlişkisel modellerin başlıca varsayımı, kişiliğin ve insanın uyum sağlamanın, hem ikili hem üçlü kümelenmeleri kapsayan ilişkisel matriks bağlamında anlaşılması gerektiğidir. Bu bölümde sunulan ilişkisel modeller tümdengelim yönelimlidir; yani, verileri bir araya getirip yasaları ve ilişkileri oluşturmağın aksine, klinik gözlemlerden hareketle süreçler ve sistemler kavramsallaştırılır. Bu kuramsal modeller daha içebakışçıdır, insan davranışının uzaktan bakarak incelenemeyeceğini varsayar. Sullivan'ın katılımcı-gözlemci kavramında da bu yönelim görülür. İlişkisel kuramlar psikoterapistler tarafından geliştirilmiştir ve her ne kadar deneysel kanıtlarla desteklense de genellikle deneylerden temel almaz. Rychlak (1968) şu yorumu yapar: "Ünlü psikoterapistlerimizin kişilik kuramları çoğu zaman kanıtlarla doğrulanmayı dert etmese de, bizim için yine de bir anlam taşırlar, nesnellik barındırmaz ve genel nüfusu ilgilendirmezler diyemeyiz, en azından nüfusun geneli içindeki belli unsurlarla alakalıdır" (s. 213).

Normal-Anormal Farkıyla İlgili Görüşler

Bu bölümde sunulan ilişkisel modellerin birçoğu normal-anormal ikileminden uzak durur. Bu modeller birçok açıdan bireyci kişilik kuramının psikopatolojik yönelimine meydan okumuştur. Bununla beraber sistemik-ilişkisel model, normal ile anormal arasındaki kademeleri tanımlamamıza yardımcı olan ifadeler kullanır: işlevsel ve işlevsiz gibi. Farklılaşma kavramı, işlevsellik düzeylerini belirlemek için muhtemelen en iyi araçtır. Açıktır ki ölçeğin alt ucunda olanlar en rahatsız bireylerdir. Bu modelde işlevsiz sistemlerden ve işlevsel sistemlerden bahsedilir, bir başka deyişle işlevselliğin bir boyutundan söz edilir. Dolayısıyla benim işlevsiz kişilik sistemleri modelime göre, daha ağır düzeylerde, aile üyelerinin göstereceği kişilik bozukluğu ardışık kuşaklar boyunca daha belirgin olacaktır. Stone ilişkisel modeli, psikopatolojiye ilişkin bu tartışmadan ve patolojik etiketlemeden kaçınır.

Değerlendirme Stratejileri ve Araçları

İlişkisel modelin elindeki en büyük araç muhtemelen Bowen'in, McGoldrick'in ve Gerson'un öncü çalışmalarından ortaya çıkan aile genogramıdır. Bu, sistemik-ilişkisel kuramcılarının alana yaptığı benzersiz bir katkıdır. İletişimi, ebeveynlik tarzını, evlilik tatminini ve ilişkilerin birçok diğer boyutunu ölçmek için çeşitli nesnel araçlar ve puanlama ölçekleri geliştirilmiştir.

Modelin Uygulanması

İki ilişkisel modelin bazı ortak özellikleri vardır ama ayırt edici farklılıkları ve ayrı ayrı uygulamaları da bulunur. Sistemik-ilişkisel modelin esas uygulama alanı, psikoterapi sistemleri ve aile işleyişi modelleri geliştirmektir. Psikoterapideki başlıca iki uygulama alanı ise çiftleri ve aileleri içeren ikililerin ve sistemlerin tedavisini ilerletmek; aile ve örgütlenme süreçlerini anlamaktır. Kültürel-ilişkisel model kadınların psikolojisi olarak geliştirilmiştir; erkek egemen kişilik kavramlarına alternatif olarak daha fazla kabul edilir hale geldikçe muhtemelen daha geniş uygulama alanı bulacaktır.

Kültürel Etkiler ve Farklılıklar

Bu bölümde sunulan ilişkisel modellerin her ikisi de kültürel farklılıklara karşı duyarlıdır. Sistemik ilkelerin geniş bir uygulama alanı olduğu görülür ama bunun deneysel olarak teyit edilmesi gereklidir. Kültürel-ilişkisel model, kadınlar için daha kültüre duyarlı bir gelişim modeli sunmak üzere geliştirilmiştir ve şu ana kadar sunulan modellere benzersiz bir alternatiftir.

Modelin Güçlü Yönleri ve Sınırları

İlişkisel modelin bugünkü konumunda çok güçlü noktaları ve ciddi sınırlılıkları vardır. Bu modelin önemli sosyal meselelere hitap etmek ve katkı sunmak konusunda büyük potansiyeli olmakla beraber, temel kavramsallaştırmalarının birçoğu için araştırma desteğinden yoksundur. İlişkisel-kültürel modelin güçlü yanı, kadınlara dair yeni bir psikoloji sağlama yönünde benzersiz bir girişim olmasıdır. İlişkisel bilimin aşması gereken engel, özellikle ailedeki işleyişle ilgili meselelerde federal politika

oluşturma sürecine bilgi sağlayacak şekilde deneysel kanıtlar geliştirmek- tir (Berscheid, 1999). Bu alanın bilimi “doğası gereği hem uluslararası hem de çok disiplinlidir” (Berscheid & Reis, 1998, s. 194). Berscheid ve Reis şöyle özetler: “İlişki bilimi genç, genişleyen, dinamik, heveslidir ve hararetli bir hızda büyümektedir” (p. 253).

Özet

Bu bölümde sunulan modelin iki temel kolu vardır: ilişkisel sistemler ve Stone Center ilişkisel/kültürel modeli. Şizofrenlerin ailelerindeki ileti- Őim süreçlerini inceleyen ilk çalışmalar, birçok ailede gözlemledikleri çift- te açmaz iletişimini vurgulamıştır. Bu hatta yer alan daha yakın geçmiş- teki bir çalışmada, duyguların nasıl ifade edildiği (ifade edilen duygu) anlamına gelen iletişim sapmasına bakılmıştır. Halihazırdaki psikiyatrik bozukluk modelleri, stresin biyolojik bir hassasiyeti tetikleyebileceğini veya kötüleştirebileceğini ileri süren stres-yatkınlık modelini genel olarak benimser. von Bertalanffy’nin genel sistemler kuramının geliştirilmesi ve uygulanmasıyla önemli bir ilerleme meydana gelmiştir. Bateson iletişim kuramındaki yeni keşifleri psikiyatri alanına uygulayarak, şizofrenik aile- lerdeki iletişim süreçlerini anlama girişiminde bulunmuş ve bu konuda disiplinlerarası bir yaklaşıma öncülük etmiştir. Aile sistemleri kuramları- nın kurucularından olan Bowen, aileyi duygusal bir birim olarak görmüş, istikrarsız bir ikiliye istikrar kazandırmak üzere üçüncü bir tarafın duy- gusal olarak ilişkiye çekilmesi sürecini betimleyen üçlü kuramı geliştir- miştir. Bowen’in kuramı kişilik gelişimini anlamak için birçok yararlı kav- rayış ve yeni yapılar sunar; farklılaşma, kendilik algıları, ailedeki yansıtma süreci bunlardan birkaçıdır. Ackerman ilişkisel bir tanı sisteminin gelişti- rilmesinde etkili olmuştur. Daha yakın bir geçmişte Kaslow, bu ilişkisel tanı sistemini ilerletmeye girişti. Guerin, üçgen tipolojilerini genişleterek, yüksek kaygı düzeylerinin yönetilemediği ve üçüncü bir kişiye aktarıldığı üçgenlemelerin çoğu insan ilişkisinde meydana geldiğini göstermiştir. McGoldrick ve Gerson tarafından geliştirilen aile genogramı, sistemler hareketinin ilham verdiği önemli bir değerlendirme aracıdır. Aile yaşam döngüsü olarak adlandırılan aşamalı bir gelişim kuramı, ailelerin gelişim- leri sırasında çeşitli safhalardan ilerleyişini gösterir. Magnavita, kişilik bozukluklarını kuşaklar boyunca yayabilen bir dizi işlevsiz kişilik sistemi gözlemledi. Baker ve arkadaşları, kadınlar için ilişkilerin merkeziliğini

vurgulayan ve kadınların gelişimini etkileyen ayrımcılık gibi kültürel boyutların altını çizen bir kadın gelişim modeli geliştirdi. Kadınlar erkeklere kıyasla özerklik meselesini daha az dert etmekte, ilişkisel bağlantılar ve kopukluklarla, ilişkilerdeki karşılıklı empatiyle daha fazla ilgilenmektedir.

Okuma Önerileri

Green, H. (1965). *I never promised you a rose garden*. New York, Holt; Türkçesi: *Sana Gül Bahçesi Vadetmedim*, çev. Nesrin Kasap, Metis Yayınları, 2000.

Jordan, J. V. (Ed.). (1997). *Women's growth in diversity*. New York: Guilford Press.

Bütüncül Kişilik Modelleri

Giriş

Belli Başlı Tarihsel Şahsiyetler

Darwin'ın Evrim Kuramı

Wilson'ın Birleştirilmiş Bilgi Kuramı

Kuramsal Bütünleşme Hareketi

Allport'un Sistematik Seçmecilik için Clarion Çağrısı

Bütüncül Psikoterapi Hareketinin Etkisi

Özümleme ve Bütünleşme

Millon'un Evrimsel Temelli Bütüncül Kişilik Modeli

Kuramsal Model

Hastalık Sınıflandırması: Kişiliğin Sınıflandırılması

Araçlar

Müdahale ve Tedavi

Sistemik Bütüncül Kişilik Modeli

İlişkisel Alanda Biyopsikososyal Model

Kaos Teorisi

Evrimsel Temelli Karşılıklı olarak İlişkili Modüler Sistemler

İntrapsişik-Nörobiyolojik Üçgen

Kişilerarası-İkili Üçgen

İlişkisel-Üçlü Üçgen

Kişiliğin Aşırı Uçtaki Çeşitlemeleri

Basit ve Karmaşık Modeller

Bütüncül Modellerin İlkeleri

Felsefi Destekler ve Varsayımlar

Normal-Anormal Farkıyla İlgili Görüşler

Değerlendirme Stratejileri ve Araçları

Modelin Uygulanması

Kültürel Etkiler ve Farklılıklar

Modelin Güçlü Yönleri ve Sınırları

Özet

Okuma Önerileri

Bu son kuramsal bölüm, bu noktaya kadar sunulan bileşen yani modül sistemleri birleştirmeye çalışan bütüncül kişilik perspektiflerini sunar. Birinci Bölümde tartışıldığı üzere, bu tür kuramsal bir model tümdengelimsel akıl yürütmeyi öne çıkarır. Genel olarak, kişilik kuramı ne kadar kapsamlı olursa, ölçülebilir deneysel gözlemlerden uzaklaşması o kadar olasıdır; halbuki kişilik kuramı oluşturan kuramlar ve kavramlar, özellikle de davranışçı yapılar gibi tümevarımsal öğeler tam da bu gözlemlere dayanarak kurulmuştur. Her ne kadar bu yaklaşımların her birinin güçlü ve sınırlı yönleri varsa da, kişilik alanını ilerletmek için tümüne ihtiyaç vardır.

Önemli çalışmaların yürütüldüğü bir yüzyıldan sonra, bu kitapta kişilik literatürünün ancak bir kısmı kapsanabilir. Engin malzemenin sınıflandırılması ve mozaığe eklenmesi girişimi, gerçekten de insanın gözünü korkutan bir görevdir. Gelecek yüzyılın görevi, bu bileşen sistemlerin dinamik etkileşimini belirlemek olabilir; bu fazlasıyla karmaşık bir görevdir, bazı yönlerden sinirbilimin bilinci açıklama ve modelleme girişimine benzer. Bu metinde sunulan çeşitli bakış açıları zaman zaman birbiriyle çelişiyormuş gibi görünebilirse de, her kişilik modeli tutarlı bir bütün oluşturan bir mozaığın parçasıdır. Böylece daha kapsamlı ve işe yarar bir kuram oluşturma, bu kuramı da daha geniş çaplı uygulama imkan buluruz.

Kişilik kuramını **evrimsel** bir çerçeveye dayanarak bütünleştirme yönündeki çağdaş girişimlerin en kapsamlısı Millon tarafından sunuldu (1981, 1990, 1996, 1999, 2000). Millon'un birbirine bağlı ciltler halinde yazdığı kitapların hem kapsayıcılığı hem de kuramsal gelişmişliği nedeniyle disiplinimiz üzerinde büyük etkisi oldu. Ardından, bu kitapta sunulan bileşen sistemleri bütünleştirmeye girişen yazar (Magnavita, 1997, 1999, 2000a, 2000d) tarafından, normal ve bozulmuş kişiliği kavramsallaştırmaya yarayan asıl kuramsal çerçeve olarak, Millon'ın evrimsel (boy-lamsal analiz: "zaman") vurgusundan farklı olarak, **sistemik** (kesitsel analiz: "uzam") katkı vurgulanır.

Darwin'in Evrim Kuramı

Charles Darwin (1859) on dokuzuncu yüzyılın entelektüel devlerinden biridir; çalışmaları neredeyse tüm bilimsel disiplinler üzerinde muazzam etkiye sahip olmaya devam etmekte, özellikle Millon ve diğer evrimsel temelli psikologlar bakımından özellikle önem taşımaktadır (D. M. Buss, 1984; A. H. Buss & Plomin, 1975, 1984; bkz. Dördüncü Bölüm). Doğabilimci olan Darwin yıllarca bitki ve hayvan türlerini gözlemledi ve resmi doğabilimci sıfatıyla bulunduğu H.M.S. *Beagle* gemisiyle çıktığı ünlü beş yıllık dünya turu sırasında bunları kaydetti. Darwin'i en çok etkileyen deneyim, ekvatora çok yakın olan, Pasifik (Büyük) Okyanusu'ndaki Galapagos Adaları'nda geçirdiği dört haftaydı. Darwin'in **doğal seçim** kuramının bileşenleri önceden başkaları tarafından formüle edilmişse de, tüm verileri bir araya getiren ve “çürütülemez bir kuram” inşa eden Darwin oldu (Leakey & Lewin, 1977, s. 28). “Mevcut bilgileri etkili bir şekilde sentezleyebilen biriydi; kuramı tamamen yeni değildi ama dünya-daki entelektüel iklimin en elverişli olduğu zamanda sunuldu” (s. 28).

Darwin, ortak soydan gelen farklı tipte ispinozlar olduğunu gözlemledi. Türlerin dönüşümden geçebileceği varsayımını üretti ama bunun nasıl meydana geldiğini anlamıyordu. Seçilimin nasıl meydana geldiğini ve nüfusta temel değişikliklere neden olduğunu bilmiyordu. Leakey ve Lewin (1977) Darwin'in tüm zamanların en büyük paradigma değişimine neden olan bilimsel sıçramasını anlatır: Bütün sorunu aydınlatacak olan şimşek çakması, 3 Ekim 1838'de geldi; “eğlenceliğine” okuduğu Thomas Malthus'un (1766-1834) nüfus üzerine kitabında, nüfusun sınırlanmadığı sürece geometrik şekilde artmaya eğilimli olduğu ileri sürülüyordu. İşte yanıt buydu: yaşadığı değişimler bireyi ayrıcalıklı kılıyorsa, bu değişimleri geçirmemiş olanlara kıyasla o bireyin gelişip ilerlemesine imkan verir; bu tür avantajlı mutasyonlara sahip hayvan nüfusları serpilip gelişirken, daha az avantajlı özellikleri olanlar geriledi” (s. 29-30).

Darwin'in başarısı, çeşitli türlerin kuşaklar boyunca çevreye yavaş yavaş uyum sağlayarak kendilerini nasıl farklılaştırdığını ve dönüştürdüğünü sergilemektir; bu sürece **doğal seçim** adını verdi. **En güçlüünün [uyumlunun] hayatta kalması** denen süreçte, en uyumlu olanlar reka-

bete dayalı doğal çevrede hayatta kalır, uyum sağlayamayanlar geriler. Buna göre, bu kuramda insanın kökeni diğer insan olmayan primatlarla bağlantılıdır. Bu evrimin kuramı, yaratılışçıların karşı çıkışına neden olmuştur, bu da çağdaş toplumda süregiden bir polemiktir.

Wilson'ın Birleştirilmiş Bilgi Kuramı

Böcekbilim [entomoloji] üzerine uzmanlaşmış bir biyolog olan Edward O. Wilson, insan doğasının çelişkileriyle uğraşmadan önceki yıllarını karıncaların sosyal sistemini (1971) araştırmakla geçirmişti. Evrim kuramının sadık bir savunucusu olan Wilson (1998), insanın sosyal davranışının kalıtsal temeline yaptığı vurgu nedeniyle tartışmalı bir alan olan sosyal biyolojinin gelişiminde (1978) önemli bir şahsiyetti. *On Human Nature* [İnsan Doğası Üzerine] (1978) adlı kitabında görüşlerini şöyle özetler:

Bu noktaya kadarki görüş: insan doğasının genel özellikleri, yaşayan tüm diğer türlerin oluşturduğu büyük zeminde ele alındığında sınırlı ve kendine özgü kalır. İnsanın daha stereotipik davranış biçimlerininse, genel evrim kuramı temelinde öngörüldüğü üzere, memeli, hatta primat nitelik gösterdiğine işaret eden ek kanıtlar vardır. Şempanzeler sosyal yaşamlarının ve zihinsel özelliklerinin ayrıntılarında, belli alanlarda neredeyse insan sayılacak kadar bize yakındır; bir zamanlar bu tür karşılaştırmaların yapılması bile uygunsuz görülürdü. Bu olgular insanın sosyal davranışının genetik temele dayandığı varsayımıyla uyumludur; daha kesin biçimde ifade edecek olursak, insan davranışını örgütleyen genlerin bazıları yakın ilişkili türlerle ortak, bazıları ise insan türüne özgüdür. İnsan türünün genetik yapısından kurtulup tamamen kültüre bağlı hale geldiği yönünde, sosyal bilimlere kuşaklar boyunca hakim olmuş rakip varsayımlar ise bu olgularla desteklenmez (s. 32)

Wilson, sosyal bilimlerde merkezi bir soru olan **doğa mı çevre mi** sorusunu yeniden canlandırdı. Genetiğin insan davranışını ne ölçüde açıkladığı tartışma konusu olmaya devam etmektedir. Bu görüş ve polemiklerin bazılarına son bölümde yeniden bakacağız. Burada ilginç olan, bü-tüncül bilimin temel başarılarından biri olan disiplinlerarası diyalogun yüksek düzeyde oluşudur.

Wilson'ın Sosyal Bilimlere Meydan Okuması: Wilson bilimsel kuram oluşturmanın yararlılığı ve gücüyle ilgilenir. Bu çabanın sistematik doğa-

sını öne çıkarır: “Günümüzde en büyük zorluk, sadece hücre biyolojisinin de ya da ekolojide değil tüm bilimlerde karmaşık sistemlerin doğru ve eksiksiz betimlenmesidir” (1998, s. 85). Bir kuramın gücü, “temel önerme niteliğindeki az sayıda fikri, gözlemlenebilir görüngülere dair ayrıntılı tahminlere dönüştürme becerisine” dayanır (Wilson, 1978, s. 34). Wilson (1998) bilimsel kuramları “hayalgücünün ürünü, ama *bilgi sahibi* hayalgücünün” diye tanımlar. Bilimsel kuram, elinin altında olanın ötesine uzanarak, önceden varlığından haberdar olunmayan görüngülerin var oluşunu tahmin eder. Varsayımlar üretir, incelenmemiş konular hakkında disipline edilmiş tahminler üretir ve bu konuların parametrelerinin tanımlanmasına yardımcı olur. En iyi kuramlar en verimli varsayımları üretir, sonra bu varsayımlar derli toplu sorulara dönüştürülür, bu soruların yanıtları da gözlem ve deneyle bulunur” (s. 53).

Wilson (1998) biyoloji biliminden edindiği bakış açısından hareketle sosyal bilimleri sert bir şekilde eleştirir:

Tıp bilimciler gibi sosyal bilimcilerin de devasa bir olgusal bilgi deposu ve bunların analizi için gelişkin istatistik teknikleri bulunur. Entelektüel yetkinlikleri vardır. Sorulacak olsa, önde gelen düşünürlerinin birçoğu, sosyal bilimlerde her şeyin az çok yolunda olduğunu söyleyecektir. Fakat sosyal bilimcilerin dağınıklık ve vizyonsuzluktan yakasını kurtaramadığını görmek için alana şöyle bir göz atmak bile yeterlidir. Bu kafa karışıklığının nedenleri giderek netleşmektedir. Sosyal bilimciler, genel olarak, bilginin hiyerarşik olarak düzenlenmesi fikrine burun kıvrır, halbuki doğa bilimlerini birleştiren ve yönlendiren şey budur. Bağımsız kadrolara bölünmüş olarak, kullandıkları her sözcüğü özenle ve isabetle seçerler ama farklı uzmanlıkların aynı teknik dili konuştuğu pek görülmez. Ortaya çıkan genel kaos atmosferinden hoşnut olan pek çokları, bu kaosu yaratıcı mayalanma sanır. Bazıları da partizan toplumsal aktivizmden yanadır, kuramı kişisel siyasî felsefelerinin hizmetine sokar. (s. 182)

Aşağıda özetlendiği üzere, dört potansiyel köprü görür:

1. Bilincin gizemlerini çözmeye çalışan bilişsel sinirbilim.
2. Zihinsel gelişimin kalıtsal temellerini tel tel çözmeye çalışan davranışsal genetik.
3. Sosyal davranışın kalıtsal kökenlerini açıklamaya çalışan evrimsel biyoloji.
4. İnsanın uyum sağladığı ortam olan çevrebilim (s. 192).

Wilson'ın doğabilimin yakın ilişkili bir kolundan getirdiği karnede, görülmesi güç bağlantıları yakalayan bir feraset vardır. Theodore Mil-lon'ın kuramsal formülasyonları Wilson'ın evrimsel kavramlarına ve sen-tezlemenin gerekliliğine olan inancına paraleldir. Bununla beraber Mil-lon'ın evrimsel kuramına geçmeden önce, daha önce çeşitli yerlerde de-ğindiğimiz bir başka önemli psikoloji hareketinin ayrıntılarına gireceğiz, çünkü bu bölümde sunulan kuram ile doğrudan bağlantılıdır.

Kuramsal Bütünleşme Hareketi

Geçmiş yüzyıl boyunca bütünleştirici kuramsal modellere yönelik ge-reksinimi kabul eden pek çok kişi oldu. Fakat hareketin güç kazanması yirminci yüzyılın son çeyreğini buldu. Bu gecikmenin nedeni, özümleme ve bütünleştirmeye yönelik bir eğilimin başarılı olabilmesi için öncelikle bu kadar genç (sadece 100 yıllık) bir disiplinde deneysel kanıtların ve ku-ramsal modellerin yeterince birikmiş olması gerekliliği olabilir. Psikoloji-nin bağımsız bir disiplin olarak doğumunda rol oynayanlardan biri olan William James (1890), birbirine benzemez görünen psikolojik yapıların bütünleştirilmesini ilk önerenlerden biriydi. İnsan doğası hakkında çeliş-kiler barındıran, evrilmekte olan bir sistem yerine kuramsal tutarlılığı kabullenmek istemiyordu. Bir başka deyişle, dönemin birçok deneycisi-nin aksine, her zaman verilere yakın durmayabilen kuramsal sistemler öne sürmeyi tercih etti. Allport'a göre (1968), "Sistematik seçmecilik me-selesi üzerine James kadar kafa yormuş bir başka psikolog yoktur" (s. 16).

Kişilikbilimde bir başka önemli şahsiyet olan Henry Murray'ın (1959) sistematik şekilde kapsamlı bir iskelete oturtmaya çalıştığı kişilik kuramı da son derece bütünleştirici kapsamdaydı. Bu proje gayet iddialı olmakla beraber, sonradan keşfedilen bileşen sistemlerin pek çok önemli boyutu henüz eksikti; eğer olsaydı, bu zor görevi başarma fırsatı bulabilirdi. İşle-yebileceğinden çok daha fazla veriye sahipti. Ayrıca verileri daha etkili bir biçimde analiz etmesine imkan verebilecek bilgisayar teknolojisi henüz gelişmemişti. İlginçtir ki Murray'ın kavramlarının pek çoğu psikolojide kalıcı olmamıştır ama kapsayıcı bütünleştirme hırısı ilham kaynağı olma-ya devam etmektedir (Tomkins & Messick, 1963). Murray'ın etkilediği önemli kuramcılardan biri olan Tomkins daha çok duygulanım kuramıyla

bilinse de, *Computer Simulation of Personality* [Kişiliğin Bilgisayarlı Simülasyonu] başlıklı bir eser yayımlamıştır (Tomkins, 1962, 1963, 1991).

Allport'un Sistematik Seçmecilik için Clarion Çağrısı

Gordon Allport (1968) sistematik seçmecilik [eklektizm] olarak adlandırdığı yolun ilk savunucularındandı. Seçmeci teriminin olumsuz çağrışımları vardır: “Seçmecilik çoğu zaman kötü üne sahip bir sözcüktür. ‘Seçmeci’ sanatçı ya da bestecinin, hatta psikoloğun kendine ait bir zihni ya da tarzı yokmuş gibi görülür.” (s. 3). Seçmeci terimi psikoterapi alanında da herhangi bir kurama bağlı olmayı umursamadan çeşitli tekniklerin kullanımını ifade edecek şekilde kullanılmıştır.



Allport seçmecilik terimini böyle görmemiştir; 1963'te yedinci Uluslararası Psikologlar Kongresi'nde davetli olarak yaptığı “The Fruits of Eclecticism: Bitter or Sweet?” [Seçmeciliğin Meyveleri: Acı mı Tatlı mı?] sunumunda bunu anlatmıştır. Allport seçmeciliği “psikoloji bilimindeki birçok uzmanlaşmış yaklaşımda doğru gördüğünü seçip birleştirerek temel sorunlara çözüm arayan bir sistem” olarak tanımlar (s. 5-6). “Tüm makul kuramları sentezlemenin” mümkün olduğunu sanmıyor, yine de bunun “bir ideal ve meydan okuma” olduğuna inanıyordu (s. 6). Allport seçmeciliğin yeni olmadığını, çeşitli felsefi sistemlerden Hakikati damıtmaya çalışan filozofların kullandığı bir kavram olduğunu hatırlatmıştır (Janet, 1885). O dönemde alanın sentezden yoksun oluşunu şöyle tarif ediyordu: “Günümüzde her kuramcı insan doğasının bir parametresiyle meşgul olmakta, kendi özel verilerine ve kişisel tarzına uyan sınırlı bir model inşa etmektedir. Beyinle veya görüngübilimle uğraşanların önemli parametrelerden birine (beden-zihin) odaklandığı söylenebilir; derinlik psikologları bilinç-bilinçdışı parametresine odaklanır; kişilik özellikleriyle uğraşan kuramcılar istikrar-değişkenlik parametresine, bazı kuramcılar da kendi-

lik parametresine odaklanır. Araştırmacı kendi tercih ettiği parametrenin veya seçtiği modelin insan kişiliğinin tümünü kapsadığını savunduğunda ise sorun çıkar” (Allort, 1968, s. 10).

Allport (1968) **kuramsal özümlemeyi** “büyük fikirlerin düşünce tarihimizin akışına yedirilmesi” diye tanımlar; Darwin, Galton, Pavlov, Freud’un eserlerinin “kanımızda dolaştığını” tespit eder (s. 14). Allport genel sistemler kuramının keşfedilmesini önemli ve ümit verici bulmuş ama kişilik kavramının yitirilmesi potansiyeline karşı uyarılmış, bu uyarısında da haklı çıkmıştır: “Bence buradaki en büyük tehlike, kişilik ve kendilik kavramlarının pozitivistlerin elinde tamamen harcanmasıdır. Bununla beraber, doğru bir biçimde uygulandığında, temel ilke olan *açık sistem* ilkesinin sistematik seçmeciliğe en verimli yaklaşım olduğuna inanıyorum” (s. 17). Kişilik kavramını “açık sistem” olarak ele alır: “Kişilik, psikolojideki en seçmeci kavramdır; açık sistem görüşü de bu kavramın en seçmeci şekilde yorumlanmasıdır” (s. 22). Allport önümüzdeki görev hakkında ilham verici şekilde konuşmuştur: “Einstein’ın hayali, evrenin fiziksel birliğini keşfetmekti. Elindeki bilgiler üzerine inşa ettiği muhteşem sentezini uzaya yansıttı. Bizim uğraştığımız alan çok daha dardır; insanın kafatasının içinde yer alır, tartıya vursan 1,5 kilo çeker. Fakat maddi ölçümler bilincin kapsamına dair bir şey ifade etmez. Hâlâ Einstein’ın çok gerisindeyiz. O ümitsizliğe kapılmadı. Biz de kapılmamalıyız” (s. 24).

Allport (1968) sistem kuramının önemli olduğunu fark etti ama referans çerçevesini genişletip “1,5 kiloluk” beynin dışında meydana gelen her şeyi dahil etmedi. İndirgemecilikten endişe ediyor, oluşturulan bir modelin varlığın kendisi değil sadece bir benzeri, bir resmi olduğunu hatırlatıyordu. “İnsan davranışının ‘bilgisayar girdi-çıkıtlarına benzediğini’ söylemek öze ilişkin bir modeldir; davranışın matematik teoremine oturduğunu söylemek biçime ilişkin bir modeldir. Modeli oluşturan kişi öze veya biçime dair bir benzetme kurduktan sonra oracıkta kalakalır” (s. 11). Kuram oluştururken uzağı görememe haline örnek olarak, bir Hint deyişindeki kör adamların fili tarif etmeye çalışmasını alıntılar: “Biri filin kuyruğunu halata benzetir; bir başkası bacağını sütuna benzetir; üçüncüsü kulağını eyere benzetir. Ama hiçbirisi filin ne olduğunu anlatamaz. Benzer bir biçimde, model oluştururken insanın makineye, güvercine, matema-

tik teoremine benzediğini söyleyen kişi, parçayı bütünle sanma yanılgısına düşüyordur, hatta taklidi aslıyla karıştırıyordur. Sistematiik seçmecilik modellerden ziyade kuramlarla çalışır. Nihai amacı da insan doğasına dair kapsamlı bir üst kurama varmaktır” (s. 11).

Psikolojideki pek çok hareket gibi bütünleşme hareketi de çok sayıda koldan beslenir. Psikoterapiye rehberlik edecek daha etkili modeller arayan yenilikçi psikoterapistler arasındaki yeni işbirliği ruhu da bütünleşmenin gelişmesine katkıda bulunanlardandır. Millon ve Davis (1996b) şöyle ifade eder, “Belli ki ‘bütüncül kuramlar’ önermeye kalkanların hem tek düzeyli kuramların yetersizliklerini ortaya koymak hem de kapsayıcı ve sistematiik inandırıcı bir alternatif sağlamak gibi çetin bir görevi vardır” (s. 221). Yirminci yüzyılın ilk yarısında var olan cemaatçiliğe rağmen bütünleşme mayası tutmuştur, önce yavaş yavaş ve ürkerek, sonra Allport gibi yaratıcı düşünürlerden akan sel gibi yerleşmiştir.

Bütüncül Psikoterapi Hareketinin Etkisi

Kuramsal bütünleştirme kavramı yeni olmasa da, 1970’lerin sonunda daha resmi olarak gelişmeye başladı (Arkowitz, 1992). Bu hareket “güçlü ve tutarlı bir güç olarak kristalleşti” (s. 262). Norcross ve Newman’a göre (1992), “Psikoterapide çeşitli kuramsal yönelimler arasındaki rekabetin tarihi Freud’a kadar gider” (s. 3). Bu dogmatizm, psikoterapinin kardeş disiplini kişilik kuramında da görülmüştür. Norcross ve Newman, “uzlaşma” dönemine varılabilmesi için bu “ideolojik soğuk savaşın” zorunlu bir gelişme olabileceğine inanır (s. 3). Kişilik biliminin evrimde, bu etkileşim gerekli bir aşamadır. Bütünleşme hareketi 1980’lerde “geometrik artış” yaşamış, konu üzerine on yıl boyunca “200’den fazla yayın” çıkmıştır (Goldfried & Newman, 1992, s. 60). Kuramsal bütünleşme yayınlarındaki bu patlama sayesinde, cemaatçilik çağı kapanmış, yeni disiplinlerarası işbirliği çağı açılmıştır (Arkowitz & Messer, 1984; Goldfried, 1982; Marmor & Woods, 1980; Norcross & Newman, 1992; Wachtel, 1987).

Bu ilgi sonucunda, psikoterapide bütünleşmeyle ilgilenen bireylerden oluşan bir ağ kurmak üzere 1980’lerin başında harekete geçildi. Psikoterapide Bütünleşme Araştırmaları Derneği [The Society for the Exploration of Psychotherapy Integration-SEPI] 1983’te kuruldu. Arkowitz (1992) bu hareketin önemini şöyle özetler: “Psikoterapi kuramlarının ötesine

uzanan ve psikolojinin diğer alanlarındaki (örneğin bilişsel bilimler, sosyal psikoloji, sağlık psikolojisi, psikobiyoloji) kuram ve araştırma alanlarına yönelen bütüncül psikoterapi, bir şekilde yalıtılmış hale gelen psikoterapiyi yeniden psikoloji alanına getirme vaadi taşır” (s. 293). Psikoterapide bütünleşme faaliyetlerinin artışı, kişilik kuramında benzer bir gelişmeyi gerektirmiş, buna da Millon neredeyse tek başına öncülük etmiştir.

Özümleme ve Bütünleşme

Bir kuramın başka kuramlarla kaynaşmasının temelde iki yolu bulunmaktadır: kuramsal özümleme ve kuramsal bütünleşme. Belli bir yönelimdeki kuramsal modeller, süregiden **özümleme** süreciyle zaman içinde başka sistemlerin özelliklerini fark etmeden içine alabilir; Allport'un bunu nasıl kavramsallaştırdığını önceki kısımda tartıştık. Çeşitli kuramsal modellerin farklı yönleri içeri alınır ve yeni bir sentez oluşur (Messer, 1992). Bu her zaman bilinçli bir süreç değildir ama tüm disiplinlerde şu veya bu şekilde meydana gelir. Evrim kuramının kişilik kuramına özümlenmesi gibi, davranış bilimcilerin nevroz kavramını hayvan modeline uygulamaya başlamasıyla birlikte de benzer bir eğilim meydana gelmiş ve öğrenilmiş çaresizlik kavramı doğmuştur.

Kuramsal modellerin kaynaşmasının ikinci yolu daha etkin olan **bütünleştirmedir**; özümleme bunun yanında biraz “edilgen” kalır (gerçi edilgen demek tam doğru değil, zira özümleme için de diğer disiplinlerden okumak ya da ders almak gerekir). Burada, bir modelin kavramsal yapılarını diğerininkiyle harmanlayarak kullanışlılığı artıran “daha güçlü” bir alaşım yaratma girişimi söz konusudur.

Yedinci Bölümde anlatıldığı gibi, kavgalı bile sayılabilecek iki ayrı kuramsal modeli bütünleştirme yönündeki en hırslı girişim, Dollard ve Miller'ın (1950) *Personality and Psychotherapy: An Analysis in Terms of Learning, Thinking, and Culture* [Kişilik ve Psikoterapi: Öğrenme, Düşünme ve Kültür Bağlamında Bir Çözümleme] adlı kitabı oldu. Arkowitz (1992) şöyle yazar, “Bu kitap psikanalitik kavramları davranışsal dile tercüme etme yönünde basit bir girişim olmaktan çok öteye geçti” (s. 264). İki modeli sentezlemeyi ve bütünleştirmeyi amaçlayan büyük bir adımdı. Salt tercüme olmaktan çıkıp yeni bir bütüncül kişilik kuramı haline geldi.

Bütünleşme alanının en etkili güncel kuramcılarında biri de Paul Wachtel'dir. Yale Üniversitesi'nde Miller ve Dollard ile çalışmış olan Wachtel, hem psikodinamik hem davranışsal modelleri sistemik yapılarla bütünleştirecek bir model geliştirme yönünde uğraş verdi. Wachtel (1977) her iki modelin en iyi özelliklerini bir araya getiren bir çerçeve inşa ettiği, oldukça etkili bir kitap *Psychoanalysis and Behavior Therapy: Toward an Integration* [Psikanaliz ve Davranış Terapisi: Bütünleşmeye Doğru] yayımladı. Wachtel'in modeli olan **döngüsel psikodinamik kuram**, geçmiş deneyimlerin bugünkü ortamı etkilediğini, bunun da sıklıkla kısır döngülere yol açtığını öne sürer. Wachtel'den önce Horney (1945) ve Millon (1969) da sırasıyla "kısır döngüleri beslemek" ve "kendi kendini sürdüren süreçler" şeklinde benzer kavramlar ortaya koymuştur. Arkowitz'e (1992) göre Wachtel'in modelinin önemli bileşenlerinden biri olan "nedenselliğe bakışı, davranışsal ve psikanalitik kuramlardaki gibi doğrusal değil, döngüsel ve karşılıklıdır" (s. 269). Bu bölümde sunulan ikinci model olan **bütüncül-sistemik** modelin bakış açısının temeli budur. Yine Arkowitz, Wachtel'in gelecekteki çabalar için modelini kavram-sallaştırma biçiminin önemi üzerine yorum yapar:

Wachtel'in asıl vizyonunu akılda tutmak önemlidir. İki yaklaşımı bütünleştirip sabitlemeyi değil "evrilen bir bütünleşme çerçevesi" oluşturmayı amaçlıyordu. Evrilen çerçeve kavramı neyi içerir? Bu soru psikodinamik-davranışsal bütünleşmenin, daha geniş olarak da kuramsal bütünleşmenin gideceği en önemli yeni doğrultulara kapı açıyor olabilir. G. E. Schwartz (1991) ve diğerlerinin "açık sistem" dediği sisteme doğru ilerliyor olabileceğimize inanıyorum; bu sistem sadece mevcut bileşenlerin etkileşimine dayanmaz, aynı zamanda eski unsurların mevcudiyeti sürerken yenilerin dahil edilmesine imkan verir. Sistemde içsel tutarlılık da yok değildir; tüm unsurlar kolayca giremez. Bazı unsurlar sisteme giremeyebilir veya girmek için değişmesi gerekir. Üstelik sistemdeki bir unsurun değişimi bütün sistemi değiştirme potansiyeli taşır. (s. 273)

Döngüsel psikodinamikler "bütünleştirmeye kalkıştığı kuramsal bakış açıları arasında temel bir uyumsuzluk" olduğu görüşünü reddeder (Wachtel & McKinney, 1992, s. 335). Wachtel'in sistemi "psikodinamik, davranışsal ve aile sistemleri kuramlarının önemli boyutlarını sentezlemenin yollarını arar" (s. 335). Wachtel, modelinin (bu metinde sunulan

diğer birçokları gibi) psikoterapi kuramından kişilik kuramına evrildiğini anlatır: “Kuramda ve klinik uygulamada döngüsel psikodinamik yaklaşım, çeşitli perspektiflerin gözlemlerini ve kavramlarını tutarlı bir kavramsal çerçevede bütünleştirmeyi amaçlayan bir çaba olarak ortaya çıktı. Yıllar boyunca bu bakış açısı evrim geçirerek öyle bir noktaya geldi ki artık bazı yönlerden kendi başına bir “kişilik kuramına” benziyor. Bu hem ilerleme göstergesi hem de tehlike işaretidir. Bu bakış açısının artan iç tutarlılığı ve kapsayıcılığı da, klinik ilerlemeye dair yeni fikirler önerebilmesi de cesaret vericidir” (s. 364). Wachtel *çeşitli bütüncül ekoller geliştirmeyi* değil, “bütünleşme hareketinin ruhunu” canlı tutmayı amaçladıkları konusunda uyarır, aksi halde “aşmak üzere yola çıktıkları cemaatçiliği” yeniden yaratmaları tehlikesi bulunmaktadır (s. 364). Bu modelin doğasının açık uçlu olduğunu vurgular.

Millon’un Evrimsel Temelli Bütüncül Kişilik Modeli



Theodore Millon (1928-), aralarında ünlü kişilikbilimciler Gardner Murphy ve Henry Murray’ın da yer aldığı etkili akıl hocaları soyundan gelen, en büyük etki bırakmış çağdaş kişilik kuramcılarının biridir. Kişilik alanına klinik, akademik ve araştırma ilgisinin yeniden canlanmasında en büyük payı olan çağdaş kuramcıdır. Kişilik çalışmalarının Murray, Lewin ve Murphy’nin kapsamlı sistemler geliştirme çabalarıyla yirminci yüzyılın ortasında zirveye çıkmasının ardından, kişilik alanına ilgi

sönmeye başladı. “Kişilik artık bütünleşmiş bir gestalt, parçalarının toplamından daha fazlasını ifade eden dinamik bir sistem olarak görülmüyordu. Sarkaç deneyciliğe ve pozitivizme kaydı; sadece ‘gözlemlenebilir’ olan olgular yükselişteydi” (Millon, 1984, s. 452). Geriye dönüp bakıldığında, kişilik çalışmalarının “karanlık çağlara” girdiği, ilk kuramların zengin mirasının rafa kaldırıldığı görülür. Yirmi beş yıla yakın süren bu dö-

nem, Millon'un (1984) davetli olarak yaptığı sunum ve arkasından gelen "On the Renaissance of Personality Assessment and Personality Theory [Kişilik Değerlendirmesinin ve Kişilik Kuramının Rönesansı Üzerine]" başlıklı makalesiyle sona erdi. Sunumunda ve onun peşi sıra gelen makalesinde Millon şunu ilan ediyordu: "Uzun kuraklık sona erdi; 40'ların ve 50'lerin zengin mirası yeniden canlanıyor" (s. 450). Millon'un (1983) kişiliğe ilgisi ve Amerikan Psikiyatri Derneği'nin kişilik bozuklukları komitesi çalışma grubuna katılımı bu yenilenmeyi büyük ölçüde besledi. Millon (1984) şöyle yorumlar: "Bu resmi sınıflandırmanın vuku bulmasıyla birlikte, kişilik bozuklukları sendrom kategorileri arasında önem bir yer edinmekle kalmadı, aynı zamanda sınıflandırmanın çok eksenli şemasında merkezi hale geldi" (s. 455).

