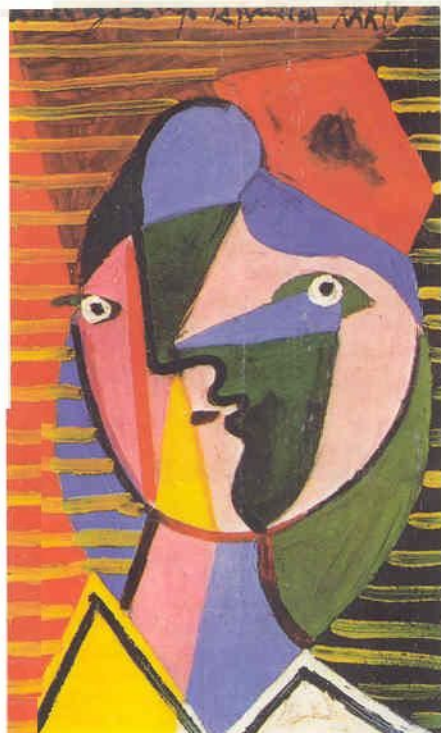


KİŞİLİK BOZUKLUKLARI

Antisosyal • Sınırdaki • Histrionik • Narsisistik
Çekingen • Bağımlı • Obsesif - Kompulsif
Paranoid • Şizoid • Şizotipal

2. baskı



huy
yayınları...

PROF. DR. ERTUĞRUL KÖROĞLU

SINAN BAYRAKTAR



BOYLAN
PSIKİYATRİ
ENSTİTÜSÜ

KİTAP + DVD

KİŞİLİK BOZUKLUKLARI

Prof. Dr. Ertuğrul Köroğlu

BOYLAM PSİKIYATRİ ENSTİTÜSÜ

Sinan Bayraktar



HYB Basım Yayın 202
PSİKOLOJİ VE PSİKİYATRİ DİZİSİ 24

KİŞİLİK BOZUKLUKLARI
Prof. Dr. Ertuğrul Köroğlu, Sinan Bayraktar

Bu kitabın yayın hakları HYB Basım Yayın'a aittir.
© HYB Basım Yayın, Ankara, 2010
Yayıncının yazılı izni olmadan kısmen ya da tamamen hiçbir yolla çoğaltılamaz.

BOYLAM PSİKİYATRİ ENSTİTÜSÜ

☎ (312) 812 00 12 / e-mail: ekoroglu@hyb.com.tr

İkinci Baskı

Kapak Tasarım: Mustafa Alibaşoğlu
Dizgi ve Sayfa Tasarım: Songül Kalender

HYB Basım Yayın, Ankara 2010

HYB Basım Yayın
İvedik Organize Sanayi Bölgesi
Hasemek Sanayi Sitesi
1122. Cadde, 1469. Sokak, No: 9
İvedik, 06370 Ankara
Tel: (312) 394 28 76

HYB Basım Yayın ofset baskı tesislerinde basılmıştır.

Önsöz

Üzerinize üzerinize gelen alkollü bir sürücü (*antisosyal*), her şeyin tam kendisinin istediği gibi yapılmasını isteyen, katı ve inatçı amiriniz (*obsesif-kompulsif*), verdiğiniz işi hemen yaparım deyip sürüncemede bırakan memurunuz (*pasif agresif*), karısının kendisini aldattığından sürekli kuşkulanan bir koca (*paranoid*), önüne gelenle kırıştıran ve açık-saçık giyinen bir eş (*histrionik*), odasından hiç çıkmayan, kimseyle görüşmeyen, yaşamında bilgisayarından başka bir şey olmayan (*şizoid*) ya da aşırı uçlarda gezinen, acayip giysiler giymeyi seçen (*şizotipal*) çocuklarınız, tek amaçları koltuklarını korumak olan ve toplumun gereksinmelerini hiçe sayan, “kendine aşık” politikacılar (*narsisistik*), bir gün sizi göklere çıkaran, diğer bir gün yerin dibine sokmaya çalışan, ne yapmak istediğini kendisi de bilmeyen, sürekli duygusal gel-git’ler yaşayan, durduk yere öfkelenen iş ortağınız (*sınırdan*)... Kim bunlar? Bu kişilerle her gün iç içe yaşıyoruz ve bu kişilerle uyum sağlamak zorlanıyoruz. Sorumluyu dışarıda aramak kolay, belki de biz bu gibi özellikleri kendimiz taşıyoruz. İşte toplumun yaklaşık % 10’una konan bir tanı olan kişilik bozuklukları bizi böylesine yakından ilgilendiriyor.

Bu kitapta, psikiyatrinin uluslararası kabul gören sınıflandırma dizgelerine göre sınıflandırılan kişilik bozuklukları tek tek ele alınmış, anlatılmış ve tanı koydurucu özellikleri sıralanmıştır. Ancak unutulmaması gereken bir özellik kişilik bozukluklarının her birinin diğerlerinden keskin sınırlarla ayıramayabileceği, aralarında sıklıkla örtüşmelerin olabileceğidir. Diğer önemli bir konu da psikiyatride kişilik bozuklukları ile klinik durumların ayrı eksenlerde değerlendirildikleridir. Diğer bir deyişle, kişilik bozukluğu ayrı bir tanıdır, psikiyatrik hastalık ayrı bir tanı... Herhangi bir kişilik bozukluğu olan bir kişide psikiyatrik bir hastalık görülebilir ya da görülmeyebilir; öte yandan, herhangi bir psikiyatrik rahatsızlığı olan bir kişide kişilik bozukluğu olabilir ya da olmayabilir. Aynı şey kişinin zekâsı için de geçerlidir. Düşük ya da yüksek zekâlı olmak, kişide ne bir kişilik bozukluğu gelişmesini önler, ne de psikiyatrik bir hastalık gelişmesine karşı bağışık kılar. Sözelimi paranoid kişilik bozukluğu olan üstün zekalı bir kişide şizofreni gelişebilir...

Kişilik bozukluklarının tedavisi çok kolay olmamaktadır. Daha çok bu kişilerin gösterdiği uyum sorunları ve ikincil olarak ortaya çıkan rahatsızlıkları ele alınıp düzeltilmeye çalışılmaktadır. Bunun için uzmanlara başvurmakta yarar vardır.

Bu kitap, yıllardır sürdürdüğümüz eğitim çalışmalarımızda kullandığımız bilgileri içermekte ve değerli sanatçı Sayın Sinan Bayraktar'ın eğitim toplantılarımız için oyunlaştırdığı kişilik bozukluklarının bir DVD'sini de kapsamaktadır. Sayın Bayraktar'ın tek kişilik oyunlarla örneklendirdiği, sahneye koyduğu tiyatro gösterilerinin kişilik bozukluklarının doğru tanınmasında çok yararlı olacağını düşünüyorum. Yaklaşık iki yıllık çok yoğun çalışması ve işbirliği için Sayın Sinan Bayraktar'a burada özellikle teşekkür etmek istiyorum. Ayrıca DVD çekimlerinin stüdyo çalışmalarını büyük bir özenle yapan Iris Interaktif'ten Tayfun Genç ve Hakan Kolcu'ya, HYB'den Mustafa Alibaşoğlu'na da burada çok teşekkür ederim.

Kitabın ve sahnelenen oyunların, kişilik bozukluklarını tanımaya gereksinimlere yardımcı olmasını diliyor, bu konudaki eğitim çalışmalarını kolaylaştırmasını diliyorum...

Prof. Dr. Ertuğrul Köroğlu

Teşekkür

*Sevgilerinden aldığım büyük güçten ötürü
Ferhan, Gönenç ve Kutalp'e*

burada özellikle teşekkür etmek istiyorum...

Prof. Dr. Ertuğrul Köroğlu'nun

Özgeçmişi

Izmir doğumludur. İzmir, Bornova Anadolu Lisesi'ni (İzmir Koleji) bitirdiği yıl uluslararası bir bursla (AFS-EFIL, European Federation for Intercultural Learning) Hollanda, Zwolle'de Gymnasium Ceeleum'da bir yıl süreyle okumuştur. 1982 yılında Hacettepe Üniversitesi Tıp Fakültesi'ni bitirmiştir. Devlet Hizmeti Yükümlülüğünü yerine getirdikten sonra Gazi Üniversitesi Tıp Fakültesi Psikiyatri Anabilim Dalı'na Araştırma Görevlisi olarak girmiştir. 1988-1989 yıllarında ABD'de Teksas, Houston, Baylor College of Medicine Psikiyatri Bölümü'nde klinik psikiyatri, uyku fizyolojisi ve bozuklukları alanında "Postdoctoral Fellow" olarak çalışmıştır. 1991 yılında Doçent olmuş ve Gazi Üniversitesi Tıp Fakültesi Psikiyatri Anabilim Dalı'nda Öğretim Üyesi olarak çalışmıştır. 1997 yılında da Kocaeli Üniversitesi Tıp Fakültesi'nde Profesör olarak göreve başlamıştır. Bu fakültede psikiyatri anabilim dalı başkanlığı, dahili tıp bilimleri bölüm başkanlığı yapmasının yanı sıra Üniversitenin İletişim Fakültesi'nin kurucu dekanlığını da yapmış, üniversite yönetim kurulu ve senatosu üyeliklerinde bulunmuştur. Asya Uyku Laboratuvarları Birliği'nin (Asian Sleep Research Society) Türkiye adına kurucu üyesi olarak seçilmiş, Tokyo ve Kudüs toplantılarında yönetim kurulu üyeliklerine getirilmiştir. Ayrıca ABD'de New York'ta, Albert Ellis Enstitüsü'nün Rational Emotive Behavior Therapy (REBT) sertifikalı psikoterapi eğitim programlarını tamamlamıştır.

Kuruculuğunu ve yönetim kurulu başkanlığını yaptığı Ankara, Bilkent Akademi Kliniği'nin Psikiyatri Biriminde (Boylam Psikiyatri Enstitüsü) çalışmalarını sürdürmektedir. Depresyon Derneği'nin başkanlığını yapmaktadır. Mezuniyetten Sonra Tıp Eğitimi Derneği'nin (mested) Sürekli Tıp Eğitimi çalışmalarına yönetim kurulu üyesi olarak katkıda bulunmaktadır. Türkiye'de çok sayıda öğretim üyesinin katılımıyla hazırlanmış olan Psikiyatri Temel Kitabı'nın iki editöründen biridir. Amerikan Psikiyatri Birliği'nin yayımladığı DSM'lerin (Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders) III'ten sonraki bütün baskılarını Türkçe'ye kazandırmıştır. Yayımlanmış çok sayıda kitabının yanı sıra "Güncel Psikoloji ve Psikiyatri" dergisinin editörlüğünü yapmaktadır. Hekimler Yayın Birliği'nin ve HYB Yayıncılık'ın yayımladığı "psikiyatri, psikoloji, psikoterapi, bibliyoterapi, yaşam danışmanlığı, kendini geliştirme, esin kaynakları, ilişkiler ve çocuk eğitimi" alanlarındaki kitapların yayın danışmanlığını yapmaktadır. ABD'de yayımlanmış olan Encyclopedia of Human Biology adlı ansiklopedinin "Sleep Disorders" adlı bölümünün yazarıdır. Klinik uygulama ve araştırmalarının yanı sıra yönetiminde olduğu kuruluşlarda ve diğer birçok kuruluşta "yaşam danışmanlığı" (*life coaching*) eğitimleri vermektedir. Ayrıca "Düşünsel Duygulanımcı Davranış Terapisi" konusunda kurslar düzenlemektedir. İngilizce ve Hollandaca bilmektedir.

Prof. Dr. Ertuğrul Köroğlu'nun Psikiyatri Bilim Dalı ile İlgili Yayınları ve Etkinlikleri

- Psikiyatri Temel Kitabı (*Prof. Dr. Cengiz Güleç'le birlikte editör*)
- DSM-IV-TR (Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders, Fourth Edition, Text Revision) (*çeviren*)
- PsikoNozoloji, DSM-IV-TR'ye Göre Tanımlayıcı Klinik Psikiyatri
- Psikiyatri Elkitabı
- Psikiyatride Kullanılan Klinik Ölçekler (*Prof. Dr. Ömer Aydemir'le birlikte derleyen editör*)
- PharmIndex Psikiyatri, Psikiyatristin İlaç Rehberi (*editör*)
- Düşünsel Duygulanımcı Davranış Terapisi İlkeleri
- Ruh Sağlığınız İçin Akılcı Düşünme
- Depresyon Nedir? Nasıl Başedilir?
- Panik Bozukluğu Nedir? Nasıl Başedilir?
- Kaygılarımız, Korkularımız
- Kişilik Bozuklukları
- Güncel Psikoloji ve Psikiyatri (*dergi editörü*)
- Bilkent Akademi Kliniği, Psikiyatri Birimi; Boylam Psikiyatri Enstitüsü (*klinik sorumlusu*)
- Depresyon Derneği (*dernek başkanı*)
- DSM-IV Eksen I Bozuklukları İçin Yapılandırılmış Klinik Görüşme (SCID-I) (*uyarlama kurulu üyesi*)
- SCID Eğitim Çalışması (*psikiyatri eğitimi almakta olan yaklaşık 500 hekimin kapsandığı bir eğitim programının moderatörlüğü*)
- Prime-MD Eğitim Çalışması (*birinci basamak sağlık kuruluşlarında çalışan yaklaşık 2000 hekimin kapsandığı bir eğitim programının moderatörlüğü*)
- HYB Yayıncılık, psikiyatri, psikoloji, psikoterapi, bibliyoterapi, yaşam danışmanlığı, kendini geliştirme, esin kaynakları, ilişkiler ve çocuk eğitimi yayıncılığı (*yayın danışmanlığı*)
- Asian Sleep Research Society (*yönetim kurulu üyesi*)
- Encyclopedia of Human Biology, Sleep Disorders (*bölüm yazarı*)
- Düşünsel Duygulanımcı Davranış Terapisi (*eğitim kursları yöneticisi*)

İçindekiler

PARANOID KİŞİLİK BOZUKLUĞU	7
ŞİZOID KİŞİLİK BOZUKLUĞU	21
ŞİZOTİPAL KİŞİLİK BOZUKLUĞU	31
ANTİSOSYAL KİŞİLİK BOZUKLUĞU	43
SINIRDA KİŞİLİK BOZUKLUĞU	59
HİSTRİYONİK KİŞİLİK BOZUKLUĞU	77
NARSİSİSTİK KİŞİLİK BOZUKLUĞU	91
ÇEKİNGEN KİŞİLİK BOZUKLUĞU	105
BAĞIMLI KİŞİLİK BOZUKLUĞU	119
OBSESİF-KOMPULSİF KİŞİLİK BOZUKLUĞU	131
PASİF-AGRESİF KİŞİLİK BOZUKLUĞU	149
Kişilik Bozuklukları Ölçeği	157
Kaynaklar	167
<i>Tek Kişilik Oyunlarla Örneklendirilmiş</i>	
KİŞİLİK BOZUKLUKLARI	171

Kişilik, kişinin kendine göre bir ayrı'lığının, belirgin özelliklerinin olması durumudur, kişinin "kendine özgü"lüklerinin bir bileşimidir. Diğer bir deyişle, kişinin kendine özgü özelliklerinin bütünüdür. Kişinin, günlük yaşamda verdiği özgül davranışsal tepkilerin ve tutumların oluşturduğu bir örüntüdür. Bu örüntünün kendi içinde bir tutarlılığı ve öngörülebilir bir yanı vardır. Sözü edilen bu bütünlük, çoğu kişide görülebilen değişkenlik aralığından sapmalar gösteriyorsa, kişilik özellikleri oldukça katıysa, kişinin toplumsal uyumunu ve işlevselliğini bozuyorsa, öznel bir sıkıntı yaratıyorsa kişilik bozukluğu tanısı konabilir.

Kişilik bozukluklarında görülen özellikler kapsamlıdır ve süreklilik gösterir. Tanı konabilmesi için yaşamın değişik alanlarında (iş yaşamı, özel ilişkiler gibi) uzun süreli zorluklar yaşandığına ilişkin bir öykü alınmış olması gerekir. Söz konusu bu özellikler *ego-sintoniktir* (ego [benlik] tarafından kabul edilir), *ego-distonik* ya da *egoya yabancı* değildir. Yine bu özellikler *alloplastiktir* (kişi, kendisini değiştirmekten çok çevresini değiştirmeye kalkar), *otoplastik* değildir ve bu özelliklere sıkı sıkıya sarılınmaktadır.

Kişilik bozukluklarında sıklıkla kullanılan savunma mekanizmalarından biri fantazidir. Yakın ilişkilere girmekten çekinen şizoid kişiler soğuk dururlar, kendilerini uzak tutarlar, düşsel yaşamlar ve arkadaşlıklar yaratırlar. Diğer bir savunma mekanizması dissosiasyondur (çözülme). Hoşa gitmeyen duygulanımlar baskılanır ya da hoş olanlarla yer değiştirilir. Histrionik kişiler çarpıcıdırılar ancak duygusal açıdan sığdırlar. Üçüncü savunma mekanizması izolasyondur (yalıtma). Düşünceler, buna bağlı olan duygulardan ayrı tutulur.

Obsesif-kompulsif kişilere özgü bir savunmadır. Dördüncü savunma mekanizması projeksiyondur (yansıtma). Kabul görmeyen dürtü, duygu ve düşünceler başkalarına yüklenir. Paranoid kişilerde sık görülen bir savunmadır. Beşinci savunma mekanizması *splitting*dir (bölünme). Başkaları ya tam iyi ya da tam kötü olarak görülür. Her şey ya tam beyaz ya da tam siyahtır. Sınırdaki kişilerde görülür. Altıncı savunma mekanizması benliğine döndürmedir. İsteyerek başarısızlık yaşama ve benliğine zarar veren eylemlerde bulunmayı kapsar. Çoğu zaman başkalarına karşı gösterilen pasif-agresif davranışları içerir. Yedinci savunma mekanizması eyleme vurmadır. İstekler ve çatışmalar eylem olarak dışa vurulur. En sık antisosyal kişilik bozukluğunda görülür. Sekizinci savunma mekanizması yansıtarak özdeşimdir. Başkaları, benliğin yansıtılan yönüyle özdeşim kurmaya zorlanır. Sınırdaki kişilerde sık görülür. Çoğu kişilik bozukluğunda ego işlevlerinde bozukluklar, süperegö işlevlerinde bozukluklar, benlik imgesi ve benlik saygısı sorunları ve geçmiş yaşantılardan köken alan iç çatışmaların canlandığı ve harekete geçtiği saptanır, yargılama bozukluklarının olduğu görülür (Tablo 1).

Tablo 1. Kişilik bozukluklarına eşlik eden yerleşik düşünceler ve önde gelen davranışları.

Kişilik Bozukluğu	Yerleşik düşünceler/ Tutumlar	Yöntemleri (Önde Gelen Davranışları)
Bağımlı	Çaresizim.	Bağlanma
Çekingen	İncinebilirim.	Kaçınma
Pasif-agresif	Üzerime çıkılabilir.	Direnç
Paranoid	İnsanlar olası düşmanlardır.	Dikkatli olma
Narsisistik	Ben özelim.	Önemi abartma
Histrionik	Etkilemeliyim.	Rol yapma
Obsesif-kompulsif	Hata yapmamalıyım.	Mükemmellik
Antisosyal	Kandırılacak insanlar var.	Saldırı
Şizoid	Benim bir dünyam olmalı.	Toplumdan uzaklaşma

Kişilik bozukluğu olan kişilerde gelişimsel takılmalar ve olgunlaşmama durumları söz konusudur. İçsel nesne ilişkileri bozuktur. Bu kişiler, iş yaşamlarında ve özel ilişkilerinde zorluklar yaşarlar; davranış ve tutumlarının başkalarını nasıl etkilediğini göz önünde bulundurmazlar. Kişilik bozukluğu olan kişiler içgörürden yoksundurlar, dolayısıyla yardım arayışında olmazlar. Strese dayanma eşikleri düşüktür. (Tablo 2)

Tablo 2. Bir Kişilik Bozukluğu İçin Genel Tanı Ölçütleri (DSM-IV-TR, Türkçe © HYB).

-
- A. Kişinin içinde yaşadığı kültürün beklentilerinden belirgin olarak sapan, süregiden bir davranış ve iç yaşantı örüntüsü. Bu örüntü aşağıdaki alanlardan ikisinde (ya da daha fazlasında) kendini belli eder:
- (1) biliş (yani, kendini, başka insanları ve olayları algılama ve yorumlama yolları)
 - (2) duygulanım (yani, duygusal tepkilerin görülme aralığı, yoğunluğu, değişkenliği ve uygunluğu)
 - (3) kişilerarası işlevsellik
 - (4) dürtü kontrolü
- B. Bu sürekli örüntü esneklik göstermez ve çok çeşitli kişisel ve toplumsal durumları kapsar.
- C. Bu sürekli örüntü, klinik açıdan belirgin bir sıkıntıya ya da toplumsal, mesleki alanlarda ya da önemli diğer işlevsellik alanlarında bozulmaya yol açar.
- D. Bu örüntü değişmez, uzun bir süredir vardır ve başlangıcı en azından ergenlik ya da genç erişkinlik dönemine uzanır.
- E. Bu sürekli örüntü başka bir ruhsal bozukluğun bir görünümü ya da sonucu olarak açıklanamaz.
- F. Bu sürekli örüntü bir maddenin (örn. kötüye kullanılabilen bir ilaç ya da tedavi için kullanılan bir ilaç) ya da genel tıbbi bir durumun (örn. kafa travması) doğrudan fizyolojik etkilerine bağlı değildir.
-

Görülme Sıklığı

Kişilik bozukluklarının genel görülme sıklığı % 6-9 dolaylarındadır, % 15 gibi yüksek oranlardan da söz edilmektedir. Genellikle geç ergenlik ya da erken yetişkinlik dönemlerinde açığa çıkarlar, ancak

çocukluk döneminde de birtakım belirtileri görülebilir. Genelde kadınlarda ve erkeklerde eşit sıklıkta görülürler. Çoğu kişilik bozukluğunda kısmi bir genetik geçişin olduğu saptanmıştır.

Paranoid Kişilik Bozukluğu

Paranoid kişilik bozukluğu olan kişiler, sürekli olarak başkalarının kötü niyetli olduğunu düşünürler. Kuşkucudurlar ve başkalarına güvenmezler. Genellikle düşmanlı duygular taşırlar, huzursuzdurlar ve kızgınlık içindedirler. Bir inanca, bir düşünceye aşırı ölçüde bağlanıp ondan başkasını düşünemeyen bağnaz kişilerdir, "hakka ve hukuka aykırı" davranışların peşindedirler, patolojik derecede kıskanç birer eştirler, sürekli dava açan sabit düşünceli insanlardır.

Belirti ve Bulguları (Tablo 3)

Bu kişiler sır vermekten çekinirler. Kendilerine yapılan davranışların "gizli anlam"larını görürler, başkalarına dış bilerler ve kin beslerler, her an karşı saldırıda bulunmaya hazır dırlar. Resmi bir tarzları vardır ve gergin dururlar, bir türlü gevşeyemezler. Sürekli olarak çevrelerini tararlar ve insanları tartarlar. Genellikle eğlence- li kişiler değildirler, "ciddi" bir tavır içindedirler. Oldukça önyargılı olabilirler. Referans düşünceleri* olabilir ve başkalarını alçaltıcı ya da tehdit kaynağı olarak görürler. Başkalarının kendilerine olan bağlılığından kuşku duyarlar, hep başkalarının güvenilir olup olmadığını sorgularlar. Oldukça mesafelidirler, başkalarına yakınlık ve

* Referans düşünce: Aslında yokken çevresinde olan bitenlerin kendisiyle ilgili olduğu düşüncesine kapılma.

sıcaklık duymazlar. Zaman zaman, çok akılcı ve nesnel davranmakla övünürler. Güç sahibi olmaya ve kişilerin derecelerine aşırı önem verirler ve zayıf, yetersiz, "hastalıklı" ya da eksinliği olan kişilere tepeden bakarlar, onları hor görürler. İş yönelimli ve etkin kişiler gibi görünürlerse de genellikle başkalarında korku yaratırlar ve başkalarıyla çatışma içinde olurlar.

Tablo 3. Paranoid Kişilik Bozukluğu Tanı Ölçütleri (DSM-IV-TR, Türkçe © HYB).

- A. Aşağıdakilerden dördünün (ya da daha fazlasının) olması ile belirli, genç erişkinlik döneminde başlayan ve değişik koşullar altında ortaya çıkan, başkalarının davranışlarını kötü niyetli olarak yorumlayıp sürekli bir güvensizlik ve kuşuculuk gösterme:
- (1) yeterli bir temele dayanmaksızın başkalarının kendisini sömürdüğünden, aldatıldığından ya da kendisine zarar verdiğinden kuşulanır
 - (2) dostlarının ya da iş arkadaşlarının kendisine olan bağlılığı ya da güvenilirliği üzerine yersiz kuşkuları vardır
 - (3) söylediklerinin kendisine karşı kötü niyetle kullanılacağından yersiz yere korktuğundan ötürü başkalarına sır vermek istemez
 - (4) sıradan sözlerden ya da olaylardan aşığılandığı ya da gözdağı verildiği biçiminde anlamlar çıkartır
 - (5) sürekli kin besler, yani onur kırıcı davranışları, haksızlıkları ya da görmezden gelinmesini bağışlamaz
 - (6) başkalarıncı anlaşılabilir olmayan bir biçimde, karakterine ya da saygınlığına saldırıldığı yargısına varır ve öfkeyle ya da karşısaldırı ile birden tepki gösterir.
 - (7) haksız yere, karısının/kocasının ya da cinsel eşinin sadakatsizliğiyle ilgili kuşkulara sık sık kapılır
- B. Sadece Şizofreninin, Psikotik Özellikler Gösteren bir Duygudurum Bozukluğunun ya da başka bir Psikotik Bozukluğun gidişi sırasında ortaya çıkmamaktadır ve genel tıbbi bir durumun doğrudan fizyolojik etkilerine bağlı değildir.
-

Görülme Sıklığı

Bu kişilik bozukluğu toplumun yaklaşık % 0.5-2.5'inde görülür. Şizofreni ve sanrılı bozukluğu olan kişilerin olduğu ailelerde daha sık görülür. Erkeklerde daha sık görülür.

Ortaya Çıkartan Nedenler

Genetik bir yanının olduğu düşünülmektedir. Sıklıkla çocukluk dönemine ilişkin aile sorunları vardır. Çocuklukta sömürüye uğramış olma öyküsü alınabilir.

Psikodinamik Yorum

Başlıca savunma mekanizmaları yansıtma, yadsıma ve mantığa büründürmedir (rasyonalizasyon). Süperego, otoritelere yansıtılmıştır. Çözülmemiş ayrılık ve özerklik konuları bu bozukluğunu gelişiminde bir etken olabilir.

Genel Bilgiler

Paranoidler sürekli olarak tetikte dururlar, her an bir çatışmaya ve gerçek ya da imgesel bir gözdağı verilmesine hazırdırlar. Tehlikeyle karşılaşınlar ya da karşılaşmasınlar, her zaman belirli bir düzeyde bir hazırlık durumunu korurlar, bir saldırı ya da ters düşme olasılığına karşı sürekli uyanık dururlar. Sinirli, alıngan, huzursuz bir gerginlik içindedirler, en ufak bir saldırıya bile karşı koymaya hazırlıklı, savunucu bir tutum sergilerler. Katı özenetimleri hiç azalmayacak gibidir, bir türlü gevşeyemezler, gerilimden kurtulamazlar ya da kendilerini koruma durumlarını bırakamazlar.

Paranoidlerin deneyimleri, kimseye güvenmemelerini ve kendilerine ihanet edilmesinden ya da kötü davranılmasından korkmalarını çoğu zaman haklı çıkartır. Söz konusu tehdit kaynaklarına karşı koymak için, kendilerini başkalarından uzak tutmayı, güçlü ve uyanık durmayı öğrenmişlerdir. Bunları, yalnızca korunmak için değil, olası saldırganlardan öç almak ve onlar karşısında bir zafer kazanmak için de yaparlar. Güvenliklerini sağlama adına, kararlarından geri dönmemek için olmadık şeylere katlanırlar, başkalarını denetimleri altında tutmak için yeni ve üstün birtakım güçler geliştirmeye çalışırlar. Bu bağlamda atılan en önemli adımlardan biri sevecen ve sevgi dolu yaklaşımlara karşı duyarsız kalmaktır. Başkaları-

nın acı çekmelerine karşı sert, kırıncı, katı kalpli olurlar ve duyarsız kalırlar. Gözyaşlarına bağışık olduklarını söylerler. Böyle yaparak "tuzağa düşürülmek"ten, aldatılmaktan, kandırılmaktan ve başkalarına boyun eğmekten kendilerini koruduklarını düşünürler. Umursamazlık, aldınış etmezlik, katı, duygusuz ve duyarsız olmak paranoidler için zor değildir. Böyle davranmak, yalnızca kandınılmaya karşı kendilerini korumaya yönelik bir savunma yaklaşımı değildir, içermelerini ve kızgınlıklarını dışavurmanın da bir yoludur.

Denetimlerinin kendi ellerinde olduğunu göstermenin diğer bir yolu olarak yenilmezlik ve yılmazlık tutumları sergilerler, gururlu ve kibirli bir havaya bürünürler. Olağandışı birtakım yeteneklerinin olduğuna inanarak, kaderlerini kendi başlarına belirleyebilecekleri gibi, bütün engelleri, gösterilen dirençleri ve çatışmaları da kendi başlarına aşabilecekleri düşüncesini taşırlar. Kendileriyle ilgili her türlü kuşkuğu gözardı etmeye çalışırlar ve başkalarından gelen her türlü öneriye de karşı çıkarlar. Böylece kimseye gereksinmediklerini ya da kimseye bağımlı olmak zorunda kalmayacaklarını göstermeye çalışırlar.

Kendilerinden daha güçlü birinin baskısı altında kalırlarsa yoğun bir kaygı yaşarlar. Paranoidler, özerkliklerine yönelik her türlü tehdide karşı birden duyarlılaşırlar, zorunluluklara karşı direnirler, ayartılacakları ya da başkalarının isteğine göre davranmak zorunda kalacakları korkusuyla her türlü işbirliğinden kaçınırlar. Bağlanma kaygısı ile birlikte kişisel denetimlerini ve bağımsızlıklarını yitirecekleri korkusu, paranoidlerin etki altında kalmaya karşı büyük direnç göstermelerinin başlıca nedenidir. Başkalarının boyunduruğu altına girme korkusuyla, hiç kimsenin kendi isteklerinin dışında bir şey yaptırmasına izin vermemeye büyük özen gösterirler. Çaresizlik ve yetersizlik duyguları yaşadıkları durumlara düşerlerse, özgür davranmalarına kısıtlılık getirilirse ya da başkalarının gücünü göstermesinden ötürü incinebilir bir konuma gelirlerse, gözü dönmüş bir biçimde, birden bir karşı saldırıya geçebilirler. Bağımlılık tehlikesi altında kalınca, konumlarını yeniden elde etme çabasıyla

ve aldatılma korkularından ötürü saldırganlaşabilirler ve başkalarını kendilerine kötü davranacak olmakla suçlayabilirler. Başkaları, onlara, benlik algılarına uygun düşmeyen bir biçimde düşündükleri, duygulandıkları ya da davrandıkları eleştirisini getirirse, kötü niyetli başkalarının kendilerini böyle davranmaya zorladığını öne sürerler. Bu tür suçlamalar ileri derecede patolojik olmaya da başlayabilir ve yaklaşmakta olan psikotik bir bozukluğun (gerçeği değerlendirme bozukluğunun) öncü belirtileri olabilir.

Paranoidlerin güvensizlikleri algılarını, düşüncelerini ve belleklerini önemli ölçüde çarpıtır. Bütün insanlar, gereksinmelerine ve geçmiş yaşantılarına göre algılarında ve çıkarımlarında seçici davranır. Paranoidlerin öğrenilmiş duygularına ve tutumlarına, başkalarına karşı derin bir güvensizlik ve genel bir kuşkuculuk egemendir. Aşırı duyarlılıkları konusunda adları çıkmıştır ve her yerde düzensizlik ve aldatmanın izlerini arar gibidirler. Sürekli olarak bu düşüncelerle uğraşıp dururlar, en küçük ipuçlarını bulup çıkarma arayışı içindedirler ve bunları abartarak ve çarpıtarak en kötü beklentileri sanki doğrulanıyormuş gibi davranırlar. Kuşku taslaklarını haklı çıkarmayan olaylar karşısında da başkalarının "ne denli düzensiz ve zeki olabileceğini gösterdiğini" öne sürerler. Başkalarını aldatmak ve yanıltmak için yapıldığını varsaydıkları oyunları açığa çıkarmak için başkalarını sürekli olarak sınarlar ve inanışlarını haklı çıkarmak üzere her yeri, her olayı araştırırlar. Gerçekler önyargılarını çok az değiştirir. Çelişkileri görmezden gelirler ve beklentilerini karşılamak üzere önemsiz ve ilgisiz birtakım verilere sarılırlar. Daha da kötüsü başkalarını da beklentilerine uygun bir biçimde davranmaya iten bir havaya sokmalarıdır. "Arkadaşları"nın doğruluktan ayrılıp ayrılmadığını, işlerinde, sözlerinde ve davranışlarında doğru olup olmadıklarını sürekli olarak sorguladıktan ve onların yüzüne gülerek kandırdıktan ve gözlerini korkutarak sindirip yıldırıdıktan sonra herkesi çileden çıkartırlar, sinirlendirir ve kızdırırlar.

Paranoidlerin kuşkularını ve güvensizliklerini başkalarıyla paylaşmada gösterdikleri isteksizlik onları yalnızlığa iter, dolayısıyla

kuşkularına sınır koymalarını sağlayacak gerçeklerden uzak kalırlar. Sıkı ağızlı olmak, "sır" saklamasını bilmek zorunda kalmaları yüzünden giderek olayları başkaları gibi görememeye başlarlar. İnsanlarla yakınlık kuramayınca, düşüncelerini paylaşmayınca ve yarattıkları dünyanın uzantılarına karşı koyacak kimse kalmayınca, olayları korkularına ya da isteklerine göre birbirine karıştırıp kurgularlar, ardı arkası kesilmeksizin çarpık düşüncelerine göre akıl yürütürler, dayanaksız birçok kanıt yan yana getirirler, geçmişi önyargılarına göre yeniden biçimlendirirler ve çarpıtmalarını haklı çıkaracak, ancak anlaşılması güç ve çapraşık bir mantık geliştirirler. Salt kendi yöntemleriyle başbaşa kalınca da kurgularının ve üzerinde yoğunlaştıkları düşüncelerin geçerli olup olmadığını ayırt edemezler. Ne gördükleriyle, ne düşündükleri arasında çok az bir ayırım kalır. Gelip geçici izlenimler ve belirli belirsiz anılar gerçekliğe dönüşür. Birbirleriyle ilintisiz gerçekler birbirlerine "tutturulur". Tasarlamaktan varsaymaya ve öngörmeye, öngörüp varsaymaktan kuşulanmaya doğru amansız bir gidiş olur, artık geçersiz ve tartışılabilir olmayan bir inançlar dizgesi yaratılır.

Kendi hatalarını ve zayıflıklarını kabul edemeyen paranoidler, kendi eksikliklerini ve yetersizliklerini başkalarına yükleyerek benlik saygılarını korumaya çalışırlar. Kendi başarısızlıklarını yadsıyarak bunları başkalarına yansıtırlar ve onlara yüklerler. Başkalarının, çok sıradan olabilecek, önemsiz bir yetersizliklerini bulup çıkarma konusunda büyük bir becerileri vardır. Küçümseme alışkanlığı edindikleri kişilerin en ufak kusurlarını abartırlar, dolaylı ve dolaysız olarak bunların üzerinde dururlar. Kıskançlıkları ve düşmanlık duyguları nadiren yatıştır. Alıngan ve huzursuzdurlar, onları sorgulayan, tutum ve davranışlarıyla onları kızdıran kişilere hakaretler yağdırmaya ve onları küçümsemeye hazırdırlar.

Paranoidler, olayları, benlik imgelerine ve isteklerine uygun düşmek üzere dönüştürürler. Çevreye karşı katı olması ile bilinen bir kişi, denetimini ortadan kaldırmaya ve gerçeklikle düşlemleri arasındaki sınırları gevşetmeye başlayabilir. Bu dönüşümler birçok

sonucu beraberinde getirir. Kişisel zayıflıkların ve kötü niyetin yadsınması, bu özelliklerin başkalarına yansıtılması, benliğini korumak üzere büyüklük düşlemleri ve kötülük görecektir olma düşlemleri kurma bunlardan yalnızca birkaçıdır.

Kaçamadıkları ve aşamadıkları yetersizlik duyguları ve düşmanca duygularından ötürü yadsıma düzeneği bile yetersiz kalır. İnsanı küçük düşürecek bu özellikleri sahiplenmemekle kalmazlar; ayrıca bunları, kendilerini suçlayan ya da suçladıklarını düşündükleri kişilere de yüklerler. Onlara göre asıl aptal, kötü niyetli ve öç almaya çalışan kişiler başkalarıdır. Tam tersine kendileri suçsuzdur ve başkalarının yetersizliklerinin ve kötü niyetlerinin talihsiz birer kurbanıdır. Paranoidler, yanlışlarından ötürü kendilerini suçlu bulmazlar, içermeleri ve kızgınlıkları için kendilerini haklı çıkaracak çıkış yolları da yaratırlar. Onlara göre, suçlu bulunurlarsa, bu başkalarının yanlış anlamasından ötürüdür; saldırgan davranmışlarsa bu başkaları kendilerini kıskırttığı içindir. Kendi dünyalarında onlar suçsuzdurlar, haklı bir kızgınlıkları vardır, talihsizdirler ve suç atılan, kara çalınan günah keçileridirler.

Sürekli bir aşağılanma ve gözdağı verilmeye karşı karşıya kalan paranoidler kendi değerlerini yükseltecek, özerklik ve güç sahibi olma duyularını yeniden kazandıracak yollar aramaya başlarlar. Ancak bunu gerçekleştirebilmeleri için düşlemlerine başvurmak dışında bir yolları da yoktur. Yetersizlik ve değersizlik duygularıyla yüzleşemeyince üstün bir benlik değerleri olduğuna ilişkin bir imge yaratmaya başlarlar. Kendi kendilerini aldatarak, ne denli özel ve doruklarda bir kişi olduklarına ilişkin kanıtlar bulurlar. Nesnel gerçeklikle ilişkilerini keserek "övünülesi" bir benlik imgesi yaratırlar. Kendilerini, sınırsız güçleri ve yetenekleri olduğuna, dolayısıyla başkalarından utanacak ya da korkacak bir yanlarının olmadığına inandırırılar. Böylece kendilerine gösterilen kıskançlığı aşmış olurlar, başkalarının onların konumunu ve erdemlerini neden küçük görmeye çalıştıklarını artık daha anlaşılır kılmış olurlar. Başkalarının kötü niyetli ve kötü davranma girişimlerinin anlamı artık açık-

tır, çünkü onların gözcülüğü, görkemi, gösterişliliği ve büyüklüğü karşısında kıskançlıklarını gizleyemiyorlardır ve onları alaşağı etmeye çalışıyorlardır.

Paranoidlerin açık güvensizliklerinin ve savunucu tutumlarının altında "bunları yaratan kişiler"e karşı derin bir içerleme vardır. Paranoidlere göre çoğu kişi onların varsılıklarına ve saygınlıklarına karşı haksız bir tutum sergilemektedir. Durumu daha da kötüleştiren, kendilerinin gözardı edilmeleri, onlara haklı ve doğru davranılmaması, önemsenmemeleri ve küçümsenmeleridir.

Paranoidler, bağımlı olmaktan nefret ederler, çünkü onlara göre bu, zayıflığın ve aşağı olunduğunun bir göstergesidir, ayrıca hiç kimseye de güvenmezler. Gösterdikleri öfke, geçmişlerinden gelen kin duygularından kaynaklanır. Geçmişteki aşağılanmaları ve kendilerine kötü davranılmış olması, gösterdikleri düşmanca duygular ve saldırgan davranışlarla artık su yüzüne çıkmaktadır. (Tablo 4)

Tablo 4. Paranoid kişilik bozukluğunun yerleşik düşünceleri.

-
- Başka insanlara güven duyamam.
 - Başka insanların gizledikleri birtakım amaçları var.
 - Dikkat etmezsem başkaları beni kullanacak ya da istedikleri gibi yönlendirecek.
 - Her an tetikte olmalıyım.
 - Başkalarına güvenmek çok tehlikelidir.
 - İnsanlar arkadaşça davranıyorlarsa beni kendi çıkarlarına kullanmak, beni sömürmek ya da benden yararlanmak istiyorlardır.
 - Şans versem insanlar her türlü fırsattan yararlanırlar.
 - Çoğu zaman insanlar içten davranmıyorlar, arkadaşlığa yakışmayan bir tutum içindeler.
 - İnsanlar beni aşağılamaya çalışıyorlar.
 - İnsanlar beni isteyerek kızdırmaya çalışıyorlar.
 - Başkaları bana kötü davranabileceklerini düşünmeye başlarsa bu beni çok zora sokar.
 - İnsanlar benim hakkımda bir şey öğrenseler, bunu hemen bana karşı kullanırlar.
 - İnsanlar bir şey söylüyor, başka bir şey demek istiyor.
 - Yakın olduğum kişi içten bağlılığı olmayan, sadakatsiz ve güvenilmez biri olabilir.
-

Çevre İlişkileri ve Kendilerine Bakış Açısı

Paranoid kişilik bozukluğuna özgü uyum bozukluğuna neden olan tepkileri en çok tetikleyen durum ya da olaylar yakın kişilere-rası ilişkiler ya da kişisel sorgulamalardır.

Paranoid kişilik bozukluğu olanlar dış etkenlere karşı dirençlidirler. Sürekli gergindirler, çünkü çevrelerinden gelebileceğini düşündükleri göz korkutan durumlara karşı hep tetikte dururlar. Davranışlarında sakıngan, savunucu ve tartışmacıdır; hep davacıdır.

Kişilerarası ilişkilerinde güvensiz, ağzı sıkı ve insanlardan uzaktırlar. Başkalarının davranışlarına karşı kuşkucudurlar. İnsanlarla yakınlaşmaktan uzak dururlar ve başkalarının sıcak yaklaşımlarını hep geri çevirirler.

Çevrelerindeki her durumu incelerler ve önyargılarını doğrulayacak “ipuçları”nı ve “kanıt”ları ararlar. Elde ettikleri verileri önyargılarına göre yorumlarlar. Önyargılarına ters düşen verileri görmezden gelirler. Zor altında kaldıkları durumlarda gerçeği değerlendirmeleri neredeyse bozulur.

Duygusal dünyalarında soğuk, ilgisiz, duygusuz, gülmekten ve eğlenmekten uzak kişilerdir. Derin duygularını gösteremezler, sıcaklıktan yoksundurlar. Gerçek ya da imgesel aşağılanmalara aşırı duyarlı oldukları için, aldatıldıklarını düşündüklerinde hemen öfkelenirler, bu yüzden çok az arkadaşları vardır. Gösterdikleri iki yoğun duygudan biri öfke iken diğeri kıskançlıktır.

Kişisel değersizlik duygularının yanı sıra diğer insanların güvenilmez ve dışlayıcı olduğunu düşünmeleri, kişilerarası ilişkilerinde korkak bir ilişki kurma tutumu izlemelerine yol açar. Başkalarının kendilerini koruyacağını düşünmedikleri için göz korkutan ve beklenmedik durumlara karşı önlemleri alırlar. Öte yandan başkalarının değerlendirmeleriyle aşırı ilgilenirler ve başkalarının değerlendirmelerine karşı aşırı duyarlıdırlar.

Kendilerine bakış açıları şöyledir: “Ben çok özel ve değişik bir insanım. Yalnız bir insanım ve hiç kimse beni sevmiyor, çünkü ben başkalarından daha iyiyim.” Dünyaya bakış açıları da şöyledir: “Yaşam adil değil, öngörülemezliklerle dolu ve bizden çok şey bekliyor. Sessizce yaklaşıp zarar verebilir. Bu yüzden sakıngan, önlemli, uyanık ve tetikte davranmak, olası saldırılara hemen karşı koymak ve hiç kimseye güvenmemek gerekir; en iyisi başkalarını suçlamak...”

Yeterli bir temele dayanmaksızın, başkalarının kendilerini sömürdüğünden, kendilerini aldattığından ve kendilerine zarar verdiğiinden kuşkanmaları en önde gelen özellikleridir.

Paranoid kişilik bozukluğu olanlar, kendilerini doğru ve düzgün kişiler olarak görürler ve başkalarının kendilerine yanlış ve kötü davrandığını düşünürler. Başkalarını, işlerine karışan, yollarına çıkan, “namussuz”, döneke, başkalarını kendi amaçları doğrultusunda yönlendiren, ayrımcı kişiler olarak görürler. Başkalarının kendilerine karşı gizli birliktelikler oluşturduklarına inanabilirler. Başkalarının kendilerine karşı olduğu inancıyla bu kişiler “her an tetikte” dururlar. Sürekli bir kuşku içindedirler, sakıngan ve önlemleri davranırlar ve başkalarının davranışlarının altında yatan gizli güdülerini araştırıp bulmaya çalışırlar. Karşı karşıya kaldıkları insanlara yoğun düşmanlık duygusu beslerler. Başkalarının davranışlarına hep kötü niyet yükleme bu kişilerin önde gelen özellikleridir.

Kendiliğinden ortaya çıkan düşünceleri şunlardır: “Diğer insanlara güvenilmez”; “İnsanlar doğaları gereği aldattıcıdır”; “Birileri arkadaşça davranıyorsa, çıkarı için davranıyordu”; “Birileri uzak davranıyorsa, bu onun bir arkadaş olamayacağını gösterir”. Paranoid kişilik bozukluğu olan kişilerin başlıca düşünce çarpıtmaları “ya hep ya da hiç biçiminde düşünme”, seçici algılama ve aşırı genellemedir.

Paranoid Kişilik Biçimi ve Bozukluğu Arasındaki Ayrımlar

- *Biçim:* Karar verirken kendine güvenir.
 - *Bozukluk:* Başkalarına güvenmek istemez, çünkü verdiği bilgilerin kendisine karşı kullanılacağından korkar.
-
- *Biçim:* İyi birer dinleyici ve gözlemcidirler, karşısındakilerin konuşmalarının altında yatan anlamı ayırt edebilirler.
 - *Bozukluk:* Sıradan davranışları gizli anlamlarının olduğu biçiminde yorumlarlar.
-
- *Biçim:* Eleştirileri oldukça önemserler.
 - *Bozukluk:* Kendilerine karşı yapılanları bağışlayamazlar ve kin beslerler.
-
- *Biçim:* Sağlam, güçlü ve içten bağlılığa özel önem verirler, bunun öyle kolay, kendiliğinden kazanılamayacağını düşünürler.
 - *Bozukluk:* Eşinin, arkadaşlarının ya da ortak çalışma arkadaşlarının içten bağlılıklarını gereksiz yere sorgularlar.
-
- *Biçim:* İnsanlarla ilişkiye girerken uyanık davranırlar, ilişkiye girmeden önce onları enine boyuna tartarlar.
 - *Bozukluk:* Başkalarının kendilerini kullanacağını ve başkalarından zarar göreceklarını beklerler.
-
- *Biçim:* Denetimi elden bırakmadan ve saldırganlaşmadan kendilerini ortaya koyabilirler.
 - *Bozukluk:* Kolaylıkla aşağılanmış hissederler, öfke ve karşısaldırı ile tepki vermeye hazırdırlar.
-

Tanı Koydurucu Özellikler

Paranoid kişilik bozukluğunun başlıca özelliği başkalarının davranışlarını kötü niyetli olarak yorumlayıp sürekli bir güvensizlik ve kuşkuçuluk gösterme örneğidir. Bu örneği genç erişkinlik döneminde başlar ve değişik koşullar altında ortaya çıkar.

Böyle bir bozukluğu olan kişiler, beklentilerini doğrulayan herhangi bir kanıt olmamasına karşı, başkalarının kendilerini sömüreceğini, kendilerine zarar vereceğini ya da kendilerini aldatacağını düşünürler. Ellerinde çok az kanıt olmasına ya da hiç kanıt olmamasına karşı başkalarının kendilerine karşı kötü niyetli tasarılarının olduğundan ve hiç neden yokken herhangi bir zaman kendilerine birden saldırabileceklerinden kuşulanırlar. Çoğu zaman, hiçbir nesnel kanıtları yokken bile, başka birisinin ya da birilerinin kendilerini derinden ve onulmaz bir biçimde yaraladığı duygusunu taşırlar. İş arkadaşlarının ya da dostlarının sadakati ya da güvenilirliği hakkında yersiz kuşkuları vardır, bu kişilerin düşmanca niyetlerinin olup olmadığı üzerinde özenle dururlar. Güvenilirlikten ya da sadakat göstermeden bir sapma olduğuna ilişkin algıları bu varsayımlarını destekler. Güvenemedikleri ya da inanmadıkları için iş arkadaşları ya da dostlarının sadakat göstermesi karşısında şaşkınlığa düşerler. Zor bir durumda kalırlarsa iş arkadaşlarının ya da dostlarının kendilerine saldıracağı ya da kendilerini görmezden geleceği beklentisi içine girerler.

Böyle bir bozukluğu olan kişiler, başkalarına güvenme ya da başkalarıyla yakınlaşma konusunda isteksizlik gösterirler, çünkü paylaştıkları bilgilerin kendilerine karşı kullanılacağından korkarlar. Kişisel soruları yanıtlamayı reddedebilirler, "kimseyi ilgilendirmez" diye yanıt verebilirler. Sıradan sözlerde ya da olaylarda aşağılama ya da gözdağı verme biçiminde gizli anlamların olduğunu düşünürler. Sözelimi böyle bir bozukluğu olan bir kişi, bir tezgâhtarın bilmeden yaptığı bir hatasını, eksik para vermek için isteyerek yaptığı bir girişim olarak yanlış yorumlar ya da aynı işyerinde çalışan bir

arkadaşının rasgele takılmasını kişiliğine bir saldırı olarak görür. İltifatlar çoğu zaman yanlış yorumlanır (örn. yeni aldığı bir şey için yapılan iltifat, bencillik yapmasının eleştirilmesi olarak yanlış yorumlanır; bir başarısı üzerine yapılan iltifat, daha iyi ve daha fazla yapabileceğine ilişkin bir zorlama olarak yanlış yorumlanır). Yardım etme önerisini, kendi başlarına yeterince iyi yapamadıklarına ilişkin bir eleştiri olarak görebilirler.

Böyle bir bozukluğu olan kişiler sürekli olarak kin beslerler ve kendilerine yönlendirildiğini düşündükleri onur kırıcı davranışları, haksızlıkları ya da görmezden gelinmeyi bağışlamazlar. Az da olsa önemsizlikleri büyük düşmanlık duyguları yaratır ve düşmanca duyguları uzun süre kalıcı olur. Başkalarının kötü amaçlarına karşı sürekli olarak uyanık kaldıkları için sıklıkla, karakter ya da itibarlarına saldırıldığı ya da bir biçimde küçümsendikleri duygusuna kapılırlar. Karşısaldırıda bulunma konusunda hızlı davranırlar ve algıladıkları aşağısımalara öfkeyle tepki gösterirler. Böyle bir bozukluğu olan kişiler patolojik olarak kıskanç olabilirler; çoğu zaman, yeterli bir temele dayanmaksızın karısının/kocasının ya da cinsel eşinin sadakatsiz olduğundan kuşkulanırlar. Kıskançlık düşüncelerini destekleyen önemsiz çevresel "kanıtlar" toplayabilirler. İhanete uğramamak için yakın ilişkilerindeki bütün denetimi ellerinde tutmak isterler ve karısının/kocasının ya da cinsel eşinin nerelerde olduğunu, ne yaptığını, niyetinin ne olduğunu ve sadakatini sürekli sorgularlar.

Paranoid kişilik bozukluğu olan kişiler genelde geçinmesi zor kişilerdir ve yakın ilişkilerinde çoğu zaman sorunlar yaşarlar. Aşırı kuşkuculukları ve düşmancıl duyguları, açıkça tartışmacı, durmadan yakınıcı ya da düşmanca duygular içinde, sessiz bir biçimde mesafeli durma tutumlarıyla kendisini gösterebilir. Olası tehditler için sürekli tetikte oldukları için ihtiyatlı ve ketum olabilirler ya da dolambaçlı davranabilirler; "soğuk" ve sevgi dolu duygulardan yoksun görünebilirler. Yansız, akılcı ve duygulardan arınmış gibi görü-

nebilirlerse de daha büyük bir sıklıkla düşmancıl ve direngen olurlar ve daha çok alaycı ifadelerin bulunduğu oynak bir duygulanım sergilerler. Kavgacı ve kuşkucu nitelikleri, başkalarında düşmanca tepkiler doğurur, bu da asıl beklentilerini doğru çıkartır.

Paranoid kişilik bozukluğu olan kişiler, başkalarına güvenmedikleri için kendi kendilerine yeterli olma gereksinimleri çok fazladır ve özerk olmaya çalışırlar. Çevresindekileri ileri derecede denetim altında tutma gereksinmesi içindedirler. Çoğu zaman esneklikten yoksundurlar, başkalarını sürekli eleştirirler, ancak kendileri için yapılan eleştirileri kabullenmekle ilgili büyük zorlukları vardır ve işbirliği de yapamazlar. Kendi kusurları için başkalarını suçlarlar. Çevrelerinden geldiğini düşündükleri tehditlere karşı tepki olarak, karşı saldırıda bulunma konusunda çabuk davrandıkları için sürekli bir çekişme içindedirler ve sıklıkla yasal yollara başvururlar. Böyle bir bozukluğu olan kişiler, insanlarla ya da karşılaştıkları durumlarla ilgili önyargılı olumsuz düşüncelerini doğrulatma arayışı içindedirler; başkalarının davranışlarına kötü niyetli olduğu biçimde anlamlar yüklerler, bu aslında kendi korkularının yansıtılmasıdır. İnceden inceye gizli, gerçekçi olmayan büyüklük düşlemleri vardır. Bunlar, çoğu zaman güç ve derece ile ilişkili konularla ilgilidir. Özellikle kendilerinininkinden farklı toplumsal kesimlerden gelenlere karşı olmak üzere olumsuz birtakım basmakalıp düşünceler geliştirme eğilimi içinde olurlar. Dünyayı basite indirgeyen formüller geliştirerek çoğu zaman, belirsizlik taşıyan durumlardan sakınırlar. "Fanatikler" olarak algılanabilirler ve paranoid inanç sistemlerini paylaşan başka insanlarla birbirine sıkı sıkıya bağlanmış "mezhepler" ya da gruplar oluşturabilirler.

Şizoid Kişilik Bozukluğu

Bu kişiler başkalarına özlem duymadan tek başlarına bir yaşam sürerler.

Belirti ve Bulguları (Tablo 5)

Tek bir etkinlik çerçevesinde kalırlar. Başkalarıyla olduklarında kendilerini rahat hissetmezler ve göz ilişkisi kurmazlar. Duygulanımları sınırlı ve yüzeyseldir. Başkalarının yanında gereksiz yere çok ciddi olabilirler, başkalarından korku duyabilirler ya da aldırmaz bir tutum sergileyebilirler. Olayların gülünç yanlarıyla hiç ilgilenmezler. Kısa yanıtlar verebilirler, kendiliğinden konuşmazlar, bazen acayip mecazlı anlatımları olur. Cansız nesnelerden ya da doğaötesi kurgulardan büyülenebilirler ya da matematik, astronomi ve felsefi akımlarla ilgilenebilirler. Genellikle çekingen bir yapısı vardır ve günlük yaşam olaylarına pek katılmazlar, başkalarıyla benzer kaygıları taşımazlar, başkalarına pek bir yakınlık duymazlar. Başkalarına gereksinmezler, ancak hayvanlara karşı büyük bir bağımlılıkları olabilir. Cinsellikleri salt düşlemleriyle sınırlıdır. Erkekler genellikle bekâr kalırlar, kadınlar edilgen bir tutumla evlenmeye katlanabilirler. Kızgınlıklarını gösteremezler. Başkalarından gelen tehditlere ya düşsel olarak “her şeye yeter olma” (omnipotans) duygusuyla ya da karşısındakinin istediğini yapmaya razı olduğunu bildirerek tepki verirler.

Tablo 5. Şizoid Kişilik Bozukluğu Tanı Ölçütleri (DSM-IV-TR, Türkçe © HYB).

- A. Aşağıdakilerden dördünün (ya da daha fazlasının) olması ile belirli, genç erişkinlik döneminde başlayan ve değişik koşullar altında ortaya çıkan, sürekli, toplumsal ilişkilerden kopma ve başkalarıyla birlikte olunan ortamlarda duyguların anlatımında kısıtlı kalma örüntüsü:
- (1) ailenin bir parçası olamadığı gibi, ne yakın ilişkilere girmeyi ister, ne de yakın ilişkilere girmekten zevk alır
 - (2) hemen her zaman tek bir etkinlikte bulunmayı yeğler
 - (3) başka biriyle cinsel deneyim yaşamaya karşı ilgisi olsa bile çok azdır
 - (4) olsa bile çok az etkinlikten zevk alır
 - (5) birinci derece akrabaları dışında yakın arkadaşları ya da sırdaşları yoktur
 - (6) başkalarının övgü ya da eleştirilerine karşı ilgisiz görünür
 - (7) duygusal soğukluk, kopukluk ya da tekdüze bir duygulanım gösterir
- B. Sadece Şizofreni, Psikotik Özellikler Gösteren bir Duygudurum Bozukluğu, başka bir Psikotik Bozukluk ya da bir Yaygın Gelişimsel Bozukluğun gidişi sırasında ortaya çıkmamaktadır ve genel tıbbi bir durumun doğrudan fizyolojik etkilerine bağlı değildir.
-

Görülme Sıklığı

Toplumun % 7.5'ünü etkilediği öne sürülmektedir. Şizofrenik yakınları olanlarda daha sık görülür. Erkeklerde iki kat daha sık görülür.

Ortaya Çıkartan Nedenler

Genetik etkenler olabilir. Çocukluk döneminde aile ilişkilerinin bozuk olduğu saptanabilir.

Psikodinamik Yorum

Toplumsal ketlenme içindedirler. Saldırganlık dürtülerinin önüne geçmek için toplumsal gereksinmelerini bastırırlar.

Genel Bilgiler

Şizoidlerin karşılıklı alma-verme ilişkilerine katılmada gösterdikleri yetersizlik hemen farkedilir. Grup içi etkileşimlerde oldukça “kişiliksiz” ve “çevresel” kalırlar, kendi anlam dünyalarındaki uğraşlarına dalmış gibi görünürler. Toplumsal etkinliklerde başkalarının arasına karışmaları bile onlar için zor olur. Başkalarıyla zorunlu ilişkilere girdikleri okul ya da işyeri gibi yerlerde toplumsal iletişimlerini “formalite gereği”, resmi ve kişisellikten yoksun olarak sürdürürler.

Yavaş ve tekdüze konuşurlar; dikkatsizlikten ya da kişilerarası iletişimin duygusal boyutlarını yakalayamamaktan ötürü konuşmaları çapraşıktır, belirsizlik gösterir ve ne demek istediklerinin anlaşılması zor olur. Davranışları uyuşuktur ve anlamlı el-kol hareketleri yoktur. Nadiren neşeli görünürler ve başkalarının duygularına yavaş tepki gösterirler, ancak amaçlı olarak kaba değildirler. Hemen her zaman yüzeysel ve değersiz konularla uğraşır dururlar. Sanki yalnızca kendi dünyalarında yaşıyorlarmış gibi başkalarından kolayca koparlar, “kendi hallerinde” yaşamayı yeğlerler.

Asosyal kişiler her türlü uyarıya tepkisiz kalma eğilimi gösterirler. Başkalarında öfke doğuracak, başkalarını eğlendirecek ya da onların üzülmelerine yol açacak olaylara karşı sağır kalırlar. Çok nadir olarak öfke, çökkünlük ya da kaygı duygularını ifade ederler. Apati ve duygusal tepkisizlik, şizoid sendromun başlıca belirtileridir. Ayrıca, genelde, gayret gösteren ve “canlı” kişiler değildirler. Gayret gösterecek olsalar bile, bunlar daha çok kitap okuma, televizyon seyretme, resim yapma, küçük onarımlarda bulunma ve tiğ ya da örgü işi yapma gibi etkinliklerle sınırlı kalır.

Şizoid kişiler nadiren iç gözlemde bulunurlar, çünkü derin duyguları yaşayamayan kişiler kendi kendilerini değerlendirmekten de pek doyum sağlayamazlar. İç gözlemde bulunmuyor olmaları ile birlikte, içgörülerinin zayıf olması şizoid yapının başka bir özelliğidir.

den kaynaklanır. Düşünceleri bulanık ve yoksuldur, olayların hep yüzeyinde kalırlar.

Şizoidler, olayları birbirinden ayırt edeceklerine ve bunların ayrı tutulacak ve özellik gösteren yanlarını sezeceklerine, bunları birbirine karıştırma, bunların ilgisiz yanları üzerinde durma ve bunları darmadağın bir biçimde algılama eğilimi gösterirler. Dolayısıyla kurdukları iletişim tarzı da “amorf” (şekilsiz, özelliksiz) bir yapı gösterir.

Şizoid kişiler, kendilerini düşünceli ve içedönük, yumuşak (eski bir deyişle mülâyim) kişiler olarak tanımlarlar. Çoğu, kendi halinden memnundur ve sürdürdüğü yaşam tarzını doyurucu bulur. Başkalarında gördükleri tutkuların ve rekabetçi tutumdan uzak durmaktan hoşnutturlar. Kendilerini tanımlamalarında belirsizlik gösterirler ve yüzeysel kalırlar. Kendileri hakkında “berrak” olamamaları, anlaşılmasının zor olduğunu ya da kendilerini inkâr ettiklerini göstermez; daha çok, duygusal ve toplumsal olarak kendilerini dışa vurmıyor olduklarını gösterir. Kişilerarası tutumlarında da, daha az belirsizlik gösteriyor ya da kendilerini daha kolay ifade ediyor değildirlere. Şizoidler kendilerini çekingen ve “mesafeli” kimseler olarak görürler ve başkalarının kendilerini fazla ilgilendirmedğini bilirler.

Daha ilginç, başkalarının da kendilerine ve kendi gereksinmelerine karşı ilgisiz olma eğiliminde olduğunun farkında olmalarıdır.

Şizoidlerin karmaşık bilinçdışı süreçleri yok gibidir. Yoğun duyguları yaşamadıkları, kişilerarası ilişkilerde duyarsız kaldıkları, tepki gösterme ve eyleme geçme eşikleri hep yüksek kaldığı için olayların pek etkisinde kalmazlar; dolayısıyla karmaşık intrapsişik (iç ruhsal) savunmalar kullanmalarına gerek kalmaz.

Şizoidler, her nasıl ki intrapsişik mekanizmaları geliştirememişlerse, aynı nedenlerle karmaşık kişilerarası başetme yöntemlerini de öğrenememişlerdir. Tutkuları yoktur ve derin kişilerarası ilişkilere girmezler. Dolayısıyla bu tür ilişkiler sonucu zaman zaman orta-

ya çıkabilecek üzücü duygusal çatışmalardan uzak durabilirler. Şizoid kişiliğin ayırt ettirici özelliklerinden biri başkalarıyla başetme yöntemlerinin azlığıdır. Başkalarıyla ilişkiye girip onlarla başetme zorunda kalmaktansa başkalarından uzak durmayı yeğlerler. Çekingen kişiliği olanlarda olduğu gibi, böyle davranma itkileri olduğu için değil, yalnızca böyle davranmakla kendilerini daha rahat hissettikleri için böyle davranırlar. Toplumsal koşullar kendilerini böyle davranmaktan alıkoyarsa iyice kendi dünyalarına kapanırlar. Toplumsal baskılar daha da artar ve süreklilik kazanırsa başetme yöntemleri patolojik olmaya başlar ve “şizofrenik” sendromlar gibi patolojik birtakım bozukluklar sergileyebilirler. (Tablo 6)

Tablo 6. Şizoid kişilik bozukluğunun yerleşik düşünceleri.

-
- Başkalarının benim hakkımda ne düşündüğü hiç önemli değil.
 - Benim için özgür olmak ve başkalarından bağımsız olmak çok önemli.
 - Bir şeyi kendi başıma yapmak, başkalarıyla yapmaktan daha çok zevk veriyor.
 - Benim durumumda yalnız kalmak çok daha iyi.
 - Neye karar vermem gerektiği konusunda başkalarından etkilenmem.
 - Başkalarıyla yakın ilişkiler kurmak benim için önemli değildir.
 - Benim kendime özgü amaçlarım ve standartlarım var.
 - Benim özel yaşamım başkalarına yakın olmamdan çok daha önemli.
 - Başkalarının ne düşündüğü beni hiç ilgilendirmiyor.
 - Başkalarının yardımı olmadan, ben kendi başıma olayların üstesinden gelebilirim.
 - Başkalarına yapışıp kalmaktansa yalnız başına kalmak isterim.
 - Başkalarına güvenemem.
 - Ben işin içine karışmadıkça başkalarını kendi amaçlarım için kullanabilirim.
 - İlişkiler karmakarışık ve insanın özgürlüğünü elinden alıyor.
-

Çevre İlişkileri ve Kendilerine Bakış Açısı

Şizoid kişilik bozukluğuna özgü uyum bozukluğuna neden olan tepkileri en çok tetikleyen durum ya da olaylar yakın kişilerarası ilişkilerdir.

Sizoid kişilik bozukluğu olanların davranışlarında uyuşukluk ve ilgisizlik görülür, bazen yadırganan davranışları olur. Konuşmaları yavaş ve tekdüzedir. Ne davranışlarında, ne de konuşmalarında doğaldırlar.

Toplumsal açıdan soğuk ve uzaktırlar ve tek başınalığı yeğlerler. Yaşamları daha çok tek bir uğraş çerçevesinde döner. İnsan içine çıkmaktan, topluma karışmaktan kaçıp tek başına yaşarlar. Başkalarının duygularına ve davranışlarına seyrek tepki gösterirler. Toplum içinde geride kalmaya eğilim gösterirler. Takım çalışmasına katılmazlar. Toplumsal durumlara genelde uygun düşmeyen kişilerdir.

Düşünme ve iletişim süreçleri iç ve dış uyaranlarla kolaylıkla dağılır. Düşüncelerini derleyip toplamakta güçlük çekerler, düşünceleri belirsizlikler taşır. Konuşmaları konu dışı sapmalar gösterebilir. İlgörü yeteneğinden yoksundurlar. Kişilerarası ilişkilerin önemli yönlerini dile getiremezler. Amaçları belirsizlikler taşır ve kararsız gibi görünürler.

