

176580

T.C.

HACETTEPE ÜNİVERSİTESİ
SAĞLIK BİLİMLERİ FAKÜLTESİ

"HACETTEPE ÇOCUK RUH SAĞLIĞI BÖLÜMÜ"NE
KORKU VE FOBİ ŞİKÂyetLERİYLE BAŞVURAN
ÇOCUKLAR ARASINDA BİR ARAŞTIRMA

ÇOCUK GELİŞİMİ VE EĞİTİMİ PROGRAMI
BİLİM UZMANLIĞI TEZİ

S E M A K I L I Ç Ç I

ANKARA 1974

T.C.
HACETTEPE ÜNİVERSİTESİ
SAĞLIK BİLİMLERİ FAKÜLTESİ

" HACETTEPE ÇOCUK RUH SAĞLIĞI BÖLÜMÜ " NE
KORKU VE FOBİ ŞİKAYETLERİYLE BAŞVURAN
ÇOCUKLAR ARASINDA BİR ARAŞTIRMA .

ÇOCUK GELİŞİMİ VE EĞİTİMİ PROGRAMI
BİLİM UZMANLIĞI TEZİ

S E M A K I L I Ç Ç I

Rehber Öğretim Üyesi : Doç. Dr. ŞULE BİLİR

Ankara 1974

ÖNSÖZ.

Çağdaş toplumun en büyük sorunlarından biri, hiç kuşkusuz insanların ruh sağlığının korunmasıdır. Hızla gelişen teknolojinin ortaya çıkardığı kentleşme ve birlikte getirdiği karmaşık sorunlar; tarihin hiç bir çağında insanı, bunalımlara düşmemek için bu denli çaba harcamaya zorlamamıştır. Teknolojik gelişmenin, dolayısıyla gittikçe karmaşıklaşan toplum yapısındaki değişimin önüne geçme olanağı bulunmadığına göre kişiyi sağlam bir ruhsal yapı içinde tutmak, yaşatmak gereği kaçınılmaz bir hale gelmektedir. Bu ise kişiyi tüm yaşantısı boyunca rahatsız eden, bunalımların önlenmesini gerektirir. Ruhsal bozuklukların bir çoğu, temeli çocukluk döneminde yatan korku ve fobilere dayanır.

Korku ve fobiler kişinin yaşamı ile sıkı sıkıya ilgili ve varolması engellenmeyecek duygulardır. Yaşamında korku olmayan varlık düşünülemez. Sonuçları kişiyi ruhsal bozukluklara götürebilecek bu duyguların özellikle çocukluk döneminde asgari düzeye indirilmesi ve tehlikesiz hale getirilmesi bir diğer deyişle, kaynağında yok edilmesi insan sevgisinin en doğal gereğidir. Bilinci, korku ve fobilere karşı duracak kadar gelişmemiş bulunan çocuğun, bu tehlikelere karşı ne denli yardıma muhtaç olduğu tartışma götürmeyecek kadar açıktır.

Bu tez, Bilim Uzmanlığı mezuniyet tezi olarak, birçok eserlerden yararlanarak yazılmıştır. Araştırma olarak yapılan çalışmaya sadece korku ve fobi şikayeti ile " Hacettepe Psikiyatri Bölümü" ne müracaat eden sağlam çocuklar arasında yapılmıştır.

Amacım, kişileri zaman zaman ruhi çatışmalara sokarak onları huzursuz kılan bu tip kaygıların nedenlerini bularak, yok edilmesi için bazı önerilerde bulunup konuya ışık tutmaktır.

İÇİNDEKİLER .

Sayfa no.

ÖNSÖZ.

İÇİNDEKİLER.

GİRİŞ	1.
KORKU VE FOBİLERİN TARİFİ	2.
Etiyoloji	2.
Semptomatoloji	4.
KORKUDA OLGUNLAŞMANIN ROLÜ	5.
KORKUDA ÖĞRENMENİN ROLÜ	5.
KORKU VE FOBİLERİN DOĞMASINDA YAŞIN ÖNEMİ.....	6.
ÇOCUĞUN SOSYO-EKONOMİK DURUMU İLE KORKUNUN İLİŞKİSİ..	8.
ÇOCUKLARDA GÖRÜLEN ÇEŞİTLİ KORKULAR.....	8.
Sesten korkma.....	8.
Yabancı, alışılmamış şeylere karşı korku	9.
Karanlıktan korkma	9.
Vak'a I.....	10.
Hayvan Korkusu	15.
Zayıflık, Suçluluk ve Fiziksel Kaabiliyetsizlik karşısında korku	15.
Takdir edilmeme korkusu.....	16.
Örneklerin etkisi.....	16.
Vak'a II.....	17.
Yalnızlık, Terkedilme ve Ölüm korkusu.....	19.
Vak'a III.....	20.
Vak'a IV.....	22.
Okul Fobileri	24.
TEDAVİ	25.
YORUM VE ÖNERİLER.....	29.
ÖZET	31.
KAYNAKLAR	33.

Bu tez ile üzerinde araştırma yapılan konu, kişilerin dünyaya geldikleri ilk günden başlayarak, yaşamlarını sürdürdükleri süre boyunca kendilerini tehdit eden, iç çatışmalara, bunalımlara sürükleyen ve üzerlerinden etkilerini çok zorlukla atabildikleri korku ve fobilerdir. Çeşitli nedenlerle, ortaya çıkan bazı kötü tecrübeler ve olaylarla pekiştirilen bu duygular insan yaşantısında çok büyük bir rol oynadığından bunları yok etmek veya azaltarak yaşamlarını daha güvenli ve huzurlu sürdürebilmelerine olanak hazırlanmalıdır. Ruh sağlığına ve açıklığa kavuşmamış bir çok sorunlara ilgin nedeni ile ebeveynleri ve kişileri endişeye düşüren korku ve fobilerin nedenlerine yaklaşmak ve giderilmelerini sağlamak için bu çalışma yapılmıştır.

Bu araştırma, Hacettepe Psikiyatri bölümüne, bu şikayetlerle başvuran normal çocuklar üzerinde yapılmıştır.

Aşağıda korku ve fobiler hakkında genel bilgi verilerek kişinin saplantıları ve bu duygudan kurtulma çareleri sırasıyla belirtilmiştir.

Korku ; birey için büyük ve ağır bir tehlikeden gelen ve kişide endişe yaratan karmaşık bir huzursuzluktur.

Fobik reaksiyonlar ise ; hastaya gerçek bir tehlike teşkil etmeyen veya mevcut tehlikenin gerçek ciddiyet derecesinin çok ötesinde büyütüldüğü, bazı obje veya durumlara karşı sürekli bir korku diye tanımlanabilir. Diğer bir deyişle fobiler, belli bir durum, obje veya uyarıcıdan doğan şiddetli korkulardır. Bu durumla karşılaşıldığı zaman korkunun şiddeti, alışılmamış bir davranımı meydana getirir. (1)

Fobik reaksiyona eskiden anksiyete histerisi denirdi. Bu psikonevrozda gerçeği değerlendirme yeteneği kaybolmamış, önemli semptom da fobidir (bir kaçış, korku, panik). Fobi semptom olarak birçok psikiyatrik sendromda görülebilir (histeri, depression, obsessif-kompulsif nevroz, paranoid reaksiyon v.s.).

Normal sayılan insanlarda ve çocuklarda fazla şiddetli olmayan ve hayatı kısıtlanmayan fobiler görülebilir, (uçığa binmeme, gök gürültüsündün ürkme v.s.). Hipokrat bir fobik vakadan bahsetmiş, Shakespeare'de "Venedik Taciri" nde kediye dokununca çıldıranlardan bahsetmiştir.

19. asrın ortalarına doğru fobi psikiyatrik literatüre girmiştir. Bugünkü fobik reaksiyonunun psikodinamik izahı Freud'un 5 yaşındaki (Küçük Hans) bir erkek çocukta bir fobinin analizi adlı çalışmasına dayanır. Epidemiyolojik sosyal farklar tesbit edilmemesine rağmen Spitzer'in bir araştırmasında fobik reaksiyonunun şehirlerde daha fazla görüldüğü anlaşılmıştır. Henüz bu farkların nedenleri açık değildir. Hala dini veya ırk faktörlerinde farklar görülmüştür.

ETİYOLOJİ :

Fobik reaksiyon, anksiyete reaksiyonuna çok yakındır. Hastalar endişe, korku ve aciz hissetme duyguları içindedir. Spesifik bir obje veya durum ortaya çıkıncaya kadar yaygın bir anksiyete hali vardır. Anksiyete böyle-

(1) Josef Miller, " Psikopatolojiye Giriş - ders notları ".

nce hem fobinin meydana gelişinde, hem de açık belirtilerinde görülür.

Anksiyetenin meydana gelişini izan eden bir çok teoriler vardır fakat, genellikle sevgi ve desteği kaybetme korkusu ile ilgili olduğu açıklanmıştır. Bu sevgi kaybı ilk nesne (obje) ilişkisindeki anne sevgisini kaybetme endişesidir. Fobik hastalarda görülen kuvvetli bağımlılık duygusu, anne çocuk münasebetinin prejenital safhada (fallik ve oedipal dönemlerden önce) müsbet ve güvenli olmadığını gösterir. Psikodinamik yönden yaşantıda herhangi bir olay veya hatıra eski bir cevap şeklini yeniden canlandırır ve anksiyete hali ortaya çıkar. Genellikle hasta sembolik bir şekilde bir tehlikeyi bilinçsiz olarak sezer. Korku reaksiyonunda korkunun sebebi açıktır, fobik reaksiyonda ise korku mantıksız bir şekilde hissedilir. Hasta çoğunlukla " Başıma birşey geleceğinden korkuyorum " der. (Bazan bayılma veya ölme, endişesini ifade eder).

Fobik hastaların ailesinde sevgi yerine aşırı koruyuculuk göze çarpar ve hastalar sevgi bulamamak endişesi içinde hayata küskün olurlar. Kullandıkları savunma mekanizmaların önemlileri bastırma (repression), yer değiştirme (displacement), bir objenin yerini başka bir obje alması (Substitution), iç çatışmayı dışa aktarma (externalization) v.s. dir. Anksiyete nöbetleri gösteren hastalarda, kabul edilmeyen cinsel ve saldırgan dürtü ve duygular bilinçten uzaklaştırılır (repression ile). Bu bastırma her savunma mekanizması gibi bilinçsizdir. Fakat bastırmada, bastırılan materyal unutulmaz ve kendini ifade etmeye çalışır (davranış ile, semptom ile).

