

T.C.
İSTANBUL AYDIN ÜNİVERSİTESİ
LİSANSÜSTÜ EĞİTİM ENSTİTÜSÜ



DİKKAT EKSİKLİĞİ VE HİPERAKTİVİTE BOZUKLUĞU
TANISI ALMIŞ BİREYLERDE SAHTE BENLİK YAPISININ
İNCELENMESİ: FENOMENOLOJİK BİR ANALİZ

YÜKSEK LİSANS TEZİ

Enise Hazal UYSAL

Psikoloji Ana Bilim Dalı
Klinik Psikoloji Programı

NİSAN, 2025

T.C.
İSTANBUL AYDIN ÜNİVERSİTESİ
LİSANSÜSTÜ EĞİTİM ENSTİTÜSÜ



DİKKAT EKSİKLİĞİ VE HİPERAKTİVİTE BOZUKLUĞU
TANISI ALMIŞ BİREYLERDE SAHTE BENLİK YAPISININ
İNCELENMESİ: FENOMENOLOJİK BİR ANALİZ

YÜKSEK LİSANS TEZİ

Enise Hazal UYSAL
(Y2212.480068)

Psikoloji Ana Bilim Dalı
Klinik Psikoloji Programı

Tez Danışmanı: Dr. Öğr. Üyesi Engin EKER

NİSAN, 2025

TEZ SINAV TUTANAĞI

İstanbul Aydın Üniversitesi Lisansüstü Eğitim Enstitüsü Yönetim Kurulu'nun 17/04/2025 tarih ve sayılı toplantısında oluşturulan jüri üyeleri önünde, 17/04/2025 tarihinde tez savunma sınavı yapılan Enise Hazal UYSAL'ın tezi oybirliği ile kabul kararı verilmiştir.

JÜRİ

1. Üye (Tez Danışmanı) : Dr. Öğr. Üyesi Engin EKER
2. Üye : Doç. Dr. Şahide Güliz KOLBURAN
3. Üye : Dr. Öğr. Üyesi Haydeh FARAJİ

ONAY

İstanbul Aydın Üniversitesi Lisansüstü Eğitim Enstitüsü Yönetim Kurulu'nun 17/04/2025 tarih ve sayılı kararı

(*) Oybirliği/Oyçokluğu hâli yazı ile yazılacaktır.

(**) Kabul kararı hâli yazı ile yazılacaktır.

ONUR SÖZÜ

Yüksek Lisans Tezi olarak sunduğum “Dikkat Eksikliği ve Hiperaktivite Bozukluğu Tanısı Almış Bireylerde Sahte Benlik Yapısının İncelenmesi: Fenomenolojik Bir Analiz” adlı çalışmanın, tezin proje safhasından sonuçlanmasına kadarki bütün süreçlerde bilimsel ahlak ve geleneklere aykırı düşecek bir yardıma başvurulmaksızın yazıldığını ve yararlandığım eserlerin Kaynakça’da gösterilenlerden oluştuğunu, bunlara atıf yapılarak yararlanılmış olduğunu belirtir ve onurumla beyan ederim. (28/02/2025)

Enise Hazal UYSAL

ÖNSÖZ

Yüksek lisans eğitimim süresince şu anki ve ilerideki mesleki hayatıma dair bana bir vizyon sunan ve tez sürecimde tüm ilgisi ve desteği ile birlikte bu süreci sağlıklı bir şekilde sürdürmemi sağlayan, yol gösteren ve tüm zorlu patikalarda bu zorlukların üzerinden gelmem için bana yardımcı olan değerli ve saygın yüksek lisans hocam ve tez danışmanım Dr. Öğr. Üyesi Engin EKER'e,

Yüksek lisans eğitim hayatımın bana kattığı en değerli kişilerden olan, bu yoldaki zorlu süreçlerimde inancıyla beni destekleyen ve yol arkadaşlığı yapan sevgili arkadaşım İrem ÖLMEZ'e,

Hayatım boyunca her an yanımda olan desteğini hiç esirgemeyen, bana olan inancını hep taze tutan, erdemi ve ahlaklı olmayı, her şeyden önce bilimi ve eğitimi temel almayı ve hayata dair sahip olduğum tüm değerleri bana öğreten sevgili ve değerli babam Nizamettin UYSAL'a, iyilik dolu kalbi ile beni ısıtan ve şefkatle saran sevgili annem Filiz UYSAL'a, her koşulda yanımda olduğunu bildiğim, aksilikler olduğunda sırtımı sıvazlayan ve yapabileceğime her zaman emin olan en büyük destekçim sevgili ablam Buket UYSAL'a tüm desteklerinden ve her anımda yanımda olmalarından dolayı çok teşekkür ediyorum.

Mart, 2025

Enise Hazal UYSAL



DİKKAT EKSİKLİĞİ VE HİPERAKTİVİTE BOZUKLUĞU TANISI ALMIŞ BİREYLERDE SAHTE BENLİK YAPISININ İNCELENMESİ: FENOMENOLOJİK BİR ANALİZ

ÖZET

Dikkat Eksikliği ve Hiperaktivite Bozukluğu günümüzde en sık tanılanan psikolojik bozukluklardan bir tanesidir. Erken dönem çocukluk çağında kendisini göstermeye başlayan bu bozukluk çocuğun ilk dönem deneyimlerine sirayet ederek çocuğun benlik gelişiminde kendini tanımlaması adına önemli bir yapı taşı olmaktadır. Benliği tanımlarken çocukluk çağı döneminde başlayıp yetişkinlik döneminde de süreğenliğini koruduğu bulgulanmış olan Dikkat Eksikliği ve Hiperaktivite Bozukluğu tanısına sahip olan bireylerin benlik gelişim süreçlerinde nasıl bir ilişkiye sahip olduğunu anlamak bu çalışmanın ana amacını oluşturmaktadır. Psikodinamik kuramsal çerçeve içerisinde Dikkat Eksikliği ve Hiperaktivite Bozukluğu tanısı almış bireylerin erken dönem gelişim evrelerinden başlayarak bakım verenleri ile kurduğu ilişki biçimi ve bunun sonucunda gelişen benlik yapısının DEHB sebebiyle var olan özellikleri bakımından cinsiyetler arası benzerlikler ve farklılıkları inceleyerek, cinsiyetin ve Dikkat Eksikliği ve Hiperaktivite Bozukluğuna ait özelliklerin sahte benlik inşası ve benlik yapısı üzerindeki etkilerini fenomenolojik bir şekilde açıklamıştır. Yapılan bu çalışmada, DEHB tanısı almış katılımcıların görüşleri betimsel analiz yöntemi ile birlikte analiz edilmiştir. Katılımcılar, 18 yaş ve 30 yaş aralığında Dikkat Eksikliği ve Hiperaktivite Bozukluğu tanısı almış yetişkin bireylerden seçilmiştir. DEHB'e ek olarak herhangi bir psikiyatrik tanı almamış olmaları, belirgin bir travmatik deneyime sahip olmadıklarını belirtmeleri ve erken dönem çocukluk süresi içinde anne ve babanın sağ ve birlikte olması koşulu ile katılımcılar seçilmiştir. Katılımcılar 5 erkek, 5 kadın bireyden oluşmaktadır. Verilerin toplanılması amacıyla katılımcılarla yarı yapılandırılmış görüşmeler yüz yüze olacak biçimde yapılmıştır, onay alınarak görüşmeler ses kaydına alınmıştır. Bulguların elde edilmesi için MAXQDA yazılımı kullanılmıştır. Elde edilen bulgulara göre tanı almış kadın ve erkek bireylerin benlik yapılanmalarının

uyumlanmak ve sınırlar kısmında farklılaştığı bulgulanmıştır. Dikkat Eksikliği ve Hiperaktivite Bozukluğu özelliklerinin kadın bireylerde erkek bireylere göre bakım verenler tarafından koşulsuz kabul edilmesinin daha zor olduğu ve kadın bireylerin erkeklere oranla tanı sebebiyetli özelliklerini daha çok saklama eğiliminde oldukları bulgulanmıştır. Yetersizlik ve başarısızlık hissi her iki cinsiyetteki DEHB tanılı bireylerde hissiyat olarak öne çıkmaktadır. Katılımcılarla yapılan bireylerin kendi deneyimlerinden elde edilen bu görüşler neticesinde oluşturulan bu karıştırma ve anlamlandırma çalışması, sahip olunan Dikkat Eksikliği ve Hiperaktivite Bozukluğu özellikleri, bakım verenlerle kurulan ilişki ve benlik kavramları ile araştırılarak psikoloji literatürüne bir bakış açısı kazandırmayı amaçlamaktadır.

Anahtar Kelimeler: Dikkat Eksikliği ve Hiperaktivite Bozukluğu, Benlik, Bakım Verenlerle Kurulan İlişki, Sahte Benlik, Nesne İlişkileri Kuramı

**AN EXAMINATION OF THE FALSE SELF STRUCTURE IN
INDIVIDUALS DIAGNOSED WITH ATTENTION DEFICIT
HYPERACTIVITY DISORDER: A PHENOMENOLOGICAL ANALYSIS**

ABSTRACT

Attention Deficit Hyperactivity Disorder (ADHD) is among the most frequently diagnosed psychological disorders in contemporary clinical practice. Emerging in early childhood, this disorder significantly influences an individual's initial developmental experiences, playing a crucial role in the formation of self-concept and identity. Given that Attention Deficit Hyperactivity Disorder has been found to persist into adulthood, this study aims to examine its impact on self-development processes. Adopting a psychodynamic theoretical framework, the research investigates the relationship dynamics established between individuals diagnosed with Attention Deficit Hyperactivity Disorder and their primary caregivers during early developmental stages, analyzing the implications of these interactions on the false self-structure. Furthermore, the study examines gender-based similarities and differences, offering a phenomenological interpretation of the effects of both gender and Attention Deficit Hyperactivity Disorder related traits on the construction of a false self, and overall self-development. Employing a qualitative research design, this study utilizes a descriptive analysis approach to examine the subjective experiences of individuals diagnosed with Attention Deficit Hyperactivity Disorder. Participants were selected from a population of adults aged eighteen and above with an Attention Deficit Hyperactivity Disorder diagnosis, meeting additional criteria that excluded individuals with other psychiatric diagnoses or significant traumatic experiences. Moreover, to ensure developmental consistency, only individuals who had both parents alive and cohabiting during early childhood were included. The sample consists of five male and five female participants. Data collection was conducted through in-depth, face-to-face, semi-structured interviews, which were audio recorded with the participants informed consent. Qualitative data analysis was performed using MAXQDA software.

Findings reveal that the self-structures of male and female individuals with Attention Deficit Hyperactivity Disorder diverge in terms of adaptation and boundary formation. Specifically, caregivers exhibited greater difficulty in unconditionally accepting Attention Deficit Hyperactivity Disorder related traits in female individuals compared to their male counterparts. Consequently, female participants demonstrated a stronger inclination to conceal Attention Deficit Hyperactivity Disorder related characteristics. Furthermore, feelings of inadequacy and failure emerged as prominent affective experiences in both genders. Grounded in an interpretative and meaning-making approach, this study seeks to contribute the psychological literature by offering novel insights into the interplay between Attention Deficit Hyperactivity Disorder traits, caregiver relationships, and self-concept development.

Keywords: Attention Deficit Hyperactivity Disorder, Self, Caregiver Relationships, False Self, Object Relations Theory

İÇİNDEKİLER

ONUR SÖZÜ	i
ÖNSÖZ.....	iii
ÖZET.....	v
ABSTRACT	vii
İÇİNDEKİLER	ix
ŞEKİLLER LİSTESİ.....	xv
ÇİZELGELER LİSTESİ.....	xix
I. GİRİŞ	1
A. Problem Durumu	1
B. Araştırmanın Amacı	8
C. Araştırmanın Önemi	9
D. Araştırmanın Sınırlılıkları.....	10
E. Araştırmanın Varsayımları	11
II. LİTERATÜR İNCELEMESİ	13
A. Dikkat Eksikliği ve Hiperaktivite Bozukluğu	13
1. Dikkat Eksikliği ve Hiperaktivite Bozukluğu Tanımı	13
2. Dikkat Eksikliği ve Hiperaktivite Bozukluğu Tarihçesi.....	13
3. Dikkat Eksikliği ve Hiperaktivite Bozukluğu Tanı Kriterleri ve Klinik Görünümü	15
a. DEHB alt tipleri.....	17
b. DEHB için DSM-5 tanı kriterleri	18
4. Yetişkin Bireylerde Dikkat Eksikliği ve Hiperaktivite Bozukluğu	20
5. Epidemiyoloji.....	21

a. Cinsiyet farklılığı	22
6. Etiyoloji.....	23
a. Genetik faktörler	24
b. Psikososyal ve çevresel faktörler	25
c. Prenatal ve perinatal sebepler	27
d. Nörolojik faktörler	27
e. Beyin görüntüleme çalışmaları	28
f. Gen ve çevre ilişkisi.....	29
7. DEHB ile Komordibite Tanılar.....	29
8. Ayırıcı Tanı	31
9. Tedavi Süreci	32
a. Farmakolojik yaklaşımlar	32
b. Psikososyal tedaviler	33
c. Non-farmakolojik tedaviler	34
10. Psikanalitik Teoriler Üzerinden DEHB.....	35
B. Psikodinamik Teoriler.....	41
1. Psikodinamik Teorilerin Tarihi ve Kuramsal Bakış Açıları	41
a. Klasik psikanaliz.....	43
b. Psikodinamik teoriler.....	45
c. Nesne ilişkileri kuramları	48
d. Kendilik psikolojisi kuramı	59
e. Psikodinamik teoriler ve cinsiyet.....	63
C. Benlik.....	69
1. Benlik Kavramı ve Gelişimi	69
2. Benlik Tanımları	70
3. Sahte Benlik Kavramı	74

4. Kendilik Kavramı.....	78
III. ANALİZ.....	79
A. Araştırmanın Modeli.....	79
1. Fenomenolojik Araştırma ve Uygulama.....	79
2. Fenomenolojik Araştırmanın Temeli ve Tanımı.....	80
3. Tanımlayıcı (Aşkın) Fenomenoloji.....	82
4. Fenomonolojik Desenin Özellikleri.....	83
B. Veri Toplama Araçları.....	86
1. Kişisel Bilgi Formu.....	86
2. Yarı Yapılandırılmış Görüşme Soruları.....	87
C. Çalışma Grubu.....	87
D. Verilerin Analizi.....	88
1. Verileri Tanımlama ve İlişkili Ögeleri Saptama.....	88
2. Başlangıç Kodlarını Hazırlama.....	88
3. Temaların Belirlenip Araştırılması.....	89
4. Potansiyel Temaları İnceleme.....	89
5. Temaları Tanılandırma ve İsimlendirip Gruplandırma.....	89
6. Temaların Bir Rapor Halinde Getirilmesi.....	89
E. Ses Kayıtlarının Deşifre Edilmesi ve Veri Güvenliğinin Sağlanması.....	90
IV. BULGULAR.....	91
A. Katılımcıların Demografik Özellikleri.....	91
B. Araştırmanın Kodlama Süreci.....	92
1. Dikkat Eksikliği ve Hiperaktiviteli Olmak ile İlgili Kod Dağılımı.....	92
a. DEHB hakkındaki düşünceler ve DEHB'yi tanıtmak kod alt kod dağılımı..	93
b. DEHB tanısı almanın etkileri kod alt kod dağılımı.....	93

c. DEHB sebebiyle sahip olduğu özellikler kod alt kod dağılımı	94
d. DEHB’li olmanın hissettirdiği duygular kod alt kod dağılımı	95
e. DEHB’nin hayatına etkileri kod alt kod dağılımı	95
f. DEHB özelliklerinin bakım verenleriyle olan ilişkiye etkisi kod alt kod dağılımı.....	95
g. DEHB özelliklerinin diğer ilişkilerine etkisi kod alt kod dağılımı.....	96
h. DEHB kaynaklı gizlediği durum ve özellikler kod alt kod dağılımı	97
i. DEHB kaynaklı durum ve özellikleri gizleme nedenleri kod alt kod dağılımı.....	97
2. Bakım Verenlerle Kurulan İlişki Kod Dağılımı.....	98
a. Büyüme döneminde bakım verenlerin yaklaşımı kod alt kodu dağılımı ...	98
b. Bakım verenlerin yaklaşımlarının yansıması kod alt kod dağılımı	100
c. Bakım verenlerin çocuklukta sunduğu ev ortamı kod alt kod dağılımı ...	101
d. Bakım veren onayı kod alt kod dağılımı.....	103
3. Benlik Kodu Dağılımı	106
a. Benliğin ifade ettiği anlam kod alt kod dağılımı	106
b. Benlik gelişimi kod alt kod dağılımı	106
c. İdeal benlik kod dağılımı	111
C. Temalar	113
1. DEHB’li olmak ile ilgili tanımları	114
a. DEHB hakkındaki düşünceler/ DEHB’yi tanıtmak ile ilgili görüşleri	114
b. DEHB tanısı almanın etkisi ile ilgili görüşler.....	115
c. DEHB sebepli sahip olunan özellikler ile ilgili görüşler	117
d. DEHB’li olmanın hissettirdiği duygular ile ilgili görüşler	120
e. DEHB’nin hayatına olan etkisi ile ilgili görüşler	122
f. DEHB özelliklerinin bakım verenleriyle ilişkisine etkisi ile ilgili görüşler ..	123

g. DEHB özelliklerinin diğer ilişkilerine etkisi ile ilgili görüşler	126
h. DEHB kaynaklı gizlediği durum ve özellikler ile ilgili görüşler.....	127
i. DEHB kaynaklı durum ve özellikleri gizleme nedenleri ile ilgili görüşler...	131
2. Bakım Verenler ile Kurulan İlişki ile İlgili Görüşler.....	132
a. Büyüme döneminde bakım verenlerin yaklaşımı ile ilgili görüşler	133
b. Bakım verenlerin yaklaşımının yansıması ile ilgili görüşler	139
c. Bakım verenlerin çocuklukta sunduğu ev ortamı ile ilgili görüşler	142
d. Bakım veren onayı ile ilgili görüşler	148
3. Benlik ile İlgili Görüşler	156
a. Benliğin ifade ettiği anlam ile ilgili görüşler.....	156
b. Benlik gelişimini tamamlama ile ilgili görüşler	158
c. DEHB kaynaklı özelliklerinin benlik gelişimine etkisi ile ilgili görüşler	161
d. Bakım verenlerin benlik gelişimine desteği ile ilgili görüşler.....	164
e. Bakım verenlerin kendisi olmasına izin vermesi durumu ile ilgili görüşler..	167
f. Bakım verenleri karşısında doğal halini ortaya koyabilme durumu ile ilgili görüşler.....	170
g. Bakım verenlerin memnuniyeti ile ilgili görüşler.....	172
h. İdeal benlik ile ilgili görüşler.....	175
V. TARTIŞMA, SONUÇ VE ÖNERİLER	183
A. Tartışma	183
B. Sonuç	202
C. Öneriler	205
VI. KAYNAKÇA	207
EKLER.....	247
ÖZGEÇMİŞ.....	259



ŞEKİLLER LİSTESİ

Şekil 1	Katılımcıların DEHB ile İlgili Görüşlerinin Dağılımı Kod Alt Kod Modeli.....	93
Şekil 2	Katılımcıların DEHB Tanısı Almanın Etkilerine İlişkin Görüşlerinin Dağılımı Kod Alt Kod Modeli.....	94
Şekil 3	Katılımcıların DEHB Sebebiyle Sahip Oldukları Özelliklere İlişkin Görüşlerinin Dağılımı Kod Alt Kod Modeli	95
Şekil 4	Katılımcıların DEHB Özelliklerinin Bakım Verenleriyle İlişkisine Etkisi ile İlgili Görüşlerinin Dağılımı Kod Alt Kod Modeli.....	96
Şekil 5	Katılımcıların DEHB Kaynaklı Gizlediği Durum ve Özellikler ile İlgili Görüşlerinin Dağılımı Kod Alt Kod Modeli	97
Şekil 6	Katılımcıların DEHB Kaynaklı Durum ve Özellikleri Gizleme Nedenleri ile İlgili Görüşlerinin Dağılımı Kod Alt Kod Modeli.....	98
Şekil 7	Katılımcıların Büyüme Döneminde Anne Yaklaşımı ile İlgili Görüşlerinin Dağılımı Kod Alt Kod Modeli.....	99
Şekil 8	Katılımcıların Büyüme Döneminde Baba Yaklaşımı ile İlgili Görüşlerinin Dağılımı Kod Alt Kod Modeli.....	100
Şekil 9	Katılımcıların Bakım Verenlerinin Yaklaşımının Yansıması ile İlgili Görüşlerinin Dağılımı Kod Alt Kod Modeli	101
Şekil 10	Katılımcıların Bakım Verenlerin Çocuklukta Sunduğu Ev Ortamı ile İlgili Olarak Tutarlı ve Güvenilir Ev Ortamı İhtiyacının Karşılanması ile ilgili Görüşlerinin Dağılımı Kod Alt Kod Modeli	102
Şekil 11	Katılımcıların Bakım Verenler Tarafından Koşulsuz Onaylanma Durumu ile İlgili Görüşlerinin Dağılımı Kod Alt Kod Modeli.....	104
Şekil 12	Katılımcıların DEHB Kaynaklı Özelliklerinin Koşulsuz Onaylanma Durumu ile İlgili Görüşlerinin Dağılımı Kod Alt Kod Modeli	105

Şekil 13	Katılımcıların Onaylanmaya İlişkin Hisleri ile İlgili Görüşlerinin Dağılımını Kod Alt Kod Modeli.....	105
Şekil 14	Katılımcıların Benliğin İfade Ettiği Anlam ile İlgili Görüşlerinin Dağılımı Kod Alt Kod Modeli.....	106
Şekil 15	Katılımcıların Benlik Gelişimini Tamamlama Durumu ile İlgili Görüşlerinin Dağılımı Kod Alt Kod Modeli	107
Şekil 16	Katılımcıların DEHB Kaynaklı Özelliklerin Benlik Gelişimine Etkisi ile İlgili Görüşlerinin Dağılımı Kod Alt Kod Modeli.....	108
Şekil 17	Katılımcıların Bakım Verenlerin Benlik Gelişimindeki Desteği ile İlgili Görüşlerinin Dağılımı Kod Alt Kod Modeli	109
Şekil 18	Katılımcıların Bakım Verenlerin Kendi Olmasına İzin Verme Durumu ile İlgili Görüşlerinin Dağılımı Kod Alt Kod Modeli.....	110
Şekil 19	Katılımcıların Bakım Verenler Karşısında Doğal Halini Ortaya Koyabilme Durumu ile İlgili Görüşlerinin Dağılımı Kod Alt Kod Modeli	110
Şekil 20	Katılımcıların Bakım Verenlerin Memnuniyeti ile İlgili Görüşlerinin Dağılımı Kod Alt Kod Modeli.....	111
Şekil 21	Katılımcıların Benliğinden Memnuniyetleri ile İlgili Görüşlerinin Dağılımı Kod Alt Kod Modeli	112
Şekil 22	Katılımcıların İdeal Benliğe Ulaşmamış Olduğunu Düşünmeleri ile İlgili Görüşlerinin Dağılımı Kod Alt Kod Modeli	113
Şekil 23	Katılımcıların DEHB Tanısı Almanın Etkileri Görüşlerinin Dağılımı Sembol Büyüklüğü Kod Matris Çizelgesi	115
Şekil 24	Katılımcıların DEHB Tanısı Almanın Etkilerine Görüşlerinin Dağılımı Sembol Büyüklüğü Kod Matris Çizelgesi	117
Şekil 25	Katılımcıların DEHB Sebebiyle Sahip Olduğu Özellikler Görüşlerinin Dağılımı Sembol Büyüklüğü Kod Matris Çizelgesi	120
Şekil 26	Katılımcıların DEHB’li Olmanın Hissettirdiği Duygular Tanımlarının Dağılımı Sembol Büyüklüğü Kod Matris Çizelgesi	122
Şekil 27	Katılımcıların DEHB’nin Hayatına Etkileri Tanımları Dağılımı Sembol Büyüklüğü Kod Matris Çizelgesi	123

Şekil 28	Katılımcıların DEHB Özelliklerinin Bakım Verenleriyle İlişisine Etkisi Tanımlarının Dağılımı Sembol Büyüklüğü Kod Matris Çizelgesi.....	125
Şekil 29	Katılımcıların DEHB Özelliklerinin Diğer İlişkilerine Etkisi Tanımları Dağılımı Sembol Büyüklüğü Kod Matris Çizelgesi.....	127
Şekil 30	Katılımcıların DEHB Kaynaklı Gizlediği Durum ve Özellikler Tanımları Dağılımı Sembol Büyüklüğü ile Kod Matris Çizelgesi.....	130
Şekil 31	Katılımcıların DEHB Kaynaklı Durum ve Özellikleri Gizleme Nedenleri Tanımları Dağılımı Sembol Büyüklüğü Kod Matris Çizelgesi.....	132
Şekil 32	Katılımcıların Büyüme Döneminde Bakım Verenlerden Annenin Yaklaşımı Tanımları Dağılımı Sembol Büyüklüğü Kod Matris Çizelgesi.....	136
Şekil 33	Katılımcıların Büyüme Döneminde Bakım Verenlerinden Babanın Yaklaşımı Tanımları Dağılımı Sembol Büyüklüğü Kod Matris Çizelgesi.....	139
Şekil 34	Katılımcıların Bakım Verenlerinin Yaklaşımının Yansıması Tanımları Dağılımı Sembol Büyüklüğü Kod Matris Çizelgesi.....	141
Şekil 35	Katılımcıların Bakım Verenlerinin Çocuklukta Sunduğu Ev Ortamı Tanımları Dağılımı Sembol Büyüklüğü Kod Matris Çizelgesi.....	143
Şekil 36	Katılımcıların Ev Ortamının Hissettirdiği Duygular Tanımları Dağılımı Sembol Büyüklüğü ile Kod Matris Çizelgesi.....	144
Şekil 37	Katılımcıların Bakım Verenlerin Çocuklukta Sunduğu Ev Ortamı ile İlgili Olarak Tutarlı ve Güvenilir Ev Ortamı İhtiyacının Karşılanması ile İlgili Görüşlerinin Dağılımı Sembol Büyüklüğü Kod Matris Çizelgesi.....	146
Şekil 38	Katılımcıların Bakım Verenlerin Çocuklukta Sunduğu Ev Ortamı ile İlgili Olarak Ev Ortamının Yansımaları ile İlgili Görüşlerinin Dağılımı Sembol Büyüklüğü Kod Matris Çizelgesi	148
Şekil 39	Katılımcıların Bakım Verenler Tarafından Koşulsuz Onaylanmanın Anlamı ile İlgili Görüşlerinin Dağılımı Sembol Büyüklüğü Kod Matris Çizelgesi	149
Şekil 40	Katılımcıların Bakım Verenler Tarafından Koşulsuz Onaylanma Durumu ile İlgili Görüşlerinin Dağılımı Sembol Büyüklüğü Kod Matris Çizelgesi.....	152

Şekil 41	Katılımcıların Bakım Verenler Tarafından DEHB Kaynaklı Özelliklerinin Koşulsuz Onaylanma Durumu ile İlgili Görüşlerinin Dağılımı Sembol Büyüklüğü Kod Matris Çizelgesi	154
Şekil 42	Katılımcıların Onaylanmaya İlişkin Hisleri ile İlgili Görüşlerinin Dağılımı Sembol Büyüklüğü Kod Matris Çizelgesi	156
Şekil 43	Katılımcıların Benliğin İfade Ettiği Anlam ile İlgili Görüşlerinin Dağılımı Sembol Büyüklüğü Kod Matris Çizelgesi	158
Şekil 44	Katılımcıların Benlik Gelişimini Tamamlama Durumu ile İlgili Görüşlerinin Dağılımı Sembol Büyüklüğü Kod Matris Çizelgesi.....	161
Şekil 45	Katılımcıların DEHB Kaynaklı Özelliklerin Benlik Gelişimine Etkisi ile İlgili Görüşlerinin Dağılımını Sembol Büyüklüğü Kod Matris Çizelgesi	164
Şekil 46	Katılımcıların Bakım Verenlerin Benlik Gelişimindeki Desteği ile İlgili Dağılımı Sembol Büyüklüğü Gösterir Kod Matris Çizelgesi.....	167
Şekil 47	Katılımcıların Bakım Verenlerin Kendi Olmasına İzin Verme Durumu ile İlgili Tanımlarının Dağılımı Sembol Büyüklüğü Kod Matris Çizelgesi .	170
Şekil 48	Katılımcıların Bakım Verenler Karşısında Doğal Halini Ortaya Koyabilme Durumu ile İlgili Görüşlerinin Dağılımı Sembol Büyüklüğü Kod Matris Çizelgesi	172
Şekil 49	Katılımcıların Bakım Verenlerin Memnuniyeti ile İlgili Görüşlerinin Dağılımı Sembol Büyüklüğü Kod Matris Çizelgesi.....	175
Şekil 50	Katılımcıların Benliğinden Memnuniyetleri ile İlgili Görüşlerinin Dağılımı Sembol Büyüklüğü Kod Matris Çizelgesi	178
Şekil 51	Katılımcıların İdeal Benliğe Ulaşmamış Olduğunu Düşünmeleri ile İlgili Görüşlerinin Dağılımı Sembol Büyüklüğü Kod Matris Çizelgesi.....	181

ÇİZELGELER LİSTESİ

Çizelge 1	Katılımcılara Ait Demografik Özellikler	92
-----------	---	----





I. GİRİŞ

A. Problem Durumu

Dikkat Eksikliği Hiperaktivite Bozukluğu (DEHB), temel olarak dürtüsellik, aşırı hareketli olma ve impulsif davranışlar ile karakterize olmuş bir davranış bozukluğudur (American Psychiatric Association, 1994). Yapılan araştırmalar çocuklarda prevalansının %3 ile %9 arasında olduğunu göstermiştir (Larsson, 2004). Çocuklukta DEHB tanısı alan kişilerin üçte ikisinde DEHB'in yetişkinliğe geçiş yaptığı bildirilmiştir (Wender, 1995). Ayrıca yapılan diğer çalışmalarla DEHB tanısına sahip çocuklar için DEHB'in ilerleyen hayatlarında antisosyal kişilik örgütlenmesi, madde ve kumar bağımlılığı, yoğun özgüvensizlik ve içe çekilme, disosiyatif yaşantılar, majör depresyon ve diğer duygudurum bozuklukları gibi alanlarda yoğun bir risk faktörü oluşturduğu görülmüştür (Steinhausen vd., 2003).

DEHB üzerine yapılan araştırmalar ailesel ve ailesel olmayan tiplerin olduğunu bize göstermektedir. Ve DEHB'nin kalıtsallığının 0,8 oranında olduğu bulunmuştur yapılan moleküler genetik araştırmaların sonucunda (Larsson vd., 2004). Aynı zamanda Steinhausen ve arkadaşları (2003) yaptıkları araştırmalarda erken çocukluktan ergenlik dönemi bitimine kadar bulguların değişiminin genetik etmenler kadar bu dönemdeki çevresel etmenlerden de oldukça etkilendiğini göstermiştir. Çevresel risk etmenlerine baktığımızda anne-babanın ruhsal durumu, aile içi çatışmalar, dengeli olmayan kaotik bir aile yaşamı ve okul ortamı DEHB oluşumu açısından oldukça önemli risk etkenleri olarak karşımıza çıkmaktadır. Anne-baba ve çocuk arasında oluşan ilişki, gelecekte DEHB gelişimine sebep olabilir, girici ve aşırı uyarıcı anne- baba tutumu erken çocuklukta hiperaktiviteye ve distrakibilibiteyle ilişkili olabilmektedir. Doğumdan itibaren ilk üç senede anne-babalarında depresif semptomlar olan ve anne- babası tarafından psikolojik, fiziksel veya cinsel şiddete maruz kalan çocukların dört kat daha fazla DEHB tanısı aldıkları ortaya çıkmıştır (Gündoğdu vd., 2016). DEHB tanısı ile ilişkili olarak güvensiz çocuk anne bağlanması ile DEHB belirtilerinin şiddeti arasında

korelasyon olduğu öne sürölmüştür (Clarke vd., 2002). Bakım vereni ile güvensiz bağlanma ve DEHB'nin depresif belirtileri ilişkili bulunmuştur (Lopez Seco vd., 2016). Ayrıca Finzi-Dottan ve arkadaşları (2006), ebeveyn tutumlarının DEHB belirtilerinin ortaya çıkmasında bir faktör olduğunu göstermiştir.

DEHB'nin nörobiyolojisine baktığımız zaman yürütücü işlevlerin merkezi olan frontal lob işlevleri ile ilgili anormallikler görölmektedir. Frontal lob soyut düşünebilme, rasyonel düşünebilme, özdenetim, organizasyon, dikkat ve bütünleştirme ile ilgili zihinsel faaliyetleri yürötmektedir. DEHB tanısına sahip bireylerde bu yürütücü kontroller yetersiz bir şekilde işlemektedir (Doyle, 2006). DEHB aynı zamanda nörotransmitter seviyesinde serebral korteksin bilişsel işlevleri kontrol eden önemli alanlardaki dopamin ve noradrenalin düzeylerinin normal sınırdan düşüklüğü ve düzenli olmaması belirtilerine dikkat çekmektedir (Hechtman ve McGough, 2007).

DEHB prevanlanslarına bakıldığında zaman erkeklerde yaygınlığının kadınlara göre anlamlı bir biçimde fazla olduğu ön plana çıkmaktadır (Sciutto vd., 2004). Ve DEHB tanısını kadın cinsiyetine göre iki ya da üç kat daha fazla aldıkları görölmektedir. DEHB tanısının alt tiplerine göre Türkiye'deki yaygınlığı incelendiğinde, kız çocuklarında dikkat eksikliği alt tipinin, erkek çocuklarına göre daha fazla göröldüğü ortaya çıkmıştır. Dürtüsellik ve hiperaktivite alt tipleri ise erkek çocuklarda kız çocuklara oranla daha yüksek çıkmıştır (Biederman vd., 2002).

DEHB tanısı alan erkek çocukların daha çok akademik problemlerle karşılaştığı, DEHB tanısı alan kız çocuklarının ise daha çok sosyal ilişki oluşturmada problem yaşadıkları bulunmuştur (Kopp, 2010). Ayrıca DEHB ile yapılan bilimsel çalışmalarda DEHB'e karşı bir cinsiyet ön yargısı olduğu saptanmıştır (Ohan ve Visser, 2014).

Hayat boyu devam eden bir rahatsızlık olan DEHB semptomları gelişim süreçlerine göre kendine has birtakım izler taşımaktadır. Bireyin hayat kalitesi, kurduğu sosyal ilişkiler ve mesleki- akademik hayatına yönelik olarak oldukça olumsuz etkiler tedavi edilmediği sürece ömür boyu devam etmektedir ve bireyin yaşam doyumunu ve işlevselliğini belirgin oranda düşörmektedir (Öztürk, 2013).

Yetişkin bireylerde DEHB'nin yaygınlığına bakan Gentile ve Atiq (2006), %4-5 oranında bir teşhis varlığından söz etmişlerdir.

Psikoloji biliminde Sigmund Freud hastalıkların kökeninde fizyolojik sebepler değil psikolojik sebepler olduğunu gündeme getirerek büyük bir sükse yaratmıştır. Freud, psikanalitik yaklaşım ile birlikte sadece bilinçten oluşmadığımızı bilinçdışı adını verdiği farkında olmadığımız faktörlerinde normal veya anormal davranışlarımız üzerinde önemli bir etkisi olduğunu öne sürmüştür (Yazgan- İnanç ve Yerlikaya, 2011). Freud, psikanaliz ve psikodinamik terimlerini ayırmamış aynı çatı altında değerlendirmiştir.

Carr ve arkadaşları (2006), kendi çalışmalarında psikodinamik terimini neden kullandığını bu terimin psikanalizin tedavi yönüne odaklanması, psikodinamiğin ise davranışların dinamikleri üzerine daha fazla odaklanması olarak belirtmiştir. Psikodinamik ekole göre insan davranışının mutlaka ardında farklı bir nedeni var olmaktadır. Hiçbir duygu, düşünce ve davranış rastgele bir şekilde meydana gelmemektedir. Nedensellik ilkesi olarak bu durumu açıklamaktadır bu durumu Freud ve bu kavramla davranışların altında yatan olası motivasyonlardan söz etmeye başlamıştır (Ardalı ve Erten, 1999; Doğan, 2015; Levenson, 2018).

Psikanalizin ana önermesi olan determinizm- nedensellik her insanın davranışının dışarıda görünenden daha fazla anlamı olduğunu vurgulamaktadır. İnsanın zihninin işleme biçimi belirli yasalarla birlikte bir takım diğer işleyişlerle bağlantılıdır. İnsanın davranışının sonucuna bakarak bu davranışın nedenlerine de ulaşabilmek mümkündür (Ardalı ve Erten, 1999).

Psikanalitik yaklaşım zaman içerisinde farklı kuramcılarla birlikte farklı davranış nedenlerine doğru odaklanmışlardır bu yaklaşımlardan iki tanesi nesne ilişkilerine odaklanan yaklaşımlar ve kendilik psikolojisi yaklaşımlarıdır. Nesne ilişkileri yaklaşımları, çok fazla kuramcının katkısı ile oluşmuştur. Temel olarak insanın çevresi veya anlamlı öteki ile kurduğu ilişki ve etkileşimler sonucunda, içe yansıtma, içselleştirme, özdeşleşme ve ben-kimliğinin oluşmasına dair süreçleri ele almıştır (Myers, 2013). Nesne ilişkileri kuramları, kişilik patolojilerinin, gelişim süreci içerisinde çocuğun bakım veren önemli ötekileri ile olan ilişkilerindeki sağlıklı, işlevsiz etkileşimler sonucu oluştuğunu

belirtmektedir (Kohut, 1970). İlişki içerisindeki bu sağlıklı etkileşimler çocuğun içsel dünyasındaki yapıları etkilemekte ve bunun sonucunda ben zayıflıkları, benlik bölünmeleri, benlik parçalanmaları ve sahte benlik yapıları gelişmektedir (Jacobson, 1964).

Intrauter yani anne karnındaki dönemde anne ve bebek arasındaki ilk ilişki başlamaktadır. Bu ilişkinin niteliği, bebeğin ayrılma birleşme dönemini sağlıklı bir şekilde tamamlaması ve sağlıklı bir kimlik gelişimi için önemli bir yerdedir. Bu sebepten bebeğin temel bakım veren kişi ile olan deneyimleri sonucunda bebeğin zihinsel dünyası yapılanmaya başlamaktadır ve ilerideki süreçlerdeki kimliğinin parçası haline gelecek yapıları oluşturmaktadır (İlhan ve Çelik, 2013).

Psikodinamik bakış ile kimlik, bireyin iç dünyasında işleyen kendilik modelini ve kendisine dair geçmişini, şimdisini ve geleceğini, anımsanan, duyumsanan ve beklenen bir varoluş sürekliliği içerisinde bütünleştirmesini ifade etmektedir. Netleşmiş bir kimliğe sahip birey; gerçekçi bir beden imgesine, kendisine ilişkin öznel bir berraklığa, çevresi ve idealleri ile içsel bir dayanışma içerisinde (Akhtar, 1992). Aynı şekilde kimlik bütünlüğünü sağlayamamış bireylerin gerçekçi bir dünya algısı oluşturamadıkları anlamına gelmektedir. Çocuğun hem psikolojik hem biyolojik olarak ben ve öteki ayrımını zihinsel olarak yapabilmesi, bireysel kimliğin gelişimi için oldukça önemli bir dönüm noktasıdır (Mahler, 1968).

Nesne ilişkileri yaklaşımı bir diğer bireysel kimlik gelişiminin önemli dönemi olarak bütünleşme- integration dönemini ele almaktadırlar (Kernberg, 1980). Bütünleşmede iyi ve kötü kendilik ve nesne tasarımları bütünleştirilir ve bireysel kimlik oluşum sürecinde birey gerçekçi bir hayat perspektifine sahip olur. İyi- kötü kendilik ve iyi- kötü nesne tasarımlarının bütünleştirilmesi yaklaşık olarak bebeğin 36. ayında başlamaktadır ve bütünleştirme işlevi tamamlandığı zaman ‘nesne sürekliliği’ kazanılır. Artık bebek için iyi-kötü tüm halleri ile bir bütün içerisinde değerlendirilebilen tek bir nesne ve kendilik bulunmaktadır. Nesne sürekliliğinin kazanılması aynı zamanda bakım verenin nesne temsilinin zihinde tutulabileceği anlamına gelmektedir ve ayrılıklara karşı olan duyarlılığı belirgin bir şekilde azaltır (Mahler, 1974).

Bütünleştirmenin tamamlanamadığı durumda, zihindeki nesne ve kendilik temsilleri iyi ve kötü olarak bütünleştirilemez ve keskin sınırlarla birbirinden ayrı olarak konumlanır. Kimlik gelişimi bu etapta takılı kalan kişiler kendilik ve nesne temsillerini iyi ve kötü olarak oldukça keskin sınırlara bölerler. Bu nedenle de gerçekçi bir dünya algısı değil, kendi iç dünyalarının bölünmüş özellikleriyle birlikte dış dünyayı algılamaktadırlar (Thompson vd., 1994).

Klein, bakım veren- çocuk ilişkisine dair yaptığı araştırmalarla ‘ben’in oluşumda ötekinin varlığının mecbur olduğuna yönelik bulguları ‘nesne ilişkisi’ olarak tanımlanmaktadır (İlhan, 2023).

Nesne ilişkileri kuramının önemli kuramcılarından Winnicott, Klein’ın söylemlerini daha da derinleştirerek, bebeğin gelişim sürecinin bir olgunlaşma olduğunu ve bu gelişimin kalitesini belirleyen şeyin bakım verenin bebeğine olan tutumu olduğunu dile getirmiştir. Duygusal olarak destekleyici, rahatlatabilen ve elverişli olan bir “yeterince iyi anne”nin bebeğin sağlıklı bir gelişim süreci geçirebilmesi için oldukça kritik bir rol oynadığını ifade etmiştir. Başlangıç olarak yeterince iyi anne figürü kendini bebeğine geçici bir süre vermektedir, narsistik endişeleri bulunmamaktadır ve bebeğinin sağlıklı gelişimi için temel ihtiyaçlarını karşılayabilmektedir. Bu şekilde bebek öznel bir tümgüçlülük hissini yaşayabilmektedir (Tathan, 2014).

İlk dönemlerde bebeğin ne zaman bir ihtiyacı olduğunda bakım verenin orada olabilmesi önemlidir. Bir müddet sonra, bebeğin bakım verene ihtiyaç duymadığı zamanda bakım verenin bebekten uzaklaşabilmesi aynı derecede önem teşkil etmektedir (Mitchell ve Black, 2012; Winnicott, 1965).

Öznel tümgüçlülük ifadesi, bebeğin ihtiyaç duyduğu nesneyi yaratabildiğini ve bu nesneyi kontrol edebildiğini düşündüğü bir alandır. Bunun sonrasında gelişen nesnel gerçeklikte ise bebek arzu edilen nesneyi aslında kendisinin yaratmadığını kendisi dışında kontrol edemediği bir dış dünya olduğunu fark etmektedir (Winnicott, 1965).

Bebek kendi “gerçek benliğini” bakım verenin sağlıklı ve kendisini adanmış pozisyonu ile birlikte gerçekleştirebilmektedir. Bu pozisyon, yeterince iyi anne figürünün bebeğinin öznel tümgüçlülük ihtiyaçlarını görüp bunları karşılayabilmesi, spontan hareketlerine yanıt verebilmesi, bebeğin geçiş

nesnesine ve karşı bağımlılığına saygı duyması koşulları ile oluşabilmektedir (Winnicott, 1965).

Annenin bebeğin spontanlığını karşılıksız bıraktığı, hareketlerini onaylamadığı ve bebeğin kendisine boyun eğmesi için kendi hareketlerini yerine koymaya çalıştığı bir denklem içerisinde “sahte benlik” gelişim göstermektedir. Sahte benlik, bebeğin ihtiyaçlarını göremeyen ve karşılayamayan yeterince iyi olmayan bir anneni ikamesinde oluşur. Gerçek benlik ne kadar spontan ve otantikse, sahte benlik bir o kadar boyun eğicidir ve bu iki benlik arasındaki fark bakım veren figürün kronik bir şekilde başarısızlığıdır. Sahte benlik içerisinde bebek hükmeden figür gibi büyür, öznel deneyim ve bireysellik bozguna uğrar. Sahte benlik, bebeklikte sahip olunamayan yeterince iyi anne ve kucaklayan çevrenin elde edilebilmesi için başkalarıyla olan ilişkiselliğini arttırmayı amaçlamaktadır (Kahn, 1986; Mitchell ve Black, 2012; McWilliams, 2010; Winnicott, 1965).

Kendilik kavramı Kohut tarafından, ilk olarak kendilik- selfin, benlik- ego içerisinde oluşan bir kendilik tasarımı olduğunu ve bunun kendini algılayış ve kendisi ile ilgili imgeler bütünü olduğunu söylemiştir. Kuramını daha da ileriye taşıyarak kendiliğin, egonun, algıların ve tüm girişimlerin temel merkezi olduğunu ve psikopatolojiye dair açıklamaların kendilik üzerinden yapılması gerektiğini söylemiştir (Kohut, 1977).

Bebeğin kendisini bir bütün hissedebildiği ve tüm libidosunu kendine yatırdığı birincil narsisizm döneminde, annesinin kısıtlılığını görmesi ile birlikte ilk hayal kırıklığını yaşamaktadır. Bu süreç içerisinde kendisini kusursuz olarak algılamasının devam etmesi için, kendisinin bir parçası olarak düşündüğü annesinin karşılaması gereken yeni birtakım ihtiyaçları ortaya çıkmaktadır. Bir diğer nesne ilişkileri teorisyeni olan Kohut (1977) bebeğin bu ihtiyaçlarını fark edip karşılaması gereken bakım vereni kendilik nesnesi olarak adlandırmıştır. Bu kendilik nesnesinin, çocuğun aynalama, idealleştirme, ikizlik ihtiyaçlarını karşılaması gerekmektedir. Kendilik nesnesi ilk yıllarda anne ağırlıklı olsa da ilerleyen yıllarda baba, büyükbaba ve anne, öğretmenler, romantik partnerler kendilik nesnesini olarak görülebilmektedir (Baker ve Baker, 1987).

Kohut (1971), optimal derecede yaşanan hayal kırıklıklarının kişinin kendilik nesnesinden istediği var olan ihtiyaçlarındaki beklentiyi aşamalı bir şekilde ortadan kaldırdığını, içselleştirmeyle beraber gerçekliği kendi içine çekeceğini söylemektedir. Bu sürece dönüşümsel içselleştirilme denilmektedir. Bu aşamada bireyin kendisi yetkin bir duruma gelerek uyumlu bir kendilik, özgüven ve idealler oluşturur. Ve bu durumda kendilik nesnesine ihtiyacı azalacaktır (Banai vd., 2005).

Birey erken dönem yaşantılarından kaynaklı olarak büyüklenmeci bu ihtiyaçlarını utanç verici, kabul edilemez, aşağılanmış bir yerde görebilir ve bunların sonucunda bu kısmı inkâr edebilmektedir. Ama bu inkâr maalesef işe yaramaz ve gerçek kendiliğini uzakta tutmaya çalışırken büyüklenmeci istekleri bilinçdışında devam etmektedir. Bu ihtiyaçların görülmesi veya takdir edilmesi durumunda ise kişide duygu olarak utanç ortaya çıkabilmektedir (Kohut, 1971). Bu bireyler ihtiyaçlarını eğer ki ifade ederlerse tekrardan travmatize olmaktan korkmaktadırlar ve bundan kaynaklı olarak bu alanı ifade etmekten özellikle kaçınıp yok saymaktadırlar. Böylece yaşanan gerilimi bir taraftan azaltmaktadır fakat bu ihtiyaçlar fantezi boyutunda karşılanmaya çalışılmaya devam etmektedir. Sonuç olarak birey gerçeklik ile ilişki kurduğu zaman içeride oluşturulan bu benliğin kırılmasından kaygı duymaktadır (Dickinson ve Pincus, 2003).

Psikodinamik ekolün DEHB üzerinde yaptığı çalışmalarda Barkley (1997), genetik faktörlerin DEHB semptomlarındaki bireylerde görülen farklılığın açıklanmasında yetersiz olduğunu öne sürmüştür. Paylaşılmayan faktörler yani çevresel faktörlerin ağırlığının daha yüksek olduğunu belirtmiştir.

Winnicott, DEHB'nin oluşumuna dair alt yapı çocuğun yaşadığı duygusal açıdan yoğun içsel çatışmalardan kaçınmak için oluşturduğu manik bir savunma yapısı olduğunu söylemektedir (Winnicott, 1935). Melanie Klein (1935), var olan bu duygular çocuğun ötekiye saldırganlığını yansıtması ve öç alması ve ardından korkuyla birlikte önemli ötekiye dair bir pişmanlık ve depresif duyguların uyanması ile birlikte bir onarım çalışması başlamaktadır. Bu onarım çabası çocuğun içsel gerçeklik açısından kaçınma çabasını ifade eden hiperaktif davranışlar ile sonuçlanmaktadır.

Hiperaktif davranışın amacı çocuk için kendi ruhsal çalkantılarından çıkmasının bir kaçış yolu olmaktadır. Rainwater (2007), ayrıca DEHB semptomlarının çocuğun içsel veyahut dışsal deneyimlerdeki bilincinde olmadığı depresif ve yıkıcı korkunç güçlere karşı geliştirdiği bir savunma olarak özetlemektedir.

Yakın zamana kadar olan insan davranışının, sadece bilişsel işlevler ve bunların altında yatan sinirsel bağlantılar incelenerek ortaya konabilir görüşü giderek terk edilmeye başlanmıştır. Sinirbilim artık insan davranışının altında nörolojik süreçler kadar birtakım duygular ve motivasyonlar olduğunu bunların nörolojik bir takım karmaşık bağlantılar oluşturduğunu ortaya koymaya başlamışlardır. Bu adımlarla birlikte psikodinamik yaklaşım ve sinirbilim disiplinleri arasında bir bağlantı oluşmuş ve yeni bakış açıları için birbirlerine kapı olmaya başlamışlardır (Crick ve Koch, 2000). Artık duygular, zihinsel çatışmalar, bağlanma biçimleri gibi başlıklar sinirbiliminde konu alanları kabul edilmekte ve bir alt alanlar olarak incelenmektedir. Giderek nöropsikolojik araştırmalarda dinamik disiplin ve bilinçdışı süreçler nörobiyolojik temeller içerisinde de araştırılmaktadır (Yovell vd., 2015). Bu kısımda bize bu zamana kadar sadece genetik alanda araştırılan ve konumlandırılan DEHB'nin “nasıl oluştuğuna” dair sorularının sadece nörolojik değil psikodinamik kökenlerinin de artık daha vurgulu bir şekilde alanda incelenebileceğini göstermektedir.

B. Araştırmanın Amacı

Yapılan bu araştırmanın başlıca amacı, DEHB rahatsızlığını psikodinamik ekol üzerinden inceleyerek cinsiyetler üzerinde sahte benlik inşalarının farklılıklarını ve benzerliklerine bakarak kadın DEHB tanısına sahip bireyler ve erkek DEHB tanısına sahip bireylerdeki etkilerini fenomenolojik analizle ortaya koymaktır. Bu amaç aşağıda yer alan alt amaçlar altında şekillenmektedir:

Kadın ve Erkek Bireylerde DEHB Hastalığının Etkisinin İncelenmesi: Kadın ve erkek bireylerde DEHB tanısına sahip olma deneyimlerini, hayatlarını nasıl etkilediğini detaylı bir şekilde anlayarak, DEHB tanısının etkisinin cinsiyetler arasındaki etkilerini derinlemesine analiz etmek,

Ebeveynleri ile İlişkisi: DEHB tanısı almış bireylerin ebeveynleri ile kurdukları ilişkinin niteliği, bu ilişkinin çocuğun temel duygusal ve fiziksel ihtiyaçlarını karşılayıp karşılamadığını incelemek,

Sahte ve Gerçek Benlik İnşalarının İncelenmesi: DEHB tanısı almış bireylerin, cinsiyetler arasındaki farka da bakarak, gelişim süreçleri içerisinde sahte benlik inşalarını analiz etmek,

DEHB Tanılı Kadın ve Erkek Bireylerin Kendilik Tanımlamaları: DEHB tanısı almış kişilerin kendilerini algılama ve tanımlama biçimlerine bakılması,

Sonuçların Analizi ve Karşılaştırılması: DEHB tanılı bir birey olmanın cinsiyet faktörü ve ebeveynler ile kurulan ilişkinin niteliği ile birlikte bireyin sahte benlik inşasında ne gibi farklılıklar ve etmenler ortaya koymaktadır bakmak.

C. Araştırmanın Önemi

Literatürde yapılan çalışmalara bakıldığında zaman DEHB genellikle genetik faktörleri ile incelenmiş bir rahatsızlıktır. Bu çalışmalar alanda DEHB'ye zemin hazırlayan çevresel faktörlerin daha arka planda kalmasına sebebiyet vermiştir. İş bu çalışma alanyazına DEHB'in çevresel faktörlerinin psikodinamik teori çerçevesinde ele alınacaktır. Temel olarak ebeveyn ve erken çocukluk ilişkilerinin bireyin DEHB rahatsızlığı sürecinde nasıl bir rol oynadığına ve bu süre içerisinde benlik oluşumunda ne gibi etkilerde bulunduğunu anlamak ve literatüre katkı sağlamaktır:

DEHB Tanısına Sahip Çocuk ve Ebeveynleri Arasındaki İlişki Niteliğinin Saptanması: Bu çalışma, çocukken DEHB tanısı almış kişilerin ebeveynlerinin hangi davranışlarının yetişkinlikte nasıl bir düzey ve biçimde bir sahte benlik oluşturacağı konusunda yol gösterebilir. Ve bu da DEHB tanısına sahip çocuk ve ebeveyni arasındaki ilişkilere yeni bir yaklaşım gösterilmesine yardımcı olabilir.

Kadın ve Erkek Bireylerdeki Farklılığa Dikkat Çekme: Kadın ve erkek bireylerde çocukken DEHB tanısı almış olmanın yetişkinlikteki izdüşümlerine cinsiyet faktörü ekseninde bakılması ve farklılıkların tespit edilmesi, literatürde cinsiyet üzerine çok değinilmeyen bir alan için farkındalık sağlayacağı düşünülmektedir.

Bakım Veren Faktörünün Önemi Vurguluma: DEHB tanısı üzerine konuşulduğu zaman görülen şey baskın genetik faktörler üzerine yapılan kalıtsal ve nörolojik araştırmalardır. Bu araştırmalarda çoğu zaman bakım veren ile kurulan ilişkinin niteliği, çevresel faktörler gibi alanlara yeteri kadar önem verilmemektedir. Bu çalışma bakım veren faktörünün önemini üzerine analizler yaparak vurgu yapabilir ve DEHB tanısı alan kişilerin tedavisinde bakım veren ile ilişkiliyi temel alan psikodinamik psikoterapi gibi terapi yöntemlerinin de ön plana çıkmasına katkıda bulunabilir.

Bilimsel Katkı: Yapılan çalışmanın analizi ve sonuçları literatüre farklı bir bakış açısı sunarak DEHB tanısı ile ilgili olarak etki eden risk faktörleri, cinsiyetler arası farklılık, tedavi süreci gibi konular için bilgi sağlayabilir ve gelecekteki araştırmalar için de bir yol sunabilir.

Son olarak, yapılan bu araştırma DEHB tanısı almış kadın ve DEHB tanısı almış erkek bireylerin sahte benlik inşa süreç ve biçimlerini karşılaştırmalı analiz ile psikoloji literatürüne ve aynı zamanda DEHB tanısı alan kişilerin tedavi süreçlerine dair önemli bir araştırma olabileceği ve DEHB tanısı almış kişilerin tedavisi ve hayat kalitelerinin nasıl artabileceğine yönelik

D. Araştırmanın Sınırlılıkları

Yapılan bu araştırmanın amacı kapsamında Dikkat Eksikliği ve Hiperaktivite Bozukluğu tanısı almış 5 kadın birey ve 5 erkek birey olmak üzere toplam 10 kişi ile görüşme yapılmıştır. Yapılan bu görüşmeler Kasım 2024 ve Aralık 2024 ayları aralığını kapsamaktadır. Süre aralığı bu çalışmanın sınırlılığıdır.

Araştırma kapsamında görüşme yapılan bireylerin kişisel bilgileri araştırmacının hazırladığı Kişisel Bilgi Formu içerisindeki bilgiler ile sınırlıdır.

Araştırma kapsamında yapılan görüşmelerin içeriği, çalışma grubuna yöneltilen araştırmacı tarafından hazırlanmış Yarı Yapılandırılmış Görüşme Soruları ile sınırlı olmaktadır.

E. Araştırmanın Varsayımları

Çalışma grubunun, yapılan çalışmanın bütününe temsil edebilecek yeterlilikte olduğu varsayılmaktadır.

Çalışmaya katılan bireylerin araştırmacı tarafından hazırlanan Kişisel Bilgi Formu ile araştırmacı tarafından hazırlanan Yarı Yapılandırılmış Görüşme Sorularını doğru algılayıp, gerçek ve samimi cevaplar verdikleri varsayılmıştır.





II. LİTERATÜR İNCELEMESİ

A. Dikkat Eksikliği ve Hiperaktivite Bozukluğu

1. Dikkat Eksikliği ve Hiperaktivite Bozukluğu Tanımı

Dikkat Eksikliği ve Hiperaktivite Bozukluğu, çocukluk çağında belirtileri görülmeye başlayan ve yetişkinlik sürecinde de devam eden en sık görülen psikiyatrik bozukluklardan bir tanesi olmakla beraber aynı zamanda bireyin hayatında önemli oranda sosyal, akademik, ilişkisel ve psikiyatrik sorunlara sebebiyet veren bir rahatsızlıktır (Birmaher vd., 2007). Bir erişkine DEHB tanısının olabilmesi için bu üç alandaki semptomların yedi yaşından önce ısrarcı bir biçimde görülmesi, normal bir erişkine göre bu sorunları çok daha şiddetli bir şekilde yaşadığının görülmesi gerekmektedir (Ercan, 2007).

Dikkat Eksikliği ve Hiperaktivite Bozukluğuna bakıldığı zaman bir tanının koyulma sürecinde çocuğun gelişim sürecinin gerisinde bir dikkat eksikliği, dürtüsellik- istekleri engelleyememe ve aşırı derecede hareketli olma halinin ısrarcı bir şekilde devam etmesi etmenlerine bakılmaktadır (Amerikan Psikiyatri Birliği, 2014).

2. Dikkat Eksikliği ve Hiperaktivite Bozukluğu Tarihçesi

Tarihsel olarak bakıldığı zaman DEHB'in dikkat dağınıklığı alt tipinin ilk olarak Palmer ve Finger (2001), 1798 yılında Alexender Crichton tarafından “Mental Restlessness” başlıklı kitabında söz edildiğini belirtmektedir. 1846 yılında ise Alman bir psikiyatrist olan Heinrich Hoffmann, “Struwwelpeter” isimli didaktik eserinde DEHB'i hiperkinetik bir bozukluk şeklinde ifade etmiştir. Bu eserinde “Fidgety Phil” isminde bir karakter oluşturmuştur. Bu karakter günümüzdeki DEHB özelliklerini kendi üzerinde taşıyan hayali bir karakterdir. Karakterin oluşumundan sonra DEHB özellikleri gösteren çocuklar bu karakterin ismi ile tanımlanmaya başlanmıştır (Fitzgerald vd., 2007).

Tıp literatürüne ilk girişi ise 1902 senesinde İngiliz pediatri doktoru Sir George Frederic Still tarafından dikkatsiz olma, dürtüsel olma, akademik başarısızlık, saldırganlık, kurallara uymakta zorlanma gibi DEHB özelliklerini ‘ahlaki kontrol eksikliği’ olarak tanımlanmasıyla olmuştur. Still, bu özelliklerin herhangi bir beyin hasarı ve zihinsel gerilik olmadan meydana geldiğini, asıl problemin dikkat ve dürtü bozukluğu olduğunu belirtmiştir (Stubbe, 2000). Birinci Dünya Savaşı’nda ortaya çıkan influenza ensefalit epidemisinin sona aşırı hareketli olma hali, dikkati toparlamada güçlük, agresyon, koordine olamama, dürtü denetimsizliği gibi belirtilerin çocuklarda oluşan beyin zedelenmesi sebebiyle oluştuğu düşünülmüş ve bu durum için “minimal beyin hasarı sendromu” terimi kullanılmaya başlanmıştır fakat Bradley tarafından aşırı hareketlilik, konsantrasyon, agresyon gibi belirtilerin amfetamin kullanımı tedavisi ile azaldığı saptanıldığında bu belirtilerin genetik etmenlerden kaynaklı bir durum olduğu varsayılmıştır ve terimin ismi “minimal beyin disfonksiyonu” olarak değiştirilmiştir (Clements, 1966).

DEHB ilk olarak Amerikan Psikiyatri Birliği’nin Tanısal ve İstatistiksel El Kitabının ikinci baskısı olan DSM- II’de “çocukluk dönemi hiperkinetik sendrom” olarak tanımlanmıştır. DSM- III’te ise ismi “Dikkat Eksikliği Bozukluğu” olarak değiştirilmiştir. Ve hiperaktivitesi olan ve hiperaktivitesi olmayan olarak iki alt sınıflandırmaya ayrılmıştır. DSM- III’teki tanım daha sonrasında değiştirilip “Dikkat Eksikliği ve Hiperaktivite Bozukluğu” olarak revize edilmiştir (Amerikan Psikiyatri Birliği, 1987).

DSM-III ile birlikte aşırı hareketlilik, dürtüsellik ve dikkat dağınıklığı alanında tanı kriterleri belirlenmiştir ve tanının konulabilmesi için bu üç alt gruptan bir tanesine sahip olmak DEHB tanısı almak için yeterli görülmüştür. DSM- IV’te ise tanı sınıflandırmaları ve ölçütleri revize edilmiştir. DSM- IV, DEHB’i “Yıkıcı Davranış Bozuklukları” altında ele almıştır. Dikkat eksikliği baskın tipi, birleşik tip ve hiperkinetik- impulsif baskın tip olarak üç alt tipi ilk kez ortaya konulmuştur. DSM-IV’te yaş kriteri değiştirilerek 7 yaş öncesinde değil 12 yaş öncesinde belirtilerin görülmesi kriteri getirilmiştir. (Amerikan Psikiyatri Birliği, 2001). Günümüzde DSM-5’te de aynı tanı ölçütleri kullanılmaya devam etmektedir. DSM- 5’te ise konulduğu başlık yeniden

değiştirilerek “Nörogelişimsel Bozukluklar” başlığının altında incelenmeye başlanmıştır (Silver, 2004).

3. Dikkat Eksikliği ve Hiperaktivite Bozukluğu Tanı Kriterleri ve Klinik Görünümü

1994 senesinde son şeklini alan DSM-IV tanı kriterleri DEHB’in günümüzdeki tanımına zemin hazırlayan kriterlerdir. DSM- IV’te DEHB’i “Dikkat Eksikliği ve Yıkıcı Davranış Bozuklukları” açılımı ile tanımlamışlardır. Aynı zamanda DEHB’in alt tipleri belirlenmiştir. Bu alt tip ayrımları ana kriterler olan dürtüsellik, dikkat dağınıklığı ve hiperhareketlilik kriterlerinin baskınlık durumlarına göre belirlenmiştir. Alt tipler olarak; “dikkat bozukluğunu baskın alt tip”, “hiperhareketlilik/ dürtüsellik baskın alt tip” ve her üç kriterin bulunduğunu “bileşik tip” belirtilmiştir (APA, 1994; Amerikan Psikiyatri Birliği, 2013). DSM- IV’te DEHB, “Çoğunlukla İlk Defa Bebeklik, Çocukluk veya Ergenlik Evresinde Tanı Alan Bozukluklar” grubu içerisinde yer alan “Yıkıcı Davranış Bozuklukları” isimli başlık altında yer almıştır. Bu başlık altında sıklıkla komordibite olabildiği “Yıkıcı Davranış Bozuklukları” ve “Davranım Bozukluğu” tanıları ile birlikte yer almaktadır (American Psychiatric Association, 2000). DSM-IV-TR, DEHB’i aynı şekilde ele almaktadır DSM- IV ile. DSM- 5 ile birlikte DEHB’in belirtilerin yaşam boyu sürebildiği vurgulanmıştır ve belirtiler geliştirilmiştir. DSM-5’te DEHB, “Nörogelişimsel Bozukluklar” alt başlığı içerisinde ele alınmaya başlamıştır. DEHB ile ilgili başlangıç 7 yaştan 12 yaşa getirilmiş ve belirtilerin en az 6 ay boyunca devamlılığı kriter olarak konulmuştur. DSM-5’te toplamda 18 adet tanı kriteri belirlenmiştir (Amerikan Psikiyatri Birliği, 2013).

DSM kriterlerinin yanı sıra bir diğer tanı sınıflandırması sistemi Dünya Sağlık Örgütü’nün Uluslararası Hastalık Sınıflandırması- Versiyon 10 olan ICD-10’DA “Hiperkinetik Bozukluklar” şeklinde isimlendirilmiştir. Fakat 2019 yılında Dünya Sağlık Örgütü onayı alan ICD-11 ile beraber bu isimlendirme Dikkat Eksikliği ve Hiperaktivite Bozukluğu olarak değiştirilmiştir ve nörogelişimsel bozukluklar alt kategorisine alınmıştır (Stein vd., 2020).

DEHB kılavuzlarında (American Academy of Child and Adolescent Psychiatry, 2007; American Academy of Pediatrics, 2011 vs.) tanısını

koyabilmeye özgün olan bir laboratuvar ya da görüntüleme yöntemi yoktur (Hechtman ve McGough, 2007). Tanı koyma aşamasında faydalanabilmek adına Wehcsler Çocuklar için Zekâ Testi (WISC-R), Çocuk Davranış Sorunları (CBCL) ve Conners Anne-Baba ve Öğretmen Derecelendirme Ölçeği gibi değerlendirme testlerinden yardım alınabilmektedir (Şenol, 2006). Rutin değerlendirmelerde nöropsikolojik testler zorunlu olmamak ile birlikte çok daha kompleks DEHB durumlarında değerlendirme için yapılması önerilmektedir. Beyin elektriksel etkinliği ile ilgili olarak EGG çekilebilir (Doyle vd., 2000). Değerlendirmelerde yapısal bozukluk düşünüldüğü halde tiroid işlevi, kan değerlerinde anomali gibi faktörleri elemek adına kan tetkikleri önerilebilmektedir. Nöropsikolojik testler ile kan tetkikleri diğer olası bozuklukların dışlanıp daha kesin bir tanı konusunda yardımcı olabilmektedir. Ayrıca nöropsikolojik testler, DEHB tanısı alan kişinin akıl yürütme, bilişsel mekanizmalar ve esneklik, odaklanma, dikkat, planlama belleği vb. yürütücü işlev becerilerinde beynin hangi kısımdaki birtakım problemler sebebi ile kaynaklandığı belirlenebilmektedir (Barbaresi vd., 2020).

DEHB tanısı değerlendirmesinde en önemli alan klinik değerlendirmedir. Yapılan psikiyatrik muayene ve detaylı bir şekilde kişinin anamnezi alınarak yapılmaktadır. Anamnez sırasında çocukluk, ergenlik süreçleri, ebeveynleri ile olan ilişkisi, okul ile olan ilişkisi, okul süreci, sosyal çevresi ile kurduğu iletişim gibi birden fazla faktör detaylı bir şekilde ele alınmalıdır. Aynı zamanda bilgi alma süreci içerisinde ebeveynler ile görüşülerek hamilelik süreci, doğum sonrası bebeklik süreci, anne- baba tutumu, çocukluk ve ergenlik gelişimi ile ilgili olarak bilgi alınmaktadır ve DSM-5 kriterleri ile uyumlu olduğu yerlere bakılmalıdır. Tanı koyulurken detaylı bir klinik muayene şarttır, bu muayene tedavinin planlanması ve davranışsal müdahaleler için bir yol haritası olmaktadır (Nigg vd., 2002).

DEHB belirtileri ile ilgili olarak aşırı hareketli olma, yerinde duramama, hareketlerin düzenlenmesinde güçlük, sahip olunan enerjinin yönetilememesi gibi özellikler DEHB'in hiperaktivite alt özelliği ile alakalıdır ve yetişkinlik dönemi içerisinde en nadir görülen alt tiptir. DEHB üzerine yapılan araştırmalar hiperaktivitenin yaş ile birlikte azalıp yok olmadığını sadece şekil değiştirerek huzursuzluk, iç bunalması, yoğun sıkılma hissi gibi kişinin hayatını olumsuz etkileyen bir ruh haline dönüştüğünü göstermiştir (Muphy vd., 2002; Barkley ve

Murphy, 2006). DEHB'in dürtüsellik alanı ile ilgili olarak ise sabırsızlık içerisinde olmak, öz denetim, duruma uygun tepki içerisinde olabilme ve bekleyebilme alanında yaşadığı zorlukları betimlemektedir (Barkley ve Murphy, 2006; Barkley vd., 2008). Yetişkinlik döneminde karşılaşılan en etkili DEHB faktörü ise dikkat eksikliği, odaklanamama, dikkatsizlik ve dikkatsizlik ile ilgili ortaya çıkan sorunlar, plansızlık, dikkati belirli bir alan üzerine yoğunlaştıramama ve dikkati sürdürmekte zorluk gibi kişinin okul, iş ve sosyal yaşamında belirgin bir biçimde problem yaratan problemlerle ilişkili olan dikkat eksikliği faktörüdür (Wassarstein, 2005).

a. DEHB alt tipleri

DSM-5'te Dikkat Eksikliği ve Hiperaktivite Bozukluğu ile ilgili olarak baskın alanlarına göre 3 temel alt tip belirlenmiştir.

- *DEHB- Birleşik Alt Tip:* DEHB temel alanları olan dürtüsellik, dikkatte eksilme ve hiperaktif alanları beraber bulunmaktadır. Bu tipte belirtilere bakıldığı zaman kişinin gelişim dönemine göre uyumlu olmayan bir biçimde dikkatsizlik, odaklanamama, impulsif davranışlar ve aşırı hareketlilik olması beklenilmektedir. Dürtülere göre hareket etme, beklemeye karşı tahammülsüzlük, konuşmada ve davranışlarda dürtüsellik gibi özellikler nedeni ile sosyal hayat ile ilgili olarak problemler yaşamaktadırlar. Dikkati toparlayamama, sürdürmemeye ve odaklanama gibi problemler sebebi ile ise eğitim ve iş hayatında sorunlar yaşamaktadırlar. Bileşik alt tipi çocukluktan yetişkinlik dönemine kadar devam etmektedir. Cinsiyetler arasında bakıldığı zaman her iki cins içinde en sık görülme oranına sahip olan tiptir.
- *DEHB- Dikkat Eksikliği Ön Planda Olan Tip:* DSM- 5'in dikkat eksikliği ile ilgili olan özelliklerine sahiptir fakat impulsif ve aşırı hareketlilik ölçütlerine sahip değildir. Dikkati toparlayabilme, sürdürebilme, dikkati sonlandırabilme ve dikkati belirli bir alana yönltebilme gibi alanlarda sorunlar vardır. Bu dikkat problemlerindeki ana sorun bireyin belirli bir alana yönelmiş haldeyken içinden gelen dürtüsel alana engel olamamasından

kaynaklanmaktadır. DEHB tanısı almış kişilerde görülen hiperfokus ise bunun tam tersi bir alandadır. Hiperfokus durumunda birey ilgilendiği bir konu söz konusu olduğunda uzun süre ve yoğun bir biçimde dikkatini bu konuya verebilir ve uzun süre yüksek bir konsantrasyon seviyesinde kalabilmektedir. Dikkat fonksiyonlarındaki bu bozulma; unutkanlık, dissosiyasyon olma, verilen görevi tamamlayamama, anlamada güçlük, performans düşüklüğü olarak kendisini gösterebilmektedir. Cinsiyetler arasındaki yaygınlığına bakıldığında zaman kadınlarda ve kız çocuklarında, erkeklere göre daha yüksek bir oranda görülmektedir.

- *DEHB- Hiper Hareketliliğin Baskın Olduğu Tip:* Aşırı hareketlilik ve dürtüsellikğin ön planda olduğu bu tipte dikkat eksikliği semptomları fazla ön plana çıkmamaktadır. Bu alt tip, dikkat eksikliği alt tipine göre çok daha kolay bir biçimde fark edilmektedir. Dürtüsellik, yerinde duramama, aşırı bir hareketlilik hali, yoğun enerji, ani hareketler ve istem dışı olan şeyleri yapmakta zorlanma gibi alanlarda kendisini gösterebilmektedir. Cinsiyetler arasında bakıldığında zaman erkek bireylerde yaygınlığı kadın bireylere oranla daha fazla olmaktadır (Tahiroğlu vd., 2005).

b. DEHB için DSM-5 tanı kriterleri

A. Aşağıda belirtilen maddelerden işlevsellik veya gelişimi kısıtlayan, süregelen şekilde bir dikkatsizlik/odaklanamama ve/veya aşırı hareket/dürtüsellik döngüsünde olma hali:

1. Dikkatsizlik: Gelişimsel döneme uymayan veya işlevselliği önemli ve bozucu bir biçimde etkileyen en az 6 ay süregelen belirtiler:

Belirtiler düşmancıl tutum, karşıt olmanın, karşıt gelmenin veya gelişimsel bozukluk ile ilgili değildir. 17 yaşından büyüklerde en az 5 belirtinin karşılanması gerekmektedir.

- a. Aşırı şekilde ayrıntıları kaçırma, dikkatsizce yanlışlar yapmak
- b. Dikkati uzun süre belirli bir konu üzerinde tutmakta zorlanma

c. Aktif bir dinleme yapamama dinleme sırasında çoğunlukla kendini dinlemeye odaklayamama

d. Aşırı sıklıkla verilen yönergeleri takip edip uygulayabilmekte zorlanma. İşi bitirmekte zorlanma

e. Sık bir biçimde iş ve yapılacak etkinlikleri düzenlemekte zorlanma, dağınıklık, zaman yönetimi yapamama

f. Uzun zihinsel süreç gerektiren işlere başlayamama bu işlerden kaçınma

g. Sakarlık ve/veya sürekli gerekli nesneleri kaybetme, bulamama

h. Dışarıdaki uyaranlara karşı veya içsel düşüncelere karşı dikkati belirli bir nesne de tutamama

i. Günlük işleri yaparken yapılacak işleri unutma, kaçırma

2. Aşırı hareketlilik/ Dürtüsellik: Gelişim dönemine bakıldığında uygunsuz ve işlevsiz, hayatını olumsuz etkileyen altı veya fazla belirtiyi 6 aydan fazladır taşıması

a. Çoğunlukla yerinde durmama, kıpırdama, tikler, kıvrınma gibi hareketler

b. Sık bir şekilde işlevsiz bir biçimde yerinde oturamama ayağa kalkma ve dolaşma istemi

c. Uygunsuz alanlarda koşuşturma, hareket veya huzursuzluk hali

d. Sessizce bir ortamda, boş zaman etkinliklerinde kalamama veya gürültülü olma hali

e. Her an kinetik bir hareket hali içerisinde olmak sürekli bir hareket veya yerinde duramama, izleyebilmekte güçlük

f. Aşırı şekilde çok konuşma

h. Uzun sıralar veya sıkıntıda bekleyememe ve tahammülsüzlük

g. Cümlelerin tamamlanmasını beklemeden araya girmek

B. Tanılama için 12 yaş ve öncesinde bu belirtilerin birkaçının konuşulmuş olması gerekmektedir.

C. Dikkatsizlik veya hiperaktivite, dürtüsellik belirtisi hayatındaki birden çok alan içerisinde kendisini göstermektedir.

D. Belirtilerin görüldüğü yaşamsal alanlarda belirgin şekilde işlevsel bozulmalara sebebiyet verdiği görülmektedir.

E. Bu belirtilerin var olması, şizofreni veya psikoz ile alakalı giden başka bir psikiyatrik tanı ile açıklanamayan ve farklı bir psikiyatrik tanıya uymayan bir tablo göstermelidir. Madde kullanım hali veyahut yoksunluğu ile alakalı olmamalıdır.