Millon (1990) doğa bilimleri eğitimi almış ve bu alana ilgisi olan bir kuramcı ve deneyci olup, bu alandan yararlı kavramlar ve metaforlar çıkarır. Meslek hayatı boyunca psikopatoloji ve klinik tanı (1967, 1969, 1996), kişilik ve bozuklukları (1973, 1981; Millon & Millon, 1974), değerlendirme ve klinik araçlar (1977) ve kuramın (1990; Millon & Davis, 1996a, 1996b) parametrelerini genişletmeye çalıştı. "İyi bir kuram kadar pratik şey yoktur," diyen Kurt Lewin'in (1936) duygularını paylaşır. Kuramın amacı "hem düzen yaratmak hem de varsayım üretme ve yeni bilgi uyanırmaya zemin hazırlayacak örgütleyici ilkeleri" kurmaktır (s. 14). Ne görevin karmaşıklığını azımsar ne de bilimsel ilerleme için gerekli gördüğü şeyden kaçınır (Millon, 1987): "Kuramın doğasına ilişkin birkaç yıl önce ifade ettiğim düşünceleri hatırlayacak olursam (Millon, 1969), doğanın derli toplu, düzenli bir evren ihtiyacımıza uygun yapılmamış olduğuna dair hüsrانımı dile getirmiştım. Belli ki doğal dünyanın karmaşıklığı ve giriftliği sadece görüngüler arasında kesinkes ilişkiler kurmamızı değil, aynı zamanda bu görüngüleri basit yollardan sınıflandırmamızı, gruplandırmamızı da güçleştirir. Doğanın esas düzenini keşfetmeyi arzu ederken, seçebileceğimiz sonsuz sayıda unsurdan sadece birkaçıyla ilgilenmek zorunda kalıyoruz; doğanın sorduğumuz sorulara yanıt bulmamıza en çok yarayacağına inandığımız yönleriyle seçimimizi sınırlandırıyoruz" (s. 3).

Kanıt toplamanın ve perspektif kurmanın kolaylığı sorun olabilir. Millon (1990) şöyle yorumlar: "Paradoks gibi görünür ama ne yazık ki şöyle bir gerçek vardır: Kişilikbilimciler sadece yaşamın sıradan olaylarını göz-

lemleyerek konularını gayet iyi öğrenebilirler. Bu kolaylığın bir sonucu olarak, kişilikbilimciler, formel kurama içkin olan ‘muğlak ve karmaşıklaştırıcı’ ama yine de çoğu zaman verimli ve sistematikleştirici olan güçlere, özellikle yeni ya da öğrencilik günlerinde öğrendiklerinden farklılaşan kuramlara yaklaşımdan çekinir ve güvenmekte tereddüt eder” (s. 17). “Psikolojik bilimler içinde bu tür sentezlere girişecek en iyi alan da kişilikbilimdir. Psikoloji alanında organik olarak bütünleştirilmiş tek sistem “kişidir”; kültüre bağlı ve deneyimden çıkarsanan bir gestalt değil, binlerce yılda evrilmiş ve kalıtımsal olarak doğumda yaratılan doğal bir varlıktır. Kişinin içkin tutarlılığı salt retorik bir inşa değil, özünde sahici bir birliktir. Kişilikbilimsel özellikler uyumsuz olabilir, pragmatik ya da bilimsel amaçlar için kavramsal olarak parçalara ayrılabilir ama ayrılmaz bir biyopsikolojik birimin bölümleridir” (s. 12).

Millon (2000) kuramı dayandıracağı sistematik şekilde bütünleştirilmiş, birbiriyle ilişkili, mantıksal alanlar bulmaya çabalar. Çeşitli bilgi alanlarını koordine etmenin, kişilik bilimine en büyük katkıyı yapabileceğine:

Bağımsız olarak gelişip özerk ve büyük ölçüde bağlantısız işlevler halinde kalmaktansa, unsurları arasında sinerjik bağlar yaratacak şekilde tasarlanan hakikaten olgun klinik bilimi, şu unsurları barındıracaktır:

1. Evrensel bilimsel ilkeler, yani, doğanın her yerde geçerli yasalarının çeşitli dışavurum biçimlerine değil yasaların kendisine dayanan, böylece özne yönelimli kuramlara rehberlik ve yapılandırma desteği verecek bir çerçeve sağlamak.
2. Özne yönelimli kuramlar, yani, kişiliğe ve psikopatolojiye dair açıklayıcı ve buluşsal kavramsal şemalar; bunlar hem kendi içinde hem de ilişkili bilimlerde kurumsallaşmış bilgiyle tutarlıdır, tüm klinik koşullarla ilgili makul derecede isabetli önermelerin çıkarsanması ve anlaşılması için kullanılabilir, böylece de formel bir sınıflandırma sisteminin gelişmesini sağlar.
3. Patolojik sendromların ve bozuklukların sınıflandırılması, yani, kuramdan mantıksal olarak çıkarsanan ve içinde belli başlı kategorilerinin kolayca gruplanabildiği ve farklılaştırılabildiği tutarlı bir örgütlenme sağlayan, böylece de koordine edilmiş değerlen-

dirme araçlarının gelişimine imkan veren bir taksonomik hastalık sınıflandırması.

4. *Kişilik ve klinik değerlendirme araçları, yani, deneysel temelli ve niceliksel olarak yeterince hassas araçlar; bunlar hem kuramın önermelerinin ve varsayımlarının uygun biçimde araştırılmasını ve değerlendirilmesini hem de sınıflandırma kategorilerinin saptanmasını (tanı koyma) ve ölçülmesini (boyutlandırma) sağlayacak, böylece de müdahalelerin hedefleyeceği alanlar belirlenecektir.*
5. *Bütünleşik tedavi müdahaleleri, yani, planlı tedavi stratejileri ve yöntemleri; bunlar kurama uygun olarak tasarlanmış ve sorunlu klinik özellikleri dönüştürmeye yöneliktir, mesleki standartlara ve toplumsal sorumluluklara uygundur. (s. 39-40)*

Kuramsal Model

Evrimsel Temel: Millon'un (1990) modeli evrimsel kuramdan temel alır. **Kişilik** "belirli bir tür organizmanın tipik ortamlarıyla ilişkili olarak sergilediği az çok ayırt edici olan uyum sağlayıcı işleyiş tarzı" olarak ifade edilir (s. 21). **Kişilik bozuklukları** "bir türün karşılaştığı ortamlarla ilişki kurma kapasitesindeki eksiklikleri, dengesizlikleri ya da çatışmaları gösterebilen uyum bozucu işleyiş tarzlarıdır" (s. 21). Millon kişiliğin evrimsel yönlerini tarif eder: "Bir organizma yaşamı boyunca bir dizi özellik geliştirir, bu özellikler hayatta kalmasına ve üremesine katkıda bulunur, bu ikisi Darwin'in 'uyumluluk' kavramının asli bileşenleridir. Evrimsel ekoloji literatüründe 'karmaşık uyarlanmalar' ve 'stratejiler' denen bu özellikler kümesi, psikologların kişilik tarzları ve yapıları dediği kavramların yakın biyolojik dengidir" (s. 21).

Kişilik tarzları ve özellikleri belirli çevresel taleplere uyum sağlayacak şekilde kuşaklar boyunca genetik olarak şekillenir. Dahası bu evrimsel süreç bireyin yaşamı boyunca da devam eder. "Tek bir organizmada görülen şey, gizil potansiyellerin açık ve uyum sağlayıcı tarzlara dönüşerek algılama, hissetme, düşünme ve davranışı şekillenmesidir; biyolojik miras ve sosyal deneyimin etkileşimiyle meydana gelen bu ayırt edici uyum sağlama biçimleri, kişilik tarzı dediğimiz şeyi oluşturur" (Millon, 1990, s. 22).

Kaos Teorisi: Millon (1990) tüm sistemlerde doğrusal modeller tarafından açıklanamaz rastlantısal dalgalanmalar olduğunu söyleyen kaos teorisini de önemli bulur. Küçük kaymalar büyük etkiler yaratabilir. “Görünüştaki kaotik durumlardaki rastlantısal dalgalanmalar ve düzensizlikler bir araya geldiğinde karmaşık ritimleri ve örüntüleri oluşturmakla kalmaz, yinelenmeler ve birbirinin kopyası tasarımlar da sergiler (...) burada, dalgalanmalardan tekrar tekrar aynı şekiller belirir, ardışık olarak gittikçe daha küçük ölçeklerde biçim kazanır” (s. 31), buna fraktal örüntüler denir (Mandelbrot, 1977).

Üç Parçalı Model—Zihinsel Yaşamın Üç Kutbu: Millon (1990), önerdiği zihinsel yaşamın üç kutbunu, sisteminde kişiliğin yapısını ve işlevini kavramsallaştırmanın destekleyici çerçevesi olarak kullanır. Millon, diğerlerinin yanı sıra Freud’un da (1915/1925) bu kutuplulukları ifade ettiğini kabul eder ama bunları kişiliği açıklayacak şekilde geliştirmediklerini söyler. Bu kutuplar (1) **özne-nesne** yani kendilik-öteki, (2) **haz-acı**, (3) **etkin-edilgendir**. Millon (1990) bu ilkeleri, Freud’un eserinden habersiz, Skinner’ın davranışsal modelini izleyerek keşfettiğini bildirir. Deneyimini şöyle anlatır: “O dönem Freud’un önerilerini bilmeyen ve biyopsikolojik bir öğrenme modeli kullanan yazar, Freud’un ‘bütün zihinsel yaşamı yöneten başlıca kutupluluklarına’ benzer bir çerçeve inşa etmiştir” (s. 48). Hem Freud’un hem de Millon’ın bu kutuplulukları tespit etmiş olması, keskin zekalı iki bilim insanının gözlemledikleri unsurları ustalıkla damıtmalarının ötesinde, özümleyici kuramsal bütünleşmenin en iyi yorumunu yansıtır. Yedinci Bölümde gördüğümüz gibi, Eysenck’in geliştirdiği üç parçalı kişilik modeli de Millon’ın geliştirdiği “üç parçalı kutupluluk modeliyle çoğu yönden örtüşür” (1990, s. 49).

Millon kutuplarının her birine alt bileşenler eklemiş, bu alt bileşenler de dört önemli kuramsal alanı temsil etmiştir: öğrenme ilkeleri, psikanalitik kavramlar, duygu/güdülenme, nörobiyolojik alt katmanlar. Bu alt bileşenleri, evrimsel olarak yatkınlık bulunan kutuplarla ilişki olarak düzenler (bkz. Tablo 11.1). Millon’ın kavramsal modeli son derece kapsamlı olup, bu kitapta ele alınan her kuramsal modelden öğeler içerir (açıkça veya örtük olarak).

Tablo 11.1 Evrimsel Kutuplar ve Psikolojik Kavramlar arasındaki Eşleşme

Psikolojik Kavramsal Yapılar	Evrimsel kutuplar		
	Haz-Acı	Etkin-Edilgen	Kendilik-Nesne
Öğrenme İlkeleri	Öğrenmenin Olumlu Pekiştiricileri - Olumsuz Pekiştiricileri	Yanıtsal - işlemsel davranış tarzları	Pekiştirmenin içsel - dışsal kontrolü
Psikanalitik Kavramlar	Alt benliğin içgüdüsel amaçları	Benliğin gerçeklik aygıtları	Kendilik yapıları - Nesne ilişkileri
Duygu/Güdülenme Bileşenleri	Duyguların hoşagitme - gitmeme değerleri	Düşük - yüksek düzeyde etkinleşme	Rekabetçi - işbirlikçi güdülenme yatkınlıkları
Nörobiyolojik Alt Katmanlar	Duygudurum Alt Katmanları	Uyarılma Alt Katmanları	Toplumsal Cinsiyet Alt Katmanları

Kaynak: Toward a New Personology: An Evolutionary Model (Yeni Bir Kişilikbilime Doğru: Evrimsel Model) T. Millon, © 1990. John Wiley & Sons, Inc.’in izniyle yeniden basıldı.

ÖZNE-NESNE/KENDİLİK-ÖTEKİ: Kendilik-öteki kutupluluğunun evrimsel temeli “çocukların hem oluşumuna hem yetişmesine yapılan dengeli ama asimetrik ebeveyn yatırımına” dayanır (Millon, 1990, s. 77). Rekabete avantajını azamiye çıkarmak için, erkekler kendine dönük olma eğilimindedir ki kendi gen havuzlarının hayatta kalma şansı en yüksek olsun. Öte yandan, kadınlar kendilik-öteki yelpazesinin “öteki” ucuna yaslanır: “Kadın az sayıda yavrusunun her birinin karşılaşılabileceği tehlikeleri ve gereksinimlerini belirlemeye dönük ve uyanık olmak zorundadır; ayrıca kadının potansiyel eş değerlendirmesinde hassas ve ayırt edici olması, üreme bakımından avantaj yaratır” (s. 78). Onuncu Bölümde ele alınan Stone ilişkisel modelinin bu görüşü desteklediği görülebilir. Genel olarak kadınların bağlantı ve ilişki kurma güdülenmesi erkeklerden daha fazla olabilir. Kendilik-öteki kutupluluğu altında şu unsurlar vardır:

- iç-dış, benlik-nesne, kendi-kendi olmayan.
- Kendilik yapıları ve nesne ilişkileri.
- İşbirliği-rekabet.
- Toplumsal cinsiyetin nörobiyolojisi.

HAZ-ACI: “Haz-acı ayrımında duyular, güdülenmeler, hisler, duygular, duygudurumlar ve duygulanımlar iki zıt boyutta yer alabilir, bu boyutların her birinde iyi ayrı niceliksel uç (çift kutup) olur: bir olayın çekiciliği, tatmin ediciliği, ödüllendiriciliği, olumlu pekiştiriciliği zayıf ya da güçlü olarak deneyimlenebilir, aynı şekilde olayın tiksindiriciliği, üzücü-

lg, acıklılığı, olumsuz pekiştiriciliği de zayıf ya da güçlü olarak deneyimlenebilir” (Millon, 1990, s. 51-52). şu unsurlar haz-acı kutupluluğu altında sınıflandırılabilir:

- Olumlu-olumsuz pekiştiriciler.
- İçgüdüsel rgtlenme.
- Duygu, duygudurum, güdülenme, mizaç.

ETKİN-EDİLGEN: Etkin-edilgen kutupluluğu “yaşayan organizmaların ekolojik çevrelerine uyum sağlamasının iki temel yolunu” ifade eder (Millon, 1990, s. 64). Doğa bilimlerinde bitkiler edilgen uyum sağlamaya, hayvanlar da etkin uyum sağlamaya örnektir. Bitkiler bir yere bağlanmış olarak kalır ve belirli çevresel gereklere uyum sağlar. Hayvanlar çevreyle daha etkin bir biçimde etkileşimdedir, hayatta kalmak ya da işlevselliği artırmak için gerektiğinde farklı ortamlara kayabilir. Kişilik bağlamında baktığımızda, daha edilgen uçta olanlar daha ağırkanlı ve motivasyonsuz olur, öz etkinlik hissi zayıftır, bir şeylerin peşine düşmektense onlara gelmesini beklerler: “Muallakta kalmış, sessiz, durgun, hareketsiz, kısıtlanmış, ilgisiz, bir şeylerin olmasını bekleyen ve olduktan sonra tepki veren bir görüntü çizerler” (Millon, 1990, s. 65). şu alanlar saptanmıştır:

- şartlandırma paradigmaları.
- Benlik aygıtı.
- Etkinleşme yoğunlukları.
- Uyarılma; nörobiyolojik alt katmanlar.

Hastalık Sınıflandırması: Kişiliğin Sınıflandırılması

“Bilimsel ilerleme için, sistemik bir sınıflandırmanın mantıksal düzeni gerekir” (Millon, 1990, s. 101). Hastalık sınıflandırması [nozoloji] öğelerin mantıksal kategorilerine yerleştirilmesidir (Millon, 1987). “ç katmanlı kutupluluk çerçevesinden hareketle (acı-haz, etkin-edilgen, kendilik-öteki), on tane ‘prototip’ kişilik, üç tane de ağır varyant çıkarıldı; bunlardan birkaçı, önceki hastalık sınıflandırmalarında kategori olarak formüle edilmemiş olan ‘zgn’ ıkarımlardı” (Millon, 1990, s. 107). Millon’un sistemi şu kişilik tarzlarını/bozukluklarını içerir:

- **Şizoid kişilik:** Şizoid bireyin, haz-acı kutupluluğunda yetersizliği vardır. Haz ya da acı hissetme kapasitesi yoktur. Kişisel keyif güdülenmesi pek yoktur; duygusuz, mesafeli, ilgisizdir. Rahatlık ve haz duymak için insanlarla ilişki kurmaya çalışmaz.
- **Kaçıngan kişilik:** Kaçıngan bireyin de haz-acı alanında sıkıntısı vardır. O da şizoid kişi gibi kopuktur. Ama şizoid bireyin aksine, acıya karşı güçlü tepki gösterir, bu uğurda ustalık kazanmaktan ve baş etme düzeyini iyileştirmekten olur. Temkinli ve tetiktedir, acı verici olduğunu düşündüğü olaylardan uzaklaşmaya hazırdır.
- **Kendini baltalayan kişilik:** Kendini baltalayan bireyde acı-haz kutupluluğu tersine dönmüştür. Belli bir düzeyde acıyı tercih edebilmektedir, en azından acı tanıdık gelir ve daha kolay tahammül edilir. “Tipik olarak alçakgönüllü ve kendini silen bir şekilde davranırlar, çoğu zaman eksikliklerini vurgular, kendilerini daha aşağı veya kötü bir yere koyarlar” (Millon, 1990, s. 118).
- **Sadist kişilik:** Sadist birey acıdan haz alır, böylece normal eğilimlerin tuhaf bir şekilde tersini yaşar. Düşmanca, kavgacı, mücadelecidir; yıkıcılıkları karşısında kayıtsız ya da hoşnuttur. Bu kişiliğin çeşitli alt kategorileri bulunur. En aşırı biçiminde, başkalarına gadarca davranmaktan haz alır.
- **Bağımlı kişilik:** Bağımlı birey aşırı derecede başkalarına dönüktür. “Bu kişi davranışsal olarak dış desteğe ve ilgiye büyük ihtiyaç sergiler; ilgi ve bakımdan yoksun bırakılırsa belirgin bir rahatsızlık, hatta üzüntü veya kaygı deneyimler” (Millon, 1990, s. 120). Başkalarından şefkat ve rehberlik almaya çalışır. Ötekilerden gelen sevgi ve şefkatin sürmesi için gönüllü olarak boyun eğer.
- **Histrionik kişilik:** Histrionik bireyin temel dengesizliği de kendilik-öteki kutupluluğundadır. Edilgen olan bağımların aksine, histrionikler bağımlılığı sürdürme girişiminde etkindir. “Korunma, beslenme ve üreme başarısını artırma hedefine ulaşmak için manipülatif, baştan çıkarıcı, sokulgan ve dikkat çekici manevralara girişir” (Millon, 1990, s. 121). Genelde çaresizce şefkat ve uyaran arayışındadır.

- **Narsisistik kişilik:** Narsisistik bireyin kendilik-öteki kutupluluğunda da haz-acı kutupluluğunda da dengesizliği vardır. Kendine yaslanır ve üstünlük hissini vurgular. “Sosyal ortamlarda açık özgüven, ki-birlilik, sömürücü benmerkezcilik” sergiler (Millon, 1990, s. 122). Bencil ve benmerkezcidir, özel statüsüne çok değer verir, çoğu zaman kendini beğenmiş görünür.
- **Antisosyal kişilik:** Antisosyal birey, acıya karşı koymak için ötekileri sömürür. Kendilik-öteki kutupluluğundaki dengesizlikten ötürü başkalarına empati duymaz. “Birçoğu sorumsuz ve iticidir; diğerlerini güvenilmez ve vefasız diye değerlendirdiği için kendi eylemlerini haklı görür” (Millon, 1990, s. 122). Duyarsız ve acımasız eylemleri diğerlerini mağdur eder, bu davranışlarını karşıdan hakaret veya vefasızlık gördüğü gerekçesiyle haklı çıkarır.
- **Pasif-agresif (olumsuz) kişilik:** Pasif-agresif birey kendilik-öteki kutupları arasında bocalar. Bazen uyumlu olup, hemen arkasından inatçı ve kafa tutar hale gelebilir, kendi tatmininden olma pahasına bile olsa. “Yoğun hisler taşır ama bir türlü ikircikliliğinin üstesinden gelemmez, bu yüzden değişken ve dengesiz bir rota izler; karşısındakinin beklentilerini karşılayamadığı için suçluluk hisleriyle kendini yerden yere vurur, ardından kendi isteklerini değil başkalarınınkini yerine getirdiği için inatçı bir olumsuzluk ve direnç gösterir” (Millon, 1990, s. 123).
- **Obsesif-Kompulsif kişilik:** Obsesif-kompulsif birey ötekine yönelik olma eğilimindedir. “İkirciklilik içinde sıkışıp kalmıştır; korku ve cezadan kaçınmak için kendi isteklerinin ve duygularının geçerliliğini reddetmeyi öğrenmiş, onun yerine başkalarının koyduğu değer ve algıları “doğru” diye benimsemiştir” (Millon, 1990, s. 124). İhtiyatlı, mükemmeliyetçi, kendini kısıtlayan ve aşırı uyumlu olma eğilim gösterir ama zıtlaşmacı da olabilir.

Ağır Kişilik Bozuklukları: Millon’un sistemi yukarıdaki kişilik türlerinin yanı sıra ağır kişilik bozukluklarına da yer verir. Telafi mekanizmalarının çökmesi [ödünleyememe, *decompensate*] halinde psikoza düşebilir ama genelde geri döndürülebilirler. Yukarıda anlatılanlardan daha ağır sosyal eksiklikleri vardır:

- *Şizotipal kişilik*: Şizotipal birey belli bir düzeyde bilişsel işlevsizlik gösterir. “Kendilik ve öteki arasında da, etkin ve edilgen uyum sağlama arasında da tutarlı ayırım gözetmekte zorlanır” (Millon, 1990, s. 126). Görünümü ve davranışları tuhaftır, düşünceleri bağlamdan kopuk ve kafası karışık görünebilir. Kendini yalıtmayı, bağlanma ve yükümlülükleri asgari düzeyde tutmayı tercih eder.
- *Borderline kişilik*: Borderline birey bütün kutuplar arasında salınım gösterir, bu da çoğu işlevsellik alanında istikrarsızlık yaratır. Kimlik algısı zayıftır, aşırı duygusal düzensizlik gösterir, kendini kesip yaralamak gibi intihar süsü verilmiş davranışlar gösterir. Genellikle bağlanma figürlerine yönelik öfke ve sevgi duygularını çatışmalı halde yaşar.
- *Paranoid kişilik*: Paranoid bireyin diğerlerine karşı derin ve yaygın güvensizliği vardır. İnsan ilişkilerinde acı ve reddedilmeye karşı olağanüstü hassastır, tepkilerinin çok çabuk tetiklenmesinden ötürü ince derili diye adlandırılır. Hırçındır, insanlarda tam da korktuğu veya beklediği tepkileri uyandıracak şekilde davranır. Çabuk parlaması başkalarından da olumsuz tepki görmesine sebep olur, bu da ötekilerin kendisine zarar vermek istediği şeklindeki paranoid algısını iyice sağlamlaştırır. Borderline bireyin aksine, paranoidin konumu esnek değildir.

Normal Kişilik: Millon (1991) şöyle ifade eder: “‘Psikopatoloji’ ve ‘normallik’ araştırmaları arasındaki kesişim, ciddi akademik etkinlik ve klinik sorumluluk altındaki alanlardan biridir” (s. 356). Bu şemada, normal kişilik, üç kutupluluk arasında dengeyi temsil eder. Kişinin bu kutuplara göre konumu, bireysel farklılıkları açıklayabilir. “Örneğin sağlıklı biri hem kendilik hem de öteki kutbunda yüksek değerde olacaktır, hem öz değer hissi sağlamdır hem de başkalarının ihtiyaçlarına sahici bir hassasiyetle yaklaşır” (Millon, 1990, s. 107).

Millon (1991) normalliğe de anormalliğe baktığı yerden, evrimsel açıdan bakar. Bireysel **kişilik tarzlarının** yaşam boyunca katman katman açılan evrimsel mekanizmalar tarafından şekillendirildiğine inanır. “Tür-oluşta [filojenez] gen *sıklıkları* kuşaktan kuşağa uyum sağlama süreci boyunca değişir, birey-oluşta ise [ontojenez] uyum sağlayıcı öğrenme ile değişen şey gen temelli özelliklerin *belirginliği*, öne çıkmasıdır. ... Tek bir

yaşam süresince meydana gelen biçimlendirici [formatif] süreç, türlerin evrimsel geçmişindeki gen dağılımlarına paraleldir” (s. 363-364). İnsanların evrimsel sürecini etkileyen iki önemli etmen vardır: İnsanın **ebeveyne bağımlı** ve bakıma muhtaç olduğu uzun bir çocukluk dönemi vardır; karmaşık bir **rol model** alma süreci söz konusudur. İnsanlar “hem öngörülebilir hem de yeni çevresel durumlarla baş etmek için alternatif işleyiş tarzlarının” (s. 364) gerektiği karmaşık ekolojik çevrelere uyum sağlayabiliyor olmalıdır. Gelişim ilerledikçe şekillendirilmeye açık olma hali azalır, kişilik tarzı sabit ve değişime dirençli hale gelir:

- **Haz-Acı kutupluluğu:** Evrimsel modele göre, yaşamın amacı hayatta kalmak ve hayatını korumaktır. Acı-haz kutuplaşması yaşamı zenginleştiren etkinliklere çekim yaratır, yaşamı tehdit edenlerden kaçınmayı sağlar. Bu kutupluluk altında “duyular, güdülenmeler, duygular, hisler, duygudurumlar ve duygulanımlar” yer alır (Millon, 1991, s. 372). Bireyin her bir kutupluluğa ilişkin deneyimi zayıf ya da güçlü olabilir. Birine daha çok olumsuz duygulanımlar çağrıştıran şey, bazılarının hoşuna giden bir şey olabilir.
- **Etkin-Edilgen tarzlar:** **Edilgen** olanların araçsal olarak kullandığı çok az strateji vardır. “Hareketsiz görünür, ağırkanlıdır, hırs veya sebat göstermekten uzak durur, uysallığa meyillidir, ölçülü tutum takınır, olayların seyrini değiştirmek için pek çaba göstermez, kendini ayarlamak için önce etraflarındaki şartların kendi seyrinde gelişmesini bekler” (Millon, 1991, s. 374). **Etkin** olanlar ise stratejilerini planlar, amaçlarına ulaşmalarını sağlayacak adımlar atar. “Tetikte, uyanık, hayat dolu, zinde, etkileyici, uyaran arayan şekilde enerjik ve hareketli” olmaları en belirgin özellikleridir (s. 374). Bazıları aceleci, heyecanlı, telaşlı, sabırsızdır; bazıları daha ölçülüdür. “Normal” yani optimal işlevsellik için etkin ve edilgen kutuplar arasında esnek bir denge gerekir.
- **Kendilik-Öteki yönelimi:** Kendine dönük birey, başkalarına kıyasla üstün konumda kalmayı daha fazla önemser. “Bencil, duyarsız, düşüncesiz, umursamaz, iletişimsel olmayan tarzda” davranır (Millon, 1991, s. 378). Ötekine dönük birey, ilişkilerinde işbirliğine ve destekleyici olmaya daha yatkındır. “İlişki kurmaya meyilli, samimi, empatik, koruyucu, özenli” davranır (s. 378). Millon’a göre, kendine dö-

nük olma stratejisinin erkeğin temel uyum sağlama biçimi, ötekine dönük olma stratejisinin ise kadının temel uyum sağlama biçimi olduğuna dair evrimsel biyolojiden gelen pek çok kanıt vardır.

Araçlar

Millon'a göre, kapsamlı bir kişilik kuramı, önceki kısımda ayrıntılandırılmış olan kavramsal yapıları ölçmek üzere ayarlanmış, deneysel temelli araçlar gerektirir. "Kuramsal modelin kavramsal yapılarını işler hale getirmek için" altı araç yaratılmıştır (Millon & Davis, 1996b, s. 317). Millon (Millon & Davis, 1996a) kişilik kavramlarını "saptamak ve ölçmek" için 1970'lerin başında araçlar geliştirmeye başladı (s. 158). Kişilik bozukluklarını ve klinik sendromları değerlendirmek için en yaygın kullanılan, MMPI kadar prestij kazanan Millon Çokeksenli Envanteri-III adını taşır (Millon, Millon & Davis, 1994).

Müdahale ve Tedavi

Müdahale ve tedavi bu metnin odak noktası olmasa da, Millon'un kuram, sınıflandırma, araç geliştirme ve pratik uygulama (değişime yönelik müdahale) ayaklarını mantıksal olarak ilişkilendirmek ve sistematik olarak bütünleştirmek üzere gösterdiği çabayı anlamak için esastır. Psikoterapi konusuyla ilgilenenlerin, Millon'un (1999) kuramının terapi müdahalelerine ilişkin kısmının çerçevesini çizdiği *Personality-Guided Therapy* [Kişilik Yönelimli Terapi] kitabını okuması önerilir. Millon bu terapi üst modelini **psikosinerji** diye adlandırır; evrimsel temelli metapsikolojisine dayanan bir büyük birleştirme kuramı oluşturma girişimi olması bakımından, yüz yıl önce psikanalizin geliştirilmesine benzer. Temel varsayımı, terapide etkili değişimin mümkün olması için kişiliğin ve birbiriyle ilişkili klinik sendromların anlaşılması ve bu anlayış rehberliğinde hareket edilmesi gerektiğidir. Esasında Millon en uygun müdahaleyi oluşturmak için üç temel kutupluluğu araç olarak kullanır, amacına uygun psikoterapi yöntemlerinden ve eldeki teknolojiden yararlanır. Amacı kutuplar arasında dengeyi oluşturmaktır ve bunu yapmanın çeşitli yöntemlerini özetler. Modelin genel amaçlarını şöyle özetler: "Dönüştürülecek patolojik kutupluluğa ve planlanan bütüncül tedavi adımlarına bağlı olarak, tedavinin hedefleri (1) şizoid, kaçınan ve depresif tarzlarda/ bozukluklarda *haz yetersizliklerini* gidermek; (2) bağımlı, histrionik, narsisist ve

antisosyallerde *dengesi kaçmış kişilerarası* kutupluluğu yeniden kurmak; (3) sadist, kompulsif, mazoşist ve pasif-agresiflerde *intrapsişik çatışmaları* çözmek; (4) şizotipal, borderline ve paranoid kişilerde *yapısal eksiklikleri* yeniden inşa etmektir” (1999, s. 130).

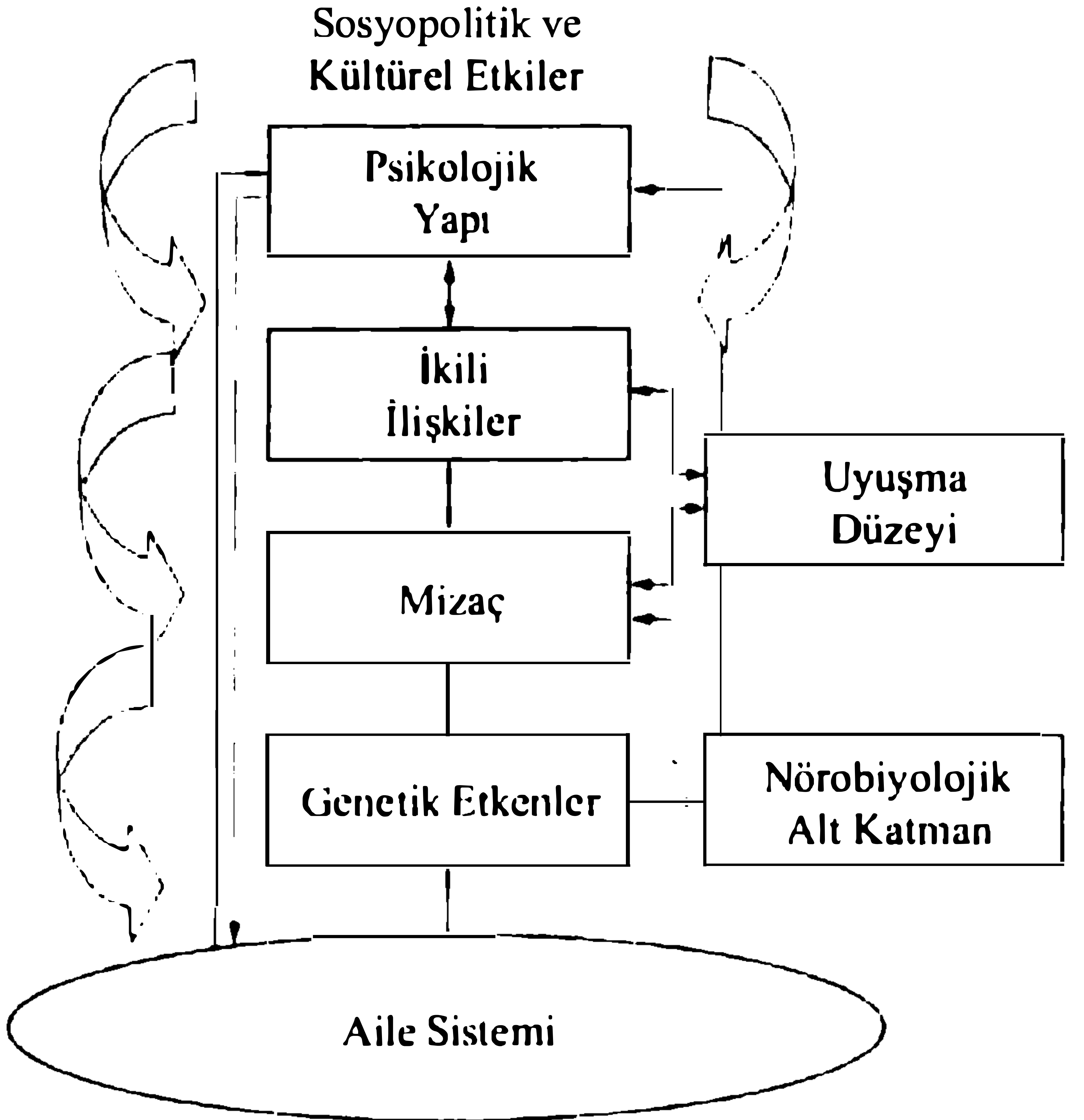
Sistemik Bütüncül Kişilik Modeli

Bu bölümde sunulan sistemik bütünleştirici kişilik modeli ağırlıklı olarak Magnavita (1997, 2000) ve Wachtel’in (1977; Wachtel & Wachtel, 1986) çağdaş formülasyonlarına dayanır. Bu çağdaş bütünleştirici modelin Millon’ın modeliyle birçok ortak unsuru vardır ama kuramsal temellere dair altını çizdiği noktalar biraz daha farklıdır. Sistemik bütüncül model ile Millon’un evrimsel temelli bütüncül modeli arasındaki kuramsal ortak noktalar şunlardır: (1) sistemler kuramı, (2) kaos kuramı, (3) diğer modellerden bileşenlerin bütünleştirici şekilde harmanlanması, (4) biyo-sosyal temel, (5) evrim kuramı. Bu temel kuramsal inançların farklı şekillerde vurgulanması sonucunda farklı bir bakış açısı meydana gelir. İlişkisel modeller üzerine önceki bölümde gözden geçirdiğimiz üzere, sistem kuramcıları, bireysel kişilik kavramını büyük ölçüde reddetmiştir. “Ya o ya bu” şeklinde bir konum almanın alana pek faydası olmadığı noktasında Millon’a katılıyoruz, bu şekilde çok fazla şey kaybedilir, eksik kalır. “Bazı sistem kuramcıları kişisel düzeydeki patolojiyi oluşturan ve sürdüren tek unsurun daha geniş sistemler olduğunu öne sürer; bireysel patoloji diye bir şey yoktur, çünkü bireysel patoloji bu geniş kapsamlı sistemlerden çıkarsanabilir, yani bu sistemlere ‘indirgenebilir’. Biz bu tür bir sistem indirgemeciliğini felsefi olarak reddediyoruz” (Millon & Davis, 1996a, s. 212). Dördüncü Bölümde açıklanan çeşitli kuramsal bileşenleri bütünleştiren çağdaş bir model sunma çabalarım sonucunda bu kısımda sunulan model ortaya çıkmıştır. Bu kitapta sunulan kişilik perspektiflerinin çoğunu kapsayan tutumlu bir destekleyici çerçeve sunmayı umuyorum.

İlişkisel Alanda Biyopsikososyal Model

Kişilik gelişimi olağanüstü karmaşık bir süreç olup, basitleştirici ya da indirgemeci açıklamalara yer bırakmaz. Bu nedenle kişilik tarzının ortaya çıkışı tek başına kişilerarası, intrapsişik, biyolojik, bilişsel, toplumsal ya-hut gelişimsel değildir; daha ziyade bütün bu etmenler kişiliğe katkıda

bulunur (Magnavita, 2000). Kişilik birbiriyle bağlantılı statik etmenlerin bir araya gelmesi değil, sürekli etkileşimli ve akışkan bir süreçtir; kişiliği en iyi açıklayacak model, ilişkisel alana yerleştirilen bir biyopsikososyal modeldir. Nörodinamik bir bakış açısından yazan Grigsby ve Stevens (2000) şunları belirtir, “Bünyesel etmenlerin tartışılmaz önemi varsa da, kişinin karakteri büyük oranda ebeveynler ve diğer önemli ötekilerle etkileşimden doğar” (s. 315). Bu modeli güçlendiren von Bertalanffy’nin (1948) genel sistemler kuramında da, geribildirim döngüleri ve alt sistemler arası ilişki örüntüleri vurgulanır (bkz. Şekil 11.1).



Şekil 11.1

Kişiliğin Modüler Bileşenleri Arasında Sistemik Karşılıklı İlişkiler

Kaos Teorisi

Doğa bilimlerinden ödünç alınan, karmaşık sistemleri anlamada yararlı bir başka model, önceki kısımda Millon tarafından anlatılan kaos teorisidir. Kaos teorisi, karmaşık sistemlerin işleyiş biçimi üzerine, genel sistemler kuramıyla tutarlı, yararlı bir bakış açısı sunar. Gleick (1987) bu teorinin açıklayıcı gücünü şöyle anlatır: betimler “Yaşamda olduğu gibi bilimde de, belli bir olay zincirinde yer alan bir kriz noktasının küçük değişiklikleri büyütebileceği bilinir. Kaos ise bu tür noktaların her yerde olduğu anlamına gelir. Her yere yayılmıştır. Hava durumu gibi sistemler, küçük ölçeklerin büyük ölçeklerle iç içe geçmesinin kaçınılmaz sonucu olarak başlangıç koşullarına hassas bir şekilde bağımlıdır” (s. 23).

Hava durumunu araştırmak kaos kuramcılarının modellerini geliştirmek için kullandıkları karmaşık sistemlerden biridir. Hava tahminlerinde “**Kelebek Etkisi** diye bilinen yaygın bir espri vardı: Bugün Pekin’de bir kelebeğin kanat çırpışı, gelecek ay New York’taki fırtına sistemlerini dönüştürebilir” (Gleick, 1987, s. 8). Karmaşık sistemler, rastlantısal dalgalanmalara inanılmaz hassastır. Hava durumunda küçük dalgalanmalar, katlanarak artan güçte hızlı dalgalanmalara neden olabilir: “Hatalar ve belirsizlikler katlanarak artar, çalkantılı özellikler zincirinin basamaklarını tırmanarak, toz fırtınaları ve kasırgalardan sadece uyduların görebileceği kıta ölçeğinde anaförlara dek gider” (s. 20). Bu rastlantısal dalgalanmalar, küçük boyutluyken bile, tüm sistemin işleyişi üzerinde dramatik etki yaratabilir. Gleick şu örneği verir: “Bir adam evinden otuz saniye geç çıkar, bir saksı birkaç milimetreyle kafasını sıyrır, ardından bir kamyonun altında kalır. Ya da daha az dramatik bir biçimde, saat başlarında geçen otobüsü kaçıır. Kişinin gündelik akışındaki küçük karışıklıklar büyük sonuçlara neden olabilir” (s. 67). Bu model doğal görüngülerin doğrusal nitelik taşıdığını reddeder. İnsanlar herhangi bir statik model ile kavranamayacak kadar kırılgan ve karmaşıktır; öyleyse sürekli devinim kavramını içeren bir model faydalıdır. Örneğin kişilik bozukluğu karmaşık bir sistemin bozukluğudur, bu bozukluk, biyopsikososyal sistem boyunca yankılanan küçük olayların olmasıyla harekete geçebilir. Karmaşık sistemleri temel unsurlara indirgemedeki sorunu Mandel (1985) anlatmış, Gleick (1987) özetlemiştir:

Mandel'e göre kaostun keşifleri psikiyatrik bozuklukların tedavisine klinik yaklaşımlarda değişimi zorunlu kılar. Herhangi bir nesnel ölçüye göre, modern "psikofarmakoloji" işi, yani kaygı ve uykusuzluktan şizofreniye her şeyi ilaçla tedavi etme çabasının başarısızlığa uğradığı kabul edilmelidir. İyileşen hasta sayısı varsa bile çok azdır. Zihinsel hastalığın en şiddetli dışavurumları kontrol altına alınabilir ama uzun vadeli sonuçlarını kimse bilmemektedir. Mandel en yaygın kullanılan ilaçların ürkütücü bir değerlendirmesini meslektaşlarına sunar. Şizofreni hastaları için yazılan fenotiazinler temel bozukluğu daha da kötüleştirir. Tri-siklik antidepresanlar "duygudurum döngülerini hızlandırarak uzun vadede psikopatolojik episotların tekrarlanma sayısını artırır." Mandel'e göre, sadece lityumun gerçek anlamda başarısı olmuştur, o da sadece bazı bozukluklarda. (s. 298)

Mandel'in kavramsallaştırdığı şekliyle, sorun, organizmaların en karmaşığını doğrusal bir modele indirgemektir. Mandel'e göre, genlerden reseptörlere, sendromlara, ilaçlara, puanlama ölçeğine doğrusal bir dizi-
lim tanımlayan paradigmanın bütünü yanlıştı, onun yerine geometrik olarak akan karmaşık sistemlerin doğrusal olmayan dinamikleri tanımlanmalıydı. Evrimin kendisi geribildirim sistemi barındıran bir kaotik sistem örneğidir.

