

**T. C.
İSTANBUL ÜNİVERSİTESİ
SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ
UYGULAMALI PSİKOLOJİ ANABİLİM DALI**

YÜKSEK LİSANS TEZİ

**UYKU BOZUKLUKLARI EKSENİNDE ANNE
BEBEK İLİŞKİSİ VE ANNENİN RUHSAL
DÜNYASI**

**Afife Hande ERKENCİ
2501150840**

**TEZ DANIŞMANI
PROF. DR. Tefrika İKİZ**

İSTANBUL-2019



T.C.
İSTANBUL ÜNİVERSİTESİ
SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ



YÜKSEK LİSANS
TEZ ONAYI

ÖĞRENCİNİN;

Adı ve Soyadı : AFİFE HANDE ERKENCİ Numarası : 2501150840
Anabilim Dalı / Anasanat Dalı / Programı : PSIKOLOJİ ANABİLİM DALI Danışmanı : PROF.DR.TEVFİKA İKİZ
Tez Savunma Tarihi : 20.12.2019 Saati : 09.00
Tez Başlığı : "UYKU BOZUKLUKLARI EKSENİNDE ANNE BEBEK İLİŞKİSİ VE ANNENİN RUHSAL DÜNYASI"

TEZ SAVUNMA SINAVI, İÜ Lisansüstü Eğitim-Öğretim Yönetmeliği'nin 36. Maddesi uyarınca yapılmış, sorulan sorulara alınan cevaplar sonunda adayın tezinin KABULÜNE OYBİRLİĞİ / OYÇOKLUĞUYLA karar verilmiştir.

JÜRİ ÜYESİ	İMZA	KANAATI (KABUL / RED / DÜZELTME)
PROF.DR.TEVFİKA İKİZ		Kabul
DR.ÖĞR.ÜYESİ BENİGİ PİRİM DÜŞGÖR		Kabul
DOÇ.DR.MEDİNE YAZICI GÜLEÇ		Kabul

YEDEK JÜRİ ÜYESİ	İMZA	KANAATI (KABUL / RED / DÜZELTME)
DR.ÖĞR.ÜYESİ GÖKLEM TEKDEMİR YURTDAŞ		
DR.ÖĞR.ÜYESİ YILDIZ BİLGE		

ÖZ

UYKU BOZUKLUKLARI EKSENİNDE ANNE BEBEK İLİŞKİSİ VE ANNENİN RUHSAL DÜNYASI

AFİFE HANDE ERKENCİ

Bu araştırmada uykuya dalmakta güçlük çeken ve/veya gece sık uyanan bebeklerin annelerinin ruhsal dünyasının ve yaşanan problemin anne-bebek ilişkisi içindeki yerinin incelemesi hedeflenmiştir. Niteliksel yöntemle yapılan araştırmaya katılan yedi katılımcı ile yarı yapılandırılmış ön görüşme yapılmış, ardından katılımcılara Rorschach ve Tematik Algı Testleri uygulanmıştır. Elde edilen veriler Fransız Okulu sistemine göre içerik analizi yöntemiyle değerlendirilmiştir.

Bulgular, katılımcıların nesne kaybı endişesine karşı manik savunmalar kullandıklarını göstermektedir. Annenin yaşadığı kaygıların ve kullandığı savunmaların bebeğin uyarılmasına sebep olduğu ve bebeğin doyum yoluyla rahatlayarak uykuya dalmasını engellediği düşünülmektedir. Uyarılımlara karşı uyarı-kalkanı sistemi henüz gelişmeyen bebek için bu işlev anne tarafından yerine getirilir. Katılımcıların dışsal uyarılar karşısındaki kontrollerini kolayca yitirebildikleri, içsel heyecanlarını kontrol etmekte güçlük yaşadıkları ve uyarı kalkanlarının heyecanları karşılama yetersiz kaldığı görülmüştür. Erken dönem nesne ilişkileriyle ilişkili bulgularda ayna rolünü ve tutma işlevini yerine getirmede yetersiz, kapsayıcılıktan uzak anne imgeleri ile karşılaşmıştır. Katılımcıların kaygı ve uyarılımlar karşısında iç nesnelere dayanarak rahatlayamadığı ve kendini sakinleştirme yöntemlerine başvurdukları ve bebeklerine de ancak böyle bir yolla sakinleşme sağlayabildiği düşünülmektedir.

Anahtar Kelimeler: Anne, bebek, kendini sakinleştirme yöntemleri, projektif testler, Rorschach Testi, Tematik Algı Testi, uyku.

ABSTRACT

THE MOTHER-INFANT RELATIONSHIP AND THE MENTAL WORLD OF THE MOTHER IN THE CONTEXT OF SLEEP DISORDERS

AFİFE HANDE ERKENCİ

This study aims to examine the mental world of the mothers, whose babies have trouble in falling asleep and/or wake up often during night sleep, and the position of the babies' sleep problems in their relationship. In this qualitative study, seven participants were first interviewed with a semi-structured schedule. This step was followed by the application of Rorschach and Thematic Apperception tests. The data collected through these interviews and tests were interpreted with content analysis, following the French School tradition.

It is found that the research participants, whose babies have sleep disorders, use manic defences against object loss. It is thought that the anxieties of the mother and defenses that she uses cause the baby to be stimulated and prevent the baby from falling asleep by relaxing. The baby's protective-shield system has not yet developed and this function is performed by the mother for the baby. It was observed that the participants could easily lose their control when faces with external stimuli, had difficulty in controlling their internal excitement, and their shields were insufficient to meet the excitement. Findings related to early object relations reveal that the mother images of the participants were insufficient to perform the mirror role, holding and containing function. It is thought that the participants could not relax on the basis of internal objects in the face of anxiety and stimulation, and resorted to methods of self-sedation and that they could provide sedation to their infants through this way.

Keywords: Mother, infant, projective test, Rorschach Test, self-soothing procedures, sleep, Thematic Apperception Test.

ÖNSÖZ

Bu araştırma, bebeklerin yaşadığı uyku problemlerine duyulan merakla başlamış ve bu problemlerin anne-bebek ilişkisi içindeki yeri ve annenin ruhsal dünyasındaki kaynağı, projektif testler aracılığıyla ve psikanalitik kuram çerçevesinde incelenmiştir.

Bu süreçteki yardımları, ilgileri ve sabırları için tez danışmanım Prof. Dr. Tefrika İkiz'e; değerli hocalarım Prof. Dr. Levent Kayaalp ve Doç. Dr. İrem Erdem Atak'a;

Lisans dönemimden beri bilgi ve deneyimleriyle yaptıkları katkılar ve verdikleri emekler için Dr.Öğr. Üyesi Bengi Pirim Düşgör ve Dr.Öğr. Üyesi Ayşe Elif Yavuz Sever'e;

Araştırmanın gerçekleşmesine vesile olan katılımcılara ve onlara ulaşmamı sağlayan çocuk sağlığı ve hastalıkları uzmanı Dr. Alper Soysal'a;

Süreç boyunca bana destek olan arkadaşlarıma ve aileme en derin şükranlarımla..

Afife Hande Erkenci
İstanbul, 2019

İÇİNDEKİLER

ÖZ	iii
ABSTRACT	iii
ÖNSÖZ	v
İÇİNDEKİLER	vi
TABLolar LİSTESİ	viii
KISALTMALAR LİSTESİ	ix
GİRİŞ	1

BİRİNCİ BÖLÜM

KURAMSAL ÇERÇEVE

1.1.Uyku	3
1.1.1. Uykunun Tanımı ve Tarihsel Bakış	3
1.1.2. Uyku Fizyolojisi	6
1.1.3. Bebeklerin Uyku Fizyolojisi	6
1.1.4. Bebeklerde Uyku Bozuklukları	8
1.1.4.1 Epidemiyoloji	9
1.1.4.2. Etiyoloji	10
1.1.4.3. Bebeklerde Uyku Bozuklukları Üzerine Yapılan Araştırmalardan Örnekler	11
1.2. Psikanalitik Kuramda Anne Bebek İlişkisi İçinde Uyku Bozuklukları	13
1.2.1. S. Freud'un Eserlerinde Annenin Ruhsal Dünyası ve Anne Bebek İlişkisi	14
1.2.2. M. Klein'in Kuramında Annenin Ruhsal Dünyası ve Anne-Bebek İlişkisi	15
1.2.3. D. W. Winnicott'un Annenin Ruhsal Dünyası ve Anne-Bebek İlişkisi Üzerine Görüşleri	19
1.2.4. Freud Sonrasında Annenin Ruhsal Dünyası ve Anne-Bebek İlişkisi Üzerine Diğer Bazı Görüşler	22
1.2.5. Psikanalitik Literatürde Uyku	24
1.2.6. Anne-Bebek İlişkisi İle İlgili Uyku Üzerine Psikanalitik Görüşler	25
1.2.6.1. Ayrılık İle İlişkili Problemler	25
1.2.6.2. Psikosomatik Semptom Olarak Uyku Problemleri	28
1.3. Araştırmanın amacı	30

1.4. Araştırmanın Hipotezleri	30
1.4.1. Kuramsal Hipotezler	30
1.4.2. İşlemsel Hipotezler	31

İKİNCİ BÖLÜM

METODOLOJİ

2.1. Katılımcılar	32
2.2. Veri Toplama Araçları	32
2.2.1 Yarı Yapılandırılmış Klinik Görüşme Formu	33
2.2.2. Rorschach Testi	33
2.2.3. Tematik Algı Testi	34
2.3.3. Veri Toplama Süreci ve Verilerin Analizi	35

ÜÇÜNCÜ BÖLÜM

BULGULAR

3.1. Sosyodemografik Bulgular	36
3.2. Klinik Görüşmelerin Genel Değerlendirmesi	36
3.3. Projektif Testlerin Genel Değerlendirmesi	38
3.4. Manik Savunmaların Projektif Testlerdeki Görünümleri	41
3.4.1. Üst Benlik Yapılanmasının Rorschach Testi ile İncelenmesi	41
3.4.2. Ayrılık Anksiyetesi ve Manik Savunmaların İncelenmesi	46
3.4.2.1. TAT Bulguları	46
3.4.2.1. Rorschach Testi Bulguları	54
3.5. Kendini Sakinleştirme Yöntemleri ile İlişkili Bulgular	57
3.5.1. Rorschach Testinde Duygulanımsallık ile İlişkili Bulgular	57
3.5.1.1. T.R.I. Analizi	57
3.5.1.2. Renk Yanıtlarının İncelenmesi	58
3.5.2. Erken Dönem Nesne İlişkileri ve Anne İmgesinin İncelenmesi	62
3.5.2.1. Ön Görüşme Bulguları	62
3.5.2.2. Projektif Test Bulguları	63
SONUÇ	72
KAYNAKÇA	78
EKLER	88

TABLULAR LİSTESİ

Tablo 3.1 Katılımcıların Rorschach Testi TRI skorları..... 58

Tablo 3.2 Katılımcıların Rorschach Testi renk yanıtları 59



KISALTMALAR LİSTESİ

akt	: Aktaran
çev	: Çeviren
DSM	: Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders
<i>et al</i>	: Ve diğerleri
<i>ibid</i>	: Aynı yerde
NREM	: Non-rapid eye movement
REM	: Rapid eye movement
TAT	: Tematik Algı Testi
TDK	: Türk Dil Kurumu

GİRİŞ

Anne olmak ve soy zincirine yeni bir halka eklemek birçok beklenti ve umut içinde yeni bir sayfa açmak gibi görünebilir. Ancak açılan her yeni sayfa ebeveynlerin geçmişinin izlerini taşır. Fraiberg, Adelson ve Shapiro (1975), birçok çalışmaya ilham vermiş olan makalelerinde bu izleri bebek odasındaki hayaletlere benzetirler. Bu hayaletler, ebeveynlerin geçmişlerine ve kırılmalıklarına bağılı olarak bebeğin beslenmesi, uykusu, tuvalet eğitimi ya da disiplini gibi belirli alanları zorlaştırabilirler. Ebeveyn ve bebek arasındaki bağların güçlü olduğu durumlarda aile bu zorlukların üstesinden gelebilirken, bazı vakalarda bebek, kuşaklar boyu devam eden aile trajedisinin sessiz bir ortağı olur. Bu ebeveynler, ne yazık ki kendi çocukluk trajedilerini kendi bebekleriyle tekrarlamak üzere lanetlenmişlerdir.

Gebelik dönemi boyunca anne, bebeğı ile ilgili düşlemler kurar. Doğumla birlikte bebeğine kavuşan anne, ilk aylarda birincil annelik meşguliyeti denilen özel bir delilik hali içinde düzenli olarak bebeğıyle ilgilenir, ona bakım verir (Winnicott, 1956/1975). Henüz gece gündüz döngüsünü öğrenememiş bebeğinin ihtiyaçlarına gece boyunca karşılık veren annenin uyuyabildiğı en uzun süre iki saattir. Bebek büyüdükçe, beslenme zamanları arasındaki sürenin uzaması ve bebeğın gece gündüz döngüsünü öğrenmesi beklenir. Bu sayede annenin ve bebeğinin uyku süreleri de uzayabilecektir.

Uyku rutinleri her bebek ve anne için beklenen şekilde gelişmeyebilir. Bazen bebek gece boyunca sık sık uyanmaya başlayabilir ya da önceden kolaylıkla uyuyakalan bebek, eskisi gibi rahat uykuya dalmamaya başlayabilir. Bu durum kısa süreli uykular yüzünden, gün geçtikçe anne için daha zorlayıcı hale gelebilir. Bebeğın uykuyla ilgili yaşadığı zorluklar yalnızca annenin uyku kalitesini değil, ebeveynlerin tüm hayatını olumsuz yönde etkilemektedir (Daws,1985).

Bebeğın varoluş sürekliliğı hissedebilmesi için annenin bebeğıyle özdeşim kurup ihtiyaçlarını karşılayabilmesi gerekir (Winnicott, 1945). Uyku, bebeğın temel fizyolojik ihtiyaçlarından biridir ve diğer tüm ihtiyaçları gibi bakım verenin

müdahalesini gerektirir. Bu araştırmanın temel sorusu, bebeğin bu ihtiyacını gidermekte ve annelik işlevlerini yerine getirmekte güçlük yaşayan annelerin ruhsal dünyasını anlamaktır. Bebeğin uyku problemlerinin anne-bebek ilişkisi içindeki yerini ve annenin ruhsal dünyasındaki kaynağını projektif testler aracılığıyla ve psikanalitik kuram çerçevesinde incelemek hedeflenmektedir.



BİRİNCİ BÖLÜM

KURAMSAL ÇERÇEVE

Kuramsal olarak ilk bölümde öncelikle uykunun tanımı ve tarihçesi ele alınacak, ardından uykunun fizyolojisi ve yaşa göre değişimi ve bebeklerde uyku bozuklukları incelenecektir. İkinci bölümde ise anne-bebek ilişkisi içinde bebeklerde uyku bozuklukları ele alınacaktır.

1.1. Uyku

1.1.1. Uykunun Tanımı ve Tarihsel Bakış

Theogonia:

*“Orada oturur kara Gece'nin çocukları,
Uyku'yla Ölüm, o korkunç tanrılar,
Güneş onlara hiç çevirmez ışınlarını,
Ne göklere çıkarken, ne inerken,
Biri dolaşır sırtında toprağın ve denizin
Tatlı bir huzur götürerek insanlara,
Ötekinin demirdendir yüreği, tunçtandır canı,
Yakaladığı insan kurtulamaz hiç elinden
Kin besler ölümsüz tanrılara bile.”*

(Eyuboğlu, Erhat, 1991)

Uyku, sözlük anlamına göre bilincin kısmen veya tamamen dış uyaranlara kapandığı, tepki gücünün zayıfladığı ve her türlü etkinliğin büyük ölçüde azaldığı dinlenme durumudur (TDK, 2011). Yunancada uyku anlamına gelen Hypnos, mitolojide Nyks'ten (Gece'den) doğmuştur ve Thanatos'un (Ölüm'ün) kardeşidir (Erhat, 1978). Uyku, organizmanın dinlenebilmesi için ölüme benzer bir hareketsizlik hali olmasının yanı sıra, sağlıklı bir şekilde ertesi güne hazır olabilmenin en önemli gerekliliklerinden biridir (Karadağ, 2007).

İlk çağlarda düşlerle dolu gizemli bir yaşantı olarak merak uyandıran uyku, günümüze kadar bilim, sanat, felsefe ve din gibi birçok alanda araştırma konusu olmuştur (Aydın, 2008). Uykuya dair ilk bulgulara antik çağ medeniyetlerinde

rastlanmaktadır. Antik Mısır'dan bugüne ulaşan uyku ile ilgili papirüslerden, insomnia tedavisinde kullanılan bitkilerin isimlerinin yanı sıra, rüya ve rüya yorumuna verilen önem görülmektedir (Kirsch, 2011).

Antik Yunan döneminden günümüze daha çok kaynak ulaşmıştır. Pisagor'un öğrencilerinden biri olan Alkmeon'a göre uyku, kanın bedenin yüzeyinden damarlara doğru çekilmesiyle meydana gelir ve uyanma esnasında kan tekrar yüzeye doğru dağılır (Diels, Kranz, 1952). Aristoteles (MÖ 350), uyku ve uykusuzluk üzerine yazdığı eserinde uyku ve uyanıklık halinin vücudun aynı bölümüyle ilgili olsa da birbirlerinin tam zıttı olduğu teorisini geliştirmiş olup; uykunun, uyanıklığın olmadığı durumda ortaya çıktığını belirtmiştir. Yunan tıbbının babası olarak görülen Hippokrates (MÖ 400) ise, uykunun sağlıkla ilişkisi üzerinde durmuştur. Sağlıklı bir yaşam için gece uyumanın, gündüz ise uyanık olmanın önemini savunmuştur. Bu düzenin değişmesinin olumsuz etkilerini anlatır; ayrıca en kötüsünün hiç uyumamak olduğunu, bu durumda ıstırap ve acıyla birlikte kişinin deliliğe çok yaklaşabileceğini belirtir.

Ortaçağdaki dini metinlerden sonra Rönesans dönemindeki bilimsel devrimle uyku hakkındaki bilgiler gelişmiştir. Descartes, beyin epifizinin duyum, hafıza ve bedensel hareketler üzerindeki işlevine yoğunlaşarak, uyku ve uyanıklılık arasında bekçi rolü oynadığını belirtmiştir (Kirsch, 2011). Thomas Willis, 17. yüzyılda Descartes'in modelinden yola çıkarak bugün hala geçerliğini koruyan narkolepsi ve huzursuz bacak sendromunu tanımlamış ve kafeinin uyku üzerindeki etkisini fark etmiştir (*ibid.*).

19. yüzyılda uyku; vasküler, kimyasal, sinirsel ve davranışsal olmak üzere dört temel teori ile açıklanmıştır. 1830 yılında Robert MacNish, uyku ve uyku bozuklukları üzerine yazılmış ilk kitaplardan biri olan *Uykunun Felsefesi* kitabında vasküler teoriyi desteklerken, beynin uyanıklık halindeki aktif durumu ile uyku halindeki pasif durumunun ikiliğine dikkat çekerek, uyku durumunda azalan duyuşal girdinin dinlenmeyi sağladığını belirtmiştir (Pollak, Thorpy, Yager, 2010).

1873 yılında Camillo Golgi'nin sinir hücresini keşfetmesinden sonra uyku üzerine akson ve dendritlerdeki değişikliklere bağlı teoriler geliştirilmeye başlamış,

ancak nörotransmitterlerin beyindeki bilgi aktarımında baskın model haline gelmesi 20. yüzyılda olmuştur (Kirsch, 2011).

Aristoteles'in sindirim ve uyku arasındaki bağlantısına dayanan kimyasal teori Leo Errera tarafından kurulmuştur. Uyanıklık durumunda biriken ve uyku durumunda dağılan maddeler üzerine kurulan bu teorinin yanı sıra, diğer araştırmacılar da uyku sırasında karbondioksit ve ürotoksinlerin aktif hale geldiğini öne sürmüştür (*ibid.*). 1800'lerin sonunda davranışsal açıklamalar getiren son büyük teori, kimyasal ve vasküler teorilere göre daha kalıcı olmuştur ve uykunun altında yatan nedenleri ortaya koymak yerine bir aktivite olarak tarif etmeye çalışmıştır. Pavlov, uykuyu beynin büyük bir bölümüne yayılan inhibisyon hali olarak görmüştür (Pollak, Thorpy, Yager, 2010).

19. yüzyılda uykunun güneş ışığı ile bağlantısı merak uyandırmış ve organizmalarda ışığa duyarlı bir organ olup olmadığı araştırılırken, yüzyıllardır bilinen sirkadyen ritimler olgusu insanlarda incelenmeye başlanmıştır (Aydın, 2008). William Hammond, 1869 yılında insomniayı temel alan *Uyku ve Bozuklukları* isimli bir kitap yayımlarken, Gélinau ise 1880 yılında narkolepsiyi tanımlamıştır (Mignot, 2001).

1929 yılında Hans Berger, daha önceden keşfedilmiş olan beyindeki biyoelektrik aktiviteleri ölçerek α ve β dalgalarını tanımlamıştır. Loomis ise 1937 yılında beyin dalgalarının uyku sırasındaki değişimlerini ölçmüştür (Kirsch, 2011).

1930'larda uyku üzerine yapılan araştırmaların en önemlileri, Harvard ve Chicago Üniversite'sine ait teorisyenlerin oluşturduğu iki gruba aittir. Harvard grubundaki Loomis ve diğerleri, uyanıklığın ritminden başlayıp, derin NREM uykusuna dek uyku evrelerini A'dan E'ye sıralamışlardır. Bu sıralamayı yaparken, evrelerin müdahaleye karşı dirençlerini dikkate almışlardır. Chicago'dan Kleitman'ın 1953 yılında öğrencisi Aserinsky ile REM uykusunu keşfetmesiyle, bu sıralama daha da gelişmiştir. İkisi, göz hareketlerini daha iyi tanımlayabilmek için elektrookülogramı geliştirerek, hem çabuk hem de yavaş göz hareketlerini kaydetmişlerdir. Bu çalışmalar sonunda uyku, düşük frekanslı beyin dalgalarının yayıldığı homojen bir hal olmaktan çıkmıştır (*ibid.*).

1970'lere kadar olan EEG temelli ve REM uykusu üzerine olan çalışmalardan sonra araştırmalar uyku bozukları tanı ve tedavi modelleri üzerine yoğunlaşmıştır (Aydın, 2008). REM uykusu ve nörotransmitterler ile ilgili araştırmalar uyku ile ilgili yeni teorilerin geliştirilmesini sağlamıştır. Çoğunlukla beyin sapındaki rafe çekirdeklerinde bulunan serotonin, uyanıklık süresince salgılanıp talamus, hipotalamus ve frontobazal bölgelere yayılarak uykuyu başlatan maddelerin sentezine sebep olur ve uykunun başlamasını sağlar (Abdulkadiroğlu, 1997).

1.1.2. Uyku Fizyolojisi

Uzun süre boyunca geçerliliğini korumuş olan görüşün aksine, uyku sırasında sağlıklı bireylerin nöral aktivitelerinde düşüş değil, değişiklik yaşanır. Uyku hızlı olmayan göz hareketlerinin gözlendiği, dört fazdan oluşan NREM ve hızlı göz hareketlerinin gözlendiği REM dönemi olmak üzere iki büyük evreden oluşur. Birinci, ikinci, üçüncü ve dördüncü NREM ve REM dönemi art arda gelerek, yaklaşık olarak doksan-yüz yirmi dakika süren bir uyku siklusu oluşturur ve gece boyunca dört-altı siklus gerçekleşir (Aydın, 2008).

Birinci faz, alfa dalgalarının azaldığı vücut ısısı ve nabzın düştüğü, periferik kas aktivitesinin devam ettiği uykuya geçiş dönemidir (Abdülkadiroğlu, Bayramoğlu, Hhan, 1997). İkinci fazda kas tonusu azalır. Üçüncü ve dördüncü fazda ise delta dalgalarının gittikçe artarak ait oldukları faza büyüyen bir oranla hâkim olmasıyla uyku gittikçe derinleşir. Bu dört fazın ardından gelen REM evresinde ise kalp hızında artış, kas potansiyelinde azalma ve hızlı göz hareketleri gözlenir ve rüya da bu dönemde görülür. Sabaha kadar dört-altı kere tekrarlanan sikluslarda delta uykusu gittikçe kısalarak, REM uykusu artar (*ibid.*).

1.1.3. Bebeklerin Uyku Fizyolojisi

Bebeklerin uyku fizyolojisinin gelişimi sinir sisteminin gelişimi ile paralel olmaktadır. Uykunun yapısal özellikleri ile ilgili en önemli belirleyicilerden biri olan

yaşın uyku üzerindeki etkileri gestasyonel haftalardan itibaren izlenebilir. Gebeliğin onuncu haftasından itibaren izlenebilen hareketler, fetüs yirmi haftalık olunca kırk-atmış dakika süren ritmik aralıklarla azalır artmaktadır ve bunların uyku-uyanıklık dönemlerine karşılık geldiği düşünülmektedir (Aydın, 2013). Embriyo, 28-32. haftalarda görece düzenli uyku uyanıklık döngüleri yaşar ve giderek REM ve NREM uykusu birbirinden ayrılabilir (Aydın, 2008). Uykunun yaklaşık %80-90'ı REM uykusundan oluşmaktadır (Aydın, 2013).

İlk üç ayda uyku-uyanıklık döngüleri ihtiyaçlar ile yakından ilişkilidir. Uyanmaya açlık sebep olurken uykuya dalmak doyumla ilişkilidir. Yaşamın başlangıç dönemini niteleyen gerilim ve rahatlama durumları uyanıklık ve uykuya yanıtır. Sakinlik hali kas tonusunda rahatlama ve uyuyakalma ile ifade bulur. Gerilim doyum, emme, bedensel temas, konuşma sesleri, sallama ve yürüyüş adımlarıyla yatıştır (Kreisler, 2004).

Miadında doğan bir bebek günün on altı saatini uykuda geçirir ve bu süre dördüncü ayda on dört-on beş saate ve altıncı ayda ise on üç-on dört saate düşer (Aydın, 2008).

Bebek on iki haftalık olduğunda yetişkinlerdeki gibi melatonin salınımı, üçüncü ve altıncı aylar arasında da uyanıklık dönemindeki kortizol salınımı görülür (Aydın, 2013). Altıncı aydan itibaren gece uykuları uzarken gün içindeki bifazik uykular da devam etmektedir. Bir yaşına gelen bir bebekte on iki-on üç saat gece uykusu görülürken, gün içerisinde iki-iki buçuk saatlik tek veya ikiye bölünmüş gündüz uykusu görülmektedir (Aydın, 2008). Çocukluk dönemi boyunca REM uykusu ile uykuda geçen toplam süre azalırken, derin uykuda geçen süre uzamakta ve sekiz yaşına gelindiğinde sirkadyen ritim düzeniyle birlikte on saatlik gece uykuları görülmektedir (Aydın, 2013).

Yetişkinlerin aksine yeni doğanlarda REM uykusunun toplam uykuya oranı yüksektir. Yetişkinler toplam uykunun %20-25'ini REM uykusunda geçirirken, bebeklerde bu oran %84'e çıkmaktadır (Abdülkadiroğlu, Bayramoğlu, Hhan, 1997). Enerji kullanımının azaldığı NREM dönemlerinde dokularda restorasyon ve

detoksifikasyon olurken; REM döneminde öğrenme ve bellek konsolidasyonu gerçekleşir ve bu yüzden bebeklerin gelişimi için özellikle önemlidir (Aydın, 2008).

Yetişkinlerde yalnızca uyku halinde ortaya çıkan delta dalgaları, erken bebeklik döneminde karakteristik örüntüdür ve iki-üç ay gibi erken bir dönemde çocuk özellikle dikkatli olduğu dönemlerde belirginliğini kaybetmeye başlar. Aserinsky ve Kleitmen, üç-yirmi altı haftalık bebeklerde ortalama bir saat uzunluğunda aktivite ve uyku döngüsü bulmuşlardır. Derin uyku fazının sonunda bir anda vücut ve göz hareketleri görülür. Bu noktada çocuk ya uyanır, ya da yeni bir uyku döngüsüne girer. Genelde ilk haftalardan itibaren daha uzun olan gece uykuları ilk üç ay içinde hızlı bir şekilde artar. Bebeklerin gece beslenmeleri arasındaki sürelerin kendi istekleri doğrultusunda uzuyor olması, olgunlaşmanın bu süreçte önemli bir rol oynadığının kanıtıdır (Moore, Ucko, 1957)

Parmelee ve diğerlerinin kırk altı yeni doğan bebekle yapmış oldukları araştırmada, bebeklerin uyku örüntüleri doğumdan on altıncı haftaya kadar incelenmiştir. Elde edilen sonuçlara göre bebeklerin ilk hafta, gece ve gündüz uykuda geçirdikleri sürede herhangi bir farklılık görülmezken, on altıncı haftaya gelindiğinde gece uykusu gündüz uykusunun iki katına çıkar. Aynı zamanda, uykuda kalınan süre yaklaşık iki katına çıkarken, uyanık oldukları süre de bir buçuk katına çıkar (Parmelee *et. al.*, 1964)

1.1.4. Bebeklerde Uyku Bozuklukları

DSM-V’te uyku ile ilgili bozukluklar Uyku-Uyanıklık Bozuklukları başlığı altında toplanmıştır. Bu başlık kapsamında yer alan Uykusuzluk Bozukluğu (780.52-G47.00 kod) bu araştırmanın konusudur.

En az üç aydır, haftada en az üç gece, elverişli bir uyku ortamı olmasına rağmen, işlevsellikte düşüşle birlikte görülen yakınmalar aşağıdaki şekilde tanımlanmaktadır:

1.Uykuyu başlatmakta (uykuya dalmakta) güçlük. (Çocuklarda, bakım verenin yardımı olmadan uykuyu başlatmakta güçlük olarak kendini gösterebilir.)