4. Yetişkin Bireylerde Dikkat Eksikliği ve Hiperaktivite Bozukluğu

Erişkin bireylerde DEHB tanısı ilk defa 1976 senesinde Wood ve ekip arkadaşlarının çocuklardaki DEHB semptomlarına benzeyen bir biçimde özelliklere sahip yetişkin bir grup içerisinde de psikostimulan ilaçların da çocuklarda olduğu gibi etkisi olduğunu kanıtlamak amacı ile yaptığı çalışmalar sonrasında literatürde yetişkin DEHB konuşulmaya başlanmıştır.

1976 senesine kadar sadece çocuklarda var olduğu sanılan DEHB, Wood ve arkadaşlarının yaptığı çalışmaların sonrasında da boylamsal bir şekilde ele alınan çalışmalarla araştırılmış ve çocukluk dönemi sonrasında da belirtilerin yetişkinlik döneminde de devam ettiği belirlenmiştir (Rasmussen ve Gillberg, 2000; Sobanski vd., 2007; Wilens vd, 2009). Boylamsal çalışmaların neticesinde çocukluk süresi içinde DEHB tanısı almış olan bireylerin %50-80 oranında DEHB semptomlarını göstermeye devam ettikleri görülmektedir (Barkley, vd., 2002).

DEHB tanılı çocukların ergenlik dönemi diğer çocuklara nazaran daha zorlu bir şekilde geçmektedir bunun temel sebebi DEHB semptomlarından dürtüsellik, öfke gibi alanların ergenliğe özel davranış sorunları ile birleştiği zaman kimlik bocalamaları, öfke sorunları ve farklı davranış problemleri daha da komplike hale gelebilmekte ve çözümü güçleşebilmektedir (Öztürk, 2004).

Erişkin dönemi DEHB oranlarına bakıldığında ise Dünya Sağlık Örgütü (DSÖ) veri açıklamasında dünya genelinde DSM-IV kriterlerine bakılarak yetişkinlik döneminde DEHB dağılım oranını %4,4 olarak belirtmişlerdir (Kessler vd., 2006). Erişkin DEHB'sinde cinsiyetler arasındaki farklara bakıldığında zaman çocukluk dönemine nazaran erkek cinsiyeti dezavantajlı konumunu avantajlı konuma çevirebilmektedir. Bunun sebebi olarak kadınlardaki dikkat eksikliği alt tipinin daha yoğun olduğu ve bu dikkat eksikliğinin farkına belirgin bir biçimde

varılmadığı sebebiyle DEHB tanısı içerisinde daha az tanı almalarından kaynaklı olduğu düşünülmektedir (Quinn vd., 2008).

1976 yılı ve sonrasında yapılan çalışmalar ile birlikte DSM'deki DEHB tanımı revize edilerek erişkin DEHB tanımına da uygun olarak yeniden yapılandırılmıştır (Amerikan Psikiyatri Birliği, 2013). Fakat hala erişkin DEHB'sini inceleyen araştırmaların azlığı ve tanılamadaki güçlüklerden kaynaklı olarak, DEHB'nin erişkinlik dönemi içerisinde yeterli bir biçimde tanımlanması ve tedavi olasılıklarının tam anlamı ile bilinmemesi ile sonuçlanmaktadır (Coşkun, vd. 2020).

5. Epidemiyoloji

DEHB çocukluk döneminde karşılaşılan en sık psikiyatrik bozukluklardan bir tanesidir. DEHB'nin toplumdaki yaygınlık prevalansı bakıldığında çok fazla sayıda araştırma yapılmasına rağmen net bir görüş bulunmamaktadır (Polanczyk ve Rohde, 2007). Toplumdaki görülme sıklığına dair yapılan çalışmalarda DEHB oranının %0,2 gibi az bir oranla başlayıp %27 gibi artan bir oran aralığında değiştiği belirtilmiştir. İşbu çalışmalar 1978 ve 2005 arasındaki yılları kapsayan geniş örnekleme sahip meta analiz çalışması yapılmıştır ve DEHB için global yaygınlık oranı %5,9 olarak belirtilmişken farklı bir araştırmada %5,9 ile 7,1 aralığında değişen bir meta analiz raporu verilmiştir (Polanczyk ve Jensen, 2008). Bu meta analiz sonuçlarındaki farklılık sebebi olarak; araştırmaların metodolojilerin aynı olmaması, tanı kriterlerinin ülkelere göre değişebilmesi ve tanılama için işlevsel bozulmanın gerekliliği gibi farklı etmenlerden kaynaklı olarak açıklanmıştır (Polanczyk, 2014).

Türkiye'de ise Ercan ve arkadaşlarının okul dönemi çocukları için oluşturdukları kapsamlı araştırmanın sonucunda dört yıl boylamsal olarak DEHB oranları hesaplanmış ve bu oranlar; %13,38, %12,53, %12,22 ile %12,91 olarak açıklanmıştır. Bu dört senenin ortalamasına bakıldığı zaman ise ortalama oranın. %12,7 olduğu belirlenmiştir. İşbu çalışmaya bakılarak Türkiye'deki okul döneminde olan çocuklarında DEHB tanısı alma sıklığı, dünya geneli ortalama sıklıktan daha yüksek olduğu saptanmıştır (Ercan vd., 2013).

Kolektif kökenli olarak bakılan epidemiyolojik çalışmalarda, DEHB alt tipleri arasında karşılaşılan sıklık düzeyleri incelenmiştir. DEHB alt tipleri

arasında sıklığı en çok olan alt tip dikkat eksikliği alt tipi iken, bunu bileşik tipin takip ettiğini ve en az sıklık oranının hiperaktivite/ dürtüsellik baskın tipinde olduğu belirtilmiştir (Froehlich, 2007). DEHB kaynaklı kliniğe başvuru oranlarında ise en sık başvuran alt tipin bileşik alt tip olduğu saptanmıştır. Gelişim dönemlerine yönelik olarak bakıldığında zaman dikkat eksikliği baskın alt tip ise gelişim sürecine oranla doğru bir şekilde artarak lise ve sonrası dönemlerde, yetişkinlik sürecinde en sık karşılaşılan DEHB tipi olmaktadır (Willcutt, 2012).

Yapılan takip çalışmaları çocuklukta DEHB tanısına sahip kişilerin, semptom şiddetinde yaşla doğru orantılı bir şekilde azaldığında dahi %60-80'i ergenlik sürecinde, %40-60'ı ise yetişkinlik döneminde de DEHB tanı kriterlerini karşılamaya ve tanılanmaya devam etmektedir (Pliszka vd., 2007).

a. Cinsiyet farklılığı

DEHB tanısı alan çocuklarda cinsiyetler arası farklılığa bakıldığında zaman erkeklerin çocukluk dönemindeki oran 2:1, kızlarda ise bu sıklığın 6:1 olduğu belirtilmiştir. DEHB tanısı alan yetişkin bireylere bakıldığında ise bu oran 1:1 olarak bulunmuştur (Biederman, 2004).

Yaş ile ilgili olarak bu kadar yüksek bir farklılık çıkmasının birden fazla sebebi bulunmaktadır. Bunlardan birkaçı odaklanma probleminin çocukluk çağında gözle görülür olmaması fakat yetişkinlik döneminde birey tarafından daha kolay bir şekilde algılanabilmesi aynı zamanda dikkat eksikliği alt tipinin kız çocuklarında daha sık görülmesi ve bileşik alt tipi ile dürtüsel/hiperaktif alt tipin yaş ilerledikçe sönümlenmesi ile ilgili olarak 1:1 oranın ortaya çıkmasına neden olmuştur. Odaklanamama problemleri çevre tarafından fark edilmeyen daha çok çocuğun kendisini rahatsız hissettiği bir semptomdur. Diğer semptomlar ise sosyal çevredeki kişileri daha çok rahatsız etmektedir. Yapılan araştırmalar kız çocuklarının bu sosyal çevreden aldıkları olumsuz ve rahatsız olduklarına dair geri bildirimleri erkek çocuklarına göre daha kolay bir biçimde içselleştirmekte ve bu davranışlardan kaynaklı olarak suçluluk duyguları ile birlikte uyumlanabilme davranışını içerisinde bulunmaktadır. Bu da erkek çocuklara nazaran semptomların çevre tarafından daha az fark edilmesine, taleplerin karşılanabilmesi için semptomların daha fazla üzerine gidilmesine ve DEHB

semptomuna sahip erkek çocuklardan daha başarılı olunmasına sebep olmaktadır (Biederman, 1995).

Erkek yetişkinlerde öfke problemleri, depresyon, kaygı bozuklukları gibi eş tanıların daha fazla görülmesi sebebiyle kliniğe başvurdıkları belirlenmiştir. Başka araştırmada ise kadınların psikiyatrik problemlerinin daha fazla farkında olduğu ve bu farkındalığı ifade edebilmesi ve yardım talebinde daha kolaylıkla bulunabilmesi olduğu ifade edilmiştir (Baruch, 1987).

Bir başka araştırmada DEHB tanısı alan kişilerin cinsiyet dağılımına bakıldığında zaman, DEHB tanısı ile ilgili sıklığın erkeklerde, kadınlara göre daha sıklıkla görüldüğü belirtilmiştir. Toplum tabanlı yapılan bu çalışmada 3:1 oranı bulunmuştur. Klinik örnekleme ise bu oran 9:1 olarak ortaya çıkmaktadır (Skounti vd., 2007). Bu farklılığın sebebi olarak kadınların daha çok dikkatsizlik ve iç odaklı yönelimler gösterirken, erkekler ise dış odaklı semptomları daha sıklıkla göstermesi ve kadınlara oranlara kliniğe sıklıkla yönlendirilmesi olarak belirtilmiştir (Faraone vd., 2006).

Farklı bir çalışmada ise DEHB'nin erkek çocukların, 2-5 yaş arası daha fazla şekilde kız çocuklarına göre semptomları taşıdığını göstermiştir. Klinik tabanlı olarak bakıldığında ise erkek çocuk ve kız çocuk arasındaki eşitsizliğin 10:1 oranında artabildiği gözlemlenmiştir. Bu oranlardaki farklılığın sebebi olarak erkek çocukların davranış problemlerini ve saldırganlık davranışlarını kız çocuklarına oranla daha fazla göstermesi olarak düşünülmüştür. Ergen DEHB'lilere bakıldığında ise belirtmişlerdir erkek ve kız cinsiyetler arası farklılık 2:1 oranında saptanmıştır. Bunun sebebi olarak tanı alan kız çocuklarının, erkek çocuklara oranla kliniğe başvurularının daha az olması ve daha az tanılanması sebebiyle olduğu belirtilmiştir. Bundan kaynaklı olarak kız çocukları erkek çocuklara göre DEHB ile ilgili olarak daha çok ciddi problemlerle karşılaşmakta ve sağaltım kaynaklarından yoksun kalmaktadırlar (Öztürk ve Uluşahin, 2014).

6. Etiyoloji

DEHB'ye sebebiyet veren koşullar incelendiğinde günümüzde yaygın olan görüş DEHB'nin multifaktöriyel ve nörogelişimsel bir psikiyatrik bozukluk olduğu üzerinedir (Thapar vd., 2013). Bu multifaktöriyel alanlar genetik,

nörolojik ve çevre-birey etkileşimi bileşenlerini kapsayan geniş bir alanı içermektedir.

Genetik alanda yapılan ikizler üzerine ve ailelerle yapılan çalışmalar, DEHB'nin yüksek bir oranda kalıtsal olduğunu göstermektedir. Bu çalışmalarla birlikte DEHB için genetik kalıtsallığın önemli olduğu ortaya çıkmıştır (Faraone vd., 2005). Ayrıca, beyin yapısı üzerine yapılan nörogörüntüleme çalışmaları ile DEHB teşhisi olan kişilerin patofizyolojisi içerisinde bir takım beyin bölgelerinde ve nörotransmitter bağlantılarında anormallikler olduğu görülmüştür (Cortese, 2012).

Yapılan diğer çalışmalarda annenin prepartum dönemde yoğun toksin maddelere maruz kalması ve psikososyal alandaki stres faktörleri gibi çevresel etmenlerin de DEHB oluşumuna zemin hazırladığı gözlemlenmektedir (Thapar vd., 2013). Ayrıca yapılan araştırmaların DEHB'nin farklı bir takım psikiyatrik bozukluklarla aynı anda ortaya çıkabildiğini ve bundan kaynaklı olarak tanı ve tedavi prosedürleri zorlu olmaktadır (Wilens vd., 2002). Bundan kaynaklı olarak DEHB'yi ortaya çıkartan faktörleri anlamak ve fark etmek, DEHB'yi teşhis etmek ve tedavi sürecini belirleyebilmek açısından oldukça önem teşkil etmektedir. Bu katkıda bulunan faktörleri anlamak, etkili teşhis ve tedavi stratejileri geliştirmek için oldukça önemlidir.

a. Genetik faktörler

Bozukluğa sebebiyet veren alanlar incelendiğinde genetik faktörlerin DEHB üzerindeki etkisinin oldukça önemli olduğunu bulgular vardır. Genetik faktörler ile ilgili olarak ilk araştırmaları Cantwell, Stewart ve Morison yapmıştır (Ray vd., 2015). Geçmişten günümüze kadar gen üzerine yapılan araştırmalarda, genetik nedenleri belirleyebilmenin oldukça karışık olduğu birçok özgün kalıtım sistemi ve genetik normal dışılığın belirlenmesi için farklı çalışmaların yapılması gerekliliği belirtilmiştir (Akgün vd., 2011)

Aile kalıtım çalışmalarında, DEHB tanılı çocukların bozukluğa sahip olma oranı %20 ile %54 arasında değiştiği görülmektedir. Aynı zamanda yapılan bu çalışmalarda ebeveynlerden kalıtsal olarak gelen genetik aktarım riski diğer DEHB'li ebeveyne sahip olmayan çocuklara nazaran 8 kat daha fazladır. Bu da

DEHB'den söz ettiğimizde ailesel genetik kalıtsallığının önemli bir belirleyici olduğunu göstermektedir (Asherson ve Imafe Consortium, 2004).

Nörotransmitter sistemleri içerisinde yer alan seratonin, dopamin ve noradrenalin salgılayan nörotransmitter sistemleri ile ilgili bağlantılı olabilen birkaç genin olduğunu tanımlamıştır (Gizer vd., 2009). DEHB ile yapılan genetik ve kalıtımsal araştırmaların sonucunda genetik yapı olarak poligenetik bir gen yapısı olduğu tahin edilmektedir. Poligenetik gen, öznel etkilere sahip olan multigenler bozukluğun ortaya çıkışına ve gelişimine katkıda bulunmaktadır (Thadar vd., 2013).

Tanı alan çocuklara bakıldığı zaman bu çocukların anne ve babaları ile yapılan meta-analiz çalışmaların gösterdiği şey DEHB tanısı almış çocukların, ebeveynlerinin tanı alma riski sıklığı- relative risk sonuçları 2 ile 8 kat arasında değişmiş olduğudur. Bu çalışmalara bakıldığında DEHB tanısı için ailesel geçişliğin oldukça yüksek olduğunu ve jenerasyon farklılığına bakmadığını göstermektedir (Faraone ve Radonjić, 2023).

Çocuk ve ergenlerde tanılanan bireylerin ebeveynlerindeki DEHB tanısı alma prevalanslarına bakıldığı zaman cinsiyetler arası farklılığın olduğu belirlenmiştir. Annede görülme oranı %15-20 aralığında iken, babada görülme oranı %25-30 aralığında prevalans farklılığı olduğu saptanmıştır (Akgün vd., 2011).

Yapılan araştırmalar şu ana dek DEHB tanısı almış bireyler için genetik geçişliliği %40 olarak ifade etmiştir. Bu sonuçlar doğrultusunda DEHB için genlerin birbirleriyle ve çevreleriyle etkileşim içerisinde olması halinden oluştuğunu söylenebilmektedir. Segregasyon yani ayrışma analizlerinde belirli bir gen bulunması hedeflenmiştir fakat sonuçlar daha çok multigenetik bir faktörü göstermektedir. Bu analizlere ek olarak, DEHB tanısı alan ve genetik etiyolojiye rastlanmayan %2'lik bir oran olduğu saptanmıştır. Bu kişilerde herhangi bir kalıtımsal geçişlik saptanamamıştır (Faraone ve Biederman, 2004).

b. Psikososyal ve çevresel faktörler

DEHB'nin ortaya çıkış sebeplerinde nörobiyoloji ve kalıtım kadar önemli olan ve DEHB'nin şiddetini ve gelişimini etkileyen faktörlerden bir tanesi de çevresel ve psikososyal faktörlerdir.

Aile ortamı, işleyişi ve ebeveynlik tutumları, sosyoekonomik ve sosyoeğitim durumu gibi değişkenlerin DEHB'nin görünümünü değiştirmektedir. Yapılan araştırmalar kaotik ev ortamı, tutarsız ve güvenilmez ev ortamı ve çatışmalı aile ortamı gibi faktörlerin DEHB'yi şiddetlendirdiğini ve DEHB tanısı almış bireyde işlevselliği oldukça etkilediğini bulmuştur. Bu psikososyal faktörler tek başına ortaya çıkışına sebebiyet vermediği gibi genetik ve nörolojik yapıyla birlikte DEHB'nin ortaya çıkışına katkıda bulunmaktadır (Deault. 2010).

Psikososyal anlamdaki risk faktörleri arasına geniş aile yapıları, düzensiz disiplin, ev içi yoğun stres, öfke kontrolü olmayan ve saldırgan ebeveynler, annenin depresyonu, travmatik deneyimler ve koruyucu bir aile tarafından büyütölmek gibi faktörler vardır. Araştırmalar bu risk faktörlerinin bir evin içerisinde ne kadar sık ve bir arada var olursa eğer DEHB'nin gelişimi kolaylaştırır ve şiddeti yoğun bir şekilde arttırır. Kronik şekilde ilerleyen çatışmalar ve güvensizlik, ebeveynlerin ruhsal sağlık problemlerinin olması ve aile içi destek almayan çocukların DEHB semptomlarını kötüleştirdiği saptanmıştır (Daley ve Birchwood, 2010).

DEHB tanısı almış bireylere baktığımızda semptomların olumsuz etkisi ile ebeveyn etkileşimleri arasında korele olan bir ilişki var olmaktadır. DEHB tanısı alan erkeklere bakıldığında babalarıyla isteksiz, fiziksel disiplin kullanımı ve aşırı talepkarlık eğilimleri var iken; anneleri ile onay alamayan, eleştirel ve negatif tutumların olduğu bir ilişkinin var olduğu görölmüştür. Bu ebeveyn- çocuk etkileşimi negatif bir döngüye sebebiyet vermektedir. Ve DEHB semptomları ile baş etmeyi olumsuz etkilemektedir (Daley, 2006). Bunun yanı sıra DEHB tanılı bir ebeveyne sahip olan çocuklarda DEHB semptomları daha da şiddetlenmektedir. Buna sebebiyet veren nedenler, DEHB tanılı bir ebeveynin çocuğuna ihmalkâr ve tutarsız bir ortam sunma riskinin, sağlıklı ebeveynlere göre daha düşük olmasıdır (Tarver vd., 2015).

Çevresel faktörlere bakıldığı zaman ise araştırmalar; prenatal, perianatal ve postnatal birçok risk faktörünün DEHB gelişiminde etmen olduğunu ortaya çıkartmıştır. Frontal kortekste bir fiziksel bir hasar oluşmasına bağlı olarak, DEHB semptomları oluşabilmektedir (Mukaddes, 2015). Buna takriben annenin hamilelik süresince alkol, nikotin gibi zararlı maddelerin tüketimi, erken ve

kilosu düşük doğum kilosu, postpartum kanama gibi faktörler DEHB'nin ortaya çıkışındaki risk faktörlerindendir (Millichap, 2008).

c. Prenatal ve perinatal sebepler

Yapılan araştırmalar doğum öncesi süreçlerin DEHB gelişiminde önemli bir rol üstlendiğini göstermiştir. Prematüre doğum, düşük doğum kilosu, zorlu doğum süreci ve çeşitli doğum dönemi problemleri ve hamilelik süresince madde ve alkol kullanımı ile annenin ruhsal rahatsızlıkları DEHB ile ilgili risk faktörleri ortaya koymaktadır (McIntosh vd., 1995).

Prenatal faktörler ile postnatal riskleri ayırtmak zor olmaktadır. Bunun sebebi olarak sosyal zorlanmalar, annenin ruh sağlığı ve anneden gelen kalıtsal faktörleri ayırmak oldukça karmaşıktır (Thapar vd., 2009).

Obel ve arkadaşları (2011), annenin hamilelik dönemi sigara içme faktörünü içeren bir çalışma hazırlamışlardır. Bu çalışmada sigara kullanımı olan ve olmayan annelere bakılmıştır. Bu çalışmada genetik ve sosyal karışıklığı gidermek amacıyla kardeş uyumlu bir çalışma tasarımı yapmıştır. Duyarlı genetik analizlerinin sonucunda prenatal süreçte sigara kullanımı ile DEHB arasındaki riskli ilişki zayıf bir ölçüde bulunmuştur.

Ayrıca, çocukta DEHB gelişiminde erken döneme belirtilere yönelik olarak iki geçerliliği olan görüş var olmaktadır. Bunlardan ilki, DEHB kaynaklı davranışlar, tanı almış çocukta kişilik özellikleri olarak algılanıp, tanımlanırken; ikinci görüş ise DEHB kaynaklı bu davranış belirtilerinin nörogelişimde bir gecikmeden kaynaklı olarak ortaya çıkabildiğini söylemektedir. Günümüze kadar DEHB tanısı alan çocuklarda yaşam öyküsü olarak doğum süresince yaşanan sıkıntılarla ilgili bir komplikasyon görülmemesine rağmen alanyazında yine de perinatal faktörler DEHB'nin etiyolojisi ile ilişkilendirilmekte ve üzerine çalışmalar yapılmaya devam etmektedir (Ercan vd., 1998).

d. Nörolojik faktörler

DEHB ile ilgili olarak yapılan çalışmalarda DEHB'ye sebebiyet veren nörobiyolojik faktörler tam anlamıyla bulunabilmiş değildir. Tedavi kısmında ilaçların etkilerine bakıldığı zaman dopamin ve noradrenalin ile ilgili olarak nörotransmitter sistemlerinde oluşmuş olan bozulmaların, DEHB'nin oluşum sürecine sebep olabileceği belirtilmiştir (Russell, 2011).

Noradrenalin ve dopamin salınımlarının prefrontal kortekste belirli bir seviyede olması, yürütücü işlevlerin görevini sağlıklı bir biçimde yapması için gereklidir. Noradrenalin ve dopamin nörotransmitterları kortiko-stiato-talamo-kortikal denilen döngüyü düzenlemek, modüle etmektedir (Kieling vd., 2008). Tanı sahibi kişiler üzerinde yapılan araştırmalar anatomik bir şekilde bu döngüde bozulmaların olduğunu göstermiştir (Durstun ve Casey, 2006).

Yeni yapılan çalışmalardaysa, DEHB tanısı almış kişilerin beyin prefrontal korteks, anterior singulat korteks ve striatum bölgelerinde glutamat nörotransmitter düzeylerinde artış olduğunu ve psikostimulan tedavisi başlandığında glutamat nörotransmitter düzeylerinde azalmaların meydana geldiği saptanmıştır (Macmaster vd., 2003).

e. Beyin görüntüleme çalışmaları

Bilgisayarlı Tomografi ve MRI cihazları kullanılarak yapılan çalışmalar beyni görüntülemiş ve DEHB tanısı almış kişilerde frontal korteks, serebellum ve subkortikal alanlarda beyaz maddenin hacimsel azaldığını ve yapıda anormallikler olduğunu göstermiştir. Kaudat çekirdeğindeki farklılığı ergenlik döneminde kalkmaktadır fakat diğer farklılık sabit şekilde devam etmektedir. Parietal korteks ve hipokampus bölgelerinde devamlılık gösteren hacim azalması kalıcı semptomların oluşmasına sebebiyet vermektedir. Boylamsal araştırmalar, DEHB tanılı kişilerin birbirine paralel fakak gecikmiş bir beyin gelişim sürecine sahip olduklarını göstermiştir. Araştırma, kortikal gelişim süreci içerisinde 3 senelik bir gecikme olduğunu belirtmiştir (Shaw vd., 2007).

Bir diğer görüntüleme çalışmasında, tanı almış çocukların anne ve babalarında Pozitron Emisyon Tomografisinde, glukoz ve premotor metabolizmasında azalmaların olduğu görüntülenmiştir. Yetişkin DEHB üzerine yapılan bir diğer araştırmada ise Tek Foton Bilgisayarlı Tomografi yöntemi kullanılmış ve yürütücü işlevlerdeki işlevsizlikler ve stiaral alanlarda tutarlı biçimde prefrontal bölgeler içerisinde azalma ve daralmalar saptanmıştır (Cubillo ve Rubia, 2010).

Bu bilgiler ışığında DEHB, beyin sistemi içerisinde anormal ve işlevsiz aktivasyon ilişkilenmektedir.

f. Gen ve çevre ilişkisi

DEHB etiyolojisi üzerine yapılan çalışmalarda genetik ve çevresel faktörler arasındaki etkileşimler oldukça önemli bir yerdedir. Yapılan bir çalışma, prepartum dönemde yüksek bir seviyede annenin stresini yaşayan DEHB'li çocukların, daha az seviyede strese maruz kalan DEHB'li çocuklardan DEHB'ye ait semptomları daha şiddetli bir şekilde yaşadıklarını göstermiştir. Bu çalışmanın sonucunda çevresel aktörlerin DEHB için var olan genetik faktörlerin risk ifadesini değiştirebildiğine dair bir bilgi sunmaktadır (Grizenko vd., 2012). Farklı araştırmalarda ise, spesifik ve özgün gen varyantları için bu genlerin doğum öncesinde olabilecek risk faktörlerinin DEHB oluşumundaki etkisini azaltabileceğini belirtmiştir (Neuman vd., 2007).

Gen ve çevre etkileşimi kavramı, gen faktörünün bireyin maruz kaldığı çevresel faktörlerin birey üzerindeki etkisini değiştirebileceğini savunmaktadır. DEHB tanılı ebeveynlerin kendi çocuklarına da DEHB gelişimini oluşturabilecek bir disiplinsiz ve tutarsız bir ev ortamı yaratması, DEHB tanısı olmayan ebeveynlere göre daha risklidir (Harold vd., 2013). Gen-çevre arasındaki bu dinamik ilişki, DEHB'in sebebini bulabilmek için ve bozukluğu tam anlamıyla anlayabilmek için bütünleştirici, multidisipliner yaklaşımların gerekli olduğunu ortaya koymaktadır (Harold vd., 2013).

DEHB sonuç olarak etiyolojisi, çevresel, psikososyal, nörobiyolojik ve genetik tüm faktörlerin kompleks etkileşimleri ile birlikte var olmakta ve çok yönlü bir alan yaratmaktadır (Thapar vd., 2013).

7. DEHB ile Komordibite Tanılar

Hechtman ve McGough (2007), DEHB tanılı çocukların birçoğuna eşlik eden başka bir eş tanın var olduğunu belirtmektedir. Bu oranlar yaş, DEHB şiddeti, cinsiyet, aile biçimleri gibi farklı etmenlere yönelik değişim gösterebildiğini ifade etmiştir. Yapılan bu çalışmalar DEHB'ye %60 ile %100 arasında değişen bir sıklık aralığında minimum bir eş tanının eşlik ettiğini saptamıştır (Gillberg vd., 2004).

Öğrenme güçlüğü, davranım bozukluğu, depresyon, anksiyete, tik ve tremorler, karşıt olma ve karşıt gelme bozukluğu gibi ruhsal sağlık bozukluklarının yanı sıra obezite, uyku bozuklukları, yeme bozuklukları, epilepsi,

tip 1 diyabet, çölyak ve hipotiroidi gibi fiziksel rahatsızlıklarda komordibite olarak DEHB ile birlikte sıklıkla görülmektedir (Gnanavel vd., 2019).

DEHB tanısı alan çocuklar içerisinde en sık eşlik eden tanılardan bir tanesi Özgül Öğrenme Güçlüğü tanısıdır. Özgül Öğrenme Güçlüğü'nün eş tanı olarak %10 ile %25 arasında bir değer içerisinde olduğu belirtilmiştir (Instanes vd., 2018).

Komordibite tanılar belirlenirken klinik gözlem, ebeveyn ve öğretmen bilgisi, ölçekler ve davranışsal gözlem gibi kaynak seçimi, tanı koyma yöntemi ile standartları ve popülasyon farklılıkları gibi bulgularla komordibite tanılara dair heterojen bir veri elde edilebilmiştir (Posner vd., 2018).

Yapılan bir meta analiz çalışmasında öğrenmeye dair bozukluklar %5 ile %50, uyku sorunlarının %25 ile %70, gelişimsel koordinasyon bozukluğunun %30-50, obsesif kompulsif bozukluğun %5, depresyon ve anksiyete gibi duygudurum bozukluklarının %0 ile %45, tik bozukluğunun %20 ve karşıt olma karşıt gelme bozukluğunun %27 ile %55 aralığında eş tanı olarak ortaya çıkabileceği saptanmıştır. Bununla birlikte DEHB tanısına sahip olan bir bireyin olmayana göre, madde kullanımı riski 1,5 kat, yeme bozuklukları riski 1,2 kat ve sosyal medya bağımlılığı riskinin 9.3 kat artmaktadır (Drechsler vd., 2020).

Yapılan farklı bir meta analiz çalışmasında ise DEHB ile komordibite olan rahatsızlıkların oranı, öğrenme güçlüğü için %10 ile %92, duygudurum bozukluklarından depresyon için %12 ile %50, anksiyete bozuklukları için %15 ile %35 ve dışarıya yönelimlilik problemleri için %30-50 olarak belirtilmektedir (Gnanavel vd., 2019).

DEHB çalışmaları, tanılanan çocuklarda, adölesan dönemde birden fazla komordibite tanının ortaya çıkabileceğini ortaya koymuştur. Bu durumun sebebi olarak DEHB'in yaşam boyu devamlılığı, diğer bozukluklar için alan açan bir, oluşturan bir neden olarak sunulmuştur.

Biederman (2005), DEHB tanılı çocuklarda %44 oranında başka bir eş tanının da eşlik ettiğini saptamıştır. Bu çocukların eş tanı aldıkları alanlar ve oranlarında, %29'unda anksiyete bozuklukları, %18 oranında majör depresyon, %18'inde ise davranış problemleri ile bozuklukları ve son olarak %8'inde bipolar bozukluktan muzdarip olduklarından bahsedilmektedir (Leffa vd., 2022).

DEHB'e çocukluk ve ergenlik döneminde en sık eş tanı olarak gösterilen tanılar, Karşıt Olma ve Karşıt Gelme Bozukluğu Tanısı ve Davranış Bozukluğu Tanısıdır. Barkley (2006), yaptığı yayında DEHB komordibitesi olan Karşıt Gelme Karşıt Olma Bozukluğunun %54 ile %67 arasında sıklığının olduğunu ve davranış bozukluklarının %20 ile %56 oranında sıklığının olduğunu belirtmiştir (Gillberg vd., 2004).

8. Ayırıcı Tanı

DEHB çekirdek semptomları çoğunlukla kendisine eşlik eden tanıların belirtileri ile örtüşen bundan kaynaklı olarak da tanılamanın zorluğunun artmasına sebebiyet vermektedir. Akademik olarak başarısızlık yaşamaları ve bu başarısızlığın kaygı, endişe ve motivasyonsuzluğa neden olması sebebiyle özgül öğrenme bozukluğu ile birbirine karıştırılabilmektedir. Burada ayırıcı olan kısım Özgül Öğrenme Güçlüğü'nde kişi sadece akademik anlamda odak problemi yaşamaktayken, DEHB tanılı kişilerde odaklanamama ve dikkatsizlik yaşamının birden fazla alanında görülmektedir. Aynı zamanda Özgül Öğrenme Güçlüğü'nde DEHB'den kaynaklanmayan dikkat ve odaklanma problemleri ortaya çıkabilmektedir (Luoni vd., 2015).

DEHB tanılı bireylerin 1:3 oranında depresif semptomların görüldüğü belirtilmiştir. Majör Depresyonda da DEHB'ye benzer bir şekilde agresyon, huzursuzluk, ajite olma hali ve konsantasyonu sürdürmemeye gibi belirtilerinin olduğu bilinmektedir. DEHB ile majör depresyonun ayırıcı tanısında majör depresyona ait farklı ve spesifik özelliklere bakmak gerekmektedir (Spencer vd., 2007).

Manik Depresif Bozukluk tanılı olan kişilerde DEHB, %15 ile %75 aralığında bir oranda eş tanı olarak görülmektedir. DEHB tanılı olanlarda ise yaklaşık olarak %7 ile %23 aralığında manik depresif bozukluğun görülebileceği belirtilmiştir (Diler vd., 2007). Bipolarite ve DEHB için semptomlardaki psikomotor ajitasyon, impulsif davranışlar, distraktibilite ve dikkatsizlik ve yoğun agresyon gibi klinik belirtiler benzerlikler göstermektedir. Burada bakılması gereken alan grandiyöz hal, aşırı cinsellik güdüsü, aşırı para harcama ve uykusuzluk gibi mani epizodunun spesifik ve özgün semptomlarına bakmak ve

sürecin epizodlar şeklinde ilerleyip ilerlemediğine bakmak ayırıcı tanılama için önem teşkil etmektedir (Biederman, 2003).

9. Tedavi Süreci

DEHB semptomlarının şiddetini hafifletebilmek amacıyla birden fazla alanda tedavi yöntemleri belirlenmiş ve denenmiştir. Temel olarak bu tedavi yöntemler farmakolojik ve non-farmakolojik tedaviler olarak ayrılmaktadır. Yapılan araştırmalar bu iki tedavi yöntemlerinin birlikte kullanımlarının yani bozukluğa bütüncül bir şekilde yaklaşmanın en etkili DEHB tedavisi olduğu ortaya çıkmıştır (Feldman vd., 2018).

Farmakolojik tedavilere eklenen ebeveyn eğitimi, psikoterapötik müdahaleler ve sosyal destek gibi etmenler, psikostimülanların etkinliğini arttırmaktadır (American Academy of Child and Adolescent Psychiatry, 2007).

a. Farmakolojik yaklaşımlar

DEHB ile ilgili olarak en sık kullanılan farmakolojik tedavi yöntemleri, metilfenidat ve amfetamin maddeleridir. Bu maddeler psikostimülan grubunda yer almaktadır. Bu maddeler DEHB tanısına sahip kişilerde prefrontal korteksi aktive eder ve dopamin ile norepinefrinin etkisini güçlendirmektedirler. Bu sayede, beyindeki yürütücü işlevler ve dikkat işlevleri optimize edilmektedir (Arnsten ve Pliszka, 2011).

Metilfenidat, beyin içerisinde allosterik biçimde dopamin taşıyıcısını ve norepinefrin taşıyıcısını bloke etmektedir. Bu sayede, dopamin ve norepinefrin sinaptik aralık içerisinde daha fazla kullanılabilir. Amfetamin, norepinefrin ve dopamin taşıyıcısı için bir inhibitör olarak işlev görmektedir. Bu işlev sayesinde dopamin ve norepinefrinin sinaptik aralık içerisindeki değeri artar (Stahl ve Stahl, 2000). Bu ilaçlarla yapılan meta analizler DEHB üzerinde psikostimülanların DEHB belirtilerinin etkinliğini azalttığını kanıtlamaktadır (Spencer vd., 1996).

DEHB tanısı almış çocuklar üzerinde boylamsal olarak yapılmış Multimodal Tedavi Çalışması, psikostimülanların yaşam kalitesini artırıcı etkinliğinin uzun süre devam edemediğini ortaya koymuştur. Psikostimülanları 10 sene ve daha fazla kullanan çocuklar ile psikostimülan ilaçları yarıda bırakmış

çocuklar arasında semptom şiddeti ve azalımı olarak bir farklılık olmadığı saptanmıştır (Banaschewski vd., 2014).

Farmakolojik olarak metilfenidat, distraktibilitiyi önleyip, odak konusunda onarımlar yapsa da yapılan araştırmalar bu düzelmenin dikkat işlevlerinde kesintisiz bir şekilde devamlılık ve onarım sağlamadığını göstermektedir. Bundan kaynaklı olarak sadece farmakolojik ilaç kullanımı değil aynı zamanda dikkat eğitimi gibi ek tedavi ve programlarından faydalanmak gerekmektedir (Pitzianti vd., 2020).

DEHB'in dürtüsellik ayağında ise psikostimülanların etkinliği kesin olmamaktadır. Alanyazında DEHB tanısına sahip olan aynı bir grup yapılan çalışmalar psikostimülan ve placebo etkilerinin benzer olduğu vurgulanmıştır (Malone ve Swanson, 1993). Metilfenidat kullanımı dikkat ve hiperkinetiklik alanlarında olumlu değişimlere sebebiyet vermekte ve etkinliği kanıtlanabilmekte fakat dürtüsellik alanındaki etkinliği kanıtlanamamaktadır (August ve Garfinkel, 1993).

Psikostimülanların yan etkilerinden bahsetmek gerekirse iştah kapanması, kalitesiz uyku, mide bulantısı, kalp çarpıntıları, nabız ve kan basıncının yükselmesi gibi yan etkiler çalışmalarda bulunmuştur (Graham ve Coghill, 2008). Bundan mütevellit, kardiyovasküler problemleri olan hastalara bu ilaçlar önerilmemektedir (Hennissen vd.,2017). Çocuk hastalarda en sık ortaya çıkan problemler gastrointestinal alanla ilişkilidir özellikle mide bulantıları, iştah kapanması ve kusmayla sıklıkla karşılaşılmaktadır (Wietcha vd., 2013).

b. Psikososyal tedaviler

Yapılan bir çalışmada DEHB üzerinde farmakolojik tedavinin tek başına yeterli ve uzun süreli olmadığını saptamış ve farmakolojik tedaviye ek olarak psikososyal tedavi biçimleri önermişlerdir. Psikososyal alandaki tedavi biçimleri olarak psikoterapiler, oyun terapileri, anne- baba eğitimleri belirtilmiştir (Bell, 2011).

Psikososyal müdahalelerden bir tanesi olan ebeveyn eğitimi, 6 yaştan küçük tanı almış çocuklar, 6-18 yaş arasında hafif ve orta şiddetli DEHB semptomlarına sahip hastalarda öncelikli olarak tercih edilen tedavi modelidir. Aynı zamanda şiddetli DEHB semptomlarında ilaç ile birlikte yardımcı tedavi olarak

kullanılmaktadır (Hunt vd., 2019). İşlevsiz aile yapılarının DEHB semptomları üzerindeki etkinliği bilinmektedir. Ve bundan kaynaklı olarak DEHB tanılı kişilerde ebeveynlerin DEHB ve ebeveynlik konusunda destek almaları önem teşkil etmektedir. Ebeveyn eğitimlerinde temel olarak alınan DEHB kaynaklı ortaya çıkan davranışsal alanlardır (Anastopoulos vd., 1993). Yapılan çalışmalar, ebeveynlerle yapılan bu tedavinin ebeveynlerdeki stres seviyesini regüle ettiği ve DEHB konusunda kendilerine duydukları özgüveni arttırdığı belirtilmiştir (Risley vd., 2020). DEHB tanılı çocuklarda bu tedavinin semptomlarını azalttığını belirtmiştir. Güvenli bağlanmanın, sosyal becerilerin, dürtüselliği önleyebilmenin ve davranım bozukluklarının azalmasına sebebiyet verdiği yapılan çeşitli araştırmalar ile ortaya konmuştur (Hunt vd., 2019).

Bir diğer tedavi yöntemi psikoterapilerdir. En yaygın olarak tedavi için kullanılan terapi yöntemlerinden bir tanesi Bilişsel Davranışçı Terapi'dir. Bilişsel Davranışçı Terapi, DEHB tanılı kişilerde özdenetim davranışını arttırmayı amaçlamaktadır ve aynı zamanda sorunlarını çözebilmeye yönelik problem çözme becerilerini arttırmaktadır. Kendine talimat verme, davranış ödevleri ve rol-playler sıklıkla kullanılan terapi müdahalelerindendir (Thygarajan, 2016). Yapılan araştırmalarda Bilişsel Davranışçı Terapi modelinin sınırlı bir alanda ana semptomlarda etkisinin olduğunu bulunmuştur (Abikoff ve Klein, 1987). Fakat, farklı araştırmalarda ise DEHB'nin tedavisinde farmakolojik tedavi olmadan veya ek olarak Bilişsel Davranışçı Terapi modelinin pozitif etkileri olduğu vurgulanmıştır (Muñoz-Solomando, vd., 2008).

Farklı yapılan çalışmalarda Bilişsel Davranışçı Terapi'nin farmakoterapi ile birlikte sürdürülmesinin tedavinin işe yararlılığını güçlü şekilde artırma etkisinin olduğunu saptamıştır (Pelham Jr ve Fabiano, 2008). Özellikle öfke patlamaları ve davranım sorunlarında olumlu değişimlere etkisinin olduğu bulunmuştur (Benjamin vd., 2011).

c. Non-farmakolojik tedaviler

Yapılan araştırmalar düzenli olarak yapılan sporun DEHB semptomlarını azalttığını ortaya çıkartmıştır. Spor, yürütücü işlevler konusunda iyileşme sağlarken aynı zamanda DEHB sebepli anksiyete ve depresyon alanlarında da iyileşme hissi sağlamaktadır (Christiansen vd., 2019).

Aynı zamanda bazı çalışmalarda fosfotidilserin prepatların, DEHB semptomları üzerinde plasebo etkisine oranla daha iyi sonuçlar verdiği görülmektedir (Vaisman vd., 2008). Yağ asitlerinden omega-3 ve omega-6 kullanımının metilfenidat tedavi süresince herhangi bir etkinliğinin olmadığı görülmekle birlikte olası mide ve iştah üzerindeki yan etkileri azalttığı belirtilmiştir (Barragán vd., 2017).

10. Psikanalitik Teoriler Üzerinden DEHB

Psikanalitik ve psikodinamik teoriler, insanın davranışının, zihin yapısının ve psikopatolojilerinin nasıl oluştuğunun anlaşılması konusunda önemli bir kaynaktır. Temel olarak bu yaklaşım, erken dönem kurulan bağlar ve deneyimlerin kişinin zihinsel süreçleri ile nasıl bir etkileşim içerisinde olduğunu bireyin öznelliğini de katarak psikopatolojiyi anlamayı amaçlamaktadır. Psikodinamik ekolün DEHB'ye bakışı, nörobiyolojik bir olgudan ziyade DEHB'nin bireyin içsel çatışmalarının bir sonucu, ruhsal aygıtın bedendeki yansımaları, semptomlaşması şeklinde tanımlamaktadır (Claudon ve Lighezzolo-Alnot, 2007).

Her çocuk kendine özgü bir erken dönem yaşam öyküsüne ve deneyimine sahiptir. Bu deneyim biriciktir ve kendisine özgüdür, bundan kaynaklı olarak DEHB semptomları, şiddeti, gelişimi ve ilerleyişi kişiden kişiye farklılıklar gösterecektir. Bu sebeple her bir vaka kendi içerisinde bireysel bir yerden değerlendirilmelidir (Flavigny, 2001).

Erken dönem deneyimlerinden, bağlanma ve ayrılma süreçlerinin DEHB'nin gelişimini oluşturan kritik süreçlerden olduğu söylenmektedir psikodinamik yaklaşım tarafından. Nevrotik, sınır durum ve psikotik kişilik örgütlenmelerinin her birinde, DEHB semptomlarının sebepleri, manası ve bu semptomların yatıştırmaya çalıştığı anksiyete birbirinden farklı olmaktadır. Psikotik yapılanmanın içerisinde çocuğun temel endişesi parçalanma, yok olma, ölüm ve zarar görme halidir. Hiperaktif semptomlar bu endişelerle baş edebilmek, endişelerin yükünü hafifletebilmek amacıyla bir savunma biçimi olarak ortaya çıkmaktadır; hareket ediyorsam eğer canlıyım savunmasını yapmaktadır. Nevrotik örgütlenmede çocuğun temel kaygısı kastre edilmek ve babanın yasasının varlığına duyulan zorunlu ihtiyaç ile ortaya çıkmaktadır (Lacan, 1955). DEHB,

ödipal dönemdeki aşırı cinsel uyarılmayı boşaltabilme ve sağlıklı şekilde sınırlandırabilme için babanın yasasını çağırmak güdüsüyle kullanılabilir. Sınırdurum örgütlenmelerde ise hiperkinetik davranışların asıl sebebi anne ile kurulan bağ içerisinde annenin yokluğunun veya aşırı varlığının yaratmış olduğu nüfuz edilme, yas ve depresyonun oluşturduğu kaygı vardır. DEHB belirtileri ise burada, ötekinin dikkatinin sürekli çocuğun üzerinde olmasını sağlayarak kayıp endişesini yatıştırmaktadır (Zabcı, 2022). Yapılan projektif araştırmalar DEHB semptomlarına sahip olan çocukların büyük oranda sınırdurum kişilik örgütlenmesinde olduğunu saptamıştır (Cohen de Lara, 2000; Claudon ve Tychey, 2004).

Winnicott (1997), önemli öteki olan annenin kendi bebeği ile kurduğu ilişkinin anne karnı sürecinde başladığını bebeğin doğumundan sonra devam ettiğini belirtmiştir. Bu ilişki bireyin tüm gelişim süreçlerini etkileyen temel unsurdur. Bebek doğumdan sonraki ilk süreçte anne ve kendisini bir bütün olarak görmektedir, anne sadece bebeğe aittir. İlk sene annenin besleme süreci, kapsamı, annelik kapasitesi gibi alanlarla ile bebeğin ilk inanışlarını şekillendirmektedir (Gauthier, 1999).

Bebekteki koruyucu zar yani ben bakım verenim tarafından korunuyorum hissiyatı, bebek anne arasındaki uyumlu ve güvenli ilişki bağı ile oluşmaktadır. Bakım veren kişi, bebeğin ihtiyaçlarını fark edebilmeli, bunları karşılayabilmeli ve meydana gelebilecek olası gerilimleri bebeğin regüle edebileceği bir hale getirmeli, kapsayıcılık işlevini yerine getirmelidir. Bu kapsayıcılık ve güven ilişkisi bebeğe korunduğunun hissiyatını vermektedir (Zabcı, 2022). Hiperaktif davranış bozukluğu annenin kapsayıcı olma, bebeği iç ve dış gerilimlere karşı sakinleştirebilme alanında kronik yetersizliği sonucunda oluşmaktadır (Golse, 1996).

Kucaklanma ve tutulma anne-bebek arasındaki ilişki için elzem bir alandır, anne ve bebek arasında bebeğin ilk dönemlerinde anne ile kendisini bir bütün halinde hissedebilmesi için gereklidir (Winnicott, 1945). Kucaklama eylemi sadece fiziksel bir alan olarak görülse de aynı zamanda bebeği güvende hissettiren, yatıştıran ve ihtiyaç duyduğu alanı yaratmayı da kendi bünyesinde barındırmaktadır (Tükel, 2011). Tutarlı ve kucaklayıcı, bebeğin duygularını anlayıp uyumlanabilen, çevreyi bebeğe uygun olarak kontrol edebilen ve bebeğe

destek verebilen bir bakım veren, bebeğin dikkat kapasitesinin gelişmesini, dürtüsellik ve duygulanımları regüle edebilme, denetleyebilme becerisini arttıracaktır (Ritvo, 2005). Yoğun şekilde fiziksel uyarılma ihtiyacında olan çocukların bebeklik döneminde kucaklanma ihtiyaçlarının tam anlamıyla, yeterince iyi şekilde hem psikolojik hem de fizyolojik olarak kapsanmadığı görülmektedir (Winnicott, 1958).

Yapılan çalışmalar depresif semptomlar içerisinde, çökkün duygudurum içerisinde olan annelerin, bebeklerinin ihtiyaçlarını karşılayabilme alanında zorlandıklarını ortaya koymuştur. Hem fiziksel hem de psikolojik ihtiyaçların giderilmemesi sonucunda, bebeğin kendisini motor hareketliliğe yönlendirdi, hiperaktif davranış ve dürtüsellik ile kendisini yatıştırdığı ve konsantrasyon becerilerinin olması gereken gelişim seviyesinde olmadığı fark edilmiştir (Mazet, 1996). Yetersiz kalan, depresif annenin sonucunda hiperaktif ve dürtüsel semptomlarının olduğu alan bebeğin kendi içsel çatışmalarının, karşılanmamış ihtiyaçlarının depresif acısına karşın üretmiş olduğu manik bir savunma mekanizmasıdır (Frankel, 2008). Hiperaktif davranış ile birlikte çocuk “içsel gerçeklik açısından” kaçınmaya çalışmaktadır. Kendi duygusal çalkantılarını davranışa vurarak gidermeye çalışmaktadır (Rainwater, 2007, s.80)

Ebeveyn ihmali, tutarsız ve güvensiz ortam, duygusal erişilemezlik gibi alanlardaki problemler çocuğun kendi özdenetim, duygu regülasyonu ve uyum gösterme davranışlarının kapasitesini engellemekte ve DEHB belirtilerin oluşmasına zemin hazırlayabilmektedir (Stern, 2006). Bebek kendi nesnesinden, içsel çatışmalarına sebep veren yoğun duygularının ve denetleyemediği dürtülerinin yatıştırılmasını talep etmektedir. Bu yatıştırma görevine “kapsayıcı işlev” denilmektedir (Houzel, 2005). Kapsayıcı işlevin yerine getirilmediği durumda bebek bu ihtiyacı karşılayabilmek adına iç ve dış gerilimlerden korunmanın yolu olarak bedensel ajitasyonu kullanmaktadır. Depresif haldeki bakım veren figürü, bebeğini sakinleştiremeyip aynı zamanda kendi depresif yapısını bebeğe projekte ederek bebekte aşırı bir uyarılma hali yaratabilmektedir. Bu aşırı uyarılmaya karşı bebek bedensel ajitasyonu bir savunma kalkanı olarak kullanır ve bu şekilde projekte edilen gerilimle başa çıkabilir (Swec, 2004).

Leuzinger-Bohleber ve Fischmann (2010), Klein ve Winnicott kökenli bir nesne ilişkisi modeliyle DEHB’yi ele almaktadır. Çocuğun kendisinde “nefret

dolu nesnenin imajı” yaratan bir nesnenin varlığı ve bu saldırgan öz-imaja dair çocuğun nesnesini bir zulmeden olarak görerek, şizo-paranoid konumun çıktısı olarak DEHB semptomlarını göstermekte olduğunu söylemişlerdir.

Gilmore (2000:1260) ise “egonun sentetik, yapay ve düzenleyen-bütünleştiren işlevlerinde yaşadığı bozukluk” biçimde ego psikolojisine yönelik olarak ele almıştır. DEHB’yi “nöropsikolojik ve nevrotik olan bileşenleri içeren bir karışım ... genel olarak farmakoloji kullanılsa da eş zamanlı psikanaliz süreci ile en iyi şekilde tedavisi mümkündür” olarak vurgulamaktadır.” Sugarman (2006) ise yaptığı araştırmada DEHB’li zihinlerdeki yeterli öz-regülasyon için gerekli birden çok zihinsel süreçle ilgili homeostatik dengede ve sürdürmede güçlük yaşadıklarını belirtmektedir.

Palomno (2001 :153) ise DEHB’nin, olumsuz aile iletişimleri ve bundan kaynaklı olarak “kendilik nesnesi işlevlerinin” pozitif yönde gelişmediğine vurgu yapmaktadırlar. Ve bu da ilişkinin lekelenmesine sebebiyet vermektedir. Kendini sakinleştirebilme, bağ kurabilme ve regülasyon becerileri ihtiyacı olan idealleştirme işleviye bu zarardan en çok payını alan yerdedir. Çocuk kendini kabul edilemez ve sevilemez hisseder bu duygusal acıdan kaçınabilmek adına dürtüselliğe yönelmektedir.

Bion (1962a), psişik aygıt içerisinde alfa süreci aracılığı ile semboller veya alfa ögesine dönüştürülmüş duyuşal beta ögeleriyle nasıl doldurulmuş olabileceğine dair modeli kullanmaktadır. Bu sürecin içerisinde, çocuğun kaygısından kaynaklı olan beta element emisyonunu kontrol altına alabilen bir “diğer taraf” gerekmektedir. Yani duyguları ifade etmek için çocuğun sözel simgeselleştirme yapabilmedeki kronik başarısızlığının yarattığı ruhsal bunalımdan kaçınabilmek için zorunlu eylemi bırakması söylenebilir.

Günter (2014: 46) ise üç başlıkla DEHB’yi indirger. İlk olarak, semptomların “egonun işleyip bütünleştiremediği erken dönem travmatik deneyimlere yönelik savunma oluşumları” olduğunu söylemektedir. İkincisi, özellikle erkeklerde sıklıkla karşılaşılan “istikrarlı sınır belirleyen nesnenin içselleştirmesi ve eylemlerini bu modele yönelik kendi öz düzenleme aracından” yoksun şekilde bırakılmalıdır. Burası işlevsel bir baba figürünün var olmayışının yarattığı sıkıntı ve babaya yönelik temsilin daha sık bir biçimde sadist bir imaj

altında olduğunu gösteren bir yer olmaktadır. Son olarak ise, DEHB'yi “düşünce ve duygulanımı işleyebilmede yaşanan arıza” olarak başlıklandırmaktadır. Duyumlar ve duygulanımlar, yani var olan beta elementler, düşünceleri yaratabilmek ve organize edebilmek için uygun şekillerde sindirilemez ve bunun sonucunda alfa elementlerine dönüştürülemez. Bundan kaynaklı olarak doğruca dürtülere ve motor huzursuzluğa yönelerek hiperaktivite ve dürtüsellik semptomlarını oluşturmaktadırlar.

Nesne ilişkileri kuramında yer alan içsel nesne alanından DEHB'ye bakıldığı zaman, öncelikle içsel nesnenin kökeninin Freud'un “süper ego” terimine doğru kökenin gidebildiği fark edilebilir (Freud, 1923). Freud, egonun bir kısmı için “benliğin diğerlerinin nasıl şekilde karşısına çıktığını, yargılandığını ve sanki onu nesnesi biçiminde içine aldığını” belirtmiştir ve bu kısmın bilinçdışı alanında olduğunu ve egonun acımasız bir yargıç şeklinde işlevselleşmesine sebebiyet verdiğini belirtmiştir. (Freud, 1917). Klein'ın, “içe atılan” kavramı “benliğe ve diğer ötekilere yönelen kendine özgü istek ve niyetleri olan, egonun içerisinde somut şekilde var olan ötekinin bilinçdışında var olan deneyimi ve fantezisi” anlamına gelmektedir (Riviere, 1955: 347). İçe atılan nesne, gerçeği yansıtmakla beraber dış gerçeklikteki ötekiyi nasıl algıladığımızı etkilemektedir. Nesne ilişkisi “içe atılan ile yansıtılan arasındaki, iç ile dış ötekilerin arasındaki nesnelerle durumlar arasındaki etkileşim” ile birlikte şekillendirilmektedir (Klein, 1946: 99). DEHB ile ilgili olarak içe atılan iyi nesnenin “egonun işlevi içerisinde bir odak noktası kuramayacak” kadar zayıflamış olması içe atılan kötü nesnenin “boyun eğmez otoritesi”nin ortaya çıkması için güç verir ve çocuk odak noktasını kaybeder (Klein, 1946: 101).

Psikanalitik teorem, DEHB semptomlarının oluşması ve gelişmesindeki bilinçdışı süreçlerin önemine vurgu yapmaktadır. Bunu, bir çocuğun reddedilmeye veya yetersizlik hissiyatlarının verdiği duygusal acıya karşın dikkatini bu alandan uzaklaştırıp, koparır veya sıkıntılarını dışarıya hiperaktif ve dürtüsel semptomlarla iletir (Ritvo, 2005). Berger (2003), yaptığı bir çalışmada DEHB tanısı alan ve semptomları gösteren 60 kişilik bir çocuk grubundan 56'sının, erken dönem yaşantıları içerisinde güvenli ve tutarlı ev ortamının olmadığını, kapsayıcı anne işlevinden uzak olduklarını belirtmişlerdir. Erken

dönem ilişkilerini şiddet içeren, disiplinsiz, tutarsız ve depresif bir anne kapsamında tanımlamışlardır.

Psikanalitik teori üzerine inşa edilmiş olan psikanalitik terapi, DEHB tanılı kişilerde, kişinin DEHB sebepli semptomlarının altında yatan bilinçdışı süreçleri, savunma mekanizmalarını ve sağlıklı bir şekilde çözülmemiş çatışmalarını ele almaktadır. Bu tedavi içerisinde; aktarım ilişkisinin dinamiğinin incelenmesi, serbest çağrışım ve rüyaların yorumlanması gibi teknikler kullanılmaktadır (Frankel, 2008).

Terapötik bağ, psikanaliz için kritik bir önem arz etmektedir. Terapötik bağ, terapist ve hasta arasında kurulan uyumlu ve güvenli ilişkidir. Bu ilişki, bireyin kendi zihnini keşfedebilmesi, duygularını ve kendisini tanımlayabilmesi, iç dünyasını kavraması için güvenilir ve kapsayıcı bir ortam sunmaktadır (Fonagy ve Target, 2002).

Yapılan araştırmalar DEHB'nin sadece farmakolojik değil psikanalitik psikoterapilerle birlikte bütüncül bir fayda sağladığını ve tedavinin işe yararlılığını arttırdığını göstermiştir (Ritvo, 2005). DEHB semptomlarının altında yatan psikolojik sorunları araştıran psikanalitik, DEHB kaynaklı yaşanan duygusal ve kişilerarası sorunlar için yararlı olabilmektedir (Stern, 2006). Aynı zamanda, semptomların sebeplerini ve hayatındaki işlevlerini anlamalarına ve kendilerine dair bir farkındalık alanı geliştirerek, duygusal ve dürtüsel düzenlenme becerisinin artmasına katkı sağlamaktadır (Frankel, 2008).

DEHB için yapılan psikanalitik yorumlar çeşitli eleştiriler ile karşılaşmıştır. DEHB'ye dair yapılan çoğu araştırmanın Bilişsel Davranışçı Psikoterapi ve Nörobiyolojik açıklamalara odaklanması sebebiyle temel eleştiri alanı psikanalitik açıklamaların ampirik olmamasıdır. Ayrıca, psikanalitik yaklaşımın erken çocukluk deneyimi ve bilinçdışına yaptığı aşırı vurgu ve nörobiyolojik ile genetik faktörlerin önemini geri plana atması sebebiyle eleştirilmiştir (Rutter, 2005).

Tüm bu eleştiriler ve sınırlamalara rağmen, DEHB için yapılan psikanalitik açıklamalar, DEHB'ye sebebiyet veren faktörlerin karmaşık yapısına kişinin kendi öznel deneyimini kattığı için değerli bir bakış açısı katmaktadır. Psikanalitiğin sunduğu açıklamalar ile nörobiyolojik ve genetik çalışmaların

açıklamalarını bir araya getirmek bireyin biricikliğini üzerinden daha kapsamlı ve detaylı bir anlayış getirebilir ve sonuç olarak DEHB tanısı almış kişilerin daha bireyselleştirilmiş ve kendi kişisel öykülerini de denkleme katarak daha etkili bir tedavi oluşturulabilir (Fonagy ve Target, 2002). Epigenetik, deneyimin sinirsel alanını vurgulayarak bu alana bir önem atfeder. Frances (2016), Freud'un psikanalitik söylemlerinde döneme ait sinirbilim ile ilgili bilgileri de içgörüsüyle ilişkilendirdiğini belirtmiştir. Freud (1913: 182), “bir araç” görevi gördüğünü belirtmektedir. Tekrarlamak gerekirse, psikanalitik salt bir nedensellik üzerine ilerleyen bir yaklaşım değildir. Bir psikiyatrik bozukluğu incelerken Freud (1895: 135), hızlandıran sebepler, gerekli ön koşul şartları, spesifik sebepler ve en önemlisi “her bozuklukta mevcut olmak zorunda olmayan ve tek başına etkisi de olmayan eşzamanlı giden sebepler” arasındaki sebepleri birbirinden ayırmamız gerektiğini belirtmektedir. Sosyal faktörler tek başına DEHB'yi yaratmaz fakat sosyal mekanizmaların bozukluğu bu semptomun ortaya çıkmasında eş zamanlı bir etmen olabilmektedir (Barkley, 1998: 72). Barkley (1998), genetik çalışmalar için paylaşılan etmenlerin DEHB'deki küçük bir alanını açıkladığı belirtirken, varyansın geniş olan tabanının paylaşılmayan etmenler olduğunu belirtmiştir. Aynı zamanda DEHB'le ilgili olarak önemli olan noktanın bireyin kendisine özgün biyolojik, etkileşimsel ve benzersiz sosyal deneyimlerine odaklanmamızın önemini vurgulamıştır. Psikanalitik de vurgusunu bireyin özgün etkileşimsel ve sosyal deneyimlerine vurgu yaparak bireyin var olan durumuna ilişkin nedensellik bağlamını ortaya çıkarabilmektedir.

B. Psikodinamik Teoriler

1. Psikodinamik Teorilerin Tarihi ve Kuramsal Bakış Açıları

18. Yüzyıl sonlarına doğru bir bilim olarak kabul psikoloji, 20. Yüzyıla gelindiği zaman Sigmund Freud tarafından yeni bir çerçeve içerisinde açıklanmıştır. Sigmund Freud, fizyoloji, anatomi ve nöropatoloji üzerinde çalışmalar yaparak başladığı tıp doktorluğu kariyerine Josef Breuer ile Viyana'da hipnoz ve histeri üzerinde çalışmasıyla birlikte nöropatolojiden koparak, Breuer'in çalışmalarında katkısıyla Psikanalitik kuramını oluşturmuştur. (Freud, 2006). Freud'un, Psikanalitik kuram ve histerik hastalar üzerinde yaptığı bu

alışmalar modern psikoloji kuramlarının ve psikoterapi yöntemlerinin yapı taşlarını oluşturmuştur (Özakkaş, 2018b).

Psikolojik tedaviler için yapılan araştırmalarda tedavi yöntemi olarak ilk olarak hipnoz ve telkin gibi teknikler kullanılmaya başlanmıştır. Hipnozu ve telkini psikolojik araştırmalar için ilk olarak Franz Anton Mesmer kullanmıştır. “Hayvansal Manyetizma” adını verdiği sistem ile hastaları bir çember oluşturacakları şekilde konumluyor ve uygun düzeydeki ses ile ışık ayarlamalarını yapıp, mor renk bir üniforma ile hastalar arasında dolaşmaktadır. Bir şekilde oluşturduğu bu yöntem hastaların psikolojik sıkıntılarını ve felçlerini iyileştirmektedir, bu teknik hipnoza giden ilk adım olmaktadır (Geçtan, 2017).

Freud’un, Breuer ile birlikte yazdıkları “Histeri Üzerine İncelemeler” isimli çalışmaları psikodinamik kavramını ortaya çıkaran ilk çalışma olmuştur. Freud, ruhsal çatışmaların ve sıkıntıların ardında yatan temel nedenin bilinçdışı cinsel çatışmalar olduğu savını ortaya koymuştur ve bu sava katılmayan Breuer ile yollarını ayırmıştır. Yaptığı çalışmalarda bilinçdışının, davranışa nasıl etki ettiğini, nevrozun nasıl oluşmuş olabileceğini, nevrozun ortak belirtilerine açıklık getirmiştir. Zaman içerisinde Freud, hipnoz kullanımını bırakarak yerine serbest çağrışım tekniğini getirmiştir. Serbest çağrışım ile birlikte hastayı yönlendirmeden, eleştirmeden ve kesmeden hastanın zihninin kendi akışını, arzusunu, düşüncesini dışa vurmasını sağlamıştır (Geçtan, 2018).

Freud, psikanalizi ortaya koyduğu ilk senelerde otoriteyi kendi elinde tutsa bile farklı bilim insanlarının da psikanalize ilgi duymalarıyla beraber, psikanalizi hem geliştirmiş hem de Freudyen psikanalizi eleştirmişlerdir. Yapılan bu yorumlamalar ve gelişmeler zaman içerisinde hem Freud’un hem de diğer psikanalistlerinin teorilerini ve savlarını değiştirmiş ve dönüştürmüştür (Makari, 2008).

Psikanaliz, psikoterapiler arasında baskın olarak kullanılan tedavi yöntemlerini temelini oluşturmuştur ve çalışma yelpazesi genişleyerek devam etmiştir. Klasik psikanaliz, bireylerin bilinçdışı çatışmalarına odaklanırken, klasik psikanalizden koparak ilerleyen psikodinamik psikoterapiler ve teoremler ise nesne-özne ilişkisi içerisinde bireyin erken dönem gelişimindeki ihtiyaçlarına bakarak psikolojisini ele almaya başlamışlardır (Safran, 2014).

a. Klasik psikanaliz

Temel olarak psikanalitik teorem için bireyin davranışının ve düşüncelerinin altında yatan bilinçdışı alana odaklanan ve buradaki ilişkiselliği ortaya koyan bir teoremdir (Snowden, 2011). Psikanalitik kuram temel olarak topografik kişilik kuramı ile birlikte başlamıştır. Topografik kuram, bireyin zihin yapısını bilinç, bilinçöncesi ve bilinçdışı olarak adlandırmaktadır. Bilinç, fark eden ve bilen taraf iken, bilinçöncesi yönlendirilmiş bir odak ile bilinçteki bilgiye ulaşan alanken, bilinçdışı bireyin farkında olmadığı tüm dürtüleri, inanışları ve yaşanmışlıklarını barındırmaktadır (Duyan, 2016). Ardından Freud bu topografik kuramı geliştirerek yapısal benlik kuramını geliştirmiştir. Yapısal benlik kuramı içerisinde id, ego ve süperegö dediği kavramları oluşturmuştur ve kişiliğin ilkel, cinsellik ve saldırganlık gibi temel doğuştan gelen dürtülerinin oluşturduğu id veya altbenlik, doğum sonrası bakım verenlerin değerlerini, isteklerini ve ahlaki alanlarını içselleştiren süperegö ve bu iki ego alanı arasındaki dengeyi sağlayan ve düzenleyen dış dünyanın etkileri ile birlikte id'den gelişmiş ego bulunmaktadır (Freud, 2001).

Sigmund Freud, id (alt benlik), ego (benlik), ve süper ego (üst benlik) olmak üzere üç ana kısım olarak tanımlamaktadır. İd, kendiliğin doğuştan sahip olunan ve biyolojik tüm dürtülerinin kaynağıdır. Freud, insanın cinsellik ve saldırganlık olarak iki temel dürtüsünün olduğunu söylemektedir. Ego yani benlik ise kişinin düzenleyici ve uyumlayıcı parçasıdır. Ego, süperegö ve id arasındaki çatışmaları dengelemektedir. Ego dış dünyanın etkisinde idin bir parçası olarak geliştiğini söylemektedir. Ve id ile dış dünya arasında bir denge kurmaktadır. Süper ego yani üst benlik ise kişiliğin ahlaki yönünü oluşturmaktadır. Süper ego, çocuğun ailesinin ve toplumun aktardığı değerler, normlar, ödöl ve cezalar sonrasında gelişmektedir. Bu üç benlik alanı birbirleri ile dinamik olarak bir bütün olarak kişiliği oluşturmaktadır (Özdemir, 2012). Benlik kavramı genel olarak insanın kendiliğine ilişkin tanıma ve değerlendirme biçimidir. Benlik, bireyin kendisine yönelik geliştirdiği olumlu ve olumsuz kendine dair tüm yargılarıdır. Kendini görme, algılama ve bunların sonucunda oluşan kanılardır. Bu kanıların ve yargıların oluşmasında çevresince nasıl yargılandığı önemli bir belirleyicidir (Ersanlı, 1996).

Id'in dürtüleri, istekleri karşılanmadığı zaman bir gerilim birikmektedir ve sürekli olarak bu dürtülerin doyumuna ihtiyaç duymaktadır. Ego eğer ki süperegonun talimatları ile id'in istekleri arasındaki dengeyi, uyumu bulamazsa gerilim artar ve psikolojik semptom ile kendisini ortaya çıkartır. Haz ilkesi, id'den gelen dürtüler, yaşantıdaki libidinal ve saldırgan hazlar ile ilgili iken gerçeklik ilkesi ihtiyacın ve hazzın gerçek dünyadaki doyum objesini bulana kadar ki erteleyebilme halidir. Egonun en temel varlık sebebi yaşamı sürdürmek ve dengeyi oluşturabilmektir. Bu konuda yardımcı gerçeklik ilkesinden almaktadır (Freud, 2001). Süperego ise, öğrenilmiş ahlaki, sosyal değerler ve katı kurallarla birlikte oluşmaktadır ve id'den gelen libidinal veya saldırgan hazları bastırarak kendi idealize normları ile birlikte benliği yönlendirmeye çalışmaktadır (Hartmann ve Loewenstein, 1962). Id'in hazları sürekli olarak bastırılıp, engellenirse süperego tarafından gerilim oluşur. Bastırılan gerilim yok olmaz bilinç dışında saklanır ve yoğun bir kaygı yaratır. Ve kaygı çeşitli sorunları ve semptomları yaratır. Kaygı, sorunları tetikler, rüyaları, fantezileri veya bedensel alanları kullanarak kendisini var etmeye çalışır. Bu var etmeye çalıştığı alan savunma mekanizması olarak adlandırılmaktadır. Dürtüler ve savunma mekanizmaları arasında sürekli giden bir çatışma vardır ve bu çatışmalar psikopatolojiyi oluşturmaktadır (Freud, 2006). Aynı zamanda Freud, psikanaliz kuramını genişleterek gelişim sürecini beş dönem olarak bebeğin haz kaynakları bağlamında ele almaktadır. Psikoseksüel gelişim dönemleri dediği bu dönemler dürtü çatışmaları bağlamı içerisindeki sağlıklı kompleksleri ve takımları gelişim süreci içerisinde ele almaktadır ve bu takımların psikopatolojilerin oluşmasında önemli etkisinin olduğunu belirtmektedir (Özakkaş, 2018a). Bu dönemler sırasıyla; anal, oral, fallik, latent ve genital dönemlerdir. Bu dönemler isimlerini ait oldukları gelişim döneminin temel haz kaynaklarından almışlardır. Freud, nevrotik sorunların altında yatan nedenin erken dönem içerisindeki psikoseksüel dönemlerde yaşanan travmalar olduğunu düşünmektedir. Yaptığı gözlemler içerisinde, çocuk ve bakım verenlerinin arasında konuşulmayan haz ve saldırganlık odaklı karmaşık bir ilişki olduğunu belirtmiştir (Freud, 1989).

Klasik psikanaliz, psikodinamik süreçlerin araştırılması için bir başlangıç noktası olmuştur. Psikodinamik kavramı Leibniz'in statik, durağan kavramının karşısı olarak kullandığı dinamik yani değişken kavramını kullanması ile

oluşturmuştur. Bu kavram sürekli devam eden bir değişimi ve devinimi ifade etmektedir. Zamanla psikanaliz kavramının yerini alarak bir teori olarak psikoloji kuramları arasında yerini almaya başlamıştır (Geçtan, 2018).

b. Psikodinamik teoriler

Psikodinamik ekol, bireyin yaşamı içerisinde ortaya çıkan tüm ruhsal çatışmaların, gerilimlerin ve bozuklukların altındaki sebep olarak erken dönem çocukluk yaşantılarını ele almaktadır. Psikodinamik teoriler, idin analiz sürecinden daha çok ego ile ilgilenmişlerdir. Egonun dış dünya ile etkileşimi ve ilişkisinin bireyin davranışına olan etkilerini analiz etmektedir.

Doğumdan itibaren yaşanan çeşitli deneyimler ve yaşantılar bebekte çeşitli duygular oluşturmaktadır. Bu duygulardan bazıları yoğun kaygı ve korku gibi bebeğin sağlıklı bir şekilde nasıl baş edeceğini bilemeyeceği duygulardır ve baş edememesinden kaynaklı olarak bebek bu duyguları bastırmaya ve bilinçdışında tutmaya başlar sonrasında çeşitli savunma mekanizmaları kullanarak, bilinç yüzeyine çıkar ruhsal bütünlüğünü sağlıklı bir şekilde koruyamaz, bastırılan tehdit olarak geri döner (Babaoğlu, 2011).

Anna Freud (1966), çocuklar üzerinde psikanaliz çalışmaları yapmış ve Sigmund Freud'dan ayrılarak savunma mekanizmalarını merkeze almış ve ego psikolojisini tanımlamıştır. Ego psikolojisi, klasik psikanalizden öte olarak içsel çatışmaların dışında egonun çatışmaları çözmek için başvurduğu mekanizmaları yani savunma anlayışlarını analiz etmişlerdir ve tedavinin merkezine de bu savunmaları almışlardır. Ego savunma mekanizmaları, bireyi çözemediği içsel çatışmalarının tehditlerinden korumak amacıyla inkâr, bastırma, özdeşleşme, yüceltme gibi birtakım yolları ortaya çıkartmaktadır. Ego psikologları temel olarak, egonun verdiği tepkisel alanının id'in arzularından daha önemli olduğunu belirtmiştir. Psikopatolojinin çözülmesi için egonun işlevselliğini olumsuz etkileyen savunmalarının değiştirilmesi gerektiğini savunmaktadır. Sebep olarak, içgüdüsel ve arzusal çatışmaların gerilimleri bunları koruyan savunma mekanizmalarının çalışılmadığı sürece varlıklarını devam ettireceklerini belirtmiştir. Bunun sebebi, arzuların ve içgüdülerin bilinçdışında kalmasına sebep olan savunmaların devamlılıklarını koruyacak olmalarıdır. Heinz Hartmann (1939), ABD'de yaptığı çalışmalar ile ego psikolojisinin öncüleri arasına

girmiştir. Heinz Hartmann, ego psikolojisini ele alırken doğa olayları, fizyolojik ve biyolojik gelişmeleri referans alarak insanın yaşama adapte olma sürecine girdiklerini ve bu süreçlerin doğuştan gelen güdülenme ya da egonun bir parçasıyla oluştuğu iddiasını öne sürmüştür. Bu sebeple güncel gelişmeleri alarak, Freud'un id analizine karşı gelmemiş bunun yanında ego analizinin de olması gerektiğini savunmuş ve ego kapasitelerinin insanın adaptasyon sürecindeki önemini vurgulayarak, çevrenin insanı değiştirdiğini, insanın da çevreyi değiştirebileceğini öne sürmüştür (Hartmann, 1939).

Freud'un psikanalitik düşüncesinden ortaya çıkan bir diğer kuram Nesne İlişkileri kuramıdır. Nesne ilişkileri kuramının öne çıkan ismi Melanie Klein, psikoseksüel gelişim sürecini daha farklı bir şekilde ele alarak yeni bir gelişim evresi ortaya koymuşlardır. Çocuklarla çalışmaya başlayan Klein (1961), fantezilerin ve oyunların çocuklar için içsel çatışmalarını ortaya koydukları alan olduğunu ortaya çıkartmıştır ve çocuk psikanalizini, oyun penceresi üzerinden yeniden tanımlamıştır. Temel olarak erken dönemde iki birimin olduğunu ve iç dünyalarını bu iki birimin oluşturduğunu temel almıştır. Bu birimler agresif ve libidinal birimlerdir. Bunlar içgüdüsel birimlerde ve psikopatolojilerin oluşumunun temel sebebi olarak agresif birimin libidinal birimle nötralize edebilecek şekilde çevresel olarak donatılmadıklarını belirtilmiştir. Bebek kendi iç dünyasındaki fantezilerini dış dünyadaki ikamelerle donatmaktadır. Fantezileri gerçek dünyayı tanımlamasını ve temel inanışlarını oluştururken, önemli ötekilerin temsil biçimleri de fanteziyi oluşturmaktadır. Temel savunma mekanizmasının bölme olduğunu ve agresyon ile libidinal birimler arasında oluştuğunu belirtmiştir. Sağlıklı bir gelişim süresi içerisinde bu bölme mekanizmasının ortadan kalkması ve entegrasyon gerçekleşmesi ile bütün nesne hali ve bütün bir nesnenin içselleştirilmesi ile de bütün bir özne hali olması gerekmektedir (Klein, 1961). Bebeğin bakım vereninin, bebeği agresif birime karşı koruyabilecek libidinal birimlerle donatabilmesi oldukça önemlidir çünkü nesne, bebek tarafından içselleştirilir. Ve kendi benliği tanımanın ilk yolu nesnenin ona olan bakışını içselleştirmekten geçmektedir (Özakkaş, 2018a).