Evrimsel Temelli Karşılıklı olarak İlişkili Modüler Sistemler

Kişilik, birbirleri üzerinde doğrusal olmayan dinamik etkiye sahip karşılıklı olarak ilişkili, sayısız modüler sistemler olarak düşünülebilir. Temel modüler sistemleri tespit ettik; asıl zorluk, bu sistemlerin kişiliği nasıl belirlediğini anlamaktır. Grigsby ve Stevens (2000) "beynin örgütlenmesinin ancak evrimsel bağlamda anlaşılabileceğini" öne sürer, "bu örgütlenmede, örüntü tanıma ve örüntü oluşturma etkinliğinin doğal seçilimin baskısıyla şekillenmiş olduğu varsayılır" (s. 203).

Doğrusal Olmayan Süreçleri Üçgen Yapılarla Betimlemek: Grigsby ve Stevens'a göre (2000), "kişinin davranışları ne kadar öngörülebilir olursa olsun, karakter bir şey değildir, daha ziyade anbean dışavurulma olasılıkları değişkenlik gösteren süreçlerden oluşan bir kümedir" (s. 311). Doğrusal olmayan kişilik modelini betimlemede üçgensel yapılanmaların faydası olur. Üçgen, köşeler arasındaki potansiyel sinerjiyi gösterebilmektedir. Önceki bölümlerde bahsedilen üçgensel yapıları yeniden hatırlamak, bu

kitap boyunca anlatılan modüler sistemlerin birçoğu için zemin oluşturur. Amaç büyük bir birleştirme kuramı sağlamak değil, kişiliğin bileşenlerini, yaşayan bir sistemdeki sonsuz değişkenliği açıklayacak şekilde tasvir etmeye başlamaktır. Kişilik işlevlerinin bölgelerini tarif eden üç tane üçgensel yapılanma vardır: **intrapsişik-biyolojik, kişilerarası-ikili, ilişkisel-üçlü**. Bu üçgensel temsillerin her birinin içinde çeşitli modüler ya da bileşen sistemler bulunmaktadır (bkz. Tablo 11.2); ardından bunların nasıl birbiriyle ilişkili olduğunu göstermeye girişmemiz gerekir. Bu anlamaya yönelik aşırı basitleştirmedir ama üçgensel yapılandırmalar bu etkileşimli modüllerin sürekli hareketini göstermek için yararlı bir model sağlar. Biyopsikososyal modelde olduğu gibi, farklı soyutlama düzeylerinde farklı kuramsal model ve yapıların daha iyi açıklamalar getirmesi söz konusu olabilir. Biyopsikososyal modelin aksine hiyerarşiler değil karşılıklı ilişkiler önemlidir. Örneğin nörobiyolojik alt katman mikro düzeyde daha iyi açıklamalar getirir; öte yandan bu modelin başlıca varsayımı, birbirleriyle bağlantılı geribildirim döngülerinde tüm düzeylerin yer aldığıdır.

Intrapsişik-Nörobiyolojik Üçgen

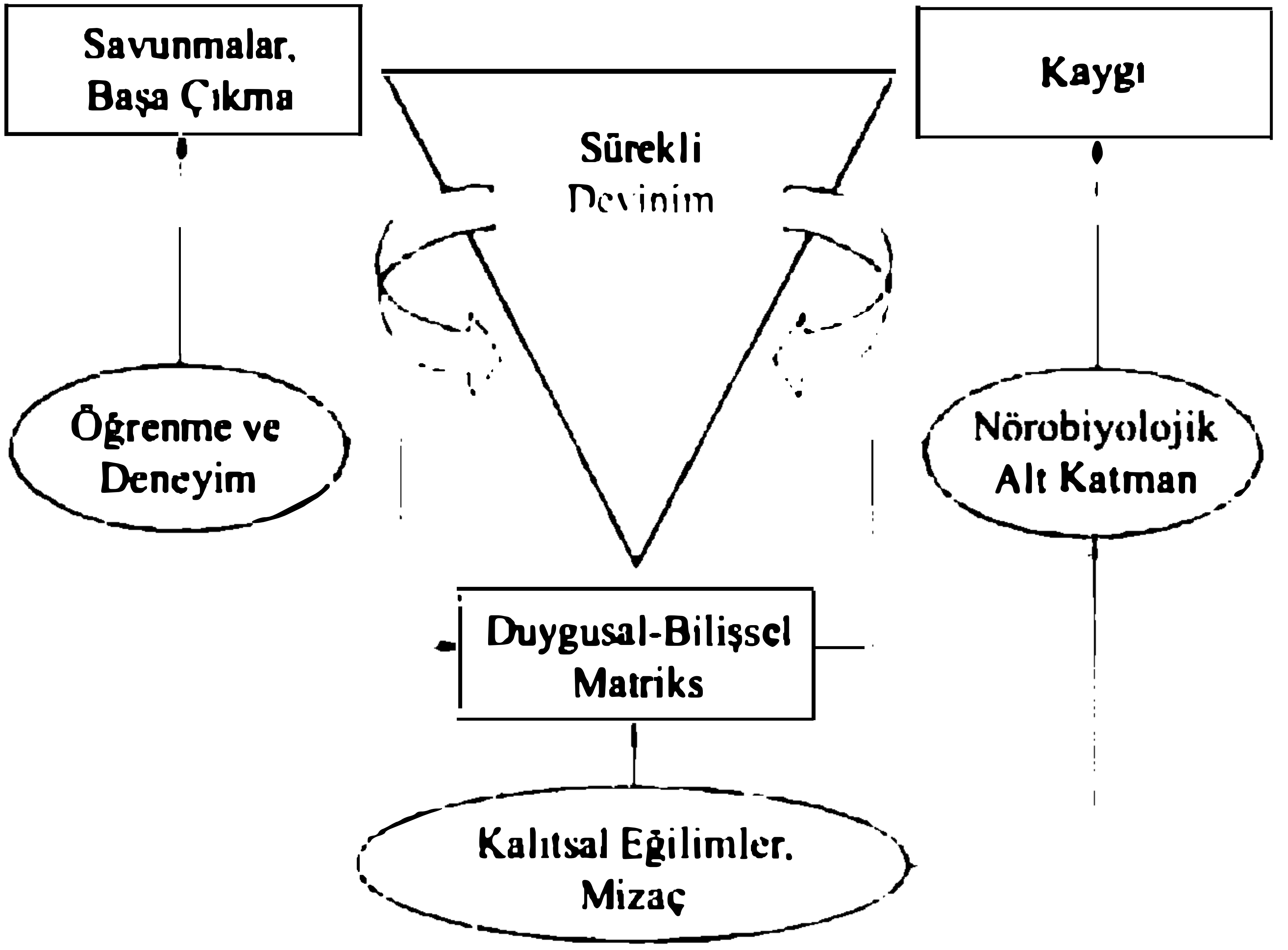
Mikro analiz düzeyinde **intrapsişik-biyolojik üçgen** açıklamasıyla başlıyoruz (bkz. Şekil 11.2). Üç köşe şunlardır: (1) duygulanımsal-bilişsel, (2) kaygı, (3) savunma/baş etme.

Tablo 11.2 Mikro Analiz Düzeyinden Makro Düzeye Bileşen Sistemler

Mikro örgütlenme düzeyi: Öncelikli olarak, çıkarsanan psikolojik yapılar ve dinamik ilişkilerle ilgilidir. Üç mikroskobik düzeyde nörotransmitter eylemleri ve genetik yatkınlıkları içerir. Analiz için faydalı kuramsal bileşenler: psikodinamik kavramlar, evrim kuramı, bilişsel kavramlar, nörobiyolojik modeller, mizaç, davranışsal ilkeler, faktör modelleri, duygulanım kuramı.

Orta örgütlenme düzeyi: İlişkisel alanla, özellikle ikili işlemlerde meydana gelenlerle ilgilidir. Analiz için faydalı kuramsal bileşenler: kişilerarası modeller, kendilik-öteki modelleri, faktör kuramları, nesne ilişkileri kuramı, bilişsel kavramlar, evrim kuramı, öğrenme kuramı.

Makro örgütlenme düzeyi: Üçlü ilişkisel yapılanmalarda meydana gelenler ve örtüşen çoklu üçgenlerle ilgilidir. Analiz için faydalı kuramsal bileşenler: sistemler kuramı, üçlü modeller, öğrenme kuramı, psikodinamik kavramlar.



Şekil 11.2

İntrapsişik-Biyolojik İşlevler

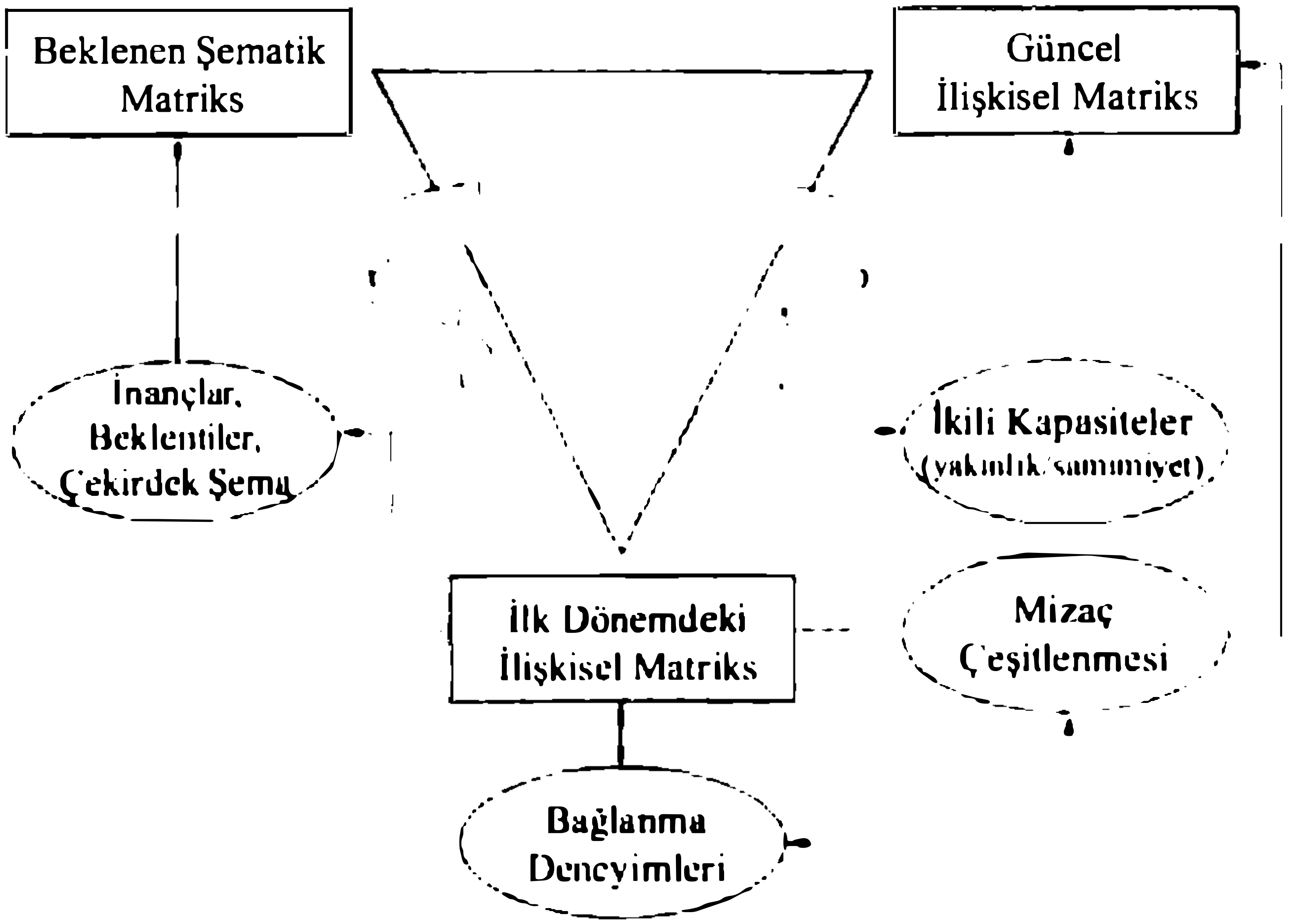
Herhangi bir köşedeki artış diğerlerinde de işlevsel artışa neden olacaktır. Örneğin kaygı artarsa hem savunmalar hem de duygulanımsal-bilişsel matriks yanıt verecektir. Psikolojik yapı ve nörobiyolojik yapı arasında doğrudan etkileşim bulunmaktadır. Nörotransmitter eylemleri dahil, merkezi sinir sisteminin bütünlüğü ve işleyişi hesaba katılır.

- *Duygulanımsal-bilişsel matriks:* Duygulanımsal-bilişsel matriks duygulanım sistemini, bilişsel inançları ve şematik temsilleri ve Nörotransmitterlerin eylemi ve etkileşimi gibi ilgili nörobiyolojik işlevleri içerir.
- *Kaygı:* Kaygı köşesi kişi sisteminin içindeki kaygı düzeyini gösterir. Bu köşe kaygının nörobiyolojik temelini de içerir.
- *Savunma/baş etme:* Üçgenin savunma/baş etme köşesi (Altıncı Bölümde ayrıntılarıyla ele alınan) savunmaya yönelik işlemlerin dizisini temsil eder. Bu savunmalar bir bireyin kişiliğinin ayırt ediciliğinin parçasıdır ama statik değil akışkan bir sistemdir.

Kişilerarası-İkili Üçgen

Kişilerarası-ikili üçgen tabanda ilk deneyimlerle başlar ve hem güncel ilişkilerin düzenlendiği güncel ilişkisel matriks köşesini hem de şematik temsillerin içselleştirilmiş biçimi olan (nesne, bilişsel, ilişkisel; bkz. Şekil 11.3) beklenen şematik matriks köşesini besler. Burada gösterilen, kişilerarası dinamiklerde ifadesini bulan orta düzeydeki kişilik görüngüleridir.

- *İlk ilişkisel matriks*: Bu kitap boyunca gördüğümüz gibi, ilk ilişkisel matriks kişilik örgütlenmesine önayak olur. Bu ilk bağlanma deneyimleri (olumlu, olumsuz, “yeterince iyi”) intrapsişik-ikili üçgenin kişilik bileşenlerini yapılanma sürecini başlatır.
- *Güncel ilişkisel matriks*: Güncel ilişkisel matriks, kişilik tiplerini ve tarzlarını şekillendiren ve pekiştiren ikili yapılanmaları içerir. Tüm kişiliklerde görünen kişilerarası örüntüler, yani diğerleriyle nasıl ilişki kurduğumuz bu köşede gözlemlenebilir. Bireyin etkin mi edilgen mi, kendine mi ötekine mi dönük olduğu Millon’un kavramları kullanılarak belirlenebilir. Böylece ilk ilişkisel deneyimlerden vücut bulmuş olan matrikse de dayanarak belli bir davranış örüntüsü ortaya çıkar.
- *Beklenen ilişkisel matriks*: Beklenen ilişkisel matriks, psikobiyolojik sistemde depolanan ve ötekilere yansıtılan çekirdek şemalarla ilgilidir. Bu süreç psikodinamik kuramcılarının aktarım, bilişselcilerin çekirdek şema dediği şeydir. Bireyin kişilerarası etkileşimlerde karşısındakinin yanıt sisteminden bağımsız olarak görmeyi beklediği muameleyle ilgilidir. Dolayısıyla ilk deneyimlerinde diğerlerine güvenememe bulunan biri, karşısındakinin güvensiz davranmasını bekler (bkz. 9. Bölüm).



Şekil 11.3

Kişilerarası-İkili Üçgen

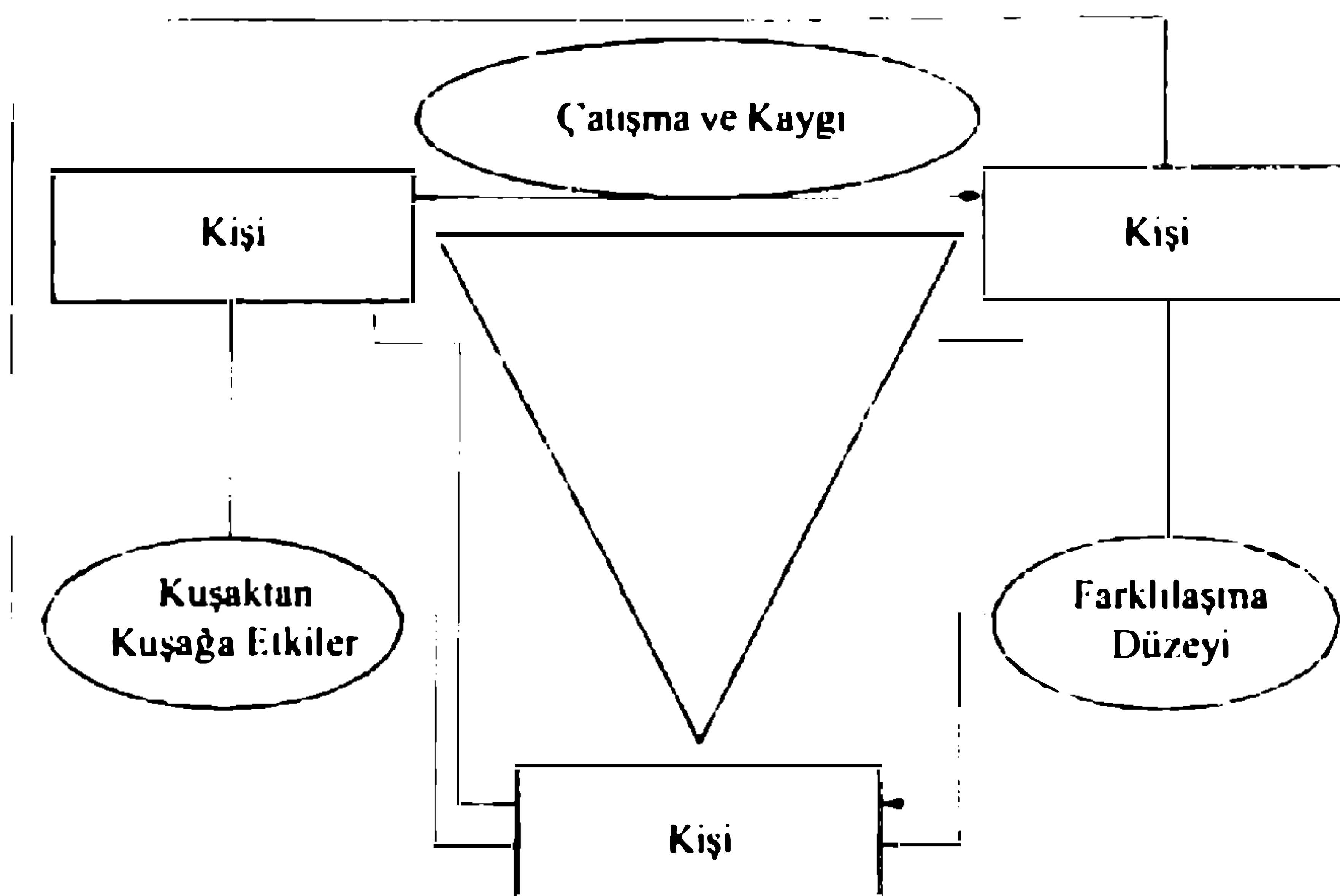
Wachtel'in (1977) döngüsel psikodinamikler kavramı, ilişkisel örüntülerin yinelenmesini ve yinelenen bu davranış dizilerinde görünen pekiştirici örüntüleri açıklamakta yararlıdır.

İlişkisel-Üçlü Üçgen

İlişkisel-üçlü üçgen ikiden daha fazla insan arasında ya da diğer daha geniş sistemlerde meydana gelen süreçleri resmeder (bkz. Şekil 11.4). Onuncu Bölümde anlatılan makro bakış açısını temsil eder. Bu üçgensel yapılanmada önemli olan, her "kişi sisteminin" diğer kişi sistemleriyle karşılıklı ilişkiler içinde olması ve bu ilişkilerin içinde yer aldığı karmaşık dinamik faaliyetin belli bir denge kurma örüntüsü izleyerek kaygıyı zapt etmeye çalışmasıdır. Bu üçgen özellikle kuşaklar boyunca aktarılan patolojik uyum sağlamaları ve ilişki örüntülerini kavramada yararlıdır. Bu üçgenin her bir köşesi bir kişiyi temsil ediyor diye görülebileceğinden, burada ilgilendiğimiz, karmaşık ilişkisel sistemlerde meydana gelen etkileşimsel örüntülerdir. Onuncu Bölümden hatırlanacağı üzere, istikrarsız bir ikili kendine istikrar kazandırmak için üçüncü bir taraf arayacak ve

kaygıyı üçüncü kişiye kaydıracaktır. Bu düzeyde sistemin karmaşıklığı artar, zira bu etkileşimler sırasında tüm düzeylerde diğer üçgenler de faaliyettedir:

- **Tepedeki kişi sistemleri:** Üçgenin üst köşelerindeki iki kişi duygulanım sistemlerindeki kusurlar, farklılaşmanın düşük olması ya da diğer etmenler nedeniyle kaygıyı denetim altında tutamazsa, kaygı ilişkiyi tehdit eder.
- **Tabandaki kişi:** Tepedeki kişiler kaygıyı denetim altında tutmazsa, kaygı belli bir semptom veya davranış rahatsızlığı şeklinde dışa vurulur, zaman içinde kişilik bozukluğuna yol açabilir.

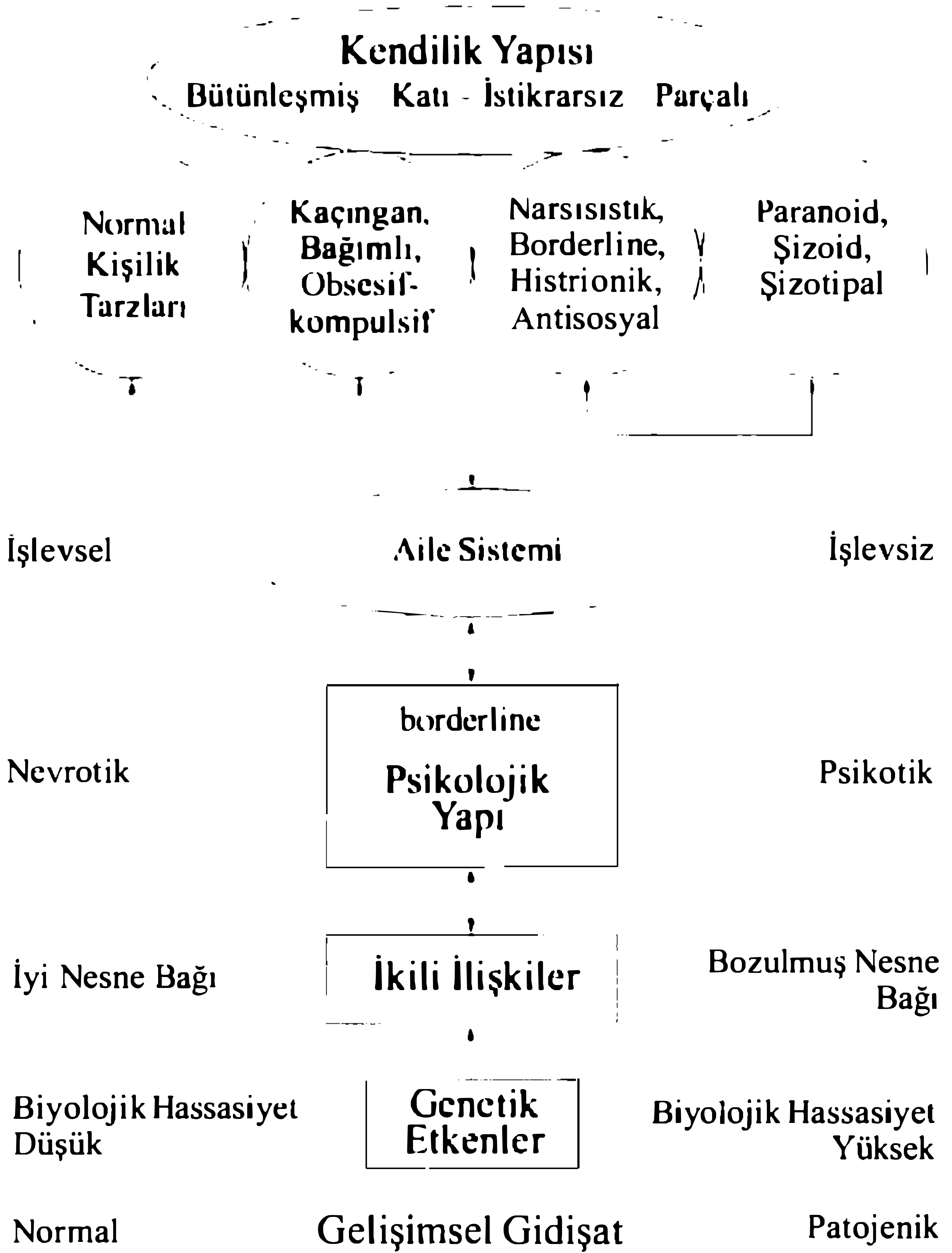


Şekil 11.4

İlişkisel-Üçlü Üçgen

Kişiliğin Aşırı Uçtaki Çeşitlemeleri

Kişiliğin normal yahut sapkın gelişim seyrini belirleyen birden çok etmen vardır; bireyin veya sistemin normal şekilde ilerlemesinin veya uyum bozucu örüntüler geliştirmesinin birden çok yolu ve fırsatı vardır. Bu seyri açıklama yönündeki her türlü girişim mecburen fazlasıyla indirgemeci olur. Yine de bütüncül modeller kullanarak karmaşıklığı anlamaya başlayabiliriz.



Şekil 11.5

Normal ve Anormal Kişiliğin Seyri

Neden bazı bireyler işlevsiz kişilik tarzları geliştirirken bazıları geliştirmir (aynı aileden bile olsalar)? Bu metin boyunca süren yolculuğunuzun bu noktası itibariyle muhtemelen öngörebileceğiniz üzere, çeşitli potansiyel yol ayrımları bulunmaktadır. Temel model Şekil 11.5'te betimlenmiştir. Altan başlayarak, bireyin gelişim seyrini genetik savunmasız-

lıklardan itibaren izleyebiliriz. Doğumdan bile önce faaliyette olan aile süreçlerinin yansımalar yoluyla kendiliği tanımladığını düşünen sistem kuramcılarının gelen dersleri de unutmamalıyız. Duygulanım düzensizliği gibi biyolojik bir hassasiyeti olan kişinin ilk nesne bağları da güvenli, ikircikli veya hatalı bağlanma sağlayabilir. Optimal veya “en uyumlu” ikili ilişki sayesinde bu biyolojik/mizaç hassasiyetleri hafifletilebilir.

Uyumun iyi olmadığını ve ebeveynin “yeterince iyi” bağlanma sağlayacak beceri veya kapasitede olmadığını varsayalım; bunun zihinsel hastalık ya da bağımlılık gibi bir dizi nedeni olabilir. Bu etmenlerin bir araya gelmesiyle bireyin psikolojik yapısı şekillenir. Bu durumda varsaydığımız bireyin yapısı borderline ile psikotik düzeyde örgütlenir. Aile sisteminde de ağır işlevsizlik varsa, hatta **işlevsiz kişilik sistemi** söz konusuysa, kişilik uyarlanması ya istikrarsız ya da parçalı olacaktır. Bu sınırlı betimlemede bile, belli kişilik uyarlanmalarını şekillendirme ve pekiştirme olasılığı görülebilir. Basitçe örneklendirilmiş şekilde, şemanın sol tarafındaki bireyin sağlıklı kişilik uyarlanması şansı daha yüksek olacaktır.

Basit ve Karmaşık Modeller

Etmenlerin Çokluğu: Gördüğümüz gibi, kim olduğumuzu ve kişiliğimizin işlevsel, esnek, uyum sağlayıcı mı yoksa bozulmuş, işlevsiz, katı, uyum bozucu mu olacağını belirleyen çok sayıda etmen vardır. Sonraki bölümde normal-anormal tartışması, hafifletici etmenler, dayanıklılık ve diğer özel konuları daha doğrudan ele alacağız. Kişilik kuramının geldiği mevcut noktada, temel bileşen sistemler muhtemelen belirlenmiştir. Şimdiki zorluk, bu bileşen sistemlerin nasıl örgütlendiğini ve birbirlerini nasıl etkilediğini belirlemektir. İncelemekte olduğumuz kişi sistemlerinin karmaşık doğasının yanı sıra, insanların sonsuz farklılıklar barındırırken aynı zamanda benzer çekirdek özelliklere sahip oluşunu anlamak için kaos teorisine de yeniden göz atmakta fayda var.

Paradokslar: Kişiliği incelerken açıkça görülen belli paradokslar bulunmaktadır. Bunlardan biri, kişilik gelişiminin bütünlüğü ve kırılganlığı arasındaki çelişkidir. Kaos kuramının ileri sürdüğü üzere, küçük sarsıntılar kişilik gelişimi açısından felaket sonuçlar doğurabilir. Belli bir gelişim aşamasındaki ağır travmanın kişilik üzerinde korkunç etkileri olabilir. Annenin depresyonu, çocuk bakımının niteliği, mali güçlükler gibi daha

az dramatik olaylar olduğundan daha büyük hale gelebilir, zira belli bir uyarandan kaynaklanan dalgalar kişilik ve aile sistemleri boyunca etki gösterebilir.

Seçilmiş Araştırma Bulguları

- *“DSM-III-R kişilik bozukluklarında ilk dönemdeki ev ortamına dair bildirimler”* (Norden, Klein, Donaldson, Pepper & Klein, 1995). Araştırmacılar kişilik bozukluğu ölçütlerini karşılamış 90 ayakta hastadan oluşan bir grubu değerlendirdi. Yarı yapılandırılmış bir mülakat ve öz-bildirim envanteri kullanarak, antisosyal eğilimlerin her iki ebeveynle de zayıf ilişkilerle ve fiziksel şiddetle bağıntılı olduğunu saptadılar. Borderline ve kendini baltalayan kişilik özellikleri, ebeveynlerle zayıf ilişkiler ve cinsel istismarla bağlantılıydı.
- *“Millon’un kişilik kuramında faktöriyel unsurlar”* (Choca, Retzlaff, Strack, Mouton & Van Denburg, 1996). Araştırmacılar 1.229 kadın ve erkek psikiyatrik hasta kullanarak MCMI-II’nin 13 ölçeği için test maddelerini faktör analizine tabi tuttu. Bulgulara göre, sekiz alandan beşinde faktörlerin içeriği Millon’un prototipleriyle yakından örtüşmektedir. Yazarlar, bulgularının Millon’un kavramsallaştırmalarına destek sağladığını bildirdi.
- *“MCMI-II üzerinden narsisistik kişilik bozukluklarının küme analizi”* (DiGuiseppe, Robin, Szeszko & Primavera, 1975). Araştırmacılar ayakta hasta kliniğinde 742 danışana çeşitli diğer araçların yanı sıra MCMI-II uyguladı. Ayırıcı faktör analizi yürüttü ve danışanların %97’sini üç kümede doğru olarak tespit etti. “Hakiki narsisist”, “telafi edici narsisist” ve “kopuk narsisist” kümeleri tespit edildi.
- *“Okulöncesi çocukların şiddete maruz kalması: Davranış sorunlarının ebeveyn ve çocuk bildirimleriyle ilişkisi”* (Shahinfar, Fox & Leavitt, 2000). Araştırmacılar maruz kaldıkları şiddetle alakalı olarak Head Start programına katılan 155 ebeveyn ve çocuktan oluşan bir grubu inceledi. Şiddete tanıklık edenlerin içselleştirme sorunları, mağdurların dışsallaştırma sorunları yaşaması daha olasıydı.
- *“Histrionik ve bağımlı kişilik bozuklukları olan kişilerin aile ortamı özellikleri”* (Baker, Capron & Azorlosa, 1996). Araştırmacılar histriyonik ve bağımlı kişilik bozuklukları olan deneklerin ailelerini ve

kontrol grubunu inceledi. Başta 683 kadın lisans öğrencisinden oluşan havuzdan 30 denek seçildi. Bağımsız işleyişi ve tutarlılığı düşük, kontrolü yüksek olan ailelerin bağımlı kişilikle ilişkili olduğu sonucu çıktı. Kontrol düzeyi ve entelektüel-kültürel yönelimi yüksek olan aileler histrionik kişilik ve yüksek başarıyla ilişkili çıktı. Yazarlar, bulguların, Millon'un kuramı için kısmi destek sağladığını bildirdi.

Bütüncül Modellerin İlkeleri

Felsefi Destekler ve Varsayımlar

Bütüncül kuramın felsefi destekleri, kişiliğin çoklu belirlenime sahip olduğu ve kişilikte aşikâr olan çeşitliliği açıklamak için indirgemeci modelleri kullanmanın tutarsız olduğu temel varsayımını içerir. Dolayısıyla deneyciliğe değer verilse de işe yararlık ile bilimsel geçerlilik arasında denge kuruldu.

Normal-Anormal Farkıyla İlgili Görüşler

Gördüğümüz üzere, neyin normal neyin anormal kişilik uyarlanması teşkil ettiğine dair göstergeler bulunmaktadır. Normal uyarlanma esnek, uyum sağlayıcı, dengelidir; anormal olan ise katı, uyum bozucu, dengesizdir. Bütüncül-evrimsel modelin normal ve anormal kişilik çeşitlenmelerine dair açık seçik ifade edilmiş formülasyonları ve ölçüm için deneylere dayalı, iyi geliştirilmiş araçları vardır. Millon'un kuramı önemli araştırmalara yol açmış ve kavramsal yapıları teyit edilmiştir. Millon'un araçları kullanılarak, tıbbi tanı konmuş hastaların baş etme tarzları, hastalığa uyarlanmaları, ilaç istismarı ve itaati değerlendirilmiştir. Bütüncül-sistemik modelin normal ve anormal kişiliğe dair kategorileri daha belirsiz hatlara sahiptir ve araçlarında çok daha az teknoloji kullanılır. Bu model, normalliğe çeşitli açılardan bakarak, bireylerin, sosyal bağlamlarının ve sistemin daha kapsamlı bir resmini çıkarmayı amaçlar.

Değerlendirme Stratejileri ve Araçları

Bütüncül model, yararlanılabilecek bir dizi değerlendirme aracı ve stratejisi sunar, örneğin projektif testler, objektif testler, genogram, yapılandırılmış mülakat, yapısal mülakat, görüntü kayıtlı mülakat ve standartlaştırılmış zeka testi. Bu metindeki değerlendirme araçlarının birçoğu bütüncül modellerle uyumludur. kişiliğin ve kişilik bozukluklarının ölçümünde kayda değer güvenilirliğe ve geçerliliğe sahip standartlaştırılmış araçların geliştirilmesi sayesinde birden çok düzey değerlendirme yapılabilmesi, bu modelin güçlü yanlarından biridir. Bu model birey, çift, aile değerlendirmelerinde kullanılabilecek çeşitli değerlendirme araçlarıyla da uyumludur.

Modelin Uygulanması

Bütüncül modelin belli başlı uygulamalarından biri, hem kişilik rahatsızlığı hem de klinik belirtiler için sistemik değerlendirme ve tedavi planlamasıdır. Model, kültürel ve etnik açıdan giderek farklılaşan toplumumuzun karşılaştığı toplumsal sorunlar için de uygulanabilir. Sistemik kuram daha büyük sistemlerdeki dinamik hareketleri anlamada yararlıdır. Çeşitli sistemlerde işlevsizliği teşvik eden süreçler bireyci bir yaklaşımdan ziyade bu model kullanılarak daha iyi anlaşılabilir. Modelin başlıca uygulamalarından biri de zihinsel bozukluklar için tedavi modalitelerini ve türlerini bir araya getirerek değişimi artırmaya çalışan çeşitli bütüncül psikoterapi biçimleri olmuştur.

Kültürel Etkiler ve Farklılıklar

Evrimsel ilkelere itimat edilen bütüncül bir modelde kültürel farklılıklara da yer vardır. Çeşitli kültürler arası uyarlanmalar, kişiliği etkileyen ve şekillendiren özel sosyokültürel bağlamlarla ilişkilidir. Bu nedenle kişilikteki belli kültürel çeşitlemeler kuşaklar boyu veya bir yaşam süresindeki kültürel gereklere uyum sağlama ihtiyacına atfedilir. Bütüncül kuram sürekli evrim geçiriyor olduğundan, sürekli değişen çok uluslu topluluğumuzda ortaya çıkan yeni kültürel görüngülere uyum sağlama esnekliği sunar.

Modelin Güçlü Yönleri ve Sınırları

Bütüncül bir perspektifin en güçlü yanı elbette birbiriyle ilişkili çeşitli alanlardan ve disiplinlerden bileşenleri kapsamasıdır. Bütünleşme mantıksal olarak tutarlıysa, modelin kavramsal gücü artar. Modelin zayıf yanı ise bilimsel psikolojinin deneysel temelinden çok uzaklaşma ve fazla spekülatif olma potansiyelidir.

Özet

Bu bölümde bütüncül bir kişilik perspektifi sunulmuş, bu perspektifin şimdiye kadar anlatılan kişiliğin bileşen/modül sistemlerinin pek çoğunu kapsayan destekleyici bir çerçeve olması amaçlanmıştır. Sosyobiolog olan Wilson, sosyal bilimcilere yönelttiği sert eleştirilerinde, onları kapsamlı kuramlar geliştirmeye davet etmiştir. William James'ten başlayarak kuramsal bütünleşmeye yönelik bir eğilim olagelmıştır. Allport alanı daha az parçalı hale gelmeye davet etmiş, sistematik seçmecilik yönünde çağrıda bulunmuştur. Psikoterapide bütünleşme hareketi kuramsal özümleme ve bütünleştirme için güçlü bir itici güç olmuştur. Bütüncül model çeşitli derecelerde (1) evrimsel kavramlara, (2) genel sistemler kuramına, (3) biyopsikososyal modele, (4) kaos teorisine, (5) bütünleşme akımlarına dayanır. Millon, kapsamlı bir bütüncül-evrimsel modelin geliştirilmesinde önemli bir şahsiyettir. Modeli evrim kuramını ana çerçeve olarak kullanır ve üç kutupluluk tanımlar: kendilik-öteki, etkin-edilgen, haz-acı. Kuramsal tutarlılığın yanı sıra net bir hastalık sınıflandırma sistemi, ölçülen öğelere uygun deneysel temelli araçlar ve tutarlı bir müdahale yaklaşımı aranmaktadır.

Genel sistemler kuramına dayanan bu modelin bir başka versiyonu da bütüncül-sistemik perspektiftir. Burada da sistemin akışkanlığına değişen üçgensel yapılanmalar kullanılarak üç kavramsal yapı öne sürülür: intrapsişik-nörobiyolojik, kişilerarası-ikili, ilişkisel-üçlü.

Okuma Önerileri

Allport, G. W. (1968). *The person in psychology: Selected essays*. Boston: Beacon Press.

Millon, T. (1999). *Personality-guided therapy*. New York: Wiley.

ÖZEL KONULAR

Uygulama, Araştırma ve Gelecek Doğrultular

Giriş

Kişilik Zaman İçinde Ne Kadar İstikrarlıdır?

Kök Metaforlar, Kişilik Kuramı ve Değişimi

Kişiliğin İstikrarı

Değişim Süreci Nasıl Meydana Gelir?

Değişim Türleri

Kuramlar Ötesi Değişim Modelleri

Psikoterapide Değişim Süreci

Kişilik Bozukluklarının Doğası

Çocuklardaki ve Ergenlerdeki Kişilik Bozuklukları

Etiyoloji: Kişilik Bozukluklarının Kökleri

Kişilik Bozuklukları Ayrı Öğeler mi Yoksa Bir Yelpazede Yer Alan Çeşitlemeler midir?

Kişilik Bozuklukları Tedavi Edilebilir ya da Dönüştürülebilir mi?