Fobinin başlangıcında genellikle çevreden gelen bir uyarıcı akut bir anksiyete nöbeti yaratır. Bu uyarıcı bilinçsiz olarak hastada yasaklanmış bir dürtüyü veya bastırılmış bir duyguyu ortaya çıkarabileceği için anksiyete hali görülür. Anksiyete de korku gibi mücadele veya kaçma reaksiyonlarını uyarır ve organizma kendini savunmak için bir takım mekanizmalar aranır. Displacement (yer değiştirme) ve diğer mekanizmalarla hasta bu diffüz (yaygın) anksiyetesini bir nesne veya duruma bağlar. Böylece bu nesne veya durumdan kaçınma ile hasta korkusunu somutlaştırır ve korunduğunu hisseder. Genellikle bu yer değiştirme, nesnelere, hayvanlara veya durumlara karşı olur. Paranoidelede ise anksiyete başka insanlara yansıtılır. Fobiklerde tıpkı

çocuklarda olduğu gibi dış dünya tehlikeli görülür fakat buna rağmen insan ilişkileri parancidlerden farklı olarak devam eder.

Fobik semptomunun bir çok anlamı yanında hasta durumu ile çevresini kontrol eder (yalnız kalamama, yalnız sokağa çıkamama v.s.).

SEMPTOMATOLOJİ :

Fobiler zamanla cemiyet değişikçe değişik karakter alabilirler (tıpkı parancid reaksiyonlar gibi). Fobiler çok çeşitlidir, fakat ifade ettikleri iç çatışma hemen hemen aynıdır. (Agoraphobia) meydan korkusu, (acrophobia) yüksek yer korkusu, (mysophobia) pislik, mikrop korkusu v.s. Fobik hastalar konversiyon reaksiyonu gösteren hastalar gibi girgin görünürler fakat yakınları için çocuk gibi hodbin, güvensizdirler. Yakınlarını asık çehreli, mesafelidirler. Fobiler tedavi edilmedikçe daha çok yayılırlar, yeni durumlara ve objelere yönelirler ve hastalar sonunda sakat bir insan halini alabilirler. Sokağa çıkamazlar, yalnız kalamazlar, daima çocuk gibi birisine ihtiyaçları vardır. Fakat çok bağımlı olduklarından, muhtaç oldukları kimseye husumet duyarlar. Etraflarına aciz ve muhtaç olmakla kontrol ederler ve bu fobinin ikinci derecedeki kazancını sağlar. (2)

Çocukluk döneminde bu fobiler ayrı bir öneme sahiptir.

Korku ve fobiler normal çocukluk nevrozları olarak karakterize edilebilen ve patolojik olmazsa her normal çocukta zaman zaman görülebilen reaksiyonlardır. Bunlar kaçınılmaz duygulardır. Çocukluk döneminde insan sayısız korkulara kapılır. Zira o dönemde kişi zayıf ve yardıma muhtaçtır. Yaşamını sürdürdüğü dünyada bir çok şey ve durumlar ona gerçekten zarar verebilecek niteliktedir. (3) Çocuk kendine huzursuzluk verebilecek herhangi bir etkiden zarar görmemek için kendini iç güdülerıyla ondan kaçırmaya çalışır. Bu da çocuğun hayat stresslerine adapte olması için mevcut gücünü azaltır, zayıflığına çare bulacağına onu güçsüzleştirir. Korku sadece rahatını fark ettirmeden bozmakla kalmaz aynı zamanda ruhi yıkıntının yarattığı sıkıntıyı ortaya çıkarır.

(2) Dr. Leyla Zileli, "Psikiatri Ders Notları", Psikonevrozlar sayfa 190.

(3) O. Spurgeon English, Gerald H. J. Pearson, "Emotional Problems of Living".

KORKUDA OLGUNLAŞMANIN ROLÜ :

Çocuk büyüyüp geliştikçe, gelişen algısının, kapasitesinin ve ayırt etme gücünün olgunlaşması sayesinde bebekliğinde korktuğu şeylerin sonradan kendisini etkilemediği görülür. Bebeğin ilk korkusu yabancılardandır. 5 veya 10 aydan sonra hayvanlardan korkmaya başlar. Bu olgunlaşma faktörünü etkileyen genetikdir. Şöyle ki ayrı yumurta ikizlerinin birbirlerine hiç benzemedikleri halde korku karşısında gösterdikleri tepkilerin aynı olması bu fikri kanıtlamıştır. Çocuk olgunlaştıkça hangi durumlarda kendisine zarar geleceğini algılar ve o durumu yaratmamak için, kuvvetli algısı ve düşünme gücü ile çaba sarfeder. Erken gelişen ve olgunlaşan çocukların gelişmemiş çocuklardan daha fazla korkuları vardır. Çocuğun gelişimi tamamlandıkça korku hissi de onlarla beraber gelişir. Bu da hiç bir zaman çocuk geliştikçe korkar ve önceden ona korku veren durumlar hâlâ aynı etkiyi devam ettirir demek değildir.

KORKUDA ÖĞRENMENİN ROLÜ :

Korku aynı zamanda öğrenmeyle etkilenir. Çocuğa bir kere çok fazla acı veren onu ürküten veya etkisiyle bütün vücudunu kaplayan olaydaki acıyı yine çekme düşüncesi ona korku verir.

Öğrenme teorisine göre şartlanmış duygusal davranım, korku reaksiyonunda bir fobi meydana getirir. Nötr bir uyarıcı, korku yaratan bir uyarıcı ile birlikte verilirse kısa zamanda şartlandırılmış duygusal davranımın meydana geleceği bir gerçektir. Bu davranım kuvvetlendirilebilir, sönmeye zayıflayabilir, baş bulabilir veya men edilebilir. Aynı zamanda davranım, asıl şartlanmış olduğu uyarıcıya benzeyen çeşitli uyarıcılara da genellenir.

Mary Jones'un (1924) yaptığı klasik bir deneye göre, 3 yaşındaki bir oğlan çocuğunun beyaz fareler, kurbağalar ve halılar dahil olmak üzere bütün tüylü objeler ve hayvanlara karşı bir

koru duydugu görülmüstür. Bu vak'adaki korku yaratan uyarıcıların ranjı genellenenin meydana geldiğini gösterir. Tedavi sırasında çocuğu derece derece tavşanla karşı karşıya getirerek tavşana karşı pozitif bir davranış geliştirilir, aynı şekilde diğer hayvanlar ve tüylü objelere genellendirilir.

Korku bir kere belirdikten sonra kişi indirekt olarak veya korkusunu bir başka şeye aktararakta etkilenir. Korkunun dağılımından sonra ocuk kendisine korku veren herhangi bir olayı veya objeyi ortadan kaldırmak ister. (4)

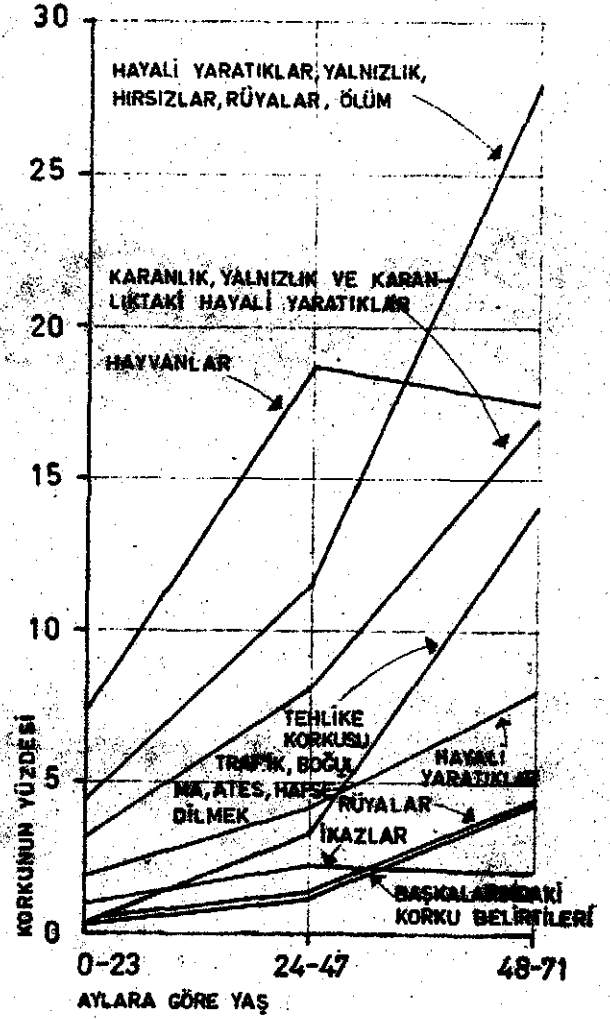
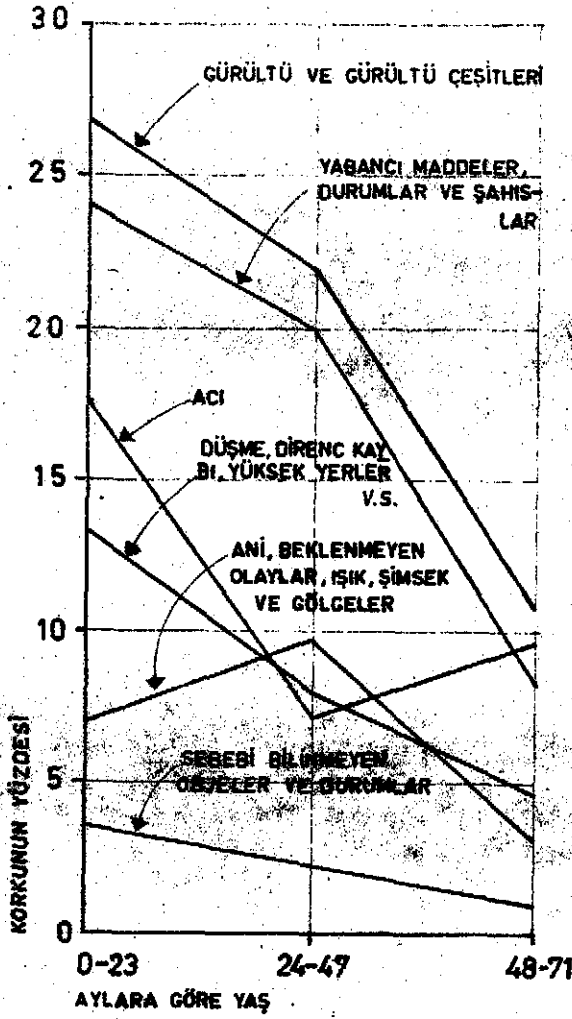
KORKU VE FOBİLERİN DOğMASINDA YAşIN ÖNEMİ :

ocukta yaş ilerledikçe hergn onu korkuyla titretecek, ağlatacak ve büyüklerine sığdırtacak bir çok olaylar olur. Ama bu demek değildir ki çocuğun günlük yaşantısı korku ve sapmalar meydana getirir. Çocuğun karakterinin değişmesiyle korktuğu ve tehlikeli bulduğu şeyler değişir. şöyle ki; ocuk iki yaşındayken bir yılanla beraber aynı odada kalabilir fakat 4 yaşındayken onunla değil aynı yerde kalmak, görmeye bile tahammül edemeyebilir. Bu tür örnekler de gösterir ki, 4 yaşındaki çocuklarda korku tepkileri yetişkinlerinkiyle hemen hemen aynıdır. Çocuğun hayal gücü geliştikçe kendi kendine yarattığı hayal gücü yüzünden korkuları da fazlalaşabilir. Fakat bu her zaman çocuğun hisleri geliştikçe korkuları fazlalaşır veya ona önceden korku veren durumlar hâlâ aynı etkiyi yaratır anlamına gelmez.