Psikodinamik teoremlerden bir diğeri James F. Masterson tarafından ortaya koyulmuş olan “Terk Depresyonu” kuramıdır. Psikiyatrist olarak hastanede çalıştığı dönemde ergenlerle iletişim içerisine girmiş ve bu ergenlerin dürtüsel

kontROLSÜZ cinsellik, madde kullanımı, sigara kullanımı, kendine zarar eylemleri ve intihar gibi eyleme vurma davranışlarının yaşadıkları depresyondan ve melankoliden kaynaklı olduğunu fark etmiştir. Eyleme vurmanın depresyonun semptomlarını rahatlattığını ortaya koymuştur (Masterson, 1967). Masterson ayrıca, kendilik üzerine çalışmıştır ve kendilik içerisindeki çatışmalarda ayrılma-bireyleşme arasında nesne eğer ki libidinal desteği oluşturmaz ise terk depresyonunu ve buna bağlı bir biçimde “Mahşerin Altı Atlısı” olarak tanımladığı duygulanımların ortaya çıktığını belirtmektedir (Aydın, 2021).

Bir diğer önemli nesne ilişkisi kuramcısı Margaret Mahler (1974), Ayrışma-Bireyleşme dönemlerinin benlik gelişimi üzerindeki etkisini araştırmıştır ve sahte kendilik ile gerçek kendilik arasındaki ayrılmalar üzerine çalışmalar yapmıştır (akt. Şensöz, 2023).

Heinz Kohut, danışan-terapist ilişkisindeki ikili kişinin aktif olduğu terapi odasını oluşturan psikoterapisttir. Kohutyan psikodinamik kuram, bireyin her zaman için iyiliğe yöneliminin olduğunu fakat saldırganlığın ise kendini korumanın bir yolu olarak sonradan geliştiğini belirtelerek kendinden önceki dinamik kuramlardan ayrılmaktadır. Kendilik psikolojisi kuramında, bebeğin dış dünya tarafından tatmin edilmesi zorunda olan ilişkisel bir ihtiyacın olduğu ve bu ihtiyaç karşılanmazsa eğer bireyin hayatta kalamayacağını belirtmektedir, birey hayatta kalabilmek amacıyla sahte kendilik yapılanmasını oluşturmaktadır savını sunmuştur (Kohut, 1971).

Stephan Mitchell ve Jay Greenberg’in yaptığı çalışmalar ile ortaya konan ilişkisel psikanalitik kuram, bilinçdışını hem libidinal ve saldırgan dürtülerin istekleri ve ilişkisel deneyimlerinin temsili olarak görmektedir. Buna ek olarak, psikanaliz içerisinde her an bir devinimin olduğunu ve karşılıklı bir aktarımın olduğunu ve bu aktarım ile devinimi psikanalizi etkilediğini belirterek ilişkisel bir matriks sistemi içerisinde var olduğumuzu ortaya koymuştur (Mitchell, 1988). Diğer ilişkisel psikodinamik kuramcısı Paul Wachtel, psikanalizin modelini reddetmekte ve insanların bir patern şeklinde temel örüntülerini tekrar eden döngülerin içerisinde var olduklarını belirtmiş zaman içerisinde bu paternlerin kişilik yapısı olarak oturduğunu belirtmiştir. Kişilerin kendi işlevsiz paternlerini dayatan ilişkilere çekildiklerini ve bundan kaynaklı olarak içsel sistemin kendisini işlevsiz kılmaya devam ettiğini söylemiştir. Terapist, bu sistemin

içerisine girmektedir. Döngüsel sistemdeki ilişkiyi gözlemler ve dönüşüm için yeni bir ilişki biçimi örüntüsü yaratır (Wachtel, 2012). Psikopatolojideki bilinçdışının merkezi temeli, süperegö gibi yapıları reddetmiştir. Egoyu bir yanılısama olarak adlandırmıştır.

Benlik, bakım verenleri tatmin edebilmeye yönelik gelişmektedir, der. Bu süreç içerisinde düşlemlerin önemini vurgulamaktadır. Arzu aslında önemli ötekinin arzusudur demektedir. Lacan ayrıca, deneyimlenen selfin altında farklı bir gerçek selfin olmadığını bunun yerine bu alanda bir eksiklik, boşluk vardır ve bu “béance” bireyin kendisine olan yabancılaşmasını ifade etmektedir. Bir diğer önemli alan olarak, dilin kendisini belirtmiştir. Dil kanalı olmadan deneyimlerin aktarımının oluşamayacağını ve fantezileri oluşturamayacağımızı, sembolleştiremeyeceğimizi belirtmiştir. “Béance” hissiyatı, deneyimlerin sembolleştirildiği alanda oluşan çarpıtmaların sonucunda büyümektedir. Lacan kişinin ötekinin arzusuyla kendi arzusunu ayırtırmalı, der fakat yine de arzuların kendine özgü olan doğaları sebebiyle asla tamamen tatminkârlığın olamayacağını belirtir. Psikanalizde çalışılması gereken asıl alanın, “béance” kavramının iç görü ile anlamak ve kabullenmek olduğunu belirtmektedir (Moncayo, 2018).

c. Nesne ilişkileri kuramları

Psikanalitik kuramı temel alarak gelişen nesne ilişkileri ekölü, bireyi ve bireyin psikopatolojik süreçlerini anlamak adına önemli ve kabul bir bakış açısı oluşturmuştur. Nesne ilişkisini esas alan bu kuramların en temel ortak alanları bebeğin, dış dünyadaki önemli ötekiyle ilişki kurmaya dair bir içgüdü ile dünyaya geldiği ve bu ilişkinin niteliğinin bebeğin benliğinin oluşum süreci içerisinde oldukça önemli bir yeri olduğudur (Uluç vd., 2015). Nesne ilişkilerinde psikoseksüel gelişim süreci daha kısa bir süreç içerisinde ele alınmıştır. Yaklaşık iki yaşında ödipal sürecin bittiği varsayılmıştır. Ve preödipal dönem denilen yeni bir evre tanımlanmıştır (Klein, 1961).

Nesne ilişkileri dürtülerin tatmininin önemli olmadığını, önemli olanın dürtülerin önemli ötekiye ulaşmak için bir itki olduğunu söylemişlerdir. Nesneyle bağlantı, iletişim ve nesneye ulaşabilmeyi temel arzu olarak ele almışlardır (Özakkaş, 2018). İngiliz nesne ilişkileri ekölünün kurucusu Klein (1940), içselleştirilmiş nesne ilişkisini merkeze alarak; sembolleştirme ve zihinde

ötekinin temsili, aktarım ve karşıt aktarım, idealizasyon, devalüasyon, split-bölme mekanizması, libidinal birim, agresif birim, yansıtımlı özdeşim gibi savunma mekanizmaları ile beraber, bireyin kişiliğinin dış gerçeklik dünyasında değil içerideki zihinsel aygıttaki içselleştirilen nesne ilişkisi ve bunun paternleşmesi süreci ile oluştuğunu söylemiştir. Klein (1957), yeni dünyaya gelen bebeğin en büyük arzusunun annenin memesi olduğunu belirtmektedir. Meme ile kurulan ilişki bebeğin benlik gelişim alanı için oldukça önemli bir alanda yer almaktadır. Meme, dış dünyadaki temsilin, nesnenin göstergesidir. Eğer ki meme doyurucu ve kaygıyı dindirebilen bir yerde ise, güvenli bir ilk nesneyi içerisine alabilir bebek. Anne bebek birliği meme üzerinden kurulmuş olur (Klein, 1957).

Dış dünya temsili, bebekteki varolan içsel fantezi dünyasına katılır ve fantezi kurgusunun içinde yer alır, onu etkiler. Fantezi ile beraber bütün hayatın şekli belirlenmektedir. Ötekilerin içsel dünyayla entegrasyonu sayesinde tam nesne ve tam kendilik algısını oluşturmaktadır (Klein, 1961).

Nesne ilişkileri kuramının temelini atan kişi Melanie Klein'dır. Klein, Freud'un birçok teorisine katılsa da çocuğun gelişimini daha farklı bir perspektiften ele almıştır. Ruhsal yapının şekillenmesinde dürtülerden ve psikoseksüel gelişim dönemlerinin değil bakım veren nesne ile çocuğun ilk yıllarında kurduğu ilişki ile şekillendiğini ve bu ilişki döngüsünün yaşam boyu devam ettiğini söylemiştir (Burger, 2016). Freud ise dürtü kuramında bakım veren sadece dürtünün doyurulmasının aracı olarak konumlamaktadır (Clair ve Wigren, 2004).

Klein, bebeğin içgüdüsel bir şekilde kendisini bekleyen bir bakım verenin varlığını bilerek dünyaya geldiğini savunmaktadır. Bebek temel bir içgüdü ile annenin memesine yönelmektedir ve en temel ilişkisi meme ile kurduğu bu ilişkidir. Meme bedensel bir nesneden çok daha fazlasıdır (Klein, 1999). Bebek var olduğu ilk andan itibaren nesne ve ilişki ihtiyacı ile arayışıyla donatılmıştır. Nesne, çocuğun ilk andan itibaren içgüdüsel enerjisini projekte ettiği dış dünyanın varlığıdır. İlk anda tüm nesneler bütün olarak algılanmamaktadır çocuk tarafından, "parça nesne" olarak tanımlanmaktadır. Parçadan kastedilen bebeğin dış dünyayı "tümünden iyi" ve "tümünden kötü" olarak görmesidir. Henüz bebek bütünlük algısına sahip değildir. Bebek nesneyi ikiye böler ve "iyi meme" ile "kötü meme" yaratır ve bölme bir savunma mekanizması olarak meydana gelir.

Bölmede bebek, nesnesini kötü özelliklerden arındırmaya çalışır. Bu savunmanın gerçekleştiği döneme şizoparanoid dönem denilmektedir. Bu dönemde bir gerçeklik ve organizasyon yoktur. Tanıdık olan ve iyi olan tüm deneyimleri kendisinin gibi algılamakta, tanımadığı yaşantıları dış dünyaya atfetmektedir (Klein, 1999). Sonrasında gelen depresif pozisyon döneminde ise bebek nesneyi bütünleştirir, iyi ve kötü anneyi, iyi ve kötü memeyi bir olarak algılar. Artık nesne kötü yönlerinden arınarak tek bir gerçekçi konuma erişmektedir (Klein, 1948). Nesne ile kurulan bu ilk ilişki oldukça önemlidir. Bu ilişki deneyimleri bebeğin yaşama yeteneğini belirlemekte ve işlevsiz bir nesne ilişkisi gerçekte iyi olan nesneyi bebeğin yeterince içselleştirememesine neden olmaktadır. Bebek dünyaya geldiğinde bakım verenin sevgisinden güven duymak istemektedir. Bu ihtiyacın temelinde kaygı duygusu yatmaktadır. Çocuğun kaygısının oranı nesne ile kurduğu ilişkinin dinamiğinin en belirleyici unsurudur. Bebek memeye bilinçdışı olan fantezilerini yükler ve bunun aracılığı ile kaygısını regüle etmektedir (Klein, 1999).

Bebek, doğumundan sonraki yaklaşık ilk üç ay “paranoid-şizoid konum” içerisinde bulunmaktadır. Bu konum içerisinde bebek iyi meme ve kötü memeyi dolayısıyla iyi anne ve kötü anneyi böler, bütünleştirip entegre edemez. Burada bölme ve yansıtımlı özdeşim ilkel savunma mekanizmalarını kullanmaktadır. Bebek, splitting- bölme mekanizmasıyla iyi içsel nesnesini kötü özelliklerden arındırmaktadır. Yansıtımlı özdeşimi ise içsel kötü nesneyi, memeye yansıtır ki burada hakimiyet kazanabilsin. Bunların sonucu ile meme tarafından zarar görmeye dair kaygılar ve paranoyalar başlamaktadır (akt. Tura, 2000). Paranoid Şizoid Konum sonrasında ortaya çıkan konum, “Depresif Konumdur”. Bebeğin dördüncü aylarına denk gelen sürede bebek, iyi meme ve kötü memeyi entegre eder, bütünleştirir. Saldırgan anne ile besleyen anne bebeğin zihninde bütünleşik bir hal almaktadır. Depresif konumda bebek aynı zamanda kendi saldırganlığının nesnesini tahrip edebileceğinden korkmakta ve nesneye karşı suçluluk duymaktadır (akt. Tura, 2005). Bu suçluluk duygusu, bebeğin nesnesini onarma girişimlerine götürür. Ve bu fazdan sonra bütün ve ayrılmış tüm nesnelerle kurulan bağlanma ve bunları içe almayla beraber üstbenlik inşa olmaya başlamaktadır. İyi üstbenlik, depresif konumda bebeğin nesneyi gerçekçi ve bütüncül, entegre olmuş halde içe almasıyla oluşmaktadır. İyi üstbenlik, arkaik

üstbenliğin saldırgan ve acımasız yanlarını törpülemekte ve yumuşatmaktadır (akt. Habip, 2009).

Fairbairn (1941) ise, sadece dış dünyanın değil, insan psikolojisine dair her alanın ego ve işlevleri ile alakalı olduğunu belirtmiştir. Ve egonun gelişimini, ilk nesne ile oluşan simbiyotik birliktelikten kaynaklı oluşan çocuksu bağımlılıktan, olgun bağımlılık sürecine geçebildiğinde oluşabileceğini belirtmektedir. Bu süreç içerisinde benlik ve nesnenin anlamları bebek için farklılaşır. Bebek ilk dünyaya geldiğinde arkaik bir egoya sahiptir. Bu ego, ötekilerle ilişkiler kurdukça üç parçaya bölünmektedir; libidinal- immatür ego, anti-libidinal- immatür ego ve merkez ego. Egonun zayıflayıp parçalanması sonucu oluşan psikolojiyi temel almaktadır (Fairbairn, 1941). Kurulan bağ, bebek için ölüm ve yaşam arasında ebeveyne yönelerek yaşamı seçmek anlamına gelir. Ebeveyn desteği, yaşam için gereklidir bundan dolayı ilgi ve yakınlığı nadir verebilen nesnelere karşı dikkat kesilir, nesnenin hareketlerini ve isteklerini takip eder (Fairbairn, 1943). Bakım veren nesne ne kadar kötü, yoksun olursa eğer bebek bu yıkıcı nesneyi içe atma mekanizmasıyla içselleştirecektir. Bebeğe, yıkıcı da olsa bu içsel temsiller anne ile bağlan içerisinde olduğunu hissettirmektedir, bu yolla kendisine kısmı bir güven alanı yaratır, kendiliğini yok olmaktan kurtarabilir (Fairbairn, 1994). Fairbairn (1943), Klein gibi splitting- bölme mekanizmasının bebek için önemli olduğunu söylemiştir. Bunun dışında, moral defense adını verdiği ahlaki savunma mekanizmasının önemli olduğunu vurgulamaktadır. İlgisiz, ihmal eden ve bakım veren, ihtiyaçları karşılayan nesneyi bir bütün olarak görmenin bebek için kaygı uyandırıcı olduğunu belirtmektedir. Kaygı dindirmek için, splitting- bölme mekanizmasını kullanmaktadır. İhmal eden ve bakım veren nesneyi birbirinden ayırır, nesneyi bölerken aynı zamanda egosunu da bölmektedir. Bebek, kötü ve iyi nesneye ait anılarını ve özdeşimini farklı ego durumları içerisinde saklar ve burada içselleşir, benliğin bir parçası olur. Bu “hayal kırıklığına uğraticı nesne” parça egonun anti-libidinal ego tarafını oluşturur. Diğer nesne parçası ise fantezide ihtiyaçlara yanıt verecek nesne olarak tutar. Bu ego, bebeğe iyicil ve uyumlu olduğunda ihtiyaç duyduğu bakım veren nesneye ulaşacağı beklentisini oluşturur. Bu egoya, libidinal ego demiştir. Libidinal ego, hayal kırıklığına uğraticı nesne ile ilişkisini kesmez, sevgi beklentisini devam ettirir. Benliğin parçalanmaması için libidinal ve anti-libidinal egonun dengeli bir seyir içinde

gelişmesi gerekmektedir (Fairbairn, 1940). Merkez ego; ambivalans duyguları ve kaygıyı regüle edebilen, bütünleştiren ve belirsizliği tolere eden ego parçasıdır. Bebeğin gerçek iyi anılarından ve bağlarındaki olumlu, pozitif deneyimlerinden oluşmaktadır. Libidinal ve anti-libidinal egolar ile ters orantılı bir şekilde varlık göstermektedir. Bakım verebilen ve ihtiyaçları karşılayabilen bir aile de ise bebek splitting- bölme yapmak zorunda kalmaz, nesne ve içselleştirilmiş ego temsillerinin entegrasyonunu yapabilmektedir (Fairbairn, 1944). Anti-libidinal benlik ise, parçalanmış ego ve nesnenin göstergesi ile psikopatolojik durumlar için zemin hazırlamaktadır. Ahlaki savunma ise, hayal kırıklığına uğraticı nesnenin karşısında bebeğin kendisini yine de nesne ile bağ kurmak zorundalığı hissetmesinden kaynaklı yaşanan kaygıyı yatıştırabilmek amacıyla kullanılır. Ebeveynleri tarafından istismara uğramış çocuklarla yaptığı çalışmada bu çocukların ebeveynlerini iyi şekilde tanımladıklarını fark etmiştir. Çocuklar istismarın kendi kötü niteliklerinden, eksikliklerinden kaynaklı olduğunu belirtmiştir. Bu alandan etkilenen Fairbairn (1943), yıkıcı davranan ebeveynin özelliklerinin içselleştirilmesi sonucunda bu yıkıcı özellikleri kendisinin olarak algılamaktadır. Bu sayede yaşam için ihtiyacı olan nesneyi iyi halde tutar, kendisini anksiyeteden korur ve iyi nesne ile ilişkisinin var olduğu yanılgısını oluşturur (Fairbairn, 1943).

Harry Guntrip'in (1992) nesne ilişkilerine dair teorisi ise, Fairbairn'in parçalanmış ego kavramına eklemeye yaparak, libidinal egonun kendi içerisinde bir parçalanma daha geçirdiğini ve bu ego yapısının bir parçasının sürekli bir ilişki arayışı içerisinde olduğunu belirtirken, diğer parça ise nesneden tamamen kopar ve kendi içine çekilir, derin bir depresiflik, çaresizlik ve umutsuzluk, anne karnına dönüş arzuları yaşamaktadır. Bu egoyu “gerilemiş ego” olarak tanımlamaktadır. Her türlü ruhsal patolojinin ardında gerilemiş egonun güçlenmesi olduğunu düşünmektedir (Feist ve Feist, 2008: 137).

Bir diğer önemli nesne ilişkileri kuramcısı Mahler (1968) ise, sağlıklı ruhsal gelişimin anneyle simbiyotik alandan yavaşça çıkması ile mümkün olduğunu belirtmektedir. Benlik bu sayede bağımsız ve otantik bir şekilde kendisini gerçekleştirir demektir. Benlik duygusunun nesne ile üç aşamalı ilişki içerisinde doğumdan sonraki ilk üç senede büyük oranda oluştuğunu belirtmektedir. İlk aşama, normal otistik evredir, nesnenin bakımına bağımlı

olduğu evredir; ikinci aşama normal ortak yaşamsal evre, nesne ile güvenli simbiyotik bir ilişkinin kurulduğu evredir; üçüncü aşama ise ayrılma bireyleşme evresidir, bu evrede bebek, nesnenin kendisine sunduğu koruyucu alandan çıkar kendiliğini bireyselleştirir. Ayrılma-bireyleşme evresini de kendi içerisinde dört evreye ayırmıştır; farklılaşma, alıştırma, yeniden yakınlaşma ve libidinal nesne sürekliliği. Yeniden yakınlaşma evresi bebekteki nesne sürekliliğini oluşturan evredir. Bu evrenin sonucunda bebekte entegrasyonunu sağlıklı şekilde yapmış bir kendilik ve nesne olması gerekmektedir, bunun sonucunda sağlıklı bir ego ve kimlik sürekliliğine sahip olduğunu söylemiştir (Mahler, 1968).

Bion'un (1962) nesne ilişkileri için entelektüel ve duygusal benlik gelişim sürecini ele aldığı “düşüncenin gelişimi” alanında çalışmalar yapmıştır. Teoreminde alfa ve beta fonksiyonları olarak sırasıyla “fenomen” ile “kendindeki şey- noumenon” ruhsal aygıtlarını ele almaktadır. Alfa işlevi, bireyi psikozdan ve psikotik olandan koruyandır. Alfa, düşüncenin gerçekçi ve işlevsel oluşumu, bilinçdışının bastırılabilmesi ve bilincin serbestçe var olabilmesi için gereklidir. Beta elementi ise ağırlık kazandığı zaman düşünce oluşumu bozulur, bilinç ve bilinçdışı arasındaki çizgi flulaşır. Simgenin yerini eylem alır. Alfa işlev, duyumları ve duyguları alfa elemente dönüştürmektedir. En bilinen alfa fonksiyonu rüyalaradır. Alfa işlevi betayı sentezlemektedir. Zihinsel etkinliği başlatan ilk etkinliğin, ilkel duyumsal ve duygusal halin çocuk tarafından yoğun şekilde boşaltılabilmesi olduğu, Bion tarafından vurgulamaktadır, Boşaltılan bu hal, beta elementleridir. Ve bu elementleri emen, sonrasında dönüştüren işlev ise alfa fonksiyonudur. Alfa fonksiyonu, beta elementin boşalmasını sağlar, beta elementini içine alır ve dönüştürür. Bu sayede çocuk anlamlı imgeleri “pictogramme” yani alfa elementleri zihinsel süreçlerinde dönüştürebilmektedir. Boşaltılan beta unsurları dönüştüren özne, ilkel olan duyumsal ve duygusal kaosu anlamlı bir şekle dönüştürebilmektedir. Ve aynı zamanda bu fonksiyonu süreklilik halinde yerine getirerek, alfa işlevini iletir. Beta elementler, işlemlenmemiş psişik ve somatik deneyimlerini, ilkel ve somut düşüncelerini tanımlamak amaçlı kullanır. Beta element, impulsif tarafı fazla, bilişsel alanı zayıf, afektif ve sentezlemesi zayıf bir aygıttır. Alfa elementse öznenin, düşünenin düşünülebilen düşünceleri, fantezileri, rüyaları ve sentezleyebilen üst işlevsel, işlemlenebilmiş deneyimleridir. Bellekte depolanabilir ve

düşlemlenebilirler. Bion (1962), alfa elementine dönüşemeyen beta elementlerinin sanrıların ve paranoyaların sebebiyet verdiği tuhaflık deneyimine sebep olduğunu belirtmektedir. Ve bu durum Bion tarafından “adsız dehşet” olarak tanımlanmaktadır. Bu kavramın, asal beta unsurları anlamsızlıktan sorumlu olmaktadırken hiçlik deneyimiye kişisizleşmeyi ve kimliksizleşmeyi vurgulamaktadır (Bion, 1962). Anlamsızlık ise Bion’a (1962) göre; erken şekilde önemli ötekiden kopuşu simgelemektedir (2018, s.46). Anlamli ilişki umudu özne tarafından yitirilmiştir. Özne, ötekiye şiddetli bir şekilde projeksiyon yapar ve nesnenin içine kendi ruhsal malzemesini sokar, yani “iletişimin ilk basamağı yansıtmayı” yapmaktadır. İlk oluşan düşünce basamağı ise yansıtılanın anne tarafından içeriştirilip taşınmasıdır. Simgeselleştirme bu şekilde başlamaktadır. Nesneye yansıtılan beta elemanını “dikenli ateş topu” olarak tanımlamaktadır. Beta unsur, ruhsal aygıttaki ilkel, çiğ ve agresif olanı temsil etmektedir ve nesnenin bu malzemeyi alıp, öznenin yansıttığı malzemeyle özdeşleşecek yani “yansıtımlı özdeşleşim” yapacaktır. Yansıtılan unsuru içermeyi ve taşımayı reddetmeyecektir. Nesne bunu alarak ve bir süre kendi içerisinde bunu işleyerek, beta unsuru alfa unsuruna çevirecektir. Sonrasında özneye alfa topunu geri iletecektir ve özne bunu içselleştirip, içe yansıtacak ve alfa elementlere bu yolla sahip olacaktır. Annenin düşlemlene yetisi olarak adlandırılan “Reverie” metabilışsel bir süreç olarak anne tarafından özneye prototip olmaktadır. Yani bebek şiddetli şekilde ağladığında anne de bebekle birlikte bu hoşnutsuz duyguyu içitmekten rahatsız olmalı ve bebeğin endişelerini metabolize etmelidir. Bebeğin neden ağladığını bebek tanımlayamazken, anne bu hoşnutsuzluğu tanımlayabilir, bilmemesini kabul edebilir ve kapsayabilir. Bu sayede karşılıklı talepler evrimleşip bir devinim içerisine girecektir. Bu sayede “reverie” bebeğe alfa element sayesinde sunulacak ve bebek ızdırabının neden kaynaklandığını bilerek yatışacaktır. Anne, bebek için bilinmeyen şeyi kapsama yeteneğini çoğaltır ve işlemleyebilme fonksiyonuna yaramaktadır. “Reveire” yetisiyle, bebek bilinci sayesinde elde edilen bir benlik ve var olma kendilik duyumlarını alabilecektir. Eğer beta elementlerin yansıtılması nesne tarafından redde uğrarsa, bebek anlamı ve ben oluşa dair duyumları kaybederek adsız dehşete sürüklenir. Bion (1985) kuramında, annenin Klein’a vurgu yaparak “düşünebilen meme” olduğunu söyler ve bebeğin yansıttığını dönüştürüp ona geri ileten olduğunu belirtir. Anne “reveire” ile birlikte düşünceleri düşünebilme aygıtını çocuğuna kiralamakta ve

çocuğun yoksunluğa dayanabilmesine destek sağlamaktadır. Bion (1985), nesne ilişkisine kavramsal şekilde yaklaşmaktadır ve bu ilişkinin kapsayan ile kapsanan arasında dönüşümlü şekilde ilerlediğini savunmaktadır. “Reveire” kapsayanın, kapsanın doyum ihtiyacını karşılayabilmesi ve ile birlikte devreye gireceğini söylemektedir ve alfa elementin varlığı bu ilişki dinamiğinin sürmesine bağlı olarak gelişmektedir. Düşüncenin düşünülmesi, deneyimin işlenmesi benliğin oluşumunun temellerini atmaktadır (Bion, 1985).

Otto Kernberg (1984), Mahler ve Klein’den etkilenerek kendi benlik gelişim modelini yaratmıştır. İlk bir aylık döneme, normal otizm demiştir. Bebek bu evrede kendisini anne ile simbiyotik görmektedir. İyi nesne-ben ve kötü nesne-ben olarak ikiye bölünmüş bir temsil vardır. İlerleyen aşamalarda, bireyin kendilik ve nesne temsili ayrışır ve bir sonraki aşama da zıt temsiller birleştirilir. Bütünleştirilmiş nesne, içselleştirilen nesneleri oluşturmaktadır. İlk bir aylık sürede splitting-bölme işlevsel iken sonraki süreçlerde kendi yerini entegre olmuş nesne ve kendiliklere bırakmalıdır (Epözdemir, 2014). İçsel nesne bağları, psikolojik yapının temellerini oluşturmaktadır. Bu bağlar, gruplanıp örgütlenir ve yüksek düzey psikolojik yapılanmaları oluştururlar. Kişinin kendine ve ilk nesneye yönelik algısı “kimlik” oluşturmaktadır (Caligor vd., 2019).

Kimlik, nesne ilişkileri içerisindeki nitelikleri ve zamansal sürekliliği kendi içerisinde bulundurmaktadır, gerçekçi bir kimlik inşası kimlik bütünlüğünü oluşturmaktadır (Öğünç ve Eren, 2012). Kimlik dağınıklığında nesneler tutarlı bir benlik algısı oluşturabilecek şekilde bütünleşememişlerdir, nesneler parçalı ve tutarsız bir şekilde algılanmaktadır. Bu kişinin de benliğini bu şekilde algılamasına sebebiyet vermektedir. Kişilik örgütlenmesi, erken dönemde şekillenir ve örgütlenme dağınıklığı patolojisine göre nevrotik, sınır ve psikotik olarak üç sınıfa ayrılmıştır. Bu sınıflandırmanın içerisinde gerçeklik değerlendirmesi, kimlik bütünlüğü ve savunma mekanizmaları dikkate alınmıştır (Epözdemir, 2014; Taymur ve Türkçapar, 2012). Nevrotikten psikotiğe doğru gidildikçe gerçeklikten bağlantı kopmakta, kendilik ve nesne arasındaki ayrımın yapılamadığı, bütünleşmiş bir kimliğin oluşmadığı ve ilkel savunma mekanizmalarının kullanılmaya başlandığı bir patoloji oluşmaktadır (Kernberg, 1985).

Masterson (1967), nesne ilişkilerini “terk depresyonu kuramı” ile birlikte ele almaktadır. İntihar, patolojik cinsellik, alkol ve madde bağımlılığı, patolojik saldırganlık gibi acting outlara başvuran ergenler ile yaptığı çalışma sonucunda bu eylemlerin gelişimsel bir kusurluluktan kaynaklı olduğunu saptamıştır (Masterson, 1967). Mahler (1974)’in tanımladığı yakınlaşma alt evresinde, gelişimsel patolojinin oluştuğunu belirtmiştir. Temel patolojinin gerçek ve sahte benlik arasındaki çatışmadan çıktığını belirtmektedir. Bebeğin, bakım verenin mutlak ilgi ve sevgisine, desteğine ihtiyacı vardır. Ayrışma-birleşme dönemi içerisinde bakım veren, ayrılmaya tahammülsüzlüğü nedeniyle sevgisini ve ilgisini, libidinal enerjisini bebekten geri çekmektedir. Bebek libidinal enerji geri çekildiğinden yoğun kaygıya kapılır ve ayrışma-birleşmeden vazgeçer, kendini saklar ve önemli ötekinin libidinal enerjisini kendi üzerine tekrardan almaya uğraşmaktadır. Bu da bebeğin sahte benliğinin inşası, kendiliğinden vazgeçmenin ilk adımı olmaktadır (Masterson, 1976).

Gerçek benliğin oluşumu için ayrılma- bireyleşme dönemi içerisinde bakım verenlerin destekleyici bir ortam oluşturması gerekmektedir. Karşılıklı etkileşim ve libidinal desteğin varlığı, bebeğin kendisini ortaya koyabilmesini sağlar, içsel olanı dışsallaştırır, potansiyelini gerçekleştirir, gerçek benlik bu şekilde oluşmaktadır (Masterson, 1985). Destekleyici çevre olmadığı zaman veya libidinal doyum geri çekildiğinde buna karşı savaşılmayacak bebek çaresizce kendisinden vazgeçmekte ve sahte bir benlik yaratmaktadır. Patolojilerin temeli sahte benlikle birlikte atılır (Özakkaş, 2018a). Terk depresyonuna dayanamayan bebek, sahte benliğe dönecektir.

Nesne ilişkileri kuramı ve benlik oluşumu ile ilgili önemli bir kuramcı olan Donald Winnicott (2005) ise çelişkileri kabullenebilen, oyun oynama kapasitesine sahip ve yaratıcı bireyin sağlıklı olduğu görüşünü savunmuştur (akt. Bornstein, 2013). Teorisinde dünyaya gelen bebek, bir “çekirdek benlik” olarak adlandırılan bir benlik potansiyeli ile birlikte gelmektedir. Varlığın devamlılığını deneyimler ve kendi ivmesinde, potansiyeline doğru yönelmektedir (Winnicott, 1960a). Potansiyelin, gerçek bir benliğe dönüşmesi dürtülerdense, ilk nesne ile kurulan bağın niteliğine bağlı olmaktadır. Her bir birey büyümek, gelişmek ve kendini gerçekleştirmek için doğuştan bir dürtü ile gelmektedir. Ama doğuştan gelen bu dürtünün, bakım verenler ile birlikte kendi yolunu oluşturabileceğini

belirtmiştir. Benlik sadece “onun benliği” olarak oluşmaktadır, bu benlik bireye canlılık algısını vermekte ve gelişim süresince şekillendiğini vurgulamıştır (Davis ve Wallbridge, 1991).

Bebek dünyaya geldiğinde kendisine ait ayrı ve bütün bir varlığı yoktur. Öteki ile kurduğu ilişki içerisinde var olabileceği bir şekilde dünyaya gelmiştir. Öteki nasıl bir çevre sunduysa eğer buna yönelik olarak gelişecektir. “Ben” ve “ben olmayan” yoktur, bebek ilk dönemde tam bir bağımlılık içerisinde. Bu dönem anaklitik bir dönemdir (Winnicott, 2005). Ardından bebek aşamalı bir şekilde anaklitik bağın içerisinde çıkmaya başlamaktadır. Winnicott, insanın asla tam bir bağımsızlık durumunda olamayacağını sağlıklı bir düzlemde başkalarıyla ilişkili ve bağlı olacağını belirtmiştir (Davis ve Wallbridge, 1991).

Dünyaya geldiğinde savunmasız olan bebek, bakım verene muhtaçtır. Bu muhtaçlık içerisinde kendisini gerçekleştirmek için “kapsayıcı çevre” ihtiyacı vardır. Bakım veren, bu çevre ihtiyacını “birincil annelik meşguliyeti” durumu ile sağlamaktadır (Winnicott, 1956: 301). Bu öznel deneyim anne ve bebek arasında hamilelik süresince gelişir ve doğum ile birlikte en üst noktaya ulaşmaktadır ve doğumdan sonraki birkaç hafta boyunca sürmektedir.

Winnicott (1960a), “kucaklayıcı çevre” adını verdiği kavram ile bebeğe gerekli tüm bakım verme ihtiyaçlarını ele almıştır. Kucaklamak, bebeği bedensel ve psikolojik olarak her anlamda güvende hissettirecek şekilde yakınlık ihtiyacını karşılamasıdır. Kucaklanma sırasında anne bebeğe, bebeğin mimiklerini ve duygularını aynalar, yansıtır ve bu da bebeğin anne ve kendisini ayırabilmesine, kendi canlılığının farkına varmasına yardımcı olmaktadır.

Winnicott (2005), hem birincil annelik meşguliyetlerini deneyimleyip bebeğe kucaklayıcı çevre sunabilen ve bebeğe korunma ile güven duygusunu verebilen “yeterince iyi annelik” kavramını dile getirmiştir. Anne, içgüdüsel bir biçimde bebeğin ihtiyaçlarını somut işaretlere gereksinim duymadan algılayabildiği bir ilişkililik hali içerisinde. Bebek anneden bağımsız olduğuna dair bir algısı olmadığı için kendisine verilen bu eş duyumlu ihtiyaçlar bebeği bir “tüm güçlülük” pozisyonuna sokmaktadır. Dış dünyanın getirdiği zorlanmalar ve kaygılanmalara istinaden bu erken dönem omnipotans hal bebek için bir dayanıklı benlik inşası için gerekmektedir.

Omnipotans halin ardından bebek, önemli öteki tarafından aşamalı şekilde gerçeklik ile tanıştırılmalıdır. Optimal hayal kırıklıklarına dayanıklılık ve önemli ötekinin yetersizliklerini algılayabildikçe, anaklitik alan aşamalı şekilde azalması gerekmektedir (Winnicott, 2005). Ortalama bir yaş döneminde, bebek zihni nesnesinin imgesini kısıtlı bir sürede olsa yokluğunda zihninde tutabilme kapasitesinde olmaktadır. Nesnenin yokluğunda bebeğe güven ve kapsanma hissi bu imge sağlamaktadır. Bu süre imgeleme kapasitesinden daha uzun olursa eğer bebek varoluş kaygısına girebilmektedir. Nesnenin, bebeğin zamanlamasıyla uyumlanmayan, sert veya erken şekilde tüm güçlülük duygularına yıkıcı eylemlerde bulunması, bebeğin kendisini nesneye uyma zorundallığı hissettirir ve bu şekilde sahte benlik ortaya çıkmaktadır (Winnicott, 1945).

Yeterince iyi annelik kavramında ise nesne, bebeğin limitlerine ve gelişim hızına hizalanarak, bebeğin tüm güçlülük ile dış gerçeklik arasındaki adaptasyonunda bebeğe yardım etmektedir. İlk olarak bebek “geçiş nesnesi” yardımıyla ötekiye bağımlılığını bu nesneye aktarır ve bu nesne sayesinde dış gerçeklik ile bir bağlantı kurmaktadır. Bu bağa karşı destekleyici ve kucaklayıcı çevrenin yardımı ile birlikte kendi gerçek benliğini dış gerçeklikte oluşturur (Winnicott, 1962).

Winnicott (1962), bebek için kucaklayıcı çevre algısının oluşmasıyla kendisini nesne ile bütünleşmiş olma halinde olma tehdidi hissetmeden bütünleşmemiş olma halinde olabildiğini ileri sürer. Yeterince iyi annenin sunduğu süreklilik ve benliğine dair desteği ile ego ilişkiseliliği bebeğin güven duygusunu geliştirir ve “bütünleşmemiş olma halini” deneyimleyebilir. Bebek, kendiliği ile yalnız olduğu vakitler içerisinde bağ kurabilmektedir, kendisini keşfedebilir ve ayrıca bütünleşmemiş olma haline geri dönebilmenin güveni, bebeğin ileride yalnız kalabilme kapasitesinin artmasına sebebiyet verecektir. Yalnız kalabilme kapasitesinin oluşabilmesi, bebeğin ilk önce somut olarak orada olabilen ama talepte olmayan nesne ile birlikte deneyimlemesi, nesne ile yalnız kalabilmesi gerekmektedir.

Yeterince iyi anne varlığı ile kucaklayıcı çevre, bebeğe ihtiyaç duyduğu destek, ilgi, özerklik, sevgi ve güveni verebilmektedir. Bu sayede bebek kendi kişiliğini ve nesneleri bütünleştirir ve süreç içerisinde somatik ve psişik bölümler

entegre olup, sağlıklı bir ego yapısı oluşacak bundan hareketle bebek kendi gerçek benliği ortaya koymaya başlayacaktır (Winnicott, 1945).

Winnicott'ın (2005) bir bebekle bir anneden ayrı olarak bahsedilemez anne ve bebek bir bütündür söylemiyle birlikte, tek kişilik terapiler hakkındaki eleştiriler başlamıştır ve iki kişilik terapilere yönelimler gerçekleşmiştir. Daniel Stern (1985), gözlemleri ve araştırmalarıyla “etkileşim teorisini” oluşturmuştur. Sürekli ve karşılıklı bir etkileşim içerisindeki bebek anneyi; anneyse bebeği oluşturur, bu manifestoyla vurgulamıştır (Stern, 1985).

Klein, Mahler, Winnicott ve Fairbairn'in anne-bebek ilişkisi temelli bu görüşleri klasik psikanalizi, nesne ilişkilerine doğru savurmuştur. Otto Kernberg, iki klasik dürtü kuramı ve nesne ilişkilerini entegre halinde kendi kurumunu oluşturmuştur. Amerikalı Heinz Kohut ise hem Freudyen hem de Kleinien teorileri eleştirerek, tek kişilik terapiden çift kişilik terapiye geçişin öncüsü olmuş ve terapi kavramını değiştirmiştir. Kohut (1971), kendilik nesnesi kuramı ile klasik nesne ilişkileri kuramını sarsan bir alanda olmuştur.

d. Kendilik psikolojisi kuramı

Kohut (1971), kendiliği, bireyin kendisi ile dış dünya ile ilgili düşünce, tutum, davranışlarını ve içsel deneyimleri gerçeklikle uyumlu olan bir sistem şeklinde tarif etmiştir (Banai vd., 2005). Kendilik kavramı, “ben” olan öznenin varlığını hissedebilme, kavrayabilme ve deneyimleme halidir. İçi boş olan, benliğini kavrayamamış bir kendilik belirsizlik, huzursuzluk, tatminsizlik, amaçsızlık ve düşmanlık ile dolup taşmaktadır (Kohut ve Wolf, 1978). Sağlıklı bir kendilik, uyumlu ve tutarlı olmalıdır, der. Bu da sağlıklı narsisizm yani kişinin gerçekliği de baz alarak uyumlu bir şekilde içsel libidinal yatırımları ile birlikte mümkün olduğunu söylemektedir (Kohut, 1971). Sağlıklı narsisizm, birincil narsisizm ile başlar ve gelişimsel bir süreç izler. Birincil narsisizm, bebeğin kendi içerisindeki saldırganlığı, cinselliği ve libidinal tarafı ile birlikte tanımlar. Bebek, kendini bütün olarak hissettiği birincil narsisizmde, kendisinin kısıtlılığını fark ederek ilk hayal kırıklığını yaşar. Bebek, kusursuzluğa devam edebilmek için kendinden bağımsız olmayan, kendisinin bir parçası olarak gördüğü önemli bir ötekiye ihtiyaç duymaktadır (Kohut, 1965). Bebeğin kendi ihtiyaçlarını karşılayacak önemli öteki “kendilik nesnesi” olarak adlandırılmaktadır. Kendilik

nesnesinin; aynalanma, idealleştirme ve ikizlik ihtiyacı gibi karşılaması gereken sorumlulukları vardır. Bunlara “kendilik nesnesi ihtiyaçları” denmektedir (Baker ve Baker, 1987). Aynalanma ihtiyacında bebek, çocuğun narsisizmini devam ettirmektedir, takdir almak, onaylanmak, değer vermek, kusursuzluğunun onaylanmasını istemektedir. Bakım verenin ona bakarken gözündeki yansımadan kendisini tanımlamaktadır. Bu yansımadaki ışıltı olmayı arzular ve anneye bir olmak istemektedir annesinin (Siegel, 1996). Bütünleşip entegre edilebilmiş bir büyükmecici kendilik, erken dönem içerisinde, kendilik nesnesi ile kaynaşma, birleşme ve ayrışma döngüleri içerisinde doyurula doyurula oluşmaya başlamaktadır (Baker ve Baker, 1987).

Aynalanma gereksinimi ile, bebeğin ilk dönemlerde kendisine odaklanarak, kusursuz ve iyileri kendisine içe almasına; kusurlu, kötülerini nesneye atmasını böylece “narsistik kendilik” ihtiyacını karşılamış olmaktadır (Kohut, 1971).

İdealleştirme, ölküleştirme gereksiniminde ise bebek kendi kusursuzluğu, tüm güçlülüğünü dışsal nesneye yansıtır ve her şeye gücü yeten, her şeyi bilen, tüm güçlü bu nesneyi idealleştirilen bir ebeveyn haline getirmektedir. Kendiliğin yansıtıldığı bu parçaya “idealize edilmiş ebeveyn imgesi” denilmektedir (Baker ve Baker, 1987).

İdealleştirilen nesneye bağlanıp, onun bir parçası olarak, birincil narsistik kırılmanın yarattığı kayıplardan arınacağına inanmaktadır. Son olarak, ikizlik gereksiniminde ise bebek kendisine benzeyen, ortak ilgilerinin ve yeteneklerinin olduğu, bağlantılı hissedebileceği bir ötekine ihtiyaç duymaktadır (Kesebir, 2014).

Bu temel gereksinimlerin gelişim sürecine uygun bir biçimde doyurulması ve optimal düzeyde hayal kırıklıklarının oluşmasını sağlıklı bir narsisizm alanının gelişmesi için önemli olduğunu belirtmiştir. Bu sayede bebek kendisindeki tüm güçlülük algısını dış gerçeklikle karşılaşıp, değiştirir ve kendilik oluşumunda benliğine entegre eder. Travmatik hayal kırıklığı veya yetersiz hayal kırıklığı durumunda ise kendilik oluşumu olumsuz etkilenir. Gerçekle uyumsuz içsel deneyimler, sürekliliğin parçalanması ve bunun sonucunda kendilik bozulmalarının yaşanacağını belirtmektedir (Kesebir vd., 2013a).

Aynalanma, çocuğun anne ve babasından kendisine aşırı değer verildiğini, büyülenmeciliğinin ve mükemmeliyetinin övülmesini, takdir duyulmayı ve kusursuzluğu hissetmeyi istediği dönemdir. Yoğun bir onaylanma ve tümgüçlülük arzusu içerisindedir. Kendilik nesnesinin gözünde bir ışık olmayı arzulamak da ve bu kendilik nesnesinin ona uyum sağlamasını arzulamaktadır (Siegel, 1996). Aynalama, çocuğun ilk yıllarında kendiliğine odaklanıp iyi ve güzel, kusursuz olan her şeyin kendisinde, kusurlu, olumsuz ve kötü özellikleri ise diğerlerine ait gördüğü ‘narsistik kendilik’ yapısından kaynaklı olarak bir ihtiyaç olarak ortaya çıkmaktadır (Kohut, 1971).

İdealleştirme ise içsel kusursuzluğun dışsal farklı bir figüre yansıtılması ve bu dışsal figürün çoğu zaman kusursuz, tümgüçlü, mükemmel, her şeyi bilen ve gücü yeten özelliklerin toplandığına inandığı idealleştirilen ebeveyn figürüdür. İkizlik ihtiyacı kısmında ise, çocuk kendisini bağlantılı hissedebileceği, kendisinin kabul göreceği benzer bir öteki ihtiyacı içerisindedir. Kohut (1971), tüm bu ihtiyaçların çocuğun gelişim sürecine uygun bir şekilde doyurulmasının ve optimal düzeyde hayal kırıklıkları ile birlikte sağlık bir kendilik gelişimi için gerekli olduğunu vurgulamıştır. Yaşanan hayal kırıklıkları optimal değilse veya travmatik bir düzeyde ise bu durum kendilik oluşum sürecini baltalayacaktır. Çocuk böyle bir durumda gerçekliğe uymayacak içsel deneyimler yaşayacaktır. Ve süreklilik hissinin yerini parçalanmışlıklar alacaktır. Ve sonucunda kendilik bozulmaları gözlemlenecektir. Temel olarak aynalanma ihtiyacı sağlıklı bir şekilde karşılanır ise çocuk teşhirci veya büyülenmeci kısmı, gerçekliğe uygun şekilde kırılmalar gerçekleştirecek ve gerçeklik kendiliğine entegre edilebilecektir. Burası çocuğun gerçek gücünü fark etmesi, sağlıklı ve gerçekçi istekler geliştirebilmesi ve kararlı bir biçimde, anlamlı ve istediği hedeflere ulaştırabilecek bir kendilik yaratmasının önünü açacaktır (akt. Banai vd., 2005).

İdealizasyonda ise, idealleştirilen kendilik nesnesi çocuğu hayal kırıklıklarına uğrattıkça, çocuk idealleştirdiği bu figürden yatırımı kendisine geri çekecektir çünkü idealleştirilen nesnenin de eksik ve kusurlu olduğunu görebilecektir ve bu eksiklikleri kendi içerisinde içselleştirecektir. Bu sayede çocuk, sağlıklı ve sürekliliği olan idealler ve değerler oluşturabilecektir ve kendisinin duygu düzenleme becerilerini oluşturabilecektir. Fakat burada yaşanan hayal kırıklıkları ani veya travmatik ölçekte olursa eğer çocuk, kendi zihnindeki

idealleştirdiği ebeveyn imgesine bağlanacaktır ve kendisini bu ebeveyn imgesine göre yönetecektir. İhtiyaçlardan ikizlikte ise, süreç normal bir şekilde ilerlediği yerde de çocuk kendisinin var olduğu şekilde kabul edildiği bir topluluğa ait hissetmek isteyecektir, yakın ilişki kurabilecektir. Hayal kırıklığı çocuğun kaldırabileceğinden büyükse eğer yalnızlık ve izolasyon çocuk için hâkim bir tutum olarak sergilenecektir (Marmarosh ve Mann, 2014).

Aynalanma ile birlikte bebeğin onaylanma, beğenilme, ilgilenilme ve tümgüçlülük ihtiyaçları karşılandığında ve ardından seçici bir biçimde optimal hayal kırıkları alanları oluşturulursa, büyüklenmeci narsisizm kendiliği dış gerçekliğe uygun bir biçimde entegre olacaktır. Ve bu gerçeklik benlik ile bütünleşecektir. Bu gerçeklik içerisinde, gücünü kısıtlılıkları ile birlikte deneyimlemektedir (Banai vd., 2005). Aynalanma ihtiyacı, ihmalkâr ve yıkıcı nesne tarafından reddedilme, küçümsenme, utandırılma gibi eylemlerle karşılaşır, savunma olarak büyüklenmeci narsisizmi, narsisistik kendiliğe geri dönecektir. Narsisistik kendiliğinin içsel dünyadaki alanı arttıkça, gelişim ilkel bir hal içerisinde kalacak ve sağlıklı benlik ile birincil narsisizm entegre olamayacaktır. Kendi güç ve sınırlılıklarını bilememek, spontan, sağlıklı, kendini kabul edebilen bir benliğin oluşumuna ket vuracaktır ve gerçek kendiliği inkâra geçecektir (Kohut, 1988).

Ülküleştirme gereksinimi içerisinde ise idealize edilen nesnenin kaçınılmaz küçük hayal kırıklıkları yaratmasıyla beraber, bebek idealleştirdiği nesneden yatırımını geri çekecek ve eksik olan ihtiyacı kendi içerisinde içselleştirecektir. Bu şekilde bebek, kendine ait sağlıklı ve sabit değerler, idealler oluşturmakta ve kendisini regüle edebilme yetisi kazanabilmektedir. Fakat hayal kırıklıklarının majör bir halde olması durumunda idealize edilen nesneye benzer şekilde, fantezisindeki kusursuz nesne imagosuna bağlanacaktır. İlerleyen süreçte idealize imagoya benzeme ve onaylanma zorlantısı içerisinde idealize nesne arayışında olacaktır (Kesebir, 2011).

İkizlik ihtiyacı süreci sağlıklı bir şekilde bebeğin kendisiyle benzer bir nesnenin varlığını görmesi ile birlikte kendiliğinin içerdiği ilgilerinin, değerlerinin ve özelliklerinin onaylandığını ve koşulsuz kabul edildiğini görecektir bu da kendisini dış gerçekliğe ait hissetmesini sağlayacaktır, yakın ilişki kurabilme kapasitesi artacaktır. İkizlik gereksinimi karşılanamadığı

durumda sosyal izolasyon ve patolojik yalnızlık duygusu kendisini gösterecektir. (Marmarosh ve Mann, 2014).

Optimal olan hayal kırıklıkları, özne kendilik nesnelere yüklediği kendilik nesnesi ihtiyaçlarındaki gereksinimleri aşama aşama nesneden alıp, içselleştirerek kendiliğine içe alacaktır. Bu süreci Kohut (1984), dönüşümsel içselleştirme adını vermiştir. Bu sayede özne, nesneden karşılaşmasına ihtiyaç duyduğu regülasyon becerilerini içselleştirir. Kendiliğinin aktivasyonunu yaparak, kendilik nesnesine ihtiyaç duymamaya başlamakta ve kendi otantik benliğini oluşturmaya başlamaktadır.

Sağlıklı şekilde doyurulmayan gereksinimler gerçek kendiliğin oluşumuna ket vurur, özne doyurulmayan bu ihtiyaçlardan utanç duyar ve bu ihtiyaçların kabul edilemezliğini kabul eder, kendi ihtiyaçlarını inkâr etmeye başlar. İnkâr ettiği inanışlarını, tekrardan travmatize olmaktan kaçındığı için, dile getiremez ve bu doğal ihtiyaçlarını karşılayamaz. İnkâr mekanizması içsel gerilimi azaltır, kendiliğine dair ihtiyaçlarını gerçeklikte değil fantezi boyutu içerisinde doyurmaya başlar. Bundan kaynaklı olarak gerçeklik ile her temasta, içerideki benliğin parçalanmasına dair yoğun bir kaygı yaşamaktadır (Dickinson ve Pincus, 2003).

e. Psikodinamik teoriler ve cinsiyet

Psikodinamik literatürde Freud tarafından yazılan “Cinsellik Üzerine Üç Deneme” makalesinde Freud (1969), yöneldiği nesnenin ne olduğunun önemli olmadığını ve libidonun eril ve etken yapıda olduğunu söylemektedir. Ve kız çocuğun erkek çocukta olan üreme organının yani penisin varlığını fark ettiği zaman bir penis isteğine kapıldığını yani erkek olma arzusu içerisinde olduğunu dile getirir bunun yanı sıra kadınlığa geçişin ancak erkek cinselliğinin bastırılmasıyla var olabileceğini iddia etmektedir (Freud, 2020: 26). Freud’un 1908 yılında yayınlanan Kültürel Cinsel Ahlak ve Modern Sinirlilik isimli çalışmasında ise, kültür ve güdüler arasındaki ilişkiye vurgu yaparak, insanın ruhsal durumunu irdelerken toplumsal ve kültürel konumlarının da etkileri üzerinde durmaktadır. Kadınların yaşadıkları psişik problemlerin ardındaki toplumsal normlara eğilir ve eşitsizliğe vurgu yapmanın ilk adımını atar (Freud, 2017: 18-23).

Psikanalitik kuram maskülenite ve feminitenin kazanılmasını bireylerin hemcins olan bakım verenleriyle özdeşleşiminin ürünü olarak görmektedir. Çocuk cinsiyet farklılığının keşfiyle birlikte hemcins olan ebeveynle özdeşim kurmakta ve bu özdeşleşim süreci de süperegounun yapılanmasını oluşturmaktadır. Egonun da özdeşleşme sürecine olan desteği ile birlikte çocuk hemcins olan bakım verenin süperegosuna sahip olur ve idden gelen güduları bu yönde yargıç gibi bastırmaya başlar. Özdeşleşim süreci ile birlikte cinsiyet rolleri kazanılmaktadır (Arslan, 2000: 25-25).

Freud (1969), psikoseksüel kuramı içerisinde toplumsal cinsiyetin üç dönem ile birlikte oluştuğunu belirtmektedir. İlk dönemde özne cinsiyet kavramının farkında değildir, ikinci dönemde cinsiyetler arasındaki farklılar anlaşılmaya başlanmaktadır ve son olarak ödipal dönem ile birlikte toplumsal cinsiyet algısı benliğe işlenmektedir (Freud, 1969 akt. Dökmen, 2006: 33). Freud teoreminde, ödipale kadar cinsiyetin temelini erkeğin ve penisin oluşturduğunu belirtir. Ödipal dönem içerisinde erkek çocuklar kastre edilme endişesi ile birlikte kendi hemcinsi ile özdeşleşim içerisine girip maskülen bir benlik inşasına girerken kız çocuklar, bu yeni üçlü ilişki biçiminde arzu edilen penisin baba tarafından verilemeyeceği fark edilerek bu arzudan vazgeçer ve baba ile kendisini daha pasif ve feminen bir ilişki düzlemine sokmaya başlarlar. Kız çocuklarında kastrasyon endişesi olmadığından anne ile özdeşleşim zorunluluğunun olmadığını söyler ve annenin penisinin olmaması, feminen olanın eksik olduğunu vurgulamaktadır. Özdeşleşmenin tam anlamıyla olmaması nedeniyle Freud, erkeklerin süperegolarının daha güçlü olduğu ve bundan kaynaklı kadınlardan ahlaki ve cinsel anlamda daha üst bir yerde olduğunu savunmaktadır (Dökmen, 2006: 33). Freud (1923), kız çocuğunun kendi penisinin olmadığı farkındalığı ile budanmış bir penise yani klitorise sahip olduğunu düşüneceğinin ve bunun da “penis hasedine” sebebiyet vereceğini iddia etmiştir (Freud, 1923).

Freud’un cinsiyet üzerine yaptığı bu yorumlara ilk tepkiler kendi öğrencilerinden olan Helene Deutsch, Karen Horney ile Clara Thompson tarafından gelmiştir. Bu psikanalistler, “penis kıskançlığı” kavramının biyolojik kökenli değil, erkeğe ait olan sosyal güç ve iktidardan kaynaklı olduğunu savunmuşlardır (Dökmen, 2006). Horney (1950) kendi teoremi içerisinde kadına ait ödipal kompleksinin farklı şiddetlerde de olsa mutlak suretle bir penis

hasedine regrese olacağını söyler. Erkek, kastrasyon endişesi ile birlikte arzu nesnesi anneden vazgeçer fakat erkek olmaktan vazgeçmez, kastre edilmeye karşın daha da önemle vurgulanır ve bu kültür tarafından da onaylanmaktadır, der. Kız çocuk ise sadece arzu nesnesi babadan değil aynı zamanda kendi feminen tüm rollerinden vazgeçmek zorunda kalmaktadır. Horney (1998), anatomi ile ilgili olarak gelişen birincil penis hasedinin, erkeğin üretral haz ve erotizmdeki iktidarını fark etmeyle birlikte ortaya çıktığını belirtmektedir. Horney (1950), çalışmaları içerisinde tüm uygarlıkların eril olduğunu; devlet, yasalar, ahlak ve din gibi konuların eril bir yaratı olduğunu düşünmektedir. Bu iktidar alanından kaynaklı olarak kadının sürekli kadınsı işlevini bastırarak bilinçdışında erkek olmaya dair arzusunun var olduğunu biyolojik bir penis arzusundan kaynaklı değil kültürel egemenlikten kaynaklı “penis hasedi” duyduğunu eklemiştir. Ayrıca yaratım ve üreme alanında kadının erkekten üstün olduğunu, bu doğurganlık yetisinin ve anneliğin erkek tarafından kıskanıldığını belirttiği “rahim hasedi” kavramını tanımlamıştır (Horney, 1950: 92).

Psikanalist ve nesne ilişkileri kuramcısı Nancy Chodorow’un (1978) Freud’un toplumsal cinsiyet savına karşın toplumsal cinsiyetin pre-ödüpal süreçte oluşmaya başladığını ve “yeniden üretilmiş annelik” kurgusuyla arasındaki ilişki ile birlikte oluştuğunu söylemiştir (Elliott ve Turner, 2017). Cinsiyetten muaf bir şekilde çocuğun ilk özdeşleşim nesnesinin anne olduğunu söylemektedir. Freud’un aksine Chodorow (1978), erkekliğin bir yapma yani kadınsı olanın kaybı ile elde edildiğini kadınlığın ise olan olduğunu belirtir. Anne ile süregelen ilişki de erkek, erkeksi özellikler gösterebilmek amacıyla kendisini bu yakın ilişkiden koparır. Bundan kaynaklı olan kadın ve erkek arasında duyarlılık ve ilişkisellik bağlamında farklılıklar olduğunu öne sürmektedir. Yetişkinlikte erkekler, ilişkisellik içerisinde iken kendiliklerinin tehlike altında olduklarını düşünürlerken kadınların bir ilişkisellik ihtiyacı içerisinde olduklarını belirtmektedir. Chodorow, “erkek dile getirememezliği” ile toplumsal inşa olarak erkeksiliğin duygular ve ilişkilerden yoksun bir biçimde var edildiğini ve bundan kaynaklı erkeklerin güçlük yaşadıklarını anlatmaktadır (Chodorow, 1978: 34).

Chodorow (1978) kuramında, toplumdaki cinsiyet algısının asimetric olduğunu ve bununda kadının anneliği merkez alınarak organize edildiğini iddia

etmektedir. “Anneliğin yeniden üretimi” olarak adlandırdığı bu süreç içerisinde erkeklerin neden birincil nesne değil de kadının birincil nesne olarak konumlandığını sorgulamaktadır. Cinsiyet rollerinin öğreniminin anne ile kurulan ilk ilişkide başladığını savunmaktadır, kız ve erkek çocukların farklı ilişkisel deneyimler içerisinde anne ile ilişkisini kurduğunu söylemektedir. Kadınların benlik kavramı için Chodorow (1978), erkek benliğinden farklı olarak toplum tarafından anneliğe ve bakım vermeye doğru yönlendirildiği söylemiştir (Burr, 1998: 92). Cinsiyetin benliğe entegre olmuş bir yapı olarak, pre-ödüpal süreçte geliştiğini belirtmektedir. Kız çocuklarının pre-ödüpal süreç içerisinde daha uzun süre yer almasından kaynaklı olarak farklı ödüpal çatışmalara ve biçimlere sahip olduğunu söylemektedir. Pre-ödüpal dönem içerisinde özdeşleşme ve arzu nesnesi olarak anne ile ilişkisel bir deneyim yaşanmaktadır. Anne ile kız çocuğu bu süreçte özdeşleşmekteyken erkek çocuk anneden farklılaşmaya başlamaktadır. Bu dönemin kız çocuğu için erkek çocuğa nazaran uzun süre tutması bir ilişkisel deneyim ve bağımlılık içerisinde olacağı anlamına gelmektedir. Bu zorunlu bırakılan ilişki, kız çocuğun kendi benliğini başkalarıyla kurduğu ilişkiyle tanımlamaya çalışacağı anlamına gelmektedir (Chodorow, 1971).

Anne ile özdeşleşim sürecinin uzun ve sürekli gidişatı kız çocuğun ayrışma ve bireyleşme süreçlerini yaşamasını zorlaştırıp benlik sınırlarını belirsizleştirirken, erkek çocuk için benlik sınırlarının oluşmasını kolaylaştırır. Erkek çocuk, toplumsal olarak anneden ayrı bir benlik yaratması için uzaklaştırılıp farklılaştırılır yani feminenlik ve ilişkisel bağımlılık reddedilirken maskülen özelliklere yatırım yapılmaya başlanmaktadır. Chodorow (1997), kadın benliği için, ilişkisel deneyimlere bağlı ve öteki benliklerle birleşme ve ayrılma ekseninde olduğunu söylerken, erkek benliğinin katı sınırlar içerisinde olduğunu ve ötekilerin benliğinden kendisini uzakta konumlandığını, başka benlikleri yadsındığını belirtmiştir.

Farklılaşan erkek, maskülenite için babasına yönelmeye başlamaktadır, annelik kurumsal olarak bu yönlendirme işlevini yapar. Yani Chodorow (1997)’un deyimi ile birlikte kadının anneliği erkeklerin maskülen ve üst erkek kimliği ideolojisini yaratmak amacıyla toplum tarafından yeniden üretilmiştir. Kız çocuğun ilişkisel deneyimde babayı idealleştirme süreci de bu üst erkek

kimliği ideolojisine katkı sağlayan bir alandır. Burada kadının cinsiyet organizasyonunun asimetrik örgütlenmesi için ortaklık yapmak zorunda bırakıldığından bahsetmektedir. Chodorow (1994) için kadınlık doğal yani “olan” iken erkeklik kültürel “yapılan” bir yapıdır.

Fransız postyapısalcı teorisyenlerden Julia Kristeva ve Luce Irigaray ise Lacan’ın çalışmalarından esinlenmiştir ve erkeklik ile kadınlık öznesinin, sembolik düzen içerisindeki sabitlenmiş ve katı cinsiyet konumları sebebiyle bireyin, patriarkal düzenleniş içerisinde cinsiyet farklılıklarına dair olan duygusal yatırımları görünmemektedir. Lacan’ın çalışmalarından yola çıkarak oluşan Post-Lacancı kuram toplumsal cinsiyet rollerinde “dil” fenomenini odak noktaya koyarak temel de toplumsal cinsiyet kavramının farklı alternatiflerle yeniden inşası üzerinde durmaktadır (Elliott ve Turner, 2017).

Kristeva (1984), toplumsal cinsiyet bağlamındaki çalışmalarında linguistik ve beden üzerine okumalar yaparak benliğin ve cinsiyetin salt psişe değil bunların birleşimi ile birlikte oluşunu vurgulamıştır. Kadın ve erkek farklılığının biyolojik değil dil yoluyla telaffuzunun gerekliliğini vurgulamıştır. Linguistik içinde toplumsal cinsiyetin yaratıldığını söylemiştir.

“Abjekt” kavramı ile birlikte sistem organizasyonunu bozan ve anlamı çökerten dışlanmış ve tiksiniç olan fenomene gönderme yapmaktadır. Abjekt, bedenin üretilip attığı her türlü atık ve pislik olarak fiziksel olana işaret eder. Sembolik düzenin var oluşunu tehdit eden fenomenin tiksiniç olarak görüldüğünü belirtmektedir. Kristeva (1984) bu fenomenin ilk olarak, öznenin annesinden ilk ayrışmasında annenin kendinden olanı dışa atması ve özne de ayrışma sürecinde anneye dair bu tiksiniç ve dışlama hissini deneyimlendiğini belirtir. Bir arada bulunan ve benlik içerisinde olana karşı duyulan bir histir. Bedensel atıkların ayrışması olarak reddetme, geri çekilme, iğrenme duyguları ile birlikte işlemek zorundadır. Bağımsızlaşmayla birlikte, özne nesne arasındaki bu ilişki narsistik bir kendinden olandan ayrışmayı sembolize etmektedir. Bu yüzden abjekt ne tam bir nesne ne de tam bir öznedir, tanımlanmış bir fenomen olarak tanımlamaktadır. Kristeva (1984), erkek çocuk söz konusu olduğunda abjekt tanımının kullanmadığını ve erkek çocuğun yeni bir cinsiyete geçmek için anneyi abjektleştirdiğini söylemektedir. Bunun sebebi erkeğin kadına referansla tanımlanmaması fakat kadının erkeğe referansla tanımlanması zorunluluğu

olduğunu vurgulamaktadır (akt. Beauvoir, 1993). Kız çocuk annenin bedeninin abjektleşmemesini sağlamamakta sadece erkek çocuk anneyi dışlayarak, femineni reddedip aşağılayarak babanın yasasına maskülen olana yönelmesi abjektı yaratır. Abjekt kavramıyla birlikte baskının ve ayrımcılığın gelişimini anlatmaktadır. Babanın yasasıyla yönlendirilen abjekt, özne olabilmek için anne bedeninin reddedilmesi gerekliliğini öne sürer. Bu durum kadın olanı da reddetmek anlamına gelmektedir (Kancı ve Tarcan, 2022).

Çocuk üzerindeki hakimiyetinden vazgeçmeyen annenin ve anne-çocuk arasındaki ayrışamamanın rahmi “çatışmalı arzuların alanı” haline getirdiğini söylemektedir. “Arkaik anneye” dair korkunun üretken gücüne dair duyulan korku olduğunu belirtmektedir. Bundan kaynaklı olarak kız çocuk, sembolik düzenin istikrarına tehditkâr bir varlık olmadan sınırlar içerisinde var olmalıdır. Lacan’ın deyiimiyle “babanın yasası” ile yani erkeğe tanımlanan kadın bedeni abjektleştirilir. Cinsiyet sınırının bulanıklaşması, buna hizmet etmektedir ve bu sembolik düzeni tehdit ettiği için öteki tarafından aşağılık olarak adlandırılır. Kristeva (2014), kadının yaratım gücünden kaynaklı olarak fallik kadının “aşağılık dişi” ve “canavarca dişi” yasaklı bir unsur olarak toplumda yer aldığını söylemektedir. Kadın rahimle birlikte hem tanrısal hem de tiksiniç- abject olmaktadır.

Bedenin temizlenip arına bilmesinin yolunun bu olduğunu söylemektedir. Bu arınma linguistik, dinsel veya cinsel de olabilmektedir. Öznenin bu arınma yolu ile bir nesneyi abjektif kılabileceğini bu nesnenin de “anneden ayrılmak olabileceğini” dile getirmiştir (Kristeva, 2007). Abjeksiyon, kadın veya kız çocuğu olmaya dair baskı ve aşağılanmayı ve ötekileştirilmeyi var eder. Kadını abjekt olanlardan soyutlayıp, sterilize ederek babanın yasasına uygun bir imgeye dönüştürmektedir. Kültürel iktidar olan erkeğin, bedende de iktidar olarak yüce, güçlü olanı kendi yasasına alırken kadını öteki, edilgen ve pasif konum sınırları içerisinde tuttuğunu söylemektedir. Beden performatif yani sözeylemdir. Kadın bedeni ve kadın bedeniyle özdeşleşen kız çocuğu da bu performatif alanda, babanın yasasıyla var edilen toplumsal cinsiyet edimi sonrasında benliğine dair bir soyutlanmaya gidecektir. Toplumsal cinsiyetin performatif olması yani sözeyleme dayanması, öz bir erillik veya dişillik olmadığını bunun babanın

yasalarıyla düzenlenerek, yasa dışında kalanın abjektleştirilmesi üzerinden kadın ve bedeninin kısıtlandırılmasıyla kurulmaktadır (Butler, 2008: 231).

C. Benlik

1. Benlik Kavramı ve Gelişimi

Benlik, sözlük anlamına göre Türk Dil Kurumu sözlüğü içerisinde “Bir kişinin öz varlığı, kendisi yapan her şey, şahsiyet, kendilik” olarak açıklanmaktadır (Öztürk ve Erzin, 2018). Benlik temel olarak kişinin kendini algılama, değerlendirme ve deneyimleme biçimidir. Benlik kavramı bireyin; karakter özellikleri, ilgileri, becerileri, amaçları, değerleri, ilişkileri, bakış açısı gibi özün kendisi ile ilgili her alanı içine alan ve bu özelliklere yüklediği anlam ve değerlendirmeleri içeren bir kavramdır (Gürhan vd., 2020).

Benlik kavramı ile ilintili ilk sorgulamaların, Antik Yunan Medeniyeti içerisindeki filozof Aristo’ya dayandığı bilinmektedir. Aristo, insanın davranışını analiz ederek fiziki olan ve olmayan davranışlarını ayırt etmeye başlamıştır. Bilinçlilik, farkındalık ve düşünebilme üzerinde yapılan analizler Yunan Felsefesi ile birlikte önemli bir yer kazanmıştır. Varlık felsefesi filozoflarından Descartes, “Düşünüyorum, öyleyse; varım.” deyişi ile birlikte varlığın, benliğin farkındalığı ve maddi olan ile olmayan arasındaki ilişkiyi vurgulamıştır (Cevher ve Buluş, 2007).

William James (1963), benlik (self) kavramını ortaya koyan kişidir. James, benliğin iki yönlü, objektif ve subjektif yönlü benlikler olduğunu vurgulamıştır. Bunlara materyal ve sosyal benlik adını vermiştir. Materyal benlik, vücut, duygular, inanışlar, arkadaşlar, aile gibi geniş kapsamda sahip olunan her şeyi içine almaktadır. Benliği en geniş şekilde bireyin kendisine ait her şey olarak tanımlamaktadır (Franzoi, 2003). Sosyal benliğin tanımını ise bireyin başkaları tarafından algılama ve yorumlama biçimi olarak tanımlamaktadır (McLead, 2014). Benlik kavramı ortaya çıkışından itibaren büyük bir ilgi gören ve üzerine kuramlar inşa edilen bir kavram olmuştur.

Benlik günümüzde kabul edilen en genel tanımla, bireyin kendisini var olan her şeyden her anlamda ayrı bir şekilde özgün bir bütün olarak hissedebilmesi, algılayabilmesi olarak tanımlanabilmektedir (Budak, 2005). Benlik, kendi içini

denetleyen, gözlemleyen, deneyimleyen, fark eden ve düzenleyip, yöneten güçtür. Kendine ilişkin yargıları ve kanılarıdır, benliğine ilişkin tutumları ve inanışlarıdır, sadece ne olduğu değil ne olmak istediği ve gerektiği ile ilgili düşünceleridir (Öz, 2004).

2. Benlik Tanımları

William James'in benlik kavramında benliğin tek bir alandan oluşmadığını, bireyin kendisine ait birden fazla benlik kavramına sahip olduğunu belirtmiştir. Benliği temel olarak ideal ben ve gerçek ben kavramlarına ayırmaktadır. Bireyin, ideal benlik ve gerçek benliği arasındaki çatışma içerisinde hayal kırıklığına uğradığını belirtmektedir (James, 1950). James'in tanımından sonra benlik ve yarattığı çatışmaların, çeşitli psikoloji kuramları tarafından işlevsiz duyguları nasıl etkilediğini ve harekete geçirdiğini farklı kuramlar tartışmıştır (Freud, 1914; Horney, 1950; Rogers, 1995).

1987 yılında Higgins tarafından, “Benlik Farklılıkları Teorisi” oluşturulmuştur (Higgins, 1987). Higgins bu teorisinde benliğinin çeşitli birbiriyle çatışıp uyumsuzluk ortaya çıkartan yönleriyle ilgilenmiştir. Gerçek, ideal ve zaruri benlik olmak üzere üç tane ben teması üzerinde durmuştur (Strauman ve Higgins, 1988). Ogilvie ise bu teoriye, “istenmeyen benlik” olarak tanımladığı bir benlik tasarımı oluşturmuştur (Heppen ve Ogilvie, 2003: 348). Bu benlik, nahoş anıları, olayları ve imgeleri, olumsuz deneyimleri ve derin duygulanımlarını içerdiğini, bu şekilde oluştuğunu dile getirmiştir (Ogilvie, 1987). Birey, nahoş duygulanımlardan çıkabilmek ve iyi oluşa ulaşabilmek adına ideal, gerçek ve zaruri benlikler arasındaki denge durumunu oluşturmaya çabalarken bir taraftan da istenmeyen benliği uzaklaştırmaya çalışmaktadır (Higgins vd., 1985).

Psikanalitik teorem ile birlikte Freud (1914), benlik kavramı üzerinden bireyin psikolojisini, benliğin gelişimini ve farklılıklarını tanımlamıştır. “Narsisizm Üzerine” isimli yapıtında ego kavramını tanıtmıştır. Ego tanımlamaları ve gelişim süreçleri ile birlikte benliğin işlevlerini belirtmiştir. Ego yani ben, ego ideali ve id arasındaki balansı sağlamaya çalışan yapıdır. Ego idealini ve üstbenlik arasındaki ilişkiyi açıklamıştır. Ego ideali, üstbenlik tarafından talepleri yerine getirmeye çalışan, mükemmel ve idealize olana

yönelmesini sağlanan ego yapısıdır. Üstbenliğin işlevi idealize olana ulaşılma için aracı olmaktır. Üstbenlik, içgüdüsel değildir, yaşamın ilk dönemlerindeki idealize edilmiş normlardan, değerlerden ve kurallardan oluşmaktadır (Freud, 1914).

Ego ideali ve üstben arasındaki ilişkiye bakan isimlerden bir diğeri Reich'dir. Reich (1954), ego idealini, idin libidinal arzuları ve idealize edilmiş bireyle özdeşleşimi içerirken, üstbenliğin ise bireyin olması istenilen kişi ile ilgili benliği ifade ettiğini söylemektedir. Yaptığı bu ayrım ile Reich (1954), ben idealinin ve zaruriyetinin farkını daha net bir şekilde kavramsallaştırmıştır. Joffe ve Sandler (1968), ideal benlik ve benlik arasındaki kavramsal farkı egonun üstbenlik ve id arasındaki talepkâr çatışmayı çözmekte başarısız olduğu zaman birey benlik idealine ulaşamaz ve kaçınılmaz şekilde çatışmadan kaynaklı olarak yoğun bir kaygı yaşamaya başlayacaktır. Ve benlik, bu çatışmaları giderebilmek adına yeni bir işlev daha kazanır ve ego savunma mekanizmalarını oluşturur.

Savunma mekanizmaları psikodinamik kurama göre, benliğin kendisini narsistik kırılmalar karşısında benlik saygısını koruyabilmek, utanç ve hayal kırıklığı deneyimleri içerisinde benlik bütünlüğünü koruyabilmek ve terk deneyimlerine karşılık güven hissiyatını oluşturabilmek adına benliği dış gerçeklikteki tehditlerden uzak tutmaya çalışmaktadır (Cramer, 2015; Gabbard, 2004; Vaillant, 2011).

Benliğin savunma mekanizmaları üzerinde çalışan Anna Freud (1937), idden gelen saldırgan ve libidinal kabul edilemez dürtüler ile başa çıkamadıklarında, yoğun bir kaygı içerisinde olduklarını ve savunma mekanizmalarını duygusal düzenlenmiş ve dengede olabilme hali için gerekli olduğunu belirtir (Bailey ve Pico, 2023; Freud, 1937). Bu savunmalar benliğin kendi bütününe koruyabilmesi için önemlidir ve egonun bir parçası olarak işlev görmektedir (Cramer, 2015). İşlevselliğine rağmen orantısız bir şekilde aşırı savunma mekanizmalarının kullanımı, kullanılan savunmaların bireyin gerçeklik ile ilgili alana zarar vermesi ve bulundukları gelişim dönemine göre ilkel bir savunma kullanmaları durumunda patolojik bir benlik algısının oluşmasına sebebiyet verdiğini belirtmişlerdir (Cramer, 2015; Vaillant, 1994).