Duygusal dünyalarında, gülmeyi, eğlenmeyi bilmeyen, soğuk, ilgisiz, uzak ve duygudan yoksun kişiler olarak görünürler. Övülme ya da eleştirilmeye karşı duyarsız gibi görünürler ve doğal davranamazlar. Başkalarıyla yakın ilişki kurmakta güçlük çekerler, çevrelerindeki insanları anlayamazlar. Duygusal katılımları sınırlıdır.

Kendilerini kendine yeterli olarak görürlerken, başkalarını duygusal açıdan tepkisiz olarak değerlendirdikleri için arkadaşlık kurma gereksinimi duymazlar ve başkalarıyla ilişkiye girmezler.

Kendilerine bakışları şöyledir: "Ben çevresine ters düşen bir insanım, bu yüzden kimseye gereksinimim yok." "Hiçbir şeyle ilgili değilim." Dünyaya bakışları ise şöyledir: "Yaşam zor ve zarar verici olabiliyor. Hiç kimseye güvenmemeli ve başkalarından uzak durmalı, böylece insan kendini korumalı..."

Sizoid kişilik bozukluğu olan kişiler kendilerini yalnız ancak kendine yeterli kişiler olarak görürler, başkalarını ise işlerine zorla ka-

rışan kişiler olarak görürler. “Davranış özgürlüğümü kısıtladığı için başkalarıyla ilişkiye girmemeliyim” düşüncesi içindedirler.

Şizoid kişilik bozukluğının önde gelen belirtisi yakın kişilerarası ilişkilerden uzak durmaları ve bundan hoşlanmamalarıdır.

Şizoid Kişilik Biçimi ve Bozukluğu Arasındaki Ayrımlar

-
- *Biçim:* Arkadaşlığa çok az gereksinirler, yalnız başına olmaktan mutludurlar.
 - *Bozukluk:* Yakın ilişkilere girmeyi ne isterler, ne de bundan hoşlanırlar. Birinci derecede akrabalarının dışında yakın arkadaşları ya da sırdaşları yoktur (ya da ancak böyle bir kişi vardır).
-
- *Biçim:* Başkalarıyla pek etkileşime girmezler.
 - *Bozukluk:* Hemen her zaman tek bir uğraşları vardır.
-
- *Biçim:* Duygulanımlarında iniş çıkışlar pek görülmez. Serinkanlı, sakin, telâşa kapılmayan ve duygularını seyrek gösteren kişilerdir.
 - *Bozukluk:* Öfkelenme ya da hoşlanma gibi güçlü duyguları hemen hiç göstermezler.
-
- *Biçim:* Cinsel gereksinimlerine göre davrandıkları pek görülmez. Cinsellikten hoşlansalar bile bundan yoksun kaldıklarında rahatsız olmazlar.
 - *Bozukluk:* Başka bir kişiyle cinsel deneyim yaşama istekleri olsa bile dolaylı olarak buna karşı koyarlar.
-
- *Biçim:* Övgü ya da eleştiriden pek etkilenmezler.
 - *Bozukluk:* Övgü ve eleştiriye karşı aldrışsız bir tutum sergilerler. Duygusal iniş çıkışları ve duygusal katılımları çok düşüktür.
-

Tanı Koydurucu Özellikler

Şizoid kişilik bozukluğunun başlıca özelliği sürekli, toplumsal ilişkilerden kopma ve başkalarıyla birlikte olunan ortamlarda duyguların anlatımında kısıtlı kalma örüntüsüdür. Bu örüntü genç erişkinlikte başlar ve değişik koşullarda ortaya çıkar.

Şizoid kişilik bozukluğu olan kişiler yakınlık kurma isteğinden yoksun görünürler, yakın ilişkilerin doğabileceği durumlarda ilgisiz kalırlar ve ailenin ve herhangi bir toplumsal grubun bir parçası olmaktan doyum sağlıyor gibi görünmezler. Başka insanlarla birlikte olmak yerine zamanlarını kendi başlarına geçirmeyi yeğlerler. Çoğu zaman toplumdan uzak yaşayan ya da yalnızlığı seven kişiler olarak görünürler ve hemen her zaman başkalarıyla etkileşimi gerektirmeyecek tek bir etkinlik ya da hobiyle uğraşırlar. Bilgisayar ya da matematik oyunları gibi mekanik ya da soyut işleri yeğlerler. Başka biriyle cinsel deneyim yaşamaya karşı çok az ilgileri olabilir ve alsalar bile çok az etkinlikten zevk alırlar. Güneş batarken deniz kenarında yürüme ya da cinsel bir eylemde bulunma gibi duygusal, bedensel ya da kişilerarası yaşantılardan genelde pek zevk almazlar. Birinci derecede akrabaları dışında yakın arkadaşları ya da sırdaşları yoktur.

Şizoid kişilik bozukluğu olan kişiler başkalarının övgü ya da eleştirilerine karşı çoğu zaman ilgisiz görünürler ve başkalarının kendileri hakkında ne düşünebileceğinden rahatsız oluyor gibi görünmezler. Toplumsal etkileşimin olağan inceliklerinden habersiz olabilirler ve toplumsal gereklere çoğu zaman uygun bir biçimde karşılık vermezler, dolayısıyla toplumsal becerilerden yoksun ya da yüzeysel ve kendi içine gömülmüş kişiler olarak görülürler. Görünür bir duygusal tepkisellikleri olmadığı için genellikle "donuk" bir dış görünüm sergilerler ve gülümseme ve baş sallama gibi davranışlar ya da yüz ifadeleri ile nadiren karşılık verirler. Öfkelenme ya da neşelenme gibi güçlü duyguları nadiren yaşadıklarını söylerler. Genellikle duygulanımları kısıtlıdır ve soğuk ve uzak görünürler. Geçici

olarak bile olsa, kendilerini açığa vurma konusunda, kendilerini rahat hissettikleri çok olağandışı durumlarda, özellikle toplumsal etkileşimleriyle ilgili olmak üzere rahatsızlık veren duygularını söyleyebilirler.

Şizoid kişilik bozukluğu olan kişiler, doğrudan kıskırtılsalar bile öfkelerini dışavurmada özel bir zorluk yaşayabilirler, bu da duygudan yoksun oldukları izlenimini artırır. Yaşamları herhangi bir amaca yönelikmiş gibi görünmeyebilir ve amaçlarında nereye çekilirlerse oraya sürükleniyorlarmış gibi görünebilirler. Bu kişiler istemedikleri koşullara çoğu zaman edilgen bir biçimde tepki gösterirler ve önemli yaşam olaylarına uygun bir biçimde karşılık vermekte zorluk çekerler. Toplumsal becerilerden yoksun olmalarından ve cinsel deneyim yaşama isteklerinin yokluğundan ötürü böyle bir bozukluğu olan kişilerin çok az arkadaşları vardır, çok nadir olarak karşı cinsten biriyle çıkarlar ve çoğunlukla evlenmezler. Özellikle kişilerarası bir katılım gerekiyorsa mesleki işlevsellik bozulmuş olabilir, ancak böyle bir bozukluğu olan kişiler insanlardan kopuk işlerde çalışırlarsa işlerini iyi yapabilirler. Özellikle strese tepki olarak bu kişiler çok kısa psikotik dönemler yaşayabilirler (dakikalar-saatler boyu süren).

Şizotipal Kişilik Bozukluğu

Şizotipal kişilik bozukluğu olan kişiler davranışlarında, düşüncelerinde, duygulanımlarında, konuşmalarında ve görünümlerinde birçok acayiplikler ve sıradışlıklar gösterirler. Büyüsel düşünceleri vardır. Kendilerine özgü, alışılmamış, acayip görüşleri, referans düşünceleri, illüzyonları ve gerçekdışılık duyumları olur.

Belirti ve Bulguları (Tablo 7)

Bu kişiler "bir garip" olarak tanımlanırlar. Konuşmalarının ayırt ettirici özellikleri vardır, kendilerine özgü ve acayıptır. Kendi duygularının ayırımında olamayabilirler ve başkalarının olumsuz duygulanımlarına karşı çok duyarlı olabilirler. Birçoğunun batıl inançları vardır ya da duyu ötesi algılara inanırlar. Düşlemler içindedirler. Toplumdan uzak kalma eğilimi gösterirler ve stres altında gelip geçici psikotik belirtiler (gerçeği değerlendirme bozukluğu belirtileri) çıkartabilirler. Mezheplere katılırlar, büyücülük ya da acayip dinsel uygulamalar içinde olabilirler. Çok azının yakın arkadaşları vardır ve toplumsal kaygıları çok fazladır.

Görülme Sıklığı

Toplumun % 3'ünde görülen bir kişilik bozukluğudur. Şizofrenik yakınları olanlarda daha sık görülür. Erkeklerde daha sık görülür.

Tablo 7. Şizotipal Kişilik Bozukluğu Tanı Ölçütleri (DSM-IV-TR, Türkçe © HYB).

- A. Aşağıdakilerden beşinin (ya da daha fazlasının) olması ile belirli, genç erişkinlik döneminde başlayan ve değişik koşullar altında ortaya çıkan, bilişsel ya da algısal çarpıklıkların ve alışlagelmiş dışında davranışların yanı sıra yakın ilişkilerde bir-
den bire rahatsızlık duyma ve yakın ilişkilere girebilme becerisinde azalma ile kendini gösteren, toplumsal ve kişilerarası yetersizliklerin olduğu sürekli bir örüntü:
- (1) referans düşünceleri (referans hezeyanlarını kapsamaz)
 - (2) davranışları etkileyen ve kültürel değerlerle uyumlu olmayan acayip inanışlar ya da büyüsel düşünce (örn. batıl inanç, "gayıptan haber verme"ye inanma, telepati ya da "altıncı his"; çocuklarda ve ergenlerde saçma sapan düşlemler ya da bunlar üzerine düşünüp durmalar)
 - (3) olağandışı algısal yaşantılar, bunlar arasında bedensel illüzyonlar vardır
 - (4) acayip düşünüş biçimi ve konuşma (örn. belirsiz, çevresel, mecazi, aşırı ayrıntılı ya da basmakalıp)
 - (5) kuşkuculuk ya da paranoial düşünce
 - (6) uygunsuz ya da kısıtlı duygulanım
 - (7) acayip, alışlagelmiş dışında ya da çok kendine özel davranış ya da görünüm
 - (8) birinci derece akrabalar dışında yakın arkadaşların ya da sırdaşların olmaması
 - (9) yakından tanımakla azalmayan aşırı toplumsal kaygı, kendisi hakkında olumsuz yargılardan çok paranoial korkular bu bozukluğa eşlik etme eğilimi taşır
- B. Sadece Şizofreni, Psikotik Özellikler Gösteren bir Duygulanım Bozukluğu, başka bir Psikotik Bozukluk ya da bir Yaygın Gelişimsel Bozukluğun gidişi sırasında ortaya çıkmamaktadır.

Ortaya Çıkartan Nedenler

Şizofreni nedenlerine benzer nedenleri olabilir.

Psikodinamik Yorum

Büyüsel düşünme, bölünme (*splitting*) ve duygulanımda yalıtma olabilir.

Genel Bilgiler

Kimi şizotipaller soğuktur, mesafelidir ve kendisini toplumdan yalıtmıştır; donuk ve apatetiktir. Bu kişilerin yineleyici illüzyonları, büyüsel ve telepatik düşünceleri ve referans fikirleri, yaşadıkları “boşluk”taki boş alanları doldurma çabası olarak görülebilir.

Kimi şizotipaller ise, küçük duruma düşmekten ve dışlanmaktan çok korktuğu için, yaşadığı duygulanımları etkin bir biçimde denetim altında tutmaya ve bunları göstermemeye çalışır. Dolayısıyla, başkalarına ve kendilerine yabancılaşınca, bir hiç oldukları, boş kafalı ve depersonalize oldukları ve kendi varlıklarının olmadığı duygularını yaşarlar. Bu duyguları da, var oldukları gerçeğini yeniden doğrulamaları için acayip davranışlar, inanışlar ve algılar geliştirmelerine yol açar. Referans fikirleri, “gaipten haber verme”ye inanma, illüzyonlar ve acayip düşünceler bu yüzden görülür.

Şizotipal kişiliği olanlar, yetersiz ve uyumsuzluk gösteren duygulanımları nedeniyle olayları canlı olarak yaşayamazlar. Her şey onlara yavan gelir. Dahası, kendilerini yaşıyor olmaktan çok ölmüş gibi, sanki hayali varlıklarmış gibi, yabancılaşmış ve bedenlerinden ayrılmış gibi hissederler. Varoluşçuların (egzistansiyalistlerin) deyişi ile kendilerini “varolmama” tehdidi altında hissederler. Olan bite-ne karışmıyor oldukları gibi, gerek başkalarına, gerekse kendilerine sanki öylesine dışarıdan bakıyormuş gibidirler. Başka birçok patolojik kişilik de zaman zaman içsel boşluk ve toplumsal kopukluk dönemlerini yaşar ancak yabancılaşma ve depersonalizasyon duyguları şizotipal kişilerin her gün, sürekli olarak yaşadıkları bir özellikleridir. Yaşadıkları bu sürekli kopukluk ve kendini yadsıma, bu kişilerin yaşamlarını gerçekdışı ve anlamsız olarak algılamalarına neden olur ve dehşete düşüren “boşlukta olma” ve “varolmama” duygularının doğmasına yol açar. Şizotipal kişiler tamamen dağılacakları, artık var olmayacakları korkusu ile bunalabilirler. Dayanılması çok zor olan bu duygulara, kendilerinin yarattığı gerçekler dünyası ile karşı koymaya çalışırlar. Bu dünyalarında kendilerine

özgü batıl inançlar, kuşkular, illüzyonlar vb. bulunur. Daha ağır de-personalizasyon (kendine yabancılaşma) atakları psikotik epizodların ortaya çıkmasına zemin hazırlayabilir. Bu sırada hastalar, varolmadıkları duygusunun yarattığı boşluğu doldurmaya çalışırlar; bunun için kendilerini kaybetmişçesine davranarak, yeni bir gerçeklik duygusu yaratma arayışı içinde mantıkdışı patlamalar gösterirler.

Şizotipaller, çoğu zaman aşırı uyarı altındadırlar. Bu durum, özellikle, toplum içine karışmak istemedikleri ve toplumdan uzaklaşmayı yeğledikleri zaman toplumsal beklentilerin kendilerini zorladığı bir sırada görülür. Bunlardan kaçamayınca başka bir dünyaya sürüklenirler ya da paranoid ya da agresif patlamalar gösterirler. Hallerinden memnun oldukları dünyalarına birtakım “tecevüz”lerin olması, bu kişilerin uzun sürelerle toplumdan kopmalarına yol açabilir. Toplumdan koptukları sırada şaşkın ve amaçsız olabilirler; uygunsuz bir duygulanım ve paranoid düşünceler sergiliyor; acayip, çevresel ve mecazi bir iletişim kuruyor olabilirler. Dış baskıların özellikle akut olduğu başka zamanlarda ise ilkel dürtüler, hezeyanlar, hallüsinasyonlar ve acayip davranışlarla belirli psikotik tepkiler verebilirler. Birçok şizotipal kişi, yaşam boyu, yoğun baskılanmış kaygı ve düşmanlık duygularıyla yüklüdür. Bir kez açığa çıkınca, bu duygular köpürüp taşan sel gibi ortalığa dökülür. Kuşkular, korkular ve düşmanlıkların gösterilmesi için bir engel kalmayınca bunlar çılgınca bir boşalım gösterir.

Şizotipal kişiler, başkalarıyla ilişki kurmaları için yönlendirilirlerse düşüncelerini mantıksal bir çerçeve içinde toparlayamazlar, konudışı ve çevresel sözler içinde boğulup giderler. Başkalarıyla “teması kaybederler” ve düşüncelerini belirli bir düzen içinde anlatamazlar, karşılıklı toplumsal iletişimin gereklerini yerine getiremezler. Bu, dağınık, çevresel konuşma ve otistik düşünce özelliği onları başkalarına daha da yabancılaştırır.

Şizotipal kişiler, belirli tutarlı bir çizgide toplumsal başarı gösteremezler, belirli bir ilerleme içinde olamazlar. Okul ve iş geçmişle-

ri başarısızlıklar ve karışıklıklarla doludur. Sıklıkla “atılmak” durumunda kalmışlardır, bir işten bir diğerine sürüklenip dururlar, evlenmiş olsalar bile ya ayrı yaşıyorlardır ya da boşanmışlardır. Toplumsal kaygıları ve değersizlik duyguları başarısızlıklarının nedeni olabildiği gibi, başarısızlıkları da bir ölçüde bu duygularının artmasına yol açıyor olabilir. Ayrıca genel bir kayıtsızlık ve kaygısızlık içindedirler; kendiliklerinden davranamıyorlardır, yaşamla ilgileri ve tutkuları pek yoktur. Şizotipal kişiler az sayıda “dişe dokunur” konuyu konuşabilirler, bunlar da genellikle onların yakın ilgisini çeken şeylerdir. Karşılıklı bir konuşma sürdürecektir olurlarsa, konuşmayı ileri derecede özel, acayip ya da soyut konulara çekmeye çalışırlar. Birtakım eylemlere girilemiyor ve toplumsal katılım göstermiyor olmalarının yanında, sanki bir güç onların başkalarına tepki vermelerini ve başkalarının duygularını paylaşmalarını engelliyor gibidir. “Gerçek” toplumun bir üyesi olamamaları ve ilgilerini başkalarının dünyaları üzerinde odaklayamamaları rahatsızlıklarının özüdür.

Çevre İlişkileri ve Kendilerine Bakış Açısı

Şizotipal kişilik bozukluğuna özgü uyum bozukluğuna neden olan tepkileri en çok tetikleyen durum ya da olaylar yakın kişilerarası ilişkilerdir.

Şizotipal kişilik bozukluğu olanlar, kimseye benzemeyen, alışlagelmiş töre ve davranışlara uymayan, kimseye benzemeyişinden dolayı anlaşılmas bulunan, yabansı ve uygunsuz görülen, bambaşka, apayrı, acayip, ayrıksı kişilerdir. Davranışları düzenli değil, değişiklidir. Konuşmaları belirgin tutarsızlıklar ve anlamsız, abuk sabuk öğeler taşımasa da yadırganacak denli olağana aykırıdır. İş yaşamlarında yetersizlikler gösterirler, kısa sürelerle işlerini bırakırlar ya da işlerine son verilir. Bir işten bir başka işe, bir kentten bir başka kente sürüklenip duran insanlardır. Süregiden sorumluluklardan kaçma eğilimi gösterirler ve bu süreçte zaman zaman toplumsal olarak yerinde ve uygun davranmaktan uzaklaşırlar.

Kişilerarası ilişkileri açısından çok az arkadaşları olan yalnız kişiler olduklarından söz edilebilir. Tek bir uğraşlarının olmasının ve toplumdan uzaklaşmalarının nedeni toplum içinde duydukları yoğun kaygıları ve kuruntuları olabilir. Karşısındakileri yakından tanımalara bu kaygılarını azaltmaz. Kaygılarının kökeninde kendini olumsuz olarak değerlendirmekten çok kuşkucu düşünceler yatar. Evlenirlerse, ilişkilerinde yüzeysel ve "kenarda" kaldıkları için oldukça kısa bir süre içinde boşanırlar. Toplumda, türdeş bir kümenin içine girmeyen, onun en ucunda yer alan, aykırı kişilerdir. Yeterliklerinin altındaki işlere yönelirler ve başkalarıyla pek etkileşime girmek istemezler.

Düşünceleri dağınıktır ve "geviş getirircesine" tek bir konuyu düşünüp durabilirler. Boş inançları vardır. Bir kimsenin kafasından geçenleri ya da çok uzakta geçen bir olayı, arada hiçbir araç, duygusal hiçbir bağlantı olmaksızın algılama yeteneğinden (telepati) söz ederler. Şaşılasi düşlemleri vardır. Başkalarıyla ilgili çerçevesi belirsiz düşünceleri vardır. Kendine yabancılaşma ya da çevrenin yabancılaşması gibi yanılsamalar tanımlayabilirler.

Duyguları soğuk ve uzaktır. Duygularını pek dışarı vuramazlar. Duygulanımları kısıtlıdır. Gülmekten hoşlanmazlar. Bu kişilerle karşılıklı bir konuşmayı sürdürmek zordur, çünkü kuşkulu ve güvensiz oldukları görülür. Ayrıca gerçek ya da imgesel aşağılanmaya ileri derecede duyarlıdır.

Kendilerini özel olarak görürler, ancak kendilerini incitme olasılığı olan başkalarına gereksindiklerini de bilirler. Bu yüzden, bir yandan sakıngan ve tetikte olurlarken, diğer yandan başkalarını kendi çıkarları için kullanmaya çalışırlar.

Kendilerine bakışları şöyledir: "Ben başkalarına göre başka bir dalga boyundayım." "Kendilik"ten yoksun, boş, yabancılaşmış, kopuk yaşantılarının olduğundan söz edebilirler. Dünyaya bakışları şöyledir: "Yaşam acayip ve olağandışı ve başkalarının büyüsel istek ve düşünceleri var. Bunlar benim bir yandan merakımı uyandırırken, diğer yandan kendimi sakınarak bunları gözlemeliyim."

Bu kişilerin önde gelen özelliği, düşüncelerinde ve konuşmalarında aykırı olmalarıdır; davranışları ya da konuşmaları acayiptir.

Şizotipal kişilik bozukluğu olanların kendiliğinden ortaya çıkan dört türlü düşüncesi vardır. Bunlar, kuşkuculuk ya da paranoid düşünceler, başkalarına odaklı düşünceler (referans düşünceleri), büyüsel düşünme ve yanılsamalardır. Sözelimi: “O kişi bana mı bakıyor?”; “Biliyorum beni sevmeyecekler”; “Ne düşündüğünü biliyorum”; “Kendimi onun içinde bir şeytanmışım gibi hissediyorum”. Bu kişilerin düşüncelerindeki acayiplikler konuşmalarına ve duygu dışavurumlarına da yansır. Konuşmaları çevresel, çerçevesi belirsiz ya da çok ayrıntılıdır; duygu dışavurumları ise uygunsuz ya da kısıtlı bir duygulanım ile belirlidir. Bu kişilerin başlıca düşünce çarpıtmaları duygusal çıkarımlar yapma (sözelimi “Olumsuz bir duygum oluyorsa çevrede buna karşılık gelen olumsuz bir durum vardır”) ve kişiselleştirmedir.

Şizotipal Kişilik Biçimi ve Bozukluğu Arasındaki Ayrımlar

- *Biçim*: Kendi duygularına ve inançlarına takılmıştır.
 - *Bozukluk*: Başkalarına odaklı düşünceleri, kuşkucu düşünceleri ve uygunsuz ya da kısıtlı duygulanımları vardır.
-
- *Biçim*: Başkalarını yakından gözlerler ve başkalarının kendilerine nasıl davranacağına karşı özellikle duyarlıdır.
 - *Bozukluk*: Aşırı toplumsal kaygıları vardır, sözelimi tanıdık olmayan insanların olduğu toplumsal durumlarda çok rahatsız olurlar.
-

- **Biçim:** Soyut ve kurgusal düşünmeye yatkındırlar.
- **Bozukluk:** Davranışlarını etkileyen acayip inanışları ya da büyüsel düşünceleri vardır. Bunlar boş (batıl) inanışlar, geleceği görebilme gücü, bir kimsenin kafasından geçenleri ya da çok uzakta geçen bir olayı, arada hiçbir araç, duygusal hiçbir bağlantı olmaksızın algılama yeteneği (telepati) ya da “altıncı his” olabilir; “Başkaları benim duygularımı duyabilir” diyebilirler.

-
- **Biçim:** Gizemli, duyumötesi, doğaüstü konularla ilgilidirler.
 - **Bozukluk:** Olağandışı algısal yaşantıları olur. Bunlar yanılsamalar, gerçekten orada olmayan bir kişinin varlığını duyumsama (örn. “Ölmüş annem sanki oda da benimle birlikteymiş gibi hissettim.”) biçiminde olabilir.

-
- **Biçim:** Toplumsal değerleri göz önünde bulundurmazlar, ilginç ve olağandışı bir yaşam biçimleri vardır.
 - **Bozukluk:** Kimseye benzemeyen, alışlagelmiş töre ve davranışlara uymayan, kimseye benzemeyişinden dolayı anlaşılmasız bulunan, yabansı ve uygunsuz görülen, bambaşka, apayrı, acayip, ayrıksı kişilerdir. Saçları-başları dağınık; olağandışı kişisel özellikleri olan; kendi kendilerine konuşan; yersiz, gereksiz konuşmaları olan; çerçevesi belirsiz konuşan; gereksiz yere soyut düşünen ve böyle konuşan kişilerdir.

-
- **Biçim:** Genellikle kendi kendilerine yaşayan, bağımsız, çok az yakın arkadaşına gereksinen kişilerdir.

- *Bozukluk:* Birinci derecede akrabalarının dışında yakın arkadaşları ya da sırdaşları yoktur (ya da yalnızca böyle bir kişi vardır).
-

Tanı Koydurucu Özellikler

Şizotipal kişilik bozukluğunun başlıca özelliği, yakın ilişkilerde birdenbire bir rahatsızlık duyma ve yakın ilişkilere girebilme becerisinde azalma ile belirli, toplumsal ve kişilerarası yetersizliklerin yanı sıra bilişsel ya da algısal çarpıklıkların ve alışlagelenin dışında davranışların olduğu yaygın bir örüntünün olmasıdır. Bu örüntü, genç erişkinlik döneminde başlar ve değişik koşullar altında ortaya çıkar.

Şizotipal kişilik bozukluğu olan kişilerin çoğu zaman referans düşünceleri vardır (yani, sıradan olayların ve kişinin dışında olup bitenlerin, kişiye özgü, özel ve olağandışı bir anlamının olduğu biçiminde yanlış yorumlarda bulunma). Bunlar, inançların sanrısallık yoğunlukta olduğu referans hezeyanlarından ayırt edilmelidir. Bu kişiler, ait oldukları altkültürün değerlerinin dışında kalan olağanötesi olgularla uğraşıp duruyor ya da batıl inançlara saplanmış olabilirler. Olaylar olmadan önce bunları öngörebilecek ya da başkalarının düşüncelerini okuyabilecek özel birtakım güçlerinin olduğunu düşünebilirler. Doğrudan (örn. eşinin köpeği gezdirmesini, bir saat önce köpeğin gezdirilmesi gerektiğini düşünmesinin doğrudan bir sonucu olduğuna inanma) ya da büyüsel törensel davranışlarla uyum sağlayarak, dolaylı olarak (örn. belirli zararlı bir sonucun doğmaması için belirli bir nesnenin yanından üç kez geçme) başkalarının üzerinde büyüsel denetimlerinin olduğuna inanabilirler. Algısal değişiklikler bulunabilir (örn. başka birinin varlığını hissetme ya da bir sesin adını mırıldandığını duyma). Konuşmalarının, olağandışı ya da "kendilerine özgü" deyişleri ve yapısı olabilir. Çoğu zaman dağınık, konu dışı ya da belirsizlikler taşıyan bir konuşmaları vardır; ancak çağrışımlarında

gerçek bir dağınıklık yoktur. Yanıtları ya ileri derecede somut ya da ileri derecede soyut olabilir; sözcüklere ya da kavramlara bazen olağandışı anlamlar yüklerler (örn. işyerinde "konuşulabilir" olmadığını söyleyebilir).

Böyle bir bozukluğu olan kişiler çoğu zaman kuşkucudurlar ve paranoid düşünceleri olabilir (örn. işyerindeki arkadaşlarının patronla adlarının çıktığını söylemeye getirerek ayaklarını kaydırma ya çalıştığına inanırlar). Genellikle, duygulanımlarındaki iniş çıkışlar olağan sınırlarında değildir ve başarılı ilişkiler kurabilmek için gereken kişilerarası ipuçlarından haberdar değil gibidirler; dolayısıyla çoğu zaman başkalarıyla uygunsuz, katı ya da kısıtlı bir tarzda etkileşimde bulunuyor gibi görünürler. Bu kişiler çoğunlukla, olağandışı tavırları, çoğu zaman "birbirine uymayan" dağınık bir tarzda giyinmeleri, olağan toplumsal gereklere karşı ilgisiz kalmaları (örn. göz göze gelmekten kaçınabilir, mürekkep dökülmüş ve üzerlerine uymayan giysiler giyebilir, iş arkadaşlarının birbirlerine takılmalarına katılamaz) yüzünden acayip ya da sıradışı kişiler olarak görülürler.

Şizotipal kişilik bozukluğu olan kişiler, kişilerarası ilişkileri sorunlu olarak yaşarlar ve başka insanlarla ilişkilerinde kendilerini rahatsız hissederler. İlişkileri olmadığından ötürü mutsuz olduklarını söyleyebilirlerse de davranışları yakın ilişkiye girme isteklerinin az olduğunu düşündürür. Bunun bir sonucu olarak genellikle birinci derecede akrabaları dışında yakın arkadaşları ya da sırdaşları ya yoktur ya da çok azdır. Özellikle tanımadıkları kişilerle oldukları toplumsal durumlarda kaygı duyarlar. Başkalarıyla sadece etkileşime girmek zorunda olduklarında etkileşime girerler, kendilerini farklı kişiler olarak gördükleri için ve sadece "ortama yakışır" olmadıklarını düşündükleri için uzak durmayı yeğlerler. Sözü edilen ortamda çok fazla zaman geçirseler ya da diğer insanlarla daha yakınlaşırsalar bile toplumsal kaygıları kolay yatışmaz, çünkü yaşadıkları kaygı başkalarının davranışlarının altında ne yattığıyla ilgili kuşkularına eşlik eden bir kaygıdır. Sözgelimi şizo-

tipal kişilik bozukluğu olan bir kişi, akşam yemeğine katıldığında, zaman ilerledikçe daha fazla gevşeyip rahatlayamaz, giderek daha gergin ve kuşkucu olabilir.

Antisosyal Kişilik Bozukluğu

Kişinin başkalarının haklarını gözetmediği, onları hiçe saydığı davranışlarla giden bir kişilik bozukluğudur.

Belirti ve Bulguları (Tablo 8)

"Manüplatif" davranan kişilerdir. Yalan söyleme gibi dürüst olmayan davranışları, evden kaçıp gitmeleri olur. Kişinin geçmişte şiddete başvurduğuna ilişkin bir öykü alınır. Rasgele cinsel ilişkilere girdiği öğrenilir. Eşini ya da çocuğunu sömürdüğü görülür. Bu kişiler vicdan azabı çekmezler, pişmanlık duymazlar. Dürtü denetimi bozuklukları olur, tasarlayarak davranmazlar. Başkalarına karşı duyarlı ve düşünceli değildirler. Huzursuzluk içindedirler ve saldırgan tutumlar sergilerler. Başkalarını aldatma ve sorumsuzluk yaşam biçimleridir. Başkalarının ve kendilerinin güvenliğini umursamazlar.

Görülme Sıklığı

Görülme sıklığı erkeklerde % 3-7 arasındadır, kadınlarda ise % 1 dolaylarındadır. Hapishanelerdeki kişilerin yaklaşık % 75'inde görülebilir. Antisosyal kişilik bozukluğu ve alkolizm gibi bozukluklar bazı ailelerde daha sık görülür. Bu kişilerin birinci derecede akrabalarında, topluma göre 5 kat daha sık görülür. Dikkat eksikliği hiperaktivite bozukluğu ve davranım bozukluğu yatkınlaştırıcı durumlardır.

Tablo 8. Antisosyal Kişilik Bozukluğu Tanı Ölçütleri (DSM-IV-TR, Türkçe© HYB).

-
- A. Aşağıdakilerden üçünün (ya da daha fazlasının) olması ile belirli, 15 yaşından beri süregelen, başkalarının haklarını saymama ve başkalarının haklarına saldırma (tecavüz etme) örüntüsü:
- (1) tutuklanması için zemin hazırlayan eylemlerde tekrar tekrar bulunmakla belirli, yasalara uygun toplumsal davranış biçimine ayak uyduramama
 - (2) sürekli yalan söyleme, takma isimler kullanma ya da kişisel çıkarı, zevki için başkalarını atlatma ile belirli dürtü olmayan tutum
 - (3) dürtüsellik ya da gelecek için tasarılar yapmama
 - (4) yineleyen kavgı dövüşler ya da saldırılarla belirli olmak üzere sinirlilik ve saldırganlık
 - (5) kendisinin ya da başkalarının güvenliği konusunda umursamazlık
 - (6) bir işi sürekli götürmeme ya da mali yükümlülüklerini tekrar tekrar yerine getirmeme ile belirli olmak üzere sürekli bir sorumsuzluk
 - (7) başkasına zarar vermiş, kötü davranmış ya da başkasından bir şey çalmış olmasına karşı ilgisiz olma ya da yaptıklarına kendince mantıklı açıklamalar getirme ile belirli olmak üzere vicdan azabı çekmeme
- B. Kişi en az 18 yaşındadır.
- C. 15 yaşından önce başlayan Davranım Bozukluğunun kanıtları vardır.
- D. Antisosyal davranış sadece Şizofreni ya da bir Manik Epizodun gidişi sırasında ortaya çıkmamaktadır.
-

Ortaya Çıkartan Nedenler

Genetik etkenlerin işe karıştığı düşünülmektedir. Doğum sırasında beyin hasarı, kafa travması ve ensefalit gibi durumlara ikincil olarak gelişebilir. Anababanın terketmesi ya da sömürsüyle çok sık karşılaşılır. Anababanın keyfi olarak ağır cezalandırmaları bir etken olabilir.

Psikodinamik Yorum

Bu kişilerde tasarlama ve yargılamayla ilgili ego yetersizlikleri vardır, dolayısıyla bu kişiler dürtüsel davranırlar. Süperegoları tam gelişmemiştir. Nesne ilişkilerinde zorluklar yaşarlar; eşduyum, sev-

gi ve temel güven duyguları yoktur. Saldırganlık özellikleri gösterirler. Sadomazokizm, narsisizm ve depresyon eşlik edebilir.

Genel Bilgiler

Çoğu kişi bu tür bir kişiliği olanlardan çekinir. Sert, kaba ve kavgacı tutumları insanı yıldıır. Soğuk ve "hissiz", başkalarının duygularına karşı duyarsız ve herkesi küçük duruma düşürmeye eğilimli insanlar olarak görülürler. Bu saldırgan yönelimli kişilikler sürekli olarak bir tartışma ve çekişme yapma eğilimindedirler. Ters, insafsız ve kötü niyetli olabilirler. Hatasız olarak görülmek için ısrar ederler, görüşlerinde hemen her zaman dogmatiktirler (kestirip atarlar) ve tartışmalarının geçerliğini ortadan kaldırarak açık kanıtlar olsa bile herhangi bir konuda başkalarının dediğini kabul etmezler. Çoğu, sanki "yumuşak" duyguların içine zehir karışmış gibi davranır. Sıcak ve yürekten duyguları ifade etmekten kaçınırlar: yumuşaklık, kibarlık ve sevecenlikten kuşku duyarlar ve çoğu kez bunların içten duygular olabileceğine inanmak istemiyor gibi görünürler.

Böyle bir kişiliği olanların çoğunun engellenme eşiğinin düşük olduğuna ilişkin kanıtlar vardır. Düşünmeden davranıyor gibi görünürler, hemen haz duyacaklarını bekledikleri şeyleri geciktiremezler. Kolaylıkla sıkılır ve huzursuzlaşırlar, yinelenen sıradan olayların yaratabileceği bezginliğe katlanamazlar, evliliklerinin ya da yaptıkları işlerin gündelik sorumluluklarını yerine getirmeyi sürdüremezler. Kimisi ise tehlikeye karşı sanki bağışıkmiş gibi kendini riske sokar ve heyecan arayışı içinde olur. Olası zarar verici sonuçlarını görmeksizin, heyecan verici ve bir an için doyum sağlayıcı olan bir serüvenden bir diğerine atlama eğilimleri vardır. İstedikleri yolunda giderse cana yakın, şirin, neşeli ve sırtışık davranırlar. Daha karakteristik olarak yüzsüz, küstah ve kızgın davranış özellikleri gösterme eğilimindedirler. Engellenmeye karşı hoşgöruları yoktur. Engellendiklerinde çabuk tepki gösterirler, öfkelenirler, gözleri döner ve kinlenirler. İlk tepkileri karşıla-

rındakini alçaltmaya çalışmak ve onlar üzerinde egemenlik kurmaya kalkışmak olur.

Böyle bir kişiliği olanların çoğunun bilişsel yetilerinde bir açıklık ve bir mantık vardır. Bununla birlikte içgöründen ve davranışlarının nelere yol açabileceğine ilişkin öngöründen yoksundurlar.

Görünüşte kaba ve umursamaz davranışlarının olmasına karşın birçoğu insan etkileşimlerinin gereklerine uyum sağlamıştır. Aralarında yapısal olarak çok kaba ve duyarsız kişiler olabilmesine karşın büyük bir çoğunluğu, başkalarının duygudurumlarının ve duygularının farkındadır. Görünüşteki duyarsızlıkları, başkalarının den-gelerini altüst etme amacıyla onlarda gördükleri zayıflıkları kullanma eğilimlerinden köken alır. Kısacası başkalarının duyarlı olduğu noktaları ve kusurlarını algılayarak onları kullanır ve amaçlı bir biçimde kaba olurlar.

Bu tür bir kişiliği olanlar çirkin davranışlarını başkalarının hoş görmesi için akla yatkın açıklamalar ve özürler bulma konusunda çok beceriklidirler. Bunun için genellikle kendilerinin “kötü yetiştirilmiş” olduklarını ve geçmişte başlarına birçok “talihsizlik”in gelmiş olduğunu ileri sürerler. Böylece kendilerini suçlanmaktan kurtarmaya, “suçsuz-günahsız” kalmaya ve sorumsuzca davranışlarını sürdürmelerini haklı çıkarmaya çalışırlar. Sürekli yalan söyledikleri ve dürüst davranmadıklarının öğrenilmesi örneğinde olduğu gibi, rasyonalizasyonları (mantığa büründürmeleri) başkalarını inandırmazsa birçoğu tam bir “masumiyet” havası içine girer ve en ufak bir utanma duygusu taşımaksızın haksız yere suçlandığını öne sürer.

Bu tür kişiliğin antisosyal davranış özellikleri göstermeyen agresif üyeleri ise kendilerini iddiacı, enerji dolu ve kendine güvenli, ancak dürüst, güçlü ve gerçekçi kişiler olarak görme eğilimindedirler. Bu kişilerin ileri sürdüğü, içinde yaşadığımız dünyanın “altta kalanın canı çıksın” dünyası olduğuna ilişkin önermelerini kabul edersek; neden sert olmaya, dobra dobra konuşmaya ve duygusal

davranmamaya bu denli değer verdiklerini anlayabiliriz. “Güç haklılığı doğurur” anlayışının olduğu, “orman kanunu” felsefesinin geçerli olduğu yaşamlarında onlar için ayakta kalabilmenin tek yolu gözüpek, eleştirici, iddiacı, hatta acımasız olmaktan geçer. Onlara göre “büyük balık” her zaman “küçük balığı yiyecek”tir. Agresif kişiliğin haşın ve insancıl olmayan duyguları değişik biçimlerde görülebilir. İyi niyetli, ancak başarısız kişilerin boşuna çabalarını bulup çıkarmada çok beceriklidirler. Başkalarının düşmancıl ve taşkın davranışlarını göstererek kendi kabalık ve kurnazlıklarını haklı çıkarmaya çalışırlar. Zayıf ve ayrıcalıksız gördükleri kişiler, başkalarının gözünden de düşmüş ise onları hiç önemsemezler. “İyiler sonunda gelir” gibi önermeleri vardır. Onlar için bu dünyada kalabilmenin tek yolu yaşadıkları çevrede egemenlik kurmak ve denetimi elden bırakmamaktır.

Yetersiz kalma, aldatılma ve küçük duruma düşürülme düşünceleri agresif kişileri çok korkutur. Başkalarını kendileri için bir tehdit kaynağı olarak görürler, bu yüzden kendilerini savunmak için agresif olmaları gerektiğini ileri sürerler. Başkaları onlardan daha atak davranıp onlar üzerinde egemenlik kurmadan önce kendilerinin daha akıllı olduklarını gösterip onları yenmeleri gerektiğini düşünürler. Onlar için insanlar acımasızdır. Nasıl davrandıklarını belirleyen “gerçek” de budur. Yine onlar için kişisel duygular zayıflığın ve aptalca duygusallığının işaretidir.

Başkalarının haklarını böylesine tanımazlıktan gelmenin ötesinde bu kişiler sıcak duyguları paylaşamazlar, gerçek bir duygulanımı yaşayamazlar, gerçek bir sevgi gösteremezler ve başkalarının duygularını anlayıp paylaşamazlar. Daha antisosyal olanlar başkalarına zarar verme düşüncesinden ve başkalarına zarar vermekten ve onları ayaklar altına düşmüş ve acı çekiyor olarak görmekten haz duyarlar. Antisosyal kişiler çirkin davranışları için suçluluk ve pişmanlık duymadıkları gibi bu davranışları ile de sapık ve insafsızca bir doyum sağlıyor da olabilirler. Kötü niyetli amaçlarına ulaşmak için başkalarına yıldırır ve onlara zarar verirler, böylece sömürüle-

rinin ve düzenbazlıklarının meyvelerini toplamaktan zevk alırlar, ayrıca bıraktıkları acı ve sıkıntının hazzını da yaşarlar.

Bu tür bir kişiliği olanların çoğu dürtülerine göre davranır. Belirli koşullar altında kendilerini dizginleyebilirlerse de duygu ve düşüncelerini tartmadan söylemeye ve dürtülerini doğrudan dışavurmaya karşı belirli bir eğilimleri vardır. Düşüncelerini kendilerine saklamaktansa ya da bunları kafalarında şekillendirdikten sonra ifade etmektense, akıllarından geçeni birden söyleyiverirler. Böyle dobra dobra konuşma, bazılarınca içi dışı bir olmanın ve içtenliğin bir göstergesi olarak kabul edilir ve övgü ile karşılanır. Böylesine bir açıksözlülük kimi zaman övgüye değer, ancak bu tür bir kişiliği olanlar bu davranışlarını “doğruluk ve dürüstlük”ün bir dışavurumu olarak değil, başkalarını sarsmak, onları sindirmek ve yıldırmak amacıyla yaparlar.

Antisosyal olmayan agresiflerin de duygu ve düşüncelerini dile getirmelerinde görece bir açıklık olmasına karşın, bu kişiler kimi zaman bunları kendilerine saklamalarının gerektiğini ya da bunların uygun bir biçimde söylenmesinin gerektiğini öğrenmişlerdir. Düşmanca duygularla sürekli ileri atılarak toplum içinde işlevsel olunamayaacağı için sahip oldukları dürtüleri yumuşatmak ve dolaylı bir biçimde açığa vurmak için bu kişiler başlıca üç savunma mekanizmasını kullanırlar: Rasyonalizasyon (mantığa büründürme), sublimasyon (yüceltme) ve projeksiyon (yansıtma).

Kişinin agresif dürtülerini haklı çıkarmak için başvurabileceği en yalın yöntem, bunlar için akla yatkın ve toplum tarafından kabul edilebilir özürler bulmaktır. Böylece, agresif kişinin körlemesine tok sözlülüğüne, içi dışı bir olma, dürüstlük ve ikiyüzlü olmama anlamı yüklenerek bu tutum rasyonalize edilir (mantığa büründürülür). Düşmanca dürtülerin uzun süreli ve toplumsal yönden kabul gören dışavurumu, agresif kişilerin sahip oldukları mesleklerinde ortaya çıkar. Birçoğu, dürtülerini, ileri derecede rekabete dayalı iş girişimlerinde, askerlik ve polislik mesleklerinde, hukuk ile ilgili mesleklerde

ve benzeri işlerde kullanarak yüceleştirir. Öte yandan, başkalarının kendilerini dışlayacağı korkusu ile kendi düşmanlıklarını başkaları üzerine yansıtır olabilirler. Böyle yapmakla agresif eylemlerini haklı çıkartmış olurlar, çünkü böylece kendilerini haksızlık yapacak bir kişi olmaktan koruduklarını düşünürler.

Dünyaya, agresif kişiliğin antisosyal ve antisosyal olmayan bireylerinin baktığı gözle bakacak olursak neden öyle davranıyor olduklarını daha iyi anlayabiliriz. Herhangi başka bir seçenekleri olmadığını düşünürler. Şöyle düşünürler: “Bashkalarının yaptıklarına güvenemezsiniz. Onlar, yapabilseler, sizi kendi çıkarları için kullanacak, sizi sömürecek, varınıza yoğunuza el koyacak, bütün zevklerinizden alıkoyacak, üzerinizde egemenlik kuracak ve size acımasızca davranacaklardır. Böyle bir kaçınılmaz son’dan uzak durabilmek için kişi bütün gücünü ortaya koymalıdır; başkalarının kendisini küçümsemesini, kendisini sömürmesini ve kendisi için zararlı olmasını önlemelidir. Ancak sürekli tetikte olunarak ve güçle karşı koyarak böylesi kötülüklerden uzak durulabilir. Her ne pahasına olursa olsun zayıflık göstermekten, ortalığı yatıştırmaya kalkmaktan ya da uzlaşmaya gitmekten kaçınılmalıdır. Ancak güç sahibi olunmakla birtakım şeyleri elde etmeye hak kazanılabilir. Dahası, ancak başkalarının sahip olduğu güçlere el konarak onların bunları kötüye kullanması önenebilir.”

Bu tür bir kişiliği olanlar için, agresif eylemlerin, düşmanlığa karşı koyma işlevinin ötesinde de özel birtakım anlamları vardır. Bu agresif eylemler, başkaları üzerinde egemenlik kurma, onları küçük duruma düşürme ve kendilerine kötü davrandıklarını düşündükleri kişilerden öç alma isteğinden de köken alıyor olabilir. Başkalarının gücüne ve sahip oldukları şeylere göz diktikleri gibi, bunları onların elinden zorla almaktan da büyük bir zevk duyarlar. Başkalarının ürünlerini kendisininmiş gibi göstermek, dolandırıcılık yapmak, zorla el koymak, kimisine dürüst bir çaba ile elde edilenlerden daha tatlı gelir. Başkalarının başına gelen talihsizliklerden zevk aldıkları da görülür.

Sadece kendilerine güvenmeyi öğrenmiş oldukları için bu kişilerin bağıllık duyguları yoktur ve bu kişiler insanı arkadan vurabilirler. Nezaket, incelik ve kibarlık cilâsının altında birtakım dolaplar çeviriyor olabilirler. Çoğu kez, insanları kendilerine tabi kılarak ve onları aşağılayarak geçmişte yaşadıkları acı ve ıstırapların, küçük duruma düşürülmüş olmalarının öcünü almaya çalışırlar. Korku yaratarak ve başkalarını yıldırarak, çocuklukta içine itildiklerini düşündükleri aşağı toplumsal tabakanın etkilerinden kurtulmaya çalışırlar. Bu yüzden, güç elde etme arayışları “iyi huylu” değildir; derin bir nefret duygusundan ve öç alma isteğinden kaynaklanır.

Çoğu kişi düşmanca, alaycı ve eleştirici bir tutumdan ve kaba kuvvete başvurma tehditlerinden çekineceği için bu tür kişiliği olanların agresif tavırları başkalarını baskı altında tutmaya, korkutarak saygı uyandırmaya yarar ve başkalarının kendileri karşısında boyun eğmelerini sağlar. Dolayısıyla agresif kişiler düşmanca ve kavgacı davranışlarının yalnızca kabul gördüğü değil, aynı zamanda hayranlık uyandırdığı başarılı bir mevki de kazanmış olurlar. Acımasız ve zekice dolaplar çeviren bir işadamaı, sürekli gözdağı veren ve zorbaca davranan bir başçavuş, kendini üstün gören ve cezalandırıcı bir okul müdiresi, emredici ve küstahca egemenlik kuran bir cerrahi ekip şefi, sorumluluk taşıyan ve beğenilen bir görevi olma kisvesi altında kinci düşmanlığını gizleyen kişiler için verilebilecek örneklerdendir.

Antisosyal kişilerin en ayırt ettirici özelliklerinden biri alışılage-len otoriteye ve kurallara karşı gelme eğilimlerinin olmasıdır. Yerleşik toplumsal gelenekler ve insanların kendilerine sınır koymalarıyla ilgili genel geçer kurallar sanki onlar için geçerli değildir. Kimisinde bu karşı gelme, alışılagelemedik değerlere sahip olma, alışılagelemedik bir biçimde giyinme ve davranma ile belirlidir. Birçoğu toplumsal isyanını yasadışı eylemlerle gösterir.

Başkalarının haklarına saygı göstermiyor olmakla birlikte, yalnızca kibarlık ve inceliği değil, aynı zamanda içtenlik ve olgun-

luğu da gösteren bir toplumsal maske takıyor olabilirler. Herhangi bir suçluluk duygusu taşımaksızın patolojik yalan söyleme yeteneği geliştirirler. Güvenilirlik üzerine etkileyici masallar uydurabilirler. İlk karşılaşmada insanların dostluğunu kazanabilirler ve yetenekli bir dolandırıcı olabilirler. Başkalarının zayıflıklarının her an farkında olup, oldukça yetenekli bir biçimde aldatma oyunlarını oynayabilirler. (Tablo 9)

Tablo 9. Antisosyal kişilik bozukluğunun yerleşik düşünceleri.

-
- Kendime dikkat etmeliyim.
 - İşlerin yapılabilmesi için en iyi yol zorlamak ya da kurnazlık yapmaktır.
 - Hepimiz bir ormanda yaşıyoruz, ancak güçlü olanlar ayakta kalacaktır.
 - Ben insanları ele geçiremezsem, insanlar beni ele geçirir.
 - Verilen sözlerin tutulması ya da borçların ödenmesi önemli değildir.
 - Yakalanmadığın sürece yalan söylebilirsin ve insanları aldatabilirsin.
 - Bana adaletsiz davranıldı, artık hangi yolla olsun payıma düşeni almak istiyorum.
 - Başka insanların çok büyük zayıflıkları var ve kandırılmayı hak ediyorlar.
 - Başkalarını ben sıkıştırmasam, başkaları beni sıkıştıracaktır.
 - Yakalanmadan atlatabileceğim her şeyi yapabilirim.
 - Başkalarının benim hakkımda ne düşündüğü beni hiç ilgilendirmez.
 - Bir şeyi istersem onu elde etmek için ne gerekirse yaparım.
 - Yakalanmadan atlatabiliyorum, dolayısıyla olası kötü sonuçları için üzülmeğe değmez.
 - İnsanlar kendilerine bakamıyorlarsa bu onların sorunu...
-

Çevre İlişkileri ve Kendilerine Bakış Açısı

Antisosyal kişilik bozukluğu olanlara geçmişte psikopat ya da sosyopat gibi adlar yakıştırılmıştır. Öte yandan psikopat terimi genelde bütün kişilik bozuklukları için kullanılan ortak bir terim olmuştur. Söz konusu kişilik bozukluğunun toplumsal uzantılarını

karşılamak üzere sosyopat terimi de kullanılmıştır. Karışıklığı ortadan kaldırmak için bugün, belirli kişilik özelliklerinin görüldüğü bu kişilik bozukluğuna yalnızca antisosyal kişilik bozukluğu adı verilmektedir.

Antisosyal kişilik bozukluğuna özgü uyum bozukluğuna neden olan tepkileri en çok tetikleyen durum ya da olaylar toplumsal değerler ve kurallardır.

Antisosyal kişilik bozukluğu olanların davranışlarında dürtüsellik, çabuk kızma ve saldırganlık önde gelen özelliklerdir. İşyerlerindeki sorumlulukları ve parasal yükümlülükleri konusunda duyarsız olabilirler. Kuralları bozarlar. Dürtüsel öfkeleri, aldatan tutumları ve açıkgozlük ile kendilerini belli ederler. Risk alan ve heyecan arayışında olan zorlayıcı insanlardır.

Kişilerarası ilişkilerinde sıklıkla başkalarına “ters düşerler” ve başkalarının gereksinmelerini ve güvenliklerini hiçe sayarlar. İleri derecede yarışmacı bir tutum içinde olma eğilimi gösterirler ve yitirdiklerinde dayanılmaz olurlar. Genelde başkalarına hiç güvenmezler. Başkalarıyla olan ilişkilerinde “hesapçı” ya da “kurnaz”dırlar. Bütün bu özellikleri, başarılı bir işadamı, siyasetçi ve yöneticinin özellikleri olabileceği gibi bir suçlunun taşıdığı özellikler de olabilir. İnsanlarla yüzeysel ilişkiler kurarlar, duygusal bağları ya da bağlılıkları olsa bile bunlar çok sayıda değildir. Başkalarının çektiği acıya karşı duyarsızlık gösterebilirler.

Sonuçlarını göz önünde bulundurmadan dürtüsel davranma eğilimi gösterirler, hiç esneklikleri yoktur ve daha çok dış uyaranlara göre davranırlar. Toplumsal ipuçlarını iyi görürler, başkalarını ve olayları bir “kitap gibi okuyabilirler”. Toplumsal değerlere ve kurallara karşı oldukları için yaptıklarına hep bir “kılf” bulurlar. Dürtüsellikleri ve saldırganlıkları sık sık tartışmalara girmelerine, hatta kavga dövüşlere katılmalarına yol açar.

Duygusal açıdan sığ ve yüzeyseldirler. Sıcaklık ve yakınlık gibi yumuşak duyguları zayıflığın bir belirtisi olarak gördükleri için

bunlardan kaçınmaya çalışırlar. Yaptıklarından ötürü suçluluk duydukları, utanç duydukları ya da pişmanlık duydukları pek görülmez. Engellenmeye, sıkılmaya, çökkünlük duymaya pek gelemmezler.

Başkalarını hep kötü gören, kendilerini ise bir iyi, bir kötü gören bu kişiler başkalarına karşı, korktuğu için dışlayan bir tutum içine girerler. Öte yandan, başkalarını kendi çıkarları için kullanma eğilimi gösterirler.

Her ne istiyorlarsa onu elde etmeye hakları olduğunu düşünürler. Kendilerini güçlü, yarışmacı, kendine güvenli ve yılmaz olarak görürler. Dünyayı düşman olarak görürler ve konan kuralların onları amaçlarından alıkoyduğunu düşünürler. Dolayısıyla, kendi gereksinmelerinin öncelik taşıdığını düşündükleri için kuralları esnetmeyi ya da bozmayı bir hak olarak görürler.

Kendilerine ve dünyaya bakış açılarının başlıca özelliklerinden biri “haklı çıkma”dır. Bu düşünceye göre bir şeyi isteme ya da bir şeyden kaçınma kişinin davranışlarını haklı çıkarır. Diğer bir düşünce özellikleri “düşünmek inanmaktır” biçiminde düşünmeleridir. Buna göre kişinin duygu ve düşünceleri her zaman kesindir. Başka bir düşünce özellikleri “kişisel esneklikten yoksunluk”tur. Seçimlerinin her zaman iyi ve doğru olduğuna inanırlar. Bir diğer düşünce özellikleri “duygular gerçekleri oluşturur” düşüncesidir. Buna göre, kişi, davranışlarının doğru olduğu duygusunu taşıyorsa davranışları doğrudur, diğer bir deyişle başkalarının ne düşündüğünün hiçbir önemi yoktur. Son bir düşünce özellikleri ise “istenmedik sonuçların doğmayacağı” düşüncesini taşımalarıdır. Antisosyal kişilik bozukluğu olan bireylerin diğer bir yerleşik düşünceleri her zaman haklı olduklarını düşünmeleridir. Dolayısıyla davranışların hiç sorgulamazlar. Ayrıca başkalarına da güvenmedikleri için başkalarının görüş ve önerilerine de değer vermezler.

Antisosyal Kişilik Biçimi ve Bozukluğu Arasındaki Ayrımlar

-
- *Biçim:* Bir yere bağlı olmadan çalışmayı yeğlerler; beceri ve yetenekleri, ustalıkları ve kıvraklıkları ile oldukça iyi yaşarlar.
 - *Bozukluk:* Belirli bir işi sürdürmekte zorluk çekerler.
-
- *Biçim:* Kendi değer yargılarına göre yaşama eğilimindedirler, başkalarının ya da toplumun değer yargılarından pek etkilenmezler.
 - *Bozukluk:* Yasalara aykırı davranma eğilimi gösterirler, tutuklanmalarını gerektirecek eylemlerde bulunabilirler.
-
- *Biçim:* Ergenlik dönemlerinde yaramazlık yaptıkları çok olmuştur.
 - *Bozukluk:* Kavga ve dövüslere katılmalarıyla belirli olmak üzere çabuk kızarlar ve saldırganırlar.
-
- *Biçim:* Para konusunda cömerttirler.
 - *Bozukluk:* Parasal yükümlülüklerini yerine getirmedikleri sık görülür.
-
- *Biçim:* Günübirlik yaşamaya eğilimlidirler, ancak daha kısa süreli de olsa birtakım tasarıları olur ve bağlantılara girerler.
 - *Bozukluk:* Geleceği tasarlamazlar, belirli bir amacı olmadan ya da yeni bir işi ayarlamadan işlerini bırakıp giderler.
-
- *Biçim:* Tatlı dillidirler, arkadaş edinme konusunda beceriklidirler.

ANTİSOSYAL KİŞİLİK BOZUKLUĞU

- *Bozukluk:* Sürekli yalan söyleme eğilimindedirler, takma adlar kullanırlar ya da kendi çıkarları ya da zevkleri için başkalarını aldatır ya da kandırırlar.
-
- *Biçim:* Yürekli dirler, sıkı dururlar, kendilerini kullanmak isteyenlere karşı koyarlar.
 - *Bozukluk:* Kendilerinin ya da başkalarının güvenliğini hiçe sayarlar, alkollüyken araba kullanırlar ya da sık sık hız yaparlar.
-
- *Biçim:* Başkaları için pek üzülmazler, herkesin yaptıklarından sorumlu olduğunu düşünürler.
 - *Bozukluk:* Sorumlu bir anababa gibi davranmazlar.
-
- *Biçim:* Cinsel istekleri fazladır, çokeşli olmayı isterlerse de tekeşli olarak da kalabilirler.
 - *Bozukluk:* Uzun süreli olarak tekeşli bir ilişkiyi sürdürmezler.
-
- *Biçim:* Günü yaşama eğiliminde olurlar ve pek suçluluk duymazlar.
 - *Bozukluk:* Pişmanlık duymazlar, başkalarına her ne yapmış olurlarsa olsunlar kendilerini hep haklı görme eğiliminde olurlar.
-

Tanı Koydurucu Özellikler

Antisosyal kişilik bozukluğunun başlıca özelliği, çocuklukta ya da ergenlik döneminin ilk yıllarında başlayan ve erişkinlik dönemine doğru süregiden, başkalarının haklarını saymama ve başkalarının haklarına saldırma ile giden yaygın bir örüntünün olmasıdır.

Bu örüntü psikopatlık, sosyopatlık ya da dissosyal kişilik bozukluğu olarak da adlandırılır. Hilekârlık ve manüplasyon antisosyal ki-

şilik bozukluğunun başlıca özellikleri olduğu için değerlendirmeyi yan kaynaklardan toplanan ek bilgilerle bütünleştirmek özellikle yararlı olabilir.

Bu tanının konabilmesi için kişi en az 18 yaşında olmalı ve 15 yaşından önce davranım bozukluğunun birtakım belirtilerini gösterdiğine ilişkin bir öykü alınmış olmalıdır. Davranım bozukluğu, başkalarının temel haklarına saldırıldığı ya da yaşa uygun toplumsal göreneklerin ve kuralların bozulduğu, yineleyici ve sürekli bir davranış örüntüsünü kapsar. Davranım bozukluğuna özgü davranışlar dört kategoride ele alınır: İnsanlara ya da hayvanlara karşı saldırganlık, mala zarar verme, sahtekârlık ya da hırsızlık ya da kuralları ciddi bir biçimde bozma.

Antisosyal davranış örüntüsü erişkinliğe doğru uzanır. Antisosyal kişilik bozukluğu olan kişiler yasalara uygun toplumsal davranış biçimine ayak uyduramazlar. Bu kişiler, sık sık, mala zarar verme, başkalarını taciz etme, hırsızlık yapma ya da yasadışı işlerin peşinde koşma gibi, tutuklanmalarına zemin hazırlayan (tutuklansınlar ya da tutuklanmasınlar) eylemlerde bulunabilirler. Böyle bir bozukluğu olan kişiler başkalarının isteklerini, haklarını ya da duygularını görmezden gelirler. Sıklıkla düzenbazlık yaparlar ve kişisel bir çıkar sağlamak ya da sırf zevk almak için (para kazanma, cinsel doyum sağlama ya da güç elde etme gibi) manüplatif davranabilirler. Sık sık yalan söylerler, takma isimler kullanırlar, başkalarını dolandırırlar ya da hastalık taslayabilirler. İleriye dönük tasarılar yapmalarını ile belirli bir dürtüsellik örneği sergileyebilirler. Kendilerini kışkırtan anlık durumlara göre, öngöründe bulunmadan ve kendileri ya da başkaları için doğabilecek sonuçlarını düşünmeden karar verirler; bu da işlerini, oturdukları yeri ya da ilişkilerini birden değiştirmelerine yol açabilir. Antisosyal kişilik bozukluğu olan kişiler iritabl ve agresif olma eğilimi gösterirler ve sık sık kavga-dövüş ederler ya da fiziksel saldırıda bulunmaya kalkışır (eşini ya da çocuklarını dövmeyi de kapsar). Kişinin kendisini ya da bir başkasını savunması için başvurmak zorunda kaldığı saldırgan eylemler bu

çerçevede değerlendirilmez. Bu kişiler kendilerinin ya da başkalarının güvenliği konusunda umursamazlık gösterirler. Kişinin araba kullanma davranışından bu anlaşılabilir (sürat yapma, alkollüyken araba kullanma, çok kaza geçirme). Zararlı sonuçlar doğurabilecek cinsel davranışları ya da madde kullanımları olabilir. İhmal ederek ya da gerekli bakımı vermeyerek çocuklarını tehlikeye atarlar.

Antisosyal kişilik bozukluğu olan kişiler, sürekli bir biçimde, ileri derecede sorumsuz olma eğilimi gösterirler. İşleriyle ilgili sorumsuzlukları, uygun iş olanakları olmasına karşın oldukça uzun sürelerle işsiz kalmaları ya da başka bir iş bulmak için gerçekçi bir tasarıları olmadan birçok işi bırakmalarıyla kendisini gösterebilir. Kendilerinin ya da ailelerinden birinin hasta olması ile açıklanamayan sık sık işten kalmaları da olabilir. Parasal sorumsuzlukları, borçlarına sadık olmamaları, çocuklarına destek vermemeleri ya da kendilerine bağımlı diğer kişileri düzenli olarak desteklememeleri gibi davranışlarıyla kendisini gösterebilir. Antisosyal kişilik bozukluğu olan kişiler eylemlerinin sonuçlarından ötürü çok az vicdan azabı çekerler. Birilerini zedelemiş, birilerine kötü davranmış ya da birilerinin bir şeyini çalmış olmalarına karşı kayıtsız kalabilirler ya da yaptıklarını yüzeysel bir biçimde akla uydururlar ("adaletsiz dünya", "kaybedecekler kaybeder" ya da "o nasıl olsa yine elde eder" gibi). Bu kişiler kurbanlarını aptal, çaresiz ya da böyle bir kadere kendileri razı olan insanlar olmakla suçlayabilirler; eylemlerinin zararlı sonuçlarını küçümseyebilirler ya da tam bir kayıtsızlık içinde kalabilirler. Genellikle davranışlarını telâfi etmezler ya da düzeltmezler. Herkesin "bir numaraya yardımcı olmak" için ortalıkta olduğuna ve itilip kakılmamak için bir hiç uğruna bir yerde durmak zorunda olduğuna inanabilirler.

Antisosyal kişilik bozukluğu olan kişiler sıklıkla eşduyumdan yoksundurlar ve başkalarının duygularına, haklarına ve çektikleri acılara karşı hissizdirler, bunlara karşı alaycı bir tutum takınırlar ve bunları hakir görürler. Kendilerine biçtikleri değer şişirilmiştir ve kibirlilik taslarlar (örn. sıradan işlerin kendilerinin altında olduğuna

inanırlar, o sıradaki ya da gelecekteki sorunlar için gerçekçi kaygılardan uzaktırlar) ve ileri derecede "sabit fikirli"dirler, kendine güvenen ya da kendini beğenmiş kişilerdir. Yumuşak ve rahat hareketler içinde, yüzeysel bir çekicilik sergileyebilirler; oldukça konuşkan ve sözel olarak cana yakın olabilirler (konuyu bilmeyen bir kişiyi etkileyebilecek teknik terimler ya da anlaşılmasız bir dil kullanma gibi). Eşduyum yoksunluğu, kendine biçilen değerın şişirilmesi ve yüzeysel çekicilik, geleneksel psikopatlık anlayışında sıklıkla kapsanan özellikler olagelmıştır: tutukevlerinde ve adli kuruluşlarda, suç öğeleri taşıyan ya da saldırgan davranışlar, özel birtakım özellikler taşımayan gibi görüldüğünde, antisosyal kişilik bozukluğu için özellikle ayırt edici olabilir. Bu kişiler cinsel ilişkilerinde de sorumsuz ve sömürücü olabilirler. Birçok cinsel eşlerinin olduğuna ilişkin bir öyküleri olabilir ve hiçbir zaman tekeşli bir ilişkiyi sürdürememiş olabilirler. Çocuğun kötü beslenmesinden çocukta en azından gerekli temizlik kurallarına uyulmamasından kaynaklanan bir hastalık olmasından, çocuğun yemek ve barınma gibi gereksinimleri için komşularına ya da aynı yerde oturmayan akrabalarına bağımlılığının olmasından, söz konusu kişi evinden uzaktayken küçük çocuğu için bakım verecek bir kişiyi ayarlamamasından ya da evde yaşayanlar için gerekli parayı boş yere harcamasından anlaşılacağı üzere anababa olarak sorumsuz olabilirler. Bu kişiler onur zedeleyici bir biçimde askerlikten atılabilirler, kendilerini geçindiremeyebilirler, yoksulluğa düşebilirler, hatta evsiz, barksız yaşayabilirler ya da yıllarını cezaevlerinde geçirirler. Antisosyal kişilik bozukluğu olan kişiler, toplumun diğer üyelerine göre, şiddete başvurulduğundan ötürü daha erken yaşlarda ölme eğilimi gösterirler (intihar, kaza ve başkasını öldürme gibi nedenlerden).

Sınırdaki Kişilik Bozukluğu

Bu kişilik bozukluğunun tanımlanması çok karmaşık ve zordur, ayrıca çelişkiler içeriyor gibi görünebilir, tartışma götüren yanları vardır. Psikozlar (gerçeği değerlendirme bozuklukları), duygudurum bozuklukları, diğer kişilik bozuklukları ve bilişsel bozukluklarla örtüşen çok yanı vardır. Geçmişte nevrozlarla psikozlar arasında bir sınırda olduğu düşünülüyordu. Benlik algısı sorunlarının yanı sıra ayrışma-bireyselleşme sorunları, duygulanımın denetimi sorunları ve yoğun kişisel bağlanma sorunları yaşarlar.