Sağlamlık, Dayanıklılık, Stres Tepkisi ve Kişilik

Sağlam Kişilik ve Hastalığa Direnç

Dayanıklılık ve Gelişimsel Dezavantajları Atlatmak

Stres ve A Tipi, B Tipi Kişilikler

Sosyokültürel ve Siyasî Kuvvetlerin Kişilik Yapıları Üzerine Etkileri

Kültürel bir Yaklaşımın Yararı

Narsisizm ve “Tüketicileşmiş Kendilik” Kültürü

Borderline Sendromlar ve Toplumsal Yapıların Parçalanması

Beş Faktörlü Modelin Kültürlerarası Uygulaması

Kişiliğin ve Psikopatolojinin Siyasallaşması

Kişilik Kuramının Uygulamaları ve Gelecek Doğrultular

Uygulamalı Davranışsal Tıp

Yeni Psikoterapi Modellerinin Geliştirilmesi

Psikopatolojik Durumların Değerlendirmesi ve Tedavisindeki

İlerlemeler

Nöropsikoloji

Sosyal Politikalar ve Toplumsal Değişim
Ekonomik Kalkınma
Uluslararası Barış Çabaları ve Uluslararası İlişkiler
Personel ve Meslekî Atamaların Etkili Değerlendirmesi
Kişisel Uyumunu Artırmak
Ekolojik Psikoloji
Örgütsel Davranış
Adli Tıp Bilimi
Gelecek Doğrultular: Çoklu Bakış Açıları ve Disiplinlerarası Vurgu
Özet
Okuma Önerileri

Giriş

Bu metnin son bölümü, mantıksal olarak önceki bölümlere yerleştirilemeyecek bir dizi önemli konuyu inceler. Bunların temel bileşen kuramsal sistemlere yerleştirilmesi, okuyucuların bu konuları kavrayışını zenginleştirecektir. Bunu yaparak henüz yanıtlanmamış sorulardan bazılarını ortaya atacağım ve kişilik alanındaki tartışmalı konuları inceleyeceğim (kişisel özellikler ne kadar istikrarlıdır, sosyokültürel etkiler, sınıflandırma ikilemleri, diğer önemli meseleler gibi). Bölümün sonunda kişilik kuramının yeni uygulamalarını kısaca tartışacağız; bu kısmın hem psikologlara hem psikolog olmayanlara, hem de diğer disiplinlerden olup bu konuyu işe yarar bulanlara heyecan verici geleceğini düşünüyorum. Winter ve Barenbaum (1999) şu analojiyi önerir: “Kişiliği, bir dizi etkileşimli unsur olarak görebiliriz, tıpkı Windows bilgisayar uygulamaları. Zaman içinde farklı kişilik ‘uygulamaları’ kurulur, açılır, önp-landan arkaplana taşınır, dönüştürülür, kapatılır, hatta silinir. Her ne kadar erişilebilir ‘kişilik’ unsurlarının toplamının belirlenebilir sınırları olabilirse de (her kişi için muhtemelen benzersiz olsa da), halihazırda ‘çevrimiçi’ olan kişilik karmaşık ve akışkan olabilir” (s. 28).

Bu bölüme, kapsayıcı bir kuramsal sistem için oluşturduğumuz açık ve örtük varsayımların bazılarını gözden geçirerek başlıyoruz:

- Davranış ve kişilik pek çok etmen tarafından belirlenir; etmenlerin hiçbiri tek başına kişilikteki çeşitlemeyi açıklayamaz.
- Çeşitli dinamik sistemler sistemik olarak etkileşim kurarak, istikrar ve istikrarsızlığı dengeleyen organik süreçleri oluşturur.
- Her birey benzersizse de, ortak olduğu gözlemlenen pek çok örüntü ve kişilik özelliği kümelenmesi bulunmaktadır.
- Davranışın belli bir esnekliği vardır, bu esneklik derecesi muhtemelen farklı gelişim aşamalarında dalgalanmalar gösterir.
- Biyolojik düzeyden kültürel düzeye farklı bileşen sistemler kişiliği oluşturur, her birinin bütüne belli bir etkisi vardır.
- Kişilik, her ne kadar belirlenmiş olsa da, bileşen sistemlerdeki rastgele salınımlar karşısında savunmasızdır.
- Bağlanma dürtüsü ve diğer temel dürtüler kişilik gelişimini besler.
- Kişiliğin bileşenleri istikrarlıdır fakat çeşitli gelişimsel geçişlerde ve yaşamın kriz noktalarında dönüşüme tabidir.

Kişilik Zaman İçinde Ne Kadar İstikrarlıdır?

Kişilik alanındaki ilginç sorulardan biri, kişiliğin değişip değişemeyeceği ya da sabit olup olmadığıdır. William James'ten sık sık alıntılandığı üzere, “Çoğumuzda, otuz yaş itibariyle, karakter alçı gibi sertleşir ve bir daha yumuşamaz” (1902, s. 125-126). Bu kitaptan muhtemelen çıkardığınız gibi, kişilik genelde dağınık bir kavramsal yapıdır, herkesin kuramsal fikrine göre farklı anlamlar taşıyabilir, haliyle “kişilik değişebilir mi?” sorusuna yanıt verebilmek için bu kavramın ardındaki varsayımları ve tanımları incelemek gerekir. Aslında Heatherton ve Weinberger'in (1994) editörlüğünü üstlendiği *Can Personality Change?* [Kişilik Değişebilir mi?] başlıklı kitapta kişilik alanının önde gelen şahsiyetleri bu soruyu irdelemiştir. Kitap şöyle başlar:

“Bana yedi yaşından küçük bir çocuk verin, size nasıl biri olacağını göstereyim” şeklindeki Cizvit deyişi, Michael Apted'in ünlü belgeseli 35 Up'in tezidir. Bu belgesel, Britanya okul çocuklarının gelişimini, 7, 14, 21, 28 ve 35 yaşlarında yapılan mülakatlar aracılığıyla izler. Bu filmin çarpıcı bir yönü, kişiliğin çocukluktan yetişkinliğe dek istik-

rarlı görünmesidir. Yıldızlar ve bilimle ilgilenen çocuk üniversitede fizik hocası olmuş; çocukluğunu sorunlu ve kafa karıştırıcı bulan erkek çocuk şizotipal kişilik geliştirmiştir; yedi yaşındayken çekingen olan üst sınıflardan kız çocuğu, 35'inde pastoral inzivaya çekilirken armalı bir süveter giyer; 7 yaşındaki bir çocuk sadece gelecekteki kariyerini değil aynı zamanda gireceği okulu da doğru tahmin eder. İnsanlar bu kadar istikrarlı mıdır? Seksen yaşımızdaki kişiliğimiz sekiz yaşında mı belirlenir? (s. xi)

Bu tartışmanın daha derin bir incelemesini yapabilmek için, bu soruyu yanıtlamada kullandığımız bilimsel model hakkında daha fazlasını bilmemizi gerekir. DiClemente (1994) soruna düşünceli bir şekilde yaklaşır: “Kişilik değişebilir mi? sorusuna en kısa ve öz yanıt şudur: Duruma bağlıdır. Kişiliğin nasıl tanımlandığına, değişimin nasıl tanımlandığına bağlıdır. Davranışların mı, kişilik özelliklerinin mi, kalıtsal mizacın ve yatkınlıkların mı incelendiğine bağlıdır. İstikrar ve değişim sürecinden nasıl bir zamanlama ve sıklığın anlaşıldığına bağlıdır. Bu müphem yanıt, kesin bir karşılık vermekten kaçınmaktan ziyade sorunun karmaşıklığını yansıtır” (s. 175).

Kök Metaforlar, Kişilik Kuramı ve Değişimi

Davis ve Millon da (1994) bu soruyla ilgilendi ama bunu metaforik bir bakış açısından incelemeyi tercih etti. Heatherton ve Weinberger'in (1994) kitabındaki bilimsel kök metaforlar bağlamında bilim felsefesini araştırdılar.

Bilim filozofu Pepper'in (1942) metinlerine dayanan Davis ve Millon (1994) dört kök metaforun kişilik değişimi konusunda dört farklı bakış açısını temsil ettiğini ileri sürdü: (1) biçimcilik (analitik-dağıtıcı), (2) organizmacılık, (3) makinecilik (analitik-bütünleştirici), (4) bağlamcılık (sentetik-dağıtıcı). Her konumun, kişiliğin değişmez ve değişebilir doğasını anlamada avantajları ve sınırları vardır.

1. Biçimcilik; Bu kök metafor, farklı görüngülerin doğal dünyanın sınırlarına ve kategorilerine göre sınıflandırılabilceğini varsayar. Bu kök metafor, kişilik özelliklerine odaklanan kişilik modelleriyle yakından ilişkilidir. Dolayısıyla, bu metaforda kişilik değişimi kişilik

özelliklerinin değişimiyle ilişkilidir, bu da çeşitli kişilik envanterleriyle ölçülür.

2. **Organizmacılık:** Bu kök metafor, kişilik kuramını organik bir bütün olarak görür, en iyi resmi birleşik bir kuramı çıkarabileceğini öngörür. Gelişimsel kişilik modelleriyle tutarlıdır. Kuramsal ilkeler büyük önem taşır, “çeşitli görüngülerin salt görünen yüzünü gözlemlemeyi, sınıflandırmayı ve çapraz bağımlılandırmayı içeren betimsel bir girişim değildir” (Davis & Millon, 1994, s. 97). Kişinin içinde var olduğu bağlamdan ziyade kişinin kendisi vurgulanır. Bu kök metafor, psikodinamik kişilik modelleri ve diğer aşama modelleriyle uyumludur, buna göre kişinin geçtiği değişim aşamalarının her biri sonraki geçiş için zemin hazırlar (ortojenez/doğrusal evrim ilkesi; Werner, 1948).
3. **Makinecilik:** Bu kök metafor, mekanikten bilgisayara dek uzanabilen makine modeline dayanır. Bu esasında indirgemeci bir model olup, konuyu başlıca parçalarına indirgemeye ve yasalar oluşturmaya çalışır. Bu metafor davranışçı ve bilişsel kişilik modelleriyle uyumludur.
4. **Bağlamcılık:** Bu kök metafor sentez kurmayı amaçlar, organizmacılık metaforu gibi. Bu modelde kişilik statik ölçümlerle ya da örneklerle yakalanamaz; kişilik dinamik bir hareket içindedir ve değişimin kendisi bir kategori olarak anlaşılır. Kalıcı hiçbir yapı olmayabilir. Bu modelde kişilik sistemleri hem çok yönlü hem de çok boyutludur. Bu nedenle kişilik daima bir bağlama gömülüdür ve bağlamdan koparılmış olarak incelenemez. Bu metafor sistemik kişilik modeliyle uyumludur. Bu bölümde daha sonra incelenen kültürel perspektif bu kök metaforu kullanır.

Davis and Millon (1994) bu kök metaforları sentezleme olasılığı üzerine kafa yorar. Doğrusal bir kişilik modelinin sınırlı olduğunu kabul ederek, organizmacılık ve bağlamcılığı harmanlamayı önerirler. Kişilik açık sistemler modeli içinde kavranırsa kişilik değişimi olanaklı olur. “Dönüşümsel değişim süreçlerine atıfta bulunan çok sayıda terim vardır, örneğin din değiştirme, beyin yıkama, rehabilitasyon, savunma mekanizmalarının çökmesi” (s. 113). Bu değişim bazen yüksek işlevsellik veya örgüt-

lenme düzeyinden düşük düzeye gider, bazen de “sadece farklı bir örgütlenme” düzeyine (s. 113).

Kişiliğin İstikrarı

Kişiliğin istikrarını deneylerle inceleyen araştırmacılar, ağırlıklı olarak Beş Faktörlü Modelle (bkz. Dokuzuncu Bölüm) çalışmıştır. James gibi çeşitli kuramcılar da, kişiliğin yaşamın hangi noktasında berraklaştığına dair fikirler öne sürmüştür. Kişiliğin gelişimin başlarında yerleşik hale geldiğini savunan Freudculardan, kişiliğin geçiş ve dönüşüm dönemleri boyunca doğal ilerleme kaydettiğini düşünen Eriksonculara dek uzanan kuramcılar vardır.

Çocukluk ve İlk Gelişim Dönemleri: Gördüğümüz üzere mizaç ve bağlanma tarzları, kişilik gelişiminin öncüsüdür ve yaşamın oldukça başında belirir (Caspi & Roberts, 1999). Üç yaş öncesi bu ilişkinin gücü zayıf ılımlı arasındadır. Bununla beraber üç yaşından sonra, yüksek bir kesinlik derecesiyle, “yaşamın ilk birkaç yılından bağlantıların haritasını çıkarmak olanaklıdır” (s. 301). Hakikaten “yaşamın ikinci yılı, bu dönemde meydana gelen karşılıklı bağıntılı bilişsel-duygusal değişiklikler nedeniyle, sonraki kişilik farklılıklarını öngörmek için hayati öneme sahip bir bölünme hattı olabilir” (s. 301).

Yetişkinlik: Kişilik ne zaman alçı gibi sertleşir? Bu soruya yanıt vermek için yeterince deneysel kanıt bulunmamaktadır (Caspi & Roberts, 1999). Çeşitli kuramcılar kişiliğin berraklaşması için hangi dönemin kritik olduğu hakkında fikirler yürütür. Psikanalitik kuram beş yaşında kişilik yapısının belirlendiğini öne sürer; psikodinamik kuramcılar bu dönemi ergenliğin sonlarına itmiştir (Bloom, 1964). Costa ve McCrae (1994) kişiliğin 30 yaş dolaylarında yerleştiği konusunda James’e katılır: “Dahası yaşam deneyimlerinin kırklı yaşlara kadar kişilik değişimindeki bireysel farklılıklarla ilişkili olduğu görülür” (Caspi & Roberts, 1999, s. 305). Roberts ve Friend-DelVecchio’nun (baskıda) yürüttüğü bir meta-analiz, iki aslî bulguyu desteklemiştir: Kişiliğin istikrarı zamanla artar, gözlem aralıkları uzadıkça azalır. Sonuçlar kişiliğin tutarlılık puanını çocuklukta .32, 30 yaşında .55, 50 ila 70 yaşları arasında .75’de yatay konumda gösterdi. Sonuçta “veriler sıralı tutarlılığının 50 yaşında doruğa ulaştığı sonucunu desteklemez” (Caspi & Roberts, 1999, s. 309).

Araştırmanın Hayati Önemi

Kişilik ne zaman tam olarak gelişmiş olur? sorusunun neden önemli bir araştırma konusu olduğunu sorabilirsiniz. “Bu sorunun yanıtı hem psikologlar hem de toplum için hayatidir. İnsanları iyileştirmeyi mi yoksa uzun vadeli hafifletici bakım vermeyi mi seçeceğimizle doğru-dan ilişkilidir. Örneğin kişilik 20 yaşında sabitlenmiş hale geliyorsa, o zaman psikologlar 15 yaşındaki sosyopatla farklı, 40 yaşındaki sosyopatla farklı müdahalelere başvurabilir. Benzer şekilde, işletme sahibi, müdürün otoriter idare tarzını şekillendirmeye çalışmaktansa direk kovmayı seçebilir” (Caspi & Roberts, 1999, s. 302). Yüksek risk altındaki gruplara yapılacak kamu harcamaları belirlenirken de kişiliğin işlenebilirliği önemlidir. Genel olarak ifade edersek, çocuk yaşta yapılan müdahalelerin en etkili müdahaleler olduğu varsayılır, ama belki toplumsal programlama harcamalarının ergenlere yapılması daha iyi olabilir. Bu nokta halen araştırılmaya muhtaçtır; ama kişiliğin istikrarına dair bulguların bazıları politika üreticilere ve toplumsal müdahale programlarını tasarlayanlara rehberlik edebilir.

Boylamsal ve kesitsel çalışmaların verilerini analiz etmek için Beş Faktörlü Modeli kullanan bazı araştırmacılar, kişiliğin zaman içinde oldukça istikrarlı olduğunu saptadı (Costa & McCrae, 1994). Deneysel kanıtlar, Beş Faktörlü Modelle ölçülmüş haliyle kişiliğin, .65 medyan bağıntısıyla görece istikrarlı olduğu bulgusunu güçlü bir biçimde destekler. Test hatalarını ortadan kaldırmak için istatistik prosedürlerini kullanılarak, “istikrar katsayısı genellikle .90’ı aşar (Costa & McCrae, 1988, 1992; Costa, McCrae & Arenberg, 1980); bu da sıralı istikrarın neredeyse mükemmel olması demektir” (Costa & McCrae, 1994, s. 32-33). Dolayısıyla yazarlar kişiliğin gerçekten de alçı gibi sertleştiğini kanısına varır ama bir uyarıda da bulunur: “Eski bir evde yaşamış olan herkesin bildiği gibi alçı, granit değildir. Zaman içinde nem ve evin oturmasıyla çatlamaya ve ufalanmaya başlar” (s. 33). Birçok çalışmayı gözden geçirerek, Beş Faktörlü Model ile test edilen kişilik varyansının, varyansın beşte üçüne yaklaştığı sonucuna vardılar. Ayrıca kişiliğin 21 ila 30 yaşları arasında “oturduğu” ve nihai biçimini aldığı sonucuna vardılar. “Yetişkinlerin birçok açıdan yıllarca aynı kaldığını, yaşama uyum sağlama biçimlerinin kişilikleriyle şekillendiğini biliyoruz. İnsanlar elbette gelişir ve değişir ama bunu yaparken zamana

karşı koyan yatkınlıklar temelinden hareket eder” (s. 35-36). Sonuçta kanıtlar kişilik gelişiminin çocuklukta, ergenlikte ve yetişkinliğin başlangıcında sona ermediğine işaret eder. Aksine kişilik yaşla beraber gelişimi sürdürür ve önceden düşünüldüğünden (yani 50 yaşından) daha geç bir zamanda düzlüğe varır.

Süreklilik yaşam boyu nasıl sürdürülür? Deneysel desteğin kişilik istikrarını gösteren geçerli bir belirleme olduğunu varsayarsak, kişiliği istikrarlı kılan nedir? Caspi ve Roberts (1999) bir dizi olasılık öne sürer:

- *Çevrenin etkisi:* Çevrenin tutarlılığı, kişiliğin istikrarını açıklayabilecek ortak bir etmendir. Savaş, mali çöküş gibi önemli aksaklıklar veya felaketler olmadığı sürece, insanlar genelce benzer ortamlarda yaşar. Örneğin yirminci yüzyılın ilk yarısındaki Büyük Bunalımı deneyimleyen aileler arasında en çok etkilenenlerde belli kişilik özelliklerinin katılığı gözlemlenmiştir.
- *Genetiğin etkisi:* Kişilikteki tutarlılığı açıklamanın bir başka yolu, bireyin belli mizaç/biyolojik yanıt sistemlerine genetik eğilimidir. Ölçülen bazı kişilik özelliklerindeki değişkenliğin önemli oranda genetik etkiyle açıklanabileceğini gördük.
- *Etkileşimsel süreçler:* Kişilikteki istikrarı açıklamanın üçüncü bir yolu, ikili ve üçlü ilişkisel matrislerde meydana gelen etkileşimsel süreçlerdir. İnsanların geliştirdiği etkileşimsel örüntülerde belli bir istikrar bulunmaktadır; bunlar, etkileşimli süreçlerimize rehberlik eden ilişkisel ve bilişsel şemalardır.

Livesley, Schroeder, Jackson ve Jang (1994) şunları yazar: “Kişilik özelliklerinin geçici istikrarı kişiliğin değişmez olduğu anlamına gelmez. Koşullar önemli kişilik değişikliklerine neden olur; yaşam boyunca özelliklerin dışavurumu tipik olarak ayarlanmaya devam eder” (s. 14). Bu değişimin nasıl meydana geldiği de önemli bir araştırma ve kuramlaştırma alanıdır.

Değişim Süreci Nasıl Meydana Gelir?

Caspi ve Roberts (1999) psikolojik yazında, değişim süreci nasıl meydana geldiği hakkında şaşırtıcı bir biçimde çok az şeyin yazıldığını yazar. Var olan veriler, büyük ölçüde psikoterapideki bireylerin içinden geçtiği

değişim süreçleriyle ilgili deneysel araştırmalardan ve klinik gözlemlerden kaynaklanır. Araştırmaların yeni hattı kuramsal modelleri aşan değişim süreçlerine daha fazla odaklanır ve terapinin dışındaki insanların nasıl değiştiğini göz önünde bulundurur. Sosyoloji ve davranış modellerinde yapılan kuramsal çalışmalardan yararlanarak Caspi ve Roberts dört temel değişim sürecini özetler:

1. *Olumsuzluk ve rol edinme*: Bu, esas olarak, davranışların nasıl şekillendirildiği ve sürdürüldüğü hakkında davranışçı kuramdır. Kişiliğin ebeveynlik şartları ve diğer rol beklentileri-baskıları aracılığıyla şekillendirildiği ve değiştirilebileceğini öne sürer.
2. *Kendini izlemek*: Değişmek için, kişinin kendi davranış dizilerinin farkında olması ve eyleme dönüşme potansiyellerine dair içgörü sahibi olması gerekir.
3. *Diğerlerini izlemek*: Bir başka önemli değişim süreci diğerlerini gözlemleyerek model almaktır. Bir başkasını izleyerek yeni davranış repertuvarları geliştirdiğimiz olur.
4. *Diğerlerini dinlemek*: Bireyler dilsel iletişim aracılığıyla anlam geliştirir ve davranış değiştirir. Dil, davranışı etkileyen bilişsel-duygulanımsal örüntüleri değiştirebilen simgesel etkileşime imkan verir. Diğerlerinden aldığımız geribildirimler kimliğimizi ve kişiliğimizi pekiştirmek veya sorgulamak ve değiştirmek üzere kullanılabilir (s. 316-318).

Değişim Türleri

Değişim oldukça karmaşık bir kavramdır. Birçok araştırmacı, kademe- li değişimden radikal değişime uzanan çeşitli değişim türleri olduğunu düşünür. Roman yazarları insanların geçirdiği çeşitli değişimin türlerinin farkındadır. W. Somerset Maugham (1995), *Ay ve Altı Peni*'de kayanın üzerine akan su damlalarının kayayı aşındırmasıyla **kademeli** değişim türünü ve kayanın parçalara ayrılmasıyla **hızlı dönüşümü** anlatır. Değişimin türleri hakkındaki gözlemlerini şu pasajda betimler: "Dönüşüm birçok şekilde gelebilir ve buna birçok şey neden olabilir. Bazı insanlara tufan gerekir, selin taşkınlığıyla kayanın parçalanması gibi; bazılarınday-

sa kademeli olur, suyun sürekli damlayarak kayayı aşındırması gibi” (s. 78).

Dönüşüm Deneyimleri: Dönüşüm deneyimleri teoloji içinde yer alanlara tanındıktır; bireyin, kendiliği dönüştüren derin bir ruhani uyanış yaşamasıdır. William James (1902) dönüşümsel değişim görüngüsüyle ilgilenmiş ve bu bildirimleri dikkate değmez sahte bilim olarak gözden çıkarmamıştır. Bunlar hakkında *The Varieties of Religious Experience* [Dinsel Deneyimin Çeşitleri] kitabında yazdı. Yazdığı dinsel dönüşüm örneklerinin birçoğunda, dönüşümden geçen bireylerin psikopatolojik özellikleri varsa da, bunun olayın geçerliliğini ortadan kaldırmadığını düşündü. Bu tür dönüşümlerin çoğu zaman kalıcı olduğuna inanıyordu. James (1902) bu tür bir vakayı şöyle anlattı: “Kafama sıkmaktan başka hiçbir şeyin beni tedavi edemeyeceğini düşündüğüm, son derece bağımlı olduğum bu günaha her türlü meylimden kurtuldum; ona yönelik tüm arzu ve eğilimler tamamen ortadan kalktı, yeni doğmuş bebek gibi oldum; bugüne kadar da o çekim geri dönmedi” (s. 217).

Süreksiz Dönüşüm Deneyimler: W. R. Miller ve C’deBaca (1994) **kuantum değişimi** dedikleri şeyin olma ihtimaline ilişkin olarak, Dickens’in (1843/ 1984) *Bir Noel Şarkısı*’ndaki Ebenezer Scrooge örneğini verir: “Kişilikte radikal ve ani kaymalar gerçekten de meydana gelirse, bunlar büyük potansiyel taşıyan bir bulmaca ortaya koyar. Neredeyse bütün çağdaş bilimsel psikoloji, aşamalı olarak artan değişimi betimlemeye, anlamaya ya da etkilemeye odaklanır. ... Bununla beraber kuantum dönüşümlerindeki değişimin en azından şiddeti farklıdır” (s. 257). Araştırmadaki denekler öyküler de anlattı, araştırmacılar bunları da sınıflandırıp sundu (özet istatistiklerin yanı sıra). İnsanların yaşamlarındaki dönüm noktaları şu şekilde betimlendi:

- *Yaşamdan alınan mola:* Hastalık nedeniyle hareketsiz geçirilen bir dönemi önemli bir değişiklik izler.
- *Seçim anı:* Birey nasıl yaşayacağını belirleyecek bir seçim yapma noktasında olduğunu açıkça görür.
- *Ruhani dönüşüm:* Güçlü bir dini deneyim yoğun duygularla sonuçlanır ve onu değişim izler.

- *Travma*: Ciddi bir travma bireyin daha merhametli ve diğerlerine daha güvenen biri haline gelmesine neden olur.
- *Bir ses*: Bir ses duymak kişiye bir yanıt verir ya da yeni bir yön çizer.
- *Felaket*: Ciddi bir felaket önenalı değişime yol açar.
- *Kontrolün el değiştirmesi*: Bir kopukluk döneminden sonra, birey bir başkasının denetimi ele aldığına dair bir hissi betimler ve değişim bunun ardından gelir.

Bu tür radikal değişimler artık klinisyenlerin ilgisini çekmekte, bu kuvvetleri anlamak ve onlardan yararlanmak için çaba harcanması gerektiğini düşünmektedirler (Magnavita, 1997). Mahrer (1997) psikoterapi alanında dönüm noktası yaratabilecek bazı problemleri soru şeklinde ortaya koyar:

- Psikoterapi danışanın olabileceği şeye doğru ilerlemek için radikal, derinlemesine, niteliksel, dönüştürücü bir değişimden geçmesini nasıl sağlayabilir?
- Bu tür bir radikal, niteliksel değişiklikler, hızla ve etkili bir biçimde, hatta tek bir seansta, nasıl başarılabilir? Bu tür radikal, niteliksel, seans içinde değişiklikler, kişinin terapi dışı dünyasında nasıl devam eder ve varlığını korur? (s. 84)

Psikoterapi ve diğer değişim vasıtalarının (kişisel gelişim, topluluk programları vs) seyrini ve etkisini hızlandırmak ve derinleştirmek, yüz yıldan uzun süredir terapistlerin önemli bir meşguliyeti olageldi. W. R. Miller ve C'deBaca (1994) bulgularının yarattığı heyecanı şu sorularda dışa vurur: "Bilim, betimlemenin ötesine geçerek, davranışı örgütleyen ve öngören ilkelere dair hipotezler üretir. Kim, hangi koşullarda bu tür dönüşümden geçer? Kuantum değişiminin habercileri var mıdır? Tutarlı örüntüler ya da türler söz konusu mudur? Hangi değişiklikler zamana dayanır ve neden? Bu düzeyde anlayış geliştirildiğinde, kuantum değişimini sağlayan stratejileri kavrama ve geliştirme potansiyeli bulunmaktadır. Bunlar, görüldüğü gibi, genelde derinlemesine olumlu gelişimsel olaylar ise, bunları kolaylaştırmak olanaklı mıdır? Kuantum değişimini tetiklemek için terapi stratejileri tasarlanabilir mi? Kişiliğin yeniden ör-

gütlenmesi nihayetinde uzun süreli psikoterapinin tarihsel amaçlarından-
dandır” (s. 277).

Literatürü gözden geçiren Hanna (1996) çoğu zaman değişimin habercisi olan şu değişkenleri belirledi:

- Gerekliklik hissi.
- Kaygı ve zorluk deneyimlemeye açık olma.
- Farkındalık.
- Sorunla yüzleşme.
- Çaba.
- Umut.
- Sosyal destek.

Kültürlerarası Kavramsallaştırmalar ve Değişim Mekanizmaları: Hızlı dönüşümsel değişimin meydana gelebileceği inancı Batı'nın yeni yeni kabullenmeye başladığı bir şeydir. Doğulu uygulamalar ve felsefe gitgide artan bir biçimde Batılı uygulama ve inançlara nüfuz etmektedir; Kuzey Amerika'daki birçok toplulukta yoganın yükselişini göz önünde bulundurun. Yoga, meditasyon, nefes egzersizleri, Tai Chi, Shiatsu masajı gibi uygulamaların yanı sıra başka birçok Doğulu uygulama, derinden dönüştürücü olarak anlatılagelmiştir (Bankart, 1997).

Kuramlar Ötesi Değişim Modelleri

Muhtemelen en yaygın alıntılanan çağdaş değişim modellerinden biri, Prochaska, DiClemente ve Norcross (1992) tarafından geliştirilmiş **kuramlar ötesi değişim modeli** adıyla *American Psychologist* dergisinde yayınlanmıştır. “In Search of How People Change: Applications to Addictive Behaviors [İnsanların Nasıl Değiştiğini Ararken: Bağımlı Davranışlara Yönelik Uygulamalar]” başlıklı bu makale çığır açıcı bulundu, değişimin kavramsallaştırılma tarzında bir paradigma değişimini müjdelediği düşünüldü. Model kuramlar ötesidir, çünkü tüm davranışsal değişim süreçlerinde meydana gelen bir dizi aşamayı, yani “kuramsal olmayanı” (önceden var olan herhangi bir modele dayanmayıp, bunların hepsini kapsayan) temsil eder; dolayısıyla bir üst kuram olduğu düşünülür. Prochaska ve meslektaşları bağımlılık süreçlerini çalışırken, bu modeli başta doğrusal bir şekilde aşamadan aşamaya ilerleme şeklinde düşündü. Sonrasında çoğu değişimin sarmal örüntüde meydana geldiğini keşfettiler; insanlar

bir aşamadan diğerine, sonra geriye hareket ediyor, kendi hızlarında bir döngü izliyordu. Modeldeki değişim aşamaları şunlardır:

- *Tasarlama öncesi*: Adından da anlaşıldığı üzere, tasarlamadan önceki dönemdir. Bu aşamada, gelecekte değişme niyeti fark edilebilir halde değildir. Bu aşamadaki bireyler genellikle sorunlarının farkında değildir. Farkındalık artırılmadıkça değişimin gelmesi olası değildir.
- *Tasarlama*: Değişimin bu aşamasında, kişi bir sorun olduğuna dair farkındalık geliştirmeye başlar. Bunun için bir şeyler yapmayı düşünür ama yapmaya karar vermiş değildir. Bu aşamadaki birey genellikle değişimin avantajlarını ve dezavantajlarını göz önünde düşünüyordur. Muhtemelen sorun hakkında gerçekten de bir şeyler yapması gerektiğini ifade etmiştir.
- *Hazırlık*: Değişimin bu aşamasında niyet harekete geçirilir, genellikle birkaç küçük adımla daha güçlü eyleme doğru dönülür. Bireyin dönüştürmek istediği davranışta azalma olabilir. Bu tiryakiliğe son vermekse, içtiği 10 sigarayı beşe indirebilir ya da her birini yarısına kadar içer, söndürür.
- *Eylem*: Değişimin bu aşamasında bireyin davranışında dönüşüm olur. Bu genellikle yoğun odaklanma ve farkındalığın yanı sıra enerji gerektirir. Dengeyi sürdüren örüntüler sarsıldığından, örüntüleri değiştirmek genellikle kaygı uyandırır.
- *Sürdürme*: Bu aşama bireylerin, çok fazla enerji harcayarak gerçekleştirdikleri değişimleri sürdürmeye çalıştıkları aşamadır. Yeni davranış örüntülerine istikrar kazandırma ve nüksetmeyi önleme çabası vurgulanır.

DiClemente (1994) şöyle belirtir: “Kişilik değişimini doğrudan ve hemen meydana gelen değişimlerden ziyade değişim sürecinin artçı etkileri olarak düşünmek muhtemelen en iyi anlaşılmasını sağlar” (s. 192). Sürecin bir başka düzeyde de işleyebileceğine inanır. Bireyler muhtemelen daha derinde değişim yaşar, ardından davranış ya da bağımlılık sürecine sıra gelir. Bu iki değişim türünü “yukarıdan aşağı” ve “aşağıdan yukarı” olarak betimler (s. 192). Kuramsal olarak, psikodinamik ve bilişsel modellerin intrapsişik vurgusunu aşağıdan yukarı değişim, davranışsal modelle-

ri de yukarıdan aşağı değişim (davranışı değiştirirseniz kişilik bunu izler) olarak ifade edebiliriz.

Psikoterapide Değişim Süreci

Psikoterapi ve Kişilik: Kişilik kuramı psikoterapi uygulamasıyla birlikte gelişmiştir ve değişimi anlamak her ikisinin de konusudur. Greenberg (1994) şöyle yorumlar: “Psikoterapi hakkında yapabileceğimiz en çarpıcı gözlemlerden biri, bunun değişime nasıl sebep olduğunu kimsenin bilmemesidir. Belli kuramları güvenle benimseyenlerin bile içinde şüphe, gizem hissi ve merak buluruz” (s. 114). Bu nedenle bireylerin nasıl değiştiği hakkındaki bildiklerimizin çoğu, yüz yıldan uzun süredir psikoterapistler tarafından klinik literatüre aktarılanlardır. Yirminci yüzyılın son çeyreğine dek kişilik bozukluklarını tedavi etmek için psikanalizin dışında sistematik ve düzenlenmiş bir çaba gerçekten de yoktu. Kişilik rahatsızlıklarının daha hafif biçimleri **-nevrotik karakterler-** psikoterapiye elverişli görülse de, yaygın inanç bunlar için bile uzun bir tedavi süreci gerektiği idi (Shapiro, 1989). Önceki bölümlerde gördüğümüz üzere, Ferenczi, Reich, Fromm ve Reichman gibi öncü şahsiyetler, zorlu ve tedavisi güç vakaları kabul etmişti. Birçokları tedaviyi hızlandırmanın ve etkili modeller geliştirmenin yollarını aradı. Bununla beraber çoğu zaman en çok şeyi, ağır kişilik bozuklukları denen daha zor görünümlü kişilik bozukluklarından öğrenmişizdir.

Kişilik ve Psikopatoloji: “Kişilik ve psikopatoloji uzun zamandan bu yana kavramsal olarak bağlantılı olageldi (...) dört sıvıyla ilgili eski Yunan kuramı, mizacı kişilikle ilişkilendirmenin ilk girişimlerinden biridir” (D. Watson & Clark, 1994b, s. 5). Kişilik kuramının 1960’lardan 1980’lere dek süren karanlık çağları, kişilik ve psikopatoloji arasında bir uçurum açmış olsa da, yakın geçmişte ikisi arasında bir “uzlaşma ve yakınsama” meydana geldi (D. Watson & Clark, 1994b, s. 3). “Bugün kişilikbilimciler ve psikopatologlar bilişsel şemalar, atıf tarzları, bireysel tutum farklılıkları, hayattaki stres kaynakları ve baş etme stratejileri gibi birçok ortak, yakından ilişkili süreci çalışmaktadır” (s. 3). Watson ve Clark’a göre, “kişilik özellikleri ve psikopatolojik bozukluklar gerçekten deneysel olarak ilişkilidir” (s. 4). Psikopatolojinin gelişiminden önce (premorbid) meydana gelen belli kişilik özellikleri, kırılganlığı artıran yatkınlık etmenleri olabilir.

Yirminci yüzyılın son çeyreğinde ağır kişilik bozukluklarını dönüştürme çabalarından kişilik değişimi hakkında çok şey öğrenildi. Otto Kernberg (1984) ve Salman Akhtar (1992) bu çabanın en verimli ve sürekli katkıda bulunanlarından ikisi olageldi. Daha yakın bir zamanda, Marsha Linehan (1993) tedavinin etkililiğini artırma çabasıyla, değişim sürecini anlamak için kuramsal ve teknolojik yenilikler geliştirdi. Bu ağır kişilik bozukluklarının yıllarca sürebilen yoğun terapi müdahalesi olmaksızın çok zor değişeceği, bazıları için iyileşme sürecinin yaşam boyu sürebileceği çeşitli kaynaklarda açıkça görülmektedir.

Kişilik Dönüşümü ve Değişim: Elbette kişiliğin olumsuz yönde değişim geçirerek kötüye gidebileceğini gösteren önemli klinik kanıtlar vardır. Helson ve Stewart (1994, s. 201) O. F. Kernberg'in (1980) narsisistik bireylerin yaşamın ileri aşamalarında gerilemesi üzerine gözlemlerini aktarır: “[Kernberg, narsisistlerin] başarılarının sınırını fark etmeleriyle birlikte haset ve öfke hislerine kapılır, savunmacı bir şekilde başkalarını değersizleştirir, iç ve dış destek kaynaklarının azalmasına neden olur. İyi ve kötüyü bütünleştirme kapasitesinden yoksun olduklarından kendi iç dünyalarına kapanırlar ve bu dünya düşmanca hislerle dolu, anlamdan yoksundur. Kadınlardan oluşan normal bir örneklem içinde Kernberg'in görüşlerini kısmen sınavan Wink (1992), dışa dönük narsisistlerin (bu sendromun tanıdık haline en çok benzeyenlerin) 20'lerinin sonlarında neşeli, kaygısız olduğunu ama 30'ların sonu, 40'ların başına doğru ilişkilerinin başarısızlığa uğradığını, başladıkları kariyerleri sürdürmediklerini ve yaşıtları gibi büyüme kaydedemediğini gösterdi” (s. 210).

Alandaki süregiden tartışmalardan biri de kişiliğin hakikaten dönüştürülüp dönüştürüleceğidir. Sorunun her iki tarafında da iyi niyetli bireyler bulunmaktadır (Magnavita, 1997). Bazıları (McWilliams, 1994) çeşitli işlevsellik alanlarının bazı yönleri dönüştürülebilirse de, kişiliği radikal olarak başkalaştırmanın fiili olarak imkansız olduğuna inanır. Livesley ve diğ. (1994) gibi bazılarına göre ise, “kişilik özelliklerinin geçici istikrarı ... kişiliğin değiştirilemez olduğu anlamına gelmez. Koşullar kişilikte önemli değişimlere neden olur; kişilik özelliklerinin dışavurumu yaşam boyunca ayarlanmaya devam eder” (s. 14). Reich (1945) “kompulsif bir karakterin hiçbir zaman histerik bir karaktere dönüşmeyeceğini” ileri sürdü. Bununla beraber şöyle devam etti: “Hastanın bütün varoluşu farklı

bir hale gelir ... çoğu zaman hastayı analistten daha seyrek, daha uzun aralıklarla görenler için belirgin olan bir değişim meydana gelir” (s. 117-118).

Travmanın Kişilik üzerindeki Etkisi: Birçok çalışma, travmanın kişilik üzerinde güçlü etki bırakabileceğini gösterdi. “Travmatik olaylar sadece psikolojik kendilik yapıları üzerinde değil, birey ve topluluk arasında bağlantı kuran bağlanma ve anlam sistemleri üzerinde de etkide bulunur” (Herman, 1992, s. 51). Travmanın etkisi en başta savaş nevrozu vakalarında, siyasi işkence ve aile istismarı mağdurlarında gözlemlendi. Herman (1992): “Yetişkin yaşamdaki tekrarlanan travma önceden oluşmuş olan kişilik yapılarını aşındırır ama çocukluktaki tekrarlanan travma kişiliği biçimlendirir ve bozar” (s. 96). Bu sendrom Travma Sonrası Stres Bozukluğu (TSSB) olarak terimleştirilmiştir. İstismar yaşamın ne kadar erken bir aşamasında ve şiddeti ne kadar ağır olursa, kişinin bordeline kişilik geliştirmesi de o kadar olasıdır. TSSB ve borderline sendromları arasındaki bağlantı bir dizi çalışmada doğrulanmıştır (Herman, 1992). Kişiliğin savunma mekanizmalarının çökmesi [ödünleyememe] ve parçalanmayla kötüye gidebileceği de gelişimsel olarak raydan çıkabileceği de çeşitli perspektiflerde kabul edilmektedir.

Psikoterapinin Etkililiği: Psikoterapinin etkililiği konusunda yüz yılda birikmiş klinik ve deneysel kanıtlar iki esas bulguya indirgenebilir: (1) Psikoterapi bir dizi davranış ve bozukluğu değiştirmede etkilidir ve görece güçlüdür, (2) çoğu psikoterapi eşdeğer sonuçlar üretir (Greenberg, 1994). Her iki bulgu da, 4100 aboneden alınan anket yanıtlarıyla *Consumer Reports* [Tüketici Raporları] (“Mental health”, 1994) ile tamamlanan bir çalışmada doğrulandı. Her ne kadar kontrol grubunun olmaması nedeniyle bulguların geçerliliği hakkında bazı tartışmalar olsa da, Seligman (1995) şu sonuca vardı: “O halde, CR çalışması, sadece sonuçları ve inan-dırıcı kaynakları nedeniyle değil aynı zamanda yöntemi nedeniyle de ciddiye alınmalıdır” (s. 974). Çeşitli psikoterapi yaklaşımları arasında denklik olduğunun saptanması *Alice Harikalar Diyarı*’ndaki Dodo hükmüne benzetilmiştir (Carroll, 1962): “Herkes kazandı, herkes ödül almalı” (Luborsky, Singer & Luborsky, 1975). Denkliğin saptanmasının çeşitli yaklaşımların benzer potansiyeller taşıdığını mı yoksa ölçümlerin yeterince hassas olmadığını mı yansıttığı henüz tam olarak belirlenmiş değildir. Bu

bulguları açıklayan, psikoterapinin tüm biçimlerinde mevcut olan empati, sorun çözme, ilgi, farkındalık gibi **ortak etmenler** de olabilir.