Psikanalist Donald Winnicott (1960) benlik üzerine yaptığı çalışmalar ile birlikte benlik ve ideal benlik tanımına yeni bir anlam yüklemiştir. Benliğin sadece gerçek benlik yapısı ve sahte benlik yapısı olarak oluştuğunu belirtmiştir. Gerçek benlik, bireyin doğuştan getirdiği kendine özgün, otantik ilgileri, özellikleri, değerleri, arzuları ve mizacını kapsayan bir benliktir. Ve bu gerçek benliğin kendini ortaya koyabilmesi için, erken dönem nesne ilişkisinde, nesnenin bireyin gerçek benliğini koruması için gerekli olan tutarlılık, güvenli alan, sevgi, kabul ve kucaklama gibi ihtiyaçlarını karşılaması gerektiğini anlatmıştır. Gerçek benin gelişimi ile birlikte aynı zamanda gelişimle birlikte benliğe dair yeni alanlarda ortaya çıkmaktadır. Kişinin benliği yani egosuna yönelik algısı, kendilik yani self ve dış ötekiler hakkındaki algılarının entegrasyonu ile birleşimden oluşmaktadır. Benliğin içerisindeki kendilik tasarımı, erken dönem gelişim süresi içerisinde ihtiyaç duyduğu yeteri kadar iyi annelik ve koruyucu ortam ile birlikte desteklendiği takdirde tutarlı, güvenilir ve olumlu bir kendilik gerçekleşmektedir. Bakım veren nesne, ihtiyaçları anlayıp gerekli destek, sevgi ve güveni verebilirse gerçek benlik otantik bir şekilde ortaya konabilmektedir. Ayrıca bu destekleyici ortam, dış gerçekliğin açık, samimi ve güvenli bir ilişki içerisinde görebilmeyi sağlamakta; bunları içselleştirebilmeyi ve gerçek benliğe özgün bir biçimde yanıt verebilmesi özgürlüğünü sağlamaktadır. (Winnicott, 1971).

Benlik gelişimi içerisinde erken dönem oldukça önemlidir ve bu dönem içerisinde spontan harekete verilen yanıt ile uyumlanan hareketi yapma zorunluluğu farklılaştıkça bebek kendi spontanlığından uyumluluğa doğru ilerleyecektir ve uyumlu hareketler pekiştirilmeye başlanacaktır. Bu durumda bebek spontan bir benlik değil, tehditlere karşı uyumlanma zorlantısı içerisinde hissettiği savunmacı bir benlik oluşturacaktır. Winnicott (1960), bu benliği “sahte benlik” olarak kavramsallaştırmıştır. Tehdit algısına karşı uyumlanma davranışlar genel olarak bakım verenin aşırı kapsamı ya da ulaşamaz, ihmalkâr bir yerde oluşu ile birlikte temel ihtiyaçlarının karşılanamaması sonucunda, tehdit altında hissetmesi ve dış dünyadaki nesnelere uyumlanmanın baskın hale gelmesine sebebiyet verecektir. Bebeğin bunun sonucunda kendisini otantik, spontan bir şekilde ortaya koyma fırsatı verilmeyecek ve dış dünya tarafından istila edilmiş bir benliğe sahip olacaktır (Winnicott, 1960).

Varoluşçu psikoterapist Rogers (1965), gerçek benliğin karşıt tarafına sahte benliği koymuştur ve bu otantik olamama halinin bireyin psikolojisindeki temel kırılmalara sebebiyet verdiğini söylemiştir. Semptomlar, kendi olamamanın verdiği huzursuzluk ve ajite hissi çözmek adına psişenin verdiği yanıttır. Sağlıklı ilişkisellik ile gerçek kendi olamama arasındaki denge hali sağlanamadıkça birey her iki uç içerisinde de psikolojik olarak zorlanacaktır ve bu zorlanmaları semptomlar halinde dışa vuracaktır (Schmid, 2005).

Rogers'ın (1965) “ben” kavramı bireyin varlığını oluşturan tüm duygu, düşünce ve değer mekanizmalarından oluştuğunu ifade eder. Benlik, bireyin kendini fiziksel ve zihinsel dünya içerisindeki konumunu algılayıp, kendi var oluşunu tanımlayabilme ve deneyimleyebilme düzlemlerini etkilemektedir. Gerçek benlik, bireyin var oluşunun tüm haliyle bilincinde olması halidir. Ben ve gerçeklik arasındaki çatışmalar arttıkça, bireyde benliğe dair denge ve uyumsuzluk algısı da artmaya başlamaktadır (Sevim ve Artan, 2021).

Heinz Kohut (1978), benlik kavramına çağdaş bir yaklaşım getirerek “kendilik teorisi” ortaya koymuştur. Bu teori içerisinde benliğin, iki kutuplu bir kendilik algısı içerisinde kavramsallaştırıldığını belirtmiştir. Bu iki kutuptan birisi benin kendi idealizasyonuyken diğeri önemli ötekinin idealizasyonu demektir. Bebek anne karnında tümgüçlü bir benlik algılamasına sahiplen doğum sonrası dış gerçeklikte bu algısı güçsüzlükleri ile karşılaşarak narsistik kırılmalar yaşamaktadır. Benliğini koruyabilmek adına tümgüçlülüğü bir bütün olduğuna inandığı önemli ötekiye yansıtır ve idealize eder. İdealize edilen öteki, bebek ile bütün olduğu için bebek tümgüçlülük ihtiyacını önemli öteki üzerinden karşılamakta ve benlik yapısını koruyabilmektedir.

Ayrıca Kohut (1984), “ikizlik ihtiyacı” kavramının benliği tanımlamak adına kritik bir benlik gelişim ihtiyacı olduğunu belirtmektedir. Önemli ötekiyle benzer olmak, aynı olmak “insanlar arasından bir insan olma” ihtiyacını karşılamaktadır, bu ihtiyacın karşılanması aidiyet duygusunun oluşabilmesi için kritiktir (Togashi, 2014). İkizlik ihtiyacı karşılanılmadığı zaman, kendilik gelişimi sekteye uğramakta ve ait hissetme duygusu zarar görmektedir, kendiliği ötekilerden farklıdır. Bu durumda kendisini yabancılaşmış hissedecek ve bu hissiyatın getirdiği huzursuzluk duygusundan kaynaklı kendisini tehdit altında “kendilik nesnesi” işlevi ile büyüklemeçiliğini yansıtır ve idealize edecektir. Bu

şekilde, narsistik fantezilerine temas edebilecek ve fantezilerdeki benzerlik düzlemleri ile birlikte aidiyet duygusu gelişip, zamanla spontan kendilik yapılanmasına geçiş yapacaktır. Bu benzerlik ve özdeşleşmelerin kurulamadığı bir ilişkide ise çaresizlik, yalnızlık ve eksiklik inanışlarıyla kendilik organizasyonu sağlanamayacak ve kendilik bozukluğu oluşacaktır (Siegel, 2008).

Amerikalı psikanalist Karen Horney (1950) yaptığı çalışmalarla birlikte, psişenin yani ruhsallığın merkezinde psişeyi oluşturan “gerçek benliğin” olduğunu ifade etmektedir. “ideal benlik” bireyin tüm arzu ettiği şeylerin toplamını kapsamaktadır (Yıldız, 2020). Gerçek benden uzaklaşan birey, duygularının ve hislerinin kendine ait olmadığı bir benlikte özgürlüğünü kaybetme riskindedir. Gerçek beni tanıyan, yaklaşan ve onu kabul eden bir birey, gerçek beni tanımasına ortam sağlayabilen ve gerçek benliği koşulsuz kabul eden ortamda kendisini ve kendi spontan, özgün benliğini deneyimleyebilmektedir (Gürhan vd., 2020).

Tüm bu benlik ve benliğe dair tanımlamaların kritik ortak noktasını bireyin kendi içsel dünyası ile dış gerçeklikteki dünya arasında bağlanma ve ilişkisel etkiler oluşturmaktadır. Kurulan bağlanma arasında denge ve koşulsuz kabul varsa eğer gerçek kendiliğin benlik mekanizması içerisindeki kapsamı artmaktadır. Dış dünyanın koşullu veya işlevsiz bağlanmalar sunduğu ortam ise gerçek kendiliğe ket vuracak ve sahte bir ben yapısı inşa edilmeye başlanacaktır. Kohut (1965), deneyimlemenin merkez noktasında kendilik olmadığı zaman bireyin, dış nesneler tarafından tehditkâr biçimde tetikleneceğini ve dış uyaranlardan etkilenmeye oldukça açık olacağını belirtmiştir.

Heidegger’in düşüncesine göreyse, dış dünya nesneleriyle kurulan tehditkâr ilişkide birey kendi benliğini, “herkes” içerisinde eritecek, asimile edip yok edecektir (Riker, 2021).

3. Sahte Benlik Kavramı

Sahte benlik, bir kendilik algısı patolojisidir. Vamık Volkan’ın, “cam fanus fantezisi” şeklinde tanımladığı sahte benlik, gerçek ihtiyaçların yok sayılmasıyla birlikte, inkâr edilip bastırılmaktadır. Geçiş nesnesiyle birlikte geçiş alanında patolojik omnipotans halini devam ettirmektedir. Bu omnipotans halin altında derin bir depresyon var olmaktadır. Veya bir diğer yol olan süreğen bir karşı

çıkma, protesto halinde olarak geçiş nesnesine yani bağımlı olan nesneye ve taleplerinin varlığında, yoğun bir agresif duyguyla birlikte taleplerinin gerçekleştirilmesi ile oluşmaktadır (Lichtenberg, 1989).

Winnicott gerçek benliğin, bedenin özgün şekilde var olabildiği canlılıktan meydana geldiğini belirtmektedir. Nefes almak gibi natürelidir. Sahte benliği tanımlamak için öncelikle gerçek benliğin özelliklerinin bilinmesi gerekmektedir. Sahtelik, gerçek kendiliğin benlik içerisinde kısmen bile olsa var edebilmek, sürdürebilmek için yaratmak zorunda olduğu bir tedbirdir. Narsisizmi bir savunma mekanizması olarak kullanmaktadır. Canlılığına alan tanınmayan benlik, narsistik savunmalar ile tümgüçlü halini koruyarak kendisini korumaktadır. Bakım nesnesi, bebeğin gerçek beklentilerini sağlıklı şekilde karşılamamış ve bebekle eşduyumlu hareket etmemiştir. Bundan kaynaklı olarak bebeğin sağlıklı bir bütünlük algısını kurmasına destek olamaz ve bu mekanizmanın oluşmasına sebebiyet verir. Var olan benlik ile olması gereken benlik arasında kritik bir farklılaşma meydana gelmekte ve uyumlu, şişmiş bir benliğin oluşmasına sebebiyet vermiştir. Bebek, aradaki bu açıklığı, hayata devam edebilmek için kapatmak zorundadır (Aydın, 2010).

Kendilik nesnesi yaşam için zorunludur, dışarıda bir kendilik nesnesi desteği bulunmazsa, bebek kendilik işlevlerini gerektiği gibi yürütemez. Aciz, çaresiz, eksik, kontrolsüz ve boşluk içerisinde hisseder, benliğini kaybeder. Bakım veren tarafından gerekli olan aynalamadan ve bununla birlikte edinilen olgun yetilerden yoksun bırakılmıştır. Ve bu durumda, kendilik bozukluğu oluşur bu duygularla birlikte (Kohut, 1971).

Winnicott'ın sahte benlik kavramı ile dış dünyaya gereğinden erken adapte olmaya zorlanmış bireyin, kendisi olabilmekte, benliğini ortaya koyabilmekte zorlanacağını belirtmiştir. Aynı şekilde kendilik gelişimi içerisinde özgün ve otantik olabilmek, kendini ve içgüdüsel arzularını idealize edebilmek ve var edebilmek ancak ve ancak, dış dünyadaki yeterince iyi nesnelerin olması ve onlarla dengeli ilişkiler kurulabilmesiyle mümkün olmaktadır (Winnicott, 1960).

Sahte ve gerçek olan arasındaki yolculuk içerisinde kişinin kendilik aktivasyonlarına ihtiyacı var olmaktadır. Kendilik aktivasyonu, erken yaşam dönemi içerisinde baskılayan ve zorlayan nesneden kaynaklı olarak kendi

isteklerinden vazgeçen bireyin, ilerleyen dönemler içerisinde nesnenin arzularından vazgeçebilip kendi kararlarını alabilme noktasında bir sürekliliğini kazanabildiği eylemlerle olabilmektedir. Birey, kendilik aktivasyonu ile beraber sahtelikten gerçekliği inşa etmeye doğru yol almakta ve sürekliliği sağlamaktadır fakat bu yol çetrefilli bir yoldur. Birey, bu süreçteki sürekliliği sağlarken ayrışma-bireyleşme dönemindeki gibi nesneden libidinal destek alamamaktadır, bu da öznenin kendisinin terk depresyonuna girmesini ve buna bağlı Mahşerin Altı Atlısı duygularını tekrarlı ve yinelenen bir biçimde deneyimlemesine sebebiyet verecektir. Masterson (1989), bireyin Mahşerin Altı Atlısı'nda sırasıyla öznenin kendilik aktivasyonu sırasında çökkünlük, cinai öfke, anlamsızlık ve boşluk, biçare halde, utanç ve suçluluk ve yoğun panik evrelerindeki duygulanımları deneyimleyecektir (Masterson ve Klein, 1989; Aydın, 2021). Bu duygulanım evrelerinde kalamayan özne, kendini yatıştırabilmek adına libidinal nesneye yeniden yatırım yapacaktır ve bundan kaynaklı olarak bebeklikteki gibi nesneden ayıramaz ve kendisinin özgül gerçek benliğini oluşturamaz.

Sahte benlik üzerine yapılan araştırmalar ruhsal rahatsızlıkları ve benlikler arası çatışmaları konu almaktadır (Weir ve Jose, 2010). Sahte benlikte ortaya konulan argüman kişinin kendini otantik bir biçimde ortaya koyamaması, fikirlerini ve inanışlarını yansıtmaması ve duygularını var olan şekilde özgürce yaşayamamasıdır (Harter vd.,1997). Sahtelik, gerçek benliğin üzerini bir örtü şeklinde tamamen kapatır ve gerçekliğin yansımalarına izin vermez (Harter, 1999).

Laing (2011), bu sahtelik örtüsünün gerçeğin ve özgün olanın var olmasına izin vermeyerek birey olamama halini getirmekte ve bundan kaynaklı olarak da bireyin yabancılaşmasına sebebiyet vermektedir şeklinde belirtmiştir. Bu benlik, birey için sahip olmadığı, yüzeysel kalan dışarıdan görünen ve içsel olmayan bir benlik olup başkalarına göre şekillenmek zorundalığı ortamında oluşmuştur (Akhtar, 1989).

Sahte benlik, sosyal uyumlu benlik anlamına gelmemektedir. Bu ikisi birbirinden farklı benlik yapılanmalarıdır. En temelde gerçek ben, orijinal olan ve derin duygularla bağlı olan ve yaratıcı, canlı olan benliktir. Sahte benlik, birey olamaz ve orijinal olanı reddeder fakat sosyal uyumlu benlik orijinal tarafı reddetmez, orijinal ve otantik olan içerisinde var olurken ilişkiler içerisinde

otantikliğe zarar vermeyecek şekilde süreklilik olmayan şekillerde uyumlanır (Winnicott, 1960).

Önceki yapılan araştırmalarda sahte benliğin, anksiyete ve huzursuzluk ruh haline sebebiyet verebildiği belirtilmiştir (Harter vd., 1996). Benzer şekilde Harter ve arkadaşları (1997), sahte benlik yapısının fikirleri ifade edememek ile de ilintili olduğunu belirtmişlerdir. Özellikle erken gelişim dönemi içerisinde çocuğunun kendisini ifade etmesine alan tanımayan ailelerin çocuklarında sahte benlik yapılanması daha yoğun şekilde gözlemlenmektedir (1977).

Birey eğer ki kendisini yansıtmaya izin verilirse ancak hayatı içerisinde kendi gerçek potansiyelini ortaya koyabilmektedir. Bu yansıtmaya izin verilmeyen ortamda sevgi alabilmek için sahte kendilik içerisinde yaşamını sürdürmeye devam etmektedir (Özakkaş, 2018).

Gerçek benlik doğal, natürel, otantik ve kreatif olan benin sahici kısmıdır. Bakım veren eğer ki bebeğin ihtiyaçlarını bebekle eşduyumlu ve empatik bir biçimde yinelenen şekilde karşılarsa eğer bebek kendi sahici benliğini gösterebilecek şekilde kendisini güvende hissedebilmektedir. Bir diğer yandan ise, “yeterince iyi olmayan anne” ise sahiciliğin yerini bebeğe kaygılı duygular verdiğinden, sahteliğin almasına sebebiyet vermektedir. Bebek, kimlik bütünlüğü algısından önce yeterli şekilde ihtiyaçlarını karşılayabilen bir anneye ihtiyaç duymaktadır, nesnenin kronik başarısızlığı sonucu bebek sağlam bir kendilik yapısı inşa edebilmesi için gerekli tümgüçlülüğü deneyimleyemez. Ayrıca, bebek ihtiyaç duyduğu gereksinimler karşılanmadıkça “var olmaya devam edebilme” tehdit altında olur ve bebek bu durum sonucunda sadece “olmak” halinden çıkarak, dış dünyaya “tepki vermek” haline geçiş yapmaya başlamaktadır. Nesne, eşduyum yerine bebeği uyumluluk zorlantısına sokar ve sahte benlik tohumları bu noktada atılmaya başlanır.

Winnicott (1960b), sahte yapının sebebi gerçek olanı tehditlere karşı saklayabilmek olduğunu belirtmiştir. Sahte olan dış dünya tarafından dışarıdan gerçek ben olarak görülse dahi gerçek benliğin savunma kalkanıdır. Sahte benlik yapılanması kendisini bir spektrum içerisinde beş düzeyde göstermektedir. En yoğun uyumlu sahte benlikte birey tamamen dış dünyada sahte varlığını göstermektedir, gerçek yapı hiçbir şekilde kendisini göstermemektedir. Orta

düzeydeki işlevsel sahte yapılanmada, gerçek benlik kısmı şekilde kabul edilip fark edilir birey tarafından fakat yine de gizli bir şekilde varlığını sürdürmektedir. Minimum işlevsel düzeyde ise sahte benlik, uygun şart ve ortamlarda gerçek benliğin kendisini var etmesine alan tanımaktadır. Uyumlu orta derecede düzeyde, benlik formu kendisini özdeşleşmeden ve bakım verenle kurulan ikizlik bağından sahteliğini oluşturmaktadır. Son form olan, uyumlu düzeyde ise sahte benlik ise uyumlu düzeydir, bu düzeydeki benlik, sosyal uyum ve kibarlık, sosyal alanlarda ihtiyaç duyulabilen iyi huy olarak kendini göstermektedir (Winnicott, 1960b).

Gerçek ben, sahte ben tarafından üzeri tamamen örtüldüğü için bireyin kendi gerçek benliğine ulaşmasının tek mümkün yolu sahte benlik aracılığı ile olabilmektedir. Bundan mütevellit Winnicott, sahte benliğe klinik müdahalede benlik oluşum seviyesinin bilinmesinin önemli olduğunu belirtmiştir. Aynı zamanda, danışanlar gerçek kendileriyle ilişkilendikçe, buradaki libidinal nesne yatırım arzusunu, terapistleri üzerinden deneyimleyeceklerdir. Terapist libidinal ihtiyaçları karşılayabilmek için yeterli bir destek içerisinde olmalıdır.

4. Kendilik Kavramı

Benlik gelişimi çocuğun ilk doğduğu andan itibaren psikolojik ve cinsel gelişim evreleri içerisinde geçerek psişede ve bedende olgunlaşma yaşar, simgeselleştirme ve tasarlama becerileri gelişir ve bu gelişme ile birlikte; değerlendirme, içgörü, deneyimi tanımlayabilme gibi bilişsel becerileri de gelişir ve bu gelişim ile birlikte kendilik imgeleri oluşmaktadır. Öznede örgütlenen kendilik imgeleri; kendisi ve öteki olana dair tasarımlarını gerçek düzlemde bir tasarıma dönüştürecek ve bir bütün hale getirecektir. Kendilik bütünleşebilmiş olan ruhsal yapıyı temsil etmektedir (Masterson, 2014: 46). Benin içerisinde örgütlenebilmiş, zamandan ve uzamdan ayrışabilmiş ve sınırlarını fark edebilen psişenin yapısı olarak kendilik ortaya çıkmaktadır. Gerçek dünyaya uyum sağlayabilen beden imgesiyle beraber özneye dair tüm unsurların bir araya gelmesi ile oluşabilmektedir. Kendilik temel olarak öznenin kendi benliği üzerine olan tasarımıdır. Bireyin devamlılığını, süreğenliğini, aynılığını, özgünlüğü ile beraber bir bütün olarak benliğini algılayıp tasarlayabilmesidir (Kohut, 1982).

III. ANALİZ

A. Araştırmanın Modeli

Yapılan bu araştırma, Dikkat Eksikliği ve Hiperaktivite Bozukluğu tanısı almış bireylerin sahte benlik yapılanmalarını fenomenolojik araştırma biçimiyle incelenmiştir.

1. Fenomenolojik Araştırma ve Uygulama

Temel olarak araştırma, yaratıcı bir biçimde yeni bir bilginin ortaya çıkması amacı ile gerçekleştirilen bir etkinlik sürecidir. Araştırma türlerinin en yaygın sınıflandırılma şekilleri olarak nitel ve nicel araştırmalardır (Myers, 2013).

Nitel araştırmalar, araştırmacı için bireylerin kişisel deneyimlerini ve bakış açısını öne çıkartarak, araştırmacının bu bireysel deneyimleri yorumlayabilip keşfetmesinin sağlayan, öznel anlam ve yaşantıyı anlamaya yönelik bir işlev göstermektedir. Bu araştırma biçiminde veri toplama yöntemleri olarak; gözlem, doküman analizi ve birebir görüşmeler gibi yöntemler sayılabilmektedir. Nitel araştırmalar, yüzeyde bulunanı derinlemesine bir şekilde inceler. Sosyal bilimler alanında oldukça yaygın olarak kullanılan bu analiz biçimi beş farklı desene sahip olmaktadır. Bunlar; etnografi, anlatı, kuram oluşturma, durum analizi ve fenomenolojidir (Creswell, 2020: 187).

Nitel araştırma, araştırmanın sorduğu soruları ve amaçları daha detaylı bir şekilde anlamak, öznel deneyimlerin farklılığını ve çeşitliliğini açıklamak için kullanılan araştırma yöntemidir. Analiz sürecinde sayısal verilere değil, metin, görsel, kelime gibi kalitatif verilerin toplanılması ve bu verileri analiz etmesi üzerine odaklanır. Nitel araştırma yapmak, araştırmacının araştırdığı konu hakkında derinlemesine bir anlayış kazanması ve analiz edilen kişilerin düşüncelerini, duygularını ve davranışlarını daha iyi anlamaya dair bir alan yaratır (Sarı, 2019).

Fenomenolojik analiz, nitel araştırmalar içerisinde var olan bir yaklaşımdır. Fenomenolojinin ışık tuttuğu yer yaşanılan deneyimi anlamlandırmaktır. Bir grup bireyin ortak bir deneyim içerisindeki alanları vurgulamakta ve bu deneyimin surecini derinlemesine anlamak ve buna ilişkin kuramsal bir açıklama ortaya koymaktır (Creswell, 2018). Ağırlıklı bir şekilde bireyin öznel deneyimine vurgu yapan varoluşçu psikoloji araştırmalarıyla gelişim göstermiş bir yaklaşım olmuştur. Bireyin, kendi çevresinde olan biten olayları nasıl bir şekilde değerlendirdiklerini ve deneyimlerini anlamaya çalışan bir analiz türüdür (Wade ve Tavis, 1995).

Fenomenolojik analiz özellikle sosyal psikoloji, tıp ve klinik psikoloji alanlarındaki araştırmalar için uygun bir analiz tekniğidir. Fenomenolojik analiz insanların kendi yaşamlarına yönelik algılamalarını ve deneyimlerini çalışır, bu kısım söz edilen bu bilim alanları için oldukça önemli bir alandır. Psikoloji bilim dalı için bireylerin kendi öznel deneyimlerini keşfetmek, adlandırmak ve bunu ifade etmek oldukça önemlidir. Psikolojik yaşantılar oldukça kişisel ve bireysel farklılıklar gösteren yaşantılardır bu yüzden fenomenolojik analiz psikolojik tanılar ve yaşantılar ilgili bir çalışma söz konusu olduğu zaman kullanılması uygun olan, çalışmaya katılan farklı kişilerin deneyimlerindeki ortak başlıkları ve anlamları keşfetmek için tematik analizi kullanmaktadır (am ve Satıl, 2021).

Bu araştırmada, öznel yaşantılara yaptığı vurgu ve derinlemesine bir analiz imkânı sunması açısından ve belirli bir grup içerisindeki ortak temaları ortaya ıkarabilmesinden kaynaklı olarak nitel analiz yaklaşımlarından fenomenolojik analiz kullanılacaktır.

2. Fenomenolojik Araştırmanın Temeli ve Tanımı

Yunanca’da ‘‘Phenomenon’’ anlamına gelen terimin kökünden gelen fenomen, görünüm anlamına gelmektedir (Bal, 2013: 27). Fenomen terimi Husserl (2003: 42-23) tarafından, ‘‘görünenle görünen şey arasında özsel bağlılaşım sebebiyle çift anlamlı’’ olarak tanımlanmaktadır. Fenomenin ilk anlamı, dışarıdaki dünyanın gerçek varlığı ve bu dünyanın duyularımızla özellikle de görme duyusu ile algılayabildiğimiz ve hissettiğimiz bir varlık olduğudur. İkinci anlam olarak ise, izah edilemeyen ve anlayamadığımız olağan dışı, sıradan olmayan bir alan olduğudur. Bu anlamda, birey duyuları sayesinde, bağımsız

gerçeklikte olmayan fiziksel ve nesnel dünyayı anlayıp kendi yorumu ve özüyle birlikte yeniden yaratacaktır (Slattery, 2012: 232). Bağlam olarak fenomenoloji, belli fenomenlerden etkilenip etkisi olmayanın bağımsız bir şekilde tanımlanması sonucuyla oluşan ortak bir şeydir. Bireyin bilinçli deneyimi ile başlayan ve hali hazırda var olan kabuller, değerler, dogmaları ve ön yargıları olmaksızın, bunlardan kaçınarak, görünümleri sahip olan aktörleri tarafından doğrudan yaşantılandığı ve anlamlandırıldığı biçimi ile incelenmektedir (Wallace ve Wolf, 2004: 297).

Fenomenoloji biliminin temellerine bakıldığı zaman Franz Brentano'nun başlattığı fakat asıl kuramın temellerini oluşturan ve temsil eden kişinin Edmund Husserl olarak görülmektedir (Husserl, 2003: 7). Kendi kuramını Husserl, birbiri ile kesişen nesne ile özne ve gerçek ile gerçek dışılık olarak iki temel ayrımla birlikte oluşturmuştur. Olguyu oluşturan öze ulaşabilmenin yolunun öncelikli olarak genel savların bir kenara bırakılması ile olabileceğini belirtmiştir (Husserl, 2003: 18-19).

Fenomenoloji, öznenin belirli olgular ve kavrama yönelik anlayışını, tutumunu, duygularını ve algısını ifade edebildikleri bir araştırma biçimidir (Tekindal ve Uğuz-Arsu, 2020). Bireyin, söz konusu olan olguya yönelik subjektif deneyimini aydınlatabilmek fenomenolojik analizin asıl amacıdır. Felsefe ve varoluşsal psikolojinin temellerini attığı bu tasarım, insanların bir olguya, bir varlığa ilişkin ortak algılarını ve temalarını bulmayı amaçlamaktadır. Sınırlı sayıda örneklem grubunun, belirli bir olguya dair deneyimleri detaylı bir biçimde incelenmekte ve elde edilen verilerle birlikte, olgunun öz için var olan ortak anlamlarını ortaya çıkarabilmektedir.

Fenomenolojik desen, bilinç ve algı süreçlerinin öneminin yanı sıra gerçeklik, niyet ve düşüncenin içeriğini de ortaya çıkarmaktadır (Patton, 2014). Öznel deneyimlerin en ince ayrıntısına kadar derinlemesine bakılarak evrensel deneyimlerin doğası hakkında bilgi sahibi olmayı sağlamaktadır (Tutar, 2023).

Fenomenoloji, görünenin ve var olanın varlığının ve özelliklerinin tanımlanabilmesine odaklanmaktadır. Fenomenolojik desen, gerçekliği oluşturan gerçeklerin nasıl oluştuğuna dair bir merkezi hedef almaktadır. Varlığın,

varoluşunun doğasını anlamak ve öz ile görünen arasındaki farklılara fark edebilmek üzerine oluşturulan bir araştırma desendir.

Fenomenoloji de sadece bireylerin kişisel deneyimleri değil aynı zamanda olguya yüklediği anlam ve algılarının gerçekliğe dair nasıl bir bilinç oluşturduğunu anlatmayı ve göstermeyi amaçlamaktadır. Fenomenoloji çalışması, ortak deneyimdeki karşılaşmaların ana doğasını bulmaya çalışır. Söz konusu olan olguyu deneyimleyen ve kendi özüne dönük deneyimi ifade edebilen bireylerle fenomenolojik çalışmanın yapılması gerekmektedir.

Temel amaç, bireyin spesifik bir olay, olgu, durum veya varlık karşısındaki öznel ve benzersiz algısını ve bilincini deşifre edebilmektir. Nihai olan, araştırmaya katılan bireylerin, kendi tanımlamaları ile beraber araştırmacının bir fenomenin birinci elden karşılaşmasını ortaya koyabilmesidir. Derin ve ayrıntılı açıklamalarla, incelenen fenomene ilişkin öznel deneyimlerin özünü ortaya koymaktadır (Van Manen, 2014). Fenomenolojik araştırma odağını bireye ve onun farkındalıklı deneyimlerine yoğunlaşmaktadır. Araştırmanın konusunu, öznel deneyimlerin karşılaşmalarını kapsamaktadır.

3. Tanımlayıcı (Aşkın) Fenomenoloji

Husserl, tanımlayıcı fenomenoloji deseni ile birlikte kişinin duyuşal deneyimi nasıl algıladığı, farkındalığı ve zihnindeki imajı konusunu merkeze almıştır. Temel önerme olarak, bilginin sadece kendi deneyimlerimiz aracılığıyla elde edileceğidir. Dolayısıyla, deneyimler hem öznel hem de nesnel gerçeklikleri entegre eder ve bu entegrasyon bize özü vermektedir. Bundan kaynaklı olarak bu verilerin titizlikle incelenip, tanımlanması ve aydınlanması gerekmektedir.

Deneyimin apaçık şekilde kendisi, anlamın inşasında yatar. Araştırma yapan kişi, ilk olarak çalışma yapacağı fenomeni belirlemektedir. Tarafsız şekilde bakış sunabilen araştırmacı, öznel ve subjektif yargılarını kenara bırakıp, fenomen teması ile karşılaşmış bireylerden kendi öz deneyimleri ile ilişkili verileri toplamaktadır. Toplanan veriler analiz edilir, bilgiler açıklanır, tutarlılıkları ve güvenilirliklerine bakılarak belirli temalar şeklinde düzenlenir. Sonuçlandırma, araştırmaya katılanların belirttiği subjektif anlamların kolektif deneyimleri etkili ve derinlemesine özetleyen temel bir yargıya varmaktadır (Güler vd., 2015).

Bu metodoloji, araştırmayı yapan kişinin kendi değerleri, yargıları ve tutumlarından uzakta oldukça objektif bir şekilde fenomene bakabilmesini gerektirmektedir. Husserl, betimleyici fenomenolojide deneyimin öznelliğini ortaya çıkartıp ortak temaları kavrayabilmektir. Sadece deneyimin özüne odaklanılır, betimleyici fenomenolojide veriler tarafsız ve nesnel bir şekilde değerlendirilmektedir (Yalçın, 2022). Araştırmaya karşı olan yaklaşım oldukça esnek, açık uçlu ve düşündürücü, sorgulayıcı bir ikili doğal yapıya sahiptir. Bunun sebebi öncelikli olarak, genç bir metodoloji olması ve analiz tekniklerinin hala gelişmekte olması ve herhangi bir problemin tek bir yöntem ile birlikte sağlıklı ve etkin bir biçimde ele alınmasının mümkün olmadığına farkına varılmasıdır (Knaack, 1984).

Fenomenoloji deseni, gündelik hayattaki her alanda karşımızda var olan olaylar, deneyimler, algılar, görünüm ve olgular gibi yabancı olmayan fakat anlamı da tam anlamıyla bilinmeyen tüm fenomenleri araştırmaktadır (Yıldırım ve Şimşek, 2016: 69). Tezcan bu desenlerin, kategorileştirme ile birlikte bireylerin objeleri ve davranışları nasıl şekilde tanımladıklarını ortaya koyduğunu belirtmiştir (Tezcan, 2013: 55).

4. Fenomonolojik Desenin Özellikleri

Literatürde nitel araştırmanın temel yönü, “doğal” ve “duyarlı” yapılanmayla beraber olguların kendi öz bağlamları içerisinde incelenmesini vurgulamaktır. Araştırmacının denklem içerisindeki varlığı araştırma için önemli bir denklem parçasıdır. Katılımcıların, etkin bir iletişim kurabilmesini, verilerin derinlemesine toplanabilmesini sağlamakta ve bununla birlikte içgörünün oluşmasına zemin hazırlamaktadır. Bir diğer önemli nitelik, araştırmanın değişkenlerinin toplu biçimde bağlantılarının, ilişkiselliklerinin ve etkileşimlerinin önemsendiği ve değişkenlerin birlikte bir bütün olarak incelendiği “bütüncül bir yaklaşım” olmaktadır (Yıldırım ve Şimşek, 2016). Nitel araştırmalar temelde nicel araştırmalardan birçok özellik bakımından farklılaşmaktadır. Nitel çalışmalarda, inceleme “tümevarımsal analiz” ile birlikte toplanan verilerin entegrasyonu ile birlikte tematik bir anlam çıkarılabilmektedir. Neden-sonuçlar yerine veya var olan epistemolojinin yerine, verilerle desteklenen yeni bilgilerin ve teorilerin gelişmesi için bir alan yaratmaktadır. Aynı zamanda

nitel çalışmalar, araştırmacı kişi için araştırmanın tasarımı ve süreci için esnek bir yapı sağlamaktadır. Bu, araştırmacının temasına en uygun olan yöntemi seçmesi için imkân tanımaktadır (Patton, 2014).

Alanyazına bakıldığında fenomenolojik desen analizinin diğer analiz biçimlerinden kendisine özgün birtakım farklılıklar ve niteliklere sahip olduğu görülmektedir. Bu özellikleri Creswell (2018: 18-19) şu şekillerde açıklamıştır.

- Araştırma sorusu olan fenomene ve kavrama vurgu yapılmaktadır.
- Fenomeni deneyimleyen bir çalışma grubu ile yapılmaktadır.
- Heterojen bir çalışma grubunun belirlenmesi önemlidir. Bu gruplar 3 ile 15 kişilik katılımcı grupları arasında çalışmaya yönelik olarak belirlenmektedir.
- Fenomenolojik analizin temel hedefi tanımlayıcı olmaktır. Olgunun var olan doğası ve önemini tanımlayabilmenin yolunun bunu deneyimleyen yaşantıların olduğunu savunmaktadır.
- İnsanın öznelliği üzerine odaklanmaktadır ve tümevarım ile birlikte ilerlemekte ve bütüne ulaşmaktadır.
- Genellemeler yapılmamaktadır. Öznellik ve bütün önemlidir.
- Araştırmacının objektif bir göz olması oldukça önemli olmaktadır. Tarafsız bir bakış açısı ile gözlem ve analiz yapmaktadır.
- Olgu, birinci dereceden deneyimlenip tecrübe eden veya hala deneyimlemekte olan bireylerle birlikte yapılmaktadır (Baş ve Akturan, 2017: 88-89).
- Veri toplama biçimi genellikle bireylerle derinlemesine yapılan görüşmelerdir. Gözlem, doküman analizi gibi kaynaklar da veri olarak kullanılabilir. Fenomenolojik analiz, gözlem ve doküman analizi gibi yöntemlerle derinlemesine yapılır. Gözlem, doküman analizi gibi yöntemlerle derinlemesine yapılır. Gözlem, doküman analizi gibi yöntemlerle derinlemesine yapılır.
- Neyin, nasıl deneyimlediği üzerine yapılan kapsamlı ve derin tanımlamadır. Deneyimin özü çıkarılır, değerlendirilir ve ardından tartışılıp betimleyici bir sonuç ile bitirilir. Bu yöntem ile birlikte çalışma fenomeninin özüne ulaşılmaktadır.

Nitel çalışmayı yürüten kişinin etkili bir çalışmacı olabilmesi için hem nitel hem de nicel çalışmalar hakkında bilgi sahibi olması gerekmektedir. Bu bilgiye sahip olmak nitel çerçevede çalışabilirliği, bilinçli kararlar alabilmeyi ve seçilen ekolün kolaylıkla belirlenebilmesine olanak tanımaktadır. Bu bağlam içerisinde, araştırmacı fenomenolojik araştırmanın ayırt edici niteliklerini anlamalıdır. Nitel araştırmaya dair nitelikleri ve fenomenolojik yaklaşımın anlayışını araştırmanın bünyesine katarak, araştırmayı verimli ve net şekilde sürdürebilmektedir.

Giorgi (1997), kapsamlı bir değerlendirme ve niteliklerinin anlaşılması, fenomenolojik yaklaşımın anlaşılabilmesi için oldukça önemlidir. İnsanın deneyimini anlamlandırmaya çalışan bir felsefi sorudan ortaya çıkan fenomenoloji, deneyimleri anlamlandırmaya ve açıklamaya çalışmaktadır. Temel odak, araştırılan olgunun kapsamlıca keşfi ve ifade edilebilmesidir. Katılımcılar bu şekilde, fenomeninin çevresindeki özgün algılarını derinlemesine incelemekte ve ilgili deneyimlerin açıklanıp yorumlanmasının ve tanımlanmasının önünü açmaktadır.

Fenomenolojik çalışmada veri analiz süreci aşamalarla beraber ilerlemektedir. Birinci aşama, önyargının ve değerlerin askıya alınarak verilerin hazırlığının yapılması var olmaktadır. Sonraki aşamada veriler parantez içine alınıp temel birleşenlerine indirgenmektedir, bu aşamaya fenomenolojik indirgeme denilmektedir. Sonrasında, yaratıcı çeşitliliğin incelendiği, yaratıcı çeşitlilik aşaması gelmektedir ve son olarak, veriler anlam ve özleri bakımından sentezlenir ve deneyimin özü ortaya çıkartılır (Yüksel ve Yıldırım, 2015). Kleiman (2004), ana hatları belirli olan bu aşamaların fenomenolojik analizin çerçevesini oluşturduğunu söylemektedir.

Giorgi (1997), fenomenolojik yöntemin bilimsel olarak kabul görmesi için teorik tasarım ilkeleriyle beraber hareket edilmesi önemlidir. İlkeler, yöntemin tanımlayıcılığını, fenomenolojik indirgeme yapılabilmesini, sınırsızca ve yaratıcı bir şekilde çeşitlendirmeler yapabilmesini, öznelleştirilmiş ve kalıcı ana anlamların ortaya çıkarılabilmesi ve bu alanlara ışık tutabilmesini içermektedir. Bunların sonucunda, fenomenolojik araştırma yöntemi birbiriyle bağlantılı üç bölümü kapsamaktadır.

Odak nokta, gözlemlenen fenomenin ne ve nasıl oluştuğunu detaylı bir biçimde açıklanması ve ayrıntılı bir şekilde açıklamanın yapılabilmesidir. Öznel deneyimlerin karşılaşmalarının derinine inerek ve kapsamlı şekilde değerlendirerek ve tartışarak, fenomenolojik analizin sonucu öz olarak ortaya konulur.

Psikopatoloji alanında yoğun olarak karşımıza çıkan DEHB'nin sadece DSM kriterleri olarak değil bireylerin öznel deneyimleri açısından ne gibi karşılaşmalara sahip olduğu, DEHB tanılı bireyin, kendi deneyimleriyle DEHB gerçekliğini deneyimleyip yaşantılaması üzerine yapılan araştırma, DEHB tanılı bireyin iç dünyasına giriş yaparak genel geçer tanı kriterlerinden daha gerçekçi ve natürel bir sonuca ulaşacaktır. Sonuç olarak bireyin psikolojisi oldukça öznedir. Her birey kendine ait özü, psikolojik deneyimlerine akıtmaktadır. Aynı zamanda DEHB üzerinden bireylerin sahte benlik inşalarına bakmak, benlik gibi oldukça spesifik ve derinlikli bir konu için bireysel deneyimlerin temaları üzerinden giderek sadece somut olarak ortada olanın değil, deneyimler ile örtülü olanın bulunmasına ve kavramların sadece teorik anlamlarına değil kavram kalıplarından çıkarak gerçek hayattaki yansımaların görülmesini sağlayacaktır. Fenomenoloji, psikopatolojiyi bilişsel ve arkeolojik olan yerden çıkartıp; deneyimsel, ilişkisel ve somutlaşmış şekilde ele alacaktır.

B. Veri Toplama Araçları

Veri toplama araçları olarak araştırmacının oluşturduğu Kişisel Bilgi Formu ve Yarı Yapılandırılmış Görüşme Soruları kullanılarak analiz yapılmıştır. Çalışma grubuyla yarı yapılandırılmış görüşmeler yapılarak veriler elde edilmiştir.

1. Kişisel Bilgi Formu

Yapılan çalışma içerisinde katılımcıların kişisel bilgilerinin alınması amacıyla araştırmayı yürüten kişinin hazırladığı kişisel bilgi formu kullanılmıştır.

Kişisel bilgi formunun içerisinde cinsiyet, yaş, medeni durum, eğitim düzeyi bilgilerini içeren soruların yanı sıra DEHB tanısına sahip olmak ve bir takım travmatik deneyimlere maruziyeti belirten sorular bulunmaktadır. Toplamda 9 sorudan oluşmaktadır.

2. Yarı Yapılandırılmış Görüşme Soruları

Yarı yapılandırılmış görüşme, temel olarak öncesinde belirlenmiş bir tema ve soruları takip ederek görüşmeyi belirli bir yapılandırma içerisinde başlatılıp yürütülmesidir. Araştırmayı yapan kişi, görüşme boyunca soruları araştırmanın temasına yönelik olarak derinleştirip açar. Bu görüşme biçiminde, katılımcı verilen temanın üzerinde daha ayrıntılı ve derinlikli bir içgörüyü keşfeder ve araştırmacı, verilen tema içerisinde yapılan açıklamaya optimum düzeyde müdahale alanına sahip olmasını sağlamaktadır. Temalar ve sorular önceliklendirilmediğinden, görüşme ilerledikçe görüşme sorularının yapısının ve yerleştirildikleri yerin esneyebilmesine olanak sağlamaktadır (Arkonaç, 2017).

Yapılan bu çalışmanın amacının gerçekleşmesi için, çalışmayı oluşturan kişinin yaptığı bir dizi okumalara ve literatür incelemelerine dayanan görüşme soruları tasarlanmıştır. Hazırlanan görüşme soruları, fenomenolojik araştırma konusunda alanında uzman iki kişiden geri bildirim alınması ve tez danışmanından alınan onayı içine alan bir iyileştirmeden geçmiştir. Soruların tamamlanmasının ardından soruların amacı doğrultusunda çalışıp çalışmadığının görülmesi açısından pilot bir görüşme yapılmış ve bu görüşmenin analizinden elde edilen sonuç, tez danışmanın yönlendirilmesiyle beraber soruların kalitesini arttırmak için kullanılmıştır. Son olarak, İstanbul Aydın Üniversitesi Sosyal ve Beşerî Bilimler Etik Kurulu'na gerekli belgelerle birlikte başvuru yapılmıştır. Etik kurul komisyonu, görüşme sorularının ve çalışmanın prosedürünün etik standartlar için uygun olduğunu belirterek çalışmanın yapılması adına onay vermiştir.

C. Çalışma Grubu

Çalışmanın yürütüleceği kişiler 18 yaş ve 30 yaş arasındaki yetişkin bireylerden oluşacaktır, aynı eğitim düzeyine sahip olmalarına dikkat edilmiştir, lisans ve lisansüstü düzeyde eğitim durumuna sahiptirler. DEHB dışında farklı bir psikiyatrik tanı almamış olan 5 kadın ve 5 erkek toplam 10 bireyden oluşacaktır. Hem yetişkinlikte hem de çocukluk sürecinde DEHB tanısı almış olmaları veya DEHB tanısının belirtilerinin gözlemlenmiş olması sahte benlik inşası süreçlerini sağlıklı şekilde değerlendirebilmek için gereklidir. Çalışma grubunun hali hazırda DEHB belirtilerini yaşamlarında gösteriyor olmaları oldukça önemlidir. Çalışma

grubunun homojen bir yapıda olması dikkate alınmıştır. Çalışma grubunun, homojenliğinin sağlanması ve araştırılan DEHB ile sahte benlik arasındaki ilişkiye farklı elementlerin dahil olmaması adına; erken dönem öyküsünde ebeveyn kaybı, ebeveyn terki, ağır bir hastalık veya kaza geçirmiş bir ebeveyne sahip olmayan ve fiziksel, psikolojik ve cinsel istismar öyküsü bulunmayan bir çalışma grubu seçilmiştir. Veri toplama görüşmeleri yüz yüze yapılmıştır gerekli izinlerle birlikte görüşmeler ses kaydına alınacaktır. Çalışmanın kapsamı içerisinde DEHB tanısı almış kadın bireyler ve DEHB tanısı almış erkek bireyler olarak iki grup karşılaştırılacaktır.

D. Verilerin Analizi

Yarı yapılandırılmış görüşmeler sonucunda elde edilen verileri analiz etmek amacıyla MAXQDA veri analiz programı kullanılmıştır ve veriler tümevarımsal bir şekilde temalarına göre kodlanmışlardır. Tematik analiz yöntemi esas alınmıştır. Veriler temalara ayrılmış ve temalar arasında oluşan ilişkiler “gömülü teori” (Glaser ve Strauss, 1967; Strauss ve Corbin, 1994) prensipleyle birlikte ele alınmıştır. Brown ve Clarke (2017), tematik analiz modelinin tekrarlayan altı aşaması ile birlikte analiz yapılmıştır. Verileri sistemli şekilde analiz edebilmek adına Braun ve Clarke’ın bu aşamalı analiz yöntemi kullanılmıştır. Aşama aşama gidilerek anlamlı temalar ortaya çıkartılmıştır.

1. Verileri Tanımlama ve İlişkili Öğeleri Saptama

Başlangıç olarak, tüm veriler dikkatlice okunmuştur. Potansiyel olarak ilişkili olabilecek karşılaşmalar ve temalar not alınmıştır. Çalışma grubunun verdiği cevaplar, öne çıktıkları unsurları belirleyebilmek adına analiz edilmiştir.

2. Başlangıç Kodlarını Hazırlama

Veriler tanımlanıp temalara dair aşinalık kazanıldığı zaman, her bir tema anlamlı birimlere ayrılarak ilk kodlar oluşturulmuştur. Kodlar ardından MAXQDA yazılımıyla analiz sürecine alınmış ve sistemli şekilde organize edilmiştir. Her bir bireyin verdiği yanıt, içerikleri ile bağlantılı olan kodlarla ilişkilendirilmiştir. Tanınabilir kodların geliştirilebilmesi amacıyla kodlar

tümevarımsal yaklaşımla ele alınmıştır. Kodlar toplanılan verilerle türetilip öncesinde tanımlanmış olan bir kodlama çevresinde ile sınırlandırılmamıştır.

3. Temaların Belirlenip Araştırılması

Verilen kodlanılmasının ardından, saptanan kodlar bir araya getirilmiştir ve daha geniş bir perspektifle birlikte temaların oluşturulması için analizi yapılmıştır. Bu sürecin içerisinde, kodların temaya olan katkısı veya bir diğer temayla olan bağlantısına dikkat edilmiştir. Bu süreçte ayrıca, kodların hangi kategorileri içerdiğini belirleyebilmek için yönlendirme ve akran toplantısı yapılmıştır.

4. Potansiyel Temaları İnceleme

Potansiyel temalar, her bir tema tanımının hem kodlar hem de araştırma sorularıyla uyumluluk seviyesine göre gözden geçirilip belirlenmiştir. Bazı temalar tek bir tema olarak birleştirilirken bazı temalar bölünmüş ve değiştirilmiştir. Verilerin desteklemediği temalar analizden hariç tutulmuştur. Sadece bağlam içerisinde kalan temalar analize katılmıştır.

5. Temaları Tanılandırma ve İsimlendirip Gruplandırma

Bu aşamanın içerisinde revizyon geçiren her bir tema için temayı en iyi tanımlayan isimler verilmiştir. Terminolojik olarak temanın genel anlamını, kavramsal yapısını ve yerini belirtebilmesi üzerine yapılandırılmıştır. Oluşturulan tema kategorileri, derin bir analiz için alt tema kategorileriyle desteklenmiştir.

6. Temaların Bir Rapor Halinde Getirilmesi

Son aşamada, oluşturulan temalar, araştırmanın problemine ışık tutacak biçimde bağlantılı kodlarıyla desteklenerek rapor edilmiştir. Kodlamalarda tekrarlar yani katılımcıların belirli bir konu hakkındaki tekrarlamaları var olan temanın ne denli önemli olduğunu düşündüklerinin göstergesi olarak görülmüş ve rapor edilmiştir. Herhangi bir temadan birden fazla bahsedildiği zaman, temanın önem derecesinin arttığını gösterdiği için analiz içerisine konulmuştur.

Süreç sonunda tüm kodlar, anlamlı bir kategori haline getirilmek amacıyla diğer ilişkili kodlarla entegre edilmiştir ve sonrasında bu entegrasyon temalar haline dönüştürülmüştür. MAXQDA analiz programı tarafından mümkün kılınan

analitik içgörüyle birlikte veriler sistematik biçimde incelenip temalar halinde kategorilendirilmiştir. Yazılımın içerisindeki özelliklerle kategorize etme ve görselleştirilme etkili şekilde yapılmıştır. Yorumlama sürecinde nesnelliği koruyan şeylerden biri programın, sunduğu her bir kodun hangi veri ile elde edildiğini açıkça göstermesidir. Tema ve kodların oluşturulması sürekli bir şekilde üçüncü taraf denetimi ile birlikte yürütülmüştür. Üçüncü taraf denetimi araştırmaya dahil olmayan ancak alanında uzman kişi ile yapılmıştır. Uzman gözetimi, nesnelliğin korunabilmesi ve veri analizinin anlamlı kategorizasyonunun sağlanmasında önemli bir rolü üstlenmiştir. Alınan bu önlemlerle birlikte, kodlama ve tematik değerlendirme süreçlerinde yanlışlık azaltılmış ve bulguların güvenilirliği arttırılmıştır.

E. Ses Kayıtlarının Deşifre Edilmesi ve Veri Güvenliğinin Sağlanması

Yapılan görüşmelerde ses kayıtları katılımcıların izni ile alınmıştır. Ses kayıtlarının deşifresi için TransGate AI kullanılmıştır. Bu yazılım sistemi diğer yazılım sistemlerine göre yüksek doğruluk oranında transkript etmektedir.

Veri güvenliği ve gizliliği dikkate alınarak transkript edilmiş metinler sadece araştırmacının ve danışmanın görebileceği şekilde saklanmıştır.

IV. BULGULAR

DEHB tanısı almış bireylerin sahte benlik inşalarını cinsiyet bağlamında incelemeyi amaçlayan bu çalışmaya DEHB tanısı almış kadın ve DEHB tanısı almış bireyler ve bu bireylerin DEHB ve benlik ile ilgili deneyimleri konu edinilmiştir. Katılımcıların DEHB tanısına yönelik algıları, deneyimleri, ebeveynleri ile kurdukları ilişkinin özellikleri ve nitelikleri, benlik süreçleri ve gelişimlerine dair içgörüler, onaylanma ve kabul edilmeye dair kanıları, kadın ve erkek katılımcıların birbirlerine dair benzerlik ve farklılıkları fenomenolojik analiz yöntemiyle incelenmiştir.

Çalışmanın kapsamının içinde öncesinde yapılandırılmış temalar bağlamında DEHB tanısı almış kadın katılımcılar ve DEHB tanısı almış erkek katılımcıların algıları karşılaştırılmıştır. Ve öne çıkan kavramlar ilişkilendirilmiştir.

A. Katılımcıların Demografik Özellikleri

DEHB tanısı almış olan katılımcıların demografik nitelikleri Çizelge 1'in içerisinde sunulmuştur. Katılımcıların %50'si (n=5) kadın katılımcı ve %50'si (n=5) erkek katılımcıdan oluşmaktadır. Katılımcıların %60'ının (n=6) eğitim seviyesi lisans seviyesindedir; %40'ı (n=4) ise lisansüstü seviyesinde eğitim görmüşlerdir. Cinsiyetler arası yaş ortalamasına bakıldığında kadın cinsiyetindeki katılımcıların yaş ortalaması 26'dır. Erkek katılımcıların yaş ortalamaları ise 30,4'tür. Katılımcıların tamamında DEHB teşhisi vardır ve komordibite eşlikçi değildir. Gruptaki katılımcıların tamamı anne-babanın sağ ve birlikte olduğu bir erken dönem yaşantısına sahiptir. Katılımcılar erken dönem psikolojik, fiziksel veya cinsel bir travmatik deneyime sahip olmadıklarını belirtmişlerdir.

Çizelge 1 Katılımcılara Ait Demografik Özellikler

Belge Kodu	Cinsiyet	Yaş	Eğitim Durumu	DEHB Tanısı	Komordibite	Erken Dönem Anne/Baba Terki/Vefatı	Erken Dönem Travmatik Deneyim
K1	Kadın	20	Lisans	Var	Yok	İkisi de sağ	Belirtmedi
K2	Kadın	23	Lisans	Var	Yok	İkisi de sağ	Belirtmedi
K3	Kadın	32	Lisansüstü	Var	Yok	İkisi de sağ	Belirtmedi
K4	Kadın	30	Lisansüstü	Var	Yok	İkisi de sağ	Belirtmedi
K5	Kadın	23	Lisans	Var	Yok	İkisi de sağ	Belirtmedi
E1	Erkek	29	Lisans	Var	Yok	İkisi de sağ	Belirtmedi
E2	Erkek	36	Lisansüstü	Var	Yok	İkisi de sağ	Belirtmedi
E3	Erkek	24	Lisans	Var	Yok	İkisi de sağ	Belirtmedi
E4	Erkek	21	Lisans	Var	Yok	İkisi de sağ	Belirtmedi
E5	Erkek	19	Lisans	Var	Yok	İkisi de sağ	Belirtmedi

B. Araştırmanın Kodlama Süreci

Kadın ve erkek cinsiyetindeki psikiyatrik müdahale sonucunda DEHB teşhisi almış olan çalışma grubundaki her bir bireye birbirinin aynı 18 soru yönetilmiştir. Soruların her biri ayrı bir temayı hedef almaktadır. Her bir temayla ilişkili olan katılımcı yanıtlarındaki sıkça tekrarlı ifadeler saptanmış ve bu ifadeler temalar arasında ilişki kurulmuştur. Her birey için soru seti birebir aynı biçimde kullanılmıştır ve cinsiyetler arasında elde edilen bu veri içerikleri karşılaştırılmıştır. Katılımcılardan elde edilen veriler üç tema ve on sekiz kategoriden oluşmaktadır. Modellemenin oluşturulması sırasında araştırmaya katılan bireylerin ilgili kodlarla ilgili görüşlerini bildirmeleriyle beraber bu görüşler kodlanmıştır. Bu kodlamalar sonucunda kod alt kod modeli ortaya çıkartılmıştır.

DEHB tanısı almış bu bireyler üzerinde yapılan çalışmanın bulguları üç tema altında değerlendirilmektedir. Bu temalar şunlardır:

- Dikkat eksikliği ve hiperaktiviteli olmak
- Bakım verenlerle kurulan ilişki
- Benlik

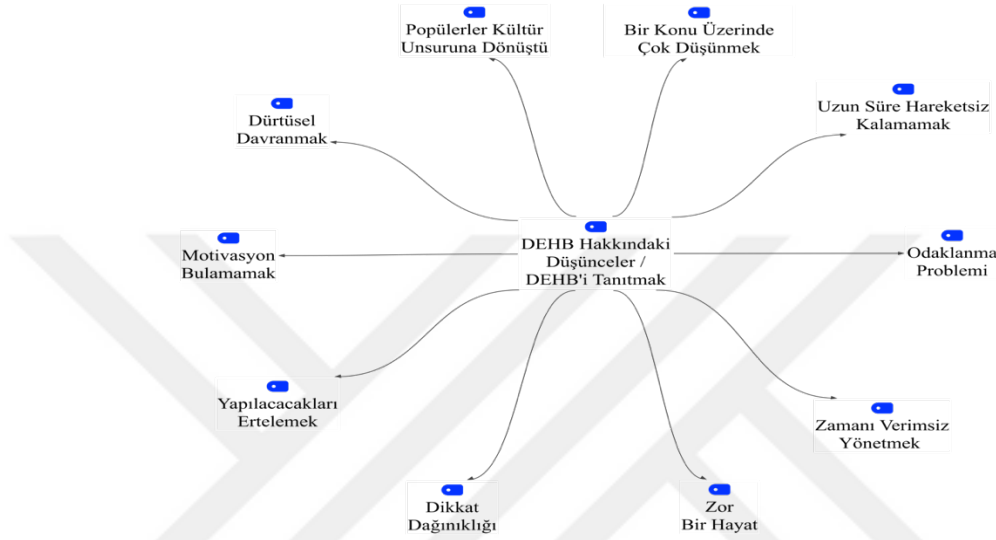
1. Dikkat Eksikliği ve Hiperaktiviteli Olmak ile İlgili Kod Dağılımı

Katılımcılar, dikkat eksikliği ve hiperaktivite tanısı alma ile ilgili sorular ve bu sorulara verdikleri yanıtlardaki görüşlerine ilişkin olarak bulgular yer

almaktadır. Toplamda dokuz başlık ile birlikte değerlendirilmektedir. Bu başlıklar şu biçimdedir:

a. DEHB hakkındaki düşünceler ve DEHB'yi tanıtmak kod alt kod dağılımı

Bu bölümde katılımcıların DEHB hakkındaki düşüncelerine ilişkin bulgular yer almaktadır. Katılımcıların DEHB hakkındaki düşünceleri ve DEHB'yi tanıtmak teması üzerine verdikleri yanıtlar kodlanmıştır (bkz. Şekil 1).



Şekil 1 Katılımcıların DEHB ile İlgili Görüşlerinin Dağılımı Kod Alt Kod Modeli

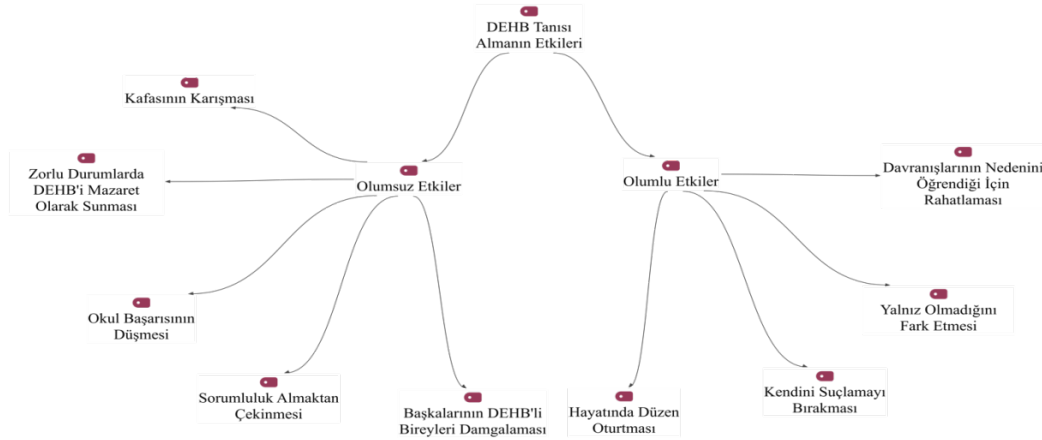
Katılımcıların verdikleri yanıtlar; yapılacakları ertelemek, motivasyon bulamamak, dikkat dağınıklığı, dürtüsel davranmak, zor bir hayat, zamanı verimsiz yönetmek, odaklanma problemi, uzun süre hareketsiz kalamamak, bir konu üzerinde çok düşünmek, popüler kültür unsuruna dönüşmesi başlıklarıyla kodlanmıştır.

b. DEHB tanısı almanın etkileri kod alt kod dağılımı

Katılımcıların DEHB tanısı almalarının onlar üzerindeki etkileri ile ilgili görüşlerine dair bulgular kodlanmıştır. Olumlu etkiler ve olumsuz etkiler olarak iki kod alt kod ortaya çıkmıştır. Olumlu etkilere dair kod alt kodlar; davranışlarının nedenini öğrendiği için rahatlaması, yalnız olmadığını fark etmesi, kendini suçlamayı bırakması, hayatında düzen oturtması biçiminde kodlanmıştır.

Olumsuz etkilere dair kod alt kodlar ise kafasının karışması, zorlu durumlarda DEHB'yi mazeret olarak sunması, okul başarısının düşmesi,

sorumluluk almaktan çekinmesi ve başkalarının DEHB'li bireyleri yargılaması olarak kodlanmıştır (bkz. Şekil 2).

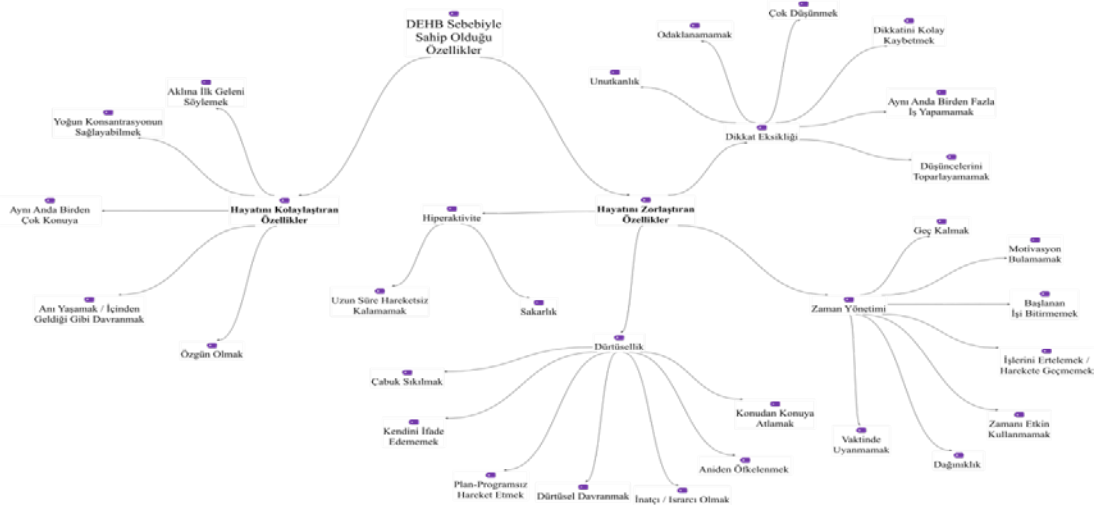


Şekil 2 Katılımcıların DEHB Tanısı Almanın Etkilerine İlişkin Görüşlerinin Dağılımı Kod Alt Kod Modeli

c. DEHB sebebiyle sahip olduğu özellikler kod alt kod dağılımı

Bu bölümde katılımcıların DEHB sebebiyle sahip olduğu özellikler, bu özelliklerin hayatlarını nasıl etkilediği ile ilgili görüşlerine ilişkin bulguların oluşturduğu kod alt kodlar yer almaktadır.

DEHB ile ilgili sahip olduğu özellikleri katılımcılar hayatlarını kolaylaştıran ve zorlaştıran özellikler olarak iki ayrı görüş bildirmiş ve buna uygun biçimde kodlanmıştır. Hayatını kolaylaştıran özellikler olarak, özgün olmak, anı yaşamak/içinden geldiği gibi davranmak, aynı anda birden çok konuya odaklanabilmek, yoğun konsantrasyon sağlayabilmek, aklına ilk geleni söylemesi yer alırken; hayatını zorlaştıran özellikler alt tiplere göre sunulmuştur. Dikkat eksikliği kod alt kodlamasında unutkanlık, odaklanamamak, çok düşünmek, dikkatini kolay kaybetmek, aynı anda birden fazla iş yapamamak, düşünceleri toparlayamamak ifadeleri kodlanmıştır. Hiperaktivite kod alt kodunda uzun süre hareketsiz kalamamak ve sakarlık kodlamaları yapılmıştır. Dürtüsellik kod alt kodunda çabuk sıkılmak, kendini ifade edememek, plan- programsız hareket etmek, dürtüsel davranmak, inatçı/ısrarcı olmak, aniden öfkelenmek, konudan konuya atlamak ifadeleri kodlanmıştır. Zaman yönetimi kısmında, geç kalmak, motivasyon bulamamak, başlanan işi bitirememek, işleri ertelemek/harekete geçmemek, zamanı etkin kullanamamak, dağınıklık, vaktinde uyanmamak şekillerinde kodlamalar yapılmıştır (bkz. Şekil 3).



Şekil 3 Katılımcıların DEHB Sebebiyle Sahip Oldukları Özelliklere İlişkin Görüşlerinin Dağılımı Kod Alt Kod Modeli

d. DEHB’li olmanın hissettirdiği duygular kod alt kod dağılımı

Bu kısımda DEHB nedeni ile sahip olunan özelliklerin hissettirdiği duygulara ilişkin kodlamalar yapılmıştır. Bu duygular; suçluluk, stres, özgür, sıkılmış/sıkışmış, kötü, yorgun, kaygılı, mutlu, özgüvensiz ve sorumluluk olarak kodlanmıştır.

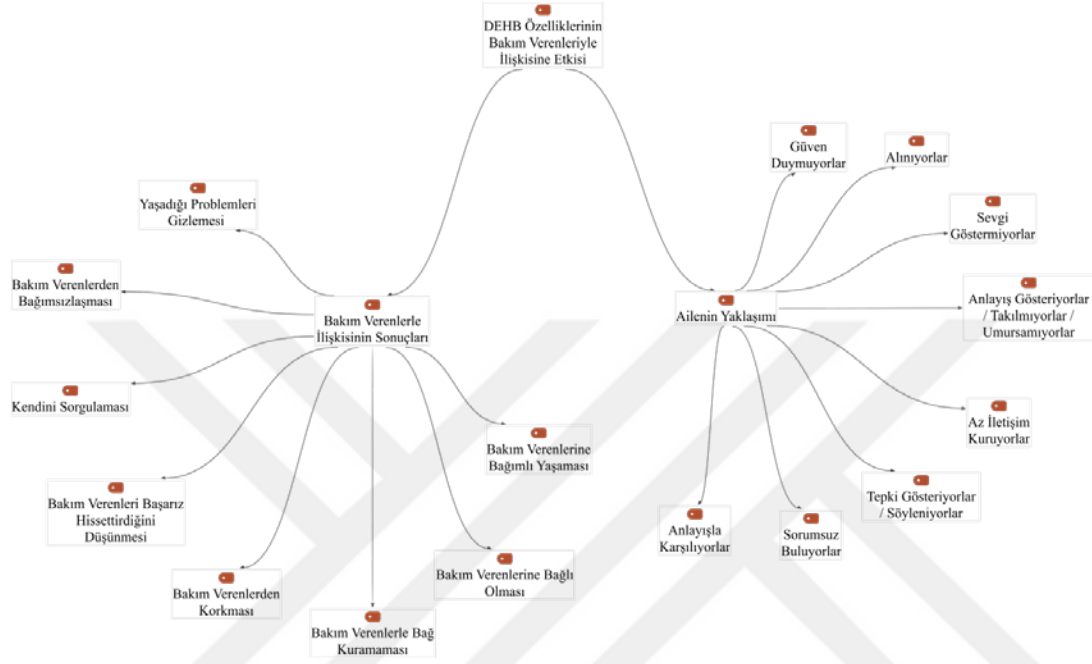
e. DEHB’nin hayatına etkileri kod alt kod dağılımı

Bu başlık altında bireylerin DEHB sebebi ile sahip oldukları özelliklerin hayatlarına olan etkilerine ilişkin yanıtları kodlanmıştır. Bu kodlamalar, umursamaz davranmak, sosyal ortamlara kolay adapte olmak, okul hayatında zorlanmak, sorumluluklarını yerine getirmemek, DEHB’li olduğunu açıklamak durumunda hissetmek, sessiz kalmak/konuşmamak ve sosyalleşmede zorlanmak olarak bulunmuştur.

f. DEHB özelliklerinin bakım verenleriyle olan ilişkiye etkisi kod alt kod dağılımı

Bu bölümde katılımcıların DEHB özelliklerinin bakım verenleriyle ilişkisine etkisi ile ilgili görüşlerine ilişkin bulgular yer almaktadır. Ailenin yaklaşımı ve bakım verenlerle ilişkisinin sonuçları olarak iki biçimde kodlanmıştır. Bakım verenlerle ilişkisinin sonuçları kod alt kodunda yaşadığı problemleri gizleme, bakım verenlerden bağımsızlaşma, kendini sorgulama, bakım verenleri başarısız hissettirdiğini düşünme, bakım verenlerden korkmak, bakım verenlerle bağ kuramaması, bakım verenlerine bağlı olması ve bakım

verenlerine bağımlı yaşaması kodlamaları yapılmıştır. Ailenin yaklaşımı kısmında güven duymuyorlar, alınıyorlar, sevgi göstermiyorlar, anlayış gösteriyorlar/takılmıyorlar/umursamıyorlar, az iletişim kuruyorlar, tepki gösteriyorlar/söyleniyorlar, anlayışla karşılıyorlar, sorumsuz buluyorlar kod alt kodları oluşturulmuştur (bkz. Şekil 4).



Şekil 4 Katılımcıların DEHB Özelliklerinin Bakım Verenleriyle İlişkisine Etkisi ile İlgili Görüşlerinin Dağılımı Kod Alt Kod Modeli

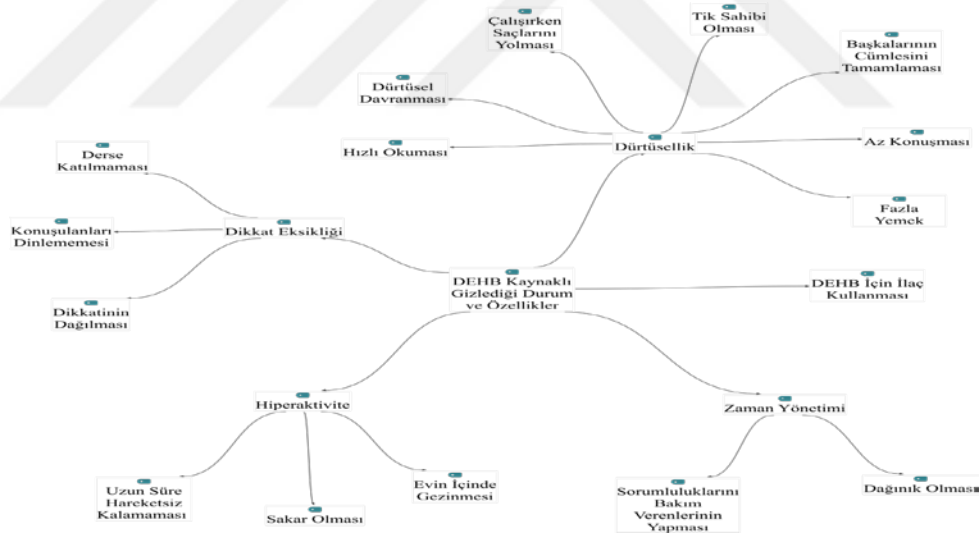
g. DEHB özelliklerinin diğer ilişkilerine etkisi kod alt kod dağılımı

Bu bölümde katılımcıların DEHB özelliklerinin bakım verenleri dışındaki dış dünyadaki diğer ilişkilerine etkisi ile ilgili görüşlerine ilişkin bulguların kodlanması yer almaktadır. İş hayatı, özel hayat ve sosyal hayat kod alt kodları bulunmuştur. İş hayatı kod alt kodunun içerisindeki bulgular geç kaldığı için azarlanıyor olarak kodlanmıştır. Özel hayat kod alt kodunda ise dinlemediğinin düşünülmesi ve ciddiye alınmaması kodları belirlenmiştir. Sosyal hayat kod alt kodunda ise dinlemediğinin düşünülmesi, rahatsız olunması, yaratıcı bulunması, anlanmaması, sohbetinden hoşlanılması, sorumluluğunun alınması, mesafe konulması, çok hareketli bulunması, geç kalmasından rahatsız olunması ve ciddiye alınmaması kodları alınmış ve kodlanmıştır.

h. DEHB kaynaklı gizlediği durum ve özellikler kod alt kod dağılımı

Bu bölümde katılımcılara büyüme döneminde kendilerini DEHB kaynaklı gizlemek zorunda hissettiği durum ve özelliklerin varlığı sorulmuştur. Bu soru araştırmanın asıl bulgularından sahte benlik yapılanmasına yönelik olarak yöneltilmiştir. Yanıtlara ilişkin bulgular kodlanmıştır.

Yapılan kodlama da dürtüsellik, DEHB için ilaç kullanımı, dikkat eksikliği, zaman yönetimi, hiperaktivite kod alt kodları oluşturulmuştur. Dürtüsellik kod alt kodu kendi içerisinde hızlı okuması, az konuşması, fazla yemek, çalışırken saçlarını yolması, tik sahibi olması, başkalarının cümlesini tamamlaması, dürtüsel davranması ve fazla yemek olarak kodlanmıştır. Zaman yönetimi kod alt kodunda sorumluluklarını bakım verenlerinin yapması ve dağınık olması kodları yer almaktadır. Hiperaktivite kod alt kodunda uzun süre hareketsiz kalamaması, sakar olması ve evin içerisinde gezinmesi ifadeleri kodlanmıştır. Dikkat eksikliği kod alt kodunda ise derse katılmaması, konuşulanları dinlememesi, dikkatinin dağılması görüşleri kodlanmıştır.

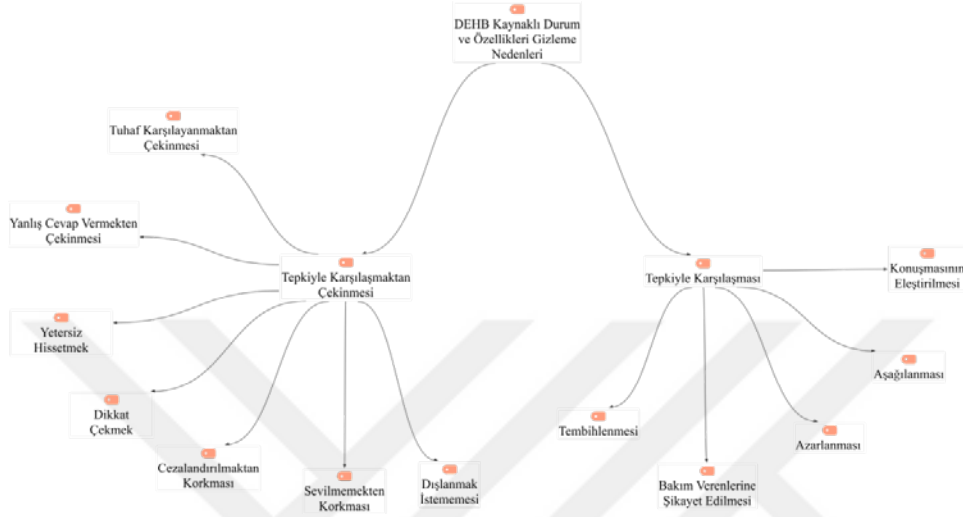


Şekil 5 Katılımcıların DEHB Kaynaklı Gizlediği Durum ve Özellikler ile İlgili Görüşlerinin Dağılımı Kod Alt Kod Modeli

i. DEHB kaynaklı durum ve özellikleri gizleme nedenleri kod alt kod dağılımı

Bu bölümde altıncı sorunun devamı olan katılımcıların DEHB kaynaklı durum ve özellikleri gizleme nedenleri ile ilgili neden bu şekilde düşündüklerine dair görüşlerine ilişkin bulgular kodlanmıştır. Tepkiyle karşılanmaktan çekinilmesi ve tepkiyle karşılaşması ana kod alt kodları belirlenmiştir. Tepkiyle karşılanmaktan çekinilmesi kod alt kodunda tuhaf karşılanmaktan çekinmek,

yanlış cevap vermekten çekinmek, yetersiz hissetmek, dikkat çekmek, cezalandırılmaktan korkmak, sevilmemekten korkmak, dışlanmak istememek görüşleri kodlanmıştır. Tepkiyle karşılaşması kod alt kodunda ise konuşmasının eleştirilmesi, aşağılanması, azarlanması, bakım verenlerine şikâyet edilmesi, tembihlenmesi yanıtları kodlanmıştır (bkz. Şekil 6).