Belirti ve Bulguları (Tablo 10)

Bu kişiler “her zaman bir bunalım içinde”dirler. Hep bir kriz yaşıyorlardır. Gerçeği değerlendirmelerinin bozulduğu gelip geçici dönemleri olabilir, bunlar genellikle paranoya ya da gelip geçici dissosiyatif belirtilerden oluşur. Kendilerine zarar verici davranışlarda ya da intihar girişimlerinde bulunabilirler. Başkalarıyla ilişkileri çok çalkantılıdır. Yalnız kalmaya katlanamazlar ve büyük bir nesne açlığı çekerler. Gerçek ya da imgesel terkedilmeden kaçınabilmek için olmadık yollara başvuruabilirler. Çok kolaylıkla öfkelenebilirler. Çoğu zaman “manüplatif” davranırlar. Benlik imgeleri ve kimlikleri tutarsızdır. Para, cinsellik gibi konularda dürtüsel davranırlar. Madde kötüye kullanımı, pervasızca araba kullanma ya da tıknırcasına yeme gibi belirtileri olabilir. Duygudurumlarında tepkisellik

görüldür. “Duygulanım fırtınaları” olabilir. Her konuda yaşadıkları kaygılarının yanı sıra düzensiz, uyumsuz ve karmakarışık bir cinsellik anlayışları vardır.

Görülme Sıklığı

Görülme sıklığı % 2 dolaylarındadır. Kadınlarda daha sık görülür. Bu hastalardan % 90'ının başka bir psikiyatrik tanısı daha olur, % 40'ının ise aldığı başka psikiyatrik tanı ikiden çoktur. Bu kişilerin ailelerinde duygudurum ve madde kullanım bozuklukları daha sık görülür. Annesinde böyle bir bozukluk olan kişilerin çocuklarında daha sık görülür.

Tablo 10. Sınırdaki Kişilik Bozukluğu Tanı Ölçütleri (DSM-IV-TR, Türkçe © HYB).

Aşağıdakilerden beşinin (ya da daha fazlasının) olması ile belirli, genç erişkinlik döneminde başlayan ve değişik koşullar altında ortaya çıkan, kişilerarası ilişkilerde, benlik algısında ve duygulanımda tutarsızlık ve belirgin dürtüsellik olduğu sürekli bir örüntü:

- (1) gerçek ya da hayali bir terkedilmeden kaçınmak için çılgınca çabalar gösterme. Not: 5'inci Tanı Ölçütünün kapsamına giren intihar ya da kendine kıym davranışı buraya girmez.
- (2) gözünde aşırı büyüme (göklere çıkarma) ve yerin dibine sokma uçları arasında gidip gelen, gergin ve tutarsız kişilerarası ilişkilerin olması
- (3) kimlik karmaşası: Belirgin olarak ve sürekli bir biçimde tutarsız benlik algısı ya da kendilik duygusu
- (4) kendine zarar verme olasılığı yüksek en az iki alanda dürtüsellik (örn. para harcama, cinsellik, madde kötüye kullanımı, pervasızca araba kullanma, tükürmesine yemek yeme). Not: 5'inci Tanı Ölçütünün kapsamına giren intihar ya da kendine kıym davranışı buraya girmez.
- (5) yineleyen intiharla ilgili davranışlar, girişimler, göz korkutmalar ya da kendine kıym davranışı
- (6) duygudurumda belirgin bir tepkiselliğin olmasına bağlı duygulanımda çalkantılar (örn. yoğun epizodik disfori, iritabilite ya da genellikle birkaç saat süren, nadiren birkaç günden daha uzun süren anksiyete)
- (7) kendini sürekli olarak boşlukta hissetme
- (8) uygunsuz, yoğun öfke ya da öfkesini kontrol altında tutamama (örn. sık sık hiddetlenme, geçmek bilmeyen öfke, sık sık kavgalara karışma)
- (9) stresle ilişkili gelip geçici paranoid düşünce ya da ağır dissosiyatif semptomlar

Ortaya Çıkartan Nedenler

Doğum sırasında beyin hasarı, ensefalit, kafa travması ve başka beyin hastalıkları geçirilmiş olabilir. Ailede sömürü görmüş olma, terkedilme gibi durumlarla sık karşılaşılır.

Psikodinamik Yorum

Birine karşı duydukları ambivalan (ikili) ya da olumlu duyguların bilincinde olmaksızın kızgınlık duyabilirler. Genellikle gelip geçicidir. İnsanları, kendilerini sevenler ve kendilerinden nefret edenler olarak ya da “her yönüyle iyi” ya da “her yönüyle kötü” olarak sınıflandırır. İlk ölküleştirilmeleri olabilir. Yansıtarak özdeşim kurabilirler. Ölküleştirdikleri olumlu ya da olumsuz özellikleri başka birine yüklerler ve inanışlarını doğrulayacak çeşitli etkileşimler içine girme arayışı içinde olurlar. Terapistin de yansıttıkları kişi olmasına çalışırlar. Yoğun saldırganlık gereksinimleri ve yoğun nesne açlığı birbirinin yerine geçerek yer değiştirir. Bu hastalar belirgin bir terkedilme korkusu içindedirler. Ayrışma-bireyselleşmenin alt evresi olan uzlaşma durumu çözülmemiştir. Nesne sürekliliği bozulmuştur. Bu da içsel yapılanma ve denetimin kurulamamasıyla sonuçlanır. Kendini hiç sevmeme, kendinden tiksime, kendinden nefret etme ile giden kendine dönme durumu önde gelen özelliklerinden biridir. Ego işlevlerinde yaygın bir bozukluğun olması kimlik bozukluğu ile sonuçlanır.

Genel Bilgiler

Sınırdaki kişilik bozukluğu olanların en çarpıcı özellikleri duygulanımlarının yoğunluğu ve davranışlarının değişkenliğidir. Bir duygudurumdan diğerine, bir tutumdan başka bir tutuma hızlı geçişleri olur. Çoğu, tek bir baskın görünüm sergiler, bu durum, dönem dönem, uygunsuz bir hiddetlenme ya da öfkelenmeye döner. Sık olmasa da, kendi kendine zarar veren, yıkıcı davranışlarda bulunduğu, daha sonra bunların aptalca ve gereksiz bulunduğu olur. Sınırdaki

kişilik bozukluğu olanların davranışları ve hiddetlenmeleri, süreklilik gösteren bir duygulanım aralığının bir ucundan diğerine, yumuşak ve yineleyici geçişlerin olmasından çok, öngörülemezlik ve düşünmeden davranma, tutarsızlık ve derinlemesine düşünmeden dışa vurulan dürtüsellikle belirlidir. Bu kişilerin davranışlarında kırılganlık, oynaklık, değişkenlik ve süreklilik göstermeme gibi özellikler, yanı sıra birbirine ters duygudurumlar arasında döngüsel gidip gelmeler olur.

Sınırdaki kişilik bozukluğu olanların kendilerini algılamalarında ya bir karmakarışıklık ya da bir dağınıklık vardır. "Kim" olduklarına ilişkin kararlı bir algıyı sürdürmekte zorluk çekerler, kendilerini sunuş ya da kimliklerini nasıl algıladıklarını anlatış biçimlerinde sürekli bir değişiklik olur. Bu belirsizlik sonucu kişi, tutumlarını, davranışlarını ya da duygularını biçimlendirmek üzere tutarlı bir amaca doğru yönelemez. Varoluşlarına bir anlam yükleyemeyince, davranışlarının eşgüdümünü sağlayacak, dürtülerini denetim altına alacak ya da özlemlerini gerçekleştirmek için amaca yönelik araçları yapılandıracak dayanakları ve yol gösterici kılavuzları bulamazlar, dolayısıyla nereye "demirleyecek"lerini bilemezler, yalpalayıp dururlar. Darmadağınıklık ve bütünleşememişlik duyguları yüzünden sürekli bir kararsızlık içindedirler, yaşamlarında sendeleyip dururlar ve bir çocuk gibi, gelip geçici ilgi ya da isteklerine göre tepkiler verirler ve kendilerine gelip geçici yeni yollar çizerler. Amaçsız kalırlar, yeteneklerini ve güçlerini belirli bir çerçeve içinde değerlendiremezler, belirli bir yolda karar kılıp orada yürüyemezler ya da birleşip bütünleşmiş ve sürekliliği olan bir benlik algısının öğelerini oluşturacak toplumsal bir rolün gereklerini yerine getiremezler.

Kimlik algılarındaki tutarsızlığın ya da kendilerini tanımlayamamanın ikincil bir sonucu olarak başkalarına ileri derecede bağımlı olmaya yatkındırlar. Başkalarına eşit bir varlık olduklarına ilişkin algılarını sürdürebilmek için korunmaya ve güven verilmeye gereksinirler, ancak dayandıkları bu dış kaynaklardan kopmaya ve ayrıl-

maya karşı ileri derecede duyarlı olurlar ve ayrılma karşısında çok incinebilir ve kırılabilirler. Tek başına bırakılmak ya da kalmaktan, kendilerini yalnız olarak duyumsamaktan çok korkarlar; çünkü sınırda kişilik bozukluğu olanların doğalarında içsel bir benlik duyumu olmadığı gibi, kendilerinin belirlediği, bağımsız birtakım eylemlerde bulunmaya yarayacak araçları, gereçleri, bilgi, beceri ve olgun donanımları da yoktur. Kendilerini düşünmekten alıkoyamadıkları olası yitimlerden korkmakla kalmazlar, çoğu zaman böyle bir yitimin ortaya çıkacağını da beklerler, gerçekte böyle bir durum söz konusu olmamasına karşın böyle bir durumun yaklaşmakta olduğunu “görürler”. Dahası, çoğu, kendisi de kendisine değer vermediği için, bağımlı olduğu ve dayandığı kişilerin kendisi hakkında iyi düşünmediğine inanır. Sonuç olarak, başkalarının kendilerini küçük görmelerinden ve dışlamalarından çok korkarlar. Böyle tutarsız bir benlik algısının olmasından ve özerk bir varlık olarak kendini ortaya koyabilecek donanımlardan yoksun olmaktan ötürü sürekli olarak kaygılıdır, ayrılma kaygısı yaşamaya yatkındır ve sürekli olarak kendilerini, kendi başlarına bırakılacak olmalarına ve terkedileceklerine hazırlarlar. Bu korkularını uyandıran olaylar, nesnel olarak var olmayı düşüncede var etme, kendini yadsıma, kendine zarar veren davranışlarda bulunma yoluyla ilgi toplama ya da tam tersine kendini öne sürme, kendini ortaya koyma, atılğan davranma ve dürtüsel kızgınlıklar gösterme gibi yollarla aşırı ödünleme çabalarının doğmasına yol açabilir.

Kimlik karmaşaları ve ayrılma kaygıları göz önünde bulundurulunca sınırda kişilik bozukluğu olanlar için yeterince çok sorun zaten vardır, ayrıca bağımlılık gereksinimleriyle ilgili olarak da yoğun bir çatışma içindedirler. Geçmişteki kendilerini ortaya koyma ve bağımsızlık girişimleri için de çoğu zaman suçluluk duyguları duyarlar. Birçoğu, kendi yolunu belirleme ve kendi kimliğine kavuşma arayışlarında gülünç duruma düşer, alay konusu olur ve yalnızbaşına itilir, bu da başkalarına karşı güvensizlik ve öfke duygularının doğmasına yol açar. Sınırda kişilik bozukluğu olanlar, ellerinde

olmadan ambivalan bir kaygı duyarlar. Kendilerini ortaya koyma çabaları, başkalarından bekledikleri güvenliği ve korunmayı tehlikeye sokar, reddedilmelerine ve terkedilmelere yol açar. Yine de, geçmiş deneyimlerinden, başkalarına hiçbir zaman tam güvenilemeyeceğini ve gereksindikleri güvenliğin ve sevginin sağlanabileceği beklentisi içinde olunamayacağını bilirler. Ayrılma kaygıları yüzünden, terkedilmeden önce, erken davranıp bu olayın önüne geçmenin ya da bu olayı savuşturmanın bir yolu olarak daha fazla bağımlılık duymaya itilebilirler, dolayısıyla daha büyük bir yitirme korkusuyla karşı karşıya kalırlar. Üstelik, yalnızca utanılacak duruma düştükleri ve zayıflıklarını gösterdikleri için değil, aynı zamanda dayanamayıp baş eğmelerine ve olur vermelerine “zorlayan” güçlerinden ötürü bağımlı oldukları kişilere karşı yoğun bir öfke duyduklarını bilirler. Böylesi bir içerleme daha sonra kendi başına bir tehdit oluşturur. Terkedilmekten korunmak için başkalarına ödün verecek olduklarında öfkelerini denetim altında tutmak zorunda olmanın sıkıntısına da katlanmak zorunda kalırlar. Gücenip içerlemiş olmalarını, kendilerini ortaya koyma yoluyla bile olsa dışa vururlarsa güvenlikleri ileri derecede tehdit altında kalır.

Sınırdaki kişilik bozukluğu olanlar, öfkelenmekten sakınmak ve gücenip içermelerine sınır koymak için çoğu zaman, özeleştirisel ve kendini kınayan bir biçimde kendilerine dönerler. Kendilerini aşağı görerek, başkalarının kendileriyle ilgili olarak yapmalarını bekledikleri ağır eleştirileri, acımasız yargıları kendileri için yaparlar. Yalnızca kaygı ve bir çatışma sergilemekle kalmazlar, suçluluk, vicdan azabı, pişmanlık ve kendi kendini küçümseme belirtileri de gösterirler. Arada bir ortaya çıkan bu duygular onları bunaltır ve kendi kendilerine zarar veren, yıkıcı eylemlerde bulunmalarına yol açar.

Sınırdaki kişilik bozukluğu olanların düşmanlıkları güvenlikleri için büyük bir tehdit oluşturur. Karşı düşmanlık doğurma, reddedilme ve terkedilme olasılığından ötürü başkalarına içerlediklerini göstermeleri kendilerini tehlikeye atmak anlamına gelir. Kızgınlık

duygularına ve öfke patlamalarına bir perde çekilmesi ve bunların yetersiz günah keçilerine yönlendirilmesi gerektiği gibi bunlar iç ruhsal dünyalarında tersine döndürülmeli ve kınanmalıdır. Vicdanlarını susturmak ve yaptıklarının kefaretiyi ödemek üzere hatıları için kendilerini kınayabilirler, dolayısıyla erdemli olduklarını kanıtlamak üzere kendilerini aklamaya çalışırlar. Bu amaca ulaşmak için düşmanca dürtüleri iç ruhsal dünyalarında tersine çevrilir. Başkalarına yönelik saldırgan dürtüleri kendilerine yönelebilir. Kızgınlıklarını göstermektense kendilerini kınarlar ve kendi kendilerini aşağılarlar, suçluluk ve değersizlik duygularını dile getirirler. Sınırdaki kişilik bozukluğu olan kimi insanlar belirgin olarak kendilerinden yakınırlar. Kendilerini küçümserler, yeteneklerini aşağılarlar, erdemlerini değersiz görürler. Bunları, saldırganlık dürtülerini yumuşatmak için yaptıkları gibi, kendilerinin, kendi başlarına bir değer olmadığını ve düşman olmadıklarını başkalarına göstermek için de yaparlar. Sınırdaki kişilik bozukluğu olanların kendi kendilerini böyle silip yok etme çabaları, hem kendi düşmanca tutumlarını denetim altında tutmaya, hem de başkalarının düşmanca tutumlarını savuşturmaya yönelik girişimlerdir. Düşmanca dürtülerin daha yerleşik olduğu diğer sınırdaki kişilik bozukluğu olan kişilerin böylesi duygularına daha zorlu bir çaba ile karşı konması gerekir. Bu kişiler öfkelerini daha sık ve daha yıkıcı bir biçimde gösterdikleri için daha büyük bir zorluk içindirler. Yalnızca kendilerini silip ortadan kaldırmak ve pişmanlık duymak yerine, kendilerinin alçak, değersiz ve nefret edilecek kişiler olduğunu öne sürebilirler. Kendi kendilerini kınamaları ve suçlamaları bazen hezeyan düzeyine varabilir ve suçlu olmadıklarına ilişkin her türlü anlamlı güvence verilmesi çabasına şiddetle karşı koyabilirler. Bu olgularda, yaptıklarının kefaretiyi ödeme adına, kendi kendine zarar verme girişimleri görülebilir.

Sınırdaki kişilik bozukluğu olanların çocukluk gelişimlerinin ayrışma-bireyselleşme evresinde bir yetersizlik olmuştur. “Yeterince iyi bir anne bakımı” olmayınca nesne sürekliliği yaşanmamıştır, sağ-

lıklı bir ambivalans geliştirilememiştir, dolayısıyla ayrılmaya katlanamamaktadır.

Kendilerinin de bağımlılık ile ilgili sorunları olan anneler çocuklarının kendilerine bağlanmalarına öfke ile tepki gösterirler ve onları incitirler: “Bir dakika önce beni istemiyordun, şimdi de beni istemiyorum.” Özerk olmakla ilgili olan çatışmaları olan anneler ise çocuklarını terketmekle tehdit ederler: “Kendi başının çaresine bakabileceğini düşünüyordun, hadi bakalım...”

Sınırdaki kişilik bozukluğu olanlar, diğer birçok kişilik bozukluğundan daha çok ilişkilerinde ikilemler yaşar. Üstelik bu kişiler bağımlılık gereksinimlerini doyurmada daha az başarılı oldukları için daha yoğun bir ayrılma kaygısı yaşarlar. Kaygıları onay ve sevgi görmeye sınırlı değildir, başkalarına boyun eğme kaygıları da vardır. Sınırdaki kişilik bozukluğu olanlar zaten titrek bir zeminde davrandıkları için, yeni güven ve saygınlık arayışlarından çok, az da olsa sahip oldukları güven ortamını korumaya çalışırlar.

Sınırdaki kişilik bozukluğu olanlar, başlangıçta, bastıkları zemini sağlamlaştırma umuduyla kendilerine özgü başetme biçimlerini büyük bir istekle ortaya koyacaklardır. Bazıları, bir amaç uğruna ölmeyi bile göze alabilen “şehitler” gibi davranır, büyük amaçlar için yaşamını vakfedecek, kendini kurban edecek denli “iyi”, kendini adayan ve kendinden bile vazgeçebilen kişilermiş gibi davranırlar. Bu, sınırdaki kişilik bozukluğu olanların amacı, başkalarının yaşamalarına yavaş yavaş girmek, onların yalnızca “kullanacağı” değil, aynı zamanda gereksineceği kişiler olmak, böylece terkedilmekten korunmaktır. Çok özverili davranıyormuş gibi görünerek çekindikleri terkedilmeye karşı korunmaya çalışırlar. Ayrıca kendilerini “fed ederek” başkalarıyla ilişkiyi sürdürmeyi sağladıkları gibi, başkalarının da kendilerine nazik ve düşünceli davranmaları için üstü örtülü bir örnek oluştururlar.

Terkedilmeye gelememe, buna dayanamama ve katlanamama, güvenli ve karşılığını gördükleri bir bağımlılık ilişkisini sürdüreme-

meleri sonucu yaşadıkları boşluk ve yalnızlık duyguları, kaygı, çatışma ve öfkelerinin artmasına yol açar. Yaşanan bu gerginlikler dönemsel olarak ve çoğu zaman başkalarına yönelik dürtüsel patlamalarla boşaltılır. Sınırdaki kişilik bozukluğu olanlar bağımlı oldukları kişilerin iyi niyetlerine sığınarak, iç gerginliklerini önce gizli ve dolaylı bir biçimde dışavurmaya çalışırlar. Depresyon, en sık görülen örtülü dışavurum biçimidir. Dolayısıyla sınırdaki kişilik bozukluğu olanlar tarafından yakararak dile getirilen acı, ıstırap, üzüntü ve “boyuneğmişlik” (teslimiyet), gerginliklerinin boşalmasına ve kendi içlerinde duyumsadıkları ezici dışsallaştırmaya yardımcı olur. Depresif uyuşukluk, somurtkanlık, surat asmak, küsmek kızgınlığı dışı vurmanın başlıca yollarıdır. Depresyon, aynı zamanda, kendilerini “başarısız” duruma düşüren ya da “kendilerinden çok fazla şey isteyen”lere karşı onları düş kırıklığına uğratmak, amaçlarına ulaşmalarına engel olmak ve kendilerine yapılan “kötülük”e karşı dengiyle karşılık vermek, misillemek için bir araç olarak kullanılır. Başkalarının “düşüncesizlik”lerinden ötürü onlara kızgınlık duyan sınırdaki kişilik bozukluğu olanlar, bu kişilere yeniden ulaşmak ve “gereken dersi vermek” üzere kendi iç sıkıntılarını ve üzüntülerini bir araç olarak kullanırlar. Üstelik içinde bulundukları kötü durumu abartarak ve çaresizlik içinde bunaldıklarını göstererek sorumluluklarından da kaçarlara, başkalarına ek bir yük olurlar ve ailelerinin ya da diğer birtakım kişilerin kendilerine bakmalarını sağladıkları gibi onların acı çekmelerine ve suçluluk duygusu duymalarına da yol açarlara. Ayrıca, çevrelerine ters davranmaları ve aşırı yakınmalar getirmeleri, bulundukları ortama gerginlik ve huzursuzluk bulaştırır. Çevrelerindeki, istemedikleri bir davranışa zorlamak amacıyla, elverişli durumları kötüye kullanarak onları baskı altına almayla çalışırlar, yoksa yakında başka sorunların da doğacağını ipuçlarını verirler. Kendilerinin geçmişte “hafife alınma”sına ve kendilerine karşı gösterilen düşüncesizliğe karşı tasanlarının olduğunu öne sürerler ve “her an patlayacak bir bomba” izlenimi vererek çevrelerindeki rahatsız ederler.

Klinik Özellikler

Sınırdaki kişilik bozukluğu olan kişiler -yukarıda sözü edildiği gibi- tutarsız bir duygulanım sergilerler. Duygudurumlarında kaygı, huzursuzluk ya da depresyona birden kaymalar olur. Kişilerarası ilişkilerine tutarsızlık ve gerginlik egemendir. İnsanları, gözlerinde ya aşırı büyütürler ya da yerin dibine sokarlar, bu ikisinin arasında gidip gelirler. Tek başına kalamazlar, can sıkıntısı çekerler, kendilerini boşlukta duyumsarlar. Kompulsif biçimde toplumsal ilişkiye girme arayışı içinde olabilirler. Dürtüsel davranabilirler. Dürtüsel davranışları sırasında yaptıkları onlara *ego-sintonik* (egoyla uyumlu) gelir, başka zaman bu yaptıkları onlara *ego-distontik* (egoya yabancı) gelebilir. Gelip geçici gerçeği değerlendirme bozukluğu yaşantıları olabilir. Fobi, obsesif-kompulsif belirtiler, konversiyon belirtileri, dissosiyatif tepkiler, hipokondriasis, paranoya gibi birtakım ruhsal belirtiler birarada bulunabilir (çoğul belirtiler). Cinsel sapma gösterebilirler.

Çevre İlişkileri ve Kendilerine Bakış Açısı

Sınırdaki kişilik bozukluğunun bir kişilik bozukluğu olmaktan çok klinik bir rahatsızlık olduğunu ileri sürenler vardır.

Sınırdaki kişilik bozukluğuna özgü uyum bozukluğuna neden olan tepkileri en çok tetikleyen durum ya da olaylar gerçek ya da imgesel bir terk edilmedir.

Sınırdaki kişilik bozukluğu olanlar intihar girişimlerinde bulunabilirler, kendine zarar verme davranışları ya da kavgâ-dövüşleri kışkırtma gibi davranış örüntüleri sergileyebilirler. Toplumsal ve mesleki başarıları, genellikle zekâ ve becerilerinin gerektirdiğinden daha düşüktür. Bütün kişilik bozuklukları arasında, başta uyku-uyanıklık döngüsünün bozuk olması gibi, günlük akan düzenin en bozuk olduğu kişilik bozukluğu budur. Süreğen bir uykusuzluk yakınması sık getirilir.

Kişilerarası ilişkiler açısından aykırı bir tutarsızlık gösterirler. Diğer bir deyişle, belirli bir kişiyi bütün üstünlükleri kendinde toplamış biri olarak ülküsellendirip ona sıkı sıkıya tutunmakla, aynı kişiyi değersiz görüp ona karşı çıkmak arasında hızla gidip gelirler. Dışlanmaya karşı ileri derecede duyarlıdırlar ve en ufak zorlanma karşısında terkedilme çökkünlüğü yaşarlar. Oldukça hızlı ve yoğun bir biçimde kişilerarası ilişkiler kurarlarsa da toplumsal uyumları oldukça yüzeyseldir. Yalnız kalmaya hiç katlanamazlar ve başkalarının kendilerine eşlik etmesi için olmadık girişimlerde bulunurlar. Bu girişimleri arasında gelişigüzel cinsel ilişkilere girmek, yakın bir geçmişte tanıştıklarına gece yarısı telefonlar açmak, belirli belirsiz yakınmalarla olmadık saatlerde hastanelerin acil servislerine başvurmak sayılabilir.

Esneklikten yoksundurlar. Esneklikten yoksun olmalarının önemli bir göstergesi, başkalarını gerçek bir insan gibi görmekten çok ülküsellendirdikleri algılarına göre “çok iyi” ya da “çok kötü” olarak keskin sınırlarla soyutlayarak kişileştirmeleridir. Mantıksal akıl yürütmekte zorluk çekerler ve geçmiş yaşantılarından ve ilişkilerinden genelde ders çıkaramazlar. İşler yolunda gitmediğinde genellikle başkalarını suçlarlar. Kendi yetersizliklerinin sorumluluğunu kabul ederek koşulları değiştirmeye güçlerinin yetmeyeceğine de inanabilirler. Dolayısıyla umutlanma ve umutsuzluk arasında gidip gelebilirler, çünkü dış koşulların denetimlerinde olmadığına inanırlar.

Düşünceleri bir uçtan diğerine kayar. “İnsanları seviyorum. Hayır, insanları sevmiyorum”; “İnsanın amaçlarının olması çok iyi. Hayır, hiç de iyi değil”; “Kendimi toparlamam gerekiyor. Hayır, bunu yapamam, bu konuda hiçbir umudum yok”. Yukarıda sözü edilen, esneklikten yoksun olma tutumlarının yanı sıra dürtüsel olma tutumları kimlik oluşumu süreçlerini de bozar. Bunlar, benlik algılarına, cinsel kimliklerine, amaçlarına, değerlerine ve meslek seçimlerine yansır. “Kim olduğunu ve nereye gittiğini bilmiyorum” dedikleri olur. Yaşadıkları duygulara göre benlik saygılarında dalgalanmalar görülür.

Karşıt niteliklerin bir bireşimini yapamadıkları için her şeyi ya çok iyi ya da çok kötü olarak görürler ve başkalarına yansıtarak özdeşim kurarlar. Diğer bir deyişle, kendi olumsuz duygularını başkalarına yüklerler. Ayrıca engellenmeye gelemeler.

Bu kişiler çok zorlandıklarında gerçeği değerlendirme bozukluğu gösterdikleri çok kısa zaman dilimleri ortaya çıkabilir. Bu dönemlerde kendine yabancılaşma, çevrenin yabancılaşmış gibi gelmesi, yoğun öfke patlamaları ve başkalarından yoğun kuşkulananma gibi belirtiler görülebilir.

Sınırdaki kişilik bozukluğu olanlar belirgin duygusal çalkantılar gösterirler. Birden uygunsuz ve yoğun öfke patlamaları ortaya çıkabilir. Öte yandan boşluk içinde olma, çabuk sıkılma gibi duygular taşıyabilirler.

Hem kendileriyle, hem de başkalarıyla ilgili çalkantılı görüşleri olan, bu görüşleri arasında bocalayan sınırdaki kişilik bozukluğu olan kişiler, başkalarına bağlanma biçimlerinde de bir karışıklık sergilerler. Tutarsız bir kişilik yapılarının olmasından ötürü başkalarına bağlanmalarında bir türlü bir düzen tutturamazlar.

Sınırdaki kişilik bozukluğu olan kişilerin üç yerleşik düşüncesinin olduğundan söz edilir: “Güçsüz, korunmasız, savunmasız ve kırılganım”; “Yapımdan ötürü kabul edilebilir bir insan değilim”; “Dış dünya tehlikeli ve kötü niyetli”. Kendilerine düşman olan bu dünyada bir güvenlik kaynağı bulamadıkları için çaresiz kaldıklarına inanan bu kişiler, her ikisine de bir güven duymadan, özerk ve bağımlı olma arasında gidip gelirler. Ayrıca, uçlarda düşünme eğilimi gösterirler, ya çok iyidir ya da çok kötü, ya tam bir başarıdır ya da tam bir başarısızlık, ya tam güvenilir ya da hiç güvenilmez. Yukarıda sözü edilen yerleşik düşünceler ve uçlarda düşünme özelliği sınırdaki kişilik bozukluğu olan bireylerin duygu ve davranışlarının temelini oluşturur.

Sınırdaki Kişilik Biçimi ve Bozukluğu Arasındaki Ayrımlar

- *Biçim*: Bütün ilişkilerinde tutkulu, karşıdaki kişinin üzerine odaklı bir bağlanma gösterirler. İlişkinin hiçbir yönünü hafife almazlar.
 - *Bozukluk*: Gözünde aşırı büyütme ve yerin dibine sokma uçları arasında gidip gelen tutarsız, yoğun insan ilişkileri vardır.
-
- *Biçim*: Duygusal açıdan etkin ve tepkiseldirler, her şey için duygularını gösterirler ve her şeye yüreklerini katarlar.
 - *Bozukluk*: Kendilerine zarar verebilecek en az iki alanda dürtüsel davranırlar; bunlar para harcama, cinsellik, madde kullanımı, hırsızlık, kötü araba kullanma, tıknircasına yeme, intihar girişimleri gibi alanlar olabilir.
-
- *Biçim*: Çekinmesiz, gözüpek, içinden geldiği gibi davranma ve eğlenceye düşkün olma gibi özellikler gösterirler.
 - *Bozukluk*: Duygusal çalkantılar gösterirler. Genellikle birkaç saat, ancak bazen birkaç günden daha uzun süren, çökkün, sinirli ya da kaygılı oldukları dönemler olur.
-
- *Biçim*: Yaratıcı, yaşam dolu, hareketli, çekici ve alımlı olabilirler. İlk adımı atabilirler ve başkalarını da olaya katabilirler.
 - *Bozukluk*: Uygunsuz, yoğun öfke gösterirler ya da öfkelerini denetleyemezler. Sürekli bir boşlukta olma ya da sıkılma duyguları taşırlar.
-

-
- *Biçim*: Hayal güçleri vardır ve meraklıdırlar. Başka kültürleri ve değer dizgelerini tanıma ve yaşama isteği içindedirler.
 - *Bozukluk*: Aşağıdakilerden en az iki alanda belirsizlik olması ile kendini gösteren, belirgin ve sürekli bir kimlik bozukluğu vardır: Benlik algısı, cinsel yönelim, uzun erimli amaçlar ya da meslek seçimi, seçilen arkadaşlar, seçilen değerler.
-
- *Biçim*: Tek bir kişiyle, derin bağların olduğu bir sevgililik yaşama istekleri vardır.
 - *Bozukluk*: Gerçek ya da imgesel bir terkedilmeden kaçınmak için çılgınca çabalar gösterirler.
-

Tanı Koydurucu Özellikler

Sınırdaki kişilik bozukluğunun başlıca özelliği, genç erişkinlik döneminde başlayan ve değişik koşullar altında ortaya çıkan, kişilerarası ilişkilerde, benlik algısında ve duygulanımda tutarsızlık ve belirgin dürtüsellik olduğu sürekli bir örüntünün olmasıdır.

Sınırdaki kişilik bozukluğu olan kişiler gerçek ya da hayali bir terkedilmeden kaçınmak için çılgınca çabalar gösterirler. Yakında bir ayrılığın olacağı ya da reddedileceği algısı ya da dış yapının değişmesi benlik algısında, duygulanımda, bilişte ve davranışta derin değişikliklere yol açabilir. Bu kişiler çevresel koşullara karşı çok duyarlıdırlar. Belirli bir zaman dilimiyle sınırlı gerçekçi ayrılıklar olduğunda ya da tasarlanan şeylerde kaçınılmaz değişiklikler olduğunda bile yoğun terkedilme korkuları ve uygunsuz bir öfke yaşarlar (örn. klinisyenin görüşme saatinin bittiğini bildirmesine tepki olarak birden ortaya çıkan bir üzüntü; onlar için önemli olan birinin sadece birkaç dakika geç kalması ya da randevusunu iptal etmek

zorunda kalması karşısında panikleme ya da hiddetlenme). Bu “terkedilme”nin “kötü” olduklarını gösterdiğine inanabilirler. Bu terkedilme korkuları tek başına kalmaya dayanamamaları ve yanlarında başkalarının olmasına gereksinimleri ile ilişkilidir. Terkedilmekten kaçınmak için çılgınca çabalar göstermeleri, bir yerlerini kesip koparmaları ya da intihar davranışında bulunmaları gibi dürtüsel eylemlerini kapsayabilir.

Sınırdaki kişilik bozukluğu olan kişilerin tutarsız ve gergin ilişkileri vardır. Daha birinci ya da ikinci görüşmelerinde bakımverenleri ya da sevgilileri olabilecek kişileri gözlerinde yüceltebilirler, birlikte çok zaman geçirmeyi isteyebilirler ve ilişkilerinin daha başında en özel yönlerini paylaşabilirler. Bununla birlikte, başkasının yeterince ilgilenmediğini, yeterli özveride bulunmadığını ve yeterince “orada” olmadığını hissederek başkalarını yüceltmeden değersizleştirmeye birden geçebilirler. Bu kişiler, başkalarıyla eşduyum yapabilirler ve başkalarını besleyebilirler, ancak bunları, gerektiğinde kendi gereksinimlerinin karşılanması için diğer kişilerin “orada olmaları” karşılığında ve bunun beklentisi içinde yaparlar. Bu kişiler başkalarına bakışlarında birden belirgin değişiklikler göstermeye yatkındırlar, o kişileri bir iyiliksever destekçi ya da bir insafsızca cezalandırıcı olarak görebilirler. Bu tür gidip gelmeler, çoğu zaman, besleyici nitelikleri yüceleştirilmiş ya da reddetmesi ya da terketmesi beklenen bakımveren bir kişi ile ilgili bir düş kırıklığını yansıtır.

Sürekli bir biçimde belirgin olarak tutarsız bir benlik algısı ya da benlik duyumu ile belirli bir kimlik karmaşası olabilir. Amaçların, değerlerin ve mesleki beklentilerin sürekli olarak değişmesi ile belirli, birden ortaya çıkan belirgin benlik algısı değişiklikleri vardır. Meslek, cinsel kimlik, değerler ve arkadaş türleri ile ilgili görüşlerinde ve tasarılarında birden ortaya çıkan değişiklikler olur. Bu kişiler yardım arama gereği duyan bir insan rolünden, geçmişteki yanlış tedavilerin öcünü almaya çalışan adil bir insan rolüne hızlı geçişler yapabilirler. Genellikle kötü ve günahkâr olmaya dayalı bir benlik algıları olmasına karşın bazen bu duyguların hiç olmadığı

anlar da yaşayabilirler. Bu tür yaşantıları genellikle anlamlı, besleyen ve destekleyen bir ilişkilerinin olmadığını hissettikleri durumlarda ortaya çıkar. Bu kişilerin yapılandırılmamış işlerdeki ya da okuldaki başarıları düşük olabilir.

Böyle bir bozukluğu olan kişiler kendilerine zarar verme olasılığı yüksek en az iki alanda dürtüsellik gösterirler. Kumar oynayabilirler, sorumsuz bir biçimde para harcayabilirler, tıknırcasına yemek yiyebilirler, madde kötüye kullanımları olabilir, güvenli olmayan cinsel ilişkilerde bulunabilirler ya da pervasızca araba kullanabilirler. Sınırdaki kişilik bozukluğu olan kişiler yineleyen intiharla ilgili davranışlar, girişimler, göz korkutmalar ya da kendinekiyim eylemleri gösterirler. Bu kişilerin % 8-10'unda sonlandırılmış intiharlar ortaya çıkar, kendinekiyim eylemleri (kesme ya da yakma gibi), intihar edecek olmayla ilgili göz korkutmalar ve girişimler çok sık görülür. Yineleyen intihar edebilirlik tutumları, çoğu zaman, bu kişilerin yardım için hazır olduklarını göstermek içindir. Ayrılma ya da reddedilmeye ilişkin gözdağı vermeler ya da sorumluluklarının arttığı beklentileri, sözü edilen kendine zarar verme davranışlarına zemin hazırlar. Kendinekiyim davranışı dissosiyatif yaşantılar sırasında ortaya çıkabilir ve çoğu zaman bu davranış, hissetme yetisinin olduğunu yeniden doğrulayarak ya da kişinin kötü biri olduğu duyumunun bir kefareti olarak bir rahatlama sağlar.

Sınırdaki kişilik bozukluğu olan kişiler duygudurumunda belirgin bir tepkiselliğin olmasına bağlı duygulanım oynaklığı gösterebilirler. Sınırdaki kişilik bozukluğu olanların temel duygudurumu öfke, panik ya da umutsuzluk dönemleri ile bölünür ve nadiren kendini iyi hissetme ya da doyum bulma dönemleri ile bir rahatlama sağlanır. Bu dönemler kişinin kişilerarası stres etkenlerine aşırı tepki vermesinin bir yansıması olabilir. Sınırdaki kişilik bozukluğu olan kişiler kendilerini sürekli olarak boşlukta hissetme zorluğunu yaşayabilirler. Kolaylıkla sıkıldıklarından sürekli olarak yapacak bir şey arıyor olabilirler. Sınırdaki kişilik bozukluğu olan kişiler sıklıkla uygunsuz ve yoğun bir öfkeyi dışavururlar ya da öfkelerini kontrol altında tutma

güçlüğü gösterirler. Aşırı iğneleyici, sürekli acı çekiyormuş gibi bir tutum içinde olabilirler ya da sözel patlamalar gösterebilirler. Öfkeleri, kendilerine bakım veren kişileri ya da sevgililerini ihmalkâr, kısıtlayıcı, aldırmaz ya da başlarından atan kişiler olarak gördüklerinde ortaya çıkar. Öfkelerini böyle dışavurmalarını çoğu zaman utanma ve suçluluk duyguları izler ve bu da kötü biri oldukları duygusunu pekiştirir. Aşırı stres yaşadıkları dönemlerde gelip geçici paranoid düşünceler ya da dissosiyatif belirtiler (depersonalizasyon gibi) ortaya çıkabilir, ancak bunlar ek bir tanı konması için yeterli şiddette ve sürede değildir. Bu dönemler çok büyük bir çoğunlukla gerçek ya da hayali bir terkedilmeye bir tepki olarak ortaya çıkar. Belirtiler gelip geçici olma eğilimi gösterir, ancak dakikalar ya da saatler boyu sürer. Bakımverenin kendilerini besleme kaynaklarının gerçek ya da algılanan geri dönüşü belirtilerin yatışması ile sonuçlanabilir.

Sınırdaki kişilik bozukluğu olan kişiler amaçları tam gerçekleşmek üzereyken kendi ayaklarını kaydırabilirler (örn. tam mezun olacakken okulu bırakma; terapinin ne denli iyi gittiği konuşulduktan sonra ağır bir biçimde regresyona uğrama; ilişkinin sürebileceği tam açıklığa kavuşmuşken iyi bir ilişkiyi bozma). Bazı kişiler stres dönemlerinde psikotik belirtilere benzer belirtiler geliştirirler. Böyle bir bozukluğu olan kişiler kişilerarası ilişkilerden çok geçiş nesneleriyle (yani bir evcil hayvan ya da cansız bir nesne) kendilerine daha güvende hissedebilirler. Özellikle birlikte duygudurum bozukluklarının ya da madde ile ilişkili bozuklukların olduğu kişilerde intihar nedeniyle erken ölümler ortaya çıkabilir. Kendilerine acı çekirtmeye yönelik davranışları ya da başarısız intihar girişimleri fiziksel sakatlıklarla sonuçlanabilir. Sık sık işlerini kaybettikleri, eğitimlerinin kesintiye uğradığı ve evliliklerinde ayrılıkların olduğu görülür. Sınırdaki kişilik bozukluğu olanların çocukluk dönemlerine ilişkin öykülerinde fiziksel ve cinsel kötüye kullanım, ihmalkârlık, düşmanca çatışmalar ve küçük yaşlarda anababa kaybı ya da ayrılığı daha siktir.

Histrionik Kişilik Bozukluğu

Histrionik kişilik bozukluğu olan kişiler rol yapıyormuş gibi duygusaldırlar ve olumlu izlenimler bırakmaya çalışan kişilerdir.

Belirti ve Bulguları (Tablo 11)

Çoğunlukla işbirliği yaparlar ve kendilerine yardım edilmesini isterler. Çok renkli, aşırı derecede süslü, göz alıcı, alımlı olmaya çalışırlar; dikkatleri üzerlerine çekmeye yönelik, ayartıcı ve baştan çıkarıcı tutumlar sergilerler. Davranışlarıyla bağımlılık gösterirler. Duygusal açıdan derinlikleri yoktur, sığdırlar ya da içten değildirler. Sanki rol yapıyormuş gibi konuşurlar. Çoğu zaman telkine yatkındırlar. Yüzeysel olarak bakıldığında hoş a giderler, albenileri vardır.

Görölme Sıklığı

Toplumda görölme sıklığı % 2-3 arasındadır. Kadınlarda daha sık görölüdüğü bildirilmesine karşın büyük bir olasılıkla erkeklere gereğinden daha az konan bir tanı olduğı da düşünölmektedir.

Ortaya Çıkartan Nedenler

Büyük bir olasılıkla küçük yaşlarda karşılaşılan kişilerarası güçlükler rol yapılarak çözülmüştür. Mesafeli ve hoşgöröyle davranmayan bir baba, kışkırtıcı ve ayartıcı bir anne örüntüsü ile sık karşılaşılr.

Tablo 11. Histrionik Kişilik Bozukluğu Tanı Ölçütleri (DSM-IV-TR, Türkçe © HYB).

Aşağıdakilerden beşinin (ya da daha fazlasının) olması ile belirli, genç erişkinlik döneminde başlayan ve değişik koşullar altında ortaya çıkan, aşırı duygusallık ve ilgilenilme arayışı gösteren sürekli bir örüntü:

- (1) ilgi odağı olmadığı durumlarda rahatsız olur
- (2) başkalarıyla olan etkileşimi çoğu zaman uygunsuz bir biçimde cinsel yönden ayartıcı ya da baştan çıkartıcı davranışlarla belirlidir
- (3) hızlı değişen ve yüzeysel kalan duygular sergiler
- (4) ilgiyi üzerine çekmek için sürekli olarak fizik görünümünü kullanır
- (5) aşırı bir düzeyde başkalarını etkilemeye yönelik ve ayrıntıdan yoksun bir konuşma biçimi vardır
- (6) gösteriş yapar, yapmacık davranır ve duygularını aşırı bir abartma ile gösterir
- (7) telkine yatkındır, yani başkalarından ya da olaylardan kolay etkilenir
- (8) ilişkilerin, olduğundan daha yakın olması gerektiğini düşünür

Psikodinamik Yorum

“Rol yaparken” fantazi kurulması önde gelen özelliktir. Sık kullanılan savunma mekanizmaları bastırma, gerileme, özdeşim, somatizasyon, konversiyon, dissosiyasyon, yadsıma ve dışsallaştırmadır. Aynı cinsteki anababa ile yanlış özdeşim ve karşı cinsteki anababa ile ambivalan ve ayartıcı ilişkiyle sık karşılaşılır. Baştan çıkarıcı tutumlara karşı cinsellikten korkma söz konusudur.

Genel Bilgiler

Histrionik kişiler, başkalarıyla ilk karşılaştıklarında, duygu ve düşüncelerini kolaylıkla ifade edebiliyor olmaları ile, sanki tiyatroda rol yapıyormuş gibi davranabilmeleri ile ve dikkati kendi üzerlerine çekebilme yetenekleri ile çoğu kez onları etkilerler. Egzibisyonistik (teşhirci) ve etkileyici yetenekleri, bir dizi hızla değişen, kısa süreli ve yüzeysel duygulanımlarla kendini belli eder. Histrionik kişiler kaprislidirler, kolay tahrik olurlar ve engellenmeye, geciktiril-

meye ve düş kırıklığına gelemazler. Dahası, kullandıkları sözcükler ve ifade ettikleri duygular derin ya da gerçek olmaktan çok sığ (derinliksiz) ve taklitmiş gibi görünür.

Histrionikler, ilişkilerinde sadece dost tavırlı ve yardımsever bir görünümde olmakla kalmazlar; övgüye de çok meraklıdırlar, çekiciliklerini “pazarlarlar” ve çoğu kez eğlenceye düşkünlük gösterirler, cinsel yönden kışkırtıcıdırlar. Etkileme ve dikkati çekme başlıca amaçları olduğu için, istedikleri sonuca ulaşabilmek üzere çok çeşitli yollara başvururlar. Kadınlar cezbedici ya da cilveli bir şekilde davranabilirler; erkekler tipik olarak başkalarını övmeye çok cömert davranırlar ve fırsat düştükçe baştan çıkartıcı olurlar. Hem kadınlar, hem de erkekler, bir yandan kaygısız ve çokbilmiş olmanın ilginç bir karışımını sergilerlerken, diğeryandan da ketlenmiş ve naiv’dirler. Sözelimi cinsellik söz konusu olduğunda “oyunu oynamada” çok rahat davranırlar ancak olay ciddiye binince şaşkın, olgun olmayan biri gibi ya da kuruntulu davranırlar.

Histrionikler, başkalarında bıraktıkları ilk izlenimleri sürdüremezler. Birçok tanıdıkları vardır, ancak arkadaşları azdır. Kişisel etkinliğin çoğu alanında iyi bir başlangıç yaparlarsa da ilişkilerde derinlik ve süreklilik gerektiğinde çoğu kez duraksarlar ve geri çekilirler.

Histrionik kişiler, kendilerini gergin, arkadaş canlısı ve uyusulabilir insanlar olarak görürler. Çoğu içgöründen yoksundur. İçlerindeki kargaşayı, kusurlarını, depresyonlarını ya da düşmanca tutumlarını göremezler ya da görmek istemezler.

Kendilerini, kendi özellikleri içinde değil, ancak başkalarıyla olan ilişkilerine göre ve onlar üzerinde bıraktıkları ya da bırakmak istedikleri izlenimlere göre tanımlarlar. Histrionikler sanki “içi boş organizmalar” gibi kendi içlerinden gelen dürtülerden çok dış uyarılara göre davranırlar. Kabulenilmeyi ve sevgi göstermeyi beledikleri kişilerin görüşlerine ve duygudurumlarına karşı ileri derecede duyarlıdırlar. Duruma göre “manüplatif” davranırlar.

Dış uyaranlara karşı böyle bir yönelimlerinin olması ayrıntılara, çabuk gelip geçen, nasıl etkilendiklerine göre değişen ve dağınık bir ilgi göstermelerine yol açar; kararsız ve “dönek” davranışlarının bir nedeni de budur. Histrioniklerin gelip geçici olaylara karşı olan bu duyarlılıkları, bilişsel yüzeysellikleri, gerçek bir meraklarının olmayışı ve düşüncelerini, mantıklı bir çerçeve içinde, belirli bir konu üzerinde toparlayamamaları ile birlikte gider. Bu yüzeysellik, düşünsel “baştan savma”yı ve rahatsızlık verici düşüncelerden ve yüklü duygulardan kaçınıyor olmayı gösteriyor olabilir. Histrionik kişilerin belirli bir konu üzerinde odaklanamamaları, kendilerini bir karmaşa içine itebilecek düşünce ve dürtülerden uzak durmak istiyor olmalarından da kaynaklanabilir. Özellikle derinde yatan bağışlılık gereksinmelerinin bilince çıkmasından çekiniyor olabilirler. Bu ve bunun gibi nedenlerle kendilerinin daha fazla “farkında” olmaktan ve derinlemesine kişisel ilişkiler kurmaktan sakınırlar. Özetle, histrionikler yüzeysel davranma tutumlarını zora koşacak etkinliklerden, insanlardan ve düşüncelerden kendilerini uzak tutarlar.

Histrionikler, iç gözlem yapmaktan ve sorumluluk alarak düşünmekten kaçınma arayışı içindedirler. Kendi içlerinde olan bitenlerden çok dış olaylara göre uyum sağlamakla kalmazlar, başkalarının ne düşündüğüne, başkalarının ne hissettiğine göre yönelimlerini sağladıkları için kendi düşünce ve duygularıyla ilgilenmeyi de öğrenemezler. Sonuç olarak içgörüden yoksundurlar ve bilinçdışı duygularını ele almak için kaba mekanizmalara başvurmak zorunda kalırlar. Rahatsızlık yaratabilecek duygulardan ve bellek yükünden uzak durmayı ve bunları represe etmeyi (baskılamayı) iyi öğrenmişlerdir. Bunun bir sonucu olarak geçmişlerinin büyük bir kısmı “boş”tur, deneyimlerinden kazanmış olmaları beklenen belirli bir tutumları ve duyguları yoktur.

Geçmişte yaşadıklarından deneyim kazanamadıkları için kendi başlarına pek işlevsel olamazlar ve bu yüzden başkalarına olan bağımlılıklarını sürdürürler. Üstelik, ders alabilecekleri bir geçmişleri

olmadığı ve geçmişte öğrendiklerinin sağlayacağı yol gösterici bir rahatlık olmadığı için yaşadıkları zaman dilimi içinde sıkışır kalırlar. Kısacası, histrionik kişiliğin iç ruhsal dünyası dünyası “yarım yamalak”tır. Dış dünyaya ilişkin sezgileriyle uğraşıp durdukları için içsel zenginlik ve derinlikten yoksundurlar.

Sahip oldukları kadarıyla bile duygu, düşünce ve bellekleriyle ilintili iç dünyalarını baskılamaya ve bunların bilince çıkmasına engel olmaya çalışırlar. Bunu değişik nedenlerle yaparlar. Bunlardan birincisi, kendilerine biçtikleri değerın başkalarının yargılarına bağlı olmasıdır. Kendi kendilerini incelemeleri için bir neden yoktur, çünkü kendi başlarına kişisel değerlerini takdir edemeyeceklerdir, ayrıca bunun da, kabul görmeleri için herhangi bir yararı olmayacaktır. İkincisi, histrioniklerin ilgilerini kendi üzerlerine yöneltmesi, kendilerini dış dünyaya katılmaktan alıkoyar. İlginin böyle bölünmesi rahatsızlık verici olabilir, çünkü bir yandan da başkalarının isteklerine ve duygudurumlarına karşı “her an tetikte” olmaları gerektiğini hissederler. Dış uyarılara karşı tetikte kalabilmeleri için de, özellikle rahatsızlık verici olabilecek yanlarına karşı olmak üzere içsel ilgilerini azaltmaları gerekir. Üçüncüsü, histrionikler iç ruhsal dünyalarının kısırlıklarını görmezden gelme arayışı içindedirler. Başkalarında bırakmak istedikleri izlenimlerle, gerçek kendileri arasında uçurum olması, kendileriyle ilgili bir-iki eksikliği değil, ancak bütün kendi içselliklerini baskılamalarına yol açar.

Çoğu insan, teşvik edilme, ilgi görme ve kabullenilme arayışı içindedir, ancak histrionik kişilerin bu arayışları bir türlü doymak bilmez. İçlerindeki boşluk duygusunu, parçalanma ve dağılma korkusunu giderecek olan ancak başkalarıdır.

Histrionikler, teşvik görme ve başkalarının ilgisini çekme amaçlarına ulaşmada çoğu kez başarılı olurlar. Ancak bunları sağlamak için kullandıkları yöntemler pek de sağlıklı sayılmaz, çünkü “manüplasyon”larını sadece uygun koşullarda sergilemekle kendilerini sınırlandıramazlar. İçinde bulundukları durum uygun olsun ya da

olmasın, önemli ya da önemsiz herkesin ilgisini çekmek için sürekli olarak gelişigüzel bir arayış içindedirler. Histrioniklerin, tanınmak isteme ve kabul görme gereksinimleri bir türlü doymak bilmez gibi görünür. Belirli birinin ilgisini çeker çekmez, kabul görme açlıklarını gidermek üzere bir başkasına yönelirler. Histrionikler, ardı arkası gelmeyecek değer verilme ve övülmelerin akıtılacağı dipsiz bir kuyu gibidirler. En az bunlar kadar önemli diğer bir konu da histrioniklerin ilgi çekememeleri ve kabul görmemelerinin çoğunlukla kendilerinde kaygıya yol açıyor olmasıdır. Başkalarının olumlu ya da olumsuz bir tavır ortaya koymayan tutumları histrionikler tarafından çoğu kez bir reddedilme olarak yorumlanır, boşluk ve değersizlik duyguları yaratır.

Histrionikler, yukarıda sözü edilen amaçlara ulaşacak ve korkularından kurtulacak gibi olduklarında başkalarını işlerine geldiği gibi “manüple etme”ye başlarlar. Kabul görmek için yetenek ve çekiciliklerini kullanıp kendilerini “pazarlarlar”. Bunları çekici bir görünüm, baştan çıkartıcı istekler, yüzeysel bir çokbilmişlik ve başkalarını etkilemek ve eğlendirmek için takındıkları tavırlar ve duruş biçimleri ile sağlarlar. Gösteriler ve sergiler, dramatik tavırlar, anlamsız birtakım yorumlar, zekice anlatılan öyküler, ilgi çekici saç şekilleri, çarpıcı giysiler gibi şeylerin hepsini “kendilerini ifade etmek için” değil, ilgi çekmek için yaparlar. Kolaylıkla yalan söylerler; işlerine yaramayacak bile olsa, “gereksiz yere” yalana başvurdukları sık görülür. Kısacası histrionikler, kendilerini çuval dolusu hilesi olan bir eşya gibi kullanırlar. İlişkiye geçtikleri herkesin tüm ilgisini çekmeye çalışan “çarpıcı” bir “kişilik”leri vardır.

Histrionik kişiler, başkalarına neyin pazarlanabileceğini ve onlarla nelerin konuşulabileceğini bilmekle kalmazlar, olası düşmanca ve reddedici bir tutumun ipuçlarını da kolaylıkla yakalarlar. Bu duyarlılıkları kendilerine karşı ilgisiz kalınmasını ve kabul görmemelerini azaltmak için davranışlarını ayarlamalarını sağlar. Genelde tepkilerini başkalarının istekleri doğrultusunda ayarlayabilirler.

Albenilerine ve başkalarını “memnun etme” yeteneklerine karşın histrionikler uzun süreli olarak gerçek bir sevgi gösteremezler. Histrioniklerin kabul görmeye karşılık tüm verdikleri, gelip geçici ve çoğu kez yüzeysel olan sevgi gösterileridir. Histrionikler genelde başkalarıyla anlamlı ve sürekli bir ilişkiyi sürdüremezler. Belli bir derecede de olsa, başkalarında bıraktıkları yüzeysel izlenimlerle, kendilerinin gerçekten ne olduğu arasındaki farkın ne olduğunu da iyi bilirler. Hilelerinin ortaya çıkabileceğine ilişkin korkularından ötürü de başkalarıyla uzun süreli bir ilişkiyi sürdüremezler. (Tablo 12)

Tablo 12. Histrionik kişilik bozukluğunun yerleşik düşünceleri.

-
- İlgi uyandıran, dikkatleri üzerine çeken bir insanım.
 - Mutlu olabilmem için başkalarının bana ilgi göstermesi gerekir.
 - İnsanları eğlendiremiyor ya da etkileyemiyorsam ben bir hiçim.
 - Başkalarının bana karşı olan ilgilerini sıcak tutamazsam beni sevmeyeceklerdir.
 - İstedığımı elde etmenin yolu insanların gözünü kamaştırmak ya da onları eğlendirmektir.
 - İnsanlar bana karşı çok olumlu davranmıyorlarsa bu onların kokuşmuşluğundan ileri gelmektedir.
 - İnsanların beni gözardı edebilmeleri iğrenç...
 - İlgi odağı olmalıyım.
 - Her şeyi enine boyuna düşünmem gerekmez, sezgilerim her zaman doğruyu söyler.
 - İnsanları eğlendirebilirim zayıf yanlarımı göremezler.
 - Sıkılmaya katlanamam.
 - Bir şeyi yapacak gibi hissedersen, durmam yaparım.
 - Aşırılığa kaçmadıkça insanlar bana ilgi göstermiyorlar.
 - Duygular ve sezgiler, akılcı düşünmekten ve tasarlamaktan çok daha önemlidir.
-

Çevre İlişkileri ve Kendilerine Bakış Açısı

Histrionik kişilik bozukluğuna özgü uyum bozukluğuna neden olan tepkileri en çok tetikleyen durum ya da olaylar karşı cins ilişkileridir.

Histrionik kişilik bozukluğu olanlar bir yandan çekici, çarpıcı ve etkileyici davranırlarken, diğer yandan ilgiyi üzerlerinde toplamaya çalışan ve düşüncesiz davranışlar sergilerler. Kendi rahatlarına düşkündürler. Ayrıca sürekli olarak ilgiyi üzerlerinde toplamaya çalışan, duyguları değişken olan, gereksiz isteklerde bulunarak huyusuzca davranan ve ilişkilerinde yüzeysel kalan insanlardır.

Bu kişiler, kişilerarası ilişkilerinde göstermeci, kırıstıran bir tutum sergilerler, ilgiyi üzerlerinde toplamaya ve karşlarındakileri kendi amaçları doğrultusunda yönlendirmeye çalışırlar. Kendilerini başkalarının yerine koyamazlar, eşduyum yapamazlar.

Histrionik kişilik bozukluğu olanlar dürtüsel davranma eğilimi gösterirler, olaylara çözümsel yaklaşmazlar, yaklaşımları belirsizlikler taşır ve bir konuya saplanıp kalırlar. Kolay etki altında kalırlar ve daha çok önsezilerine ve sezgilerine göre ve içlerine doğduğu biçimde davranırlar. Açığa vurmadıkları bağımlılık gereksinmelerinin ayırımına varmaktan kaçınırlar. İnsanlardan kabul görmek için “başkalarına göre” davranma eğilimi gösterirler. Böylece gerçek kendileri ile toplum önünde sergiledikleri kendilerini birbirinden ayrı tutarlar.

Duygusal dışavurumlarında abartı vardır ve beklenmedik duygusal patlamalar ve öfke patlamaları gösterebilirler. Sevidiklerine ilişkin sürekli bir güvence arayışında olmalarına karşın ancak yüzeysel bir sıcaklık ve yakınlık gösterebilirler ve duygusal açıdan sığdırlar. Sonuç olarak dışlanmaya aşırı duyarlıdırlar.

Kişisel değersizlik duygularının yanı sıra başkalarına olumluluk yükleme eğilimleri de vardır. Kendilerini başkalarının gözüyle tanımlarlar. Gözü başka bir şey görmeden bir ilişki yaşadıkları sık görülür. İlgi odağı olmadıkları ortamlarda kendilerini rahatsız hissederekler.

Kendilerini tanımlarlarken “Ben çok duyarlı bir insanım ve herkes beni beğenmeli ve bağına basmalı” derler. Dış dünyaya bakış-

ları ise şöyledir: “Yaşam benim sınırlarımı geriyor, bu yüzden özel bir ilgi görmem ve bana düşünceli davranılması gerekiyor.” Yaşamdaki amaçlarını ise şöyle tanımlarlar: “Bu yüzden izleyiciler için oyna ve eğlen, eğlen, eğlen...”

Histrionik kişilik bozukluğu olanların altta yatan iki yerleşik düşüncesinin olduğundan söz edilir. Bunlar “Ben yetersizim ve kendi yaşamımı kendi başıma çekip çeviremem” ve “Değerli olabilmek için herkes tarafından sevilmeliyim” düşünceleridir. Kendilerine bakamayacak olduklarına inandıkları için bu kişiler sürekli bir ilgi arayışında olurlar ve başkalarının onayına gereksinirler ve başkalarının onlara bakmalarını ve onların gereksinmelerini karşılamalarını beklerler. Dolayısıyla sevilmek ve kabul görmek zorunda olduklarına inanmaları, dışlanmalarına karşı aşırı duyarlı olmalarına yol açar. Sonuç olarak başkalarının ilgisini çekmek üzere başkaları için “oynarlar”. Bu yüzden, yalnızca karşısındakileri etkilemeye yönelik, çerçevesi belirsiz bir düşünce biçimleri vardır. “Ya hep ya da hiç” biçiminde düşünürler, aşırı genellemeler ve yaşadıkları duygulara göre çıkarımlar yaparlar.

Histrionik Kişilik Biçimi ve Bozukluğu Arasındaki Ayrım

-
- *Biçim:* Kendisine ilgi gösterilmesinden ve övülmekten hoşlanırlar.
 - *Bozukluk:* Sürekli olarak bir güvence ya da kabul görme arayışında olurlar, övülmeyi beklerler.
-
- *Biçim:* Alımlı ve çekicidirler, görünüm ve davranışlarıyla uygun bir biçimde ayartıcıdırlar.
 - *Bozukluk:* Görünüm ve davranışlarıyla uygun olmayan bir biçimde cinsel açıdan ayartıcı, baştan çıkartıcıdırlar.
-

-
- *Biçim:* Görünümlerine ve bakımlarına düşkündürler, giysilerine özen gösterirler, toplumun beğenisine uygun giyinmeye çalışırlar.
 - *Bozukluk:* Dış görünümünün çok çekici olmasıyla aşırı ilgilenirler.
-

- *Biçim:* Yaşam doludurlar ve eğlenmeyi severler. Çoğu zaman dürtüsel davranırlarsa da haz almayı geciktirebilirler.
 - *Bozukluk:* Duygularını uygunsuz bir abartı ile sergilerler. Benmerkezcidirler ve haz alamamaya zor katlanırlar.
-

- *Biçim:* İlgi odağı olmayı severler ve bütün gözler üzerlerindeyken bunu iyi değerlendirirler.
 - *Bozukluk:* İlgi odağı olmadıkları durumlarda çok rahatsız olurlar.
-

- *Biçim:* Duygu yönelimlidirler, duygularını sergilemeyi severler, sevgi gösterilerinde bulunurlar; tepkileri duygusaldır ancak duruma uygun düşer.
 - *Bozukluk:* Duyguları birden değişkenlik gösterir ve sığdır.
-

- *Biçim:* Duruma göre uygun düşen genel ya da duruma özel bir konuşma biçimleri vardır.
 - *Bozukluk:* Etkilemeye yönelik ve ayrıntıdan yoksun bir konuşma biçimleri vardır.
-

Tanı Koydurucu Özellikler

Histrionik kişilik bozukluğunun başlıca özelliği, hemen her alanda aşırı duygusallık ve ilgilenilme arayışı içinde olmasıdır. Bu örnekte genç erişkinlik döneminde başlar ve değişik koşullar altında ortaya çıkar.

Histrionik kişilik bozukluğu olan kişiler ilgi odağı olmadıkları durumlarda rahatsız olurlar ya da değerlerinin anlaşılmadığını düşünürler. Çoğu zaman çok canlı ve rol yapar bir tarzda ilgiyi üzerlerine çekme eğilimi gösterirler ve yeni tanıdıklarını hararetli bir biçimde karşılayarak, bu kişileri belirgin bir açıklık göstererek ya da bu kişilere kur yaparak ("flört" ediyormuş gibi davranarak) başlangıçta cezbederler. Bu kişiler sürekli olarak ilgi odağı olmak istedikleri için bu nitelikleri süreklilik göstermez. "Parti yaşamı" rolünü sürdürmek zorundaymış gibidirler. İlgi odağı olmazlarsa başkalarının ilgisini üzerlerine çekmek için çarpıcı birşeyler (öyküler uydurma, bir olay sergileme gibi) yapabilirler. Bu gereksinimleri klinisyene karşı olan davranışlarında da çoğu zaman açıkça görülür (övgüler düzme, hediyeler getirme, her gelişlerinde yeni belirtiler olarak ortaya çıkan bedensel ve psikolojik belirtiler için çarpıcı tanımlamalar getirme gibi).

Böyle bir bozukluğu olan kişilerin görünüşleri ve davranışları çoğu zaman uygunsuz bir biçimde cinsel yönden ayartıcı ya da baştan çıkartıcıdır. Bu davranışları sadece cinsel ya da duygusal açıdan ilgileri olan kişilere karşı değil, içinde bulundukları toplumsal çevre için uygun olmayan bir biçimde, çok çeşitli toplumsal, mesleki ve profesyonel ilişkilerinde de ortaya çıkar. Duygusal dışavurumları sığdır ve hızlı değişir. Böyle bir bozukluğu olan kişiler ilgiyi üzerlerine çekmek için sürekli olarak dış görünüşlerini kullanırlar. Görünüşleriyle başkalarını etkilemek üzerinde aşırı dururlar ve giyim kuşamları için çok fazla zaman, enerji ve para harcarlar. Yine görünüşleriyle ilgili olarak iltifat edilmesini beklerler ve nasıl göründükleriyle ilgili olarak eleştirel bir yaklaşımda bulunulduğun-

da ya da kendilerini beğenmedikleri bir fotoğrafı gördüklerinde kolaylıkla ve aşırı derecede sinirlenirler.

Bu kişilerin aşırı bir düzeyde başkalarını etkilemeye yönelik ve ayrıntıdan yoksun bir konuşma biçimleri vardır. Sağlam düşünceler, çarpıcı bir biçimde, sezgisellik boyutunda dile getirilir, altta yatan nedenleri genellikle belirsizlikler taşır ve destekleyici gerçeklerden ve ayrıntılardan yoksundur. Sözelimi histrionik kişilik bozukluğu olan bir kişi belirli bir kişinin çok hoş biri olduğundan söz edebilir, ancak bu kişinin iyi bir niteliği olduğuna ilişkin, bu görüşünü destekleyecek herhangi özgül bir örnek veremez. Böyle bir bozukluğu olan kişiler gösteriş yaparlar, yapmacık davranışlar ve duygularını aşırı bir abartma ile gösterirler. Duygularını aşırı bir biçimde, ortalıkta, herkesin önünde sergileyerek arkadaşlarını ve tanıdıklarını mahcup ederler (örn. bir raslantı sonucu tanıdıklarını aşırı bir hararetle kucaklarlar, sıradan küçük duygusal olaylar karşısında hıçkırarak ağlarlar ya da öfke patlamaları olur). Ancak duyguları çoğu zaman hızlı bir biçimde gelip geçiyor gibi görünür, dolayısıyla başkaları da onları bu duyguları gerçekten yaşamıyor olmakla suçlayabilir.