2.Uykuyu sürdürmekte güçlük, sık uyanmalarla ya da uyanmalardan sonra yeniden uyumakta sorun yaşıyor olmakla belirlidir. (Çocuklarda, bakım verenin yardımı olmadan yeniden uyumakta güçlük çekiyor olmakla kendini gösterebilir.)

3.Sabah erken uyanma, uyandıktan sonra yeniden uyuyamama.(American Psychiatric Association, 2014:185)

Blampied ve France (1993) çalışmalarında bebeklerde uyku bozukluğu terimi yerine uyku rahatsızlığı terimini kullanmış; uygun saatte yatağa gitmeyi reddetme, uykuya dalmada gecikme, tekrarlayan gece uyanmaları ve çocuğun anne babası ile uyumasını bu terimin sınırları içine dâhil etmişlerdir.

Uyku bozukluklarının ortaya çıkışında ilk üç aylık dönemin sonu ve ikinci yıl olarak iki ayrı evre belirlenmiştir. İkinci ve üçüncü aylardaki gece uyanmaları hassas bir döneme denk gelir. Bu dönem bebeklerin insan yüzlerine seçici olarak gülümsemeye başladığı, annesel bakımın öneminin azalmaya başladığı ilk ilişkisel zorlukların ortaya çıktığı dönemdir. İkinci yılın başındaki uyku bozuklukları daha sık görülür ve bu dönemdeki uyku bozuklukları çoğunlukla normal kabul edilir. Önceki yıllarda doğumdan sonra ilk haftalarda görülen uyku bozuklukları, artık bu dönemde bebekte sirkadyen ritim olmadığı için uyku bozukluğu olarak kabul edilmemektedir. Bazı klinisyenlere göre bebek altı aylık olmadan ve sabit uyku-uyanıklık ritimleri gerçekleşmeden önce uyku bozukluklarından söz edilemez ve aksi durumlar normal bir değişkenlik olarak kabul edilir (Breil *et. al.*, 2010).

1.1.4.1 Epidemiyoloji

Ebeveynlerin en sık kliniğe başvurma nedenleri gece uyanmaları olduğu için en geniş epidemiyolojik veriye bu alanda ulaşılmaktadır. Moore ve Ucko (1957), İngiltere’de gerçekleştirdikleri geniş epidemiyolojik taramada uyku problemini birbirini takip eden dört hafta boyunca, dört-yedi gece, 00:00-05:00 saatleri arasında

bir ya da birden çok kez uyanarak ağlama tanımlamışlardır. Bu araştırmanın bulgularına göre altı aylık bebeklerin %50'sinde problem görülmezken, on iki aylık bebeklerde bu oran %90'a çıkmaktadır.

Thiedke (2001), gece uyanmalarının sıklığının yeni doğanlarda %100 iken, bu oranın altı ay içerisinde %20-30'lara düştüğünü bildirir. Dört yaşına geldiklerinde ise üç çocuktan birinin gece uyanmaları devam etmekte ve tekrar uyumak için ebeveynin müdahalesine ihtiyaç duymaktadır. Lam, Hiscock ve Wake'e göre (2003) Avustralya'da bebeklerin ikinci altı ayda uyku problemi yaşama oranları %36-45 arasındadır.

Kahraman (2018) tarafından Aydın ilinde, yaşları 3-12 ay arasında değişen 252 bebekle yürütülen araştırmanın sonuçlarına göre, bebeklerin %52'si uyku problemi yaşamaktadır. Bu çalışmada uyku problemi gecede üç kereden fazla uyanma, gece uyanarak bir saatten daha fazla uykusuz kalma ve/veya toplam dokuz saatten az uyuma olarak tanımlanmıştır.

Bebeklerde uyku bozuklukları üzerine olan epidemiyolojik araştırmaların sonuçları cinsiyete göre farklılık göstermemekte, her iki cinsiyet içinde eşit dağılım olduğu kabul edilmektedir (Breil *et. al.*, 2010, Richmann, 1981).

1.1.4.2. Etiyoloji

Bebekteki uyku problemlerini ve bu problemlerin kökenlerini anlamak adına çeşitli etiyolojik hipotezler geliştirilmiştir. Anne-bebek ilişkisindeki faktörler psikanalitik bir çerçevede bir sonraki bölümde ayrıntılı olarak incelenecek, bu bölümde ise diğer faktörler ele alınacaktır.

Uyku bozukluklarında etkili olan faktörlerden ebeveynlere ait değişkenler; ebeveynlerin bebeğin uyku zamanını ve gece uyanmalarını nasıl ayarladıkları, ebeveynlik tarzı, aile içi gerginlik ve ebeveynlerin mizacı, bebeklerinin uykusuna dair kişisel algılarındaki farklılıkları, ebeveynlerin ruh sağlığı, ebeveynlerin eğitimi ve çocukların uykusu ve tipik gelişimi üzerine bilgileri olarak sıralanabilir (Wolfson *et.*

al., 2013). Annenin hamilelik döneminde ortaya çıkan uyku bozukluklarının da bebeğin uyku örüntüsünün gelişiminde gecikmelere ve gece uyanmaları ile diğer uyku problemlerinin daha uzun sürmesine sebep olabileceği bildirilmektedir (Breil *et. al.*, 2010).

Çocuğa ait değişkenler ise, mizaç, gelişimsel yaş, bilişsel ve duygusal gelişim ve tıbbi koşullardır (Wolfson *et. al.*, 2013). En bilinen risk faktörü olan prematüre doğumlarda doğum sonrası gelişebilen gastroözofajeal reflü başta olmak üzere septisemi, bazı intrauterin gelişim gerilikleri, neonatal anoksi ve bronkopulmoner displazi gibi patolojiler uyku problemleriyle ilişkilidir (Breil *et. al.*, 2010).

Öte yandan çevresel faktörler; ışık, gürültü, oda paylaşımı, yatak paylaşımı, uyuma yeri ve yüzeyi, algılanan güvenlik hissi ve elektronik aletler gibi uyku ortamına ait faktörleri; ailedeki roller, ailenin büyüklüğü, aile üyelerinin yaşları ile fiziksel ve ruhsal sağlıkları gibi ailenin durumuna ait faktörleri; ebeveynlerin çalışma durumu, ailenin programı, ev kuralları gibi ailenin hayat tarzına ait faktörleri ile ailenin sosyoekonomik seviyesi gibi çok daha geniş alanları içermektedir (Wolfson *et. al.*, 2013).

Sadeh (1993), kültürel faktörleri sosyal ve kültürel normlar, beklentiler ve değerler ile iletişim ve medya olarak belirtmiştir. Ebeveyn ve bebeğin ortak bağlamında ise ilişki eksende ayrılma-bireyleşme ve bağlanma süreçlerini; etkileşimsel davranışlar ekseninde ise uyku zamanı etkileşimini, ebeveynin sakinleştirme davranışlarını, sınır düzenlemesini ve birlikte uyumayı sıralamıştır.

1.1.4.3. Bebeklerde Uyku Bozuklukları Üzerine Yapılan Araştırmalardan Örnekler

Lozoff ve ekibinin (1985) yaşları altı ay ile dört yıl arasında değişen doksan altı sağlıklı çocukla yürüttükleri çalışmada, haftada üç ya da daha fazla gece sıklığında, ebeveynin müdahalesini gerektiren gece uyanmaları veya uyku zamanında yaşanan çatışmaların kriter alındığı çalışmada katılımcıların %30'unun uyku ile ilişkili problemler yaşadığı tespit edilmiştir. Uyku problemleri yaşayan ve yaşamayan

çocuklar arasında beş ayırıcı yaşantı görülmüştür. Bunlar ailede kaza ya da hastalık, gün içinde annenin alışılmadık yokluğu, annesel depresif duygudurum, ebeveyn yatağında uyumak ve çocuğa karşı annesel ikircikli tutum olarak sıralanmıştır.

Guedeney ve Kreisler'in (1987), Paris Poterne des Peupliers Hastanesi'nde yaşları sıfır-on sekiz ay arasında değişen seksen beş bebek ile yürüttükleri araştırmada, uyku problemlerini başlangıçlarına göre iki gruba ayırmışlar; üçüncü aydan önce başlayanları erken/birincil ve üçüncü aydan sonra başlayanları ikincil olarak adlandırmışlardır. Araştırmada erken uyku bozukluklarının doğumda ya da ilk haftada ortaya çıkabildiği saptanmıştır. Sıklıkla gebeliğe travmatik bir olay, ya da annenin depresyonu veya anksiyetesinin damga vurduğu görülmüştür. Anne çocuk etkileşiminde annenin çocuğuna yatırımında bir geri çekilmenin yanında aşırı uyarma da sıklıkla görülmüştür. Araştırmacılar annesel depresyonun özellikle duygusal düzlükle önemli bir rol oynadığını belirtmişlerdir.

İzmir Tepecik Eğitim ve Araştırma Hastanesi'nde en az altı aydır devam eden uyku bozukluğu ile pediatri kliniğine başvuran, yaşları altı-yirmi dört ay olan, kırk çalışma ve yetmiş kontrol olgusu ile yapılan araştırmada; süt çocukluğu döneminde yaşanan uyku bozukluklarında geceleri sık uyanmanın en belirgin özellik olduğu ve bu durumun bebeğin uyutulma biçimi, ebeveyn tutumu ve uyuma ortamı ile ilişkili olduğu sonucuna varılmıştır (Özer *et. al.*, 2003).

Karraker ve Young (2007) altı aylık bebekler ve anneleri ile yürütmüş oldukları araştırmada bebeklerin gece uyanmaları ve annelerinde görülen depresif semptomlar arasındaki ilişkiyi incelemişlerdir. Depresif semptomlar arttıkça bebeklerin gece uyanma sıklığı, uyanık kalma süresi ve toplam uyanıklık süresinin uzunluğu arasında zayıf bir korelasyon bulunmuştur. Gece boyunca uyanmayan bebeklerin annelerine kıyasla düzenli olarak uyanan bebeklerin annelerinde ise depresyon skorlarının anlamlı bir şekilde yüksek olduğu görülmüştür.

Annenin ayrılık anksiyetesine odaklanılan bir çalışmada on aylık 52 bebek ve anneleri dâhil edilmiştir. Elde edilen bulgular annenin ayrılık anksiyetesinin uyku rutinleri oluşturma ve gece uyanmaları ile bağlantılı olduğunu göstermektedir (Sher, 2008).

2008 yılında Wisconsin-Madison Üniversitesi'nde yapılan bir araştırmada çocuklardaki uyuma alışkanlıkları (düzenli ve düzensiz bir şekilde anne-baba ile uyumak, yalnız uyumak vb.) ile oyun saatinde anne-çocuk arasındaki iletişimin kalitesi arasındaki bağlantı incelenmiştir. Bu araştırmanın sonucunda, tipik olarak gelişmekte olan bebekler ve anneleri ele alınmış olup, altıncı ayda genelde düzenli uyku alışkanlıkları gösteren anne-çocuk ikililerinin dokuzuncu ayda, düzensiz uyku alışkanlıkları olan ikililere kıyasla daha olumlu davranışlar gösterip, daha olumlu bir iletişim halinde oldukları ortaya çıkmıştır (Taylor *et. al.*, 2008).

Sheehan'ın (2012) Avustralya'da yürütmüş olduğu doktora araştırmasında; algılanan annesel bakım geçmişi, algılanan annesel aşırı koruma, sürekli anksiyete, annesel uyku öyküsü, annenin bebeklerin uykusuna dair atıfları, aktif fiziksel rahatlama ve bebeğin uyku sonuçları incelenmiş ve anlamlı korelasyonlar bulunmuştur. Bu faktörlerden yalnızca algılanan annesel aşırı koruma, annesel uyku öyküsü ve aktif fiziksel rahatlama bebeğin uyku sonuçları için belirleyicidir.

Guillory'nin, (2013) yaşları on iki-otuz altı ay arasında değişen bebek ve anne çiftiyle yapmış olduğu araştırmanın sonuçlarına göre, annelerin problemlili uyku atıfları ve bakım vermedeki yetersizlikleri düşük uyku kalitesi ile ilişkilirken; diğer ebeveynle işbirliği ve iletişim içinde olma yüksek uyku kalitesi ile ilişkidir. Buna ek olarak uyku kalitesi düşük olan bebeklerde davranışsal problemler görülme oranı da yüksek olarak bulgulanmıştır.

1.2. Psikanalitik Kuramda Anne Bebek İlişkisi İçinde Uyku Bozuklukları

Uyku patolojileri bebek, anne ve baba arasındaki ilk etkileşimler etrafında şekillenir ve bebeğe ait bir semptom olarak değil, etkileşim içinde oluşan bir semptom olarak ele alınmalıdır (Breil *et. al.*, 2010). Bu bölümde öncelikle annenin ruhsal dünyası ve anne-bebek ilişkiyi incelenecek; ardından bu bağlamda uyku problemleri ele alınacaktır.

1.2.1. S. Freud'un Eserlerinde Annenin Ruhsal Dünyası ve Anne Bebek İlişkisi

Freud, eserlerinde genellikle bebeğin fizyolojik ihtiyaçlarına odaklanmış; anneye besleyici ve ilk baştan çıkarıcı olarak ikili bir rol vermiştir. Bebeği ise anne tarafından beslenen, giydirilen, temizlenen pasif bir konumda tariflemiştir (Raphael-Leff, 1983).

Cinsellik Üzerine Üç Deneme'de Freud (1905), çocuksu cinselliğin ilk dışavurumlarından birine örnek olarak bebeklerin parmak emme davranışını gösterir. Yaşamın ilk evresi olan oral evrede, cinsel etkinlik ve beslenme bir aradadır. Bu eylemlerin nesnesi anne memesi ve amacı da nesnenin içeri alınmasıdır. Cinsel etkinlik ve beslenme birbirinden ayrıştığında, bir dış nesne olan memenin yerine bebeğin kendi bedeninden bir nesne geçer. Çocuksu cinselliğin ilk dışavurumlarından birine örnek olan parmak emme davranışında bebek, daha önce yaşadığı ve anımsadığı bir hazzı aramaktadır. Bebeğin, annesine ait bütün bir tasarım oluşturabildiğinde, dürtü nesnesini kaybetmiş ve oto erotik hale gelmiş olur (*ibid.*).

Annenin memesini emmek, çocuk için her sevgi ilişkisinin prototipi haline gelir. Tüm cinsel ilişkiler yitirilmiş mutluluğu onarmaya hizmet eder. Bakım veren, kendi cinsel yaşamından kaynağını alan duygularla bebeğine yaklaşarak onu öper, okşar ve sallar. Dolayısıyla cinsel bir nesneye davrandığı gibi davranmış olur. Bebeğin bakım vereniyle kurduğu bu ilişki, ona erotojen bölgeleri aracılığıyla sonsuz bir uyarım ve doyum sağlar. Bakım veren kişi tüm bunları cinsellik içermeyen saf bir sevgi olarak görür. Özellikle bebeğin cinsel organlarına kaçınılmaz olandan fazla uyarım vermemeye çalışmasına rağmen cinsel dürtü çeşitli yollarla uyarılmış olur. Çocuklar erken yaşlarda, onlara bakım veren insanlara cinsellik içeren bir sevgiyle bağlanırlar. Freud'a göre çocuklar sevdikleri kişilerin kaybını hissettirdiği için yabancılardan ve karanlıktan korkarlar (*ibid.*).

Freud (1931), kadın cinselliği üzerine yazdığı makalede bir kadının babasına olan güçlü bağlılığının, oldukça uzun bir süre boyunca annesine duyduğu bağlılığın kalıntısı olduğu sonucuna ulaşmıştır. Babalarına yoğun bir şekilde bağlı olan kadınların analizlerinde, daha erken bir evrede annelerine oldukça yoğun bir şekilde

bağlı oldukları ortaya çıkmıştır. Bazı vakalarda bu bağlılık uzunca bir süre devam ederken bazılarında bu bağlılık başlangıçtaki gibi kalır. Bu kadınlar negatif ödipal karmaşada kalarak pozitif ödipal konuma geçemezler. Freud, bu vakalarla çalışırken kadın analistlerin annesel aktarım sayesinde daha fazla bulguya ulaştığını belirterek kendisinin ulaşabildiği genel bulgulara değinir.

Erken dönem anne bebek ilişkisinde cinsellik içeren deneyimlerde bebek pasif konumdadır. Anne tarafından emzirilir, beslenir, temizlenir, giydirilir. Libidosunun bir kısmı bu etkinliklerden gelen doyumlara bağlı kalır, bir kısmı ise onları etkin hale getirmeye çalışır. Çocuk o güne kadar kendisine yapılanları başarılı bir şekilde gerçekleştirerek hoşnut olabilir ya da edilgin olarak deneyimlediklerini etkin bir şekilde oyunda yineleyebilir. Bazen de annesini nesne yerine koyarak etkin özne konumuna geçebilir: “Şimdi ben anne olayım, sen çocuk ol.” Daha sonra bu istekleri kadınsı ve erkeksi olarak adlandırır (Freud,1933). Hem sevecenlik hem de saldırganlık içeren bu istekler anksiyeteye sebep olabilir.

Kız çocuğun anneye duyduğu bağlılık doğası gereği son bulur ve çoğunlukla düşmanlık ve nefrete dönüşür. Anneyle ilgili yakınmalar yeterince sevilmemek, yeterince emzirilmemek olabilir ve çocuk anne tarafından asla cinsel olarak doyurulamaz. Ancak aynı durum erkek çocuklar için de geçerlidir ve onlarda bağlılık aynı şekilde sonlanmaz. Freud, kız çocuklarına özel bu durumu cinsiyetler arasındaki anatomik farklılıkla açıklar. Kız çocuğun anneden nefret etmesinin sebebinin annesinin ona bir penis vermemiş olması olduğunu belirtir (*ibid.*).

1.2.2. M. Klein’ın Kuramında Annenin Ruhsal Dünyası ve Anne-Bebek İlişkisi

Nesne ilişkileri teorisyenleri Freud’dan farklı olarak, bebeği içgüdüsel hazzın yanı sıra insanlarla temas arayan sosyal bir varlık olarak görmüşlerdir. Bebek edilgin konumun aksine, aktif olarak anneyi arar ve ihtiyaçlarını ona iletir (Raphael-Leff, 1983). Anne, Freud’un kuramında bebeğin libidosunun nesnesiyken, nesne ilişkileri

kuramında bebeğin yaşantılarına anlam yükleyerek temel bir yapı kuran kişidir (Salo, 2010).

Çocuklarla çalışan ve psikanalize hem teknik hem de teorik alanda önemli katkıları olan M. Klein'a göre annenin bebeğiyle arasındaki ilişki, kendi bebeklik döneminde annesiyle kurduğu ilişkiyle bağlantılıdır. Annenin bebeklerle dolu bedeni ve onları annenin bedenine koyan babanın penisine duyulan hayranlık küçük kızlarda kendi bebeklerine sahip olma arzusu yaratır. Küçük kızların oyuncak bebeklerine olan ilgili ve tutkulu davranışlarında bu arzular gözlenebilir. İçinde büyüttüğü, ardından da doğurduğu bebeğe duyduğu sevgi çocuklukta arzularından gelir. Bir bebeğe sahip olmak babadan çocuk sahibi olma arzusunun engellemesinin acısını da silecektir. Bazı anneler bebekle aralarındaki ilişkiyi kendi arzularının doyumu için kullanmaya devam edebilirler. Örneğin birinin kendisine bağımlı olmasından hoşlanan bir anne, bebeğinin kendisine yapışık olmasını ister ve bağımsızlaşmasından nefret eder (Klein, 1937/2012).

Anne, bebeğiyle özdeşim kurabildiği ölçüde ona sevgi ve anlayışla yaklaşacaktır. Bu durum kendi suçluluk duyguları ve onarım dürtüleriyle ilişkilidir. Suçluluğun aşırı yüksek olduğu durumlarda anne bebeği sevgiye boğarak kendini feda edebilir. Ancak bu şekilde çocuğun bencil biri haline gelmesine sebep olabilir (*ibid.*).

Depresif konumla başarılı bir şekilde başa çıkılamaması ve suçluluğun yoğunluğu, sevilen kişilerden, öncelikle de anneden uzaklaşmaya sebep olur. Özellikle düşlemede aldığı yaralar sonucu ölebileceği korkusu anneye bağlanmayı zorlaştırır. Hayat kaynağı olan annenin ölümü kendi ölümünü hatırlatacağı için aradaki bağ kişiyi zorlayan bir yük olur. Bazı insanlar bu zorluklara karşı sevgiyi inkâr edebilir ya da sevmek için insanlar yerine nesnelere koyabilir. Tam tersi olarak bağlandığı kişiyi kaybedeceği korkusu sebebiyle o insana bağımlı hale gelebilir. Anne memesi ve anne sütüyle başlayan bağımlılık, doğası gereği anneden uzaklaşmaya ve çocuğun yeni haz ve sevgi nesnelere bulmasına sebep olacaktır (*ibid.*).

Klein'a göre bebek ilk aylarda annenin memesine ve bedeninin içine karşı yoğun sadistik dürtülere sahiptir. İçe alma ve yansıtma mekanizmaları erken dönem gelişimde önemli rol oynar. Elde edebildiği ve ona haz veren nesnelere iyi, yoksun

kaldığı nesnelere ise kötü nesnelere. Benlik nesnelere iyi ve kötü olarak içe alır. Kötü nesnelere karşı hissettiği sadizmi onlara yansıtarak onları tehlikeli olarak algırlar. Dolayısıyla bu dönemde bebek yoğun kaygılar yaşar ve bu durum paranoyanın temelidir (Klein, 1935).

Kısmi nesnelere içe alma mekanizması vasıtasıyla ilişki kurulan erken dönemde nesneyle özdeşim kurulamaz. Benlik örgütlendiğinde iyi nesnelere bütünüyle özdeşim sağlanabilecektir. Bundan sonra benliğin hayatta kalması sadece kötü nesnelere gelebilecek tehlikelerle ilişkili değil, iyi nesnelere de korunmasına bağlıdır. Oral yolla ve sadistçe içe alınan nesnelere bedeninde tehlike kaynağı oluşturmasına dair kaygı, özne için olduğu kadar içe alınan iyi nesnelere için de bir tehlike kaynağı haline gelir. Çocuklarda görülen beslenme bozuklukları bu paranoid kökenle ilişkilidir. İyi nesneyle özdeşim arttıkça ve nesnenin içeride güvenle korunabileceği inancı arttıkça içe alım artacaktır. İyi nesnenin içeride tutulabilmesi için içe alım mekanizması önem kazanırken yansıtma ve dışa atım mekanizmaları değer kaybeder (*ibid.*).

Öznenin nefreti kötü nesneye yönelirken sevgi ve onarım duyguları iyi nesneye yönelir. Ancak sevgi çok şiddetli olduğunda iyi nesne de tehlikeye düşer. Annesi gözden kaybolduğunda onu yiyip yuttuğunu düşünen çocuk yoğun bir kaygı yaşar. Bu kaygı bazen bir suçluluk yaratarak anneye karşı abartılı bir düşkünlük yaşanmasına sebep olabilir. Dolayısıyla içselleştirilmiş iyi nesne ile gerçekte sevilen kişinin kaybı arasında doğrudan bir bağlantı vardır (*ibid.*).

İçe alınan nesnelere, erken dönemden itibaren üst benliğin temelini oluştururlar. Ancak bebek, iyi ve kötü nesnelere tamamen ayrı tutamaz ve kötü nesnelere ile alt benliğin zalimliği iyi nesnelere yapışıp, onları daha katı ve talepkâr hale getirir. Melankolide görülen acımasız üst benlik, iyi nesnelere katı taleplerini çabucak yerine getirme ihtiyacından kaynaklanır. Nesne kaybı endişesi arttıkça, zorlaşan onarım görevini yerine getirmek ve onları kurtarabilmek adına üst benliğin talepleri daha da katılaşır (*ibid.*).

Paranoid-şizoid dönemde bölme, idealizasyon, projektif identifikasyon ve inkâr ile görülen manik savunmaların daha sonra depresif anksiyete ve suçluluğa karşı organize bir şekilde kullanıldığı görülmektedir. Nesneyle kurulan manik ilişkilerin özellikleri kontrol, zafer ve aşağılama duygularıdır. Kontrol etme, nesneye bağımlı olma ihtiyacı ile ilişkilidir. Galip gelme, değer vermenin yarattığı depresif duyguların; aşağılama ise nesnenin değerinin inkârıdır (Segal, 1988).

Klein'a göre ancak bütün nesne ilişkisi kurulabildiğinde benlik kendi sadizmini ve zarar verebilme kapasitesini fark ederek bundan rahatsız olur. Klein, bebeğin erken dönemde gösterdiği gelişimi evre yerine konum kavramıyla açıklar. Yaşamın ilk üç-dört ayında bebeğin dünyası reddedici ya da haz veren kısmi nesnelere oluşur. Klein, kötü nesnelere zulmedilme kaygısı yaşattığı bu durumu öncelikle paranoid konum olarak adlandırırken, daha sonra Fairbairn'in şizoid konum terimiyle birleştirerek paranoid-şizoid konum olarak adlandırmıştır. Zamanla annesini bütün bir şekilde algılamasıyla kısmi nesnelere karşı hissettiği yıkım ve sevgi içeren duygular tek bir nesneye yönelir. Kısmi nesne ilişkisinden bütün nesne sevgisine geçen benlik için bütün nesne kaybı kaygısı da başlar. Suçluluk ve vicdan azabıyla birlikte sevilen nesnelere aniden ölebileceğine dair kaygılar yaşanan bu durum depresif konum olarak adlandırılır. Paranoid kaygıların şiddeti ve iyi nesnenin içe alım süreçleri depresif konumda yaşanan kaygıları da doğrudan etkileyecektir (*ibid.*). Anne, sevgi ve nefretin nesnesi olarak arzulanan ve aynı zamanda nefret edilendir. Depresif konumla birlikte sevgi ve nefret arasında başlayan mücadele hayat boyu devam eder (Klein, 1937/2012).

Benliğin şiddetli bir şekilde bölünmesi ve yansıtılmasının sonucu nesnenin persekütör olarak algılanmasına neden olur. Çocuksu içe atma ve yansıtma süreçlerini içeren nesne ilişkilerinin narsisistik bir doğası vardır. Benliğin yıkıcı kısmı sevilen nesneye karşı bir tehdittir ve kişide suçluluk yaratır. Bu suçluluk yansıtma ile ötekine yansıtılırken o kişiye karşı bilinçdışı bir sorumluluk olarak hissedilir. Benlik ideali ve benliğin iyi kısımları başkasına yansıtıldığında ise o kişi sevilir. Her iki durumda da kendiliğin parçalarını kontrol etmeye dair obsesyonel özellikler nesneyle kurulan ilişkide nesneyi kontrol etme dürtüsü olarak ortaya çıkar. Tüm bu yansıtılmaların

sonucu olarak kişi ötekilerden gelecek misilleme tehlikesine karşı insanlardan uzak durma ihtiyacı hissedebilir (Klein, 1945/2004).

Yalnızlık duygusu ve ayrılık korkusu arasındaki ilişki kendiliğın bölünen parçalarının nesneye yansıtılmasıyla açıklanabilir. Ayrılıkla birlikte hissedilen depresif duyguların kaynağı, nesnenin nesneye yansıtılan kendiliğın saldırgan yönü tarafından yok edilmesi korkusudur. Kendiliğın dışarı yansıtılan parçası gibi içsel parça da aynı tehlike altındadır. Kendiliğın bir parçası da dışarıda bırakılmış olduğu için benlik zayıflar ve yalnızlık duygusu bu duruma eşlik eder (*ibid.*).

1.2.3. D. W. Winnicott'un Annenin Ruhsal Dünyası ve Anne-Bebek İlişkisi Üzerine Görüşleri

Winnicott'a göre (1956/1975) insan bebekleri belirli şartlar sağlanmadan hayatta kalamaz ve bu şartların olumlu veya olumsuz oluşuna bağılı olarak farklı şekilde var olurlar. Ancak annesel bakımla açığa çıkabilecek büyümeye ve gelişmeye yönelik potansiyel ise doğuştan gelir. Winnicott, kuramında anne ve çocuğa merkezi bir yer vermiştir. Erken dönemlerden itibaren annenin işlevlerini inceleyerek "birincil annelik meşguliyeti" adını verdiği özel bir ruhsal durum tanımlar. Gebelik boyunca giderek artan ve doğumdan sonra birkaç hafta daha süren, normal bir zamanda hastalık olarak adlandırılabilen şizoid bir epizoda benzer bu özel duyarlılık hali daha sonra bastırmaya uğrar ve hatırlanmaz. "Normal fedakâr anneler" normal olan bu hastalığa yakalanır ve bebeğinin erken dönemi uygun duygulara sahip olması ve gelişim gösterebilmesi için gerekli şartları sağlayabilirler. "Sağığa kaçış" gösterip tüm ilgilerini bebeğine yönlendiremeyen bazı anneler erken dönemde bebekleriyle uyumlu bir ilişki kuramamış olurlar. Bu yetersizlik tepkisellik ve engellenmeden de öte, ortadan kalkma tehdidi denebilecek çok ilkel kaygılar içeren bebeğın "varoluş sürekliliğında" kesintilere neden olur (Winnicott, 1945).

Ancak birincil annelik meşguliyeti sayesinde anne bebeğıyle özdeşim kurarak bebeğın ihtiyaçlarını karşılayabilir ve ona varoluş sürekliliğı duygusunu hissettirebilir. Erken dönemde yeterince iyi bir çevre, bebeğın var olmaya başlamasına, benliğinin

oluşmasına, dürtülerine ve yaşamdaki güçlülere hâkim olabilmesine imkân tanır. Tam tersi olan durumlarda gerçeklik duygusu yerine kaos ve boşunalık duygusu hâkimdir ya da karmaşa yerine gerçek kendiliği saklayan sahte bir kendilik ortaya çıkar (*ibid.*).