Bir araştırıcının saptadığına göre, 11-12 yaş çocuklarında hayvan korkusu, 13 yaşındaki çocuklarda okul korkusu, 15-18 yaşlarındakilerde politik ve ekonomik korku faktörleri hakimdir. Sosyo-ekonomik düzeyi yüksek olan çocukların, her ne kadar yaş ilerledikçe korkularında azalma görülüyorsa da, bütün kız ve erkek çocukların 11 ve 12 yaşlarında korkularında yükselme görülmektedir. Bunun nedeni henüz bulunamamıştır. (5)

(4) Josef Miller, "Psikopatolojiye Giriş" ders notları

(5) John M. Berez "Psychological Bulletin 1968-1970"



Yukardaki şekilde, 0-6 yaş çocuklarının aileleri ile yapılan görüşme sonunda çocukların açıkça ifade ettikleri korku ifadelerinin dağılımını görüyoruz.Çocukta yaş ilerledikçe,korktuğu ani ve beklenmedik olaylar,sesler,düşme ve tehlikeye atılma,yabancı objeler ve kişilerden duyduğu kaygı azalıyor.Euna karşın,hayali yaratıklar,yalnız kalmak ve bağımlılık kaygısında bir yükselme oluyor. Tabloda çocuğun aylara göre edindikleri bir veya birden fazla korku ve fobiler gösterilmektedir. (Jersild,"Child Psychology",Say.333-334).

Çocuklar arasında korkuyu ifade etmede kişiliğin de rolü büyüktür. Hislerini çok açık ve belirgin ifade eden çocuğun ne kadar korktuğunu anlamada güçlük çekmeyiz. Bu çocuklar korkudan en çabuk kurtulacak kişilerdir. Çocuk eğer korkularını saklama zorunluluğunu hissediyorsa bu ona korktuğu şeyden daha çok ızdırap verir. Genellikle çocuklar korkularını arkadaşları arasında alay konusu olur sanısıyla ifade etmekten çekinirler. Onların korkularını anlayabilmek için son derece dikkatli ve uyanık olmak gerekir. Oysa bazı çocukların dış görüşleri korktuklarını belli eder.

ÇOCUĞUN SOSYO EKONOMİK DURUMU İLE KORKUNUN İLİŞKİSİ.

Değişik sosyo-ekonomik düzeyde olan çocukların korktukları şeylerde bazı değişiklikler görürüz. Örneğin, düşük refah düzeyindeki çocuklar, katillerden, silahtan, hırsızlardan, haydutlardan, onlara tecavüz edebilecek her türlü objeden, uçaktan, vapurdan. Sosyo-ekonomik düzeyi yüksek olan çocuklar ise kazadan, öldürülmekten, delikanlılık suçlarından, kaçırılmaktan, ve yüksekte düşmekten vs. korkarlar. (6)

ÇOCUKLARDA GÖRÜLEN ÇEŞİTLİ KORKULAR.

SESTEN KORKMA.

Ses, bebeklikten itibaren çocuklukta çok büyük bir uyarıcıdır, ancak büyüme ile etkisini biraz olsun kaybeder. İnsanı korkutan her zaman sesin şiddeti değildir, ani, beklenmedik, yabancı, açık olamayan, nereden geldiği ve ne olduğu anlaşılmayan seslerdir. Keskin sesler sonradan olduğu gibi ilk yıllarda çocuğu ürktür. Fakat bazı sesler nedenlerinin öğrenilmesiyle çocuğa ilk duyduğu zamanki gibi ekki etmez. Zamanla çocuk bu tip seslerden korkmaması gerektiğini öğrenir. Bazı ö-

(6) John M. Berez, " Psychological Bulletin 1968-1970 ".

zel durumlarda çok değişik sesler kişiyi rahatsız ettiği gibi, sessizlik ve gecenin karanlığı da sadece çocuklar için değil, büyükler için de korku verici hal alabilir.

YABANCI VE ALIŞILMAMIŞ ŞEYLERE KARŞI KORKU :

Çoğu çocuklar yabancı objeye, yabancı sese ve görünüşe tepki gösterirler. Çocuğun yabancı bulduğu şeyler muhakkak ki onun algısal gelişiminde alışagelmediği ve tanımadığı şeylerdir. Normal gelişiminde çocuk bilinmeyen bir şeyin etkisi altında kalır ki bu da onda bir tereddüt veya korku reaksiyonu göstermesine sebep olur. Fakat, çocuğun hayatı dengeli ve uyumlu gidiyorsa yabancı objeler onun bu düzgün hayatından geri çekilir. Bazen de çocuk yeni bir şeyin etkisinde kalır ve onu kolayca söküp atamaz.

KARANLIKTAN KORKMA :

Karanlık korkusu çocuklarda olduğu kadar, büyüklerde de saptanmıştır. Bunun kökünün büyük bir olasılıkla, ailede daha büyük birinin karanlıktan korkmasına bağlandığı sanılmaktadır. Bu yüzden çocuk karanlıktan demek ki korkulacak bir şey var diye, ne olduğunu bilmeden korkar. Karanlığın aslında neyi temsil ettiği ve neyi sembolize bilinmemekle beraber, karanlıkla ilgili herşeyin tehlikeli olduğu kanısına varırlar.

Çocuklara genellikle ceza yöntemi olarak karanlık odaya yalnız başına kilitleme kullanılır. Böylelikle çocuk daima karanlığın ve yalnızlığın zarar verici bir şey olduğu fikrini edinir. Çocuklara masallarda anlatılan, cinlere, perilere karanlıkta rastlanacağı fikriyle korkuturlar. Ebeveynler çocuklarını terbiyede cin, şeytan, peri v.s. gibi hayali figürleri yardıma çağırırlar ve çocuklara bunlardan korkmalarını telkin ederler. Böylece karanlıktan gelicek bu tip figürleri çocuk kafasında şekillendirir ve korkar. Gece karanlıkta hafif te olsa her hangi bir objenin hareket etmesi çocuğa hemen korkması gerektiğini

hatırlatır. Aileler çocuğun isteğine bakmaksızın uyuyuncaya kadar ışığı söndürmezler ve aydınlıkta yatmasına alıştıırırlar. Bütün bunlar çocuğun korkması için birer sebep olduğu açıktır.(7)

Çocuk korkarken karanlık onu tehdit eder, kendi muhayy-lesinde göremediği ve projekte edemediği için bir takım şeylere direnme gücü kalmadığını ve tehlikenin kendisi için çok yakında olduğunu sanır.

Bu bilgilerimizin ışığı altında karanlık korkusu şikayetiyle Hacettepe Psikiatri Bölümüne müracaat eden bir vak'a aşağıda sergilenmiştir.

TETKİK EDİLEN VAK'A :

İncelediğim çocuğun;

Adı : V. Merih C.

Yaşı : 10

Sınıfı : ilkokul 4

Şikayeti : Karanlıktan korkma, gece korkuyla uyanma ve uyurgezerlik.

Hikayesi : Babaya göre Merih iki yıl önce çok şiddetli bir anjin geçirdi. Bu anjinden öncede korkaklığı vardı ama o kadar şiddetli değildi. O zamanki korkuları şöyleydi: Gece uykudan uyanır yanıma gelir, 'korkuyorum' derdi. Gece uyandığında ışık yanmıyorsa tuvalete giderken korktuğunu söyleyerek bizi uyandırırdı. Yanıma geldiğinde uykuya dalar dalmaz alışkanlık olmasın diye yatağına bırakıyorduk. 4 yıldan beri uyurgezerliği var. Anjin olduğu zaman bir hafta ateşini düşüremedik. 39-40 derece oldu. Bir haftanın sonunda 24 saat dalgın yattı. Vücudu yer yer morardı. Bu nedenle o gün Ankara'ya getirdik. (Kırıkkale'den) Gelirken bilinci yerindeydi. Hava kötü, karlı ve tipiliydi. Ankara'dan dönüşte arabamız kaydı. Hasanoğlu'n'a vardığımızda yol kapanmıştı. O samana kadar annesine devamlı geri dönelim diyordu. Yol kapanabilir, burada kala-

(7) Leo Kanne, "Child Psychiatry".

biliriz veya kaza olur diye. Bir kaç ay sonra, yani bir Mayıs günü bir babanın yolaçtığı trafik kazasında anneye dört çocuğunun öldüğünü duydu. Bu kazayı duyduktan sonra arabanın sür'atli gitmesini istemedi. Kazadan sonraki günlerde devamlı olarak arabanın niye devrildiğini, neden öldüklerini, araba devrildiği taktirde muhakkak ölüüp ölümediğini soruyordu. (4 üncü kaza geçiren çocuk Hacettepede tedavi altında, komada ve bitkisel hayat yaşamakta.) Merih çocuğun bu durumunu da sonradan duydu.

Zelzele ve rüzgardan son derece korkuyor. Rüzgar olunca televizyon ve radyoyu fişinden çeker, pencereleri, kapıları kontrol eder, balkon ve oda kapılarını kapatır. Rüzgarın başlamasıyla korkusu fazlalaşıyor ve bitimiyle de korkusu bitiyor.

Babaya göre annede çok korkak. Yalnızlıktan (gece-gündüz evde yalnız kalamıyor) ölümden, hastalıktan, kazadan çok korkar.

Merih'in kişiliği : Baba çocuğun kişiliğini şu şekilde tanımlıyor. Çok halim selim, uysal, yaramazlığı olmayan, oyuncaklarına çok düşkün, alabildiğine oyuncak meraklısı (araba, uçak, tren gibi 25-30 çeşit oyuncak var, bu arada tüfek ve tabanca gibi oyuncaklarada düşkün), sokağa pek çıkmayıp bahçede oynar, arkadaşları ile oynamaya gitmez onları çağırır, kaşın evin içinde oyar dışarıya çıkmaz, zaman zaman yazıhaneye gelir orada bazı hoş olmayan hadiseler de şahit olur (babanın işiyle ilgili),.