Histrionik kişilik bozukluğu olan kişiler ileri derecede telkine yatkındırlar. Duyguları ve düşünceleri başkalarından ve o sıradaki heveslerinden kolaylıkla etkilenir. Özellikle, sorunlarını büyüğü bir biçimde çözeceklerine inandıkları otorite figürlerine olmak üzere, başkalarına aşırı derecede güvenirler. Boyun eğme eğilimi gösterirler ve başkalarına kolaylıkla inanırlar. Böyle bir bozukluğu olan kişiler, ilişkilerin olduğundan daha yakın olduğunu düşünürler, hemen bütün tanıdıklarını “canım, sevgili arkadaşım” olarak tanımlarlar ya da sadece bir ya da iki kez, o da iş ilişkisi çerçevesinde karşılaştıkları doktorlarından ilk isimleriyle söz ederler. Romantik düşlemlere kaydıkları sık görülür.

Histrionik kişilik bozukluğu olan kişilerin duygusal ya da cinsel ilişkilerinde duygusal yakınlık sağlamakla ilgili güçlükleri olur. Baş-

kalarıyla olan ilişkilerinde farkında olmadan bir role soyunurlar (örn. “kurban” rolüne ya da “prens” gibi bir role). Eşlerini ya da karşı cinsten olan arkadaşlarını duygusal manüplasyon ya da baştan çıkartıcılık yoluyla bir yandan denetim altında tutma arayışında olabilirlerken, diğer yandan da onlara karşı belirgin bir bağıllık sergilerler. Böyle bir bozukluğu olan kişilerin aynı cinsten olan arkadaşlarıyla ilişkileri genellikle bozuk olur, çünkü cinsel yönden ayartıcı kişilerarası ilişki biçimleri arkadaşlarının ilişkileri için bir tehdit ögesi olarak görülebilir. Bu kişilerin sürekli ilgi görme arayışları arkadaşlarını kendilerinden uzaklaştırabilir. İlgi odağı olmadıklarında çoğu zaman çökkün ve sinirli bir hale gelirler. Sürekli bir yenilik, heyecan ve uyarılma arayışı içinde olabilirler; sıradan gündelik olaylar karşısında sıklıkla gösterme eğilimi içinde olabilirler. Haz almalarının geciktirildiği durumlarda çoğu zaman hoşgörüsüz olurlar ya da bunun için büyük bir düş kırıklığı yaşayabilirler ve eylemleri çoğu kez hemen doyum sağlamaya yöneliktir. Bir işe ya da tasarıya büyük bir şevkle başarlarsa da ilgileri hızla azalır. Yeni ilişkilerin heyecanını tatmak için uzun süreli ilişkiler görmezden gelebilir.

Narsisistik Kişilik Bozukluğu

Kendini büyük görme ve benlik saygısı ile ilgili konularla aşırı ilgilenme ile belirlidir.

Belirti ve Bulguları (Tablo 13)

Narsisistik kişilik bozukluğu olanların kendi önemlerine ilişkin büyüklük duyguları vardır. Özel insanlar olduklarına, özel haklarla donandıklarına inanırlar. Eleştirilmeye ya da yenilgiye büyük bir kırgınlıkla ya da depresyonla karşı koyarlar. Benlik saygıları kırılmalıdır. Başkalarını kendi çıkarları için kullanma eğiliminde olurlar, başkalarıyla eşduyum yapamazlar. Dış görünüşleriyle aşırı derecede ilgilidirler ve kendilerine hayran olunmasını beklerler.

Görülme Sıklığı

Toplumda görülme sıklığı % 1 dolaylarındadır.

Ortaya Çıkartan Nedenler

Küçük yaşlarda anneyi yitirme ya da anne tarafından reddedilmiş olma yüzünden anneye eşduyum yapılamamış olmasının bu bozukluğun gelişmesinden sorumlu olduğu düşünülmektedir.

Tablo 13. Narsisistik Kişilik Bozukluğu Tanı Ölçütleri (DSM-IV-TR, Türkçe © HYB).

Aşağıdakilerden beşinin (ya da daha fazlasının) olması ile belirli, genç erişkinlik döneminde başlayan ve değişik koşullar altında ortaya çıkan, üstünlük duygusu (düşlemlerde ya da davranışlarda), beğenilme gereksinmesi ve empati yapamamanın olduğu sürekli bir örüntü:

- (1) kendisinin çok önemli olduğu duygusunu taşır (örn. başarılarını ve yeteneklerini abartır, yeterli bir başarı göstermeksizin üstün biri olarak bilinmeyi bekler)
- (2) sınırsız başarı, güç, zekâ, güzellik ya da kusursuz sevgi düşlemleri üzerine kafa yorar
- (3) "özel" ve eş bulunmaz biri olduğuna ve ancak başka özel ya da toplumsal durumu üstün kişilerin (ya da kurumların) kendisini anlayabileceğine ya da ancak onlarla arkadaşlık etmesi gerektiğine inanır
- (4) çok beğenilmek ister
- (5) hak kazandığı duygusu vardır: Kendisinin özellikle kayırılacak olduğu bir tedavi biçiminin uygulanacağı beklentileri ya da bu beklentilerine göre uyum gösterme
- (6) kişilerarası ilişkileri kendi çıkarı için kullanır: Kendi amaçlarına ulaşmak için başkalarının zayıf yanlarını kullanır
- (7) empati yapamaz: Başkalarının duygularını ve gereksinimlerini tanıyıp tanımlama konusunda isteksizdir
- (8) çoğu zaman başkalarını kıskanır ya da başkalarının kendisini kıskandığına inanır
- (9) küstah, kendini beğenmiş davranış ya da tutumlar sergiler

Psikodinamik Yorum

Altta yatan aşağılık duygularını ödünlemek için büyüklük duyguları yaşama gereksinmesi duyulmaktadır.

Genel Bilgiler

Narsisistler, toplumsal davranışlarında sakın ve kendine güvenli bir nitelik gösterirler. Sorunsuz ve doyumlu gibi görünüyor olmaları kimileri tarafından "vakur" olmalarına bağlanır. Kimilerine göre ise bunların davranışları küstahlığı, kibiri, kurumluluğu ve insan-

larla olan ilişkilerindeki kendini beğenmişliği, züppe tavırlılığı, kendine fazla güvenmeyi ve haddini bilmezliği gösterir. Narsisistler alçak gönüllü olmaktan uzak, aşırı derecede benmerkezci ve verici olmayan kişiler olarak görünürler. Genellikle farkında olmaksızın, karşılığında pek bir şey vermeden, başkalarını kendi çıkarları için kullanırlar, onları sömürürler ve onlardan kendi isteklerini yerine getirmelerini beklerler. Kendilerini beğenmişlikleri çoğu kişinin takdirini toplamaz, çünkü haklı nedenleri olmaksızın “kibirli” ve üstünlük taslıyor gibidirler.

Narsisistler, toplumda özel bir konumları olduğuna ilişkin savlarında kendilerini çok haklı bulurlar ve davranışlarının karşı çıkılabılır, hatta mantıkdışı bulunabilir olabileceğine ilişkin bir görüş taşımazlar. Kendilerini üstün insanlar olarak, olağandışı hakları ve ayrıcalıkları olan “çok özel” kişiler olarak görürler. Bu benlik algıları ile ilgili görüşleri öylesine yerleşmiştir ki bunların geçerli olup olmadığını kendilerine sormaya çok nadir olarak gerek duyarlar. Ayrıca, kendilerine saygı göstermeyen herkesi hor görür, küçümserler.

Narsisistler bilişsel olarak taşkındırlar. Düşlemlerinin ya da mantığa büründürmelerinin (rasyonalizasyonlarının) bir sınırı yoktur, gerçeklikten ve başkalarının görüşlerinden bağımsız olarak kendilerini hayal güçlerini kullanmaya kaptırırlar. Güçlerini abartmaya, hiç çekinmeden başarısızlıklarını başarıymış gibi göstermeye, benlik algılarını şişiren ya da hissettiklerini haklı çıkartan uzun ve anlaşılması güç rasyonalizasyonlar bulmaya, kendilerini kendi gördükleri gibi ya da daha da değerli olarak görmek istemeyen başkalarını kolaylıkla küçümsemeye yatkındırlar.

Narsisistler, hayal güçlerinin alabildiğine rahat çalışmasına bağlı olarak günlük yaşamlarında genel bir iyilik hali içindedirler, umutsuzluğa pek kapılmazlar, yaşama bakışlarında iyimserdirler. Gerçeklikten yarı-grandiöz bir sapmaya bağlı olarak ortaya çıkıyor olsa da, neşeli ve kaygısız olmasalar bile, genelde rahattırlar. Ancak

balon bir kez patlamayagörsün, bu duygudurumları hemen alınganlık göstermeye ve başkalarına sinirlenmeye dönuşür ya da kibirleri kırılır ve değersizlik duygularıyla birlikte kederli bir havaya bürünürler.

Narsisistler, anababaları tarafından, her ne yaparlarsa yapsınlar ve nasıl düşünürlerse düşünsünler, hep sevecek mükemmel insanlar oldukları inancı aşılanarak yetiştirilmişlerdir. Bu yüzden geçmişlerinden güç alırlar ve beklentileri yüksek olur. Bunun bir sonucu olarak da başkalarına güvenme eğilimi taşırlar ve her şeyin yolunda gideceğı inancı içindedirler. Ancak böyle bir safça inanış uzun süreli kalıcı olamaz; çünkü evin ötesindeki dünya öyle “iyi huylu” ve kabullenici değildir.

Gerçekle yüzyüze gelmeleri zaman zaman onları güç durumda bırakır. Günlük yaşamın sıradan gereklerini bile usandırıcı bulabilirler. Bu tür sorumlulukları alçaltıcı olarak görürler, çünkü bunlar narsisistlerin kendilerini neredeyse Tanrı gibi gören algılarını bozmaktadır. “Sıradan” bir insanın yapacağı görevler birikir, çünkü onlara, her neye inanıyorlarsa onun doğru olduğı ve her ne istiyorlarsa onun yapılması gerektiğı konusunda bir inanç aşılanmıştır. Ayrıca, düşüncesizliklerini oldukça iyi bir biçimde mantığa büründürme becerisini göstermekle kalmazlar, aynı zamanda bunlar için çok çeşitli iç ruhsal düzenekleri de kullanırlar. Öte yandan, başkalarının ne düşündüğü onlar için çok da önemli olmadığı için savunmaları çok ortadadır, gören göz için sakladıkları pek bir şey yoktur. Bunlar da fazla kendine güvenli ve kendini beğenmiş olarak görölmelerini destekler.

Narsisistler başarılı olamazlarsa, kişisel başarısızlıklarla ve toplumsal aşağılanmalarla karşılaşılırsa ne olur? Gerçek olaylar, onları, dorukta olduklarını ve üstün olduklarını sandıkları dünyalarından “tepetaklak” düşürürse ne olur? Ne gibi davranışlar gösterirler? Acılarını dindirmek için ne gibi düzenekler kullanırlar?

Başta kederlenmek, utanmak ve kendini değersiz hissetmekle birlikte yardım dilenmezler ve avunmak için düşlemlerine dönerler. Antisosyal kişilikten farklı olarak narsisistler insafsız olmayı, bir şeyin üzerinde iddialı olarak durmayı ve engellendiklerinde saldırgan olmayı öğrenmemişlerdir. Ne de histrioniklerin ödüllendirilme ve korunma için uyguladıkları sedüktif (baştan çıkartıcı) yöntemleri bilirler. Amaçlarına ulaşamayınca ve başka yapabilecekleri bir şey kalmayınca kendilerini toparlamak ve huzur sağlamak için yine kendilerine dönerler. Böyle zamanlarda süregelen düş gücü yetenekleri işe karışır. Böylece kendilerine yeniden saygınlık kazandırdıkları yalancı bir dünya yaratırlar. Özdenetim uygulamadıkları ve nesnel gerçekliği kendilerine bir ölçü olarak almadıkları için düş güçlerinin bir sınırı yoktur ve sorunlarına, anlaşılması güç birtakım çözümler bulurlar.

Düşleme yolu ile üstesinden gelemediklerini de baskırlar. Ayrıca akla yatkın ve tutarlı gibi görünen özürler ve “kanıtlar” bulurlar; böylece üstün ve mükemmel olduklarına karşı inançları geri gelir. Bu dayanaksız mantığa büründürmeler bir güven havası içinde sunulur. Daha önceden de belirtildiği gibi, narsisistler toplumu aldatma “beceri”sini hiç kazanmamış olabilirler, genelde başkalarının düşüncelerini göz önüne almaksızın, her ne istiyorlarsa onu söylerler ya da yaparlar. Bu yüzden başkaları için pek de inandırıcı olmayan mantığa büründürmeleri kendilerini kurtarmayabilir, daha da önemlisi dikkatleri üzerlerinde toplayabilirler ve başkalarının aşağılayıcı yargılarına hedef olabilirler. Böyle zamanlarda narsisistler bir savunma olarak projeksiyonu (yansıtmayı) kullanmaya itilebilirler. Kendilerini yalanlardan ve tutarsızlıklardan kurtarmayınca, üstün kişiler olma yansılmasını sürdürme gereksinmelerinin dürtüsü ile başkalarına yönelmeye başlarlar ve onları, başkalarını aldatıyor olmakla, bencil olmakla ve mantıksız davranmakla suçlarlar. Böyle zamanlarda narsisistin patolojisi iyiden iyiye ortaya dökülmüş olur. Ancak kişiliğin savunucu yapısında böyle bir “çökme” olması sık görülen bir durum değildir.

Narsisistlerin davranışlarının kendileri için neden doyum sağlayıcı olduğunu anlamak zor değildir. Kendi kendilerine “müşfik” davranarak; kendi “yiğitliklerinin, güzelliklerinin ve zekâlarının” düşlerini kurarak ve “belirgin” üstünlükleri ve yetenekleri olduğunu düşünerek, kendi kendilerini desteklemeleri yoluyla, çoğu kişinin gerçekten çaba harcayarak erişmeye çalıştığı ödülleri kendi kendilerine “kazanmış” olurlar. Narsisistler doyum sağlamak için bir başkasına gerek duymazlar, onları teşvik edecek olan yine kendileri olabilir.

Ancak -ne yazık ki!- narsisistler de başkalarının da bulunduğu bir dünyada yaşama gerçeğiyle karşı karşıyadırlar. Ne denli kendi düşlem dünyalarında kalmayı yeğlerlerse yeğlesinler, gerçek kişilerarası ilişkilerin gerektirdiği her türlü zorluğa da katlanmak zorundadırlar. Ayrıca kendi kendilerini desteklemeleri ne denli doyum sağlıyor olursa olsun, başkalarının kendilerini beğenmesinin getireceği doyum da görmezden gelinemez. Narsisistler bunu sağlamak için çok az bir çaba gösterirler ve karşılık olarak kendi üzerlerine düşeni yapmazlar. Ödüllendirilmek için boyun eğmek ve rıza göstermek zorunda olan bağımlı kişiliğin ya da başkalarının övgüsünü almak için rolünü oynamak ve çekici olmak zorunda olan histri-oniklerin tersine narsisistler istedikleri beğeniyi kazanmak için karşılık olarak pek bir şey vermezler. Bazı narsisistler, başkalarının kendileriyle ilişkide olmalarıyla o kişilerin “onurlandırıldığını” düşünürler.

Narsisistlerin dışa vurdukları kendini beğenmişlik ve güven havasının başkalarının hayranlığını kazanması ve onların sözünü dinlemelerini sağlaması şaşırtıcı değildir. Çevrelerindeki insanları tartarlar ve kendilerine saygı gösterecek gibi olanları hemen ayırt ederler. Narsisistler, sıklıkla, karşılığında pek bir şey beklemeden karşılarında hürmetle eğilecek, “düşünceli”, boyun eğen bağımlı bir kişiyi bulup çıkartırlar. (Tablo 14)

Tablo 14. Narsisistik kişilik bozukluğunun yerleşik düşünceleri.

-
- Ben çok özel bir insanım.
 - Üstün biri olduğum için özel davranılmayı ve birtakım ayrıcalıklar tanınmasını hak ediyorum.
 - Başkalarına uygulanan kurallar beni bağlamaz.
 - Tanınmak, övülmek ve hayran olunmak çok önemlidir.
 - Benim konumuma saygı göstermeyenlerin cezalandırılması gerekir.
 - Diğer insanlar benim gereksinimlerimi karşılamalıdır.
 - Başkaları, benim ne denli özel biri olduğumu anlamalıdır.
 - Hak ettiğim saygıyı görmemeni ya da hak ettiklerimin verilmemesi başışlanamaz.
 - Başkaları kendilerine duyulan hayranlığı ve sahip oldukları varlığı hak etmiyor.
 - İnsanların beni eleştirme hakları yok.
 - Ben çok yetenekliyim, başkalarının benim durumuma gelebilmeleri için kendilerine yeni yollar bulmaları gerekir.
 - Ancak benim kadar zeki ve parlak insanlar beni anlayabilirler.
 - Büyük şeyler istemek için her türlü nedenim var.
-

Çevre İlişkileri ve Kendilerine Bakış Açısı

Narsisistik kişilik bozukluğuna özgü uyum bozukluğuna neden olan tepkileri en çok tetikleyen durum ya da olaylar kendiliğin değerlendirilmesidir.

Narsisistik kişilik bozukluğu olanlar, kendini beğenmiş, burnu büyük, kurumlu, üstünlük taslayan, büyülenen, böbürlenlen ve züppe kişiler olarak tanımlanırlar. Kendine güveniyor gibi görünen, benmerkezci insanlar olduklarından söz edilir. Karşılıklı konuşmaları kendileri yönlendirmek isteyen, kendilerinin aşırı ölçüde beğenilmesini bekleyen, kendilerini beğenmiş, “havalara giren”, göstermeci insanlardır. Ayrıca sabırsız, küstah, bilgiçlik taslayan, ancak aşırı duyarlı kişilerdir.

Kişilerarası ilişkilerinde sömürgeci, başkalarını kendi çıkarları için kullanan kişilerdir. Davranışları toplumsal açıdan derinliksiz, ancak cana yakın, alımlı ve çekicidir. Ancak başkalarının gerçek-

ten ne hissettiğini hiç anlayamazlar, onlarla eşduyum yapamazlar. Zorlandıklarında karşısındakilere tepeden bakmaya, hor görmeye çalışırlar ve davranışlarının sorumluluğunu almazlar.

Düşünceleri taşkın ve abartılıdır. Gerçeklere odaklanmak yerine imgelerine odaklanırlar. Kendileriyle ve giriştikleri işlerle ilgili yanlış-samalarını haklı çıkarmak üzere gerçekleri çarpıtırlar ve kendi kendilerini aldatırlar. Ayrıca esneklikten yoksundurlar. Kendi önemlerini abartırlar. Güçleri, varsılıkları ve yeterlikleriyle ilgili olarak gerçekçi olmayan beklentilere girerler. Bunlara “haklarının olduğu”nu ve özel bir önemlerinin olduğunu düşünerek bu beklentilerini haklı çıkarmaya çalışırlar.

Duygusal açıdan bir kendine güven havası içindedirler. Narsisistik güvenlerini sarsacak bir şey olmadıkça çevrelerine karşı soğuk ve ilgisizdirler, aldırışsız ve umursamaz bir görünüm sergilerler. Eleştirilmeye öfkeyle karşılık verebilirler. Başkalarına karşı duyguları aşırı ülküselleştirmeyle değersizleştirme arasında gider gelirler. Eşduyum yapamamaları sonucu başkalarıyla yüzeysel ilişkiler kurarlar, derin bağları yoktur.

Bu kişiler, kendilerini özel olarak görseler de, başkalarına gereksinimlerinin olduğunu ve bu kişilerin de kendilerini incitebileceğini bilirler. Buna göre kendi gereksinimleri için başkalarını kullanırken bir yandan da sakıngan ve tetikte davranırlar.

Narsisistik kişilik bozukluğu olan kişilerin başlıca yerleşik düşünceleri kişisel olarak eşi bulunmazlık ve özel bir önemlerinin olduğu düşünceleridir. Çevrelerindeki dalkavukluğu, “yağcılık”, kendilerini kullandırmaları ve buna göz yummaları ve kayırmacılıkları bu düşüncelerine dayanak olur. Ancak insanlardan olumsuz geri bildirim almaları karşısında kolaylıkla incinirler. İnsanlarla işbirliği yapmakta, karşılıklı bir etkileşim içinde olmakta zorluk çekerler. Kendi rahatlarına fazla düşkün olmalarından, sürekli başkalarından bekliyor olmalarından ve saldırgan davranışlarından ötürü insan ilişkilerinde güçlükler yaşarlar.

Narsisistik Kişilik Biçimi ve Bozukluğu Arasındaki Ayrımlar

- *Biçim*: Kendileri hakkında olumsuz değerlendirmelere ve başkalarının duygularına karşı duyarlıdırlar ancak bunları göğüsleyebilirler.
 - *Bozukluk*: Eleştirilmeye öfkeyle tepki verirler, tepki veremediklerinde kendilerini küçük düşmüş olarak hissederek.
-

- *Biçim*: Başkalarıyla ilişkilerinde açık göz davranırlar, kendi amaçlarına ulaşmak için başkalarının güçlerini ve üstünlüklerini kullanırlar.
 - *Bozukluk*: Kişilerarası ilişkilerinde sömürgeci, kendi amaçlarına ulaşmak için başkalarını sömürürler.
-

- *Biçim*: Kendilerini, kendi düşüncelerini ve tasarımlarını çok iyi pazarlarlar.
 - *Bozukluk*: Özel bir önemleri olduğuna ilişkin bir duygu içindedirler.
-

- *Biçim*: Başa gürüşmeyi ve orada kalmayı seven yarışmacı kişilerdir.
 - *Bozukluk*: Sonuca giden her yolu geçerli sayarlar.
-

- *Biçim*: Kendilerini, kendi alanlarında en iyi ve en başarılı olarak görselleştirebilirler.
 - *Bozukluk*: Sınırsız güç, sınırsız başarı, olağanüstü güzellik, eşi bulunmaz bir sevgi düşlemlerine dalarlar.
-

-
- *Biçim:* Kendilerine, kendi yeteneklerine ve kendi eşi bulunmazlıklarına inanırlar ancak özel bir tedavi ya da bir ayrıcalık beklemezler.
 - *Bozukluk:* En iyisini hak ettiklerini düşünürler, özel bir tedavi görme beklentisi içindedirler.
-

- *Biçim:* Beğeniyi ve övgüyü güzel bir biçimde, büyük bir ölçülülük içinde kabul ederler.
 - *Bozukluk:* Sürekli ilgi görme ve beğenilme arayışı içindedirler.
-

- *Biçim:* Kendi duygu ve düşüncelerinin ayırımında oldukları gibi başkalarının duygu ve düşüncelerinin de bir ölçüde ayırımındadırlar.
 - *Bozukluk:* Eşduyum yapamazlar, başkalarının nasıl gördüğünü ve ne hissettiğini anlayamazlar.
-

- *Biçim:* Başkalarının kendilerine hep iyi davranmasını beklerler.
 - *Bozukluk:* Kışkançlık duygularından arınamazlar.
-

Tanı Koydurucu Özellikler

Narsisistik kişilik bozukluğunun başlıca özelliği, genç erişkinlik döneminde başlayan ve değişik koşullar altında ortaya çıkan, üstünlük duygusu, beğenilme gereksinmesi ve empati yapamama örüntüsünün sürekli olmasıdır.

Bu bozukluğu olan kişilerin, kendilerinin çok önemli olduğuna ilişkin büyüklük duyumları vardır. Bu kişiler kendilerini olduklarından daha yetenekli görürler ve başarılarıyla böbürlenirler, çoğu zaman övünge ve gösterişçidirler. Başkalarının da onların çabaları-

na aynı değeri verdiklerini düşünebilirler ve bekledikleri övgüler gelmeyince ya da gereksindikleri duyguları oluşturamayınca şaşkınlığa düşebilirler. Kendi başarılarıyla ilgili abartılı yargılarında başkalarının katkılarının görmezden geldiği bir yön de vardır. Sıklıkla, sınırsız başarı, güç, zekâ, güzellik ya da kusursuz sevgi düşlemleri üzerine kafa yoralar. “Zamanı çoktan gelip gelmiş” hayranlıklar ve ayrıcalıklar üzerinde düşünüp dururlar ve kendilerini meşhur ya da ayrıcalıklı insanlarla karşılaştırırlar.

Narsisistik kişilik bozukluğu olan kişiler, kendilerinin üstün, özel ya da eş bulunmaz kişiler olduklarına inanırlar ve başkalarının da kendilerini öyle görmesini beklerler. Kendilerinin sadece özel ya da yüksek konumdaki kişilerce anlaşılabilceğini ve ancak bu kişilerle ilişki kurmaları gerektiğini düşünürler ve ilişki kurdukları kişilere “eş bulunmaz”, “mükemmel” ya da “üstün yetenekli” gibi nitelikler yüklerler. Böyle bir bozukluğu olan kişiler gereksinmelerinin çok özel olduğuna ve sıradan insanların bunları anlayamayacağına inanırlar. İlişkiye girdikleri kişilere yükledikleri, yüceleştirdikleri değerler yoluyla kendi benlik saygılarını güçlendirirler (yani ayna tutarlar). Sadece “en yukarıdaki” kişi (doktor, hakim, kuaför, öğretmen) olma ya da “en iyi” kurumlarla ilişki kurma konusunda ısrarlı olma eğilimi gösterirler ve kendilerini düş kırıklığına uğratanların değerlendirmelerini değersiz bulurlar.

Böyle bir bozukluğu olan kişiler genellikle çok beğenilmek isterler. Benlik saygıları hemen her zaman çok kırılındır. Sürekli olarak, ne denli iyi yaptıkları ve başkalarının kendilerini ne denli iyi değerlendirdiği üzerinde dururlar. Bu da çoğu zaman sürekli ilgi görme ve beğenilme gereksiniminde olma biçimini alır. Gelişlerinin büyük bir coşkuyla karşılanmasını bekleyebilirler ve sahip olduklarına imrenmeyenleri büyük bir şaşkınlıkla karşılarlar. Sürekli iltifat edilmeyi beklerler. Özellikle, özel bir tedavi beklentisi içinde olmalarından anlaşılacağı üzere hak kazandıkları duygusunu yaşarlar. Özel davranılmayı beklerler ve böyle bir karşılık almazlarsa şaşkınlığa düşerler ya da çok öfkelenirler. Sözgelimi, sırada beklemek

zorunda olmadıklarını, kendi önceliklerinin çok önemli olduğunu ve başkalarının buna saygı göstermesi gerektiğini düşünürler ve “çok önemli işleri” için başkalarından yardım görmediklerinde bunun için sinirlenirler. Buna haklarının olduğu duyguları, başkalarının isteklerine ve gereksinmelerine duyarlılık göstermekten uzak olmalarıyla birleşince, bilerek ya da bilmeyerek başkalarını kendi çıkarları için kullanırlar, onları sömürürler. Her ne isterlerse ya da neye gereksinim duyarlarsa, bunun başkaları için ne anlama geldiğini düşünmeksizin karşılanmasını beklerler. Sözgelimi bu kişiler, başkalarından kendilerini işlerine adanmasını bekleyebilirler ve bunun onların yaşamları üzerindeki etkisini göz önünde bulundurmaksızın bu kişileri aşırı çalıştırabilirler. Diğer kişi amaçlarına ulaşmayı kolaylaştırıyorsa ya da bu olmasa bile, kendi benlik saygılarını güçlendirmeye yarıyorsa ancak o zaman arkadaşlıklar kurarlar ya da duygusal ilişkilere girerler. Çok özel insanlar oldukları için bunun hakları olduğuna inandıklarından, onlara özel birtakım ayrıcalıklar tanınması ve onlar için özel birtakım kaynaklar yaratılması için çoğu zaman zorlamalarda bulunabilirler.

Narsisistik kişilik bozukluğu olan kişiler genelde empati yapamazlar ve başkalarının isteklerini, öznel yaşantılarını ve duygularını tanımakta zorluk çekerler. Başkalarının bütünüyle kendi iyilikleriyle ilgili olduğunu düşünebilirler. Kendi kaygılarını gereksiz ayrıntılarıyla tartışma eğiliminde olurlarken başkalarının da duygularının ve gereksinmelerinin olduğunu görmezden gelirler. Kendi sorunları ve kaygıları hakkında konuşanlarla birlikteyken çoğu zaman hor gören bir yaklaşım içinde, sabırsız ve hoşgörüsüz olurlar. Söylediklerinin başkalarını incittiğinin farkında bile olmayabilirler (eski sevgililerine, coşkunkluk içinde “Artık yaşam boyu süreceğim bir ilişki içindeyim!” diyebilmek gibi; hasta olan birinin yanında sağlıklı olmalarından ötürü övünmek gibi). Başkalarının gereksinmelerini, isteklerini ya da yaşadıkları duyguları gördüklerinde de, eleştirir bir tutumla, bunları zayıflığın ya da kolay incinebilir olmanın birer belirtisi olarak algılama eğilimi için-

de olurlar. Narsisistik kişilik bozukluğu olan kişilerle ilişkiye girenler bu kişilerdeki duygusal soğukluğu ve karşı ilgi yoksunluğunun olduğunu görürler.

Bu kişiler çoğu zaman başkalarını kıskanırlar ya da başkalarının kendilerini kıskandığını düşünürler. Başkalarının başarılarında ya da sahip oldukları şeylerde gözleri kalır, bunları onlara çok görürler ve onların elde ettikleri bu başarıları, beğeniye ya da ayrıcalıklara daha çok kendilerinin lâyık olduğunu düşünürler. Özellikle başarıları için teşekkür ya da övgü alan başkalarının katkılarını kaba bir şekilde değersizleştirmeye çalışırlar. Bu kişilerin küstah ve kendini beğenmiş davranışları olur. Çoğu zaman züppeliğe varan, tepeden bakan ya da patronluk taslayan tutumlar sergilerler. Sözgelimi böyle bir bozukluğu olan bir kişi sakar bir garsonun “kabalık”ı ya da “salaklık”ından yakınabilir ya da bu kişinin bir doktora görünmesi gerektiği sonucuna varabilir.

Narsisistik kişilik bozukluğu olan kişilerin benlik saygılarının kolay zedelenebilir olması, eleştirilme ya da yenilgi karşısında “yaralanma”ya çok duyarlı olmalarına yol açar. Dışarıdan göstermeseler de eleştirilme bu kişileri derinden yaralayabilir ve kendilerini rezil olmuş, alçalmış, çökmüş ve boşluktaymış gibi hissedebilirler. Hor görerek, öfkeyle ya da cüretkâr bir karşı saldırıyla tepki gösterebilirler. Bu yaşantılar çoğu zaman toplumdan uzaklaşmalarına ya da üstünlük duygularını maskeleyebilen bir yumuşakbaşlılığa yol açar. Özel birtakım haklarının olduğu duygularının yarattığı sorunlardan ötürü, beğenilme gereksinimlerinden ve başkalarının duyarlılıklarını görmezden gelmelerinden ötürü kişilerarası ilişkileri genelde bozuktur. Tutkuları ve kendilerine olan güvenleri, üstün başarı sağlamalarını sağlayabilirse de eleştirilmeye ve yenilgiye gelememeleri başarılarını sürdürmelerini engelleyebilir. Mesleki işlevsellikleri bazen çok düşük olabilir; çünkü yenilginin olası olduğu, rekabete dayalı ya da diğer durumlarda risk alma konusunda isteksiz davranabilirler. Süregiden utanç ya da aşağılanmış olma duygularına ve bunun yanı sıra gi-

den özeleştiriye, toplumdan uzaklaşma, depresif duygudurum eşlik edebilir. Bunun tam tersine, kalıcı olabilen üstünlük duygusu taşıma dönemlerine taşkın bir duygudurum eşlik edebilir.

Çekingen Kişilik Bozukluğu

Bu kişiler “fobik” olarak da adlandırılan utangaç, çekingen, ürkek, korkak bir kişiliğe sahiptirler.

Belirti ve Bulguları (Tablo 15)

Kolaylıkla incinirler ve dışlanmaya karşı aşırı duyarlıdırlar. Kendi dünyalarında yaşarlar ve başkalarının kendilerini koşulsuz olarak kabul etmesini beklerler. Toplumsal katılımlarda bulunmaya karşı isteklidirler. Sıklıkla “aşağılık duyguları” vardır. Kendilerine güvenleri yoktur, kendilerini geri çekerler, kendilerini göstermek istemezler. Başkalarının sıradan yorumlarını aşağılayıcı olarak değerlendirirler. Kendilerini beceriksiz ve albenisi olmayan kişiler olarak görürler.

Görülme Sıklığı

Toplumda görülme sıklığı % 0.5-1 arasındadır. Yüzde 10'lara varan oranları bildiren yayınlar da vardır.

Ortaya Çıkartan Nedenler

Anababanın küçümsemeleri ya da aşırı koruyup kollamaları, anababada da fobik özelliklerin bulunması olası etkenler olarak görülür.

Tablo 15. Çekingen Kişilik Bozukluğu Tanı Ölçütleri (DSM-IV-TR, Türkçe © HYB).

Aşağıdakilerden dördünün (ya da daha fazlasının) olması ile belirli, genç erişkinlik döneminde başlayan ve değişik koşullar altında ortaya çıkan, toplumsal ketlenmenin, yetersizlik duygularının ve olumsuz değerlendirilmeye aşırıduyarlılığın olduğu sürekli bir örüntü:

- (1) eleştirilecek, beğenilmeyecek ya da dışlanacak olma korkusuyla çok fazla kişilerarası ilişki gerektiren mesleki etkinliklerden kaçınır
- (2) sevdiğinden emin olmadıkça insanlarla ilişkiye girmek istemez
- (3) mahcup düşeceği ya da alay konusu olacağı korkusuyla yakın ilişkilerde tutukluk gösterir
- (4) toplumsal durumlarda eleştirileceği ya da dışlanacağı üzerine kafa yorar
- (5) yetersizlik duyguları yüzünden yeni kişilerle aynı ortamda bulunduğu durumlarda ketlenir
- (6) kendisini toplumsal yönden beceriksiz, kişisel olarak albenisi olmayan biri olarak ya da başkalarından aşağı görür
- (7) mahcup düşebileceğinden ötürü kişisel girişimlerde bulunmak ya da yeni etkinliklere katılmak istemez

Psikodinamik Yorum

Kaçınma ve ketlenme gibi savunmalar kullanırlar. Açık bir dışlanma korkusu, ister ödipal, isterse preödipal olsun, altta yatan agresyonu örtmektedir.

Genel Bilgiler

Çekingen kişiler, değer verilmemeye ve aşağılanmaya ileri derecede duyarlıdırlar. Derin bir yalnızlık ve toplumdan kopuk olma duygularını yaşarlar, “olayların dışında kalmak”tan acı çekerler, çoğu zaman baskılamış olsalar da güçlü bir kabul görme isteği duyarlar. Toplumsal yaşamda, ilişki kurma ve etkin bir katılımcı olma özemleri olmasına karşın, iyilik durumlarını başkalarının eline bırakmaktan büyük ölçüde korku duyarlar. Bu yüzden, toplumdan kopuklukları, şizoid kişilik bozukluğunda olduğu gibi, istek ve du-

yarlılıklarının olmamasından değil, kendilerine, kendilerini korumaya yönelik kısıtlamalar getirmelerinden kaynaklanır. Büyük bir yalnızlık duyguları ve yabancılaşma yaşantıları olmasına karşın, bekledikleri yenilgi ve aşağılanmayla karşılaşmaktan çok çekinirler. Duygularını açıkça dışı vuramadıkları için bunları biriktirirler, içsel düşlem ve imgelem dünyalarına yönlendirirler. Duygusal ve yakınlık gereksinmelerini şiir yazarak, düşünsel birtakım etkinliklerde bulunarak ya da sanatsal birtakım etkinliklere katılarak giderirler.

Ancak, yalıtılma ve kendini korumak üzere geri çekilme, ikinci birtakım sonuçlar doğurur ve bunlar da çekingen kişilik bozukluğu olanların birtakım güçlüklerle karşılaşmasına yol açar. Açıkça gergin ve korku duyduklarını gösteren davranışları sıklıkla gülünç duruma düşmelerine ve aşağılanmalarına neden olur. Kuşku duyduklarını gösteren davranışları ve kendilerine kısıtlama getirdiklerini gergin bir biçimde göstermeleri, başkalarına sataşmaktan, başkalarıyla alay etmekten, başkalarını küçük görmekten zevk alan, böyle davranarak doyum sağlayan insanları harekete geçirir. Böylece yaşadıkları aşağılanmalar başkalarına güven duymamalarını haklı çıkardığı gibi geçmişteki yaralarını da deşmiş olur.

Çekingen kişilik bozukluğu olanlar utangaç ve kuruntulu bir davranış örüntüsü sergilerler. Toplumsal durumlarda “yakışık almayan” tutumlarının olmasının ve rahatsızlık duymalarının yanı sıra kişilerarası ilişkilerin bir gereği olan karşılıklı verme-alma’dan büyük ölçüde çekinir ve ürkerler. Yüz yüze etkileşimlerde başkalarında büyük bir gerginlik yaratırlar. Rahatsızlık duymaları ve güvensizlikleri çoğu zaman başkalarının güvenilirliklerini sınama girişimlerinde bulunmalarına yol açar. Çekingen kişilik bozukluğu olanlarla yüzeysel bir ilişkisi olanlar genellikle bu kişileri korkak, ürkek, mahcup, utangaç, sıklıgan, çekingen, “kendi kabuğunda” ya da soğuk ve uzak kişiler olarak tanımlarlar. Daha yakından tanıyanlar ise bu kişilerin duyarlılıklarını, alınganlıklarını, kaçınmalarını ve başkalarına büyük bir güvensizlik duyuyor olmalarını anlarlar.

Çekingen kişilik bozukluğu olan kişilerin konuşmaları genellikle yavaş ve kısıtlıdır. Sıklıkla tedirginlikler yaşarlar, duraksarlar, bitirmeden bıraktıkları ya da eksik kaldığı belli olan düşüncelerini dışa vururlar; bazen karmakarışık ve konuyla ilgisiz kalan konuşmaları olur. Davranışları çoğu zaman son derece ölçülü ve kontrollü ise de zaman zaman kıpır kıpır, kesik kesik ve kararlı davranışlar sergiledikleri de olur. Duygularını açıkça dışa vurmaktan çekinirler, ancak uygun tepkileri veremiyor olmak da onlarda büyük bir gerginlik yaşatır. Yalnızca kaygılarını denetim altında tutmak için değil, kızgınlıklarını bastırmak ve kendilerini tutmak için de büyük çaba harcarlar.

Kendi istekleriyle başkalarından uzak duran ya da kaçınan bu kişiler, başkalarının duygularına ve “niyet”lerine karşı her an tetikte dururlar. Bu kişiler “duyarlık ölçerler”dir, ilişkiye geçtikleri kişilerin bütün davranış ve tutumlarını ölçerler ve bunlara değer biçerler. Her an tetikte olmaları onları olası tehlikelerden korsa da aşırı uyaran altında kaldıkları için bu durum onları, çevrelerinde olup biten sıradan olaylara, olağan biçimde katılmaktan alıkoyar.

Düşünce süreçleri ilgisiz çevresel ayrıntılarla boğulurken içlerinden gelen duygusal uyumsuzluklar da bu kişilerin dikkatlerini dağıtır. Dış algılarının yanı sıra içlerinden gelen, önü alınamaz duyguları bu kişilerin düşünsel süreçlerini bozar ve günlük yaşamın olağan işlevlerini yerine getirmelerini çıkmaza sokar. Daha çok toplumsal ortamlarda böyle düşünsel bir karmaşa yaşanır. Çekingen kişilik bozukluğu olanlar böyle ortamlarda algısal bir aşırı uyarılmışlıkla duygusal bir karmaşayı birarada yaşarlar.

Bu kişiler kendilerini huzursuz, içi rahat olmayan, gergin ve talsalı kişiler olarak tanımlarlar. Yalnızlık duygularını, istenmediklerini ve toplumdan kopuk olduklarını, başkalarından çekindiklerini ve başkalarına güven duymadıklarını sıklıkla dile getirirler. Başkalarını eleştirici, aldatıcı, güvenlerini kötüye kullanan ve kendilerini aşağılayan kişiler olarak görürler. Böyle bir bakış açıları olunca bu ki-

şilerin neden çekingen ve kaçınan kişiler olarak davrandıklarını anlamak zor değildir.

Boşluk ve kendine yabancılaşma duyguları yaşarlar. Bu kişiler, iç gözlem yapma ve kendileriyle ilgili olarak farkındalık kazanma eğilimi içindedirler; çoğu zaman kendilerini başkalarından değişik olarak görürler, kim oldukları ve kendilerine biçtikleri değer konusunda kararlı değildirler. Başkalarına yabancılaşmalarına, kendilerine yabancılaşma duyguları da eşlik edebilir. Sürdürdükleri yaşamın boş olduğunu, benlik imgelerinin değersiz olduğunu, kendilerini küçük gördüklerini sık sık dile getirirler.

Bu tür bir kişilik bozukluğu olanların başlıca amacı kendini gerçek ya da imgesel ruhsal acıdan korumaktır. Kişilerarası ilişkilerinin gerisinde yatan ittirici güç, kişisel olarak küçük düşecek ya da toplumsal olarak dışlanacak ortamlardan kaçınmaktır. Kendi saldırgan ve duygu yüklü dürtüleri de diğer bir tehdit ögesidir. Bunlar da kendi başına yeterince büyük bir sıkıntı kaynağıdır, çünkü bu kişiler kendi davranışlarından ötürü kınanacaklarından ya da dışlanacaklarından korkarlar. Söz konusu içsel dürtülerini yadsımaya ve bunların önünü almaya büyük bir ruhsal enerji harcarlar.

Çekingen kişilik bozukluğu olan kişilerde birçok çatışma birarada yaşanır. Yaşanan başlıca çatışma, duygulanımla güvensizlik arasında yaşanan çatışmadır. Başkalarına yakın olmak, duygularını göstermek isterler ve sıcak davranmaya çalışırlar, ancak bu davranışlarından ötürü acı çekeceklerini ve düş kırıklığına uğrayacaklarını düşünmekten kendilerini alamazlar. Yeterlikleri hakkında kuşku vardır ve toplumun yarışmacı yanına bulaşmayı göze alamazlar. Kendilerine güvenlerinin olmayışı, kendi başlarına girişimde bulunmalarını engeller, özerklik ve bağımsızlık çabalarının boşa çıkacağını düşünmelerine, dolayısıyla küçük düşmekten korkmalarına yol açar. Doyum sağlamaya yönelik her yol sanki bu çatışmalar tarafından kapanmıştır. Kendi başlarına davranamazlar, çünkü kendilerine yönelik bir kuşku içindedirler, başkalarına bağlanamazlar, çünkü kimseye güvenmiyorlardır. Ne kendileri kendilerini, ne

de başkaları onları ödüllendiriyor; ne kendileri kendilerine, ne de başkaları onlara güven ortamı sağlıyordur; her iki yönden de yalnızca acı ve sıkıntı yaşanır. Her iki yönden de kapana sıkışmış kalmışlardır, hem onları çevreleyen sıkıntıdan, hem de iç dünyalarındaki boşluktan ve yaralanmalardan kurtulma arayışı içindedirler.

Sözü edilen bu ikinci özellik çekingen kişilik bozukluğunu anlamada özellikle önemlidir, çünkü kişinin kendini dış çevreden geri çekmesi bir ölçüde barış ve huzur sağlayabilir, ancak bu kişiler kendi içlerinde bir avuntu, bir dinginlik bulamazlar. Geçmiş yaşamlarında karşı karşıya kalmış oldukları aşağılayıcı ve küçümseyici kötü tutumları içselleştirdiklerinden ötürü, başarılarından ve görüşlerinden kaynaklanan ödüllendirilmeyi yaşamak yerine utanç, aşağılanma ve küçük düşürülmüşlük duygularını yaşarlar. Kişinin değersiz saydığı benliğiyle başbaşa kalması, başkalarının göstereceği ezinçten daha acı vericidir. Kişinin kendi düşünceleri ve duygularıyla boğulması daha zor bir yaşantıdır, çünkü kişi kendisinden uzak duramaz, kendisinden kaçamaz, kendisinden saklanamaz. Kendilerini değerli bulmadıkları ve kendilerine saygı duymadıkları için, bu kişiler, içinde bulunduklarını düşündükleri acınası durumlarından ötürü sürekli olarak büyük bir sıkıntı çekerler. Kendi içlerinde, kendilerinden kaynaklanan sıkıntıyı savuşturmaları için göstermek zorunda oldukları çabalar dış dünyayla başetmek için gösterecekleri çabalardan çok daha fazladır.

Çekingen kişilik bozukluğu olanların başlıca yakarışı, acı çektikleri düşüncelerinden ve özgür kalan duygularından kurtulmak, bunları ortadan kaldırmak ya da baskılamak üzerinedir. Bu kişiler kendi düşünsel uğraşlarına karşı koymaya, düşüncelerini ve iletişimlerini daha az anlamlı olan başka alanlara kaydırmaya çalışırlar. Diğer bir deyişle, kendi anlam dünyalarıyla etkin bir savaşım içindedirler. Benzer bir biçimde kaygıları, istekleri ve içlerinden gelen dürtüleri de kısıtlanmalı, yadsınmalı, evrilip çevrilmeli, dönüştürülmeli ve çarpıtılmalıdır. Böylece duygularını daha da karmaşıktırır, duygusal yaşamlarını olduğundan daha uyumsuz ve düzensiz bir duruma

getirirler. Bu kişiler için, derin bir uyumsuzluk yaşamak, kendileri olmanın verdiği keskin acıyı yaşamaktan yeğdir. İç denetim sağlama çabalarına karşın, acı veren ve korkutucu düşünceleri ve duyguları bazen su yüzüne çıkar ve düşünsel süreçlerini yıkıntıya uğratar, ne de olsa sürdürdükleri duygusal dengelerini de bozar. Engelleyici dürtülerden kurtulup bir soluk almak üzere düşlemlere başvurulur, ancak bunlar da zamanla bir sıkıntı kaynağı olur, çünkü isteklerle nesnel gerçeklik birbirine ters düşer. Geriye kalan tek yol represyondur (bastırma), buradan olmak üzere bu kişiler durgun, donuk, duygusuz, aldrışsız, ilgisiz, umursamaz bir görüntü sergilerler. Bu görüntü, bu kişilerin gerçekte yaşadıkları içsel karmaşayı ve yoğun duygulanımları yalancı çıkarmaya, bunları örtmeye yöneliktir.

Yukarıda sözü edildiği gibi, çekingen kişilik bozukluğu olan kişiler başkalarına karşı büyük bir güvensizlik içindedirler ve kendilerine değer vermezler. Kötü deneyimlerinden, dünyanın dostça bir ortam sağlamadığını, insanları küçük düşürdüğünü öğrenmişlerdir, yaşamdan zevk alacak ve iç rahatlığı, dinginlik, çekişmesizlik yaşayacak toplumsal becerilerden ve kişisel niteliklerden yoksundurlar. Her nerede olurlarsa olsunlar aşağılanmayı ya da küçük düşürülmeyi beklerler. Başkalarının karşısında gülünç duruma düşmemek ve alay konusu olmamak için her an tetikte olurlar. Ancak daha kötüsü, başkalarında beğendikleri hiçbir niteliği kendilerinde bulamamalarından ötürü kendilerine döndüklerinde de bir avuntu kaynağı bulamamalarıdır.

Bu yüzden dış görünüşlerine bir olumsuzluk egemendir. Acı çekmekten sakınmak, hiçbir şeye gereksinmemek, hiç kimseye dayanmamak ve isteklerini yadsımak için olumsuz bir görünüm sergilerler. Kendilerinden, sevebilir ve albenisi olan insanlar olmadıklarına ilişkin farkındalıklarından, iç çatışmalarından ve uyumsuzluklarından uzaklaşmak zorundadırlar. Onlar için yaşam, hem dışarıdan, hem de içeriden kaynaklanan olumsuz bir deneyimdir.

Bu kişiler, toplumdan kopuk yaşayan kişilerdir, geçmişteki aşağılanmalarını yeniden yaşamamak için kendileriyle başkaları arası-

na belirli bir aralık koymaya çalışırlar. Kişisel dokunmazlık arayışı içindedirler ve toplumsal zorunluluklardan olabildiğince kaçmaya çalışırlar. Başkalarıyla kişisel ilişkiyi gerektiren her olayı, koşulsuz kabul söz konusu değilse, güvenliklerine yönelik olası bir tehdit olarak algırlar. Düş kırıklığı yaşamamak için hiçbir donanımlarının olmadığına inanmışlardır. Her ne yaparlarsa yapsınlar boşa çıkacağını düşünürler. Utanç duymaktan ve aşağılanmaktan kurtulmak için tek çıkış yolunun geri çekilme, kendi içine kapanma ve olası saldırılara karşı uyanık olma görüşündedirler. İnsanlarla kurdukları ilişkileri azaltarak ve kendilerini önemsiz kılarak, çevrelerinden gelmesinden korktukları tehlikeleri en aza indirdiklerini düşünürler. (Tablo 16)

Tablo 16. Çekingen kişilik bozukluğunun yerleşik düşünceleri.

-
- Toplumsal açıdan beceriksiz biriyim, işyerinde ya da toplumsal durumlarda aranan biri değilim.
 - Diğer insanlar eleştirici, aldırmaz, başkalarını aşağılayıcı ya da dışlayıcıdır.
 - Hoş olmayan duygulara katlanamam.
 - İnsanlar bana yaklaşırlarsa "gerçek" beni bulup çıkartacaklar ve beni dışlayacaklardır.
 - Aşağı ya da yetersiz görünmek katlanılabilir değildir.
 - Her ne pahasına olursa olsun hoş olmayan durumlara düşmekten kaçınıyorum.
 - Hoş olmayan bir şeyi düşünürsem ya da hissedersen, bunu savuşturmaya ya da ilgimi dağıtmaya çalışırım (sözelimi başka bir şey düşünme, bir şey içme, bir ilaç alma ya da televizyon seyretme).
 - İlgi çektiğim ortamlardan uzak durmalıyım ya da olabildiğince göze çarpmamalıyım.
 - Hoşa gitmeyen duygular giderek kabarır ve denetimimiz dışına çıkar.
 - Başkaları beni eleştirirse kesinlikle haklı olmalıdır.
 - Başarısızlıkla sonuçlanacak bir şey yapmaktansa hiçbir şey yapmamak daha iyidir.
 - Bir sorunu düşünmezsem bunun için birşeyler yapmak zorunda kalmam.
 - İlişkilerde yaşanan herhangi bir gerginlik belirtisi ilişkinin kötü gittiğini gösterir, dolayısıyla ilişkiyi sonlandırmalıyım.
 - Bir sorunu görmezden gelirim sorun olmaktan çıkar.
-

Çevre İlişkileri ve Kendilerine Bakış Açısı

Çekingen kişilik bozukluğu ile şizoid ve bağımlı kişilik bozuklukları arasında çok az ayırım olduğunu ileri sürenler olmuştur. Çekingen kişilik bozukluğu olanlar yakın kişilerarası ilişkiye girmeyi çok isterler ancak küçük düşmekten, dışlanmaktan ve utanılacak duruma düşmekten çok korkarlar, bu yüzden yakınlaşmaktan çekinirler ve başkalarından uzak dururlar. Şizoid kişilik bozukluğu olanlar yakın kişilerarası ilişkiye girmeyi pek istemezler, bu yüzden başkalarından uzak dururlar. Bağımlı kişilik bozukluğu olanlar ise ürkek ve sıkılğan olabilirler, boyun eğen bir tutum sergilerler, büyük bir bağlanma gereksinmesi ile “yapışkan” davranırlar; oysa çekingen kişilik bozukluğu olanlar küçük düşmekten ve dışlanmaktan çekindikleri için sıkılgandırılar ve bu yüzden içlerine kapanırlar.

Çekingen kişilik bozukluğuna özgü uyum bozukluğuna neden olan tepkileri en çok tetikleyen durum ya da olaylar yakın kişilerarası ilişkiyi gerektiren toplumsal durumlardır.

Çekingen kişilik bozukluğu olanlara özgü davranışlar toplumdan uzaklaşma, utangaçlık, güvensizlik ve soğukluktur. Davranışlarını ve konuşmalarını denetim altında tutmaya çalışırlar, kaygılı ve sakar bir görünüm sergilerler.

Kişilerarası ilişkiler açısından dışlanmaya karşı çok duyarlıdırlar. Başkalarının kendilerini kabul etmesini isterler ancak yine de başkalarından uzak dururlar ve kendileri hiç açılmadan koşulsuz kabul görmeyi beklerler. Sürekli olarak kimin kendilerini sevebileceğini bulmaya çalışırlar. Bu konuda aşırı duyarlılıklarından ötürü düşüncelerini odaklayamazlar. Başarılarını küçük gördükleri ve yetersizlikleri üzerinde aşırı durdukları için benlik saygıları düşüktür.

Başkalarının koşulsuz kabulünü seyrek yakaladıkları için genelde kendilerini yalnız hissederler, üzgün ve gergin olurlar. Çok sıkıntılı oldukları dönemlerde kendilerini boşluktaymış gibi, kendilerine yabancılaşmış gibi duyumsarlar.

Kendilerine bakışlarına olumsuzluk yükleyen, başkalarına bakışlarında ise olumlulukla olumsuzluk arasında gidip gelen bu kişiler insan ilişkilerinde korku içindedirler. Bir yandan sevmeyi ve kabul görmeyi isterlerken, diğer yandan dışlanmaktan ve kabul görmekten korktukları için genelde çekingen bir tutum sergilerler.

Kendilerini yetersiz olarak görürlerken dünyayı da adaletsiz olarak tanımlarlar. “İnsanlar beni eleştiriyor ve dışlıyor, ancak ben, beni sevecek birilerini istiyorum” demek ister gibidirler. Bunun için “uyanık” ve güvence arayışı içinde olurlar ve bunu başaramazlarsa düşlemlerine başvururlar.

Çekingen kişilik bozukluğunun başlıca özellikleri belirgin kişilerarası ilişkiyi gerektiren toplumsal etkinliklerden uzak durma, eleştirilmekten, kabul görmemekten ve dışlanmaktan korkmadır.

Çekingen kişilik bozukluğu olanlar, başkalarıyla bir ilişkiyi başlatmaktan çekindikleri gibi, başkalarının kendilerine yaklaşmasından da çekinirler, çünkü kabul görmeyeceklerine ilişkin yerleşik düşünceleri vardır. Onlara göre kabul görmemek katlanılabilir bir şey değildir, bu yüzden insanlarla ilişkiye girmekten kaçınırlar. Dahası kendilerini kötü hissettirecek şeyleri düşünmekten kaçmaya çalışırlar. Kendileriyle ilgili olarak herkesden değişik olduklarına, yetersiz ve kusurlu olduklarına, ayrıca sevebilir insanlar olmadıklarına ilişkin yerleşik düşünceleri vardır. Başkalarıyla ilgili olarak hiçbir şeyin “kimsenin umurunda olmadığı” ve insanların başkalarını dışladığına ilişkin yerleşik düşünceleri vardır.

Dışlanmalarının tek kaynağının kişisel yetersizlikleri olduğunu düşünürler. Böyle düşünmeleri kendilerini kötü hissetmelerine yol açar. Kendi kendilerini değerlendirmelerinde ise olumluyu görmezden gelme eğilimindedirler. Kendileriyle ilgili olumsuz yüklemlemlere takılıp kaldıkları için başkalarıyla etkileşimlerinde çözüm arayışına girmekten kaçınırlar. Kendilerini kötü hissetmelerine yol açması olası girişimlerde bulunmaktan da çekinirler. Kendilerini kötü hissetmeyi hiçbir biçimde göze alamadıkları için insan etkileşimlerin-

den sürekli kaçarlar, yaptıklarına ya da yapmadıklarına özürler bulurlar, bunlara kılıf uydururlar.

Çekingen Kişilik Biçimi ve Bozukluğu Arasındaki Ayrımlar

-
- *Biçim:* Alışkanlıkları ve sıradanlaşmış yaptıkları ile dindindirler; tanıdık, bildik olanları tanımadık, bilinmedik olanlara yeğlerler.
 - *Bozukluk:* Sıradanlığın dışına çıkan olası zorlukları gözlerinde büyütürler.
-
- *Biçim:* Ailelerine yakındırlar ve birkaç yakın arkadaşları vardır.
 - *Bozukluk:* Birinci derecede akrabalarının dışında yakın arkadaşları ya da güvendikleri başka kişiler ya hiç yoktur ya da ancak böyle bir kişiden söz edilebilir. Belirgin kişilerarası ilişki gerektiren etkinliklerden kaçınırlar.
-
- *Biçim:* Başkalarının ne düşündüğüyle çok ilgilenirler ve bu konuda çok duyarlıdırlar.
 - *Bozukluk:* Sevileceklerine kesin inanmadıkça insanlarla ilişkiye girmek istemezler, kolay incinirler, sürekli bir kaygı duyarlar.
-
- *Biçim:* Başkalarıyla ilişkilerinde herkesden değişiktirler ve önlemi elden bırakmazlar.
 - *Bozukluk:* Başkalarının yanında, yüzü kızararak, ağlamaklı olarak ya da kaygısını dışa vurarak utanılacak bir duruma düşmekten korkarlar.
-

-
- *Biçim:* Başkaları varken çekingen, denetimi elden bırakmayan bir tutum sergilerler.
 - *Bozukluk:* Uygunsuz ya da aptalca bir şey söyleyecekleri korkusuyla ya da kendilerine yöneltilen bir soruyu yanıtlamayacakları korkusuyla toplumsal durumlarda suskun kalırlar.
-
- *Biçim:* Meraklı olabilirler ve özel birtakım uğraşlara odaklanabilirler.
 - *Bozukluk:* Çok başarılı sayılmazlar, işlerine ya da boş zaman uğraşlarına odaklanmakta güçlük çekerler.
-

Tanı Koydurucu Özellikler

Çekingen kişilik bozukluğunun başlıca özelliği, genç erişkinlik döneminde başlayan ve değişik koşullar altında ortaya çıkan, toplumsal ketlenmenin, yetersizlik duygularının ve olumsuz değerlendirilmeye aşırduyarlılığın olduğu sürekli bir örüntüdür.

Çekingen kişilik bozukluğu olan kişiler, eleştirilecek, beğenilmeyecek ya da dışlanacak olma korkusuyla çok fazla kişilerarası ilişki gerektiren mesleki etkinliklerden ya da okul etkinliklerinden kaçınırlar. İşinde yükselme önerilerini geri çevirebilirler, çünkü yeni sorumluluklar iş arkadaşlarından eleştiri almaları sonucunu doğurabilecektir. Bu kişiler, seviceceklerinden ve eleştirilmeden kabul göceklerinden emin olmadıkça yeni arkadaşlıklar kurmaktan kaçınırlar. Tersini kanıtlayan zorlu sınavlardan geçene dek diğer insanlar eleştirici ve reddedici olarak kabul edilirler. Böyle bir bozukluğu olan kişiler, destekleyici ve ilişkileri besleyici yanlarını tekrar tekrar görmedikçe grup etkinliklerine katılmazlar. Bu kişiler, eleştirisiz bir kabulün güvencesini gördüklerinde yakın ilişkilere girebilirler, ancak kişilerarası yakınlık kurmak bu kişiler için genelde zor olur. Tu-

tukluk gösterebilirler, kendileri hakkında konuşmakla ilgili zorlukları vardır, teşhir edilecekleri, alay konusu olacakları ya da mahcup düşecekleri korkusuyla yakınlaşmaya ve dostluk kurmaya ilişkin duygularını kendilerine saklarlar.

Böyle bir bozukluğu olan kişiler toplumsal durumlarda eleştirilecekleri ve dışlanacakları konusu üzerinde aşırı düşündükleri için bu tür tepkileri sezme eşikleri çok düşüktür. Herhangi biri onları onaylamıyor gibi davransa ya da belli belirsiz bir eleştiri yapıyor olsa kendilerini çok yaralanmış hissederler. Utangaç, sessiz, ketlenmiş ve “görünür görünmez” olma eğilimi gösterirler, çünkü kendilerini yönelik bir ilginin aşağılayıcı ya da dışlayıcı olabileceğinden korkarlar. Ne söylerlerse söylesinler başkalarının bunu “yanlış” olarak değerlendireceğini beklerler, dolayısıyla hiçbir şey söylemeden durabilirler. Alay konusu olduklarını düşündüren gizli ipuçlarına çok sert tepki gösterirler. Toplumsal yaşamın etkin birer katılımcısı olma özlemini duymalarına karşın iyilik durumlarını başkalarının ellerine teslim etmekten korkarlar. Çekingen kişilik bozukluğu olan kişiler yeni kişilerle aynı ortamda bulundukları durumlarda ketlenirler, çünkü kendilerini yetersiz hissederler ve benlik saygıları düşüktür. Toplumsal yeterlikleriyle ve kişisel çekicilikleriyle ilgili kaygıları özellikle yabancılarla etkileştikleri ortamlarda daha belirginleşir. Bu kişiler kendilerini toplumsal yönden beceriksiz, kişisel olarak albenisi olmayan biri olarak ya da başkalarından aşağı görürler. Mahcup düşebileceklerinden ötürü kişisel girişimlerde bulunmak ya da yeni etkinliklere katılmak istemezler. Sıradan durumların olası tehlikelerini abartmaya yatkındırlar ve kesinlik taşıyan ve güvenli durumlara duydukları gereksinim sınırlı bir yaşamlarının olması sonucunu doğurur. Böyle bir bozukluğu olan bir kişi, uygun bir biçimde giyinmediği için mahcup düşeceği korkusuyla bir iş görüşmesini iptal edebilir. Sıradışı bedensel belirtiler ya da diğer sorunlar yeni etkinliklerden kaçınmalarının bir nedeni haline gelebilir.

Çekingen kişilik bozukluğu olan kişiler, çoğu zaman, ilişkiye geçtikleri kişilerin davranışlarını ve ifadelerini, tetikte durarak öngörmeye, değerlendirmeye çalışırlar. Korkulu ve gergin davranışları, başkalarının onlarla alay etmesine ve gülünç duruma düşmelerine neden olabilir, bu da kendileriyle ilgili kaygılarının doğrulanmasına neden olur. Eleştirilmeye yüzleri kızarak ya da ağlayarak tepki gösterecek olma olasılıklarından ötürü çok endişeli olurlar. Başkaları tarafından “utangaç”, “ürkek”, “yalnız” ve “kendi halinde” kişiler olarak tanımlanırlar. Bu bozukluğa eşlik eden başlıca sorunlar toplumsal ve mesleki işlevsellik alanlarında ortaya çıkar. Benlik saygılarının düşük olması ve dışlanmaya karşı aşırıduyarlılık göstermeleri kişilerarası ilişkilerde kısıtlanmaları ile gider. Bu kişiler görece toplumdan uzak yaşarlar ve genellikle büyük bir toplumsal destekten yoksundurlar. Sevgi ve kabul görmek isterler ve başkalarıyla ideal ilişkilerinin olduğu üzerine düşlemler kurarlar. Çekingen davranışları mesleki işlevselliklerini de olumsuz yönde etkileyebilir, çünkü bu kişiler işlerinin ya da işlerinde ilerlemelerinin temel gereklerini karşılamak için önemli olabilecek çeşitli toplumsal durumlardan kaçınmaya çalışırlar.

Bağımlı Kişilik Bozukluğu

İleri derecede bağımlı, uysal ve boyun eğen kişilerdir.

Belirti ve Bulguları (Tablo 17)

Bu kişilerin kendi gereksinimleri ve sorumlulukları başkalarınınkinden sonra gelir ve kendileriyle ilgili kararları başkalarının almasını isterler. Sömürüye dayalı ilişkilere katlanabilirler. Kendilerine güvenleri yoktur, başkalarının öğüt ve desteğine gereksinirler. Tek başına kalmaya katlanamazlar ve işyerinde sürekli bir gözetim altında tutulmaya gereksinirler. Edilgendirler, aynı görüşte olmadıklarını ifade etmekte zorlanırlar.

Görülme Sıklığı

Bütün kişilik bozukluklarının % 2.5'ünü oluşturmaktadır. Kadınlarda daha sık görülür.

Ortaya Çıkartan Nedenler

Kronik fiziksel bir hastalık, ayrılma kaygısı yaşamış olma ya da çocuklukta anababayı yitirmiş olma yatkinlaştırıcı etkenlerdir.

Psikodinamik Yorum

Çözülmemiş ayrılma konuları vardır. Bağımlılık durumu, duyulan agresyona karşı bir savunmadır.

Tablo 17. Bağımlı Kişilik Bozukluğu Tanı Ölçütleri (DSM-IV-TR, Türkçe © HYB).

Aşağıdakilerden beşinin (ya da daha fazlasının) olması ile belirli, genç erişkinlik döneminde başlayan ve değişik koşullar altında ortaya çıkan, uysal ve yapışkan davranışa ve ayrılma korkusuna yol açacak biçimde kendisine bakılma gereksinmesinin aşırı olması:

- (1) başkalarından bol miktarda öğüt ve destek almasa gündelik kararlarını vermekte güçlük çeker
- (2) yaşamının çoğu önemli alanında sorumluluk almak için başkalarına gereksinir
- (3) desteğini yitireceği ya da kabul görmeyeceği korkusuyla başkalarıyla aynı görüşü paylaşmadığını söylemekte zorluk çeker. **Not:** Karşılıklı bulunmaya ilişkin gerçek korkular buraya girmez.
- (4) tasarıları başlatma ya da kendi başına iş yapma zorluğu vardır (böyle bir isteğinin ya da yapacak gücünün olmamasından çok doğru yapıp yapmadığına ya da yeteneklerine ilişkin kendine güveninin yokluğundan ötürü)
- (5) başkalarının bakım ve desteğini sağlamak için hoş olmayan şeyleri yapmayı isteyecek kadar aşırıya gider
- (6) kendisine bakamayacağına ilişkin aşırı korku nedeniyle tek başına kaldığında kendisini rahatsız ya da çaresiz hisseder
- (7) yakın bir ilişkisi sonlandığında bir bakım ve destek kaynağı olarak derhal başka bir ilişki arayışı içine girer
- (8) kendi kendine bakma durumunda bırakılacağı korkuları üzerine gerçekçi olmayan bir biçimde kafa yorar

Genel Bilgiler

Bağımlı kişilerin en önemli özelliklerinden biri kendilerine güvenlerinin olmayışdır. Bu özellikleri, duruş biçimlerinden, seslerinden, hal ve hareketlerinden de bellidir. İşbirliği yapmaya yatkın olmaya ve uysal olmaya ileri derecede eğilim gösterirler, iddiacı ve haklarını savunucu biri olmaktansa kabullenici ve yatıştırıcı biri olmayı yeğlerler. Büyük sosyal gruplardan ve ses getirici olaylardan nefret ederler ve ilgi çekmekten kaçınmak için yapmadıkları kalmar. Arkadaşları tarafından çoğu kez düşünceli ve eli açık, bazen gereksiz yere özür dileyici ve boyun eğici (itaatkâr) biri olarak görülürler. Komşuları, bu kişilerin yumuşakbaşlılıklarından, içten ve

cana yakın tutumlarından ve davranışlarındaki “yumuşaklık” ve incelikten çok etkileniyor olabilir.