Doyum veren bakım, kabaca üst üste gelen üç döneme ayrılabilir. İlk dönem tutma olarak adlandırılır. Ardından anne ve bebeğin birlikte yaşadığı ve bebek tarafından fark edilmeyen babanın uygun çevreyi sağladığı dönem gelir. Son dönemde ise, baba, anne ve bebek bir arada yaşar. Tutma terimi yalnızca fiziksel olarak tutmayı değil, aynı zamanda birlikte yaşamadan önceki çevresel koşulların tümünü kapsar. Birlikte yaşama terimi ise nesne ilişkilerine, bebeğin anneyle bütünleşik olduğu dönemden çıkışına veya nesnelere kendi dışında algılamasına gönderme yapar (Winnicott, 1960/1965a).

Tutma evresindeki gelişimde birincil süreçler, birincil özdeşim, otoerotizm ve birincil narsisizm görülür. Bu evrede benlik bütünleşmemiş bir halden, yapılandırılmış bir bütünleşme haline geçer ve bebek bütünleşmenin bozulmasıyla ilişkili kaygıları deneyimleyebilecek hale gelir. Bütünleşmenin bozulması, benlik bütünleşmesi gerçekleşmeden önce sahip olmadığı bir anlam kazanmaya başlar (*ibid.*).

Bebek, bu evredeki sağlıklı gelişimin sonucu olarak, güvenilir annesel bakımın devamlılığı veya bu bakıma dair anıların güvenilir olarak algılanmasıyla “birim statüsü” kazanarak bağımsız bir kişi haline gelir. Bebeğin, bu gelişimle bağlantılı olan psikosomatik varlığı kişisel hal alır. Buna somada yerleşik olan psişe de denebilir. Bu yerleşmenin temelinde, duyuşal-motor ve işlevsel deneyimlerin bebeğin kişi olma haline geldiği yeni durumuyla olan bağlantısı yatar. Daha ileri bir düzeyde, bir noktaya kadar derinin yüzeyine eş değer olabilecek ve bebeğin “ben” ve “ben olmayan” kavramları arasına yerleşebilecek sınırlayıcı bir zar gelişir. Böylece bebek bir iç ve bir dış ve bir beden şemasına sahip olur. Bu yolla içe alım ve dışa atım işlevleri anlamlı hale gelir ve bebeğin kişisel veya içsel bir gerçekliği olduğu varsayılabilir. Yine bu aşamada idrak ve zekâyla birlikte düşünme ve canlı ilişkilere temel oluşturan ikincil süreçler ve sembolik işleyiş ortaya çıkar. Bu aşamada bebek tamamen bağımlıdır. Benliğin güçlülüğü ve zayıflığı, anneye ve onun, kendiliğin henüz anneden

ayrılmadığı evrede bebeğin mutlak bağımlılığını karşılayabilme yetisine bağlıdır. (Winnicott, 1962/1965c)

Winnicott, beden ve zihnin bütünleşmesini psikosomatik bağdaşma ve ruhun bedene yerleşmesi olarak tarif eder. Bu aynı zamanda tutma evresinde annenin bebeği kucaklamasıyla bağlantılı olarak bebeği bireyselleştirmesinin başarılı bir sonucudur. Psişe kelimesi bedensel parçaların, duyguların ve işlevlerin imgesel bir ayrıntılandırılmasıdır ve sıklıkla düşlem, içsel gerçeklik ve kendilikle eşanlamlı olarak kullanılır (*ibid.*).

Eğer anne, yeterince iyi bir kucaklama sağlayamazsa bebek kendini asla bedeninde bir bütün olarak hissedemeyebilir ve beden-zihin bölünmesi görülebilir. Psikosomatik hastalık, bireyin erken duygusal gelişiminde bir şeylerin yanlış gittiğini gösteren bir semptomdur (akt. Abram, 1996).

Doğal kelimesini normal anlamında kullanan Winnicott için doğal anne, sağlıklı anne demektir. Sağlığı ya da patolojiyi belirleyen çevre ve kalıttır. Yeterince iyi annelik görmek de sağlıklı bir birey olmak için ön koşuldur (*ibid.*).

Abram, Winnicott'un Roger Money-Kyrle'a yazdığı mektuptan, yeterince iyi annenin tanımını aktarır. Winnicott, iyi ve kötü anne yerine yeterince iyi ve yeterince iyi olmayan anne terimlerini kullanarak Kleinyen terminolojiden ayrılmıştır. Bu tanıma göre esasında elinden gelenin en iyisini yapmanın yapabileceği en iyi şey olduğunu bilen kadın yeterince iyi annedir. Bebeğin, annenin başarısızlıklarıyla başa çıkabilmesini sağlayan anlayışı ve engellenmeye karşı toleransı zaman içinde gelişir. Bununla birlikte yeterli kelimesinin anlamı da zaman içinde zenginleşir. Klein'in kuramındaki iyi anne ve kötü anne, gerçek kadınlarla ilgisi olmayan içsel nesnelere. Gerçek bir kadının yapabileceği en iyi şey ise bebeğine yeterince duyarlı olmak ve başlangıçta bebek için iyi meme yanılması mümkün kılmaktır (*ibid.*).

Yeterince iyi annenin, bebeğe tekrar tekrar tüm güçlülük deneyimi yaşatması, bebeğin zayıf benliğine güç vererek gerçek kendilik doğmasını sağlar. Yeterince iyi olmayan anne, bebeğin jestlerine yanıt vermekte düzenli bir başarısızlık gösterdiği için bebeğe tüm güçlülük hissini yaşatamaz. Bebeğin işbirliği ile onun jestleri yerine kendi

jestlerini ortaya koyar. Bebeğin sağladığı bu işbirliği sahte kendiliğin ilk aşamasıdır ve annenin bebeğin ihtiyaçlarını algılayamaması ile bağlantılıdır. Gerçek kendilik, annenin bebeğin spontan jest ve duyuşsal halüsinasyonlarını karşılamadaki başarısının bir sonucudur (Winnicott, 1960/1965b).

Winnicott'a göre bebekler yaklaşık beş aylık olduklarında önemli bir gelişimsel noktaya erişirler. Bu evrede bebek, bir nesneyi eliyle kavrayarak ağızına götürebilir. Bu şekilde kendisinin bir içi olduğunu, nesnelerin dışarıdan geldiğini, fiziksel ve ruhsal olarak içe aldıklarıyla zenginleştiğini kavrar. Bebek annesinin de bir içi olduğunun fark eder ve onun duygu durumuyla ilgilenmeye başlar. Artık kendi ve ötekileri bütün bir insan olarak algılayıp ilişki kurabilmektedir (Winnicott, 1945).

Bebeklik döneminde, bebeğin başına müdahale edemediği iyi ve kötü şeyler gelir. Bebeklik, bebeğin dışsal faktörleri tüm güçlülük alanına toplama kapasitesinin henüz gelişmekte olduğu dönemdir. Annesel bakımın benliğe desteği, bebeğin yaşamasına ve çevresinde gelişen iyi ve kötü şeyleri henüz kontrol edememesine veya bunlar hakkında sorumluluk hissetmemesine rağmen hayatta kalıp gelişimine devam etmesini sağlar (Winnicott, 1965a).

Bebeğin çevresindeki iyi veya kötü şeyler aslında yansıtma değildir, ama bebeğin sağlıklı bir şekilde gelişimine devam etmesi için ona yansıtma olarak görünmesi gereklidir ve bu bir paradoks oluşturur. Burada tüm güçlülük ve haz ilkesini işlerken görürüz ve bunun yanı sıra 'ben olmayan' kavrayışı, özgünleşme ve bireyin olgunlaşması ile bağlantılıdır (*ibid.*).

1.2.4. Freud Sonrasında Annenin Ruhsal Dünyası ve Anne-Bebek İlişkisi Üzerine Diğer Bazı Görüşler

W. R. Bion, Freud'un ve Klein'in kuramındaki temel öğelerin altını çizerek kendine özgü, yeni kavramlar geliştirerek psikanalize katkılar sağlamıştır. Duyusal izlenimler ve duyusal yaşantılar işlenebildiği ölçüde alfa unsurlara dönüşür. İşlenemeyen, hatıralar ile sindirilemeyen yaşantılar ise beta unsurlar olarak kalır. Özümlemeyen bu ruhsal malzemeler rüya düşüncelerinde kullanılamaz, ancak

yansıtmalı özdeşim ve eyleme geçmede etkili olabilirler (Bion, 1962a). Bebek, erken dönemde kendi başına duyu verilerini alfa unsurlarına çevirme yetisine sahip değildir. Anne, düşleme kapasitesini kullanmalı; beta unsurları içine alarak kapsayıp alfa unsurlara dönüştürmelidir. Aksi halde bebek için bu unsurlar anlamlı hale gelmek yerine adlandırılmayan bir dehşet olarak içe atılır (Bion, 1962b). Bion'un kuramındaki annenin düşleme kapasitesi, Winnicott'un birincil annelik meşguliyeti içindeki yeterince iyi anneye denk gelmektedir.

Spitz'e göre bebekler 3 evreden geçerler. İlki, yaşamın ilk üç ayını kapsayan bebek ve anne arasında farklılaşmanın olmadığı nesnesiz dönemdir. Bebek kendini çevresinden ayırt edemez ve annenin memesini kendi parçası olarak görür. Ben, ben olmayandan farklı değildir (Spitz, 1965). İkincisi nesnenin öncüsü olarak adlandırılan, üçüncü ve sekizinci aylar arasındaki dönemdir. Bu dönemde nesne ilişkilerinin başlangıcına işaret eden gülümseme tepkisi görülür. Libidinal nesne dönemi olarak adlandırılan son evre sekizinci ve on beşinci aylar arasındadır. Bu dönemde bebek, anneyi kendine gerçek bir eş olarak görür ve yüzünü yabancılardan ayırt edebilir. On beşinci ay itibarıyla çocuk jest ve hayır kelimesinin kullanımıyla semantik iletişim dönemine geçiş yapar. Bu durum otonom benliğin ortaya çıkışına işaret eder (*ibid.*).

Mahler'in ilham verici çalışması, 1960'larda normal çocuklarla yaptığı, anne ve çocuk etkileşimini doğrudan gözlemlendiği araştırmalardan doğmuştur. Ayrışma-bireyleşme teorisini ortaya çıkaran bu çalışmada bebeğin psikolojik doğumu, biyolojik doğumundan ayrılmıştır. Teoriye göre ikisi aynı zamanda değildir. Biyolojik doğum gözlemlenebilir, dramatik bir olayken, psikolojik doğum, dördüncü ve beşinci aylardan başlayarak otuz altıncı aya kadar devam eden, ruhsallıkta olan ve yavaş gerçekleşen bir süreçtir (Mahler *et. al.*, 1975).

Mahler, bebekliğin en erken haftalarını iki evreye ayırır. İlk altı- sekiz haftayı içeren normal otistik evrede içerden ve dışarıdan gelen bedensel duyuların merkezde olduğu, bebeğin halüsinatuar arzu doyumuyla kendi ihtiyaçlarını karşıladığı kapalı bir tekli sistem modeli vardır. Bu dönemin ardından beşinci-altıncı aya dek süren, bebek ve annenin ortak bir sınır içinde ikili bir birim oluşturdukları simbiyotik evre gelir

(*ibid.*). Bu iki evreden sonra gelen ayrışma-bireyleşme sürecini ise dört alt evreye ayırır. Bebek öncelikle, Mahler'in yumurtadan çıkmaya benzettiği, ilkel benliğin anneye olan erken simbiyotik bağlılığından sıyrıldığı dönemden geçer. Daha sonra, on ve on altıncı aylar arasında, bebek gelişen motor ve kognitif becerileri sayesinde "dünya ile bir aşk ilişkisi" kurmaya başlar. Anneden uzaklaşmanın ardından, dünyada küçük bir parça olduğunu fark eden çocuk yeniden yakınlaşma evresinde tekrar anneye dönerek hem ayrılığı hem de bağımlılıkla ilişkili krizleri tecrübe eder. Açık uçlu son alt evre ise "Nesne Sürekliliğine Doğru" olarak tanımlanır. Bu evre, çocuğun bireysel ve değişken bir bağımsızlık ölçüsüne, ayrıca annesinin göreceli istikrarlı, kalıcı ve farklılaşmış ruhsallığındaki temsiliyle ilişkili bir duygusal dengeye sahip olduğunda başlar (*ibid.*).

Kreisler (2004a), bebeğin duygusal gelişiminin ahenkli olabilmesi için, bakım vereninle arasındaki etkileşimde yer alması gereken nitelikleri şöyle sıralamaktadır: duygusal desteğin bolluğu, ihtiyaçlarına uyum sağlamaya esneklik ve ilişkinin istikrarı. Belot'a göre, anne olmak ruhsal çatışmaları yeniden harekete geçirir ve özdeşimlerde istikrarsızlığa sebep olur. Ebeveynlik, öznenin çocuksu yönlerini uyandırır. Yatırımlar gibi sosyal statü değişir. Bebeğe bakım vermek; tutma, ele alma, nesne sunma, alfa fonksiyonu gibi ruhsal çalışmalar gerektirir. Bebeğin ruhsal olarak olgunlaşmamış olması ve hem iç hem de dış dünyadan gelen uyarımlara bağlı olarak çevresiyle başa çıkmadaki yetersizliği bu ihtiyaçlarını doyuracak bir kişinin bedensel ve ruhsal müdahalesini gerektirir (Belot, Tychev, 2015).

1.2.5. Psikanalitik Literatürde Uyku

Freud'a göre (1917) uyku; dinlenme pozisyonu, sıcaklık ve uyaran eksikliği gibi nitelikleriyle, rahimdeki geçici hayatın somatik olarak yeniden canlandırılmış haline benzer. Birçok insan uyurken cenin pozisyonu alır. Uyuyan kişinin tüm ilgisi çevresinden geri çekilir, nesnelere çekilen yatırım benliğe döner. Uyuyan kişide libido ve benliğin çıkarlarının bir arada olduğu mutlak narsisizm ile libido dağılımının ilk süreci yeniden ortaya çıkar.

Breil *et.al.*'a (2010) göre uyuyakalmak, vazgeçmeyi gerektirir. Uyku, bedenin kontrolünü bırakmayı ve ayrıca zamandan ve zevkten mahrum kalmayı kabullenmek anlamına gelir. Bu yatırımın daha pahalıya mal olduğu zamanlarda “uyuyakalmak” radikal bir çözüm olurken; ona eşlik eden ebeveyni, bu rahatlama ve gevşeme deneyiminin düzenleyicisi olacaktır. Bebeğin uykusu ebeveyn-çocuk ilişkisi içinde düzenlenir. Bion'a göre ebeveynler, düşleme kapasitelerini bebeğe ödünç verir; böylece bebek aşırı uyarıcı düşünceler ve duyumlardan uzaklaşabilir (*ibid.*). J. McDougall'ın (1974) ifadesiyle ebeveynler, rüyalar bu görevi onlardan alana dek, çocuğun uykusunun gardiyanlarıdır.

1.2.6. Anne-Bebek İlişkisi İle İlgili Uyku Üzerine Psikanalitik Görüşler

Ebeveynler, birlikte ve ayrı ayrı bebeklerine kendi geçmişleriyle bağlantılı özellikler atfederler. Bilinçdışı çatışmalardan gelen yansımalar ebeveyn ve bebek ilişkisini etkileyebildiği gibi bebeğin uyku problemlerine de zemin hazırlayabilir. Düşlemsel bebek ödipal arzuların meyvesi olduğunda çatışmalar uyanır ve uyku problemleri ebeveynlerin anaklitik ve ödipal problemleri yoluyla anlaşılabilir. Problem terk edilme ve ayrılık olduğunda ebeveyn bebeğiyle olan her ayrılık hareketini telafi etmeye yatkın olacaktır (Breil *et. al.*, 2010).

Ebeveynin geçmişindeki çatışmaların bebekle birlikte tekrar edip etmeyeceğini belirleyen şey nedir? Fraiberg ve arkadaşlarının (1975) bu sorudan yola çıkarak yaptıkları çalışmada ebeveynlerin geçmişlerinde hastalıklar ya da patolojik figürlerin varlığından ziyade saldırganla özdeşimin temel etken olduğu sonucuna varmışlardır.

1.2.6.1. Ayrılık İle İlişkili Problemler

Uyku problemleri ve gece uyanmaları konusunda geliştirilen hipotezlerde ebeveyn-bebek ilişkisi içinde ayrılığın işlenmesi geniş bir yer tutmaktadır. Breil *et.al.* (2010) bebeğin gelişiminin bir parçası olan ayrılık anksiyetesinin, uyku vaktinde

ortaya çıktığını belirtir ve bu sebeple uyku bozukluklarını anlamadaki öneminin altını çizer.

Winnicott'a (1958) göre yalnız kalma kapasitesi iyi içsel nesnenin varlığına bağlıdır. İçsel nesnelere ilişkileri, dışsal nesnenin geçici yokluğunda hoşnut kalabilmesini sağlar. Bu da ancak yeterince iyi anneyle kurulan iyi bir çevre sayesinde olabilir. Birincil annelik meşguliyetinde yalnızca bebeğiyle ilgilenen anne bir süre sonra kendi gündelik hayatına ve eşine döner. M. Fain ve D. Brunschweig'in "sevgilinin sansürü" olarak tanımladıkları bu durum anne ve bebek ikilisinin arasına mesafe koyarak düşlemsel bir üçüncünün araya girmesine olanak tanır (akt. Vincent, 2015). O zamana dek anne tarafından tüm arzusu ve ihtiyacı doyurulan bebek, annenin zihinsel yokluğunun yarattığı eksiklik algısını otoerotizm ve düşlemsel etkinliklerle telafi eder. Dolayısıyla düşlemsel yaşam geçici olarak yok olan nesneyi hayal etmekle başlar (Debray, 2005). Annenin yatırımı, bebeğin kendini sakinleştirerek anksiyeteyi baş etmesinde önemli bir rol oynarken bebeğin ihtiyaçlarına verilen yanıtlar oto-erotik ve düşlemsel süreçlerin kurulmasını engelleyebilir (Breil *et.al.*, 2010).

Debray ve Belot (2008), fizyoloji uzmanlarının da altını çizdiği gibi, gece boyunca devam eden bir uyku olmadığına; NREM ve REM fazlarının, aralarda uyanmalarla gece boyunca birbirini takip ettiğine dikkat çeker. Bebeklerde yetişkinlere göre daha belirgin olan uyanmaların bir uyku bozukluğuna yol açıp açmayacağını belirleyen, bebeğin onlarla baş etme yöntemidir. Eğer uyanma huzurlu doyum deneyiminin; hayal kırıklığı, açgözlülük ve aşk nesnesini görme ve hissetme zorlamasına ağır bastığı bir zeminde ortaya çıkıyorsa, bebek kolaylıkla kendiliğinden veya emme gibi küçük bir oto-erotik aktivite yardımıyla uyuyabilir. Ancak uyuyakalış ajitasyon veya öfkeyi takip eden ani bir tükenme biçimindeyse uyanıklık aniden ağlama ve kaygılı bir uykusuzluk dönemine yol açar. Bu sebeple gece gündüzün bir imgesidir. Bebeklerin uyanıklık anlarıyla başa çıkabilmesi ayrılığın yol açtığı hayal kırıklığına tahammül ile ilişkilidir.

Özne, ayrılığı geri dönüşü olmayan bir nesne kaybı olarak yaşantıladığında ayrılık anksiyetesi ortaya çıkar. Mahler tarafından özellikle bebeğin beşinci-altıncı aylarında ve on beşinci-on sekizinci aylarında ortaya çıktığını belirttiği ayrılık

anksiyetesinde bebek Klein'in depresif konumda tariflediği melankoliye benzer bir çaresizlik yaşar. Bebek ancak iki-üç yaşa geldiğinde annenin temsilinin içselleştirildiği nesne devamlılığını kazanarak bu anksiyeteye başa çıkabilir (Palacio Espasa, 2005).

Uyku değerli nesnelere ve aktivitelerden ayrılmayı gerektirirken, uyanmak tekrar bir araya gelmek için bir fırsat sunar. A. Freud (2016[1965]), ayrılığın bir prototipi olan yatağa gitmenin ebeveynlerden fiziksel olarak ayrılmayı ve günlük aktivitelerden uzaklaşmayı gerektirdiğinin belirtmiştir. Gelişimsel evre ve önceki deneyimler bu ayrılığın anksiyete, çaresizlik ve hüsrana yaratmasına sebep olabilir. Bowlby, bebeklerin bağlanma figürlerine yakınlık sağlayamadıklarında, fiziksel temas ve bakım arayışı ihtiyaçlarını ağlayarak onlara belirttiğini ifade etmiştir.

Karanlık ve yalnızlık potansiyel bir tehlike işaretidir ve bakım verene yakınlık arayışına sebep olur. Ebeveynin amacı ise bebeğine koruma sağlamaktır ve ona yakın olunamadığında başarısız olma riski yükselir. Bu bağlamda karanlık ve yalnızlık Bowlby'e göre bakım veren için de bir sıkıntı kaynağıdır (akt., Sher, 2008). Annenin ayrılık anksiyetesi kaygı, bebeği bırakma ile ilgili tedirginlik, kısa süreli ayrılık deneyimlerine eşlik eden suçluluk, tasa ve üzüntü tanımlanmıştır (Hock, *et.al.*, 1989). Annenin ayrılık anksiyetesinin düzeyi gece vakti davranışlarını da etkiler. Örneğin huysuzlanma ve ağlama yakınlık ihtiyacının hemen bir yanıt vermesine sebep olur (Sher, 2008).

Gece uyanmaları bebeğin memeden aldığı doyumunu rüya yoluyla varsanılamadığı anlamına gelir ve bu durumda anne, uykunun gardiyanı rolünü rüyalara bırakmamıştır. Erotizmin yalnızca emzirme yoluyla bebeğe geçebildiği durumlarda bebek kendi otoerotizmini geliştiremez. Bazı vakalarda ise çatışma annenin bebeğin kendi hazları olan bir özne olduğunu kabul edememesidir. Depresif bir anne söz konusu olduğunda ise bebek, annenin depresyonuna ilaç olma yükünü üstlenebilir. Tümünde bebeğin kendini sakinleştirme ve tekrar uykuya dalma çabaları ebeveynin anksiyetesi tarafından engellenir (Breil *et.al.*, 2010).

Ebeveynlerin perinatal ölümler gibi yoğun endişeler yaşamaları ya da kendi çocukluklarından gelen ayrılma ve terk edilme problemleri de ebeveynlerdeki ayrılık anksiyetesini canlandırabilir. Bu durumlarda bebekten ayrılmak dayanılmazdır, çünkü

onlar için bebeğin gözyaşları ıstırap ifadesidir ve bebeğin ağlamasına izin vererek travmatize olmasından korkarlar. Bazen de çalışan anneler suçluluk duygusuyla gece boyu süren uyutma görevini kabullenebilirler (*ibid.*).

1.2.6.2. Psikosomatik Semptom Olarak Uyku Problemleri

Bebek ve çocukların psikosomatik kliniğinde uyku bozuklukları; görülme sıklıkları, sonuçları ve erken dönem psikosomatik bozukları anlamada bir model oldukları için merkezi bir konuma sahiptir (Kreisler, 2004). Çocuklardaki psikosomatik hastalıklarda çocuğun duygusal ihtiyaçları ve bunlara verilen çelişkili çevresel yanıtların ekonomik yapıyı etkileyerek psikolojik bir dönüşüme sebep olduğu göz önünde bulundurulmalıdır (Vincent, 2015). Henüz konuşamayan bebekte beden, ruhsal acının ifadesinde en önemli yere sahiptir.

Psikosomatiyen analistler annesel işlev ve çocuğun uykusu arasındaki ilişkiye odaklanmışlardır. Rüyanın “uykunun gardiyanı” olma görevi, erken dönemde anne tarafından yerine getirilmektedir. Annenin ikincil libidinalizasyon işlevini tamamlayamadığı durumlarda, uyku bebeğin emzirme sonrası doyumla fizyolojik olarak kışkırtıldığı erken dönemlerdeki niteliklerine geri dönebilir. Bu yüzden uyku koruyucu rolünü kaybeder (Breil *et. al.*, 2010). Uykunun libidinalizasyonu uykuya dalma zamanının, bebeğin küçük miktarda uyarımlarla doyum deneyimlerini sanrılayabileceği sakin bir zaman gerektirir (Debray, Belot, 2008)

Michel Fain, doyumla başlayan libidinal narsisistik geri çekilmeyi takip eden uyku ile yalnızca içsel bir gerilimden sonra ortaya çıkan hayal kırıklığı ya da acının dinmesini takip eden uyku arasındaki farka dikkat çekmektedir. Ruhsal aygıt düşleme yoluyla bu iki tür uykuyu bütünleştirerek uzlaşma sağlar (akt. Vincent, 2015). Freud, libidonun bir kısmının uykuda narsisizme gerilemeyi reddederek, engellenmesinin uykuya dalmayı engelleyeceği arzuların varsanısal süreçlerle doyumunu sağladığını belirtmiştir. Erken dönem uyku problemlerinde, yoğun gerilim azaltılmadığı için birincil narsisizme gerilemek imkânsız hale gelir. Varsanısal aktivite yerine öz yıkıcı motor aktivite geçer. Bu yalnızca bebek yeterince olgun

olmadığından değil, aynı zamanda doyum veren anı izlerinin de eksikliği yüzündendir. En erken doyum deneyimleri basit duyuşsal-motor deneyimler ve bedene bağılı erotik deneyimlerle bağılantılıdır (*ibid.*).

Ruhsal aygıtın temel işlevlerinden biri hoş olmayan durumlarda ortaya çıkan uyarılmanın yükünü boşaltmaktır. Bu işlev yerine getirilemediğinde dezorganize edici etkileri olan travmatik bir durumla karşı karşıya kalınabilir. Aşırı uyarılmadan kurtulmak için ruhsal aygıt yetersiz kaldığında motor ve duyuşsal davranışlar kullanılır (Szwec,2004). Szwec tarafından kendini sakinleştirme yöntemleri olarak adlandırılan ve ruhsallıkla bağılantılı olmayan bu etkinlikler, belirli bir uyarılmanın tekrarlanması yoluyla rahatlama arayışıdır. Doyum yoluyla rahatlama sağlamadıkları için başarısızlığa sonuçlanmaları kaçınılmazdır. Yalnızca kaşınan bir yeri kaşımayla gelen rahatlama ile kıyaslanabilecek çok kısa ve basit bir rahatlama getirirler. Bazen de rahatlama tekrarlanan davranışların sonucu olan yorgunlukta aranır. Bu süreç otoerotizm ve halüsinatuar arzu doyumunun dışındadır, sembolik bir içerikleri yoktur ve düşlemsel bir aktivite tarafından yürütülmezler.

Uykusuz bebeklerin de annelerinin kucağında doyum yoluyla rahatlamadıkları, hareketli ve gürültülü aktivitelere yöneldikleri görülmüştür. Annenin varlığı üzüntülü bir durumda rahatlamaya yetersiz bir nesnenin içselleştirilmesine sebep olduğunda, çocuk travmaya karşı daha hassas olur. Anneyle ilişki doyum deneyimi içermediğinde, düşlenebilecek bir doyum da mümkün olamaz (*ibid.*).

Belot (2013), erken dönem uyku problemleri yaşayan bir bebeğin öyküsünü anlattığı makalesinde uyarı-kalkanı sisteminin önemine dikkat çeker. Freud tarafından, içle dış arasında bulunan ve organizmayı dışsal uyarılara karşı koruma işlevine sahip bir bariyer olarak tariflenen bu sistem bebekte henüz gelişmemiştir. Dolayısıyla erken dönemlerde ebeveynin uyarı-kalkanı sistemi önem kazanır. Bebek, uyarılımlarının kapsanabilmesi için annenin ruhsal işleyiş kapasitelerine dayanır. Gereksiz uyarıların filtrelenemediği durumlar bebeğin aşırı uyarılmasına sebep olarak somatik dışavurumlara sebep olabilirler.

1.3. Araştırmanın amacı

Bebeğin yaşadığı uyku problemlerini ayrılık anksiyetesi ile açıklayan literatürden yola çıkılarak; annenin, bebeği her uyandığında kendi kendine uyumasını bekleyemeden, hızlı bir şekilde onun talebine yanıt verme çabasının annenin sevilen nesnenin kaybına karşı onarım çabalarıyla ilişkilendirilmiştir. Nesne kaybı endişesiyle zorlaşan nesneyi onarma ve nesneyi kurtarma görevlerini yerine getirebilmek için üst benliğin taleplerinin de katılması ve buna bağlı olarak ortaya çıkan depresif duygulanımlara karşı manik savunmaların devreye girmesi beklenir (Klein, 1935).

Erken dönemde bebeğin uyarılımlara karşı uyarı-kalkanı sistemi henüz gelişmemiştir ve uyarılımlarının kapsanabilmesi için diğer pek çok ruhsal işlevde olduğu gibi annenin ruhsal işleyiş kapasitelerine dayanır. Bebeğin yaşadığı uyku problemlerini psikosomatik semptom olarak açıklayan literatürden yola çıkarak doyum yoluyla uykuya dalamayan bebeğin annesinin de kaygı durumu karşısında iç nesnelere dayanarak rahatlayamadığı ve kendini sakinleştirme yöntemlerine başvurduğu ve bebeğine ancak böyle bir yolla sakinleşme sağlayabildiği düşünülmektedir.

Bebeğin yaşadığı uyku problemlerinin annenin ruhsal dünyası ile ilişkisinin araştırıldığı bu çalışmada annenin ruhsallığının bu iki boyutu projektif testler aracılığıyla incelenecektir.

1.4. Araştırmanın Hipotezleri

1.4.1. Kuramsal Hipotezler

Bebekleri uyku problemleri yaşayan annelerin;

- a) Yaşadıkları nesne kaybı endişesi sebebiyle üst benliklerinin taleplerinin katıldığı ve buna bağlı olarak ortaya çıkan depresif duygulanımlara karşı manik savunmalar kullandıkları düşünülmektedir.