Kişilik Bozukluklarının Doğası

Bu metin boyunca var olan bir tema, psikopatoloji alanları, psikoterapi kuramları ve kişilik kuramları arasındaki yakın ilişkiydi. Her ne kadar bu kitabın odağı kişilik bozuklukları olmasa da, bu konu kişilik kuramının evrimiyle öylesine iç içe geçmiştir ki, bazı esas noktaları gözden geçirmek için zaman ayrılmalıdır. Öğrenciler ve uzmanlar, birçoklarına bu metin boyunca değinilen kişilik bozuklukları hakkında daha fazlasını başka kitaplardan öğrenebilir.

Tanımlarla başlıyoruz: *Kişilik bozukluğu, kişilerarası bağlamda dışavurulan uyum bozucu, tekrarlanan davranış, düşünme ve hissetme örüntüsüdür.* İşteki ya da kişilerarası ilişkilerdeki işlevsellikte başka bir koşulla ilişkili olmayan ve kalıcı bir örüntüyü temsil eden bir aksaklık olması gerekir. Kişilik bozukluğunu kavramsallaştırmanın ve tanılamamanın çeşitli yolları bulunmaktadır ama bunun başlı başına bir varlık olmadığını unutmamak önemlidir: Kişilik bozukluğu sınıflandırma ve tedavi inşa etmekte kullanılan bir kavramsal yapıdır.

Kişilik bozukluklarını sınıflandırmanın belli başlı yolları kategorik, boyutsal, yapısal, prototipik ve ilişkiseldir:

1. *Kategorik sınıflandırma:* Bu sınıflandırma DSM'nin dayandığı hakim modeldir. Bu modelde kişi, karşılanan bir dizi kriter temelinde bir bozukluğa sahiptir ya da değildir.
2. *Boyutsal sınıflandırma:* Bu sınıflandırma sistemi faktör modellerinin hakim olanıdır. Belli bir çizgi üstünde normal ve anormal varyantlar yer alır, yani istatistiksel olarak çıkarsanmış anormal noktadan normale doğru kademeler vardır.
3. *Yapısal sınıflandırma:* Bu sınıflandırma birçok psikodinamik modelde kullanılır. Kişilik bozukluğu benlik işlevlerinin değerlendirilmesi yoluyla tanılanır, kişinin yapısal düzeyinin normal, nevrotik, borderline ya da psikotik olup olmadığını belirlenir. Bunların her biri yapısal bütünlüğün farklı bir düzeyini temsil eder.

4. *Prototipik sınıflandırma*: Milloncular tarafından kullanılan bu sınıflandırma, kategorik ve boyutsal yaklaşımları birleştirir. Boyutsal bir yelpazede çeşitli prototipler düzenlenebilir.
5. *İlişkisel sınıflandırma*: Bu sınıflandırmayı, ağırlıklı olarak, ikili ve üçlü ilişkilerdeki ilişkisel bileşenlere odaklanan sistemik ve kişilerarası kuramcılar kullanır.

Çocuklardaki ve Ergenlerdeki Kişilik Bozuklukları

Çocuklarda ve ergenlerde kişilik bozukluğu olup olamayacağı sorusu, kişiliğin hangi dönemde sağlamlaştığı ve istikrarlı olup olmadığı gibi bu bölümde ele alınan birçok konuyla ilişkilidir. Çocuklara kişilik bozukluğu tanısı koymanın uygun olup olmadığı ve kişilik bozukluklarının çocuklarda yaygın görülüp görülmediği konuları deneysel literatürde yeterince ele alınmamıştır; hatta bu konu üzerine çok az sayıda çalışma bulunmaktadır (P. F. Kernberg, Weiner & Bardenstein, 2000). “Hem kişisel hem de kuramsal nedenlerle, klinisyenler çocuklarda ve ergenlerde kişilik bozukluğu tanısı koymaya gönülsüz olmuştur” (s. 6). Bir çocuğu, birçokları tarafından değiştirilemez olarak düşünülen bir bozuklukla etiketlemek konusunda çoğu zaman bir endişe bulunmaktadır. Bazıları da ergenlikte kimliğin sağlamlaşmasının öncesinde kişiliğin sabitlenmiş olmadığına inanır. Çocuklarda varsa kişilik bozukluklarının tanısını koymamak gereksiz acılara neden olabilir ve sorunun boyutunu inkar etmenin bir yolu olabilir. Bu, önemli bir yeni klinik araştırma alanıdır.

Zihinsel sağlık tedavisi arayışındaki pek çok ergende, kişilik bozukluğunun varlığı aşıkarmış gibi görünür. Sorun, bunun normal gelişimin abartılmış bir aşamasını mı temsil ettiği yoksa gerçekten bir kişilik bozukluğunun mu olduğudur. Şaşırtıcı bir biçimde çok az sayıda klinisyen ve araştırmacı bu sorunu hak ettiği derinlikte ele almıştır. Halbuki ergenlerde kişilik bozukluğunun sorun olduğunu çoğu insan açıkça görür. Bu bölümü yazdığım günün gazete manşetinde gördüğüm, iki gencin küçük kasabada iki üniversite hocasını öldürme şüphesiyle mahkeme çağrılmalarının üstüne kayıplara karışması, bu klinik gözlemi güçlendirir. Bazı klinisyenler ergenlerdeki ağır kişilik bozukluklarını saptamış ve etkin biçimde tedavi etmiştir (Masterson, 1972). Ergen kişilik bozukluklarının mükemmel bir portresi *Girl Interrupted* filminde görülebilir; borderline

ve antisosyal ergen kadınları ve tedavisini doğru betimlemesi nedeniyle hararetle tavsiye ederim.

Etiyoloji: Kişilik Bozukluklarının Kökleri

Etiyoloji klinik bir belirtinin ya da hastalığın nedeninin araştırılmasıdır. Kişilik bozukluklarının gelişmesine neden olan etmenler nelerdir? Kişilik bozukluklarının psikososyal yönleri geçen yüz yıl boyunca bir dizi kaynaktan damıtılmış olup, bazıları şunlardır (Magnavita, 1997):

- İlk bakımverenlerden yetersiz bağlanma ve yanıt gelmesi.
- Cinsel taciz ve/ya fiziksel şiddet.
- Ebeveynin ihmali.
- Bağlanmaların kaybı.
- Kendini yaralamalar (narsisistik sömürü).
- Çözülmemiş aile/kişilerarası çatışmalar (s. 73).

Kişilik Bozuklukları Ayırıcı Ögeler mi

Yoksa Bir Yelpazede Yer Alan Çeşitlemeler midir?

Tahmin edilebileceği gibi, bu sorunun yanıtı görüngünün nasıl ele alındığına bağlıdır. Kişilik kuramcıları, kişilik bozukluklarının doğası üzerine belli başlı iki bakış açısını tartışır. Birincisi kişilik bozukluklarının “normal” kişilikten ayrı bir görüngüyü temsil ettiğidir; bu bakış açısında, bileşen sistemlerin normal kişilikteki düzenlenmesi kişilik bozukluğundakinden farklıdır. Diğer bir görüşe göre ise, normal konum da kişilik yelpazesi var olan bir noktadır. Her iki görüşün de avantajları ve dezavantajları bulunmaktadır ve gerçekten her ikisi de gerekli olabilir. Belli kişilik tipleri hepimizde açıkça mevcut olabilir. Örneğin bazı kişiler çok düzenli, mantıklı ve ayrıntılarla meşgul olmaya eğilimlidir – obsesif tarz. Kuramsal yelpazenin belli bir noktasında yer alan bazılarında bu özellikler daha fazla bulunabilir ve “bozukluk” olduğu düşünülebilir. Antisosyal ve şizotipal gibi kişilik bozukluklarını ayrı kategoriler olarak kavramsallaştırmak en iyisidir, çünkü kısmi antisosyal ya da şizotipal kişiliğe sahip olmak pek mümkün değildir. Alandaki önde gelen araştırmacılardan biri Livesley’e (Livesley ve diğ., 1994) göre, “kişilik bozukluklarının normal kişiliğin bir çeşitlemesi olup olmadığı ya da bozuklukların ayrı kategoriler olup olmadığı sorusu henüz çözülmemiştir” (s. 7).

Kişilik Bozuklukları Tedavi Edilebilir ya da Dönüştürülebilir mi?

Bu soruya bilimsel olarak kesin bir yanıt vermek güç olsa da, bazı vakalarda tedavinin olanaklı, bazılarında muhtemelen olmadığına inanmak için nedenler bulunur. Bu konu üzerine araştırmalar kısıtlıdır. Psikoterapinin sonuçları üzerine bazı çalışmalar, kişiliğin 40 seanstan daha kısa süren tedavilerle bile dönüştürülebileceği olasılığını desteklemektedir (Winston ve diğ., 1991, 1994).

Klinik literatürdeki yoğun klinik vaka örneklerinde hem kademeli hem de hızlı kişilik değişimini destekleyen mütevazı ölçüde kanıt bulunmaktadır (Magnavita, 1997). Örneğin, F. G. Alexander ve French (1946) kısa dinamik tedavi modelini kullanarak şizoid kişiliğe sahip genç bir erkeğin hızlı dönüşümünü rapor etmiştir.

Sağlamlık, Dayanıklılık, Stres Tepkisi ve Kişilik

Bazı kişilerin hiç de ideal olmayan koşullarda hayatta kalması, hatta iyi bir gelişim göstermesi kafa karıştırıcıdır. Klinisyenler aynı aileden bireylerin kaderinin değişkenlik gösterdiğinin farkındadır. Bazıları istismar, ihmal ve travmaya rağmen iyi giderken, bazıları derinden etkilenir, yani olumsuz etkiler altında başkalaşır veya parçalanır.

Sağlam Kişilik ve Hastalığa Direnç

Araştırmacılar **sağlamlık** [*hardiness*] adını verdikleri bir dizi koruyucu kişilik özelliği tanımlamıştır (Kobasa, 1979; Kobasa & Maddi, 1977). Bazı insanların fiziksel hastalıklara yenik düşerken benzer koşullar altında bazılarının hasta olmadığını sağlamlıkla açıklamışlardır. Bu koruyucu kişilik karakteristikleri arasında (1) kişinin içinde bulunduğu koşullar üzerinde kontrolünün olduğuna inanması, (2) başka insanlara ve faaliyetlere kendini **adanmış** ve bir amacı olduğu hissinin olması, (3) hayattaki fırsatları, güvenliğine yönelik tehdit değil **aşılacak engel** ve fırsat olarak görme eğilimi yer alır.

Dayanıklılık ve Gelişimsel Dezavantajları Atlatmak

Dayanıklılık/Esneklik [*resilience*], çok güç ya da uç şartlarda yetişmiş olmalarına rağmen iyi uyum sağlamış bireyler olan çocuklar için kullanılır. Matsen ve Coatsworth (1998) araştırmaları şöyle özetler:

■ Bireysel etmenler

- (1) İyi entelektüel işlevsellik.
- (2) Çekici, arkadaş canlısı.
- (3) İyi geçinme eğilimi.
- (4) Özyeterlilik, özgüven, yüksek özsaygı.

■ Aile etmenleri

- (1) Bakımveren ebeveynle yakın ilişki.
- (2) Yetkili ebeveynlik: sıcak yapı ve yüksek beklentiler.
- (3) Sosyoekonomik avantajlar.
- (4) Genişletilmiş, destekleyici aile ağlarıyla bağlantılar.

■ Ailedışı bağlam

- (1) Ailenin dışında olumlu sosyal davranış gösteren yetişkinlerle bağlar.
- (2) Olumlu sosyalliği destekleyen örgütlerle bağlar.
- (3) Etkili okullara gitme (s. 212).

Bu etmenlerin en güçlüleri olumlu sosyalliği destekleyen, ilgili yetişkinlerle güçlü ilişkiler ve zekadır.

Zeka ve Kişilik: Zeka güçlü bir dayanıklılık etmenidir. Cattell (Cattell, Eber & Tatsuoka, 1970) zekanın kişilikteki 16 temel etmenden biri olduğunu düşünüyordu. Yirminci yüzyıl psikolojisinin diğer ana alanlarında olduğu gibi, zeka da ölçüldü, niceliği belirlendi ve doğası üzerine kuramsal olarak düşünüldü (Herrnstein & Murray, 1994). Kişilik alanında olduğu gibi, zekanın da çeşitli kuramsal modelleri bulunmaktadır. Çok az deneysel destek olmasına rağmen, zekanın, kişiliğin uyarlanması önemli bir yönü olduğu konusunda pek şüphe bulunmamaktadır. Bununla beraber, genel olarak zeka düzeyi yüksek olan bireylerin, düşük olanlara göre toplumsal ve mesleki uyumda ve tatminde çok daha iyi olduğuna dair yaygın gözlemleri destekleyen kayda değer bir literatür bulunmaktadır. Zeka üzerine literatürü geniş olarak tarayan Herrnstein ve Murray (1994)

şunu saptadı: “Analizden çıkan en temel sonuç, zekanın ve bağıntılarının (olgunluk, ileri görüşlülük, kişisel yetkinlik) kişinin istihdam edilmesi ve işgücünde kalmasında önemli olduğudur” (s. 165). Olası kişilik rahatsızlıkları bulunan ciddi suçluların, daha önemsiz suçlulara ve suçlu olmayanlara göre daha düşük IQ puanına sahip olduğunu da saptadı. Zekanın, kişinin uyum sağlama düzeyini artıran bir dizi ilişkili alanı etkilediği görülmektedir.

Duygusal Zeka: Zekanın alanlarından birinin de **duygusal zeka** olduğu tespit edilir ve bunun uyum sağlama kapasitelerinden biri olduğu düşünülür. Goleman (1994) duygusal zekanın, karakterin yaslandığı köşetaşı olduğunu ileri sürer: “Karakterin temeli özdisiplindir; Aristoteles'ten bu yana filozofların gözlemlediği üzere, erdemli hayat özdenetime dayanır” (s. 285). Goleman duygusal zekanın beş alanını özetler: (1) kişinin duygularını bilmesi; (2) duygularını yönetmesi; (3) kendini güdülemesi; (4) başkalarının duygularını tanıması; (5) ilişkileri idare etmesi. Bu etmenlerin kapsamı ve işlevi, benlik psikologları tarafından benliğin uyum sağlama kapasitesi olarak tanımlanan şeye benzerdir. Bu kapasiteleri düşük bireyler modern toplumun karmaşık toplumsal ortamına uyum sağlamakta daha fazla güçlük çekebilir.

Stres ve A Tipi, B Tipi Kişilikler

Neden bazı insanlar hem duygusal bozukluklara hem fiziksel hastalık süreçlerine hassastır? Bu soru, kişilik araştırmacıları ve klinisyenleri zorlamıştır. En başta psikanaliz ve tıbbın melez bir disiplini olarak 1950’lerde gelişen ve **psikosomatik tıp** olarak bilinen alan, belli tıbbi topluluklarda gözlemlenen davranış örüntülerini araştırdı. Bu çalışmalar kişilik ve hastalık arasındaki karşılıklı ilişkiye biraz ışık tuttu. Bu alan, sağlık psikologlarının büyük ilgi duyabileceği bir alandır (bu bölümün gelecekteki uygulamalar kısmına bakınız).

A Tipi davranış örüntülerinin araştırılması talihsiz bir başlangıç noktasından hareket etmiştir. İki kardiyolog olan Friedman ve Rosenman (1974) kalp hastalarının beslenme alışkanlıklarını araştırırken, hastalardan birinin eşi şu gözlemini sundu: “Kocalarımızda kalp krizine neden olan şeyi gerçekten bilmek istiyorsanız size söyleyeyim. Stres! İşyerinde maruz kaldıkları strestir bunu yapan” (s. 56). Onlar da araştırmalarının

odağını davranışsal örüntülere kaydırarak, kalp hastalığına yatkın hastaların duygusal ve davranışsal özelliklerindeki farklılıkları keşfetti; bu özellikleri **A Tipi davranış örüntüsü (ATDÖ)** diye adlandırdılar. A Tipi kişiliğin başlıca üç özelliği bulunmaktadır: (1) rekabetçi başarı yönelimi, (2) zaman kaygısı, (3) öfke/düşmanlık. A Tipiyle karşılaştırıldığında, **B Tipi kişilikte** olanlar daha yumuşak başlı ve yaşamlarına dair felsefi yaklaşımı olan kişilerdir ve yukarıdaki üç başlıkta daha düşük düzeydedirler. A Tipi bireyler düşmanlık durumlarıyla kolayca uyarılır, hep bir işi yetiştirmeye çalışıyormuş gibi aciliyet hissi taşır ve sabırsızdır. Yüzlerce araştırma ATDÖ ile kronik kalp hastalığı arasında güçlü ilişki tespit etmiştir.

“Kanser” Kişiliği?

Deneyssel kanıtlara bağlanmamış olan kuramsal spekülasyonlar sadece yanlış yönlendirici olmakla kalmaz aynı zamanda zarar verici olabilir. Hatalı sonuçlara sürükleyen zayıf araştırmalara bir örnek, 1950’lerde kanser literatürü taraması yapan iki araştırmacının kişiliğin kanserin gelişiminde rol oynayabileceğini ileri sürmesi olmuştur (Le Shan & Worthington, 1956). “Araştırmacılar taradıkları tüm çalışmalarda tekrarlandığını düşündükleri başlıca üç nitelik belirledi: Kanser olan insanlar, kanser olmayan insanlara kıyasla, (1) düşmanca duygularını doğru düzgün ifade etmekten aciz, (2) bir ebeveyn figürüyle çözülmemiş gerilimi daha fazla olan, (3) daha fazla cinsel rahatsızlığa sahip” kişilerdi (DiMatteo, 1991, s. 38). Ne yazık ki, bu, kanser hastalarında görülen düşmanca hislerin, hastalığa bir tepki yerine, kansere neden olanın bir parçası olduğu gibi hatalı sonuçlara neden oldu. Bir başka araştırma kanser hassasiyeti ile kanser tanısından önce yapılan MMPI depresyon ve bastırma ölçümleri arasında bağlantı saptadı (Dattore, Shontz & Coyne, 1980). Bu arada, gerçekten de kansere yatkın bir kişiliğin olduğunu kanıtlamak için yeterince kanıt yoktur. Bunun için daha fazla araştırma yapılması gerekir.

Sosyokültürel ve

Siyasî Kuvvetlerin Kişilik Yapıları Üzerine Etkileri

Kişiliği nasıl kavramsallaştırdığımız ve anladığımız konusunda toplumsal, kültürel ve siyasî kuvvetlerin etkileri azımsanamaz. Lewis-Fernandez ve Kleinman (1994) şöyle yorumlar: “Etnik ve kültürel çoğul-

culuğun siyasi olarak her gün daha belirgin hale geldiği bir dünyada, Kuzey Amerikalı kişilik ve psikopatoloji kavramlarının çoğunlukla kültüre bağımlı olması, seçici olarak belirli toplulukların deneyimlerini yansıtmaması şaşırtıcıdır; beyaz, erkek, Anglo-Germanik, Protestan, resmî eğitim almış, orta ve orta-üst sınıf kültürel yönelimlerini paylaşanların deneyimlerini” (s. 67).

Tartıştığımız üzere, kişilik kapalı bir sistem olarak kavranamaz, zira sosyokültürel ve siyasî etkiler anlamlıdır. Cross ve Markus (1999) kişiliğin kültürel bileşenini ve kültürel etkiler göz önünde bulundurulduğunda çoğu zaman görmezden gelinen örtük varsayımlar hakkında bazı meydan okuyucu sorular ortaya koyar: “Bu büyük ölçüde örtük varsayımlar, (1) sosyal davranışın, altta yatan eğilimler ya da özelliklerden kaynaklandığı ve onlar tarafından belirlendiği; (2) davranışın toplumsal deneyimlerden ve toplumdaki rollerden bağımsız olarak anlaşılabilirliği ve anlaşılması gerektiği; (3) olumlu biçimde ayırt edici ya da normatif olmayan davranışların özellikle tamlayıcı ve değer verilen anlamında ‘iyi’ olduğu şeklindedir” (s. 379). Kişilik araştırmaları, yazarlara göre, “bireyin kişilik imzasına neyin dahil olduğu konusunda uzlaşıya varılmış bir anlayışı ve belli sorulara ilişkin uzlaşıya varılmış yanıtları varsayar, örneğin ‘Kişi nedir, nerededir?’, ‘Kişiyi tanımlamada önemli veya anlamlı olan nedir?’, ‘Bireysel davranış nedir ve nasıl sınıflandırılır?’” (s. 379).

Kültürel bir Yaklaşımın Yararı

Kültürel yaklaşım, “kültürel psikoloji’nin yükselişi ve feminizm ile beşeri bilimlerden diğer eleştirel bakış açılarının etkisiyle” meydana gelmiş “küresel bir bakış açısı” olarak görülebilir” (Winter & Barenbaum, 1999, s. 18). Cross ve Markus (1999) kültürel yaklaşımın normalde bulanık kalabilecek olan şeyleri görebilmesi anlamında, beynin etkinliklerini aydınlatan MRI’ya benzer olduğunu söyler (bkz. Tablo 12.1). Şöyle yazarlar: “Kültürel yaklaşım, kişilik süreçlerinin ve mekanizmalarının, belirli kişilerarası ve kolektif süreçlere ve çevrelere katılarak nasıl oluştuğunun ve sürdürüldüğünün daha dikkatle belirlenmesine de imkan verir” (s. 381). Kültürlerearası karşılaştırmaların kullanımı, farklı kişilik dışavurumlarının görülebileceği bir yoldur. Bu araç olmaksızın, “tek kültürlü bir kişilik psikolojisi, insan davranışını kapsayıcı bir şekilde kavramaktan uzak olacaktır” (s. 380).

Tablo 12.1 Kültürel Kişilik Analizinin Sorduğu Sorulara dair İki Yaklaşım

Soru	Bağımsız Kendilik Görüşü	Karşılıklı Bağımlı Kendilik Görüşü
Kişi nedir?	Özerk, “özgür” varlık Ayırt edici niteliklere ya da süreçlere “sahiptir”	Karşılıklı bağımlılık içinde bir varlık Ötekilerle temelden bağlantılı Kapsayıcı toplumsal ilişkilerin parçası
Davranışın kaynakları nelerdir?	Davranış içsel niteliklerin (kişisel özellikler, tercihler, tutumlar, hedefler, güdüler) faaliyetinin veya dışavurumunun sonucudur	Davranış kişinin karşılıklı bağımlı olduğu ötekilere uyum sağlamasının ya da yanıt vermesinin sonucudur; bireysel arzuların, eğilimlerin kısıtlanması ya da kontrol edilmesinin sonucudur
Davranıştaki bireysel tutarlılığın temeli nedir?	Kişisel özelliklerin, yatkınlıkların, iç niteliklerin faaliyeti	Uzlaşma dayalı rolleri yerine getirmek; beklentileri, yükümlülükleri karşılamak; normlara uymak
Bireysel eyleyenlik nerededir?	Hedefleri “seçmede”; planlar “yapmada”; “kişinin istediğini yapmasında”; kişiden bağımsız olan sosyal dünyayı “kontrol etmesinde”, ustalaşmasında ya da değiştirmesinde	Kişinin kapsayıcı ilişkilerini ve dolayısıyla kişiyi tanımlayan standartlara, beklentilere ya da görevlere “uyum göstermede”, “ayak uydurmada”; kişinin karşılıklı bağımlı olduğu sosyal dünyaya yerleşmesinde veya uyumlu hale gelmesinde

Kaynak: Handbook of Personality: Theory and Research [Kişiliğin El Kitabı: Kuram ve Araştırma]. 2.baskı. L. A. Pervin ve O. P. John, © 1999. The Guilford Press’in izniyle yeniden basıldı.

Örneğin Batılı özsaygı kavramları, özerkliğin önemini vurgulayan bir kurama fazlasıyla dayanır. Birçok diğer kültürde saygı daha çok toplumsal gruplara dayalı olabilir. İlişkisel yaklaşımlar üzerine olan Onuncu Bölümde gördüğümüz üzere, bu, Stone ilişkisel modelinin ortaya koyduğu meydan okumalardan biridir: kadınlar için **özerkliğin** değil **bağlantının** üstün olması. Cross ve Markus (1999) şunları yazar: “Kültürel bir yaklaşım, en azından bireyci bir kültürde, gizlenmiş olanı açığa çıkarabilir; insanların düşüncelerine, hislerine ve davranışlarına atmosfer oluşturan anlam ve uygulama sistemlerini görünür kılar – dil, kolektif temsiller, metaforlar, sosyal senaryolar, toplumsal yapılar, politikalar, kurumlar, sanat eserleri gibi” (s. 380). Bağımlılık-özerklik, işbirliği-rekabet, kendi-

lik-öteki, toplum/aile yapıları-bireysel yapılar gibi meselelere ilişkin kültürel değerler ve vurgular, kişiliği nasıl anladığımızla ilgilidir. Örneğin, birçok Hintli ailedeki hiyerarşik iletişim örüntüleri ve yapıları, bireyci Batılı mercekten bakıldığında, aşırı derecede “bağımlı”, “edilgen”, “otoriter”, “iç içe geçmiş” görünebilir.

Kişiliğe dair bakış açımız ve araştırma biçimimiz “değerlerden azade” değildir (Cross & Markus, 1999, s. 383). Doğulu ve Batılı yaklaşımlar oldukça farklılaşır; bu nedenle Batılı kavramlar evrensel kişilik özelliklerini yansıtmayabilir. Bu kavramlar, insan psişesindeki derin yapısal farklılıkları yansıtabilir (Doi, 1971). Bağımlılık kavramına baktığımızda bu çok net görülür; Japon kültüründe bağımlılık kavramının çağrışımları Batı kültüründekinden çok daha farklı ve toplumla ilişkilidir. Japonlara göre, bağımlılığa kültürel olarak değer verilir, Batılıların eğilimli olduğu gibi kötülenmez. Bir başka örnek olarak, Yang ve Bond (1990) “kişilik nitelikleri için kullanılan” yerli Çince ve tercüme edilmiş terimleri inceledi; “Tayvanlı üniversite öğrencileri arasında beş-altı kişilik faktörü saptadı ama bu faktörler, Beş Faktörlü Modelin bileşenlerinden epey farklıydı (Lewis-Fernandez & Kleinman, 1994, s. 68). Yazarlar evrensel bir kişilik yapısı olduğunu varsaymaya karşı uyarır.

“İntihar” Pilotları Hakkında İki Farklı Kültürel Bakış Açısı

İkinci Dünya Savaşı'nın sonuna doğru, kamikaze pilotları ABD'li denizcilerine dehşet ve ölüm saçıyordu. “‘Kamikaze’ sözcüğü ‘kutsal rüzgar’ anlamına gelir, ilk çıkışı 1281’de Japonya’yı işgal etmeye gelen Moğol donanmasını perişan eden tayfuna verilen şiirsel bir addır. Dünya sözcük dağarcığına kesin olarak yerleşen az sayıda Japonca sözcükten biridir” (Sayle, 2001, s. 16). Tokyo’daki yeni bir tapınaktaki küçük bir odada, bu adamların, son misyonlarından önce ailelerine yazdıkları veda mektupları korunur. Yirmi iki yaşındaki bir deniz asteğmeni şöyle yazmıştır: “Dört saat içinde saldıracağım. Sonsuza dek sürüklenen ve dönen bulutlar arasında parlayacağım. Bu son mektubum. Sizi seven oğlunuz” (s. 17). Japonca mektup sergisinin altında şu duygu yatar: “Yabancılar burada sergilenenin ne anlama geldiğini anlayamaz.” Kendini böyle yok etmeyi Batılı zihnin anlaması gerçekten zordur; Japonlar içinse özverinin erişebileceği en yüksek ruhani düzey olabilir.

Narsisizm ve “Tüketicileşmiş Kendilik” Kültürü

Narsisizm Batı toplumunda her yerde görünen bir durumdur, “son yirmi yılda iyice fark edilir hale gelmiş bir karakter örüntüsüdür” (Millon & Davis, 1996a, s. 393). Narsisizmin yükselişini nasıl açıklayabiliriz? Bu metinde ele alman H. Ellis (1898/1933), Freud, Kohut, Winnicott, Kernberg ve diğerlerinin yazılarına konu olmuş bu patolojik düzeyde kendine odaklanlanmayı besleyen şeyin Batı toplumundaki kültürel güçler olduğu görülmektedir. Altıncı Bölümde gördüğümüz gibi, modern toplumda kişi “boş kendiliğini” tüketim ürünleriyle doldurmaya çalışır. Bu tamamlanma ve kendini doyurma “vaadi”, maddeciliğe ve kusursuz bedenin elde edilmesine büyük önem verir. Bedensel kendiliği dönüştürebilmeyi amaçlayan kozmetik ameliyatların artması ve kitle iletişim araçlarıyla beslenen tüketim çılgınlığının şahlanması gibi, Batı kültürünün birçok cephesinde bu açıkça görülebilir. Televizyona baktığınız anda, izleyicileri sürekli bombardımana tutan bariz mesajlara tanık olabilirsiniz: Ürünümüzü alırsanız popüler, mutlu, seksi, başarılı, şu, bu olacaksınız. Bu kültürde, meşakkatli yollardan kendini geliştirmektense hemen anlık tatmine ulaşmak vurgulanır. “Gerçek kendiliği” bulmak teşvik edilmez. Bunun yanı sıra ailelerin ve kurumların da yeniden yapılanmasıyla, kültürümüz hızlı bir dönüşüm geçirmektedir (Masterson, 1988).

Kişilik üzerindeki kültürel etkileri konu alan bölümde, Cross ve Markus (1999) Kaliforniya’daki bir gazeteye verilen kişisel ilanları karşılaştırdı:

Patel ailesi ABD’de yetişmiş kızları 26 (bilgisayar bilimi) ve oğulları 24 (inşaat mühendisi) için meslek sahiplerini davet eder, aile inşaat firmasının sahibidir.

28, SWM, 185,5 cm, 80 kilo. Yakışıklı, sanatçı ruhlu, hırslı; arkadaşlık, aşk ve kalıcı ilişki için 24-29 yaşları arasında çekici kadınlar aramaktadır.

Hindistan kökenli Amerikalılar ile Avrupa kökenli Amerikalılar tarafından verilen ilanları karşılaştıran yazarların bulduğu farklılıklar oldukça çarpıcıdır: “Hint kökenli Amerikalının ilanında, birini tanımak için ailesinin toplumsal konumunu ve niteliklerini (örneğin saygın, inşaat firması sahibi) bilmek gerektiği görülür. Avrupa kökenli Amerikalının ilanında

en belirgin ve ağırlıklı olan ise, ilişkiye girecek bireyin nitelikleridir (örneğin hırslı, bağımsız, sanatçı ruhlu). Avrupa kökenli Amerikalıların ilanlarında tercihlere ve kişinin zamanını nasıl değerlendirdiğine de yer verilir (güzel akşam yemeklerini ve bahçeyle uğraşmayı sever), benzersiz ve özel olana dikkat çektiği görülür” (s. 379).

Sosyokültürel etmenlerin narsisistik bozukluklar üzerindeki etkisinin bir başka görünümü de nispeten yeni ortaya çıkan **beden algı bozukluğu** sendromudur. Bu bozuklukta, kişi, kimliğine bağlıymış gibi görünen birtakım hayali fiziksel özellikleri derinden reddeder. Duygudurum bozuklukları ya da obsesif-kompulsif davranışla ilişkili olabilir (Phillips, McElroy, Keck, Pope & Hudson, 1993). Ağır narsisistik bozukluğun altında yer alıp almadığı henüz bilinmemekte olup, daha fazla araştırma gerektirir.

Borderline Sendromlar ve Toplumsal Yapıların Parçalanması

Batı kültürünün kişilik üzerindeki potansiyel etkilerini gözlemlemek için bir başka alan da borderline sendromların belirgin yükselişidir. Birçok klinisyen, araştırmacı ve kuramcı kültürel ve toplumsal güçlerin, borderline rahatsızlıkların yükselişini beslediğine inanır. Çekirdek ailenin ve topluluğun giderek parçalanması, toplum üyelerinin hareketliliğinin artması, net tanımlanmış toplumsal rollerin çözülmesi ve modern teknolojik ilerlemelerin kişiliksizleşmesi bu görüngüyü açıklamaya yardım edebilir (Millon, 1992). Pek çoklarına göre, ABD’de sanayileşme öncesinde toplumsal beklentiler daha açık, toplumsal roller daha iyi tanımlıydı. Bu da borderline sendromları yaratan biyopsikososyal yatkınlıkları taşıyor olabilecek kişiler için tampon etkisi yaratıyordu. Geleneksel toplumun potansiyel hafifletici etkilerinden bazıları yitirilmiştir. Millon şöyle yorumlar: “Son dönemdeki kültürel değişikliklerin, önemli bağlantı deneyimlerinin kaybına neden olduğuna inanıyorum, bu deneyimler sorunlu ebeveyn-çocuk ilişkilerine karşı bir zamanlar koruyucu görevi görüyordu. Geleneksel toplumlarda ebeveynlerle işler kötüye gittiğinde çare olan iyileştirici ve onarıcı ilişkiler (dede-nine, hala, teyze, abi-abla, komşular) ve kurumlar (kilise, okul) vardı; bu tür toplumlarda, yoksunluk ya da istismar görmüş olanlar için tabiri caizse bir yedekleme sistemi vardı, sevgiyi bulabilecekleri ve gelişimsel tutarlılık için başka modelleri gözlemleyebilecekleri ikinci bir şans veriliyordu” (s. 17).

Apotemnofilinin Yükselişi – Seçici Ampütasyon

“Bu yılın [2000] Ocak ayında Britanya gazetelerinde Robert Smith hakkında makaleler çıkmaya başladı; İskoçya’daki Falkirk Bölge Hastanesi’nde cerrah olan Smith, hastaların isteği üzerine uzuvlarını kesiyordu. İki hastanın bacaklarını kesmişti, üçüncü ampütasyonu da planlıyordu ki hastaneyi yöneten vakıf tarafından durduruldu” (Elliott, 2000, s. 73). Bu yeni bir korku filmi gibi gelebilir ama ne yazık ki değil. Elliot *Atlantic Monthly* dergisindeki inandırıcı ve korkutucu makalesinde bu yeni sendromun yükselişini anlatır – “apotemnofili, uzuv kaybetmiş biri olma fikrine duyulan çekim” (s. 73). Sağlıklı organlarını ampüte ettirmek isteyen “sağlıklı” insanlar olduğu yönündeki bildirimlerde artış görülmektedir. İnternette 1.400 abonesi bulunan bir apotemnofili eposta grubu bile bulunmaktadır. Psikiyatrik bozuklukların nasıl yayıldığı konusuyla ilgilenen doktor Elliot şunları yazar: “Özentilerin organ yitirme arzularını anlatırken kullandıkları kimlik ve kendilik dili beni sarstı” (s. 74). Bu bağlamda özentiler, ampütasyon yaptırmak isteyen ama henüz bu hedeflerine ulaşamamış insanlardır. Elliot, popüler kültürün dilinin bu ve başka sendromları şekillendirdiğine inanır. “Kendini keşfetmekten, kendini gerçekleştirmekten, kendini yaratmaktan, kendini bilmekten, kendine ihanet etmekten, kendini kaptırmaktan konuşup duruyoruz. Kendilik dağarcığının özlemlerimizi, takıntılarımızı ve psikopatolojilerimizi betimlemenin doğal bir yolu gibi gelmesine şaşırmamak gerek” (s. 74). Yazar, kendini Prozac’ta bulan insanları da benzer biçimde betimler (bkz. Beşinci Bölüm).

Beş Faktörlü Modelin Kültürlerarası Uygulaması

Beş Faktörlü Kişilik Modeli diğer kültürlerin üyelerinin kişilik niteliklerinin haritasının çıkarılmasında kullanıldı. Cross ve Markus’a (1999) göre “Bununla beraber, bunun evrensel bir model olarak uygun olmadığı yönündeki kanıtlar da artmaktadır” (s. 390). Bunun gibi Batılı modeller diğer kültürlerle ilgisi olmayan kişilik görüngülerine çok fazla odaklanmış olabilir. Doğulu kavramsallaştırmalar kişiliği, Batılı kuramcılar gibi sabit özellik kümelenmeleri yerine, kendini gerçekleştirmeye yönelik bir süreç olarak görür. “Bu bulgular Batılı modellerin kişilik yapısının potan-

siyel olarak önemli bileşenlerini, özellikle kişilerarası ilişkileri ve toplumsal etkileşimi yansıtan bileşenleri görmezden geldiğini düşündürür” (s. 391). Faktör modeli Batılı sözcüklerden türetilmiş ve bu etnik-merkezci görüşü nedeniyle bazıları tarafından eleştirilmiştir. “Kişilerarası açıdan bakıldığında, Beş Faktörlü Model gibi (McCrae & John, 1992) güncel Batılı kişilik kuramları, kişilik boyutlarının evrensel örüntülerinden ziyade modern akılcı davranışsal ortamların ürettiği bireyci kişiliklerin gayet soyut düzeyde ifade edilmesi gibi görünür” (Lewis-Fernandez & Kleinman, 1994, p. 68).

Kişiliğin ve Psikopatolojinin Siyasallaşması

Psikopatolojinin siyaseti son derece ilginç bir konu olup, bu metinde sadece kısaca yer alacaktır. Metnin başından sonuna dek, kişiliğin, kişilik bozukluklarının, kişisel özelliklerin ve psikopatolojinin klinik ve kuramsal biliminin kavramsal yapıları olduğunu hatırlattım. Bunlar gerçek varlıklar değil, insan doğasını ve davranışını daha iyi anlama umuduyla kullanılan yapılardır. İnsan deneyiminin çeşitli yönlerini, hem “normal” hem de “anormal” çeşitlemelerini kataloglamak ve anlamak amacıyla, sosyal bilimciler kişilik ve psikopatoloji kuramı ya da kuramları inşa etmiştir. Dil bu kavramları betimlemek için kullanılmıştır ve T. Anderson’ın (1996) dediği gibi “dil masum değildir” (s. 119). Bu arada, bu yapıların gerçekliği tanımlamanın, hatta daha da kötüsü yapılandırmanın bir yolu haline gelmesi tehlikesini yarattık. Bu **postmodern sosyal yapılandırmacı perspektiftir** ve ciddiye alınmalıdır (Gergen, 1985). Bu epistemolojik bakış açısı, betimleme ediminin bizatihi kendisinin çalışma konumuzu nasıl “bildiğimizi” şekillendiren bir yapılandırma olduğunu ileri sürer. Kullandığımız dilin kendisi, geliştirilen yapılar ve betimlenen kuramlar kültürel örüntüleri etkileyebilir. “Seçtiğimiz sözcükler ulaştığımız anlamları etkiler” (T. Anderson, 1996, s. 122). Gergen, Hoffman ve Anderson (1996) bu süreci şöyle anlatır:

Bu terminolojiler kamuya -derslikler, popüler dergiler, televizyon ve filmler aracılığıyla- yayılırken, kendiliği ve ötekileri anlamak konusunda insanlar için erişilebilir hale gelir. Her şey bir yana onlar “uzmanların terimleridir” ve doğru olanı yapmak isteyen biri için gündelik hayatta insanları (ve kendini) anlamak ve etiketlemek için seçilen dil haline gelir. Depresyon, paranoya, dikkat eksikliği bozuk-

luğu, sosyopati ve şizofreni gibi terimler, eğitimli kişinin sözcük dağarcığının asli girdileri haline geldi. Ve terimler gündelik hayata uygulandığında ciddi etkileri olmaktadır; açıklamayı bireyin düzeyiyle daraltır, damgalar, söz konusu eyleme katkıda bulunan diğer etmenleri (örneğin iktisadi yaşamın gerekleri, medya imgeleri, bireysel değerlendirme gelenekleri) bulanıklaştırır. Dahası bu terimler kendiliği yapılandırmada kullanıldığında, kişinin profesyonel tedavi görmesi gerektiğini telkin eder. (s. 103)

T. Anderson (1996) bu süreci yorumsama döngüsü olarak tarif eder: sahip olduğumuz anlam sistemleri yoluyla dünyamızı anlamak. Dünyamızı duyularımız aracılığıyla biliriz; mikroskobik görüye sahip olsaydık, dünyayı şu an gördüğümüzden çok daha farklı görürdük. Kişiliği ve ona eşlik eden alanları betimleme ya da etiketleme edimi, bireyin ya da sistemin geleceğinin bir kısmını oluşturur.

Toplumsal Bulaşma Etkisi: Gerçekten de çeşitli psikiyatrik durumların yayılmasını teşvik eden toplumsal bir bulaşıcılık olabilir. Elliott (2000) şöyle yazar, “Birçok zihinsel bozukluğun sınırlarındaki bulanıklığın yanı sıra patofizyolojik mekanizmalarının kesin olmaması, yayılmalarını gayet olası kılar” (s. 83). Bu da, psikiyatrik etiketlerin genişlemesinin ve şeyleşmesinin bir motoru olduğunu düşündürür. Elbette bu görüngüye yirminci yüzyılın son çeyreğinde tanıklık etmiştik. Zihinsel sağlık ve cerrahinin evliliği psikiyatride kara bir leke olageldi. Elliott seçici amputasyon çalışmasına daldıktan sonra, bu kaygan yamacın tehlikesi üzerine yorum yapar: “Dürüst olmak gerekirse cerrahlar insan bedeniyle oynamayı meşru kılmadı mı? Cerraha para verip kalçanızdan yağ aldırabilir, penisinizi uzatabilir, göğüslerinizi büyütebilir, vajinal dudaklarınızı düzelttirebilir, hatta (performans sanatçısıysanız) alnımıza silikon boynuzlar taktırabilir, dilinizi kertenkele gibi yardırabilirsiniz. Uzuvar amputasyonu neden olmasın ki?” (s. 84).