Sıcaklıklarının ve “hatırşinas”lıklarının altında kabullenilmek ve onaylanmak üzere bir güven arayışı yatıyor olabilir. Bu gereksinimleri stres altında özellikle belirgin bir hale gelebilir. Bağımlı kişiler, böyle zamanlarda açık çaresizlik belirtilerini ve yapışkan tutumlarını açıkça sergileme eğilimi gösterirler. Hatta himaye edilmeleri için yalvarıp yakarabilirler. Duygudurumları çoğu kez depresif bir havaya bürünebilir ve açıkça kederli ve üzüntülü olabilirler. Kişilerarası ilişkilerde aşırı uzlaşmacı ve kendilerinden verici olabilirler.

Bağımlı kişiler, kendileri ve başkaları hakkındaki ilgi alanlarını dar bir çerçeve içine sığdırırlar. Dünyaları dardır ve karşılaşabilecekleri zorluklarla ilişkili olarak içgöruları azdır ve Polyanna-benzere bir tutumları vardır. Naiv, dış dünyayı algılamada yetersiz ve özleştiriden yoksundurlar. Her şeyin sadece “iyi” yanlarını görme eğilimindedirler.

Bağımlı kişiler, Polyanna cilâsının altında, aslında yaşamının tadına çok az varmaktadırlar. Bir kez “saçları önlerine düşünce”, karamsarlık, düş kırıklığı ve elem-keder duygularından söz edebilirler. Sessiz sessiz “ıstırap çekerler”.

Kendilerini, en azından yüzeysel olarak, düşünceli, saygılı ve işbirliği yapabilen, aşırı tutkulu olmayan ve isteklerinde ölçülü bir kişi olarak görürler. Daha yakından incelendiklerinde belirgin kişisel yetersizlik ve güvensizlik duygularının olduğu açığa çıkartılabilir. Kendilerini olduğundan daha aşağı görme eğilimindedirler, herhangi bir yeteneklerinin, erdemlerinin ve çekiciliklerinin olmadığını ileri sürerler. Başarısızlıklarını ve hatalarını büyütürler. Kendilerini başkalarıyla karşılaştırdıklarında yeteneklerini önemsemezler, niteliklerine önem vermezler, daha aşağı oldukları yanlarını vurgularlar ve başkalarının başına açtıkları sorunlar için kendilerini suçlayıp dururlar. Böylesine kendilerini küçümsemelerinin gerçekte ilişkisi ise çok azdır. Kendilerini böyle aşağı görme tutumlarının,

değersiz ve seilmeyen biri olmadıklarına ilişkin kendilerine güven verilmesini sağlamaya yönelik olduğu düşünülebilir. Bu yolla onay görmelerini sağlıyor olabilirler.

Bağımlı kişiler yetersiz ve daha aşağı olduklarını öne sürerek, almak zorunda oldukları, ancak almak istemedikleri sorumluluklardan kaçarlar. Benzer bir biçimde, kendilerini aşağı görme tutumlarını başkalarının ilgisini çeker ve onların şefkat duymalarına yol açar, ancak bağımlı kişiler bu yaptıkları için de suçluluk duygusuna kapılırlar. Bağımlı kişilerin bu tür önlemler ve çatışmalara bilinç düzeyinde katlanmaları da zordur. Bu yüzden, kendileriyle barışıklık sağlayabilmek için yaşadıkları duyguları ve uyguladıkları aldatıcı yolları inkâr etme eğiliminde olurlar. Ayrıca, yetersizliklerini mantığa büründürerek açık bağımlı olma gereksinimlerini gizleyebilirler. Bunun için başlarına bedensel bir hastalık, talihsiz bir durum ya da benzer bir durumun geldiğini söylerler. Toplumsal olarak kınanmaktan korunmak için iddiacı dürtülerini dışavurmamaya çalışırlar, eleştiriye ya da dışlanmaya yol açabilecek duygularını yadsırlar.

Bağımlı kişilerin toplumsal hatırşinaslıkları ve iyi huylulukları yalnızca toplumsal aşağılanmalarını önlemekle kalmaz, aynı zamanda kendilerine karşı daha yumuşak olduklarını, yani kendi kusurlarına karşı aşırı derecede sert olmaktansa belirli bir hoşgörülerinin olduğunu da gösterir. İç dengelerini sürdürebilmeleri için suçluluk, utanç ve kendi kendilerini kınama duygularını aşırı göstermemeye özen göstermeleri gerekir. Kendilerini hafif ya da ağır bir biçimde aşağılıyor olmaları arasındaki dengeyi kendilerine karşı Polyanna hoşgörüsü gösteriyor olmaları ile sağlarlar. Başkalarının kusurlarına karşı gösterdikleri hoşgörüyü kendi başarısızlıklarına karşı da gösterirler.

Bağımlı kişilerin kendi içlerinde gördükleri yetersizlikler, boşluk duygusu ve tek başına kalma korkusu yaratabilir. Bu dehşet verici düşünceler çoğu kez özdeşim (identifikasyon) ile denetim altına alı-

nır. Böylece kendilerini daha güçlü ve destekleyici bir kişinin ayrılmaz bir parçasıymış gibi görürler. Birlikte oldukları kişilerin yeterlikleriyle bütünleşerek kendilerinin yetersiz olduğu düşüncesinin yaratacağı kaygıdan uzak durabilirler. Paylaşılmış yeterlik yanılsamalarıyla yücelmekle kalmazlar, aynı zamanda özdeşim yaparak, kurdukları bağların sağlam ve çözülemez olduğuna ilişkin inançları da güçlenmiş olur.

Bağımlı kişinin savunmalarına inkâr mekanizması egemendir. Bu, en açık olarak bağımlı kişinin Polyanna niteliğindeki düşüncelerinde görülür. Bağımlı kişiler, kişilerarası gerginlik ve huzursuzluğu yumuşatmaya karşı her an hazırdırlar. Konuşmaları “şurup” gibi tatlıdır, rahatsız edici olayları sürekli gizleyebilirler ya da olduğundan daha iyi gösterebilirler. Özellikle tehdit edici olan kendi düşmanca dürtüleridir, güvenliklerini ve kabul edilmelerini tehlikeye atabilecek herhangi bir içsel duygu ve düşünce hemen uzaklaştırılır. Bir an için süren tersi bir tutumun cezasını çekerek ödemek için yoğun bir pişmanlık duyabilirler ve kendilerini aşağılayabilirler.

Bağımlı kişiler için başlıca sorun, destek alabilecekleri bir gücü bulamamaları, kendilerini beceriksiz ve hep yanılgıya düşecekmiş gibi hissetmeleridir, bu yüzden gereksinmelerini sağlayacak yetilerden yoksundurlar. Bunları gördükçe, hayatın nimetlerine ulaştıracak gerekli yetilere ve deneyimlere sadece başkalarının sahip olduğunu düşünürler. Böylece kendi sorumluluklarından uzak durmanın, yapılacakları başkalarına bırakmanın ve kaderlerini başkalarının ellerine teslim etmenin en iyisi olduğu sonucuna varırlar.

Bağımlı kişiler, amaçlarına ulaşmak için, başkalarına bağlanmayı, bireyselliklerini göz önünden silmeyi, farklılıklarını görmezden gelmeyi, güç gösterisinden kaçmayı, kabullenilmek ve destek görmekten başka bir şey istememeyi; başka bir deyişle, çaresizlik, boyun eğme ve uyum gösterme tutumunu çok iyi öğrenmişlerdir. Dahası, yetersizmiş gibi davranarak, kendileriyle ilgili kuşkularını dile

getirerek, güven verilmesi isteklerini ileterek ve uyum göstermek ve boyun eğmek istediklerini göstererek aradıkları korunmayı sağlarlar.

Bağımlı kişiler, güven duymak ve başkalarıyla olan “bağ”larını sürdürmek istiyorlarsa yumuşakbaşlı ve uysal olmaktan öte birşeyler daha yapmalıdırlar. Hayranlık duymalılar, seviyor olmalılar ve “her şeylerini” vermeye hazır olmalıdırlar. Ancak tam bir boyun eğme ve bağıllık ile sürekli ilgi ve sevgi görebilirler. Çoğu bağımlı kişi de, anababasında gördüğü örneklerle, nasıl sevgi ve hayranlıkla yaklaşacağını öğrenmiştir. Ayrıca önemli olan diğer bir nokta bu kişilerin çoğunun “daha aşağı olma” rolünü de iyi öğrenmiş olmasıdır. Böylece bağılı oldukları “üstün” kişilere de, yararlı, güçlü, yeterli olma duygularını yaşatırlar. (Tablo 18)

Tablo 18. Bağımlı kişilik bozukluğunun yerleşik düşünceleri.

-
- Zayıf biriyim ve başkalarına muhtacım.
 - Ne yapmam gerektiğini söyleyecek ya da kötü bir şey olduğunda bana yardımcı olacak birinin hep yanımda olmasını isterim.
 - Bana yardımcı olacak kişi, isterse destekleyici ve güven verici biri olabilir.
 - Kendi başıma bırakıldığımda kendimi çaresiz hissediyorum.
 - Daha güçlü birine bağlanmadıkça kendimi yalnız hissediyorum.
 - Olabilecek en kötü şey terkedilmektir.
 - Sevilmezsem hep mutsuz olurum.
 - Bana yardımcı olan ya da destekleyen kişiyi gücendirecek, kızdıracak hiçbir şey yapmamalıyım.
 - Onun benim için iyi dileklerini sürdürmesini sağlamak için hep boyun eğmeliyim, ona yaranmalıyım.
 - Ona her zaman ulaşabilmeliyim.
 - Olabildiğince yakın bir ilişki kurmalıyım.
 - Kendi başıma karar veremem.
 - Başkaları gibi başedemem.
 - Karar vermek için ya da ne yapmamı söylemeleri için başkalarına gereksiniyorum.
-

Çevre İlişkileri ve Kendilerine Bakış Açısı

Bağımlı kişilik bozukluğunun başlıca özelliği, kişide rahatsızlık uyandıran ve kişinin işlevselliğinde bozulmaya yol açan olağandışı bir bağımlılıktır. Başkalarına yaslanmaya aşırı gereksinme, boyun eğen ve yapışkan bir tutum ve ayrılma korkusu önde gelen özellikleridir.

Bağımlı kişilik bozukluğuna özgü uyum bozukluğuna neden olan tepkileri en çok tetikleyen durum ya da olaylar kendine güvenmelerinin beklendiği ve tek başına kaldıkları durumlardır.

Bağımlı kişiliklerin davranışları yumuşakbaşlılık, edilgenlik ve kendine ortaya koyamama ile belirlidir. Kişilerarası ilişkilerinde başkalarını sevindirme, kendinden verme, başkalarına yapışma ve sürekli olarak başkalarından güvence alma arayışında olma gibi davranışlar sergilerler. Yaşamlarının önemli alanlarında sorumluluğu kendilerinin yerine başkalarının almasını beklerler.

Bağımlı kişilik bozukluğu olanlar kolay etki altında kalırlar. Yaşama karşı Polyanna tutumu sergilemeye kolaylıkla uyum sağlarlar. Dahası, zorlukları küçümseme eğiliminde olurlar, “saf-lık”larından ötürü her şeye kolaylıkla inandırılabilirler ve başkaları onlardan çıkar sağlayabilir. Hiçbir şeyi eleştirmeyen, her şeyi olduğu gibi kabul eden, olayları tam kavrayıştan uzak kişilerdir.

Kendilerini, güvensizlik içinde ve kaygılı olarak duyumsarlar. Kendilerine güvenleri olmadığı için tek başına kalmaktan önemli ölçüde rahatsızlık duyarlar. Bırakılıp gidilme ve başkalarından kabul görmeme düşüncelerini sürekli düşünmekten kendilerini alıko-yamazlar. Kaygılı ve korku içinde olmalarının yanı sıra iç sıkıntısı çekerler ya da üzgün olurlar.

Başkalarıyla olan bağlantılarında kendilerini değersiz hissetme ve başkalarına olumluluk yükleme eğilimleri vardır. Kendilerini tanımamlarırken başkalarının gözlüklerini kullanırlar.

Kendilerine bakış açıları “İyiyim ama yeterli değilim ya da kırılganım” biçimindedir. “Başkaları benim için gerekeni yapacaklar (çünkü ben kendim yapamıyorum)” görüşünü taşırlar.

Bu kişiler, kendilerini, hiçbir işe gücü yetmeyen ve yetersiz kişiler olarak görürler. Dünyayı da kendi başlarına başedemeyecekleri tehlikeli bir yer olarak görürler. Dolayısıyla daha güçlü ve yeterli bir başkasına yaslanmaları ve o kişinin kendilerini koruması gerektiği sonucunu çıkartırlar.

Bu kişilerin başlıca düşünsel çarpıtmaları bağımsızlık ile ilgili olarak “ya hep ya da hiç” biçiminde düşünmedir. Sözelimi ya başka birine tam bağımlı olduklarına ya da tek başlarına olduklarına ve hiç bağımlılık göstermediklerine inanırlar. Her şeyin ya tam doğru ya da tam yanlış olduğuna inanırlar, onlar için ya tam bir başarı vardır ya da tam bir başarısızlık. Bu kişilerin başlıca ikinci düşünsel çarpıtmaları, özellikle insan ilişkileriyle ilgili olarak korkunçlaştırıcıdır. “Bunu hiçbir zaman kendi başıma yapamam”, “Ben yapamam”, “Bunu yapabilecek denli yeterli biri değilim” gibi yerleşik düşünceleri vardır.

Bağımlı Kişilik Biçimi ve Bozukluğu Arasındaki Ayrımlar

-
- *Biçim:* Bu kişiler karar verirken başkalarının görüşlerini ve önerilerini almaktan rahatsızlık duymazlar, ancak en sonunda kendi kararlarını kendileri verirler.
 - *Bozukluk:* Başkalarından önemli ölçüde öğüt ve güvence almadan gündelik kararlarını veremezler. En önemli kararlarını başkalarının vermesine izin verirler.
-
- *Biçim:* Yaşamlarındaki önemli kişilerle ilişkilerinde ıncelik göstererek, anlaşmaya istekli davranarak, ince düşünerek uyum sağlamaya çalışırlar.

- *Bozukluk:* Dışlanacakları korkusuyla, katılmasalar bile başkalarıyla aynı görüşte olurlar.

-
- *Biçim:* Yetkesi olanlara saygı duymalarına ve takımın bir üyesi olabilmelerine karşın kendi başlarına ilk adımı atabilirler ve üzerlerine aldıkları görevleri kendi başlarına sonlandırabilirler.
 - *Bozukluk:* Tasarıları başlatmakta zorluk çekerler ya da işlerini kendi başlarına yapamazlar.

-
- *Biçim:* Başkalarını sevindirme açısından düşüncelidirler. Bazen yaşamlarındaki önemli kişiler için iyi bir şey yapma adına sıkıntıya katlanırlar.
 - *Bozukluk:* Başkalarının kendilerini sevmesi için, hiç de hoş olmayan ya da kendilerini küçük düşürecek şeyler yapmaya istekli olurlar.

-
- *Biçim:* Tek başına kalmaktansa başka birinin ya da birilerinin yanlarında olmasını yeğlerler.
 - *Bozukluk:* Tek başlarına kaldıklarında kendilerini rahatsız ya da çaresiz hissederler ya da tek başına kalmama uğruna olmadık şeyler yapabilirler.

-
- *Biçim:* İnsan ilişkilerini ve işlerini sürdürebilmek için büyük ölçüde kendilerinden verirler.
 - *Bozukluk:* Yakın ilişkileri sonlanınca kendilerini bitmiş, tükenmiş ve çaresiz olarak hissederler. Dışlanacak olma korkusundan bir türlü kurtulamazlar.

-
- *Biçim:* Eleştirilme karşısında düzeltici önlemleri alabilirler.
 - *Bozukluk:* Eleştirilmekten ya da kabul görmemekten kolaylıkla incinirler.
-

Tanı Koydurucu Özellikler

Bağımlı kişilik bozukluğunun başlıca özelliği uysal ve yapışkan (askıntı) davranışa ve ayrılma korkusuna yol açacak biçimde, aşırı bir düzeyde kendisine bakılma gereksinmesinin olmasıdır. Bu örüntü, genç erişkinlik döneminde başlar ve değişik koşullar altında ortaya çıkar. Bağımlı ve uysal davranışlar bakım almayı sağlamak üzere tasarlanır ve kişinin, başkalarının yardımı olmadan kendi başına yeterince işlev göremeyeceğiyle ilgili benlik algısından kaynaklanır.

Bağımlı kişilik bozukluğu olan kişiler başkalarından bol miktarda öğüt ve destek almazlarsa gündelik kararlarını (işe giderken ne renk gömlek giyecekleri ya da şemsiye alıp almayacakları gibi) vermekte büyük güçlük çekerler. Bu kişiler edilgen olma eğilimindedirler ve yaşamlarının çoğu önemli alanında girişimde bulunmak ve sorumluluk almak için başkalarının (çoğu zaman tek bir kişi) önayak olmasını isterler. Böyle bir bozukluğu olan kişiler, nerede yaşayacakları, ne gibi bir işlerinin olması gerektiği, hangi komşularıyla yakınlaşacakları gibi konularda karar vermede anne ya da babalarına ya da eşlerine bağımlıdırlar. Böyle bir bozukluğu olan ergenler, ne giymeleri gerektiği, kimlerle arkadaşlık etmeleri gerektiği, boş zamanlarını nasıl değerlendirmeleri gerektiği ve hangi okula gidecekleri gibi konularda anababalarının karar vermesini isterler. Sorumluluğu başkalarına yükleme gereksinimleri, yaşlarına ya da durumlarına uygun olarak başkalarından yardım isteme (örn. çocukların özel gereksinimleri, yaşlı kişiler ve özürlü kişiler) isteğinin çok ötesindedir. Ciddi genel tıbbi bir durumu ya da eksinliği olan bir kişide de bağımlı kişilik bozukluğu ortaya çıkabilir; ancak bu gibi durumlarda sorumluluğu alma güçlüğü, söz konusu duruma ya da eksinliğe genelde eşlik etmesi beklenenin çok ötesinde olmalıdır.

Bağımlı kişilik bozukluğu olan kişiler, desteklerini yitirecekleri ya da kabul görmeyecekleri korkusuyla, bağımlı oldukları kişiler başta olmak üzere, başkalarıyla aynı görüşü paylaşmadıklarını söy-

lemekte çoğu zaman zorluk çekerler. Bu kişiler, tek başlarına işlev göremeyeceklerine öylesine inanmışlardır ki yol göstericiliklerine gereksindikleri kişilerin yardımlarını yitirmektense yanlış olduğuna inandıkları şeylere katılmayı yeğlerler. Kendilerinden uzaklaştıracakları korkusuyla, desteklerine ve bakım vermelerine gereksindikleri kişilere yeterince kızgınlık gösteremezler. Kişinin katılmadığını ifade etmesinin sonuçlarıyla ilgili kaygıları gerçekçiye (istismar eden eşin kötü bir biçimde karşılık vereceğine ilişkin gerçekçi korkular gibi) bu davranış bağımlı kişilik bozukluğunun bir kanıtı olarak düşünülmemelidir.

Böyle bir bozukluğu olan kişilerin tasarıları başlatma ya da kendi başlarına iş yapma zorlukları vardır. Kendileri güvenleri yoktur ve işleri başlatmaları ya da sürdürmeleri için yardıma gereksinmelerinin olduğuna inanırlar. İşleri başlatmak için başkalarını beklerler, çünkü bir kural olarak başkalarının kendilerinden daha iyi yapacağına inanırlar. Bu kişiler, kendi başlarına işlev göremeyeceklerine inanırlar ve kendilerini beceriksiz olarak sunarlar ve sürekli yardıma gereksinirler. Bununla birlikte, başka birinin denetim verdiğine ve başka biri tarafından kabul gördüklerine ilişkin güvence alırlarsa yeterince işlev görebilirler. Daha yeterli biri olmak ya da daha yeterli biri gibi görünmekten de korkarlar, çünkü bunun da terkedilmelerine yol açacağına inanabilirler. Sorunlarının ele alınmasıyla ilgili olarak başkalarına güvendikleri için bağımsız yaşama becerilerini geliştiremezler, dolayısıyla bu da bağımlılıklarını artırır.

Bağımlı kişilik bozukluğu olan kişiler başkalarının bakım ve desteğini sağlamak için hoş olmayan şeyleri yapmayı isteyecek kadar aşırıya gidebilirler. Akla yatkın olmasa bile başkalarının isteklerine boyun eğmeye hazırdırlar. Önemli bir bağı sürdürme gereksinimleri çoğu zaman dengesiz ya da çarpık ilişkilerin doğmasıyla sonuçlanır. Olağandışı özverilerde bulunabilirler ya da sözel, fiziksel ya da cinsel kötüye kullanıma katlanabilirler. (Ancak yapılabilecek başka şeylerin olduğu açıkça belli iken bunların yapılması durumunda, bunlar bağımlı kişilik bozukluğunun kanıtları olarak görül-

melidir.) Kendilerine bakamayacaklarına ilişkin aşırı korkuları nedeniyle tek başlarına kaldıklarında kendilerini rahatsız ya da çaresiz hissederler. Ne olup bittiğiyle ilgilenmeseler ya da ne olup bittiğine karışmasalar da sadece tek başlarına kalmamak için önemli buldukları kişilerin “peşlerine takılırlar”.

Bağımlı kişilik bozukluğu olan kişiler yakın bir ilişkileri sonlandığında (sevgiliden ayrılma; bakımverenin ölümü gibi) bir bakım ve destek kaynağı olarak derhal başka bir ilişki arayışı içine girerler. Yakın bir ilişkileri olmadığında işlev göremeyeceklerine ilişkin inançları bu kişilerin çok kısa bir süre içinde başka birine gelişigüzel bağlanmalarına yol açar. Kendi kendilerine bakma durumunda bırakılacakları korkuları üzerine gerçekçi olmayan bir biçimde kafa yoralar. Kendilerini, önemli diğer kişinin öğütlerine ve yardımına öylesine bağımlı olarak görürler ki bu korkularını haklı çıkara-cak bir zemin olmasa bile bu kişi tarafından terkedilecek olma ile ilgili olarak kaygı duyarlar. Bu ölçütün karşılanabildiğini düşünebil-mek için bu korkular aşırı ve gerçekdışı olmalıdır. Sözelimi, ken-dine bakılması için oğlunun evine taşınan karışerli yaşlı bir hasta, yaşam koşulları göz önünde bulundurulduğunda uygun olarak ka-bul edilebilecek bağımlı davranışlar sergiliyor olabilir.

Bağımlı kişilik bozukluğu olan bireyler genellikle kötümserdirler, kendilerinden kuşkulanırlar, yeteneklerini ve sahip oldukları şeyle-ri küçümseme eğilimi içinde olurlar ve sürekli olarak kendilerini “aptal” olarak tanımlıyor olabilirler. Eleştirileri ve kabul görmeme-yi değersizliklerinin birer kanıtı olarak değerlendirirler ve kendile-rine olan güvenlerini yitirirler. Başkalarının kendilerini aşırı bir dü-zeyde koruyup kollamasını ve kendilerinin üzerinde egemenlik kur-masını isterler. Bağımsız girişim gücünü gerektiriyorsa mesleki iş-levsellikleri bozulabilir. Sorumluluk almalarını gerektiren konumlar-dan kaçınabilirler ve karar vermelerinin gerektiği durumlarda endi-şeli ve gergin olurlar. Toplumsal ilişkileri kişinin bağımlı olduğu bir-kaç kişi ile sınırlıdır.

Obsesif-Kompulsif Kişilik Bozukluğu

Mükemmelmecilik, düzenlilik ve esnek olmayan bir tutum önde gelen özelliklerdir.

Belirti ve Bulguları (Tablo 19)

Kurallar, düzenlemeler, temizlik ve düzgünlük gibi konularla aşırı ilgilidirler. İnatçılık boyutlarına varan bir ısrarcılık sık görülen özellikleridir. Sezgilerle karar verilmesi gereken durumlarda büyük bir kararsızlık gösterirler. Duygusal kısıtlanmaları vardır. Mükemmenci bir tutum içindedirler. Kendilerini ve içinde bulundukları koşulları kendi denetimleri altında tutma arayışı içindedirler. Ayrıntılara gömülürler, olaylar karşısında çevresel kalırlar; yeniliklerin yerine sıradan uğraşları yeğlerler. Kişilerarası ilişki kurma, olaylara gülüp geçebilme, sıcaklık duyma gibi becerilerden yoksundurlar. Kendilerinden ödün vererek uzlaşmaya gelemmezler. Otoriter bir tutum içindedirler, kendilerini işlerine ve üretkenliğe adanmışlardır. Nesneleri biriktirirler ve bir türlü elden çıkaramazlar. Çok elisikıdır- lar, cimridirler.

Görölme Sıklığı

Toplunun yaklaşık % 1'inde görülür. Erkeklerde daha sık görülür.

Tablo 19. Obsesif-Kompulsif Kişilik Bozukluğu Tanı Ölçütleri (DSM-IV-TR, Türkçe © HYB).

Aşağıdakilerden dördünün (ya da daha fazlasının) olması ile belirli, genç erişkinlik döneminde başlayan ve değişik koşullar altında ortaya çıkan, esneklik, açıklık ve verimlilik uğruna düzenlilik, mükemmellik, zihinsel ve kişiler arasında kontrol koyma üzerine aşırı kafa yormanın olduğu sürekli bir örüntü:

- (1) yapılan etkinliğin asıl amacını unutturacak derecede ayrıntılar, kurallar, listeler, sıralama, organize etme ya da program yapma ile uğraşıp durur
- (2) işin bitirilmesini zorlaştıran bir mükemmellik gösterir (örn. kendine özgü aşırı katı ölçüler karşılanamadığı için bir tasarıyı tamamlayamaz)
- (3) boş zamanlarını değerlendirme etkinliklerinden ve arkadaşlıklarından yoksun kalacak derecede kendisini işe ya da üretkenliğe adanmış (ekonomik gereksinimleri ile açıklayamaz)
- (4) ahlâk, doğruluk ya da değerler gibi konularda vicdanının sesini aşırı dinler ve esneklik göstermez (kültürel ya da dinsel özdeşim ile açıklanamaz)
- (5) özel bir değeri olmasa bile eskimiş ya da değersiz şeyleri elden çıkartamaz
- (6) başkaları, tanı olarak kendisinin yaptığı gibi yapmayı kabul etmedikçe görev dağılımı yapmak ya da başkalarıyla birlikte çalışmak istemez
- (7) para harcama konusunda hem kendisine, hem de başkalarına karşı cimri davranır; para, gelecekte ortaya çıkabilecek felâketler için biriktirilmesi gereken bir şey olarak görülür
- (8) katı ve inatçıdır

Ortaya Çıkartan Nedenler

Ailesel geçişin olabileceği düşünülmektedir. Daha çok, katı bir disiplinle yetiştirilmiş kişilerde görülür.

Psikodinamik Yorum

Başlıca savunma mekanizmaları yalıtma (izolasyon), karşıt tepki kurma (reaksiyon formasyon), yapma-bozma, düşünselleştirme ve akla uygunlaştırmadır. Duygulara güvenilmez.

Genel Bilgiler

Obsesif-kompulsiflerin suratsız ve iç karartıcı tavırları oldukça çarpıcıdır. Duruş biçimleri ve hareketleri altta yatan katılıklerini yansıtır gibidir.

Obsesif-kompulsifler, başkaları tarafından, esneklik ve kendiliğinden davranmaktan yoksun, ancak çalışkan, gayretli ve becerikli kişiler olarak görülürler. Birçoğu, onların, inatçı, cimri, tahakküm edici, yaratıcı olmayan ve hayal dünyaları dar insanlar olduğunu düşünür. Yapılacakları sürüncemede bırakma, kararsız kalma ve alışageldiklerinden değişik durumlarla karşılaştıklarında kolaylıkla sinirlenme eğilimi gösterirler. Durmaksızın çalışıp didiniyor olmaktan büyük bir doyum sağladıkları için düzenli ve çok titiz olunması gereken işlerde gayretle ve sabırla çalışırlar. Kimisi bu davranışları sistemli olmanın birer belirtisi olarak görürken; kimileri de, bunların, dar görüşlülüğün, önemsiz ve değersiz olmanın bir sonucu olarak ortaya çıktığını düşünür. Obsesif-kompulsif kişiler özellikle organizasyon ve yeterlilik gibi konularla ilgilidirler, kurallar ve yapılan işlemler konusunda katı ve esneklik tanımaz bir tutum içinde olma eğilimi gösterirler. Bu davranışları yüzünden başkalarının mükemmelci, işgüzar ve aşırı kuralcı kişiler olarak görülürler.

Obsesif-kompulsifler toplumsal davranışlarında kibar ve resmidirler. Başkalarıyla, düzeylerine ve içinde bulundukları konuma göre ilişki kurarlar. Eşitlikçi olmaktan çok ast-üst olma ile ilgilidirler. Bu yüzden "üstün" gördükleri kişilere karşı çok farklı, "daha aşağıda" gördükleri kişilere karşı yine çok farklı davranırlar. Obsesif-kompulsif kişiler kendilerinden daha yukarıda olanlara karşı hürmetkâr, onların sevgisini kazanmaya çalışan, hatta "dalkavukluk" eden bir tutum içinde olurlar; beceriklilikleri ve ağırbaşlılıkları ile onları etkilemek için olmadık yollara başvurabilirler. Birçoğu, otoriteyi temsil eden kişilerin güvenini kazanma ve onların onayını görme arayışı içindedir; içinde bulundukları konumdan emin değillerse yoğun bir kaygı yaşarlar. Bu davranışları astlarına karşı olan tutumlarına büyük ölçüde ters düşer. O zaman oldukça otokratik, kınayıcı ve kendilerini üstün gören bir tutum içinde olurlar. Bu kendini beğenmiş ve küçümseyici tavır, genellikle kurallar, yasal düzenlemeler perdesi arkasına gizlenir.

Bu kişiler, kurallara ya da kendilerinden daha üstün otoritelere sık sık başvurarak kendi agresif yönelimlerini haklı çıkarmaya çalışırlar.

Obsesif-kompulsifler, bilinçdışı dürtüleriyle, açığa vuran davranışları arasındaki çelişkiyi görmezden gelmek için çok çabalarlar. Bunu, kendilerini incelemekten kaçınarak yaparlar. Dolayısıyla obsesif-kompulsifler kendi dürtüleri ve duygularıyla ilgili olarak içgörüden yoksundurlar.

Obsesif-kompulsifler iyi birer “organizasyon adamı”dırlar, bu yüzden “bürokratik kişilik”in iyi bir örneği olarak kabul edilebilirler. Kendilerini vicdanlı, dürüst, diğerkâm (özgecil), sadık, vefalı, basiretli, sağgörülü ve sorumluluk duygusu taşıyan kişiler olarak görürler. Bu kişiler, kurumsal otoritelerin ilkelerini isteyerek kabul etmekle kalmazlar, aynı zamanda bu otoritelerin isteklerinin ve beklentilerinin de hep “doğru” olduğunu düşünürler. Obsesif-kompulsifler, getirilen kısıtlamalarla özdeşim kurarlar ve kendi baskılanmış dürtülerini denetim altında tutmak üzere bunları içselleştirirler ve yine bu kısıtlamaları başkalarının davranışlarını düzenlemek üzere birer standart olarak kullanırlar. Kurumsal otoriteleri büyük bir çaba ile savunmaları çoğu kez övülmelerini sağlar ve destek görürler. Böyle ödüllendirilmeleri ise toplumsal kurallara körü körüne boyun eğme tutumlarını sürdürmelerine yol açar ve ahlâki yönden kendilerini başkalarından üstün görme eğilimlerini güçlendirir.

Başkalarıyla birlikte oldukları zaman kendi kendilerini yargılamalarında acımasızdırlar. Ayrıca, başkalarına karşı sorumluluklarının olduğunu da söylerler. Başkalarını düş kırıklığına uğratmamaları ve daha da önemlisi başkalarını gücendirecek davranışlarda bulunmamaları gerektiğiyle ilgili duygularını dile getirirler. Öte yandan obsesif-kompulsifler belirli bir ideal doğrultusunda yaşayamadıkları için kendileriyle ilgili bir güvensizlik ve suçluluk duygusu yaşarlar ve bunun da çoğu kez kendi ambivalanslarından kaynaklandığının farkında değildirler. Çünkü, kendi, bilinçdışı otoriteye karşı

gelme istekleri onları toplumsal ülkülerine ulaşmaktan alıkoymaktadır. Kararsızlıklarını, öne çıkmadan önce bekliyor olma akıllılığı ile; yapılacakları sürüncemede bırakmalarını ise, yapacaklarının doğruluğundan emin olmadan önce bekliyor olma ya da yüksek standartları amaçlıyor olma ile mantığa büründürüyor olabilirler. Bu tür basmakalıp görüşlerin, obsesif-kompulsif kişilerin katı kurallara bilinçdışı olarak uymak istememe isteklerini gizlemekten öte bir anlamı yoktur.

Λ Obsesif-kompulsifler “düşünmeksizin ve dürtüsel” davranan kişileri aşağı görürler; duygusal davranışı çığlık ve sorumsuzluk olarak nitelendirirler. Onlara göre insanlar birtakım “nesnel” standartlara göre değerlendirilmelidirler. Başkalarına gösterilen tepkiler “yerleşik” değerlere ve geleneklere uygun olmalıdır, “kişisel” yargılardan yola çıkılmamalıdır. Ancak obsesif-kompulsiflerin hemen her zaman görmezden geldikleri gerçek, kendilerinin bilinçdışı olarak nefret ettikleri kurallara başkalarının uyup uymadığına göre onları değerlendiriyor olmalarıdır. Oysa ki, bu kurallara gerçekten uyulması gerektiğine kendilerini inandırmak için başkalarına katı düzenlemeler getirmektedirler. Belki de ancak başkalarının isyankâr dürtülerine bir sınır getirmeyi başarabilirlerse, kendi isyankâr dürtülerine bir sınır getirebilmiş olmanın güvenini yaşayabileceklerdir.

Obsesif-kompulsifler akli başında ve dengeli insanlar gibi görünüyorsa da yaşadıkları derin ambivalans ve yoğun iç çatışmaları dengelerini sürekli zorlamaktadır. Bu kişiler, dengelerini korumak zorunda oldukları gibi yaşadıkları aykırı dürtülerin ve duyguların bilince çıkmasına ve davranış olarak açığa vurmasına karşı da kendilerini korumak zorundadırlar. Bunun için söz konusu bu bilinçdışı güçlerin açığa çıkmasına neden olabilecek olaylardan kaçınmak zorundadırlar. Dengelerini bozabilecek dış olaylardan kaçınmaları yeterince zordur, ancak daha da zor olanı kendi duygularını denetim altında tutmaları, yani kendi içlerinden gelen ve kaçamayacak oldukları dürtülere bir sınır koymalarıdır. Bunlarla başa

çıkabilmeleri için bunlar ya biçim değiştirmeli ya da tümüyle silinip gitmelidir. Bütün bunları çok çeşitli iç ruhsal düzenekleri kullanarak gerçekleştirirler. Ambivalanslarının yoğunluğu ve bunların zorlayıcı bir yapısının olması nedeniyle obsesif-kompulsif kişiler, diğer patolojik kişiliklerde kullanılanlardan çok daha değişik birtakım savunma mekanizmaları kullanırlar.

Olumsuz dürtüleri, biçimini değiştirerek açığa vurmak için kullanılabilir en etkili yöntemlerden ikisi identifikasyon (özdeşim kurma) ve sublimasyondur (yüceleştirme). Obsesif-kompulsifler taklit edebilecekleri “cezalandırıcı” bir otorite modeli bulabilirlerse başkalarına karşı düşmanca dürtüler göstermelerini “haklı çıkartabilirler”. Sublimasyon mekanizması da benzeri amaçlara hizmet eder. Bilinç düzeyinde dayanılamayan bilinçdışı düşmanca duygular, çoğu kez yargıçlık, subaylık ya da cerrahlik gibi meslekler yoluyla toplumsal olarak kabul edilebilir yollara dökülerek ifade edilir. Katı bir biçimde ahlâka düşkünlük gösteren babalar ve “sevgi dolu” ancak çocuklarını çok fazla denetim altında tutmaya çalışıp çabalayan anneler, aslında düşmanlıklarını örtme çabası içindedirler.

Ruhsal üç mekanizma vardır ki (reaksiyon formasyon, izolasyon ve yapma-bozma) bunlar örtülü düşmanca dürtülerin bir biçimde açığa vurulmalarına değil, bunların denetim altında tutulmalarına yarar. Birçok obsesif-kompulsifin, özellikle başkalarını kızdırabilecek durumlarda ortaya çıkan kendilerini sevdiren, “yağcı”, “dalkavukça” ve aşırı boyun eğici tutumları gizli isyankâr dürtülerinin bir reaksiyon formasyonu (karşıt tepkisi) olabilir. Obsesif-kompulsifler herhangi bir duruma gösterecekleri duygusal tepkilerinden de kendilerini yalıtırlar. Stres doğurucu olaylara ilişkin duygularını ya frenlerler ya da bunları yüksüzleştirirler, böylece başkalarının kabul görmeyecek tepkiler gösterme olasılığına karşı önlem almış olurlar. Obsesif-kompulsifler otoriteyi temsil eden kişilerin “buyurdıkları”na karşı gelmiş olurlarsa ya da onların beklentilerini gerçekleştiremezlerse, yapmış olduklarını düşündükleri yanlış “boz-

mak" için belirli birtakım törensel eylemler (ritüeller) yapmaya kalkışır. Böylece günahlarının kefareti için ödeme arayışı içine girerler.

Obsesif-kompulsiflerin davranışlarının gerisindeki başlıca itici güç, kabul görmeyeceklerine ilişkin korku duymaları ve yaptıklarının uygun görülmeceğine ve bunlar için cezalandırılacaklarına ilişkin endişeler taşımalarıdır. Verdikleri, beklentileri yüksek, mükemmelci ve kınayıcı anababa öyküsünden yola çıkıldığında korkularının nedeni daha da iyi anlaşılabilir. Obsesif-kompulsiflerin, "çizmeyi aşmayarak", uygun ve doğru bir biçimde davranarak bu tür kaygılarından kurtulabilecekleri ve tedirginliklerini giderebilecekleri beklenirse de bunları yapabilmeleri pek olanaklı gibi görünmez, çünkü toplum kurallarını çiğnemeye kalkışmayan ve uyumluluk gösteren tutumları sadece yalancı bir dış görünüştür. Bunların gerisinde, karşı koymaya ve kendilerini zorla kabul ettirmeye kalkışmaya ilişkin bastırılmış dürtüler pusuya yatmıştır. İsyankâr ve öfke dolu duygularını açığa vuracaklarına ilişkin yaşadıkları endişeleri de, başkalarının kabul görmeyeceklerine ilişkin korkularını daha da artırır. Toplum önünde gösterdikleri davranışlarının gösterişçi ve samimiyetsiz olduğunu belirli bir düzeyde algırlar. Dolayısıyla yaşadıkları kuruntular, başkalarına kendileriyle ilgili ne sundukları ile, bunların altında yatan düşmancıl duygular arasındaki tutarsızlığı sürekli çağrıştırıyor olabilir. Davranışları ne denli yetkin olursa olsun, kendilerini kanıtlamak için ne denli çaba harcıyor olurlarsa olsunlar, içlerindeki ambivalans değişmeden kalır. Gerçek yüzlerinin anlaşılacağı olasılığına karşı her an tetikte olmaları gerekir. "Gerçek" duyguları kolaylıkla açığa çıkabileceği için kınanacak olma korkusunu da sürekli yaşarlar.

Yukarıda da sözü edildiği gibi obsesif-kompulsif kişi otoriteye karşı gerekli saygıyı göstermeye olağanüstü özen gösterir. Bu kişiler sadece terbiyeli ve kibar değil, aynı zamanda "yağcı" ve "dalkavuk"turlar da... Davranışları kınanabilirliğin ötesindedir; çünkü yapmaları istenen görevleri ve kendilerinden beklenen yükümlü-

lükleri yerine getirmede kılı kırk yaran bir tutum içindedirler. Bu davranışlarının, kabul görmelerinin ötesinde de birtakım yararları olur. Sözgelimi, “daha güçlü” olanla birlik olarak kendilerine bir güç ve otorite sağlarlar. Onların himayesi altında olmanın ve onların saygınlığını kullanmanın getirdiği haz dışında, ortaya koydukları eylemleri ile bir dış otorite arasında ilişki kurarak, yaptıkları beğenilmediğinde kendi kendilerini suçlanmaktan kurtarırlar. Öte yandan, kendi bireyselliklerini ört bas ederek ve başka bir gücün ya da kişinin uydusu olarak kendilerine yabancılaşırlar, bireysel kimliklerini yitirirler ve gerçek bir kişisel doyum duygusundan yoksun kalırlar.

Obsesif-kompulsifler, astlarıyla olan ilişkilerinde genellikle onlara karşı uzlaşmaz bir tutum izlerler ve onlardan beklentileri yüksek olur. Bunları, derinlerde yatan yetersizlik duygularından ötürü yaparlar. Ayrıca başkaları üzerinde sağladıkları güç, düşmanca dürtülerini ifade etmek için iyi bir çıkış yolu sağlar. Başkaları onların standartlarını tutturamazsa onları paylar ve kınarlar.

Obsesif-kompulsif kişilerle ilgili diğer önemli bir konu-bu kişilerin mülkiyet ve sahiplik’le ilgili tutumlarıdır. “Benim olan benimdir, benim olan senindir; sen benim sahip olduklarıma karışmadığın sürece, ben de senin sahip olduklarına karışmam” tutumu içindedirler. Çocuklukları sırasında birçok özlemleri ve istekleri karşılanmamış olduğu için o sırada sahip olduklarına sıkı sıkıya yapışıp onları korumaya çalışırlar. Genelde cimri ve verici olmayan kişilerdir.

Obsesif-kompulsiflerin, sahip olduklarının güvenlik içinde olmasını ve kişisel “mahremiyet”lerinin olmasını istemelerinin daha derin ve çapraşık başka nedenleri de vardır. Başkaları kendilerine karışacak olursa saygınlık ve mülkiyet paranasının arkasında pusuda bekleyen isyankâr dürtülerinin, hınç dolu ve cüretkâr duygularının açığa çıkarılabilecek olduğundan korkarlar. Saygı görme ve saygı gösterme, bir çeşit mesafeyi tutma biçimidir, böylece kendilerinden ve başkalarından gizlemek istediklerini gizleyebilirler. (Tablo 20)

Tablo 20. Obsesif-kompulsif kişilik bozukluğunun yerleşik düşünceleri.

-
- Ben, hem kendimden, hem de başkalarından sorumluyum.
 - İşlerin yapıldığını görmek için kendime güvenmeliyim.
 - Başkaları çok savsak, işlerine gereken önemi vermiyorlar, işlerini boşluyorlar, çoğu zaman sorumsuzluk gösteriyorlar, yetersiz kalıyorlar ve kendi isteklerine öncelik tanıyorlar.
 - Her şeyin en iyisini yapmak önemlidir.
 - İşin doğru yapılabilmesi için bir düzene, yol, yöntem ve kurallara gerek duyarım.
 - Yol, yöntemim olmasa her şey darmadağın olur.
 - Gereği gibi yapılmayan bir iş felâketle sonuçlanabilir.
 - Her zaman en yüksek standartların tutturulması gerekir, yoksa her şey birbirine girer.
 - Duygularımı tam anlamıyla denetim altında tutmam gerekir.
 - İnsanlar benim yol ve yöntemlerime göre işlerinin gereğini yerine getirmelidirler.
 - En yüksek düzeye ulaşamazsam bunu başarısızlık olarak kabul ederim.
 - Yapılan hatalar, kusurlar ve yanlışlar bağışlanamaz.
 - Ayrıntılar son derecede önemlidir.
 - Benim yapış tarzım genellikle en iyisidir.
-

Çevre İlişkileri ve Kendilerine Bakış Açısı

Obsesif-kompulsif kişilik bozukluğuna özgü uyum bozukluğuna neden olan tepkileri en çok tetikleyen durum ya da olaylar yetkeyle (otoriteyle) karşılaşma, yapılanmamış durumlar ve yakın ilişkiye girme gerekliliğidir.

Obsesif-kompulsif kişilik bozukluğu, eksiksiz bir biçimde yapma gereksinimi, yetkinlik ile belirlidir. Böyle bir bozukluğu olan kişiler işlerine aşırı düşkündürler. Güvenilir olmalarının yanı sıra inatçı ve sahiplenicidirler. Kararsızlık ve işleri sürekli erteleme, geciktirme, sürüncemede bırakma eğilimi gösterirler.

Kişilerarası ilişkilerinde toplumsal derece ve konumların ileri derecede bilincindedirler ve davranışlarını ona göre ayarlarlar. Üstlerine karşı saygılı ve boğun eğen; astlarına karşı ise kendini be-

ğenmiş ve erki tek başlarına ellerinde bulunduruyorlarmış gibi, saltıkçı bir tutum sergilerler. Başkalarının kendi yaptıkları gibi yapması konusunda direnirler. Kurumlara karşı ise içten bir bağlılık gösterirler.

Düşünme biçimleri sınırlı ve kurallara dayalıdır. Öncelikleri belirlemede ve yeni bir bakış açısı getirmede zorluk çekerler. Ayrıntıcı kişilerdir, yaptıkları işlerde ayrıntılara boğulurlar ve tasarılarını daha geniş kapsamda göremezler. Diğer bir deyişle "Ağaçlardan ormanı göremezler". Kararsızlıkları ve kuşkuları karar vermelerini güçleştirir. Zihinsel esneklikten yoksun olmaları, kolay etki altında kalmamaları ve yaratıcı olmamaları ile eşleşince düşlem dünyalarının sınırlı olduğu görülür. Kendilerini ortaya koyma ve saygısızlık gösterme, karşısındaki mutlu etme ve söz dinleme arasında çatışma yaşarlar.

Duygusal dünyalarında sert ve sıkıcıdırlar. Sevinçlerini gösteremezler. Sıcaklık ve yumuşaklık gibi yakınlaşma duygularını göstermekte güçlük çekerler. Yumuşak duyguları gösteremezken sinirlilik, kırgınlık ve öfke gibi duyguları çok açık bir biçimde gösterebilirler. Dolayısıyla ilişkileri "tumturaklı" olur ve senlibenli olmayan bir havaya bürünür.

Bu kişiler kendilerini tanımlarlarken başkalarının görüşlerinden çok etkilenirler. Kendilerine bakış açıları şöyledir: "Bir şey yolunda gitmezse bundan kendimi sorumlu tutanım." Kendilerini güvenilir, dürüst, doğru, erdemli, herkesin hakkını gözetene, hak yemeyen ve adil kişiler olarak görürler. Dış dünyaya bakışları ise şöyledir: "Yaşam öngörülemezliklerle dolu ve bizden çok şey bekliyor. Bu yüzden denetimi elden bırakmamalıyım, doğru ve düzgün olmalıyız ve yanılğlarımız olmamalı..."

En önemli özellikleri üstlendikleri işi bitirmelerini zora sokan yetkincilikleridir (mükemmelmecilik).

Obsesif-kompulsif kişilik bozukluğu olanların altta yatan üç yerleşik düşüncesinin olduğundan söz edilir. Bunlar, (1) yetkincilik, (2)

kesinlik gereksinmesi ve (3) insanların sorunları için tam doğru çözümlerin olduğuna ilişkin yerleşik düşünceleridir. Yetkincilik ve denetim altında tutma arayışı içindedirler. Yetkincilikleri için düşünce örnekleri şunlardır: “Değerli olabilmem için yanlışlıklardan kaçınmalıyım, çünkü insanın yanlışlarının olması demek başarısız olması demektir, bu da katlanabilir bir şey değildir”; “Olayın gittiği yön açık değilse hiçbir şey yapmamak daha doğru olur.” Denetim altında tutmaları için düşünce örnekleri şunlardır: “Kendimi ve çevremi tam denetim altında tutmalıyım, çünkü denetimi yitirmeye katlanamam”; “Kurallarım olmadan yaşayamam”; “Törensiz davranışlarım istenmedik birtakım olayların ortaya çıkmasını önleyiyor”.

Obsesif-kompulsif kişilerin kendiliğinden ortaya çıkan düşünceleri için örnekler de şunlardır: “Üstlendiğim bu görevi en iyi biçimde yapmam gerekir”; “Bu işi ben kendim yapmalıyım, yoksa doğru yapılamayacak”; “Yanlış davrandı, cezasını çekmeli”; “Geçmişten kalan bütün belgeleri saklamalıyım, bir gün işime yarayabilir”. Obsesif-kompulsif kişilik bozukluğu olanların “ya hep ya da hiç biçiminde düşünme (siyah ya da beyaz düşünme)”, “gözünde büyütme” ya da “korkunçlaştırma” gibi düşünsel çarpıtmaları olur.

Obsesif-Kompulsif Kişilik Biçimi ve Bozukluğu Arasındaki Ayrımlar

-
- *Biçim*: Üstlendikleri işleri yanlışsız ve yanlışsız bitirmeyi isterler.
 - *Bozukluk*: İşin bitirilmesini zorlaştıran bir yetkincilik peşinde koşarlar.
-
- *Biçim*: Üstlendikleri bütün işleri ve görevleri, en ince ayrıntılarına dek düşünerek, en iyi biçimde sonlandırmak isterler.

- *Bozukluk:* Ayrıntılarla, kurallarla, sıralamayla, düzene sokmayla, düzenlemeyle ya da tasarlamayla öylesine uğraşırlar ki giriştikleri eylemin başlıca amacını gözden kaçırmazlar.

- *Biçim:* İşlerin, özel bir biçimde, “tam doğru” olarak yapılmasını isteme eğilimi gösterirler, ancak işin yapılması sırasında başka bir yol seçilmesine bir ölçüde katlanabilirler.
- *Bozukluk:* Başkalarının kendi yaptıkları gibi yapması konusunda anlamsız bir biçimde direnirler ya da doğru yapmayacakları düşüncesiyle başkalarının bir işi yapmasını istemezler.

- *Biçim:* Kendilerini işlerine verirler ve çok çalışırlar.
- *Bozukluk:* Aşırı çalışma ve üretkenlik uğruna boş zaman etkinliklerinden ve arkadaşlıklarından ödün verirler.

- *Biçim:* Karar verirken seçenekleri ve sonuçlarını da göz önünde bulundururlar.
- *Bozukluk:* Kararsız kalırlar; karar vermekten ya kaçınırlar ya da karar verme sürecini uzatırlar ya da karar vermeyi sürüncemede bırakırlar.

- *Biçim:* Güçlü törel ilkeleri vardır ve doğrusunu yapmayı çok isterler.
- *Bozukluk:* Törelcilik ve değerler gibi konularda esneklikten tam anlamıyla yoksundurlar; doğruyu ve iyiyi yapma yükümünü aşırı derecede yüklenirler.

-
- *Biçim:* İşlerini çok fazla duygusal katılım olmadan yaparlar.
 - *Bozukluk:* Duygusal dışavurumlarında kısıtlılık vardır.
-
- *Biçim:* Genellikle tutumludurlar ancak gerektiğinde paylaşmayı da bilirler.
 - *Bozukluk:* Kişisel bir çıkar elde etmeyeceklerse başkaları için zaman ya da para harcamazlar.
-
- *Biçim:* Nesneleri toplama ve biriktirme eğilimi gösterirler, geçmişte bir değeri olmuş ya da gelecekte bir değeri olabilecek nesneleri elden çıkarmada isteksiz davranırlar.
 - *Bozukluk:* Duygusal bir değeri olmasa bile değersiz nesneleri elden çıkaramazlar, onları atamazlar.
-

Tanı Koydurucu Özellikler

Obsesif-kompulsif kişilik bozukluğunun başlıca özelliği, esneklik, açıklık ve verimlilik uğruna düzenlilik, mükemmelmecilik, zihinsel ve kişilerarası ilişkilerde kontrol koyma üzerine aşırı kafa yormanın olduğu sürekli bir örüntünün olmasıdır. Bu örüntü, genç erişkinlik döneminde başlar ve değişik koşullar altında ortaya çıkar.

Obsesif-kompulsif kişilik bozukluğu olan kişiler, yapılan etkinliğin asıl amacını unutturacak derecede kurallar, önemsiz ayrıntılar, işlemler, listeler, program yapma ya da biçim üzerinde özenle durarak kontrol koyma duyularını sürdürme girişiminde bulunurlar. Aşırı derecede ölçülüdürler ve yinelemeye yatkındırlar, ayrıntılarla özellikle ilgilenirler ve olası hatalar için tekrar tekrar denetimler yaparlar. Bu davranışları nedeniyle doğan gecikmelerden ve rahatsızlıklardan ötürü diğer insanların çok kızabileceği gerçeğinin farkın-

da bile olmazlar. Sözgelimi, bu kişiler, hazırladıkları yapılacak işler listesini bulamadıklarında, bunu yeniden hazırlamak için kısa bir süre harcamak ve yapılacakları yapmaya başlamak yerine söz konusu listeyi arayıp bulmak için gereğinden fazla zaman harcayabilirler. Zamanı çok kötü kullanırlar, yapılacak en önemli işler son dakikaya bırakılır. Mükemmelmecilikleri ve kendi kendilerine koydukları yüksek standartlar bu kişilerde önemli derecede işlev bozukluklarına ve sıkıntıya neden olur. Tasarının her ayrıntısının tam anlamıyla mükemmel olmasıyla öylesine uğraşabilirler ki tasarı hiçbir zaman gerçekleştirilemez ve sonuçlandırılmaz. Sözgelimi, bir türlü mükemmelliğe ulaşamayan yeniden yazmalar nedeniyle zaman boşuna tüketildiği için yazılacak bildirinin tamamlanması gecikir. Son teslim tarihleri kaçırılır, yapılacak etkinliklerin o sıradaki odağını kaçıran yaşam biçimleriyle tam bir düzensizlik yaşarlar.

Obsesif-kompulsif kişilik bozukluğu olan kişiler, boş zamanlarını değerlendirme etkinliklerinden ve arkadaşlıklarından yoksun kalacak derecede kendilerini işe ya da üretkenliğe adanır. Bu davranışları ekonomik gereksinimlerle açıklanamaz. Bu kişiler, çoğu zaman, bir akşamlarını ya da bir hafta sonu günlerini, dışarı çıkmak ya da sadece rahatlamak üzere boş bırakmak için zamanlarının olmadığı duygusunu yaşarlar. Tatil yapmak gibi zevk alacakları bir etkinliklerini sürekli erteleyebilirler, dolayısıyla bu etkinlikleri hiçbir zaman gerçekleşmeyebilir. Boş zamanları değerlendirme etkinliklerinde bulunmak ya da tatil yapmak için zaman ayırsalar bile yanlarına çalışacak birşeyler almazlarsa kendilerini rahatsız hissederler, böylece “zamanı boşa harcamamış” olacaklardır. Günlük evişleri üzerinde aşırı odaklanırlar (yerlerin “bal döküp yalanacak” kadar tekrar tekrar aşırı temizlenmesi gibi). Arkadaşlarıyla zaman geçirseler bile bu genellikle resmi olarak düzenlenmiş bir çeşit etkinlikte olur (spor gibi). Hobilere, eğlendirici ve dinlendirici diğer etkinliklere, sanki özenli bir organizasyonu ve üstesinden gelmek için çok çalışmayı gerektiren ciddi birer görevmiş gibi yaklaşılır. Mükemmel bir iş ortaya çıkarmak üzerinde durulur. Bu kişiler oy-

nu yapılandırılmış bir göreve dönüştürürler (halkalan çubuğa belirli bir düzen içinde sokamayan bebeği düzeltmek; çocuğa, bisiklete belirli düz bir çizgi üzerinde binmesini söylemek; futbol oyununu zor bir “ders”e dönüştürmek gibi).

Obsesif-kompulsif kişilik bozukluğu olan kişiler ahlâk, doğruluk ya da değerler gibi konularda vicdanlarının sesini aşırı dinlerler ve esneklik göstermezler. Kendilerini ve başkalarını katı ahlâki ilkelere ve uygulamanın katı ölçülerine uymaları konusunda zorlayabilirler. Kendi hataları için de acımasızca özeleştiride bulunabilirler. Böyle bir bozukluğu olan kişiler otoriteye ve kurallara katı bir uyum gösterirler ve hiçbir kuralın çevresel etkenlere göre esnetilmemesi gerektiği, bunlara yazıldığı gibi uyulması gerektiği üzerinde ısrar ederler. Sözelimi, telefon görüşmesi yapmak isteyen bir arkadaşlarına bir jeton bile ödünç vermeyebilirler, çünkü “ne ödünç alan, ne de ödünç veren olunmalıdır” ya da bu insanın karakteri için kötü bir şey olacaktır.

Böyle bir bozukluğu olan kişiler özel bir değeri olmasa bile eskimiş ya da değersiz şeyleri elden çıkaramazlar. “Bohçacı” olduklarını kabul ederler. Eşyaları elden çıkarmayı savurganlık olarak görürler, çünkü onlara göre “saklanacak samanın zamanı gelir” ve bir şeye ne zaman gereksinileceği hiçbir zaman önceden bilinmez; ayrıca sakladıkları şeylerden kurtulmaya çalışanlar olursa onlara sinirlenirler. Eşleri ya da oda arkadaşları eski eşya parçaları, dergiler, bozuk aletler gibi şeylerin kapladıkları alandan ötürü yakınabilirler.

Obsesif-kompulsif kişilik bozukluğu olan kişiler görev dağılımı yapma ya da başkalarıyla birlikte çalışma konusunda isteksizlik gösterirler. Her şeyin kendilerinin yaptığı gibi yapılması gerektiği ve insanların kendilerinin yaptığı gibi yapmaya uyum göstermesi gerektiği konusunda anlamsız ve inatçı bir biçimde ısrar ederler. Çoğu zaman işlerin nasıl yapılması gerektiği konusunda çok ayrıntılı yönergeler verirler (örn. çimleri biçmenin, bulaşıkları yıkama-

nın, köpek kulübesi yapmanın tek ve sadece tek bir yolu vardır) ve diğerleri başka yaratıcı seçenekler öne sürerse çok şaşırır ve kızarlar. Başka zamanlarda da tasarladıkları zamanın gerisinde kalsalar bile gelen yardım önerilerini geri çevirirler, çünkü başka hiç kimse- nin doğru yapabileceğine inanmazlar.

Böyle bir bozukluğu olan kişiler cimri davranırlar ve ulaşabileceklerinin çok altında bir yaşam standardını benimseyebilirler, gelecekte ortaya çıkabilecek felâketlere hazırlıklı olmak için para harcamanın sıkı bir şekilde denetim altında tutulması gerektiğine inanırlar. Obsesif-kompulsif kişilik bozukluğu olan kişiler katı ve inatçıdır. İşleri yapmanın tek bir “doğru” yolu olduğu konusunda öyle kararlıdır ki başka birilerinin düşüncelerine göre davranmada zorluk çekerler. Bu kişiler, ilerideki tasarımlarını ince ayrıntılarıyla tasarlarlar ve değişiklikleri göz önünde bulundurma konusunda isteksizlik gösterirler. Kendilerini, kendi bakış açılarına öylesine kaptırmışlardır ki başkalarının görüşlerini dinlemekte zorluk çekerler. Dostları ve iş arkadaşları bu kişilerin sürekli katı bir tutum sergilemelerinden ötürü rahatsızlık duyarlar. Obsesif-kompulsif kişilik bozukluğu olan kişiler uzlaşmayı istediklerini söylediklerinde bile inatçı bir biçimde karşı koyarlar ve “ilke gereği” öyle yapılması gerektiği üzerinde dururlar.

Kurallar ve yerleşik işlemlerle doğru yanıt alınamadığında, karar verme işlemi, zamanı tüketen ve çoğu zaman zahmetli olan bir süreçtir. Obsesif-kompulsif kişilik bozukluğu olan kişiler hangi işlerinin öncelik taşıdığına ya da özel bir işi yapmanın en iyi yolunun ne olduğuna karar vermede zorluk çekebilirler. Fiziksel çevreleri ya da kişilerarası çevreleri üzerindeki denetimlerini sürdüremedikleri durumlarda sinirlenmeye ve kızmaya eğilimlidirler, ancak öfkelerini doğrudan gösteremezler. Sözelimi, bir lokantada verilen hizmet kötü olduğunda kişi kızabilir, ancak yönetime şikâyet etmek yerine kişi ne kadar bahşış bırakması gerektiği üzerine kafa patlatır. Başka durumlarda görünüşte önemsiz bir konu hakkında hiddetlenerek öfkelerini dışavurabilirler. Böyle bir bozukluğu olan kişiler ast-üst iliş-

kilerindeki görelî yerleri konusunda özellikle dikkatlidirler ve saygı duydukları otoriteye karşı aşırı bir uyum, saygı duymadıkları otoriteye karşı aşırı bir direnç gösterebilirler.

Böyle bir bozukluğu olan kişiler duygularını genellikle çok kontrollü ve resmi bir biçimde gösterirler ve duygularını kolay dışavuran kişilerin bulunduğu ortamlarda kendilerini çok rahatsız hissedebilirler. Gündelik ilişkileri resmi ve ciddidir, başkalarının gülebileceği ve mutlu olabileceği durumlarda (sevdiği birini havaalanında karşılama gibi) gergin durabilirler. Söyleyeceklerinin mükemmel olacağından emin olana dek kendilerini geride tutarlar. Mantık ve akıl üzerinde aşırı dururlar ve başkalarındaki duygusal davranışlara karşı hoşgörüsüzdürler. Çoğu zaman sıcak duygularını dışavurmakla ilgili güçlükleri olur, nadiren iltifat ederler. Böyle bir bozukluğu olan kişilerin, özellikle esnekliği ve uzlaşmayı gerektiren yeni durumlarla karşılaştıklarında, mesleki zorlukları ve sıkıntıları olabilir.

Pasif-Agresif Kişilik Bozukluğu

Bu kişiler, engelleyen, sürüncemede bırakan, ağırdan alan, geciktiren, erteleyen, inatçı ve etkinliği düşüren tutumlar sergilerler.

Belirti ve Bulguları

Yeterli bir başarı göstermeleri istendiğinde buna karşı koyarlar. Geciktirmeleri için her zaman birtakım özürler bulurlar ve başkalarının hatalarını bulup çıkartırlar. Kendilerini öne süremezler, kendilerini ortaya koyamazlar.

Ortaya Çıkartan Nedenler

Öğrenilmiş bir davranış olabilir. Anababalarını örnek alıyor olabilirler. Küçük yaşlarda otorite ile sorunları olmuş olabilir.

Psikodinamik Yorum

Yetke, özerklik ve bağımlılık ile ilgili çatışmaları vardır. Boyun eğme, karşı koyma ve saldırganlık özellikleri birbirinin içine geçmiştir.

Genel Bilgiler

Belirli bir patolojik kişilik türünün ayırt ettirici özelliklerinden söz edildiğinde sanki bu kişiler söz konusu kişilik özelliklerini hemen her zaman gösteriyorlarmış gibi bir izlenim elde edilir. Oysa

ki bu kişiler çoğu zaman “normal” davranıyor olabilirler; yani, bu kişilerin davranışları, çevrelerindeki koşullara genelde uygun düşüyor olabilir. Bu yüzden belirli kişilik türleri anlatılırken, bunların diğer kişilik türlerinden, görülme sıklığı ve yoğunluğu açısından ayırt ettiren özelliklerinin vurgulanması gerekir. Buradan olmak üzere “surat asma”nın pasif-agresif kişiliğe özgü olduğu söylenebilir. Ancak, hemen herkes, kimi zaman asık yüzü davranıyor olabilir ve pasif-agresif kişi de çoğu zaman “suratsız” olmayabilir. Pasif-agresifleri ayırt ettiren özellik, bu kişilerin kolaylıkla suratsız davranmaya itilebilecekleridir ve bu davranışlarını oldukça sürekli bir biçimde gösterebilirler.

Bu kişilik yapısı, birbiri ardısıra değişen davranışların ve duygudurumların görülmesi ile belirlidir. Çoğu zaman bu kişiler huzursuz, değişken ve duygularında kararsız görünürler. Kolaylıkla “ısırgan”laşabilirler, önemsiz şeylere darılıp gücenebilirler ve kolaylıkla somurtkanlaşabilirler ya da tam tersi bir görünüme bürünebilirler. Engellenme eşikleri genelde düşüktür. Birçoğu sürekli sabırsızlık gösterir; işleri yolunda gitmezse huzursuzlaşırlar ve bir türlü yerlerinde duramazlar. Bir an için akılları başlarından gitmiş ve tüm umutlarını yitirmiş biri gibilerken bir an sonra piyeyi deve yapan, kinci, inatçı ve kavgacı biri oluverirler. Kimi zaman şevk dolu ve neşeli olabilirler ancak bu duygudurumları genellikle kısa süreli olur. Canlarının sıkın, eleştirici ve kıskanç olmadıkları bir zaman hemen hiç yoktur. Çoğu kez başkalarının elde ettiklerinde gözleri kalır, onlara hasetle bakarlar, kavgacı olmaya eğilimli olurlar, görmezden gelindikleri ya da önemsenmedikleri zaman kolaylıkla incinip kırılırlar. Duygularını kolaylıkla belli ederler. Birçoğu kolay telaşa kapılır ve dürtüsel davranabilir. En ufak bir üzüntülerinde bile birden gözyaşlarına boğulabilirler ve suçluluk duyguları yaşayabilirler ya da çok az bir kıskırtma ile öfkelenebilirler. Bu kişilerin, dürtüsel, beklenmedik ve çoğu kez patlayıcı tepkiler veriyor olmaları, başkalarının onların yanında kendilerini huzurlu hissetmelerini engeller ve onlarla uzun süreli ilişki kurmayı zorlaştırır. Zaman zaman

daha toplumsal oldukları ve daha sıcak ilişkiler kurdukları olursa da bu kişilerin çoğu, tanıdığı bu kişilerle birlikte olduğu zaman sanki her an bir şey olacakmış gibi hisseder. Onların suratsızlaşacaklarını, tersleşeceklerini ya da kabalaşacaklarını beklerler.