- b) Bebekleri uyku problemleri yaşıyan annelerin ruhsal aygıtlarının uyarımlara karşı içsel heyecanlarını kontrol etmekte yetersiz kaldığı ve “kendini sakinleştirme yöntemleri” olarak adlandırılan duyuşal-motor etkinliklere yöneldikleri düşünölmektedir.

1.4.2. İşlemsel Hipotezler

- a) 1-Rorschach testinde güç ve otorite ile ilişkilendirilen Kart IV ve VI’da katı ve cezalandırıcı üstbenlik imgeleri sunmaları beklenmektedir.
2- TAT’de depresif konum, nesne kaybı ve tek başına kalabilme kapasitesi ile ilişkili 3BM, 12BG, 13B ve 16. kartlara verilen yanıtlarda;
3- Rorschach testinde ayrılık süreçleri ile ilişkili 10. karta verilen yanıtlarda kartın gizil içeriğine uyumsuz ve tezat bir şekilde olumlu; mutluluk ve coşku içeren tasarım ve senaryolar olması beklenmektedir.
- b) 1- Rorschach testinde TRI analizinin kişinin dışsal uyarımlar karşısında heyecansal kontrolünü kolayca kaybedebildiğini gösteren dışadönüklük tipinde olması ($\sum K < \sum C$);
2- C ve CF yanıt sayılarının toplamının FC yanıt sayılarından yüksek olması;
3- Erken dönemde bakım verenle ilişkinin doyum verici bir niteliğı olmasına bağılı olarak anne imgesi hakkında bilgi veren Rorschach testinde I, VII ve IX numaraları kartlara ve TAT’de 7GF kartına verilen yanıtlarda olumsuz ve kapsayıcılıktan uzak bir anne temsili sunmaları ve ön görüşmede kendi anneleri ile ilgili anlatımlarının buna paralel olması beklenmektedir.

İKİNCİ BÖLÜM

METODOLOJİ

2.1. Katılımcılar

Bu araştırmaya yedi gönüllü katılımcı dâhil edilmiştir. Katılımcıların bebekleri İstanbul ilinde bulunan özel bir pediatri kliniğinde düzenli olarak takip edilmektedir. Bebeklerinin yaşadığı uyku problemleri ile ilgili yakınmalarını bildiren ve pediatri tarafından bu problemlerin organik bir hastalığa bağlı olmadığı belirlenen anneler araştırmaya dâhil edilmiştir. Araştırmanın katılımcıları araştırmaya dâhil olma sıralarına göre numaralandırılmıştır.

Uyku problemleri için kriterler bebeğin uykuya dalmada günlük yaşaması ve/veya gece sık uyanması olarak belirlenmiştir. Bebeğinin yaşının üç-on iki ay aralığında olması ve prematüre doğumla dünyaya gelmemiş olması araştırmaya dâhil edilme kriterleri olarak belirlenmiştir. Uyku problemlerinin nedenleri bebeğin ve çocuğun yaşına ve gelişim dönemine bağlı olarak değişebilmektedir (Kreisler, 2014). Bu araştırmada erken dönemde yaşanan problemlerin incelenmesi amaçlanmıştır. Bazı araştırmalar prematüre bebeklerin duyumsal eşiklerinin düşük olması sebebiyle uyku bozukluklarının anlaşılmasında ön yargı oluşturabileceğini belirtmektedir (Guedeney, Kreisler, 1987). Bu sebeple diğer bir kriter de annenin 37. gebelik haftasından sonra doğum yapmış olması olarak belirlenmiştir.

2.2. Veri Toplama Araçları

Bu araştırmada Bilgilendirilmiş Gönüllü Onam Formu, Yarı Yapılandırılmış Klinik Görüşme Formu, Rorschach Testi ve Tematik Algı Testi veri toplama aracı olarak kullanılmıştır.

2.2.1 Yarı Yapılandırılmış Klinik Görüşme Formu

Araştırmacı tarafından geliştirilen yarı-yapılandırılmış klinik görüşme formu (bkz. Ek 2), bebeğin uyku düzeni ve yaşanan problem; annenin gebelik dönemi ve doğum süreci; annenin kendi bebeklik dönemi ve annesi ile ilişkisi hakkında bilgi almaya yönelik sorular içermektedir. Psikanalitik yönelimli çocuk psikoterapisti olan Daws, uyku problemleriyle kliniğine başvuran ailelerle yaptığı çalışmayı anlatırken yapılan görüşmede öncelikle ele almış olduğu üç unsuru belirtmiştir. Bu unsurlar bebeğin gece ve gündüz yaşantısına dair zamansal ve mekânsal detaylı bilgiler; gebelik, doğum ve ilk haftalara dair anılar; ebeveynin birbirleriyle ve kendi ebeveyniyle ilişkileri hakkında bilgilerden oluşmaktadır (1985). Bu bilgilerden yola çıkılarak oluşturulan form üç soru içermektedir. Katılımcılar, süre sınırlaması olmadan, sorular üzerine akıllarına gelenleri anlatmakta serbest bırakılmış, katılımcıların anlattıkları kesintiye uğratılmadan çağrışımları takip edilerek dinlenmiş, gerektiğinde ek sorular da yöneltilmiştir.

2.2.2. Rorschach Testi

Psikiyatri uzmanı Hermann Rorschach tarafından 1911-1919 yılları arasında geliştirilen test, başlangıçta hastaların mürekkep lekelerinden yola çıkarak algısal süreçlerini ifade etmesini amaçlamıştır (Chabert, Anzieu, 2011). Daha önce mürekkep lekeleri gösterilerek hastalarla yapılmış başka test çalışmaları vardı; ancak Rorschach, bu testi kişilik testine dönüştürmeyi mümkün kılan yorumlama biçimlerini bulmayı başarmıştır. Yaptığı çalışmalarda hastaların ruhsal dünyasına dair birçok bulgulara ulaşmış ve günümüze kadar klinik alanda yaygın bir şekilde kullanılan bir test haline gelmiştir.

Türkiye’de yapılan çalışmalara bakıldığında ilk olarak Anastasiadis ile karşılaşılmaktadır. Yaptığı çeviri ve araştırmalar sayesinde test klinikte kullanılmaya başlamıştır (İkiz,2017). Tevfika İkiz ise uzun yıllar boyunca testin Fransız ekolüne bağlı psikanalitik yorumunun Türkiye yaygınlaşması ve geliştirilmesi için eğitimler vermiş, araştırmalar yürütmüş ve ekibiyle birlikte testin Türkiye standardizasyon

çalışmalarını gerçekleştirmiştir (Tunaboşlu-İkiz, Erdem-Atak, Pirim-Düşgör, Zabcı, 2009).

Testin uygulanışı, kartlarda gördüklerini anlatmasını bildiren yönerge verildikten sonra on adet kartın gösterilmesi, vermiş olduğu tüm yanıt, davranış ve yorumun kaydedilmesi şeklindedir (Chabert, Anzieu, 2011). Simetrik olan tüm kartlar yapısal ve duyuşsal özelliklerine göre gruplara ayrılabilir. 1, 4, 5, 6 ve 7 numaralı kartlar siyah-beyaz; 2 ve 3 numaralı kartlar siyah ve kırmızı; 8,9 ve 10 numaralı kartlar ise pastel renklidir.

Her yanıt lokasyon, yanıt türü ve içeriğine göre ayrı ayrı kodlanır. Yanıtların yerleşimi kavrayış tipi, algılama, gerçeklik ve dış dünya ile kurulan ilişki hakkında bilgi verir. Yanıt türü, yanıtı ortaya çıkaran ve algıyı harekete geçiren süreçlerle ilişkilidir. Yanıtların içerikleri ise bilişsel kapasiteler ile ilişkilidir ve niteliklerine göre yorumlanabilirler (Chabert, Anzieu, 2011).

2.2.3. Tematik Algı Testi

Gösterilen resimlerden yola çıkarak kişiden bir hikâye anlatılması beklenen Tematik Algı Testinin ilk formu 1935 yılında Morgan ve Murray tarafından yayınlanmış, Türkiye uyarlaması Anastasiadis tarafından yapılmıştır. Murray'ın ardından Tomkins, Aron, Piotrowski ve Bellak tarafından çeşitli yorumlama yöntemleri geliştirilmiştir. Bu araştırmada Shentoub tarafından geliştirilen yorumlama ve hikâyelerin oluşturulmasında kullanılan işlemlere göre yapılan sınıflandırma yöntemi kullanılmıştır (Chabert, Anzieu, 2011).

Shentoub'a göre oluşturulan hikâyeler psikopatolojik örgütlenme savunmalarına dair bilgiler vermektedir. Hikâyelerin biçimleri kişinin sentez ve bütünleştirme süreçleri hakkında bilgi vermektedir. Shentoub ve ekibi tarafından geliştirilen sınıflandırmaya göre yanıtlar A, B, C ve E serilerindeki kategorilere göre kodlanmaktadır. Hikâyelerin içeriklerinin yorumlanması ise çatışmalar, özdeşim süreçleri ve nesne ilişkileri hakkında bilgi vermektedir. Nevrotik düzeyde ele alınan

kartlarda kastrasyon kaygısı ve ödipal çatışmalar görülürken, psikotik düzeyde parçalanma kaygısı ve kimlik sorunları görülmektedir. Sınır durumlarda ise nesne kaybı ve depresif endişe ve bunlara bağlı savunmalar dikkat çekmektedir (Chabert, Anzieu, 2011).

2.3.3. Veri Toplama Süreci ve Verilerin Analizi

Araştırmaya katılmak üzere yönlendirilen katılımcılarla klinik bir ortamda görüşmeler yapılmıştır. Katılımcılar görüşmeye bebekleri ve eşleri ile gelebilmeleri konusunda serbest bırakılmıştır. Katılımcılara öncelikle Bilgilendirilmiş Gönüllü Onam Formu (Bkz. Ek 1) sunulmuştur. Bu form, katılımcıların araştırmanın amacı, araştırmada kullanılan veri toplama araçları ve uygulama süreleri hakkında bilgilendirilmesini sağlayacak kısa bir açıklama içermektedir. Açıklamanın ardından katılımcının araştırmaya gönüllü olarak katıldığını beyan eden bir onay yazısı bulunmaktadır ve katılımcılardan imzalamaları beklenmiştir. Katılımcılar bilgilerinin gizli tutulacağı ve istedikleri takdirde araştırmadan çekilebilecekleri yönünde bilgilendirilmiştir.

Yarı yapılandırılmış ön görüşmeler katılımcıların tercihine göre yalnızca anne ile; ya da anne, baba ve bebek ile yürütülmüştür. Ön görüşmenin ardından yalnızca anne ve araştırmacının bulunduğu ortamda önce Rorschach Testi ardından TAT uygulanmıştır.

Uygulamalar sırasında yazıya dökülen verilerin analizinde Rorschach testi ve TAT Fransız Okulu Kodlama Sistemine göre kodlanmış ve testlerin içerikleri görüşmeler ile birlikte psikanalitik yaklaşımla yorumlanmıştır.

ÜÇÜNCÜ BÖLÜM

BULGULAR

Bu bölümde öncelikle katılımcıların sosyodemografik verileri, genel olarak klinik görüşmeler ve projektif testler ele alınacaktır. Ardından araştırmanın hipotezleri belirlenen kriterlere göre incelenecektir.

3.1. Sosyodemografik Bulgular

Araştırmaya dâhil olan 7 annenin yaşları 33 ve 38 arasında değişmektedir (ort. 35.5). Katılımcıların bebeklerinin yaşları ise 4.5-9 ay arasında değişmektedir (ort. 6.7). Tüm katılımcılar üniversite mezunudur, gelir düzeylerini iyi olarak tanımlamaktadır ve biri hariç hepsi beyaz yakalı bir işte çalışmaktadır. Yalnızca bir katılımcı ikinci çocuğunun uyku problemleri sebebiyle araştırmaya dâhil olmuştur; diğer annelerin bir çocuğu vardır.

3.2. Klinik Görüşmelerin Genel Değerlendirmesi

Yapılan ön görüşmelerde öncelikle bebeklerin uyku alışkanlıkları ve yaşanan problem hakkında bilgi toplanması amaçlanmıştır. Elde edilen verilere göre bebeklerin gece uyanma sıklıkları 3-8 arasında değişirken, gece uykusunda kesintisiz bir şekilde uydukları en uzun sürenin 2-4 saat arasında değiştiği görülmüştür. Bebeğin günlük rutinin bir parçası olan uyku, anneler tarafından doğal bir süreç olarak yaşanmamaktadır. Bebeklerini uyuturken kendilerine yol gösterecek içsel kaynaklar bulmakta zorluk yaşadıkları görülmüştür. Bir katılımcının, oldukça erken bir dönemde bilimsel kaynaklara ve davranışçı yöntemlere başvurduğu öğrenilmiştir. Bu durum anneliğin aktarımındaki ve içsel anne temsillerindeki yetersizlikleri akla getirmektedir. Bazı anneler bebeğin babası tarafından daha kolay ve kısa sürede uyutulabildiğini aktarmıştır.

K2.

“Uyku eğitimi araştırdım. Tracey Hogg mantıklı geldi. Ama 4 aylıkken denediğimde çok ağladı. Uyku eğitimini erteledim... 8 aylık olana kadar kucağında, kanguruda dolaştırarak uyuttum. 45dk-1 saat dolaşıyor sonra saat başı uyanıyordu. 8. aydan sonra yine uyku eğitimi denedim. Küçüklüğünden beri Ali Baba şarkısı ile uyuyordu... Gece emziğı düşünce benim getirip vermeme bekliyor kendi bulsa bile alıp uyumaya devam etmiyor... Ben bir çocuk nasıl uyur bilemiyorum. Keşke biri bunu söyleseydi.”

K7.

“Çocuğın uyandırılması benim için hikâneydi. İçimden canavar çıkıyordu. Benim için büyük bir korkuydu.”

Dört katılımcı erken dönemde bebeğinin somatik semptomlar sergilediğini aktarmıştır. Anneler bebekleriyle ilk karşılaşmadan itibaren zorluk yaşamaya başlamıştır. Bebeğın erken dönemdeki somatik dışavurumları, annenin ruhsal işlevlerinin uyarınları filtrelemede yetersiz kaldığını düşünürmüştür.

K1.

“İlk üç ay kolikti. İlk bir ay hep ağlıyordu. İlk daha kolay adapte olabilen bir çocuktu.”

K2.

“Doğduğundan beri sorun. İlk dört ay gaz vardı, o dönemde ayakta sallamaya alıştırdık.”

K3.

“İkinci haftadan sonra akşam saatlerinde katılarak ağlamaları başladı. Üç ay boyunca devam etti.”

K6.

“Genel olarak sakin bir bebeğımız var. Yirmi gün çok güzel geçti, yirmi birinci gün gaz şeyiyle başladık. İkinci ayda bir nezle geçirdi.”

3.3. Projektif Testlerin Genel Değerlendirmesi

Katılımcılara uygulanan projektif testlerden elde edilen bulgular tüm katılımcıların sınır düzeyde ruhsal işleyişe ait özellikler taşıdıklarını göstermektedir. Katılımcılardan beşi narsisistik yapılanma olarak değerlendirilmiştir. Bir katılımcının psikotik düzeye yakın olduğu görülürken diğer bir katılımcının protokolünde ise histerik savunmalar dikkat çekmiştir.

Tüm protokoller oldukça zengin içerikler sunmaktadır ve yanıt ortalamasının (R. ort.31) normun (R:20) üzerinde olduğu görülmektedir. Buna karşın üç protokolda testin görev gibi algılandığı ve yetersizlik duygularının tetiklendiği görülmektedir. Bu durum yapılan ruhsal çalışmayı sınav gibi ele aldığı ve başarılı olmaya çalıştığını düşündürmüştür. Bununla ilişkili yanıtlarla anne imgesine gönderme yapan kartlarda karşılaşmıştır.

K4 (R: 34), Rorschach Kart IX

“Belli bir süreden sonra zorluyormuşum gibi hissediyorum. Yine harita görüyorum ya şurası olmasa sanki bir yerin define haritası gibi bir şey. Şurası popoya benziyor. Üretmiyorum başka.”

K6 (R:41), Rorschach Kart VII

“Sorular gittikçe zorlaşıyordu...”

K7 (R:48):

“...Artık bir şeye benzetmekte zorlanıyorum...”

Narsisitik olarak değerlendirilen katılımcıların protokollerinde farklılaşmanın mümkün olmadığı, ayna ilişkilere yatırım yüksektir. Teste yönelik tutumlarına bakıldığında ise malzemenin çok değerli ya da çok değersiz bulunabildiği görülmüştür.

K3, Rorschach Kart III

“Bunda karşılıklı 2 kişinin konuşması işbirliği içerisinde olduklarını hissettiriyor. Gönüllerinin bir ellerinin bir karşılıklı birbirlerini aynı duygu ve düşünceyle yaklaştıkları izlenimini uyandırdı.”

K3, Rorschach Kart VIII

“Bu daha çok bir gövdesi bir ayıyı andırıyor ama ayakları bir kaplan edasında. 2 tane kaplan gerçi birebir aynısı gibi sağlı sollu. Avlanmıyor ama sanki su içmek gibi değil ihtiyaçlarını gideriyor gibi. Sakin bir zamanı yani.”

K4, Rorschach Kart III

“2 yansıma birbirinin yansıması aynaya bakıyor bu sanki şuradan itibaren simetri görüyorum, simetri severim. Aynanın yansımasına bakıyor. Basgitara benziyor şu elektrogitar.”

K5, Rorschach Kart III

“Aynı işi yapan 2 tane insan var. Aynı şeyleri yapıyorlar aynı şeyleri düşünüyorlar birbirlerinin aynısı bunlar yüzleri birbirlerine dönük. Sanki böyle birbirlerini seven 2 insan var gibi burada ve sanki ikisi aynı şeyi yapıyor.”

K6, Rorschach Kart VII

“...Karşılıklı sohbet eden 2 kadın ve kafalarında saçları sanki yukarı doğru gitmiş. Yaşlı kadın. İkisi sanki aynı. Burada kurt kafası havlamaya hazır. Ya da köpek. Bir tane de bağırarak kurt ya da ayı kafası gibi bir şey var.”

K7, Rorschach Kart I

“...Böyle çalاکalem yapılmış bir suluboya hissi... Bu resmi ben yapsaydım renkli yapardım. Çok sıkıcı olmuş gri dedirtti bana...”

K7, Rorschach Kart IV

“...Çok merak ettim bunları bu kaçınıcı kart bunları rastgele mi yapıyorlar ne dürtülerle yapılmış illa bu resimden değil de daha genel...”

K7, Rorschach Kart IX

“...Ama gerçekten bu kartları kim yaptıysa aynı şeyi iki tarafa yapmaktan sıkılmamış mı bana versin ben boyayım hayat bu kadar simetrik değil sonuçta...”

Psikotik işleyişe yakın olduğu düşünülen bir katılımcının protokolünde düşünce içeriğinde bozukluk olarak değerlendirilen ve keyfi bağlantılar içeren

yanıtlar, simbiyotik ilişki arzusu, bütünlükten uzak beden imgeleri, sembolik düzeyi düşük ve çığ tasarımlar dikkat çekmiştir.

K1, Rorschach Kart III

“Burada iki insan görüyorum. 2 insan sanki karikatürde olur ya beyinlerini eline almış. Kalpleri kendine bakan sanki her birinin kalbi kendine bakıyor. Şunları da böyle hayvansal bir figür maymun değil de. Değişik canlılar olur ya korku filmlerinde onlar gibi ters duran o kadar.”

K1, Rorschach Kart VIII

“Burada 2 tane aslan diyesim ya da kaplan diyesim geliyor. Sanki bir dağ ya da orman dağ, bir şeyin elinden tutuyorlar sanki. Birbirlerine kenetlenmiş kıskaçla tutuşturulmuş 2 parça maviyle kırmızı görüyorum. Şurada resmen bunu tutmuş bir el gibi yani o kadar. Şu dağ şunun devamında yeşillik orman Burada sanki birleşiyormuş gibi ormanla bir şey.”

Histerik savunmalarla karşılaşılan diğer katılımcının protokolünde ise ödipal ve preödipal düzeyde çatışmalara gönderme yapan içeriklerin bir arada bulunmaktadır. Esas kaygı ise nesne kaybı düzeyindedir.

K2, Rorschach Kart III

“Şu ayakkabı görüyorum sanki. Arkadan böyle kocaman bir dev ya canavar gibi kuyruğu olan dinazorumsu da olabilir. Canavar gibi bir şeye benziyor bu. Bunu parça parça göremedim de bütün olarak görünce ona odaklandım. Şunlar mesela dal olabilir ama şimdi pençe gibi görünüyor. Şunlar kuyruğu, şunlar ayakkabıları olabilir. (Anket) Zehirli bir kol olabilir canavar zehirler ya elleriyle. Akrebin kolları da olabilir mesela.”

K2, Rorschach Kart VII

“Ben burada dedikodu yapan 2 kadın görüyorum saçları toplu hatta bir yerden düşüyorlarmış da saçları uzamış birbirine bağlı 2 kadın. Ay kahve falı gibi oldu ama birbirlerini aşağı çekiyorlarmış gibi sanki. Bu yüzden tartışıyorlar sanki bir yerden düşüyormuş gibi boşluktalar. V Şöyle bakınca boşlukta bir mantar varmış gibi duruyor beyaz kısım. A Şunlar sanki palyaço ayakkabısına benziyor kocaman büyük yuvarlak

burunlu. Şuralarda surat görüyorum. Her yerde görüyorum zaten kapı kollarında filan. Kocaman ağzı yüzü filan var. Şuraya bakınca da sanki kokarca, kokarca kuyruğu. V Bu fil kafası da olabilir filin hortumu sanki.”

K2, TAT Kart 6GF

“Keşke ses kaydı alsanız daha kolay olur. Şu nedir diye soracağım size görünmeyen tam sehpa herhalde o. Bir adam oturan kafede oturan bir bayanın yanına yaklaşıyor. Yine eski zamanlarda geçen bir hikâye. Kendisine bir soru soruyor tanıyıp tanımadığını belki. Kadının suratındaki şaşkınlık ifadesi tanımadığını düşündürüyor. Belki de oturabilir miyim diyor. Suratında muzip bir ifade var. Sonunda da kadının kibarca reddetmesi ve oradan ayrılmak isteyeceğini düşünüyorum.”

3.4. Manik Savunmaların Projektif Testlerdeki Görünümleri

Yaşanan nesne kaybı endişesi, nesneyi onarma ve kurtarma görevini de zorlaştırmaktadır. Bu durum üst benliğin taleplerinin katılaşmasına ve depresif duygulanımların ortaya çıkmasına sebep olur. Araştırmanın ikinci hipotezinde bebekleri uyku problemleri yaşayan annelerin ayrılık anksiyetesi ve depresif duygulanımlara karşı manik savunmalar kullanıyor olmaları beklenmiştir. Katılımcıların üstbenlik yapılanmaları Rorschach testinde Kart IV ve Kart VI aracılığıyla incelenirken savunma mekanizmaları TAT’de 3BM, 12BG, 13B ve 16. kartlar ve Rorschach testinde 10. Kart aracılığı ile incelenmiştir.

3.4.1. Üst Benlik Yapılanmasının Rorschach Testi ile İncelenmesi

Rorschach testinde Kart IV ve onunla birlikte değerlendirilen Kart VI güç ve otorite imgelerini çağrıştıran yapıları ile bu imgeler karşısında alınan konum hakkında bilgi verir. Bu kartlara verilen yanıtlarda otorite imgesinin katılımcılarda kaygıya sebep olduğu düşünülmüştür. Katılımcıların genellikle yansıtmış oldukları güçlü

imgeleri detay yanıtlara bölerek ya da değersizleştirerek pasifize edip baş edilebilir hale getirmeye çalıştıkları dikkat çekmektedir.

K1 karanlık güç tanrıçası yanıtıyla oldukça katı bir annesel üst benlik imgesi sunmaktadır. Ardından ağaç yanıtıyla bu imgeyi pasif bir pozisyona getirmeye çalışmıştır. Kelebek imgesi ise bu imge karşısındaki konumunu göstermektedir. Her iki kartta yer alan siyah ve beyaz renge yapılan vurgular depresyon ve yaygın anksiyeteye işaret etmektedir. Parça ve bütünlü ilişkili söylem dağılma ile ilişkili preödüpal düzeyde bir kaygıya işaret etmektedir.

K1, Rorschach Kart IV

“Bu sanki böyle güç tanrıçaları olur ya filmlerde öyle bir şeye benzettim bütünsellik. Ya da bir ağaç gibi duruyor bütünleşmiş gövde var ağaç kısmı > A Yani bir parça 2 taraf burası ve burası 2 parça. Ortada çok belirsiz bir kalp görüyorum. Kelebek sanki kalpten ziyade bu kadar. (Anket) İlk bütünsel baktığımda hep böyle genelde karanlık güç tanrıçaları olur ya kanatlarını açmış gölgemsi kafası. Burada kollarını açmış gibi.

Sanki burada dipleri olan gövdesi olan sonra dalları olan tepesi olan şekil gibi. Bazılarına parça parça bazılarına bütün baktım. Tam ortada beyazlığı ona benzettim.”

K1, Rorschach Kart VI

“İlk çıkarttığınızda sanki ciğerler gibi geldi röntgen ciğer olur ya onlar gibi geldi. Ayrıntılı baktığımda üst kısmı böcek gibi duruyor bıyıkları olan. Ortada gene kelebek var. (Anket) Açıklık koyuluk ciğer filmi gibi 2 parçaya ayrılmış gibi. Beyazlık birçok resimde var ya. Zaten bu simetri şunun aynısı kapatsam şunu göreceğim aslında üstüne.”

K2'nin vermiş olduğu yanıtta canavar imgesinin ayakkabı, kuyruk ve dal gibi detaylarıyla fallik boyutun vurgulandığı görülmektedir. Devamında ise hem kadını hem de erkeksi bir imge olan akrep detayının eklenmesi fallik bir anne imgesini düşündürmektedir. Tutma işlevi ile ilişkili detaya verilen dal, pençe ve zehirli kol yanıtları otoriteyi pasifize etme çabaları ve otoriteye karşı saldırganlığının projekte

edildiğini göstermektedir. Testörü dayanak olarak başlayan yanıtıyla Kart VI'da da kadınsı ve erkeksi imgeler içeren tasarımları bir arada sunduğu görülmektedir.

K2, Rorschach Kart IV

“Şu ayakkabı görüyorum sanki. Arkadan böyle kocaman bir dev ya canavar gibi kuyruğu olan dinazorumsu da olabilir. Canavar gibi bir şeye benziyor bu. Bunu parça parça göremedim de bütün olarak görünce ona odaklandım. Şunlar mesela dal olabilir ama şimdi pençe gibi görünüyor. Şunlar kuyruğu, şunlar ayakkabıları olabilir. (Anket) Zehirli bir kol olabilir canavar zehirler ya elleriyle. Akrebin kolları da olabilir mesela.”

K2, Rorschach Kart VI

“V Ben mi bir tek zorlanıyorum bunları isimlendirirken. Şu kısım mağaradaki sarkıt diktleri hatırlattı. Şurası kedi bıyığı gibi. Buradan bakınca böyle goril gibi. Ama yine 2 goril sırt sırta vermiş gibi. Ya da eski insanlar diyeyim ilk insanlar gibi. > Böyle bakınca da gemiye benziyor su da yansıması şurası da geminin üstü bacası güvertesi bu da yükleri filan şu da dumanı olabilir.”

K3'ün negasyon ile başlayan yanıtlarında yıkıcı bir gücü olan fallik bir üst benlik imgesi sunulduğu görülmektedir. Kart VI ise ketlenmeyle sonuçlanan kaygıya sebep olmuştur. Ancak kart tekrar gösterildiğinde bu imgenin gücünün azaltılabildiği görülmektedir.

K3, Rorschach Kart IV

“Bu hiçbir şey hissettirmedi. Şey olabilirler. Bir toz bulutu içinde bir füzenin uçma yani illa bir şey izlenim uyandıracaksa. (Anket) Kalkarken beyaz bulut olur yukarı çıkışı ondan dolayı yerden yükseliş anı.”

K3, Rorschach Kart VI

“Yani benzetmek olsun diye bir şeye benzetmek için uğraşıyorum şu anda bunu. Hiçbir şey uyandırmıyor şu an bende. (Tekrar) Bunda ne görebilirim böcek görüyorum gibi ya da sürüngen gibi yanağında bıyıkları olan sürüngenlerden bir şey.”

Böcek yanıtıyla annesel otoriteyi güçsüzleştiren K4'ün otoriteye karşı saldırıları paranoid kaygılar ve depresif duygulanımlar açığa çıkarmıştır. Kart VI'da ise regresif bir imgeyle başlayan yanıtın sınırlarla ilgili bir sorunsalla devam ettiği görülmektedir. Yanıtlarıyla nesneye önce yaklaşmış, ardından uzaklaşmış, sonunda tekrar ve bu kez kartla arasındaki mesafeyi kaybedecek kadar yakınlaşmıştır.

K4, Rorschach Kart IV

“Çok karanlık bir şekil. Böceğe benziyor bu ya. Kısaçaları var. Şurada bir göz görüyorum gibi. Karanlık ya çok hoşlanmadım resimden. Böcekleri de hiç sevmem böyle yakından bakmayı da sevmem.”

K4, Rorschach Kart VI

“Çizgi film karakteri gibi bir şey. Köstebek gibi. Şu kafa şekli özellikle. Bir meyvenin içiymiş gibi kivi herhalde kivinın içiymiş gibi. Güneşin yarısı şurası ışınlar filan daha doğrusu ay. Hücrelerin şey yapıldığı şey var ya mikroskopla şu lekeler hücre inceliyormuşuz gibi.”