6 yaşına kadar hiç sokağa çıkarılmamış (çarşı içinde bir evde oturduklarından trafik kazası olur endişesiyle). Arkadaşı pek yok. Kavgacı değil. Kendisine sataşan olursa şikayet ediyor, karşılık vermiyor.

Merih'in okul durumu : Ders durumu çok iyi. Sınıfın birincisi durumunda fakat aynı seviyede iki üç çocuk daha var. Bu yüzden onlarla rekabet halinde. Sınıfta kendisinden daha üstün çocuk olsun istemiyor. Karnesi tepeden aşağı pekiyi. Bazen komşuları olan matematik öğretmeninden yardım isteği oluyor. Yapamadıklarını bazen anneye de sorar. Müessil, temizlik kolu başkanlığı gibi vazifelerin kendisine verilmesini ister.

Az olan arkadaşlarına kolay intibak eder.Oyunlarda lider olmak ister, Bunu becerir de.

Merih'in erken gelişimi :

Hamilelik : Merih ikinci çocuk.Birinci çocuk dünyaya geldikten 6 yıl sonra Merih dünyaya geldi.Annenin hamileliği normal geçti.İlk çocuk erkek olduğu için ikinci çocuğu kız istiyorlar. Fakat ikinci çocuk(Merih) da erkek oluyor. Buna rağmen bu durum aile için bir problem olmuyor. Merih'in doğduğunda boyu ve kilosuna normal.

Üç yaşında ağabeyiyle birlikte sünnet oluyor. Sünnet olma fikrini bir ay evvelden aşılamaaya çalışmışlar. Hiç korkmamış. Sünnetten sonra kanama yapmış, ondan korkmuş.

Normal çocuk hastalıklarından kızamık, kulak iltihabı, sık sık da anjin geçirmekte.

Ailenin tanımlanması :

Evlilik tarihçesi : 17 senelik evliler. Anne ve baba aynı memleketten.Ailelerin görüşmesine rağmen çocuklar birbirleriyle görüşmüyorlarmış.Ayrı okullarda okumuşlar.Babanın ailesi daha önce Kırıkkale'ye yerleşmiş, bir müddet sonrada annenin ailesi yerleşmiş. Her ikisi de ilkokul öğretmeni oldukları için aynı okula tayin olduklarında burada tanışmışlar. Tanışmalarından üç ay sonra evlenmeye karar vermişler. Aileler de bu evlenmeyi olumlu karşıladıklarından hemen evlenmişler. Bir yıl Kırıkkale'de kaldıktan sonra Ankara'ya taşınmışlar. Ankara'da kaldıkları 5 yıllık süre içinde baba Hukuk Fakültesine devam ederek bu okulu bitiriyor.

Annenin çocukluğu maddi olanaksızlıklar içinde geçmiş. Babasını 15 yaşında kaybetmiş, bir tekaüt maaşı ile 5 kardeş ve annesi geçinmek zorunda kalmışlar. Olanaksızlıklar nedeniyle,güçlülükle 5 çocuk ta ancak öğretmenlik öğrenimi yapabilmişler.

1956 da evlendikten sonra 1 nci yılda ilk çocukları dünyaya gelmiş, babanın yüksek öğrenim yaptığı bu beş yıllık süre içinde de maddi olanaksızlıklar devam etmiş. Anneye göre, sıkıntılı geçen bu yıllar onları yıpratmış.Bu sıkıntılar evlilik dü-

zenlerini olumsuz yönde etkilememiş. Durumlarının ilerde düzelebileceği düşüncesi onlara manevi destek olmuş. Baba avukat olduktan sonra Kırıkkale'ye yerleşmişler. Bundan sonra maddi olanakları artmış ve kısa zamanda yaşantıları düzelmiş. Bir yıl sonra ev ve araba sahibi olmuşlar.

Annenin kişiliği :

Anne çok titiz.Hadiselerden kolay etkileniyor. Çocuğun bir kavgası bile onun moralini buzuyor. İçi nasılsa dışı da öyledir, ne hissederse aynen reaksiyon gösterir. Çok hassas mizaçlı ve alıngan. Annenin belirgin özelliklerinden biride yalnız kalma korkusudur.Gündüz ve gece evde yalnız kalmaz. Kapı ve pencerelerin açık kalmasından son derece tedirgin oluyor, bu tedirginliği ancak babanın evde bulunmasıyla geçiyor.Bazı geceler, büyük oğlu ve yardımcı kızla beraber evde kalabiliyor. Arabanın süratinden korktuğu gibi sallanmasından da rahatsız olur.Yolculuk süresince uyumaz ve devamlı olarak yolu izler.

Aşırı titizdir ve mikroptan çok korkar. Sebzeleri üç-dört kere yıkar. Başkasının bardağından su içmez. Ailede kimse kimsenin eşyasını kullanmıyor. Şöyle ki Merih ağabeylerinden kalan hiç birşeyi giymemiş.Anne dışardan simit ve ayçekirdağını çocuklara aldirtmaz, ancak pastanelerden yiyecek bir şeyler aldirtir. Evin içi çok temizdir. Hergün ev baştan aşağıya silinir.Döküntüye tahammüllü yoktur. Ayakkabıyla eve girilmesine müsaade etmez. Ufak bir hastalığında öleceğinden korkar. Laubalilikten hiç hoşlanmaz. Neşeli değildir, çevre onu'soğuk' olarak tanımlar. Müdür dahil öğretmenler okulda anneden çekinir. Annenin hiç arkadaşı yoktur.Babanın anlatımına göre anne, koca-sız çarşıdan alışveriş dahi edemez.Anne çarşıda,alışveriş esnasında herhangi bir kötü hareketle karşılaşabileceği endişesiyle bu yolda hareket ettiğini söylüyor. Yanında kimse olmadan bir arkadaşına telefon etmekten bile çekiniyor. Sezgilerinin çok kuvvetli olduğuna ve yıllar geçse bile gerçekleşeceğine inanıyor.

Baba ve annenin ifadesine göre, baba büyük çocuğu anne ise küçüğü, yani Merih'i daha çok seviyor.

Babanın kişiliği :

Baba saygı görmeyi seven (örneğin karşısında ayak ayak üstüne atılarak oturulmasına müsaade etmiyor), ne istediğini bilen, yoksulluk içinde mücadele ederek amacına ulaşabilmiş, aile içinde denge unsuru olarak da bütünlüğü sağlayabilmiştir.

Annenin ifadesine göre babanın eve gelmesi ile evin havası değişmektedir.

Anne saplantılarını kendine sorun edinmemekle beraber, baba ile birlikte olunca bu saplantılarının aşırılığandan kendisini huzursuz hissediyor. Baba ise annenin bu saplantılarını eleştirmeyip kabulleniyor.

Uygulanan Tedavi :

Buraya kadar anlatılan kısımda da açıklıkla görüldüğü gibi, annenin silik şahsiyeti ve fobik karakteri Merih'e tamamen aksetmiş durumdadır. Çocuğun korkuları açığa çıktığı zaman anne de aynı şeylerden korktuğundan, Merih'in korkularını gidermekten ziyade pekiştirmiştir. Annenin çocukla iyi ilişki kuramaması belirgin özelliğidir. Bunun da annenin hiç konuşmaması ve "ben konuşmaktan hiç hoşlanmam çocuklarla da bu yüzden konuşmam" ifadesi açıklıkla ortaya koymuştur. Annenin ürkek olması, aşırı titizliği çocuğun kaygıya düşmesinde en büyük etken olmuştur. Çocuk aslında babasının yanında çok rahat ve huzurlu olduğunu devamlı belli ediyor. Şöyleki; baba geldiği zaman normal hareketlerini yapıp rahatlayabiliyor. Aksi takdirde annenin yanında çocuk varlığını hiç belli etmeden saatlerce kıpırdamadan oturuyor.

Bunlardan da anlaşıldığı gibi, annenin durumu Merih'in durumundan daha endişe vericidir.

Bu nedenle, çocuk tedavi için getirildiğinde alınan bu hikayeden sonra, kendisinin 'Büyük Psikiyatrisi' ne devam etmesi gerektiği öneriliyor. Edinilen izlenimlere göre, anne bunun önemini kavramıyor ve uygulamıyor.

Çocuk için ilk önce,psiko-terapi uygulandı.Aile,çocuğun akut şikayetleri geçince tedaviyi kesti.Anne,Merih'in durumundan daha fazla sorunu olduğu halde,kendisi için tedaviyi kabullenmediğinden,çocuğu içinde tedavinin gerektiğine (uzun süreli) inanmıyor.

HAYVAN KORKUSU.

3 ve 8 yaş arası çocuklarda en fazla görülen hayvan korkusudur. Bu korku çoğunlukla yetişkinlikte de görülür.Hayvan korkusu çocuğun çevresinin hayvanlara karşı muamelesiyle ilgilidir. Şöyleki, etrafındaki kişilerin hayvanlara kötü muamele etmesi ve onlardan kaçıp aynı yerde bulunmak istememeleri çocukta, hayvandan korkmaları gerektiği ve onların kendileri için tehlikeli yaratıklar olduğu fikrini yaratır.Bazı hayvanlar kişiye fazlasıyla korku verdiklerinden,kişinin duyduğu kaygı fobik bir hal alır. Şehirli çocuklar hayvanlarla fazlasıyla yüz yüze gelmediklerinden daha çok korkarlar. Genellikle çocuklar hayvanlardan içgüdüsel olarak korkarlar. Bu da çocuğun hayvanlar karşısında kendini çok zayıf ve güçsüz hissedip ve müdafaasız kalmasından dolayıdır.

ZAYIFLIK, SUÇLULUK, ve FİZİKSEL KABİLİYETSİZLİK KARŞISINDA KORKU.

Günlük hayattaki daimi zayıflık,korkuyu teşkil eden açık bir durumdur. Çocuğu zayıf yapan hastalık veya fiziksel yetersizlik onu daha güçsüz kılar.