Pasif-agresifler kendilerine göre olan sıkıntılarını oldukça rahat bir biçimde dile getirirler, ancak bunların kökenine inmeyi pek istemezler. Duyarlılıklarından ve zorluklarından söz ederlerken bunların önemli ölçüde kendi iç çatışmalarından ve ambivalanslarından kaynaklandığının farkında değildirler. Kendileri hakkında, bir yandan kişisel yetersizliklerinden, bedensel rahatsızlıklarından ve suçluluk duygularından dem vururlarken; diğer yandan içerlemelelerinden, engellenmelerinden ve düş kırıklıklarından söz ederler. Yaşamlarındaki tatsız yanlardan, kaygılarından, üzüntülerinden, umutlarının boşa çıktığından, “sinirlilik”lerinden ve benzeri şeylerden yıldıklarını söylerler. Birçoğu, sıkıntılarından ve zorluklarından kurtulma isteğinden söz ederse de bunlara bir çözüm bulamazlar, belki de bulmak istemezler.

Bu kişilerin düşüncelerinde belirgin bir ambivalans vardır. Bir biçimde sorunlarına yaklaşmanın yararlı olacağını “gördükleri” bir sırada kendilerini “ancak” derken bulurlar. Bir karara varmadan korktukları ve kendi isteklerinden ya da yeterliklerinden emin olmadıkları için düşüncelerinin bir çözümünden bir diğerine kayıp durduğunu görürler. Yoğun ambivalansları nedeniyle çoğu zaman düşünüp beklemeden aceleci davranırlar.

Pasif-agresifler, çoğu kez, kaderlerinin kendilerine tuzak kurduğunu, hiçbir şeyin kendiliğinden bir çözüm yolu bulmadığını ve her ne istedilerse tersine gittiğini ileri sürerler. Bu negativistik kişiler başkalarının “kolay yaşam”larına imrendiklerini ve başkalarının böylesi bir yaşam sürmelerine içerlediklerini söylerler. Başkalarının elde etmiş oldukları şeyleri sıklıkla eleştirirler ve bunlara alaycı bir gözle bakarlar. Yaşamın kendilerine hep “zalim” davrandığını ileri sürerler. Aldatılmış oldukları ve değerlerinin bilinmediği duygusunu

yaşarlar. Her ne yapmışlarsa boşa çıktığını düşünürler. Yapmak istediklerinin ve eylemlerinin hep yanlış anlaşıldığını, acı bir biçimde düş kırıklığına uğradıklarını söylerler. Bu kişilere, engelleyici ve kötümser oldukları söylenir; onlar da böyle olmalarının, fiziksel yetersizlikleri yüzünden çektikleri ağrıların, başkalarından gördükleri düşüncesizliklerin ya da “duyarlı” olmalarının bir yansıması olduğunu düşünürler. Ancak burada pasif-agresifin ambivalansı yine işin içine karışır. Olasılıkla bunların, kendi değersizliklerinin, kendi başarısızlıklarının ve kendi “terslik”lerinin bir sonucu olarak ortaya çıktığını da söyleyeceklerdir. Hatta, kendi davranışlarının, başkalarının acı ve ıstırap çekmesine neden olabileceğini de düşünüyor olabilirler. Görüldüğü gibi, bu kişilerin bütün düşünce ve davranışlarının içinde, suçluluk duyma ve başkalarına içerleme duyguları arasında ambivalan bir çatışma bulunur.

Pasif-agresiflerin iç ruhsal denetimleri ve kullandıkları savunma mekanizmaları yetersizlik gösterir. Duygudurumlarının, düşüncelerinin ve isteklerinin içsel bir temeli yok gibidir. Kabarmış duygularını az sayıda bilinçdışı işlemde geçer ve bunun bir sonucu olarak da bunlar herhangi bir değişikliğe uğramadan yüzeye yansır. Bu negativistik kişiler, çocuklar gibi çoğu kez, gelip geçen duygulara karşı kendiliğinden ve dürtüsel tepkiler gösterirler. Bu yüzden tepkilerinde bir tutarlılık yoktur ve nasıl tepki gösterecekleri önceden kestirilemez.

Bu kişiler, çocukluklarında tutarlı bir dış çevre görmedikleri ve dış denetimden yoksun kalmış oldukları için iç denetim sağlamayı da öğrenememişlerdir. Çevresindekilerin kendileriyle ilgili beklentilerinin neler olduğunu tam kestiremediklerinden ve özdisiplinleri olmadığından ötürü bu kişiler yaşadıkları çevrede başıboş sürükleniyor gibidirler, bir duygudurumdan bir diğerine gidip gelirler.

Bu kişilerin duygularında bir durgunluk ve tutarlılık olmuş olsa, iç ruhsal denetimlerinin zayıflığı bir sorun olmaz, ancak durum hiç

de öyle değildir. Yoğun kişisel ambivalanslarından köken alan bir içsel karmaşa ve kaygı içindedirler. Dengeleri süregelen değildir. Geleceğin kendilerine ne getireceğini hiç bilemeyecekleri düşüncesi içinde olduklarından sürekli bir güvensizlik duygusu yaşarlar. Yaşadıkları “bilinmezlikler” kolaylıkla kızgınlığa ve içerlemeye döntürebilir. Çoğu kez ardından suçluluk duyguları ortaya çıkar ve bu da öfkelerini perdeler. Kısacası, ambivalan kişiler bir dizi yoğun ve çelişik duyguyu birarada yaşarlar, iç denetimlerinin zayıflığı ve özdisiplinlerinin olmayışı nedeniyle de bu duyguları birden açığa çıkar. Bunun yarattığı duygular kargaşası birbirlerine ters düşen birtakım savunma mekanizmalarının kullanılması ile sonuçlanır. Hastalar, kimi zaman, dışarıya yönelttikleri düşmanca duygularını yeniden kendilerine çevirirler (projeksiyon savunma mekanizmasının tersi olan introjeksiyon savunma mekanizması). Sözgelimi, başkalarına duyulan nefret duygusu kişinin kendisine çevrilerek suçluluk duygusu ya da kendi kendini kınama biçimini alabilir. Gerçekten de pasif-agresifler introjeksiyon ve projeksiyon savunma mekanizmaları arasında gider gelirler. Bir zaman, projeksiyon savunma mekanizmasını kullanarak, “yıkıcı” dürtülerini başkalarına yöneltirler, başkalarını haksız yere, kendilerine karşı kötü niyetli davranmakla suçlarlar. Başka bir zaman ise, introjeksiyon savunma mekanizmasını kullanarak, haklı olarak başkalarına yükleyebilecekleri hatalar için kendilerini suçlarlar. Dolayısıyla, bilinçdışı mekanizmaları kullanıyor bile olsa, pasif-agresif kişi kararsız ve çelişik davranmaktadır.

Çoğu kişilik, belirli bir düzeyde doyum elde etme olanağı verecek ve güvenlik sağlayacak, ayrıca toplum içinde kendi uyumlarını sürdürmelerine yarayacak ilişkiler kurma tarzını geliştirmiştir. Normal olarak kabul edilebilecek kişiler, bu amaçlarına ulaşmak için uyguladıkları yöntemlerle patolojik kişilerden ayrılırlar. Sağlıklı kişilikler karşı karşıya geldikleri, değişen isteklere ve baskılara göre uyguladıkları yöntemleri belirli bir esneklik çerçevesinde değiştirirler. Psikolojik yönden bir bozukluğu olan kişiler

ise, daha çok, esnek olmama eğilimi gösterirler. Değişik olaylara, sanki bunların hepsi aynı şeylermiş gibi yaklaşırlar ve bunlara, o sırada uygun düşmese bile, çocuklukları sırasında edindikleri yöntemleri uyguladılar. Kendileri için geçerli olmuş olduğunu gördükleri belirli bir tarzı bir kez öğrendikten sonra, sanki bu gelecekte nasıl davranılacağını gösterecek kutsal bir kılavuzmuş gibi hep bunu kullanırlar.

Pasif-agresiflerin sorunu, çoğu patolojik kişiliklerinkinden oldukça farklıdır. Bu kişilerin zorlukları, olaylarla başa çıkma tarzlarındaki katı tutumlarından değil aşırı gevşekliklerinden kaynaklanır. İleri derecede ambivalentler ve kendileri için doyurucu olan bir davranış yönelimi tutturamazlar. Duraksarlar ve başkalarına bağımlı mı, yoksa başkalarından bağımsız mı davranacaklarına ya da olaylara etkin mi, yoksa edilgen mi tepki göstermelerinin uygun olacağına bir türlü karar veremezler. Kendilerini çıkarmaya sürükleyen bu ikilemleri belirli bir tarza aşırı bağlı kalmaktan değil, hiçbir bağımlılıklarının olmamasından ileri gelir. Bunun bir sonucu olarak, kararsız bir biçimde bir duygudurumdan ve eylem çizgisinden bir diğerine gider gelirler. Darmadağınık bir biçimde davranırlar, dolayısıyla kendilerini hiçbir yere götürmeyen birtakım yollara itilirler ve bunlar da, başkalarıyla sonu gelmeyen sürtüşmelerinin çıkmasına ve kendi içlerinde düş kırıklıklarının doğmasına neden olur.

Pasif-agresiflerin, negativizm, ne yapacağı önceden kestirilemez olma, hem sedüktif, hem de reddedici olma, istekte bulunup sonra da doyum bulamama ile belirli tarzları, herkese karşı kullanılabildikleri güçlü silâhlarıdır. Bir amaç uğruna her şeye katlanan biri, gücendirilmiş, kırılmış, yanlış anlaşılmış, pişman, hastalıklı, aşırı çalışmakta olan biri rolleri arasında gidip gelmeleri pasif-agresiflere aradıkları ilgi, destek ve bağımlılığı kazandıran kişilerarası ilişki yöntemleridir. Böylelikle kızgınlıklarını ve içerlemelerini de büyük bir incelikle dışa vurmuş olurlar. (Tablo 21)

Tablo 21. Pasif-agresif kişilik bozukluğunun yerleşik düşünceleri.

-
- Kendime yeterim ancak amaçlarıma ulaşmak için başkalarına gereksiniyorum.
 - Kendime saygımı koruyabilmemin tek yolu kendimi dolaylı olarak ortaya koymaktır, sözgelimi yönergelere tam uymayarak...
 - İnsanlara bağlanmayı severim ancak başkalarının yönetiminde olmanın pahasına katlanmak istemiyorum.
 - Yönetimdekiler, dünyamıza giren, isteklerde bulunan, işimize karışan ve denetim altında tutmaya çalışan kişilerdir.
 - Yönetimdekilerin egemenliğine karşı koymalıyım ancak onlar tarafından kabul de görmeliyim.
 - Başkalarının denetimi altında olmak ya da onlarca yönetilmek katlanılası bir şey değil.
 - Her şeyi kendi bildiğim gibi yapmalıyım.
 - İşleri başkalarının tasarladığı zamanda yapmak, başkalarının isteklerini karşılamak, onlara boyun eğmek onurumu zedeliyor ve kendi yeterliğime gölge düşürüyor.
 - İnsanların beklediği kurallara uyersam özgür davranmamı kısıtlamış olurum.
 - Kızgınlığımı doğrudan göstermemem gerekir, hoşnutsuzluğumu başkalarına boyun eğmeyerek gösterebilirim.
 - Benim için en iyisinin ne olduğunu ancak ben bilirim, ne yapmam gerektiğini bana başkaları söylememeli...
 - Kurallar insanlar nasıl isterse öyledirler, beni boğuyorlar.
 - İnsanlar hep beklenti içindeler.
 - İnsanları çok buyurgan olarak görürsem isteklerini önemsemeyebilirim.
-

Kişilik Bozuklukları Ölçeği

SCID-II (Structured Clinical Interview for DSM-IV Axis II Personality Disorders)*

Yönergeler

İzleyen sayfalardaki sorular, genelde ne tür bir insan olduğunuz, yani son yıllarda genellikle neler hissettiğiniz ya da nasıl davrandığınızla ilgili sorulardır. Sorulan soru tam olarak ya da çoğunlukla size uyuyorsa “EVET”i yuvarlak içine alın, size uyuyorsa “HAYIR”ı yuvarlak içine alın. Soruyu anlayamazsanız ya da yanıtı konusunda kesin bir yargınız yoksa boş bırakın.

-
- * Yayın hakları Hekimler Yayın Birliği'ne aittir. Yazılı izin alınmadan çoğaltılamaz. Türkiye için geçerlilik ve güvenilirlik çalışmaları sürdürülmektedir; ancak kaba bir değerlendirme için kullanılabilir. Kesin tanı konabilmesi için, klinisyenin, elde edilen verilerin üzerinden giderek ayrı bir görüşme yapması gerekir.

- | | | |
|---|-------|--------|
| 1. Birçok insanla uğraşmayı gerektiren işlerden ya da görevlerden kaçtığınız oldu mu? | HAYIR | EVET |
| 2. Sizi seveceklerinden emin olmadıkça insanlarla ilişkiye girmekten kaçır mısınız? | HAYIR | EVET |
| 3. Yakın olduğunuz insanlara karşı bile "açık" olmakta zorlanır mısınız? | HAYIR | EVET |
| 4. Toplumsal durumlarda eleştirilecek olmaktan ya da dışlanacak olmaktan sık sık üzüntü duyar mısınız? | HAYIR | EVET |
| 5. Yeni insanlarla karşılaşınca genellikle sessiz ve durgun mu kalırsınız? | HAYIR | EVET ✓ |
| 6. Başkaları gibi iyi, akıllı ya da çekici olmadığınızın mı inanıyorsunuz? | HAYIR | EVET |
| 7. Yeni şeyleri denemekten korkar mısınız? | HAYIR | EVET |
| 8. Ne giyeceğiniz ya da restoranda ne ısmarlayacağınız gibi gündelik kararlarınızı vermeden önce başkalarından öğüt ya da destek almaya gereksinir misiniz? | HAYIR | EVET |
| 9. Parasal konular, çocuk bakımı ya da yaşamınızı düzenleme gibi, yaşamınızın önemli alanlarını yönetme, bunlarla başa çıkma konusunda başkalarına bağımlı mısınız? | HAYIR | EVET |
| 10. Yanlış düşündüklerini düşünseniz bile insanlarla ters düşmekte zorlanır mısınız? | HAYIR | EVET |
| 11. Yardım edecek biri olmadığında bir işi ya da görevi başlatmakta zorlanır mısınız? | HAYIR | EVET |
| 12. Hoş olmayan şeyleri yapmaya sık sık istekli olduğunuz oldu mu? | HAYIR | EVET |
| 13. Kendi başınıza kaldığınızda genellikle kendinizi rahatsız hisseder mısınız? | HAYIR | EVET |
| 14. Yakın bir ilişkiniz sonlandığında hemen, sizinle ilgilenecek başka birinin arayışına girmek zorunda olduğunuz duygusuna kapılıyor musunuz? | HAYIR | EVET |
| 15. Kendiniz, kendinizle ilgilenmek üzere kendi başınıza bırakılmaktan ötürü çok üzölür müsünüz? | HAYIR | EVET |
| 16. Ayrıntılar, sıralama ve düzenleme üzerinde aşırı duran ya da listeler ve çizelgeler yapmayı seven türde bir insan mısınız? | HAYIR | EVET |

- | | | |
|---|-------|------|
| 17. Her şeyi tam doğru yapmaya çalışırken çok zaman harcadığınız için işlerinizi bitirmekte zorlanır mısınız? | HAYIR | EVET |
| 18. Başkalarına ayıracak ya da yalnızca eğlence için ayıracak zamanınız kalmayacak derecede kendinizi işinize (ya da okula) adadığınızı düşünüyor musunuz ya da başkaları böyle düşünüyor mu? | HAYIR | EVET |
| 19. Neyin doğru, neyin yanlış olduğuna ilişkin çok yüksek standartlarınız var mı? | HAYIR | EVET |
| 20. Bir gün kullanılabileceklerini düşünerek, sahip olduğunuz şeyleri elden çıkarmakta zorlanır mısınız? | HAYIR | EVET |
| 21. Tam sizin istediğiniz gibi yapacakları konusunda size katılmadıkları sürece, başkalarının size yardımcı olmalarına izin vermek sizin için zor oluyor mu? | HAYIR | EVET |
| 22. Yeterince paranız olsa bile kendiniz ya da başkaları için para harcamakta zorlanır mısınız? | HAYIR | EVET |
| 23. Başkalarının ne söylediğine bakmaksızın haklı olduğunuzdan emin olduğunuz sık sık olur mu? | HAYIR | EVET |
| 24. Başkaları size katı ve inatçı olduğunuzu söylediler mi? | HAYIR | EVET |
| 25. Biri sizden, yapmak istemediğiniz bir şeyi yapmanızı isterse, buna "evet" der ve sonra yavaş çalışır ya da kötü bir iş çıkartır mısınız? | HAYIR | EVET |
| 26. İstemediğiniz bir şeyi yapmayı "unuttuğunuz" sık sık olur mu? | HAYIR | EVET |
| 27. Başka insanların sizi anlamadığını ya da ne denli iyi yaptığınızı görmediğini sık sık düşündüğünüz olur mu? | HAYIR | EVET |
| 28. Çoğu zaman, geçimsiz ve tartışmaya girmeye yatkın bir insan mısınız? | HAYIR | EVET |
| 29. Ne yaptığını bilmesi beklenen çoğu yöneticinizin, öğretmeninizin, danışmanınızın, doktorunuzun ve başkalarının gerçekte ne yaptıklarını bilmediklerini görüyor musunuz? | HAYIR | EVET |
| 30. Başkalarının sizin sahip olduklarınızdan daha çoğuna sahip olmasının adli olmadığını sık sık düşünüyor musunuz? | HAYIR | EVET |
| 31. Payınıza düşenden daha çok kötü şeyin başınıza gelmiş olduğundan sık sık yakınıyor musunuz? | HAYIR | EVET |

- | | | |
|---|-------|------|
| 32. Başkalarının isteklerini kızgınlıkla geri çevirdiğiniz ve daha sonra bunun için kendinizi kötü hissettiğiniz ve özür dilediğiniz sık sık olur mu? | HAYIR | EVET |
| 33. Genellikle kendinizi mutsuz hisseder misiniz ya da yaşamdan zevk alacak bir şeyin olmadığını düşünür müsünüz? | HAYIR | EVET |
| 34. Temelde yetersiz bir insan olduğunuzu ve genellikle kendinizle ilgili olarak iyi şeyler hissetmediğinizi mi düşünürsünüz? | HAYIR | EVET |
| 35. Sık sık kendinizi kötü hissettiğiniz olur mu? | HAYIR | EVET |
| 36. Geçmişte olmuş olan kötü şeyleri düşünüp durur musunuz ya da gelecekte olabilecek kötü şeyler için tasalanıp durur musunuz? | HAYIR | EVET |
| 37. Sıklıkla başkalarını acımasızca yargılar ve hatalarını kolaylıkla bulup çıkarır mısınız? | HAYIR | EVET |
| 38. Çoğu insanın temelde iyi olmadığını düşünür müsünüz? | HAYIR | EVET |
| 39. Hemen her zaman işlerin kötüye gideceğini bekler misiniz? | HAYIR | EVET |
| 40. Yaptığınız ya da yapmadığınız şeyler için sık sık suçluluk duyar mısınız? | HAYIR | EVET |
| 41. İnsanların sizi kullanmasını ya da sizi incitmesini önlemek için çoğu zaman çevreye göz kulak olur musunuz? | HAYIR | EVET |
| 42. Arkadaşlarınızın ya da birlikte çalıştığınız insanların güvenilir olup olmadıklarını sorgulamak için çok zaman harcıyor musunuz? | HAYIR | EVET |
| 43. Size karşı kullanabilecekleri için, başkalarının hakkınızda çok şey bilmemesinin sizin için çok daha iyi olacağını düşünüyor musunuz? | HAYIR | EVET |
| 44. İnsanların söylediklerinde ya da yaptıklarında gizli birtakım gözdağı vermeler ya da aşığılamalar olduğunu sık sık saptıyor musunuz? | HAYIR | EVET |
| 45. Sizi aşığılamış ya da küçümsemiş insanlara karşı kin tutan ya da onları bağışlamak için uzun bir zamana gereksinen bir insan mısınız? | HAYIR | EVET |
| 46. Uzun bir süre önce size bir şey yaptığı ya da söylediği için bağışlayamadığınız çok sayıda insan var mı? | HAYIR | EVET |

- | | | |
|---|-------|------|
| 47. Herhangi bir kişi, bir biçimde sizi eleştirdiği ya da aşağıladığı zaman ona öfkelendiğiniz ya da saldırıda bulunduğunuz sık sık oluyor mu? | HAYIR | EVET |
| 48. Eşinizin ya da sevgilinizin sadakatsizlik yaptığından sıklıkla kuşkulandığınız oldu mu? | HAYIR | EVET |
| 49. Toplum içindeyken, insanların kendi aralarında konuştuğunu gördüğünüzde, sizin hakkınızda konuştuklarını sıklıkla düşünür müsünüz? | HAYIR | EVET |
| 50. Çoğu insan için özel bir anlam taşımayan şeylerin gerçekte size yönelik bir ileti taşıdığı duygusuna sık sık kapılır mısınız? | HAYIR | EVET |
| 51. Çevrenizde insanlar varken, size bakıldığı ve gözlerin üzerinizde olduğu duygusuna sık sık kapılır mısınız? | HAYIR | EVET |
| 52. Yalnızca dileyerek ya da üzerinde düşünerek birtakım şeylerin olmasına neden olabileceğiniz duygusuna hiç kapıldınız mı? | HAYIR | EVET |
| 53. Doğaüstü güçlerle kişisel bir yaşantınız oldu mu? | HAYIR | EVET |
| 54. Başkalarının bilemeyeceği ve öngöremeyeceği şeyleri bilmenizi ve öngörmenizi sağlayan bir "altıncı his"siniz olduğuna inanıyor musunuz? | HAYIR | EVET |
| 55. Birtakım nesnelerin ya da gölgelerin gerçek insanlar ya da hayvanlar gibi görüldüğü ya da birtakım seslerin gerçekte insan sesleri gibi geldiği size sık sık oluyor mu? | HAYIR | EVET |
| 56. Hiç kimseyi görmüyorken, bir insan ya da gücün çevrenizde olduğunu sezdiğiniz oldu mu? | HAYIR | EVET |
| 57. İnsanların çevrelerinde gizemli bir ortam ya da enerji alanları olduğunu sık sık görür müsünüz? | HAYIR | EVET |
| 58. Yakın akrabalarınız dışında gerçekten yakın olduğunuz çok az insan mı var? | HAYIR | EVET |
| 59. Başka insanlarla birlikte olduğunuzda sıklıkla gergin olur musunuz? | HAYIR | EVET |
| 60. Herhangi yakın bir ilişkinizin olup olmaması sizin için önemli değil midir? | HAYIR | EVET |
| 61. Hemen her zaman, yaptığınız şeyleri, başka insanlarla birlikte yapmaktan çok, tek başına yapmayı mı yeğlersiniz? | HAYIR | EVET |

- | | | |
|---|-------|------|
| 62. Hiç kimseyle, hiçbir zaman, cinsel bir yakınlaşmanızın olmamış olmasıyla yetinebiliyor musunuz? | HAYIR | EVET |
| 63. Gerçekten zevk aldığınız çok az şey mi var? | HAYIR | EVET |
| 64. İnsanların siz hakkınızda ne düşündüğünün hiç önemi yok mu? | HAYIR | EVET |
| 65. Hiçbir şeyin sizi çok mutlu etmediğini ya da çok üzmediğini görüyor musunuz? | HAYIR | EVET |
| 66. İlgili odağı olmayı sever misiniz? | HAYIR | EVET |
| 67. Çok flört eder misiniz? | HAYIR | EVET |
| 68. Kendinizi, sık sık başkalarının ilgisini çekmeye çalışırken bulur musunuz? | HAYIR | EVET |
| 69. Glyimlnizle ya da görünüşünüzle ilgiyi üzerinize çekmeye çalışır mısınız? | HAYIR | EVET |
| 70. Çarpıcı ve renkli olmayı ilke edindiniz mi? | HAYIR | EVET |
| 71. Birlikte olduğunuz insanlara, yeni okuduklarınıza ya da televizyonda izlediklerinize göre sık sık düşüncenizi değiştirir misiniz? | HAYIR | EVET |
| 72. Yakın olduğunuz çok arkadaşınız var mı? | HAYIR | EVET |
| 73. İnsanların sizin özel yeteneklerinizin ya da başarılarınızın değerini yeterince bilmedikleri sık oluyor mu? | HAYIR | EVET |
| 74. İnsanlar, sizin kendinizle ilgili düşüncelerinizin çok abartılı olduğunu söylediler mi? | HAYIR | EVET |
| 75. Bir gün çok güçlü, çok ünlü olacağınızı ve herkes tarafından tanınacağınızı çok sık düşünür müsünüz? | HAYIR | EVET |
| 76. Bir gün mükemmel bir aşk ilişkinizin olacağını çok sık düşünür müsünüz? | HAYIR | EVET |
| 77. Bir sorunuz olduğunda her zaman en tepedeki kişiyi görme konusunda ısrar eder misiniz? | HAYIR | EVET |
| 78. Özel ya da etkili insanlarla zaman geçirmenin önemli olduğu düşüncesinde misiniz? | HAYIR | EVET |
| 79. İnsanların size ilgi göstermesi ya da bir biçimde size hayran olması, sizin için büyük bir önem taşıyor mu? | HAYIR | EVET |
| 80. Yolunuzdan alıkondüğunuzda, belirli birtakım kurallara ya da toplumsal uzlaşmalara uymanın gerekli olmadığını düşünür müsünüz? | HAYIR | EVET |

- | | | |
|--|-------|------|
| 81. Özel bir tedaviyi hak eden türde bir insan olduğunuz düşüncesinde misiniz? | HAYIR | EVET |
| 82. İstedığınızı elde edebilmek için birkaç kişinin ayağına basmanın gerekli olduğunu sık sık düşünür müsünüz? | HAYIR | EVET |
| 83. Kendi gereksinmelerinizi başkalarınınkilerin önüne geçirmek zorunda kaldığınız sık olur mu? | HAYIR | EVET |
| 84. Diğer insanların, sizin kim olduğunuzu göz önünde bulundurarak, siz her ne istiyorsanız onu sorgulamadan yapmasını sıklıkla bekler misiniz? | HAYIR | EVET |
| 85. Diğer insanların sorunları ya da duygularıyla gerçekten ilgilenmez misiniz? | HAYIR | EVET |
| 86. İnsanların, sizin kendilerini dinlemediğiniz ya da duygularını anlamadığınız konusunda size yakındıkları oldu mu? | HAYIR | EVET |
| 87. Başkalarını sıklıkla kıskanır mısınız? | HAYIR | EVET |
| 88. Başkalarının sıklıkla sizi kıskandığı düşüncesinde misiniz? | HAYIR | EVET |
| 89. Sizin zamanınızı almaya ve ilginizi çekmeye değer çok az sayıda insan olduğu düşüncesinde misiniz? | HAYIR | EVET |
| 90. Gerçekten umurunuzda olan birinin sizi terkedeceğini düşündüğünüzde çılgına döndüğünüz sık oldu mu? | HAYIR | EVET |
| 91. Gerçekten umurunuzda olan insanlarla olan ilişkilerinizde çok aşırı git gel'ler yaşıyor musunuz? | HAYIR | EVET |
| 92. Kim olduğunuz ve nereye doğru gittiğinizle ilgili algınızı birden değiştirdiğiniz oldu mu? | HAYIR | EVET |
| 93. Kim olduğunuzla ilişkin algınız, belirgin olarak sık değişir mi? | HAYIR | EVET |
| 94. Değişik insanlarla birlikte ya da değişik birtakım durumlarda olduğunuzda, kimi zaman, gerçekten kim olduğunuzu bilmeyecek derecede değişir misiniz? | HAYIR | EVET |
| 95. Amaçlarınızda, mesleki tasarılarınızda, dinsel inançlarınızda vb. konularda, birden ortaya çıkan, çok sayıda değişiklik oldu mu? | HAYIR | EVET |
| 96. Düşünmeden eyleme geçtiğiniz, dürtüsel davrandığınız sık oldu mu? | HAYIR | EVET |
| 97. Kendinizi yaralamaya ya da öldürmeye çalıştığınız ya da bunları yapacak olmaya ilişkin gözdağı verdiğiniz oldu mu? | HAYIR | EVET |

98. Bile bile kendinizi kestiğiniz, yaktığınız ya da tırmaladığınız hiç oldu mu?	HAYIR	EVET
99. Duygusal durumunuzda, sık sık, birden ortaya çıkan değişimler yaşar mısınız?	HAYIR	EVET
100. Sıklıkla içinizde bir boşluk duygusu yaşar mısınız?	HAYIR	EVET
101. Sık sık öfke patlamalarınız ya da denetiminizi yitirecek denli kızdığınız olur mu?	HAYIR	EVET
102. Kızdığınızda insanlara vurduğunuz ya da onlara bir şey fırlattığınız olur mu?	HAYIR	EVET
103. Küçük şeyler bile sizi çok kızdırır mı?	HAYIR	EVET
104. Zor altında kaldığınızda, başka insanlardan kuşkulandığınız ya da koptuğunuz olur mu?	HAYIR	EVET
105. On beş yaşından önce, diğer çocuklara kabadayılık eder ya da onlara gözdağı verir miydiniz?	HAYIR	EVET
106. On beş yaşından önce, kavga-dövüş başlattığınız olur muydu?	HAYIR	EVET
107. On beş yaşından önce, herhangi bir kişiyi sopa, taş, kırık şişe, bıçak ya da tabanca gibi bir silahla yaraladığınız ya da bunun için gözdağı verdiğiniz oldu mu?	HAYIR	EVET
108. On beş yaşından önce, bile bile birine işkence ettiğiniz ya da acı çektiğiniz oldu mu?	HAYIR	EVET
109. On beş yaşından önce, amaçlı olarak hayvanlara işkence ettiğiniz ya da onları yaraladığınız oldu mu?	HAYIR	EVET
110. On beş yaşından önce, hırsızlık, soygunculuk, kapkaççılık yaptığınız oldu mu?	HAYIR	EVET
111. On beş yaşından önce, birini cinsel ilişkiye, önünüzde soyunmaya ya da size cinsel yönden dokunmaya zorladınız mı?	HAYIR	EVET
112. On beş yaşından önce, yangın çıkardığınız oldu mu?	HAYIR	EVET
113. On beş yaşından önce, sizin olmayan nesnelere isteyerek zarar verdiğiniz oldu mu?	HAYIR	EVET
114. On beş yaşından önce, evlere, diğer yapılara ya da arabalara zorla girdiğiniz oldu mu?	HAYIR	EVET

115. On beş yaşından önce, çok sık yalan söyler ya da başkalarını aldatır mıydınız?	HAYIR	EVET
116. On beş yaşından önce, zaman zaman mağazalardan mal çalar ya da başka birinin imzasını taklit eder miydiniz?	HAYIR	EVET
117. On beş yaşından önce, evden kaçtığınız ve geceyi dışarıda geçirdiğiniz oldu mu?	HAYIR	EVET
118. On üç yaşından önce, geç saatlere dek dışarıda kaldığınız, evde olmanızın beklendiği saatten çok daha geç eve geldiğiniz sık sık olur muydu?	HAYIR	EVET
119. On üç yaşından önce, sık sık okuldan kaçtığınız oldu mu?	HAYIR	EVET

Yorumlama

1'inciyle 7'nci arasındaki sorulardan en az dördüne evet yanıtı vermişseniz *çekingen kişilik bozukluğu*, 8'inciyle 15'inci arasındaki sorulardan en az beşine evet yanıtı vermişseniz *bağımlı kişilik bozukluğu*, 16'ncıyla 24'üncü arasındaki sorulardan en az dördüne evet yanıtı vermişseniz *obsesif-kompulsif kişilik bozukluğu*, 25'inci ile 32'nci arasındaki sorulardan en az dördüne evet yanıtı vermişseniz *pasif-agresif kişilik bozukluğu*, 33'üncüyle 40'inci arasındaki sorulardan en az beşine evet yanıtı vermişseniz *depresif kişilik bozukluğu*, 41'inciyle 48'inci arasındaki sorulardan en az dördüne evet yanıtı vermişseniz *paranoid kişilik bozukluğu*, 49'uncuyla 59'uncu arasındaki sorulardan en az beşine evet yanıtı vermişseniz *şizotipal kişilik bozukluğu*, 60'ncıyla 65'inci arasındaki sorulardan en az dördüne evet yanıtı vermişseniz *şizoid kişilik bozukluğu*, 66'ncıyla 72'nci arasındaki sorulardan en az beşine evet yanıtı vermişseniz *histrionik kişilik bozukluğu*, 73'üncüyle 89'uncu arasındaki sorulardan en az beşine evet yanıtı vermişseniz *nar-*

sisistik kişilik bozukluğu, 90'inciyle 104'üncü arasındaki sorulardan en az beşine evet yanıtı vermişseniz *sınırdaki kişilik bozukluğu* ve 105'inciyle 119'uncu arasındaki sorulardan en az ikisine evet demişseniz *davranım bozukluğu* söz konusu olabilir. Geçmişte davranım bozukluğu olan kişilerde daha sonra *antisosyal kişilik bozukluğu* ortaya çıkabilir. Bunun ayrıca araştırılması gerekir. Herhangi bir kişilik bozukluğunun kesin tanısının konabilmesi için, klinisyenin bu verilerin üzerinden giderek bir görüşme yapması gerekir.

Kaynaklar

- Amerikan Psikiyatri Birliği: *Psikiyatride Hastalıkların Tanımlanması ve Sınıflandırılması Elkitabı*, Yeniden Gözden Geçirilmiş Dördüncü Baskı (DSM-IV-TR), Amerikan Psikiyatri Birliği, Washington DC, 2000'den çeviren Köroğlu E, Hekimler Yayın Birliği, Ankara, 2001.
- Aronoff J, Rabin AI, Zucker RA: *The Emergence of Personality*. Springer Publishing Company, 1987.
- Beck AT, Freeman A, Davis DD and associates: *Cognitive Therapy of Personality Disorders*, Guilford, 2004.
- Benveniste DH: *Diagnosis and Treatment of Sociopaths and Clients with Sociopathic Traits*. New Harbinger Publications, 1996.
- Blair J, Mitchell D, Blair K: *The Psychopath, Emotion and the Brain*. Blackwell Publishing, 2005.
- Bockian NR, Jongsma AE: *The Personality Disorders Treatment Planner*. Wiley, 2001.
- Brody N: *Personality in Search of Individuality*. Academic Press, 1988.
- Cleckley H: *The Mask of Sanity*. Mosby Medical Library, 1982.
- Cloninger CR: *Personality and Psychopathology*. American Psychiatric Press, 1999.
- Cloninger SC: *Theories of Personality, Understanding Persons*. Prentice Hall, 2000.
- Ewen RB: *An Introduction of Personality*. Lawrence Erlbaum Associates, Publishers, 1998.
- First MB, Gibbon M, Spitzer RL, et al: *Structured Clinical Interview for DSM-IV Axis II Personality Disorders (SCID-II)*, American Psychiatric Press, 1997.
- Gunderson JG: *Borderline Personality Disorder*. American Psychiatric Press, 1984.

- Hare RD: *Vicdansızlar, Antisosyal Kişilik Bozukluğu, Aramızdaki Psikopatların Rahatsız Edici Dünyası*. HYB Yayıncılık, 2006.
- Hoffmann Judd P, McGlashan TH: *A Developmental Model of Borderline Personality Disorder, Understanding Variations in Course and Outcome*. American Psychiatric Press, 2003.
- Horowitz MJ: *Hysterical Personality Style and the Histrionic Personality Disorder*. Aronson, 1991.
- Hotchkiss S: *Why is it Always About You? The Seven Deadly Sins of Narcissism*. Free Press, 2003.
- Kernberg O: *Borderline Conditions and Pathological Narcissism*. Aronson, 1985.
- Koroğlu E, Güleç C: *Psikiyatri Temel Kitabı*. Hekimler Yayın Birliği, 2007.
- Koroğlu E: *PsikoNezoloji, Tanımlayıcı Klinik Psikiyatri*, Hekimler Yayın Birliği, 2004.
- Kreisman JJ: *I Hate You, Don't Leave Me, Understanding the Borderline Personality*. Avon Books, 1989.
- Krueger RF, Tackett JL: *Personality and Psychopathology*, Guilford, 2006.
- Livesley WJ: *Handbook of Personality Disorders*. Guilford, 2001
- Lowen A: *Narcissism, Denial of the True Self*. Collier Books, 1985.
- Mason PT, Kreger R: *Stop Walking on Eggshells, Taking Your Life Back When Someone You Care About Has Borderline Personality Disorder*. New Harbinger Publications, 1998.
- Masterson JF: *The Narcissistic and Borderline Disorders, An Integrated Developmental Approach*. Brunner/Mazel, Publishers, 1981.
- Meloy JR: *The Psychopathic Mind, Origins, Dynamics, and Treatment*. Aronson, 1992.
- Millon T, Davis RD: *Disorders of Personality, DSM-IV and Beyond*, Wiley, 1996.
- Morea P: *Personality, An Introduction to the Theories of Psychology*. Penguin Books, 1990.
- Oldham JM, Skodol AE, Bender DS: *Textbook of Personality Disorders*. American Psychiatric Publishing, 2005
- Paris J: *Borderline Personality Disorder, A Multidimensional Approach*. American Psychiatric Press, 1994.
- Paris J: *Personality Disorders Over Time, Precursors, Course, and Outcome*. American Psychiatric Press, 2003

- Robinson DJ: *Disordered Personalities*. Rapid Psychler Press, 2005.
- Ronningstam EF: *Disorders of Narcissism, Diagnostic, Clinical, and Empirical Implications*. American Psychiatric Press, 1998.
- Sperry L: *Handbook of Diagnosis and Treatment of DSM-IV-TR Personality Disorders*. Brunner-Routledge, 2003.
- Stone MH: *Personality-Disordered Patients*. American Psychiatric Press, 2006.
- Yudofsky SC: *Fatal Flaws*. American Psychiatric Press, 2005.

Tek Kişilik Oyunlarla Örneklendirilmiş
Kişilik Bozuklukları

SİNAN BAYRAKTAR'IN BİYOGRAFİSİ

Sinan Bayraktar 10.06.1964'te Çorlu'da doğdu.

- 1987 Hacettepe Üniversitesi Edebiyat Fakültesi Türk Dili ve Edebiyatı Bölümü Türk Halk Bilimi Anabilim Dalı'ndan mezun oldu. Geleneksel Türk Tiyatrosu üzerine çalışmalarına başladı. Karagöz Efsanesi adlı çocuk oyununu yazdı. Üniversitelerarası Tiyatro Festivali'nde Ankara Yeni Sahne'de Sait Faik'in hikâyelerinden oluşan ilk Meddahlık sanatı gösterisini sundu (Hikâyecisi-Şair Sait Faik).
- 1996 Ankara Üniversitesi Dil ve Tarih-Coğrafya Fakültesi Tiyatro Bölümü Dramatik Yazarlık Anasanat Dalı'nı bitirerek yazarlık çalışmalarına ağırlık verdi.
- Kızkalesi Efsanesi (Gençlik Oyunu), Distribütörler, Yusuf ile Züleyha, Definenâme (Müzikli Komedi), Denizatı, İdris Baba adlı oyunları yazdı.
- Definenâme, Devlet Tiyatroları ile İstanbul Büyükşehir Belediyesi Şehir Tiyatroları genel repertuarına alındı.
- Karagöz Efsanesi, İstanbul Büyükşehir Belediyesi Şehir Tiyatroları genel repertuarına girdi.
- Türk Dil Kurumu'nun Türk Dili dergisinde hikâyeleri yayımlandı... Ankara Sokaklarının Delisiyim adlı hikâyesiyle Cumhurbaşkanlığı himayesinde düzenlenen A.Ü. 50. Yıl Kutlama Programı çerçevesindeki hikâye yarışmasında "Birincilik Ödülü"nü kazandı.
- 2002 Definenâme adlı oyunu Mitos-Boyut Yayınlarınca yayımlandı.
- 2003 Kendi adına tiyatro kurdu; Denizatı adlı tek kişilik oyununu Çorlu'da Tamer Levent Sahnesi'nde, Denizbank'ın katkılarıyla İstanbul'da Afife Jale Sahnesi'nde, Ankara'da A.Ü.

Kültür ve Sanatevi'nde sahnelemeye başladı. Denizatı turnelerle 70'inci oyunu aştı...

- 2004 Karagöz Efsanesi adlı çocuk oyunu Mitos-Boyut Yayınları'nca yayımlandı.

Çağdaş Meddahlık ve Meddah hikâyeciliği üzerine çeşitli üniversitelerin Halk Bilimi ve Tiyatro bölümlerinde söyleşiler yaptı, gösteriler sundu... Türkiye'nin Sesi Radyosu'nda Meddah hikâyeleri anlattı.

Gençler için NUTUK uyarlaması Atatürk Araştırma Merkezi'nce basıldı. Definenâme adlı müzikli komedisi Antalya Büyükşehir Belediyesi Şehir Tiyatroları'nca oynandı...

- 2005 T.C. Kültür Bakanlığı, Unesco, Gazi Üniversitesi ortak organizasyonunda gerçekleşen Mitten Meddaha Türk Halk Anlatıları Uluslararası Sempozyumu'na katıldı; Ankara Sokaklarının Delisiyim ve Hoca Bakkal hikâyelerini sahneledi.

Atatürk'ün manevi kızı Prof. Dr. Afet İnan anısına düzenlenen Afet İnan Tarih Ödülleri Töreni'nde de Kitapçı Fevzi adlı hikâyesini sahneledi.

Definenâme, Konya Devlet Tiyatroları tarafından oynanmaya başladı.

Denizatı ile İdris Baba, Mitos-Boyut yayınları'nca toplu tek kişilik oyunlar başlığı altında yayımlandı.

Psikon 2005, Psikiyatri Eğitim Kongresi'nde, Kişilik Bozuklukları ile ilgili Psikodramatizasyon sundu. Moderatörlüğünü Psikiyatrist Prof. Dr. Ertuğrul Koroğlu'nun yaptığı gösteride Histriyonik (Şeker Ayakkabı), Narsisistik (Melez Dilberler), Antisosyal (Kuru Temizlemeci), *Borderline* (Öykücünün Öyküsü), Şizotipal (Shakespeare Şifresi), Şizoid (Ressam), Obsesif Kompulsif (Ankara Sokaklarının Delisiyim) kişilik bozuklukları sahnelendi ve tartışıldı.

- 2006 İdris Baba adlı tek kişilik oyununu Ankara Üniversitesi Kültür ve Sanatevi'nde sahnelemeye başladı.

SİNAN BAYRAKTAR'dan Teşekkürler...

Önce, beni bu çalışmaya yüreklendirerek güvenip görevlendiren Sayın Psikiyatrist Prof. Dr. Ertuğrul Köroğlu'na teşekkür ederim. Çalışmalarımız süresince sanki yeni bir fakülte okuyor olmak heyecan ve hazzını yaşadım. İlkere imza atan zekâsına, bilimadamlığına, insanlığına hayranlık duydum...

Yorulmaz işbirliklerini, yardımlarını esirgemeyenlere yetmez teşekkürlerimi, Sayın Köroğlu'nun teşekkürleriyle demetlerim:

A.Ü. DTCF Tiyatro Bölümü Dramatik Yazarlık Anasanat Dalı Başkanı Doç. Dr. Selda Öndül; Psikiyatrist-Psikoterapist Dr. Tahir Özakaş; Psikiyatrist Dr. Murat Özkan; Psikiyatrist Doç. Dr. Cengiz Erden; G.Ü. Eğitim Fakültesi Öğretim Üyesi, Yardımcı Doç. Dr. Kayahan Özgül; T.Ü. Öğretim Görevlisi Yüksel Gür; A.Ü. Kültür ve Sanatevi Yönetmeni Nuray Akça; Çankaya/Cafe Kahve Dostları: Metin Kutluay, Tuba Uçele, Tuncay Gölbaşı, Orçun Halil Üner; Mustafa Alibaşoğlu, Tayfun Genç; Öykü Kocaarslan; Hakan Kolcu; Songül Kalender...

İÇİNDEKİLER

Sinan Bayraktar'ın Biyografisi	3
Sinan Bayraktar'dan Teşekkürler	5
1. PARANOİD KİŞİLİK BOZUKLUĞU	
Ağlamak İstiyorum	179
2. ŞİZÖİD KİŞİLİK BOZUKLUĞU	
Ressam.	185
3. ŞİZOTİPAL KİŞİLİK BOZUKLUĞU	
Shakespeare Şifresi	191
4. ANTİSOSYAL KİŞİLİK BOZUKLUĞU	
Kuru Temizlemeci.	205
5. SINIRDA KİŞİLİK BOZUKLUĞU	
Öykücünün Öyküsü	213
6. HİSTRİONİK KİŞİLİK BOZUKLUĞU	
Şeker Ayakkabı	231
7. NARSİSİSTİK KİŞİLİK BOZUKLUĞU	
Melez Dilberler.	241

8. ÇEKİNGEN KİŞİLİK BOZUKLUĞU

Yılın Aşçısı 253

9. BAĞIMLI KİŞİLİK BOZUKLUĞU

Yarışma 259

10. OBSESİF KOMPULSİF KİŞİLİK BOZUKLUĞU

Resimli Misalli Mükemmel Tarihsel Coğrafya

Terimleri Sözlüğü 269

1

Paranoid Kişilik Bozukluğu

AĞLAMAK İSTİYORUM

Bak Doktor!..

Kişilerin davranış biçimlerini değiştirmeden... Kişilerin değer yargılarını değiştirmeden, düzeni veya sistemi temelden değiştirme olanağı yoktur... Nasıl?!..

Yani, “Kişilerin davranış biçimlerini değiştirmek” derken şunu kastediyorum: Başka insanların gizledikleri birtakım amaçları var... Örnek mi?!...

Bak Doktor!.. Al sana örnek:

İşyerimde benim işgücümü fazlasıyla sömürüyorlar... Üstelik... Her an aldatılma ile karşı karşıyayım... Şişkin faturaları paraflamam için sürekli ısrar ediliyor. İmza yetkisi bende. Yarın öbür gün inceleme yapılırsa... Müfettiş gelse... Gözaltına ben gireceğim.

Sizin belediye örgütü dediğiniz şey, Bizans kalesinden başka bir şey değildir. Entrika, entrika, entrika...

Ben yirmi yıllık bir kadrolu çalışanımdır. Kaç değişik partiden, kaç değişik başkan gördüm. Kimseye, geçmişe dönük tek bir sır vermemişimdir.

O daireden o daireye, o müdürlükten o müdürlüğe savrul-
dum durdum; işgücüm sürekli sömürüldü, sömürülüyor... Yedi
cihan biraraya gelmiş, bana zarar vermek için uğraşıyorlar...

Çok yorgunum Doktor!

Ağlamak istiyorum...

Ama ağlamayacağım!..

Çok duygusalım değil mi?..

Peki ağlayayım...

Bu kadar...

Çalışma odamı paylaştığım arkadaşım, duvara bir yazı astı.
Shakespeare'in bir vecizesiymiş güya. Yazı aşağı yukarı şöyle:
"Korkularımız, kuşkularımız birer haindir, harekete geçmemizi
engelleyerek kazanma şansımız olan şeyleri de kaybetmemize
yol açarlar."

Bu yazının alt anlamı nedir Doktor?

Rüşvet almamız konusunda beni dolaylı olarak ikna etmek
istiyor. Benim karakterime, saygınlığıma saldırmaktan başka bir
şey yapmıyor. Bu yazıyı asmakla...

Nasıl Doktor?!...

Shakespeare elbette o anlamda söylememiştir. Ama o, o an-
lamda kullanmıyor. Kendisinin sürekli rüşvet aldığıнын farkında-
yım. Beni de kendi bataklığına çekmek istiyor... İmalı imalı bir-
takım lâflar...

Mesela geçenlerde şey dedi, Doktor:

"Cesaret eksikliği bizi hareketsizliğe, atalete itiyor" Bir şey
söylüyor başka bir şey diyor...

Kendisine şöyle net bir karşılık verdim:

“Cesaret, vicdansızlık demek değildir” dedim...

Dikkat etmesem, beni kullanacak, istediği gibi yönlendirecek... Her an tetikteyim. Çok tehlikeli bir herif. Beni risk altına sokmak için, paraflamam gereken yazılarında mahsus hatalar yapıyor. Benden kaçır mı? Noktasına virgülüne kadar kontrol ediyorum. Her hareketinde kasıt var...

Doktor, asıl konu çok daha hassas...

Karım, işyerime zaman zaman ziyaretime gelirdi. Artık gelmesini engelledim.

Şerefsiz içten içe kanma yazıldı...

Resmen asıldı... Göz süzmeler... Kalkıp sigarasını yakmalar...

Hoşlanmadığımı anlıyor, kasıtlı yapıyor.

Karım da sanki ona bir-iki meyletti.

Beni artık telefonla aramasını dahi yasakladım... Santraldeki kızı da örgütlemiş olmalı, kız her seferinde güya yanlışlıkla onun masasına bağlıyor telefonu...

Görüyorsun değil mi Doktor!..

Her zaman şunu savunmuşumdur.

İnsanlarda davranış bozuklukları var, davranış bozuklukları...

İnsanlar davranışlarını değiştiremezlerse dünya nasıl düzelecek?

Aşağılanmalar, gözdağı vermeler, ard niyetler, haksızlıklar, görmezden gelmeler... Aldatmalar, sadakatsizlikler...

Ben bu dünyaya küstüm Doktor.

Ağlamak istiyorum...

2

Şizoid Kişilik Bozukluğu

RESSAM

Evet... Resim yapıyorum... Yeni bir resme başladım... Yalnızca karakalem... Bilmem... Ben ressam değilim... Ressam sayılmam daha doğrusu... Yağlıboya denemedim hiç... Düşünmedim hiç... Alçak gönüllü resimler bunlar... Bir adı yok o resmin... Galileo Galilei yıldızları gözlüyor... Bu çok uzun bir ad olur...

Panjurlara dokunmayın... Çok tozlu... Evet... Atölyenin ışığı değişebilir...

Adı Sarman... Asil bir huyu var...

Hiç evlenmedim... Kadınlarla uğraşacak vaktim yok... Gereksiz sorular soruyorsunuz... İkisi de sağ... Uzaktalar...

Galeri gezmem... Sıkılıyorum... Herhangi bir ressam tanıdığım yok... Tanımıyorum kendisini... Eski işyerimdeki bir çalışan bahsetmiş olmalı ona... Bir kez gördüm... İlgilendi... Değersiz resimler olduğunu söyledim... Bakın, bu görüşme nezaket icabıydı; formaliteydi yani... İyi biri olabilir... Ben mesafeli olmayı yeğlerim...

Sizi göndereceğini söylemişti... Gördünüz işte... Hiçbir değerleri yok.. Bu kadar ilgileniyorsunuz da size bir şey kazandıracacağını sanmam...

Başkalarının ne düşündüğü hiç önemli değil... Ben resimlerimi kendim için yapıyorum... Bilmem... Özgür hissederim kendimi...

Yoo... Ben yumuşak bir insanımdır... Hâlimden memnunuz... Bu atölye yeterli bir yaşam alanı... Evet, günümün büyük bölümünü burada geçiririm, kedimle beraber... Kediler, mesafeli hayvanlardır... Soru sormak için soru soruyorsunuz.

Bakın, bu resimlerde ortak bir tema yok... Sergi açmak da istemiyorum... Övgü alacak çalışmalar değil bunlar.. Sizin galerinizi görmedim ve bilmiyorum... Benim kendime özgü amaçlarım var.. Yardıma ihtiyacım yok... Neye karar vermem konusunda başkalarından etkilenmem... Vazgeçin, güle güle...

Kendi ayaklarımın üstünde durdum hep... Çünkü başkalarına güvenemem...

Bakın, sanat âlemi silikon bir dünya... Karmakarışık ilişkiler... Özgürlüğümü o âleme satamam...

O, bir opera dürbünü... Anneannemindi.. Evet, mikroskop da onundu... Anneannem biyokimyacıydı. Bu atölye bir zamanlar onun özel çalışma laboratuvarıydı... Mikroskoba saatlerce baktığını hatırlarım...

Benim ilgimi çekmiyorlar... Yedigâr işte... Ben yalnızca resim yaparım...

Akademide okumadım... Muhasebe okudum... Bir süre çalıştım... Herhangi bir atölyeye de devam etmedim. Bilmem...

Bir şeyi kendi başıma yapmak, başkalarıyla yapmaktan daha çok zevk veriyor...

Balkondan... Adalar gözüktüyor... Bakabilirsiniz... Sarman, sen balkona çıkma, emi...

Güzelse güzeldir... Güzel zaten güzeldir...

Dürbün, bizi şahinleştirir ama bu bir illüzyondur...

Bakın hanımefendi... Resimlerimi galerinizde sergileyin...

Ancak ben galeride bulunamam. Hiçbir işe karışmam... Kokteyle de gelemem... Bu resimler zaten satılmaz... Bir enayi bulursanız... Banka hesabına yatırın parayı... İyi günler... Ben para kokusunu sevmem, ama av köpekleri bir tavşanın kokusunu iki kilometreden alabilirler... Güle güle...

3

Şizotipal Kişilik Bozukluğu

SHAKESPEARE ŞİFRESİ

Shakespeare, tragedyalarını “Bir” ve “Sıfır” üzerine şifrelemiştir...

Aslında, her sayının gizemi, bir büyüsel değeri vardır.

Evren, matematiksel bir kurgu içerir. Bu kurguyu, kozmik yasalar yönetir.

Pisagor’un, Platon’un, Tao’nun ve benzerlerinin “Sayılabilimi” üzerinde ilk kafa patlatıcılar olduğunu hatırlatmalıyım...

Son dönemde moda hâline gelen kutsal kitapların şifrelerinin çözülmesi çalışmaları, “Sayılabilimi”nin prensipleri temel alınarak yazılmıştır. Ehil ellerden çıkıp çıkmadıkları tartışılmalı, ayrı konu...

“Sayılabilimi”, kosmozun, matematiksel olarak düzenlenmiş bir bütün olduğu anafikrine yaslanır. Kosmoz sayısal bir sembolizm içerir...

Shakespeare’in tragedyalarına değişik eleştiri yöntemleriyle yaklaşan Şekspiryenler, şapşal duruma düştüler. Göstergebilimsel irdellemelerden tutun da tür eleştirisi, Marksist eleştiri, biyog-

rafik eleştiri, feminist eleştiri, yapısalci eleştiri, psiko-analitik eleştiri, hepsi, tragedyaların kudreti karşısında kekeleyip durdular...

Nümorolojik eleştirinin de -henüz- güdük kaldığını açık yüreklilikle, alçakgönüllü bir bildiriyle bildiririm buradan; psikiyatri, tiyatro ve edebiyat âlemine ilk haykıran olarak...

Shakespeare tragedyalarında olaylar, hayati bir nokta olan “Sıfır”dan başlar... “Sıfır”, “Hiçbir şey”dir! Bu mütevazi “Sıfır”, yani “Hiçbir şey” olaylar dizisi aktıkça yavaş yavaş çığ formunda büyüyerek “Her şey” hâline gelecektir...

Bilimsel çalışmalarda, araklama hastalığının bir salgın halinde yayıldığını izliyoruz. Alıntılar, dipnotlanmıyor. Ayıptır, üzücüdür, suçtur...

Benim “Sıfır” olarak sembollediğim “Hiçbir şey” kavramını, edebiyat kuramcısı Terry Eagleton baktım almış kullanıyor. Esirgeyecek değilim tabii, amme hizmetidir nihayet... Ama gönderme yapmamış Hazret...

Diyeceksiniz ki, madem bildirinizi ilk kez buradan bildiriyorsunuz; bu Muhterem, kavramınızı kendi incelemesine nasıl aktardı; “Hiçbir şey”den daha önce o söz etmiş olmuyor mu?.. Haklısınız... Benim iki tahminim var: Evim ya uydu marifetiyle izleniyor ya da telepatik olarak beynimin dehlizlerine giriliyor...

Bunlar Ufolarla da şirket, şirket... Nasıl baş ederiz bunlarla, derin derin düşünüyorum... Ama benim “Hiçbir şey”e aynı zamanda “Sıfır” dediğimi henüz algılayamadılar. Aramızda, “Zamanlama çaprazını açıklayamadığına göre, asıl intihalcı bence bu herif” diye birbirine bıyık altından fısıldayanları fark etmemiş değilim... Düşüncelerinize de dikkat edin, altıncı hissim kuvvet-

lidir... Zamanlar arası yolculuklar da yapılıyor bu şirketlerde... Ben, o kadarını söyleyeyim... Neyse...

Shakespeare tragedyalarında kahramanların en üst noktadan düşüşünü görürüz... “Bir” sayısının çizilişini şekil olarak takip ettiğimizde de, yukarıdan aşağıya doğru bir yol tuttuğunu görürüz...

“Bir” sayılar biliminin en önemli sayısıdır. Kendinden önce gelen bir rakam yoktur. Yani, “Bir”in arkası “Hiçbir şey”dir; “Sıfır”dır.

Ve “Bir” sayısı, önündekiler gibi farklı rakamların toplamından meydana gelmez. Aksine diğer sayıların oluş nedenidir. “Bir”, önündeki “Her şey”i varedendir. “Bir” sayısı yegânedir; kendini pek beğenir. Zarif, yüce...

Örneğin Othello’yu “Bir” rakamı ile sembolleyelim; bakınız, çiziyorum... Yukarıdan aşağıya doğru bir düşüş görüyoruz: “1”. Aşağıdan yukarı doğru çizdiğimizde de yüceliş görüyoruz. Her türlü çizilişte ‘1’ Othello’yu sembollüyor.

Rönesans düşüncesine göre insan yücedir; “Her şey”e muktedirdir. Tıpkı “Bir” sayısının, diğer sayılara muktedir olduğu gibi...

Othello, “Bir” sayısının yüceliğindedir. Tragedyayı çözümlediğimizde görürüz ki başlarda Othello; ahlâken, bedenen, sosyal sınıf açısından ve zekâca üstün bir kahramandır. Başarıları kanıtlanmış büyük bir kumandandır. “Bir” sayısı kadar da narsisisttir!... Çok narsisist olduğu anlarda da Desdemona kendisine âşık oluverir... Othello, ne derecede “Bir” ise, Desdemona o oranda “Sıfır”dır. (Desdemona’nın niçin “Sıfır” olduğunu birazdan açıklayacağım, sabır gösterin lütfen.) Othello da Des-

demon'a'ya âşık olur. Âşık olmak, Othello'yu yücelik katından, insanî düzleme indirecektir. Bu insanî düzlemde Othello'nun ayakları tuzaklara takılacaktır. Büyük tuzakçı İago'nun kurduğu muhteşem tuzaklara... 'Çarpı' işareti 'tuzak'tır; İago'yu semboller...

Bu tuzaklı düzlemde "Sıfır"ın sıcak takibine düşen "Bir" mahvolacaktır... Basit bir matematik işlemidir aslında, karışık gibi gözükken argümanlarım. "Bir" "Sıfır" ile çapıldığında mahvolur, yok olur...

Yöntemimin az şaşşalca olmasına özen gösteriyorum. Ancak şunu da hemen belirtmeliyim, çok özel bir topluluk karşındayım... Bu zarif psikiyatristler topluluğunun beni hemen 'bir garip' olarak tanımlayacağı kuşku, kıçım, bir dikedir. Bu diken birazdan çekip çıkaracağınızdan eminim...

Bu arada sizlere teşekkür etmeyi de unuttum. Böylesi bir psikiyatri kongresine bir medyum olarak davet almak ayrıca onur verici. Çok teşekkür ederim. Çünkü benim alanım, kurulu düzen içinde kabul görmüyor. Bu konular hiçbir zaman bu işle uğraşanların dışına taşmadı. Daha doğrusu taşırılmamaya özen gösterildi... Aslında ben kendime "medyum" demiyorum. Siz diyorsunuz. Kongre broşürüne de yazmışsınız. "Numaralojist" olarak düzeltilmeli... Sizler, batıl-batınî demediniz: İtibar ettiniz, teşekkür... Yoksa beni.. aranızda çağırdınız... Konuşturup... hâllerime tanı mı koyuyorsunuz?! Günahı boynunuza...

Bir dönem, medya bizi bir pohpohladı, bir pohpohladı... Bazı medyum arkadaşlarımız güzel programlar da yaptılar; yani. Sonra ne olduysa, medya bize dirsek çevirdi... Medya ile medyum arasındaki yakın ses benzerliği dikkatinizi çekmiştir. Çok yakın anlam ilişkisi de var. Söz etmek isterdim lâkin kong-

renin konusu değil... Evet... Ünvanım “numaralojist” olarak düzeltilmeli... [Bir saniye lütfen... Sim sala bim... Derin bir sessizlik lütfen... Sim sala bim... Hissediyorum... Sim sala bim... 6 -19 - 27 - 38 - 54 - 62 - 75 - 94 - 136... numaralı koltuklarda oturan katılımcılar benim hakkımda, “Amma numaracı adam” diye düşünüyorlar... Onların salonu terk etmelerini istemeyeceğim... Prevalansları % 3 dolaylarında... Oh! Yoğun trans, beni yordu... Konumuza dönelim...]

Daha önce sunulan bildirileri dikkatle izledim... Titizlikle hazırlanılmış... Shakespeare’in karakterlerine yapılan psiko-analiz yaklaşımlar dudak ısırtacak nitelikte; kutlarım... Çok doğal... Herkes ustasına yaslanıyor: Siz Freud’a; ben Pisagor’a...

Shakespeare’i kıskanmakta haklıyız canım... Ne siz, ne ben henüz Shakespeare’i yakalamış değiliz... Kafanızdaki temel problemi biliyorum. Shakespeare ile Freud’un ters zamanlarda yaşamış olmaları!... Shakespeare’i okuduğunuzda sanki Freud ile tanışık olduğu duygusuna kapılıyorsunuz. Kafanızı takmayın. Az önce, kısaca, mecburen değinmek zorunda kaldım Ufolara; Ufoların, rönesans döneminde birtakım önemli adamları zaman makinesi marifetiyle geleceğe götürdüklerine dair saptamalarım var. Kongrenin konusu değil, bir dahakine inşallah nail olurum. Şu kadarını söyleyeyim, o da azıcık yüreğinize su serpmek için; Nostradamus, attığı bir dipnotta şifrelemiş; aramızda kalmalı; psikiyatri âlemini panikletmeyelim; üstad diyor ki, bunlar Viyana’da bir *cafede* hasbıhal ettikleri sırada; harp zamanı tabii; Nazilerin eli kulağında, hızlı hızlı konuşuyorlar; bir yandan da Ufocular; “Hadi hadi!.. Zaman doldu!..” şeklinde Shakespeare’in iki ayağını bir pabuca sokuyorlar; diğer taraftan Prenses de Freud’u Avusturya’dan kaçırmak için sürekli ikna çabasında; anlayacağınız zavallılar tam hasbıhal edemiyorlar, bu

kıskaç içinde... Efendime söyleyeyim bu fısıldaşmaları NASA kaydediyor; kayıtlar oldukça silik ama birbirlerine ego, mego; kompleks, mompleks; Elektra, Oidipus dedikleri anlaşılıyor; CIA'nın raporlarını incelediğimizde aralarında Sophokles'in de olabileceği ihtimali kuvvetlidir... Sonradan baktım, bizim Gayri Resmi Yakın Tarih Ansiklopedisi'nde de benzer kayıtlar var... Yi-ne ulu üstadımız Nostradamus'un bir başka paragrafta şifrelediği üzere; aynı *cafed*e aynı esnada, arka taraflarda bir masada, par-desüsünün yakalanı kalkık bir vaziyette numaradan gazete okuyup etrafa göz kulak olan adamın çağımız tiyatro sanatçılarından Sarı Sinan olduğunu da şifrenin kilidini kınıp kesinkes tespit etmiş bulunuyorum. Ne iş peşindeydi kimbilir, obsesif kompulsif şizofrenik manyak?! Tanrı, islah etsin... Öyle ya, şirket hademesidir...

Neyse... Konumuza dönelim...

“Bir” sayısı umarım netlik kazandı.

Gelelim “Sıfır”a. Ne demiştik? Desdemona, demiştik. Desdemona için “Sıfır” demiştik... “Sıfır” yani “Hiçbir şey”.

Artık “Hiçbir şey”den söz etmenin tam sırasıdır. Öncelikle şunu söylemeliyim: “Hiçbir şey” aynı zamanda, kelime anlamı itibariyle Elizabeth dönemi İngilizce'sinde “kadın cinsel organı” da demektir...

Zaten, fallosantrik bir bakış açısıyla bakıldığında, karşınızda kocaman bir “Sıfır” vardır, yani hiçbir şey yoktur. Şekil olarak da “Sıfır”dır; anlam olarak da “Sıfır”dır... Hayatın orada başladığı sıfır noktası değil midir yani?..

Desdemona olsun –Othello'nun karısı–; Getrude olsun –Hamlet'in anası– ve yahut İokaste olsun –Oidipus'un anası–; bunlar hepsi “Sıfır”dır.

Bu “Sıfır” yani “Hiçbir şey”, erkeğin içindeki arzuya dair gü-rültülü patırtılı “Her şey”i kışkırtır. Böylece onu imha etme gü-cüne sahiptir. Kadının hiçbir şey’i karmaşık bir hiçbir şey’dir. Erkeğin, buz parçası gibi eriyip kaybolduğu, ağzı genişleyen dipsiz bir kuyudur.

Othello’yu bir düşünelim. Othello, paranoyak bir kıskanç olarak neye inanıyor?.. Bu “Hiçbir şey”in kadının dışsal görü-nüşünün altında yatan dipsiz bir derinlik olduğuna...

İago, tragedyanın bir yerinde, Othello’ya sorar: “Sizi rahat-sız eden şey ne?”

Othello’nun yanıtına dikkat ediniz: “Hiçbir şey.”

İago’nun var ettiği yalan dünyası içinde –biz buna İago’nun romanı diyelim– bu romanın içinde Othello artık korkunç birta-kım satırlar okuyordur... Yani, çalınan mendili Othello, abartılı bir biçimde zihninde kurguluyordur. Gerçi şimdi söyleyeceğim şey, biraz tereciye tere satmak olacak ama tezimin saadeti ge-reği söylemek zorundayım: Paranoyanın klasik koşulu, sistemati-k bir anlam algılamak değil midir?

Artık bu noktadan itibaren Othello kimlik bunalımına da dü-şer; iç dünyasında felsefe yapmaya başlamıştır:

“Ben, koskoca bir kumandan mıyım? Yoksa boynuzlu bir ko-ca mıyım?”

Üstadınız Freud’un şakacı bir biçimde yorumladığı gibi ‘Pa-ranoyaya en yakın şey felsefedir’. Gizli bilgiyi avlamaya yönelik patolojik bir saplantıya saplanmıştı artık Othello.

Dikkat ederseniz, –anlaşılır olma uğruna– sizin terminolojini-zi de kullanmaya hassasiyet gösteriyorum. Konuşmamım başın-dan bu yana diken üstünde bulunuyorum. “Bir garip” olarak

yorumlandığıma dair paranoyadan beni kurtarın. Tam yeri değil midir? Lütfen çekip çıkarınız bu dikenini...