K5'in vermiş olduğu yanıtlara bakıldığında katı, kızgın ve cezalandırıcı bir üst benlik imgesi sunduğu görülmektedir. Kart IV'te kısmi bir nesne tasarımıyla pasifize edilmeye çalışan imgeye saldırganlık projekte edilmiştir. Kart VI'da ise dini bir imgeyle bir işkence sahnesinin oluşturulduğu görülmektedir. Yaşanan kaygıyla manik savunmalara başvurmuş, korkuluk yanıtıyla otoriteyi aşağılayarak gücünü inkâr etmiştir. Küçük detayda verilen insan yanıtları ise otorite karşısındaki kendi güçsüz konumunu göstermektedir.

K5, Rorschach Kart IV

“Bana hep hayvan çağrıştırması normal mi? Çok kızgın bir hayvan var burada ama ne hayvanı deseniz bilmiyorum. Ama burnundan soluyor. Sadece yüzü var ama sadece kafa kısmı olur ya boynuzları var yanda bir şeyler. Tamamı bir hayvan kafası Ya böyle şurası bir kafa değişik. İnek kafası olur ya. Sanki burnundan soluyor böyle şunlar göz gibi (Dd) kızgın bakıyor.”

K5, Rorschach Kart VI

“Ama bu hayvan değil. Böyle İsa’nın çarmıhı gibi. Bağlanmış oraya ama henüz ölmemiş. Canlı. Ama neden şu aşağısındaki şey var onu anlamadım. İnsan kalabalığı değil. Bir yandan da böyle korkuluk gibi olur ya bahçedeler de. Ama çok garip böyle korkuluk gibi düşündüğümde sanki üstte bir adam var altta bir çocuk var gibi. Şu aşağıyı hiç şey yapmadım hiç anımsatmadı. Şu üstü. Bu çok garip ya bir sürü şey anımsatıyor. Birbirine arkasını dönmüş 2 insan ikiye bölünmüş. 2 kadın biri konuşuyor diğeri konuşmuyor. Ya da belki o konuşmayan erkek gibi. İlk başta kadın gibi gelmişti. Hiç birbirini duymuyor. Bunlar kadın konuşur erkek kendi havasında gibi.”

K6’nın Kart IV’te kartın kompakt yapısına karşın detay ve parça yanıtlar vermesinin büyük ve güçlü otorite imgesinin yarattığı kaygıyla ilişkili olduğu düşünülmektedir. Kelebek yanıtıyla da otorite pasifize edilmiştir. Kart VI’da fallik güç karşısında kaygı yaşadığı ve aktif konuma geçmeye çalışırken kartla arasındaki mesafeyi korumakta zorlandığı düşünülmüştür.

K6, Rorschach Kart IV

“2 tane ayak görüyorum. Charlie Chaplin ayağı gibi. Gine kelebeği olur ya renkler bana onu düşündürdü. Onun dışında şurasını ağaç gövdesine benzettim. Başka bir şey görmedim.”

K6, Rorschach Kart VI

“Ben hep hayvan görüyorum ya. Bu da böyle yılan gibi ama kertenkele de gibi şuralardan dolayı. Böyle mikroskopta bir şeye bakıyormuşum gibi sanki hareket eden canlılar da. Bunu da kanal yoluna benzettim.”

K7, Kart IV’e vermiş olduğu yanıtlar annesel ve babasal imgeler içermektedir. Babasal otoritenin önce regresif, ardından parça ve değersizleştirilmiş tasarımlarla sunulması otorite karşısında yaşanan kaygıyı ve bu kaygıyla baş etme çabalarını göstermektedir. Çiçek ve kedi yanıtlarıyla annesel otorite de pasif imgelerle sunulmuştur. Kart VI’da ise fallik güç tavada açılan mezgıt yanıtıyla inkâr edilmiş, hemen ardından fallus sembolizasyondan uzak bir şekilde sunulmuştur. Yanıtın devamında kart ile arasındaki mesafeyi kaybettiği, tropikal kuş ve dünyanın merkezi

yanıtıyla mesafe almaya çalışmıştır. Gizil içerikteki cinsellik sembolize edilirken sonunda analiteyle ilişkili sorunsal sembolizasyondan uzak bir yanıtla sunulmuştur.

K7, Rorschach Kart IV

“Gölgelerin gücü adına He-man. Sanki onun açılış kareleri gözümün önüne geldi. Tam hangi karelerle bağdaştıracağım bakıyorum ama o görüntüler gibi. V A en altı ağaç gövdesi gibi kökünü görmüyorum da gövdesi gibi. Sağda solda çirkin topuklu ayakkabılar. Topuklu ayakkabı illa çirkin olur gibi değil de bunlar çirkin topuklu ayakkabılar. Çok merak ettim bunları bu kaçınıcı kart bunları rastgele mi yapıyorlar ne dürtülerle yapılmış illa bu resimden değil de daha genel. Böyle en ucu böyle çiçekler olur bitki ismi şeyim çok azdır. Orkide tek tarafa açılır en uç kısmı ona benzettim. Kenardakileri kediye benzettim ucundan kolu kuyruğu sarkıyor. Miskin, bakınca dağınık tüyleri müyleri, çok bakımlı gözükmeyen bir bizim sokak kedisi gibi. Puf bir kedi değil yani. (Anket) Onların toplamıymış gibi sanki mağara gibi bir şey hatırlatıyor. İlla kötü olmayabilir kaplan maskesi gibi suratımsı şey o olabilir karanlık bir şey ama güç gösterisi var gibi.”

K7, Rorschach Kart VI

“Mezgit balığı. Uh uh tavada olan bu böyle mezgit açılır böyle şey onu gördüm burada. Şu şeyin şurasının en ucu bir ucu dudak gibi geldi bütün şeye bakınca penis gibi içinde. İçinde tabi böyle şeyler yok ama boyalı olduğu için gözümü şaşırtıyor. Sonra yukarıda daha henüz bitmemiş bir kalp gibi ama gözüm o kalbi tamamlıyor. Şöyle şurayı kapatıp baktığımda çok ilginç bir kuş gibi tropikal. Şuradan içeri böyle bir şey geçiyor ve dünyanın merkezine iniyor gibi onun içine bir şeyler dökülüyor onlarda bir yere dökülüyor gibi. Bir yandan da şu popo gibi.”

3.4.2. Ayrılık Anksiyetesi ve Manik Savunmaların İncelenmesi

3.4.2.1. TAT Bulguları

Yatağa dayanarak arkası dönük bir şekilde yerde oturan, cinsiyeti belirsiz bir kişinin resmedildiği Kart 3BM depresif duygulanımlar ile ilişkilidir. Katılımcıların bu

karta vermiş oldukları yanıtlara bakıldığında depresif konumla baş etmekte zorlandıkları görülmektedir.

K4, K6 ve K7'nin hikâyelerinde depresif duygulanımları hiç ifade edemediği, manik savunmalara başvurarak inkâr yoluyla depresif konumu tamamen reddettikleri görülmektedir. K4, resimde olmayan kişileri hikâyeye dâhil etmiş, zarar görme ve kurtarıma temalarıyla nesneyi bölmüştür. K6'nın hikâyesinde depresif duygulanımlar sıkıntı ile ifade bulurken; narsisistik yatırımların vurgulandığı, kahramanın ve boşluğa tahammül edemediği görülmektedir. K7'nin ise kartın gizil içeriğine uygun olmayan, belirsiz bir söylem içeren ve anlaşılamayan bir hikâye oluşturduğu görülmektedir.

K4, TAT Kart 3BM

“Hmm kadın mı bu kadın herhalde. Bir odaya kapatılmış bu kadın. Hiçbir şey yemediği için halsiz. Sevmediği biri bir erkek tarafından kapatılmış bu odaya kurtulmayı umut ediyor. Belki dayak bile yemiş olabilir. Romantik bitireyim. Sevdiği adam kurtarmış. Sonunda kurtuluyor olumsuz bitirmeyeyim.”

K6, TAT Kart 3BM

“Çok sıkılmış bir çocuk görüyorum burada bazen çok sıkılırsın kafayı koyarsın. Mutsuzluktan kafayı koymuş gibi. Sanki hiçbir şey yapmak istemiyor da. Sanki babası zengin de her şeye sahip olmuş. O yüzden hiçbir şeyden keyif alamayan bir çocuğa benziyor.”

K 7, TAT Kart 3BM

“Uykusuzluktan uyuyakalmış diyecektim ama galiba şurada bir silah var. Okey. Burada silah var desek. Hikâye yazalım. Kadın ona saldıracağını bildiği adamı bekliyor bekliyor gelmiyor. O kadar bekliyor saatler geçiyor sonra düşüp uyuyakalıyor. Adam da geliyor.

(?) Kadın uyuyakalmış adam gelmemiş öyle bir tehdit vardı ama. O da ona göre kendini hazırlamış. Bilen yokmuş ama. Elinden düşmüş ve uyuyakalmış gibi.”

K1'in depresif duygulanımı ifade edebildiği ancak depresif konumla baş etmekte zorlandığı görülmektedir. Uyku temasıyla depresif konumu ölümlerle

bağdaştırırken hikâyenin sonunda negasyon yoluyla ölüm reddedilmiştir. Nesne kaybına bağlı depresif duygulanımları ifade eden bir hikâye oluşturan K2, resimde olmayan kişileri hikâyeye dâhil etmiş; nesneyi dayanak alarak depresif konumla baş etmeye çalışmıştır. İntihar temasının ise yine negasyon yoluyla reddedildiği görülmektedir. K3'ün hikâyesinde nesne kaybının narsistik yaralanmalara sebep olduğu; kendilik imgesinin değersizleştirildiği ve yasın mümkün olmadığı bir sahne görülmektedir. K5'in hikâyesinde ise nesne kaybı ile ilişkili depresif duygulanımların ifade edilmiş, resimde olmayan kişilerin dâhil edilmiş ancak yas işlenemeyerek kayıp inkâr edilmiştir.

K1, TAT Kart 3BM

*“Burada sandalyenin kenarına bir derdinden dolayı çömelmiş yatmış. Ağlayan ya da uyuyan bir kız var. Sonunda kendinden geçmiş ya da uykuya dalmış gibi.
(?) Ölmüyor bence uyuyor.”*

K2, TAT Kart 3BM

“Burada ağlayan biri var herhalde kadın mı erkek mi bilemedim. Kadın sanırım beli ince. Çaresiz bir insan sebebi ne olabilir. Hastanede yakınını kaybetmiş olabilir. Yerde bir makas var galiba. Bundan dolayı üzülüyor, kötü bir haber almış bir kişi bu muhtemelen. Yakınları, sevdiği biri gelip kendisini toplayacaktır. Sonuçta ölüm dünyanın gerçeği.

(?) Belki eşi vefat etmiştir. Çocukları gelip yardım edecektir. İntihar ya da başka bir şey düşünmüyorum. Hayatına kaldığı yerden devam edecektir.”

K3, TAT Kart 3BM

“Kadına da benziyor ama bir anlayamadım takıldım. Ellerinde çok hafif bir kadın kıvrımı var ama erkek duruşu da var sarhoş olmuş sızmış eşyalarını düşürmüş yere. Muhtemelen işi olmayan o günlük kazancıyla içen ama kendi içinde bazı sıkıntıları var kötü olaylardan sonra bu hayata geçmiş işini gücünü ailesini kaybetmiş bir çaresizliği kırılğanlığı var içinde. Mutlu son olmayacak iradesini toplayıp da eski haline dönemeyecek.”

K5, TAT Kart 3BM

“Yerde makas gibi bir şey mi var. Bir tane ölünün başında ağlıyor sanki bir kadın. Ağlamaktan çok yorgun düşmüş. Sonra bunlar gelip kaldırıyor onu. Normal rutin hayatına devam ediyor.”

Ağaçlık bir alan ve boş bir sandal içeren bir manzaranın resmedildiği 12BG kartı kayıplar ve tek başına kalma kapasitesi ile ilişkilidir. Bu kart için oluşturulan hikâyelere bakıldığında kartın gizil içeriğine uyumsuz ve tezat bir şekilde olumlu sahneler ile karşılaşılmıştır.

K1, TAT Kart 12BG

“Bir göl kenarında ilkbahar diye düşündü. Ağaçta çiçekler var bakıma ihtiyacı olan tekne göl kenarında bırakılmış belki tamir edilecek çiçekler açmış. Sonunda tekne tamir edilip gölle buluşuyor.”

K2, TAT Kart 12BG

“Bu muhtemelen bahar zamanı sakin bir dere kenarında sakin bir dere var. Kıştan yeni çıkıldığı için su çekmiş eskimiş bir sandal bakımsız. Kullanılmayı ya da ilgilenilmeyi ondan sonra suya inmeyi bekliyor. Baharın gelişini gösteren bir şey. Yakın bir zamanda sandalın sahibi gelip onunla ilgilecektir. Belki de denize açılacaktır. Yazı böyle geçirecektir.”

K3, TAT Kart 12BG

“Evet, bir ilkbahar var yeni açmış çiçekler yağın yağmurlardan suların yükselmesi. Onun öncesinde kayıkla son keyifler yapılacak. Hatta yapılmış ve kıyıya çekilmiş artık bundan sonra su birikintisinin kenarında piknik yapıp daha sonrasında evlerine dönecek bir çift .”

K4, TAT Kart 12BG

“Bir evin nehre açılan kısmı burası. Mutlu yaşayan bir aile arada bir balık tutmak için buradan sallarını alıp nehre iniyorlar. Etraflarında çok insan yok kendi hallerinde mutlu bir aile. Bahar zamanı çiçekler yeniden açıyor ağaçlar yeşilleniyor.”

K5, TAT Kart 12BG

“Burası çok güzel bir yer. Sevgililer buraya gelmeyi planlıyorlar. Kayıkla açılmayı piknik yapmayı filan planlıyorlar. Mevsimlerden böyle bahar gibi çok çiçek var etrafta gelip piknik yapıyorlar filan. Ama kayık konusunda kayığa da binmek istiyorlar ama binmiyorlar çünkü kız korkuyor biraz nehirden. Çocuk çok ısrar ediyor gece burada kamp yapalım diye ama kız korktuğu için kabul etmiyor geri dönüyorlar. Kız bir dahakine hazırlıklı geliriz yaparız diyor.”

K6, TAT Kart 12BG

“Eski zamanlarda herhalde böyle yerler vardı ama artık yok herhalde. Nehrin kenarında bir sandal bırakmışlar. Bahar sanırım ağaçlar çiçekler açmış bahar zamanı. Birileri gelip sanki o sandalla dolaşacakmış gibi. Sonra işte sandalın sahibi gelip sandalla gölde sefa yapıp çok güzel geziyorlar.”

K7, TAT Kart 12BG

“Ovv ya çok güzel kocamla ben çok güzel bir yerde piknik yapmaya gidiyoruz baş başa güzel suyun sesi. Bir yandan kafa dinliyoruz bir yandan el eleyiz baş başayken ay çocuk nasıl yapmıştı nasıl deyip gülüyoruz. Hem kafa dinlemenin tadını çıkarıyoruz hem de özledik bıcıriği diyoruz. Ayakkabıları çıkarıp suya sokuyoruz. Soğuk beyaz şaraplarımızı yudumluyoruz bir yandan çok keyifli. Artık akşama doğru hava serinlemeye başlamışken bıdığı özlemişken eşyalarımızı topluyoruz el ele bıdığı görmeye gidiyoruz.”

Tüm katılımcıların manik savunmalara başvurduğu; ilkbahar, piknik, mutluluk, açan çiçekler gibi temalarla depresif duygulanımları inkâr ettikleri görülmektedir. K1 ve K2'nin hikâyesinde geçen bakımsız ve tamire ihtiyaç duyan sandal, erken dönemde bakım verenin kapsayıcılığındaki eksiklikle ilişkilendirilebilir.

Tek başına kalabilme kapasitesi ile ilişkili olan 13B kartında eşikte yalnız başına oturan bir çocuğun resmedilmiştir. Kartın tüm katılımcılarda olumsuz duygulanımlara sebep olduğu ve bu duygulanımlarla baş etmekte zorluk yaşadıkları görülmektedir.

K1, TAT Kart 13B

“Eski köy evlerinin önünde oturan bir çocuk var elinde şeker var. Ayakları çıplak rahatça sokakta dolaşabiliyor. Sokaktan geçenleri izliyor şaşkın bir ifadesi var. (?) Mutlu bir çocuk görüyorum ben. Şaşkın ve mutlu.”

K2, TAT Kart 13B

“Burada ufak bir çocuk var daha okula başlamamış. Belki okuldan gelmelerini bekliyor abilerinin oynamak için. Onlarla beraber okula gitmek istiyor. Bunun için kızgın belki annesine söylüyor. Bir süre sonra gelirler ve onlarla vakit geçirirler. Bir köy ama köy evi. Bütün çocukların bir arada okula gittiği bir köy. Onlarla olmak için istiyor sanki okula gitmeyi.”

K3, TAT Kart 13B

“Köyde büyüyen bir çocuk var bence burada normal bir ağaç evinde yaşıyor ayakkabıları yok giydiği kıyafetler abisinden kalma. Köye gelmiş onların fotoğrafını çekmek isteyen birisi şaşırtıyor. Ona göre her şey normal ayakkabısız olmak. Fotoğraf çeken adamın tavrını anlayamıyor şaşırtmasını hiçbir şey yapmıyor tekrar arkadaşlarıyla oynamaya dönüyor.”

K4, TAT Kart 13B

“Fakir bir çocuk. Annesi ölmüş babası var sadece. Hayalleri var bir taraftan da üzgün annesi ölmüş özeniyor diğer arkadaşlarına. (?) Babası onun çalışmasını istiyor o da okumak istiyor. Okuyor çocuk ya okula da gidiyor.”

K5, TAT Kart 13B

“Bu fakir ve çalışmak zorunda olan bir çocuğun hikâyesi. Bu bir bayram sabahı ama çocuk dışarıda oynayan çocuklarına bakıyor. Onların kıyafetlerinin güzel olması onu kıskandırıyor ayakkabısının olması bayram harçlıkları olması. Oradan geçen bir çocuk onunla oynamak istiyor ama bu ayağında ayakkabısı olmadığı için dışarı çıkmak istemiyor. Koşarken sana yetişemem diyor. Diğer çocuk bir ayakkabısını çıkarıp ona veriyor şimdi eşitlendik deyip çekip götürüyor ve tüm gün oynuyorlar. (?) Tüm gün oynuyorlar ayakkabının biri onda biri onda ya eşitlendiler.”

K6, TAT Kart 13B

“Amerika’da çiftlikte yetişen bir çocuk sanki. Ahşap bina o yüzden düşündüm Türkiye’de yok böyle. Çok iyi değil herhalde durumları. Ayakkabıları yok diye öyle düşündüm. Orada öyle annesinin verdiği şeyleri tırtıklayarak yiyor. Burada bu yokluğun içinde büyüyor. Ama düşünüyor. Kendi kaderini değiştirecek bir şekilde belki kendi kaderini değiştirebilir ileride.”

K7, TAT Kart 13B

“Ya ben her yerde oğlumu görüyorum ya çok tatlısın. Eve gideyim de seveyim seni. Ama sana anlatacaklarım var diyor sana çok şey anlatmak istiyorum diyor. Şurada otur karşıma diyor anlatıyor anlatıyor. Ben de onu mest filan dinliyorum sonra ayağa kalkıyor oturuyor canı sıkılıyor. Yapacaklarını anlatıyor anlatıyor ben de dinliyorum. Bu kadar... Çok merak ediyorum kim olduğunu o kadar merak ediyorum ki neler isteyecek nelere evet diyecek. Nelere hayır diyecek. Daha fazla bir şey söylemeye çekindim ben bekliyorum o gösterecek istediğim. Kim olduğunu ben söyleyeyim istemedim onu dinleyebilmek istediğim.”

Hikâyelerde narsisistik kırılmalıklar fakirlik temasıyla işlenmiştir. Resimde olmayan kişiler dayanak alma amacıyla hikâyeye dâhil olmuş; bunun için anne veya baba yerine sıklıkla bir akran veya oyun arkadaşları seçilmiştir. Depresif duygulanımlara karşı manik savunmalar mutluluk ve oyun oynama temalarından görülmektedir. K1 ve K3’ün hikâyelerinde görülen şaşkınlık temasının ise annenin kapsayıcılık işlevlerindeki yetersizlik ile ilişkili olabileceği düşünülmüş; işlenemeyen duygusal izlenimler ve duygusal yaşantıları anımsatmıştır.

Boş bir kart olan Kart 16, testin bitişle ayrılık süreçlerine gönderme yapar ve boşluk duygusuyla başa çıkabilme kapasitesiyle de ilişkilidir. K2 dışındaki tüm katılımcıların hikâyelerinin olumlu ve mutlu sahneler içerdiği görülmektedir. Bu yolla manik savunmalara başvurarak depresif duygulanımlar reddedilmiştir.

K1, TAT Kart 16

“İki çocuğu olan evli bir kadın var gezmeyi çok seviyor. Çocuklarını almış gezen bir anne görüyorum. Çocuklarını büyütmiş görüyorum. Kendisi de huzura ermiş.”

K2, TAT Kart 16:

“Boş sayfaya hiç yaratıcı değilimdir ben bu konularda. Bir hikâye gerçekten çok beceriksizim. Kendi hikâyem olabilir anca. Şu anda hasta bir çocuğu olan bir annenin onu oyalamaya çalışması.”

K3, TAT Kart 16

“Şöyle bir hikâye yapalım. Denizi çok seven bir çift. Bir sahil kasabasında yaşamak istiyorlar şehir hayatını bırakıp çocuklarıyla o sahil kasabasına yerleşiyorlar. Gösterişli olmayan bir evleri var. Çocukları yakındaki okula gidiyor. Kendi bahçelerinden besleniyorlar. Çocuk oradaki okula gidiyor. Anne baba spor yürüyüş yapıyor kasabanın nimetlerinden faydalıyorlar. Hiçbir işle uğraşmıyorlar önceden aldıkları evlerin kiralalarıyla geçiniyorlar. Sonunda şehir hayatından uzak duyarlı sakin bir çocuk olması amaç gözden uzak hayatlarına devam etmeleri.”

K4, TAT Kart 16

“Boş diyorsunuz. Hiç ☺ ah çok üretkenim. Hmm gezinti yapan bir çift görüyorum. Yurtdışına gitmiş adam birçok defa dolaşmış kadın ilk defa yurtdışına çıkıyor. Mutlular. Yeni güzel yerler görüyorlar. Kadına evlenme teklif ediyor. Roma'dalar. Çeşmenin yanında çok klasik kadın evet diyor. Sonra evleniyorlar.”

K5, TAT Kart 16

“Ya işte o şey bende hiç yok çocuğa hikâye anlatırken de çok zorlanıyorum. İki tane arkadaş var çocukken çok yakınlar her şeylerini paylaşıyorlar. Bunların ailesi de çok yakın sonra yıllar geçtikçe yolları ayrılıyor. Farklı okullar farklı hayatlar farklı şehirlerde yaşıyorlar. Farklı insanlarla evleniyorlar. Yıllar sonra hayatları yine kesişiyor bu iki arkadaşın. Tekrar aynı tadı buluyorlar özlediklerini fark ediyorlar. Tekrar görüşmeye başlıyorlar ama konuştukları hep çocukluklarına dair anılar. İkisinin de çocukları olmuş onlar da iyi arkadaş olsun istiyorlar ama ikisi de çok farklı hayatları olduğu için arkadaş olmuyorlar. İkisi buluşuyor sadece çocukluklarından konuşup eğleniyorlar. Eşlerini ve çocuklarını bu paylaşımına dâhil etmiyorlar.”

K6, TAT Kart 16

“Diğerleriyle bağlantılı olması gerekiyor herhalde. Beyaz sayfa yeni başlangıçları hatırlatıyor. Sanki yazdığımız çizdiğimiz her şeyi bırakıp yeni bir hikâye yazalım. N... ile de öyle yeni bir başlangıç. Eskisi gibi değil hiçbir şey. Çocuk sahibi olmak da beyaz sayfaya yeni bir hikâye yazmak. Yek farkı kurşun kalemle yazamıyorsunuz. Üstünü karalasanız da izi kalıyor. O yüzden ne yazdığınıza dikkat etmek gerekiyor. Belki hikâyenin sonunu önce yazıp ona göre bir yol oluşturmak lazım.”

K7, TAT Kart 16

“Sonunda başarmışız. Yeteri kadar koşulları sağladık maddi manevi çocuğu alıp İngiltere’ye taşıyoruz. Biraz stres var tabii değişiklik kolay şey değil tabii. Ama böyle bir umut da var. Sonra ben eşyaları topladık eşyalar valizler hazır. Anneme sarılıyorum biraz ağlıyoruz gülüşüyoruz. Sarılıyorum hiç olmayacak gibiydi. Yaparsın edersin diye kuvvet veriyor. Taksiye biniyoruz taksiye binip havaalanına doğru gidiyoruz.”

Katılımcıların bu karta vermiş olduğu yanıtlar boşluğun yarattığı depresif duygulanımlarla baş etmekte zorlandıklarını göstermektedir. Bu duygulanımlar K2, K4 ve K5 tarafından performans kaygısıyla ilişkili bir yetersizlikle ifade bulmuştur. K2, K6 ve K7 içsel nesnelere dayanarak sembolik düzeyde bir hikâye oluşturamamış ve somut bir şekilde kendilerini anlatmıştır.

3.4.2.1. Rorschach Testi Bulguları

Testin son kartı olan Kart X, testin bitişiyle ayrılık süreçlerine gönderme yapar. Katılımcıların bu karta vermiş oldukları yanıtlar ayrılık süreçlerinde yaşadıkları kaygı ve depresyonu ve bu duygulanımlarla baş etmede kullandıkları savunmaları ortaya koymaktadır.

K1, Rorschach Kart X

“Burada daha çok böcek böcekmiş gibi hisler uyandırdı bende. Şunlar akrepmiş gibi. Şunlar hamamböceği gibi. Burada da değişik. Şurada güçlenmiş iki insan gibi sanki birbirlerine ellerini dayamış birleşmişler gibi bu kadar.”

K2, Rorschach Kart X

“Baya renkli. Direk söyleyeyim havai fişekler. Havai fişekler atılıyor. Şurada kesinlikle zıplayan kurbağa görüyorum. Şurada denizati var sanki. Bir kutlama yapılıyor. Bir sürü canlı var ve hepsi sevinç içinde. Şurada bir adam figürü var ellerini kaldırmış, kolları var, bacakları var. > Mutluluk veren bir resim gibi bu herkes keyif içerisinde. Pembeler hiçbir şey ifade etmedi ama onlara bir şey yüklemeye çalışıyorum. Şekil olarak da benzemiyorlar. Şurada el ele tutuşan beraber bir şey taşımaya çalışan iki insan var ama buldukları yerden kopamamışlar elleri de arkada. Şurada ördeğe benzeyen kuyruğu kafası yaban ördeği derler ya. Şu da balık. Genel olarak çok mutlu hayvanlar var sanki havai fişek atılıyor. Şurası da sanki bu mutluluğun kaynağı buradan çıkan bir şey özü, her şeyin merkezi. Şurada sanki bir kirpi kafası bilmiyorum hiç gördünüz mü? Şu tarafta burada yok. Diğerleri çok bir şey ifade etmedi ama bunlar mutluluk sevinç içeren resimler gibi geldi. Burada sanki bir tek şunu söylemedim sincap ceviz taşıyor ya da şeftali çekirdeği de olabilir.”

K3, Rorschach Kart X

“Böyle renkli çiçek çiçek benzetmesi değil ama birebir çiçek görmüyorum ama rengârenk böyle taç yapraklar gibi bir çiçeğin bütün hali değil ama içinde parçaların olduğu. Sanki onların tümünü görmüyoruz ama içindeki detaylarına bakıyoruz gibi duruyor.”

K4, Rorschach Kart X

“Hmm suluboya resmi gibi çocukların yaptığı. Yine simetri her seferinde olduğu için çok bariz. Şunlar yengeçlere benziyor o tür istakoz gibi. Bir çiçek varmış gibi burada. Burada da bir heykel varmış gibi anıt askerler olur ya öyle bir anıta benzeyen. Güzel bana renkler güzel geliyor. Penseye benziyor şu da yeşil olan şey. Başka bir şey göremedim ya ama güzel bir resim hoşuma gitti.”

K5, Rorschach Kart X

“Hmm. Hep birbirinin aynısı şeyler niye böyle. Sadece bu bir tane diğer her şeyden iki tane var. Bir şeye benzetemedim ama her şeyden iki tane olması garip. Çok renkli şurada böyle iki tane şey var ama hayvan mı insan mı bilemiyorum. Ortak bir şey yapıyorlar ama buradan birileri bastırıyor. Bunlar çok insana benzemiyor. Hayvan gibi. İnsan gibi değil. Ama sanki böyle şey şunlar ona bastırıyor onu rahatsız ediyor bunlar aynı şekilde sanki bunlar rahatsız ediyor. Sanki ayaklarıyla bastırıyor hepsi hayvan gibi arka ayaklarıyla bastırıyor gibi ama şunun şey yapamadım en üstteki var ya. O da bir hayvan ama hiç bilemedim o da tırmanyor gibi bir şey yiyor gibi aynı şeyden yiyor gibi.”

K6, Rorschach Kart X

“V Yengeç, bu yengeç gibi sahilde yürüyen yengeç. Bu direk akciğer yemek borusu akciğer. Burada bir adam sanki simetrik olduğu için karşılıklı eğilmiş de bir yere su içiyormuş gibi. Burada sanki bir tavşan gözlerinden ışın çıkıyor. Şurada sanki mikroskopla görülen bir canlı amip gibi. Burada da bir yengeç bir yerlere Şurada mercan mercana gelen bir balık var. Denizati var burada iki tane. Burada da denizati var. Bunları da mikroba benzettim mikrop simgesi gibi. Burada da sanki bir kara parçası varmış gibi. Burası da sanki sahil kenarı bir adayı gösteriyormuş gibi.”