Çocuk hasta olduğu, kaza geçirdiği veya fiziksel yetersizliğinden sıkıntı duyduğu zaman,korkuya kapılması ve kendini suçlu hissetmesi daha kolay olur.Büyük bir hastalık veya operasyon geçiren çocuk,kendi kabahatinden dolayı bunların başına geldiğini düşünür.Aynı zamanda fiziksel olarak yetersiz olan çocuklar kendilerini.sağlam yapılı çocuklardan daha çok korkan ve kendilerini daha çok suçlu hissetmeğe yönelik görürler. Böyle hissetmeleri gayet normaldir zira, bacağı kırılan çocuk, daha dikkatli olsaydı öyle olmayacağını gayet iyi bilir.Çocuk geçirdiği bademcik veya apandist ameliyatı için ~~çok~~ bazen eğer kendine baksaydı ve dikkat-

li olsaydı bunlar olmayacaktı diye düşünür. Hatta daha büyük felaketlerde, örneğin polio veya cerebral palsy'de çocuk veya aile devamlı kendilerini suçlu hissederler. Çocuğun fiziksel bozukluğu eğer bir ihmal yüzünden olduysa, kişiler kendilerinin suçlanacaklarından veya bu suçluluk hissini açıklamaktan korkarlar.

TAKDİR EDİLMEME KORKUSU.

Çocuğun itibarını küçülten, ona güvenilmediğini gösteren veya onu rencide edici durumlar, çocuğu kavgacı, vicdansız veya suça yönelik durumlara soktuğu gibi, kişisel istekleri ve beklentileri açısından rahatsız edici ve korku verici sonuçlar yaratır. Sonuç olarak kendini değersiz hissetme, yaptığı birçok şeyin yanlış olma sonucundan doğaüstür.

ÖRNEKLERİN ETKİSİ.

Yetişkinler kendi korkularını ve endişelerini çocuklara anlattıkça onlar bundan etkilenirler. Şurası açıktır ki, yetişkin bunları anlatırken çocuğun hayata karşı güvenini kaybedeceğini veya ürkek olabileceğini düşünmez. Yapılan bir araştırmaya göre annenin ve çocuğun korkuları arasında büyük bir ilişki olduğu ortaya çıkmıştır. Bu yüzden çevremizden korkuyu silemediğimiz müddetçe yetişkinlerin korku örneklerinden çocuğu bir türlü koparamayız. Eğer yetişkinler, çocukların yanında bazı filmlerden, olaylardan, fırtına, gök gürültüsü, şimşekten v.s. korktuklarını belli ederlerse, bu olay çocuklar için daima korku veren bir hadise olarak kalır. Böyle durumlarda başkasının korkusunu görerek, korkuyu fazlalaştırma yerine, korkan kişiye kendinin güven içinde olduğunu ve korkması için hiçbir gerek bulunmadığını telkin gerekir.

Aşağıda "Hacettepe Psikiyatri Bölümü" ne, yukarıdaki korkulardan etkilenerek müracaat eden 10 yaşındaki bir kız çocuğunun korkusunun, nedenleri ve tedavi şekli anlatılmaktadır.

TETKİK EDİLEN VAK'A. II. :

Incelediğim çocuğun;

Adı. : Fatma.

Yaşı. : 11.

Sınıfı. : İlkokul IV.

Şikayeti. : Gece evde yalnız kalamama, Televizyondaki korkulu filmlerden sonra korkulu sahneleri unutamama, Uykusandan korkuyla bağırarak uyanma, Otururken sık sık irkilme.

Bu yakınmalar bir yıl önce "Ankara sokaklarında vampir dolaşiyor" söylentisinden sonra ve o günlerde seyrettiği korkulu bir film-den sonra başlamış.

Babanın Fatma için, düşündükleri şöyle, " içine kapanık bir çocuk, arasıra kardeşlerine karşı hırçınlaştığı ve aktif bir duruma geçtiği oluyor. Genel olarak hiç bir şeyini onlarla paylaşmak istemiyor, devamlı olarak kendisini onlardan uzak tutuyor. Benimle çok daha fazla beraber olmak istiyor, fakat görevimin yoğunluğu nedeniyle kendisi ile fazla meşgul olamıyorum. "

Annenin Fatma'nın şikayetleri ile ilişkin olarak söylediklerini ise şu şekilde özetleyebiliriz: "Geceleri yalnız kalamıyor, vampir fikri üzerinde fazlasıyla etki bıraktı. "ve geldiğinde evde kimseyi bulamazsa çok huzursuzlanıyor, bu yüzden de ağlıyor. Kardeşleri ile geçimi çok güçleştiriyor, bu benim için üzüntü kaynağı oluyor. Kavga etmelerini için bazen nasihat ediyorum, bazen de Fatma'ya kızarak bu huyundan vazgeçirmek istiyorum. Fatma bir yıla yakındır bizimle beraber yatıyor. Odasını ayırmak için çok ısrar ettik, fakat bir sonuç alamayınca bu durumu kabullenmek zorunda kaldık.

Fatma'nın Kişiliği. : Anne Fatma'yı hırçın ve huzursuz olarak görüyor.

Fatma'nın Okul Durumu.: Babanın görevi nedeniyle Fatma, sık sık yurt dışına çıkmakta ve dolayısıyla okul ve çevre değiştirmektedir. Buna karşın çevreye intibakta fazla güçlük çekmiyor, derslerindeki başarısı iyi.

Fatma'nın erken gelişimi.: Fatma üç kız kardeşin ortancası. Anne baba kendisini isteyerek dünyaya getirmiş. Annenin hamileliği ilk ay-

lardaki sarsıntılar dışında gayet rahat geçmiş, doğum normal olmuş, ilk çocukları kız olduğundan Fatma erkek olsun istemişler, doğumda sarılığı siyanozu yok. Doğumdaki kilosuna ve boyu normal. Beslenmesinde biraz zorluk çekilmiş, şimdi bile her yemeği yemez ve çok az yemek yemiş. Fiziksel gelişimi normal, tuvalet terbiyesi onüç aylıkken başlamış.

Normal çocuk hastalıklarından olan, kızamık su çiçeği ve boğmaca geçirmiş.

Anne ve Baba'nın kişiliği. Anne, 45 yaşında, ev kadını, çocuklarına aşırı düşkün, titiz bir kadın. Önemli bir bedensel şikayeti yok. Babanın görevi dolayısıyla sık sık yurt dışına gitmek ona hem zevk vermiş, buna rağmen devamlı yer değiştirmekten dolayı sıkıntıya duyuyor. Çevre edinmekte zorluk çekmiyor. Fakat çocukların sürekli okul ve çevre değiştirmesinin olumsuz etkilere yol açtığına inanıyor. Çocuklarına düşkün olduğundan fazla kocasına düşkün, görevi dolayısıyla gece çok geç gelsede kendisini bekliyor. Biraz sinirli ve telaşlı bir tip olarak beliriyor.

Baba ise, elli yaşında, çok sakin ve yumuşak bir tip, çocuklarına çok düşkün, fakat görevi nedeni ile onlarla yeterince ilgilenemediğinden yakınıyor. Bu yüzden görevle yurt dışına kısa süreli olsa gittiğinde ailesinde beraber götürüyor. Ama çocukların okuldan kalması kuşkusunda taşıyor. Kendisini girişken ve tuttuğunu koparan bir kişi olarak tanıtıyor. Eve yorgun geldiğinde huzursuzluk çıkmasını istemediğini, çocukların da bu huyunu bildikleri için, dikkatli davranarak kendisini üzmediklerini söylüyor.

Tedavi. Fatma güleç yüzlü, kolay ilişki kurulabilen, sorunlarından rahatlıkla söz edebilen bir çocuk. Korkuları tartışıldı ve gece yalnız kalamama nedenleri tartışıldı. Annenin aşırı koruyuculuğu ve örneklerin kötü etkisi Fatma üzerinde olumsuz etkiler yaratmıştır. Baba ile sıkı ilişki kuramaması, annesinde iyi niyetli olmasına rağmen sorunların çözümünde yetersiz kalışı Fatma'ya bir çıkmaza sokmuştur. Kendisini telkin yolu ile bu tür korkulardan kurtarabileceğimizi düşündük. Korktuğu şeylerin aslında gerçek olmadığını inandırmaya çalışarak, hayata olan güven ve bağlılığını düzenli şekilde kurmaya çalıştık.

Son iki görüşmede Fatma bu fikre inandırılmağa çalışıldı, bundan sonraki görüşmemizde, çocuğun bütün korkularının giderilmiş olduğunu izledik.

YALNIZLIK, TERKEDİLME ve ÖLÜM KORKUSU.

Çocukların çoğu, zaman zaman kendilerini terkedilmiş hissederler. Eğer anne öbür odadaysa, sesi duyulmayıp kendisi görülmüyorsa sokaka çıkıldığında çocuk ailesini gözden kaçırdıysa, kendini kalabalıkta, yabancılarla çevrilmiş hisseder. Terkedilme duygusu fiziksel olarak sadece bırakılmayla olmaz. Terkedilmek psikolojik olarak ta ortaya çıkabilir. Şöyleki, çocuk devamlı kötü muamele görüyorsa ve devamlı cezalandırılıyorsa, büyükleri tarafından korunmaması onda bu fikri doğurur. Bazı çocuklarda ayrılık veya terkedilme korkusu sonradan psikolojik olarak ölüm korkusuna dönüşür. Bazı terkedilmiş çocuklarda, dini düşünceler etkisiyle ölümden sonra cehenneme gitme korkusu görülür. Çocuğa yaptığı günahlardan dolayı ceza olarak cehenneme gideceğini telkin etmek, onu tamamen karanlığa itmek demektir. Cehennemden hiç kaçış olmadığına inanan çocuklar ailelerinden (onlar muhakkak cehenneme gidecektir) ayrılma ve onları terketmek zorunda kalması çocuk üzerinde büyük etki barakır. Tabii bu korkunç düşünceler çocuğun hayal gücünden doğan bir şey değildir., büyüklerin onlara telkin ettiği şeylerdir. Ölümle korkutulan çocuklar, değersiz olduklarına ve kendilerine kıymet verilmediğine inanırlar. Bu tip çocuklar rahatlıkla terkedilebilir fikrindedirler. Bu görüşe göre yalnızlık ölümle ilgilidir. Çocuk kendini terkedilmiş hissediyorsa, muhayyalesinden boşluğu doldurmak için yönelimler yapar. Destça olmayan davranışlarla korkularını ortaya koyar. Çocuk eğer karanlıkta yalnız ve aileden ayrılmış duruyorsa, korktuğu ne varsa onu düşünmeğe başlar; hayaletler, ölümler, çocuk hırsızları, kötü kişiler gibi. Bunların daima kendisine zarar vereceğini düşünür.

Korkunun buraya kadar anlattığım çeşitlerine örnek olarak, "Hacettepe Psikiyatri Bölümü" ne bu tip şikayetlerle müracaat eden iki kişinin durumunu anlatmak istiyorum.

TETKİK EDİLEN VAK'A. III.:

İncelediğim çocuğun;

Adı. : Ali.