[Sim sala bim!... Hissediyorum!... Sim sala bim!... Salonun prevalansı % 2.5 dolaylarına indi... Şükür... Eh!.. Yüzde 2.5 kadı kızında da olur.]

Biliyorsunuz aslında; –Othello’yu okuyanlar için, biliyorsunuz aslında diyorum– ortada aldatma yoktur... Ama kardeşim size kongreden bir ay evvel söylenmedi mi Othello’yu okuyup da gelin, diye? Teessüf ederim. Othello’yu, Hamlet’i, Oidipus’u okumayanların psikiyatri eğitimini yarım sayarım...

Evet... Neyse... Ne diyordum?..

Cinsel kıskançlık temel olarak bir yorumlama krizidir...

Othello, röntgencilik eğilimleriyle, karısı Desdemona’nın zina eyleminin mendilden başka, gözle görünür, net kânıtını görme ısrarındadır.

Cinsel açıdan kıskanç olan biri için, bütün dünya kadın cinsel organı hâline gelmiştir. Yani “Her şey”, “Hiçbir şey” olmuştur.

Bir zamanlar Othello’nun özel mülkiyetinde olan bu “Hiçbir şey” artık her yerededir. Bu illüzyon içindeki zavallı Othello, Desdemona’yı da, kendini de hançerler...

Sıfıra sıfır, elde var sıfır... Yüce “Bir” sıfırlanmıştır artık... Shakespeare’in tragedyaaları “Bir” ile “Sıfır”ın çarpımından ibarettir. Tragedyaaların finallerine bakın, bütün kahramanlar yok olurlar: Hamlet, Macbeth, Desdemona, Getrude, şu, bu... Shakespeare’in şifresi budur: Dünya “Bir” ile “Sıfır” üzerine kuruludur... Bu mudur yani? Evet, budur.

Efendim...

Hayır... Terry Eagleton medyum değil... Görüşlerimizde bir paralellik farketmişseniz... Aynı zamanda belki de... Benim cinlerimi örgütlemiş olabilir, kuvvetle muhtemel... Azıttı canım bu, azıttı... Hem telepatik olarak beynimin dehlizlerine giriyor, hem uydu marifetiyle...

Zamanımın dolmak üzere olduğunun farkındayım; teşekkür ederim, hatırlattığınız için... Diğer konuşmacıların haklarına taşmak istemem... Bildirimim büyük bir bölümünü atlıyorum...

Kısaca Hamlet'e de değineceğim... Hamlet, çok önemlidir, sevgili dinleyenlerim... Gâvuristan'da adamlar, yalnız Hamlet tahlillerinin yapıldığı kürsüler kurmuşlar... Sürmenaj olmaya ne gerek var yahu... Önemli bulgularım var, ama zikretmem sakıncalı... Yeri ve zamanını kolluyorum... Bu arada argümanlarım da şöyle iyice bir demlensin... Yer, yerinden oynayacak...

Othello, "Hiçbir şey"in sıcak takibinde olan bir portreyi çizerken; bu portre daha ziyade paranoyak kıskançlıkla boyalıydı; Hamlet'in portresinde melankolik pastel renkler egemendir.

Bak şimdi!.. Yine aklıma geldi, asabım bozuldu... Minik bir kafem var tamam mı?.. Maliye, zırt pırt dadandı. Neymiş?.. Fal bakıyormuşum... Akşamları da ruh çağırma seansları varmış... Vay efendim, bunlara kasa fişi kesmiyormuşum... Sonra... Komşu esnaftan biri şikâyet etmiş... Böyle böyle diye... Polis; gel, sen; mühürle kafeyi... Kardeşim; hani göster bana nerede ruh? Kanıtla... Arama iznin var mı ruhu? Bizi bu ka-fayla var ya... Ohooo!... Sittinsene Avrupa Birliği'ne almazlar... Tekrar konumuza dönelim... Hayır yani... Eve bir tas

çorba götüreceğiz... Zaten karıyla papaz olmuşuz... Ne diydum? Hah...

Babanız Freud'a göre, melankoli egonun eksilmesini içerir. Ego, kayıp nesneyle yavaş yavaş özdeşleşerek sonunda onu istila eder.

Hamlet'in asıl kaybettiği şey, babasından ziyade annesiymiş gibi görünür...

Şimdi size bir soru sorayım, bakalım ne kadar Freudyensiniz?

Hamlet'in, babasının öcünü almaya kararlı olduğu halde, eyleme geçememesinin sebebi nedir?...

[Sim sala bim!... Düşünün, düşünün... Harika!... Tü tü tü tü... Kırk bir buçuk kere... Doğru yanıtlarla dolup taşıyor salon...] Prevalansları % 2.5 olanlar vardı ya, işte onlar bilemediler. Onlar için açıklıyorum:

Bilinçaltında "Hiçbir şey"e, yani annesine karşı, yani "Sıfır"a karşı cinsel istek beslemesi...

Yani, Hamlet'in babasının amcası tarafından ortadan kaldırılması, bir zamanlar Hamlet'in de içinden istemiş olduğu bu eylemin başkası tarafından gerçekleştirilmesi demekti ve böyle bir oç alma, aynı zamanda kendini cezalandırma olacaktı.

İş, geliyor, dayanıyor; Hamlet tragedyasında da Kraliçe'nin "Hiçbir şey"ine, yani "Sıfır"a...

İşte Hamlet'in vajina kıskançlığı, pardon, "Sıfır" kıskançlığı, yani "Hiçbir şey" kıskançlığı...

Oidipus'ta da iş aynı "Sıfır" noktasına dayanmıyor mu? Freud babanız ne diyor: "Oidipus'u izlerken çok etkileniyoruz.

Çünkü Sophokles, bizim düşlerimizde gördüğümüzü (anamızın “Sıfır”ını) bilinç düzeyine getiriyor... [Sim sala bim!... Anlıyorum... Anlıyorum... Pekâlâ... Salondaki erkeklerin çoğu Hamlet’e içerliyorlar...]

Hamlet’in öç almak için eylemini geciktirmesine dudak bükken erkekler için son sözüm şu: “Herkesle lâıgınca muamele-ye kalksak, dayaktan paçayı sıyrarak kim kalırdı ki?”

Görüldüğü üzere Shakespeare, –sayılar bilimine de vakıf– büyük bir dehadır... Medyumlara olan sempati ve hürmeti de su götürmez...

Oyunları iyice inceleyin... Göreceksiniz ki bizim arkadaşlar, pardon; kâhinler, cadılar, medyumlar, zaten olacak olanları önceden söylüyorlar... Shakespeare, bizi ne kadar önemsiyor görüyorsunuz değil mi?... Kadirşinas adammış... Toprağı bol olsun...

Macbeth’in kral olacağını Cadılar daha en başta kendisine söylüyorlar. Ama tabii iş kral olmakta değil, kral olup sağ kalmakta...

Oidipus’u da Kâhin en başta uyarıyor: “Babanı öldürüp, ananla evleneceksin!..”

Gaipten haberler veriliyor...

Geçtiğimiz yıllarda, bizim mezhepteki arkadaşlardan biri, İsaç Rabin’i uyardığı halde, suikaste kurban gitti...

Jüpiter’e, gezegen çarpacak dedik; kimse traşlamadı... Bunu biz söylemiyoruz. Sayılar söylüyor... Şimdi ben size 2016 yılına dikkat edin desem, bir kulağınızdan girip, diğerinden çıkacak...

Bir sonraki kongreye kadar, sabredin...

Bakıyorum, pek çoğunuz hızlı hızlı notlar aldınız konuşmam süresince...

Yoksa tanı mı koydunuz bana?

Neyse... Sim sala bim!...

"Bir" sayısının kudreti üzerinize olsun...

Medyacılar röportaj istiyorlarsa, lobide görüşebiliriz. Ancak özel hayatımla ilgili soru istemiyorum... Yalan-yanlış şeyler yazıyorlar.

Bakın, ben size saf gerçeği söyleyeyim: Marilyn Monroe'dan sonra hayatıma hiç kadın girmedi... Ne?... Zamanlama bakımından mümkün mü değil?!. Sizin kafanız, mankenlerin yatak odalarındaki gardroba sıkışmış herhalde... Zamanlar arası yolculuklar yapıyor, diyorum... Nasıl?... Arthur Miller'den önceki sevgilisi bendim... Edepsizliği sevmem! Kur'un kameralarınızı lobiye, canlı yayında çağıralım Marilyn yengenizin ruhunu! Bütün efkâr-ı umumiye de gerçekleri tüm çıplaklığı ile görsün!... Kurun! Neyse!... Sim sala bim!... Hoşçakalın...

4

Antisosyal Kişilik Bozukluğu

KURU TEMİZLEMECİ

Sen, henüz çok toysun; pek bir şey biliyor olamazsın genç Müfettiş...

Bir kibar villasının salonundaki ipek el halısına bağırsak boşaltmanın; dünyanın en lüks, en hijyen tuvaletine boşalmaktan daha zevkli, daha rahatlatıcı olduğunu bilemeyeceğin gibi... Hırsızlık öyle bir baskı verir ki bağırsaklara, poturları, her neredeyse, orada çözdürür adama... Geri zekâlı villa sahibi ve hırsızlık masası, bunu, hırsızın “Oh be! Sizin dünyanızın içine de sıçtım” gibi bir kin, kıskançlık, nefret göstergesi olarak yorumlar. Oysa, ne kadar yanlış bir yorumdur bu...

Bu... Bir ritüelin, bir âyinin uğrak noktasından başka bir şey değildir aslında...

Hırsızlık diyorsun, Müfettiş... Hem ayıp, hem günah...

Jean Genet’yi bilir misin Müfettiş? Büyük eksiklik. Kitaplarını vereyim oku... Avrupa’nın en ünlü hırsızıydı... Sonradan büyük bir sanatçı oldu. Oyunlar, romanlar yazdı. Çağının edebiyatçılarını, sanatçılarını şaşırttı. Fransa Cumhurbaşkanı’nın özel affıyla müebbetten yırttı... Görüyorsun değil mi? Gâvur, kendi

hırsızına dahi ne kadar önem veriyor; biz, kırk fırın ekmek yemeliyiz. Bu büyük adamın yaptıklarına, ömrünün son yıllarında 'azizlik' dediler, 'ermişlik' dediler... Sen, hırsızlıktan söz ediyorsun, Müfettiş! Hırsızlığın bir âyin olduğunu bilmeden...

Genet bir yerde şöyle diyor:

"Hırsızlık, bizim âyinemizdir. Hırsızlık, çoğu kez karanlıkta gerçekleşir... Kapalı bir yerde... Hırsızın, belki bazen kara maske takması, bu koyu karanlığa eklenir... Ayaklarının ucuna bas-basa yürüme... Sessizlik... Görülmezlik... El yordamıyla karanlıkta birtakım jestler yapmak... Bir kapının basit tokmağını çevirmek... Bu hareketlerin her birinde, bir mücevherin her yüzündeki o pırıltı vardır.

Sakınmak... Fıs fıs konuşmak.. Kulak kabartma... Suç ortamının görülmeyen ama sinirli varlığı ve onun en ufak bir işareti-ni anlamak... Her şey bizi kendi içimize toplar, tortop eder, sıkıştırır, bir varlık topu haline getirir... İnsan, yaşadığını duyumsuyor, be!"

Tüylerim ürperdi!... Sen, 'hırsızlık' diyorsun.

Genet için de "Psikopatın tekiymiş" diye düşünüyor olabilirsin. Ama Genet, narsisistti. Tüm yapıtlarını beğenilmek için yazdı. Nur içinde yatsın...

Genet ile pek çok benzer noktamızı müşahade ettim...

Piç olarak doğmak ve terkedilmek... Hayat, beni daha kundaktayken çarpmış... Ben dünyayı niçin gasp etmeyeyim?...

Senden öncekiler saygılı adamlardı... Hepsi zengin olarak istedikleri yerlere tayin oldular...

Sen tutturmuşsun bir hırsızlık... Besbelli... Tehlikeye tutkun, dingin, gözüpek, afili bir genç adamsın Müfettiş!..

Sana benzer, bir genç maliyeci tanıyıştım bir zamanlar... Allah taksiratını affetsin... Kaderin ona benzemez inşallah... Gençsin... Hepimiz senden hizmet bekliyoruz...

Kaç para maaş alıyorsun ki? Beş katını vereyim. Şirketlerimden birine müdür ol. Çoluk çocuğun benim özel okulumda okusun... Sen bilirsin... Teklifim her zaman açık...

Al Capone'u bilir misin Müfettiş?.. Aferin!.. Bak gördün mü; helâl olsun, o kadar da boş adam değilsin...

Al Capone demiş ki, çocukken her gece Tanrı'ya bana bir bisiklet vermesi için yalvardım... Sonra baktım ki Tanrı'nın çalışma yöntemi bu değil. Gittim. ilk bisikletimi çaldım. Ondan sonra her gece Tanrı'ya beni bağışlaması için yalvardım...

Bak Müfettiş!.. Tüylerim yine diken diken oldu. Sen, takmışsın kafana bir hortumculuk...

Şu içinde bulunduğumuz malikâneye bir bak... Bir zamanlar Beyoğlu'nun dilencilerini, itilmişlerini içinde barındıran terk edilmiş bir harabeydi... Sen, genç Müfettiş... O zamanlar babanda vitamin bile değildin...

Biz, açtık ve üşüyorduk... Döşeksiz somyalarda dörder kişi kıvrılıyorduk. Sabah olur olmaz Tünel'de, Taksim'de, Yüksekaldırım'da, Kazancıyokuşu'nda, Maçka'da, Nişantaşı'nda dileniyorduk. Geceleri hırsızlık yapıyorduk... Azgın ibneleri becermek zorunda kalıyorduk... Kimimiz dilenci kadınlara jigololuk ediyordu... Bu harabe geceleri ter, sperm ve kan kokardı... Mis gibi... Bazen hâlâ duyar gibi olurum bu kokuyu...

Genet ve arkadaşları gibi birbirimizin bitlerini ayıklardık... Apış aralarımızda koltuk altlarımızda sirke kırırdık. Nasıl da kışınırdık tatlı tatlı, kanlı kanlı...

Kötülüğün peşinden aşkla koştum Müfettiş... Dokuz kez hapishaneye düştüm... Hapishanede okur-yazar oldum... Artık son kez çıktığımda başka bir ismim vardı, dışarıda... O harabe-yi de o zamanlar satın aldım. İşte bu malikâne-yi yaptırdım yerine...

Sen, 'hırsızlık' diyorsun... 'Hortumculuk' diyorsun...

Ben, payıma düşeni aldım hep Müfettiş... Kandırılmayı hak edenlerden... İnsanların büyük zayıflıkları var... Neylersin... Hayat bir orman... Zayıflar işkembeye düşer... Ama ite, çakala da pabuç bırakmadım... Biz ormanların kralıyız, Müfettiş...

Sen, 'hırsızlık' diyorsun; bu krallığa...

Bana bu âlemde niçin Kuru Temizlemeci derler; bilir misin Müfettiş?

Ben, kara para akıyorum. İspatla!.. Masal gibi dinliyorsun, bunları... Haklısın... Kanıt bulmak beyhude... Keloğlan'ın gösterdiği zehirli bardak, gerçek dünyada şerbet doludur.

Sen 'hırsızlık' diyorsun; ben, dışarıdan gelen sıcak para diyorum... Kafan pek basmıyor galiba, ha?!..

Bu sıcak paranın sahiplerinden biri de benim. Ben bu parayla güvenlik içinde borsada oynuyorum, hazine bonusu alıyorum; memleket ekonomisini kalkındırıyorum; sen 'hırsızlık' diyorsun. Bu koskoca âyine... Genet'nin kemiklerini sızlatıyorsun... Defterlerimde leke arıyorsun. Kirli çamaşırlarımı arıyorsun. Kuru temizleyicinin kirli çamaşırı, olur mu hiç Müfettiş?! Tövbe de. Çarpılırsın...

Benim şirketlerime, bankalarım el koyacaksınız da memleket nasıl büyüyecek? Tüyü bitmemiş yetimin hakkı var bu para-da...

Yanlış hesap Bağdat'tan döner... Devran dönmez Müfettiş...
Devran biziz... Şimdi defol...

Kodamanlara selâm söyle. Bu yıl en çok vergiyi verenlerden biri yine ben olacağım. İstersem, vermem ha! Şöyle kocaman bir takdirnâme hazırlasınlar... Hadi bakalım... Yıldızlısından olsun... Devran dönmez... Elinden geleni ardına koyma... Hodri meydan, Müfettiş...

5

Sınırdaki Kişilik Bozukluğu

ÖYKÜCÜNÜN ÖYKÜSÜ

Ooo... Doktor... Hoşgeldin... Babam mı gönderdi?.. Öyle ya... Yoksa nasıl bilecektin, çalışma evimin adresini?.. Valla yolum bu aralar... Terapilerim aksadı, biliyorum... Babam, iyi paralar ödüyor mu sana?.. Sömür... Sömür... Ne mi yazıyorum? Ne yazıyorum ha? Bak...

Alegorik facialar... Anakronizm çılgınlıkları... Yeni bir ahenk, yeni bir ifade tarzı oluşturmak uğrunda denemesi bedava kuş dili öyküler...

İlk gençlik günlerimde yazdığım –ki her biri karamelâ mâni-sinden farksız– şiirlerin içinden öykü biçme beyhudelikleri... Bir masal ile bir efsaneyi karıp, biraz realist tuz–biber, bolca sürrealist terbiye ile postmodern çorbalar... “Deli kızın bohçasına dönmüş” yazdıklarım. Hâlbuki, “Önce Kalamış’ta sandala binip, sonra Nil Nehri’nde dolaşmalı”ymışım... Acaba?!

Ya bu ‘dudak değmez’ diyaloglarla örülü ‘tekellümî hikâyeler’... Zorum ne ki?.. Daha neler neler... Öykü uğruna her türlü budalalığı deniyorum.

Ustam her seferinde, “Bunlar yutturmaca” diyebiliyor. “Kişilerin etsiz butsuz... Betimlemelerin yetersiz... Olmamış... Zamanın elinden tutmalısın... Çağın tanığı olmalısın... İnsan sıcaklığını yansıtmalısın”da dediği oluyor.

Ustam beni çıraklıktan her an çıkarabilir. Himayesiz ne yaparım ben kurtlar sofrasında?! Torpili olmasa, skeçlerim dahi radyo denetiminden sittinsene geçmezdi.

Ustam, edebiyat âleminin Apollon’udur... Anlıyor musun Doktor? Edebiyat âleminin Apollon’udur, Ustam... “Oku, beslen” der, hep...

Okuyup besleniyorum her gün. Antenlerim köküne kadar açık. Öyküyü yaşamın içinden çekip çıkarmak gerek gibi bir düşünceyi oluşturduğumdan beri, sinemalar, tiyatrolar, parklar, meyhaneler, kerhaneler uğrak yerlerim oldu.

Topladığım malzemeler birikti de birikti. Öyle ki cep defterimdeki çoğu anımsama notlarını niçin tuttuğumu da unuttur hale geldim.

Eve dönüp her gece dört paket cigara, demlikler dolusu çay, kilolarca kuruyemiş, paketlerce cips mips tüketiyorum; olmuyor da olmuyor.

Öykü denen zimbirtının kendi kendine yazı makinesinin tuşlarına gelmediği malûm ola. Nazlı kerata...

İte kaka son öykümü bitirip götürmüştüm; hay götürmez olaydım; elim kırılıydı da yazmaz olaydım. Ustam ne dese beğenirsin, Doktor?

“Bu budalalıklara son ver! Üstelik piyasanın da hekâ gibi bir ihtiyacı yok.”

Ukalâ... Bak bak... Söylediği lâfa bak!..

“Git, pazarda limon falan sat” dedi.

Ustam, ‘öykücü’ denmesinden hoşlanmaz; ‘hekâ’ dendiğini sen işittin mi Doktor?!. Hekâ... Hekâyımış... Hikâyeci anlamında. Evliya Çelebi bile daha Öztürkçeci. Apollon’muş. Ne Apollon’u?!. Hangi devirde yaşıyoruz, bilmiyor Dinozor...

Stadyum dolusu karakterler yaratmış güya... Okurları hamamı doldurmaz, hamamı...

Aslında!.. Edebiyatın efendisi olma uğrunda gerekirse limon da satarım. Shakespeare ne demiş kardeşim? “Sabır aceleye gelmez” demiş... Yani önce, kırk yıl, düzgün odun keseceksin ki sonra “Oduncu” desinler... Bunu, Ustaya göstermeliyim, Doktor. Ustamın bir dediğini iki etmemeliyim. Görsün benim ne yaman bir kalemşör olduğumu...

Pekâlâ biliyorum ki ileti fakiriyim!... İçine yüreğimi koyduğum tek bir öykü var mı?!. Perspektifim nanay!... Temam yok! Üslubum tranaynom...

Öykü yazamayan bir öykücü olabilir mi? Yazı çizi işi bir meslek de değil!

Kocaman bir roman kurgulamak için, önce öykü dehlizlerinde dolaşmalıyım...

Artık herkes benden bir edebiyat şaheseri bekliyor.

Ah!... Geçen yılki öykü yarışmasında mansiyon ödülünü kıl payı kaçırdım...

Ama olacak! Az kaldı! Gayret gayret... Gayret etmeliyim, değil mi Doktor?!.

Tabii ya...

“Git pazarda limon sat” cümlesinin alt anlamı nedir? “Git hayata karış... İnsanlarla haşır neşir ol... Sait Faik olsun, Orhan Kemal olsun... Hepsi halkın içinden devşirdi hikâyelerini...”

Yok yok...

Sokaklarda sürüneyim istiyor! Bana bugüne kadar öğrettiklerinin bir diyeti olarak, feda ederim hayatımı... Edebiyat şehidi olurum ben, Doktor!.. Kaldırımların, pazar yerlerinin şiirini, ahengini, kaşını gözünü çizeceğim beyaz kâğıtlara... Ustam hayret edecek. Deneyimlerime gereksinecek... Çırağına daha nazık, daha düşünceli davranacak!..

Beni pazar yerine gönderdiğinde, müsveddelerini kim temize çekecek?

İnternette ona kim belge derleyecek? Ben, öykü peşinde olacağım; kusura bakmasın!..

“Sıcak takipteyim. Hayattan bir karakter devşiriyorum; yarın ara Usta; hayır on gün sonra gelebilirim; belki” diyeceğim, cep telefonumdan. On gün sonra da kapsama alanı dışında olacağım...

Ama ben, limon mimon satmayacağım tabii... Ulan ben, pazarcı mıyım, öykücü müyüm?... Gerçi benim ne bok olduğum belli değil ya... Sanki pazarcılık yapmışım da hayatın içinde bir öykü yakalamışım gibi ilk müsveddeyi sokacağım gözüne...

İlk müsveddeyi sana okuyayım mı Doktor? Yazdım tabii... Ulan ben kaçın kurasıyım be! Dinler misin?.. Tam, senlik bir herif var öyküde. Dinle bak. Öykünün adı: Öykücünün Öyküsü...

* * *

Tüm pazarcı esnafı iyidir ve bütün zabıtalara kötüdür. Evvelâ bu böylece bilene! Tıpkı varlıklıların mikrop parazit; tüm yoksulların dürüst, dost olduğu gibi... Yani tüm pazar esnafı kendini sever ve bütün zabıtalara kendilerinden nefret eder. (Nasıl Doktor? Daha ilk paragrafta felsefeyi yerleştiriyorum...)

Ben, malımı satmak istiyorum. Bağıracağım tabii:

“Haydi! Çaya çorbaya, doldur torbaya.”

“Yasak hemşehrim. Bağırarak satış yapmak yasak...”

“Be ananın!... Ben bağırıyorum, pazarcı nâmesi söylüyorum...”

Hele bir kârı var. Her hafta gelir; limonlarımı tırnaklar, almaz... (Becermek lâzım böylelerini...)

O hafta, hiç unutmam; gedikli müşterimiz İdris Baba, Meyveci'yi yine esir almıştı:

“Bunlardan ne şerbet olur, ne şurup!.. Meselâ eskiden Kadı narı denilen bir nar vardı ki her biri karpuz kadardı... Hele Derviş narı... Daha keserken süzülen suyu bardak doldurur...”

Nar konferansı, geçen haftaki armut konferansından kısa sürdü. İki yüz altı çeşit armut varmış bir zamanlar İstanbul'da. Breh kardeşim! Çoğunun adını saymıştı. Anımsadıklarım, Cüçük armudu, Tahirî armut, Gül Fındık Efendi armudu...

(İdris Baba, tam öykü kahramanı olacak cinsten bir adam. Öyküyü İdris Baba üzerinden yürütsem, Ustam, “Benim karakterlerimi araklıyorsun” diyecek. Böyle renkli tipleri sokamıyorum ki öyküye...)

Birden, başıma bir herif dikildi. Karşımda öyle limonlara bakıyor... Döndü Meyveci'nin tezgâhına... Uzun uzun üzümleri süzmeye başladı. Dianizos kıskanır, öyle bakıyor üzümlere... Meyveci, "Buyur birader" diyor, umurunda değil... "Bir salkım ikram edeyim" diyor, tınmıyor... Bastı yürüdü.

"Aha!" dedim. "Bu herifin peşine düşmeliyim. Ne öyküler çıkar, anasını satayım."

Limon sandığımı, İspanakçı'ya emanet ettim.

(Buraya kadar nasıl olmuş Doktor? Fena değil, değil mi?... Şimdi, aşağıdaki paragrafta öykücü iç çatışmalar yaşayacak... Doktor dinle, bakalım beğenecek misin?)

* * *

Öyküyü yakalama, kurma anlamında, hedefe ulaşmak için her şey mübahtır felsefesini düstur edinmiş Makyavelist bir öykücüyüm ben yazık ki... Üstelik bakarak mânzara çizebilen bir 'ressam' gibi; henüz bu aşamadayım. Ben kendimi bilirim. Biliyorum ki kovani anlatacak perspektife sahip olmak için önce arının peşine düşmeliyim. Zorunluluğum budur! Niyetim budur. Yoksa etik yönü bakımından affedilmez bir davranış olan 'takip etmek' çok iğrenç bir cürettir.

Aslında kürdür. Kür ile kasdım, öykücü ruhum için gerekli olan bir travmadan başka bir şey değildir. İnsana dair, düşündüren, anlatılası bir durum ile karşı karşıya kalıp, beynimden vurulup, yüreğimden sarsılmak... İhtiyacım olan şey bu... Yazmadan duramayacağım; kalemşörlüğümün sınırlarını arama coşku-suyla yaman düellolara davranacağım, yaralanmaktan zevk duyacağım, gizli güçlerimi farkedeceğim bir şey olsun...

Ben... Ben var ya ben...

Ben, uzak aç elde etme, bir an olsun edebiyatın efendisi olma orgazmı uğrunda; masumiyetini çoktan yitirmiş bir... Dedektifim...

Tabii ya... Bu itibarla 'yazar' bir nevi 'dedektif' değil midir? Takip edilen ile takip ettiren arasındadır. Yaşasın! Yırttım!...

(Öykücü müsün, dedektif misin, limoncu musun?! Ne bok olduğun belli değil...)

Ne kadar tüyler ürpertici bir fiil değil mi 'takip etmek'? En-dişe, korku, merak, heyecanla sarmalanan yapış yapış bir şey...

Sinsiliğin daniskasıdır, bir insanı takip etmek. (Bu noktadan itibaren öykünün boyutu değişiyor... Öyküye tempo geliyor... Uyumuyorsun, değil mi Doktor?)

* * *

Adam, pazar kalabalığını ardında bıraktı keskin zigzaglar çizerek... Yürüyüş atletik mübarek...

Kaldırım boyunca rastladığı tüm ağaçların gövdelerini bir çocuk ensesini sever gibi okşadı parmaklarıyla...

Bir pasajın önünde zıncı diye durdu. Yanaşık düzen eğitimindeki bir asker gibi pasaja doğru döndü. Adam gibi içeri girdi. Kitap evine daldı... 'Yabancı roman' rafını taradı... Birini beğendi: 'Güvercin'. Yazar: Patrick Süskind...

Artık bir kahvehanedeydik...

Pasajdan kahvehaneye kadar yüz kişiyi solladık. Saydım birader. Elli metre kadar kaldığında hiç kimseyi geçmedi. Yayılan tonajlı teyzeyi bile. Ensesinde sabırla yürüdü. Hedef belliydi canım: "Pasajla kahvehane arası yüz kişiyi sollayacağım" gibi bir takıntıya takılmış olmalıydı.

Kahvehane berbat mı berbat kokuyordu. Cam kenarındaki küçük masayı tercih etti. Güvercin'i okumaya başladı... Saatlerce oturduğu sandalyede sağ bacağını titretti durdu. Her defasında sağ işaret parmağını yalayarak çevirdi sayfaları. Roman boyunca kaşlarının arasına biriktirdiği dikkati hiç eksilmedi. Kimbilir belki de tek tek sözcükleri saymıştır.

Otuz beş yaşlarındaki alçacık boylu adamcık sigarasının dumanını yutuyor. Bir nefes üfledikten sonra kalan dumanı halka halka çıkarıyor...

Siyah saçları üstüüpü yığını sanki. Kaz ayağı biçimli favorileri, pırl pırl traşlı yanaklarında gamzeleri var.

Göz denemez, iki çizgi. Dudaklar, köşeli parantezin içine çizilmiş dikkörtgen. Burun, ikizkenar üçgen. Sopsoluk altıgen yüz, zorlasam, hani geometrik elemanlar kümesini oluşturacak. Burnunun ucunda zaman zaman biriken koptu kopacak şeffaf sümük damlasını her seferinde kâğıt mendil ile sümkürmeden siliyor. Ne sümkürüyor, ne hapşıyor, ne de sarı yeşil bir balgam fırlatıyor kaldırımlara... Nezle demek o kadar zor işte... (Sarı yeşil demek uygun olur mu? Sahi kaç çeşit yeşil vardı?... Filizî, tişre, camgöbeği, böcek kabuğu, zümrüt... Zehir yeşili [Sait Faik pek sever]... Sarı yeşil uygundur.) Ucunda her birkaç dakikada bir su biriktiren bir burun mu bu? Ne bu? (Ne bileyim birader. Psikoloji çalışmalıyım. Daha balık adlarını öğrenmek var sırada... Birden kalksın... Ne dersin, Doktor?)

Birden kalktı. Çayların parası ile Güvercin'i masaya bırakıp çıktı. Etrafa çaktırmadan kapıp Güvercin'i koydum koynuma... (Kitabı yani.)

Bankamatığın önünde durdu. Kartı yerleştirdi yuvasına... Para yok. Kahvehaneden buraya adam gibi yürümüştü. Telefon kulübesine doğru yürüyüş atleti kesilmişti yine. On kez parmakladı telefon tuşlarını. Bekledi... Düşmedi. Kapattı, açtı. Bir on kez daha... *"Para göndermemişsin... Kalmadı... Tamam..."* Devam... (Kimbilir, kimi sömürüyor?!)

Kalemci çocuk yapıştı eteğine: *"Ne olur ağabey bir kalem al."* Oralı olmadı... Çocuk directti: *"Hadi be ağabey bir kalem al... Ne olursun!..."* Cebini karıştırdı... Zorla bulduğu bozukluğu verdi; kalemi almadı. Çocuk uzattı ısrarla. Atletik yürüyüşüne geçti... Koşturdu Çocuk: *"Hey alsana be!"* Önce kalemi, sonra bozukluğu fırlattı arkasından... Kalem ıska geçti, para yürüyüşüne karıştı. Kaldırımın kenarına çömelip ağlamaya başladı çocuk.

Yol boyunca parkın duvarına tünedi. Cigara üstüne cigara... Hiç halka çıkarmadı. Lâciverde domuzlanan gökyüzüne asılı yeni yetme yıldızlara doğru üfledi durdu dumanı...

İlk kez, elleri pantolonunun cebinde yürüyordu.... Tünediği yöreden geçerken on yedi izmarit saydım.

Burnunun dikine... Yürüyordu, yürüyordu, yürüyordu...

Gitse evine de bitse bu saçma sapan Dedektiflik serüveni...

Yatsı kalabalığı dağıldı... Cami avlusuna girip şadırvana yöneldi... Dipteki kurnayı açıp deli gibi sümkürdü su yoluna... Hani nasıl söylesem, burnunun ucundaki o şerefsiz damlanın köküne ot tıkarçasına sümkürdü...

Ayak tabanlarım üşüyor muydu, alev alev yanıyor muydu kestiremiyordum...

Birden musalla taşının üstüne fırladı! Gitar çaldı güya kollarında, diliyle...

Bitti mini konser, selâmlandı in-cin cemaati... Koptu alkış kıyamet.

Yürüyordu birader... Alabildiğine... Taşa çamura inat yürüyordu...

Kâh zigzag çiziyor, kâh parkelerin simetrik çizgilerinde dümdüz yürüyordu.

Yürüyordu, yürüyordu, yürüyordu... Tarabya'da finişe vardık. Bir bankın üzerine kıvrıldı... Polis arabası işkillenmeden, önce onun ensesinden, dört bank sonra da benim ensemden aktı... Arkamdaki yalının bahçesinden sızan ışığı yelledim Güvercin'in sayfalarıyla... Yetmiş yedinci sayfa takılıp kaldı başparmağımın ucunda:

"Yürümek yatıştırır. Yürümede sağaltıcı bir güç vardır. Düzenli bir biçimde hep bir ayağı öbürünün ilerisine basma, aynı zamanda kollarını ritmik bir biçimde kürek çeker gibi sallayıp soluma sıklığının yükselmesi, nabzın hafifçe uyarılması, akıp giden havanın deri yüzeyinde duyumlanması; bütün bunlar bedenle zihni birbirine yaklaştıran ve ruhu ne kadar dumura uğratmış, zedelemiş de olsa, büyüten, genişleten olaylardır."

Sırtımdan bir gölge geçti. Ense köküme kadar ürperdim. Bizimki Sarıyer'e dönüyordu.

Gün doğdu...

İlk Eminönü vapuru bağırsık çağırış uzaklaştı...

Saat 9:30'da bankamatikten para çekti. Önce büfeden ikişer paket cigara ve kağıt mendil satın aldı...

Bir gece uyumadım, sıçana döndüm. Bizimki de ne işmiş be kardeşim! Bir lokantaya daldı... Çorbayı, pilâvı, yoğurdu, salataı aynı anda tıktırmaya başladı... Siz deyin üçüncü lokmamı çiğniyordum; zıpkın gibi fırlamıştı ayrıncı ekşi lokantadan...

Oyuncakçıdan şişirmeye hazır renkli balonlar, konfeti kâğıtları, katlı rengârenk fenerler, süsler satın aldı. Sığdırabildiklerini özenle koydu paltosunun ceplerine; sığdıramadıklarını paltosunun astarından içerilere saldı...

Pastaneye girdi... Çikolatalar, sakızlar, kuru yemişler, kutu meyve suları, yuvarlak küçük bir pasta, mumlar...

Duvarına tünediği parktan bu kez içeriye girdi... Kuytu bir bank seçti; elini kolunu boca etti. Oturdu. Kalktı. Oturdu... Kalktı... On dakika boyunca yirmi kez saatine bakmıştır. Hiç cigara içmedi. Sakız çiğnedi... Parkın arka girişine yanaşan cart kırmızı lüks Alman otomobili iki kez korna çaldı. İrkildi... Arka kapı aralandı... Beş yaşlarında bir kız otomatik adımlarla koştu bildik parka... Öyle bir kucaklaştılar ki...

Bankı süslediler... Varın siz hayal edin. Her defasında sihirbaz edasıyla daldırdı kolunu paltosunun astarına. Zorlarsa hani, kimbilir belki pamuk beyazı bir tavşan, rengârenk bir papağan dahi çıkabilirdi... Kız mumları üfledi... Alkışlara serçeler kanatlarıyla eşlik ettiler... Resim yaptılar bankın önündeki dümdüz betona, yerde buldukları kiremit parçasıyla. Seksek oyununun kocaman karelerini çizdiler... Oynadılar zıpladılar... Ağladılar, güldüler... Konuştular, sustular... Aksiyonları her arttığında tedirgin bir kadın başı uzandı durdu arabanın arka penceresinden. Şoför saatler boyu dikiz aynalarını, farları, tamponu parlattı durdu; cigaralar çiğnedi... İri yarı, dazlak, kara gözlüklü, ta-kım elbiseli bir herifti.

Vakit, karardı gayrı. Kız gitmek istemedi. Şoför kopardı çırpınan kızı babasının kollarından... Uçarcasına uzaklaştı otomobil...

Bizimki öyle bir telâşlandı, öyle bir öfkeleni ki, dört dönüyordu parkı; deli gömleğinden kurtulmak isteyen bir... bir... Zavallı gibi... “Ne oldu be Aslanım!... Yalvarırım sakın ol!” diyordum kendi kendime... Sonunda banka çöktü... Yaş günü hediyesi minicik oyuncak bebeği unutuvermişti paltosunun astarında... Sihirbaz çuvalında yani... Gırtlığımda bir iğde çekirdeği...

Tuhafiye dükkânından ne aldığını görememiştim...

Mezarlığa girdi.

İsimsiz, taze bir mezarın toprağına kar beyazı namaz başörtüsünü yaydı...

Keçi gibi indi yokuşu...

Eczacı hanıma uzattı reçeteyi...

Meraktan ölebilirdim...

“Ne için ilaç aldı, şimdi çıkan adam?” Kaşlarımın arasındaki caydırıcı kararlılık işe yaradı. “Psikofarmakolojik tedavi...” gibi bir şeyler kekeledi eczacı hanım.

Beygir gibi koşuyordu sahil yolunda...

Dalağım şişti. Sancılandım. “Dur be adam!... Yalvarırım dur!” diyordum kendi kendime...

Durdu... Bir banka oturdu...

Oturdu... Oturdu... Oturdu...

Uzandı... Uzandı, uzandı, uzandı...

Kıpırdamadan... Aman Tanrım!... Boş bir ilaç şişesi yuvarlanıverdi avucundan...

Lâcivert sihirbaz çuvalını yükledim sırtıma ...

* * *

İşte bu kadar... Yaman bir öykü oldu ha? Ne dersin Doktor?...

Ama önemli olan Ustam ne diyecek?... Koca Apollon!... Beğenir mi?... Beğenecek diyorsun... Nerdeee... O narsisist Dinozor, hiçbir şey beğenmez. Her iddiaya girerim. Yarın, öyküyü okuduğunda, öykünün sonuna kocaman bir soru işareti koyacak...

“İçim acıyor, Usta” diyeceğim.

“Öldü mü yoksa Herif?” diyecek...

“Öykünün sonuna koskoca bir soru işareti koydun. Belli olmuyor mu yani karakterin öldüğü?” diyeceğim.

“Karakteri niçin öldürüyorsun? Hikâye henüz tatlanmaya başlamış” diyecek.

“Ne hikâyesi Usta? Adam gerçekten öldü” diyeceğim.

“Sen onu benim külâhıma anlat. Git! Yeni bir final yaz. Dirilt herifi! Mesela, İstinye Devlet Hastanesi’nde midesini yıkasınlar” diyecek.

“Yok be Usta! Öykücü olmayı kaldıramayacağım. Yüreğim ağrıyor. Bitsin bu sevdâ” diyeceğim.

“Dur bakalım, asıl şimdi başlıyor; yüreğin ağrıdığına göre söyleyecek çok sözün olacak... Yüzüp yüzüp kuyruğuna gelmişsin, artık...” diyecek.

“Biliyor musun Usta? Senin bana yaptığını yedi mahalle biraraya gelse yapamaz. Sana saf gerçeği söyleyeyim mi Usta?! Herif o gece eski karısının evinin önüne geldi. Sokakta kıyameti kopardı. ‘Beni terk edemezsin’ diye deli gibi bağırdı. Sonunda polisler aldı götürdü herifi... Tıpkı senin olayın gibi” deyip geçireceğim lâfı ibne Dinozor’a...

Biliyor musun Doktor? Hani bir dönem randevularıma hep geç gelirdim... Muayenehanenin karşısındaki parkta sana söyleyeceklerimin şeylerin provasını yapardım... Nasıl da abandon olurdun terapilerde... Doktorum benim... Kaçık Doktorum, benim...

Bir dakika... Bir dakika... Ustamın isteyeceği gibi bir final yazayım öyküye. Hastane odasında minik bir sahne:

* * *

“Sen de kimsin?” (Diye sorsun...)

Koynumdaki Güvercin’i çıkardım... (Kitabı yani.)

“Kahvede unutmuştun...” (Desin... Herif ne yapın?...)

Mecalsiz uzattı elini... Kitap, güvercin olup uçu galiba hastane odasının penceresinden...

Ayak ucundaki karyola demirine asılı lâcivert sihirbaz çuvalını (paltoyu yani) silkeledim kucağına... Minik oyuncak bebeğin ardından pamuk beyazı bir tavşan, rengârenk bir papağan çıktı... (Son.)

* * *

İşte bu kadar. Hey yavrum hey be! Öykü dediğin işte böyle olur! Şaheser, şaheser...

Böyle öykü mü olur? Kim okur bu saçmalıkları?... Hiçbir zaman öyküyü tam kılamıyorum. Sert bir ilaç yaz bana Doktor!... Söyle bana! Neyim ben? Şizoid miyim? Şizofren miyim?.. Sınırdamıyım?.. Atayım mı kendimi uçuruma?...

Sen, daha önce niçin sert bir ilaç yazmadın bana Doktor?... Paraları cukkalarken iyi değil mi?... Haydi şimdi çek arabanı... Ha unutmadan... Sürekli akıntım var. Bel soğukluğu galiba... Penisilin filan da yaz reçeteye...

6

Histrionik Kişilik Bozukluğu

ŞEKER AYAKKABI

Değerli konuklarımız; zarif hanımefendiler, kibar beyler... Sevgili pazarlamacı arkadaşlarım...

Firmamızın İkinci Geleneksel Ürün Tanıtım Toplantısı'na hoş geldiniz, şeref verdiniz... Havalandırma ayarının yükseltilmesini rica etsem... Evvet... Harika... Oh!... Şimdi daha bir üflüyor...

Satış Müdüreniz bendeniz, ayakkabı dünyasına bomba gibi düşecek olan yepyeni bir ayakkabıyı tanıtmanın haklı gururu ve heyecanı içindeyim... Hani nasıl söylesem? Yüreğimde sanki bir kuş, pırpır ediyor... Sizin de kuşunuz pırpır ediyor mu ayol?!.

Dikkatinizi ve ilginizi lütfediniz, sevginizle beraber... Arkalar-daki arkadaşlarım önlere doğru gelmeli... Buyurunuz lütfen... Bakınız, pek çok boş yer var... Evvet... Hoş geldiniz... Buyurunuz... Kız... Sen bizim taşra teşkilatımızdan mısın? Ben seni ilk kez görüyorum. Maaşallah! Ne giyse yakışır ayol. Bel, bel değil, kum saati mübarek. Tamam. Otur... Şımarma. Sen... Kel bey... Kes o bıyıklarını. Ben, kadromda bıyıklı pazarlamacı istemiyo-

rum... Hoşgeldiniz... Harika... İyi olmadı mı? Artık birbirimize daha yakınız... Ne demişler? Yan yana, ten tene, can cana; değil mi ama?!

Gördüğünüz bu ayakkabı... Ay! Pardon... Yansıtıcıyı kullanmakla görevli arkadaşım, güzelliğime kapıldı herhalde... Eh, bu affedilebilir bir dalgınlık tabii... Emre... Ay, inanmıyorum! Emre... Hayret bir şey... Emre... Canikom... Ayakkabımızın görünüştünü fon perdesine yansıtır mısın lütfen?... Harika... Evet...

İşte ayakkabımız... Ay! Ne şeker şey değil mi? Bonbon... Lolipop... Lolipop...

Havalandırmanın ayarı biraz daha yükselmiyor mu?.. Sağlık olsun... Ceketimi çıkarma ihtiyacı içindeyim... İzninizle... Ne yapayım? Çok ateşli bir kadını... Hah hah hay...

Gözlerinizi kollarımın ve koltuk altlarımın haşmetinden almadığınızı seziyorum.. ama ara sıra fon perdesine de bakınız canikolar...

Aman! Aklımız raydan çıkmadan, konumuza dönelim...

Bir önceki konuşmacı konuğumuz değerli Profesör beyfendi, “Diyabetik Ayak” kavramını, tıbbî terminolojiden mümkün mertebe arındırarak, en net biçimde anlamamızı sağlayarak, pek güzel arz ettiler... Huzurlarınızda, firmamız adına, kendilerine çok teşekkür ediyorum... Lütfen, kabul buyurunuz hocam....

Şimdi sıra “Diyabetik Ayakkabı”ya geldi. Firmamızın diyabet hastaları için özel olarak tasarlayıp ürettiği bu ayakkabıya, ben isim annesi olmak istiyorum ve “Şeker Ayakkabı” adını veriyorum. Hayırlı olsun...

Benim pazarlamacılarım uyuyor mu? Tarihî bir ânâ tanık oluyoruz. Bu noktada salonda bir alkış tufanı kopmalıydı... Dinliyorsunuz siz burayı?!. Tarihi bir ânâ tanık oluyoruz, diyorum. Ayakkabımıza “Şeker Ayakkabı” adını veriyorum... Hani alkış?!

Eh... Gene de... Teşekkürler... Uyarmasam... Anlıyorum... Sütbeyaz kollarımdaki taze damarların simetrik yol tutuşları sizi kafadan koparttı tabii... Kafadan koparttınız beni yani...

Bu kadar gırgır kâfi diyorum, net olarak konumuza dönüyorum:

Diyabetik ayakkabı bağcıklıdır. Kan sirkülasyonuna müsaade edilecek gevşeklikte bağlanır. Likralı, yani cırtcırtlı da olabilir. Aksi formlar kan dolaşımını engeller. Kan, ayağımızdan yukarı doğru -böyle- dolaşüyor... Dolaşım bozulmamalı. Cendere gibi bazı formlar var piyasada. Değil diyabetik ayak, her ayak için sakıncalı... Sakın satın almayın. Sağlığınız için sosyetenizden vazgeçin canım, sükse uğruna ne o öyle yumurta topuk, sivri burun falan... Hele hele sevgili şeker hastaları için resmen intihar... Zaten yüksek kan şekeri kılcal damarlarda yeterince tıkanıklığa sebep oluyor.

Diyabetik ayakkabıda konfor ön plândadır, her türlü estetik ayrıntı göz ardı edilmiştir... Ayak parmaklarının refahı düşünülererek, küt burunlu olarak tasarlanmıştır... Şeker ayakkabının sayısı, en yumuşak hayvan derisinden -örneğin Kanada Merinosu'ndan- yapılır. Bu çok yumuşak deri, özel bir işleminden geçirilerek, sayanın hava alma kabiliyeti sağlanmıştır.

Bir sonraki görüntüyü yansıtalım lütfen... Görüntü niye gelmiyor? Emre!.. Senin kulağın nerde?... Gözlerin nereye bakıyor canikom?.. Dekoltemden içeri mi daldın?.. Hayır yani... Dün gece uyumadın mı?.. Ne yaptın, dün gece?.. Yorgunsun

galiba... En iyisi Hakan devralsın yansıtıcının idaresini... Hayır. Geçti artık... Hakan, evet tatlım... Harika...

Kaymaz bir alt taban görüyorsunuz... Sağlam, esnek, şok emici... Yerçekimi ile olan çatışmada hep bir sıfır galip... Sıcaklığı ve soğukluğu geçirmez... Kalın... Kauçuk...

Profesör beyefendinin az önce gayet muazzam bir şekilde ifade buyurdukları gibi... Ne kadar güzel gözleriniz olduğunu size daha önce söylemişler miydi hocam?... Alain Delon karşımda sanki... Ama sizin gözleriniz ondan daha güzel, hocam. Delon'un kiler göl mavisi; sizinkiler okyanus...

Sayın Profesör beyefendinin ifade ettikleri gibi; şeker hastalarımızın ayaklarında -ne yazık ki- duyu kaybı görülebilmektedir.

Ne demiştik? Yüksek kan şekeri, kılcal damarlarda tıkanıklığa sebep oluyor demiştik. Aynı zamanda sinir sistemini de tahrip ediyor. Bu tahribat, ayakları his kaybına uğratiyor. Yanlışım olursa, sayın Profesör beyefendi ikaz buyursunlar lütfen... Bu iki bozukluk, sadece ayaklarda değil kalp, göz, böbrekte de yıkıma neden oluyor. Sevgili şeker hastaları... Aramızda elbette şeker hastaları var... Lütfen kendinize iyi bakın... Perhizinizi bozmayın... Dikkatli olursanız hastalığı lehinize çevirirsiniz. Herkesten uzun yaşayabilirsiniz...

Aynı zamanda şeker hastalarının ayaklarının derisi bir genç kız poposu kadar hassastır. Dış etkenden doğacak yaralanma, his kaybından dolayı zamanında algılanmayabilir. Zaten kan dolaşımı da zayıflamış olduğu için bu yaralı popoya -pardon- bu yaralı ayak bölgesine kan aracılığı ile besin, oksijen, ilaç göndermek zorlaşır. Maazallah, kangren riski yüksektir.

İşte Şeker Ayakkabı bir nevi cankurtaran simitidir. Taş, rap-tiye, çivi batmalarına karşı alt taban kalındır, güvenlidir.

Ayakkabımız, üretim sürecinde ayağı örseleyecek her türlü materyalden de arındırılmıştır. Tek bir metal malzeme dahi kul-lanılmamıştır. Dikişsizdir...

Bir sonraki görüntüye geçelim lütfen... Emre!.. Hakan... Bu böyle olmayacak... Tamam... Görüntü mörüntü istemiyorum... Görevli arkadaşlardan biri bana numune ayakkabıyı getirsin lüt-fen... Çabuk olunursa sevinirim... Yansıtıcıyı da kapatın... De-ğil mi ama?.. Gereği yok... Numune ayakkabı geliyor mu?.. Sunumum resmen fiyasko oldu... Sizin yüzünüzden.. Elim uyuşuyor... Göğüs kafesim sıkıyor... Geliyor mu numune ayakkabı?... Ben zaten sürekli baş ağrısı çeken bir kadını...

A-aa... Ayakkabıyı nasıl getirmek ayol o öyle?... Elini ayak-kabıdan içeri sokmuş... Hadi tamam... Sağol... Bırakıver ora-ya...

Bir şey mi var ayakkabının içinde... Ben de şöylece bir so-kayım bakayım...

Elimi böyle ayakkabının için sokunca aklıma ne geldi... El-lerini rakibinin kıspetinden içeriye sokan pehlivanlar geldi. Ne o öyle?! Yağlı güreşçilere bir de klip çekmişler. Gözlerime inanmadım... "O el nerelerde dolaşıyor acaba?" diye düşü-nüp siz istediğiniz gibi bir fantezi kurabilirsiniz... Ancak Kırk-pınar etiği buna müsaade buyurmamaktadır, diskalifiye olur-sunuz ayol... Üstelik artık hiçbir müsabakaya katıyen katıla-mazsınız... Ben en çok artistik buz pateni sporunu seviyorum. İlk gençliğimde hep hayal ederdim... Kuğu gibi öyle... Fiziğim de müsait... Ama nerde o zamanlar memlekette bu sporu ya-

pabileceğimiz mekânlar?... Sonra zihniyet de yoktu tabii... Televizyonda hayranlıkla seyredirdim. İrina Rodmina'ya bayı-
lırdım, fiziği tıpkı ben... Rahmetli spiker Kenan Onuk'un yu-
muşak sesiyle anlattığı artistik buz pateni yayınlarını hatırlıyo-
rum da... Hey gidi günler...

Şeker hastalarını o kadar çok seviyorum ki... Canlarım be-
nim... Kolay mı ceplerinde enjektör, insülin falan?... İçim el ver-
miyor... Canıklarım benim...

Görevliler, kürsüye su koymayı unutmuşlar. Bir dahaki top-
lantıyı yine bu otelde tertipleme konusunu, yönetim kuruluna,
yeniden gözden geçirmesini tavsiye edebilirim...

Kahve molalarında sizin de dikkatinizi çekti mi? Şekerliğin
yanına bir de tatlandırıcı konmalıydı. Şeker hastalarına hürmet
de yok galiba bu müessesede. Değil mi ama? Sakarin falan...
İstirham ediyorum... İnceliklerden, romantizmden uzaklaşıyor
muyuz ne?! Bilemiyorum yani...

Efendim... Bir şey mi dediniz?... Buyrun...

Ah! Elbette... Yönetim kurulunda bu konuda mutlaka etkin
olacağım. Şeker hastası elemanlarımıza bu ayakkabı bedava ve-
rilmeli. Çok doğru... Canikom... Sen de mi?... Tip bir mi, tip
iki mi senin diyabetin?... Anlıyorum... Tamam canikom...

Konumuza dönelim...

Ortopedik iç taban mikrop tutmaz, bakteri barındırmaz, al-
lerji yapmaz. Bitki liflerinin sıkıştırılmasıyla üretilen bu iç taban-
lıkta tek bir kimyasal malzeme bulamazsınız. İç astar, kesinlikle
naylon değildir. Şeker ayakkabı, diyabetik ayak için biçilmiş kaf-
tandır.

Şeker ayakkabı, ince bir matematikle tasarlanmıştır. Yükseklik ve genişlik ölçüleri de göz önünde tutulmuştur. Numaralama sistemi sıra dışıdır. Her numara dört versiyondan oluşuyor. Örneğin otuz yedi, otuz yedi tam bir bölü iki, otuz yedi tam bir bölü üç, otuz yedi tam bir bölü dört gibi.

Ayakkabının boğaz bölgesinin bombeli olduğunu farketmişsinizdir. Bu bombe sayesinde ayak bileği yan kemikleri dışarıda kalıyor, yürüyüş esnasında sürtünmemiş oluyorlar. Kemiklerin incinme riski sıfır...

Sayanın iç tarafına yerleştirilmiş bariyerler var. Bu bariyerler dış etkilere ayağı koruduğu gibi burkulma olasılığını da en aza indiriyor...

Suyum henüz gelmedi... Uyuyor mu bu garsonlar ayol?.. Ah!... Saygıdeğer Profesör... Sizin konuşmanız sırasında suyunuz var mıydı?... Öyle mi? Çok memnun oldum... Talihsizlik benden yana olsun... Nihayet su geldi... Aman da aman!.. Neredesin sen kuzum?.. Koyuver oraya... Tamam... Git... Yandım ayol... İzninizle bir yudum içeyim... Oh! Çok şükür... Alevler çıkacaktı az kalsın ağzımdan...

Ayakkabıyı izninizle giyiyorum... Tanıtım maksatlı tabii... Şeytan kulağına kurşun... Aman, Allah muhtaç etmez inşallah... O kadar rahat ki, sanki ayağımda yok...

Şeker ayakkabı ile doğru duruş ve doğru basış sağlanabiliyor... Muhteşem... A-aa... Belim ağrıyordu; ayakkabıyı giydim; vallahi geçti. Pazarlanırken bu unsur da vurgulanmalı. Ay!.. Tay gibi oldum ayol... Zıp zıp zıplayasım geliyor... Altmış... Yetmiş... Ay!... Biri bana "Dur" desin... Ay!... Nefesim kesildi vallahi...

Ülkemizde aşağı-yukarı beş milyon şeker hastası olduğu sanılıyor. Sayın Profesör bu rakamı onaylıyor sanıyorum... Teşekkür ederim...

Şeker ayakkabımızı, diyabet derneklerine, tıp fakültelerinin endokrin bölümlerine tanıtacağız. Daha sonra eczanelere ve seçkin ayakkabı mağazalarına pazarlayacağız...

Başarılar...

Üçüncü Geleneksel Toplantımız önümüzdeki bahar yine bu beş yıldızlı otelde olacak.

Ve size -üzerinde henüz uzmanlarımızın titizlikle çalıştığı- yepyeni bir başka ayakkabı tanıtacağım. Fikir ve isim annesi yine benim.

Küçük bir ipucu vereyim. Bu afrodizyak bir ayakkabı olacak... Ötmeyen kuşlar ötecek... Ötenler, daha da şakiyacak...

Gönlünüz hep aşk dolu olsun... Sevgiyle kalın... Sevgili canikolarım...

Şimdi siz güzel güzel seminerlerinize devam edin. Konuşmacıları dikkatle dinleyin. Akşama hepinizi veda balosuna bekliyorum. Ben gideyim, balo hazırlıklarını denetleyeyim. Yoğun istek üzerine kanto yapacağım... Üç de yetmez, beş tane... Beş de yetmez, yedi tane... Ver... Ver... Ver... Ver. Ver Allah'ım ver!... Ay! Ben on istiyorum... Daha çok var, ayol... Henüz dört tane eskittim... Öpüyorum... Hoşçakalın...

7

Narsisistik Kişilik Bozukluğu

MELEZ DİLBERLER

Hocanız sınıftan içeri giriyor ve siz ayağa kalkmıyorsunuz... Ayağa kalkacaksınız da benim başım göğre mi erecek ve/veya ayaklarınıza kara sular mı dökülecek?..

Lâkin... Kulakta küpe, saçlarda jöle pehlivanlar ve/veya göbek deliklerini teşhir eden suzidiller olarak üniversiteye erişen bir yitik nesle; saygı denen olgunun, sınırsız başarıya, kusursuz sevgi ve güzelliğe ulaşma yolundaki mihenk taşı olduğunu belirtmek çırpınışlarının boşunallığı, beni her sene başında olduğu gibi bu sene başında da derin üzüntü denizine gark etmiştir.

Gerçi bu hususta size düşen kusur payı pek azdır, evlâtlarım. Ben, gerek sahasının emsâlsiz bir profesörü olarak, gerek sanatçı ve gerekse bir sanat teorisyeni olarak ve gerekse de üçlü kararnameyle devletimizin yüksek bürokrasisine atanan liyakatli üst düzey yönetici olarak; değişik atmosfer ve platformlarda, saygı ve disiplinin hayatiyetini, beynimdeki bilgi ve tecrübe deposunu harmanlayıp, yüreğimden süzerek, belagat dolu, şifâî ve/veya yazılı olarak arz etmiş olduğum bildirilere; yeteneksiz yetkililerce, algılama fakiri akademisyenlerce, sanatçı geçinen zenaatkârlarca dudak bükülmüş ve kavrayışsızlık gösterilmiştir.

Salt bu konuda değil; daha pek çok hayati, içtimai, kültürel konularda da -ne yazık ki- bu böyle olmuştur.

Size bir soru sorayım:

“Hususî meziyetlerle dolu, bilimde sınırsız başarıyı arayan, fikrî deha; güzel bir memleket, toplumsal mutluluk düşlemlerini gerçek kılmak için didinen bir beyin, anlayışsızlıklar ve duyarsızlıklar karşısında ne yapar?..”

Ben cevap vereyim: “Göç eder!”

“Peki bu beyin, nereye göç eder?..”

Kendisine kıymet verilen yerlere. Frekansına uygun atmosferlere... Sonuçta hocanız, en verimli dönemlerini, onlarca yıl, dünyanın on ayrı bölgesinde, yirmi ayrı üniversitenin yirmi fakültesinde, kırk kürsüde, şanla şöhretle, hürmet görerek tüketti...

Bir yoğun çalışma günündeydim; hiç unutmam... Üç ayrı konuda yetiştirmem gereken üç makaleyi birarada yazıyorum; kapı çalındı... Bir de baktım, karşımda önleri ilikli bir biçimde, kendilerine has selâmlarını vererek Japon Rektör, girdi odama. Elinde, dönemin başbakanımız imzasıyla sonuçlanmış bir faks mesajı metni... Anladım tabii... Tahminlerimde yanılmam. Memleketime geri çağırılıyorum... Japon Rektörün, ödeneklerimin arttırılacağı ve benzeri ikna ve akıl çelme vaazını duymuyordum bile...

Kafamda şu düşünce şimşekleri çakıyordu: “Ben, beni anlamayan zihniyetlere küskünüm. Ancak, öğrencilerim için, evlâtlarım için geri dönmeliyim.” Başbakanımızın ricasını kırmak ise olası değildi elbet.

“Devran dönmüştür; nihayet” diye düşünüyordum.

Lâkin geldim gördüm ki eski hamam, eski tas...

Sevgili evlâtlarım...

Bu küçük girizgâhtan, önemli ibretler elde ettiğinize dair zannımı, boşa çıkarmayacağınızı umuyorum...

Dersimize geçelim.

Sizler, yarının sanatçıları olacaksınız belki de. Unutmayın... Sanatçı yetiştiren hocalara, kırk yıl değil, seksen yıl köle olunmalı; onların elleri iki kez öpülmeli... Değil ayağa kalkmak...

Dersimiz Sanat ve Edebiyat... Her tiyatro öğrencisinin –olmazsa olmaz– meşguliyetleri...

Bu dersimizin, daraltılmış konusu: Sanatımızın Melez Dilberleri...

‘Melez Dilberler’ kavramını terminolojimize bendeniz kazandırmıştır...

Şimdi...

Arapça ‘sanat’ kelimesinin kökü ‘sun’, ‘yapmak’ ve ‘yaratmak’; dolayısıyla ‘sun’î kelimesi de ‘yapmacılık’ ve ‘sanatsal’ anlamlarını taşır.

Ağaç sanat değildir; lâkin resmi -yapmacığı- meydana getirildiğinde sanat olur.

Hatta, gerçeğine benzedikçe eserin sun’îliği azaldığından, sanat değerinin de azaldığını düşünürüz. Soyutlama, deformasyon, metafor gibi tekniklerin aslında gerçek’ten uzaklaşmak ve sun’îliği arttırmak yoluyla sanatın yakalanması teknikleri olduğunu biliriz.

Hayat ve tabiatın gerçekliği, her yeniden doğumda tekrarlanarak pekişir. Nasıl ki tabiat kendi gerçeğini tekrarlayarak tabiîleşiyorsa, sanat da kendi ürün'ünü yeniden ve yeniden çoğalttığında tabiîleşir ve bir gerçeği tekrarladığı için de bir daha sun'ileşmesi mümkün olmaz.

Bu sebeptendir ki, sanat eseri kendi kopyası olan üretim'lerden kaçınır ve 'sun'î yaratımlara' inanır. Bir tablonun kopyası artık sanat değil, röprodüksiyondur, benzeri 'pastiche'tir. Bir heykelin aslına uygun ebatta da olsa, kopyalarını yapana 'sanaatkâr' değil, 'zenaatkâr' denir.

Çizmeyi biraz aşayım: Bestekâr sanatçıdır, bestesi de sanat eseri...

Ben, bu tespiti, çok büyük, çok önemli bir uluslararası sempozyumda dile getirdiğimde kıyameti koparanlar oldu. Mikrofonu kapanlar oldu. Mikrofonu kapanlardan biri şöylece edepsizleşti: "Vay Hoca! Sen biz orkestra sanatçılarına hakaret mi ediyorsun?" Bir başkası aldı mikrofonu: "Biz operacıları küçümsüyorsunuz!..." "Kardeşim" dedim. "Besteyi çalanlar ve/veya söyleyenler sadece zanaatkârlardır; sanatçılıkları ise ancak enstrümanları ve/veya sesleri kadardır."

Yine arkalardan bir el kalktı, mikrofonu istedi; yaylı tamburcuymuş: "...Efendim... Biz bazen taksim icra ediyoruz. Buna ne diyeceksiniz?..."

"Siz" dedim. "Bu genellemeden kısa bir müddet için kurtulabilirsiniz; tıpkı Batı müziğinde 'improvise' müzik icra edenler gibi..."

Öyle değil mi sevgili evlâtlarım? Örneğin Mozart'ın bir konçertosunda 'cadence'ların notasını yazmayıp yorumunu icracı-

ya bırakması, onu çalan bir piyanisti sanatkâr yapmaya yetmez...

Bir mimarın sanat değeri taşıyan çizimlerini binaya dönüştürdüğü için 'sanatkâr' sayılan inşaat mühendisine, müteahhite veya taşarona rastlanmamıştır.

Şimdi yine çizmeyi aşacağım bakalım, siz tiyatro öğrencileri itiraz edecek misiniz?

Yine bu sebeple, tiyatro oyuncularını da sanatkâr değil, aynı mizansenî bazen yüzlerce kere tekrarlayan zenaatkârlardır.

Tamam... Kaynaşmayın... Kaynaşmayın... 'Zenaatkâr' sıfatını hiçbir aşağılama maksadı taşımadan, sadece bir tesbit için kullanıyorum.

Kesin patırtıyı...

Asıl konumuz olan 'Melez Dilberler'e dönüyorum. Kesin patırtıyı... Bakınız... Kesin patırtıyı... Biz meslektaş olacağız. Ben size kendimden örnek vereyim. Gerçek, komple bir sanatçiyim ben! Nasıl mı? Benim prodüksiyonlarımı göz önüne getiriniz. Oyun yazıyorum. Oyunumu yönetiyorum. Gerekğinde ben de rol alıyorum. Son dört oyunumun müziklerini de ben yaptım... Demek ki ben 'en'im!..

Edepsizliğe tahammülüm yoktur... Kesin patırtıyı... Üniversite Yüksek Disiplin Kurulu Başkanı olduğumu da belirtmeliyim...

Evet... Anlıyorum... Tiyatronun çeşitli sanatçılardan kurulu bir ekip işi olduğunu savunan teorisyenler var, elbette...

Diyorlar ki "Dekorâtör dahi gerekirse mizansene karışmalı."

Ama ben, en nihayet bir marangoz parçasını, sanatıma dokundurtmam. Ben ona ne yapacağını emrederim. Hattâ onuru-

la muhatap olmam. Reji asistanıma istediğim tasarımı anlatırım; dekoratör ya da terziyle o muhatap olur. Son tahlilde, son kararı ben veririm...

Bir gün -yine hiç unutmam- benim yazdığım bir oyunda, bir aktör, diyalogu kendi istediği gibi değiştirerek söylüyor. Hemen müdahale ettim. "Sen" dedim. "Ben, o diyalogu hangi felsefe taşlarından yontarak yazdığımı nasıl bileceksin?!. Sen, hayatında tebrik kartı yazmamış bir adam; koskoca bir yazarın tek bir kelimesine müdahale edemezsin..." Neyse...

Bu konuya, yüksek lisans sınıfına erişecek olanlarla ileride tartışmak üzere son verelim.

Gelelim Sanatın Melez Dilberlerine...

Modern sanat, komşu sanatlarla ilişkiye geçti. Sanatların evliliklerinden melez dilberler doğdu... Âdetâ tek ve büyük bir sanata doğru gidişten söz edebiliriz... Geleceği görebiliyorum... Ve fakat siz sevgili evlâtlarım henüz merdivenin ilk basamağındasınız. Kafa karışıklığınıza sebep vermemek için basit birleşmelerden doğan Melez Dilberleri öğreteceğim önce. Son sınıfa geldiğinizde de nihayet hocanızın Bileşik Sanat Teorisini daha net algılayabilesiniz... Evet...