Şekil 6 Katılımcıların DEHB Kaynaklı Durum ve Özellikleri Gizleme Nedenleri ile İlgili Görüşlerinin Dağılımı Kod Alt Kod Modeli

2. Bakım Verenlerle Kurulan İlişki Kod Dağılımı

Katılımcılar, bakım verenleri ile ilgili sorular ve bu sorulara verdikleri yanıtlardaki görüşlerine ait kodlamalar yer almaktadır. Toplamda dört kategori kod alt kod ile birlikte değerlendirilmektedir. Bu kod alt kodlar şu biçimdedir:

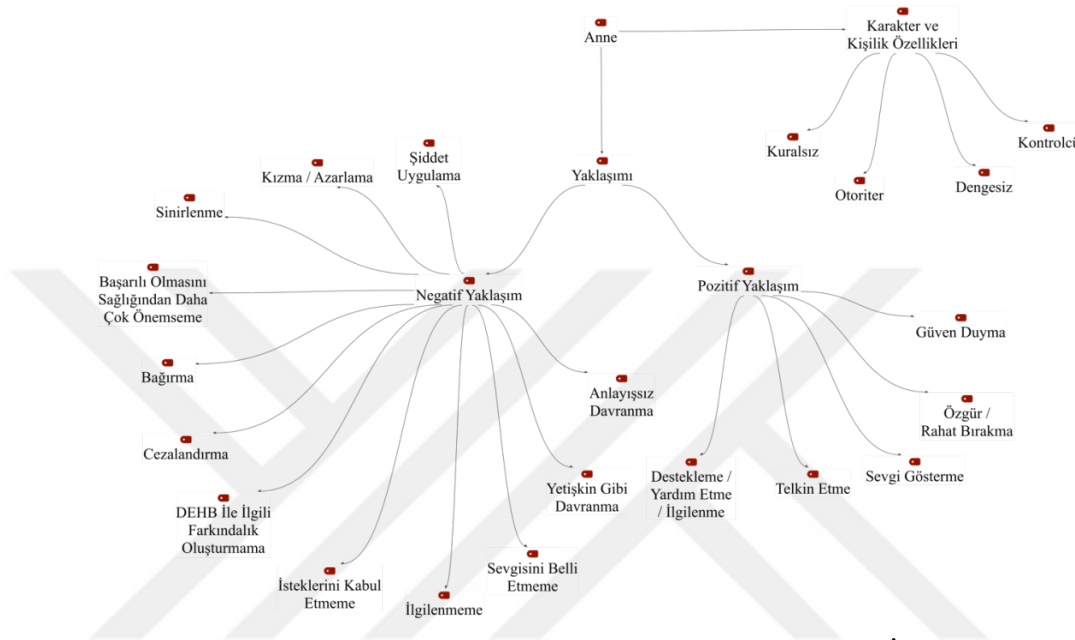
a. Büyüme döneminde bakım verenlerin yaklaşımı kod alt kodu dağılımı

Kodlamalar yapılırken bulgular anne ve baba olarak iki kod alt kod başlığı olarak değerlendirilmiştir.

Anne kod alt kod dağılımı

Bu bölümde katılımcıların büyüme döneminde anne yaklaşımı ile ilgili görüşlerine ilişkin kodlamalar yer almaktadır. Karakter ve kişilik özellikleri, yaklaşımı kategorileri kodlanmıştır. Bu kategoriler de negatif ve pozitif yaklaşımlar olmak üzere kendi aralarında kodlanmıştır. Pozitif yaklaşıma ilişkin görüşleri güven duyma, özgür/rahat bırakma, sevgi gösterme, telkin etme, destekleme/yardım etme/ilgilenme olarak kodlanmıştır. Negatif yaklaşıma ilişkin görüşleri ise şiddet uygulama, kızma/azarlama, sinirlenme, başarılı olmasını

sağlığından daha çok önemseme, bağırma, cezalandırma, DEHB ile ilgili farkındalık oluşturmama, isteklerini kabul etmeme, ilgilenmeme, sevgisini belli etmeme, yetişkin gibi davranma ve anlayışsız davranma olarak kodlanmıştır. Katılımcılar annelerine ait karakter ve kişilik özelliklerine dair kuralsız, kontrolcü, otoriter ve dengesiz şeklinde açıklamalar yapmıştır ve bu açıklamalara yönelik kodlar oluşturulmuştur (bkz. Şekil 7).

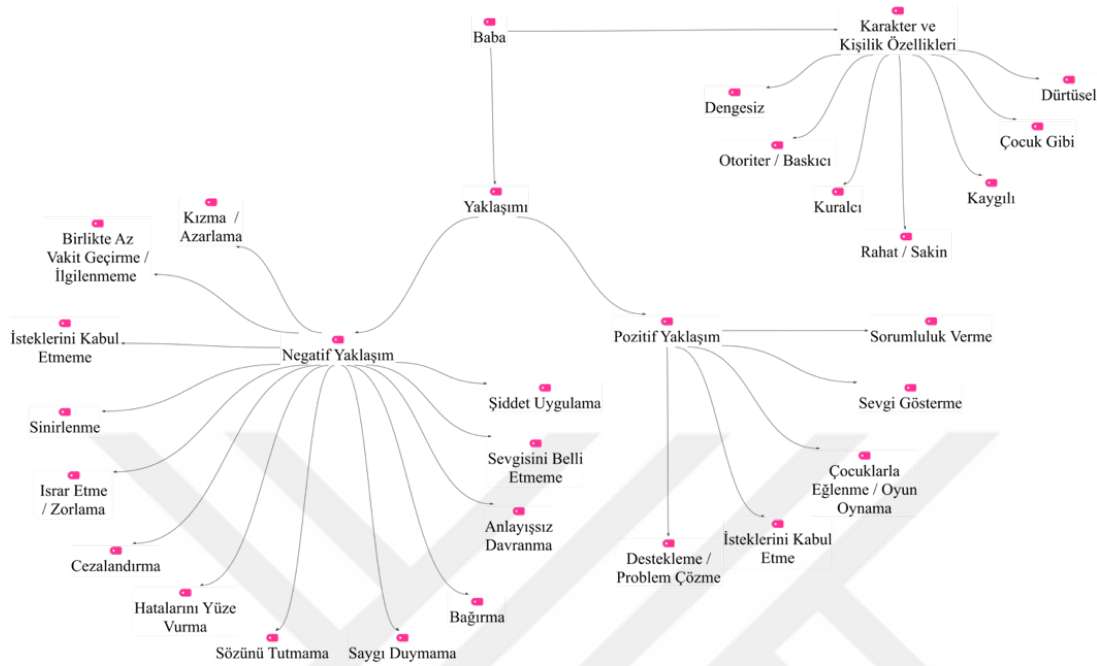


Şekil 7 Katılımcıların Büyüme Döneminde Anne Yaklaşımı ile İlgili Görüşlerinin Dağılımı Kod Alt Kod Modeli

Baba kod alt kod dağılımı

Bu bölümde katılımcıların büyüme döneminde baba yaklaşımı ile ilgili görüşlerine ilişkin kodlamalar yer almaktadır. Kodlama karakter ve kişilik özellikleri ile yaklaşımı olarak kategorilere ayrılmıştır. Yaklaşım kod alt kod kategorisi kendi içerisinde negatif ve pozitif yaklaşım olarak kategorilendirilmiştir. Negatif yaklaşıma ilişkin görüşleri kızma/azarlama, birlikte az vakit geçirme/ilgilenmeme, isteklerini kabul etmeme, sinirlenme, ısrar etme/zorlama, cezalandırma, hatalarını yüze vurma, sözünü tutmama, saygı duymama, bağırma, anlayışsız davranma, sevgisini belli etmeme, şiddet uygulama olarak sıklıklarına göre kodlanmıştır. Pozitif yaklaşıma ait ifadeleri ise sorumluluk verme, sevgi gösterme, çocuklarla eğlenme/oyun oynama, isteklerini kabul etme, destekleme/problem çözme şeklinde kodlanmıştır.

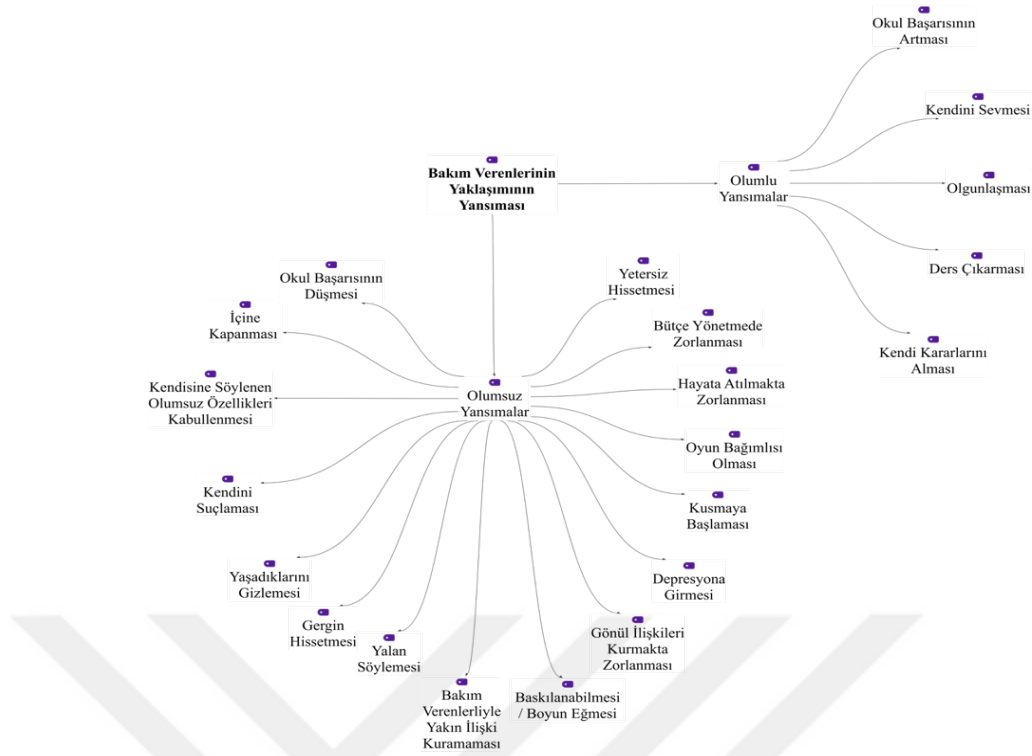
Katılımcılar babalarının karakter ve kişilik özellikleri ile ilgili ilişkili olarak ise dengesiz, dürtüsel, çocuk gibi, kaygılı, rahat/sakin, kuralcı, otoriter/baskıcı şeklinde görüşlerini belirtmiştir ve bu görüşler kodlanmıştır (bkz. Şekil 8).



Şekil 8 Katılımcıların Büyüme Döneminde Baba Yaklaşımı ile İlgili Görüşlerinin Dağılımı Kod Alt Kod Modeli

b. Bakım verenlerin yaklaşımlarının yansıması kod alt kod dağılımı

Bu bölümde katılımcıların bakım verenlerinin yaklaşımının yansıması ile ilgili görüşlerine ilişkin bulgular kodlanmıştır yer almaktadır. Bu bulgular olumlu yansımalar ve olumsuz yansımalar olarak iki kategoriye ayrılmıştır. Olumlu yansımalar bakıldığında katılımcıların okul başarısının artması, kendini sevmesi, olgunlaşması, ders çıkarması, kendi kararlarını alması ifadeleri kodlanmıştır. Olumsuz yansımalar ise katılımcılar okul başarısının düşmesi, içine kapanması, kendisine söylenen olumsuz özellikleri kabullenmesi, kendini suçlaması, yaşadıklarını gizlemesi, gergin hissetmesi, yalan söylemesi, bakım verenleriyle yakın ilişki kurmaması, baskılanabilmesi/boyun eğmesi, gönül ilişkileri kurmakta zorlanması, depresyona girmesi, kusmaya başlaması, oyun bağımlısı olması, hayata atılmakta zorlanması, bütçe yönetiminde zorlanması, yetersiz hissetmesine dair olumsuz yansımaları ifade etmişlerdir ve bu ifadeler kodlanmıştır (bkz. Şekil 9).



Şekil 9 Katılımcıların Bakım Verenlerinin Yaklaşımının Yansıması ile İlgili Görüşlerinin Dağılımı Kod Alt Kod Modeli

c. Bakım verenlerin çocuklukta sunduğu ev ortamı kod alt kod dağılımı

Katılımcıların bakım verenlerinizin çocukluğunuzda size sunduğu ev ortamını nasıl tanımlarsınız sorusuna ve devamında gelen tutarlı ve güvenilir bir ev ortamı ihtiyacınızın karşılandığını düşünüyor musunuz sorularına verilen yanıtlar kodlanmıştır. Bu kodlamalar dört kategori altında değerlendirilmektedir. Bu başlıklar:

Ev ortamını tanımlaması kod alt kod dağılımı

Katılımcılar bakım verenlerinin kendilerine çocukluklarında sunduğu ev ortamı ile ilgili olarak ev ortamı tanımlamalarına göre kod alt kod dağılımları huzursuz, özgür, birbiriyle vakit, huzurlu, yetişkinlerin ön planda olduğu, ilgili, eğlenceli, kaotik, güvenli olarak kodlanmıştır.

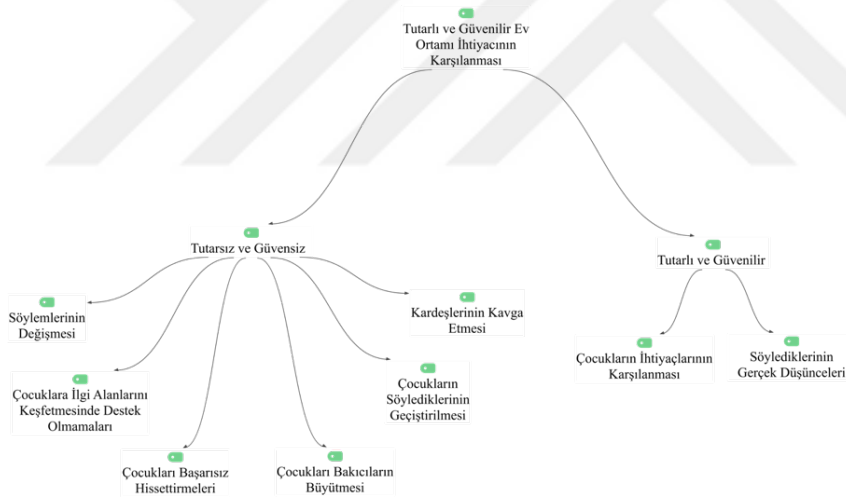
Ev ortamının hissettirdiği duygular kod alt kod dağılımı

Katılımcıların bakım verenlerin çocuklukta sunduğu ev ortamı ile ilgili olarak ev ortamının hissettirdiği duygular ile ilgili görüşlerine ilişkin bulgular kodlanmış ve modellendirilmiştir. Katılımcılar ev ortamının hissettirdiği

duyguları gergin, empatik, fedakâr, hayal kırıklığı, kötü, yalnız, iyi kavramlarıyla ifade etmişlerdir. Bu ifadeler kodlanmıştır.

Tutarlı ve güvenilir ev ortamı ihtiyacının karşılanması kod alt kod dağılımı

Bu bölümde katılımcıların bakım verenlerin çocuklukta sunduğu ev ortamı ile ilgili olarak tutarlı ve güvenilir ev ortamı ihtiyacının karşılanması ile ilgili görüşlerine ilişkin bulgular yer almaktadır. Bu soruya verilen yanıtlar tutarsız ve güvensiz ile tutarlı ve güvenilir olarak iki kategori biçiminde ele alınmıştır. Tutarsız ve güvensiz kategorisinde söylemlerin değişmesi, çocuklarla ilgi alanlarını keşfetmesinde destek olmamaları, çocukları başarısız hissettirmeleri, çocukları bakıcıların büyütmesi, çocukların söylediklerinin geçiştirilmesi, kardeşlerin kavga etmesi yanıtları verilmiş ve bu yanıtlar kodlanmıştır. Tutarlı ve güvenilir kategorisinde ise çocukların ihtiyacının karşılanması ve gerçek düşüncelerini söylemeleri söylemleri yer almaktadır ve bu söylemler sıklıklarıyla kodlanmıştır (bkz. Şekil 10).



Şekil 10 Katılımcıların Bakım Verenlerin Çocuklukta Sunduğu Ev Ortamı ile İlgili Olarak Tutarlı ve Güvenilir Ev Ortamı İhtiyacının Karşılanması ile İlgili Görüşlerinin Dağılımı Kod Alt Kod Modeli

Ev ortamı yansımaları kod alt kod dağılımı

Bu bölümde katılımcıların bakım verenlerin çocuklukta sunduğu ev ortamı ile ilgili olarak ev ortamının yansımaları ile ilgili görüşlerine ilişkin bulgular yer almaktadır. Katılımcıların yanıtlarından elde edilen babasını görmek istememesi, arkadaşının olmaması, ortamdan uzaklaşması, kendini sorgulaması, insanlara güvenmemesi, kendini suçlaması, dikkatini toparlayabilmesi, sesini yükseltmesi bulguları kodlanmıştır.

d. Bakım veren onayı kod alt kod dağılımı

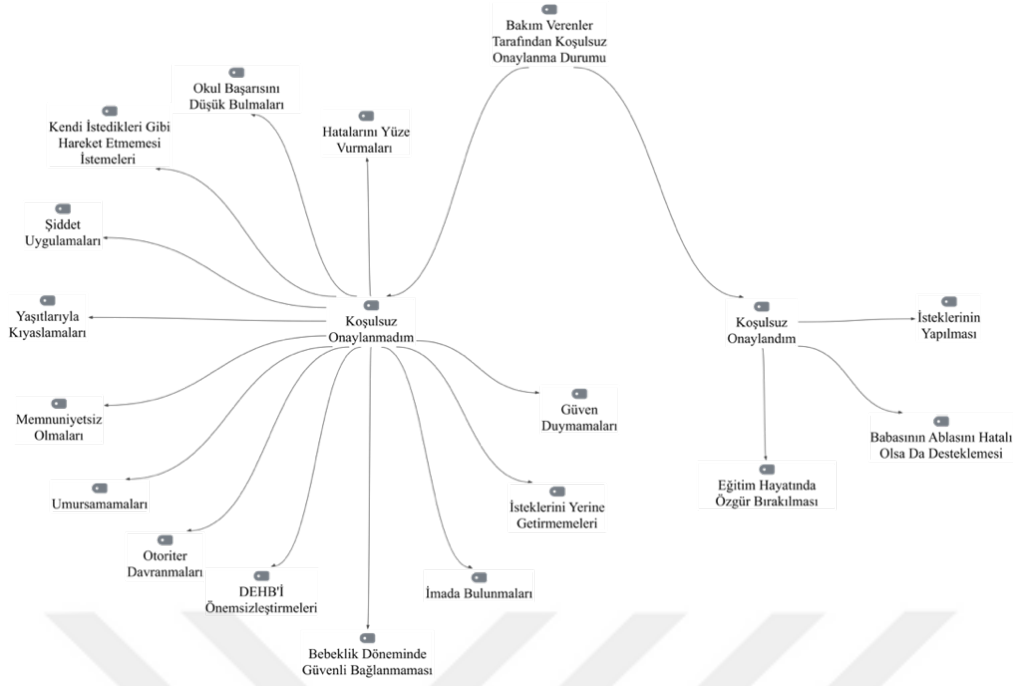
Bu bölümde katılımcıların bakım veren onayı ile ilgili görüşlerine ilişkin yanıtları ve bunların kodlanmasıyla beraber dağılımları ve modelleri yer almaktadır. Bu bulgular dört başlık altında değerlendirilmektedir. Bu başlıklar şöyledir:

Bakım verenler tarafından koşulsuz onaylanmanın anlamı kod alt kod dağılımı

Katılımcıların bakım verenler tarafından koşulsuz onaylanmak ve kabul edilmek sizce ifade etmektedir sorusu ile ilgili görüşlerine ilişkin yanıtlarına yer verilmektedir. Bu yanıtlar sevdiğini hissettirmek, anlamaya çalışmak, aferin demek/takdir etmek, her şartta desteklemek, her şartta kabul etmek/ onaylanmak, her haliyle sevmek, güvende hissettirmek, sorumluluklarını üstlenirken şikâyet etmemek, başkalarına karşı savunmak olarak kodlanmıştır.

Bakım verenler tarafından koşulsuz onaylanma durumu kod alt kod dağılımı

Bu kısımda katılımcıların bakım verenleriniz tarafından koşulsuz bir şekilde onaylandığınızı ve kabul edildiğinizi düşünüyor musunuz ve neden böyle düşünüyorsunuz sorusuna verdikleri yanıtlar bulgulanmış ve kodlanmıştır. Bu kod alt kodun dağılımları, koşulsuz onaylanmadım ve koşulsuz onaylandım başlıklarıyla kategorilendirilmiştir. Koşulsuz onaylandım başlığında isteklerinin yapılması, eğitim hayatında özgür bırakılması, babasının ablasını hatalı da olsa desteklemesine dair görüşleri kodlanmıştır. Koşulsuz onaylanmadım başlığında ise katılımcıların hatalarını yüze vurmaları, okul başarısını düşük bulmaları, kendi istediği gibi hareket etmesini istememeleri, şiddet uygulamaları, yaşıtlarıyla kıyaslamaları, memnuniyetsiz olmaları, umursamamaları, otoriter davranmaları, DEHB'yi önemsizleştirmeleri, bebeklik döneminde güvenli bağlanmaması, imada bulunmaları, isteklerini yerine getirmemeleri, güven duymamaları yanıtları kodlanmıştır (bkz. Şekil 11).

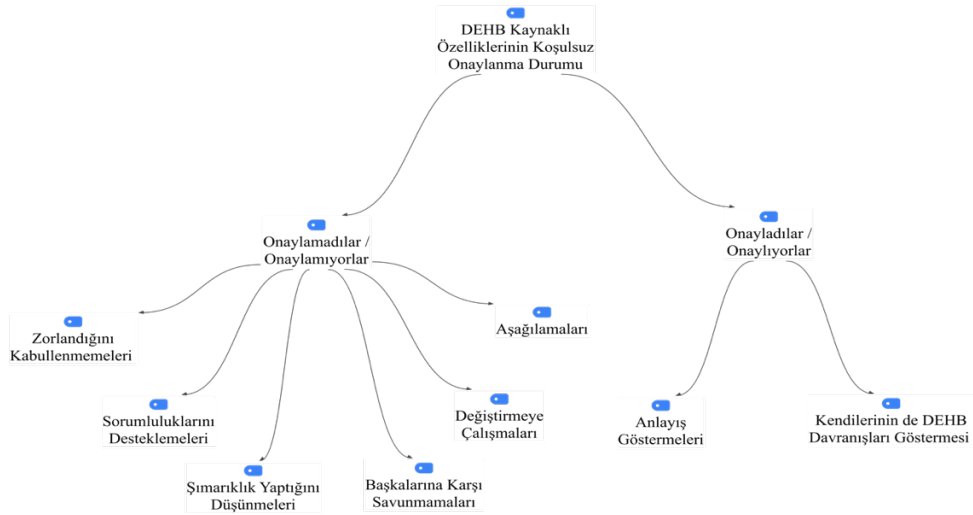


Şekil 11 Katılımcıların Bakım Verenler Tarafından Koşulsuz Onaylanma Durumu ile İlgili Görüşlerinin Dağılımı Kod Alt Kod Modeli

DEHB kaynaklı özelliklerin koşulsuz onaylanma durumu kod alt kod dağılımı

Bu kısım içerisinde katılımcılara sorulan sizden şimdi DEHB sebebiyle sahip olduğunuzu düşünmenizi istiyorum bu özelliklerinizin bakım verenleriniz tarafından koşulsuz şekilde kabul edilip onaylandığını düşünüyor musunuz sorusuna verdikleri yanıtlara bakılıp kodlamalar yapılmıştır.

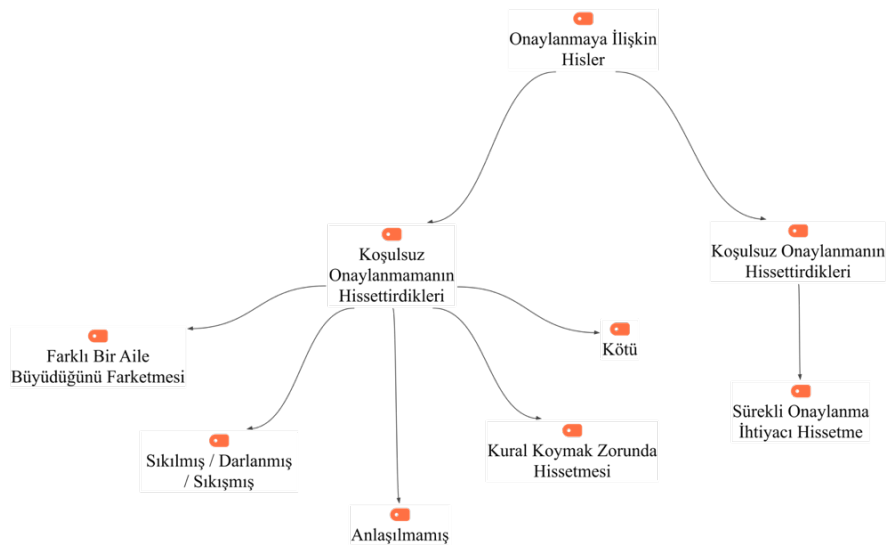
Onaylamadılar/Onaylamıyorlar ve Onayladılar/Onaylıyorlar olarak verilen yanıtlar iki ana başlığa ayrılmıştır. Onaylamadılar/Onaylamıyorlar başlığı altında verilen yanıtların kod dağılımları zorlandığını kabullenmemeleri, sorumluluklarını desteklememeleri, şımarıklık yaptığını düşünmeleri, başkalarına karşı savunmamaları, değiştirmeye çalışmaları, aşağılamaları ile onayladılar/onaylıyor başlığı altında verilen cevapların kod dağılımları anlayış göstermeleri ve kendilerinin de DEHB davranışı göstermesi olarak saptanmıştır (bkz. Şekil 12).



Şekil 12 Katılımcıların DEHB Kaynaklı Özelliklerinin Koşulsuz Onaylanma Durumu ile İlgili Görüşlerinin Dağılımı Kod Alt Kod Modeli

Onaylanmaya ilişkin hisler kod alt kodu dağılımı

Bu bölümde katılımcıların onaylanmaya ilişkin hisleri ile ilgili görüşlerine ilişkin bulgulardan oluşturulan kod alt kodlar dağılımları yer almaktadır. Kodlar oluşturulurken danışanların onaylanmaya dair hissettikleri duygularına ilişkin söylemleri ve sıklıkları ele alınmıştır. İki ana başlık olarak kategorileştirilmiştir. Koşulsuz onaylanmanın hissettirdikleri kategorisinde sürekli onaylanma ihtiyacı hissetme ifadesi kodlanmıştır. Koşulsuz onaylanmamanın hissettirdiklerine gelindiğinde ise farklı kuralcı bir ailede büyüdüğünü fark etmesi, sıkılmış/daralmış/sıkışmış, anlaşılmamış, kurallara uymak zorunda hissetmesi, kötü duyguları ifade edilmiş ve bu duygu ifadeleri kodlanmıştır (bkz. Şekil 13).



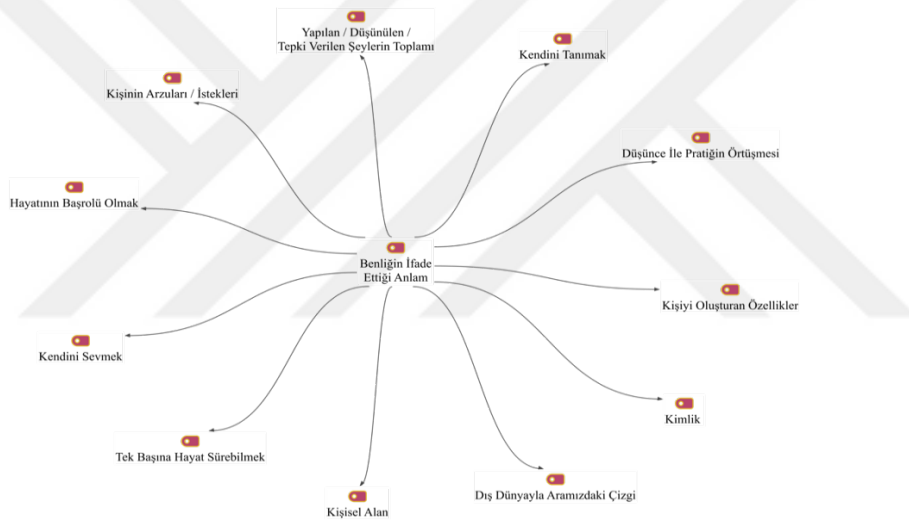
Şekil 13 Katılımcıların Onaylanmaya İlgili Hisleri ile İlgili Görüşlerinin Dağılımını Kod Alt Kod Modeli

3. Benlik Kodu Dağılımı

Bu bölümde katılımcıların benlik ile ilgili görüşlerine ilişkin görüşleri ve bu görüşlerden oluşturulan kodlar ve dağılımları yer almaktadır. Bu bulgular üç başlık altında değerlendirilmektedir. Bu başlıklar şöyledir:

a. Benliğin ifade ettiği anlam kod alt kod dağılımı

Benlik sizin için ne ifade etmektedir sorusuna katılımcıların verdiği yanıtlar sonucunda oluşturulan kodlamalar yer almaktadır. Soruya verilen yanıtlarda kişinin arzuları/istekleri, yapılan/düşünülen/tepki verilen şeylerin toplamı, kendini tanımak, düşünce ile pratiğin örtüşmesi, kişiyi oluşturan özellikler, kimlik, dış dünyayla aramızdaki çizgi, kişisel alan, tek başına hayat sürebilmek, kendini sevmek, hayatının başrolü olmak ifadeleri kodlanmıştır (bkz. Şekil 14).



Şekil 14 Katılımcıların Benliğin İfade Ettiği Anlam ile İlgili Görüşlerinin Dağılımı Kod Alt Kod Modeli

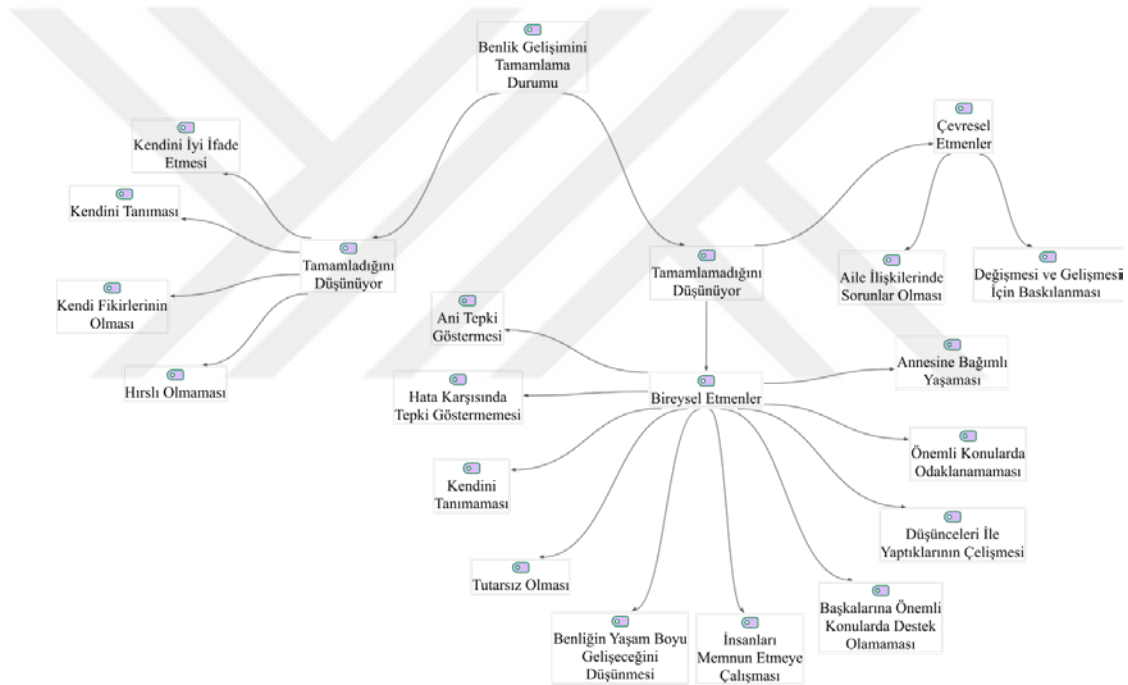
b. Benlik gelişimi kod alt kod dağılımı

Katılımcıların benlik gelişimi ve benlik gelişimine ilişkin görüşleri ve yanıtlarından elde edilen kod dağılımlarına dair bulgular altı başlık altında değerlendirilmektedir. Bu başlıklar şöyledir:

Benlik gelişimini tamamlama durumu kod alt kod dağılımı

Katılımcıların benlik gelişiminizi tamamladığınızı düşünüyor musunuz sorusuna verdikleri yanıtları ve açıklamaları kodlanmıştır. Yapılan açıklamalar ilk olarak ilişkili başlıklar altında kategorilendirilmiştir. Tamamladığını düşünüyor ve tamamlamadığını düşünüyor başlıkları ilk olarak kategorilenmiştir.

Tamamladığını düşünüyor başlığı altında kendini iyi ifade etmesi, kendisini tanıması, kendi fikirlerinin olması, hırslı olmaması ifadeleri kodlanmıştır. Tamamlamadığını düşünüyor başlığı ise çevresel ve bireysel etmenler olarak kategorilere ayrılmıştır. Çevresel etmenler olarak aile ilişkilerinde sorunlar olması, değişmesi ve gelişmesi için baskılanması açıklamaları kodlanmıştır. Bireysel etmenler de ise ani tepki göstermesi, hata karşısında tepki gösterememesi, kendini tanımaması, tutarsız olması, benliğin yaşam boyu gelişeceğini düşünmesi, insanları memnun etmeye çalışması, başkalarına önemli konularda destek olamaması, düşünceleri ile yaptıklarının çelişmesi, önemli konularda odaklanamamaları, annesine bağımlı yaşaması yanıtları kodlanmıştır (bkz. Şekil 15).

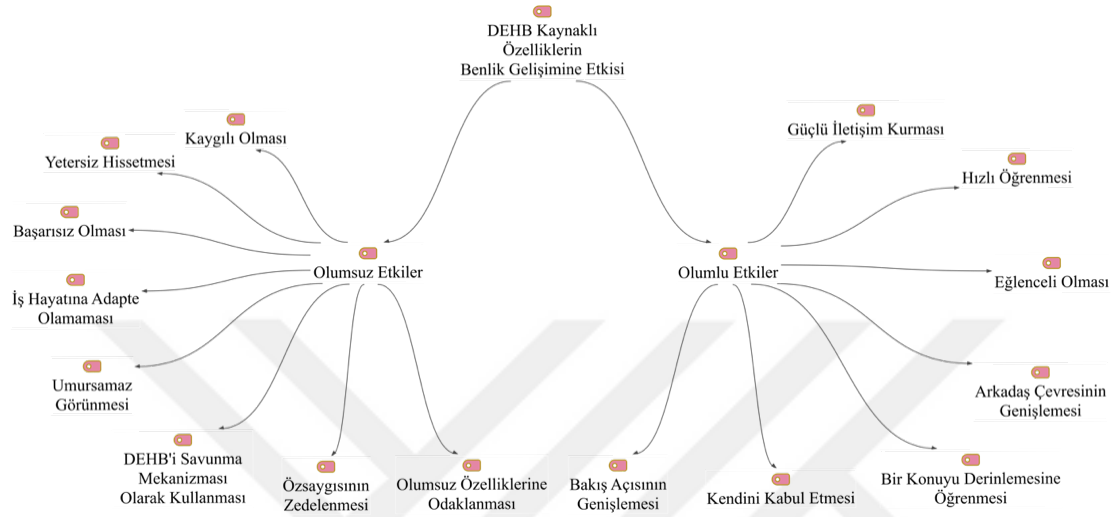


Şekil 15 Katılımcıların Benlik Gelişimini Tamamlama Durumu ile İlgili Görüşlerinin Dağılımı Kod Alt Kod Modeli

DEHB kaynaklı özelliklerin benlik gelişimine etkisi kod alt kod dağılımı

Bu bölümde katılımcılara sorulan sizden şimdi DEHB sebebiyle sahip olduğunuz özelliklerinizi düşünmenizi istiyorum. DEHB sebebiyle sahip olduğunuz bu özellikler sizce benlik gelişiminizi nasıl etkiledi sorusuna verdikleri yanıtların analiz edilip kodlanmıştır. DEHB kaynaklı özelliklerin benlik gelişimine etkisi olumlu etkiler ve olumsuz etkiler olarak iki kategoriye ayrılmıştır. Olumsuz etkiler olarak katılımcıların verdikleri kaygılı olması, yetersiz hissetmesi, başarısız olması, iş hayatına adapte olamaması, umursamaz

görünmesi, DEHB'yi savunma mekanizması olarak kullanması, özsaygısının zedelenmesi, olumsuz özelliklerine odaklanması yanıtları kodlanmıştır. Olumlu etkiler kategorisinde ise güçlü iletişim kurması, hızlı öğrenmesi, eğlenceli olması, arkadaş çevresinin genişlemesi, bir konuyu derinlemesine öğrenmesi, kendini kabul etmesi, bakış açısının genişlemesi yanıtları kodlanmıştır (bkz. Şekil 16).

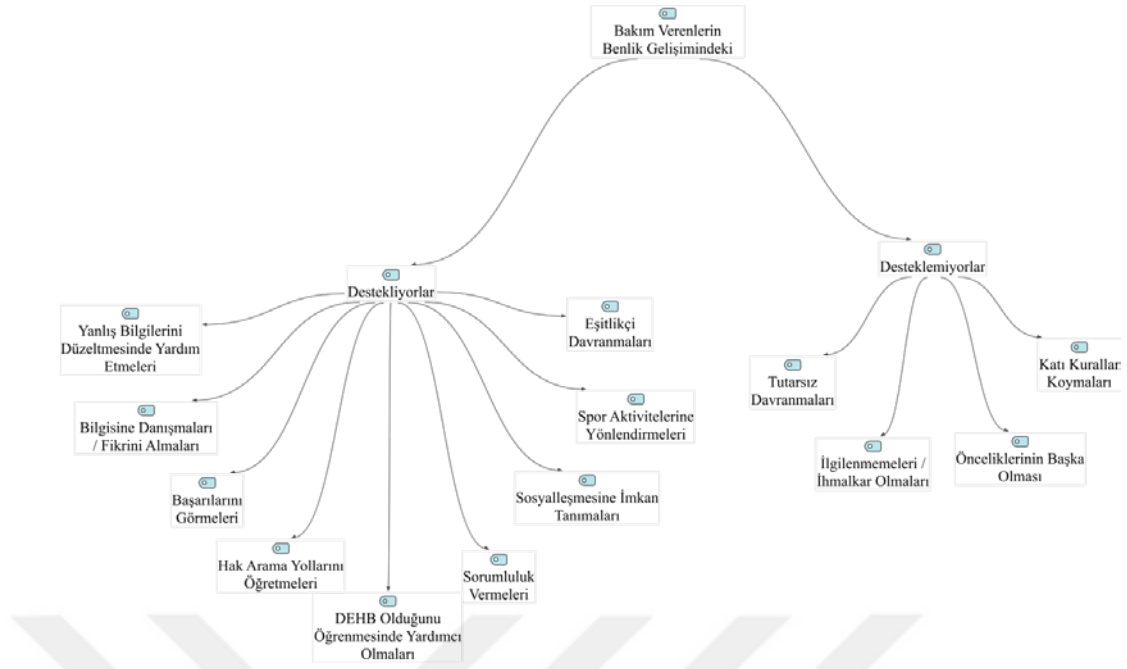


Şekil 16 Katılımcıların DEHB Kaynaklı Özelliklerin Benlik Gelişimine Etkisi ile İlgili Görüşlerinin Dağılımı Kod Alt Kod Modeli

Bakım verenlerin benlik gelişimindeki desteği kod alt kod dağılımı

Katılımcılara yöneltilen büyüme döneminizde bakım verenlerinizin benlik gelişiminizi nasıl desteklediğini düşünüyorsunuz sorusu ile ilgili görüşlerine ilişkin verdikleri yanıtlar, destekliyorlar ve desteklemiyorlar kategorilerine ayrılarak kodlanmıştır.

Destekliyorlar kategorisinde, yanlış bilgilerini düzeltmede yardım etmeleri, bilgisine danışmaları/fikrini almaları, başarılarını görmeleri, hak arama yollarını öğretmeleri, DEHB olduğunu öğrenmesinde yardımcı olmaları, sorumluluk vermeleri, sosyalleşmesine imkân sağlamaları, spor aktivitelerine yönlendirmeleri, eşitlikçi davranmaları olarak verdikleri yanıtlar kodlanmıştır. Desteklemiyorlar kategorisinde verilen tutarsız davranmaları, ilgilenmemeleri/ihmalkâr olmaları, önceliklerinin başka olması, katı kurallar koymaları ifadeleri kodlanmıştır (bkz. Şekil 17).

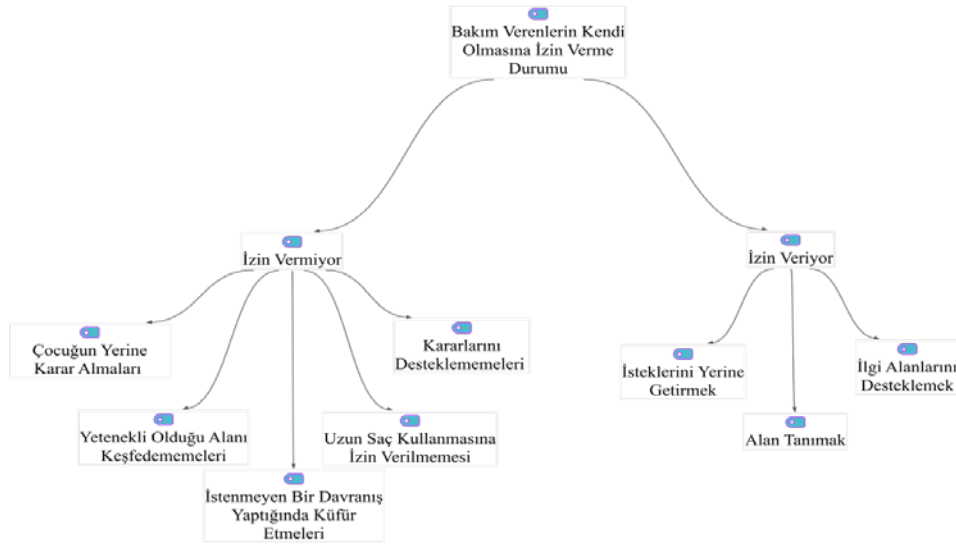


Şekil 17 Katılımcıların Bakım Verenlerin Benlik Gelişimindeki Desteği ile İlgili Görüşlerinin Dağılımı Kod Alt Kod Modeli

Bakım verenlerin kendi olmasına izin verme durumu kod alt kod dağılımı

Bakım verenlerin kendi olmasına izin verme durumu kod alt kodunda katılımcılara yöneltilen büyüme döneminde bakım verenleriniz kendiniz olmanıza izin verdi mi sorusuna verdikleri yanıtlar kodlanmış ve kod dağılımı yapılmıştır. Yanıtlar izin veriyor ve izin vermiyor olarak iki başlık altında kategorilendirilmiştir. İzin veriyor kategorisinde isteklerini yerine getirmek, alan tanımak, ilgi alanlarını desteklemek yanıtları kodlanmıştır.

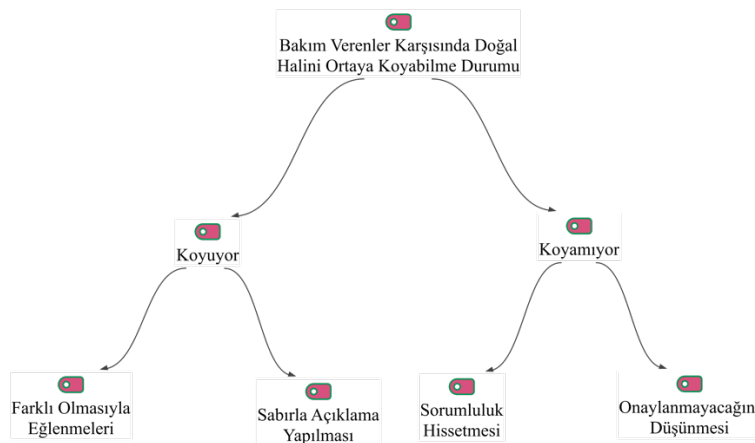
İzin vermiyor kategorisinde ise çocuğun yerine karar almaları, yetenekli olduğu alanı keşfedememeleri, istenmeyen bir davranış yaptığında küfretmeleri, uzun saç kullanmasına izin vermemesi, kararlarını desteklememeleri yanıtları kodlanmıştır (bkz. Şekil 18).



Şekil 18 Katılımcıların Bakım Verenlerin Kendi Olmasına İzin Verme Durumu ile İlgili Görüşlerinin Dağılımı Kod Alt Kod Modeli

Bakım verenler karşısında doğal halini ortaya koyabilme durumu kod alt kod dağılımı

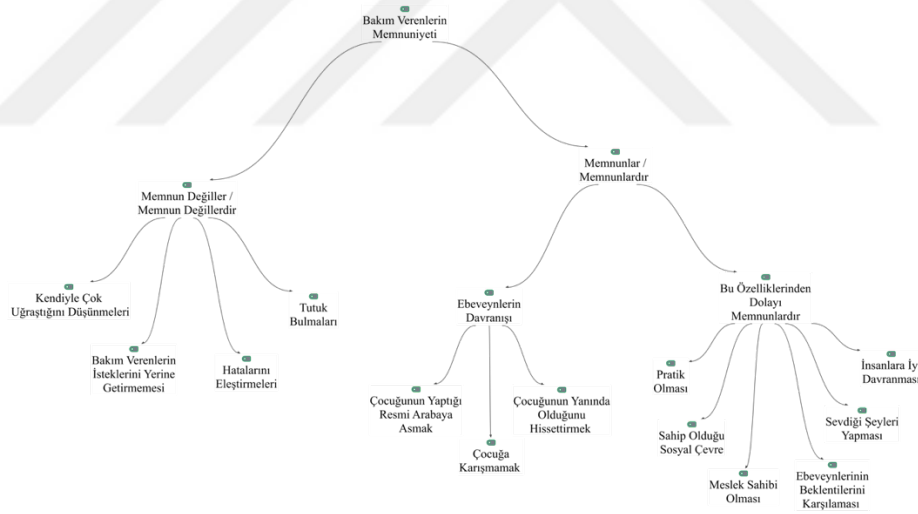
Katılımcılara sorulan büyüme döneminizde bakım verenlerinizin karşısında doğal halinizi kolaylıkla ortaya koyabilir miydiniz sorusuna verilen açıklamalarla kodlama yapılmıştır. Soruya verilen yanıtlar koyuyor ve koymuyor olarak iki başlık altında kategorilendirilmiştir. Koyuyor kategorisinde farklı olmasıyla eğlenmeleri, sabırla açıklama yapılması açıklamaları kodlanmıştır. Koymuyor kategorisinde sorumluluk hissetmesi, onaylanmayacağını düşünmesi ifadeleri kodlanmıştır (bkz. Şekil 19)



Şekil 19 Katılımcıların Bakım Verenler Karşısında Doğal Halini Ortaya Koyabilme Durumu ile İlgili Görüşlerinin Dağılımı Kod Alt Kod Modeli

Bakım verenlerin memnuniyeti kod alt kod dağılımı

Katılımcılara yöneltilen bakım verenleriniz sizin olduğunuz kişiden memnunar mıdır sorusuna verilen yanıtlar analiz edilip kodlanmıştır. Yanıtlar memnun değiller/ memnun değillerdir ve memnunlar/memnunnardır başlıkları altında kategorilendirilip kodlanmıştır. Memnun değiller/ memnun değillerdir kategorilendirilmesinde kendiyle çok uğraştığını düşünmeleri, bakım verenlerin isteklerini yerine getirmemesi, hatalarını eleştirmeleri, tutuk bulmaları yanıtları kodlanmıştır. Memnunlar/memnunnardır kategorisi analiz edildiğinde ebeveyn davranışı ve bu özelliklerden dolayı memnunnardır başlıkları tanımlanmış ve kodlanmıştır. Ebeveyn davranışı olarak çocuğun yaptığı resmi arabaya asmak, çocuğa karışmamak, çocuğun yanında olduğunu hissettirmek yanıtları kodlanmıştır. Bu özelliklerden dolayı memnunnardır başlığındaysa pratik olması, sahip olduğu sosyal çevre, meslek sahibi olması, ebeveynlerinin beklentilerini karşılaması, onların sevdiği şeyleri yapması, insanlara iyi davranması olarak kodlamalar yapılmıştır (bkz. 20).



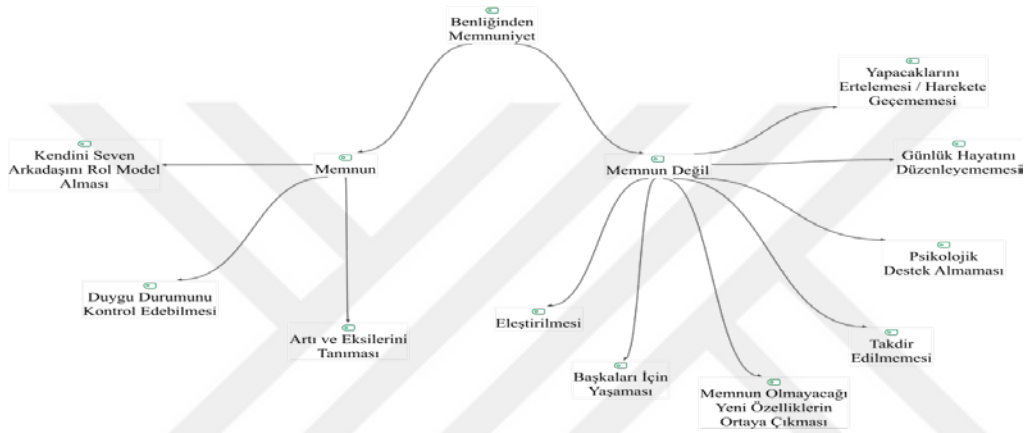
Şekil 20 Katılımcıların Bakım Verenlerin Memnuniyeti ile İlgili Görüşlerinin Dağılımı Kod Alt Kod Modeli

c. İdeal benlik kod dağılımı

Bu bölümde katılımcıların ideal benlik ile ilgili görüşlerine ilişkin temalar ve kod dağılımları yer almaktadır. Bu bulgular iki başlık altında değerlendirilmektedir. Bu başlıklar şöyledir:

Benliğinden memnuniyet kod alt kod dağılımı

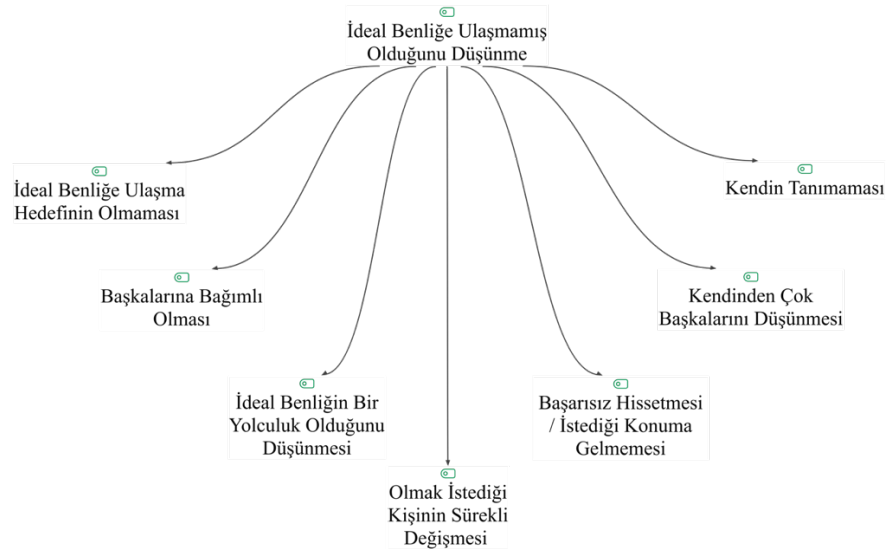
Katılımcıların kendinizden memnun musunuz sorusuna verdikleri yanıtlar analiz edilip kodlanılmıştır. Verilen yanıtlar içeriklerine göre memnun ve memnun değil olarak başlıklara ayrılmıştır. Memnun başlığının altında kendini seven arkadaşını rol model alması, duygu durumunu kontrol edebilmesi, artı ve eksilerini tanıması yanıtları kodlanmıştır. Memnun değil başlığında soruya verilen yapacaklarını erteleme/harekete geçememesi, günlük hayatını düzenleyememesi, psikolojik destek alamaması, takdir edilmemesi, memnun olmayacağı yeni özelliklerin ortaya çıkması, başkaları için yaşaması ve eleştirilmesi ifadeleri kodlanmıştır (bkz. Şekil 21).



Şekil 21 Katılımcıların Benliğinden Memnuniyetleri ile İlgili Görüşlerinin Dağılımı Kod Alt Kod Modeli

İdeal benliğe ulaşmamış olduğunu düşünme kod alt kod dağılımı

Katılımcıların arzu ettiğiniz, istediğiniz ideal benliğinize ulaştığınızı düşünüyor musunuz sorusuna verdikleri ideal benliğe ulaşma hedefinin olmaması, başkalarına bağımlı olması, ideal benliğin bir yolculuk olduğunu düşünmesi, olmak istediği kişinin sürekli değişmesi, başarısız hissetmesi/istediği konuma gelmemesi, kendinden çok başkalarını düşünmesi, kendini tanımaması yanıtları analiz edilmiş ve kodlanmıştır (bkz. Şekil 22).



Şekil 22 Katılımcıların İdeal Benliğe Ulaşmamış Olduğunu Düşünceleri ile İlgili Görüşlerinin Dağılımı Kod Alt Kod Modeli

C. Temalar

Bu kısım içerisinde katılımcıların yarı yapılandırılmış görüşmeler esnasında sorulmuş olan sorulara verdikleri yanıtlardan elde edilen kodlamaların ve içeriklerin oluşturduğu temalar bulgulanmıştır.

Temalar bulgulanırken kod matris çizelgeleri kullanılmıştır. Kod matris çizelgeleri oluşturulurken katılımcıların ilişkili olan kod hakkında bildirdikleri yanıt ve görüş sıklıkları ele alınmıştır. Katılımcıların yanıtlarının kodlanmaları sonucunda bu matrisler ortaya çıkarılabilmiştir. Frekans dağılımı çizelgelerinde katılımcıların her bir kod için görüş sıklıkları yer almaktadır. Katılımcıların görüşlerinin gruplar arası ve kodlar arası dağılımını ise en etkili şekilde sembol büyüklüğü göstermektedir. Sembol büyüklüğü kod matris çizelgelerindeyse sembol büyüklüğü biçimindeki göstergeler o hücreye denk olan frekans değeri baz alınarak oluşturulmuştur.

Kadın katılımcılar ayrı bir sütunda kendi grubu içerisinde frekans değerlendirilmiş ve sembol büyüklükleri buna yönelik belirlenmiştir. Erkek katılımcılar içinde aynı biçimde ayrı bir sütunda kendi grubu içinde frekans değerleri değerlendirilmiş ve sembol büyüklüğü buna yönelik olarak belirlenmiştir.

Sembol büyüklükleri oluşturulurken frekans değerleri referans alınmıştır ve bu frekans değerleri frekans dağılımlarını göstermektedir. Bu kod matrisler bir

kod hakkındaki katılımcıların ayrı ayrı şekilde ifade belirtme sıklığı ve yoğunluğunu göstermektedir. Temalar bulgulanırken yoğunluğun da daha net görülebilmesi adına sembol büyüklüğü kod matris çizelgesi kullanılmıştır. Toplamda 18 alt tema tanımlanmıştır.

1. DEHB’li olmak ile ilgili tanımları

Kadın ve erkek katılımcıların DEHB’li olmak koduna yönelik tanımlamaları kod alt kod alanlarına göre cevaplardan elde edilen içerikler frekans ile sembol büyüklükleriyle beraber bulgulanmıştır.

a. DEHB hakkındaki düşünceler/ DEHB’yi tanıtmak ile ilgili görüşleri

Kadın ve erkek katılımcılarının DEHB hakkındaki düşünceleri ve DEHB’yi tanıtmak tanımları incelendiğinde kadın katılımcıların zor bir hayat, zamanı verimsiz yönetmek, yapılacakları ertelemek, popüler kültür unsuruna dönüştü tanımlarına ait sembol büyüklerine bakıldığı zaman bu tanımların daha çok kadın katılımcıların tanımladığı görülmektedir. Uzun süre hareketsiz kalamamak kadın katılımcıların tanımları arasındayken erkek katılımcıların tanımlamadığı bir alandır. Erkek katılımcılar, dikkat dağınıklığı ve odaklanma problemi tanımlarında kadınlardan daha yüksek bir sembol büyüklüğüne sahiptir. Bir konu üzerinde çok düşünmek tanımı sadece erkek katılımcılar tarafından yapılırken motivasyon bulamamak ve dürtüsellik tanımları her iki grup için de aynı sembol değer büyüklüğüne sahiptir (bkz. Çizelge 2).

E1: “Şöyle kafanın içinde bir şey var ve o kafanın içindeki şeyi zaten dokunamadığımız bir şey. Ve böylelikle bir şeye odaklanırken, bir şey üzerine düşünürken orada duramamak, o konu üzerinde kalamamak, hep bir yerden bir yere atlamak, uzun süreli o şey üzerinde ne düşünmek ne konuşmak ne o işi yapmak çok zor bir şey. O yüzden daha az süreyle bir şeye odaklanmak gibi anlatabilirim belki.”

K3: “Zihnin sürekli dağıtmaya meyilli olması gibi bir şey ağırlıklı olarak.”

K5: “Nasıl anlatırım? Şöyle başlarım. Büyük ihtimalle hani Instagram’da bu o kadar çok saçma şekilde karşıma çıkıyor ki Bunun aslında hava atılacak, eğlenilecek bir durum olmadığını, aksine insanların hayatlarını oldukça zorlayan bir noktada olduğunu söyleyebilirim.”

Her iki grubun tanımları oldukça benzer olmasıyla beraber kadın katılımcılarda zor bir hayat tanımı erkek katılımcılara göre belirgin şekilde daha sık yaptığı görülmektedir. Erkek katılımcılar ise dikkat dağınıklığı ve odaklanma problemi alanını daha sık tanımlamakla birlikte motivasyon bulamamak ve dürtüsel davranmak tanımlarını kadınlarla eşit derecede kullandıkları anlaşılmaktadır.

Bu bulgular ile birlikte her iki grubun da DEHB hakkındaki düşünceler ve DEHB'yi tanıtmak temasındaki ortak noktası ve en sık tanımlanan kod odaklanma problemi (f=8), motivasyon bulamamak (f=3), dürtüsel davranmak (f=3) olduğu görülmektedir. Sembol büyüklüklerine bakıldığı zaman kadın katılımcıların baskın bir şekilde davranışsal ve yaşamsal problemlerle tanımladıkları görülürken erkek katılımcılar baskın olarak dikkat/odak problemlerini tanımlamaya gittikleri görülmektedir.

Kod Sistemi	KADIN	ERKEK	TOPLAM
✓ ☒ DİKKAT EKSİKLİĞİ VE HİPERAKTİVİTELİ OLMAK			0
✓ ☒ DEHB Hakkındaki Düşünceler / DEHB'i Tanıtmak			0
☒ Odaklanma Problemi	■	■	8
☒ Dikkat Dağınıklığı	■	■	6
☒ Zor Bir Hayat	■	■	6
☒ Zamanı Verimsiz Yönetmek	■	■	6
☒ Yapılacakları Ertelemek	■	■	4
☒ Motivasyon Bulamamak	■	■	3
☒ Dürtüsel Davranmak	■	■	3
☒ Popülerler Kültür Unsuruna Dönüştü	■	■	2
☒ Bir Konu Üzerinde Çok Düşünmek	■	■	1
☒ Uzun Süre Hareketsiz Kalamamak	■	■	1
Σ TOPLAM	20	20	40

Şekil 23 Katılımcıların DEHB Tanısı Almanın Etkileri Görüşlerinin Dağılımı
Sembol Büyüklüğü Kod Matris Çizelgesi

b. DEHB tanısı almanın etkisi ile ilgili görüşler

Kadın ve erkek katılımcıların DEHB tanısı almanın etkisi tanımlarındaki kodlamalarına bakıldığı zaman erkek katılımcıların olumlu etkiler alt kategorisindeki davranışlarının nedenini öğrendiği için rahatlaması (f=7) ve kendini suçlamayı bırakması kodları (f=7) sembol büyüklükleri kadın katılımcılara göre belirgin şekilde büyük olduğu görülmektedir (bkz. Tablo 2). Aynı zamanda olumsuz etkiler kategorisinde kadın katılımcılardan farklı olarak okul başarısının düşmesinde daha yüksek bir sıklık (f=2), sorumluluk almaktan çekinmesi (f=1), başkalarının DEHB'li bireyleri yargılaması (f=1)

kodlamalarında sembol büyüklükleri ortaya çıkmıştır. Kadın ve erkek DEHB tanısı almış kişilerin sembol büyüklüğü tablosuna bakıldığında birbirinden farklı etkileri tanımladıkları benzer tanımlar da ise şiddetlerinin farklı olduğu görülmüştür. Zorlu durumlarda DEHB'yi mazeret olarak göstermesi (f=5), tüm kadın katılımcıların vurguladığı bir temayken erkek katılımcıların (f=0) tanımlamadıkları bir yerdedir. Kadın katılımcılar olumlu etki olarak yalnız olmadığını fark etmesi (f=3) ifadesini erkek katılımcılar kullanmazken (f=0) sıklıkla kullanmıştır. Her iki grubun ortak olarak bahsettikleri ve sıklıkla farklılıkları görece yakın olan tanımlamalar davranışlarının nedenlerini öğrendiği için içinin rahatlaması (f=7) ve kendini suçlamayı bırakması (f=7) tanımlarıdır. Olumlu etkiler cinsiyetler arası tanımlamalarda daha yakın ve ortak bir yerdeyken, olumsuz etkilerin cinsiyetler arasında farklılaştığı gözlemlenmektedir (bkz. Çizelge 3).

Olumlu etkiler:

K2: “Daha çok anladım. Daha çok fark ettim. Neden böyleyim? Neden böyleyim? Kendimi yiyip bitirmektense artık bunun sebebini biliyorum.”

E1: “Eğer bunu hiç bilmeseydim belki hayatım daha zor olabilirdi. Ne bileyim hani ne yaptığının farkında olmazdım. Ama bugün bunu biliyor olmak ne bileyim bir şeylerin farkındayım ve kendime kızmıyorum. Kendimi olduğum gibi kabul etmeme sağlıyor. Yani işte bazı noktalarda dürtüsel davranmam, bazı noktalarda ne bileyim işte kendi öz düzenlememi yapamamam, kendi ihtiyaçlarımı yapamamış olmak için kendimi yüklenbilirdim, kızabilirdim. Ama ne zamanki bir tanı almış olmayı biliyor olmak biraz da kendine şefkatle yaklaşmamı sağlıyor sanki.”

K3: “Bir tanesi rahatlatıyor. Yani bunun bir tanı olarak konulmuş olması. Yani bu işte benim tembelliğimden değil falan gibi böyle hani kişiselleştirme durumunu aslında hafifletiyor bana göre ve tamam şimdi böyle bir durum var ve ne yapılabilir gibi oluyor.”

Olumsuz etkiler:

K2: “Ama biraz şu da oldu. Dürüst olmak gerekirse siz dürüst olun dediğiniz için açık oluyorum. Bu etiketin altına sığmıyorum bazen. Yani geç kalıyorum zaten. Bu kafada oluyorum. Belki de bu yüzden adım atmakta

zorlanıyorum. Ama bunu tabii ki ya ben işte böyleyim, şöyleyim deyip demiyorum ama kendime söylediğim zamanlar oluyor”

E2: “Şimdi kafamda var. Öyle bir özelliğim var. İşte girişimlerde bulunurken biraz çekimser davranabilirim gibi düşünüyorum. Sorumluluk alırken mesela çekimser olabilirim. Bunu öğrendikten sonra mesela. Mesela ikinci çocuk sahibi olmak daha farklı mesela düşünüyorum. Böyle çekimserliğim yoktu. İkinci çocuğum mesela daha dikkatli olabilir miyim? Dikkat eksikliğinden kaynaklı ona sorun olur mu? Ya da hanıma sorun olur mu? Tahammül seviyeleri değişiyor. Şartlar değişiyor. Ya da ne bileyim bir yatırımda bulunacağım mesela. Ya karar veriyorum ama ben duygularıma bağlı.”

K5: “Yani şöyle diyebilirim. Aslında çok da karmaşıklaştırdı bir şeyleri. Zaten düşünceleri toparlamakta zorlanırken bir de bununla karşılaşmak işlerim böyle sanki şimdi artık iyice çıkılmaz olacak dediğim bir noktaya getirdi.”



Şekil 24 Katılımcıların DEHB Tanısı Almanın Etkilerine Görüşlerinin Dağılımı
Sembol Büyüklüğü Kod Matris Çizelgesi

c. DEHB sebepli sahip olunan özellikler ile ilgili görüşler

Katılımcıların verdikleri yanıtlara bakılarak erkek bireylerin dikkat eksikliği kategorisi altında olan odaklanamamak (f=22), dikkatini kolay kaybetmek (f=20) ve unutkanlık (f=19) tanımlarını kullanma sıklıkları kadın bireylere oranla belirgin şekilde daha fazla olduğu görülmektedir (bkz. Çizelge 4). Frekans sıklıklarına ve sembol şiddet büyüklüklerine bakıldığı zaman erkek katılımcıların, kadın katılımcılara oranla daha şiddetli bir biçimde yaşadıkları düşünülmektedir.

Kadın katılımcılar zaman yönetimi kategorisi altında yer alan geç kalmak tanımını (f=16) erkeklere göre belirgin bir biçimde daha fazla tanımlamışlardır. Buradan hareket ile bakıldığında DEHB sebepli sahip olduğu düşünülen özelliklere dair düşüncelerin cinsiyetler arasında değişim gösterdiği düşünülmektedir. Hayatı zorlaştıran özellikler kategorisindeki işleri ertelemek/harekete geçememek (f=13) görüşü her iki cinsiyet için ortak ve eşit sıklıkta belirtilmiştir. Bundan hareketle en ortak hayatı zorlaştıran temanın işleri ertelemek/harekete geçememek olduğu söylenebilmektedir. Hayatı kolaylaştıran özellikler kategorisinde ise en yüksek frekans değerine sahip olan görüş her iki cinsiyet içinde yoğun konsantrasyon sağlayabilmek (f=11) olmuştur. Hayatı zorlaştıran özellikler altındaki bulgulara bakıldığında erkeklerin daha çok dikkat alanındaki özelliklerden bahsettiği kadınların ise daha çok zaman yönetimi kategorisindeki özelliklerden bahsettiği görülmüştür. Aynı zamanda erkeklerin dürtüsellik kategorisi altında yer alan dürtüsel davranmak (f=7) ve aniden öfkelenmek (f=5) temalarını kadınlara oranla çok daha sık ve fazla belirttiği görülmüştür. Hayatı kolaylaştıran özelliklerde ise hiperfokus özelliği her iki cinsiyet için de öne çıkarken özgün olmak teması (f=2) sadece kadınların belirttiği bir tema olmuştur.

Hayatını zorlaştıran özellikler

E3: “Örnek verecek olursam hayatımdan. Mesela 45 dakikalık bir ders olsun. Veya atıyorum ki giriş ve sonuç olmak üzere. Öğretmenin işlediği ders dakikası 30 dakika olsun. Bu 30 dakika pür dikkat dinleyebilen öğrenciler oluyor ve dinlediği gibi anlamak zaten basit. Fakat o 30 dakikada maksimum ben hocayı 5 dakika dinlemiş olabiliyorum. Boş boş mu bakıyorum, hayallere kapılıyorum ya da kendi kafamdan senaryolar kuruyorum ya da hiçbir şey olmasa bile boş boş kilitleniyorum, saçımla oynuyorum, kalemle oynuyorum, silgiyle oynuyorum, elimde ne varsa bilmiyorum, oynayacak bir şey buluyorum.”

K2: “Örnek veriyorum şu an pencere tarafındayım ve bir kuşun uçuşması hemen gözümü oraya kayırıyor. Yani odaklanmakta biraz zorlanıyorum.”

K1: “Elimde bir eşyam var. Ben bu eşyayı o an bir şekilde kullanacağım ya da bir yere kaldıracağım. Biri geliyor bana ses veriyor. Hadi şunu yapalım mı diyor. Benim o eşyayı koyduğum anı hatırlamam mümkün değil. Hatırlamıyorum.

Nereye bıraktığımı hatırlamıyorum. Çünkü o an önümdeki şeye kilitleniyorum. Yani o biri bana bir şey sorduğunda o dikkatimi ona verdiğinde geri bu tarafa getiremiyorum.”

E5: Ya benim huzursuzluğumun ve tedirginliğimin programsız olmak. Bu öz saygıyı da çok düşüren bir şey. Çünkü şimdi işinin gereğini yapmadığın zaman yavaş yavaş kendini duyduğun saygı da azalıyor. Bunları aşabilmek için de yapmam gereken şeyler çok açık yani mesela bir program oluşturmak geldiği için daha verimli çalışabilmek adına.”

Hayatını kolaylaştıran özellikler

K3: “Mesela hiperfokus tam olarak ben. Son anda olduğu şeylerde inanılmaz odaklanıyorum. Bütün üniversite hayatım, hatta bütün akademik hayatım neredeyse böyle geçti. Şu anda da hala onu yapmaya çalıştığım için çok zorlanıyorum. Çünkü doktora da artık işe yaramıyor, yeterli gelmiyor. O beni sıkıştırdı ve aslında bu tanıyı almam için ortam oluşturdu diyebilirim. Ama hiperfokus kesinlikle beni ifade ediyor.”

E2: “Ben de şöyle çok fazla dalgınım yani dalgın derken çok fazla konsantre oluyorum bir şeye mesela telefona çok fazla dalabiliyorum bu konsantre olmak mıdır bilmiyorum ama ben bunu böyle nitelendiriyorum. Bir hobim oluyor. Mesela 3D yazıcıyla tasarım yapabiliyorum. Mesela saatlerce ona takılabiliyorum. Etrafımı hiç göremiyorum, fark edemiyorum. Bir iki dışarıdan bir uyarıcı olduğu vakit yani birkaç defa tekrar edildiği zaman.”

E4: “Dijital oyun tasarımcısıyım. Ve ilginç bir şekilde benim işimde işe yarayan bir şey bu dikkat eksikliği. Yani dikkat dağınıklığı daha doğrusu. Çünkü şey yani oyun tasarımında yani görmeniz gereken 20-30 tane element var en az. Bunların hepsini bir anda görmeniz lazım. Hepsini birinden diğerine atlamanız lazım sürekli bir şekilde. Ki oyununuz iyi bir şey olabilsin. Bu anlamda ilginç bir şekilde dikkat eksikliği beni destekliyor.”

Kod Sistemi	KADIN	ERKEK	TOPLAM
DIKKAT EKSİKLİĞİ VE HİPERAKTİVİTELİ OLMAK			0
DEHB Sebebiyle Sahip Olduğu Özellikler			0
Hayatını Zorlaştıran Özellikler			0
Dikkat Eksikliği			0
Odaklanamamak	■	■	22
Dikkatini Kolay Kaybetmek	■	■	20
Unutkanlık	■	■	19
Çok Düşünmek	■	■	6
Düşüncelerini Toparlayamamak	■	■	4
Aynı Anda Birden Fazla İş Yapamamak	■	■	2
Zaman Yönetimi			0
Zamanı Etkin Kullanmamak	■	■	5
Vaktinde Uyanmamak	■	■	1
Motivasyon Bulamamak	■	■	7
İşlerini Ertelemek / Harekete Geçmemek	■	■	13
Geç Kalmak	■	■	16
Dağınıklık	■	■	4
Başlanan İş Bitirmemek	■	■	3
Dürtüsellik			0
Dürtüsel Davranmak	■	■	7
Aniden Öfkelenmek	■	■	5
Çabuk Sıkılmak	■	■	5
Konudan Konuya Atlamak	■	■	4
Plan-Programsız Hareket Etmek	■	■	3
Kendini İfade Edememek	■	■	2
İnatçı / Israrlı Olmak	■	■	2
Hiperaktivite			0
Uzun Süre Hareketsiz Kalamamak	■	■	8
Sakarlık	■	■	1
Hayatını Kolaylaştıran Özellikler			0
Yoğun Konsantrasyonun Sağlayabilmek	■	■	11
Aklına İlk Geleni Söylemek	■	■	4
Aynı Anda Birden Çok Konuya Odaklanmak	■	■	3
Anı Yaşamak / İçinden Geldiği Gibi Davranmak	■	■	5
Özgün Olmak	■	■	2
Σ TOPLAM	77	107	184

Şekil 25 Katılımcıların DEHB Sebebiyle Sahip Olduğu Özellikler Görüşlerinin Dağılımı Sembol Büyüklüğü Kod Matris Çizelgesi

d. DEHB’li olmanın hissettirdiği duygular ile ilgili görüşler

Tanımların dağılımını gösteren Çizelge 4’e bakıldığında belirgin bir şekilde DEHB’li olmanın hissettirdiği duyguların cinsiyetler arasında değiştiği görülmektedir. Erkek DEHB teşhisli bireyler kötü (f=4) ve yorgun (f=4) görüşlerini kadınlara oranla çok daha belirgin şekilde ifade edip en yoğun yaşadıkları duygu olarak görülmekteyken kadınların ise sıkılmış/sıkışmış (f=3) duygusunu en yoğun şekilde hissettikleri görülebilmektedir.

Kadın katılımcıların ikinci en yoğun olarak bahsettiği duygusu ise kaygılı (f=2) olarak vurgulanmıştır. Bulgulara bakıldığı zaman DEHB’li olmanın hissettirdiği duygular kadınlar için çok daha çeşitli şekilde ortaya çıktığı görülmektedir. Sıkılmış, özgüvensiz, sorumluluk, stres, kaygılı, suçlu hissiyatları yanıtlarını tamamen kadınlar verirken, erkeklerin bu yanıtları vermedikleri görülmektedir. Yanıt farklılıklarına bakıldığı zaman kadın DEHB’li bireylerin erkeklere oranla DEHB ile ilgili daha kaygı verici ve kendi benliğine dair olumsuz değerlendirdiği duygulara sahip olduğu söylenebilmektedir. Erkek

katılımcıların ise özgür ve mutlu teması ile birlikte DEHB'ye dair daha olumlu hissiyatlara sahip olduğu görülmektedir (bkz. Çizelge 5).

E5: “Diğer insanlara göre daha çok çalışan bir yerde ya da daha çok belirli ihtiyaçları var galiba. Yani nasıl açabilirim bu yorgunluğu? Bir kere kafam hiç durmuyor. Yani şu anda da düşündüğüm bir sürü şey var kafamın backroundunda. Arkada bir sürü sekme açık gibi de düşünebilirsiniz. Bu yüzden de gerekti gereksiz çok fazla irdeliyorum her şeyi o da yani verimsiz enerji kullanımına sebep oluyor beynim adına ve yapmam gereken işlerde, derslerde sorumluluklarımla biraz daha isteksiz ve yorgun oluyorum genellikle.”

E5: “Yani sıkışmış hissettiriyor. Zaten dediğim gibi hani kafamın içindeki düşünceler bazen çok fazla yoğun oluyor. Kendi düşüncelerime bile yetişemezken bir de hani sebebini bilmediğim şeyleri insanlara açıklamaya çalışıyorum. Yani bu da dediğim gibi sıkışmış hissettiriyor.”