K7, Rorschach Kart X

“V Çok şen olması... Denizatları var bu da böyle bir hücre, hücrenin nükleusu gibi. Yine şey böyle kıyı şekli gibi yine toprak kuş bakışı görüntü. Şunlar hem kurbağa hem yengeç gibi yeşiller. Şu artık garip boya dökülmüş mavi ne diyeceğim. A Yine bir şey merkez. O şey birçok şey olabilir omurga gibi ya da ağaç kökü olabilir ya da bir kalça gibi. Bu sefer omurganın açılıp kuvvetlendiği şey ...? gibi. Sonra bir şekilde benzer şurası pübik ön tarafı. Şu içi de kocaman bebeğin büyüdüğü rahim diyeceğim de toprak ana gibi öyle bir his”

Havai fişek, kutlama, mutluluk, şenlik ve rengârenk çiçekler gibi tasarımlar depresif duygulanımların inkâr edilerek manik savunmalara başvurulduğunu göstermektedir. K1'in tutma-tutulma ihtiyacını vurgulayan yanıtında ayrılığın tamamen reddedildiği simbiyotik bir ilişki tasarımı ile karşılaşmıştır. K2, K4, K6 ve

K7'nin protokollerinde görülen yanıt üretimindeki artış da ayrılık kaygısına karşı manik bir yola başvurulduğunu göstermektedir.

3.5. Kendini Sakinleştirme Yöntemleri ile İlişkili Bulgular

Araştırmanın ilk hipotezinde bebekleri uyku problemi yaşayan annelerin uyarımlara karşı içsel heyecanlarını kontrol edemedikleri ve “*kendini sakinleştirme yöntemleri*” olarak adlandırılan duysal-motor etkinliklere yöneldikleri düşünülmüştür. Bu hipotez iki kriter ile incelenmiştir. Öncelikle katılımcıların duygulanımsal boyutları ruhsal faaliyetlerinin içe veya dışa dönük tutumda oluşunu gösteren TRI analizleri ve ilişkili renk yanıtları ele alınmıştır. Ardından, erken dönemde bakım verenle ilişkinin niteliğinin incelenmesi için annenin kendi anne imgesi ile ilişkili ön görüşme ve projektif test bulguları incelenmiştir.

3.5.1. Rorschach Testinde Duygulanımsallık ile İlişkili Bulgular

3.5.1.1. T.R.I. Analizi

Rorschach tarafından geliştirilen bu formül, duygulanımlara odaklanır ve hareket yanıtları (K) toplamının renk yanıtları (C) toplamına oranıyla ($\Sigma K / \Sigma C$) kişinin uyarımlar karşısındaki tepkisellik tipi hakkında bilgi verir (Anzieu, Chabert, 2011). İçedönük tipte olanlar ($\Sigma K > \Sigma C$) duygusal boşalıkları ender yaşayan, düşüncelere yatırım yapan ve kontrol duygusuna sahip bireylerdir. Dışadönük tipte olanlar ise ($\Sigma K < \Sigma C$) dışsal uyarımlar karşısındaki kontrollerini kolayca yitirebilmekte ve değişken bir duygulanımsallık gösterebilmektedirler.

Araştırmadaki katılımcıların dışadönükte tipte olmaları beklenmiştir. Tablo 1'e bakıldığında K5 dışında tüm katılımcıların TRI analizinin dışa dönüklük tipine işaret ettiği ve bulguların hipotezi destekler nitelikte olduğu görülmektedir.

Tablo 1: Katılımcıların Rorschach Testi TRI skorları

Katılımcı	TRI skoru
K1	1K Σ 5C
K2	4K Σ 10,5C
K3	1K Σ 3,5C
K4	0K Σ 7,5C
K5	3K Σ 0C
K6	3K Σ 9,5C
K7	3K Σ 10C
Ortalama:	2.14 Σ 6.57

K5'in vermiş olduğu yanıtlara bakıldığında, “*Ama sanki kırmızılıklar orda gereksiz gibi bilemedim*”, “*Kırmızılıklar niçin var onu anlamadım ama şunlar sanki el gibi*”, “*Bu kırmızılıkların bir anlamı var mı?*” gibi söylemler ile karşılaşılmıştır. Bu durumun duygulanımları işlemek ve tasarımlara bağlamakta yaşadığı zorluğu yansıttığı düşünülmüştür.

3.5.1.2. Renk Yanıtlarının İncelenmesi

Rorschach testinde dikkat çekici ve içsel yaşantıları harekete geçiren renk yanıtları kartın duygusal motiflerine önem verildiğini göstermektedir (İkiz, 2017). Katılımcıların vermiş olduğu renk yanıtları sayısının ortalamasının (Σ 5.71) yetişkin örneklemeyle yapılan standardizasyon çalışması verilerinde belirtilen renk ve doku yanıt sayısı ortalamasından yüksek olduğu görülmektedir (Σ C+E: 3.6) (İkiz, *et.al.*, 2009).

Tablo 2: Katılımcıların Rorschach Testi renk yanıtları

Katılımcı	C/C'	CF/C'F	FC/FC'
K1	-	3/2	-
K2	2	5	-
K3	1	2	-
K4	-	5/2	1
K5	-	-	-
K6	1	7/1	-
K7	2	3/1	1/1
Toplam	6	31	3

Renk yanıtları biçim ve rengin baskınlığına göre FC, CF ve C olarak kodlanmaktadır. FC toplumsal açıdan kabul edilebilir bir duygulanımsallığı; CF kontrol kaybını düşündürebilen spontan bir duygulanımsallığı; C yanıtları ise dürtüsellik ve kontrolsüzlüğü göstermektedir (İkiz, 2017). Tablo 2, katılımcıların renk yanıtlarının CF kategorisinde yoğunlaştığını; C ve CF yanıt sayıları toplamının FC yanıt sayısından yüksek olduğunu ($\sum C+CF:37 > FC:3$) göstermektedir. Elde edilen bu veriler katılımcıların içsel heyecanlarını kontrol edemedikleri yönündeki hipotezi destekler niteliktedir.

Renk yanıtları niteliksel olarak da incelenebilmektedir. Kırmızı renkler içeren Kart II ve Kart III libidinal ve saldırgan dürtülerle ilişkilidir. Katılımcıların Kart II'ye vermiş olduğu yanıtlara bakıldığında *kalp, akciğer, vajina, kaburga, pelvis* ve *kan* yanıtlarıyla karşılaşmıştır. Sembolik değeri yüksek tasarımlar içermeyen, bedenin içine gönderme yapan bu anatomi yanıtları dış gerçekliğin fazla uyarıcı bir hale geldiğini ve uyarı kalkanlarının heyecanları karşılamada yetersiz kaldığını düşündürmektedir.

“Sanki kalp ama devamı olmayan. İçinde küçük bir canlı var sanki ayakları bütünleşmiş. (Anket) Kırmızılığı içindeki şu kırmızılık”

“Sanki şunlar kalp gibi de akciğer gibi de şu kırmızılar”

“İlk aklıma gelen bir organ akciğer röntgen filmi çekilmiş sanki. (Anket) Şurası böyle üst solunum yolları. Omuz tamamen vücudun üst kısmı gibi. Renkler ve şekil diyebilirim.

“Kalp bunu herkes görüyordur

“Vajinaya da benziyor.

“Kaburga gibi geldi. Şu da kalp sanki organlarmış gibi geldi. (Anket) Kırmızı renkte ve kalbe benziyor.”

“Çok şey oldu ama hatta burası da vajina gibi geldi bana. Kırmızı filan.”

“Ama bir anda kırmızıyı görünce bir şey oldum çarptı beni. Yine böyle pelvis açılmış şekilde görüyorum dünyayı açarlar ya harita gibi pelvisin haritası gibi kırmızılar kanı çağrıştırdı yine o açıklıktan doğum anı gibi geldi.

“Şunlar da sanki kan damlamış gibi bir şey. Olmuş da kan damlamış gibi.”

Pastel renkler içeren Kart VII, IX ve X, duygulanımsal deneyimleri tekrar canlandırarak ötekilerle ve çevreyle ilişkiler hakkında bilgi verir (Anzieu, Chabert, 2011). Katılımcıların bu kartlara dağ, yarımada, orman, su ve çiçek gibi regresif içerikli, hazza gönderme yapan yanıtlar verebildikleri görülmektedir. Bununla birlikte patlama, yanardağ, bataklık gibi hoşnutsuzluk içeren, yıkıcılık boyutu yüksek saldırgan anlamlı içerikleri olan yanıtlarla da karşılaşmıştır. Bu yanıtlarda rengin forma baskın olması duygulanımlara karşı kontrolün kaybedilebildiğini göstermektedir. Su, boya ve lav gibi dürtüsellğe işaret eden formsuz C yanıtları ile de karşılaşmıştır.

Kart 8: *“Sanki bir dağ ya da orman, dağ, bir şeyin elinden tutuyorlar sanki. Şu dağ şunun devamında yeşillik orman.”*

Kart 8: *“Pembe alan da toz bulutu gibi. V Burası bir yanardağmış da fışkırmış toz bulut. Şunlar lavlar burası yeşil bitki örtüsü bunlar da dağın kendisi.”*

Kart 8: “İnsan vücudu gibi ciğerler kenarlara çekilmiş baklavalar sırt kasları insan vücudunu andırıyor.”

Kart 8: “ Burada sanki deniz varmış gibi denizin katmanları gibi.”

“Sanki burada da bir alan var ağaçlık gibi.”

“Şurada sanki bir ormanı üstten görüyorum. Burada farklı bir çeşit ağaç türemiş gibi.”

“Bir çiçeğin yaprağı gibi.”

Kart 8: “ Bir de böyle uçaktan gittiğinizde yeryüzü, bataklıklar yeşil yeşil gözüktür ya dağlar mağlar doğa hissi renkler. Her şey böyle canlı doğa gibi renkler daha şey.”

“Bir de böyle batık yapılar ya TV de izledim bildiğimden değil suda boya olur, sonra bir çizgi çizerler böyle ortadan renkler karışa karışa ilerlemiş gibi öyle.”

Kart 9: “ Şu ilk açıldığında şunlar kalp diye düşündüm.”

Kart 9: “Ben yine şurada gözler görüyorum kurbağa gözü gibi iki renk.”

Kart 9: “Sanki böyle bir şeyin bir kaç maddenin birlikte etkileşime girip de patlaması gibi taşması diyeyim ya da patlama yanlış oldu. Sırayla farklı renklerin ortaya çıkışı bir ahenk. Birbirine müdahale etmeden sırayla turuncu şey yapmış çıkışını yeşil sırada pembe de sırasını bekliyor.”

Kart 9: “Şu biraz gül yaprağına benziyor renginden ötürü.”

Kart 9: “Şurası şey gibi İrlanda yarımada onun gibi yeşil etrafı su olabilir.”

Kart 10: “Baya renkli. Direk söyleyeyim havai fişekler. Havai fişekler atılıyor. Şurada ördeğe benzeyen kuyruğu kafası yaban ördeği derler ya.”

Kart 10: “Böyle renkli çiçek çiçek benzetmesi değil ama birebir çiçek görmüyorum ama rengârenk böyle taç yapraklar gibi bir çiçeğin bütün hali değil ama içinde parçaların olduğu.”

Kart 10: “Suluboya resmi gibi çocukların yaptığı. Bir çiçek varmış gibi burada.”

Kart 10: “Şu artık garip boya dökülmüş mavi ne diyeceğim.”

3.5.2. Erken Dönem Nesne İlişkileri ve Anne İmgesinin İncelenmesi

3.5.2.1. Ön Görüşme Bulguları

Katılımcıların kendi anneleri hakkında sorulan sorulara verdikleri yanıtlarda genellikle olumsuz nitelikteki tanımlamalar ile karşılaşmıştır. Bir katılımcı annesinin kendi bebekliğini hatırlayamadığını ifade etmiştir. Annenin çocuğunu aklında tutamaması annenin tutma işlevlerinde bir yetersizlik olabileceğini düşündürmektedir. Bağımsız ve sorumluluklarını yerine getirebilen bir birey yetiştirmeyi engelleyebilecek davranışları ise anaçlık olarak tanımladığı görülmektedir. Kendi annelerinin anneliğini beğenmeyen annelerin iyi bir anne olmaya çabalarken sıklıkla internetten ve yazılı kaynaklardan elde edindikleri bilgilere güvendikleri dikkat çekmiştir.

K1.

“Yengem ise çok inatçı ve ağlak bir çocuktun diyor. Annem bebekliğimi tam bilmiyor.... Çok anaç. Ablam liseye giderken tabağını kaldırır. Çok fazla fedakâr. Aşırı verici. 5 kardeş babamın ölümünden sonra okuduk hepimizi meslek sahibi yaptı. Çok aksi değildir. Dayak yemedim.”

K4.

“Annem dominant bir annedir. Üç çocuk büyüttü, bizimkiler doğulu. Amcalarım da bizde kalıyordu. Çocuklarla çok oyun oynama gibi bir şey söz konusu değil, daha çok disiplinle büyütüldük. Gençken arkadaş gibi değildik. Çok baskıcı değillerdi ama paylaşım yoktu. Anneden çok babacıyım.”

K5.

“İkimiz de sevginin çok gösterildiği aileler değildik. Annem hani şey oluyor ya çilekeş köle ruhlu. Küçükken biraz daha erkek çocuklara düşkün gibiydi. Köle gibi olması biraz sıkıntılı. Çok baskındır ama babamı hep eleştirir.”

K6.

“Annem biraz sert bir kadındır, canımı sıkın sert yorumları oluyor annelik ile ilgili... Baskın, bazen otoriter artık çok takıntılı gereksiz ayrıntılara takılır. Aslında çok iyi bir öğretmendi. Emekli olduktan evlilik programları izleyen birine benzedi. Eşya atamıyor. Bu da beni sinirlendiriyor.....Annem benim yüzümden olduğunu düşünüyor bebeğin böyle olmasının.”

K7.

“Huysuz ve tatlı kadın. Çok zordur. Çok bağırdı. Arkadaşları tırsardı. Ama bir yandan da çok kucaklayıcıydı. Çok modernidir, bütün arkadaşlarımın sevgililerini bilirdi. Bir taraftan çok pozitif alanlar açardı. Ama şiddetli bir ortamda büyümüş. Şimdi durup baktığımda görüyorum.”

3.5.2.2. Projektif Test Bulguları

Rorschach Testi’nde testör ile karşılaşmayı gösteren Kart I pregenital dönemde anne ile kurulan ilişkinin niteliğine dair bilgi verebilmektedir (İkiz, 2017). Katılımcıların bu kartlara vermiş oldukları yanıtlar nesneyle ilk karşılaşmanın kaygı verici olabildiğini göstermektedir. 4 katılımcı dayanak alma amacıyla testöre sorular yönelmiştir.

K1, Rorschach, Kart I

“Arkasını dönmüş iki tane elini kaldıran insan, insan kafası diyebilirim. Ya da Rorschach Testi’nde testör ile karşılaşmayı gösteren Kart I pregenital dönemde anne ile kurulan ilişkinin niteliğine dair bilgi verebilmektedir (İkiz, 2017). Katılımcıların bu kartlara vermiş oldukları yanıtlar nesneyle ilk karşılaşmanın kaygı verici olabildiğini göstermektedir. kanatlarını açmış kuş da diyebilirim bütünsel baktığımda. Şematik baktığımda iki tane üçgen de diyebilirim.”

K2, Rorschach, Kart I

“Balkabağı gibi bir şey görüyorum. Üzerine gözler ağızlar yapılı ya o. Yani cadılar bayramındaki bal kabağı. Şurada iki kadın figürü var gibi. Sırt sırta vermiş ellerini kaldırmış iki kadın elbise giymiş.”

K3, Rorschach, Kart I

“Burada uçan bir yarasa görüyorum onu andırıyor başta. Aynı zamanda yarasa mı batman mi diyeyim, ilk onları aklıma getirdi. Çok daha detaylı düşünürsek karınca diyebilirim. Ama böyle yönetip yönlendirebilen bir karınca.”

K4, Rorschach, Kart I

“Kelebek. Aynı zamanda bok böceğine benziyor. Başka devam edeyim mi? Yarasa'yı Drakula'yı da çağrıştırıyor. Kadın elbisesi tişört gibi bebek elbisesi ya da tişört gibi bir şey. Röntgene benziyor bir taraftan da akciğer röntgeni gibi.”

K5, Rorschach, Kart I

“Ay direk böyle bir hayvana benzetmeye çalıştım bilmiyorum niye böyle. Somut soyut fark etmiyor değil mi. Böyle bir yengeç mi olabilir diye düşündüm.”

K6, Rorschach, Kart I

“Yarasa yarasa ya da böcek gibi bir şey gördüm. Biraz da kelebeğe benziyor. Sanki kısıkaçları var, sanki açmış kanatlarını yürüyormuş böyle. Bir taraftan da sanki bulutların üstüne kuşlar konmuş gibi. Bir de burada şey var gibi sanki bir adam bir yerde birisiyle sohbet ediyor gibi. Kafasında kuşlar uçuyor. Dağın bir köşesinden üç yılan kalkmış da birbirleriyle bakışıyorlar sohbet ediyorlar gibi. Burada bir pinokyo var. Böyle bakıp söyleyeyim mi yoksa bir noktada durayım mı? Başka çok görebileceğim bir şey yok.”

K7, Rorschach, Kart I

“İlk an kelebek gibi canlandı. Sonra sonradan o ellerle bir böcek ya da arı gibi arıya daha çok benzettim. Bir yandan uçak gibi bir yandan pelvis. Sakrum kemiği gibi baya böyle omurlar arada boşluklar böyle çalakalem yapılmış bir suluboya hissi. Çocuklar yapar ya yapıştırır iki tarafa gelir öyle bir şey. O böcek şeyi tekrar geliyor ama çizgi film karakteri gibi ortadaki. Ters çevireyim mi hep böyle mi bakacağım? V < Gittikçe pelvis hissi oluşturuyor açıklık doğru konuştuk ya açıklıktan öyle bebeğin olduğu yer gibi çıkışa giden. Doğumu hissettirdi heyecanlandırdı bebeğimi hissettirdi. Bu resmi ben yapsaydım renkli yapardım. Çok sıkıcı olmuş gri dedirtti bana. Minik

şeyleri var elleri kukla gibi. Hani kısaç olacakmış ama oval o yüzden kukla deme ihtiyacı duydum. Böyle herhalde.”

Katılımcılar genellikle entelektüalizasyon, idealizasyon ve değersizleştirme gibi narsisistik savunmalar kullanmışlardır. K1’in yanıtındaki “*arkasını dönmüş iki insan*” yanıtının, nesneyle karşılaşmada yaşanan zorluklara ve annenin bakışının eksikliğine gönderme yaptığı ve dolayısıyla ayna rolünü yerine getirmede yetersiz kalan bir anne imgesini yansıttığı düşünülmüştür. K5’in çok sayıda yanıt verdiği, detaya indikçe projeksiyonun yoğunlaştığı ve gerçeklikten uzaklaştığı görülmektedir. Konuşma ve bakışma eylemlerinin oral ihtiyaçlara ve annenin ayna rolüne gönderme yaptığı düşünülmüştür. K7, kartın duyumsal özelliklerinden yoğun bir şekilde etkilenmiştir. Heyecanını kontrol edemediği, kart ve kendisi arasındaki mesafeyi kaybettiği görülmektedir. Tutma, tutulma ihtiyacını anlatan “eller” yanıtına eklenen dokuyla ilişkili “yumuşacak” niteliği, erken dönem ilişkilerdeki dokusal ihtiyaçların karşılanmasındaki eksikliği vurgulamakta ve narsisistik bir telafi getirmektedir.

Kart VII erken dönem nesne ilişkileriyle birlikte feminen ve maternal imgeye dair bilgiler vermektedir (İkiz, 2017). K4 dışında tüm katılımcılar kartın gizil içeriğine uygun olarak iki kadın tasarımını sunabilmiştir. Anne imgesiyle ilişkili yanıtlara bakıldığında annelik işlevlerinde yetersiz kalan anne imagolarına sahip oldukları düşünülmüştür.

K1, Rorschach, Kart VII

“İlk çıkarttığınız kız çocuğunun kafaları vücutları da var bıdı bıdı konuşuyorlar. Niye kız çocuk dedim kız çocuğu saçı gibi.”

K2, Rorschach, Kart VII

“Ben burada dedikodu yapan iki kadın görüyorum saçları toplu hatta bir yerden düşüyorlarmış da saçları uzamış birbirine bağlı iki kadın. Ay kahve falı gibi oldu ama birbirlerini aşağı çekiyorlarmış gibi sanki. Bu yüzden tartışıyorlar sanki bir yerden düşüyormuş gibi boşluktalar. V Şöyle bakınca boşlukta bir mantar varmış gibi duruyor beyaz kısım. A Şunlar sanki palyaço ayakkabısına benziyor kocaman büyük yuvarlak burunlu. Şuralarda surat görüyorum. Her yerde görüyorum zaten kapı

kollarında filan. Kocaman ağız yüzü filan var. Şuraya bakınca da sanki kokarca, kokarca kuyruğu. V Bu fil kafası da olabilir filin hortumu sanki.”

K3, Rorschach, Kart VII

“Sanki belli belirsiz iki karşılıklı yüz yani şuralar. Hem kendileri hem de suya düşen yansımaları gibi duruyor. İki kadın gibi görüyorum bunları bu arada.”

K4 Rorschach, Kart VII

“Dünya haritası gibi yani bir yerin haritası gibi. Evet, böyle bir oyuncak gibi sanki birbirlerine bakıyormuş gibi bir şeyin üstünde duran. Kafa sallayan köpekçikler var ya arabada onun gibi.”

K5, Rorschach, Kart VII

“İki tane kız çocuğu var burada. Çocuk dedim ama bilmiyorum. Kadın da olabilir. Sanki birbirleriyle konuşmaktan keyif alan iki tane kadın var. Bilmiyorum niye kadın ama şunlar kadın yüzü gibi. Ama şurada da sanki iki tane bilemediğim. Şu ikisi kadın. Şu ikisi de hayvan gibi diyeceğim erkeğe de benziyor. Sanki şurada iki tane kadın şurada da iki tane erkek var gibi. Şu aşağısı bir şey çağrıştırmadı.

(Anket) Onların saçları daha öne doğru gibi bir de böyle sinirliler erkeğe benziyor yukarısı daha kadınsı sadece erkek değil mi bunlar biraz hayvana da benziyor gerçi. Hoşuma gitti o kart.”

K6, Rorschach, Kart VII

“Sorular gittikçe zorlaşıyordu. Karşılıklı sohbet eden iki kadın ve kafalarında saçları sanki yukarı doğru gitmiş. Yaşlı kadın. İkisi sanki aynı. Burada kurt kafası havlamaya hazır. Ya da köpek. Bir tane de bağırarak kurt ya da ayı kafası gibi bir şey var.”

K7, Rorschach, Kart VII

“İlk önce genç gördüm şimdi yaşlandı iki surat karşılıklı saçlar yukarıda belki zıplamış aşağı inerken. Önce küçük kız gibi. Sonra daha yaşlı gördüm. Şurada bir domuzcuk var. Biraz biraz sanki kızmış gibi bakıyor. Bu benzer birkaç şeyde daha gördüm kuyu sanki. Biraz öncekinin çok uzaktan çekilmiş hali gibi. Ama bunun penisi

yok. Popo kısmı var. Vajina diye bilir miyim ama yok. Artık bir şeye benzetmekte zorlanıyorum. Bulut gibiler bu şeyler genel olarak. Bu kadar galiba.”

K2, boşlukta düşen ve birbirini aşağı çeken imgeler ile tutma ile ilişkili bir sorunsala işaret etmektedir. Boşluk oral ihtiyaçlara gönderme yapan bir gıda yanıtı ile doldurulmuştur. Palyaço ayakkabısı yanıtıyla hipomanik savunma kullanmış ve erken dönem ilişkideki afektif ihtiyaçlara gönderme yapan bir doku yanıtı vermiştir. K3'ün yanıtındaki belli belirsiz karşılıklı yüz yanıtının annenin ayna rolünde eksikliğine gönderme yaptığı düşünülmüştür. K4'ün “kafa sallayan köpekçikler” yanıtı regresif bir içerik sunmakta ve nesne hareketi olarak kodlanmaktadır. Bu yanıt sınır sorunsalına gönderme yapan harita imgesinden sonra gelmiştir ve kaygıya karşı harekete yatırımı düşündürmektedir. K5'in yanıtı nesneye yapılan libidinal yatırımı gösterirken bölme mekanizmasıyla olumsuz nitelikleri erkek imgesine yüklediği görülmektedir. K6'nın yanıtındaki havlamaya hazır, bağırarak hayvan tasarımı oral agresyon içeren bir imge görülmektedir. Benzer bir şekilde kızgın bakan domuzcuk yanıtıyla agresif bir imge sunan K7'nin yanıtlarında anne imgesine önce depresif bir nitelik yüklendiği, ardından manik bir savunma kullanıldığı görülmektedir. Önceki karta verilen yanıt tekrarlayarak dayanak aramış; kontrolü kaybederek, sembolik düzeyi düşük, çiğ cinsel tasarımlar sunmuştur.

Arkaik dönem nesne ilişkileri ve anne imgesiyle ilişkili olan Kart IX, regresyona uygun bir yapıdadır ve bu karta verilen yanıtlarda hamilelik ve doğum düşlemlerine rastlanabilir. Katılımcıların yanıtlarda ayrışma ile ilgili problemler, oral agresyon, annenin ayna rolünde ve kapsayıcılığında eksikliklere gönderme yapan imgeler ile karşılaşmıştır.

K1, Rorschach, Kart IX

“Şu ilk açıldığında şunlar kalp diye düşündüm iki tane. Şunlar da anne göğsü gibi duruyor. Şöyle iki tane şey iki kuş değil de İki nesnenin birleşimi gibi olmuş. Sanki insan vücudunun üst kısmı gibi bütünsel baktığımda.”

K2, Rorschach, Kart IX

“Ben yine şurada gözler görüyorum kurbağa gözü gibi iki renk. Hatta genel olarak sanki orada bir kurbağa var. Ama sanki şey gibi de biri sanki bir elbiseyi giymiş. Şurası yüz kısmı kadın diyemem. Uzaylı gibi uzun suratlı. Şurada da bir kadın figürü var beli kalçası, saçları.”

K3, Rorschach, Kart IX

“Evet, burada ne görüyoruz. Sanki böyle bir şeyin bir kaç maddenin birlikte etkileşime girip de patlaması gibi taşması diyeyim ya da patlama yanlış oldu. Sırayla farklı renklerin ortaya çıkışı bir ahenk. Birbirine müdahale etmeden sırayla turuncu şey yapmış çıkışını yeşil sırada pembe de sırasını bekliyor.”

K4, Rorschach, Kart IX

“Belli bir süreden sonra zorluyormuşum gibi hissediyorum. Yine harita görüyorum ya şurası olmasa sanki bir yerin define haritası gibi bir şey. Şurası popoya benziyor. Üretmiyorum başka.”

K5, Rorschach, Kart IX

“İki farklı şey var gibi burada iki farklı insan. Bir tane köprü gibi bir şey var ama köprü belli belirsiz. Ya tüm resimlerde birbirinin aynısı olan bir şey var ortada da çizgi var onu anlamıyorum. Şu ortadan bölünmüş ama her şeyleri aynı insanlar aynı yerler aynı birbirinin aynısı. İki yer var ama aynı canlılar yaşıyor ama ayrılmışlar. Sanki şunun devamında da köprü gibi bir şey var ama kırılmış gibi.”

K6, Rorschach, Kart IX

“Enteresan bu. Hiçbir şey görmüyorum. Şu biraz gül yaprağına benziyor renginden ötürü. V Bana yine insan vücuduymuş gibi izlenim verdi. Soluk borusu akciğer omuzlardaki etler gibi.”

K7, Rorschach, Kart IX

“Bebek gibi geldi bir an ağzına bir şey almış. Bebek o kocaman bir şeyle oynuyor şirin bir şeyle tam ne olduğunu da bilmediğim. Ama gerçekten bu kartları kim yaptıysa aynı şeyi iki tarafa yapmaktan sıkılmamış mı bana versin ben boyayım hayat bu kadar simetrik değil sonuçta. Şurası şey gibi İrlanda yarımada onun gibi yeşil etrafi su olabilir. Sonra yine şurada baktığımda daha önce de gördüm de pelvis gibi pelvis

kanat çok benzettim zaten konuşurken de öyle konuşuruz benzer iki imaj. Yine ortadaki omurga gibi > Ama işte canlı daha hoş yumuşak renkler filan.”

K1'in kaygıyla ilişkili bedenine ait bir tasarımla başlayan yanıtının simbiyotik bir ilişki arzusuna gönderme yapan birleşme söylemi ile devam etmiştir. K2'nin art arda yığılan yanıtlarında oral agresyonla ilişkili kükreyen hayvan yanıtı ve ardından dürtüsel bir taşkınlık ve dağılmaya ilişkin patlama yanıtı dikkat çekmektedir. Oral ihtiyaçları ortaya koyan, ancak sarkmış niteliğiyle değersizleştirilen meme yanıtının doyum vermeyen kötü memeye gönderme yaptığı düşünülmektedir. Kızgın bir ifade yanıtının ise annenin yüzü ve ayna rolündeki eksiklikler ile ilişkilendirilmiştir. K3 dürtüsel ve afektif yükü yoğun, formun kaybolduğu patlama yanıtı erken dönemde deneyimlenen ve duygusal boyutta işlenemeyen duyuşal yaşantıları ve kapsanmadaki eksiklikleri göstermektedir. K5 yanıtlarına farklılığın vurgulanması ile başlamıştır. Ancak köprü imgesi ile simgelenen bağın yıkıldığı ve tasarımların aynılığının vurgulandığı görülmektedir. Bu yanıt farklılaşma ve ayrılmanın öncelikle güvenilir bir bağ ve nesne gerektirdiğini düşündürmüştür. K6 olumlu nitelikte kadınsı bir tasarım oluşturabilmiştir. Ancak hemen ardından kaygıyla ilişkili, bedeninde dair çiğ bir tasarım sunmuştur. K7 de benzer bir şekilde libidinal bir doyum içeren, oral ihtiyaçlar ile ilişkili, olumlu bir yanıt ile başlamıştır. Ancak sınır sorunsalına gönderme yapan coğrafya ve su yanıtlarının ardından beden bütünlüğüne dair bir kaygıyla ilişkili anatomik bir yanıt vermiştir.