Yaşı. : 10.

Sınıfı. : ilkokul.IV.

Şikayeti. : Yalnız kalamamak,anneye aşırı düşkünlük ve ölüm korkusu nedeni ile getirildi.

Kendisi nin buraya niye getirildiğinden haberdar olmadığı gibi,burasının neresi olduğunu bilmiyor. Daha önce tonsillektomi geçirmiş o gündən beri anneye aşırı düşkünlüğü var. Bu gün seni doktora götüreceğiz deyince "ben onunla konuşmam" demiş. Devamlı bir ölüm korkusu var. Anne ve babanın ifadesine göre, Ali her zaman onlara karşı çok düşküdü ama, iki yıl önce geçirdiği bademcik ameliyatından sonra, özellikle anneye daha fazla yakınlaşmış. Anne baba onu bırakıp hiç bir yere gidemiyor. Çünkü Ali çok huzursuz oluyor. Geceleri anne ve baba ile birlikte yatmak istiyor ve onlara " size içimdeki korkuyu anlatamıyorum, çünkü siz giderseniz bir daha dönmeyecekmışsiniz gibi bir his var içimde " diyor. Gece yatarken anneyi en az on beş yirmi kez sarılıp öpüyor. Sokağa çıktığında anneye devamlı el sallamak ve okuldan gelince seni evde bulacaktım gibi sorular sormakta. Sabah kalktığında hemen koşarak anne ve babasının yatağına giderek kalkmayın birlikte yatalım der. Anneye göre, sabah yatağına gelişleri, günaydın demek için değil, onların yanında olabilmek için. İki yıl önce (ameliyattan sonra) Afyon'da oturan yaşlı bir teyzeyi kanserden kaybetmişler. Cenazeye anne ve baba gitmiş. Ali evde ağabeyi ile kalmış. Bu yıl ocakta 19-20 yaşında bir erkek çocuğunun kemik kanserinden öldüğünü duyunca, ölümden evvel Ali çocuğu görmüş, bundan sonra şikayetleri artmış, geceleri evvelden ağabeyi ile kalmasına rağmen şimdi kalmıyor. Anne ve babayı dışarıya bırakmıyor. Anne ve baba sadece apartman gezmeleri yapabiliyor. Anneye devamlı beni buraya (kliniğe) neden getiriyorsunuz diye sık sık soruyor. Onbeş gün öncede babanın amcazadesi safra kesesi ameliyatından ölüyor. Ali hastaneye onu sık sık ziyarete gitmiş, aile cenazeyi Afyon'a götürmek zorunda kalınca, önce bu olay Ali'yi etkilemesin diye saklıyorlar, fakat sonradan Ali bunu öğreniyor.Bu da Ali'ye çok etki ediyor.

Ali'den başka evde, anne, baba, ağabey ve dayı var. Dayı 32 yaşında, avukat, öğrenimi süresinde de aynı evde kalmış, halen de onlarla beraber yaşamakta. İş nedeni ile, sık sık Ankara dışına çıkıyor, Ali onu çok sevdiği halde, merak etmiyor.

Ağabey, 14 yaşında, orta ikiye devam ediyor. Ali ile geçimleri iyi. Ameliyat'tan sonra, annesinin üzerine çok düşünce onu rehberlik merkezine götürmüşler, nedeni de Ali'nin çok güzel resim yapması ve bunun değerlendirilmesini istemeleri. Oraya giderken Televizyonda gördüğü bir film-den sonra (ben geri zekalıyım diye) gitmek istememiş. Bu merkez de " biraz ayrılın, Ali'yi yalnız kampa yollayın " demişler. Bunun üzerine Ali bir daha merkeze gitmek istememiş.

Ali'nin erken gelişim. Gebelik çok normal geçmiş, doğumda aynı şekilde. Bebekliğinde neşeli, sağlıklı bir çocukmuş. Bir yaşında kızamık geçirmiş, sonra da allerji olmuş. Beslenmesi doğumundan itibaren çok zor olmuş, hatta yemek seçer ve yemek yemesi bir sorun. Ondört ayda yürümüş, bir yaşında da ilk defa "anne" demiş. Onüç aylıkken tuvalet terbiyesi başlamış. İki yıl önce ağabeyi ile beraber sünnet olmuş. Sünnet evde yapılmış ve Ali epey huzursuz olmuş. Bebekliğinden beri uykusuzluk çekiyor. Geçirdiği rahatsızlıklar nedeni ile üstüne çok düşülmüş.

Anne'nin kişiliği.: Anne, anksiyete'li ve devamlı olarak huzursuz. Ali'ye aşırı bir düşkünlüğü var. Ve hala Ali'ye çocuk muamelesi yapıyor.

Baba'nın kişiliği.: Baba 40 yaşında, yüksek öğrenimli ve bir Bakanlıkta memur olarak çalışıyor. Evine ve çocuklarına aşırı düşkün. Evde olan her şeyden haberdar olmak isteyen, en ufak tefeurratla bile meşgul olan titiz ve meraklı bir insan.

Anne, baba teyze çocukları ve evlilikleri isteyerek olmuş, mutlu bir yaşantıları var.

Tedavi. Ali her zamanki huzursuzluğunu, görüşmeye gelirken daha fazla laştırıyor. Gelmem demiyor ama, gelmekte gecikiyor ve güçlük çıkarıyor. Her zaman bir huzursuzluk ortaya koyuyor. Örneğin bir kez diş ağrısından şikayet ederken, bir sonraki görüşmede baş ağrısını bahane ediyor. Yemek te muhakkak bir huzursuzluk çıkarıyor.

Şimdiye kadar edinilen izlenimlere göre, Ali çıkarttığı huzursuzluklar nedeni ile devamlı ilgi görmeğe alışmış.

Aslında, hem bu ilgiyi isteyip, hemde anne ile olan bağımlılığını kopartmak istiyor. Anne'nin anksiyete'si Ali'yi huzursuz kılmakta. Annesinin devamlı hastaneye gitmesi, ondan ayrılma fikrini perçinliyor ve hastaneye gitmemesi için ne mümkünse yapıyor. Arka arkaya izlediği ölümler ailesinde ondan bu şekilde ayrılacağı fikrini kuvvetlendiriyor. Ali de ki ölüm korkusu, kendi ameliyatından sonra başlamış ve ondan sonra özellikle anneye çok düşkün olmağa başlamış. Böylelikle Ali'de temel bir ödipal çatışma saptanmış oluyor. Kaygılarının çoğu henüz ödipal çatışmasına bir çözüm bulamamasından ileri geldiği ortaya çıkmıştır.

Ali'yi rahatlatacak bir ilaç verilerek tedaviye başlandı. Duyguları üzerinde tartışıldı. Anne ile olan bağımlılığı ve ondan kopmak, başka bir deyişle bağımsız olmak istemesi üzerinde uzun uzun konuşuldu.

Üç aylık bir tedaviden sonra, Ali'nin yakınmalarının azaldığı saptanmıştır.

TETKİK EDİLEN VAK'A . IV. :

İncelediğim çocuğun;

Adı. : Murat.

Yaşı. : 14.

Sınıfı. : Ortaokul III.

Şikayeti. : Geceleri bağırarak, kalkıp oturmak, yataktan kalkıp evin içinde dolaşmak.

Annesi, Murat'ın korkularının nasıl başladığını pek hatırlamıyor. Murat için bu dolaşmaları bir sorun olarak görmeyip, kayıtsızlıkla karşıyor. Murat'ın kendinden küçük, ilk okul ikinci sınıfa devam eden, yedi yaşında bir erkek kardeşi var. Kardeşi ders çalışmadığı zamanlar, Murat kardeşi ile kavga ediyor. Kardeşinden bahsederken, " hiç peşimi bırakmaz yanımdan ayrılmaz, odama girsem arkamdan oda gelir, şimdi git ben gelince seninle oynayacağım" diye anlatıyor. Evde dört kişiler, Baba taksisör, çok uysal, ileriye dönük bir insan. Anne ev kadını, güleç yüzlü düzgün konuşan ve sosyo-ekonomik düzeyine göre daha gösterişli bir kadın. Çocukları ile olan ilişkilerini yeterince düzenleyemiyor. Kendi ifadesine göre sınırlı.

Üç sene evvel, bir komşunun öldüğü duyuluyor. Bu gecenin ertesi günü anne ve baba sinemaya gidiyor. Geldiklerinde Murat ve kardeşini komşu-

da buluyorlar. Murat o gece, " Ölen adam bizim dolapta, hırsız var " diye bağıırıp korkmuş. O zamandan beri de korkulu filmler görünce, uyanıp kendi kendine konuşuyor. Bu korkular yalnız geceleri oluyor. Bu yüzden anne baba geceleri dışarı hiç bir yere çıkamıyorlar. Anneye göre, Murat geceleri cam açmak istediğinde, mani olunmalı zira, annenin bütün endişesi, Murat'ın kendini camdan atması. Geçenlerde bir gece anne, Murat'ı duvara, tahtaya yazı yazar gibi bir şeyler yazdığını görüyor. Acaba uyur gezer mi diye kendi kendine soruyor. Uyur gezerler, kendi kendilerine konuşurlarmış Murat'da bazen konuşuyor, genellikle gündüz olanları anlatıyor, en çok ta hırsız geliyor diye korkuyor. Geceleeri uyandığı zaman, korkudan zaman zaman titriyor, gözlerini kocaman kocaman açıyor. Her gece uyandığında anne ve babayı kontrol ediyor. Hep kuşku ile uyanıyor. Korkudan sonra iki kez haberli olarak anne baba evden ayrılıyor. Fakat bunun dışında Murat'ın durumu yüzünden çıkamıyorlar. Bir gece kalkıp yorganını anne ve babasının yatağını atıp gidiyor. Gündüzleri hiç korkusu olmuyor. Uyanıkken iki kardeş evde yalnız kalabiliyor. Anne Murat acaba bizimle gezmeği gidebilmek için mahsus mu yapıyor diye düşünmekte. Bu korkulu olaylardan önceleri anne ve baba geceleri istedikleri zaman gezmeğe gidebiliyorlarmış. Eskiden onbeş günde bir Murat'ı da gezmeğe götürürlermiş. Şimdi ancak apartman gezmeleri yapabiliyorlar. Gece uykuda gezmeleri haftada iki üç kez oluyormuş.