K5: “Bir şımarıklık olmadığını biliyorum. Şımarıklık değil aslında. Yine senin istediğin yere gidelim, hiç önemli değil. Yeter ki buradan kalkalım. Ya da yeter ki bu konuyu değiştirelim. Çünkü sıkıldım. Yarım saat bir şeyden bahsedelim, sonra tekrardan buraya geri dönelim. Tabi bunu bu şekilde dillendirmiyorum insanlara. İçimde böyle düşünüyorum. Dillendirişim çok daha yumuşak ve çok daha tatlı bir yerden. Yine şeffaf bir yerden. Biliyorsunuz ben oturamıyorum birkaç saat aynı yerde, başka bir yere geçelim, devam edelim, başka bir yere geçelim gibi tatlı. Yani bir buralardan yaşıyorum”

Kod Sistemi	KADIN	ERKEK	TOPLAM
✓ ☒ DİKKAT EKSİKLİĞİ VE HİPERAKTİVİTELİ OLMAK			0
✓ ☒ DEHB'li Olmanın Hissettirdiği Duygular			0
☒ Yorgun	■	■	4
☒ Kötü	■	■	4
☒ Sıkılmış / Sıkışmış	■		3
☒ Kaygılı	■		2
☒ Mutlu	■	■	2
☒ Özgüvensiz	■		2
☒ Sorumluluk	■		1
☒ Stres	■		1
☒ Suçlu	■		1
☒ Özgür		■	1
Σ TOPLAM	13	8	21

Şekil 26 Katılımcıların DEHB’li Olmanın Hissettirdiği Duygular Tanımlarının
Dağılımı Sembol Büyüklüğü Kod Matris Çizelgesi

e. DEHB’nin hayatına olan etkisi ile ilgili görüşler

Katılımcıların DEHB’nin hayatlarına olan etkisi ile ilgili görüşlerine bakıldığı zaman cinsiyetler arası farklılığın olduğu görülmektedir. Okul hayatında zorlanmak (f=3) ve sosyalleşmede zorlanmak (f=2) her iki cinsinde ortak belirttikleri görüşlerken DEHB’yi açıklamak durumunda hissetmek (f=3) teması en güçlü olan temayken ardından sessiz kalmak/konuşmamak (f=2) en güçlü ikinci temadır. Kadınların belirttikleri temalara bakıldığında bu temaların genellikle sosyal ilişkiler içerisindeki konumlar ve uyumlu olma zorlantısı ile ilintili olduğunu söylenebilmektedir.

Erkek katılımcılar ise güçlü bir biçimde sırasıyla sorumluluklarını yerine getirememek (f=3), umursamaz davranmak (f=1), sosyal ortamlara kolay adapte olmak (f=1) tanımlamalarını ifade etmiştir. Bu tanımlamalar, kadınların tanımlamalarından daha farklı olarak daha çok kişinin kendi davranışları ile ilişkili tanımlarıdır, kadınlara oranla kendilerini DEHB ile ilgili diğerleri ile olan etkileşimi üzerinden değil kendileri üzerindeki etkileri tanımladıkları saptanmıştır (bkz. Çizelge 6).

E4: “Yani dikkat yani mesela annemin sürekli dediği şeylerden biri bana bir okulda bir teste girerim ve testteki yanlışlıklarım genelde çok ufak tefek dikkat dağınıklığı hataları olur. Annem de aslında buradan fark etmiş olabilir benim DEHB’imin olduğunu.”

K2: “Yerimde dururken de belli bir zaman sonra bir bacağımı sallama, sürekli ellerimi hareket ettirme, bir şeyle uğraşma isteği. Yani bunu istemeden, farkında olmadan bazen yapıyorum. Onu yapınca bana normal geliyor da tabii bazen karşı tarafı bir sakın ol, stresli misin gibi durumlarla karşılaştığım oluyordu.”

K5: “Açıkçası şimdilik olumsuz etkilediği bir noktadayım. Şöyle çünkü kendi kendime bile çözemediğim şeyleri bir de çevremdeki insanlara açıklamaya çalışmak beni oldukça yoran bir noktada. Hani zaten bir şeyleri düzenlemekte, onlara yetişmekte, hatta adım atmakta zorlanıyorum. Bir de çevrenin eleştirilerine karşı bunu bir savunma olarak sunmam gereken noktalar oluyor yani.”

E1: “Yani daha bir şeylere ne bileyim takılmıyorum orada çok durmuyorum. Bir şeylere kısa sürede olsa iyi hissettiriyor. Yani o bir şey yaşadığımda o bataklıkta kalmıyorum hemen başka şeylere yoğunlaşıyorum başka bir şey yapıyorum falan derken bu anlamda iyi geliyor bana”

Kod Sistemi	KADIN	ERKEK	TOPLAM
✓ ☒ DİKKAT EKSİKLİĞİ VE HİPERAKTİVİTELİ OLMAK			0
✓ ☒ DEHB'in Hayatına Etkileri			0
☒ Okul Hayatında Zorlanmak			3
☒ DEHB'i Olduğunu Açıklamak Durumunda Hissetmek			3
☒ Sorumluluklarını Yerine Getirememek			3
☒ Sessiz Kalmak / Konuşmamak			2
☒ Sosyalleşmede Zorlanmak			2
☒ Umursamaz Davranmak			1
☒ Sosyal Ortamlara Kolay Adapte Olmak			1
Σ TOPLAM	7	8	15

Şekil 27 Katılımcıların DEHB'nin Hayatına Etkileri Tanımları Dağılımı Sembol Büyüklüğü Kod Matris Çizelgesi

f. DEHB özelliklerinin bakım verenleriyle ilişkisine etkisi ile ilgili görüşler

DEHB özelliklerinin bakım verenlerle ilişkisine bakıldığında burada erkek katılımcılar için en yüksek frekans değerine ve sembol büyüklüğüne sahip olan kodun bakım verenlerle ilişkisinin sonuçları kategorisinde yer alan bakım verenlerine bağımlı yaşaması (f=8) olduğu görülmektedir. Bakım verenleri ile kurduğu ilişkisine yönelik DEHB özelliklerinin kadınlara nazaran daha çok bakım verenlerine düşkünlüğün artması, sorumluluklarını bakım verenlerine yüklemek gibi bir etki alanı yarattığı söylenebilir.

Kadın katılımcılara bakıldığında DEHB özelliklerinin ilişkisine etkisi görüşlerinin her iki kategoride de daha çok olumsuz değerlendirmeler içerisinde olduğu görülmektedir. Ailenin yaklaşımı kategorisindeki sorumsuz buluyorlar (f=3) kodu en şiddetli frekans değerindeyken ardından şiddet olarak tepki gösteriyorlar/söyleniyorlar (f=2) kodu gelmektedir. Bakım verenlerle ilişkinin sonuçlarında ise sırasıyla yaşadığı problemleri gizlemesi (f=4), bakım verenlerden bağımsızlaşması (f=3), kendini sorgulaması (f=2), bakım verenleri başarısız hissettirdiğini düşünmesi (f=1), bakım verenlerden korkması (f=1) kodlarının sembol büyüklüklerindeki belirgin farklar ve erkek katılımcıların bu kodları belirtmemesi kadın katılımcıların DEHB sebepli sahip oldukları özelliklerin ebeveynleriyle olan ilişkisine erkek katılımcılara göre daha olumsuz ve yıkıcı bir etkiye sebebiyet verdiği gözlenebilmektedir (bkz. Çizelge 6).

Ailenin yaklaşımı

K2: “Şöyle bu durumla ilgili şöyle bir örnek verebilirim ailede örnek veriyorum bir yere gidilecekse tabii ki de hazırlanamayan kişi ben oluyordum odamı toplamadığım için sorumsuz oluyordum ve bunları hani tatlı bir dille ifade etmek yerine onların en son sinir hatları arttığı zaman sinirlendikleri için bağırış çağırışa dönüyordu ve burada ister istemez söylememesi gerekenleri bence söylüyorlardı veya içinde tuttuklarıydı bilmiyorum. Yani sorumsuz oluşum, onlar için başarısız oluşum. Matematiğin zaten kötüyse başarısız bir çocuksun. Sürekli matematik bir baskısı vardı. Matematiğim çok kötü bence değildi ama onlar için yetersizdi tabii ki.”

E4: “Yani çok ilginç bir aile, evi, hayatı var. Yani nasıl anlatabilirim bilmiyorum ama yani herkesin farklı ilgileri var ve herkes konudan konuya atlıyor. Yani on beş dakikada bir sürekli konu değişir. Yani bazen yani 5 dakikada bir konu değişir ve yani ve şey herkesin ortak ilgilenme çok fazla olmadığı için mesela ben şeyi de sıkıntı çekerim. Annemle babamla iletişim kurmakta sıkıntı çekerim o anlamda. Yani çünkü çok ortak şeyimiz yok. Konuştuğumuz şeyler benim çok ilgimi çekmez. Benim onlara anlattığım şeyler onların çok ilgisini çekmez. O yüzden bir 5-10 dakika konuşuruz ve sonra gündelik hayata döneriz.”

E1: “Ne bileyim yani o benden bir şey istiyordur. Çünkü onun için herkesin bir görevleri var, sorumlulukları var. O bana bir sorumluluk veriyor. Ama ben onu sürdüremediğim için bir sorun yaşıyoruz ve işimi yerine getirememiş oluyorum. Evin içindeki bana ayrılan bölümü yerine getiremediğim için karşımdaki kişide bir güven problemi yaratıyorum. Ve o da o zaman bir sonrakinde bana güvenmez. O zaman bir iş olacağı bir şey yapacağı zaten Eyüp yapamaz. Zaten Eyüp hani bunu sürdüremez gibi bir düşünceye girdiğinden dolayı aramızda güvenle ilgili bir şey sürdürememekle ilgili bir problem yaşanıyor oluyor. O yüzden ilişkilerde bu noktada sıkça sorun da yaşadığımı söyleyebilirim.”

Bakım verenlerle ilişkisinin sonuçları

E3: “Şimdi tamam ben bir bireyim ve yaşıyorum fakat çok fazla destek alıyorum bakıldığında. Annemin işimi görmesi ya da bir şeyleri halletmesi bana

inanılmaz vakit kazandırıyor. Ve bunun rahatlığına düşünüyorum ve bunun boşluğunda çok fazla şey yapabiliyorum.”

K1: “Mesela şu anda ben ilacımı kaybettim. Ve tam bu vize dönemlerime denk geldi ve başında kaybettim yani ayın başında kaybettim tekrar bir ay boyunca alamayacağım yani gerçi şu an az kaldı ama şöyle okulumda sıkıntılar çıktı bu yüzden ve ben bunun suçluluk duygusunu keşke onlara söylesem de beni anlasalar diye yaşıyorum.”

K5: “Çocukluğumda bakım veren pozisyonunda oldukları için benim yaptığım şeylerden aslında biraz onlar da sorumluydu. Ve aynı şekilde yapmadıklarından da yine bu noktada ertelediğim ve yapmadığım mesela örnek vermek gerekirse ödevler, projeler onların karşısına onlar sanki yapamıyormuş gibi çıktığı için kendimle beraber başarısızlığı aslında onlara da hissettirmiş oluyordum.”

E2: “Anne tarafından anneme çok bağlı bir insanım. Ben çok serbest bir insanmışım gibi düşünüyordum ama bağlanmışım yani. Babam o kadar değil de anneme çok bağlı bir insanım. Annemle alakalı ilişkim hep şey. Annem işte üzülmesin, annem işte kırılmasın, ne kadar saçma olursa olsun onun hatalarını görmezden gelecek şekilde böyle şeyim oldu.”

Kod Sistemi	KADIN	ERKEK	TOPLAM
▼ DİKKAT EKSİKLİĞİ VE HIPERAKTİVİTELİ OLMAK			0
▼ DEHB Özelliklerinin Bakım Verenleriyle İlişisine Etkisi			0
▼ Ailenin Yaklaşımı			0
• Anlayışla Karşılıyorlar	■	■	4
• Sorumsuz Buluyorlar	■		3
• Tepki Gösteriyorlar / Söyleniyorlar	■		2
• Az İletişim Kuruyorlar		■	1
• Anlayış Gösteriyorlar / Takılmıyorlar / Umursamıyorlar	■		1
• Alınıyorlar	■		1
• Sevgi Göstermiyorlar		■	1
• Güven Duymuyorlar		■	1
▼ Bakım Verenlerle İlişisinin Sonuçları			0
• Bakım Verenlerine Bağımlı Yaşamaları		■	8
• Yaşadığı Problemleri Gizlemesi	■		4
• Bakım Verenlerden Bağımsızlaşması	■		3
• Kendini Sorgulaması	■		2
• Bakım Verenleri Başarız Hissettiğini Düşünmesi	■		1
• Bakım Verenlerden Korkması	■		1
• Bakım Verenlerle Bağ Kuramaması		■	1
• Bakım Verenlerine Bağlı Olması		■	1
Σ TOPLAM	19	16	35

Şekil 28 Katılımcıların DEHB Özelliklerinin Bakım Verenleriyle İlişisine Etkisi Tanımlarının Dağılımı Sembol Büyüklüğü Kod Matris Çizelgesi

g. DEHB özelliklerinin diğer ilişkilerine etkisi ile ilgili görüşler

Erkek ve kadın danışanların görüşlerine bakıldığında zaman dinlemediğini düşünüyorlar (f=6), çok hareketli buluyorlar (f=2), mesafe koyuyorlar (f=2), rahatsız oluyorlar (f=2) ve geç kaldığı için azarlanıyor (f=2) tanımlarında ortak büyüklükte sembol değerleri olduğu görülmektedir.

Bu da diğerleri ile kurduğu ilişkilerdeki etkilerin benzerlik noktalarının temel ortak noktasının dinlemediğinin düşünülmesi tanımı olduğunu göstermektedir (bkz. Çizelge 8). Bunun dışında erkek danışanların görüşlerinde en yüksek değerleri hem sosyal hem de özel hayatı içerisinde ciddiyetsiz buluyorlar (f=4, f=2) olduğu görülmüştür. Kadınların ise sosyal hayat kategorisine bakıldığında zaman erkek katılımcılara oranla daha uyumsuz bir yer de görülürken aynı zamanda yaratıcı bulunmak (f=1) ve sohbetinden hoşlanılması (f=1) gibi olumlu tutumlarla karşılaşabildiği de görülmektedir. Bu da bize diğer ilişki alanlarında da cinsiyetler arası farklı etkilerle karşılaşılabilirdiğini bulgulayabilmektedir (bkz. Çizelge 8).

İş hayatında

E3: “İşe geç kalmam sürekli sürekli birinden azar almam bunlar ciddi anlamda etkiliyor.”

K5: “Şöyle, bu geç kalma sebebiyle şu anda bir işte çalışıyorum. Ve daha bugün mesela müdürümün bana attığı bir video vardı. Orada da sürekli geç kalmakla ilgili bir espritüel bir şey dönüyordu. Bu karşıma bir engel olarak çıkıyor maalesef.”

Özel hayatında

K2: “Kendi hayatımda şöyle şikayetlerim oluyor açıkçası. Birilerini uzun süre dinlemekte zorlanıyorum. Ve bu benim ilişkiye de yansıyor. Beni dinlemiyorsun, beni anlamıyorsun oluyor. Hayır, dinlemeye çalışıyorum, anlamaya çalışıyorum. Ama bir yere kadar oluyor yani. Ve bunun farkında değil. Sanki tabii ki de hani ben böyleyim diye kendimi söylemiyorum. Ama karşı tarafında anlamasını bekliyorum haliyle. Çünkü sürekli olarak dinlemediğim ve odaklanmadığım dile getiriliyor. Ailemde de hep böyleydi aslında alışmıştım. Belki de babamın aynısını buldum bilmiyorum. Ama partnerim bir noktada artık bu konuda canımı sıkmaya da başladı açıkçası.”

Sosyal hayatında

K5: “Etkilediği yeri mesela sıkılmak üstünden çok vuruyor. İşimde vuruyor bazen. Genelde sosyal çevremde çok kırılıyor. Biri bir şey anlatırken çok rahat odaklanıyorum ama anlattığı şey sıkıcı gelmeye başlıyorsa kendi içimde başka şeylere geliyor. Başka akademide duruyorum ama yüzeysel olarak dinliyorum. Bir tarafım gerçekten dinliyor. O an hızlı bir şekilde soru sorduğumda şak diye yanıtlatabiliyorum. Biliyorum ama artık dikkatim %50, %50 bir şeyle ilgileniyorum ve karşımdakini dinliyorum gibi görünmüş değil. %90 kendim bir şey döndürüyorum ve o kalan %10'da yalandan dinliyor gibiyim ama soru soruyu algılayıp yanıt verebilecek kadar da dinliyorum. Aslında bunu insanlar fark etmese bile bu beni rahatsız ediyor.”

E4: “Yani kendime bu konuda biraz şey yapmam lazım. Dikkat etmem lazım. Ne kadar eksikliğim olsa bile. Yani öyle. Genellikle cidden benim arkadaşlarımla yaşadığım sıkıntılar, kırgınlıklar cidden benim bir şeyi unutmamla alakalı olur. Problem oradan başlar ve yani karşı tarafa sanki onları pek önemsemiyordum gibi izlenim veririm.”

Kod Sistemi	KADIN	ERKEK	TOPLAM
✓ ☒ DİKKAT EKSİKLİĞİ VE HİPERAKTİVİTELİ OLMAK			0
✓ ☒ DEHB Özelliklerinin Diğer İlişkilerine Etkisi			0
✓ ☒ Sosyal Hayatında			0
☒ Dinlemediğini Düşünüyorlar	■	■	6
☒ Geç Kalmasından Rahatsız Oluyorlar	■	■	4
☒ Ciddiyetsiz Buluyorlar		■	4
☒ Sorumluluğunu Alıyorlar	■	■	3
☒ Çok Hareketli Buluyorlar	■	■	2
☒ Mesafe Koyuyorlar	■	■	2
☒ Rahatsız Oluyorlar	■	■	2
☒ Yaratıcı Buluyorlar	■		1
☒ Sohbetinden Hoşlanıyorlar	■		1
☒ Anlamıyorlar	■		1
✓ ☒ Özel Hayatında			0
☒ Dinlemediği Düşünüyor	■		3
☒ Ciddiyetsiz Bulunuyor		■	2
✓ ☒ İş Hayatında			0
☒ Geç Kaldığı İçin Azarlanıyor	■	■	2
Σ TOPLAM	18	15	33

Şekil 29 Katılımcıların DEHB Özelliklerinin Diğer İlişkilerine Etkisi Tanımları Dağılımı Sembol Büyüklüğü Kod Matris Çizelgesi

h. DEHB kaynaklı gizlediği durum ve özellikler ile ilgili görüşler

Erkek katılımcıların sonuçlarına bakıldığında dürtüsellik kısmında çalışırken saçını yolması (f=1), tik sahibi olması (f=1); hiperaktivite kısmında uzun süre hareketsiz kalamaması (f=4), evin içerisinde gezinmesi (f=2); dikkat

eksikliğinde konuşulanları dinlememesi (f=1) ve zaman yönetimi kısmında sorumluluklarını bakım verenlerinin yapması (f=2) görüşlerini belirtmişlerdir. Bu görüşlerden hareketle sorumluluklarını bakım verenlerinin yapması ve hiperaktivite kategorisindeki görüşlerini saklama eğiliminin daha yüksek bir pozisyonda olduğu söylenebilir. Kadın katılımcılara göre bakım verenleri ile kurdukları ilişkinin bu bulgulara bakılarak daha bağımlı bir yerde olduğu söylenebilir.

Kadın katılımcıların ise dürtüsellik başlığı altında erkek katılımcılara oranla daha fazla görüş belirttiği görülmektedir. Aynı zamanda erkek katılımcılardan farklı olarak derse katılmaması (f=3), dikkatin dağılması (f=1) ve dağınık olması (f=1) gibi dikkat dağınıklığı ile ilişkili alanlarda kendini gizleme davranışını daha yoğun bir şekilde yaşadığı söylenebilir. Cinsiyetler arası toplam frekans değerlerine bakıldığında zaman kadınların (f=18), erkeklere (f=8) göre belirgin şekilde daha yüksek bir aralıkta DEHB kaynaklı davranışlarını gizleme eğiliminde oldukları söylenebilir (bkz. Çizelge 9).

DEHB için ilaç kullanması

K4: “Mesela yazlıkta işte bir gün içiyorum, koca bir bardak su var elimde, diğer elimde de hap var. Amcam girdi içeri ve hap elimde duruyor, ne yapıyorsunuz dedi. Çünkü annem de yanındaydı, su içerken neden yanımda oldu annem. Bir içişte kız su istedi de onu verdim falan filan derken yanımda durdu. Ben o koca bardak suyu içmek zorunda kaldım. Yalanımız ortaya çıkmasın diye çıkan benim gizli demiştim. Sonra amcam gelince bir bardak daha su aldım. Küçük bir ikinci bardak suyu ilaçla beraber içtim. Böyle bir zorlama yani gizlemek üzerine bir zorluk vardı.”

Dürtüsellik

K5: “Küçükken öğretmen hani dersi anlatırken cümlesini henüz kendisi tamamlamadan ben o cümleyi tamamlardım sesli bir şekilde çok tabii herkesin duyacağı şekilde değil ama o cümleyi tamamlardım sonra hoca da benim peşimden aynı şekilde tamamlardı cümlesini. İşte çevremdeki birkaç kişi duyardı belki bunu sonradan böyle şey hissetmeye başladım bu sanki kötü bir şeymiş gibi başlarda hoşuma gidiyordu onun yani hocanın benim söyleyeceğim şekilde zaten

cümlesini tamamlıyor oluşuyor sonra bu belki de sakladığım bir şeye evrildi ve şu anda öyle bir şeyim yok insanların cümlelerini tamamla yapıyorum.”

E5: “Başka çalışırken kendimden geçmem olabilir. Şekilden şekle giriyorum çünkü biraz çalışırken. Şöyle falan çalışırım genelde böyle saçlarımı işte diplerimi yolarım falan sıkıntıları. Bunlar olabilir yani. Hala daha öyledir zaten.”

Hiperaktivite

K2: “Hep bir hareket etme isteği geliyordu ve bunlar hani bu örnek veriyorum elimle oynama, bacağımı sallama bir süre sonra yetersiz geliyordu. O yüzden bu konuda çok zorlanıyordum. Kendimi hep tutmaya çalışıyordum. Bu konuda zaten çok azar işittiğim de oldu. Bazen dersten çöp atmaya diye gidersin, gelirsin. Olur olmadık yerlerde kalkıyordum, hocaların dikkatini dağıtıyordum ve bu yüzden sürekli bir aileme zaten şikâyet gidiyordu. Ailem de bu konuda ekstra hem öğretmenlerim hem ailem tekrar bana kızıyorlardı. Bunun çözümlemesi yerine aslında daha çok beni kötü hissettiriyorlardı. Çünkü hani orada oturamamak, orada duramamak yani duramıyorum sonuçta. Ve buna müsaade edebilirler kalkıp yani biz çöp atıyorum örnek veriyorum dikkati dağılıyor olabilir.”

K3: “Çocukluğumda mesela en çok sakarlık konusu mesela yani sürekli çarpıyor olmam, sürekli bir şeyle döküyor olmam, sürekli düşüyor olmam mevzusu vardı mesela. Bu çok barizdi. Niye diğer çocuklar olmuyor da benim oluyor gibi bir durum vardı. Ve burayı sanırım gizlemek zorunda hissediyorum. Tabii o beni aslında daha hareketsiz yaptı. Yani çünkü bu konuda başarısız hissediyorum. Düşüyorum, çarpıyorum. Dolayısıyla spor, beden eğitimi bunlar benim korkulu rüyam oldular. Dolayısıyla ben oralara hiç girmemeyi çalıştım hep yani.”

Dikkat eksikliği

E4: “Yani ergenlik döneminden bahsedecek olursam yani insanlar benim cidden çok canımı sıkan ve dikkatimi dağıtan bir şey anlatıyorsa onları dinliyormuşum gibi bir rol yapmaya çalışırım. Ve bazen hala bunu yapıyorum. Ama yani bu çok da DEHB ile alakalı olmayabilir. Belki de yani insanlara karşı kibarlık olsun diye de olabilir. Mesela biri bana bir şey anlatır. Benim hiç ilgimi

çekmez. İlgimi çekmez değil yani. İlgimi belki biraz çeker ama sonra dikkatim dağılır ve dikkatimin dağıldığını belli etmemek için yarı şekilde dinler bir halinde olurum. Ve mesela anlattıkları şey bittikten sonra da dikkatim dağılmadığını ve ilk konudan ilgimi kaybetmediğimi göstermek için bu konu hakkında yani soru sorarım. Evet yani şey olsun ya ben benim dikkatim dağılmadı anlattığınız şey sıkıcı değil lütfen bana biraz daha anlatın ama o anda bu beni ben ölüyorum içeride canım çok sıkılıyor mesela ve bunu hala aslında yetişkinlikte yapıyorum bazen”

K4: Dikkat eksikliğini ya onu saklamaya çalışıyordum. Mesela ders çalıştırır derken vesaire hani. Ama tabi anlıyorlardı dağıldığımı. Annem mesela dağıldığımı anlıyordu.”

Zaman yönetimi

K2: “Şöyle söyleyeyim mesela. Şehir dışına bir bilet almıştık arkadaşlarımla. Ve o gün aslında erken uyuyup valizimi hazırlamama rağmen sabah kalkıp uçağa yetişmemiz gerekiyordu ki benim yine bavuluma eksik hazırlamam yüzünden biraz geç kaldık. Onlar bensiz gitmek zorunda kaldı ben sonradan yetişmek zorunda kaldım ki ben birazcık kaçıırıyordum da aslında. Bu sefer kaçırmadım ama tabii ki bunun tepkilerini aldım. Yani bir gün öncesinden neden hazırlamadın niye kontrol etmedin gibi.”

Kod Sistemi	KADIN	ERKEK	TOPLAM
✓ ☒ DİKKAT EKSİKLİĞİ VE HİPERAKTİVİTELİ OLMAK			0
✓ ☒ DEHB Kaynaklı Gizlediği Durum ve Özellikler			0
☒ DEHB İçin İlaç Kullanması	■		2
☒ Dürtüsellik			0
☒ Fazla Yemek Yemesi	■		2
☒ Hızlı Okuması	■		2
☒ Az Konuşması	■		1
☒ Başkalarının Cümlesini Tamamlaması	■		1
☒ Tik Sahibi Olması		■	1
☒ Çalışırken Saçlarını Yolması		■	1
☒ Dürtüsel Davranması	■		1
☒ Hiperaktivite			0
☒ Uzun Süre Hareketsiz Kalamaması	■	■	4
☒ Evin İçinde Gezinmesi		■	2
☒ Sakar Olması	■		1
☒ Dikkat Eksikliği			0
☒ Derse Katılmaması	■		3
☒ Konuşulanları Dinlememesi		■	1
☒ Dikkatinin Dağılması	■		1
☒ Zaman Yönetimi			0
☒ Sorumluluklarını Bakım Verenlerinin Yapması		■	2
☒ Dağınık Olması	■		1
Σ TOPLAM	18	8	26

Şekil 30 Katılımcıların DEHB Kaynaklı Gizlediği Durum ve Özellikler Tanımları Dağılımı Sembol Büyüklüğü ile Kod Matris Çizelgesi

i. DEHB kaynaklı durum ve özellikleri gizleme nedenleri ile ilgili görüşler

Katılımcıların verdiği yanıtlara bakıldığında zaman erkek katılımcılar sadece tuhaf görünmesi (f=2) görüşü bildirmişken kadınların tepkiyle karşılaşması ve tepkiyle karşılaşmaktan çekinmesi başlıkları altındaki her bir tanım için görüş bildirdikleri görülmektedir (bkz. Tablo 9). Tablo 9'daki, toplam frekans değerleri ve sembol büyüklükleri göz önüne alındığında oldukça anlamlı bir farklılığın olduğu görülmektedir. Bu bulgulara dayanarak kadınların erkeklere oranla daha sık bir biçimde DEHB kaynaklı özelliklerinden kaynaklı olarak azarlanma, aşağılanma, eleştirilme, yetersiz hissettirilme, sevilmemekten korkma, dışlanmak ve cezalandırılmak gibi tehditkâr unsurlarla daha fazla karşılaştığını ve karşılaşabileceğine dair bir önyargısı olduğunu gösterebilmektedir. Kadın katılımcılar için tembihlenme (f=2) tepkisiyle karşılaşmak en sık dile getirilen gizleme sebebiyken olası tehditte karşı yanlış cevap vermekten çekinmek (f=2) en sık çekinilen sebeplerdir (bkz. Çizelge 10).

Tepkiyle karşılaşması

K2: “Hep bir hareket etme isteği geliyordu ve bunlar hani bu örnek veriyorum elimle oynama, bacağımı sallama bir süre sonra yetersiz geliyordu. O yüzden bu konuda çok zorlanıyordum. Kendimi hep tutmaya çalışıyordum. Bu konuda zaten çok azar işittiğim de oldu. Bazen dersten çöp atmaya diye gidersin, gelirsin. Olur olmadık yerlerde kalkıyordum, hocaların dikkatini dağıtıyordum ve bu yüzden sürekli bir aileme zaten şikâyet gidiyordu.”

K1: “Sanki çok fazla konuşuyormuşsun gibi yani daha doğrusu farklı konuşuyormuşsun gibi gelirdi özellikle böyle ilkokul, ortaokul yıllarımda çünkü insanlar da şu oluyordu niye böyle bir şey konuşuyoruz ki gibi bir şey oluyordu ben bu yüzden çok fazla konuşmayı da sevmezdim.”

Tepkiyle karşılaşmaktan çekinmesi

K5: “Sadece düşünce bazında değil, odamdaki eşyalar hakkında da şeyden bahsedebilirim bir dağınıklık ve karmaşıklık söz konusu o yüzden de uzun zamandır kimseyi evime ve işte odama davet etmiyorum çünkü bunu saklamak istiyorum kimsenin görmesini istemiyorum çünkü kendim bile bundan rahatsızlık duyuyorum ama yine aşamadığım bir noktada.”

E4: “Evde bir şey düşünüyorsam, bir şey okuyorsam, bir şey yapıyorsam evde kendi halimde gezmeye bayılırım. Yani bu benim için çok şey verici bir şey yani gezinirken falan bir şeylere daha odaklanırım, düşünmeye daha odaklanırım. Ve mesela yani ev arkadaşından bunu saklıyorum. Çünkü yani çok garip karşılanabilecek bir şey yani. Yani eleman var, kulağımda kulaklık var, evde dolaşiyor sadece.”

K4: “İşte sanki çok hemen gösterirsem yetersizim. Yine ben yapamadığım gibi olacak diye saklayabildiğim kadar saklıyordum. Ama bu tabii çocuk saklaması. Birkaç dakikayı geçemiyor maalesef. Ama bu sakladığım şeyi hatırlıyorum. O hissi hatırlıyorum. Orada bir yetersizlikle karşı karşıya kalmak istemediğim için saklıyorum.”

Kod Sistemi	KADIN	ERKEK	TOPLAM
✓ ☒ DİKKAT EKSİKLİĞİ VE HİPERAKTİVİTELİ OLMAK			0
✓ ☒ DEHB Kaynaklı Durum ve Özellikleri Gizleme Nedenleri			0
✓ ☒ Tepkiyle Karşılaşması			0
☒ Tembihlenmesi	■		2
☒ Bakım Verenlerine Şikayet Edilmesi	■		1
☒ Azarlanması	■		1
☒ Aşağılanması	■		1
☒ Konuşmasının Eleştirilmesi	■		1
✓ ☒ Tepkiyle Karşılaşmaktan Çekinmesi			0
☒ Tuhaf Karşılayanmaktan Çekinmesi	■	■	3
☒ Yanlış Cevap Vermekten Çekinmesi	■		2
☒ Yetersiz Hissetmek İstememesi	■		1
☒ Dikkat Çekmek İstememesi	■		1
☒ Cezalandırılmaktan Korkması	■		1
☒ Sevilmemekten Korkması	■		1
☒ Dışlanmak İstememesi	■		1
Σ TOPLAM	14	2	16

Şekil 31 Katılımcıların DEHB Kaynaklı Durum ve Özellikleri Gizleme Nedenleri Tanımları Dağılımı Sembol Büyüklüğü Kod Matris Çizelgesi

2. Bakım Verenler ile Kurulan İlişki ile İlgili Görüşler

Katılımcılar, bakım verenleri ile ilgili sorular ve bu sorulara verdikleri yanıtlardaki görüşlerine ait tanımlamalar yer almaktadır. Kadın ve erkek katılımcıların bakım verenlerle kurulan ilişki koduna yönelik tanımlamaları kod alt kod alanlarına göre cevaplardan elde edilen içerikler frekans ile sembol büyüklükleriyle beraber bulgulanmıştır. Toplamda dört tema belirlenmiştir.

a. Büyüme döneminde bakım verenlerin yaklaşımı ile ilgili görüşler

Bu bölümde katılımcılara büyüme dönemlerinde bakım verenlerinin kendilerine olan yaklaşımları hakkında olan düşünceleri ve görüşleri sorulmuştur ve verdikleri yanıtlar kod alt kod alanlarıyla beraber frekans ve sembol büyüklükleriyle bulgulanmıştır.

Anne ile ilgili görüşler

Katılımcıların görüşlerine bakıldığında kadın katılımcıların anne karakterine yönelik olarak vurguladıkları kuralsız (f=5) görüşünün en yüksek sembol değere sahip olduğu yani genellikle vurgulanan alan olarak öne çıktığı görülmektedir. Otoriter, dengesiz ve kontrolcü tanımlamaları sırasıyla sıkça görüş bildirdikleri yerdedir. Erkek katılımcıların ise kadın katılımcılara göre annenin karakter yapısına yönelik neredeyse hiçbir yorum yapmadıkları görülebilmektedir. Annenin yaklaşımı kısmına bakıldığı zaman ise erkek katılımcılar için annesinin başarısını sağlığında daha çok önemseme kısmı (f=4) ve DEHB ile ilgili farkındalık oluşturmama (f=4) öne çıkmaktayken kadın katılımcılarda bu yanıtlar görülmemektedir. Kadın katılımcıların negatif yaklaşım olarak en şiddetli şekilde karşılaşılan yanıt kızma/azarlama (f=9) yanıtı olmaktadır. Diğer yanıtlara da bakıldığı zaman kadın katılımcıların bağırma, sinirlenme gibi negatif davranışlarla daha fazla karşılaştıkları görülmektedir (bkz. Tablo 10).

Pozitif yaklaşım başlığına bakıldığında da kadın katılımcıların erkeklere göre bu alanda fazla paylaşımda bulunmadıkları görülmektedir. Özellikle erkek katılımcıların destekleme/ilgilenme/yardım etme (f=11) ifadesinde anlamlı bir şekilde daha fazla anne yaklaşımıyla karşılaştıkları görülmektedir. Bu bulgular kadın katılımcıların anne yaklaşımının daha sert bir düzlemdeyken erkek katılımcıların anne yaklaşımı hakkındaki algılarının daha destekleyici, ilgili ve yardımcı olduğu görülmektedir.

Karakter ve kişilik özellikleri

K4: “Annemden de vereceğim örnek, mesela saatlerce televizyon izleyebilir miyim hiç karışmazdı. Aslında bilirdi zararlı olduğunu. O da bilirdi. Canı istediği zaman bunun zararlı olduğunu söyler. Bizi, erkek kardeşimle, bazen parka götürür, dışarı çıkarır ya da bizle oyun oynar ya da hani bizle evlerimizi bir şekilde televizyonun uzaklaştıracak birtakım aktiviteler bulurdu. Ama kendi keyfi

olduğu zaman da bizi saatlerce salabilirdi. Genelde de keyfi olurdu zaten. Mutfağa gidip işte bir takım abur cuburlar alıp televizyonun karşısına saatlerce geçirdiğimiz zamanlar var. Sabah erkenden kalkıp, kapının kilidini açıp, bisikleti alıp saatlerce dolanıp kendi kendime ben acıktım diye sonra gelip yattığım zamanlar var. Bunların farkında olmadığı yerler var.”

K5: “Annem daha otoriter bir noktadaydı. Çünkü işte benden 6 yaş büyük bir abim vardı ve onun da işte küçüklüğünde bir hiperaktivite tanısı alma gibi bir şeyi vardı. Orada da bir hiperaktivite mevcuttu yani. O yüzden iki tarafa yetişmeye çalışırken bunu belki de o otoriteyle sağlamaya çalışıyordu dengeyi. Bilmiyorum. O yüzden ona karşı öyle bir hatırladığım bir şey var.”

Negatif yaklaşım

K2: “Burada ister istemez söylememesi gerekenleri bence söylüyorlardı veya içinde tuttuklarıydı bilmiyorum. Yani sorumsuz oluşum, onlar için başarısız oluşum. Matematiğin zaten kötüyse başarısız bir çocuksun. Sürekli matematik bir baskısı vardı. Onlar direkt olarak o öğretmenlerin laflarıyla bana gelip bir daha yapmayacaksın, sen ne sorumsuzsun, saygısızsın, hocan orada bir şey anlatıyorken sen niye ayağa kalkıyorsun, bunu öğrenmedin mi ilkokulda hep böyle bir eleştiri aldım lise boyunca, üniversitede bile.”

K5: “Çocukluğuma dair çok bir şey hatırlamıyorum ama net olarak hatırladığım bir şey var. Bu otorite dememin sebebi yani anneme karşı. Sanırım son dersimiz beden eğitimiydi ve üstümüzü değiştirmemiz gereken bir şeydeydik, dersteydik. Ders çıkışında da direkt böyle heyecanla okuldan eve geldiğim için üniformamı okulda unuttuğumu fark ettim. Ama bunu sanırım sabah fark ettim çünkü sabah yoktu yani üniformam evde ve bunu anneme açıkladığım zaman çok sinirlenmişti. Yani bu kadar da sorumsuz olmazsın kıyafetin yani neden hani bunu nasıl unutabilirsin diye şey yapmıştı. Öyle bir çıkışmıştı”

E4: “Bu konuda yeterli farkındalığı verememeleri kendi açılarından bence çok eksik bir şeymiş gibi geliyor. Çünkü cidden eğer benim DEHB'nin ne kadar beni etkilediğini ilk öğrendiğim zaman cidden fark edebilsem çok farklı bir lise yaşantım olurdu. Çünkü DHB benim dediğim gibi sosyalliğimi çok etkileyen bir şey. Ve ortaokulda falan, lisede falan çok fazla arkadaşım yoktu. Eğer bu

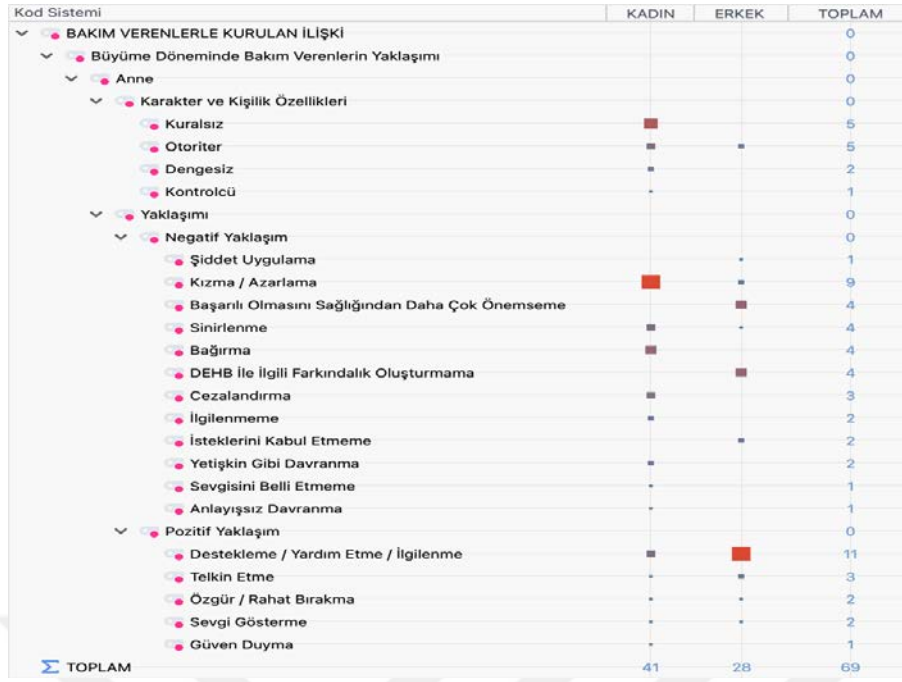
farkındalığı varsa acaba şey diye düşünüyorum. Acaba farklı bir sosyal hayatım olur muydu diye düşündüğüm oluyor.”

E1: “Bir yaptırımını varmış gibi yani işte bu bazen fiziksel olabilir ya da duygusal olabilir. Bir şey yapmadığımızda ya da bir şey yaptığımızda onlarla uyuşmadığında bir yaptırımını... Ne bileyim. Yaptırım derken yani kızmak gibi, bazen dövmek gibi şeylerden bahsediyorum aslında. Şiddetten yani.”

Pozitif yaklaşım

E2: “Annem de hep şey yapardı, öğretmenlere giderdi. Ya kalmasın sınıfta ve benzeri ben bunları duydum. Bu da şeye vesile oldu zaten. Bir gün işte bu hayatımın dönüm noktası oldu. Orta ikide kalma derecesine gelmişim. Öğretmenler toplantısının çıkışında dedi ki, ya dedi çocuğunuz dedi çok iyi matematik biliyor, el yeteneği de çok iyi ama Türkçesi, İngilizcesi bilmem nesi hiçbirine şey vermiyor. Ne olur bırakmayın falan dedi annem işte orta ikide kalma düzeyindeydim o gün düşündüm ya dedim insanlar benim için hele ki annemi, insanları niye yalvartıyorum kanısına vardım Böyle yüzleştim ondan sonra benim şeyim değişti yani. Okul sürecim değişti. Ben liseyi okul birincisi bitirdim.”

E5: “İlgilendi mesela böyle dersler için falan. Yani hakikaten bugün şu anda hala okuyor olmamın belki de en büyük kahramanı odur yani. Çünkü zamanında ben çalışırken başıma oturup bazen saatlerce hadi biraz daha biraz daha falan yiyip telkin ederdi.”



Şekil 32 Katılımcıların Büyüme Döneminde Bakım Verenlerden Annenin Yaklaşımı Tanımları Dağılımı Sembol Büyüklüğü Kod Matris Çizelgesi

Baba ile ilgili tanımlar

Katılımcıların baba ile ilgili tanımlarına bakıldığında erkek katılımcıların kadın katılımcılara oranla daha fazla babalarına dair karakter özelliklerinden bahsettikleri görülmektedir (bkz. Tablo 11). Pozitif yaklaşım kısmında erkek katılımcıların babaları hakkında destekleme/problem çözme ($f=3$), isteklerini kabul etme ($f=2$), oyun oynama ($f=2$), sorumluluk verme ($f=2$) gibi ifadelerle tanımlamaları bulunurken kadınların sevgi gösterme ($f=2$) dışında pozitif bir yaklaşımla ilgili geri bildirimi yoktur.

Buna kıyasla kadın katılımcılar negatif yaklaşım başlığı içerisinde kızma/azarlama ($f=12$) kodu en sık ifade ettikleri görüş olarak kendisine yer bulmuştur. Erkek katılımcılar ise birlikte az vakit geçirme/ilgilenmeme ($f=12$) görüşünü en sık şekilde ifade etmektedir. Bu bulgulara bakılarak kadınların babalarının onlara olan yaklaşımı hakkındaki görüşü erkeklere göre daha agresif ve negatif bir tonda olduğu söylenebilmektedir (bkz. Çizelge 12).

Karakter ve kişilik özellikleri

K1: “Babamın şöyle bir huyu vardır. Mesela bunu aldı kendisi buraya koydu. Daha sonrasında unutup şunu söylüyordu. Hani bunu buraya kim koydu diye bağırabiliyordu. Hani bu tarz gerçekten bazen anneme ev bakmasını

söylendi, sonra ben sana böyle bir şey söylemedim ki derdi. Evet aynı şeyi bana da yapıyordu. Bana bir şey söylüyor, hayır bana öyle bir şey söylemedim diyor. Mesela bir evcil hayvanı almak istemiştin, çok istemiştin ama sonrasında hayır bana öyle bir şey söylemedim, dedi.”

E2: “Şimdi baskı var ya babadan yana. Anneye mesela azarlama falan oluyor.”

E5: “Çok dürtüsel işte yani. Hatta en büyük korkum hayatta onun gibi olmak ve bazen böyle benzediğimi hissettiğimde kâbus gibi oluyor yani gerçekten.”

Negatif yaklaşım

K2: “Bir gün ailemle sinemaya gitmiştik. Çok yine oldu tabii de aklıma gelen bu şu an. Orada yani film zaten çok sıkıcıydı. Hiçbir şekilde beni çekmedi. Onların istediği bir filme gittik çünkü benim değil. Orada sıkıldığım için ben de bir şeyler hani böyle oynuyordum kendime yani ellerimle falan. Ayaklarımı hareket ettiriyordum. Tabii ki ailem aç kimse rahatsız olmadı. Rahatsız edici o kadar davranmadım sanırım. Ailem sürekli uyardı. Yapma etme. Yani onlar zaten filme odaklıyken beni nasıl görebildiler ben onu anlamadım. Bir şeye odaklıyken ben her şeyi yapabiliyorum buna inanmıyorlar. Kendileri yapınca bir problem yok. Beni orada hemen uyardılar.”

K3: “Ya ihmal eden, hiç gözlemlemeyi farkında bile olmadıkları bir şey var da bu yani o dönemin jenerasyonu da ilgili bir şeydi herhalde. Şimdiki kadar bilinçli değillerdi süreci izleme, gözlemleme konularında. Dolayısıyla rehberlik almam gereken yerlerde tamamen ya boşlukla karşılaştım ve düzenleyemedim kendimi yeniden. Hani bu bir süreç sadece. Bunu şöyle yorumlayabilirsin, şöyle yapabilirsin. Bu öyle demek değil, şöyle demek, seninle ilgili değil falan. Hani böyle yeniden çerçevelenmesine ihtiyaç duyduğum çok fazla aslında anlar oldu. Rehberlik edilmesi gereken anlar oldu. Oralar mesela ihmal edildi”

E3: “Babamı çok görmüyorum bu konuda. Yani iş hayatına girdiğimden beri babamı çok göremiyorum. Ama babam şu yaşına kadar da bir sorun görmedim. Genellikle şöyle diyebilirim. Sanki beni anneme bırakmış. Yani ilgilenmesi gereken annemmiş gibi.”

K4: “Mesela bir şeylere odaklanamadığım zaman babam bana dua öğretmeye çalışıyordu çocukken ve hani ezberleyemiyorum odaklanamıyorum Türkçe de değil yani Allah Türkçe bilmiyor mu gibi Böyle kendi içimde minik şakalar yapıyordum ama bir yandan da o duayı öğrenen, Fatiha suresini, duasını ezberlemem lazım yani çünkü öyle isteyeceğim. Babam daha benim kuralcıydı, annem daha esnek bir kadındı. Mesela bu, bu çok etkileyen şeylerden biriydi. Kızdığım yerler işte, bir daha, bir daha, bir daha, bir daha üst üste, üst üste. Fatihayı okuyordu yani ve benim kafama girmiyordu o. Çünkü ben o an benim düşündüğüm şey hep ayrı bir şeydi. Orada ona odaklanamıyordum.”

Pozitif yaklaşım

E4: “Mesela şey kendisi keresteci olduğu için fabrikada şey benim oyuncak arabalarım için rampa yapıp getirirdi. Bu konuda yani şey babamdan şey isteyebiliyordum. Babam tahtadan şöyle bir şey istiyorum yapabilir misin? Ve getirirdi yani. Asla şey olmazdı yani. Sonra oynardı kendisi.”

K2: “Eğer olumlu olarak bakarsam çok olumsuz söylemişim gibi oldu bazen beni çok seviyorlardı bu sevgileri böyle beni boğacak bir sevgi yani. Aşırı seviyorlar.”

E2: “Gençliğimizi yaşayamadık. Hep mesela ne kadar kazanç o kadar cebinde para olur. Babaya muhtaç olmazsın. İşte çalışmazsan paran olmaz. Baba da sana bir şey vermez. Baba vermez. Kimse vermez mantığıyla. Hep ayaklarımızın üzerinde durmamız için bir eğilimde bulundu. Kanalize etti babamız bizi o bölgeye. İster istemez şey baba tarafında besleyici olarak hep sorumluluk verildi bana. Ben hazır hiçbir şey alamadım babamdan.”

Kod Sistemi	KADIN	ERKEK	TOPLAM
BAKIM VERENLERLE KURULAN İLİŞKİ			0
Büyüme Döneminde Bakım Verenlerin Yaklaşımı			0
Baba			0
Karakter ve Kişilik Özellikleri			0
Dengesiz	■	■	5
Otoriter / Baskıcı	■	■	4
Kuralcı	■	■	3
Rahat / Sakin	■	■	2
Kaygılı	■	■	1
Çocuk Gibi	■	■	1
Dürtüsel	■	■	1
Yaklaşımı			0
Negatif Yaklaşım			0
Kızma / Azarlama	■	■	12
Birlikte Az Vakit Geçirme / İlgilenmeme	■	■	12
Sinirlenme	■	■	4
Israr Etme / Zorlama	■	■	3
Sözünü Tutmama	■	■	3
Hatalarını Yüze Vurma	■	■	3
Sevgisini Belli Etmeme	■	■	2
Bağırma	■	■	2
Şiddet Uygulama	■	■	2
Anlayışsız Davranma	■	■	2
İsteklerini Kabul Etmeme	■	■	1
Cezalandırma	■	■	1
Saygı Duymama	■	■	1
Pozitif Yaklaşım			0
Destekleme / Problem Çözme	■	■	3
İsteklerini Kabul Etme	■	■	2
Çocuklarla Eğlenme / Oyun Oynama	■	■	2
Sevgi Gösterme	■	■	2
Sorumluluk Verme	■	■	2
TOPLAM	35	41	76

Şekil 33 Katılımcıların Büyüme Döneminde Bakım Verenlerinden Babanın Yaklaşımı Tanımları Dağılımı Sembol Büyüklüğü Kod Matris Çizelgesi

b. Bakım verenlerin yaklaşımının yansıması ile ilgili görüşler

Bakım verenlerin yaklaşımlarının yansımasına bakıldığı zaman olumsuz yansımalar başlığı altında yer alan yaşantıların cinsiyetler arası farklılıklar içerdikleri görülmektedir. Erkek katılımcıların en sık tekrarladığı tanım bakım verenleriyle yakın ilişki kuramaması (f=3) ve gergin hissetmesi (f=3) iken kadın katılımcıların en sık belirttiği ifade yetersiz hissetmesi (f=8) ve ardından gelen en sık ifadeler ise içine kapanması (f=7), kendisine söylenen olumsuz özellikleri kabul etmesi (f=6), okul başarısının düşmesi (f=4)'tür. Frekans değerlerine bakıldığında olumsuz yansımalarla yönelik olarak kadınların tanımlama sıklığı erkeklere göre çok daha fazladır. Olumsuz yansımalarındaki tanımların içeriğine bakıldığında kadın katılımcıların tanımları daha çok kendisine yönelik olumsuz çıkarımlar yapmasıyken, erkek katılımcıların daha çok bağ kurmak, bağlanmak ve sorumluluk almak gibi daha ilişkisel bir alanda tanımlamalar yaptıkları saptanmaktadır.

Olumlu yansımalarla bakıldığı zaman kadın katılımcıların sembol büyüklüklerine bakılarak neredeyse hiçbir olumlu yansımadan bahsetmediği

görülmekteyken erkek katılımcılar olumlu yansımalar başlığı ifadelerinde daha büyük sembol büyüklerine sahiptir (bkz. Çizelge 13).

Olumsuz yansımalar

K3: “Çok haksızlığa maruz kaldım. Mesela dikkat ettiğimi düşünüyorum ama olmamış. Hiç özenmemiştim. Hiç dikkat etmemiştim. Yani ben elimden geleni yaptım aslında ama hayır sen hiç dikkat etmedin, hiç özenmedin şeklinde davranılıyordu. O anlamda da çok zorbalandığımı, çok haksızlığa uğradığımı ve çok kişiselleştirildiğini üslup olarak hatırlıyorum. Yani hala daha bunların etkilerinin de üzerimde olduğunu görüyorum.”

K1: “Ben doğru bir şey yapmaya çalıştığım zaman da yapamıyorum hani bir şeyi bunu özellikle hatta çok hissettim yani çaba gösteriyorum ama bu çabaların hiçbirisi görünmüyor bunu söylediğim zaman işte bir tanesine şunu yapmışsın ama bunların hiçbirini yapmışsın deniyor ama ben sanki şöyle hissediyorum tamam bir tanesini yaptım hani şunu yaptım tamam birazcık sonra onu da yaparım belki bazen bunu yaparken bunu unuturum ama bu benim için mesela bir süreçtir sonuçta değil mi ama ben bunun hiçbir zaman algılandığını görmedim. Tam tersi. Ben bir şey yapmaya çalışırken diğerlerini neden yapmadığımı konuşuluyordu.”

K4: “Yani birazcık sanırım görece diğer tabii ki yetersizlik hemen hemen değil hepimizin hissettiği ana temel duygulardan bir tanesi ama sanki bir çocuk bu kadar da yetersiz hissederek büyümeli miydi bence değildi ya. Bu çok destekleyici değil, bu çok köreltici, çok ben beceremiyormuşum gibi hissettiren ben yapamıyormuşum, bende bir sorun, gariplik bende bak diğer çocuklar yapabiliyor, sen yapamıyorsun ya da yapmıyorsun gibi bir yerde. O da çok kulağıma destekleyici ve sağlıklı gelmiyor.”

E2: “Ya babam büyüme döneminde benle alakalı kişisel hiçbir şey paylaşmadı diyebilirim yani çok garip gelebilir ama öyleydi yani ilişkimiz hep şeydi yani resmiydi.”

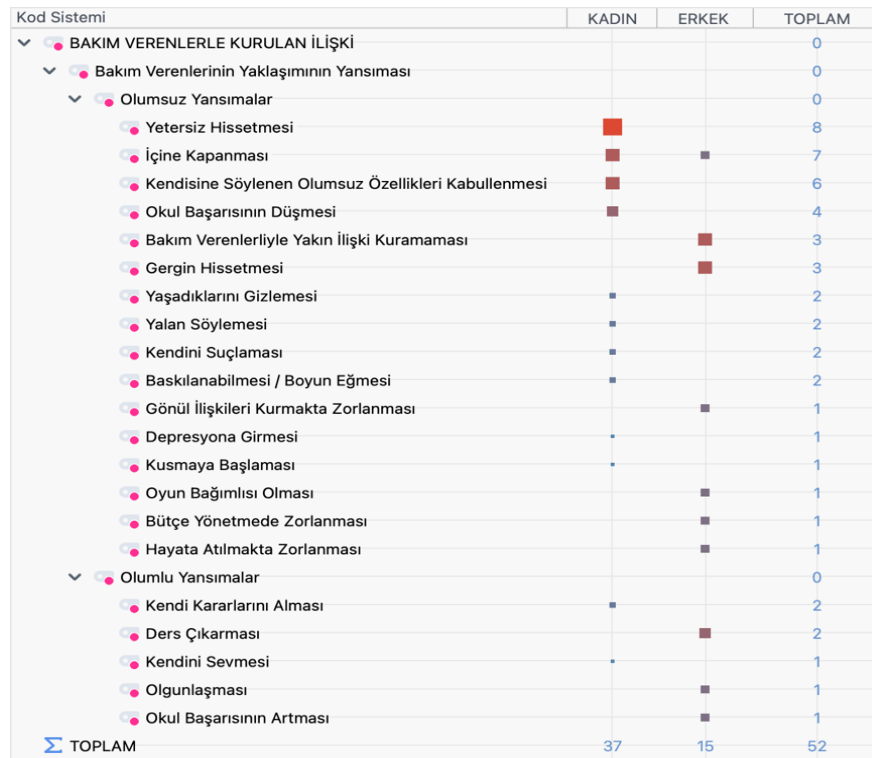
E4: “Yani ben annemle babamla çok yakın ilişkim olduğunu düşünmüyorum. Ben bunu bayağıdır düşünüyorum ve çok cevaplamakta zorlandığım bir soru aslında. Niye ben annemle babama yakınlık hissetmiyorum? Kendimi çok seviyorum ama asla yani mesela ablamın onlarla samimi olduğu

kadar samimi olamıyorum mesela. Ve niye bilmiyorum keşke bir insan yani keşke bu niye olduğunu bilsem ama ya aklıma bir cevap gelmiyor yani yok, cidden cevabım yok.”

K5: “O davranışımın sonucunda açıklamak yerine hani başıma gelen şeyi açıklamak yerine onlardan kaçarak kendi kendime sorunu çözdükten çok zaman sonra onlara gerçeği söylemişim. Ben şöyle bir şey yaptım aslında. Ama bakın geçti bitti. Hani artık iyiyim noktasında onlara anlatmışım.”

Olumlu yansımalar

E2: “Bence yani yaşlılarıma göre mesela çok ileri düzeydeydim. Yani o konuda. Zaten bu benim şeyimi de etkiledi. Yani okulumu da etkiledi. Mesela okulumla ben iş sahibi oldum. Ticaret yaparken iş sahibi devam etmedim. Ben okulumu bu vesileyle yani okulum her okuyan meslek sahibi olacak anlamında değil. Ben mesela okulumu bu vesileyle çünkü ben orada yeteneklerimin nerede ağır bas tıkımı olduğunu gördüm. Okulda olmayacağını fark edebilirdim. Ama okuldaymış yani. Okuyarak yani meslek edinme eğilimine soktu beni. Böyle bir gelişim düzeyi oluştu. Ve farklı insanlarla tanışmaya başladım. Hoşuma gitti. Bana fark gördüm. Böyle yani şey yaptım. Büyüdüm.”



Şekil 34 Katılımcıların Bakım Verenlerinin Yaklaşımının Yansıması Tanımları Dağılımı Sembol Büyüklüğü Kod Matris Çizelgesi

zaten. Yani direttiler 20 sene kadar. Zaman zaman dışarıdan bakan biri aa ne güzel bir aile diyebilirdi diye düşünüyorum. Ama çoğu zaman ortalama bir Türk ailesiydi yani. Nasıl bir kavram hemen açayım. Arada bir beraber kahvaltı eden, arada bir beraber oturup bir şeyler isteyen ama sürekli değil.”

E1: “Daha yetişkinlerin ön planda daha önemli olduğu bir alan.”

Kod Sistemi	KADIN	ERKEK	TOPLAM
BAKIM VERENLERLE KURULAN İLİŞKİ			0
Bakım Verenlerin Çocuklukta Sunduğu Ev Ortamı			0
Ev Ortamının Tanımlanması			0
Kaotik	■	■	11
Eğlenceli	■	■	3
Birbiriyle Vakit Geçirmeyen	■	■	3
Huzurlu	■	■	2
Özgür	■	■	2
Huzursuz	■	■	2
İlgili	■	■	1
Yetişkinlerin Ön Planda Olduğu	■	■	1
Güvenli	■	■	1
Σ TOPLAM	13	13	26

Şekil 35 Katılımcıların Bakım Verenlerinin Çocuklukta Sunduğu Ev Ortamı Tanımları Dağılımı Sembol Büyüklüğü Kod Matris Çizelgesi

Ev ortamının hissettirdiği duygular ile ilgili görüşler

Ev ortamını tanımladıktan sonra katılımcılar nasıl hissettirdiğine dair açıklamalar yapmıştır ve bu açıklamaların kod alt kodlarına göre frekansları ve sembol büyüklükleri hesaplanmıştır (bkz. Tablo 14). Kadın katılımcılar aynı sembol büyüklüğüne bir şekilde yalnız (f=2), kötü (f=2), fedakâr (f=2) ve empati (f=2) yanıtlarını vermiştir. Bu yanıtlar içerisinde fedakâr ve empati yalnızca kadınların verdiği yanıtlardır. Erkek katılımcıların ise en sık bildirdiği yanıt gergin (f=3) olmuştur. Tablo 14’e bakıldığında zaman kadın katılımcıların fedakârlık ve empati gibi ev ortamına dair daha uyumlanan duygu durumlarına da girebildiği görünürken. Erkek katılımcıların kötü, iyi, yalnız, gergin ve hayal kırıklığı gibi kendine yönelen bir duygudurum içerisinde olduğunu söylemek mümkündür (bkz. Tablo 14).

E1: “Yalnız hissettiriyordu. Tek başına olma hissiyatı. İşte bugün de öyle her şeyi kendim halletmeliyim dediğim nokta burası. Yani hem kimseye güvenmeyeceğim. Hem de işte yalnız olduğun, yalnızken bir şeyleri kendin halletmen gerekiyor gibi.”

E5: “Ya sinirleniyordum. Çünkü yani ben hiçbir zaman nasıl söyleyeyim benim en salmış dönemim bile çok berbat değildir yani bir şekilde çok sorumsuz insan gördüm çünkü görüyorum da benim en salmış en vazgeçmiş dönemim bile çok kötü değildir. Mesela şimdi üniversite ortamındayız uyuşturucu kullanan mesela bir ton tanıdığım bildiğim insanlar ben hiçbir zaman böyle birisi olmadım hep bir şekilde böyle bir mesafe koydum.”

K3: “Yani o onu derse gözünü kaşını bile takip ediyor. Hani şu an morali bozuldu falan. Yani insanların duygularıyla alakalı çok fazla analiz yapmama ve mimiğinden hatta enerjisinden bile orada şu an bir şey olabilir falan gibi böyle. Dolayısıyla o negatiflik olmasın diye de çok çabalayan birine dönüştürüyor ister istemez. Yani bu süreçte baş etme yöntemim birazcık daha kendi isteklerimi ve ihtiyaçlarımı göz ardı eden, daha çok genel huzura odaklanan biri oldum.”

E1: “Hayal kırıklığına uğrardım. Yani bir daha bir şey istemekte zorlanırdım bu arada. Yani güvenmekten, güvenmeye, güvenmeye ihtiyacım vardı. Güvenmezdim. O yüzden dışarıdaki insanlarla daha güvenli bağ kuruyordum bazen. Onlara daha çok güvenirdim. Daha sözünde duruyorlardı.”



Şekil 36 Katılımcıların Ev Ortamının Hissettirdiği Duygular Tanımları Dağılımı Sembol Büyüklüğü ile Kod Matris Çizelgesi

Tutarlı ve güvenilir ev ortamı ihtiyacının karşılanması ile ilgili görüşler

Bakım verenlerinizin tutarlı ve güvenilir bir ev ortamı ihtiyacınızı karşıladığını düşünüyor musunuz sorusuna verilen yanıtların bulgulandığı bu bölümde kadın ve erkek katılımcıların en sık ve ortak bir biçimde verdikleri tutarsız ve güvensiz (f=14) bir ev ortamı tanımı olmuştur. Ev ortamına dair yapılan bu tanımlama her iki cinsiyet için aynı büyüklük ve sıklıktadır. Erkeklerde daha sık ve şiddetli bir biçimde ifade edilmesiyle birlikte hem erkek

hem de kadınlarda en sık ifade edilen tutarsız ve güvensiz kategorisindeki tanım söylemlerin değişmesi (f=6)'dır.

Tutarlı ve güvenilir kategorisinde kadınların başlık içerisinde bir sembol büyüklüğüne sahip olduğu ancak herhangi bir kodlama oluşturamadığı görülmektedir. Bu durumda kadınların güvenilir ve tutarlı bir ev ortamı vardır yanıtının bir savunma biçimi olabileceği tahmin edilmektedir. Erkek katılımcılar ise çocukların ihtiyacının karşılanması (f=2) ve söylediklerinin gerçek düşünceleri olmaması (f=1) tanımlarını güvenilir ve tutarlı bir ev ortamı vardır kategorisinin altında belirtmişlerdir (bkz. Çizelge 16).

Tutarsız ve güvensiz

E4: “Yani hayır diyebilirim. Çünkü sizi anlattım zaten. Ne konuda ne tepki vereceklerine dair hiçbir fikrimiz olmuyordu genellikle. Ve yani bizden ne istediklerine dair de bir fikrimiz olmadı çok fazla ve yani genelde istedikleri şeyleri söylememe durumları da oluyordu. Yani bizim çoktan bunları düşünüp yapmamız gerektiğinin falan da bir şeyi olurdu.”

E1: “Tutarlı ve güvenli değildi. Çünkü bazen böyleyken bazen başka bir şekilde de davranabiliyorlardı. O yüzden ben de bir şey isterken bir onay verirken sonraki gün hiç vermiyor gibi şeyler oluyordu yani mesela gece konuşuyoruz yarın bunu yapacağız gibi çok mutlu mutlu uyuyordum işte sabah uyandığımda hayal kırıklığı çünkü hiç onu söyleyen kişi değilmiş gibi böyle hep ağlardım ederdim böyle.”

E3: “Şöyle ki düşünmüyorum. Neden düşünmüyorum? Bakıldığında hakkını yiyemeyeceğim ailemin. Fakat herhangi bir konuda destek görmediğimi düşünüyorum yani bilmiyorum sanki böyle şey hissediyorum kendimi başarısızmışım sanki bir yeteneğim varmış ve ne bileyim henüz keşfedememişim gibi ama sadece dersler önemliymiş gibi hissediyorum.”

K1: “Ev ortamında biz bakıcılarla büyüdük açıkçası ve mesela güvensizliğim hakkında şöyle bir şey anlatabilirim en son gelen bakıcıda sonuç olarak tam şey bizi bırakıp gitti. Ve annemleri konuşurken duydum. İşte daha iyi biri olsun. Hani bak bir şey olur güvenilir biri olsun diye. Ben bakıcıya gizli gizli şunu söyledim. Ben dedim eğer ki bana ya da kardeşime herhangi bir zarar

verirsen hemen giderim aileme söylerim dedim. Hiç de öyle korkmam dedim. Bir şeyleri çok savunmak zorunda kalmış bir çocuktum bence.”

E2: “Yani bugün nasıl ben babama karşı gelebiliyorsam hayır öyle dediğin gibi değil diyebiliyorsam o zamanlardan kalan bir hasardan kaynaklı. Çünkü ben onun söylediklerine çok şey vermiyorum. İçi farklı, söyledikleri farklı. Yani söylediklerini çok nasıl desem size değiştirebiliyor kendini. Yani bugün A diyorsa yarın B diyebiliyor. O yüzden önemli olan gün sonunda yine duygularının yenik düşmek olması.”

Tutarlı ve güvenilir

E2: “Düşünüyorum. Yani şöyle, benim babam ne kadar beni evlatlıktan reddetse de dershaneye gitmek istediğimde paramı vermese de akabinde gidip birkaç gün sonra, bir hafta sonra suçluluk duygusu duyup bana o parayı verdi, dershaneye yollamak istedi, ben gitmedim. Beni evlatlıktan reddetse de ertesi gün oğlum dediğini ben çok gördüm.”

E5: “Çok tutarlı değildi ama güvenliydi yani. Nispeten iyiydi diyebilirim. Dediğim gibi ihtiyaçlarım karşılanıyordu.”

Kod Sistemi	KADIN	ERKEK	TOPLAM
BAKIM VERENLERLE KURULAN İLİŞKİ			0
Bakım Verenlerin Çocuklukta Sunduğu Ev Ortamı			0
Tutarlı ve Güvenilir Ev Ortamı İhtiyacının Karşılanması			0
Tutarsız ve Güvensiz	■	■	14
Söylemlerinin Değişmesi	■	■	6
Çocuklara İlgili Alanlarını Keşfetmesinde Destek Olmamaları		■	1
Çocukları Başarısız Hissettirmeleri		■	1
Çocukları Bakıcıların Büyütmesi	■		1
Çocukların Söylediklerinin Geçştirilmesi		■	1
Kardeşlerinin Kavga Etmesi	■		1
Tutarlı ve Güvenilir	■	■	5
Çocukların İhtiyaçlarının Karşılanması		■	2
Söylediklerinin Gerçek Düşünceleri Olmaması		■	1
TOPLAM	13	20	33

Şekil 37 Katılımcıların Bakım Verenlerin Çocuklukta Sunduğu Ev Ortamı ile İlgili Olarak Tutarlı ve Güvenilir Ev Ortamı İhtiyacının Karşılanması ile İlgili Görüşlerinin Dağılımı Sembol Büyüklüğü Kod Matris Çizelgesi

Bakım verenlerin çocuklukta sunduğu ev ortamının yansımaları ile ilgili görüşler

Bakım verenlerinin çocukluk döneminde sunduğu ev ortamının yansımalarına bakıldığı zaman erkek ve kadın katılımcıların ortak hiçbir tanımlama yapmadığı, görüş bildirmediği görülmektedir. Kadın katılımcılar en sık olarak ortamdan uzaklaşmak (f=2) görüşünü belirtirken sesini yükseltmesi

(f=1), arkadaşının olmaması (f=1), kendini suçlaması (f=1) ve kendini sorgulaması (f=1) görüşlerini bildirmişlerdir (bkz. Tablo 16). Bu görüşler daha bireysel bir tutumdayken aynı zamanda kadın katılımcıların ev ortamı içerisindeki problemlerinin sorumluluklarını kendi üzerine alabildikleri görülmektedir (bkz. Çizelge 17).

Erkek katılımcılar ise insanlara güvenmemesi (f=2) ve dikkatini toparlayabilmesi (f=2) yanıtlarını en sık biçimde vermişlerdir. Erkekler için bulgulara bakılarak kadınlara göre sorunu daha dışsallaştırebildikleri söylenebilmektedir.

E1: “Babam benim için daha güvensiz bir yerdeydi. Bir daha bir şey olunca hani bir söz var. Babana bile güvenmeyeceksin gibi bir yer. Bu babaya bir şey derse her zaman hallolmaz gibi. Ve bence bu çok önemli bir şey yani. Bu sefer sonraki hayatımda da birilerine güvenmekte zorluk yaşadım. Hep tek başımaymışım gibi. Tek başıma halletmem gerekiyormuş gibi. Birine ihtiyacım olmamalı, muhtaç olmamalıyım gibi.”

K1: “Bana bir şey söylüyor, hayır bana öyle bir şey söylemedim diyor. Mesela bir evcil hayvanı almak istemiştin, çok istemiştin ama sonrasında hayır sana öyle bir şey söylemedim, diyor. Ama dedim söz verdin ve mesela bu akrabalarımızın içerisinde geçen bir olaydı sanki şımarık küçük bir kız çocuğu gibi gözüktüm ama sorun bende değildi sorun şuydu bunu ilk defa yapmıyor bunu sürekli yapıyor. Hani bu ay benim durumum yok dediği zaman hayır sen birçok şey yapabiliyorsun sen bunu istemiyorsun sen bunu o an beni geçiştirmek için söyledin ve ben bu yüzden dinlendiğimi hissetmeyip hep sesimi daha fazla yükselttim.”

K2: “Arkadaş edinmem zaten çok yoktu. Ben yalnız bir çocuktum biraz daha. Çünkü hep kendimi hatalı, kendimi suçlu gördüğüm için beni kimsenin sevemeyeceğini düşünüyordum. Kimsenin benimle arkadaşlık yapacağını da istemiyordum. Evet sınıfta tabii ki de konuştuğum insanlar oluyordu ama o kadardı. Merhaba yani çok böyle eğleneyim, birlikte vakit geçirelim olmuyor. Hep kendi kendine gezen kişiydim.”

Kod Sistemi	KADIN	ERKEK	TOPLAM
BAKIM VERENLERLE KURULAN İLİŞKİ			0
Bakım Verenlerin Çocuklukta Sunduğu Ev Ortamı			0
Ev Ortamının Yansımaları			0
İnsanlara Güvenmemesi		■	2
Dikkatini Toparlayabilmesi		■	2
Sesini Yükseltmesi	■		1
Kendini Suçlaması	■		1
Kendini Sorgulaması	■		1
Arkadaşının Olmaması	■		1
Babasını Görmek İstememesi		■	1
Ortamdan Uzaklaşması	■		2
Σ TOPLAM	6	5	11

Şekil 38 Katılımcıların Bakım Verenlerin Çocuklukta Sunduğu Ev Ortamı ile İlgili Olarak Ev Ortamının Yansımaları ile İlgili Görüşlerinin Dağılımı Sembol Büyüklüğü Kod Matris Çizelgesi

d. Bakım veren onayı ile ilgili görüşler

Katılımcılar, bakım verenleri ile kurdukları ilişki içerisinde koşulsuz onay ve kabul deneyimi ile ilgili sorular ve bu sorulara verdikleri yanıtlardaki görüşlerine ait tanımlamalar yer almaktadır.

Bakım verenler tarafından koşulsuz onaylanmanın anlamı ile ilgili görüşler

Her iki grupta temel tanım olarak her şartta kabul etmek/onaylamak (f=5) görüşünü eşit şiddette belirtmiştir. Buradan koşulsuz onaylanmayı her iki grup içinde temsil eden kavramın her şartta kabul etmek/onaylamak olduğu söylenebilmektedir. Kadın katılımcılar ayrıca her haliyle sevmek (f=2), güvende hissettirmek (f=1), başkalarına karşı savunmak (f=1), sevdiğini hissettirmek (f=1), anlayışla karşılamak (f=1) ve her şartta desteklemek (f=1) anlamlarını ifade etmişlerdir. Bu anlamlar daha çok güven, sevgi ve ilgi ihtiyacının karşılandığı bir alan olarak yorumlanabilir. Erkek katılımcılar ise sorumluluklarını üstlenirken şikâyet etmemek (f=1) ve aferin demek/takdir etmek (f=1) anlamlarını ifade etmişlerdir. Bu anlamlar daha çok onay almak ve bağımlı kalabilmekle ilişkili olduğu düşünülmektedir (bkz. Tablo 17).

E3: “Mesela basit tabağını yersin, yemek tabağını yersin ve lavaboya götürürsün, suyu açarsın. Hani o kurumasın diye mesela. Ben bir gün işte evde tek başıma yemek yiyorum. Ve bunu işte musluğun altına koyup suya açtım ki o şey olmasın, kalıplaşmasın diye. Sonra annem bana o fotoğrafı attı. Aferin

oğluma falan hani. Bunun için aferin almıştım mesela. Yani çok bir beklentisi yok herhalde annemin.”

K2: “Beni her halimle, yerimde duramamış halimle, belki de çok iyi algılarımın olduğunu bana güvenmeleri yerine kendi etiketleriyle değil de beni olduğum o algılarımla, beni ben olduğum için kabul edebilirlerdi. Koşulsuz kabul bu bence.”

Kod Sistemi	KADIN	ERKEK	TOPLAM
▼ BAKIM VERENLERLE KURULAN İLİŞKİ			0
▼ Bakım Veren Onayı			0
▼ Bakım Verenler Tarafından Koşulsuz Onaylanmanın Anlamı			0
Her Şartta Kabul Etmek / Onaylamak	■	■	5
Her Haliyle Sevmek	■		2
Güvende Hissetirmek	■		1
Sorumluluklarını Üstlenirken Şikayet Etmemek		■	1
Başkalarına Karşı Savunmak	■		1
Sevdiğini Hissettirmek	■		1
Anlamaya Çalışmak	■		1
Aferin Demek / Takdir Etmek		■	1
Her Şartta Desteklemek	■		1
Σ TOPLAM	9	5	14

Şekil 39 Katılımcıların Bakım Verenler Tarafından Koşulsuz Onaylanmanın Anlamı ile İlgili Görüşlerinin Dağılımı Sembol Büyüklüğü Kod Matris Çizelgesi

Bakım verenleri tarafından koşulsuz onaylanma ve kabul edilme durumu ile ilişkili görüşler

Bakım verenleri tarafından koşulsuz şekilde onaylanma ve kabul edilmeye dair görüşleri bulgulandığında koşulsuz onaylanma ve koşulsuz onaylanmama olarak iki kategoriye ayrılmıştır. Hem erkek hem de kadın katılımcıların ortak ve en sık şekilde belirttikleri görüş koşulsuz onaylanmadım ($f=21$)’dir. Kadın katılımcıların koşulsuz onaylanmadım görüşünün içerisinde en sık vurguladıkları tanımlar hatalarının yüzlerine vurulması ($f=5$) ve DEHB’yi önemsizleştirmeleri ($f=2$) tanımlarıdır. Erkekler ise hatalarının yüzlerine vurulmasını ($f=5$) en sık şekilde dile getirmişlerdir. Koşulsuz onaylandım kategorisinde ise kadınların evet yanıtını verdiğini ama bir görüş belirtmedikleri görülmektedir. Bu durum bir savunma alanı olarak evet yanıtını verdiklerini düşündürmektedir. Erkek katılımcılar ise eğitim hayatında özgür bırakılması ($f=2$), isteklerinin yapılması ($f=1$), babasının ablasını hatalı da olsa desteklemesi ($f=1$) yanıtlarıyla koşulsuz onaylanabildiklerini belirtmişlerdir (bkz. Çizelge 19).