İnsanlık tarihi boyunca geçici zihinsel bozukluklar olagelmıştır ve muhtemelen toplumsal-siyasal güçlerin kanıtı olmaya da devam edecektir. Örneğin 20. yüzyılın sonunda çoklu kişilik bozuklukları, 19. yüzyılın sonunda Fransa’da kendini bilmeden dolaşan genç erkeklerde görülen füğ durumları (hafıza ve kimlik kayıpları) vardı.

DSM'nin Gelişimindeki Tartışma: Tanısal ve istatistiksel el kitaplarının gelişimi ve evrimi, zaman zaman siyasî güçlerin bilimsel misyonu nasıl gölgelediğini sergileyen tartışmalarla doludur. *DSM* kişilik bozuklukları çalışma grubunun kişilik bozuklukları kategorilerini oluşturmaya çalıştığı dönemde bu süreç iyice kızışmıştı (Millon, 1983). *DSM*'nin esas etkisi, çok eksenli bir sistem oluşturarak kişiliği diğer klinik sendromlardan ayırmaktı; kişilik Eksen II'e, klinik sendromlar Eksen I'e işleniyordu. Diğer önemli özelliği, herkes tarafından kullanılabilecek kuramsal olmayan bir sistem yaratma girişiminde, herhangi bir kişilik modeliyle kuramsal ittifaklardan kaçınmasıydı. Tıp dünyasından olmayan pratisyenlerin şiddetli muhalefetiyle karşılaşan tartışmalardan biri de zihinsel bozuklukların tıbbi bozuklukların bir alt kümesini temsil ettiği önerisiydi.

O zaman da günümüzde de hararetli bir başka tartışma konusu, belli kişilik bozukluklarında potansiyel cinsel önyargı bulunduğudur. Kaplan (1983) 1980'lerde önerilen *DSM* sınıflandırma sisteminin, psikolojiyi erkek perspektifinden görmeye eğilimli olduğunu ileri sürdü. Özellikle histrionik ve bağımlı kişilik bozukluklarının, geleneksel kadın rollerinin patolojik hale getirilmesini temsil ettiği söylendi. Bunun, tanısal sistem tarafından güçlendirilen bir toplumsal eşitsizliği temsil ettiği ileri sürüldü. Tartışmanın diğer tarafındakiler, belli kişilik bozukluklarının erkeklerden çok kadınlarda yaygın olduğunu ileri sürüyordu. Eril epidemiyolojik bulgulardan kanıtlar sunan Williams ve Spitzer (1983; Kass, Spitzer & Williams, 1983) antisosyal kişilik kategorisinde erkeklerin fazla bulunduğunu, genel kişilik bozuklukları tanısında ise her iki cinsiyetin de makul düzeyde yer aldığını ileri sürdü. Dördüncü Bölümde sunulduğu üzere, yeni evrimsel kuramlar, bu farklılıkların evrimsel güçlerin doğal sonucu olduğunu, muhtemelen cinsiyet farklılıkları ve rol adaptasyonlarına göre meydana gelmiş farklı uyarlanmalar olduğunu öne sürer.

Sosyoekonomik kuvvetlerin etkisi: Kişilikbilimin ve psikopatolojinin şekillendirilmesinde sosyoekonomik kuvvetlerin kapsamı ve etkisi sıradışıdır. Depresyon ve kaygı gibi bozukluklar hakkında halkı bilgilendirmek için ayrılmış özel günler, haftalar vardır. Kişilik bozukluklarına özel bir gün veya hafta henüz yoktur ama kişilik sendromları taraması yaptırabileceğiniz yerel merkezlerin açılacağı günler muhtemelen çok uzakta de-

ğildir. Bunun nihayetinde daha mı faydalı olacağı yoksa sorunu daha da mı maddeleştireceği belirsizdir.

RUH SAĞLIĞI TEDAVİSİ İÇİN GERİ ÖDEME: Kişilik ve psikopatoloji alanını şekillendiren siyasî güçlerin ekonomik unsurlarının faaliyeti ciddi gerilim yaratır. Zihinsel bozukluklar için geri ödeme sağlayan sigorta şirketlerinin ruh sağlığı alanı üzerinde güçlü etkisi vardır. Kişilik ve zihinsel bozukluklara dair yeni fikir ve sınıflandırmalar ortaya çıktıkça, bunlardan bazılarının karşılanması bazılarının karşılanmaması her zaman söz konusudur. Örneğin günümüzde birçok sigorta şirketi biyolojik temelli olduğu düşünülen bozukluklara, biyolojik temelli olmadığı varsayılanlara göre daha yüksek oranda geri ödeme sağlar. Bu nedenle şizofreni, ağır duygulanım bozuklukları (Bipolar bozukluk ve Majör Depresyon), Obsesif-Kompulsif Bozukluk gibi bozukluklar diğer fiziksel hastalıklara denk işlem görür (eşit düzeyde geri ödenen). Kişilik bozuklukları aynı denklige sahip değildir. Bazı sigorta şirketleri kişilik bozukluğu tanısı varsa geri ödeme yapacaktır; fakat nispeten yaygın ve iyi huylu olmasına rağmen strese karşı acı verici bir tepki olan uyum bozukluğunda geri ödeme yapmaz.

Kişiliğin istikrarı ve değişmezliği üzerine araştırma bulguları, tedavi verilmemesini meşrulaştırmak için de kullanılabilir. “Kişilik bozukluklarının ayrı bir ekseninde olması, sonuçlara dair karamsarlığı, hatta tedavi sunmamayı meşrulaştırmak üzere kullanılır” (Livesley ve diğ., 1994). Bu ekonomik gücün yarattığı gerilim açıkça görülebilmektedir. Örneğin kişilik bozuklukları Beşinci Bölümde sunulan psikobiyolojik model tarafından kavramsallaştırılırsa daha yüksek düzeyde geri ödeme yapılacak da, Onuncu Bölümde sunulan ilişkisel modele göre kavramsallaştırılırsa daha düşük veya sıfır geri ödeme mi yapılacaktır? Okuyucunun görebileceği gibi sağlık hizmetlerinin tedarikinde etik değerlere dair yeni tartışmalara giriyoruz. **Biyoetik** olarak adlandırılan bu görece yeni alanda, tıptaki ilerlemelerin yarattığı artan sayıda karmaşık soruna ahlaki çözümler bulmaya girişilir.

ARAŞTIRMA FONLANMASI İÇİN REKABET: Bu ekonomik baskı, sadece klinisyenlerin ruh sağlığı hizmetlerinin geri ödenmesi için sigorta şirketleri karşısında verdiği mücadelede değil, aynı zamanda araştırma finansmanı için girişilen rekabette de görülebilir. Genelde yerleşik bozuk-

luklara ciddi araştırma desteği verilir, bu da sosyal bilim ve tıp araştırmacılarının araştırma projeleri için yeterince kaynağının olmasına imkan verir. Kamu ve özel sektörden gelen fonlamayı belirleyen politikaların pek çok boyutu vardır. Çeşitli bozukluklar ve sendromlar hem kamuoyu hem inceleme komiteleri nezdinde revaçta olabilir yahut gözden düşebilir, bu komitelerin araştırma programlarını oluşturma ve sonlandırma, dolayısıyla kamuoyundaki kabulü etkileme gücü vardır.

Kişilik Kuramının Uygulamaları ve Gelecek Doğrultular

Kişilik kuramının çok uzak olmayan bir geçmişte Karanlık Çağlarda olduğunu düşünmek ilginçtir. Bugün Rönesans döneminin ilk aşamasında olduğuna şüphe yoktur. Ne açıdan bakarsak bakalım, bu alan bebeklik aşamasındadır ve gerçekten çokdisiplinli nitelik gösteren bir gelişim evresine girdiğimiz şu dönemde hızla büyümesi olasıdır. Neyse ki parçalı gelişim evresi yirmi birinci yüzyıla girerken büyük ölçüde sona erdi. Kişilik kuramının potansiyel uygulamaları nelerdir ve toplum için değeri nedir? Hem geleneksel çalışma alanlarında hem de yeni alanlarda ümit vaat eden kişilik kuramının önünde bu tür heyecan verici keşifler uzanmaktadır.

Uygulamalı Davranışsal Tıp

Kişilik kuramının uygulandığı alanlardan biri olan davranışsal tıp, psikoloji ve fiziksel sağlık arasındaki arayüzle ilgilenmekte ve hızla büyüyen bir disiplin yaratmaktadır. Psikolojinin bu alanına başlarda **psikosomatik tıp** denmiş, duygular ile bedensel süreçler arasındaki etkileşime odaklanılmıştı (F. G. Alexander, 1950). Psikosomatik tıp psikanalitik modele dayanıyordu. Yüksek tansiyon, astım, baş ağrısı, ülser, artrit gibi durumlar odak noktasıydı. 1960’larda çerçeve genişledi ve davranışsal tıp olarak adlandırılan daha geniş bir alan ortaya çıktı; bunu 1970’lerde “önleme, tanılama, tedavi ve rehabilitasyon gibi hastalığın tüm yönlerini” içeren üçüncü bir disiplin izledi (Sarafino, 1994, s. 14). Millon (1982) **klinik sağlık psikolojisine** dair ilk derli tolu tanımlarından birini önerdi: “Bireyin zihinsel ve fiziksel sağlığını teşvik etme ve sürdürmede, ayrıca psikolojik etmenlerin sebep olduğu veya hafifletebileceği her türlü zihinsel ve fiziksel bozukluğun önlenmesi, değerlendirilmesi ve tedavisinde

psikolojinin asli alanlarından gelen bilgi ve yöntemlerin uygulanmasıdır” (s. 9).

Davranışsal tıp tiryakilik, obezite, kronik hastalık ve alkolizm gibi sorunların nedenlerinin belirlenmesiyle ve giderilmesiyle ilgilenir. Davranışsal tıp psikologları kişilik ve hastalık arasındaki ilişkiyle de ilgilenmiştir. Örneğin kaygılı, düşmanca ve depresif kişiliği olan bireyler “hastalığa yatkın” olma eğilimindedir (Sarafino, 1994).

Yeni Psikoterapi Modellerinin Geliştirilmesi

Kişilik kuramının doğrudan bir uygulaması, kişilik sendromlarının ve ilişkili klinik sendromların tedavisinde etkili olan yeni psikoterapi modellerinin geliştirilmesi olageldi. Kişiliğin psikoterapi yoluyla dönüştürülebilme potansiyelinin olduğu ancak yirminci yüzyılın son çeyreğinde fark edildi. O zamana dek birçok klinisyen, kişiliğin yıllar süren yoğun psikanalizle dönüştürülebileceğine inanıyordu. Psikoterapinin evrimi boyunca istisnalar bulunuyordu ama klinik kuramcılar ve yenilikçilerin bu çetrefilli soruna girişmesi esasen 1980’leri buldu. Kişilik değişimi için etkili psikoterapi modellerinin gelişiminde hâlâ ilk aşamalardaız. Bunun 21. yüzyılın ilk kısmında kayda değer bir ilgi alanı olması olasıdır.

Psikopatolojik Durumların Değerlendirmesi ve Tedavisindeki İlerlemeler

Psikopatolojinin doğru olarak değerlendirilmesi geçen yüzyılda kayda değer ilerleme kaydetti, bu yüzyılda da ilerlemeye devam etmektedir. Kişilik kuramının, değerlendirmenin ve psikopatolojinin sıkı evliliği bu metindeki çeşitli kuramsal modellerde sergilendi. Yirminci yüzyılın başında **Rorschach Mürekkep Lekesi Testi** ve **Tematik Algı Testi (TAT)** gibi değerlendirme araçlarının gelişiminin yanı sıra zekânın standartlaştırılmasında ve ölçümünde önemli gelişmelere tanıklık ettik. Daha sonraları **Minnesota Çok Aşamalı Kişilik Envanteri’nin (MMPI)** gelişmesiyle ve özellikle bilgisayarla puanlama ve yorumlama kapasiteleriyle birlikte, nesnel/standartlaştırılmış araçlarda önemli ilerlemeler elde edildi. Bir başka gelişim dalgası olan Millon Envanterleri ve başka pek çok standartlaştırılmış araç ve klinik mülakat protokolüyle kişilik yapılarının ölçülmesi mümkün oldu.

Kişilik kuramı belli başlı psikiyatrik hastalıkların kavranmasında ve tedavisinde de oldukça yararlıdır. Birçok klinik sendromun ve kişilik bozukluklarının eşzamanlı olarak var olduğunun [komorbidite] ve klinik ruh sağlığı uzmanları tarafından nasıl yaklaşılması gerektiğinin daha iyi anlaşılmasına katkıda bulunmuştur (Millon, 1999). Bipolar Bozukluk, şizofreni, yaygın gelişimsel bozukluklar gibi başlıca psikiyatrik rahatsızlıkların başlangıcının ve seyrinin kişiliği nasıl etkilediğine dair şu an çok az şey biliyoruz. Kronik bağımlılıklar gibi ağır klinik sendromların kişilik üzerindeki etkisi konusunda deneysel kanıt eksikliği söz konusudur; klinik literatürden kanıtlar, kişiliğin bunların sonucunda kötüleşebileceğini öne sürer ama süreç ve nedenler hakkında çok az şey bilinmektedir. Bu klinik araştırma alanı parlak gelecek vaat etmektedir. Millon'un yazdığı ve klinisyenlerin gözlemlediği gibi, kişilik ve klinik sendromlar arasında sinerjik bir ilişki bulunduğu açıktır.

Nöropsikoloji

Beyin-davranış ilişkilerini araştıran nöropsikoloji nispeten yeni ve hızla genişleyen bir alan olup, kişilik kuramının getirdiği anlayışla zenginleşebilecek alanlardan biridir. Nöropsikolojik eksikliklerin ve hasarların kişilik üzerindeki bariz etkisi olduğu konusunda çok şey biliyoruz ama bilinmesi gereken daha pek çok şey bulunmaktadır. Çeşitli nöropsikolojik koşulların kişilik üzerindeki etkisi ise daha belli belirsiz olabilmektedir. Örneğin bazı epilepsi tipleri ani din değiştirmeye neden olabilmekte, yetişkinliğin ortasında tek bir genin mutasyonu dengesiz hareketlere, bir başka deyişle “orta yaş krizine” yol açabilmektedir (Sapolsky, 1998). Ağır Obsesif-Kompulsif Bozukluğun sebebi de nöropsikolojik bir bozukluk olabilir. Alzheimer hastalığı, bazen de epilepsi gibi çeşitli nöropsikolojik rahatsızlıklar kişilikte radikal ve derin değişimlerle sonuçlanabilir.

Yaşlanma ve Yaşam Süresinin Uzaması: Ortalama yaşam beklentisi yirminci yüzyıl boyunca, insanlık tarihindeki herhangi bir dönemden daha dramatik biçimde arttı. Yaşam süresinin uzamasıyla birlikte, insanların 70'lerinde, hatta 80'lerinde daha bütün ve etkin yaşam sürmesi beklenir hale geldi. Yaşlı yetişkinlerle, kişilik konusunda çok az araştırma gerçekleştirildi. Sosyal bilimciler bu nüfusu esasen görmezden geldi. Bununla beraber nüfus yaşılanırken, yaşlanma, kişilik ve nöropsikolojik işleyiş

arasındaki etkileşim hakkında olabildiğince fazla şey öğrenmemiz önemlidir.

Sosyal Politikalar ve Toplumsal Değişim

Kişilik kuramı pek çok alanda geliştirilen sosyal politikalara katkıda bulunabilir, örneğin sosyal yardım reformu, çocuk bakımı, çocuk saldırganlığı, aile içi istismar, uyuşturucu ve alkol bağımlılığı, genç yaşta hamilelik (Magnavita, 2000). Normal kişilik gelişimi için optimal koşulları sağlamayan aileler, çok kuşaklı aktarım süreci ve ebeveyn davranışının modellenmesi yoluyla birçok toplumsal sorunu besler. Örneğin kişilik bozuklukları birçok toplumsal koşul ve sorun üzerinde muazzam etkiye sahiptir. Ruegg ve Frances (1995) toplumsal ve kişisel etkiyi şöyle özetler: “[Kişilik bozukluklarının] suç, madde bağımlılığı, işgöremezlik, artan tıbbi bakım ihtiyacı, intihar girişimleri, kendini yaralama davranışı, saldırı, Eksen I ve tıbbi hastalıklardan geç iyileşme, hastaneye kaldırılma, başarısızlık, işsizlik, ailenin dağılması, çocuk istismarı ve ihmali, evsizlik, yasadışı yollara sapma, yoksulluk, cinsel yolla bulaşan hastalıklar, tıbbi ve psikiyatrik bozuklukların yanlış tanılanması ve yanlış tedavisi, görevi kötüye kullanma davaları, tıbbi ve cezai tekrarlama eğilimi, psikiyatrik tedavi ortamından memnun olmama ve ayrılma, devlet yardımına bağımlı olma ile ilişkisi vardır” (s. 16-17). Kişilik kuramındaki ilerlemelerin bir dizi kronik toplumsal soruna doğrudan uygulanabilme potansiyeli bulunmaktadır.

Çocuk Yetiştirme Uygulamalarının İyileştirilmesi: Çocuk yetiştirme uygulamalarının ayrılmaz bir parçası, hakim kişilik kuramı ve gelişim modellerine dayanır. Dönemin çocuk yetiştirme uygulamaları üzerinde önemli etki bırakmış olan Watson’ın davranışçılığını hatırlayın. Çocuk yetiştirme uygulamaları, çoğu zaman kuşaktan kuşağa, dramatik bir biçimde değişir. “Sopayı esirgersen çocuğu şımartırsın” şeklindeki özdeyiş 20. yüzyılın başında kabul gören bir uygulamaydı ama günümüzde çocuk istismarı ve “zehirli pedagoji” örneği olduğu düşünülür (A. Miller, 1990). Çocuk istismarının kökenlerini araştıran Miller, “çocuk uzmanları” tarafından teşvik edilen ve toplumca onaylanan şiddetin Yahudi Soykırımına yol açan şeylerden biri olduğunu öne sürmüştür. Şiddetin köklerinin Almanların bir kuşağında damıtıldığına inanır; bu da ötekilerin acılarına karşı kabullenme ve bağışıklıkla sonuçlanmıştır. Çocuğun itaat etmesini

sağlamak için güç kullanımı ve aşağılamayı içeren, ebeveynin hakimiyetine dayanan, “çocuk uzmanlarının” da teşvik ettiği otoriter ebeveynlik tarzının ölümcül bir kombinasyon olduğuna inanıyordu.

Gördüğümüz gibi, ebeveyn-çocuk ve aile ilişkilerinin niteliği, kişiliğin gelişimi üzerinde önemli etkilere sahiptir. Etkili çocuk büyütmeye uygulamalarına, sağlıklı ve işlevsel yetişkinler geliştirme noktasından bakılmalıdır. Bunu nasıl yapabiliriz? Üç uzmana sorun, elinizde iki karşıt model, bir de ara model bulmanız muhtemeldir.

Toplumsal eğilimlerin sonucu olarak Batılı aileler daha parçalanmış hale geldikçe, birçok kişi, boşanma ve çocuk bakımı gibi sorunların gelişim üzerindeki etkisini sorgulamaktadır. Bu meseleler çoğu insanın duygusal bamteline dokunur. Çocuk varsa, mutsuz çiftler boşanma yoluna gitmeli mi? Çalışan ya da bekâr ebeveynler çocuklarını gündüz bakım merkezlerine verme konusunda içi rahat olmalı mı? Tartışmalı bir kitap yazmış olan Leach (1994), toplumun doğduktan sonra çocuklara sırt çevirdiğini yazar: “Batı toplumlarının çocuklar için en iyisini yapamamış olduğu ancak kültürler arası ve disiplinler arası çocuk araştırmalarından gelen bilgilerle anlaşılmıştır” (s. 171). Gündüz bakımın etkileri ve niteliği üzerindeki polemiklere tatmin edici yanıt bulunamamıştır. Leach şöyle belirtir: “Ailelerde, topluluklarda, hatta toplumun bütününde savaş sonrasında meydana gelen değişimler geleneksel Batılı çocuk bakım örüntülerini aşındırmıştır; önceden erkek evin geçimi sağlıyor, kendisine bağımlı bir kadın da çocuklarını büyütüyor, bu arada geniş aileden destek alınıyordu. Yeni oluşan örüntüler henüz yerine oturmamıştır; radikal bir çözüm bulunana kadar çocuklar da ortada kalamayacağı için, Batılı politika üreticiler gündüz bakıma sarılmış, fakat önemli olan soruyu sormayı atlamışlardır: Modern sosyoekonomik şartlarda çocukların ihtiyaçları en iyi nasıl karşılanır? (s.69). Kişilik kuramı bu süreci incelemek ve rehberlik etmek için önemli bir araç olabilir.

Ekonomik Kalkınma

The New York Times (Uchitelle, 2001) psikoloji ile ekonomiyi harmanlayan **davranışsal ekonominin** doğuşunu ilan etti. Bu yeni disiplin, Amos Tversky ve Daniel Kahneman adlı iki psikologla işbirliği yapan Richard Thaler (Lowenstein, 2001) ve George Akerlof adlı iki ekonomist tara-

findan 1970'lerde harekete geçirildi (Uchitelle, 2001). Davranışsal ekonomi insan davranışının ve kişiliğin hem mikro hem de makro düzeyde ekonomiyi nasıl etkilediğiyle ilgilenir. Örneğin makro düzeyde sorunlardan biri, ekonomik durgunluk dönemlerini tersine çevirmenin neden zor olduğu, bazı ekonomik canlılık dönemlerinin nasıl sürdürüldüğüdür. "Bu araştırma ile, kimliğin, yani insanların kendilerine ve ötekilere atfettikleri özelliklerin neden ekonomide büyük ve çoğu zaman zararlı rol oynadığına ışık tutulmuştur" (s. 1). Bu yeni kuşak davranışsal ekonomistler, birçok insanın talih kuşunun getirdiği parayı, onu en iyi nasıl koruyacağını akılcı olarak tasarlamak yerine harcayacağına inanır. Gerçekten de birçok insan gençliklerinden yetişkinliklerine dek borç içindedir. Bu eğilimi "hiperbolik indirgeme" diye adlandırmışlardır, yani insanlar almayı umdukları para hakkında akılcı plan yapabilir ama aldıklarında harcarlar ("eldeki bir kuş daldaki iki kuştan iyidir").

Bireylerin neden çevre hareketlerine ve gönüllülüğe ilgi gösterdiği de araştırılmaktadır. Bu güncel disiplinden olanlar, mikro düzeyde, öz çıkarın yanı sıra özgecilik, karşılıklılık ve sadakat gibi kavramlarla da ilgilenir. Psikolojik kavramların asgari ücretin belirlenmesini nasıl etkilediği ve bunun ekonomik hayattaki darboğazlarda neden hiçbir zaman azalmadığı da çalıştıkları diğer önemli konulara dahildir. Bazıları, sadakat ve adillik kaygılarının bu süreci açıklayabileceğini varsayar.

Uluslararası Barış Çabaları ve Uluslararası İlişkiler

Yirmi birinci yüzyıl için bir başka güçlük de dünya barışını savunmaktır. Fazla kafa yormayan bir gözlemci bile, dünya çapındaki pek çok trajediye ciddi kişilik bozukluğu olan bireyler in sebep olduğunu söyleyecektir – yirminci yüzyılın en kötü namılılarından birkaçı olan Adolf Hitler, Pol Pot, Saddam Hüseyin gibi. Kişilik kuramının yardımıyla bu kişilerin daha derinlemesine anlaşılması mümkün olabilir (bkz. 6. Bölüm), İkinci Dünya Savaşı sırasında Hitler üzerinde psikanalitik kuramı kullanan psikologların yaptığı gibi. Kişilik kuramı ayrıca evrim ve diğer kuramlara da dayanarak kültüre bağlı kişilik farklılıklarını daha derinlemesine kavrayabilir.

Personel ve Meslekî Atamaların Etkili Değerlendirmesi

Kaynakların etkili tahsisi için, kişilik özellikleri, becerileri ve mesleki yerleştirme arasında uygun eşleştirmelerin yapılabilmesi önemlidir. Kişilik ve karakter özellikleri mesleki seçim ve tercihte güçlü rol oynar. İyi bir eşleşme üretkenliği ve mesleki tatmini zenginleştirirken, kötü bir eşleşme tatminsizlik yaratabilir.

Kişisel Uyum Artırmak

Kişisel uyumun psikolojisi pek çok etmene dayanır, kişiliğin uyum sağlama eğilimi de buna dahildir. Kişilik kuramının anlaşılması mesleki ve ilişkisel kararlarda ve kişisel gelişim fırsatlarında yerinde seçimler yapma konusunda kişinin bilgisini artırabilir. Kişisel gelişimle ilgili artan kanıtlar ebeveynlere çocuk bakımı, boşanma, kayıp ve travmayla baş etme konularında karar alma süreçlerinde yardımcı olabilir.

Ekolojik Psikoloji

Bir başka görece yeni katılım, çevre ve insanlar arasındaki arayüzle uğraşan ekoloji psikolojidir. Çevrenin korunması 21. yüzyıl için önemli bir güçlütür. Gezegenin gitgide kirlenmesi, örüntü devam ederse, dehşet verici sonuçlar doğuracaktır. İnsanların çevreyi neden görmezden gelmeye ve yok etmeye eğilimli olduğunun dinamikleri, kişilik kuramının merceğinden incelenebilir. Bu sorunun çözümü, birey ve grup dinamiklerinin yanı sıra uluslararası çatışma ve çözüm stratejilerinin karmaşık dinamiklerini kavrayan, uluslararası, disiplinlerarası bir ekip gerektirir.

Örgütsel Davranış

Kişiliğin örgütsel gelişim ve yönetimde merkezi yeri vardır. Belli kişilik tiplerinin örgütlere olumlu (karizmatik lider) veya olumsuz (diktatör, otoriter) etkisi olur. Kişilik kuramı örgütsel sağlığı ve gelişimi zenginleştirmek için kullanılabilir.

Adli Tıp Bilimi

Adli tıp bilimi kriminoloji, hukuk, psikoloji, patoloji ve bilimsel yöntemler kullanarak suçların çözülmesi ve önlenmesiyle ilgilenen diğer uzmanlıkların harmanlanmasıdır. Profilleme adli tıp uzmanlarının araçla-

rından sadece biridir; bu, kolluk güçlerinin suçları çözmek ve kimin saldırgan olduğunu öngörmek için bireylerin profilini sağlamakta kullandığı bir tekniktir. **Irksal profillemeye** yakın zamanda kamuoyunun dikkatini çekmiştir. Bireyin tek bir özelliğine, yani ırkına dayandığı için ayrımcılığın bir biçimidir.

Kişilik profillemeye suçun faillerinin olası karakter özelliklerini belirlemek için kullanılır. Birçoklarımız, FBI ve diğer kurumların, profillemeyi seri katilleri ve kitle katilleri yakalamanın bir yolu olarak kullandığını medyadan biliyoruz. Profillemeye, zihinsel olarak hasta ya da kişilik bozukluklarına sahip olabilecek teröristlerin ve diğer tehlikeli şahısların kişisel özelliklerini ve güdülenmelerini değerlendirmek için CIA tarafından da kullanılır. Gizli Servis, başkanı korumak için de profillemeyi kullanır. Kişilik kuramı ilerledikçe, bunun sadece ulusal düzeyde değil yerel düzeyde de kolluk güçlerinin önemli bir aracı haline gelmesi olasıdır.

Gelecek Doğrultular: Çoklu Bakış Açıları ve Disiplinlerarası Vurgu

Kişilik kuramının geleceği, birden çok perspektiften bakabilen çeşitli disiplinlerden bireyleri kendine çekmesine bağlıdır. Winter ve Barenbaum (1999) alanın bir parçası haline gelen çeşitliliği özetler: “Kişilik tarihinden nihai bir ‘ders’ çıkarmak için, geçen yüzyılın önde gelen kişilik kuramcılarının arkaplanı ve eğitime bakılabilir. Freud’un nörolog olarak, Murray’ın biyokimya doktoru bir cerrah olarak; Cattell’in geniş bir istatistik arkaplanıyla yola çıktığını düşünün. Rogers psikolojiye yönelmeden önce ilahiyat fakültesine yazıldı, Eysenck başta fizik çalışmayı tasarladı, Kelly başta havacılık mühendisiydi ve ardından topluluk önünde konuşma dersleri verdi. Gordon Allport bile psikoloji çalışmalarını sosyal etikle harmanladı” (s. 20).

Kişilikbilim, genişlemeye ve insanların çağdaş toplumda yüzleştiği birçok sorunu anlamaya ve umut ederiz ki çözmeye yardım etmeye devam edecek hakiki bir disiplinlerarası bilimdir. “Yorumladığımızı ve analiz ettiğimizi iddia ettiğimiz kişilerin ne kadar çeşitli olduğu toplumumuzca giderek daha fazla fark edildikçe, 21. yüzyıldaki kişilik psikolojisi kuramcılarının ve araştırmacılarının akademik ve akademi dışı geçmişle-

rinin de mesleki eğitimleri kapsamında edindikleri deneyimlerin de çeşitlilik arz etmesini sağlamak gerekir” (Winter & Barenbaum, 1999, s. 20).

Özet

Bu son bölüm kişilikbilim alanındaki bir dizi sorunu ve tartışmayı sunmuştur. Kişiliğin 30 yaş civarında oturduğu ve zaman içinde istikrar kazandığı, belki gelişim ilerledikçe güçlendiği görülmektedir. Çoğu kurama göre, kişilik, yaşam süresince çeşitli dönüşüm aşamalarından geçer. Beş Faktörlü Model, gelişimin çeşitli noktalarında kişilik özellikleri arasında .65’lik orta bağıntının pek çok çalışmada görüldüğünü gösterir. Çevre, genetik ve etkileşim süreçleri yaşam boyunca kişiliğin sürekliliğine katkıda bulunabilir. Farklı kişilik modelleri sürekliliğin farklı yönlerini vurgular, kişiliğin nasıl dönüştüğünü anlamak için değişimin çeşitli türleri ortaya koyulmuştur. Önemli bir model olan kuramlar ötesi değişim modeli, değişimi doğrusal olmaktan ziyade sarmal bir süreç olarak görür.

Kişilik bozukluğu olan bireylerle yapılan klinik çalışmalarda da değişim incelenmiştir; hatta bu kitaptaki modellerin bazıları bu amaçla geliştirilmiştir. Araştırmacılar ve klinisyenler kişilik gelişimi ve işlevi üzerinde travmanın etkisiyle ilgilenir. Tartışmalardan biri, çocuklara kişilik bozukluğu tanısı koyulmalı mı koyulmamalı mı tartışmasıdır; birçok klinisyen bu tür tanının klinik uygulamadaki görüngülerle desteklendiğine inanır.

Sağlam, dayanıklı ve esnek olan bazı bireyler, psikopatoloji geliştirmeye daha az yatkındır. Araştırmacılar A ve B Tipi davranış örüntülerini ve bunların kalp hastalıklarıyla ilişkisini inceledi. A Tipi olanların kalp krizi geçirmesi daha olasıdır. Sosyokültürel ve siyasi güçler neyin patolojik, neyin normal olduğunun belirlenmesi üzerinde büyük etkide bulunur. Irkçılık ve kültürel marjinalleştirme yanlış yorumlanarak patoloji sanılabilir. Narsisizmin tüketici yönelimli kültürümüzle, borderline kişiliğin de toplumsal parçalanma, aile istikrarsızlığı ve işlevsizliğiyle ilişkili olduğuna inananlar vardır. Çağdaş bilimsel kişilik kuramı ikinci yüzyılına girerken, kişilik kuramının uygulama alanları çeşitlenmeye devam etmektedir.

Okuma Önerileri

- Miller, J. B. (1976). Toward a new psychology of women. Boston: Beacon Press.
- Millon, T. & Davis, R. (2000). Personality disorders in modern life. New York: Wiley.
- Pollack, W. S. & Levant, R. F. (Ed.). (1998). New psychotherapy for men. New York: Wiley.
- Sue, D. W. & Sue, D. (1999). Counseling the culturally different: Theory and practice (3rd ed.). New York: Wiley.

Kaynakça

- Abidin, R. R. (1995). *Parenting stress index: Professional manual* (3rd ed.). Odessa, FL: Psychological Assessment Resources.
- Ackerman, N. W. (1937). The family as a social and emotional unit. *Bulletin of the Kansas Mental Hygiene Society*.
- Ackerman, N. W. (1958). *The psycho dynamics of family life: Diagnosis and treatment of family relationships*. New York: Basic Books.
- Ackerman, N. W. (1967). The emergence of family diagnosis and treatment: A personal view. *Psychotherapy: Theory, Research, and Practice*, 4(3), 125-129.
- Adler, A. (1924). *The practice and theory of individual psychology*. New York: Harcourt Brace.
- Adler, A. (1928). Characteristics of first, second and third children. *Children*, 3(5), 14-52.
- Adorno, T. W., Frenkel-Brunswik, E., Levinson, D. J., & Sanford, R. N. (1950). *The authoritarian personality*. New York: Harber; Türkçesi: *Otoritaryen Kişilik Üstüne*, çev. Doğan Şahinler, Say Yay., 2011.
- Ainsworth, M. D. S. (1967). *Infancy in Uganda: Infant care and the growth of attachment*. Baltimore: Johns Hopkins University Press.
- Akhtar, S. (1992). *Broken structures: Severe personality disorders and their treatment*. Northvale, NJ: Aronson.
- Alexander, F. G. (1950). *Psychosomatic medicine: Its principles and applications*. New York: Norton.
- Alexander, F. G., & French, T. M. (1946). *Psychoanalytic therapy: Principles and applications*. New York: Ronald Press.
- Alexander, F. G., & Selesnick, S. T. (1966). *The history of psychiatry: An evaluation of psychiatric thought and practice from prehistoric times to the present*. New York: Harper & Row.
- Alexander, J., & Barton, C. (1995). Family therapy research. In R. H. Mikesell, D. D. Luster- man, & S. McDaniel (Eds.), *Integrating family therapy: Handbook of family psychology and systems theory* (pp. 199-215). Washington, DC: American Psychological Association.
- Allport, G. W. (1963, August). *The fruits of eclecticism: Bitter or sweet?* Washington, DC: Seventeenth International Congress of Psychologists.

- Allport, G. W. (1968). *The person in psychology: Selected essays*. Boston: Beacon Press.
- Allport, G. W., & Odbert, H. S. (1936). Trait- names: A psych-lexical study. *Psychological Monographs*, 47, 1-171.
- American Psychiatric Association. (1994). *Diagnostic and statistical manual of mental disorders* (4th ed.). Washington, DC: Author.
- Amick, D. J., & Walberg, H. J. (1975). *Introductory multivariate analysis: For educational, psychological and social research*. Berkeley, CA: McCutchan.
- Anderson, J. R. (1990). *Cognitive psychology and its implications* (3rd ed.). New York: Freeman.
- Anderson, T. (1996). Language is not innocent. In F. W. Kaslow (Ed.), *Handbook of relational diagnosis and dysfunctional family patterns* (pp. 119-125). New York: Wiley.
- Ansbacher, H. L., & Ansbacher, R. R. (Eds.). (1956). *The individual psychology of Alfred Adler*. New York: Basic Books.
- Arkowitz, H. (1992). Integrative theories of therapy. In D. K. Freedheim (Ed.), *History of psychotherapy* (pp. 261-303). Washington, DC: American Psychological Association.
- Arkowitz, H., & Messer, S. B. (Eds.). (1984). *Psychoanalytic therapy and behavior therapy: Is integration possible?* New York: Plenum Press.
- Arnkoff, D. B., & Glass, C. R. (1992). Cognitive therapy and psychotherapy integration. In D. K. Freedheim (Ed.), *History of psychotherapy: A century of change* (pp. 657-694). Washington, DC: American Psychological Association.
- Baker, J. D., Capron, E. W., & Azorlosa, J. (1996). Family environment characteristics of persons with histrionic and dependent personality disorders. *Journal of Personality Disorders*, 10(1), 82-87.
- Balint, M. (1968). *The basic fault: Therapeutic aspects of regression*. London: Tavistock.
- Bandura, A. (1997). *Self-efficacy*. New York: Freeman.
- Bank, S. P., & Kahn, M. D. (1982). *The sibling bond: The first major account of the powerful emotional connections among brothers and sisters throughout life*. New York: Basic Books.
- Bankart, C. P. (1997). *Talking cures: A history of Western and Eastern psychotherapies*. New York: Brooks/Cole.
- Barlow, D. H. (1988). *Anxiety and its disorders: The nature and treatment of anxiety and panic*. New York: Guilford Press.
- Bartlett, F. (1932). *Remembering*. Cambridge, MA: Cambridge University Press.
- Bateson, G. (1944). Cultural determinants of personality. In J. McV. Hunt (Ed.), *Personality and the behavior disorders* (Vol. 2, pp. 714- 735). New York: Ronald Press.
- Bateson, G., Jackson, D., Haley, J., & Weak- land, J. (1956). Toward a theory of schizophrenia. *Behavioral Science*, 1, 251-264.

- Beck, A. T. (1976). *Cognitive therapy and emotional disorders*. New York: International Universities Press; Türkçesi: *Bilişsel Terapi ve Duygusal Bozuklukları*, çev. Veysel Öztürk, Aysun Türkcan, Litera Yay., 2.baskı, 2008.
- Beck, A. T., & Emery, G. (with Greenberg, R. L.). (1985). *Anxiety disorders and phobias: A cognitive perspective*. New York: Basic Books; Türkçesi: *Anksiyete Bozuklukları ve fobiler*, çev. Veysel Öztürk, Litera Yay., 2.baskı, 2011.
- Beck, A. T., & Freeman, A. (1990). *Cognitive therapy of personality disorders*. New York: Guilford Press; Türkçesi: *Kişilik Bozukluklarının Bilişsel Terapisi*, çev. Ö.Yalçın, E.N.Akçay, Litera Yay., 2008.
- Beck, A. T., Rush, A. J., Shaw, B. F., & Emery, G. (1979). *Cognitive therapy of depression*. New York: Guilford Press.
- Benjamin, L. S. (1974). Structural analysis of social behavior. *Psychological Review*, 81, 392-425.
- Benjamin, L. S. (1979). Structural analysis of differentiation failure. *Psychiatry: Journal for the Study of Interpersonal Processes*, 42, 1-23.
- Benjamin, L. S. (1986). Adding social and intrapsychic descriptors to Axis I of *DSM-III*. In T. Millon & G. L. Klerman (Eds.), *Contemporary directions in psychopathology: Toward the DSM-IV* (pp. 599-638). New York: Guilford Press.
- Benjamin, L. S. (1993). *Interpersonal diagnosis and treatment of personality disorders*. New York: Guilford Press.
- Benjamin, L. S. (1994). Good defense makes good neighbors. In H. R. Conte & R. Plutchik (Eds.), *Ego defenses: Theory and measurement* (pp. 38-78). New York: Wiley.
- Benjamin, L. S. (1996). An interpersonal theory of personality disorders. In J. C. Clarkin & M. F. Lenzenweger (Eds.), *Major theories of personality disorders* (pp. 141-220). New York: Guilford Press.
- Berns, S. B., Jacobson, N. S., & Gottman, J. M. (1999). Demand-withdraw interaction in couples with a violent husband. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 67(5), 666-674.
- Berscheid, E. (1983). Emotion. In H. H. Kelly, E. Berscheid, A. Christensen, J. H. Harvey, T. L. Huston, G. Levinger, E. McClintock, L. A. Peplau, & D. R. Peterson (Eds.), *Close relationships* (pp. 110-168). New York: Freeman.
- Berscheid, E. (1994). Interpersonal relationships. *Annual Review of Psychology*, 45, 79-129.
- Berscheid, E. (1999). The greening of relationship science. *American Psychologist*, 54(4), 260-266.
- Berscheid, E., & Ammazzalorso, H. (2001). Emotional experience in close relationships. In G. J. O. Fletcher & M. S. Clark (Eds.), *Blackwell handbook of social psychology: Interpersonal processes* (pp. 308-330). Maiden, MA: Blackwell.
- Berscheid, E., & Lopez, J. (1997). A temporal model of relationship satisfaction and stability. In R. J. Sternberg & M. Hojat (Eds.), *Satisfaction in close relationships* (pp. 129-159). New York: Guilford Press.