Murat'ın kişiliği : Murat, yumuşak davranılırsa daima uysal, bazende kardeşinden daha yaramaz oluyor. O zaman anneye geyimi ile çekilmez oluyor. Zeki bir çocuk, kendisinden ufaklarla daha iyi ilişki kuruyor. Bazen bağıırıp çağırıp gürültü eder. babasının aletlerini ve kardeşinin oyuncaklarını kırar. Anne " daha büyük adam gibi otursun, ciddi bir şeyle meşgul olsun isterim" diyor. Ve ilave ediyor, " ne zaman bir şey söylesem, beni tersliyor ve azarlıyor, bu da beni çileden çıkarıyor." Murat'ın huyları biraz babaya biraz da anneye benziyor. Anneye göre sınıflılığı kendisine uysallığı babaya benziyor. Arkadaşları ile uysal anlaşabiliyor ve çoğunlukla onları çağırıp oynuyor.

Murat'ın okul durumu.: Başarısı iyi. Bu yıla kadar bütün okul hayatı boyunca öğretmenleri Murat'ın yaramazlığından şikayetçiydi. Arkadaşları ile ilişkileri, öğretmenlerine göre çok iyi.

Murat'da anne ile çatışma çok bariz,şöyle ki; son zamanlarda anneyi kızdırmak için ne mümkünse yapıyor. Aralarında devamlı inatlaşma var. Murat sokağa çıktığında, yürükken ayakkabısını çarpıtarak yürüyor. Anne ikaz ettiği halde yine aynı şeyi yapıyor. Eğer sokağa çıktığında annenin baktığını görürse yine ayaklarını çarpıtarak yürüyor. Üç yaşından beri tırnaklarını yemesi var.

Tedavi.: Murat'a korku veren hadiselerin üst üste gelmesi ve ailenin ilgisizliği, ondaki korkuyu pekiştirmiştir. Annenin aşırı düşkünlüğü ve ona devamlı karışması, Murat'a sıkıntı vermektedir. Ergenlik çağına özgü bağımsızlık isteği, buna karşın anneden ve babadan ayrılma korkusu onda karmaşık duygulara yol açmaktadır. Murat'ın tepkilerine annenin de aynı şekilde cevap vermesi, kaygılarına bir çözüm vermekten ziyade aksine aradaki huzursuzluğu büyütmektedir.

Haftada bir gün kontrol ve görüşmeler yapıldı. Murat'ın kendi duyguları ve çevre ile olan ilişkileri tartışıldı. İki ay sonra, bütün yakınmalarının giderildiği saptandı.

OKUL FOBİLERİ.

Okul fobilerinin kökü okuldan korkma değil, anneyi ve evi bırakıp okula gitme fikrîdir. Çocuk okuldayken devamlı annesine bir şey olduğunu zanneder. Bunun sonucu annesini şiddetle görme isteği belirir. Bu fobi sadece ilk yıllarda meydana gelmez, ileriki okul yıllarında da görülür. Kaygıdan sıyrılma suretiyle bundan kurtulunur. Okula gitmemek için sabah kahvaltısında kusma ve karın ağrısının başlaması tipik okul fobisi tablosudur. Emosyonel bozukluğu olupta anksiyetesi olan çocuklar okuldan kaçma eğilimi gösterirler. Bu çocuklar çoğu kez okuldan kaçıp, annelerine sığınır ve evden çıkmak istemezler. Bazen korkularını hiç bir zaman tarif edemezler ve böylelikle içinde buldukları durumu kimse anlayamaz. Disiplin objesi olan öğretmen, çocuklar için fobik objedir. Psikotik durumda, birçok önemli bozukluğun birleşimi sonunda çocuk okula gitmeyi reddeder.

Bazı psikologlar tarafından paranoid, depresif veya şizofrenik çocukların nevroitik semptom gösterdikleri ve okul fobilerinin onlarda sıkıntı yarattığı saptanmıştır. Bu durumun sebebi muhakkak okul değildir, fakat okul fobisi bu durumun semptomlarından biridir. (8)

Okul fobileri için 4 etiolojik durum söz konusudur.

1. Hakim (dominant) ve çok koruyucu olan (overly-protective) anneden ayrılma korkusu.
2. Tek başına akran gruplar içinde fonksiyonda bulunmaya zorlandığı zaman duyduğu yaygın yetersizlik ve kaygı hissi.
3. Çocuğun olumlu girişiyle ilgili olarak anneden çocuğa kaygının intikali.
4. Travmatik hadiseler. (ağabey,hala,dayı v.s. tarafından dövülme gibi.)

TEDAVİ.

Buraya kadar anlatılanlardan görülmektedir ki çözülmemiş kızgınlıklar, başarısızlıklar, zayıflıklar, kaygılar çocukta korkuyu meydana getiren faktörlerdir. Çocuklukta fobilerin çözülmemesi onlarda travmatik bir durum yaratır. Bir sürü travmatik tecrübeler geçiren veya ciddi durumu olan çocuklarda fobiler yok edilebilsede, bir müddet sonra ya gelişmesinde aksaklıklar görülür, ya da herhangi bir döneminde tekrar ortaya çıkar.

Çocuklar için önem gösterin bu korku ve fobilerden onlarla yapılan olumlu ilişkiler neticesinde kaygı yok edilip veya azaltılarak düzenli bir ortam yaratmak mümkündür. Yetişkinlerin, korkuyla dolu olan çocuğa sabırla dinleyip, korku seyrini takip edip, telkinlerde bulunarak sonucu olumlu hale getirmeleri gerekir.

(8) J.H.Kahn, Jean P. Nursten, " American Journal of Orthopsychiatry
1962. "

Böylelikle çocuk, korkulacak hiç bir şeyin olmadığı inancına varmalıdır. Yalnız çocuğun korkusunu önemsememek, onun oyun olsun diye korktuğu fikrine kapılmak çok yanlıştır. Çocuğa sakladığı ve açığı vermaktan çekindiği korkusunu belli etme fırsatını tanımak gerekir. Ona yardım etmek isteyen yetişkinlerin, ilk önce bu durumu kabul etmeleri gerekir.

Eğer aile çocuğu korkuları yüzünden devamlı suçluyorsa bu onu nevrotik bir duruma sürükler ve çocukta handikap meydana gelir.

Hastalar ekseriya fobilerinin mantıksızlığının bilincindedirler. Fakat bun rağmen panik hislerine hakim olamazlar. Hastaların anksietesi bir zaman için fobi yaratan objeden kaçındıkça dizgin altında tutulur. Fobiler zamanla tedavi edilmediği için, çoğalır. Bunun için böylesi durumlarda, eğer hastanın durumu müsaitse psikanalitik psikoterapi tedavi şekli en uygun tedavi şeklidir.

Fobiler tedavi edilmediği süre daha çok yayılırlar. Yeni yorumlara ve objelere yönelirler. Ve sonuçta bu insanlar sakat bir insan olabilirler. Örneğin, sokağa çıkamazlar, yalnız kalamazlar, daima çocuk gibi birisine ihtiyaçları vardır. (9)

Çocuğun korkusunu yenmek için güvenini sağlamak, en iyi yoldur. Güvenini bölen kaynakları yok edince, kişi kendini daha emniyetli hisseder. Ailenin, çocuğun endişelerini yok etmek için gösterdiği çaba, onun kişisel ilişkilerini güvenle sağlamak demektir. Örneğin, çocuktaki doktor korkusunu yenmek için doktorla iyi bir ilişki kurmasını sağlamak gibi.

Eğer aile kendi korktuğu objelerin yanına çocuğu yaklaştırmıyorsa ve kendine göre bazı sebeplerden dolayı çocukları yabancılarla konuşturmuyorsa, korkunun önüne geçilmez.

Aile çocuğa gösterdiği ilgiden çok, yaşantılarında bir takım fırsatlar tanıyarak ona, cesaret vermesi ve bir çok şeyi kendinin yapmasını sağlaması çocuğa güven verir.

Çocuğun fobik objeyle mücadele edebilmesi için, fiziksel aktivitelerinin gelişerek güç kazanması ve bunun içinde aktif hale gelerek fobik olaylarla dirençli olmasının sağlanması gerekir. Kendisinde korku ve fobi yaratan olaylar ile çocuğu yüz yüze getirmelidir ki, bu tip durumlara alışıp fazla önemsemesin. Bu yollar kişinin akıl yapısıyla ilişkilidir. Zira çocuk, neden korktuğunu ve ona zarar verecek objelerin neden zarar verdiğini öğrenmelidir. Örneğin, çocuk köpektен korkar, halbuki köpek bu günkü medeni hayatın ayrılmaz bir parçasıdır. Ve kişiye çoğunlukla zarar vermez. Bu yüzden köpektен korkmamak gerektiğini düşünmelidir. Bu, fobi ve korkulardan kurtulmak için en etkili bir metottur. Zira çocuk, birtakım şeylerin doğrusunu öğrenerek onlarla nasıl mücadele etmek ve bu hisleri nasıl yok etmek gerektiğini öğrenir.

Çocuğa devamlı korkulacak bir şey olmadığını, bunların gereksiz şeyler olduğunu ve aldırmamasını telkin etmek gerekir.

Aile, bütün çocuklarda bu tip korkuların olduğunu ve küçükken onlarında bu tip korkularla sarsıldığını, fakat büyüdükçe bunlardan kurtulduklarını anlatmalıdırlar. (10)

Okul fobisi, okul refüze edip anneye sığınarak rahatlayan çocuklarda görülür. Çocuk okula gitmek istemediği zaman, etkinin toplumdan geldiği düşünölmelidir. Terapist dışı akseden anksieteyi yok edemediği müddetçe tedavi etkili olmaz. Bu çocukların çoğu handikaplıdır. Ve bir çok şey karşısında daima başarısızlığa uğrarlar. Kendi sınırlandırılmış kapasiteleri ile okulu bitirmek çok zor gelir. Okul, yapısı ve programı yönünden iyi organize edilmemişse, okulu kabul etmek istemezler.

(10) Jersild, " Child Psychology."

Çocukta annesinden ayrılma fikri, baskın geldiğinden okul seyahatleri hile cazip gelmez. Bazı terapistler, çocukta bu fobinin yerleşmemesi için, onun en çabuk zamanda okula dönmesi gerektiğini savunurlar. Zira başlangıçtan itibaren çocuğu evde oturmaya alıştıırırsak bir daha okula dönmesi imkansızlaşır. (11).

Aslında bütün fobiler ve korkularçan çocukları kurtarmak istiyorsak çocuğun rahat bir ortamı olması bakımından aileyi incelemek ve bilhassa tedavinin büyük bir kısmını anneye ve bazende ailenin diğeri üyelerine uygulamak gerekir.

(11) John M. Berez, " Psychological Bulletin ".

YORUM ve ÖNERİLER.