Elinde kitap olan bir kadın ve elinde oyuncak bir bebek olan küçük bir kızın resmedildiği TAT Kart 7GF, anne ve kız arasındaki ilişkinin niteliği ve annenin annelik kapasitesi hakkında bilgi vermektedir. Oyuncak bebek ise ödipal bebeği simgelemektedir (İkiz, 2011).

K1, TAT Kart 7 GF

“Burada da kızına kitap okuyan bir anne var. Kızın elinde de oyuncak bebeği var. Kızı sanki birazcık sıkılmış dinlemiyor okuma dercesine annesine bakıyor. Okuduğu hikâye... Sonunda kız sanki okuduğu hikâyeyi beğenmiyor sanki kızı.”

K2, TAT Kart 7 GF

“Hmm burada anne ve iki çocuğu olduğunu görüyorum. Muhtemelen kendisi ile ilgili telkinlerde bulunuyor. Muhtemelen kardeşine ısınamamış. Annesi de ona tavsiyelerde bulunuyor, ona hayat arkadaşı olacağına dair. Kısa bir süre geçtikten sonra birbirlerine alışacaklarını ve mutlu bir şekilde yaşayacaklarını düşünüyor. Sonu öyle olacaktır.”

K3, TAT Kart 7 GF

“Çocuk yaşta annelik. Anne olmayı istemeyen bir genç kız ve onu zorlayan bir anne. Bir yandan da her türlü ihtiyacını tamamlaması için ona kitap okuyan yapması gerekenleri yapan bir anne. Tüm bunlar karşısında istemediğı halde sesini çıkarmayan bir küçük kız var. Sonunda değişen bir şey olmayacak nasıl yönlendiriliyorsa yapacak mutlu değil ama sessiz ve sükûnetle hayatına devam ediyor.”

K4, TAT Kart 7 GF

“Kadının elinde ne var anlayamadım. Çocuk gelin gibi değil ama. Bir taraftan da ona benziyor bakışları kızın, abla gibi değil.. Küçük yaşta hamile kalmış çocuğu doğurmuş. Diğer kadın da bakıcısı.. Kızın hem genç kızın da bakıcısı çocuğun da bakıcısı. Kız mutlu değil gibi ama uzaklara bakıyor. Şunun ne olduğunu çözemedim. Kitap mı değil mi? Yine de mutlu kız çocuğu var diye bir taraftan.”

K5, TAT Kart 7 GF

“Annenin ikinci çocuğu olmuş. Büyük kız bu durumdan çok mutsuz, sevsin diye kucağına veriyorlar ama o bu durumdan çok mutsuz. Annesi ona diller döküyor bak ne kadar tatlı ama kız pek oralı değil. Köşelerde sıkıştırıp canını acıtabiliyor bebeğin. Sonra bir gün yine sıkıştırmış gerçekten canının acıdığını fark edince pişman olmuş bir daha yapmamış. Benim büyük ablamla abimin hikâyesi.”

K6, TAT Kart 7 GF

“Yirmi tane filan var mı? Bir kızın kız kardeşi olmuş. Ama çok da mutlu değil durumdan. Annesi onu ikna etmeye çalışıyor ama. Kız onu tutuyor ama çok da mutlu değil bu durumdan. Dadı da olabilir bu anne de olmayabilir. İleride çok pozitif ilişkileri olmayan kardeşler olacaklar. Büyük ablayı çok pozitif ve uyumlu görmedim.”

K7, TAT Kart 7 GF

“Bu Alice harikalar diyarından bir kare. Dadısı kitap okumaya çalışırken düşünmeye çalışıyor. Bu çok sıkıcı bir kitap dadısı ona kitabın ne kadar önemli olduğunu anlatmaya çalışırken kendi hayal dünyasına dalıyor. O esnada tavşan geçiyor takip ediyor maceralara gidiyor (kitap sahnelerini hızlıca anlatıyor) en sonunda yerine dönüyor. Bu kitaplar çok da fena değilmiş. Gene de ben kendi harikalar diyarımda onunla diğerinin sunduğu hayat arasında öyle dengeli bir yerlerde kalmak fena değil diye düşünüyorum. (?) Sonunda yorulmuş bir şekilde çıkıyor diyardan burası iyi dadının yanında olmak derken yok diyor ben biraz orada biraz burada iyiyim.”

Bu karta oluşturulmuş hikâyelerde bakım verenin bebekle ilgilenmekten mutlu olmadığını ifade edilmesi dikkat çekmiştir. Kardeşine ısınamayan, kardeşi ya da bebeği olduğu için mutsuz olan anne imgesi, varlıklarıyla annelerini mutlu ettiklerini hissedemeyen bebekleri akla getirmektedir. Bu durum erken dönem anne bebek ilişkisinin doyum veren bir ruhsallık içermediğine işaret etmektedir. Hikâyelerdeki anne imgeleri genellikle kitap okuyan, yol gösteren, telkin ve tavsiyelerde bulunan veya doğru bir davranış için zorlayan karakterlerdir. Annenin narsisistik yatırımlarını gösteren bu ilişki libidinal bir yatırım ve duygusal bir ton içermemektedir. Çocuk yaşta gelin ya da kardeşine bakan abla imgeleri ise katılımcıların kendi anneliklerine dair yetersizlik hisleriyle ilişkilendirilmiştir.

SONUÇ

Bu araştırmada, bebekleri uykuya dalmakta güçlük çeken ve gece sık uyanan annelerin ruhsal dünyaları projektif testler aracılığıyla ve psikanalitik kuram çerçevesinde incelenmiştir.

Uyku problemi yaşayan bir bebeğin bakım vereni de bebeği gibi yeterince uyuyamaz. Uyuyamayan bebek yoktur; *uyuyamayan anne ve bebek vardır*. Bu önerme, bir bebeğin kendi başına uyuması beklenemeyeceği için *uyutulamayan bebek vardır*, şeklinde de devam edebilir. Winnicott (1945), bebeğiyle özdeşim kurup ihtiyaçlarını karşılayabilen ve ona varoluş sürekliliği duygusunu hissettirebilen yeterince iyi bir çevrenin; bebeğin var olmaya başlamasını, benliğinin oluşmasını, dürtülerini ve yaşam boyu karşılaştığı güçlükleri kontrol edebilmesini sağladığını belirtmiştir. Bebeğin uyutulması, bakım verenin bebek için yerine getirdiği temel işlevlerden biridir.

Araştırmanın ilk hipotezde bebeğin yaşadığı uyku problemlerini ayrılık anksiyetesi ile ilişkilendiren literatürden yola çıkılmıştır. Annenin, bebeğin kendi kendine uyumasını bekleyemeden, talebine hemen yanıt verme çabası nesne kaybı endişesiyle ilişkilendirilmiştir. Nesneyi onarma ve nesneyi kurtarmayı zorlaştıran bu endişe sebebiyle üst benliğin taleplerinin katılaşması ve buna bağlı olarak ortaya çıkan depresif duygulanımlara karşı manik savunmalar kullandıkları düşünölmüştür.

Katılımcıların üst benlik yapılanmaları Rorschach testinde Kart IV ve Kart VI aracılığıyla incelenmiştir. Bu kartlara verilmiş olan *karanlık güç tanrıçası, canavar, füze, İsa'nın çarmıhı* gibi yanıtlarda otorite imgesinin katılımcılarda kaygıya sebep olduğu görölmektedir. Katılımcılar genellikle yansıtmış oldukları güçlü imgeleri detay yanıtlara bölerek, pasifize ederek ya da değersizleştirerek baş edilebilir hale getirmeye çalışmıştır. Projektif test protokollerinde karşılaşılmış olan başarısızlık ve yetersizlik ile ilişkili yorumların katı bir üst benlik ile ilişkili olduğu düşünölmüştür.

Ayrılık anksiyetesi ve depresif duygulanımlara karşı kullanılan manik savunmalar ise TAT'de 3BM, 12BG, 13B ve 16. kartlar ve Rorschach testinde 10. Kart aracılığı ile incelenmiştir. Bu kartlardan elde edilen bulgulara bakıldığında

katılımcıların depresif konumla baş etmekte zorlandıkları, manik savunmalara başvurarak inkâr yoluyla depresif konumu tamamen reddedebildikleri görülmektedir. Kayıplar ve tek başına kalma kapasitesi ile ilişkili kartlar katılımcılarda olumsuz duygulanımlara sebep olmuş; *ilkbahar, piknik, mutluluk, açan çiçekler, mutluluk ve oyun oynama* gibi kartın gizil içeriğine uyumsuz temalarla depresif duygulanımları inkâr etmişlerdir. Testin bitişi ve ayrılık süreçlerine gönderme yapan son kartta da katılımcıların olumlu ve mutlu sahneler içeren hikâyeler oluşturarak manik savunmalara başvurdukları görülmektedir. Rorschach testinde ise kart X'da depresif duygulanımlara karşı manik savunmalar *havai fişek, kutlama, mutluluk, şenlik ve rengârenk çiçekler* gibi tasarımlar ve yanıt üretimindeki artışta görülmüştür.

Rorschach uygulamalarında oldukça zengin içerikler sunan protokoller ve normun üzerinde yanıt ortalaması elde edilmiş ve testin görev gibi algılandığı ve yetersizlik duygularının tetiklendiğini düşündüren söylemler ile karşılaşmıştır. Katılımcıların yapılan ruhsal çalışmayı sınav gibi görerek başarılı olmaya çalıştığı düşünülmüştür. Ağlayan ve doyum bekleyen bebek karşısında bu anneler ne hissetmektedir? Nesne kaybı endişesinin artışı düşlemler kapasitesini kullanarak bebeğin ihtiyacını anlayabilmeyi ve uyarılımları kapsayabilmeyi güçleştirir. Bununla birlikte nesneyi onarma ve nesneyi kurtarma görevleri de zorlaşmıştır. Katılan üst benliğin talepleriyle gece boyu sık sık uyanan bebeğinin her uyandığında yanına gittikleri düşünülmektedir. Annenin yaşadığı kaygıların ve kullandığı savunmaların bebeğin uyarılmasına sebep olduğu ve bebeğin doyum yoluyla rahatlayarak uykuya dalmasını engellediği düşünülmektedir.

Bebek uyuyabilmek için gevşeme deneyimine ve rahatlamaya ihtiyaç duyar. Organizmayı dışsal uyarılımlara karşı koruyan uyarı-kalkanı sistemi bebekte henüz gelişmemiştir. Gereksiz ve aşırı uyarılımlar filtrelenemediğinde bebekte uyku problemleri gibi somatik dışavurumlara sebep olabilirler (Belot, 2013). Bebek ancak ebeveyni sayesinde uyarıcı düşünceler ve duyumlardan uzaklaşarak uyuyabilir. Anne düşlemler kapasitesiyle bebeğin duyuusal izlenimlerini ve duygusal yaşantılarını işleyerek alfa unsurlara dönüştürür. Anne tarafından kapsanamayanlar ise beta

unsurlar olarak kalır ve anlamlı hale gelemeden adlandırılmayan bir dehşet olarak içe atılır (Bion, 1962b).

Rahatsız edici bir durumun yarattığı uyarılmanın yükü doyum yoluyla rahatlatarak boşaltılmadığında, motor ve duyusal davranışlar ruhsal aygıtın bu işlevini üstlenebilir (Szwec, 2004). Belirli bir uyarılımın tekrarlanmasıyla gerçekleştirilen bu etkinlikler “kendini sakinleştirme yöntemleri” olarak adlandırılırlar. Annenin varlığıyla rahatlayamayan uykusuz bebeklerin hareketli ve gürültülü aktivitelere yöneldikleri görülmüştür.

Araştırmanın ikinci hipotezinde, bebeği için bu işlevi yerine getiremeyen annenin kendisinin de rahatsız edici uyarılımlar karşısında iç nesnelere dayanarak rahatlayamadığı ve kendini sakinleştirme yöntemlerine başvuruyor olabileceği düşünülmüştür. Bu hipotezin sınanabilmesi için katılımcıların dışsal uyarılar karşısındaki tepkisellikleri ve erken dönem nesne ilişkileri incelenmiştir.

Rorschach testinde kişinin uyarılar karşısındaki tepkisellik tipini ölçen T.R.I analizinden elde edilen bulgulara göre katılımcılar dışsal uyarılar karşısındaki kontrollerini kolayca yitirebilmekte ve değişken bir duygulanımsallık gösterebilmektedirler. Afektif boyut ile ilişkilendirilen renk yanıtları incelendiğinde içsel heyecanlarını kontrol etmekte güçlük yaşadıklarına ve uyarı kalkanlarının heyecanları karşılamada yetersiz kaldığına işaret eden veriler ile karşılaşmıştır.

Erken dönemde bakım verenle ilişkinin niteliği ise ön görüşmeden elde edilen veriler ve projektif testlerdeki anne imgesi ile ilişkili kartlara verilen yanıtlar aracılığıyla incelenmiştir. Katılımcıların ön görüşmede kendi annelerini *dominant, sert, huysuz, sevgi göstermeyen* gibi olumsuz niteliklerle anlattıkları görülmektedir. Rorschach Testi'nde ilk nesnenin kaygı verici olduğu görülürken, ayna rolünü ve tutma işlevini yerine getirmede yetersiz anne imgeleri ile karşılaşmıştır. TAT'de ise anne bebek ilişkisi hakkında bilgi veren kartta bebeğiyle mutlu olamayan; doğru davranış için telkinde bulunan ve zorlayan anne imgeleri görülmüştür.

Winnicott'un (1971), bebeğin kendiliğini ona geri verme olarak tanımladığı annenin ayna rolü, bebeğin aynanın öncülü olan annenin yüzüne baktığında kendini

görebilmesidir. Bu sayede kendini gerçek hissedebilen bebek, olgunlaşma süreciyle diğer insanların yüzlerinden kendiliğini geri almaya giderek daha az bağımlı olur. Ayna rolünü yerine getiren bir anne, bakıp görebilen ve bebeğini tanımaya başlayabilen bir annedir. İlk nesne ve anne imgesi ile ilişkili kartlarda annenin ayna rolüne ve ötekinin bakışına duyulan ihtiyaca gönderme yapan yanıtlar, annelik işlevlerinde yetersiz kalan bir anne imagosunu düşündürmüştür. Annenin yüzü ayna olmadığında kavrayış yerini algıya bırakır. Algı, dış dünyadaki anlamların keşfedilerek kendini zenginleştirilmenin birbirini takip ettiği iki yönlü değiş-tokuş sürecinin başlangıcı olacak şeyin yerini almış olur (Winnicott, 1971).

Projetif testlerde görülen anne imgeleri, araştırmaya katılan annelerin erken dönem bakım verenle ilişkisinde doyum veren bir ruhsallık deneyimleyemediğini düşündürmektedir. Elde edilen bulgular ikinci hipotezi destekler niteliktedir.

Klein'a göre annenin bebeğiyle arasındaki ilişki, kendi bebeklik döneminde annesiyle kurduğu ilişkiyle bağlantılıdır (Klein, 1937). Anne ile kurulan bağ, bir kadının ileride nasıl bir anne olacağını şekillendirir ve bir çocuğu olduğunda nasıl davranması gerektiğine dair içgüdüsel bir bilgi sağlar (Abrevaya, 2013). Bebekleri uyku problemleri yaşayan annelerin, bebeği uyutma işlevini yerine getirirken öznel deneyimlerinden ve içsel anne imagolarından destek alamadıkları düşünülmektedir. Kişisel deneyimler ve bilgiler nasıl bir anne olunacağına dair yol gösterici olmadığında, dış kaynakların ve bilimsel kaynakların yol gösterici olarak seçildiği görülmüştür. Bebekleri hakkında bilgi veren annelerin psikolojik terimler kullanmaları dikkat çekmiştir. TAT Kart 7GF'de karşılaşılan çocuk yaşta gelin ya da kardeşine bakan abla imgeleri de katılımcıların kendi anneliklerine dair yetersizlik hisleriyle ilişkilendirilmiştir.

Fain (*akt* İkiz, 2005), uykusuz bebeklerin sallanma şekillerini sakinleştirici bir yol olarak tanımlar. Ancak her sakinlik uyandıran duygu doyum getirmemektedir. Anne, bebeğini sallayarak bir taraftan kendi kaygısı ile başa çıkmaya çalışırken, bebeğine de doyum yoluyla rahatlama yerine ancak bir sakinleştirme sunabilmektedir. Katılımcılarla yapılan görüşmeler sırasında ağlayarak uyandığı gözlenen bebeklerin kucağa alınarak hızlı ve ritmik hareketlerle sallandığı ya da hızlıca meme verildiği

gözlenmiştir. Bebeğin ağlamasına verilen bu tepkiler, ihtiyaç ve talep içindeki bebek karşısında sakin kalamayan annenin de doyum yerine ancak bir sakinleştirme yolu aradığını düşündürmüştür.

Uyku bozukluğu sıklıkla hassas bir çocuk ve becerilerini ayarlamakta güçlük yaşayan bir annenin arasındaki güç uyumun alarm sinyalidir. Pediatristler, pediatri hemşireleri ve erken dönemde bakım veren diğer kişiler var olan huzursuz etkileşimin onarımında kritik bir rol oynayabilirler (Kreiser, 2004).

Uyku problemleri için terapistin yönelimine bağlı olarak seçilecek tedavi yöntemleri psikodinamik anne-bebek ya da ebeveyn-bebek terapisi, aile terapisi, davranışsal terapi ve ilaç tedavisi olarak sıralanabilir. Amerika'da geliştirilen ve sıklıkla çocuk doktorları tarafından davranışçı yaklaşım ebeveynlerin çocuklarına uyuyakalmayı ve yalnız uyuyakalmayı öğretmelerine yardımcı olurlar. Bazı davranışsal müdahalelere, yeni doğanların ebeveynlerine yönelik, olumlu uyku düzenlerinin erken kurulmasına odaklanan önleyici eğitim programları da dâhil edilmiştir *et. al.*, 2010).

Uykunun temel bir fizyolojik ihtiyaç olması sebebiyle aileler yaşadıkları probleme karşı hızlı bir şekilde çözüm ararlar. Bu durumda sıklıkla başvuru alan davranışçı yöntemler, bebekte görülen semptomun ruhsal kaynakları ile ilgilenmeden ailelere bir çözüm önerisi sunar. Ancak her semptomda olduğu gibi bebekte görülen uyku problemlerinin de bir işlevi vardır ve kaynağı anlaşılmadan ortadan kaldırılmaya çalışılan semptomlar başka bir semptomla dönüşebilir ya da geri dönebilir.

Psikodinamik tedavide, bebeğin ebeveynlerin kuşaklararası geçmişlerinin ve ebeveynlik ile ilgili ruhsal çatışmalarının bebekte olan ilişkilerinde nasıl ortaya koyulduğunu belirlemek amaçlanır. Buradaki varsayım, bebekteki uyku problemlerinin annesel ya da babasal yansımalar ve temsillerden; diğer taraftan ilişkideki bozulmalardan köken almasıdır. Bu çalışmalarda yalnızca uyku ile ilişkili semptomlar üzerinde etki yaratmak amaçlanmaz; aynı zamanda çatışmanın çocuğun ruhsallığı üzerinde kalıcı olabilecek etkilerinin önlenmesi hedeflenir (Breil *et. al.*, 2010).

Bu sebeple annenin ruhsallığının anlaşılmasının aile ile yapılacak ruhsal çalışmalardaki temel adımlardan biri olması gerektiği düşünülmektedir. Bu araştırmada elde edilen bulguların perinatalite kliniğine ve koruyucu ruh sağlığı alanına katkı sağlayacağı düşünülmektedir.

Araştırmada katılımcıların ayrıntılı bir şekilde ele alınabilmesi için nitel yöntem tercih edilmiş ve araştırma küçük bir örneklem ile yürütülmüştür. Görece homojen olması sebebiyle ele alınmış olan örnekleme dair anlamlı bulgular elde edildiği düşünülmektedir. Araştırmaya katılan kadınların yaşadıkları problemler sebebiyle bir peditr ve psikoloğa başvurmuş olduklarının altı çizilmelidir. Çok sayıda anne ve bebek benzer problemler yaşarken farklı ruhsallığa sahip olanların probleme karşı tepkileri ve aradıkları çözüm aynı olmamaktadır. Araştırmada elde edilen sonuçların her duruma genellenemeyeceği beklenmektedir.

Örnekleme genişletilerek niceliksel yöntemle yapılacak çalışmalar, hipotezlerin genellenebilmesini sağlayarak literatüre katkıda bulunabileceği düşünülmektedir. Bu araştırmada bebeğin uyku problemlerinin annenin ruhsallığındaki yeri sorusuyla başlamıştır ve bu sebeple babalar araştırmaya dâhil edilmemiştir. İleride yapılacak araştırmalarda babanın da araştırma desenine dâhil edilmesinin, anne-bebek arasındaki ilişkinin dinamiklerinde babanın rolü göz önüne alındığında, bebekte görülen uyku problemlerinin anlaşılmasına katkı sağlayacağı düşünülmektedir.

KAYNAKÇA

- ABREVAYA, E.: 2013 **Kadınlığın Uzun ve Dolambaçlı Yolu**, İstanbul, Bağlam Yay.
- AMERİCAN PSYCHIATRIC ASSOCIATION: 2014 **Ruhsal Bozuklukların Tanısal ve Sayımsal El Kitabı**, beşinci bas. (DSM-V-TR). (çev. E. Köroğlu), Ankara, Hekimler Yayın Birliği.
- ARISTOTELES: MÖ.350 **On Sleep and Sleeplessness**, [çevrimiçi]: <http://classics.mit.edu/Aristotle/sleep.html> [1 Aug. 2019].
- AYDIN, H.: 2008 **Uyku ve Bozuklukları**, İstanbul, HYB Yay.
- AYDIN, H.: 2013 **Uykusuzluk**, İstanbul, Bağlam Yay.
- ABRAM, J.: 1996 **The Language of Winnicott**, Londra, Karnac.
- ANZIEU, D., CHABERT, C.: 2011 **Projektif Yöntemler**, İstanbul, Bağlam Yay.
- ABDULKADİROĞLU, Z., BAYRAMOĞLU, F., HHAN, N.: 1997 “Uyku ve uyku bozuklukları”, **Genel Tip Derg**, 7(3), 161-6.
- BELOT, R.A.: 2013 “Ebeveynin Uyarı-Kalkanı Sistemi ve Bebeğin Somatik Dışavurumu Arasındaki Bağlara Teorik-Klinik Katkılar”, **Beden ve Ailenin Acıları**, ed. T. İkiz ve D. Drieu, s. 25-35, İstanbul, Bağlam Yay.
- BELOT, R. A., DE TYCHEY, C.: 2015 “Mentalisation Maternelle et Développement Somatique du Bébé, une Étude Comparative

- Au Rorschach”, **Bulletin de Psychologie**, (5), 367-389.
- BION, W. R.: 1962A **Learning From Experience**, Londra, Karnac Books.
- BION, W. R.: 1962B “The Psycho-Analytic Study of Thinking”, **Int. J. Psycho-Anal.**, 43:306-310.
- BREIL, F., ROSENBLUM, O., LE NESTOUR, A.: 2010 “Les Troubles du Sommeil du Bébé et du Jeune Enfant: Revue de la Littérature et Analyse Psychodynamique”, **Devenir**, vol. 22(2), 133-162.
- DAWS, D.: 1985 “Sleep Problems in Babies and Young Children”, **Journal of Child Psychotherapy**, 11(2), 87-95.
- DEBRAY, R.: 2005 “Bebeklerde ve K   k ocuklarda Bedensel Dışavurum”, (ev: Neslihan Zabcı), **Psikanaliz Yazıları**, 11, 89-103.
- DEBRAY, R., BELOT, R.: 2008 “Chapitre IV. Les Troubles Du Sommeil. Dans: R. Debray & R. Belot (Dir)”, **La Psychosomatique du B  b  : Pr  face de Bernard Golse** (pp. 77-100). Paris, PUF.
- DIELS, H., KRANZ, W.: 1952 **Die Fragmente der Vorsokratiker**, Vol 1(24), 210-216, Zürich, Weidmann,.
- ERHAT, A.: 1978 **Mitoloji S  zl  g  **, İstanbul, Remzi Kitabevi.
- ERHAT, A., EYUBOĞLU, S.:1991 **Hesiodos Eseri ve Kaynakları**, Ankara, Türk Tarih Kurumu Basımevi.

- FRAIBERG, S.H., ADELSON, E., SHAPIRO, V.: 1975 “Ghosts in the Nursery: A Psychoanalytic Approach to the Problem of Impaired Infant-Mother Relationships”, **J. Amer. Acad. Child Psychiat.**, 14, 387-422.
- FREUD, A.: 2016[1965] **Çocuklukta Normallik ve Patoloji**, İstanbul, Metis Yay.
- FREUD, S.: 1905 “Three Essays on the Theory of Sexuality (1905)”, **The Standard Edition of the Complete Psychological Works of Sigmund Freud, Volume VII (1901-1905): A Case of Hysteria, Three Essays on Sexuality and Other Works**, 123-246.
- FREUD, S.: 1917 “A Metapsychological Supplement to the Theory of Dreams”, **The Standard Edition of the Complete Psychological Works of Sigmund Freud, Volume XIV (1914-1916): On the History of the Psycho-Analytic Movement, Papers on Metapsychology and Other Works**, 217-235.
- FREUD, S.: 1931 “Female Sexuality”, **The Standard Edition of the Complete Psychological Works of Sigmund Freud, Volume XXI (1927-1931): The Future of an Illusion, Civilization and its Discontents, and Other Works**, 221-244.
- FREUD, S.: 1933 “New Introductory Lectures On Psycho-Analysis,” **The Standard Edition of the Complete Psychological Works of Sigmund Freud, Volume XXII (1932-1936): New**

- Introductory Lectures on Psycho-Analysis and Other Works, 1-182.
- GUBA, E. G.: 1990 **The Paradigm Dialog**, Thousand Oaks, CA: Sage.
- GUEDENEY, A., & KREISLER, L.: 1987 “Sleep Disorders in the First 18 Months of Life: Hypothesis on the Role of Mother-Child Emotional Exchanges”, **Infant Mental Health Journal**, 8(3), 307-318.
- GUILLORY, S. D.: 2013 **Predictors of Infant Sleep Problems: Maternal Psychosocial Contributions**, (Doktora tezi, Mills College).
- HIPPOCRATES: MÖ 400 **The Book of Prognostics**, (Çevrimiçi) <http://classics.mit.edu/Hippocrates/prognost.m.b.txt>, 1 Ağustos 2019.
- HOCK, E., MCBRİDE, S., GNEZDA, M.: 1989 “Maternal Separation Anxiety: Mother-Infant Separation from the Maternal Perspective”, **Child Development**, 60(4), 793-802.
- İKİZ, T.: 2005 “Anne çocuk ilişkisinde kendini sakinleştirme yöntemleri”. **Psikanaliz Yazıları**, 11, 77-88.”
- İKİZ, T., ATAK, İ.E., DÜŞGÖR, B.P., ZABCI, N.: 2009 **Rorschach Kodlama Kitabı 2: Yetişkin Normları**, İstanbul, Bağlam Yayınları.
- İKİZ, T.: 2017 **Psikanalitik Yorum, Kodlama ve Uygulamalar**, İstanbul, Bağlam Yay.

- KARADAĞ, M.: 2007 “Uyku Bozuklukları Sınıflaması (ICSD-2)”, **Turkiye Klinikleri Archives of Lung**, 8(3), 88-91.
- KARRAKER, K. H., YOUNG, M.: 2007 “Night Waking in 6-month-old Infants and Maternal Depressive Symptoms”, **Journal Of Applied Developmental Psychology**, 28(5-6), 493-498.
- KIRSCH, D. B.: 2011 “There and Back Again: A Current History of Sleep Medicine”, **Chest**, 139(4), 939-946.
- KLEIN, M.: 1935 “A contribution to the psychogenesis of manic-depressive states”, **International Journal of Psycho-Analysis**, 16, 145-174.
- KLEIN, M.: 2012[1937] “Sevgi, Suçluluk ve Onarım” (çev. A. A. Köşkdere), **Sevgi, Suçluluk ve Onarım** içinde, (der. B. Habip), 231-258, İstanbul, Kanat Kitap.
- KLEIN, M.: 2004[1945] “Bazı Şizoid Mekanizmalar Üzerine Notlar” (çev. A. E. Yavuz Sever) **Yansıtma Psikopatoloji ve Projektif Testler Dergisi**, 1, 139-162,.
- KREİSLER, L.: 2004A “116. La clinique psychosomatique du nourrisson.” Serge Lebovici éd., **Nouveau traité de psychiatrie de l'enfant et de l'adolescent: 4 volumes** içinde, 1995-2014, Paris, PUF.
- KREİSLER, L.: 2004B “119. Désordres psychosomatiques du nourrisson: b / Les troubles du sommeil.”,

- Serge Lebovici éd., **Nouveau traité de psychiatrie de l'enfant et de l'adolescent: 4 volumes** içinde, 2039-2051, Paris, PUF.
- LOZOFF, B., WOLF, A. W.,
DAVIS, N. S.:1985 "Sleep Problems seen in Pediatric Practice", **Pediatrics**, 75(3), 477-483.
- MAHLER, M. S., PINE, F.,
BERGMAN, A.: 1975 **The psychological birth of the human infant: Symbiosis and individuation**, New York, Basic Books.
- MCDUGALL, J.: 1974 "The psychosoma and the psychoanalytic process", **International Review of Psycho-Analysis**, 1, 437-459.
- MERTENS, D. M.: 1998 **Research Methods in Education and Psychology: Integrating Diversity with Quantitative and Qualitative Approaches**. Thousand Oaks, CA: Sage Publications.
- MIGNOT, E.: 2001 "A hundred years of narcolepsy research". **Archives italiennes de biologie**, 139(3), 207-220.
- MOORE, T., UCKO, L. E.: 1957 "Night waking in early infancy: Part I". **Archives of disease in childhood**, 32(164), 333.
- ÖZER, E. A., SÖZEN, G.,
BAKİLER, A. R.: 2003 "Süt Çocukluğu Döneminde Uyku Bozuklukları," **İzmir: SSK Tepecik Hast Derg.**,13(3), 171-175.