- Berscheid, E., & Reis, H. T. (1998). Attractions and close relationships. In D. T. Gilbert, S. T. Fiske, & G. Lindzey (Eds.), *The handbook of social psychology* (4th ed, pp. 193-281). New York: McGraw-Hill.
- Bischof, L. J. (1970). *Interpreting personality theories* (2nd ed.). New York: Harper & Row.
- Bleuler, E. (1911). *Dementia praecox or the group of schizophrenias* (J. Zinkin, Trans.). New York: International Universities Press.
- Bioland, S. E. (1999, November). Fame: The power and cost of a fantasy. *Atlantic Monthly*, 54-62.
- Bloom, B. S. (1964). *Stability and change in human characteristics*. New York: Wiley.
- Bornstein, R. F., & O'Neill, R. M. (2000). Construct validity of the Rorschach Oral Dependency (ROD) Scale: Relationship of ROD scores to WAIS-R scores in a psychiatric inpatient sample. *Journal of Clinical Psychology*, 53(2), 99-105.
- Bowen, M. (1976). Theory in the practice of psychotherapy. In P. J. Guerin (Ed.), *Family therapy: Theory and practice* (pp. 42-90). New York: Gardner Press.
- Bowen, M. (1978). *Family therapy in clinical practice*. New York: Aronson.
- Bowlby, J. (1969). *Attachment and loss. Volume I: Attachment*. New York: Basic Books; Türkçesi: *Bağlanma ve Kayıp*, çev. Tuğrul Veli Soylu, Pinhan Yay., 2012.
- Bowlby, J. (1973). *Attachment and loss. Volume II: Separation: Anxiety and anger*. New York: Basic Books; Türkçesi: *Ayrılma*, çev. Müge Günay, Pinhan Yay., 2014.
- Bowlby, J. (1980). *Attachment and loss. Volume III: Loss: Sadness and depression*. New York: Basic Books; Türkçesi: *Kaybetme*, çev. Nur Nirven-Nüket Diner, Pinhan Yay., 2015.
- Bremner, J. D., Narayan, M., Staib, L. H., Southwick, S. M., McGlashan, T., & Charney, D. S. (1999). Neural correlates of memories of childhood sexual abuse in women with and without posttraumatic stress disorder. *American Journal of Psychiatry*, 156(11), 1787-1795.
- Brody, S., & Siegel, M. G. (1992). *The evolution of character: Birth to 18 years a longitudinal study*. Madison, CT: International Universities Press.
- Brown, G., Goowin, F., Ballenger, J., Goyer, P., & Mason, L. (1979). Aggression in humans correlates with cerebrospinal fluid metabolites. *Psychiatric Research*, 1, 131-139.
- Brown, G. W., Birley, J. L. T., & Wing, J. K. (1972). Influence of family life on the course of schizophrenic disorders: A replication. *British Journal of Psychiatry*, 121, 241-258.
- Brown, L. S. (1992). A feminist critique of the personality disorders. In L. S. Brown & M. Ballou (Eds.), *Personality and psychopathology: Feminist reappraisals* (pp. 206-228). New York: Guilford Press.
- Buber, M. (1958). *I and thou*. New York: Charles Scribner's Sons.
- Buckley, P. (Ed.). (1986). *Essential papers on object relations*. New York: New York University Press.

- Burns, K. A., Chethik, L., Burns, W. J., & Clark, R. (1997). The early relationship of drug abusing mothers and their infants: An assessment at eight to twelve months of age. *Journal of Clinical Psychology*, 53(3), 263-277.
- Buss, A. H., & Plomin, R. (1975). *A temperament theory of personality development*. New York: Wiley.
- Buss, A. H., & Plomin, R. (1984). *Temperament: Early developing personality traits*. Hillsdale, NJ: Erlbaum.
- Buss, D. M. (1984). Evolutionary biology and personality psychology: Toward a conception of human nature and individual differences. *American Psychologist*, 39, 1135-1147.
- Buss, D. M. (1999). Human nature and individual differences: The evolution of human personality. In L. A. Pervin & O. P. John (Eds.), *Handbook of personality: Theory and research* (pp. 31-56). New York: Guilford Press.
- Buss, D. M. (2000a). *The dangerous passion: Why jealousy is as necessary as love and sex*. New York: Free Press.
- Buss, D. M. (2000b, June). Prescription for passion. *Psychology Today*, 54-61.
- Caine, D. B. (1999). *Within reason: Rationality and human behavior*. New York: Pantheon Books.
- Campbell, D. T., & Stanley, J. C. (1963). *Experimental and quasi-experimental designs for research*. Chicago: Rand McNally College Publishing.
- Carroll, L. (1962). *Alice's adventures in wonderland*. Harmondsworth, Middlesex: Penguin Books. (Original work published 1865)
- Carter, E. A. (1978). Transgenerational scripts and nuclear family stress: Theory and clinical implications. In R. R. Sager (Ed.), *Georgetown family symposium: 1975-1976* (Vol. 3). Washington, DC: Georgetown University.
- Carter, E. A., & McGoldrick, M. (Eds.). (1980). *The family life cycle: A framework for family therapy*. New York: Gardner Press.
- Carter, R. (1998). *Mapping the mind*. Berkeley, CA: University of California Press.
- Caspi, A., & Roberts, B. W. (1999). Personality continuity and change across the life course. In L. A. Pervin & O. P. John (Eds.), *Handbook of personality: Research and practice* (pp. 300-326). New York: Guilford Press.
- Cattell, R. B. (1945). The description of personality: III. Principles and findings in factor analysis. *American Journal of Psychology*, 58, 69-90.
- Cattell, R. B., Eber, H. W., & Tatsuoka, M. M. (1970). *The handbook for the Sixteen Personality Factor Questionnaire*. Champaign, IL: Institute for Personality and Ability Testing.
- Charcot, J. M. (1982). Physiologie pathologique: Sur le divers etats nerveux determines par hypnotization chez les hysteriques [Pathological physiology: On the different nervous states hypnotically induced in hysterics], *CR Academy of Science Paris*, 94, 403-405.
- Chase, A. (2000, June). Harvard and the making of the unabomber. *Atlantic Monthly*, 41-65.

- Chess, S., & Thomas, A. (1986). *Temperament in clinical practice*. New York: Guilford Press.
- Choca, J., Retzlaff, P., Strack, S., Mouton, A., & Van Denburg, E. (1996). Factorial elements in Millon's personality theory. *Journal of Personality Disorders*, 10(4), 377-383.
- Chomsky, N. (1965). *Aspects of the theory of syntax*. Cambridge, MA: MIT Press.
- Chrzanowski, G. (1977). *Interpersonal approach to psychoanalysis: Contemporary views of Harry Stack Sullivan*. New York: Gardner Press.
- Clarkin, J. F., & Lenzenweger, M. F. (Eds.). (1996). *Major theories of personality disorder*. New York: The Guilford Press.
- Clarkin, J. F., Yeomans, F. E., & Kernberg, O. F. (1999). *Psychotherapy for borderline personality*. New York: Wiley; Türkçesi: *Borderline Kişiliğin Psikoterapisi*, çev.Meltem Kamer, Psikoterapi Enst. Yay., 2012.
- Cloninger, C. R. (1986a). A systematic method for clinical description and classification of personality variants: A proposal. *Archives of General Psychiatry*, 44, 573-88.
- Cloninger, C. R. (1986b). A unified biosocial theory of personality and its role in the development of anxiety states. *Psychiatric Developments*, 3, 167-226.
- Cloninger, C. R., Adolfsson, R., & Svrakic, D. M. (1996). Mapping genes for human personality. *Nature Genetics*, 12, 3-4.
- Cloninger, C. R., Svrakic, D. M., & Przybeck, T. R. (1993). A psychobiological model of temperament and character. *Archives of General Psychiatry*, 50, 975-990.
- Clore, G. C. (1994). *Why emotions are felt*. In P. Ekman & R. J. Davidson (Eds.), *The nature of emotions: Fundamental questions* (pp. 103- 111). New York: Oxford University Press.
- Coley, R. L., & Chase-Lansdale, P. L. (1998). Adolescent pregnancy and parenthood: Recent evidence and future directions. *American Psychologist*, 53(2), 152-166.
- Cook, T. D., & Campbell, D. T. (1979). *Quasi-ex- perimentation: Design and analysis for field settings*. Chicago: Rand McNally College Publishing.
- Coolidge, F. L., Thede, L. L., & Jang, K. L. (2001). Heritability of personality disorders in childhood: A preliminary investigation. *Journal of Personality Disorders*, 75(1), 33-40.
- Costa, P. T., & McCrae, R. R. (1985). *The NEO Personality Inventory manual*. Odessa, FL: Psychological Assessment Resources.
- Costa, P. T., Jr, & McCrae, R. R. (1988). Personality in adulthood: A six-year longitudinal study of self-reports and spouse ratings on the NEO Personality Inventory. *Journal of Personality and Social Psychology*, 54, 853-863.
- Costa, P. T., Jr, & McCrae, R. R. (1992). Trait psychology comes of age. In T. B. Sondergger (Ed.), *Nebraska symposium on motivation: Psychology and aging* (pp. 169-204). Lincoln: University of Nebraska Press.

- Costa, P. T., Jr, & McCrae, R. R. (1994). Set like plaster? Evidence for the stability of personality. In T. F. Heatherton & J. L. Weinberger (Eds.), *Can personality change?* (pp. 21-40). Washington, DC: American Psychological Association.
- Costa, P. T., Jr, McCrae, R. R., & Arenberg, D. (1980). Enduring dispositions in adult males. *Journal of Personality and Social Psychology*, 38, 793-800.
- Cramer, P. (1982). *Manual for scoring defenses*. Unpublished manuscript, Williams College, Williamstown, MA.
- Cramer, P. (1987). The development of defense mechanisms. *Journal of Personality*, 55(4), 599-614.
- Cramer, P. (1991). Anger and the use of defense mechanisms in college students. *Journal of Personality*, 59(1), 39-55.
- Cramer, P. (1995). Identity, narcissism, and defense mechanisms in late adolescence. *Journal of Research in Personality*, 29, 341-361.
- Cramer, P. (1997). Identity, personality, and defense mechanisms: An observer-based study. *Journal of Research in Personality*, 31, 58-77.
- Cramer, P. (1998a). Defensiveness and defense mechanisms. *Journal of Personality*, 66(6), 879-894.
- Cramer, P. (1998b). Freshman to senior year: A follow-up study of identity, narcissism, and defense mechanisms. *Journal of Research in Personality*, 32, 156-172.
- Cramer, P., Blatt, S. J., & Ford, R. Q. (1988). Defense mechanisms in the anaclitic and intro- jective personality configuration. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 56(4), 610-616.
- Cramer, P., & Gaul, R. (1988). The effects of success and failure on children's use of defense mechanisms. *Journal of Personality*, 56(4), 729-742.
- Cross, S. E., & Markus, H. R. (1999). The cultural constitution of personality. In L. A. Pervin & O. P. John (Eds.), *Handbook of personality: Theory and research* (2nd ed, pp. 378-396). New York: Guilford Press.
- Cushman, P. (1992). Psychotherapy to 1992: A historically situated interpretation. In D. K. Freedheim (Ed.), *History of psychotherapy: A century of change* (pp. 21-64). Washington, DC: American Psychological Association.
- Daley, S. E., Bürge, D., & Hammen, C. (2000). Borderline personality disorder symptoms as predictors of 4-year romantic relationship dysfunction in young women: Addressing issues of specificity. *Journal of Abnormal Psychology*, 109(3), 451-460.
- Damasio, A. (1999). *The feeling of what happens: Body and emotion in the making of consciousness*. New York: Harcourt Brace & Company.
- Darwin, C. R. (1859). *On the origin of the species by means of natural selection*. London: Murray; Türkçesi: *Türlerin Kökeni*, çev. Öner Ünalın, Evrensel Basım, 2009.
- Darwin, C. R. (1871). *The descent of man and selection in relation to sex*. London: Murray.
- Darwin, C. R. (1998). *The expression of the emotions in man and animal* (3rd ed.). New York: Oxford University Press. (Original work published 1872)

- Dattore, P. J., Shontz, F. C., & Coyne, L. (1980). Premorbid personality differentiation of cancer and noncancer proneness. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 48(3), 388-394.
- Davanloo, H. (1978). *Basic principles and technique in short-term dynamic psychotherapy*. New York: Spectrum.
- Davanloo, H. (Ed.). (1980). *Short-term dynamic psychotherapy*. New York: Aronson.
- Davidson, R. J. (1994). On emotion, mood, and related affective constructs. In P. Ekman & R. J. Davidson (Eds.), *The nature of emotions: Fundamental questions* (pp. 51-55). New York: Oxford University Press.
- Davis, R. D., & Millon, T. (1994). Personality change: Metatheories and alternatives. In T. F. Heatherton & J. L. Weinberger (Eds.), *Can personality change?* (pp. 85-119). Washington, DC: American Psychological Association.
- de Jongh, A., Muris, P., ter Horst, G., & Duyx, M. P. M. A. (1995). Acquisition and maintenance of dental anxiety: The role of conditioning experiences and cognitive factors. *Behaviour Research and Therapy*, 33(2), 205-210.
- Dennett, D. C. (1991). *Consciousness explained*. Boston: Little, Brown.
- Depue, R. A. (1996). A neurobiological framework for the structure of personality and emotion: Implications for personality disorders. In J. F. Clarkin & M. F. Lenzenweger (Eds.), *Major theories of personality disorders* (pp. 347-390). New York: Guilford Press.
- Deutsch, H. (1965). *Neurosis and character types: Clinical psychoanalytic studies*. New York: International Universities Press.
- Diamond, J. (2001, February, 17). Think tank: Freud, influential yet unloved. *New York Times*, p. B11.
- Diaz-Marsa, M., Carrasco, J. L., & Saiz, J. (2000). A study of temperament and personality in anorexia and bulimia nervosa. *Journal of Personality Disorders*, 14(4), 352-359.
- DiClemente, C. C. (1994). If behaviors change, can personality be far behind? In T. F. Heatherton & J. L. Weinberger (Eds.), *Can personality change?* (pp. 175-198). Washington, DC: American Psychological Association.
- DiGiuseppe, R., Robin, M., Szeszko, P. R., & Primavera, L. H. (1995). *Journal of Personality Disorders*, 9(4), 304-317.
- Dillard, J. P. (1991). The current status of research on sequential-request compliance techniques. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 17, 283-288.
- DiMatteo, M. R. (1991). *The psychology of health, illness, and medical care*. Pacific Grove, CA: Brooks/Cole.
- Doi, T. (1971). *The anatomy of dependence*. New York: Kodansha International.
- Dollard, J., & Miller, N. E. (1950). *Personality and psychotherapy: An analysis in terms of learning, thinking, and culture*. New York: McGraw-Hill.
- Donald, M. (1991). *Origins of the modern mind: Three stages in the evolution of culture and cognition*. Cambridge, MA: Harvard University Press.

- Dykman, B. M., & Johll, M. (1998). Dysfunctional attitudes and vulnerability to depressive symptoms: A 14-week longitudinal study. *Cognitive Therapy and Research*, 22(4), 337-352.
- Eagle, M. N., & Wolitzky, D. L. (1992). Psychoanalytic theories of psychotherapy. In D. K. Freedheim (Ed.), *History of psychotherapy: A century of change* (pp. 109-158). Washington, DC: American Psychological Association.
- Eagly, A. H., Makhijani, M. G., & Klonsky, B. G. (1992). Gender and the evaluation of leaders: A meta-analysis. *Psychology Bulletin*, 111, 3-22.
- Eifert, G. H., & Evans, I. M. (Eds.). (1990). *Unifying behavior therapy: Contributions of paradigmatic behaviorism*. New York: Springer.
- Ekman, P. (1998). Preface to the third edition. In C. Darwin (Ed.), *The expression of the emotions in man and animals: Definitive edition* (3rd ed, pp. xiii-xvii). New York: Oxford University Press.
- Ekman, P., & Davidson, R. J. (Eds.). (1994). *The nature of emotions: Fundamental questions*. New York: Oxford University Press.
- Ellenberger, H. (1970). *The discovery of the unconscious*. New York: Basic Books.
- Elliott, C. (2000, December). A new way to be mad. *Atlantic Monthly*, 73-84.
- Ellis, A. (1974). Rational-emotive theory: Albert-Ellis. In A. Burton (Ed.), *Operational theories of personality* (pp. 308-344). New York: Brunner/Mazel.
- Ellis, A., & Harper, R. A. (1961). *A new guide to rational living*. NJ: Prentice-Hall.
- Ellis, H. (1933). Auto-erotism: A psychological study. *Alienist and Neurologist*, 19, 260-299. (Original work published 1898)
- Emery, R. E., & Laumann-Billings, L. (1998). An overview of the nature, causes, and consequences of abusive family relationships: Toward differentiating maltreatment and violence. *American Psychologist*, 53(2), 121-135.
- Engel, G. L. (1980). The clinical application of the biopsychosocial model. *American Journal of Psychiatry*, 137(5), 535-544.
- Erikson, E. (1970, December 21). The quest for identity [Special report]. *Newsweek*, 84-89.
- Erikson, E. H. (1950). *Childhood and society*. New York: Norton.
- Erikson, E. H. (1958). *Young man Luther*. New York: Norton.
- Erikson, E. H. (1959). *Identity and the life-cycle: Selected papers* (Psychological Issues Monograph No. 1). New York: New York University Press.
- Erikson, E. H. (1968). *Identity youth and crisis*. New York: Norton.
- Erikson, E. H. (1970). *Gandhi's truth: On the origins of militant nonviolence*. New York: Norton.
- Eysenck, H. J. (1947). *Dimensions of personality*. London: Routledge.
- Eysenck, H. J. (1952a). The effects of psychotherapy: An evaluation. *Journal of Consulting Psychology*, 16, 319-324.
- Eysenck, H. J. (1952b). *The scientific study of personality*. New York: Macmillan.
- Eysenck, H. J. (1953). *The structure of human personality*. New York: Wiley.

- Eysenck, H. J. (Ed.). (1960). *Behavior therapy and the neurosis*. London: Pergamon Press.
- Eysenck, H. J. (Ed.). (1981). *A model for personality*. Berlin, Germany: Springer-Verlag.
- Eysenck, H. J. (1982). *Personality, genetics, and behavior: Selected papers*. New York: Praeger.
- Eysenck, H. J., & Eysenck, M. W. (1985). *Personality and individual differences: A natural science approach*. New York: Plenum Press.
- Ezriel, H. (1952). Notes on psychoanalytic group therapy: Interpretation and research. *Psychiatry*, 32(15), 119-126.
- Fenichel, H., & Rapaport, D. (Eds.). (1954). *The collected papers of Otto Fenichel* (2nd ed.). New York: Norton.
- Ferenczi, S. (1933). The confusion of tongues between adults and children: The language of tenderness and passion. In M. Balint (Ed.), *Final contributions to the problems and methods of psycho-analysis* (Vol. 3, pp. 156-167). New York: Brunner/Mazel.
- Ferenczi, S., & Rank, O. (1925). *The development of psychoanalysis*. New York: Nervous and Mental Disease Publishing Co.
- Finn, P. R., Sharkansky, E. J., Brandt, K. M., & Turcotte, N. (2000). The effects of familial risk, personality, and expectancies on alcohol use and abuse. *Journal of Abnormal Psychology*, 109(1), 122-133.
- Fishman, D. B., & Franks, C. M. (1992). Evolution and differentiation within behavior therapy: A theoretical and epistemological review. In D. K. Freedheim (Ed.), *History of psychotherapy: A century of change* (pp. 159-196). Washington, DC: American Psychological Association.
- Fosha, D. (2000). *The transforming power of affect*. New York: Basic Books.
- Frager, R., & Fadiman, J. (1998). *Personality and personal growth*. New York: Longman.
- Frances, A., & Widiger, T. A. (1986). Methodological issues in personality disorders diagnosis. In T. Millon & G. L. Klerman (Eds.), *Contemporary directions in psychopathology: Toward the DSM-IV* (pp. 381-400). New York: Guilford Press.
- Franklin, A. J. (1998). Treating anger in African American men. In W. S. Pollack & R. F. Levant (Eds.), *New psychotherapy for men* (pp. 239-258). New York: Wiley.
- Freedman, M. B., Leary, T. F., Ossorio, A. G., & Coffey, H. S. (1951). The interpersonal dimension of personality. *Journal of Personality*, 20, 143-161.
- Freud, S. (1925). The instincts and their vicissitudes. In *Collected Papers* (Vol. 4). London: Hogarth. (Original work published 1915)
- Freud, S. (1966). *The complete introductory lectures on psychoanalysis* (James Strachey, Ed. and Trans.). New York: Norton.
- Friedman, L. A., & Rosenman, R. H. (1974). *Type A behavior and your heart*. New York: Alfred A. Knopf.

- Frijda, N. H. (1994). Emotions are functional, most of the time. In P. Ekman & R. J. Davidson (Eds.), *The nature of emotions: Fundamental questions* (pp. 112-122). New York: Oxford University Press.
- Fromm, E. (1959). *Sigmund Freud's mission*. New York: Harper Er Row.
- Fromm-Reichmann, F. (1950) *Principles of intensive psychotherapy*. Chicago: University of Chicago Press.
- Frost, A. K., Reinherz, H. Z., Pakiz-Camras, B., & Gianconia, R. M. (1999). Risk factors for depressive symptoms in late adolescence: A longitudinal community study. *American Journal of Orthopsychiatry*, 69(3), 370-381.
- Gagnon, M., & Ladouceur, R. (1992). Behavioral treatment of child stutterers: Replication and extension. *Behavior Therapy*, 23(1), 113-129.
- Galton, F. (1892). *Hereditary genius: An inquiry into its laws and consequences*. London: Macmillan.
- Gardner, H. (1985). *The new mind's science: A history of the cognitive revolution*. New York: Basic Books.
- Gay, P. (1988). *Freud: A life for our time*. New York: Norton.
- Gergen, K. J. (1985). The social constructionist movement in modern psychology. *American Psychologist*, 40, 266-275.
- Gergen, K. J. (1991). *The saturated self: Dilemmas of identity in contemporary life*. New York: Basic Books.
- Gergen, K. J., Hoffman, L., Er Anderson, H. (1996). Is diagnosis a disaster? A constructionist dialogue. In F. W. Kaslow (Ed.), *Handbook of relational diagnosis and dysfunctional family patterns* (pp. 102-118). New York: Wiley.
- Geschwind, N. (1979). Specializations of the human brain. *Scientific American*, 241(3), 180-199.
- Gilbert, P., & Steven, A. (1994). Assertiveness, submissive behaviour and social comparison. *British Journal of Clinical Psychology*, 33(3), 295-306.
- Gilligan, C. (1982). *In a different voice*. Cambridge, MA: Harvard University Press.
- Gleick, J. (1987). *Chaos: Making a new science*. New York: Viking/Penguin.
- Goldenson, R. M. (1970). *The encyclopedia of human behavior: Psychology, psychiatry, and mental health* (Vol. 2). New York: Doubleday.
- Goldfried, M. R. (1982). *Converging themes in psychotherapy: Trends in psychodynamic, humanistic, and behavioral practice*. New York: Springer.
- Goldfried, M. R., & Merbaum, M. (Eds.). (1973). *Behavior change through self-control*. New York: Holt, Rinehart and Winston.
- Goldfried, M. R., & Newman, C. F. (1992). A history of psychotherapy integration. In J. C. Norcross & M. R. Goldfried (Eds.), *Handbook of integrative psychotherapy* (pp. 47-93). New York: Basic Books.
- Goleman, D. (1994). *Emotional intelligence*. New York: Bantam Books.
- Goode, E. (1999, November 2). 100 years ago, a book ignited the study of the mind. *New York Times*, p. F4.

- Goode, E. (2000, January 15). What provokes a rapist to rape? Scientists debate the notion of an evolutionary drive. *New York Times*, B9, B17.
- Goode, E. (2001, February 20). What's in an inkblot? Some say, not much. *New York Times*, pp. F1, F4.
- Gray, N. S., Pickering, A. D., & Gray, J. A. (1994). Psychoticism and dopamine D2 binding in the basal ganglia using single photon emission tomography. *Personality and Individual Differences*, 17, 413-434.
- Green, H. (1964). *I never promised you a rose garden*. New York: Holt.
- Greenberg, L. S. (1994). The investigation of change: Its measurement and explanation. In R. L. Russell (Ed.), *Reassessing psychotherapy research* (pp. 114-143). New York: Guilford Press.
- Greenspan, S. I. (1997a). *Developmentally based psychotherapy*. Madison, CT: International Universities Press.
- Greenspan, S. I. (1997b). *The growth of the mind: And the endangered growth of intelligence*. Reading, MA: Perseus Books.
- Grier, W., & Cobbs, P. (1968). *Black rage*. New York: Basic Books.
- Griffin, D. (1992). *Animal minds*. Chicago: University of Chicago Press.
- Grigsby, J., & Stevens, D. (2000). *Neurodynamics of personality*. New York: Guilford Press.
- Gross, J. J. (1999). Emotion and emotion regulation. In L. A. Pervin & O. P. John (Eds.), *Handbook of personality: Theory and research* (2nd ed, pp. 525-552). New York: Guilford Press.
- Guerin, P. J. (1976). Family therapy: The first twenty-five years. In P. J. Guerin (Ed.), *Family therapy: Theory and practice* (pp. 2-22). New York: Gardner Press.
- Guerin, P. J., & Chabot, D. R. (1992). Development of family systems theory. In D. K. Freedheim (Ed.), *History of psychotherapy: A century of change* (pp. 225-260). Washington, DC: American Psychological Association.
- Guerin, P. J., Fogarty, T. F., Fay, L. F., & Kautto, J. G. (1996). *Working with relational triangles: The one-two-three of psychotherapy*. New York: Guilford Press.
- Guntrip, H. (1971). *Psychoanalytic theory, therapy and the self: A basic guide to the human personality in Freud, Erikson, Klein, Sullivan, Fair- bairn, Hartmann, Jacobson and Winnicott*. New York: Basic Books.
- Guttman, L. (1966). Order analysis of correlation matrixes. In R. B. Cattell (Ed.), *Handbook of multivariate experimental psychology*. Chicago: Rand McNally.
- Haley, J. (1959). The family of the schizophrenic: A model system. *Journal of Nervous and Mental Disease*, 129, 359-374.
- Hammond, M. V., Landry, S. H., Swank, P. R., & Smith, K. E. (2000). Relation of mothers' affective development history and parenting behavior: Effects on infant medical risk. *American Journal of Orthopsychiatry*, 70(1), 95-103.
- Hanna, F. J. (1996). Precursors of change: Pivotal points of involvement and resistance in psychotherapy. *Journal of Psychotherapy Integration*, 6(3), 227-264.

- Hare, R. D. (1991). *Manual for the Hare Psychopathy Checklist-Revised*. Toronto, Canada: Multi- Health Systems.
- Harlow, H. F. (1961). The development of affectional patterns in infant monkeys. In B. M. Foss (Ed.), *Determinants of infant behaviour* (Vol. 1). New York: Wiley.
- Harlow, H. F., & Zimmerman, R. R. (1959). Affectional responses in the infant monkey. *Science*, 130, 421-432.
- Harrington, C. M., & Metzler, A. E. (1997). Are adult children of dysfunctional families with alcoholism different from adult children of dysfunctional families without alcoholism? A look at committed, intimate relations. *Journal of Counseling Psychology*, 44(1), 102-107.
- Hartmann, H. (1958). *Ego psychology and the problem of adaptation*. New York: International Universities Press; Türkçesi: *Ben Psikolojisi ve Uyum Sorunu*, çev.Banu Büyükkal, Metis Yay., 2004.
- Hartmann, H. (1964). *Essays on ego psychology: Selected problems in psychoanalytic theory*. New York: International Universities Press.
- Hazel, J. (Ed.). (1994). *Personal relations therapy: The collected papers of H. J. S. Guntrip*. Northvale, NJ: Aronson.
- Heatherton, T. F., & Weinberger, J. L. (Eds.). (1994). *Can personality change?* Washington, DC: American Psychological Association.
- Hebb, D. O. (1949). *The organization of behavior: A neuropsychological theory*. New York: Wiley.
- Helson, R., & Stewart, A. (1994). Personality change in adulthood. In T. F. Heatherton & J. L. Weinberger (Eds.), *Can personality change?* (pp. 201-225). Washington, DC: American Psychological Association.
- Herman, J. L. (1992). *Trauma and recovery*. New York: Basic Books.
- Herrnstein, R. J., & Murray, C. (1994). *The bell curve: Intelligence and class structure in American life*. New York: Free Press.
- Hetherington, E. M. (Ed.). (1998). Applications of developmental science [Special issue]. *American Psychologist*, 53(2), 89-272.
- Hetherington, E. M., Bridges, M., & Insabella, G. M. (1998). What matters? What does not? Five perspectives on the association between marital transitions and children's adjustment. *American Psychologist*, 53(2), 167-184.
- Hibbard, S., Farmer, L., Wells, C., DiFillipo, E., Barry, W., Korman, R., & Sloan, P. (1994).
- Validation of Cramer's Defense Mechanisms manual for the TAT. *Journal of Personality Assessment*, 63, 197-210.
- Hibbard, S., & Porcerelli, J. (1998). Further validation for the Cramer Defense Mechanism manual. *Journal of Personality Assessment*, 70, 460-483.
- Higgins, M. B. (Ed.). (2000). *American Odyssey: Letters and journals, 1940-1947 by Wilhelm Reich*. New York: Farrar, Straus and Giroux.
- Hilgard, E. R., & Bower, G. H. (1975). *Theories of learning* (4th ed.). Englewood Cliffs, NJ: Prentice-Hall.

- Hilliard, R. B., Henry, W. P., & Strupp, H. H. (2000). An interpersonal model of psychotherapy: Linking patient and therapist developmental history, therapeutic process, and types of outcome. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 68(1), 125-133.
- Hillner, K. P. (1984). *History and systems of modern psychology: A conceptual approach*. New York: Gardner Press.
- Hjelle, L. A., & Ziegler, D. J. (1976). *Personality theories: Basic assumptions, research, and applications*. New York: McGraw-Hill.
- Holi, M. M., Sammallahiti, P. R., Er Aalberg, V. A. (1999). Defense styles explain psychiatric symptoms: An empirical study. *Journal of Nervous and Mental Disease*, 187(11), 654-660.
- Horner, A. J. (Ed.). (1994). *Treating the neurotic patient in brief psychotherapy*. Northvale, NJ: Aronson.
- Horner, A. J. (1995). *Psychoanalytic object relations therapy*. Northvale, NJ: Aronson.
- Horney, K. (1937). *The neurotic personality of our time*. New York: Norton; Türkçesi: *Çağımızın Nevrotik Kişiliği*, çev. Başak Kıcı, Sel Yay., 2.baskı, 2014.
- Horney, K. (1945). *Our inner conflicts*. New York: Norton; Türkçesi: *İçsel Çatışmalarımız*, çev. Zeynep Koçak, Sel Yay., 2012.
- Horney, K. (1950). *Neurosis and human growth*. New York: Norton; Türkçesi: *Nevrozlar ve İnsan Gelişimi*, çev. Emre Erbatur, Sel Yay., 2.baskı, 2015.
- Horney, K. (1967). *Feminine psychology*. New York: Norton; Türkçesi: *Kadının Ruhsal Yapısı*, çev. Nilgün Şarman, Payel Yay., 1998.
- Horowitz, M., Marmar, C., Krupnick, J., Wilner, N., Kaltreider, N., & Wallerstein, R. (1984). *Personality style and brief psychotherapy*. New York: Basic Books.
- Howard, K. I., Kopta, S. M., Krause, M. S., & Or-linsky, D. E. (1986). The dose-effect relationship in psychotherapy. *American Psychologist*, 41(2), 159-164.
- Hubel, D. H. (1979). The brain. *Scientific American*, 241(3), 45-53.
- Hubel, D. H., & Wiesel, T. N. (1979). Brain mechanisms of vision. *Scientific American*, 241(3), 150-162.
- Hull, C. L. (1943). *Principles of behavior: An introduction to behavior theory*. New York: Apple-ton-Century-Crofts.
- Hull, C. L. (1952). *A behavior system: An introduction to behavior theory concerning the individual organism*. New Haven, CT: Yale University Press.
- Hundert, E. M. (1990). *Philosophy, psychiatry and neuroscience: Three approaches to the mind*. New York: Oxford University Press.
- Hunt, M. (1993). *The story of psychology*. New York: Doubleday.
- Isaac, S., & Michael, W. B. (1979). *Handbook in research and evaluation: For educational and behavioral sciences*. San Diego, CA: Edits Publishers.
- Iversen, L. L. (1979). The chemistry of the brain. *Scientific American*, 241(3), 134-149.

- Izard, C. (1994). Intersystem connections. In P. Ekman & R. J. Davidson (Eds.), *The nature of emotions: Fundamental questions* (pp. 356-361). New York: Oxford University Press.
- James, W. (1890). *The principles of psychology*. New York: Henry Holt and Company.
- James, W. (1902). *The varieties of religious experience*. New York: Dolphin Books.
- Janet, P. (1885). *Victor Cousin et son oeuvre*. Paris: Clamann Levy Editor.
- Jasny, B. R., & Kennedy, D. (2000). The human genome. *Science*, 291(5507), 1153.
- Jones, A. C. (1985). Psychological functioning in Black Americans: A conceptual guide for use in psychotherapy. *Psychotherapy*, 22, 363-369.
- Jordan, J. V. (Ed.). (1997). *Women's growth in diversity*. New York: Guilford Press.
- Jordan, J. V. (2000). The role of mutual empathy in relational/cultural therapy. *Journal of Clinical Psychology/In Session: Psychotherapy in Practice*, 56(8), 1005-1016.
- Jordan, J. V., Kaplan, A., Miller, J. B., Stiver, I., & Surrey, J. (1991). *Women's growth in connection*. New York: Guilford Press.
- Jung, C. G. (1923). *Psychological types*. New York: Harcourt Brace.
- Kandel, E. R. (1979). Small systems of neurons. *Scientific American*, 241(3), 67-76.
- Kaplan, A. (1991). *Some misconceptions and recon- ceptions of a relational approach* (Work in progress, No. 49). Wellesley, MA: Stone Center Working Paper Series.
- Kaplan, M. (1983). A woman's view of *DSM-III*. *American Psychologist*, 38(7), 786-792.
- Kaslow, F. W. (Ed.). (1996). *Handbook of relational diagnosis and dysfunctional family patterns*. New York: Wiley.
- Kass, F., Spitzer, R. L., & Williams, J. B. W. (1983). An empirical study of the issue of sex bias in the diagnostic criteria of *DSM-III* Axis II personality disorder. *American Psychologist*, 38(7), 799-801.
- Kelly, G. (1955). *The psychology of personal constructs*. New York: Norton.
- Kendler, K. S., Myers, J. M., & Neale, M. C. (2000). A multidimensional twin study of mental health in women. *American Journal of Psychiatry*, 157(4), 506-513.
- Kernberg, O. F. (1976). *Object relations theory and clinical psychoanalysis*. New York: Aronson.
- Kernberg, O. F. (1980). Pathological narcissism in middle age. In O. F. Kernberg (Ed.), *Internal world and external reality* (pp. 135-153). Northvale, NJ: Aronson.
- Kernberg, O. F. (1984). *Severe personality disorders: Psychotherapeutic strategies*. New Haven, CT: Yale University Press; Türkçesi: *Ağır Kişilik Bozukluklarında Psikoterapötik Stratejiler*, çev. Ali Algın Köşkdere, Odağ Vakfı, 2008.
- Kernberg, O. F. (1994). Aggression, trauma, and hatred in the treatment of borderline patients. In I. Share (Ed.), *Borderline personality disorder: The psychiatric clinics of North America* (pp. 701-714). Philadelphia: Saunders.

- Kernberg, O. F. (1996). A psychoanalytic theory of personality disorders. In J. F. Clarkin & M. F. Lenzenweger (Eds.), *Major theories of personality disorders* (pp. 106-140). New York: Guilford Press.
- Kernberg, O. F., Selzer, M. A., Koenigsberg, H. W., Carr, A. C., & Appelbaum, A. H. (1989). *Psychodynamic psychotherapy of borderline patients*. New York: Basic Books.
- Kernberg, P. F., Weiner, A. S., & Bardenstein, K. K. (2000). *Personality disorders in children and adolescents*. New York: Basic Books.
- Kerr, M. E. (1988, September). Chronic anxiety and defining self. *Atlantic Monthly*, 35-57.
- Kiesler, D. J. (1983). The 1982 Interpersonal Circle: A taxonomy for complementarity in human transactions. *Psychological Review*, 90, 185-214.
- Kiesler, D. J. (1986). The 1982 Interpersonal Circle: An analysis of *DSM-III* personality disorders. In T. Millon & G. L. Klerman (Eds.), *Contemporary directions in psychopathology: Towards DSM-IV* (pp. 571-597). New York: Guilford Press.
- Kimble, G. A. (1985). Conditioning and learning. In S. Koch & D. E. Leary (Eds.), *A century of psychological science* (pp. 284-321). New York: McGraw-Hill.
- Klein, D. F. (1967). The importance of psychiatric diagnosis in prediction of critical drug effects. *Archives of General Psychiatry*, 16, 118-126.
- Klein, D. F. (1970). Psychotropic drugs and the regulation of behavior at activation in psychiatric illness. In W. L. Smith (Ed.), *Drugs and cerebral function*. Springfield, IL: Thomas.
- Klein, K., Forehand, R., & Family Health Project Research Group. (2000). Family processes as resources for African American children exposed to a constellation of sociodemographic risk factors. *Journal of Child Clinical Psychology*, 29(1), 53-65.
- Klein, M. (1975). *The writings of Melanie Klein* (Vols. 1-4). London: Hogarth.
- Klein, M. H., Kupfer, D. J., & Shea, M. T. (1993). *Personality and depression*. New York: Guilford Press.
- Klerman, G. L., & Weissman, M. M. (1986). The interpersonal approach to understanding depression. In T. Millon & G. L. Klerman (Eds.), *Contemporary directions in psychopathology: Toward the DSM-IV* (pp. 429-456). New York: Guilford Press.
- Klerman, G. L., Weissman, M. M., Rounsaville, B. J., & Chevron, E. S. (1984). *Interpersonal psychotherapy of depression*. New York: Basic Books.
- Kobasa, S. C. (1979). Stressful life events, personality, and health: An inquiry into hardiness. *Journal of Personality and Social Psychology*, 37, 1-11.
- Kobasa, S. C., & Maddi, S. R. (1977). Existential personality theory. In R. Corsini (Ed.), *Current personality theories*. Itasca, IL: Peacock.
- Kohut, H. (1971). *The analysis of the self*. New York: International Universities Press; Türkçesi: *Kendiliğin Çözümlemesi*, çev. C. Atbaşoğlu, B. Büyükkal, C. İşcan, Metis, 1998.

- Kohut, H. (1984). *How does analysis cure?* Chicago: University of Chicago Press; Türkçesi: *Psikanaliz Nasıl Sağaltır?*, çev. F. Büşra Helvacıoğlu, Psikoterapi Enst. Yay. 2012.
- Kohut, H. (1986). Forms and transformations of narcissism. In A. P. Morrison (Ed.), *Essential papers on narcissism* (pp. 61-87). New York: New York University Press.
- Kohut, H., & Wolf, E. S. (1986). The disorders of the self and their treatment: An outline. In A. P. Morrison (Ed.), *Essential papers of narcissism* (pp. 175-196). New York: New York University Press. (Original work published 1978)
- Kraepelin, E. (1904). *Lectures on clinical psychiatry*. New York: Wood.
- Kramer, P. D. (1993). *Listening to Prozac: A psychiatrist explores antidepressant drugs and the remaking of the self*. New York: Viking/Penguin Books.
- Krech, D., Crutchfield, R. S., & Ballachey, E. L. (1962). *Individual in society*. New York: McGraw-Hill.
- Kretschmer, E. (1925). *Physique and character*. New York: Harcourt Brace.
- Kuhn, T. (1970). *The structure of scientific revolutions*. Chicago: University of Chicago Press.
- Kuyken, W., & Brewin, C. R. (1999). The relation of early abuse to cognition and coping in depression. *Cognitive Therapy and Research*, 23(6), 665-677.
- LaForge, R., Leary, T. F., Naboisek, H., Coffey, H. S., & Freedman, M. B. (1954). The interpersonal dimension of personality: II. An objective study of repression. *Journal of Personality*, 23, 129-153.
- Langer, W. C. (1972). *The mind of Adolf Hitler: The secret wartime report*. New York: Basic Books.
- Lathrop, R. G. (1969). *Introduction to psychological research: Logic, design, analysis*. New York: Harper & Row.
- Lazarus, R. S. (1991). *Emotion and adaptation*. New York: Oxford University Press.
- Leach, P. (1994). *Children first: What our society must do—and is not doing—for our children today*. New York: Alfred A. Knopf.
- Leakey, R. E., & Lewin, R. (1977). *Origins*. New York: Dutton.
- Lear, J. (1998). *Open minded: Working out the logic of the soul*. Cambridge, MA: Harvard University Press.
- Leary, T. (1957). *Interpersonal diagnosis of personality: A functional theory and methodology for personality evaluation*. New York: Ronald Press.
- Leeper, R. W., & Madison, P. (1959). *Toward understanding human personality*. New York: Appleton-Century-Crofts.
- Le Shan, L. L., & Worthington, R. E. (1956). Personality as a factor in the pathogenesis of cancer: A review of the literature. *British Journal of Medical Psychology*, 29, 49-56.
- Levin, J. D. (1998). *The-Clinton syndrome: The president and the self-destructive nature of sexual addiction*. Rocklin, CA: Prima.
- Levitan, R. D., Parikh, S. V., Lesage, A. D., Hegadoren, K. M., Adams, M., Kennedy, S. H., & Goering, P. N. (1998). Major depression in individuals with

- a history of childhood physical or sexual abuse: Relationship to neurovegetative features, mania, and gender. *American Journal of Psychiatry*, 755(12), 1746-1752.
- Lewin, K. (1936). *Principles of topological psychology*. New York: McGraw-Hill.
- Lewis-Fernandez, R., & Kleinman, A. (1994). Culture, personality, and psychopathology. *Journal of Abnormal Psychology*, 103(1), 67-71.
- Linehan, M. M. (1993). *Cognitive-behavioral treatment of borderline personality disorder*. New York: Guilford Press.
- Lipset, D. (1980). *Gregory Bateson: The legacy of a scientist*. Englewood Cliffs, NJ: Prentice-Hall.
- Livesley, W. J. (Ed.). (1995). *The DSM-IV personality disorders*. New York: Guilford Press.
- Livesley, W. J., Schroeder, M. L., Jackson, D. N., & Jang, K. L. (1994). Categorical distinctions in the study of personality disorder: Implications for classification. *Journal of Abnormal Psychology*, 703(1), 6-17.
- Loeber, R., & Stouthamer-Loeber, M. (1998). Development of juvenile aggression and violence: Some common misconceptions and controversies. *American Psychologist*, 53(2), 242-259.
- Loehlin, J. C. (1992). *Genes and environment in personality development*. Newbury Park, CA: Sage.
- Loftus, E. (2000, December). The most dangerous book you may already be reading. *Psychology Today*, 32-35, 84.
- Loftus, E., & Ketcham, K. (1994). *The myth of repressed memory: False memories a collection of sexual abuse*. New York: St. Martin's Press.
- Lorenz, K. Z. (1957). Der Kumpanin der Umwelt de Vogels. J. Orn. Berl, 83. In C. H. Schiller (Ed.), *Instinctive behavior*. New York: International Universities Press. (Original work published 1935)
- Lowenstein, R. (2001, February 11). Exuberance is rational or at least human. *New York Times Magazine*, 68-77.
- Luborsky, L., & Crits-Christoph, P. (1997). *Understanding transference: The core conflictual relationship theme method* (2nd ed.). Washington, DC: American Psychological Association.
- Luborsky, L., Singer, B., & Luborsky, L. (1975). Comparative studies of psychotherapies: Is it true that "Everyone has won and all must get prizes"? *Archives of General Psychiatry*, 32, 995-1008.
- Lundin, R. W. (1969). *Personality: A behavioral analysis*. New York: Macmillan.
- Magnavita, J. J. (1993a). The evolution of short-term dynamic psychotherapy. *Professional Psychology: Research and Practice*, 24(3), 360-365.
- Magnavita, J. J. (1993b). On the validity of psychoanalytic constructs in the 20th century. *Professional Psychology: Research and Practice*, 25(3), 189-199.
- Magnavita, J. J. (1997). *Restructuring personality disorders: A short-term dynamic approach*. New York: Guilford Press.