Yukarıda anlatılanlardan edinilen bilgiye göre korku ve fobiler normal çocukluk nevrozları olup kişiler üzerinde büyük etkiler büyük etkiler bırakan duygulardır ve çocuğun emosyonel durumu ile yakından ilgilidir. Şöyleki, eğer çocuk oedipus problemini çözemezse bu, önemli bir durum olabilir. ve tatminlik durumlarda ise oedipus kompleks bir çözüme ulaşmaz. Ruhi problemler, çözümlendiği zaman biter. Anne baba geçimsizliğinde çocuk kendini evde emniyette hissetmediğinden ve hissi problemlerine tatminlik çözüm bulamadığından ruhi durumu önemli sonuçlar doğurabilir. Ailelerde görülen evlilik düzensizliği veya ayrılmalar çoğunlukla çocukta fobileri ortaya çıkarır. Zayıf ve yardıma muhtaç olunan çocukluk devresinde kişi, sayısız korkulara kapılır ve her türlü obje ve durumdan ona gerçek bir tehlike gelecekmış gibi kaygıya düşer. organizmanın hazırlıklı bulunmadığı durumlar veya önceden hiç algılamadığı olaylar kişide korku yaratır.

Ailedeki yetişkinlerin gösterdikleri korku reaksiyonları çocuklar için birer örnek olup, aynı şeylerden onların korktuğunu görürüz.Çocuk özdeşim yaptığı kişinin davranışlarını benimser ve onda gördüğü reaksiyonları hemen hemen aynen gösterir. Çocuklara ceza unsuru olarak kullanılan karanlık odaya kilitleme, onlarda büyük bir iz bırakır şöyle ki, karanlığın ve yalnızlığın kendileri için zarar verici bir şey olduğuna inanırlar. Hayali bir takım figürler, (cin, peri, şeytan, cadı gibi) ailenin çocuğunu terbiye etmek için kullandığı silahlardır ve bu yüzden bunu sık sık konu edip çocuğun korkmasını telkin ederler. Çocuğun zayıf ve fiziksel yetersizliği olması, onları olaylar karşısında güçsüz yapar ki buda korkunun doğuş nedenlerinden biridir. Çevredekilerin davranışlarından ve çocuğun içgüdülerinden doğan diğer bir korku da hayvan korkusudur. Çocuk kendini müdafaasız hisseder ve onlardan gelecek zararları düşünerek hayvandan korkar.

Bunun yanında hemen hemen bütün okul çocuklarında görülen diğer bir korkuda okul fobisidir. Disiplin objesi olan öğretmenin, yanında olmak aileden ve özellikle anneden ayrılmak çocuklarda bu fobiyi yaratır.

Görüldüğü gibi, çevrenin yanlış tutumu, bilmeden yapılan bazı davranışlar, veya edinilecek kötü tecrübeler, çocuğu kaygıya iter.Kay-

gıının çözülememesi kişiler üzerinde büyük bir etki bırakır ki, bunlar insan hayatında önemli bir rol oynayan ve kişileri travmatik durumlara iten duygulardır.

İncelenen vak'alar ve yapılan araştırmada edinilen bilgilere göre, ailedeki bozukluklar, annenin çocuğa olan aşırı bağımlılığı onlardaki kaygının ana temelidir. Ailedeki ruhi sarsıntı ve bilhassa bu eğer annedeyse çocuğa büyük bir olasılıkla geçiyor ve onuda huzursuz kılıyor. Çocuğun kaygıları karşısında aşırı kayıtsızlık veya düşkünlük onların bu duygularının sıkıntılara yol açtığını ortaya koyuyor.

Çocuğun saplandığı korku ve fobiler normal çocukluk nevrozlarıdır. Ancak çocuğun çözümlenmemiş problemleri, ruhi bunalımları ve kaygıları bu normal olan çocukluk nevrozlarını travmatik bir duruma sokar.

Sonucu düşünülmeden yapılan bazı davranımların, çocuk için ne derece etkili olabileceğini bilmediğimizden, bir çok olayların iş bıraktıklarını görürüz. Çocuklarla kurulan olumlu ilişkiler sonucunda problemlerini bulup, sebeplerini kolayca saptayıp, onlara düzgün, huzur dolu bir hayat hazırlayabiliriz. Böylelikle çocuğa tanıdığımız fırsatlar ona güven ve cesaret vererek kaygıyı yok eder. Yetişkinlerin objelere olan tutumu ve çevre faktörleri çocuklar için birer örnektir ve onlarda da hemen hemen aynı tutum ve davranışları gösterebiliriz. Bu yüzden ailenin kendi korkularını ve kaygılarını çocuğa belli etmemesi gerekir.

Çocuk üzerinde tam bir otorite kurmak ve onu anneye bağımlı yapmak çocuğun hayatta cesaretle atılımlar yapmasını önler. Anneden ayrıldığı zaman ona daima birşeyler olacağı fikri, okula gitme fikrinden daha baskın çıkacağından, çocuğa verilen güven hissi ile birlikte yok edilebilir.

Yapılan bu öneriler korku veya fobik reaksiyonu olan çocukların endişelerini ortadan kaldıracak ve daha önemlisi çocukların gelişmekte kişiliklerinin daha sağlıklı olmasına yardım edecektir.

ÖNE.

Üzerinde araştırma yaptığım konu, korku ve fobilerdir. Korku, birey için büyük bir ağır bir tehlikeden gelen ve kişide endişe yaratan karmaşık bir duygudur.

Fobik reaksiyonlar; hastaya gerçek bir tehlike teşkil etmeyen veya mevcut tehlikenin gerçek ciddiyet derecesinin çok ötesinde büyütüldüğü, bazı obje ve durumlara karşı sürekli bir korkudur.

Bunlar normal sayılan insanlarda ve çocuklarda, fazla şiddetli olmayan ve hayatı kısıtlamayan duygulardır. Fobi, psikiyatrik literatürde XIX. asrın ortalarına ilk kez görülmüştür. Bu günkü psiko-dinamik izahı ise Freud'un yaptığı " bir erkek çocukta fobinin analizi " adlı çalışmasına dayanır.

Bunlar normal çocukluk nevrozları olup, patolojik olmazsa her normal çocukta zaman zaman görülebilen reaksiyonlardır. Çocuklar, yaşamına başladığı ilk anlardan itibaren bu tip reaksiyonları gösterir ve gelişimini tamaladıkça korku hissidi onlarla beraber gelişir. Fobik hastaların ailesinde sevgi yerine, aşırı koruyuculuk göze çarpar. Ve hastalar, sevgi bulamama endişesi içinde hayata küskün olurlar. Anksiyetelerini bastırmak için bir çok savunma mekanizmasını kullanırlar. Çocuğun ruh sağlığını düzenleyip, önüne çıkan pürüzleri yok ettiğimiz sürette korkularınının gelişimleri boyunca sürmeyeceğini kanıtlarız. Fobiler zamanla toplum değıştikçe, değışik karakter alabilirler ve çok çeşitlidirler. Fakat ifade ettikleri iç çatışma hemen hemen aynıdır.

Korkuda çocuğun olgunlaşmasının, öğrenmenin ve yaşın önemi büyüktür. Yaşamları boyunca kişilerde ses, ani değışiklik, yabancı objeler, karanlık, hayvan, zayıflık, fiziksel kaabiliyetsizlik, suçluluk, takdir edilmemek, yalnızlık, terkedilme ve ölüm korkuları tesbit edilmiştir.

Bu korkuların yanında, hemen hemen bütün okul çocuklarında gördüğümüz, anneden ayrılma ve evi bırakıp, disiplin objesi olan öğretmenin yanında olmak istememelerinden doğan okul fobileri, çocuklara uzun müddet huzursuzluk verir.

Fobiler tedavi edilmedikçe daha çok yayılırlar. Yeni durumlara ve objelere yönelirler. VĖ hasta sonunda sakat bir insan halini alır. Bu tip endişelerin çözüme ulaşmayarak güvensiz ve kaygı dolu yaşamı, çocukta travmatik bir durum yaratır.

Çocuğun güvenini sağlamak, korkularını yenmek için en iyi yoldur. Yaşantısında bir takım fırsatlar tanınarak onlara cesaret verilmesi fobik obje ile mücadele edebilmeleri için fiziksel aktivitenin geliştirilerek güç kazandırılması gerekir. Çevre faktörlerini düzenleyerek, çocuğu kaygıdan uzak, şimdiye kadar algısal gelişiminde alışagelmediği olaylardan ve yabancı objelerden uzak tutarak endişeleri yok edilebilir.

Güçsüz olmaları nedeni ile devamlı bir kişiye bağıllık duyup muhtaç olurlar, fakat sonunda muhtaç oldukları kişiye husumet duyarlar.

Onlara korku veren olayları, objelerin ve durumların çocuğa fazla büyütülecek şeyler olmadığını telkin ederek, onlarla iyi ilişki kurmalarını sağlamak gerekir.

Şimdiye kadar verilen bilgilere göre, amacımız kişilere, yaşam endişelerinden uzak, huzurlu, güvenli bir yaşantı vererek, onları sağlam bir ruh sağlığına sahip kılmaktır.

KAYNAKLAR

- 1) BEREZ, M. John - Psychological Bulletin. U.S.A. Indiana Unuversity, 1960 - 1970 .
- 2) ENGLISH, O. Spurgeon - PEARSON , H. J.Gerald - Emotional Problems of Living. LONDON, C. George Allen and Unwin Ltd. 1965.
- 3) Jersild, - Child Psychology. U.S.A. Prentice - Hall, Inc. , Englewood Cliffs, N. J. 1968.
- 4) KANH, J.H. - Nursten, Jean - American Journal of Orthopsychiatry. U.S.A. 1962.
- 5) KANNER, Leo - Child Psychiatry. U.S.A. Charles C Thomas, 1948.
- 6) KAPLAN- Louis - Mental Health and Human Relations in Education. NEWYORK, Harper, 1959.
- 7) MILLER, Josef - Psikopatolojiye Giriş Ders Notları. ANKARA, Hacettepe Üniversitesi, 1970.
- 8) NOYES , Modern Clinical Psychiatry. LONDON, W. B. Saunders Company, 1953.
- 9) SADLER, St. Louis - Modern Psychiatry. U.S.A. , The C.V. Mosby Company, 1945.
- 10)SHIRLEY, F. Hale - Pediatric Psychiatry. CAMBRIDGE, MASSACHUSETTS- Common Wealth Fund by Harvard University, 1963.
- 11) SONUVAR, Birsen , Hacettepe Üniversitesi, Çocuk Psikiyatrisi Bölümü, görüşme
- 12)ZİLELİ, Leyla- Psikiyatri Ders Notları.ANKARA.Hacettepe Ünicersitesi, Cilt I. 1971.