Bu Melez Dilberlerin babaları genellikle edebiyattır. Şöyle de diyebilirsiniz; Melez Dilberler, genellikle edebiyatın damat olduğu evliliklerden doğuyor.

Demek ki aslında edebiyatın diğer sanatlar içindeki ortaklık payı daha fazladır...

Edebiyatın galiba en eskiye uzanan ilişkisi müzik ile. Enstrümantal müzik 'saf' müzik sanatıdır. Buna ne zaman ki güfte karışır, ortaya bir Melez Dilber çıkar... Türküler, şarkılar, Melez Dilberlerdir.

Daha büyük formlara bakalım: 'Opera', 'oratorio' gibi hacimli formlarda da metin edebîdir. Opera ve oratorio Melez Dilberlerdir.

Müzikallerin bestekârları kadar, libretto yazarlarının da önemsendiği asırlar yaşandı. Şimdilerde sadece müzik sanatının ürünü olarak gördüğümüz 'müzikal'ler yalnız beste değil, bir o kadar da güftedir ve librettosuz hâleriyle hiçbir niteliğini, ismini koruyamaz. İçinden edebiyatı çektiniz mi yere yığılıveren hiçbir müzikal form, sadece müzik sanatının ürünü sayılamaz. Demek ki 'müzikal' Melez Dilberdir.

Sahne sanatlarında da durum farklı değil. Tiyatro da; müzik, edebiyat ve sahne sanatı özellikleri gösteren operet de edebiyatsız olamayan formlardır.

Melez Dilberlerdir...

Eskiden tiyatroya edebiyatın bir dalı gibi bakılırken, özellikle son çeyrek asırda tiyatro bağımsızlığını ilân etti. Oysa, malzemesi söze dayanan sanatlar, edebiyat ile akrabalıklarını inkâr edemezler. Tiyatronun da kendisini edebiyattan bağımsız, özel bir form olarak görebileceği yegâne alan pantomimadır ve onun haricinde hiçbir tiyatro türü edebiyatsız var olamaz. Bizde Oğuz Aral'ın kurduğu ve takipçisi çıkmadığı Sözsüz Oyun Tiyatrosu'ndan başka bu dikkati taşıyan bir hareket hatırlamadığımı eklemeliyim. Bu arada, "Oyun metni mi sanat eseridir, yoksa metnin sahnelenmesi mi?" sorusu da kendine bir cevap buluyor.

Sinemaya bakalım... 'Senaryo' denen fiktif metinsiz, film çekilemez. Sessiz filmler dahi, beyazperdeye yansıyan diyaloglar ve açıklamalara muhtaç kalmıştır... Şimdi diyeceksiniz ki Grif-

fith sineması hariç. Ancak Eisenstein şöyle yazıyor: “Griffith, uyguladığı pek çok sinema tekniğini Dickens’ın romanlarından çıkarmıştır...”

Resim de edebiyattan bir obje ve suje olarak uzak kalmayı başaramaz; en azından bir iki dalında. Bazen, minyatürler tasvir ettiği metinle karışır... Kaligrafi sanatı, hele ‘hüs-n-i hat’ adı altındayken, şiirle kaynaşır... Tablolar için yazılmış şiirler, şiirler için yapılmış tablolar vardır. Bunlara, Melez Dilberler demeyeceğiz de ne diyeceğiz?...

Ne yazık ki vaktimiz dar; dersimiz bitmek üzere...

Karikatür, tercüme, adaptasyon, fotoroman gibi başka Melez Dilberlerden önümüzdeki derslerde söz açacağım...

Bakınız evlâtlarım...

Komple bir sanatçı olmak çok zordur. Ben bu uğurda kafa yoruyorum. Dünyada kıskandığım tek bir şahsiyet vardır. O da Wagner’dır. Wagner’in müjdelediği “Gesamtkunstwerk” gerçekleşmeye başlıyor. Yani ‘Birleşik Sanat Yapıtı’. Öyle bir prodüksiyon plânlıyorum ki sahnede; bütün sanat verilerinden mürekkep müthiş bir kompozisyon gerçekleştireceğim... Wagner bugün sağ olsaydı; kıskançlıktan kudururdu.

Bu büyük yapım karşısında, benim için, -demokrasiye ara verilen bir dönemde- bir gecede profesör oldu diyenler, karın ağrılarından dolayı pahalı özel bir hastaneye yatacaklar ve ult-rasonda hiçbir şey görülmeyecek. Çünkü karın ağrıları, fesatlıktan kaynaklanacak.

Bununla beraber, yaşarken heykeli dikilmesi gereken sanatçı ve bilim adamı olarak bendenizin hak kazanmış olduğunu bütün eleştirmenler, teslim edecekler.

Dersimiz bitmiştir...

Asistan aday adayları, sık sık odamı ziyaret etmeli. Derlenmesi gereken makalelerimin dosyalanmasına yardım etmek onurunu kazanmalılar...

Çok çalışınız. Dünyayı sanat kurtaracaktır...

Fakülte gazetesinde, en iyi giyinen hoca seçilme onurumu oylarıyla destekleyen evlâtlarıma da teşekkürler...

Hadi bakalım... Aranızda bir kura çekin... Bakalım, hanginiz, çantamı odama kadar taşıma şerefine nail olacak?...

Çocuğum, sen bir koşu rektörlüğe git. “Hoca, çift şoförlü bir araç istiyor” de. Doktor randevumu kaçırmayayım. Benim için çok özel bir tedavi uyguluyor... Kızım; sen de orta şekerli bir kahve al getir odama, kantinden... Henüz ben sınıftan çıkmadım; siz çıkmaya davranıyorsunuz... Orta mektep mi burası? Koşma çocuğum! Yavaş!... Dikkat et! Hayvan oğlu hayvan...

* Oyun metnindeki ‘Melez Dilberler’ ile ilgili bilimsel yaklaşımlar, Dr. M. Kayahan Özgül’ün Edebiyatın Melez Güzelleri adlı makalesinden alınmıştır. Bak. Sadık Tural Armağanı, s. 146 vd...

8

Çekingen Kişilik Bozukluğu

YILIN AŞÇISI

Hangi televizyondan geliyorsunuz?.. Öyle mi?..

İyi bir söyleşi yapamam, sanırım... Başladınız mı çekime?!.

Hay Allah!.. Konuşayım mı?.. Tamam...

İşyerinde görünen biri değilim, işimin tabiatı gereği. Lokantanın ardında, mutfaktayım. Aşçılık, müşteri ile bire bir ilişki gerektiren bir meslekî etkinlik sayılmaz. Yaptığım iş ile karşı karşıyadır müşteri. Ben bu açıdan işine âşık bir insanım. Mutfakta, tek başıma, kendimi rahat hissediyorum. Malzemelerimle, araç-gereçlerimle haşır neşir olarak çalışmak beni mutlu ediyor.

Çok ender olarak servis salonuna çıkarım. Bazen yemeği çok beğenen müşteriler oluyor. Benimle tanışmak istiyorlar. Patronumun rızası ve ısrarıyla, onlarla ayaküstü hoş beş ettiğim olur. Hemen yüzüm kızarır, ağzım kurur; mutfağıma dönerim... Nasıl?... Hızlı... Konuşayım...

İlk patronum bir meyhaneciydi. Meyhanedeki her masaya oturur, hal hatır sorar; her masada bir rakı kadehi olurdu. Ben onu servis penceresinden gözlerdim. Her masanın nabzına göre şerbet vermeyi bilirdi. Çoğu masalar geyik muhabbetindedir.

Ama sanat, siyaset, felsefe, spor mevzularının konuşulduğu masalarda da lezzetle tartışmalara katılırdı. İlk patronum Fevzi Usta, nur içinde yatsın, tam bir hayat bilginiydi. Daha da mı hızlı?...

Kendisini örnek almamı çok istemiştir. “İleride belki de işletmeci olacaksın. İnsanlarla ilişki kurmak bir sanattır; hadi bakalım bu gece müşterilerle sen ilgilen, ben mutfakta nöbetle kalayım” derdi. Nerdeee?... Sohbet etmeyi beceremem... Ne bileyim... Mahcup düşeceğimden korkardım. Pısırik büyüdüm... İki lâkırtıyı biraraya getirmek kolay değil. Albenim de yoktur. Alay edilmekten korkardım. İçkili ağızlar alaya yatkındır zaten... Nasıl?... Daha seri... Konuşayım...

Sonuçta işletmeci olmadım. Olamam da... Çoğu insan eleştiricidir. Hatta aşağılayıcı ve dışlayıcıdır. İşletmecilik rolü de yapamam. Eninde sonunda “gerçek” beni bulup çıkaracaklardır. Aşağı ya da yetersiz görünmeye katlanamam. Haklı-haksız; ağız olan konuşuyor... Nasıl?... Haaa. Asıl konu...

Bu yıl Aşçılar Birliği Derneği tarafından yılın en güzel yemeğini yapan aşçısı seçildim. Ödül töreninde dizlerim titredi. Avuçlarım ter içinde kaldı. Küçük bir konuşma yapmamı istediler. Zar zor bir teşekkür edebildim mi, hatırlamıyorum. Ödülüne sevinemedim. Bütün bir gece uyku tutmadı, kürsüdeki halimi düşündükçe... Zaten patronumun ısrarıyla katılmışım yarışmaya... Bundan böyle kim ısrar ederse etsin, herhangi bir etkinliğe katılmak mı?!. Tövbe... Pek seri konuşamadım gene ama...

İşte böyle... Bitirelim mi artık çekimi?.. Mutfak sıcak. Ben alışığım da siz tabii...

Efendim?...

Ödül alan yemeğimin tarifini vereyim:

1/2 deniz levreği

1 adet patates...

Efendim?...

Haa... Önce tabii... Yemeğimin adı: “Rakı ve Dağ Kekiği ile Terbiyeli, Patatese Sarılmış Deniz Levreği”

Efendim?..

Ben hayatımda tek başıma gidip de bir lokantada yemek yemedim... Niçin sordunuz?.. Efendim...

Evde yemekleri karımla annem yapar... Nasıl?.. Ben yapmam... Babam kızar... Örfümüz böyle... Ben, babamın yanında çocuklarımı da sevip okşayamam... Öyle...

Bitti mi çekim?.. Oh!.. Ter içinde kaldım... İyi bir röportaj olmadı, tabii... Sürçen yerlerini... Dilimin; budarsınız... Yarım kaldı... Yemeğin tarifi... Ha, tabii... Alt yazı... Montajda... Daha iyi... Levrekler kızardı... Kameraman arkadaşlar falan... “Tadına bakalım” demişlerdi...

9

Bağımlı Kişilik Bozukluğu

SEPETTOPU

Gümüşidmanyurdu Spor Kulübü Taraftarları Derneği Yıldız Kız Basketbol Kursu'nun Sevgili Öğrencileri...

"Bu adam da kim?" diyeceksiniz. Ben, antrenörünüzün kocasıyım; yani, antrenörünüz benim karım. Karım, bugünkü çalışmanıza biraz gecikerek gelecek, önden beni gönderdi. Dünkü idmanınızda dış dolgusu düşmüş, bütün bir gece sızlandı durdu; beni de uyutmadı, sabahı ettik anlayacağınız. Gerçi sürekli mızımız, ekseriya asabidir ya, neyse... Biraz sonra burada olur, herhalde. Sabah erkenden dış doktoruna bıraktım. Kendisi gelene kadar, size anlatmam için bazı notlar tutturdu, teorik bazı bilgiler... Aslında programınızın birinci saatinde hafif ter idmanı gözüküyor. İdman yaptırmak benim harcam değildir, gerçi bu teorik bilgileri de net olarak aktarabileceğimden kuşkuluyum. Madem anlatmam gerek, ben de anlatayım bari.

Basketbol ile uzak-yakın ilgim yoktur. Tarih öğretmeniydim; bir yıldır, emekliyim... Karım, beden eğitimi öğretmenliğinden emekli olur olmaz bu derneğin spor kurslarında çalışmaya başladı. Altı-yedi branşta antrenörlük lisansı vardır. Ben, genellikle evdeyim. Karımın talimatlarına göre gerek evi toplarım, gerek-

se de bahçeyle haşır neşir olurum. Karım, gündelik programımı gecedan listeler... Bahçe uğraşı, stresi azaltıyormuş. Ben bu görüşe pek katılmasam da herkes öyle söylüyor...

Karımın talimatı üzerine, yani ricası üzerine ki emir telâkki ederim; yazdırdığı bilgileri size aktaracağım. Bu ricaya, boyun eğmekten başka çare yok tabii... Bu sebeple dershanede toplandık. Karım gelince, idman sahasına çıkacaksınız...

Örneğin, güllerimize salyangoz dadandı... İlaçlamak gerekiyormuş; kovunca gitmiyor meretler... "En azından on beş günde bir bahçıvan gelse" diyorum. "Sen, bostan korkuluğu musun?!" diyor karım... Haklı fakat; bahçede Victoria gülleri var, Japon gülleri var; bunlar çok değerli güller; bakımları için bir bahçıvanın desteği şart... İlaçlama yapmanın bir yolu yordamı vardır. Yanlış bir şey yaparsam, nebatatı telef ederim diye korkuyorum... Ya ilaçlama yaparken zehirlenirsem!.. Çaresiz... Tek başıma... Bahçede...

Niçin gülüyorsunuz?.. Ha anladım... Konuşurken genellikle yanağımda bir tik oluşur. Mani olmaya gayret sarf edeceğim. Asabiyimdir de biraz... Özür dilerim... Kulak asmayın...

Konuya geleyim artık. Geliverir de!.. Gevezelik ederken yalalarsa, yandım!...

Aslında... Aklım da onda kaldı... Ben, tek başıma doktora gidemem... Bir gün, gülleri buduyorum.. Baş parmağıma kocaman bir diken batmasın mı! Karıma açtım telefonu, "Çabuk gel" dedim, "Galiba parmağım kırıldı." Hayır yani, diken battı desem önemsemeyip gelmeyecek... Neyse... Mızımızlana mızımızlana geldi. Gerçeği görünce çileden çıktı tabii... "Beni hemen doktora götür" dedim. "Bunun için doktora gidersek, doktor bize kıcıyla güler" dedi. "Bak" dedim. "Tetanos olursam günahı boynuna." Sonunda doktora gittik tabii...

Dişçi ne yapıyor acaba şimdi zavallıma? Diş tedavileri çok pahalıymış. Sosyal güvencemiz var. “Sigorta Hastanesi’ne gideyim” dedim. “İşlemler uzun sürüyor, ağrıya da dayanamam” dedi. Dayanamaz, canı tatlıdır... Mızızılana mızızılana gelir şimdi; dünyanın parasını ödedim, diye... Ne kirli çıkıdır o... Yüklü bir mirasa da kondu. Koklatmaz ama... Bankada, gizli hesabı var. Ben, meteliksiz gezerim. Emekli maaşımı olduğu gibi eline veririm. Benim cüzdanımda limitli bir kredi kartı var. Var da kullanabilirsen. Ödeme günü geldiğinde ne halt edeceğim? Çaya, sigaraya kredi kartı çekmiyorlar zaten. Kırk yılda bir emekliler lokaline giderim. Çayı kahveyi arkadaşlar ısmarlar; sigara otlakçılığı yaparım...

Bu eşofmanı malzeme deposundan verdiler. Emanet. Emanet gibi duruyor zaten. Şapka da öyle. Kursunuzun havasına uygun olsun diye, karım istedi böyle giyinmemi; cep telefonundan malzemecinize talimat verdi. Her neyse, bırakalım bunu...

Biliyor musunuz? Yakında sık sık görüşeceğiz sanıyorum. Karım, burada görev almamı sağlayacak; haftada birkaç gün ya da günde üç dört saat. Kayıt işlemleri yapabilmişim; malzemeci yardımcısı olabilmişim. Dur bakalım. Servis şoförlüğü falan... Yakında başlayacağım galiba...

Uzak olayım, istemiyor; ben, karımın ayrılmaz bir parçasıyım. Hayranım kendisine. Benim için olanaklarını seferber ediyor. İş buluyor. Benimle işbirliği kurmak istiyor. Beni buraya göndermesi, size ders vermemi istemesi de bunun bir göstergesi zaten. Bu konular karşısında yetersiz olmama rağmen...

Özür dilerim. Hemen konuya geliyorum. Notlarıma bakıyorum... O kadar hızlı dikte etti ki -cadalozum benim- kendi yazımı okuyamıyorum... ‘Basketbol’...: ‘Sepettopu’ demek’miş. Bunu minikler bile bilir be! Ha hay!... Öyle değil mi?... Niçin

yazdırdıysa?.. Belki 'konuya giriş' babında yazdırmış olabilir; şimdi günahını almalıyım... Belki de bugün ilk dersin miniklere olduğunu zannediyordu... Alık karım benim... " 'İngilizce basket': (iki nokta üst üste) 'Türkçe sepet' demektir." " 'Sepet' (iki nokta üst üste): Sepettopunda (yani basketbol oyununda) sayı yapılacak yer"miş... Köşeli ayrıacı varmış... Pardon! "Köşeli ayrıacı aç, 'çember' yaz; köşeli ayrıacı kapa... Çember de deniyor-muş sepete..." Not alıyorsunuz değil mi?... "Bu, 0,45 metre çapında demir bir çember olup, altında bir ağ asılıdır; bu ağa file de deniyor"muş... Not alıyorsunuz değil mi?.. Neden?.. Efendim... Bunları kargalar da mı biliyor?.. Öyle ya. Ha hay... Ama ben bilmiyordum; mesela çapının 0,45 metre olduğunu bilmiyordum... En azından çapını not etseniz... Neyse... Ben görevimi yerine getirmeliyim:

"Çember ile ağ, bir 'sepet' biçimindedir. Sepettopu oyununu bulan..." Basketbola, sepettopu mu deniyor artık?.. Basketbola, basketbol deniyor, değil mi?... Cadaloz niçin böyle yazdırdı ki?.. Ha hay!.. Karamürselliler mi bulmuş bu oyunu yoksa?! Ha hay!... Şaka şaka! Nasıl espiydi ama?.. Anlayacağız bakalım kim bulmuş...

"Sepettopu oyununu bulan Amerikalı Profesör James Naismith, oyunu, önce öğrencilerine kâğıt sepetiyle oynattığından oyun bu ad ile anılmıştır." Haa. Şimdi anladım. Bu açıklamaya varmak için 'sepettopu' dedi demek ki... Basketbolu bulan adamın adını biliyor muydunuz? En azından bunu not edin... Huyunu bilirim, huysuz cadalozcuğum; gelir ve sınav yapar! Benden söylemesi... Hayır yani, bilemezseniz siz, sonra bana kızar. Öğretmedim, anlatmadım; zannetmesin. Rica ederim, not edin sevgili kızlar... Sınav yapmasa bile not edip etmediğinizi sorar... Huyunu bilirim, bilirim huyunu; benim not tutturmadığımı zanne-

der. Lütfen! Kendinize acımıyorsanız, bana acıyın... Üzmeyin beni. Mutlu olalım bu kısa beraberliğimizde... Cici Polyannalar...

Ah! Az kalsın unutuyordum. Cebime koymuştum... Düştüler mi?... Oh! Cebimdelermiş... İşte şu anahtarlıklar... Gümüşi-dmanyurdu amblemlı anahtarlıkları satın almanız gerekiyor-muş... Soyunma odanızdaki dolaplarınızın anahtarlarını takacakmışsınız... Tanesi 3 Lira... Yok mu alan?.. Öyleyse 2 Lira... Kimse istemiyor mu?... Yazık... Sinirlenecek karım, ama ne yapabilirim?... Ben mutsuz bir adamım, kızlar... Bir dakika! Aklıma bir şey geldi... Şimdi siz, alın bu anahtarlıkları... Karım sorarsa, satın aldık, dersiniz... Şöylece atıyorum; elden ele dolaş-sın... Ben lokaldeki kumarbazlardan rica ederim, -beni kırmaz-lar- sponsor olurlar. Olsun hıyarlar... Ben onlardan alırım para-sını... Karıma çaktırmayın sakın...

Ben... Mutsuz bir adamım kızlar... Kızlar, mutsuz bir adamım ben! Tam yirmi beş yıldır, karımın hışmı altında yaşıyorum... Bir dakika... Bir dakika... Ya hıyar kumarbazlar, sponsor olmaz-larsa!... Belli olmaz bunların sağı solu. Yüzlerce lirayı kumarda kaybederler, gıkları çıkmaz, bir lirayı sakınırlar... Haydi siz gene de birer lira toplayın aranızda... Ne olacak canım, bir lira... Kaptan kim, kaptan?... Sen misin?... Haydi benim güzel kızım; arkadaşlarından birer lira topla; gelince antrenörüne teslim edersin... Aferin... Toplanıyor mu para?... Afferin hepinize...

Ah ah! Nasıl da geçti, jet gibi... Karımla birlikte tam yirmi beş yıl. Evlilik zor zenaat. Efendim... Çok güzel yanları var ta-bii... Çocuğumuz olmadı... Kısmet değilmiş... Böyle de güzel canım... Ama olsaydı... Evimize şenlik gelirdi... Olsun ama... İkimiz de öğretmendik... Öğrencilerimiz, evlâtlarımız oldu... Bugünkü aklım olsaydı, evlenmezdim ben... Keşke... Olmaz olaydı...

Sanırım, karım her an gelebilir. Dersimize devam edelim:

“‘Top’ nedir?.. İki nokta üst üste: Basketbol oyununda, oyuncuların sayı yapmak için kullandıkları, küre biçimindeki oyun aracı.” Ha hay! Güleyim bari... Bunu, serçeler bile biliyor... Efendim... Evet, yani kargalar... Para toplandı mı?.. Affe-rin size... “Deri, sentetik bir nesne ya da lastik bir kılıf ile kaplı ve içi hava dolu olup...” İçerisi hava doluymuş kızlar. Hep beraber gülüyoruz şimdi. Ha hay!.. Buna saksağanlar bile güler... “... çevresi en az 75 cm...” Bakın bunu bilmiyorduk; öğrendik de başımız göğe mi erdi? Ha hay!... “...ağırlığı ise en az 600, en çok 650 gramdır. 1.80 metre yükseklikten tahta bir alana bırakıldığı zaman en az 1.20, en çok 1.40 metre yüksekliğe zıplayacak biçimde basınçlı hava ile şişirilmiştir.” Bakın, bunları bilmiyordum... Not tutmuş olmalısınız... Aferin... Nasıl?.. Öyle tabii: Olan, bana olur... Antrenörünüz beni tor-top eder, sepete atar vallahi...

Sanırım, eli kulağında... Gecikebilir de... Dışçı kazıkçıysa, Dışçı'yi pataklıyor olabilir. Olabilir olabilir. Gayet normal karşılarım. Cazgır cadalozum benim... Hii! Sakın ola ki böyle söylediğimi karıma söylemeyin! Gammazlamazsınız beni, değil mi?... Ben, sporcunun mert ve gammaz olmayanını severim. Siz... Potanın Sultanları olacaksınız ileride... Efendim... Korkuyorum tabii... Sizi idmanlarda korkutmuyor mu?... Gördünüz mü bak, aynı dertten muzdaribiz. Biz birbirimizi biliriz...

Konuya geleyim... Notlarım okunmaz halde, kızlar... Büyü-teci olan var mı?... Ha hay!... Şimdi de kendime güleyim bari. Spor okulunda büyüteç ne gezer?...

Hah! Şurası okunuyor:

“24 saniye kuralı... Eskiden 30 saniye imiş... 24 saniye iki nokta üst üste: Bir takımın, topu eline geçirdiği andan başlaya-

rak, sayı yapmaya girişmesine dek sınırlandırılmış süre. Bu süre içinde sonuç alamayan takım, topu yitirmiş sayılır."

Saçma... Ha hay... Efendim... Yani bana saçma geldi gibi... Nasıl?... Haa. Öyle mi? Öyle diyorsanız... Saçma değil tabii, enteresan yani.

Notlarıma dönüyorum... Ne bu böyle?.. Kargacık burgacık... Efendim... Hayır... Kargacık burgacık bir basketbol terimi değil. Var mı yoksa böyle bir terim? Yok değil mi? Yok tabii canım. Yazım için öyle söyledim, okunmuyor ya... O kadar hızlı dikte etti ki... Kör olmayası cadalozcuğum...

Kızlar!.. Evlilik, zulüm dolu bir çatıdır. Sessiz sessiz, ıstırap çekilen, miskinlik dolu... Bence yani... Şimdi ben evli olmasaydım... Efendim... Evet, burada olmazdım... Zaman zaman, şöyle derim kendi kendime: "Bas git be! Bas git! Bu cadalozdan uzaklara... Git!.. Gidemiyorsan, en azından lokale git! Sabaha kadar gelme!... En azından bütün emekli maaşımı, poker masasında kaybedeyim, özgürce... Parası batsın be!.."

Vakit ilerlemiş...

'Top' nedir?.. Onu söylemiştim... 24 saniye kuralı... Onu da...

Eğer size sorarsa, söyler misiniz: "Çok güzel, gayet güzel anlattı... Not tuttuk... İyiye belletti" diye?..

Geldi mi?.. Geldi galiba... Siz de sesini duyar gibi oldunuz değil mi, dışarıdan?

Geldi...

Geleceğimizin sevgili, kıymetli basketbolcuları... Bu millet, sizinle övünüyor. Hepiniz Sepetin Sultanları olacaksınız, büyüyünce. Şimdi yıldızsınız... Sonra A Takımına yükseleceksiniz. Büyük takımlara transfer olacaksınız... Çok çalışınız... Antrenö-

rünüzü üzmezin. İşte... Ana Sultan da geldi... Dik-kat! Ayağa kalk!...

Hoş geldin karıcığım... Geçmiş olsun... Endişeleniyordum, gecikince sen... Meraktan öldüm... Yanağın şiş mi?... Yok yok! Bana öyle gelmiş... Yüzün süzölmüş... Güzelleşmişsin yani... Efendim... Kızlar; açık sahaya mı gelsinler?... Haydi kızlar; hop-hop-hop... Ben de mi geliyorum... Geliyorum... 24 saniyede oradayım... Geldim geldim...

10

Obsesif Kompulsif Kişilik Bozukluğu

RESİMLİ MİSALLİ MÜKEMMEL TARİHSEL COĞRAFYA TERİMLERİ SÖZLÜĞÜ

Avrupa'da, Amerika'da pek çok bilimsel toplantıya katılmışımdır; hemen hiçbir toplantıda, elinde çay-kahve bardağı ile salona giren konuk-katılımcı görmemiştir. Ciddiyetsizlik, bulunduğumuz her yere sirayet eden bir salgın hastalık sanki... Şu anda kürsünün tozunu alıyor olmam, bir obsesyon olarak değerlendirilecektir; oysa bakınız bir parmak toz... Kimse üstüne düşeni yapmıyor. Herkeste bir adam sendecilik... Bana tanınan süre on iki dakika sarktı; ama ben, benden sonraki konuşmacıların süresinden çalmayacağım... Neyse...

Sayın Rektör;

Sayın Dekan;

Sayın Oturum Başkanı;

Sayın Bilim İnsanları, Değerli Akademisyen Arkadaşlarım;

Sayın Basın Mensupları;

Sayın Katılımcılar-Konuklar;

Sevgili Öğrenciler...

Yine, yeni bir Coğrafya Sempozyumu'nda daha birlikteyiz...

Bildirimim konusu -sempozyum kitapçığında da yazdığı gibi; okumuş olmalısınız-: "RESİMLİ MİSALLİ MÜKEMMEL TARİHSEL COĞRAFYA TERİMLERİ SÖZLÜĞÜ Çalışmalarında Karşılaşılan Güçlükler ve Sorunlar"dır...

Bundan tam yirmi beş yıl önce, üniversiteyi yeni bitirmiş bir coğrafyacı olarak, coğrafi terimlerin dilimizdeki karşılıklarını araştırmak, bulmak, derlemek sevdasıyla tutuştum.

"Bu seveda, giderek kara sevdaya dönüştü" der karım dostlarımıza. İlk yıllarımızda karım, "Mükemmel bir adamsın" dedi. Artık, "Mükemmecisin" diyor. "Mükemmellik, benim işimin karakteridir, aslında" diyorum. "Hayır" diyor, "Senin karakterin böyle; işin bitirilmesini zorlaştıran bir mükemmecilik gösteriyorsun."

Sözlükçülük; ayrıntılar, misaller, resimler, kurallar, listeler, fişlemeler, sıralamalar, organize etme, gözlem, haber-olay takip ve tarama, programlar yapma, ekipman oluşturma, bölge-saha çalışması, başka sözcüklerden yararlanma, dilbilimsel çalışkanlık, titizlik, sabır, dürüstlük, bilimsel vicdan ve inat gerektiren ömür törpüsü kara seveda bir etkinlik değil midir ? Bu etkinlik daha çok söz kaldırır... Ancak hata kaldırmaz...

Sizler, sevgili meslektaşlarım, akademik çalışmalarımızdan kalan boş zamanlarınızda sanat, spor, eğlence etkinliklerinde bulunurken bendeniz üretkenliğe devam ettim. Pek çok şeyden mahrum kalmak, bu çalışmanın bedelidir. Çalışmak istikrarla... Düzen çalışmakla sağlanır. Sözlüğün adında "L" seslerinin armonisine dikkat ettiniz mi? Ahenk yaratmak, yaptığınız işten

haz almanızı sağlar. Karım uzun süreretti: “Öğrencilerini, asistanlarını, akademisyen arkadaşlarını da çalışmalarına kat. Bu gibi işlerde kollektif çalışmak şart.” Ah ah ah!.. Başkaları tam olarak benim yaptığım gibi gönüllerini koymuyorlar ki... Tüm varlığını adamadıkça yapılan iş eğreti kalıyor. Benim buna tahammülüm olamaz.

Görev aşkı taşımayan kişilere, görev dağılımı yapmak gafletti, beni güven bunalımına itmiştir. Ciddiyetsiz kişilerle çalışılmaz. Başarıyı katı bir disiplin getirir.

Bu kara sevda, aşığı, Mecnun gibi çöllere de düşürür. Coğrafyacı-Sözlükçü gezecek, resimleyecek, yurdumuzun türlü köşelerinde terim özelliği kazanabilecek pek çok sözcük derlemesi yapacak...

Derlenen sözcüklerin türlü bölgelerdeki anlamları üzerinde de duracak... Yüzlerce yıl geçmiş olan coğrafya biliminin terim varlığını saptamak olanaksızdır. Olanaksızdır demek, içimi burkuyor. En azından, benden önce, Tarihsel Coğrafya Terimleri Sözlüğü hazırlanmış olsaydı, terimlerin ilk çıkışından günümüze doğru geçirdiği serüveni öğrenmek kolaylaşacaktı. Lâkin iş başa düşmüştür. Sözlüğün adına “Tarihsel” de eklenmiştir. Es geçmek, vazgeçmek olmaz, olmamalı. Sonsuz gayret ve iyi niyet her işin temeli olmalı.

Karım, evde maziye dönük ne varsa atar; benden gizli, eskilere satar, fakir-fukaraya dağıtır... Üstelik bu katliamı, yenileşme adına yapıyor.

Deli olmamak mümkün değil. Bu zihniyettir ki zaman zaman evliliğimizi sarsmıştı. Bu zihniyet, elbette şöyle bir eleştiride de bulunacaktır:

-Karımdan vazgeçtim, bir meslektaşımın bakış açısı da bu!-
 “Muhibb-ül milh nebâtat” gibi eskimiş bir terimi - sözlüğün adı-
 na ‘Tarihsel’i eklememiştim henüz; bu zihniyete inat ekledim
 zaten - ...eskimiş bir terimi, niçin sözlük bünyesine dahil ediyor-
 sun? Bir sözlük yazarı, önce Türkçe’nin gücüne inanmalıdır!

Kardeşim!.. Sevgili karıcığım... Ben zaten, bu terimin, hali
 hazırda kullanılan şeklini, yani ‘tuzcul bitkiler’ terimini ‘T’ har-
 fine ulaştığımda zaten koyacağım. Sizin yaptığınız yargısız in-
 fazdır.

Ne geri kafalılığım kaldı; ne de kılı kırk yararcasına ayrıntıla-
 nı hesaplamanın bende bir kişilik sorununa bürünmüşlüğü... Ya-
 zık, yazık... Neresinden baksanız, mesnedsiz bir kritik değil mi-
 dir bu?...

Coğrafyanın bir geçmişi, tarihi yok mu? Bugünkü coğrafya-
 nın temeli, dün değil mi? Geçmişi reddedenler geleceği kura-
 mazlar. Geri kafalılığın tanımı bu mudur yani?

Rahmetli hocam ki kürsümüzün kurucusudur. “Geçmişi red-
 dedenler geleceği kuramazlar” sözü, onun sözüdür. Hocamızın
 her biri vecize değerindeki sözlerini, benden başka düstur edi-
 nen pek akademisyen kalmamıştır... Yenileşme çabası vefasızlık
 olamaz. Vefalı olmak ise geri kafalılık değildir.

Bazı terimler eskidi diye, artık kullanılmıyor canım diyerek,
 terminolojinin içini boşaltın, kuşa çevirin; sonra da buna bilim-
 sel seçicilik deyin... Haydi canım, sen de...

Bir sözlük, öykü ya da roman değildir. Gereksinim duyulduk-
 ça bakılan, bir başvuru kitabıdır. Öykü içinde bu terimi kullan-
 mak, geri kafalılık sayılabilir... Evliya Çelebi Seyahatnâmesi’ni
 inceleyen bir coğrafyacı ‘tuzcul bitkiler’ terimiyle karşılaşabilir

mi? Elbette ki 'Muhibb-ül milh nebâtat' terimiyle karşılaşacak. Açacak RESİMLİ MİSALLİ MÜKEMMEL TARİHSEL COĞRAFYA TERİMLERİ SÖZLÜĞÜ'nü öğrenecek... Üstelik misalli... Terimin altında, bunun, hangi kaynaklarda, kimler tarafından, nasıl kullanıldığını da görecektir... Bilim, kılı kırk yarmak değil midir?

Bu zihniyet, benim yaptığım işi "içler acısı bir serüven" olarak nitelendiriyor.

Ben, Türkçe'mizi Osmanlıca'ya dönüştürmek gafletine düşmüşüm. Teessüf ederim. Teessüf ederim.

Elbette ki Dil Devrimi'yle Türkçe'miz hızla değişmiştir. Uygarlığın hızına erişmek başka türlü mümkün olamaz... Ben bunu bilmiyorum muyum?

Diyorlar ki sözlüğünüzü arapsaçına dönüştürüyorsunuz. Ne münasebet?! Ne münasebet?!

RESİMLİ MİSALLİ MÜKEMMEL TARİHSEL COĞRAFYA TERİMLERİ SÖZLÜĞÜ hem yaşayan Türkçe'mizi, hem de -sevgili meslektaşlarım- hem de tarih serüveni içinde coğrafya bilim dilinin kazanmış olduğu zenginlikleri gözler önüne sermek amacıyla hazırlanıyor.

Neyse...

... Mecnûn, çöllerden derlediği terimlerin türlü bölgelerdeki anlamları üzerinde de duracak.

Bir yandan, yeni bulunan terimler değerlendirilirken, bir yandan da hali hazırdaki sözcüklerden yararlanılacak... Böylelikle RESİMLİ MİSALLİ MÜKEMMEL TARİHSEL COĞRAFYA TERİMLERİ SÖZLÜĞÜ çalışmaları sürecektir -sürecek- sürecektir... Zaman: Akacak -akacak- akacak...

İş bununla da kalmaz, kalmamalı... Derlenen ve değerlendirilen coğrafya terimlerinin, dil kuralları bakımından kullanılma ve tutunma durumlarını araştırmak-araştırmak-araştırmak gerekecek... Gerekecek-gerekecek-gerekecek...

Türkçe'nin Temel Söz Varlığı'nın 600 bin sözcük dolayında olabileceği sanılmaktadır. Bu kadro içerisinde coğrafyanın hissesine düşen 75 bin dolaylarında bir kavram varlığıdır. Kuşku yok ki hepsi de köken olarak Türkçe değildir. Doğal ki hiçbir bilim dalının söz varlığı da yalnız kendi sözcüklerinden oluşmaz. Bilim dili sınır tanımadığına göre, bir bilim terminolojisi, bir başka bilimin sınırlarına taşacaktır.

(Size utanarak kulaklarınıza inanamayacağınız bir şey söyleyeyim. Coğrafyanın 75 binlik terim kadrosuna bazı meslektaşlarım "Oha!" demek edepsizliğini göstermişlerdir... Psikiyatri bilimi, insanoğlunun 'fesat' olduğunu söylüyor.)

Her bilimin olduğu gibi, coğrafyanın da bir alanı vardır. Ancak her bilimde olduğu gibi coğrafya ile ona yakın bilimlerin arasında da kesin sınırlar değil, türlü ölçülerde bir iç içe girme durumu bulunmaktadır. Üstelik coğrafyada bu durum çok daha geniş derecededir. Coğrafyanın iç içe, el ele, omuz omuza verdiği bazı bilimlere göz atıverelim: Yerfiziği, jeoloji, toprak bilimi, taşlar bilimi, sular bilimi, meteoroloji, bitki bilimi, hayvan bilimi, antropoloji, etnoloji, iktisat, toplum bilimi, halk bilimi, tarih, ormancılık, tarım, endüstri vb...

Gerçekten coğrafya yer yuvarlağını bir bütün olarak tanıttığı gibi, cansız küreler yani katı yeryüzü, hava, su... Bitmedi:

Canlı küre, yani bitkiler, hayvanlar... Bitmedi: İnsan ve insanın ortaya koyduğu işler de coğrafya konuları arasında yer tutmuştur.

Demek ki coğrafya gerek bir doğa bilimidir, gerekse de coğrafya, doğal bilimlerle manevi bilimler arasında geniş yer tutan, bunları birbirine bağlayan bir yeryüzü bilimidir.

Bu açıklamaları, sevgili meslekdaşlarım; özür dilerim - tereciye tere satmak için yapmadım... 'Kuş gribi' teriminin, sözlük bünyesinde ne işi var diyen, kuş beyinliler için yaptım...

Galiba 75 bin terim azdır bile belki.

Terim, tek anlamı olan ve tanımı yapılmış kelime olması gerekir. Bu özelliğine bağlı olarak terimler günlük dilden farklıdır. Bilim dili ortaya çıkar ki buna terminoloji de deriz.

Terminoloji, düşünceleri ve kavramları kelimelerle belirtme ve bu arada terimleri bulma ve ortaya çıkarma sanatı olarak göz önüne alınır.

Demek ki neymiş?.. Bu etkinlik aynı zamanda bir sanattır. Sözlükçülük bu noktada yüceleşmektedir...

Diyeceksiniz ki etkinliğiniz nereye ulaşmıştır? 75 binlik kadroyu yakaladınız mı? Henüz 30 bin fişleme gerçekleşebildi... Ömrüm oldukça çalışmalarına devam edeceğim...

Sayın dinleyenlerim...

Ortak çalışmalara da giriştim, girişmedim değil...

Öğrenci evlâtlarıma ödev verdim. Her biri kendi memleketinde coğrafî terimlerle ilgili saha çalışmaları yaptılar. Bunlar çocuk-adamlar, çocuk-adamlar... Kimi masal derlemiş, kimi uzun hava...

Coğrafya Anket Formları düzenledim; çeşitli bölgelere doldurulması için yolladım; -adım Kâmuran ya beni kadın zannedenler de olmuş- aşk mektupları mı istersiniz; bu iş karşılığında

yövmiye talep edenler mi?!.. Daha neler neler... Vazgeçtim... Ciddiyetsizlik veya her şeyden maddî nasipleniş umma kanımıza sirayet etmiş...

Tek tük de olsa amacına uygun formlar da gelmedi değil. Bir dönem formlar üzerinde Dilbilimi Kürsüsü'ndeki akademisyen arkadaşlarımla toplandık. çalıştık, düşündük. Sonuç sıfıra sıfır elde var sıfır... El, elin eşeğini ıslık çalarak ararmış...

Çalışmalarım yirminci yılında, sayıları 25 bini aşan fişlerimin, bilgisayara yüklenmesi görevini verdiğim asistanlarım galiba bilgisayarımı sabote ettiler... Artık bilemem... Bir ara birden bire cereyan kesilmiş ama... Kesintisiz güç kaynağı devreye giremeyince güya... Artık bilemem; günahı boyunlarına...

Yine meramımı anlatabileceğim bir zaman dilimini bulamamak beni kederlendiriyor. Uyardığınız için teşekkür ederim Sayın Oturum Başkanı... Zamanımın dolmasına beş dakika kaldığını hesaplayamayacak denli denetimsiz değilim. Kesinlikle diğer konuşmacıların zamanına taşmayacağımı bu âlemde beni tanıyanlar bilir. Bununla beraber bir Yardımcı Doçenti Oturum Başkanı seçen Sempozyum heyetini kınamadan geçemeyeceğim. Ben, koca profesör, burada bildiri sunuyorum... Neyse... Toparlıyorum... Sayın Yardımcı Doçent! Lütfen eğri duran krvatınızı düzeltiniz... Evet...

Yıllar yıllar önce, bölümde bir takım kurulmuştu. İş bölümü yapıldı. Bir grup bölgeleri gezdi; bir başkası eski sözlükleri taradı... Bildiğiniz şeyler işte... Sonuç, bilin bakalım kime kaldı?... Tüm bu çalışmalarını biraraya getirmeyi ben üstlendim. Ben tek başıma, on kişinin yapması gerekeni yaptım. Öyle bir sınıflama, derleme, listeleme yapmışlar ki onlarca, yüzlerce, binlerce bilgiyi saf dışı bırakmışlar... Farkında da değillerdi;

kendi bindikleri dalı kesen bu aymazlar... Bu aymazlar bugün maalesef ‘bilim insanı’ kisvesiyle çeşitli kürsülerde boy gösteriyorlar. Bu söylediğim karşısında gözleri yaşaranlar varsa; onlar bilimsel vicdan sahibidir.

Üzülmeyiniz... Onların saf dışı ettikleri binlerce bilgiyi ben, bilimsel kanatlarımın altında muhafaza ediyorum. Hepsini sözlüğümün içinde bulacaksınız...

Aslında bu sözlük işine kürsümüzü kuran rahmetli hocamız başlamış. Dil Devrimi ile, hem eski dili yeni dile çevirmek, hem de yabancı dildeki terimlerin karşılığını bulmak için yola çıkmış. Sonra benim asistanlığımla birlikte o sözünü ettiğim çalışma grubunu kurdu. Bir süre sonra da vazgeçti. Hocamla zaman içinde ters düştük. O arı dilden yanaydı; ben, yaşayan dilden yanaydım. Sonra gitgide beni milliyetçilik ve muhafazakârlıkla suçlar oldu. Bir türlü anlatamadım kendisine, dilde milliyetçilik ve muhafazakârlık diye bir şey olmayacağını. Küstü bana.

O dönemde ne yazık ki bilim insanlarımız ikiye bölündü. Örneğin bir kesim “kelime” diyordu; bir kesim “sözcük” diyordu... Dilimizi -aslında bizi- parçalamak isteyenlerin büyük tezgâhı içine düşülmüştü.

Artık bu tezgâhtan kurtulmalıyız. Dilimiz üzerinde ortak bir mutabakata varılmalıdır.

Coğrafyadan başka her şeyi konuştuk. Maşallah... Toparlıyorum.

...Bilimler, durmadan gelişiyor; yeni terimler ortaya çıkıyor. Bu gelişmelere uyar şekilde bu türlü terim sözlüklerinde de değişmeler, gelişmeler olabilecektir.

Ömrüm kıyafet ederse bu sözlüğü tamamlamaya çalışacağım.

A ile G arası tamam sayılır. En azından bunu bastırmayı düşünüyorum ama yayınevleri ürktüler tabiatıyla... A ile G arasını tek cilt olarak düşündüğümüzde 800 sayfa ile karşılaşırız, çoğu resim ve misalleri budadığımızda.

Her eve lâzım bu sözlük ne kadar satılır? Ortaya çıkan maliyet, ortalama vatandaş bütçesini sarsar gözüküyor. Belki de sponsorlar aracılığı ile en azından okullara dağıtılabılır mı?

Efendim... Bir şey mi dediniz?.. Buyrun... Anlıyorum... Niçin 800 sayfa tutuyor ilk cilt açıklayayım:

Çünkü terimlerin-sözcüklerin hem eski dilde, hem muhtelif yabancı dillerde, hem de yeni dilde karşılıklarını yazıyorum. Bir taraftan Lâtincelerini de yazıyorum... Sonra örnekler veriyorum... Sonra resimler tarıyorum, uygun bulduğum birkaçını koyuyorum. Çizimlerim, grafiklerim, tablolarım var... Hatta yörelere göre farklı kullanımları da yazıyorum... Dikkatinizi çekerim, bunların hepsini tek başıma yapıyorum.

Bu soruyu soran arkadaşım, bildirimini dinlerken ara ara uyukladı sanırım... Bakın beyefendi... Uyumamış olsaydınız, böyle bir soru sormazdınız... Peki efendim peki!... Üzerinizdeki süveteri çok arayarak satın aldınız herhalde. Rengi ne pantolonunuza ne de gömleğinize uyumlu...

Zamanım doldu.

Hepinizi saygıyla selamlıyorum. Bildirimim çok büyük bir bölümünü atladım... Bu konu daha çok söz kaldırır.



Yayımlanmış Yayımlanmış Sosyal Kitaplarımız Kitaplarımız

(I) PSİKOLOJİ VE PSİKİYATRİ DİZİSİ (PSİ)

- PSİ-01 - Psikozum, Bisikletim ve Ben
- PSİ-02 - Güç: Güç Sahibi Olma İsteği ve Güce Sahip Olmaktan Korkma
- PSİ-03 - Yalan! Yalan!! Yalan!!! Yalancılığın Psikolojisi
- PSİ-04 - Herkes Biraz Kaçıktır: Nörotiklerin Elkitabı
- PSİ-05 - Freud ve Annesi
- PSİ-06 - Şizofreni ve İlkel Ruhsal Durumlar
- PSİ-07 - Freud ve Babası
- PSİ-09 - Psikanaliz: Temel Kavramlar
- PSİ-10 - Psikanaliz Öyküleri
- PSİ-11 - Kültür ve Psikiyatri Yazıları
- PSİ-12 - Psikiyatri ve Psikoterapilerin ABC'si
- PSİ-13 - İnsana Yolculuk: Yaşam, Psikoterapiler, Siyaset
- PSİ-14 - Bütünleşmek ve Büyümek, Gestalt Terapi Yaklaşımı
- PSİ-15 - Çocuk ve Gençlik Ruh Sağlığı
- PSİ-16 - Psikonozoloji, Tanımlayıcı Klinik Psikiyatri
- PSİ-17 - Psikiyatri Elkitabı
- PSİ-18 - Depresyon Nedir? Nasıl Baş Edilir?
- PSİ-19 - Panik Bozukluğu Nedir? Nasıl Baş Edilir?
- PSİ-20 - Düşünsel Duygulanımcı Davranış Terapisi
- PSİ-21 - Ruh Sağlığınız İçin Akılcı Düşünme
- PSİ-22 - Kaygılarımız, Korkularımız
- PSİ-23 - Psikiyatri Temel Kitabı

- PSI-24 - Kişilik Bozuklukları
- PSI-25 - Bilişsel Terapiler
- PSI-26 - SCID: Yapılandırılmış Klinik Görüşme
- PSI-27 - Yaşamayı Seçmek
- PSI-28 - Psinema
- PSI-29 - Uyku ve Bozuklukları
- PSI-30 - Bilişsel Terapi Yöntemleri
- PSI-31 - Amerikan Psikiyatri Birliği: Psikiyatrik Hastalıkların Tanımlanması ve Sınıflandırılması (DSM-IV-TR)
- PSI-32 - Şizofreni
- PSI-33 - Alkol ve Madde Bağımlılığında Kısa Girişimler
- PSI-34 - Psikiyatrik Semiyoloji
- PSI-35 - Boylam Psikiyatri
- PSI-36 - Psikiyatride Kullanılan Klinik Ölçekler
- PSI-37 - Kendinize Yatırım Yapın
- PSI-38 - Sorun Çözme Terapisi
- PSI-39 - Psikoterapi Yöntemleri
- PSI-40 - Dürtü Kontrol Bozuklukları
- PSI-41 - Klinik Uygulamada Bilişsel Davranışçı Terapi: Depresyon
- PSI-42 - Depresyon ve Anksiyete Bozukluklarında Tedavi Planları ve Müdahaleleri
- PSI-43 - Bilişsel Davranışçı Psikoterapiler

(II) KENDİNİ GELİŞTİRME DİZİSİ (KGEE)

- KGE-01 - Evlenmek İstiyorum: Eşimi Nasıl Seçmeliyim
- KGE-02 - Utangaçlığınızı Yenin
- KGE-03 - Sevgili Patron: Her Yöneticinin Duymak, Bütün Çalışanların Söylemek İstedikleri
- KGE-04 - Kendiniz Olun: Daha Etkin Bir Yaşam Sürmek İçin Anlamlı Bir Kılavuz
- KGE-05 - Her An Öfkeli misiniz? Öfkenizi Denetim Altında Tutabilmek İçin Bir Kılavuz
- KGE-06 - Başışlayın ve Unutun: Hak Etmediğiniz Yaralan İyileştirmenin Yolları
- KGE-07 - Ne Hissettiğiniz Kendinize Bağlı: Duygularınızı Seçim Gücü
- KGE-08 - Atılganlık Hakkınızı Kullanın
- KGE-09 - Kontrol Sizde mi? Hayatlarının Kontrolünü Ellerinde Tutmak İsteyenlerin Elkitabı
- KGE-10 - Nerede Yeter Demek Gerekir? Hiçbir Zaman Doyum Bulamıyorsanız Neler Yapabilirsiniz
- KGE-11 - Herkes Doğuştan Başarılıdır: Sınırsız Potansiyelinizi Nasıl Açığa Çıkabilirsiniz

- KGE-12 Kendinizi Tanıyın, Dilediğiniz Gibi Olun
- KGE-17 - Hayır Dedimde Kendimi Suçlu Hissediyorum
- KGE-18 Cesaret: Hayatlarını Değiştirme Cesareti Olanların Elkitabı
- KGE-19 - Orta Yaşın İsyanı
- KGE-20 - Aşıl Sendromu: Başansızlık Korkusunu Yenme
- KGE-21 - İçinizden Gelen Sesi Dinleyin
- KGE-22 - Alaaddin Faktörü
- KGE-23 - Başarma Cesaretini Gösterin
- KGE-24 - Mutlu Olmak
- KGE-25 - Arkadaş Edinmek
- KGE-26 - Ne Olursa Olsun Mutlu Olabilirsiniz
- KGE-27 - Mutluluğa Giden Kestirme Yollar
- KGE-28 - Küçük İşleri Doğru Yaptığınızda Büyük İşler Başarırsınız
- KGE-29 - Karakteriniz Kaderinizdir
- KGE-30 - Kalbinizin Sesini Dinleyin
- KGE-31 - Odaklanmanın Gücü
- KGE-32 - Akış
- KGE-33 - Akılcı Yaşam Kılavuzu
- KGE-34 - Başarmak Sizin Elinizde
- KGE-35 - Düşlerinizi Gerçekleştirebilirsiniz
- KGE-36 - Gençlerin Hedef Belirleme ve Hedeflerine Ulaşma Kılavuzu
- KGE-37 - Vicdansızlar
- KGE-38 - İletişim Becerileri
- KGE-39 - Eleştirel İç Sesinizi Yenin
- KGE-40 - Gerçek Mutluluk
- KGE-41 - Nasıl Mutlu Olursunuz
- KGE-42 - Yüz Kızarması Nedir? Nasıl Başedilir?
- KGE-43 - Öğrenilmiş İyimserlik
- KGE-44 - Kendinizi Daha İyi Hissedin, Daha İyi Olun, Daha İyi Kalın
- KGE-45 - Kendinizi Olduğu Gibi Kabul Edin
- KGE-46 - Mutluluk Yolu
- KGE-47 - Adım Adım Kendinizi Ortaya Koyun
- KGE-48 - Sakinleşin
- KGE-49 Kıskançlığı Yenin
- KGE-50 - Duygularınızı Dışavurmanın İyileştirici Gücü
- KGE-51 - Kişiselleştirmemeyi Öğrenin: Üzerinize Alınmamayı Nasıl Başarabilirsiniz
- KGE-52 - İşimi Seviyorum: İşyerinde Benlik Saygısını Artırmak ve İnsan Ruhunu Uyandırmak İçin Öyküler ve Stratejiler

(III) ESİN KAYNAKLARI DİZİSİ (ESK)

- ESK-40 - Tavuk Suyuna Çorba: Türkiye'den Yüreğinizi Isıtacak Öyküler
ESK-44 - Esin Kaynağı Öyküler

(IV) KADIN-ERKEK VE İLİŞKİLER DİZİSİ (KEİ)

- KEİ-01 - Sevdığınız Zor Erkeklerle Nasıl Başa Çıkarsınız
KEİ-02 - Kadınlardan Nefret Eden Erkekler ve Bu Erkekleri Seven Kadınlar
KEİ-03 - Kadınların Hayatlarını Mahvetmek İçin Yaptıkları On Aptalca Hata
KEİ-04 - Atılgan Kadın
KEİ-05 - Mutluyum, Çünkü Bekarım
KEİ-06 - Suçlamayı Bırak, Sevmeye Bak! İlişkinizi Geliştirmek İçin Sorun Çözme Yönelimli Bir Yaklaşım
KEİ-07 - Altmış Dakikalığına Evliliğiniz
KEİ-08 - Öteki Anne: Nasıl "Mükemmel"e Yakın Bir Kaynana Olunur
KEİ-09 - Zor Bir Erkeği de Sevmek Mümkün
KEİ-10 - Peter Pan Sendromu: Hiç Büyümeyen Erkekler
KEİ-11 - Sona Eren İlişkinin Ardından Yeniden Toparlanmak
KEİ-12 - İkinci Gücü: Güçlü ve Sevgi Dolu Bir Evliliğin Sırları
KEİ-13 - Erkekler Nasıl Düşünür: Erkeklerin Dünyasında Başarılı Olmanın Yedi Altın Kuralı
KEİ-14 - Kocanızla Nasıl Konuşmalısınız/Karınızla Nasıl Konuşmalısınız
KEİ-15 - Kadınlar ve Benlik Saygısı
KEİ-16 - Kızlarını Deli Eden Anneler
KEİ-17 - Erkekler Aşka İnanırsa
KEİ-18 - Keşke Bunları Evlenmeden Önce Bilseydim
KEİ-19 - Keşke Bunları Çocuğum Olmadan Önce Bilseydim
KEİ-20 - Erkekler Kendilerini Seven Kadınları Severler
KEİ-21 - Sona Erdirilemeyecek Kadar İyi, Sürdürülemeyecek Kadar Kötü: İlişkiyi Sürdürme ya da Sona Erdirme Kararı Verme Yöntemi Yardımcı Olacak Bir Kılavuz
KEİ-22 - Çiftler İçin İletişim Mucizeleri
KEİ-23 - Gerçek Aşk
KEİ-24 - Yaşamboyu Süren Sevgi
KEİ-25 - Aradığınız Aşksa Neden Sadece Cinsellikle Yetinesiniz?
KEİ-26 - Evlilik Teklifine "Evet" Dedikten Sonra Ne Yapmanız Gerekliyor
KEİ-27 - Elmayı Isırmak: Aşk Konusunda Akıllanan Kadınlar
KEİ-28 - Bir Kadının 40 Yaşına Gelmeden Önce Verebileceği En Akıllıca On Karar

(V) CİNSEL EĞİTİM DİZİSİ (CED)

CED-01 - Cinsellik Hakkında Konuşmadıklarınız

CED-02 - Cinsel Hayatınıza Renk Katacak Yöntemler

(VI) ANABABA VE ÇOCUK EĞİTİMİ DİZİSİ (ÇOE)

ÇOE-01 - Çocuğunuzla İşbirliği Yapabilme: Çocuğunuzla Bağınp Çağırmadan, Azarlamadan, Yalvarmadan Nasıl İşbirliği İçinde Olabilirsiniz

ÇOE-02 - Ergenlik Çağındaki Çocuğunuzun Anılmanın Yolları

ÇOE-03 - Altmış Dakikalığına Baba

ÇOE-04 - Kendine Güvenen Çocuk Yetiştirme: Çocukların Benlik Saygılarını Geliştirme ve Utangaçlıklarını Yenme Yolları

ÇOE-05 - Altı-On İki Yaşlar Arasındaki Çocuğunuzun Aklınızı Oynatmadan Nasıl Terbiye Edersiniz?

ÇOE-06 - Tek Çocuk Sendromu: Tek Çocuk Olmakla Başa çıkmanın Yolları

ÇOE-07 - Boşanma ve Çocuğunuz: Çocuğunuzun Boşanmanızla Başetmesine Nasıl Yardımcı Olursunuz?

ÇOE-08 - Bağınp Çağırmadan ya da Dövmeden Çocuk Terbiyesi: Sık Karşılaşılan Okul Öncesi Davranış Sorunlarına Pratik Çözümler

ÇOE-09 - Her Anababanın Bilmesi Gereken On Şey

ÇOE-10 - "Kimse Beni Sevmiyor" (Çocuğunuzun Arkadaş Edinmesine Nasıl Yardımcı Olabilirsiniz?)

ÇOE-11 - "Ödevimi Köpekler Kaptı" (Çocuğunuzun Ödev Sorunlarıyla Başa çıkmanın Yolları)

ÇOE-12 - Çocuğunuzla Uzlaşabilme: Çocukların Asi ve Saldırgan Davranışlarını Durdurmak İçin Kapsamlı Bir Yöntem

ÇOE-13 - "Anne Yemin Ederim Ben Yapmadım" (Çocuğunuzun Dürüstlüğü Sağmayan Davranışlarıyla Başa çıkmanın Yolları)

ÇOE-14 - "Anne Şuna Bak, Bana Vuruyor!" (Çocuğunuzun Kardeşiyle Rekabet Etmesiyle Başa çıkmanın Yolları)

ÇOE-15 - Anababaların En Çok Sorduğu Soruların Cevapları

ÇOE-16 - Etkili Anababalık

ÇOE-25 - 13-19 Yaşlar Arasındaki Gençler: Ergenlik Çağındaki Çocuklarını Anlamaları İçin Anababalara Bir Kılavuz

ÇOE-26 - Çocuklarınıza Güzel Değerler Kazanmayı Öğretme

ÇOE-27 - Çocuğunuza Sınır Koyma

ÇOE-28 - Bir Aile Olmanın Güzel Yolları

ÇOE-29 - Bir Çocuğu Sevmenin Güzel Yolları

- ÇOE-30 - Bir Ergeni Sevmenin Güzel Yolları
- ÇOE-31 - Minik Canavarın İlk Altı Haftası
- ÇOE-32 - Minik Canavar: Güzel Davranışlar Kılavuzu
- ÇOE-33 - Minik Canavar: Doğru Beslenme Kılavuzu
- ÇOE-34 - Minik Canavar: Doğru Uyku Alışkanlıkları
- ÇOE-35 - Anababalann Yapması ve Yapmaması Gerekenler
- ÇOE-36 - Çocuklarınıza Verdiğimiz Gizli Mesajlar
- ÇOE-37 - İyi Anababalann Yapmaması Gereken 7 Şey
- ÇOE-38 - İyi Gençlerin Yaptığı En Akıllıca 7 Şey
- ÇOE-39 - Mutlu ve Kendi Ayaklarının Üzerinde Duran Çocuklar Yetiştirmenin On İki Kuralı
- ÇOE-40 - Mükemmel Anababalık Sanatı
- ÇOE-41 - Dikkat Eksikliği Hiperaktivite Bozukluğu Elkitabı
- ÇOE-42 - Hoşgeldin Bebek
- ÇOE-43 - Oyun Çocuğu
- ÇOE-44 - Dikkat Eksikliği Hiperaktivite Bozukluğu
- ÇOE-45 - Çocuk ve Gençlik Ruh Sağlığı
- ÇOE-46 - Çocuğunuzla Tartışmadan İletişim Kurun
- ÇOE-47 - Sağlıklı Çocuk Yetiştirme Kılavuzu

HYB Yayınları, Hekimler Yayın Birliği'nin, psikiyatristler, çocuk psikiyatristleri, psikologlar, pediatristler ve Öğretim Üyesi hekimler, çocuk eğitimi uzmanları, sosyologlar ve halkla ilişkiler uzmanlarından oluşan bilimsel yayın kurulu tarafından seçilmekte ve gözden geçirilmektedir.

KİTAP SİPARİŞİ

İstediğiniz kitapları büyük kitabevelerinde bulabilir ya da kredi kartınızla sipariş edebilirsiniz. Listede yer alan kitapların fiyatlarını yayınevi merkezimize telefon ederek öğrenebilirsiniz. Ödemeli gönderme uygulamamız yoktur.

Kredi kartı ile kitap siparişi: Almak istediğiniz kitapların kodlarını, kredi kartınızla ilgili diğer bilgilerle birlikte aşağıdaki forma doldurup adresimize göndermenizle birlikte siparişiniz işleme konacak ve kitaplar en kısa süre içinde adresinize gönderilecektir. Kitap siparişlerinizi faksla ya da mektupla bize bildirebilirsiniz.

*HYB Basım Yayın
Bilkent Plaza A3 Blok 24
Bilkent, 06800 Ankara
Tel. (312) 394 28 76
Faks: (312) 394 28 77*

Kitap Sipariş Formu

Aşağıda adlarını yazdığım kitapları lütfen adresime gönderiniz.

1- _____ 2- _____ 3- _____
4- _____ 5- _____ 6- _____

Adı Soyadı :
Adresi :
Tel : (0)
:

- ☐ HYB Basım Yayın Ltd. Şti. Türkiye İş Bankası Bilkent - Ankara Şubesi 4276-219058 no.lu hesaba yatırdım. Dekontun fotokopisi ektedir.
☐ HYB Basım Yayın Ltd. Şti. 5323358 no.lu posta çeki hesabına yatırdım. Fotokopisi ektedir.
☐ Kredi kartı hesabına borç kaydediniz.
☐ VISA ☐ MASTERCARD/EUROCARD

Kart Sahibinin Adı Soyadı

Kredi Kart No.

□ □ □ □

□ □ □ □

□ □ □ □

□ □ □ □

□ □ □ □

□ □ □ □

□ □ □ □

□ □ □ □

□ □ □ □

□ □ □ □

Son Kullanma Tarihi

□ □

□ □

□ □

İmza

Tarih :/...../.....

Bu formu [312] 394 28 77 no.lu faksa da gönderebilirsiniz.

KİTAPLIĞINIZDAKİ PSİKOTERAPİST

HYB Yayıncılık, psikoloji, kendini geliştirme, yönetim danışmanlığı, esin kaynakları, kadın-erkek ve ilişkiler, cinsel yaşam, çocuk eğitimi, çocukların-gençlerin kendilerini geliştirmesi, yaşamın gülüyüzü ve sağlık konularında kitaplar yayımlamaktadır.

HYB Yayınları, Hekimler Yayın Birliği'nin, psikiyatristler, çocuk psikiyatristleri, psikologlar, pediatristler ve Öğretim Üyesi bekimler, çocuk eğitimi uzmanları, sosyologlar ve balkla ilişkiler uzmanlarından oluşan bilimsel yayın kurulu tarafından seçilmekte ve gözden geçirilmektedir.

Amacımız, insanların gerek kendileri hakkında ne bissettikleriyle ilgili olarak, gerekse başkalarıyla olan ilişkileri çerçevesinde yaşamlarında olumlu değişikliklere yol açacak nitelikli kitaplar yayımlamaktır.

Okuyucularımız bizim en önemli bilgi kaynağımızdır ve onların görüşlerine, öneri ve eleştirilerine çok değer veriyoruz. Okuyucularımızdan aldığımız geri bildirime göre yeni kitaplar yayımlamayı sürdüreceğiz. -

Bize görüşlerinizi iletmek istiyorsanız lütfen bize yazınız ya da kitap kataloğumuzu edinmek istiyorsanız ve yeni çıkan kitaplarımızı önce siz öğrenmek istiyorsanız adres listemizde yer almak için yazışma adresinizi lütfen bize bildiriniz.



HYB Basım Yayın
Bilkent Plaza A3 Blok 24
Bilkent, 06800 Ankara
Tel. (312) 266 55 66
Faks. (312) 266 55 77

KİTAPLIĞINIZDAKİ YÖNETİM DANIŞMANI

Üzerinize üzerinize gelen alkollü bir sürücü (*antisosyal*), her şeyin tam kendisinin istediği gibi yapılmasını isteyen, katı ve inatçı amiriniz (*obsesif-kompulsif*), verdiğiniz işi hemen yaparım deyip sürüncemede bırakan memurunuz (*pasif agresif*), karısının kendisini aldattığından sürekli kuşkulanan bir koca (*paranoid*), önüne gelenle kırıstıran ve açık-saçık giyinen bir eş (*histrionik*), odasından hiç çıkmayan, kimseyle görüşmeyen, yaşamında bilgisayarından başka bir şey olmayan (*şizoid*) ya da aşırı uçlarda gezinen, acayip giysiler giymeyi seçen (*şizotipal*) çocuklarınız, tek amaçları koltuklarını korumak olan ve toplumun gereksinmelerini hiçe sayan, “kendine aşık” politikacılar (*narsisistik*), bir gün sizi göklere çıkaran, diğer bir gün yerin dibine sokmaya çalışan, ne yapmak istediğini kendisi de bilmeyen, sürekli duygusal gel-git’ler yaşayan, durduk yere öfkelenen iş ortağınız (*sınırda*)... Kim bunlar? Bu kişilerle her gün iç içe yaşıyoruz ve bu kişilerle uyum sağlamakta zorlanıyoruz. Sorumluyu dışarıda aramak kolay, belki de biz bu gibi özellikleri kendimiz taşıyoruz. İşte toplumun yaklaşık % 10’una konan bir tanı olan kişilik bozuklukları bizi böylesine yakından ilgilendiriyor.

Bu kitapta, psikiyatrinin uluslararası kabul gören sınıflandırma dizgelerine göre sınıflandırılan kişilik bozuklukları tek tek ele alınmış, anlatılmış ve tanı koydurucu özellikleri sıralanmıştır.

Tiyatro sanatçısı Sinan Bayraktar’ın tek kişilik oyunlarıyla örneklendirdiği, sahneye koyduğu tiyatro gösterilerinin DVD’si de kitaba eşlik etmektedir.



Hekimler Yayın Birliği
İvedik Organize Sanayi Bölgesi
Hasemek Sanayi Sitesi
1122. Cadde, 1469 Sokak No: 9
İvedik, 06370 Ankara
Tel : (312) 394 28 76
Faks : (312) 394 28 77
e-mail : info@hyb.com.tr
online satış: www.e-hyb.com