Koşulsuz onaylanmadım

E1: “Bir gün böyle sokakta oyun oynarken bir tane kız çocuğu görmüştüm. Kafasında da bir tane böyle büyük toka vardı. Ondan sonra ben gidip ne olduysa bilmiyorum ama içimde o dürtüsel şey gidip o kızın kafasındaki tokayı alıp çıkıp kırdım ve attım yere. Sonra tabii ki haliyle babasıyla geldiler annesiyle kapımıza dayandılar falan ama ben niçin yaptığımı hala bilmiyorum ne oldu o an bir şey geldi ve o dürtüsel tarafım yap diyor gerçekten amacım kötülük yapmak değildi onu üzme değil hatta yetişkinlikten düşündüm de üzülüyorum da buna yani niye böyle bir şey yaptım ki o an içinde niçin yaptığımı bilmiyorum ama o zaman çok baya büyük tepki göstermişlerdi işte böyle şiddet uygulamışlardı hiç anlaşılmamıştım.”

K3: “Sen işte çok tembelsin, işte zora gelemiyorsun, ne var ki bunda, çok büyütüyorsun gözünde falan gibi. Üretimin benim için zorlu olduğunun çok da farkında olmadan yargılayan ama böyle yapıcı da pek aslında olmayan ama öyle olduklarını zanneden konuşmalar işitiyorum.”

K1: “Birincisi benim hep içimde kalan bir şeydi güzel sanatlar. Çünkü çocukluğumdan beri resim çiziyordum. Ve babam göndermedi. Açıkçası lisesine gidemediğim zaman şöyle bir şey oldu. Güzel sanatlar lisesine gitmek istedim. Beni bir kursa göndermedi. O zamanlar daha muhafazakardı. Ve orada çıplak adam çizdiriyorlar diye. Halbuki ben şu an üniversitedeyim. Biz doğru düzgün giyinik bir model bulamıyoruz. Yani böyle bir düşünceye sahipti ve beni göndermedi. Ama ben şunu biliyorum. Benim yönelimim buna.”

E2: “Ben babamdan bir gram para almamışım hayatımı kurmuşum evliliğimi yapmışım bana gelip bunu yani ucundan tutup hayatında bir şeyi ucundan tutup bana örnek vermesi benim onuruma dokundu yani ister istemez yani bundan sonra haklı da çıktım üzüldüm de haklı çıktığıma da üzüldüm dememesi lazım yani onu bana dememesi lazım.”

K4: “Anne baba tarafından koşulsuz bir şekilde onaylanmak ve kabul edilmek. Bu biraz çok benim hissettiğim bir şey değil. Çocukluğumda hissettiğim bir şey değil. Ergenliğimde hiç zaten hissettiğim bir şey değil. Şu an daha saldıkları bir yerdeler. Çünkü şey söz geçmiyor. Çocukken de zaten yarım yamalak geçirebiliyorlardı. Çünkü kendilerinin sınırı adam gibi yoktu ama şu an

hiç geçiremedikleri için çok umurlarında olduğum bir yerde değil. Yok düşünmüyorum. Onaylamak ya da kabul etmek üzerinde herhangi bir fikre bile girmiyorlar. Çünkü hani şey öyle bir şey kalmadı sanırım artık çünkü o onaya ve o kabule ihtiyacım olduğu günlerde bunu hissetmedim.”

Koşulsuz onaylandım

K1: “Annem evet. Sanırım benim psikolojimi de birazcık olumlu anlamda manipüle etmeyi biliyor annem. Bana şunu söylüyor. Sen ne yaparsan yap. O anki davranışın seni belirlemez. Ve insanlar kötü şeyler yaşayabilirler. Sen her zaman benim kıızımsın. Yani bana ben olduğum için hatta o benliğim için değer veriyor ve benim bunun için yanımda o benliğime güveniyor. Yani benim gerçekten hata yapsam bile bunu kötü bir durumda yapmayacağımın bir hata olduğunu, onun dışında her şeyimin aslında hani içimin, davranışlarımın, üslubumun gerçekten onun için çok güvenilir olduğunu söylüyor.”

E5: “Burada koşulların olmadığı bir şekilde. Böyleydi zaten birazcık ilişkimiz yani. Benim aklıma gelen şimdi hani kimi aileler şeydir mesela derslerinde başarılı olmadığı müddetçe çocuğa kan kustururlar eziyet ederler falan bizimkiler hiçbir zaman öyle olmadı. Mutluluğumu önemsediler bu konuda hatta zaman zaman babam hala der yani eğer istemiyorsan okumak zorunda değilsin benim senden başka kimim var diye söylerler.”

E4: “Mesela bu benim babamın sürekli yaptığı bir şey bana bir şey yaptığım şey gösterdim çocukken ve her seferinde bu yaptığım şey konusunda aferin derdi bana”

Kod Sistemi	KADIN	ERKEK	TOPLAM
BAKIM VERENLERLE KURULAN İLİŞKİ			0
Bakım Veren Onayı			0
Bakım Verenler Tarafından Koşulsuz Onaylanma Durumu			0
Koşulsuz Onaylanmadım	■	■	21
Hatalarını Yüze Vurmaları	■	■	5
DEHB'İ Önemsizleştirmeleri	■		2
Okul Başarısını Düşük Bulmaları	■	■	2
Kendi İstedikleri Gibi Hareket Etmemesi İstemeleri		■	2
Şiddet Uygulamaları		■	2
Yaşlılarıyla Kıyaslamaları		■	1
Memnuniyetsiz Olmaları	■		1
Bebeklik Döneminde Güvenli Bağlanmaması	■		1
Otoriter Davranmaları	■		1
Umursamamaları	■		1
İmada Bulunmaları	■		1
Güven Duymamaları		■	1
İsteklerini Yerine Getirmemeleri	■		1
Koşulsuz Onaylandım	■	■	8
Eğitim Hayatında Özgür Bırakılması		■	2
İsteklerinin Yapılması		■	1
Babasının Ablasını Hatalı Olsa Da Desteklemesi		■	1
Σ TOPLAM	25	29	54

Şekil 40 Katılımcıların Bakım Verenler Tarafından Koşulsuz Onaylanma Durumu ile İlgili Görüşlerinin Dağılımı Sembol Büyüklüğü Kod Matris Çizelgesi

DEHB kaynaklı özelliklerin koşulsuz onaylanma durumu ile ilgili görüşler

Katılımcıların bakım verenlerinin DEHB kaynaklı özelliklerini koşulsuz şekilde onayladıklarını düşünüyor musunuz sorusuna verdikleri yanıtları analiz edilmiş ve sembol büyüklüğü ve kod matris tablosu bulgulanmıştır. Bu bulgulara bakılarak, her iki grubunda benzer derecelerde onaylamadılar/onaylamıyorlar (f=11) başlığı altındaki içerikleri söyledikleri görülmektedir. Erkek katılımcılar yoğunluklu olarak zorlandığını kabullenmemeleri (f=5), sorumluluklarını desteklememeleri (f=2), başkalarına karşı savunmamaları (f=1) yanıtlarını söylerken kadın katılımcılar zorlandığını kabullenmemeleri (f=5), şımarıklık yaptığını düşünmeleri (f=1), aşağılamaları (f=1) ve değiştirmeye çalışmaları (f=1) gibi zedeleyici bakım veren davranışlarıyla karşılaştıklarını belirtmişlerdir.

Sadece erkek katılımcılar onayladılar (f=4) söylemi içerisine girmişlerdir. Bakım verenlerinin de DEHB davranışlarına sahip olması (f=3) ve anlayış göstermeleri (f=1) yanıtlarıyla onaylandıklarını ifade etmişlerdir (bkz. Tablo 19).

Onaylamadılar / onaylamıyorlar

E1: “Hayır düşünmüyorum çünkü onlar bunu bilmesine rağmen yani böyle bir özelliklerin olduğunu bilmesine, böyle bir tanımın olmasını bilmesine rağmen

aslında ona uygun davranmıyorlardı aslında baktığımızda. İşte ben kendi ödevlerimi yapamıyordum, görevlerimi tamamlayamıyordum. Ama onlar bunu kabullenemiyordu. Ya da akademik olarak derslerim kötü olduğu zamanlar bununla ilişkili olduğunu düşünmeyip benim zekamla ilgili bir yer olduğunu düşündükleri bir yer var ya da çok çalışmamamla ilgili. Ya da bir şeyi sırasıyla yapmam gerekirken bunu yapamıyorum. Canım o an ne isterse onu yapmak içimden geliyor ve onu yapıyordum ama sonra bir şekilde hallediyordum oysaki ama bu onlar için geçerli bir neden değildi bazen bir şeyler anlatıyordu ben uzun süre kalamazdım dinleyemezdim burada problemler yaşıyordum bir de fazla hareketli bir çocuktum yani böyle çok sessiz de değildim o yüzden onların da uslu çocuğu olamadığım için biraz orada problemler yaşıyordum.”

K1: “Koşulsuz bir şekilde onaylanmıyor. Hatta bu birçok yani benim gibi bir şey yaşamayan biri için bu bir sorumsuzluk, bir ilgisizlik gibi görülüyordu. Ve bu küçüklüğümde beri böyleydi. Ergenliğimde de zaten iyice artık bana kendimi sorumsuz kabul ettirdi. Yetişkinliğimde de bazen o kadar çok problemim varmış gibi geliyor ki onlara arada bir sanki böyle o eski zamanlara dönüyormuş gibi şunu yapıyorlar. Ama istemiyorsun.”

K4: “Dikkat dağınıklığı ile alakalı olduğu biliniyordu tamam ama sanki içselleştiremiyor gibilerdi. İlaç da kullanıyorsun yap artık yapabilirsin yap yap yap gibi bir yerde ekstra baskı hissediyordum. O dönem az önce onaylanma onaylanmama gibi bir şey dedin mi hatırlamıyorum ama şu an düşündüğümde DEHB’ye dair olan özelliklerin çocukluğunda çok onaylanmıyor.”

E3: “Şöyle ne kadar onaylandığını düşünsem de büyük ihtimal onaylanmıyor. Çünkü yani kim ister işte 24 yaşındaki oğlu yatsın, oyun oynasın, ne bileyim hala arkasını toplansın. Yani büyük ihtimal onaylanmıyor. Bununla alakalı asla şikâyet duymadım o da annemin belki de fedakarlığından kaynaklı olabilir fakat kabul görmüyor büyük ihtimalle hatta kabul görmüyor. Evden geç çıkmam.”

Onayladılar / onaylıyorlar

E5: “Yani mesela çok böyle ders çalışmak istemediğim, ödev yapmak istemediğim zamanlarda özellikle küçükken çok üstüme gelmediler yani. Ben çoğunlukla aksatmazdım ama yani belli bir disiplin içinde yürütebiliyorduk bunu.

Dünyanın sonu olmadığını, hayatın sonu olmadığını biliyordum yani. Ya da işte böyle sinirlendiğim zamanlarda ne bileyim alttan aldıkları çok olmuştu babam gibi fevri birisinin bile. Onu da yeni yeni fark ediyorum.”

E4: “Annemle babamda resmi bir tanı yok ama kendilerinde de DHB olduğuna eminim diyebilirim. Hatta ablamda benden daha kötü bir DEHB'leri olabilir bu konu hakkında. Ve yani annemle babam içten çok anlayışla karşılayan insanlar olduğu için benim bu unutkanlık durumlarımda falan kendi yaptıkları deneyimler yüzünden benim üstüme bu konu hakkında çok fazla gelmediler mesela. Bir şeyi yapmayı unuturum, bir şeyi yani çok önemli bir şey olur. Dikkatim dağınık bir şey anlatırken bana ve bu konu hakkında bana çok fazla anlaması var.”



Şekil 41 Katılımcıların Bakım Verenler Tarafından DEHB Kaynaklı Özelliklerinin Koşulsuz Onaylanma Durumu ile İlgili Görüşlerinin Dağılımı Sembol Büyüklüğü Kod Matris Çizelgesi

Onaylanmaya ilişkin hisler ile ilgili görüşler

Katılımcıların onaylanmaya ilişkin hislerine bakıldığında zaman koşulsuz onaylanmanın hissettirildikleri başlığında kadınların bir görüş belirtmediği erkeklerin ise sürekli onaylanma ihtiyacı hissetme (f=2) ifadesini tanımladıkları görülmektedir. Koşulsuz onaylanmamanın hissettirdikleri başlığına bakıldığında ise kadın ve erkek katılımcıların ortaklaşa bir şekilde en sık olarak kötü (f=2) ve sıkılmış/sıkışmış/darlanmış (f=2) hislerinden bahsettikleri görülmektedir (bkz. Tablo 20).

Koşulsuz onaylanmanın hissettirdikleri

E5: “Zaman zaman böyle arkamda birilerinin olduğunu bilmeye ihtiyacım olduğunu hissediyorum.”

E4: “Küçükken bazen her şey konusunda beni kutlama eyleminde olurlardı ve bir süre sonra yani yaptığım şeyler hakkında mesela üniversiteye geldim, bir şeyler yapıyorum ve bu konu hakkında onay almayın, bir şey yaptığım şey hakkında onay almayınca iyi bir şey yapmışsam bile kendi kriterimde ne kadar iyi bir şey yaptım ki ben. Yani ben iyi bir şeyim yaptım yani insanlara ne kadar onaylıyor doğrusu bunu yaşırdım ve ne kadar yaptığım işin bitmesi bana rahatlık verse bile asla şey rahatlığı kazanmıyordum. Asla yani yaptığım şeyden çok fazla gurur duyamıyorum, duyamadım.”

Koşulsuz onaylanmamanın hissettirdikleri

K2: “Kötü hissettiriyordu çünkü uzaklaşmaya başlamıştım zaten sevgisel olarak da. O yüzden şu an çok bir şey hissetmiyorum tabii ki ama o zaman gerçekten çok üzülüyordum.”

E5: “Kendi yaşatlarım gibi olmadığımı olamadığımı düşünüyorum herhalde. Değilim onlar gibi fark etmiyorum diyorum ya. Pek de iyi değildi açıkçası.”

E1: “Daha sıkışmış gibi bir şeydi zaten. Ve bu çok çabuk hemen geçen bir şeyde yetişkinen bile şu an ailemle yaşamıyorum ama ailemle yaşamaya yani onlara yanına gittiğimde de o duygu devam ediyor tamamen bitmiş değil. Çünkü onlar insanlardayız sonuç itibariyle aynı neredeyse. O sıkışma duygu tekrar da tetikleniyor.”

K3: “Bu kadar aşırı kuralcı olan bir babada da hemen hemen her şeyden kaçan, kaçmak isteyen, sıkılan, darlanan bir çocuk da aynı şekilde kullanma hakkı geliyor.”

K4: “Ben o zaman anlamıyordum. O zaman herkes böyle zannediyordum. Her çocuk böyle bir evde büyüyor zannediyordum. Yetişkin olduğumda biraz insanlarla konuşurken işte ergenliğimde arkadaşlarımla konuşurken yetişkin olduğumda hayata arkadaşlara bakarken yavaş yavaş anladığım bir yer. İnsanlar böyle büyümüyor. Bir dakika. İnsanların, herkesin annesi böyle değil ya da herkesin babası böyle değil.”

Kod Sistemi	KADIN	ERKEK	TOPLAM
▼ BAKIM VERENLERLE KURULAN İLİŞKİ			0
▼ Bakım Veren Onayı			0
▼ Onaylanmaya İlişkin Hisler			0
▼ Koşulsuz Onaylanmanın Hissettirdikleri			0
Sürekli Onaylanma İhtiyacı Hissetme		■	2
▼ Koşulsuz Onaylanmamanın Hissettirdikleri			0
Kötü	■	■	2
Sıkılmış / Darlanmış / Sıkışmış	■	■	2
Anlaşılmamış		■	1
Kural Koymak Zorunda Hissetmesi	■		1
Farklı Bir Aile Büyüdüğünü Farketmesi	■		1
Σ TOPLAM	4	5	9

Şekil 42 Katılımcıların Onaylanmaya İlişkin Hisleri ile İlgili Görüşlerinin Dağılımı Sembol Büyüklüğü Kod Matris Çizelgesi

3. Benlik ile İlgili Görüşler

Katılımcılara, benlik ile ilgili sorular ve bu sorulara verdikleri yanıtlardaki görüşlerine ait tanımlamalar ve görüşleri bu kısımda yer almaktadır. Kadın ve erkek katılımcıların benlik koduna yönelik tanımlamaları kod alt kod alanlarına göre görüşlerindeki cevaplardan elde edilen içerikler frekans ile sembol büyüklükleriyle beraber bulgulanmıştır.

a. Benliğin ifade ettiği anlam ile ilgili görüşler

Benlik sizin için ne ifade etmektedir sorusuna verilen yanıtlara bakıldığında kadın ve erkek katılımcıların kişiyi oluşturan özellikler (f=5) dışında ortak bir alan belirtmedikleri ortaya çıkmıştır. Kadın katılımcılar en belirgin şekilde kimlik (f=4) yanıtını verirken aynı zamanda kişiyi oluşturan özellikler (f=5), dış dünya ile aramızdaki çizgi (f=2) ve kişisel alan (f=1) ifadelerini kullanmışlardır. Bu ifadelerin benliğin genellikle sınırlar ve kendini var edebilmek alanları ile ilgili olduğu söylenebilir.

Erkekler ise kadınlara istinaden daha çok tek başına hayat sürebilmek (f=1), kendini sevmek (f=1), hayatının başrolü olmak (f=1), kişinin arzu/istekleri (f=1), kendini tanımak (f=1) gibi daha çok birey olabilmek, kendi merkezinde olabilmeyi konuştukları bir görüş ifade etmişlerdir (bkz. Çizelge 22).

E1: “Yani neyden hoşlandığım, nasıl davrandığım, kim olduğum, ben kimim sorusunun cevabı gibi. Yani bir şey olaylara nasıl yaklaşıyorum, durumlara nasıl yaklaşıyorum, hayatımda neler yapıyorum, insanlara iletişimim

ne durumda, benim için özel olan şeyler ne, özel olmayan şeyler ne, sınırlarım ne, sınırsızlıklarım neler gibi şeyler olabilir diye düşünüyorum.”

K3: “Benlik dediğim zaman işte bir ama aslında bakım veren dediğiniz kök aile içerisinde size hangi etiketler yakıştırıldıysa, size nasıl görüldüyse, hangi vasıflar sıfatlar öyle çıktıysa, nasıl davranıldıysa hani onlarla aslında biraz şekilleniyor. Size öyle geliyor yani bilinç durumumuza öyle geliyor. Sonra şimdi ben bununla ne yapacağım sorusu oluyor. Çünkü daha bitmediğinin farkında oluyorsunuz. Yani sizin de buna katacağınız şeyler olduğunu biliyorsunuz. Dolayısıyla orada ben nasıl biri olmak istiyorum? Ben kendimi nerede görmek, hangi vasıflarla anılmak istiyorum devreye giriyor.”

K1: “Kişisel alanı aslında çok rahatlatıcı buluyorum bir noktada. Muhtemelen bu yüzden. Yani benlik benim için kişisel bir alandır sadece bana ait zihnimdeki bir dünya bütün fikirlerimi zaten çok fazla ifade edemem çünkü bazıları soyut şeylerde bazıları hissiyatta o bana ait bir dünya olduğu için ve bunun içine de sadece kendimi sokmak istediğim için bana da bir yer kalsın diye benlik benim için böyle bir şey.”

E5: “Benlik Şöyle bir cümle kurabilirim bir tık daha söylediğim gibi sanki dünya bir filmmiş gibi ve başrol oyuncusu benmişim gibi sanki ölmeyecekmişim ya da hiçbir şey olmayacakmış gibi hissediyorum sanki hayatıma gelen insanlar böyle şey gibi hissediyorum aldığım kararların arkasında duruyorum. Çünkü başrol oyuncusuyum ve bir sıkıntı olmayacak ya da bir tık daha drama yaratmayı seviyorum. Benlik kavramı bir tık daha kendi filmimin başrol oyuncusuymuşum gibi hissediyorum. Her yerde gizli kameralar var ve beni çekiyor. Rastgele giren insanlar var ekrana ve bir tanışmam gerekiyor. Verdiğim kararlar, tepkiler ölçülüymüş gibi hissediyorum.”

Kod Sistemi	KADIN	ERKEK	TOPLAM
▼ BENLİK			0
▼ Benliğin İfade Ettiği Anlam			0
Kişiyi Oluşturan Özellikler	■	■	5
Kimlik	■		4
Dış Dünyayla Aramızdaki Çizgi	■		2
Kişisel Alan	■		1
Tek Başına Hayat Sürebilmek		■	1
Kendini Sevmek		■	1
Hayatının Başrolü Olmak		■	1
Kişinin Arzuları / İstekleri		■	1
Yapılan / Düşünülen / Tepki Verilen Şeylerin Toplamı		■	1
Kendini Tanımak		■	1
Düşünce İle Pratiğin Örtüşmesi		■	1
Σ TOPLAM	8	11	19

Şekil 43 Katılımcıların Benliğin İfade Ettiği Anlam ile İlgili Görüşlerinin Dağılımı
Sembol Büyüklüğü Kod Matris Çizelgesi

b. Benlik gelişimini tamamlama ile ilgili görüşler

Benlik gelişiminizi tamamladığınızı düşünüyor musunuz sorusuna verilen yanıtlar analiz edilip bulgulandığında kadın ve erkek katılımcıların tamamlamadığını düşünüyor ($f=13$) yanıtında birbirine yakın bir sembol büyüklüğüne sahip olduğu görülmektedir. Kadınların yoğunlukla benlik gelişimini tamamlamadığını düşünmesinin sebebi benliğin yaşam boyu gelişeceğini düşünmesi ($f=8$) bireysel etmeni ve değişmesi/gelişmesi için baskılanması ($f=3$) çevresel etmeni belirleyici bir görüş olmaktadır. Erkek katılımcılar ise hata karşısında tepki göstermemesi ($f=5$), kendini tanımaması ($f=3$), tutarsız olması ($f=3$), ani tepki göstermesi ($f=2$) gibi tutarlı ve bütün bir kimlik inşasının olmayışına yönelik açıklamalar yapmışlardır.

Benlik gelişimini tamamladığımı düşünüyorum diyenlerin tamamıysa kadındır. Bütün bir kimlik algısına yönelik olarak kendini iyi ifade etmesi ($f=1$), kendini tanınması ($f=1$), kendi fikirlerinin olması ($f=1$), hırslı olmaması ($f=1$) ifadelerini tanımlamışlardır (bkz. Çizelge 23).

Tamamlamadığını düşünüyor

K3: “Yok tabii ki hayır. Yani tabii ki böyle ana yerler belirli ama ben de buna hala eğilen, anlamaya çalışan, değiştirme, dönüştürme konusunda ısrarcı biri olduğum için, onu anlamak konusunda özellikle benliğimin şu ana kadar ki gelen vasıflarını, işleyiş biçimini anlama konusunda hem ısrarcıyım hem de benliğimin

iyi bir yöne gitmesi konusunda çok ısrarcıyım. Yani bu konuda tatmine ihtiyacım var.”

E3: “Sanırsam tamamlamadım çünkü hala birine bağlı yaşamak beni mutlu ediyor ya da bundan zevk alabiliyorum. Ya da ciddi bir anda şöyle söyleyebilirim ciddi bir konularda ya da anda o anı kaçırabilirim. Yani bir olay olur ya da bana çok ciddi bir şey anlatılmak isteniyor olabilir ya da ben bir kuralı çiğnemiş olabilirim. Bana bir şey anlatılıyor olsun ben onu önemli kısmı kaçırabilme şansım var. O yüzden genellikle mesela okulda da hoca bir şey anlattığında falan ben dinlemem. Arkadaşıma sorarım. O benim yerime dinler. Ne dedi? Önemli ne vardı? Bunu kaçırmayacağımdan eminimdir çünkü. Ben kaçırabiliyorum. Odağım dağılıyor. Genellikle bir yeri atlamış oluyorum. Ya da insan ilişkilerinde aslında komik bir yapıya sahip olduğum için, birlikte rahat olduğum için insanlar tarafından sevilabiliyorum. Fakat ilişkim çok ilerledikçe, şimdi şöyle mutluyken mutluyuz. Fakat insanlar üzgün olduğunda o konuda çok insanlara destek sağlayamayabiliyorum. Yani atıyorum ki birini kaybetmiş olsun ya da bir şeye canı sıkılmış olsun ya da kız arkadaşıyla alakalı bir şey olmuş olsun bana anlatır. Ve bu goygoy olmadığı sürece yani bir şey uzayınca ya da sıkıyorsa eğer o an kopabiliyorum ve çok ciddi cevaplar vermeyebiliyorum ve bu benim insan ilişkilerimi etkiliyor. O yüzden tam olarak tamamlamış değilim açıkçası. Ama ne zaman da tamamlayabilir ve tamamlayacak mıyım ben böyle bilir miyim ya da onu bilmiyorum.”

K5: “Benlik. Aslında bu benim de arayışta olduğum bir noktada hala çünkü bunu 22 yıldır evet bu bedende yaşıyorum ama kendimi tanımlarken hala çok zorlanırım mesela tam olarak işte burada da nasıl biriyim nasıl biri olmam gerekiyor İnsanlar nasıl birini istiyor ya da işte olması gereken şey ne? Hani gibi sorular içinde böyle boğuşurken aslında benliğimi de tam olarak kendi kendime de tanımlayabildiğim bir noktada değilim hala. O da çözülmesi gereken sorunlar arasında hani şu an o da o listede yani duruyor mevcut. Ama nasıl bir şey hani bence olması gereken insanlar bunun farkına varmalılar. Yani kendi benliklerinin farkına varmalılar ve ona göre yaşantılarını sürdürmeliler ama işte dediğim gibi henüz ben kendiminkini çözemediğim için bu da yine başarısızlık yaşadığım noktalardan birisi yani.”

E5: “Hayır. Bunu hissediyorum da zaten aynı zamanda. Ve yani zor olacağını da düşünüyorum. Çünkü dediğim gibi yani çok net tanımları olan birisi olmadığım için oturtmakta zorlanıyorum bazı şeyleri. İşte bu da gerek planlama olsun, programlama olsun, çözüm üretme gibi şeylerde farklı tutumlarda bulunmama neden olabiliyor.”

E2: “Bu eksiklik ve bu tamamlanamayacak bir eksiklik şöyle yani bir yaşını görmüş üç yaşını görmüş çocuk her türlü şartlarda görüşme imkânı varken bu sıkıntılardan dolayı görüşmemesi benim suçum mu yani benim suçum değil benim annem babam kaynanasında beni göstermesi ya da annesinin beni görmesi şefkat duymasını yaşarken ben niye bunu yaşayamadım. Yani ben olamadım bu konuda. Babalık duygusu sadece çocuğumu sevmekle değil ki yani ben çocuğumu sevilmesiyle de ilgilisi yani sevilmem lazım. Yani hele ki anne babam. Babam görüyor da annemle alakalı böyle bir eksikliğim var. Çünkü yaşayamadım o duyguyu yaşayamadım yani. Burada mesela ben bir baba olarak eksikim yani eksikte kalacağım inanıyorum yani.”

Tamamladığını düşünüyor

K1: “Aslında neredeyse evet. Çünkü şöyle, ben kolay kolay hırs yapmam. Yani birinin bana bir şey demesi beni harekete geçirmez. Benim sadece bunu istemem lazım. Yani bu kendi isteklerim olduğunu gösterir. Onun dışında çok fazla popüler olan şeyi de yapmam. ve toplumsal normlara uymayan şeyleri de yapabilirim bunlar öyle absürt şeyler değil açıkçası ben biraz şeyinde tutucu da bir insanım hani çok yani neyse. Şöyle dediğim gibi ben hani kolay kolay dıştan etkilenen değil de kendi fikirleri olan, kendine ait şu anda özellikle mesela bir şeyleri biliyorum. Neden biliyorum? Çünkü beni kimse bilmedi. Bu yüzden ben zorunda kaldım ki kendimi çok iyi tanıyorum. Yani kendimi çok iyi ifade ettiğimi de düşünüyorum. Hani kelimelerimle. Bunu bana daha önceden de psikiyatrilere söylüyordum. Sadece takip etmekte çok zorlandıklarını söylüyorlardı. Dediğim gibi ben o an yaşadığım şeyi o kadar iyi anlamak zorunda kaldım ki ben kendimi biliyorum.”

Kod Sistemi	KADIN	ERKEK	TOPLAM
BENLİK			0
Benlik Gelişimi			0
Benlik Gelişimini Tamamlama Durumu			0
Tamamlamadığını Düşünüyor	■	■	13
Bireysel Etmenler			0
Benliğin Yaşam Boyu Gelişeceğini Düşünmesi	■	■	8
Hata Karşısında Tepki Göstermemesi		■	5
Kendini Tanımaması	■	■	3
Tutarsız Olması		■	3
Ani Tepki Göstermesi		■	2
İnsanları Memnun Etmeye Çalışması		■	2
Başkalarına Önemli Konularda Destek Olamaması		■	1
Düşünceleri İle Yaptıklarının Çelişmesi		■	1
Önemli Konularda Odaklanamaması		■	1
Annesine Bağımlı Yaşamaması		■	1
Çevresel Etmenler			0
Değişmesi ve Gelişmesi İçin Baskılanması	■		3
Aile İlişkilerinde Sorunlar Olması		■	2
Tamamladığını Düşünüyor	■		1
Kendini İyi İfade Etmesi	■		1
Kendini Tanıması	■		1
Kendi Fikirlerinin Olması	■		1
Hırslı Olmaması	■		1
TOPLAM	18	32	50

Şekil 44 Katılımcıların Benlik Gelişimini Tamamlama Durumu ile İlgili Görüşlerinin Dağılımı Sembol Büyüklüğü Kod Matris Çizelgesi

c. DEHB kaynaklı özelliklerinin benlik gelişimine etkisi ile ilgili görüşler

Katılımcıların DEHB kaynaklı özelliklerinin benlik gelişimlerine olan etkisine ilişkin görüşlerine bakıldığında zaman kadın ve erkek katılımcıların olumsuz etkiler başlığı altında yer alan yetersiz hissetmesi ($f=4$) ortak bir faktör olarak görülmektedir. Bunun dışında kaygılı olmak ($f=4$) yine her iki grubun ifade ettiği bir tanımken diğer tanımlarda cinsiyetler arası farklılıklardan söz edilebilmektedir.

Kadın katılımcılar en sık şekilde DEHB'yi savunma mekanizması olarak kullanması ($f=3$) görüşünü ifade etmişlerdir. Kadın katılımcılar ayrıca başarısız olması, iş hayatına adapte olamaması, olumsuz özelliklerine odaklanması gibi daha çok yetersizlik üzerine olan tanımlar kullanırken erkekler umursamaz görünmesi, özsaygısının zedelenmesi gibi daha çok içsel süreçleri vurgulamışlardır. Her iki grup da olumsuz olduğu kadar olumlu etkilerden de bahsetmişlerdir. Bakış açısının genişlemesi, güçlü iletişim kurması, eğlenceli olması vb. tanımlarla olumlu etkileri açıklamışlardır (bkz. Çizelge 24).

Olumsuz etkiler

E2: “Aynı şeyi tekrarlıyorum kapıyı kapattım mesela asansöre acaba kapıyı kilitledim ya hani kilitlemişimdir ya bazen önemsiz görebiliyorum kafaya takmayabiliyorum ama imkânım varsa en kısa zamanda geri dönüyorum bende

değişmiyor yani aynı şey 30'da da böyleydi 35'te de böyleydi belki 40'ta da böyle olacak.”

E1: “Ben çok öğrenmeye fırsat tanımadığım için ve anlamaya da çok anlamakta da zorlandığım için belki bir şeyleri kaçırmış olma ihtimalim daha yüksek. Zaten detayları gözden kaçırın yapımlıydı. Böyle olunca da bir şeylere çok dikkatlice bakamadığım için bazen üstün körü ilerliyordu ve o detaylara çok bakamıyordum. Ne bileyim işleri başlatmakta ve bitirmekte zorlanıyordum. Bu da biraz nasıl olabilir? Tutarlı ve biri olamamış olmak gibi benliğimi etkileyen şeyler olabilir gibi.”

K1: “Bu kadar basit şeylerin, benim için bu kadar yapılamaz olması çok böyle bunaltıcı bir şey. Kendimi eksik ya da noksan hissettirebiliyor. Yani yetersizlik hissi bence bende var. hatta özellikle bir şeyi bir şey olmadığı zaman ve biri mesela bana bu konuda söylendiği zaman o yetersizliği hissediyorum ve oradan uzaklaşmak istiyorum tamam ben bu kadar yetersizsem o zaman çıkayım ve gideyim ya çünkü ben buyum ben o an bunu yapabildim.”

E3: “Benliğim konusunda şöyle şunu söyleyebilirim. Belki de şimdi odak problemim var. Ve gelişimim konusunda büyük ihtimal söylenilen şeyler, bana öğrenilen şeyler, bana yol gösteren şeyleri ben çoğunu kaçırdım. Böyle hissediyorum. Yani atölyenin gelişimi sırasında onu öyle yapma ya da bunu böyle yapma ya da ilişki konusunda olsun, yanıltılmaması keyfini üstüne eğer defalarca söylenmediği sürece ben bir şeyleri kaçırmış olabilirim. Yanlış şeyleri hala yapıyor olabilirim.”

K4: “Yetersiz hisseden taraf sanırım. Çünkü o an ben içimde başka bir şey düşünüyorum. Tekrar aynı örneğe döneceğim hani buradan başladık oradan devam edeyim diye. Ya ben orada içimde Allah sanki Türkçe bilmiyor mu ya? Sen ne kadar öyle misin böyle misin falan diye kendi içimde birazcık babamı yargılıyorum birazcık Allah'a sanki Türkçe bilmiyor musun falan gibi bir yerden atar yapıyorum.”

K5: “Bu da yine benim başarısızlıkla yüzleşmeme, tekrardan karşılaşmama sebep oluyor. Öte yandan bu yine geç kalma durumu var. Böyle hep kendim hakkında olumsuz şeylere aslında odaklanmama sebep oluyor diyebilirim.”

Olumlu etkiler

E2: “Şöyle mesela ben su arıtma cihazı ayriyeten yapıyorum. Üçüncü işim mesela. Kendi imkanlarımı hobiyile başladım. Sonra işte yakınlarımı falan kurdum kendim. Yani kendim birleştiriyorum falan yapıyorum. Birleştirirken mesela yanlış şeyler yaptığımı unuttuğumu fark ettim. Mesela yanlış oldu tekrar gittim. Akılsız başın ceremesini ayaklar çeker mantığıyla. Deneme yanılma oldu. Gittim. O bana şey kazandırdı. Tecrübe kazandırdı. Deneyim kazandırdı. Yani bile bile insan gidip de işte yanlışını doğurtmaz. Yanlış işte fark etmeden oluşur. Bende fark etmemezlikler çok fazla olduğu için ben hızlı ilerledim. Yani bu konuda. Hatta bir proje bile o çıktı burada belediyemizde. E. Hanım gelecek mesela. Davet mektubu yazdık. Su tasarrufu ile alakalı. Bu sırf o unutkanlığım ile alakalı o çabam ve şeyim var ya orada mesela çok derinlemesine bir detay sistemi kavramama sebebiyet verdi.”

K2: “Ben çok hızlı aslında algılayıp çok hızlı kavrayabiliyorum. Yani bazen iş yerinde oluyordur yani sizin olmayan görevler de size verilir. Aradan çıksın diye üstünüze fazla yük de verilir. Ben bilmediğim işleri hızlı kavradığımı fark ettim. Ve bunu kavrayınca kendimi mutlu hissettim açıkçası. Yani demek ki yapabiliyorum, demek ki fark edebiliyorum, algılıyorum. Hep bu düşünceye girmiş oldum. Yani bunlar bana biraz da bunu öğretti. İş hayatı daha çok öğretti sanırım. Çünkü öncesinde okul dönemimdeyken kendimi aslında daha yetersiz, daha başarısız hissediyordum. Bu yüzden şu an iş hayatımda daha iyi, daha hızlı kavrayan.”

E4: “Yani en karakteristik özelliklerinden biri insanlarla iletişimin farklı olması bence ve yani insanlarla iletişimimdeki en büyük etkenlerden biri DEHB yani onlara nasıl kurdum. Nasıl insanlarla konuştum tamamen. DEHB'yle birlikte DEHB çok büyük bir etkin olduğu için ya öyle. Çünkü insanlara sordum da yani insanlardan benim nasıl biri olduğum hakkında hakkımı duyduğumda yani boş lafları geçip aslında nasıl biri olduğumu sorduğumda yani benim insanlarla nasıl interaksiyona girdiğimi söylüyorlar.”

Kod Sistemi	KADIN	ERKEK	TOPLAM
▼ BENLİK			0
▼ Benlik Gelişimi			0
▼ DEHB Kaynaklı Özelliklerin Benlik Gelişimine Etkisi			0
▼ Olumsuz Etkiler			0
Kaygılı Olması	■	■	4
Yetersiz Hissetmesi	■	■	4
DEHB'i Savunma Mekanizması Olarak Kullanması	■		3
Başarısız Olması	■		2
İş Hayatına Adapte Olamaması	■		1
Umursamaz Görünmesi		■	1
Özsaygısının Zedelenmesi		■	1
Olumsuz Özelliklerine Odaklanması	■		1
▼ Olumlu Etkiler			0
Bakış Açısının Genişlemesi	■		1
Kendini Kabul Etmesi		■	1
Bir Konuyu Derinlemesine Öğrenmesi		■	1
Arkadaş Çevresinin Genişlemesi	■		1
Eğlenceli Olması	■		1
Hızlı Öğrenmesi	■		1
Güçlü İletişim Kurması		■	1
Σ TOPLAM	14	10	24

Şekil 45 Katılımcıların DEHB Kaynaklı Özelliklerin Benlik Gelişimine Etkisi ile İlgili Görüşlerinin Dağılımını Sembol Büyüklüğü Kod Matris Çizelgesi

d. Bakım verenlerin benlik gelişimine desteği ile ilgili görüşler

Büyüme döneminizde bakım verenlerinizin benlik gelişiminizi nasıl desteklediğini düşünüyorsunuz sorusuna verdikleri görüşlerin bulgulanmasını içeren bu bölümde destekliyorlar ve desteklemiyorlar olarak açıklamaların niteliklerine göre kategoriler oluşturulmuştur. Kadın katılımcıların destekliyorlar yanıtının sembol büyüklüğü erkeklere göre daha fazladır. Kadın ve erkek katılımcılar destekliyorlar (f=10) yanıtını, desteklemiyorlar (f=6) yanıtına oranla daha fazla verdikleri görülmektedir.

Kadın ve erkek katılımcıların ortak sıklıkta ifade ettikleri tanım ilgilenmemeleri/ihmalkâr olmalarıdır. Erkek katılımcılar desteklemiyorlar başlığı altında tutarsız davranmaları (f=2), önceliklerinin başka olması (f=1) ifadeleri ile daha yoğun bir yerde desteklenmeme deneyimini yaşamadıkları düşünülmektedir. Ayrıca DEHB tanısı almış bu katılımcı kitlesinde sadece erkek katılımcılar DEHB olduğunu öğrenmesinde yardımcı oldu (f=1) görüşünü belirtmişlerdir (bkz. Çizelge 25).

Destekliyorlar

K3: “Daha üst bir akla referans gösterme meselesi benim için hayati derecede önemli oldu. Yani kişisel duygu ve fikirler değil de hani hukukun üstünlüğü gibi bir şey var ya yani oraya başvurma hani kişisel birinin isteği değil o başvurma şeyini mesela ailemden öğrendim edindiğim bir ilke olmuş oldu. Yeri geldi onlara karşı aslında ben bu ilkeyle dik durabildim. Yeri geldiğinde de aslında hissi, düşüncemle reddedeceğim bir şeyi bu referanstan dolayı kabul eder oldum mesela. Hani ilişkiyi benim için yeniden düzenleme fırsatı veren şey aslında bu ilke oldu. Bu ilkeyi onlardan aldım aslında. Hani öyle bir olumlu taraf olduğunu düşünüyorum.”

K1: “Babamın en azından mesela şu huyunu çok takdir ediyorum. Bize küçük bir kız çocuğu kalıbıyla davranmadı. Bize normal cinsiyet şeyleri üzerinden tabii ki evet vardı ama bu onun muhafazakarlığıyla alakalıydı. Mesela bize hiçbir zaman sen şunu yapamazsın demedi. Daha doğrusu işte bu erkeğin yapabileceği iş demedi. Ben küçükken başbakan olmak isteyen bir çocuktum açıkçası. Bunu bana mesela hiçbir zaman sen öyle yapamazsın demedi. Ya da benimle mesela bir şeyleri konuşurken bunu öne sürmedi. Yani ben bu kızla sadece Barbie bebek konuşabilirim demedi. Aynı şey şu anda da geçerli.”

K5: “Ya aslında destekleyen bir konumdalardı. Çünkü mesela her türlü işte çocukluğumda aktiviteye, spora falan böyle yönlendirilmeye çalıştığımı hatırlıyorum. Hani bunu da dene, belki bunda da hani yeteneğin vardır falan gibi. Aynı şey burada abim için de geçerli. Mesela bu hiperaktivite şeyinden kurtulması için bir dönem basketbola bir de dönem tekvandoya falan böyle gittiğini hatırlıyorum. O enerjisini atabilmesine sebep olsun diye. Onun peşinden aramızda 6 yaş var ama bazı yerlere beni de böyle hani teşvik etmeye çalışıyorlardı. Şuna başla hani buna başla. Belki birisi dikkatini çeker. Belki hani birinde kendini iyi hissedersin gibi. Orada bir desteklenme söz konusuydu. Hani bu benim aslında benliğimi geliştirmek için bence faydalı bir adım atmışlar. Hani öyle geliyor şu anda bana ama şimdi baktığım zaman ben hiçbirinde devam etmemişim yani.”

E4: “Yani dediğim gibi yani benim dikkat eksikliğim olduğunu öğrenmeme yardımcı oldular.”

E3: “Usanmadan bana anlatmaya devam ediyorlar. O öyle değil oğlum, böyle değil. Ve hani 10 kerede anlamamış olsam yine usanmadan gösteriyorlar. Bu bir süreden sonra artık neyin doğru neyin yanlış olduğunu anlıyorsun. Yavaş yavaş kalıtsal hale geliyor. Refleks olarak artık bir şekilde doğru şeyleri yapmaya başlıyorsun.”

E2: “Babam o imkânı verdi bana fiziksel koşulları verdi bana yani insanları verdi bana insanlarla iletişim verdi bana insanlara yeri geldiği zaman eti senin kemiği benim diyebildi bana örnek vereyim benim babam mesela dükkân sahibi ama ben mesela sokakta su satan bir insandım mesela.”

Desteklemiyorlar

E1: “Evet yani mesela okula veri toplantısına gelmemeleri ya da başka bir şeye ihtiyacım olduğunda daha kendi işleri olduğu için benim işlerimle ilgilenmiyor oluşlarıyla ilgili bir şey geliyor aklıma. Yani kendim halletmek zorundaydım.”

K3: “Yani şundan dolayı bir ben zaten uyumlu gibi görünüyordum. Yani diğer çocuklara göre en az sorumluymuş gibi görünüyordum. Bir de yer yoktu. Yani benim kendimi göstermem için hani ya da yani onların bana beni takip etmeye, iç dünyamı görmeye, anlamaya yerleri zaten yoktu. Dolayısıyla zaten takip etmeye onlara sorun çıkarmadığın müddetçe senin sorunun yok yani. Hani o göze bakılan bir ailede ve sürekli sorunlarla önlerine gelen çocukların olduğu, dört çocuğun olduğu biri erkek, üçü kız, bir ebeveyn ve aile hayatım vardı. Başımın çaresine bakmak ve sorun çıkarmamak zorundaydım.”

E4: “Yani birazcık sanırım görece diğer tabii ki yetersizlik hemen hemen değil hepimizin hissettiği ana temel duygulardan bir tanesi ama sanki bir çocuk bu kadar da yetersiz hissederek büyümeli miydi bence değildi ya. Bu çok destekleyici değil, bu çok köreltici, çok ben beceremiyormuşum gibi hissettiren ben yapamıyormuşum, bende bir sorun, gariplik bende bak diğer çocuklar yapabiliyor, sen yapamıyorsun ya da yapmıyorsun gibi bir yerde. O da çok kulağıma destekleyici ve sağlıklı gelmiyor. Bir yandan da gereksiz katı kurallar olurken bir yandan da sıfırda kuraldan bahsediyorum aynı zamanda. Mesela saatlerce denizde, 8-10 saat denizde kalabilirim, hiç sorun yok. Gelen bitkiden bakan eden yok. Çocuk için keyifli bir şey. Hem bir şeyleri yapabileceğime dair

bir tahminimce güvenleri var. Umursamıyorlar gibi bir yerden yaklaşmak istemiyorum. Çünkü balkondan baktığımda deniz, hani direkt kumsalda kıyı görünüyordu. Bir yerden bir güvenleri var ama dillendiriş olarak, bunu şu an fark edebiliyorum o güveni. Dillendiriş olarak yoktu bu. Benim hissettiğim de aman zaten bakmıyorlar. İhmal gibi. Yani şu an buna ihmal diyebiliyorum. Güven dedim ama bu biraz ihmalkarlık gibi. Kuralsızlık dediğin yer ihmal kısmı oluyor.”

E1: “Çok da böyle katkı sağlayan insanlar olduğunu düşünmüyorum. Çünkü bir şeyleri hep kendim halletmek zorundaydım. Onlar çok işin içine dahil olmadıkları için, daha öncelikleri oldukları için biraz öyle geliyordu bana.”



Şekil 46 Katılımcıların Bakım Verenlerin Benlik Gelişimindeki Desteği ile İlgili Dağılımı Sembol Büyüklüğü Gösterir Kod Matris Çizelgesi

e. Bakım verenlerin kendisi olmasına izin vermesi durumu ile ilgili görüşler

Bu bölüm büyüme döneminizde bakım vereniniz kendiniz olmanıza izin verdi mi sorusuna ilişkin görüşlerin yanıtlarıyla bulgulanmıştır. Hem kadın hem erkek katılımcılar için izin vermiyorlar (f=8) yanıtı benzer sıklıkta alınmıştır.

Kadın katılımcılar kararlarını desteklememeleri (f=3) ve yetenekli olduğu alanı keşfedememeleri (f=2) yanıtlarıyla izin verilmeyen alanların daha çok kendi hayat görüşleri üzerinde tahakküm olduğunu belirtmişlerdir. Aynı şekilde erkek katılımcılar için de bakım verenleri tarafından çocuğun yerine karar almaları (f=3), uzun saç kullanmasına izin vermemesi (f=1) gibi baskılayıcı davranışlara maruz kaldıkları söylenebilmektedir.

Erkek ve kadın katılımcılar arasındaki farklılığa baktığımız da izin veriyor kısmında alan tanımak (f=6) baskın bir biçimde erkeklerin belirttiği bir tanımken aynı zamanda ilgi alanlarını desteklemek (f=3) ifadeleri ile kadınlara oranla daha fazla kendisi olmalarına olanak tanınabildiğini düşündürmektedir (bkz. Çizelge 26).

İzin vermiyor

E1: “Hayır, hayır bence vermediler. Çünkü zaten dayatmacı bir yerde, otoriter bir yerde oldukları için onların istedikleri şeyler kabul alıyordu. Bir yerde onların gözüne girebilmem için de onların istediklerini yapmam gerekiyordu. O onay ve kabul yoktu zaten. Kendim olduğumda kabul alamıyordu. O nedenle de onların istekleri doğrultusunda daha vardım. Böyle de gerçek beni tanıyor muyum tanımıyor mu onu da bilmiyorum. Çok kendim olmama tanınmadı gibi.”

K3: “Hayır yok yani kendi kendim olmakla ilgili olan kısım daha çok benim sorumluluğumda benim iç dürtüsel mekanizmamla gelişen bir kısım yani ben eğer daha uyumlu uyumluluğu sadece bir İletişim stratejisi olarak yaptım ama ben ve onlar farklı yıldızla ilgili olan bilinç düzeyim aslında herkesten çok daha yüksekti evde. ... Ama onların izin verdiği şey asla değil, hala daha onlar gibi düşünmediğimde cezalandırıldığımı görürüm, istedim ve görürüm.”

K1: “Dediğim gibi ben mesela bir şey istiyorum. Bir hedefim var. Güzel sanatlar var. Ve bu hedefim küçümseniyor. Aslında kendime olmaya izin verilmediği için iyice kendimi kaybetmemi de sağlıyor bir yandan.”

E3: “Hayır. Şöyle. Daha çok onların istediği gibi bir evlat olmamı istedi. Yani çünkü şöyle kararlarım seçeneklerimin arkasında durmuyorlardı. Doğru olabildiklerini düşünmüyorlardı. En iyi onların bilebildiklerini düşünüyordum. Y yapmak istediğim şeylerde genellikle onların tavsiyesi üzerine ya da bir şey düşünsem de oğlum bak o yanlış bence. Bence bunu yapmalısın. Yok baba ben bunu yapacağım desem de bak oğlum o yanlış o bak onu yapman gerekiyor falan yani şunu yapman gerekiyor tarzı.”

E2: “Ya tabii mesela büyürken saçlarımı uzattım, babam saçlarımı şey yaptı, benzetmeler yaptı işte. Yani olumsuz benzetmeler yaptı ama ben bir baktım sonra fark ettim ki onun da uzun saçları varmış o yaşlarda. Ben bunu fark ettim ama iş işten geçti, benim saçlarımı kestirtti yani.”

K5: “Yani çok da izin verdi mi zannetmiyorum verdiklerine. Mesela benim küçüklükten beri çok iyi bir müzik kulağım olduğunu söylerler. Daha konuşmayı tam olarak çözememişken bir caddede git gel yaparken birkaç kere duyduğum bir şarkıyı ezberlediğimi falan kendileri söylüyorlar. Mesela bunun üzerine gitmek yerine bambaşka alanlarda aramışlar başarıyı. Belki de çok farklı olabilirdi İlayda'nın hayatı.”

E5: “Hayır. Babam vermedi. Yani neden böyle düşünüyorum. Çünkü dediğim gibi tepkileri çok sert. Mesela ben işte sigara içtiğimi babama söylediğimde gece üçte evden kaçmak zorunda kaldım. Ve bu şey değil yani şiddet falan da değil. O kadar ağır küfürler, o kadar ağır hakaretler ki. Artık böyle susmasını istiyorum, susmuyor, evden kaçmıştı. Bu benlikle ne kadar ilgili bilmiyorum ama sonuçta benim sergilediğim bir tutum. Ve onun tepkisi bu yani. Daha makul olabilirdi. Ya da ne bileyim işte ben saç uzatacağım, ben işte küpe takacağım, şunu yapacağım, bunu yapacağım dediğimde verdiği tepkiler çok gereksizdi yani.”

İzin veriyor

K2: “Bence yani bazen izin verdiler diye düşünüyorum ki bu kadar aslında kendimi anlayabilmem kendi etrafımı kendimin şekillendiriyor olmamın bence en büyük etkilerinden biri bu çünkü biraz daha artık esneklik mi sağladılar diyeyim ne diyebilirim bilmiyorum ama biraz daha kendim olabildim en azından.”

E5: “Ya mesela işte babamı diyelim ki saçımı uzatacağım, işte küpe takacağım, şöyle yapacağım, böyle yapacağım. Kestirip hemen çok sert ve saçma sapan bir tavırla işte o şöyle mi böyle mi hayır falan filan. Annem ben de tamam oğlum yapabilirsin hani belki işte hevestir ya da hoşuna gider hep yaparsın falan. Böyle şeyler genelde.”

Kod Sistemi	KADIN	ERKEK	TOPLAM
▼ BENLİK			0
▼ Benlik Gelişimi			0
▼ Bakım Verenlerin Kendi Olmasına İzin Verme Durumu			0
▼ İzin Vermiyor	■	■	8
● Çocuğun Yerine Karar Almaları		■	3
● Kararlarını Desteklememeleri	■	■	3
● Yetenekli Olduğu Alanı Keşfedememeleri	■		2
● Uzun Saç Kullanmasına İzin Verilmemesi		■	1
● İstenmeyen Bir Davranış Yaptığında Küfür Etmeleri		■	1
▼ İzin Veriyor	■	■	4
● İsteklerini Yerine Getirmek	■		1
> ● İlgi Alanlarını Desteklemek		■	3
> ● Alan Tanımak	■	■	6
Σ TOPLAM	11	21	32

Şekil 47 Katılımcıların Bakım Verenlerin Kendi Olmasına İzin Verme Durumu ile İlgili Tanımlarının Dağılımı Sembol Büyüklüğü Kod Matris Çizelgesi

f. Bakım verenleri karşısında doğal halini ortaya koyabilme durumu ile ilgili görüşler

Katılımcıların bakım verenlerinin karşısında doğal halini ortaya koyabilme durumuna bakıldığında zaman doğal halini ortaya koyamıyor (f=11) kategorisinin baskın bir biçimde ön planda olduğu her iki cins içinde görülmektedir. Ortaya koyamama nedeni olarak en sık ifade edilen tanımlama onaylanmayacağını düşünme (f=7) tanımlarken erkek katılımcıların ayrıca sorumluluk hissetmesi (f=1) tanımına yer verdikleri görülmektedir. Doğal halini ortaya koyuyor kategorisinde ise erkek katılımcılar sadece farklı olmasıyla eğlenmeleri (f=1) görüşünü belirtirken kadın katılımcılar yalnızca sabırla açıklama yapılması (f=1) görüşünü belirtmişlerdir (bkz. Tablo 26).

Koyamıyor

E1: “Hayır koyamazdım. Çünkü doğal halim onlarla uyumlu değilse kabul almayacağımı bilirdim. Bir yerden sonra daha sahte bir yerden onların istediği kişi olmaya da evrildiğim zamanlar vardı.”

K3: “Ben saçımı başımı dağıtarak nasıl göründüğümü umursamadan arkadaşlarımla yanında dans edebilme özgürlüğünü hissederken, bunu yapmaktan hiç çekinmemek için hatta sürekli kendimi onların evine atmaya çalışırdım. Yani orada kendim olmaya çalışırdım.”

Kendi evimde hiçbir müzik açılıp herkes dans ettiği bir ortam olsa bile çok çekinirdim orada. Yani oradaki gibi dans etmezdim mesela. Hani direkt aklıma o çocukluktaki önemli temalar, çok basit şeyler olabiliyor ama hani önemli bir farktı mesela bu yani dans etme.”

K1: “Hep onlara uymaya çalıştım. Yani şey yaptım kendimi rahatça ifade etmedim”

E3: “Yani hep böyle bir aile tarafından bir gurur duyulsun istiyorum. O yüzden bence kendini övme eğiliminde olabilirim. Yaptığım en basit bir hareketle bile övme eğiliminde olabilirim.”

E4: “Yok koyamıyordum. Hep bir şeydim yani. Bir sınır belirledim kendime. Sınırlara şöyle destek yani hayatta maddi anlamda annenin babanın bir yere kadar destek olabileceğini düşündüm. Maddi anlamda ister istemez ben artık evden çıkıyorum kimseye hesap vermeden kimseden bir şey isteme talebim bulunmuyor. Yani isteyemem. Ben ki babamdan hiç para istemiş bir insan değilim. Annemden isterdim. Annem babamdan alırdı. Böyle olurdu yani. Bir süre sonra da tabii ki annemden niye annemi zor duruma sokayım gibilerinden düşündüm. Ona da sınırı koydum. Ben geri geldiği zaman para vermeye çalıştım. Bir sınırı koydum. Yani annem bana artık şey yapmasın. Düşünmesin. Kendini düşünsün. Babam da hani ondan bir şey isterim şeyi düşünmesin. Hep ayaklarımın üzerine durduğumu düşünsün.”

K2: “Hayır, kendimi sürekli tutuyordum tabii ki. Aslında biraz önce de verdiğim örnekler gibi yani kendimi tutmasaydım onların başarılarını, onların destekleyicilerini yani onlar için başarılı o portfolyoyu çizemezdim. Ve onların o sevgilerini alamazdım diye düşünüyorum. İstedikleri kişi olmasam. Yani şöyle bir örnek de verebilirim mesela işte misafirlikte ben durmayıp hareket etsem hep bir dur yerinde istedikleri gibi davran hep kafamda dönen cümlelerde o yüzden hep kendimi tutmaya çalışıyordum ondan istedikleri gibi davranmaya çalışıyordum o yüzden çok özgür olduğumu düşünmüyorum.”

K5: “Bence koyamıyordum. Çünkü yani kendimi sınırladığım noktalar olduğunu düşünüyorum. Yani böyle yine spesifik olarak bir olay hatırlamıyorum ama kendimi sürekli bir frenlediğim durum mevcutmuş gibi yani.”

K4: “Dikkat eksikliği, dürtüsellik. Dikkat eksikliğini ya onu saklamaya çalışıyordum. Mesela ders çalıştırır derken vesaire hani. Ama tabi anlıyorlardı dağıldığımı. Annem mesela dağıldığımı anlıyordu.”

Koyuyor

E4: “Evet, baya kolay koyardım. Çok kolay. Çünkü kendimden çok eğlenirdi öncelikle. Benim normal bir çocuktan farklı davranışımı görmediğini. Ve yani bu konu hakkında beni destekleyip benden eğlenirlerdi kendisi, yani şey daha geç bir kanalımda eğlenirdi demiyorum yani benle birlikte eğlenirlerdi. Yani saçma sapan şeyler yaparken bile beni videoya kaydederlerdi ki anı olsun, ki yaptığım şeyin kabulü olan bir şey olduğunu fark etmeme bir şey olsun. Evet, evet kesinlikle ya.”

Kod Sistemi	KADIN	ERKEK	TOPLAM
▼ BENLİK			0
▼ Benlik Gelişimi			0
▼ Bakım Verenler Karşısında Doğal Halini Ortaya Koyabilme Durumu			0
▼ Koyamıyor	■	■	11
Sorumluluk Hissetmesi		■	1
Onaylanmayacağını Düşünmesi	■	■	7
▼ Koyuyor	■	■	2
Farklı Olmasıyla Eğlenmeleri		■	1
Sabırla Açıklama Yapılması	■		1
Σ TOPLAM	11	12	23

Şekil 48 Katılımcıların Bakım Verenler Karşısında Doğal Halini Ortaya Koyabilme Durumu ile İlgili Görüşlerinin Dağılımı Sembol Büyüklüğü Kod Matris Çizelgesi

g. Bakım verenlerin memnuniyeti ile ilgili görüşler

Katılımcıların verdikleri yanıtlara bakıldığında zaman memnunlar (f=9) kategorisinin kadınlar tarafından baskın bir şekilde ifade edildiği görülmektedir. Verdikleri yanıtlar bu özelliklerden memnunnlardır kategorisi altında daha sık kendilerine yer bulmaktadır. Ebeveynlerin beklentilerini karşılaması (f=4) yanıtının sembol büyüklüğünün şiddeti buradaki memnunlar yanıtının doğal halinden memnuniyet duydukları konusunda soru işareti yaratmaktadır. Çünkü burası daha çok uyumlanma üzerine çalışan bir faktördür.

Erkek ve kadın katılımcılar memnun değildir (f=7) görüşleri içerisinde birbirinden farklılaşmaktadır kadın katılımcılar, kendiyle çok uğraştığını düşünceleri (f=1), tutuk bulma (f=1) ve hatalarını eleştirmeleri (f=1) görüşlerini

paylaşırken erkek katılımcılar sadece bakım verenlerin isteklerini yerine getirmemesi (f=4) görüşlerini ortaya koymuşlardır (bkz. Çizelge 28).

Memnunlar / memnunlardır

K3: “Annem ise çok hareketli olup oraya burayı kırmadım yaramazlık yapmadığım için memnundu halimden babam da işte çok zeki uyumlu vesaire buluyordu o da hani uyumlu olma halimden aslında çok memnundu yani görünürde uyumlu.”

K1: “Mesela ben bir resim yapmıştım arabasının şeyini asmıştım üstteki ayna kısmını asmıştım ve bunu şunun için yaptı gelen görüyor çok beğeniyor diyordu çok güzel ama ben resim okumak istiyorum dediğim zaman izin vermiyordu. Yani benim yaptığım bir konuya bu kadar iki farklı tepki veriyorsa o zaman şunu düşünüyorum ben. Babam yaşı dolayısıyla da onların bence yaşadığı dönem dolayısıyla da bir şeylere çok ilkel yaşıyor. Yani övünmeyi seviyor. Benimle övündüğü zamanlar beni içten içe güdüsel bir şekilde daha çok onaylıyor.”

K2: “Şu an onların isteklerini gösterebildiğim için yani başarıımı bir noktada kanıtladığım için şu an evet.”

K5: “Çocukken de aslında büyük ihtimalle memnunlardı. Çünkü ben otoriteye boyun eğici bir tarafta olduğum için hani memnun olacakları bir halde davranıyordum aslında yani. Bu ara buluculuktan mesela söz etmiştim. Abimin yapmadığı şeylerin tam tersini yaparak ya daha doğrusu onların istediği kişi olarak çocuklukta da onların memnuniyetlerini elde etmeye çalışıyordum. Yani hani bu böyle bir noktadaydı diyebilirim.”

E4: “Öncelikle kendileri için yani en önemli şeylerden biri yani insanlara karşı iyi davranan bir çocuklarının olması ve hoşgörülü bir çocuklarının olması. Ve yani şey yani böbürlenmek anlamında söylemek istemiyorum ama yani kendi kriterlerinin belli birçoğunu karşıladığımı düşünüyorum bu konu hakkında. Tabii ki de kötü şeyler yapıyorum. Çok normal yani. Kendilerinin haberi bile olmuyor. Ama yani memnunlar bu konuda. Akademik olarak da yani bana dedikleri şey istediğin şeyi yapsan mutlu oldu yeter. Ya görüşleri bu olduğu için yani ben şu an yaptığım şeyden memnun olsam onlar da memnun olacak. Tabii ki de üniversite okuyup bitirmemi istiyorlar. Ben üniversite okuyup bitireceğim zaten yani.

Onların memnun olmayacakları bir şey yapsalar bana söylüyorlar. Ve yani çok nadir oluyor bu. Onun dışında yani öyle. Bence memnunnlardır. Umarım. Umarım öyledir. Ben öyle hissediyorum.”

K4: “Mesleğimden, işimden, sosyal çevremden, sahip olduğumdan, yaptığımdan, yapmadığımdan, pratikliğimden vesaire buralardan çok memnun olur. Herhangi bir şey olduğunda halledebilirliği çok net ve çok hızlı ve çok pratik tık tık tık tık tık hemen halleder ama aslında ben çok kurcaladığım için hızlıca halledebilirliğim var.”

Memnun değiller / memnun değillerdir

E1: “Tam memnun diyemeyiz. Bunun da sebebi aslında onların isteklerini hala yerine getiremiyor oluşum. Önceden daha çok getiriyordu. Ama şu an büyüdükçe kendimi fark ettikçe işte o arkadaşımınla birlikte ben kimimi sorguladıkça, dış görünüşümle, kendimle ilgili bir şeyler fark ettikçe onlara uyumlanmamaya başladım. Uyumlanmadığım yerde de onların onay vermeyeceği şeyler yapmış oluyorum. O da onları memnun etmiyor.”

K3: “Beni tutuk buluyorlar yani hani daha iyi olabilir ama tutuksun işte cesur olmuyorsun daha ilerleyebilirsin, ilerlemiyorsun. Yap, bitir. Hani ne var bu kadar şey yapacak? Hani böyle kendimle çok meşgul oluyor olmamı, kendimle sürekli savaşıyor oluyor olmamı da yani benimle ilgili aslında zafiyetleri kabul etmediklerini fark ediyorum. Etmek istemiyorlar.”

E3: “Şöyle bir durum var söz konusu. Rahatım, bir iş halletmem. Kimse benden bir şey istemez çünkü yapılmayabilir. Onun için de hayatım nereye evriliyor? Yani artık kaç yaşında oldular ve benim hayatımı inşa edecek halleri yok. Artık bir şekilde kendim bir şeyler yapmam lazım. O yüzden tam olarak memnun olduklarını söylemeyeceğim. Yani beni severler, ilişkilerimiz sağlıklı fakat bir evlat olarak belki de şu yaşımnda gerekeni yerine getiremiyor olabilirim.”

E2: “Bence memnun değil. Yani şöyle ben görev adamıyım. Anneme babama görevlerimi tam anlamıyla yerine getiremiyorum.”

K2: “Çocuklukta kesinlikle hayır diyebilirim. Çünkü çocuklukta o acımasız kişileri biliyoruz. Ama şu an destekleyici ve beni başarılı gören kişileri de görebiliyorum. Çünkü hep dediğim gibi yani şunu yapma şunu etme diyen kişiler ve bir noktadan sonra ya bu bence benim dönüm noktalarımın biri iş

hayatım oldu. Hani kendimi keşfetmem oldu, arkadaşlarımı bulmam oldu. Yani çocuklukta hiç memnun edemedim. İçimde hep bir kırıklık, bir burukluk kaldı aslında. Çünkü hani hiç mi yapamadım diye düşünüyorum yani. Şu an ne kadar memnun olsalar artık şikâyet etmeseler de. Yani bir tarafım buna inanmıyor. Yani bunun doğru olduğunu düşünmüyorum. Sanki hala bir şeyleri yanlış yapıyorum. Yani sanki hala onlar memnun değilmiş gibi hissediyorum ve onları memnun etmeye çalışıyorum.”

K4: “Biraz kendimle fazla uğraştığımı düşünüyorlar aslında. Sende bir sorun yok ki gibi bir yerden. Biz şimdi biraz daha mental boyutunu konuşuyoruz, daha maske. Hani ben olduğumu zannettiğim şeyler, zannetmediğim şeyler, sobeliyorum ve gidiyor gibi bir yerden. Fiziksel olarak da bunu kendimle birazcık yapıyorum.”

Kod Sistemi	KADIN	ERKEK	TOPLAM
▼ BENLİK			0
▼ Benlik Gelişimi			0
▼ Bakım Verenlerin Memnuniyeti			0
▼ Memnunar / Memnunlardır	■	■	9
▼ Bu Özelliklerinden Dolayı Memnunlardır			0
Ebeveynlerinin Beklentilerini Karşılama	■	■	4
Pratik Olması	■		1
Sahip Olduğu Sosyal Çevre	■		1
Meslek Sahibi Olması	■		1
Sevdiği Şeyleri Yapması		■	1
İnsanlara İyi Davranması		■	1
▼ Ebeveynlerin Davranışı			0
Çocuğunun Yanında Olduğunu Hissettirmek	■		2
Çocuğunun Yaptığı Resmi Arabaya Asmak	■		1
Çocuğa Karışmamak	■		1
▼ Memnun Değiller / Memnun Değillerdir	■	■	7
Bakım Verenlerin İsteklerini Yerine Getirmemesi		■	5
Kendiyle Çok Uğraştığını Düşünmeleri	■		1
Tutuk Bulmaları	■		1
Hatalarını Eleştirmeleri	■		1
Σ TOPLAM	24	13	37

Şekil 49 Katılımcıların Bakım Verenlerin Memnuniyeti ile İlgili Görüşlerinin Dağılımı Sembol Büyüklüğü Kod Matris Çizelgesi

h. İdeal benlik ile ilgili görüşler

Benliğinden memnuniyet ile ilgili görüşler

Kendinizden memnun musunuz sorusuna verdikleri yanıtların kod matris ve sembol büyüklükleri ortaya çıkarıldığında her iki grup için de memnun değilim (f=6) yanıtı eşit derecede ön plana çıkmıştır. Kadın katılımcılar eleştirilmesi

(f=2), takdir edilmemesi (f=1) ve yapacaklarını ertelemesi (f=1) söylemleriyle neden bu şekilde düşündüklerini belirtirken erkek katılımcılar memnun olmayacağı yeni yüzler ortaya çıkması (f=2), başkaları için yaşaması (f=1), psikolojik destek almaması (f=1) ve günlük hayatını düzenleyememesi (f=1) ifade etmiştir. Erkek katılımcıların ifade ettikleri memnuniyetsizliklerin kadın katılımcılara oranla daha çok kendilerine ait özellikler olduğu görülmekteyken kadın katılımcılar ise onay almak üzerine daha çok kendileri hakkındaki memnuniyetsizliği dile getirmişlerdir.

Kendimden memnunum (f=4) diyen katılımcılar yine her iki grup için eşit sayıdadır. Erkek katılımcılar kendini seven arkadaşını rol model alması (f=2) olarak bu memnuniyeti ifade ederken kadın katılımcılar duygu durumunu kontrol edebilmesi (f=1) ve artı ile eksilerini tanıması (f=1) söylemleriyle kendilerine duydukları memnuniyeti ifade etmişlerdir (bkz. Çizelge 29).

Memnun değil

E2: “Memnun değilim. Zararlıyım. Kendime zarar veriyorum. Ben robot gibiyim bazen. Yani çoğunlukla robot gibiyim. Hani hep görev icabı yaşıyorum gibi. Yani görevlerim çok fazla. Görev tanımlamışım kendime. Yani kimseyi sevmek zorunda değilim. Ama muhatap olduklarıma saygı duymak zorundayım. Muhatabım kesilmediği sürece o benim görevim. Bu eşimin dostu olabilir. Annemin akrabası olabilir. Hiçbir zaman şey yok. Taviz yok. O konuda görevim çok. Gücümün yettiği kadar sonuna kadar davranırım. Herkese de faydalı olmak için çabalarım. Yani şeyim yok. Yani mentalitem yok. Yeter ki Allah bana ben sana vereyim yeter ki. Allah bana yeter ki versin ben başkasına vereyim mentalitesi var bende.”

K2: “Hayır. Sürekli sizi eleştirenler var. Her yaptığınız hareketi yanlış olarak algılıyorlar. Yani yetersizlik benim peşimi bırakmıyor ki. Kendime göre evet iyiyim belki. Ki bence kendime göre zaten iyi değilim ama hani benim için mesela tamam dediğim bir şey hep başkaları için tamam olmuyor. Veya kendimi tuttuğumda ya hiç bunun için tebrik edilmiyorum. Örnek veriyorum arkadaşlarımla anlattığımız tatil durumu. Hani evet bana çok destekleyici yaklaşıyorlar, beni eğlenceli buluyorlar, seviyorlar. Ama bir noktadan sonra tahammülleri doluyor bana. Yani o yüzden çok yetersiz buluyorum kendimi bu

konuda. Örnek veriyorum erkek arkadaşımın sürekli dikkatsizliğinden yakınması. Yani bu beni daha da kötü hissettiriyor. Daha başarılı olmam gerekiyor sanırım. Böyle hissediyorum. Daha iyi ideallere ulaşmam gerekiyor diye düşünüyorum. Sanki buna zorundaymışım gibi ama hissediyorum.”

K5: “Zaman zaman evet ama bu başarısızlık gün sonunda mesela gün içinde bir sürü iş yapıyor olsam bile gün bittiğinde bugün yine hiçbir şey yapmadım gibi bir düşünceyle boğuşmak zorunda kalıyorum. Bunu da şimdiki kendime aslında atıyorum topu. Yani yine onu suçlamış oluyorum. O yüzden pek de memnun olduğum söylenemez açıkçası. En ufak örneği mesela bugüne dair olabilir. Bugün sabahdan akşama kadar hiçbir işim yoktu ama haftalardır, aylardır belki aklımda olan işe dair yine bir adım atmadım. Ve mesela işte bu görüşme sonlandıktan sonra da büyük ihtimalle bunu düşünmeye devam edeceğim. Yani neden yapmadın? Yani yapabilirdin aslında falan. Ama işte tam olarak sebebini bulamadığım, o ilk adımı atamadığım için... kendimi suçlayacağım yani.”

Memnun

E1: “Kendimden memnunum çünkü memnun olmazsam memnun olmadığım zamanlar da vardı bu arada o zaman işler çok yolunda yürümüyordu yani o durumu sevmiyordum kendimi sevmem zaman aldı uzun bir süreç oldu o yüzden böyle bir sığıntı gibi ya da bir şeyleri yapamıyormuş gibi hep karamsar taraftaydım ama sonra bir gün fark ettim Nasıl oldu bilmiyorum. Hatırlıyorum aslında. Bir tane lise zamanlarında da bir tane arkadaşım vardı. Onun kendini sevdiğini, hayatımda ilk defa bir insanın kendini çok sevdiğini fark etmiş. O bana ilham oldu. Onu böyle rol model aldım. O günden sonra ben de artık daha egolu mu dersiniz ne dersiniz daha öyle biri oldum. Ve ben bu durumu çok sevdim. Bu durum bana daha çok başarı getirdi. Daha dış görünüşüyle ilgili kendimi beğenmeye başladım falan.”

K1: “Onun dışında en yukarı ki katmanlara çıkarsak diyelim. Daha benim içsel dünyamla alakalı evet kendimden çok memnunum. Yani zor bir durumda mesela dediğim gibi şu anda ben çok yüksek bir miligramda o ilacı kullanıyordum ve bunu normalde bir anda bırakmamam gerekiyor. Ama böyle bir durum oldu ve ben otokontrolümü, duygu kontrolümü bir şekilde sağlayabiliyorum.”

K4: “Memnunum. Şöyle memnunum. Taraflarımı tanımaktan memnunum. Maskelerini görmekten, onları sobelemekten. Ben zannettiğim şeylerin hangisi gerçekten bana ait, hangisi bana öğretilen şeylerden, benim normal zannettiğim şeylerden biri. Buraları sobeliyor olmaktan, buralarda vakit harcıyor, vakit geçiriyor olmaktan memnunum.

Bu şekilde sanırım gelişmek. Gelişmek dediğimizde böyle bir şey. bir şey. Sadece kendinden memnun olmayan kişi mi gelişmeye çalışır? O da tartışılır. Oradan bakarsanız memnun değil de görünüyor olabilir. Ama ben memnun hissediyorum.”

Kod Sistemi	KADIN	ERKEK	TOPLAM
▼ BENLİK			0
▼ İdeal Benlik			0
▼ Benliğinden Memnuniyet			0
▼ Memnun Değil			6
Eleştirilmesi	■		2
Memnun Olmayacağı Yeni Özelliklerin Ortaya Çıkması		■	2
Başkaları İçin Yaşamaması		■	1
Takdir Edilmemesi	■		1
Psikolojik Destek Almaması		■	1
Günlük Hayatını Düzenleyememesi		■	1
Yapacaklarını Ertelemesi / Harekete Geçememesi	■		1
▼ Memnun			4
Kendini Seven Arkadaşını Rol Model Alması		■	2
Duygu Durumunu Kontrol Edebilmesi	■		1
Artı ve Eksilerini Tanıması	■		1
Σ TOPLAM	11	12	23

Şekil 50 Katılımcıların Benliğinden Memnuniyetleri ile İlgili Görüşlerinin Dağılımı Sembol Büyüklüğü Kod Matris Çizelgesi

İdeal benliğe ulaştığını düşünme durumu ile ilgili görüşler

Katılımcıların arzu ettiğiniz, istediğiniz ideal benliğinize ulaştığınızı düşünüyor musunuz sorusuna verdikleri yanıtların analiz edilip sembol büyüklükleri ve kod matrislerinin bulunması ile saptanmıştır. Tüm katılımcılar grup fark etmeksizin ideal benliğe ulaşmamış olduğunu düşünmektedir (f=11). Erkek katılımcılar için verdikleri yanıt ağırlıklı olarak olmak istedikleri kişinin sürekli değişmesi (f=6), ideal benliğin bir yolculuk olduğunu düşünmesi (f=2), başkalarına bağımlı olması (f=2) gibi bir benliğe dair karmaşık bir alana hitap eden bir söylem gelişmekteyken kadın katılımcılar başarısız hissetmesi/istediği konuma gelmemesi (f=4), ideal benliğe ulaşma hedefinin olmaması (f=3),

kendinden çok başkalarını düşünmesi (f=1), kendini tanımaması (f=1) yanıtlarını vermişlerdir (bkz. Çizelge 30).

E1: “Yol devam ediyor bence. Tam ulaştığımı düşünmüyorum ama şu an bulunduğum yerde de kötü değil yani bulunduğum yeri de seviyorum mutluyum burada ama tabii ki de daha gelişmek daha okumak daha bir şeyleri fark etmek belki terapilerle birlikte daha da ideal olana ya da daha bir üstüne çıkmak her zaman mümkün gibi geliyor. Hiçbir zaman bitecek gibi görünmüyor o yüzden şu anki bulunduğum durumu da seviyorum yani.”

K3: “Yok hani tabii ki düşünmüyorum yani hala sürecin içerisindeyim Yer yer Ümitsizliği kaybetmiş zamanlar da oluyor Ama Bitti demiyorum Yani ulaşır mıyım bilmiyorum ama Elimden ne geliyorsa bu süreci ilerletmek için yapıyorum. İdeal benliğim de tabii ki de değilim. Yani. Unutmamak çok zor. Sadece tabii ki kendimde iyi bulduğum şeyler de var veya geliştirdiğimi düşündüğüm şeyler de var. Ama bir böyle olmasına hoşluk değilim ama benliğim benim için gerçekten bir mücadele alanı. Ama daha uyumlu olduğum mücadele alanı değil de daha uyumlu olarak yetkinleştirdiğim değiştirdiğim bir şey olarak görmek isterdim benliğimi bu şekilde bir mücadele alanı gibi görmek istemezdim.”