- Magnavita, J. J. (1999). Challenges in the treatment of personality disorders: When the disorder demands comprehensive integration. *Journal of Clinical Psychology/In Session: Psychotherapy in Practice*, 4(4), 5-17.
- Magnavita, J. J. (2000a). Integrative relational therapy of complex clinical syndromes: Ending the multigenerational transmission process. *Journal of Clinical Psychology/In Session: Psychotherapy in Practice*, 56(8), 1051-1064.
- Magnavita, J. J. (2000b). Introduction: The growth of relational therapy. *Journal of Clinical Psychology/In Session: Psychotherapy in Practice*, 56(8), 999-1004.
- Magnavita, J. J. (2000c). Psicoterapia psicodinamica para los trastornos de personalidad: Teoría, métodos y fases de tratamiento acelerado [Psychodynamic psychotherapy for personality disorders: Theory, methods and phases of accelerated treatment]. *Argentina Journal of Clinical Psychology*, 9, 211-225.
- Magnavita, J. J. (2000d). *Relational therapy for personality disorders*. New York: Wiley.
- Magnavita, J. J. (in press-a). A century of the "scientific" study of personality: How far have we come? [Contemporary Psychology, Book Review.] T. Millon, R. Davis, C. Millon, L. Escovar, & S. Meagher (Eds.), *Personality disorders in modern life*. New York: Wiley.
- Magnavita, J. J. (Ed.), (in press-b). *Comprehensive handbook of psychotherapy: Vol. I. Psychodynamic/object relations*. New York: Wiley.
- Mahler, M. S., Pine, F., & Bergman, A. (1975). *The psychological birth of the human infant: Symbiosis and individuation*. New York: Basic Books; Türkçesi: *İnsan Yavrusunun Psikolojik Doğumu*, çev. Ali Nihat Babaoğlu, Metis Yay., 2012.
- Mahoney, M. J. (1974). *Cognitive and behavior modification*. Cambridge, MA: Ballinger.
- Mahoney, M. J. (1977). Reflections on the cognitive-learning trend in psychotherapy. *American Psychologist*, 32, 5-13.
- Mahrer, A. R. (1997). What are the "breakthrough problems" in the field of Psychotherapy? *Psychotherapy*, 34(1), 81-85.
- Malan, D. H. (1963). *A study of brief psychotherapy*. New York: Plenum Press.
- Malan, D. H. (1976). *The frontier of brief psychotherapy: An example of the convergence of research and clinical practice*. New York: Plenum Medical Book Company.
- Malan, D. H. (1979). *Individual psychotherapy and the science of psychodynamics*. London: Butterworth.
- Mandel, A. J. (1985). From molecular biological simplification to more realistic central nervous system dynamics: An opinion. In J. O. Cavenar (Ed.), *Psychiatry: Psychobiological foundations of clinical psychiatry*. New York: Lippincott.
- Mandlebrot, B. (1977). *The fractal geometry of nature*. New York: Freeman.
- Marmor, J., & Woods, S. E. (Eds.). (1980). The interface between behavior therapy and psychodynamic methods. *British Journal of Medical Psychology*, 39, 11-23.

- Masson, J. M. (1984). *The assault on truth: Freud's suppression of the seduction theory*. New York: Farrar, Straus and Giroux.
- Masson, J. M. (1990). *Final analysis: The making and unmaking of a psychoanalyst*. New York: Addison-Wesley.
- Masten, A. S., & Coatsworth, J. D. (1998). The development of competence in favorable and unfavorable environments. *American Psychologist*, 53(2), 205-220.
- Masters, W. H., & Johnson, V. E. (1966). *Human sexual response*. Boston: Little, Brown.
- Masterson, J. F. (1972). *Treatment of the borderline adolescent: A developmental approach*. New York: Wiley; Türkçesi: *Borderline Ergenin Tedavisi: Gelişimsel Bir Yaklaşım*, çev. Pınar Üzel Tüzenci, Psikoterapi Enst. Yay., 2012.
- Masterson, J. F. (1988). *The search for the real self: Unmasking personality disorders of our age*. New York: Free Press; Türkçesi: *Gerçek Kendiliği Ararken: Çağımızın Kişilik Bozukluklarını Ortaya Çıkarma*, çev. Ayşe Çamkerten, Psikoterapi Enstitüsü Yay., 2012.
- Matsen, A. S., & Coatsworth, J. D. (1998). The development of competence in favorable and unfavorable environments. *American Psychologist*, 53(2), 205-220.
- Maugham, W. S. (1995). *The moon and sixpence*. New York: Barnes & Noble Books.
- McCrae, R. R., & John, O. P. (1992). An introduction to the Five-Factor Model and its applications. *Journal of Personality*, 60, 174-215.
- McCullough Vaillant, L. (1997). *Changing character: Short-term anxiety-regulating psychotherapy for restructuring defenses, affects, and attachments*. New York: Basic Books.
- McGoldrick, M., & Gerson, R. (1985). *Genograms in family assessment*. New York: Norton.
- McLoyd, V. C. (1998). Socioeconomic disadvantage and child development. *American Psychologist*, 53(2), 185-204.
- McWilliams, N. (1994). *Psychoanalytic diagnosis: Understanding personality structure in the clinical process*. New York: Guilford Press; Türkçesi: *Psikanalitik Tanı*, çev. Erkan Kalem, İst. Bilgi Üniv. Yay., 2009.
- Mead, M. (1964). *Anthropology: A human science*. New York: Van Nostrand.
- Meichenbaum, D. H. (1977). *Cognitive-behavior modification*. New York: Plenum Press.
- Meissner, W. W. (1981). Meissner's glossary of defenses. In H. I. Kaplan & B. J. Sadock (Eds.), *Modern synopsis of comprehensive textbook of psychiatry* (3rd ed., pp. 137-138). Baltimore: Williams & Wilkins.
- Menninger, K. (1958). *Theory of psychoanalytic technique*. New York: Basic Books.
- Mental health: Does therapy help? (1995, November). *Consumer Reports*, 734-739.

- Messer, S. B. (1992). A critical examination of belief structures in integrative and eclectic psychotherapy. In J. C. Norcross & M. R. Goldfried (Eds.), *Handbook of integrative psychotherapy* (pp. 130-165). New York: Basic Books.
- Meyer, D. F. (1997). Codependency as a mediator between stressful events and eating disorders. *Journal of Clinical Psychology*, 53(2), 107-116.
- Miklowitz, D. J. (1995). The evolution of family-based psychopathology. In R. H. Mikesell, D. D. Lusteran, & S. McDaniel (Eds.), *Integrating family therapy: Handbook of family psychology and systems theory* (pp. 183-197). Washington, DC: American Psychological Association.
- Miller, A. (1990). *For your own good*. New York: Moonday Press
- Miller, G. A. (1956). The magical number seven plus or minus two: Some limits on our capacity for information processing. *Psychological Review*, 63, 81-97.
- Miller, J. B. (1976). *Toward a new psychology of women*. Boston: Beacon Press.
- Miller, J. B., & Stiver, I. P. (1997). *The healing connection*. Boston: Beacon Press.
- Miller, J. B., Stiver, I. P., Joran, J. V., & Surrey, J. L. (1998). The psychology of women: A relational approach. In R. Frager & J. Fadiman (Eds.), *Personality and personal growth* (pp. 258-277). New York: Longman.
- Miller, W. R., & C' deBaca, J. (1994). Quantum change: Toward a psychology of transformation. In T. F. Heatherton & J. L. Weinberger (Eds.), *Can personality change?* (pp. 253-280). Washington, DC: American Psychological Association.
- Millon, T. (Ed.). (1967). *Theories of psychopathology*. Philadelphia: Saunders.
- Millon, T. (1969). *Modern psychopathology: A biosocial approach to maladaptive learning and functioning*. Philadelphia: Saunders.
- Millon, T. (Ed.). (1973). *Theories of psychopathology and personality* (2nd ed.). Philadelphia: Saunders.
- Millon, T. (1977). *Millon Clinical Multiaxial Inventory manual*. Minneapolis, MN: National Computer Systems.
- Millon, T. (1981). *Disorders of personality: DSM-III: Axis II*. New York: Wiley.
- Millon, T. (1982). On the nature of clinical health psychology. In T. Millon, C. J. Green, & R. B. Meagher (Eds.), *Handbook of clinical health psychology* (pp. 1-27). New York: Plenum Press.
- Millon, T. (1983). The *DSM-III*: An insider's perspective. *American Psychologist*, 38(7), 804-816.
- Millon, T. (1984). On the renaissance of personality assessment and personality theory. *Journal of Personality Assessment*, 48(5), 450-466.
- Millon, T. (1987). On the nature of taxonomy in psychopathology. In C. Last & M. Hersen (Eds.), *Issues in diagnostic research* (pp. 3-85). New York: Plenum Press.
- Millon, T. (1990). *Toward a new personology: An evolutionary model*. New York: Wiley.
- Millon, T. (1991). Normality: What we learn from evolutionary theory? In D. Offer & M. Sabshin (Eds.), *The diversity of normal behavior* (pp. 356-404). New York: Basic Books.

- Millon, T. (1992). The borderline construct: Introductory notes on its history, theory, and empirical grounding. In J. F. Clarkin, E. Marziali, & H. Munroe-Blum (Eds.), *Borderline personality disorder: Clinical and empirical perspectives* (pp. 3-23). New York: Guilford Press.
- Millon, T. (1996). *Personality and psychopathology: Building a clinical science*. New York: Wiley.
- Millon, T. (1999). *Personality-guided psychotherapy*. New York: Wiley.
- Millon, T. (2000). Toward a new model of integrative psychotherapy. *Journal of Psychotherapy Integration*, 10, 37-53.
- Millon, T., & Davis, R. D. (1996a). *Disorders of personality: DSM-IV and beyond*. New York: Wiley.
- Millon, T., & Davis, R. D. (1996b). An evolutionary theory of personality disorders. In J. F. Clarkin & M. F. Lenzenweger (Eds.), *Major theories of personality disorder* (pp. 221-346). New York: Guilford Press.
- Millon, T., Davis, R., Millon, C., Escovar, L., & Meagher, S. (2000). *Personality disorders in modern life*. New York: Wiley.
- Millon, T., & Klerman, G. L. (Eds.). (1986). *Contemporary directions in psychopathology: Toward DSM-IV*. New York: Guilford Press.
- Millon, T., Millon, C., & Davis, R. D. (1994). *Millon Clinical Multiaxial Inventory-III*. Minneapolis, MN: National Computer Systems.
- Millon, T., & Millon, R. (1974). *Abnormal behavior and personality*. Philadelphia: Saunders.
- Mitchell, S. (1988). *Relational concepts in psychoanalysis*. Cambridge, MA: Harvard University; Türkçesi: *Psikanalizde İlişkisel Kavramlar: Bir Bütünleşme*, çev. Gülenbaht Algaç, İst. Bilgi Üniv. Yay., 2009.
- Mowrer, O. H. (1947). On the dual nature of learning: A reinterpretation of "conditioning" and "problem solving." *Harvard Educational Review*, 17, 102-148.
- Mowrer, O. H. (1950). *Learning theory and the personality dynamics*. New York: Arnold Press.
- Muris, P., Steerneman, P., Merckelbach, H., & Meesters, C. (1996). The role of parental fearfulness and modeling in children's fear. *Behaviour Research and Therapy*, 34(3), 265-268.
- Murray, H. A. (1938). *Explorations in personality*. New York: Oxford University Press.
- Murray, H. A. (1943). *Thematic Apperception Test*. Cambridge, MA: Harvard University Press.
- Murray, H. A. (1959). Preparations for the scaffold of a comprehensive system. In S. Koch (Ed.), *Psychology: A study of science* (Vol. 3, pp. 7-54). New York: McGraw-Hill.
- Murray, H. A., & Morgan, C. D. (1935). A method for investigating fantasies. *Archives of Neurology and Psychiatry*, 34, 289-306.
- Nathanson, D. L. (Ed.). (1996). *Knowing feeling: Affect, script, and psychotherapy*. New York: Norton.

- National Institute of Mental Health. (1995). *The neuroscience of mental health II: A report on neuroscience research: Status for mental health and mental illness*. Rockville, MD: U. S. Department of Health and Human Services.
- Nauta, W. J. H., & Feirtag, M. (1979). The organization of the brain. *Scientific American*, 241(3), 88-111.
- Neisser, U. (1967). *Cognitive psychology*. New York: Appleton.
- Newell, A., Shaw, C. J., & Simon, H. (1963). Empirical explorations with the logic theory machine: A case study in heuristics. In E. A. Feigenbaum & J. Feldman (Eds.), *Computers and thought*. New York: McGraw-Hill.
- Newell, A., & Simon, H. (1972). *Human problem solving*. Englewood Cliffs, NJ: Prentice Hall.
- Nichols, M. (1984). *Family therapy: Concepts and methods*. New York: Gardner Press.
- Norcross, J. C., & Goldfried, M. R. (Eds.). (1992). *Handbook of psychotherapy integration*. New York: Basic Books.
- Norcross, J. C., & Newman, C. F. (1992). Psychotherapy integration: Setting the context. In J. C. Norcross & M. R. Goldfried (Eds.), *Handbook of psychotherapy integration* (pp. 3-45). New York: Basic Books.
- Norden, K. A., Klein, D. N., Donaldson, S. K., Pepper, C. M., & Klein, L. M. (1995). Reports of the early home environment in *DSM-III-R* personality disorders. *Journal of Personality Disorders*, 9(3), 213-223.
- Ogilvie, D. M., & Ashmore, R. (1991). Self: With other representation as a unit of analysis in self-concept research. In R. C. Curtis (Ed.), *Relational self* (pp. 282-314). New York: Guilford Press.
- Ornstein, P. H. (Ed.). (1978a). *The search for the self: Selected writings of Heinz Kohut: 1950-1978. Volume 1*. New York: International Universities Press.
- Ornstein, P. H. (Ed.). (1978b). *The search for the self: Selected writings of Heinz Kohut: 1950-1978. Volume 2*. New York: International Universities Press.
- Pakiz, B., Reinherz, H. Z., & Giaconia, R. M. (1997). Early risk factors for serious antisocial behavior at age 21: A longitudinal community study. *American Journal of Orthopsychiatry*, 67(1), 92-101.
- Panksepp, J. (1994). Basic emotions ramify widely in the brain, yielding many concepts that cannot be distinguished unambiguously—yet. In P. Ekman & R. J. Davidson (Eds.), *The nature of emotions: Fundamental questions* (pp. 186-88). New York: Oxford University Press.
- Pavlov, I. P. (1927). *Conditioned reflexes: An investigation of the physiological activity of the cerebral cortex* (G. V. Anrep, Trans.). New York: Oxford University Press.
- Pepper, S. C. (1942). *World hypotneses: A study in evidence*. Berkeley: University of California Press.
- Perry, J. C. (1992). Perry's defense rating scale. In G. E. Vaillant (Ed.), *Ego mechanisms of defense: A guide for clinicians and researchers* (pp. 253-259). Washington, DC: American Psychiatric Press.

- Pervin, L. A. & John, B. P. (Eds.). (1999). *Handbook of personality: Theory and research* (2nd ed.). New York: Guilford Press.
- Phillips, K. A., McElroy, S. L., Keck, P. E., Pope, H. G., & Hudson, J. L. (1993). Body dysmorphic disorder: 30 cases of imagined ugliness. *American Journal of Psychiatry*, 150, 320-309.
- Piaget, J. (1926). *The language and thought of the child*. New York: Harcourt Brace.
- Pickering, A. D., & Gray, J. A. (1999). The neuro- science of personality. In L. A. Pervin & O. P. John (Eds.), *Handbook of personality: Theory and research* (2nd ed, pp. 277-299). New York: Guilford Press.
- Pine, F. (1990). *Drive, ego, object, and self: A synthesis for clinical work*. New York: Basic Books.
- Pinker, S. (1997). *How the mind works*. New York: Norton.
- Pinto, C., Dhavale, H. S., Nair, S., Er Patil, B. (2000). Borderline personality disorder exists in India. *Journal of Nervous and Mental Disease*, 188(6), 386-388.
- Planalp, S. (1987). Interplay between relational knowledge and events. In R. Burnett, P. McGhee, & D. D. Clarke (Eds.), *Accounting for relationships: Explanation, representation and knowledge* (pp. 175-191). New York: Methuen.
- Plomin, R., Er Caspi, A. (1999). Behavioral genetics and personality. In L. A. Pervin & O. P. John (Eds.), *Handbook of personality: Theory and research* (2nd ed, pp. 251-276). New York: Guilford Press.
- Pretzer, J. L., Er Beck, A. T. (1996). A cognitive theory of personality disorders. In J. F. Clarkin & M. E. Lenzenweger (Eds.), *Major theories of personality disorders* (pp. 36-105). New York: Guilford Press.
- Prochaska, J. O., DiClemente, C. C., & Norcross, J. C. (1992). In search of how people change: Application to addictive behaviors. *American Psychologist*, 47(9), 1102-1114.
- Rachman, A. W. (1997). *Sandor Ferenczi: The psychotherapist of tenderness and passion*. Northvale, NJ: Aronson.
- Ramey, C. T., & Ramey, S. L. (1998). Early intervention and early experience. *American Psychologist*, 53(2), 109-120.
- Rayner, E. (1991). *The independent mind in British psychoanalysis*. Northvale, NJ: Aronson.
- Redfield Jamison, K. (1995). *An unquiet mind: A memoir of moods and madness*. New York: Alfred A. Knopf; Türkçesi: *Durulmayan Bir Kafa*, çev. Pınar Kür, Oğlak Yay., 8. baskı, 2014.
- Redfield Jamison, K. (1999). *Night falls fast: Understanding suicide*. New York: Alfred A. Knopf; Türkçesi: *Erken Çöken Karanlık*, çev. Emine Bademci, Ayrıntı Yay., 2004.
- Reich, W. (1945). *Character analysis* (3rd ed.). New York: Noonday Press.
- Reis, D. (1996). Foreword. In F. W. Kaslow (Ed.), *Handbook of relational diagnosis and dysfunctional family patterns* (pp. ix-xv). New York: Wiley.

- Reiser, M. F. (1990). *Memory in mind and brain: What dream imagery reveals*. New York: Basic Books.
- Ridley, M. (2000). *Genome: The autobiography of a species*. New York: HarperCollins.
- Rilling, M. (2000). John Watson's paradoxical struggle to explain Freud. *American Psychologist*, 55(3), 301-312.
- Roberts, B. W., & Friend-DelVecchio, W. (in press). Consistency of personality traits from childhood to old age: A quantitative review of longitudinal studies. *Psychological Bulletin*.
- Robins, R. W., Norem, J. K., & Cheek, J. M. (1999). Naturalizing the self. In L. A. Pervin & O. P. Oliver (Eds.), *Handbook of personality: Theory and research* (2nd ed, pp. 443-477). New York: Guilford Press.
- Rogers, C. (1951). *Client-centered therapy*. Boston: Houghton Mifflin.
- Rorschach, H. (1951). *Psychodiagnostics, a diagnostic test based on perception*. New York: Grune & Stratton. (Original work published 1942)
- Rotter, J. B. (1954). *Social learning and clinical psychology*. Englewood Cliffs, NJ: Prentice-Hall.
- Ruegg, R., & Frances, A. (1995). New research in personality disorders. *Journal of Personality Disorders*, 9(1), 1-48.
- Ruiz, D. M. (1997). *The four agreements: Wisdom book*. CA: Amber-Allen.
- Rychlak, J. F. (1968). *A philosophy of science for personality theory*. Boston: Houghton Mifflin.
- Rychlak, J. F. (1973). *Introduction to personality and psychotherapy: A theory-construction approach*. Boston: Houghton Mifflin.
- Rychlak, J. F. (2000). A psychotherapist's lessons from the philosophy of science. *American Psychologist*, 55(10), 1126-1132.
- Salter, A. (1949). *Conditioned reflex therapy: The direct approach to the reconstruction of personality*. New York: Creative Age Press.
- Sapolsky, R. M. (1998). *Biology and human behavior: The neurological origins of individuality* (Audiocassette tapes). Springfield, VA: The Great Courses on Tape, The Teaching Company Limited Partnership.
- Sarafino, E. P. (1994). *Health psychology: Biopsychosocial interactions* (2nd ed.). New York: Wiley.
- Sayers, J. (1991). *Mothers of psychoanalysis: Helen Deutsch, Karen Horney, Anna Freud & Melanie Klein*. New York: Norton.
- Sayle, M. (2001, March). Tokyo: The kamikazes rise again. Notes & Dispatches. *Atlantic Monthly*, 16-17.
- Scarr, S. (1998). American child care today. *American Psychologist*, 53(2), 95-108.
- Schaefer, E. S. (1965). Configurational analysis of children's reports of parent behavior. *Journal of Consulting Psychology*, 29, 552-557.
- Schefflen, A. (1981). *Levels of schizophrenia*. New York: Brunner/Mazel.

- Scheier, M. F., & Carver, C. S. (1992). Effects of optimism on psychological and physical well-being: Theoretical overview and empirical update. *Cognitive Therapy and Research*, 16(2), 201-228.
- Scherer, K. R. (1994). Emotion serves to decouple stimulus and response. In P. Ekman & R. J. Davidson (Eds.), *The nature of emotions: Fundamental questions* (pp. 127-130). New York: Oxford University Press.
- Schneewind, K. A., & Ruppert, S. (1998). *Personality and family development: An intergenerational longitudinal comparison*. Hillsdale, NJ: Erlbaum.
- Schwartz, G. E. (1991). The data are always friendly: A systems approach to psychotherapy integration. *Journal of Psychotherapy Integration*, 1, 55-69.
- Schwartz, J. (1999). *Cassandra's daughter: A history of psychoanalysis*. New York: Viking/ Penguin.
- Seligman, M. E. (1995). The effectiveness of psychotherapy: The Consumer Reports study. *American Psychologist*, 50(12), 965-974.
- Seligman, M. E. P. (1975) *Helplessness: On depression, development, and death*. San Francisco: Freeman.
- Seligman, M. E. P. (1990). *Learned optimism*. New York: Alfred A. Knopf.
- Seligman, M. E. P. (1996). *The optimistic child*. New York: HarperCollins.
- Serketich, W. J., & Dumas, J. E. (1996). The effectiveness of behavioral parent training to modify antisocial behavior in children: A meta-analysis. *Behavior Therapy*, 27(2), 171-186.
- Shahinfar, A., Fox, N. A., & Leavitt, L. A. (2000). Preschool children's exposure to violence: Relation of behavior problems to parent child reports. *American Journal of Orthopsychiatry*, 70(1), 114-125.
- Shannon, C., & Weiner, W. (1949). *The mathematical theory of communication*. Urbana: University of Illinois Press.
- Shapiro, D. (1989). *Psychotherapy of neurotic character*. New York: Basic Books.
- Sheldon, W. H., & Stevens, S. S. (1942). *The varieties of temperament: A psychology of constitutional differences*. New York: Harper & Brothers.
- Sheldon, W. H., Stevens, S. S., & Tucker, W. B. (1940). *The varieties of human physique: An introduction to constitutional psychology*. New York: Harper & Brothers.
- Shneidman, E. S. (Ed.). (1981). *Endeavors in psychology: Selections from the personology of Henry A. Murray*. New York: Harper & Row.
- Siegel, D. J. (1999). *The developing mind: Toward a neurobiology of interpersonal experience*. New York: Guilford Press.
- Siever, L. J., & Davis, K. L. (1991). A psychobiological perspective on the personality disorders. *American Journal of Psychiatry*, 148, 1647-1658.
- Siever, L. J., Klar, H., & Coccaro, E. (1985). Biological response styles: Clinic implications. In L. J. Siever & H. Klar (Eds.), *Psychobiological substrates personality* (pp. 38-66). Washington, DC: American Psychiatric Press.

- Sifneos, P. E. (1988). Alexithymia and its relationship to hemispheric specialization, affect, and creativity. *Psychiatric Clinics of North America*, 11, 287-292.
- Sifneos, P. E. (1990). Short-term anxiety- provoking psychotherapy (STAPP): Termination outcome and videotaping. In J. K. Zeig & S. G. Gilligan (Eds.), *Brief therapy: Myths, methods, and metaphors* (pp. 318-326). New York: Brunner/Mazel.
- Silverman, T. (1999). The Internet and relational theory. *American Psychologist*, 59(4), 780-781.
- Simon, H. (1969). *The sciences of the artificial*. Cambridge, MA: MIT Press.
- Simon, H. (1991). *Models of my life*. New York: Basic Books.
- Skinner, B. F. (1948). *Walden two*. New York: Macmillan.
- Skinner, B. F. (1953). *Science and human behavior*. New York: Free Press.
- Skinner, B. F. (1972). *Beyond freedom and dignity*. New York: Bantam Books.
- Skinner, B. F. (1979). *The shaping of a behaviorist*. New York: Alfred A. Knopf.
- Skygger, A. C. R. (1976). *Systems of family and marital psychotherapy*. New York: Brunner/Mazel.
- Smith, M. L., Glass, G. V., & Miller, T. I. (1980). *The benefits of psychotherapy*. Baltimore: Johns Hopkins University Press.
- Spearman, C. (1904). "General intelligence," objectively defined and measured. *American Journal of Psychology*, 16, 201-293.
- Sperry, L. (1999). *Cognitive therapy of DSM-IV personality disorders: Highly effective interventions for the most common personality disorders*. Philadelphia: Brunner/Mazel.
- Spitzer, R. L., Williams, J. B. W., & Gibbon, M. (1987). *Structured clinical interview for the DSM-III-R personality disorders (SCID-III)*. New York: New York State Psychiatric Institute, Biometrics Research.
- Staats, A. W. (1975). *Social behaviorism*. Homewood, IL: Dorsey Press.
- Staats, A. W. (1981). Social behaviorism, unified theory, unified theory construction, and the Zeitgeist of separatism. *American Psychologist*, 36, 240-256.
- Stampfl, T. G. (1966). Implosive therapy: The theory, the subhuman analogue, the strategy, and the technique. In S. G. Armitage (Ed.), *Behavior modification techniques in the treatment of emotional disorders* (pp. 12-21). Battle Creek, MI: Veterans Administration.
- Stein, J. (Ed.). (1975). *The Random House college dictionary* (Rev. ed.). New York: Random House.
- Steinberg, M. (2000a). *Stranger in the mirror. Dissociation: The secret epidemic of our time*. New York: Cliff Street Books.
- Steinberg, M. (2000b, December). Dr. Marlene Steinberg responds: "It's the 'gold standard'." *Psychology Today*, 34, 84.
- Stevens, C. F. (1979). The neuron. *Scientific American*, 241(3), 55-65.

- Stiver, I. (1991). The meanings of "dependency" in female-male relationships. In J. V. Jordan, A. G. Kaplan, J. B. Miller, I. P. Stiver, & J. L. Surrey (Eds.), *Women's growth in connection* (pp. 143-161). New York: Guilford Press.
- Stolorow, R., & Atwood, G. E. (1992). *Contexts of being*. Hillsdale, NJ: Analytic Press; Türkçesi: *Varoluşun Bağlamları*, çev. F. Büşra Helvacıoğlu, Psikoterapi Enst.Yay., 2013.
- Strupp, H. H., Er Howard, K. I. (1992). A brief history of psychotherapy research. In D. K. Freedheim (Ed.), *History of psychotherapy: A century of change* (pp. 309-334). Washington, DC: American Psychological Association.
- Sue, D. W., Er Sue, D. (1999). *Counseling the culturally different: Theory and practice* (3rd ed.). New York: Wiley.
- Sullivan, H. S. (1953). *The interpersonal theory of psychiatry*. New York: Norton.
- Sullivan, M. J., Tripp, D. A., Er Santor, D. (2000). Gender differences in pain and pain behavior: The role of catastrophizing. *Cognitive Therapy and Research*, 24(1), 121-134.
- Suomi, S. J. (1991). Primate separation models of affective disorders. In J. Madden (Ed.), *Neurobiology of learning, emotion, and affect* (pp. 195-214). New York: Raven Press.
- Talbot, M. (1998, May 24). Attachment theory: The ultimate experiment. *New York Times Magazine*, Sec. 6, pp. 24-30, 38, 46, 50, 54.
- Thomas, A., Er Chess, S. (1977). *Temperament and development*. New York: Brunner/Mazel.
- Thomas, A., Chess, S., & Birch, H. G. (1968). *Temperament and behavior disorders in children*. New York: New York University Press.
- Thompson, C. (1952). *Psychoanalysis: Evolution and development*. London: Allen & Unwin.
- Thurstone, L. L. (1938). *Primary mental abilities*. Chicago: University of Chicago Press.
- Tierney, P. (2000). *Darkness in El Dorado: How scientists and journalists devastated the Amazon*. New York: Norton.
- Toman, W. (1961). *Family constellation*. New York: Springer.
- Toman, W. (1976). *Family constellation: Its effects on personality and social behavior* (3rd ed.). New York: Springer.
- Tomkins, S. S. (1962). *Affect imagery consciousness: Volume I: The positive affects*. New York: Springer.
- Tomkins, S. S. (1963). *Affect imagery consciousness: Volume II: The negative affects*. New York: Springer.
- Tomkins, S. S. (1991). *Affect imagery consciousness: Volume III: The negative affects: Anger and fear*. New York: Springer.
- Tomkins, S. S., & Messick, S. (Eds.). (1963). *Computer simulation of personality: Frontier of psychological theory*. New York: Wiley.
- Tompson, R. A., & Nelson, C. A. (2001). Developmental science and the media: Early brain development. *American Psychologist*, 56(1), 5-15.

- Trijsburg, R. W., Van T' Spijker, A., Van, H. L., & Hesselink, A. J. (2000). Measuring overall defensive functioning with the Defense Style Questionnaire: A comparison of different scoring methods. *Journal of Nervous and Mental Disease*, 188(1), 432-439.
- Tsien, J. Z. (2000, April). Building a brainier mouse. *Scientific American*, 62-68.
- Uchitelle, L. (2001, February 11). Some economists call behavior a key. *New York Times*, Sec. 3, pp. 1, 11.
- Vaillant, G. E. (1977). *Adaptation to life*. Boston: Little, Brown.
- Vaillant, G. E. (Ed.). (1992). *Ego mechanisms of defense: A guide for clinicians and researches*. Washington, DC: American Psychiatric Press.
- von Bertalanffy, L. (1942). Theoretical models in biology and psychology. In D. Krech & G. S. Klein (Eds.), *Theoretical models and personality theory*. Durham, NC: Duke University Press.
- von Bertalanffy, L. (1948). *General systems theory*. New York: Braziller.
- von Bertalanffy, L. (1952). Theoretical models in biology and psychology. In D. Krech & G. S. Klein (Eds.), *Theoretical models and personality theory*. Durham, NC: Duke University Press.
- von Bertalanffy, L. (1954). *Problems of life*. New York: Wiley.
- von Bertalanffy, L. (1968). *General systems theory*. New York: Braziller.
- Von Neumann, J., & Morgenstern, O. (1944). *Theory of games and economic behavior*. Princeton, NJ: Princeton University Press.
- Wachtel, P. L. (1977). *Psychoanalysis and behavior therapy: Toward an integration*. New York: Basic Books.
- Wachtel, P. L. (1987). *Action and insight*. New York: Guilford Press.
- Wachtel, P. L., & McKinney, M. K. (1992). Cyclical psychodynamics and integrative psycho- dynamic theory. In J. C. Norcross & M. R. Goldfried (Eds.), *Handbook of integrative psychotherapy* (pp. 335-370). New York: Basic Books.
- Wachtel, P. L., & Wachtel, E. F. (1986). *Family dynamics in individual psychotherapy: A guide to clinical strategies*. New York: Guilford Press.
- Wada, J. A. (Ed.). (1976). *Kindling*. New York: Raven Press.
- Watson, D., & Clark, L. A. (1994a). Emotions, moods, traits, and temperaments, conceptual distinctions and empirical findings. In P. Ekman & R. J. Davidson (Eds.), *The nature of emotions: Fundamental questions* (pp. 89-93). New York: Oxford University Press.
- Watson, D., & Clark, L. A. (1994b). Introduction to the special issue on personality and psychopathology. *Journal of Abnormal Psychology*, 103(1), 3-5.
- Watson, J. B. (1913). Psychology as the behavior- ist views it. *Psychological Review*, 20, 158-177.
- Watson, J. B. (1924). *Behaviorism*. Chicago: University of Chicago Press.
- Watson, J. B. (1930). *Behaviorism* (2nd ed.). Chicago: University of Chicago Press.
- Watson, J. B., & Rayner, R. (1920). Conditioned emotional reactions. *Journal of Experimental Psychology*, 3(1), 1-14.

- Watson, J. D., & Crick, F. H. C. (1953). Molecular structure of nucleic acid: A structure for de- oxyridose nucleic acid. *Nature*, 17, 737-738.
- Watson, R. I. (1963). *The great psychologists*. Philadelphia: Lippincott.
- Watson, R. I. (1971). *The great psychologists* (3rd ed.). Philadelphia: Lippincott. (Original work published 1963)
- Weiss, B. (2001, March/April). The other side of science [Review of the book *Darkness in El Dorado: How scientists and journalists devastated the Amazon*], *Psychology Today*, 78.
- Weissman, M. M., Markowitz, J. C., & Klerman, G. L. (2000). *Comprehensive guide to interpersonal psychotherapy*. New York: Basic Books.
- Werner, H. (1948). *Comparative psychology of mental development*. New York: International Universities Press.
- Westen, D. (2000). The efficacy of dialectical behavior therapy for borderline personality disorder. *Clinical Psychology Science and Practice*, 7(1), 92-94.
- Westen, D., & Gabbard, G. O. (1999). Psychoanalytic approaches to personality. In L. A. Pervin & O. P. John (Eds.), *Handbook of personality: Theory and research* (2nd ed, pp. 57-101). New York: Guilford Press.
- White, J. L., & Parham, T. A. (1990). *The psychology of Blacks*. Englewood Cliffs, NJ: Prentice Hall.
- Wiener, N. (1948). *Cybernetics or control and communication in the animal and the machine*. New York: Wiley.
- Wiesel, T. N. (1982). The postnatal development of the visual cortex and the influence of the environment [Nobel lecture reprint]. *Bioscience Reports*, 2, 351-377.
- Wiggins, J. S. (1979). A psychological taxonomy of trait-descriptive terms: The interpersonal domain. *Journal of Personality and Social Psychology*, 37, 395-412.
- Wiggins, J. S. (1982). Circumplex models of interpersonal behavior in clinical psychology. In P. Kendell & J. N. Butcher (Eds.), *Handbook of research methods in clinical psychology*. New York: Wiley.
- Wiggins, J. S. (Ed.). (1996). *The five-factor model of personality: Theoretical perspectives*. New York: Guilford Press.
- Wiggins, J. S., & Trobst, K. K. (1999). The fields of interpersonal behavior. In L. A. Pervin & O. P. John (Eds.), *Handbook of personality: Theory and research* (pp. 653-670). New York: Guilford Press.
- Williams, J. B. W., & Spitzer, R. L. (1983). The issue of sex bias in *DSM-III*: A critique of "a woman's view of *DSM-III*" by Marcie Kalpan. *American Psychologist*, 38(7), 793-798.
- Wilson, E. O. (1971). *The insect societies*. Cambridge, MA: Harvard University Press.
- Wilson, E. O. (1975). *Sociobiology: The new synthesis*. Cambridge, MA: Harvard University Press.
- Wilson, E. O. (1978). *On human nature*. Cambridge, MA: Harvard University Press.

- Wilson, E. O. (1998). *Consilience: The unity of knowledge*. New York: Alfred A. Knopf.
- Wink, P. (1992). Three types of narcissism in women from college to midlife. *Journal of Personality*, 60, 597-605.
- Winnicott, C., Shepherd, R., & Davis, M. (Eds.). (1989a). *Psychoanalytic explorations: D. W. Winnicott*. Cambridge, MA: Harvard University Press.
- Winnicott, C., Shepherd, R., & Davis, M. (Eds.). (1989b). The squiggle game. *Winnicott: Psychoanalytic explorations* (pp. 299-317). Cambridge, MA: Harvard University Press.
- Winnicott, D. W. (1988). *Human nature*. New York: Schocken Books.
- Winston, A., Laikin, M., Pollack, J., Samstag, L., McCullough, L., & Muran, C. (1994). Short-term dynamic psychotherapy of personality disorders. *American Journal of Psychiatry*, 151(2), 190-194.
- Winston, A., Pollack, J., McCullough, L., Flegenheimer, W., Kestenbaum, R., & Trujillo, M. (1991). Brief therapy of personality disorders. *Journal of Nervous and Mental Disease*, 179(4), 188-193.
- Winter, D. G., & Barenbaum, N. B. (1999). History of modern personality theory and research. In L. A. Pervin & O. P. John (Eds.), *Handbook of personality: Theory and research* (2nd ed, pp. 3-27). New York: Guilford Press.
- Wölpe, J. (1958). *Psychotherapy by reciprocal inhibition*. Stanford, CA: Stanford University Press.
- Wölpe, J. (1960). Reciprocal inhibition as the main basis of psychotherapeutic effects. In H. J. Eysenck (Ed.), *Behavior therapy and the neurosis* (pp. 88-113). New York: Pergamon Press.
- Wölpe, J. (1969). *The practice of behavior therapy*. New York: Pergamon Press.
- Wundt, W. (1874). *Principles of physiological psychology* (5th ed, Vol. 1, E. B. Titchener, Trans.). New York: Macmillan.
- Wundt, W. M. (1904). *Grundzuge der physiologischen psychologie [Principles of physiological psychology]* (5th ed., Vol. 1, E. B. Titchener, Trans.). New York: Macmillan.
- Wynne, C. (1999, December). Do animals think? *Psychology Today*, 32(6), 50-53.
- Wynne, L. C., & Singer, M. T. (1963). Thought disorder and family relations of schizophrenics: I. A research strategy. *Archives of General Psychiatry*, 9, 191-198.
- Yang, K. S., & Bond, M. H. (1990). Exploring implicit personality theories with indigenous or imported constructs: The Chinese case. *Journal of Personality and Social Psychology*, 58, 1087-1089.
- Young, J. E. (1994). *Cognitive therapy for personality disorders: A schema-focused approach* (Rev. ed.). Sarasota, FL: Professional Resource Exchange.
- Young-Bruehl, E. (1988). *Anna Freud: A biography*. New York: Summit Books.
- Ziv, B., Russ, M. J., Moline, M., Hurt, S., & Zendeck, S. (1995). Menstrual cycle influences on mood and behavior in women with borderline personality disorder. *Journal of Personality Disorders*, 9(1), 68-75.

KİŞİLİK KURAMLARI

Kişilik çalışmaları son yirmi yıldır hızla gelişmektedir. Kişilik kuramı alanındaki önde gelen akademisyenlerden olan Jeffrey Magnavita, kişilik kuramının evrimine dair zengin ve dengeli bir metinle bizi eski Yunan modellerinden başlayıp 19. yüzyılda bilimsel psikoloji kurma çabalarına uzanan bir yolculuğa çıkarıyor. Psikobiyolojik, psikanalitik, davranışçı, bilişsel, kişilerarası, ilişkisel ve bütüncül kişilik modellerinin önemli tarihsel şahsiyetlerini, felsefi temellerini, değerlendirme araçlarını, güçlü ve zayıf yanlarını uygulama alanlarıyla birlikte ele alıyor.



Psikoterapi Enstitüsü Eğitim Yayınları

ISBN 978-605-9137-37-9