- PALACIO ESPASA, F.: 2005 “Anxiety”, **International dictionary of psychoanalysis, Vol. I**, der: A. D. Mijolla, Detroit, MI: Thomson Gale, 99-102.
- POLLAK, C., THORPY, M. J.; YAGER, J.: 2010 **The encyclopedia of sleep and sleep disorders**. New York, NY, InfoBase publishing.
- RAPHAEL-LEFF, J.: 1983 “Facilitators and regulators: Two approaches to mothering”, **Psychology and Psychotherapy: Theory, Research and Practice**, 56(4), 379-390.
- RAPHAEL-LEFF, J.: 2015 **The dark side of the womb: Pregnancy, parenting and persecutory anxieties**, Londra, Anna Freud Centre.
- RICHMAN, N.: 1981 Sleep problems in young children. **Archives of Diseases of Childhood**, 56, 491-493.
- SADEH, A., ANDERS, T.F.: 1993 Infant sleep problems: Origins, assessment, interventions. **Infant Mental Health Journal**, 14(1).
- SALO, F.T.: 2010 “Düşlemedikleri gibi bir anne olabilmeleri için kadınlara yardım etmek”, **Psikanaliz Yazıları**, 20: 151-168.
- SEGAL, H.: 1988 **Introduction To The Work Of Melanie Klein**, Londra, Karnac Books.
- SHEEHAN, J. M.: 2012 **Maternal factors affecting reported infant sleep outcome** (Doctoral dissertation, Victoria University).

SHER, A.: 2008

“Maternal separation anxiety as a regulator of infants’ sleep”, **Journal of Child Psychology and Psychiatry**, 49:6 (2008), pp 618–625.

SPITZ, R. A.: 1965

The first year of life: A psychoanalytic study of normal and deviant development of object relations, Oxford, International Universities Press.

SZWEC, G.: 2004

Les Procédés Autocalmants en Psychosomatique et en Psychiatrie de l’enfant. *Neuropsychiatrie de l’enfance et de l’adolescence*, 52(6), 410-413.

TAKTAKOĞLU, Ö.: 2017

Doğum sonrası depresyon tanısı alan kadınların ruhsal dünyalarının incelenmesi. Yüksek Lisans Tezi, İ.Ü. Sosyal Bilimler Enstitüsü (YÖK Ulusal Tez Merkezi veri tabanından elde edildi. Tez no: 465637).

TAYLOR, N., DONOVAN, W.,
LEAVITT, L.: 2008

“Consistency in infant sleeping arrangements and mother–infant interaction”, **Infant Mental Health Journal**, 29(2), 77-94.

TDK.: 2011

“Uyku”, **Güncel Türkçe Sözlük**, (Çevrimiçi) http://www.tdk.gov.tr/index.php?option=com_gts&arama=gts&guid=TDK.GTS.59b9a8826689f5.92154399, 1 Ağustos 2019.

TUNABOYLU-İKİZ, T., ERDEM-
ATAK, İ., PİRİM-DÜŞGÖR, B.,
ZABCI, N.: 2009

Rorschach Kodlama Kitabı 2: Yetişkin Normları, İstanbul, Bağlam.

- WINNICOTT, D. W.: 1945 Primitive emotional development. **The International journal of psycho-analysis**, 26, 137.
- WINNICOTT, D.W.: 1958 “The Capacity to be Alone”. **Int. J. Psycho-Anal.**, 39:416-420.
- WINNICOTT, D.W.: 1965a[1960] “The Theory of the Parent-Infant Relationship”, **The Maturational Processes and the Facilitating Environment** içinde, 37-55. Londra, The Hogarth Press and the Institute of Psycho-Analysis.
- WINNICOTT, D.W.: 1965b[1960] “Ego Distortion in Terms of True and False Self”, **The Maturational Processes and the Facilitating Environment** içinde, 140-152. Londra, The Hogarth Press and the Institute of Psycho-Analysis.
- WINNICOTT, D.W.: 1965c[1962] “Ego Integration in Child Development”, **The Maturational Processes and the Facilitating Environment** içinde, 56-63. Londra, The Hogarth Press and the Institute of Psycho-Analysis.
- WINNICOTT, D. W.: 1971 **Playing and Reality**, Londra, Tavistock Publications.
- WINNICOTT, D. W.: 1975[1956] Primary maternal preoccupation. **Through Paediatrics to Psychoanalysis: Collected Papers** (der. D.W. Winnicott) içinde. New York, NY: Basic Books, 300–305.

VINCENT, M.: 2015

Early Insomnia: Insomnia During The First Six Month Of Life. **Romanian Journal of Psychoanalysis/Revue Roumain de Psychanalyse**, 8(2).

YIN, R.K.: 2018

Case Study Research, (6. basım) Thousand Oaks, CA: Sage Publications.



EKLER

Ek 1: Bilgilendirilmiş Onam Formu:

T.C. İstanbul Üniversitesi

Sosyal ve Beşeri Bilimler Araştırmaları Etik Kurulu

BİLGİLENDİRİLMİŞ GÖNÜLLÜ ONAM FORMU

Sizi A. Hande Erkenci tarafından yürütülen “Uyku Bozuklukları Ekseninde Anne Bebek İlişkisi Ve Annenin Ruhsal Dünyası” başlıklı araştırmaya davet ediyoruz. Bu araştırmanın amacı, bebekleri uyku problemleri yaşayan kadınların ruhsal dünyalarının çeşitli projektif testler ve görüşmeler ile incelemek, bebeklerin yaşadıkları problemlerin annelerin ruhsal dünyalarındaki kaynaklarını incelemektir. Araştırma için sizden yaklaşık 1.5-2 saat süren bir oturuma katılmanız istenmektedir. Bu oturumda ön görüşme ve ardından iki adet projektif test uygulanacak ve bir adet de ölçek doldurmanız beklenecektir. Araştırmaya sizin dışınızda tahminen 9 kişi katılacaktır. Bu çalışmaya katılmak tamamen **gönüllülük** esasına dayanmaktadır. Çalışmanın amacına ulaşması için sizden beklenen, bütün soruları eksiksiz, kimsenin baskısı veya telkini altında olmadan, size en uygun gelen cevapları içtenlikle verecek şekilde cevaplamanızdır. Bu formu okuyup onaylamanız, araştırmaya katılmayı kabul ettiğiniz anlamına gelecektir. Ancak, çalışmaya katılmama veya katıldıktan sonra herhangi bir anda çalışmayı bırakma hakkına da sahiptir. Bu çalışmadan elde edilecek bilgiler tamamen araştırma amacı ile kullanılacak olup kişisel bilgileriniz **gizli tutulacaktır**; ancak verileriniz yayın amacı ile kullanılabilir. İletişim bilgileriniz ise sadece izninize bağlı olarak ve farklı araştırmacıların sizinle iletişime geçebilmesi için “ortak katılımcı havuzuna” aktarılabilir. Eğer araştırmanın amacı ile ilgili verilen bu bilgiler dışında şimdi veya sonra daha fazla bilgiye ihtiyaç duyarsanız araştırmacıya şimdi sorabilir veya handebugali@gmail.com e-posta adresi ve 05397182233 numaralı telefondan ulaşabilirsiniz. Araştırma tamamlandığında genel/size özel sonuçların sizinle paylaşılmasını istiyorsanız lütfen araştırmacıya iletiniz.

Yukarıda yer alan ve araştırmadan önce katılımcıya verilmesi gereken bilgileri okudum ve katılmam istenen çalışmanın kapsamını ve amacını, gönüllü olarak üzerime düşen sorumlulukları anladım. Çalışma hakkında yazılı ve sözlü açıklama aşağıda adı belirtilen araştırmacı/araştırmacılar tarafından yapıldı. Bana, çalışmanın muhtemel riskleri ve faydaları sözlü olarak da anlatıldı. Kişisel bilgilerimin özenle korunacağı konusunda yeterli güven verildi.

Bu koşullarda söz konusu araştırmaya kendi isteğimle, hiçbir baskı ve telkin olmaksızın katılmayı kabul ediyorum.

Katılımcının:

Adı-

Soyadı:.....

İmzası:

İletişim Bilgileri:

e-posta:

Telefon:

İletişim bilgilerimin diğer araştırmacıların benimle iletişime geçebilmesi için “ortak araştırma havuzuna” aktarılmasını;

kabul ediyorum kabul etmiyorum (lütfen uygun seçeneği işaretleyiniz)

Velayet veya Vesayet Altında Bulunanlar İçin:

Veli veya Vasisinin

Adı-

Soyadı:.....

İmzası:

Araştırmacının

Adı-

Soyadı:.....

İmzası:

Şahidin:

Adı-

Soyadı:.....

İmzası:

Ek 2: Yarı Yapılandırılmış Klinik Görüşme Formu

- 1.** Bebeğin uyku alışkanlıkları ve yaşanan güncel sorun hakkında bilgi veriniz.
- 2.** Gebelik, doğum ve doğum sonrası süreci anlatınız.
- 3.** Kendi bebeklik döneminiz, annenizle olan ilişkiniz ve erken dönem uyku alışkanlıklarınız ile ilgili aklınıza gelenleri anlatınız.

Ek 3: Rorschach Protokol Örneği – K2

1. Kart		
<p>Balkabağı gibi bir şey görüyorum. Üzerine gözler ağızlar yapılır ya o. Yani cadılar bayramındaki bal kabağı.</p> <p>Şurada iki kadın figürü var gibi. Sırt sırta vermiş ellerini kaldırmış iki kadın elbise giymiş.</p>	<p>Gözleri, ağızı, şeklinden dolayı.</p> <p>Ellerini yukarıya doğru kaldırmış yağmur duası eder ya insanlar onun gibi.</p>	<p>1) G F+ N</p> <p>2) D F+ H/giysi</p>
2. Kart		
<p>Pek bir şey ifade etmedi bu. Sanki şunlar kalp gibi de akciğer gibi de şu kırmızılar.</p> <p>Patates baskısını hatırlattı bana çok fazla bir şey yok yani.</p>	<p>Çocukluğumuzda yapardık ya onla yaptığımız şekiller gibi kapatırdık açardık simetrik resim çıkardı.</p> <p>*Şöyle baktığımda da bir hayvana da benziyor domuz da olabilir çok fazla bir şey çıkaramadım açıkçası.</p>	<p>3) D CF Anat</p> <p>4) G F- sanat Simetri</p>
3. Kart		
<p>Burada sanki iki insan ateşin üzerinde ellerini ısıtıyormuş gibi hafifçe çömelmiş iki insan.</p> <p>Kırmızı şekiller de yarasaya benziyor daldan aşağıya sarkmış.</p> <p>Genelinde bunu gördüm.</p> <p>Şu şekle sadece anlam veremedim. O da fiyonk gibi sırf ona bakarsam.</p> <p>Ayakları toynak gibi bu insan dediğim şeylerin yüzleri de fareye benziyor.</p>	<p>Ters dönüp duruyorlar ya onları hatırlattı kafaları ayakları.</p>	<p>5) G K H/ateş/Ad</p> <p>6) D F- A</p> <p>7) D F+ N</p>
4. Kart		

<p>Şu ayakkabı görüyorum sanki. Arkadan böyle kocaman bir dev ya canavar gibi kuyruğu olan dinazorumsu da olabilir.</p> <p>Canavar gibi bir şeye benziyor bu.</p> <p>Bunu parça parça göremedim de bütün olarak görünce ona odaklandım.</p> <p>Şunlar mesela dal olabilir ama şimdi pençe gibi görünüyor. Şunlar kuyruğu, şunlar ayakkabıları olabilir.</p>	<p>Topuğu, burnu.</p> <p>Zehirli bir kol olabilir canavar zehirler ya elleriyle. Akrebin kolları da olabilir mesela.</p>	<p>8) D F+ giysi</p> <p>9) G F+ (A)</p> <p>10) D F+ bitki</p>
<p>5. Kart</p>		
<p>Bu şekilde tutmak zorunda mıyız?</p> <p>V Şu şekilde çok net bir şekilde kelebek oluyor. Antenleri var kanatları var kuyruğu var.</p> <p>Λ Böyle tutunca şöyle 2 tane hayvan ayağı görüyorum sanki ama böyleyken kuşa da benziyor. V Öyleyken kelebek</p> <p>Λ böyleyken kuş gibi.</p> <p>> Şurası ördek gagası gibi ördek ağzı gibi.</p> <p>Şurada da bir hayvan bacağı ama bir bütünlük sağlamıyor. Mesela bir tavşan olabilir. Başka bir şey çıkaramadım.</p>	<p>Kanatlarını açmış uçan bir kelebeğe benziyor çok net eksiksiz. Renklendirilip benek yapılırsa kelebek sanki.</p> <p>Aşağı sarkmış 2 ayak gibi güvercin gibi</p> <p>Uçarken görünümün kuş kanatlar biraz daha arkadan olduğu için</p> <p>Baldıra benziyor atın arka bacağı gibi ya da tavşan.</p>	<p>11) G Kan A</p> <p>12) D F- Ad</p> <p>13) G F+ A</p> <p>14) Dd F- Ad</p>
<p>6. Kart</p>		

<p>V Ben mi bir tek zorlanıyorum bunları isimlendirirken.</p> <p>Şu kısım mağaradaki sarkıt dikitleri hatırlattı.</p> <p>Şurası kedi bıyığı gibi.</p> <p>Buradan bakınca böyle goril gibi. Ama yine iki goril sırt sırta vermiş gibi. Ya da eski insanlar diyeyim ilk insanlar gibi.</p> <p>> Böyle bakınca da gemiye benziyor su da yansıması şurası da geminin üstü bacası güvertesi bu da yükleri filan şu da dumanı olabilir.</p>	<p>Şekillerinden dolayı mağarada sular tuzlar donar böyle şekiller oluşur.</p> <p>Çok çok net ağız, göz, kafa yapıları. İlk insan ya da goril tarzı çenesi önde, kolları bedeni kocaman.</p> <p>*V Çok çok uzaktan bakıldığında ağaca da benziyor meyvesiz bir ağaç</p>	<p>15) Dd F- doğa</p> <p>16) D F- Ad</p> <p>17) D F+ H</p> <p>18) G FE N/parça</p>
<p>7. Kart</p>		
<p>Ben burada dedikodu yapan iki kadın görüyorum saçları toplu hatta bir yerden düşüyorlarmış da saçları uzamış birbirine bağlı iki kadın. Ay kahve falı gibi oldu ama birbirlerini aşağı çekiyorlarmış gibi sanki. Bu yüzden tartışıyorlar sanki bir yerden düşüyormuş gibi boşluktalar.</p> <p>V Şöyle bakınca boşlukta bir mantar varmış gibi duruyor beyaz kısım.</p> <p>Λ Şunlar sanki palyaço ayakkabısına benziyor kocaman büyük yuvarlak burunlu.</p> <p>Şuralarda surat görüyorum. Her yerde görüyorum zaten kapı kollarında filan.</p>		<p>19) G K H</p> <p>20) Dbl F+ bitki</p> <p>21) D F- giysi</p> <p>22) D F- Hd</p>

<p>Kocaman ağzı yüzü filan var.</p> <p>Şuraya bakınca da sanki kokarca, kokarca kuyruğu.</p> <p>V Bu fil kafası da olabilir filin hortumu sanki</p>		<p>23) D FE Ad</p> <p>24) D F+ Ad</p>
<p>8. Kart</p>		
<p>Şurada kesinlikle yırtıcı bir hayvan görüyorum. Vaşak olabilir gelincik olabilir. O tarz bir şey.</p> <p>Şu ilk yeşil vatoz balığına benziyor yere yapışmış.</p> <p>> V Hiçbir şey ifade etmedi başka.</p> <p>Şu sanki beyine benziyor. Şunlar kulaklar ama beynin yanında kulak olmaz enteresan bir kafa yapısı gibi turuncular.</p> <p>Ama yeşil hiçbir şey ifade etmiyor. Uçurtma da olabilir su birikintisi de olabilir .</p>	<p>Akvaryum diplerini temizliyor ya kolları var gibi şeklinden dolayı gözleri var sanki solungaçları hatta elleri bile var dört tane parmağı var. O insan kolu bile olabilir.</p> <p>O kadar şaysız ki İpleri var uçurtma olabilir ya da su birikintisi. Çok şekilsiz geldi</p>	<p>25) D F- A</p> <p>26) D CF A</p> <p>27) D F- Anat (kontaminasyon)</p> <p>28) D F- N</p> <p>29) D CF parça</p>
<p>9. Kart</p>		
<p>Ben yine şurada gözler görüyorum kurbağa gözü gibi iki renk. Hatta genel olarak sanki orada bir kurbağa var.</p> <p>Ama sanki şey gibi de biri sanki bir elbiseyi giymiş. Şurası yüz kısmı kadın diyemem. Uzaylı gibi uzun suratlı.</p> <p>Şurada da bir kadın figürü var beli kalçası saçları.</p>		<p>30) Dd CF A</p> <p>31) Dd F- (H)/giysi</p> <p>32) Dd FE H</p>

<p>Şurası hayvan bir köpek gibi. Ağzı açık, köpek olur ayı olur kükrüyor ya da</p> <p>Pembe alan da toz bulutu gibi. V Burası bir yanardağmış da fişkırmış toz bulut. Şunlar lavlar burası yeşil bitki örtüsü bunlar da dağın kendisi.</p> <p>Yine sanki burada parmaklar ya da bir köpeğin memeleri olabilir.</p> <p>A böyle bakınca daha anlamlı oldu aşağı sarkmış memeleri.</p> <p>Böyle bakınca da kurbağa ya da kızgın bir ifadeye dönüşüyor.</p> <p>Yeterli herhalde.</p>		<p>33) D Kan A</p> <p>34) G Kob C doğa/bitki</p> <p>35) Dd F- Hd/Ad</p>
<p>10. Kart</p>		
<p>Baya renkli. Direk söyleyeyim havai fişekler. Havai fişekler atılıyor.</p> <p>Şurada kesinlikle zıplayan kurbağa görüyorum.</p> <p>Şurada deniz atı var sanki.</p> <p>Bir kutlama yapılıyor. Bir sürü canlı var ve hepsi sevinç içinde.</p> <p>Şurada bir adam figürü var ellerini kaldırmış, kolları var, bacakları var.</p> <p>> Mutluluk veren bir resim gibi bu herkes keyif içerisinde.</p>		<p>36) G Kob C N</p> <p>37) D Kan A</p> <p>38) D F+ A</p> <p>39) Dd F+ H</p>

<p>Pembeler hiçbir şey ifade etmedi ama onlara bir şey yüklemeye çalışıyorum. Şekil olarak da benzemiyorlar.</p> <p>Şurada el ele tutuşan beraber bir şey taşımaya çalışan iki insan var ama buldukları yerden kopamamışlar elleri de arkada</p> <p>Şurada ördeğe benzeyen kuyruğu kafası yaban ördeği derler ya.</p> <p>Şu da balık.</p> <p>Genel olarak çok mutlu hayvanlar var sanki havai fişek atılıyor.</p> <p>Şurası da sanki bu mutluluğun kaynağı buradan çıkan bir şey özü, her şeyin merkezi.</p> <p>Şurada sanki bir kirpi kafası bilmiyorum hiç gördünüz mü. Şu tarafta burada yok.</p> <p>Diğerleri çok bir şey ifade etmedi ama bunlar mutluluk sevinç içeren resimler gibi geldi.</p> <p>Burada sanki bir tek şunu söylemedim sincap ceviz taşıyor ya da şeftali çekirdeği de olabilir.</p>		<p>40) D K H</p> <p>41) Dd CF Ad</p> <p>42) D F+ A</p> <p>43) Dd F- A</p> <p>44) D Kan A/gıda</p>
---	--	---

Kart tercihleri:

+10: kesinlikle bu mutluluk içerdiğinden dolayı.

-ikisi arasında gidip geliyorum tek seçmek zorundayım dimi. Görsel olarak şu (1) çok itici. Ama fikir olarak (2) insanların birbirini aşağı çekmesi fikri. Ama 1 gerçekten çok itici oldum olası sevmezdim haloweenini.

Ek 4: TAT Protokol Örneği – K2

Kart 1

Burada herhalde çocuk duyma engelli filan diye düşünüyorum (CN-2). Kemani çalmak istiyor ama çalamıyor o yüzden üzülen bir çocuğun hayatı gibi düşünüyorum (A2.4, B1.3, CN.3).

(?) Bilemedim yani en sonunda ne oluyor görme engelli ay duyma engelli bir çocuk ne yapabilir (CN-2). Herhalde hayatı böyle devam ediyor (A2.3). Beethoven vardı gerçi o da sağırdı (A2.3). Belki denemiştir başarmıştır (A2.3). Açıkçası sonunu düşünmedim bakarken (B2.1).

Kart 2.

Hmm bu klasik Türk filmi gibi bir kadın ve bir kızı var okumak istiyor (A2.1). Sonunun belki arkadaki anne babası gibi olmasını istemeyen okula ağırlık veren bir kız çocuğu (CN-2). Belki büyük şehre gidip doktor gibi kıymetli bir meslek sahibi olmak mizacından dolayı iyi bir meslek sahibi olabilecek gibi görünüyor. Bir öğretmen olabilir (A2.2). Yaşadığı hayattan memnun olmayan hedefleri olan bunları gerçekleştiren bir insan (A2.3, A3.1, CN+2)

(?) öğretmenlik muhtemelen (A2.2).

Kart 3.

Burada ağlayan biri var herhalde kadın mı erkek mi bilemedim (CI.2). Kadın sanırım beli ince (CL.2). Çaresiz bir insan sebebi ne olabilir (B1.3). Hastanede yakınına kaybetmiş olabilir (A3.1, B1.2). Yerde bir makas var galiba. Bundan dolayı üzülüyor, kötü bir haber almış bir kişi bu muhtemelen (A3.1, B1.3). Yakınları, sevdiği biri gelip kendisini toplayacaktır (B1.2, CM+1). Sonuçta ölüm dünyanın gerçeği (A1.4).

Kart 4.

Bu da herhalde bir Hollywood filminden mi sanki.(A1.4, A3.1, A3.4) O eski filmler geldi saç suratları, zengin kadın fakir oğlan onu terk etmek istiyor (B2.3). Gitme kal diye yalvaran bir kadın (B1.1). Kuliste hazırlanırken bir sahne herhalde. Fakir oğlan gurur yapıp gidiyor (B2.1, B2.4, CN+2)

Sonu ayrılık ya.

Kart 5.

Ben şimdi bu resme bakınca odanın görünmeyen tarafı canlandı (B2.1). Burada görünmeyen kısımda çocuk ders çalışıyor herhalde (A3.1, B1.2). Bu anne gelip kontrol ediyor bir isteği var mı. Seven kontrol eden bir anne (CM+1). Belki kek getirecek. Görünenden çok görünmeyen kısmı canlandı (A3.1). Kitaplar herhalde bunu düşündürdü (CL.2). Ya da oda çok sessiz çocuk uyuya mı kaldı diye kontrol eden bir anne figürü görüyorum (A3.1).

(?) Çocuk uyuyakalmıştır muhtemelen bakışırken annesi gelir üstünü örter ya da yerini değiştirir koltuğa alır (A3.1, CM+1)

Kart 6gf.

Keşke ses kaydı alsanız daha kolay olur (CM+1).

Şu nedir diye soracağım size görünmeyen tam sehpa herhalde o (CM+1). Bir adam oturan kafede oturan bir bayanın yanına yaklaşıyor. Yine eski zamanlarda geçen bir hikâye (A3.4). Kendisine bir soru soruyor tanıyıp tanımadığını belki (A3.1, B1.1, B2.1). Kadının suratındaki şaşkınlık ifadesi tanımadığını düşündürüyor (CL.2). Belki de oturabilir miyim diyor (A3.1, B1.1). Suratında muzip bir ifade var (CL.2). Sonunda da kadının kibarca reddedilmesi ve oradan ayrılmak isteyeceğini düşünüyorum (B1.1, B2.3, E4.1)

Kart 7gf.

Hmm burada anne ve iki çocuğu olduğunu görüyorum (B2.1). Muhtemelen kendisi ile ilgili telkinlerde bulunuyor (A3.1). Muhtemelen kardeşine ısınamamış (A2.4). Annesi de ona tavsiyelerde bulunuyor, ona hayat arkadaşı olacağına dair (A1.3).

Kısa bir süre geçtikten sonra birbirlerine alışacaklarını ve mutlu bir şekilde yaşayacaklarını düşünüyor . Sonu öyle olacaktır (B2.1).

Kart 9gf.

Sizin resimleriniz de çok karışık ya hiçbir şeyin ne olduğu belli değil (CM-2). Göl ya da deniz kenarında iki bayan muhtemelen okul gezisiyle gelmiş (A1.1, CF.1). Hani liseli çağlarında oyun oynuyorlar gibi. Bir tanesi ders çalışalım diyor defteriyle gelmiş. Ama arkadaşları için gırgırında (B2.1, B2.3). O da onlara yetismeye çalışıyor. Her zamanki gibi eğlence kazanır. Ders filan çalışılmaz (A2.4, B2.4).

Kart 10.

Yani iki tane orta yaşlı insan birbirlerini seven hala güzel duygular besleyen hem saygı hem sevgi, sarılmışlar (B1.1, B1.3,CN-2). Dans ediyor da olabilirler güzel müzik eşliğinde (A3.1, B1.1, B2.4). Huzurlu bir an yaşıyorlar başka her şeyi unutup birbirlerine odaklanmışlar (B1.1, B1.3). Bu büyü hiç bozulmasın. Belki ikinci bahar bilemedim yani (CN.3).

Kart 11.

Bu sanki böyle şey gibi (A3.1). Karadeniz'de daha çok olur dağ yolları köprü varmış da yıkılmış ya da bir şelale akıyor pırıl pırıl (A1.2, CN-2). Geçiş vermiyor yol yıkık kalmış köprü. Muhtemelen burada aşağı düşen koyunlar oluyor (CM-1). Burada akbabalar da var düşen koyunları yemek için bekliyorlar (E2.3). Gerçi akbabalar leş yemez ama (A2.2, A2.3). En azından yorgun düşmelerini bekliyorlardır. Genel olarak bir uçurum yani.

(?) Hayvanlar için kötü akbabalar için iyi bir son (CM-3). Hayvanlar ölüyor onlar da yiyor E2.3).

Kart 12bg.

Bu muhtemelen bahar zamanı sakın bir dere kenarında sakın bir dere var (A1.1). Kıştan yeni çıkıldığı için su çekmiş eskimiş bir sandal bakımsız (CF.1, CN-2). Kullanılmayı ya da ilgilenilmeyi ondan sonra suya inmeyi bekliyor. Baharın gelişini gösteren bir şey. Yakın bir zamanda sandalın sahibi gelip onunla ilgilenecektir (CM+1). Belki de denize açılacaktır (A3.1). Yazı böyle geçirecektir.

Kart 13b.

Burada ufak bir çocuk var daha okula başlamamış (A1.1). Belki okuldan gelmelerini bekliyor abilerinin oynamak için (A3.1, CF.1). Onlarla beraber okula gitmek istiyor. Bunun için kızgın belki annesine söylüyor (A2.4, B1.2, B1.3). Bir süre sonra gelirler ve onlarla vakit geçirirler. Bir köy ama köy evi. Bütün çocukların bir arada okula gittiği bir köy. Onlarla olmak için istiyor sanki okula gitmeyi (A2.4).

Kart 13mf.

Bu böyle daha çok cinselliği çağrıştırdı kadının çıplak olması (B3.2). Hızlı yaşanmış bir ilişki (B1.1, B3.2). Sonra erkeğin kalkıp neredeyim ben kim bu dercesine hareketi (A2.4, CL.2). Sonrasında adam kalkıp hiç tanımadığı bu evden

ayrılıp işine gidiyor kravat takmış (B2.4, CF.1). Yani para karşılığı değil de bar çıkışı yaşanmış tek gecelik ilişki gibi (A3.2, B1.1, B3.2).

(?) Adam kalkıyor işine gidiyor bir daha görüşmüyorlar (A2.3, B2.4, CF.1).

Kart 19.

Öyle enteresan bir resim ki (B2.1) çok aşırı kar yağmış bir tane ev yarısına kadar karlarla kaplanmış (CL.1.) Sadece bacası görünüyor. Bir dağ evi ulaşılması zor bir mekân. Yüksek bir tepede. İçerideki insanlarda pencereden dışarıyı seyrediyor (B1.2). Çok soğuk kimse çıkmayı düşünmüyor (Cl.2). Ulaşımı kapanmış kimse işe okula gidemiyor (CF.1). Kar durmuş ama karların erimesini bekliyorlar.

Sonunda da bir gün karlar eriyor ve normal hayatlarına dönüyorlar (CF.1).

Kart 16.

Boş sayfaya hiç yaratıcı değilimdir ben bu konularda. Bir hikâyeye gerçekten çok beceriksizim. Kendi hikâyem olabilir anca. Şu anda hasta bir çocuğu olan bir annenin onu oyalamaya çalışması.