K1: “Şu sıralar açıkçası birazcık gerilediğimi de hissediyorum. Bunun direkt bir kazanç olarak değil de bunun bir doğru olduğunu düşünüyorum. Bazen geriye gidersiniz bazen ileriye. Yani bu esnek bir şeydir. Hiçbir zaman bu sabit bir şey değildir.”

E3: “Yani şu anda ideal benliğimde benliğime ulaşmış olduğumu düşünmüyorum şu andaki halden çok memnunum belki de ideal benliğimdeki halden korkuyor olabilirim her şey bitti daha her şey bitti daha sert ciddi çok emek isteyen vakit harcatacak odaklanmam gereken konular olabilir tek başıma olabilirim yani biri benim yerime bir şey halletmiyor olabilir ve bu konularla baş başa kalmak beni korkutuyor. O yüzden de şu andaki haline açıkçası memnunum. Kendi işimi görüyorum. Vakit geçiriyorum. İyiyim gibi ama sonuç olarak şu andaki halim kendi benliğim değil ve sonuç olarak yaşımda 24 ve artık bir yerlere gelmem gerekiyor ve bir şeyler başarabilmem gerekiyor. Bundan

kurtulmak istiyorum. O yüzden memnun değilim açıkçası. Bu yönlerinden ötürü. Ve kendi benimle henüz gelmedim.”

K2: “Hayır. Zaten kendim tamamlanmış biri olarak hissetmiyorum. Bu yüzden örnek veriyorum onlar için başarılı biriyim. Ama kendim için hala bence başarılı biri değilim. Bir şeyler eksik ama bunun ne olduğunu bilmiyorum. Belki de o arzuları şu an tamamen kendim için keşfetmiş olmadığım için. Ama yani hayatımda hep iyi yanlarımı görebildiğim gibi o başarısızlık ve kaygı peşimi hiç bırakmıyor gibi hissediyorum. Yani devamlı gelmiyor. Evet hani eğlenceli, sevgi dolu, belki bir çevreye sahibim şu an, arkadaşlarım var en azından ilkokulda, lisedeki bana göre ama o mükemmel veya iyi bir partner, iyi bir eş, iyi bir çocukluk bilmiyorum bunlar olmadım yani o mükemmel kişi olmadım. Aslında biraz bunları da istiyor gibiyim ama olamıyor gibiyim de. Yani bu başarısızlık, dikkatsiz ya da erteleyen taraf, yani taraflarım olmasaydı belki olabilirdi gibi bilmiyorum. Ama bunlar o kadar ağır basıyor ki olamıyorum bence. Çünkü evet yani hep başarılı, eğlenceli başkalarını memnun eden biri yani kendimi değil hep başkalarını aslında düşünüyorum ama olmak istediğim daha çok sanırım gerçekten başarılı, etrafında saygı gören, yani etrafımın benden keyif alması olabilir sanırım. Hani beni sevmeleri de diyebilirim.”

E5: “Hayır. Şimdi ben müzik okuyorum. Ve bunu bile ne kadar isteyip istemediğim konusunda çok emin değilim yani ve yani şey diyebilirim bunu kibir olarak algılamayın okulun yani iyi sayılabilecek öğrencilerim bazen ben dışarıda kendimden emin gözüküyorum çok istiyorum bu benim işte hayattaki en büyük giderim müzikle yaşayacağım falan ama böyle şey gibi hissediyorum işte, vizelere giriyoruz, her şey çok iyi, finallere giriyoruz, her şey çok iyi, oh be tamam bitti. Neden böyle hissediyorum? Yani ben bir şekilde akademik başarıyı bu okulda takıntı haline getirdim. Kafamdaki ideal kişilik böyle bir kişilik değil.”

Kod Sistemi	KADIN	ERKEK	TOPLAM
▼ BENLİK			0
▼ İdeal Benlik			0
▼ İdeal Benliğe Ulaşmamış Olduğunu Düşünme	■	■	11
● Olmak İsteddiği Kişinin Sürekli Değişmesi	■	■	6
● Başarısız Hissetmesi / İsteddiği Konuma Gelmemesi	■	■	4
● İdeal Benliğe Ulaşma Hedefinin Olmaması	■		3
● İdeal Benliğin Bir Yolculuk Olduğunu Düşünmesi	■	■	2
● Başkalarına Bağımlı Olması		■	2
● Kendinden Çok Başkalarını Düşünmesi	■		1
● Kendin Tanımaması	■		1
Σ TOPLAM	15	15	30

Şekil 51 Katılımcıların İdeal Benliğe Ulaşmamış Olduğunu Düşünmeleri ile İlgili Görüşlerinin Dağılımı Sembol Büyüklüğü Kod Matris Çizelgesi





V.TARTIŞMA, SONUÇ VE ÖNERİLER

A. Tartışma

Bu kısımda yapılan analizin bulgularından elde edilen sonuçlar ile ilgili literatür karşılaştırılmıştır. Görüşmelerin analizinden elde edilmiş alt temalar açıklanacaktır. Temel olarak katılımcılardan alınan yanıtlarla birlikte üç başlık altında sorular yapılandırılmıştır.

Yapılan araştırmada incelenen DEHB tanısı almış kişilerin %50'si kadın katılımcılardan %50'si erkek katılımcılardan oluşmuştur. Katılımcıların tamamı lisans ve yüksek lisans seviyesinde eğitim durumuna sahiptir. Her biri ortalama ekonomik refaha sahiptir. Katılımcıların %30'unun medeni durumu evliyken %70'inin bekarıdır. Yetişkinlik veya çocukluk dönemi içerisinde DEHB tanısı almışlardır ve her iki grup içinde DEHB semptomlarının varlığı çocukluğunda ve yetişkinliğinde görülmektedir. DEHB ile beraber giden komordibite bulunmamaktadır. Çocukluktan yetişkinlik süresi boyunca anne-baba sağ ve evli oldukları bir ev ortamında büyümüşlerdir. Çocukluklarında meydana gelen ağır travmatik bir deneyim yaşamadıklarını belirtmişlerdir. Cinsiyetler arası yaş ortalamasına bakıldığında kadın cinsiyetindeki katılımcıların yaş ortalaması 26'dır. Erkek katılımcıların yaş ortalamaları ise 30,4'tür.

Yapılan araştırma DEHB tanısı almış bireylerdeki benlik yapılanmasını özellikle de sahte benlik yapılanmasını ve bunun cinsiyetler arasında nasıl bir değişim gösterdiğini araştırma üzerinde durmuştur. Koşulsuz onaylanma bireyin kendi otantik benliğini ortaya koyabilmesi adına önemli bir önkoşuldur ve katılımcılara koşulsuz onay ve kabulün ne anlama geldiği sorulduğunda ortak olarak en sık olarak verilen tanımın her şartta kabul edilmek olduğu görülmektedir. Fakat diğer tanımlar cinsiyetler üzerinde ayrılmaktadır. Kadın katılımcıların her haliyle sevilme, sevdiğini hissettirmek ve güvende hissetmek gibi bir takım güven duyabilme ve sevilme ilişkisel ihtiyaçları varken erkek katılımcıların tanımlamaları arasında sorumluluklarını üstlenmeleri, aferin almak

gibi daha bağımlı bir ilişkisel ihtiyaç, bireyselliklerini ketleyen bir arzu içerisinde olduklarını katılımcıların yanıtlarından görebilmekteyiz. Buna istinaden erkek katılımcıların büyüme süresince anne yaklaşımını tanımladıkları yerde annenin desteklemesi, yardım etmesi ve ilgilenmesi görüşleri baskın bir şekilde görülmektedir. Kadın katılımcılar ise anne yaklaşımı olarak kızma, azarlama davranışlarını belirtmiştir. Aynı zamanda kadın katılımcılar annelerini otoriter, dengesiz ve kontrolcü gibi bir takım negatif ve kısıtlayıcı, güvensiz özellikler ile tanımlarken erkek katılımcıların bu şekilde bir özellik tanımlaması yapmadıkları görülmektedir. Katılımcıların baba ile ilgili tanımlarına bakıldığında zaman erkek katılımcılar babaları hakkında oyun oynama, problem çözme, isteklerini kabul etme ve destekleme gibi daha yardımcı olabilen pozitif bir baba figürü değerlendirmesi içerisinde olabilirken kadın katılımcılar sadece sevgi vermek gibi duygusal alanlarına dair ihtiyaçları konusunda görüş bildirmişlerdir. Anne yaklaşımı ile aynı biçimde kadın katılımcılar için babanın da yaklaşımı ile ilgili olarak kızma, azarlama davranışı şiddetli bir biçimde bulgularda ortaya çıkmıştır. Erkek katılımcılar ise olumsuz yaklaşım olarak sadece ilgilenmeme alanını belirtmişlerdir.

Bakım verenlerin yaklaşımlarının bireylere yansımalarına bakıldığında burada bir ayırımdan bahsedilebilir. Erkek katılımcılar bakım verenleriyle yakın bir ilişki kuramamak konusunda bir yakınmada bulunurken kadınlar ise daha çok yetersiz hissetme, içine kapanma, kendisine söylenen olumsuz özellikleri kabul etmesi, okul başarısının düşmesi gibi daha somut alanlarda ve benlik saygısı ile değerine karşı olumsuz değerlendirmelerde bulunduğu görülmektedir. Yapılan çalışmalar psikolojik şiddetle karşılaşmış kadınların kendilerini daha çok suçlama eğilimine girdiklerini ve benlik değerlerinin daha düşük olduğunu bulgulamıştır (Şahin, 2018). Alanyazında yapılan bu çalışmalar araştırma verileri ile tutarlı bir yerde olduğu söylenebilir. Aynı zamanda bakım verenlerin yaklaşımları kısmında kadın katılımcılar olumlu bir yansıma belirtmezken erkeklerin çeşitli olumlu yansımalar belirttikleri görülebilmektedir. Çeşitli kodlamaların temalarına bakıldığında zaman cinsiyetler arası bakım verenlerin yaklaşım farklılıkların bireylerin koşulsuz onaylanma tanımlarında da ilişkili olarak değişimler yarattığı söylenebilir. Erkek katılımcılar sorumluluklarının alınması olarak onaylanmayı tanımlamışlardır ve bakım veren davranışlarına bakıldığında da

kurdukları ilişki erkek bireyin sorumluluklarını bakım verenin yüklenmesine dayalı bir ilişki olduğu ve aynı zamanda bakım verenlerin erkek bireylere yoğunluklu olarak daha koşulsuz kabullenici bir yaklaşım içerisinde oldukları söylenebilmektedir.

Kadın bireyler ise bakım verenlerin yaklaşımlarında en çok kızma ve azarlama davranışını her iki bakım veren içinde ifade etmişlerdir. Kızma ve azarlama davranışı bireye kendisinin hasarlı, kusurlu hissetmesine sebebiyet verebilen ve dolayısıyla sevgiyi koşulsuz hissetmesinin önünde engel olabilen bir alandır. Aynı zamanda kızma ve azarlama bireyin kendisini huzursuz ve güvensiz bir ilişki içerisinde hissetmesine sebebiyet verebilmektedir. Bundan kaynaklı olarak kadın bireylerin koşulsuz onaylanma kavramlarında güven ve sevgi temalarının ön plana çıktığı düşünülebilir. Aynı zamanda bakım verenlerinin yaklaşımının yansıması olarak oldukça özgüven ve öz yeterlilik inançlarını zedeleyen bir yansımanın var olduğu söylenebilmektedir.

DEHB'li olmak ile ilgili görüşler alt kategorisi bölümünde yer alan DEHB hakkındaki görüşler ve DEHB'yi tanıtmak ile ilgili görüşler bölümünde, kadın ve erkek katılımcılar kendi deneyimlerinden yola çıkarak DEHB'yi tanıtmışlardır. DEHB tanısından konuşurken üç temel DEHB alanından bahsedilmektedir. Bunlar dikkat eksikliği, dikkati sürdürmemeye ile ilgili odak bozukluğu alanı; aşırı hareketli olma, huzursuzluk, tekrarlı davranışlar sergileme ve yerinde duramama ile ilintili hiperaktivite alanı ve aklına geleni yapan, dürtülerine göre eylemlerde bulunan sonucunda olumsuz deneyimlerle karşılaşa ve impulsif olan dürtüsellik alanıdır (Epstein vd., 2013). Çalışmaya katılan grubun yaptığı tanımlamaların içerisinde cinsiyetler arası farklılar olduğu söylenebilmektedir. Dürtüsellik ve motivasyon bulamamak kısımları her iki katılımcı kitlesi için de sıklıkla var olan bir yaşantı iken kadın katılımcıların zor bir hayat, yapılacakları ertelemek, zamanı verimsiz yönetmek gibi daha çok davranışsal ve yaşantısal problemlere yönelik açıklamalar yaptıkları görülmektedir. Erkekler ise kadınların bahsetmediği dikkat dağınıklığı ve odaklanamama görüşlerini dile getirmişlerdir. Alanyazına bakıldığı zaman sosyal çevrenin erkek çocuklarındaki dürtüsellik ve aşırı hareketlilik alanlarındaki yapılanmalarını, kız çocuklarına oranla daha kolay bir şekilde kabul alabildiğini göstermektedir. Kız çocuklarındaki DEHB'nin fark ediliş öyküsüne bakıldığı zaman genellikle bu alanın dikkat eksikliği alt tipi değil, uyumsuz

davranışlar üzerinde kendisini gösterdiği görülmektedir (Biederman, 1995). Yapılan çalışmalarla bulgulara bakıldığında zaman kadınların zor bir hayat, dürtüsellik, zaman yönetiminde problemler gibi daha çok davranışsal bir alanda yaşadıkları problemleri belirtmeleri, alanyazında görülebilen DEHB tanılı kız çocuklarındaki dikkat eksikliğinin göz ardı edilebilmesi ve genellikle şikâyetin dürtüsel veya aşırı hareketlilik kanalıyla birlikte gelmesine dair olan açıklamalarla uyumluluk gösterdiği düşünülmektedir. Bu kısımda kadınların dikkat eksikliği kısımlarında yaşadıkları zorlukların davranışsal alanlarda yaşadıkları zorluklardan daha az ön plana alındığı söylenebilir. Erkek katılımcıların ise dikkat eksikliği üzerinde daha fazla durabilmelerinin, dikkat eksikliği alt başlığında yaşadıkları zorluklara dair sosyal çevrenin de etkisiyle daha çok farkındalık geliştirebilmeleri sayesinde olduğunu düşündürmektedir.

DEHB tanısı almanın etkileri ile ilgili görüşlere bakıldığında kadınların erkeklere oranla zaman yönetimi tanımında daha çok sıkıntı çektiği görülmektedir. Erkek bireyler ise dikkat ile ilgili alanlarda unutkanlık, odaklanamama gibi zorlanmalardan bahsetmişlerdir. Aşırı odaklanma görüşü her iki cinsiyetin içinde en çok olumlu etkisi olan özellik olduğu görülürken. Erkekler de karşılaşılan en büyük olumsuz etkilerin ani öfkelenme ve dürtüsellik kısımlarında olduğu görülmektedir. Baruch ve arkadaşlarının, (1987), DEHB üzerine yaptıkları çalışmalar yetişkin DEHB'nin de erkeklerin daha çok anksiyete ve öfke problemleri ile birlikte kliniğe başvurdıklarını ifade etmektedir. Yetişkin DEHB tanısı alan kadınların ise erkeklere oranla kendi yaşadıkları psikiyatrik sorunların daha fazla farkında olarak kendilerinin psikiyatrik yardım talebinde bulunabildiklerini belirtmiştir. Cinsiyetler arasında yapılan bu farklı tanımlamalar alanyazındaki bilgilerle birlikte ele alındığında erkek katılımcıların impulsif davranışlarını kadınlara göre daha kolay bir biçimde dışarıya yansıtabildiği söylenebilir. Chodorow'un cinsiyet oluşumuna dair düşüncelerinde erkekliğin, maskülenite doğrultusunda toplum tarafından üretildiği söylenilmektedir (Chodorow, 1997). Bu bilgilerin ışığında kültür tarafından üretilmiş erk olabilmenin temelini olarak öfke duygusunun kabulü ve onayı olduğu söylenebilmektedir. DEHB tanısı alan erkeklerin DEHB semptomları arasında yer alan dürtüsel ve öfkeli davranışları tanımlamaları yaparken kadınların daha çok DEHB'e bağlı olarak yaşadıkları olumsuzluklarda öfke tanımını

yapmamaları, öfkenin erkek birey için kabul edilip onaylanan bir kavram olması fakat kültürün öfke kavramına kadında yer vermemesi bundan dolayı da kadın katılımcıların tanımlamalarında öfke ve dürtüselliğin bastırılmış alanlar olabileceği düşünülmektedir.

DEHB’li olmanın hissettirdiği duygular ile ilgili görüşleri bölümü incelendiğinde erkek bireyler daha çok yorgun ve kötü hissetmek tanımlarını yaparken kadınlar ise daha çok sıkışmış ve bunalmış tanımını yapmıştır. Özgüvensiz, kaygılı, sorumlu, stresli ve suçlu gibi olumsuz duygu tanımları yine sadece kadınların hissettiklerini belirttikleri duygulardandır. Erkekler mutlu ve özgür olumlu duygu tanımlamaları yapabilmışken kadınların bu tanımlamaları yapamadığı görülmektedir. Bu da kadınların DEHB’ye sahip olma ile ilgili daha çok olumsuz duygular ve tutumlar içerisinde olduğunu DEHB’nin varlığından kaynaklı olarak kendi benliklerine karşı olumsuz tutumlar içerisine daha çok girdikleri görünebilir. Erkek katılımcıların tanımlamaları bireysel durumlara daha çok yönelirken, kadın katılımcıların daha çok ilişkisel bir tanımlama getirdikleri söylenebilir. Sıkışmak ve bunalmak, tanımlamaları toplum tarafından kadın katılımcıların sahip olduğu DEHB özelliklerinin, erkek katılımcılara oranla daha az alan açıldığını düşündürmektedir. Aynı zamanda kadın katılımcıların olumsuz duygu tanımlamalarını daha sık bir biçimde yapması ve erkek katılımcıların özgür tanımını yapabilmesi, DEHB algısının cinsiyet üzerinde farklılaştığı şeklinde yorumlanabilir.

DEHB’nin hayatına olan etkisi ile ilgili görüşleri bölümünde okul ve sosyalleşmede zorlanma yaşamak her iki cinsiyet içinde aynı öneme sahip olan bir tanım olarak öne çıkmaktadır. Erkekler umursamaz olmak, sosyal ortamlara kolay adapte olmak ile ilgili tanımlamalar yaparken kadın katılımcılar DEHB’yi açıklamak zorunda kalmak ve sessiz kalmak gibi DEHB’yle ilgili olan etkileri sosyal olarak uyumlu bir seviyeye getirmeye çalıştıkları söylenebilir.

DEHB’li olmanın hissettirdiği duygular ve DEHB’nin hayatına etkisi ile ilgili görüşlerdeki başlıklara bakıldığında kadın katılımcıların DEHB ile ilgili olarak olumsuz duygu ve tutumlara sahip oldukları erkeklerin ise DEHB ile ilgili olumlu deneyimlere ve duygular tanımlayabildikleri görülmektedir. Kohut (1984), bakım verenlerin bireyin benliğine yönelik verdikleri kronik onaylamama tepkilerinin, çocuk tarafından yoğun bir utanç duygusunu yarattığını

söylemektedir. Bu utançtan mütevellit çocuğun, benliğinin bu kısmını, kendiliğinin ana çekirdeğinden ayırdığını ve bunu yaparken dikey- inkâr etme veya yatay- bastırma savunmalarını kullandığını ifade etmiştir. Çocuğun bu utanç duygusunu tekrarlı bir biçimde yaşamamak ve kendilik nesnesini kaybetmemek için otantik olanı yok sayıp bastırdığını ve kaçındığını belirtir. Kohut (1971), bu reddedilme ve onaylanmamanın kendiliği parçaladığını ve bütün bir kendilik algısı oluşumunu engellediğini söyler ve reddedilen kısmın kendilik yarığının diğer kısmına atıldığını ekler (akt. Wolf, 1988). Bu durum sonucunda sahte bir kendilik oluşumunun tohumlarının atıldığı söylenebilir (Lee ve Martin, 1991). Katılımcıların DEHB’li olmanın hissettirdiği duygularla ilgili olarak kadınların tanımlarında utanç ile ilişkili olabilecek suçlu, sorunlu ve özgüvensiz tanımları bulunmaktayken erkek katılımcıların ise onaylanma ile korele olabileceği düşünülen mutlu ve özgür olabilmeye dair tanımlar yapabildikleri bulgulardan görülmektedir. Kohut’un (1971) kendilik ile ilgili açıklamasından bakılarak DEHB tanısı almış kadın katılımcıların, erkeklere oranla DEHB özellikleri üzerine yaptıkları açıklamalara bakılarak sahte bir kendilik geliştirme olasılıklarının daha yüksek olabileceği söylenebilir. DEHB’nin hayatlarına olan etkisine dair açıklamalar da kadınların “açıklama yapmak zorunda kalmak” ve “sessiz kalmak” tanımları ile birlikte DEHB’ye dair özelliklerinin toplum tarafından yadsındığı ve bundan kaynaklı olarak erkek katılımcılara göre daha fazla bu özellikleri bastırdıkları düşünülmektedir.

DEHB özelliklerinin bakım verenleriyle olan ilişkisine etkisi ile ilgilisi Görüşleri bölümündeyse benzer bir biçimde katılımcıların yaptıkları tanımlardan cinsiyetler arası farklılıklardan yine söz edilebilmektedir. Erkek katılımcıların, DEHB’nin bakım verenleriyle olan ilişkisi için en yoğun şekilde yaptıkları açıklama bakım verenlerine görece daha bağımlı şekilde olmalarıdır. Erkek katılımcılar için, “sorumluluk verme” ve “ihtiyaçlarını karşılama” tanımları hem anne hem de babanın yaklaşımları içerisinde ve koşulsuz onaylanma başlığı içerisinde yer aldığı görülmektedir. Bu başlık içerisinde sonucuna ulaşmak istenilen alan DEHB tanısına sahip olan erkek katılımcıların kadın katılımcılara göre ailelerinden daha çok destek ve onay alabildikleri bir bakım veren- çocuk deneyimi yaşayabildiklerini gösterebilmektedir. Aynı zamanda katılımcı

erkeklerin, bakım verenleri ile bağımlı bir ilişki kurma eğilimlerinin var olduğu verdikleri yanıtlardan çıkarılmaktadır. Bunun yanı sıra katılımcı kadınlar ise bakım verenleriyle kurdukları ilişkide “sorumsuz buluyorlar” ve “söyleniyorlar” tanımlarını en sık şekilde belirtmişlerdir. Bu sıklık, kadın katılımcıların bakım verenleri ile kurdukları ilişkide DEHB sebebiyle sahip oldukları özelliklerinin olumsuz ve yıkıcı etkileri olduğu söylenebilmektedir. Sağlıklı bir benlik gelişimi için yeteri kadar verilmesi gereken onay, ilgi, bakım ve sevginin süregelen şekilde bakım veren tarafından çocuğa verilmesi gerekliliği bilinmektedir (Akarsu vd., 2017). Bu bulgulara bakıldığında özellikle kadın katılımcıların Kristeva (2014)’nın bahsettiği abjektenin yani tiksindirici dışsallaştırmanın bakım verenler tarafından kız çocuğun kendi benliğinde var olma haline kızma, bağırma onaylamama gibi davranışlarla yönlendiği söylenebilmektedirken erkek katılımcıların bakım vereni tarafından DEHB sebebiyle sahip olduğu özelliklerin daha çok korunup kapsandığını söylemek mümkündür. Winnicott’ın (1960), kapsayıcı çevre ortamının burada erkek katılımcılar için onaylanma ve kabul edilme anlamında daha yoğun bir şekilde var edildiği savına ulaşılabilir.

DEHB özelliklerinin diğerleriyle ilişkilerine olan etkisi ile ilgili görüşler bölümüne bakıldığında her iki cinsiyet içinde en çok ilişkilerini etkilediklerini düşündükleri temel nokta dinlemediklerinin düşünülmesi tanımıdır. Bu tanımın olumsuz bir biçimde ilişkilerini etkilediklerini söylemektedirler.

DEHB kaynaklı gizlediği durum ve özellikler ile ilgili görüşler bölümüne bakıldığında zaman cinsiyetler arasındaki görüş farklılıkları ön plana çıkmaktadır. Erkek katılımcılar daha çok saçını yolması, tik sahibi olması, uzun süre hareketsiz kalamaması gibi davranışsal eylemleri gizleme yönüne giden tanımlar kullanmışlardır. Bunun yanı sıra konuşulanları dinlememesi ve sorumluluklarını bakım verenlerine yaptırması görüşlerini bildirmişlerdir. Kadın katılımcılar ise dürtüsel davranışları daha çok gizlediklerini belirtmişlerdir. Gizledikleri ve sakladıkları davranışları belirtme sıklıkları erkekler katılımcılara oranla yaklaşık 2,5 kat olmaktadır bu da erkeklere kıyasla daha çok davranışı sakladıklarını düşündürmektedir. Aynı zamanda derse katılmama, dikkatin dağılması ve dağınıklık gibi odaklanma problemi alanındaki sorunları daha sık sakladıklarını belirtmişlerdir. Kadın katılımcıların burada erkeklere göre çok daha yoğun bir

alandaki saklanma, gizlenme davranışı gösterdiği söylenebilir. Winnicott (1960), benlik yapılanmasını açıklarken, öznenin gerçek benliğini tam anlamıyla ortaya koyabilmesi için koşulsuz onayın ve tümgüçlülüğün yaşanılmasının önemini vurgulamıştır (Sariso, 2016). Onaylanmayan özne, varlığını tehdit altında hissedecek ve onaylanmaya doğru ilerleyecek nesnesine yönelik tepkilerle birlikte kendi gerçek benliğinin taraflarını gizleyerek sahte benliğini oluşturmaya başlayacaktır, der. DEHB kaynaklı özelliklerin kadın katılımcılar için daha yoğunluklu olarak saklandığını söylemek mümkündür. Önceki başlıklarla da tutarlı olarak katılımcı olan kadınlar için “dürtüsellik” tanımının sıklıklı bir biçimde saklamaya çalışıldığı ve sahip oldukları DEHB özelliklerinin koşulsuz kabulünün olmadığı söylenebilir. Katılımcıların “Dikkat Eksikliği ve Hiperaktivite Bozukluğu’na Sahip Olmak” başlığı altındaki yanıtlara bakıldığında kadın katılımcıların gerçek benliğinin parçası olan DEHB sebebiyetli özelliklerini, parçalayıp bastırma yönüne gidebildiklerini ve bakım veren ile çevreye uyumlu olabilmek adına sahte benlik yapılanmasının erkek katılımcılara oranla daha şiddetli olacağına dair bir sav ortaya konulabilir.

Jeammet (2016), söze dökülemeyen şeyin patolojiyle beraber kendisini var etmeye ve duyurmaya çalıştığını, eylemle var etmeye çalıştığını söylemektedir. DEHB’ye baktığımızda dürtüsellik ve hiperaktiviteye dair olan manik savunmalar, benliğin ifade edilemeyen ve ifade edilemedikçe artan kaygılarıdır. Katılımcıların saklamak zorunda hissettikleri ve söze dökemedikleri alan yine ve yeniden kabul alamadıkları için sakladıkları zorlantılar olarak kendisini göstermektedir. Birey, birincil gelişim süreçleri içerisinde bütünleşmeyi gerçekleştirmezse eğer yani bakım veren tarafından tam anlamıyla kapsamadığında, kapsamayan alanlarını bütünleşmenin dışarısında bırakacak ve parçalanacaktır (Winnicott, 1945). Parçalanan, söze dökülemeyen, istenmeyen benliğin bu kısmı DEHB ile birlikte eyleme dökülecektir. Katılımcıların bahsettiği, saç çekmeler, dürtüsellik, zaman yönetimindeki sıkıntılar, bacak sallamalar, simgeselleştirilmeyen ve kapsamayan kaygıların eyleme dökülmesi olduğu söylenebilir (Roman, 2014). Bakım verenin, çatışmaları simgeselleştirmediği yerde eyleme dökme başlamaktadır (Bion, 1965). Kapsanılmayan gerilim kendisini bir biçimde dışarıya vurmaktadır ve bu kısımda da DEHB’li kadın ve erkek katılımcıların DEHB’e dair dışsallaştırdıkları şeyden

saklanmaları, gizlenmeleri ve bunlardan kaynaklı yaşadıkları sahte benlik kalıpları görülebilmektedir.

DEHB kaynaklı durum ve özellikleri gizleme nedenleri bölümüne bakıldığında katılımcı erkekler sadece tuhaf görünmesi tanımını yaparken katılımcı kadınlar hem tehditkâr unsurlarla karşılaştıklarını hem de olası tehditlere karşı önlem almayı belirtmişlerdir. Burada cezalandırılma, azarlanma, aşağılanma, eleştirilme, yetersiz hissettirilme, sevilmezlik, tembihlenme gibi oldukça yıkıcı ve benliği örseleyici tanımlara yer vermişlerdir. Bu sonuçlara bakılarak DEHB tanısının kadın katılımcılar üzerindeki yaşantısının erkek katılımcılara göre daha yıpratıcı, daha kabullenilmeyen ve daha tehditkâr bir alanda olduğu söylenebilmektedir. Aynı zamanda DEHB'yi saklanması ve gizlenmesi gereken bir şey olarak görmek bakım verenlere ve çevreye uyumlanma davranışı sergilemeye yönelik görüşlerin kadın katılımcılar tarafından daha fazla ifade edilmesi burada kendi gerçek benliğini ortaya koyma konusuna dair zorlanmalar olduğunu gösterebilmektedir. Nesne ilişkilerinde benlik gelişiminde, öznenin benliğini ortaya koyma çalışırken, bakım veren nesnenin bu çabaya destek vermesi ve kolaylaştırması gerekmektedir. Gerçek benliğin gelişebilmesi için öznenin, nesnenin kabulüne ve takdirine ihtiyacı vardır. Özgün olan tarafları, yansıtılıp desteklenirse özne, benliğin temel alanlarının farkına varmaktadır. Bunun olmadığı durumlarda özne benliğinin özgün doğasında var olamadan kendisini bir uyumlanma süreci içerisinde bularak sahtelikler inşa edecektir (Cori, 2018). Ve buradaki özgün ve gerçek olan benlikten kopuş benlik kavramını olumsuz bir yerde çocuk için onaylanmayan, abjektleştirilen bir alana konumlandırmasına sebebiyet verebilir.

DEHB üzerine yapılan araştırmalarda, olumsuz benlik algısının DEHB'li çocuklarda oldukça yoğun şekilde görülebildiği belirtilmektedir (Dumas ve Pelletier, 1999). DEHB'li çocukların sosyal alanlardaki yetersizlik hissinden kaynaklı ortamda akran çocuklar ile ilişki geliştirmede ve etkileşimde zorlanmalar yaşadığı bulunmuştur (Barber, Grubbs ve Cottrel, 2005). Bu zorlanmalarla sosyal reddedilme bir araya geldiğinde düşük bir benlik saygısı ve olumsuz bir benlik algısı DEHB'li çocukta ortaya çıkabilmektedir (Gentschel ve McLaughlin, 2000). Katılımcıların kendi deneyimlerine dair açıklamalarıyla birlikte DEHB ve benlik arasındaki ilişkiye baktığımızda DEHB sebebiyle sahip

olunan özelliklere dair yaptıkları tanımlar hem erkek katılımcılar hem de kadın katılımcılar için onaylanmayan davranış çıktılarına sebebiyet verdiği ve sahte benlik yapılanmasında etkisi olduğu düşündürmektedir. Fakat aynı zamanda Winnicott'ın da bahsettiği üzere sahte benlik katmanları arasında erkek ve kadın katılımcılar arasında, erkek katılımcıların DEHB ile ilgili olarak onaylanan ve olumlu deneyimler içerebilen tanımlarıyla ele alındığında, belirgin bir katman farklılığı olabileceği kadınların sahte benlik yapılanmalarının daha katı bir sahte benlik yapılanması olabileceği düşünülmektedir.

Çalışmanın bulgularında kadın katılımcıların tanımlarının tehdit algısının oldukça yüksek bir alanda konumlandığı görülmektedir. Aynı zamanda kadınların utanç, suçluluk, korku vb. gibi olumsuz duygusal yaşantılara dair yaşantılar Kristeva ve Chodorow gibi cinsiyet alanında çalışmalar yapan analistlerin kuramlarıyla tutarlı bir yer tutmaktadır. Chodorow (1978), cinsiyet kavramının asimetrik bir biçimde oluştuğunu belirtmektedir. Chodorow, kadınlığın daha uyumlu ve ilişkisel bir şekilde anneliği merkeze alarak oluşturulduğunu belirtmektedir. Erkekliğin ise, toplum tarafından sonradan yapılan olduğunu belirtmektedir. Ve kadınsı olanın kaybı ile elde edildiğini öne sürmektedir. Toplum tarafından kendisine özgürlük, öfkeli olma, güçlü olmak gibi maskülen özellikler atfedildiğini söylemektedir. Kadının kendi benlik kavramını oluştururken, erkekten farklı şekilde anneliğe ve bakım verme yönüne doğru iktidar tarafından baskılandığını belirtmektedir (Burr, 1998: 92). Chodorow'un görüşlerine paralel bir biçimde çalışmanın bulgularında kadın katılımcıların DEHB sebebi ile sahip oldukları özellikler sebebiyle kendilerini daha çok gizlemek zorunda kaldıklarını ve kendilerini iktidar ile bir uyum davranışı göstermek zorunda kalarak dürtüsellik ve aşırı hareketliliğe dair alanlarını bastırmak zorunda kaldıkları düşünülebilir.

Bakım verenlerle kurulan ilişki içerisinde bakım verenin Bion'un (1962) bahsettiği gibi ham olan beta ögelerini, uygun bir biçimde dönüştürücü bir işlevle alfa ögesine çevirmesi gerekmektedir (Ogden, 2018). Bakım verenler bebeğin kaygılarını, korkularını ve geri kalan tüm bu ham ögeleri alfa işleviyle kapsamalı ve bebeğe anlamlandırarak alfa ögeleri olarak geri vermelidir bu sayede bebek anlamlandıramadığı ham ve zarar verici ögelerinden korunabilir ve kendine dair, dünyaya dair ilk anlamlarını da oluşturur. Duygusal bir anlamda kapsamayan ve

müsaait olmayan ihmalcı bir bakım veren bebeğin beta ögelerinin, “gerçek, yaşayan ve iyicil nesneler” biçimine dönüşmesine imkân tanımamaktadır ve bu da bebeğin “ölü ve gerçek dışı” beta ögelerle tek başına kalmaktadır (Lopez-Corvo, 2005). Bu beta ögelerinin izlerini DEHB’li bir bebeğin manik savunmaları ve dikkatle bağ kuramamaları içerisinde görebilmek mümkündür.

Alfa işlev bakım veren tarafından çalışmadığında, duyuşsal olan izlenim bebek için sindirilemez, anlaşılamaz birtakım duyular olarak kalır ve yıkıcı ögelere dönüşür, bebeğin dünyayı anlamlandırabilme ve iyicil, gerçek bir pencereden bakabilmesi için bakım verenin düşlemlenmesinin bebek tarafından içe alması gerekmektedir (Sandler, 2005). Özellikle katılımcıların DEHB ile ilgili açıklamalarına dair olan bu alana ve etkilerine bakıldığı zaman, DEHB sebebiyetli özellikle beta ögeler içerisinde kalan ve bakım veren tarafından kabul edilmeyip, dönüştürülmeyen öğelermiş gibi görünmektedir. DEHB ile ilgili olan nitelikler özellikle de kız çocuklar için oldukça ham ve korkutucu, yer yer cezalandırıcı ve ortadan kaldırılması gereken nitelikler olarak tanımlanmıştır. Bu kısımda düşünülen şey bakım verenin kapsamadığı ögenin, öznenin kendisi tarafından kapsanmayacağı ve tanımlanmayan- korkutucu öge olarak içsel sürecinde yer alacağı düşüncesidir. Kadın katılımcılar, DEHB ile ilgili özelliklerinden ve konumlarından bahsettiklerinde erkek katılımcılara kıyasla bakım verenleri tarafından daha az kapsanmıştır bundan sebebiyet DEHB’e ait olan ögelerin alfa işlevleriyle birlikte alfa ögelere dönüştürüldüğü söylenebilir.

Çalışmanın bu kısmının sonucunda kadın katılımcıların, bakım verenler ve bakım verenleri de şekillendiren iktidar tarafından DEHB özelliklerine dair koşulsuz kabul ve kucaklayıcı çevresel ortam gibi kaynaklardan muaf bir şekilde büyütüldüklerini söylenebilir.

Bakım Verenleri ile Kurduğu İlişki ile İlgili Görüşler bölümünde görülmek istenen şey katılımcıların, bakım verenleri tarafından sağlıklı benlik gelişimi için gerekli olan “yeteri kadar iyi anne” ve “kucaklayıcı ve destekleyici ortamı” cinsiyetleri ve DEHB özellikleri de dikkate alınarak kendileri ile bakım verenleri arasındaki var olan ilişkide nasıl bir konum oluşturduğunu anlamak ve olası sahte benlik inşasında bu konumun nasıl bir yer kapladığını görebilmek amaçlanmıştır.

Bakım Veren Tarafından Koşulsuz Onaylanma ile İlgili Görüşler bölümünde hem kadın katılımcılar hem de erkek katılımcılar aynı sıklıkta “koşulsuz onaylanmadım” tanımını belirtmişlerdir. Her iki cinsiyet de bu görüşe sebebiyet veren etmenin hatalarının yüzüne vurulması davranışı olduğunu söylemiştir. Erkek katılımcılar ayrıca, koşulsuz onaylanmadım tanımının yanı sıra koşulsuz onaylandım yanıtını da verebilmişlerdir. “Özgür bırakılması” ve “istediğinin yapılması” tanımlarıyla birlikte erkek katılımcıların, kadınlara oranla koşulsuz onay ve kabulü alabildikleri bir yer olduğu söylenebilmektedir. Bakım veren ile özdeşleşim sürecinin kız çocuklarında erkek çocuklara göre daha uzun ve sürekli olduğunu söyleyen Chodorow (1997), bunun kız çocuğunun ayrışma ve bireyleşme süreçlerini yaşamasına engel yaratabildiğini belirtmiştir. Bu engel dolayısıyla erkek çocuğa göre kız çocuğu, belirgin bir benlik sınırına sahip olamayacaktır. Bu sistemin kız çocuklarını ilişkiselliğe mahkûm ederken erkek çocukların da ilişkilerden uzaklaştırılır. Bu düşüncelerle birlikte bulgular ele alındığında erkek katılımcıların kendilerini özgür ve istediğini yapabilen bir konuma koyabilen yerde olmalarının zemininde iktidar sisteminin kadının benliğini var olan haliyle koymayı zorlaştırırken erkeğin ise sınırlar inşa etmesine teşvik etmesi yatıyor olabileceği düşünülmektedir.

Winnicott, depresif hisseden annelerin çocukları üzerinde yaptığı çalışmalarla birlikte bu çocukların depresif anneyi eğlendirme yönünde bir zorlantı hissettiklerini fark ederek bu doğrultu üzerinden sahte bir benlik organizasyonu oluşturmaya başladıklarını gözlemlemiştir (Mont ve Sollod, 2003). Yani temelde sahte benliğin hoşnutsuz olan ebeveyni hoşnut edebilmeye yönelik uyumlanma zorlantisına maruz bırakılan süreçtir diyebilmekteyiz. Burada bakım verenin, çocuğa dair hoşnutsuz veya hoşnut bir durumda olup olmadığına bakılırken öznenin, bakım veren gözündeki kimliği ve konumunu da ele almak gerekebilmektedir. Foucault, öznenin, beden ve kimliği ile birlikte var olan, inşa edilen bir varlık olduğunu söylemektedir. Öznenin varlığını inşa edenin ise özneyi tahakküm yani boyundurluğu altına almış olan iktidardır, der. Öznenin, kurumlar ve söylemlerden, bağımsız olmadığını belirtir. Yapılar ve söylemler öznenin hem taşıdığı ve şekillendiği hem de hedefi olduğu ana iktidar düzenleyecileridir. Foucault’un iktidar ve özne ilişkisine bakıldığında, öznenin, onu biçimlendiren iktidarın, nesnesi olduğunu söylemektedir. Yani birey, var

olurken iktidarın söylemiyle birlikte varlığını şekillendirebilmektedir. Foucault'un kuramındaki iktidar, Chodorow, Kristeva ve Lacan gibi analistlerin kendi kuramlarında var ettikleri iktidara benzer biçimde, bir ötekinin başkasını biçimlendirip, şekillendirmeye ve onu yönetmeye yönelik kurduğu ilişki biçimidir. İktidar bu pencereden bakıldığında, var olunan toplum ve bu toplumun inanışları ile birlikte bakım verenler üzerinden çocuğa aktarılan yapılar, söylemler ve sistemsal bilgiler olabilmektedir. Bakım verenler kendi iktidarlarının cinsiyete dair inanışlarını, özneye atadıkları bu kuramlar ışığında söylenebilir.

Foucault için özne; denetim ile birlikte bir ötekine tabii olan- uyumlanan özne veya kendi kimliğine öz bilgi sayesinde bağlanmış olan özne olarak iki temel anlamdadır (West, 1998: 236). Bu pencereden bakıldığı zaman iktidarın yani aile yapısında bakım verenlerin de bireyin sahte benlik inşası üzerinde iktidara uyumlanma ve iktidarı hoşnut etme üzerinden inşa edilebileceği düşünülmektedir. Bireyin benliğinin inşasında iktidar söylemi üzerinde boyun eğerek yapılmakta ve birey bu şekilde öznellemektedir (Foucault, 2005a).

Foucault'un öznesi, anlamın ve iktidarın kaynağı değildir. Özne ilk andan itibaren iktidarın tahakkümü ile el koyduğu söylemler ve işaretlerle, bilinci donatılmaktadır. Ve birey, söylemlerle özne olarak üretilmektedir (Game, 1998).

Winnicott, benlik oluşumuna dair olan nesne ilişkileri kuramında uymanın biçiminin öneminden bahsetmektedir. İç veya dış baskılar karşısında kendi duygularına dair farkındalığını kaybetmeden temas halinde olabilmesi, kendi gerçek benliğini koruyabilme yönünde bir alan sağlayabildiğini düşünmektedir. Uyma baskısına, iktidar ilişkilerine karşı bireyin kendi üzerine düşünme ve kendisiyle temas kurma halinin gerçek benliğin çekirdeğini korumaya dair mücadelesinde önemli olabileceğini belirtmiştir (Winnicott, 1964a, s.66).

DEHB Kaynaklı Özelliklerin Koşulsuz Onaylanması ile İlgili Görüşler bölümüne bakıldığında her iki grubun benzer derecede onaylamadılar görüşünü söyledikleri görülmektedir. Zorlandığını kabullenmemeleri tanımı en ortak onaylanmama görüşüken erkek katılımcılar aynı zamanda sorumluluklarını desteklememeleri ve başkalarına savunmamaları tanımlarını yapmıştır. Kadın katılımcılar ise DEHB kaynaklı özelliklerinin şımarık bulunduğundan,

aşağılandığından ve değiştirilmeye çalışıldığından bahsetmiştir. Bu görüşlere bakılarak onaylanma ve DEHB özelliklerinin bakım verenleri kabullenilmesi kısmında erkek katılımcıların daha avantajlı bir konumda var olabildiğini söylemek mümkündür. Aşağılanma ve değiştirilmeye çalışılmama gibi avantajlar bireyin kendi gerçek benliğini daha kolay ortaya koyabilmesini sağlayabildiği düşünülmektedir. Kadın katılımcıların “aşağılanma” tanımları ise Kristeva’nın (2007), “abjekt” kavramını akla getirmektedir. Abjekt, genellikle kadın bedeni ve öznesi üzerinden yapılan toplumun dışsallaştırdığı ve iktidarı tehdit eden, bozan “şey”dir. Abjekt iktidarın devamlılığı için sürgün edilip yok edilmelidir (Kristeva, 2007).

Hem erkek hem de kadın katılımcıların tanımlarına bakıldığında DEHB ile ilgili özelliklerinin bakım verenleri tarafından koşulsuz kabul edilip onaylanmadığı çalışma örneklemini için konuşulabilmekteyken, kadın katılımcıların erkekler katılımcılara oranla daha fazla DEHB ile ilgili olarak yıpratıcı deneyimler yaşadıkları söylenebilmektedir.

Bakım Verenlerin Çocuklukta Sunduğu Ev Ortamı ile İlgili Görüşler bölümüne bakıldığında katılımcıların erken dönem ev ortamı deneyimlerine dair bilgiye ve görüşlerine ulaşmak istenmiştir. Kucaklayıcı, dengeli ve tutarlı bir ev ortamının varlığı, bireyin kendi benliğini ortaya çıkarabilmesi için ebeveynlerinin varlığına olan güveni ve bakım verenlerinin onu her şekilde kapsayacağı inancına sahip olması oldukça önemlidir.

Ev Ortamı ile İlgili Görüşleri bölümüne bakıldığında kadınlar daha yoğun bir şekilde kaotik bir ev ortamı tanımlarken erkekler eğlenceli, huzurlu, kaotik, ilgili veya ilgisiz gibi birden çok daha geniş bir alanda tanımlamalar yapmışlardır. DEHB tanılı kadın katılımcıların, erkeklere göre daha kaotik bir ev ortamı deneyimine sahip oldukları söylenebilmektedir. Ev ortamının hissettirdiği duygulara bakıldığında ise kadınların erkeklere nazaran fedakârlık ve empati gibi kendini feda ve uyumlanmaya yönelebilen duygular içerisine girebildikleri görülmektedir. Kadın ve erkek katılımcıların her biri ev ortamını ortak ve sık bir biçimde tutarsız ve güvensiz olarak tanımlamışlardır. En sık bu alanda şikayetçi oldukları alan ise söylemlerin değişmesi alanı olmaktadır. Tutarlı ve güvenilir bir ev ortamı görüşünü ise hiçbir kadın birey vurgulamamıştır. Erkek katılımcılar da ise çocukların ihtiyacını karşılaması ve söylediklerinin gerçek düşünceleri

olmaması tanımlarıyla güvenilir ve tutarlı bir ev ortamında olabildiklerinden bahsetmişlerdir. Kadın katılımcılar olumsuz, tutarsız ve güvensiz ev ortamı sebebiyle kendilerini suçlama, kendilerini sorgulama ve arkadaşının olmaması gibi kendilik algısına yönelik olumsuz etkiler ve yansımalarla sebebiyet verebilirken erkekler katılımcılar ise insanlara güvenememek gibi ilişkileri olumsuz etkileyebilen bir yansımanın var olduğunu belirtmişlerdir. Buradan hareketle çalışmaya katılan kadın DEHB'li bireylerin çocukluk döneminde tutarsız ve güvensiz bir ev ortamı gerçeğini erkek DEHB'li katılımcılara göre daha yoğun ve benlik algısını yıkıcı bir şekilde deneyimledikleri söylenebilmektedir.

Zihin içerisinde duygusal bağların kurulabilip sürdürülmesini sağlayan kapsayıcı sistemler, bağlanmalarla birlikte gelişir, bu ihtiyaç bireyin kendi benliğini bu duygusal bağlar içerisinde tanımlamasıyla ve var etmesi ile oluşmaktadır (Bion, 1985).

Benlik ile İlgili Görüşler ile ilgili bölümde bulgulanılmak istenen şey, katılımcıların sahip oldukları bakım veren ilişkisi, DEHB tanısına ait özellikler ve cinsiyet faktörü kapsamında nasıl bir benlik inşa edebildiklerini, bu benliğe dair memnuniyetlerinin nasıl bir konumda olduğunu, kendi gerçek benliklerini nasıl deneyimleyebildiklerini ve sahte benlik yapılanmasına sahiplerse eğer bu benliğin nasıl bir alanda olduğunu görmeyi amaçlamaktadır.

Benliğin İfade Ettiği Anlam ile İlgili Görüşlere bakıldığında kadın ve erkek bireyler kişiyi oluşturan özellikler tanımında ortak noktada bulunmuşlarken çalışmaya katılan kadın kimlik, dış dünyayla aramızdaki çizgi ve kişisel alan gibi kendini var edebilmeyi, ayrışabilmeyi ve kendini ortaya koyabilme sınırlarını ifade eden uyumlanmaktan çıkıp kendisi olabildiği ve bundan zarar görmediği bir alanı tanımlamışlardır. Erkek katılımcıların ise tek başına hayat sürmek, kendini tanımak, kişinin arzuları ve istekleri gibi daha çok kendi benliğini sevebilmek ve kabul edebilmek ile bağımlı bir ilişkiden ayrılabilme konusunda görüşler bildirmişlerdir. Benlik ikilemi yaşayan kişiler yani hem sahte bir benlik yapılanması hem de gerçek benliğe dair çatışma yaşayan bireyler, kendi benliklerini bütünleştirmekte zorlanmakta ve sürekli olarak sevilen, onaylanan birisi olup olmadığını sorgulamakta ve buna uyumlanmakta ama aynı zamanda ben olamamakla ilgili sıkıntılar yaşamaktadırlar (Guidano ve Liotti, 1983).

Benlik Gelişimini Tamamlama ile İlgili Görüşler bölümünde benzer biçimde hem kadınlar hem de erkekler tamamlamadıklarını düşünmektedir. Kadın katılımcıların bu şekilde düşünmesinin sebebine bakıldığında yaşam boyu benliğin geliştiğini düşünmeleri, değişmesi için baskılanması görüşleri etkili olmaktadır. Burada kadınların DEHB kaynaklı hissettiği özelliklerden olan yetersizlik hissinin benlik gelişimi üzerinde kendisine bir yankı bularak sürekli bir değişim gelişim arzusu yönünde ilerlemesine sebebiyet verdiği düşünülebilmektedir. Erkek katılımcılar ise hata karşısında tepki göstermemesi, kendini tanınamaması ve tutarsız olması tanımlarıyla benlik sürecinde bütüncül ve tutarlı bir benlik algısına sahip olmadığı düşüncesini yaratmaktadır. Kendisini bakım verenleriyle bağımlı ve sorumluluklarını veren bir ilişki içerisinde tanımlayan erkek katılımcıların bu sebeplerden dolayı kendiliklerine dair içgörülerinin kısıtlı bir yerde olabileceği de söylenebilir. Erkek katılımcılar benlik gelişimini tamamladığını düşünmezken kadın bireylerden bazıları hırslı olmaması, kendini tanıması ve kendini iyi ifade etmesi tanımlarıyla beraber benlik gelişimini tamamladıklarını düşünmektedir. Bakım verenleri ile DEHB özellikleri ile kurdukları bu yıpratıcı ilişkideki kendilerine yönelttikleri oklar sebebiyle bu kişilerin benlikleri üzerinde daha çok düşündükleri ve benliklerine dair daha bilinçli bir konumda oldukları söylenebilir.

DEHB Kaynaklı Özelliklerinin Benlik Gelişimine Olan Etkisi ile İlgili Görüşlere bakıldığında yetersiz hissetmek her iki cinsiyet içinde ön plandadır. Başarısız olmak, iş hayatına adapte olamamak, olumsuz özelliklerine odaklanmak gibi daha çok kendilik üzerine olumsuz tutumlar geliştirirken erkekler daha çok umursamaz görünmek, özsaygının zedelenmesi gibi daha dışsal süreçlere de vurgu yapabilmektedir. Bunun sebebi olarak bakım verenlerin büyüme döneminde erkek çocuklarına yönelik olarak daha kabullenici ve sorumluluklarını, sorunlarını azaltan bir tutum içerisinde olması kadınlar gibi kendi yetersizlikleri üzerine yönelmelerine dair koruyucu bir alanda olabilmektedir.

Bakım Verenlerin Benlik Gelişimine Olan Destekleri ile İlgili Görüşleri bölümünde bakım verenlerin benlik gelişimindeki destekleyici ve kucaklayıcı profili görülmek istenilmektedir. Her iki cinsiyette destekliyorlar yanıtını daha güçlü bir biçimde vermişlerdir. İhmalkarlık her iki cinsiyetinde ortak olarak

belirttiği desteklenmeme tanımıdır. Erkek katılımcılar aynı zamanda DEHB özelliklerinin bakım verenleri tarafından benlik gelişiminde dikkate alındığını belirtmişlerdir. Bu da DEHB tanısına karşın bakım verenlerinin, erkek katılımcılara daha kabullenici bir yapıda olduğu görülebilmektedir.

Bakım Verenlerin Kendisi Olmasına İzin Verme ile İlgili görüşlere bakıldığında izin vermiyorlar görüşü baskın şekilde ortaya çıkmıştır. Kendi yerine karar almaları, yetenekli olduğu alanı keşfedememeleri ve kararlarını desteklememeleri görüşleriyle birlikte bakım verenlerin baskıcı ve kendileri olmalarına müsaade etmeyen bir tavır içerisinde oldukları söylenebilmektedir. Kadın katılımcılar izin veriyorlar yanıtını hiç vermezken erkek katılımcılar alan tanımak ve ilgi alanlarını desteklemek tanımlarıyla kadınlara göre kendileri olmalarına daha fazla olanak tanınan bir alanda olduklarını belirtmişlerdir. Özkazanç (2013), “kadın” iktidar tarafından yapılan en büyük sınırlandırılmış tanımlardan birisi olduğunu söylemektedir ve bu tekel içerisinde gelişen kadın ve kadın olmayan yani erkek tanımları, bazı bireylerde cezalandırmalara sebebiyet verirken bazı bireylerde ise gurur kaynakları oluşturmaktadır, der. Kadın katılımcıların kendi otantik benliklerine ve uyumlanmaya yönelik verdikleri cezalandırılmaya yönelik yanıtlar, katılımcıların erkeklere göre “kadın” benliği içerisine sıkıştırılıp daha sert bir biçimde uyumlandırılmaya çalışıldığı düşünülmektedir.

Bakım Verenlerin Memnuniyeti ile İlgili Görüşler bölümünde kadın ve erkek katılımcıların bakım verenlerinin onları onaylayıp var oldukları benliğe dair memnuniyet seviyeleri bilgisine ulaşılmak istenmiştir. Memnunlar görüşü kadın katılımcılar tarafından daha çok ifade edilirken içeriğe bakıldığında ebeveynlerinin beklentilerini karşılaması yanıtını vermektedirler bu yanıt sahte benliğin önemli bir sebebi olan uyumlanmak, bakım verene göre şekillenmek gibi bakım verene göre benliği yönlendirmeye vurgu yapmaktadır. Chodorow (2023), kadın benliğinin oluşumunun ilk evrelerinde uzun bir süre ilişkiye maruz kalması sebebiyle erkek benliği kadar ayrışamayan ve bireyleşemeyen bir alanda olduğunu dile getirmiştir. Kadın katılımcıların onay ve memnuniyet hissiyatlarını aldıkları alanın Kohut’un (1977) ikizlik ihtiyacına da vurgu yaparak annelik ve kadınlık rolleri üzerinden kendi hemcins ebeveyni ile kurdukları özdeşleşimler üzerine olduğu bu bulgular neticesinde düşünülmektedir (Kohut, 1977).

Kağıtçıbaşı (2007), yaptığı çalışmalarda katılımcıların verdiği yanıtlara uygun olarak ihmalkâr bakım verenlerin ve ilgisizliğin, sağlıksız bir aile biçimi olduğunu söylemektedir ve bunun sonucunda bağımlı-ayrık bir benlik kurgulanmış bireylerin oluştuğunu belirtmiştir. Bu kurgu içerisinde katılımcıların da verdiği gibi sağlıklı bir ayrışma bireyleşme içerisine giremeyen hala kendisini bakım verenleriyle tanımlayan ve onların beklentileriyle ve destekleriyle var olan bireylerin oluştuğu söylenebilmektedir. Ve bu sağlıksız aile modelinin daha negatif bir toplumsal cinsiyet rolünü benimsediğini belirtmiştir ve bu rollerin, bağımlı-ayrık benliği daha da derinleştirdiğini belirtmiştir. Kadın katılımcıların yanıtlarının erkek katılımcılara göre daha yoğun bir biçimde kendilerini bakım verenlerine uyumlanmaları ve bakım verenlerinin istekleriyle birlikte kendilerini tanımlamaları Kağıtçıbaşı'nın çalışmasıyla uyumlu bir açıklama sunmaktadır (Kağıtçıbaşı, 2007).

İdeal Benlik ile İlgili Görüşler bölümünde, ideal benlik ile kişinin kendi ideal benlik algısının nasıl olduğu, ideal benliği nasıl şekillendirdiği ve kendiliğinden duyduğu memnuniyet kavramlarına ulaşmak istenmiştir. Her iki grup memnun olmadığına dair yargıda bulunmuştur. Kadın katılımcılar eleştirilmesi, takdir edilmemesi gibi onay almaya yönelik ideal benliğe dair eksikliklerini ifade ederken erkek katılımcılar başkaları için yaşaması, psikolojik destek almaması ve günlük hayatını sürdürememesi gibi daha çok kendi içsel memnuniyetsizliğini vurgulayan ideal bir benlik inşasından söz etmektedir.

Son bölüm olan İdeal Benliğine Ulaştığını Düşünmek ile İlgili Görüşlerine bakıldığında tüm bireyler ideal benliğine ulaşmadığını düşünmektedirler. Erkek katılımcılar, olmak istedikleri kişinin sürekli değişmesi, başkalarına bağımlı yaşaması, ideal benliğin bir yolculuk olması tanımlarını yapmıştır. Bu tanımlar bütün bir benlik algısı yerine değişen dönüşen veya parçalı bir benliğe vurgu yaparken kadınlar başarısız hissetmesi, istediği konuma gelmemesi, ideal benliğe ulaşma gibi bir hedefinin olmaması, kendinden çok başkasını düşünmesi, kendini tanımlaması gibi daha dış odaklı bir ideal benlik görüşü tanımlamışlardır. Literatüre bakıldığında benliğe dair algının istikrarlı bir bütün içerisinde olmasının kendi benliğine ilişkin algısını değerlendirebilmesi ve buna yönelik bir yaşantı çizebilmesi için oldukça önemli olduğu vurgulanmaktadır (Rosenberg, 1965). Aynı zamanda Butler'ın (2005) da dediği gibi, Foucault'cu bir yaklaşım ile

kadının ve erkeğin benliğinin iktidar yani ev içerisindeki bakım verenler ve sonrasında ise dış dünyadaki iktidarlar denetimi ile kurulduğu bu bulgulara bakılarak ifade edilebilmektedir. Yanıtlara bakıldığında zaman özellikle kadın katılımcıların sürekli olarak bir ötekini düşünme hali içerisinde olduğu ve ideal benliğini bunun üzerine konumlandığı söylenebilir. Kadın katılımcıların, erkek katılımcılara göre Foucault'cu iktidar ile iç içe geçtiği ve aralarındaki sınırın ortadan kalktığı söylenebilir. Kadın katılımcıların söylemlerine bakıldığında kendilerini iktidar organı olan bakım verenlerinden ve onların kurdukları kadına dair idealden kendilerini önünde, dışında veya ötesinde bir alanda göremediklerinden konuşabilir. İktidarın isteminin, Butler'ın da eleştirdiği üzere bireylerin gerçek benliklerini kendi bağladığı ve gerçekliği bastırarak kendi benliklerini iktidarın istemi yönünde tanımladıkları ve sınırlandırdıkları bir sahte benlik yapılanmasına kadın katılımcılar üzerinde daha etkin çalıştığı görülebilmektedir. Benlikler iktidarın tahakkümü sebebiyle bir nevi iktidar nesnelere bağlı kılınır ve bireye kendi özgün benliği içerisinde yer vermez diyen Butler'a bakıldığında zaman kadın katılımcıların, kadınlığın simgesi üzerinden sürekli bir ilişkililik hali, ötekilerle birlikte var olma ve onlara uyumlanma zorlantısı içerisinde kendi sahte benliklerini uyumlanma amacıyla ürettikleri söylenebilir (Başaran, 2016). İktidar nesnelerinin hakikat yasasını dayatmasıyla kadınların ve erkek katılımcıların şiddetleri ve yoğunlukları farklılaşmasına rağmen kendi öz benliklerinin var olan tanımlanmış yasalar nedeniyle ortaya koyamadıkları söylenebilir. Benzer bir paralellikte Chodorow'un (2023), düşünceleri de kadınlar ve erkekler üzerindeki cinsiyet rolleri üzerinden beklenen algının kadın aleyhine değiştiği bir sunu ortaya koymaktadır. Kadın katılımcıların ideal benlikleri üzerine yaptıkları kendini tanımamak, başkalarını daha çok düşünmek ve ideal benliğinin olmaması gibi tanımlamalar kadınların erkekler katılımcılara oranla, "kadın" cinsiyet rolünden kaynaklı olarak daha sert bir uyumlanabilmeye dair toplumsal baskı altında oldukları söylenebilir (Navaro, 2006). Chodorow (2023), kadın benliğinin oluşumunda annelik vurgusu sebebiyle daha çok dışa uyumlanan ve ilişkisel bir biçimde feda edici rolüne odaklanarak kadın benliğinin erkek benliğine oranla daha fazla tahakküm altında kaldığını söylemiştir. Kadın katılımcıların bir çatı halinde benlik tanımlarına bakıldığında ilişkisellik ve

ilişkisel ile ilgili alanların vurguları erkek katılımcılara kıyasla daha büyük bir yer kaplamaktadır.

Temel olarak bireyin kendi gerçek benliği içerisinde olabilmesi için bakım verenin, bebeği tamamen kapsayabilmesi, eş duyumlu olması ve ihtiyaçlarını karşılayabilmesi gerekmektedir. Böyle bir bebek kendisini saklamak, gizlemek zorunda hissetmez. Bir bütün şekilde kendisini ortaya koyabilir (Winnicott, 1960b). Sahte benliği yaratan şey de benliğin kapsanarak bütünleşmesinin önüne geçilmesidir ve bu kısımda bebek ihtiyacı olan şey tam anlamıyla karşılanmadığında “var olma” durumunu tehdit içerisinde algılayacak ve olmak yerine, uymaya başlayacaktır. Katılımcıların yanıtlarına bakıldığında DEHB’nin her iki cinsiyet içerisinde de koşulsuz bir kabul ve onaylanma alanı içerisinde olmadığı görülebilmektedir. Fakat kadın katılımcıların “kadın” kimliğinden kaynaklı olarak, DEHB’ye dair özellikleri içerisinde kendisini daha savunmasız tehdit altında hissettiği ve kendilerini bu korunmasızlıktan kaynaklı olarak erkek katılımcılara oranla “uyma” davranışını daha yoğun bir biçimde gerçekleştirdikleri söylenebilmektedir. Otoritelerin kadın ve erkeği farklı tanımlamalarla değerlendirmeleri kadın katılımcılar üzerinden bakıldığında DEHB’ye dair olan benliklerinin parçalanıp bastırılması ve daha aşırı bir uyumluluğa giderek daha bakım verenlerine bağımlı ve ilişkisel daha katmanlı bir sahte benlik oluşturabildikleri düşünülmektedir.

B. Sonuç

DEHB tanısı almış bireylerin cinsiyetleri üzerinden bakım verenleriyle kurdukları ilişkiye bakıldığında kadın ve erkek katılımcılara karşı bakım verenlerin farklı tutumlar içerisinde olduğu görülebilmektedir. Kadın DEHB tanılı katılımcıların çalışmada erkeklere oranla bakım verenleri tarafından daha fazla şekilde kabul edilmeme, aşağılanma, utanma gibi kavramlarla karşı karşıya kalabilmekte oldukları çalışmada görülmektedir.

Aynı zamanda kadınlar DEHB sebebiyle sahip oldukları özellikleri gizleme ve saklama davranışını olası tehditlere karşı kendilerini savunmak amacıyla ortaya koymaktadırlar.

Bu bilgiler ışığında çalışmaya katılan DEHB tanılı kadın katılımcıların DEHB tanılı erkek katılımcılara göre kendi özgün benliklerini ve özelliklerini gösterebilmek için çok kısıtlı bir alana sahip oldukları bilgisi verilebilmektedir. Benlik tanımlamaları yaparken kadın katılımcıların sınırlar çizilebilmek ve kendilerini olduğu gibi ortaya koyabilmek kavramlarıyla bakım verenleri tarafından hissettirilen baskı ve isteklere karşı bir benliğe ulaşmayı hedeflerken bir taraftan da örselenmiş gerçek benlikleri sebebiyle dış odaklı bir şekilde başarılı olma, memnun etmeye çalışma ve saklama davranışlarına daha çok girdikleri gözlemlenebilmektedir. Bu bilgiler sahte benliğin oluşumunun DEHB tanılı kadın bireylerde daha başarılı olmak, DEHB özelliklerini daha sık biçimde saklamak, ebeveynler ve dış çevrenin gözünde daha uyumlu olabilmek adına bir benlik inşa ettikleri söylenebilmektedir. Kadın katılımcılar aynı zamanda erkek katılımcılara nazaran kendilerinin daha farkında olduklarını belirten açıklamalarda yapmışlardır bunun sebebi olarak iç odaklı bir yapıda olmaları, davranışlarının ve çevrede olan tüm olumsuz deneyimlerin sebebini kendilerinde aramaya çalışmak, bunu bulabilmek ve bulduktan sonra olumsuz deneyimi olumluya çevirebilmek amacıyla sahte bir kendilik inşa sürecinde elde ettikleri kendilerine dair bilgiler ve bazı alanlarda bakım verenlerin verdiği koşullu onay ve sevgiyle birlikte ortaya konan sahte benliğe karşı bir baş kaldırış olduğu yorumlanabilir.

Erkek katılımcıların kadınlara göre sahte benlik inşalarının başarılı olmak, aşağılanmamak, eleştirilmemek gibi kaygılarla değil bakım verenlerden tam anlamıyla sağlık bir biçimde ayrışamamalarından kaynaklı olduğu düşünülmektedir. Bütün bir benlik algısına sahip olmamak, sorumluluk ve görevleri yerine getirmemek, umursamazlık ve ebeveyne bağımlı olduğunu düşünmek gibi görüşler buradaki benlik yapılanması içerisinde kişinin kendisini var edebilmede bireyselleşme kısmına geçemediği sanki nesnenin bir uzvu halinde kaldığı görülebilmektedir. Olumsuz yaşantılar, kaotik bir ev ortamı ve sürekli değişen bir ev ortamı gibi kadınlarla benzer faktörler içerisinde bulunabilseler de genel olarak özellikle de DEHB kaynaklı özelliklerinin bakım verenleri ve dış dünya tarafından daha kabullenilen ve onaylanan bir yerde olduğu söylenebilmektedir. Aynı zamanda verilen yanıtlara bakıldığında erkeklere dair bakım verenlerin beklenti inşası kadınlar üzerindeki beklentilerden yoğunluk

olarak daha az olmaktadır. Bunun yanında erkekler katılımcıların onaylanma, kabul görebilme, eğlenceli ve ilgili ev ortamı, bakım verenlerin alan tanıyabilmesi ve DEHB hakkında bilgilendirmesi gibi var olan olumsuz ve yıkıcı ilişki etkenleriyle birlikte bir nebze de olsa koruyucu birtakım özelliklere sahip oldukları düşünülebilir. Bu da DEHB özelliklerini onaylanma ve kabul için saklama, ebeveyn memnuniyeti için bakım verenlerin istedikleri şekilde kendi benlik kabuklarını oluşturma gibi alanlarda kadınlara oranla daha esnek bir benliğe sahip olduklarını düşündürmektedir.

DEHB ile ilgili olarak alanyazında genellikle yapılan çalışmaların nörolojik temelli olması DEHB'in cinsiyetler arası gelişimini yorumlayabilmek açısından oldukça kısıtlı bir veri verdiği söylenebilir. Nöropsikanaliz alanında yapılan çalışmalardan ilham alınarak DEHB'in bireylerin benliklerinde cinsiyetler arası ne gibi bir farklılık yarattığını ortaya koyabilmek bu araştırmanın temel amacıdır. Deneyimin özgünlüğü ve çevresel etmenlerle birlikte DEHB'i salt bir nörolojik kanaldan yorumlamak DEHB tanılı kişilerin kendilerini tanımlayıp, anlayabilmeleri, DEHB'in kendi benlikleri, ötekilerle ilişkileri ve etkileri üzerindeki anlayış geliştirebilme kapasitelerini kısıtlayabilmektedir. Ve bilindiği üzere psikoloji de esas olan bireyin kendi öznelliği ve biricikliği unsurudur. Buradan kaynakla DEHB'i sadece nörolojik bir olgudan çıkarıp öznel deneyimler ile birlikte bireyler üzerindeki etkilerini görmeye çalışmak DEHB tanılı bireylerin de kendilerini belirli bir takım stereotip özelliklerden çıkartarak, öznel ve gerçek bir benlik anlayışını, bakım veren- iktidar nesnelerinin yaklaşımlarıyla beraber kavrayabilmelerine imkân verecektir. Yeni gelişmekte olan nöropsikanalitik çalışmalar da erken dönem deneyimlerinin, bilişsel öğrenme süreçleriyle hafıza üzerinde izler bıraktığını göstermektedir. Edelman (1987), bunun psikodinamik yaklaşımın altyapısıyla benzer giden bir gösterge olduğunu söyler. Edelman'ın (1987), “Nöral Darwinizm ve Öğrenme” adını verdiği kuramı, erken dönem deneyimlerinin ile gelişimsel nörolojik etkilerine bakmak ve aralarındaki etkileşimin nörolojik yapının oluşmasında önemli bir rolü olduğunu göstermiştir. İlk dönemlerdeki bakım veren- bebek ilişkisi içerisinde en çok ateşlenen nöral ağlar, bebeğin “seçilmiş nöral ağları” olduğunu kuramında belirtir ve öğrenme denilen mekanizmanın tam olarak bu bir arada ateşlenen nöronların, sinir ağları oluşturmasıyla meydana geldiğini söylemektedir (Edelman, 1987). Bu kuramla

birlikte bakıldığında bakım veren- bebek ilişkisinin, nöral seviyede etkilerinin ortaya çıkabileceği ve DEHB'in ortaya çıkışı, gelişimi ve nasıl bir biçimde yaşantılanılabileceğine dair önemli bir çıktı sunduğu düşünülmektedir.

Her birey kendi nöral haritaları ile kendi benliğini oluşturmaktadır ve Allan Schore'un (1994) yaptığı sağ beyin ve bağlanma üzerine araştırması bu benliğin oluşumunda, bakım verenlerle kurulan dinamiği nöral seviyede etkilerini göstermede katkıda bulunmuştur. Bakım veren ve bebek arasında kurulan dinamik bağlanma biçimine göre beyin görüntüleme çalışmalarında özellikle erken gelişen sağ hemisferde, kortiko-limbik nöral ağların oluştuğunu gözlemlemiştir. Aşırı yoğun stres yaşayan bebeğin bu ağları geliştiremediğini ve bağlanma sorunlarına dair risk taşıdığını belirtmiştir (Schore, 1994).

Bakım veren ve bebek arasındaki aynı mimikleri aynı anda yapmaları yani senkronize olmalarını “özdeşleşmenin” ilk adımı olmaktadır. Ammaniti (2004), çalışmasında bilinçdışı ve bilinç arasındaki dengeli süreci oluşturabilmek, ben ve öteki arasındaki sınırları belirleyebilmek için; beyindeki sağ ve sol hemisferler, kortikal-sub, kortikal ve anterior-posterior etkileşimlerinin bu “özdeşleşim” kanalı ile birlikte daha sağlıklı bir biçimde oluştuğunu savunmuştur ve bu savının “Bütün Zihin” oluşumunu sağladığını söylemiştir. Bu bilgiler ışığında DEHB'i salt ve katı nörolojik alandan çıkartıp, bakım verenleriyle kurulan ilk deneyimlere ve dinamiklere de bakabilmek DEHB hakkında daha doğru bilgilere ulaşılmasını sağlayacaktır.

C. Öneriler

Çalışmadan elde edilen bulgulara dayanarak, çalışmanın temel amaçları ile ilişkili önerilerde bulunulacaktır. Bu öneriler hem klinisyenler hem de araştırmacıların kullanabileceği bilgileri içermektedir.

Öncelikli olarak DEHB tanısı almış çocukların bakım verenleri ile olan ilişkiyi iyileştirmek bakım verenlerin DEHB'yi daha iyi anlamasına olanak sağlayacak eğitim programları oluşturmak oldukça önemlidir. Bakım verenler, kaotik ve destekleyici olmayan tutarsız bir ev ortamının çocukları üzerinde ne gibi olumsuz etkiler bırakabileceği hakkında bilgilendirilmelidir. Aynı zamanda bakım verenlerin kız ve erkek çocuklardaki DEHB özelliklerini

tanımlayabilmelerinin öğretilmesi önerilmektedir. Bulgular bakım verenlerin DEHB sebebiyle sahip olunan zorlanmaların gerçekliğini idrak etmekte zorlandıklarını ve bu alanlarda çocuklarına destekleyici bir yanıt içerisinde olmak yerine eleştirel bir alanda olduklarını ve bunun da çocuklarda sahte benlik yapılanmasının temellerini atan bir durum olduğunun farkındalığının yaratılması önerilmektedir.

DEHB tanısı alan erkek çocukların kendi sorumlulukları ve bireysel süreçlerini destekleme konusunda bakım verenleri eğitilmesi ileride erkek bireylerin kendi benliklerini daha özgüvenli bir biçimde ortaya koyabilmelerinin önünü açacaktır. Aynı zamanda kız çocuklarında var olan DEHB için alan içindeki çalışmaların sıklığının artırılması önerilmektedir.

Kız çocukları ve kadınların yaşadığı DEHB toplum, aile ve okul tarafından geri atılan bir süreç içerisinde ve bu kız çocuklarının DEHB kaynaklı yaşadığı zorlanmalar görülmemektedir. DEHB özelliklerinden kaynaklı yaşanan sorunlarda ise kız çocuklarına daha az kapsayıcı yaklaşıldığı görülmektedir. Öncelikli olarak DEHB tanısının erkek çocuk tekelinde olmadığı, erkek çocuklar kadar kız çocuklarda da görülebildiğine dair okul ve toplum eğitilmelidir. Dürtüsellik ve hipeaktivite özelliklerinin kız çocuklarında da erkek çocukları kadar sık şekilde görülebileceği ve bu durumun benliğe dair bir saldırıyla giderilmeye çalışılması değil. DEHB belirtilerinin sebebini anlamak ve doğru kanallara yönlendirebilmek amacının bakım verenlere verilmesi önerilmektedir.

Yapılan çalışma nesne ilişkilerinin DEHB tanılı bireylerin DEHB şiddeti, DEHB'yi yaşama biçimi ve DEHB özellikleri üzerinden kendi benliğini anlamlandırması ve hayatına olan etkileri kısmında oldukça etkili bir yerde olduğunu ve kısıtlı bir biçimde yapılan psikanalitik ve DEHB ilişkiye dair çalışmaları destekleyen bir sonuca ulaşmıştır. Buna istinaden alanyazında DEHB ve psikanalitik süreçler üzerinde yapılan araştırmaların yoğunlaşması önerilmektedir. Genellikle nörolojik alanı vurgulanan ve farmakolojik tedaviler önerilen DEHB tanısı için psikanalitik ve psikodinamik yönelimli çalışmaların fazlaşması hem çevresel sebeplerin anlaşılması ve bu faktörlere karşı koruyucu önlemler alınabilmesi için hem de farmakoloji dışında da tedavi yöntemlerinin spektrumunu genişletebilmek amacıyla önerilmektedir.

VI. KAYNAKÇA

KİTAPLAR

AKHTAR, S. (1992). **Broken Structures: Severe Personality Disorders and Their Treatment**, Northvale, NJ: Jason Aronson.

AMERICAN PSYCHIATRIC ASSOCIATION. (1994). **Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders (DSM-IV)**, Washington, DC: American Psychiatric Association, 4. Edition.

AMERİKAN PSİKİYATRİ BİRLİĞİ (2001). **Psikiyatride Hastalıkların Tanımlanması Ve Sınıflandırılması El Kitabı. Yeniden Gözden Geçirilmiş Dördüncü Baskı (DSM-IV-TR)**, Çev. Koroğlu E., Hekimler Yayın Birliği, Ankara, 2001.

AMERİKAN PSİKİYATRİ BİRLİĞİ (2013). **Ruhsal Bozuklukların Tanısal ve Sayımsal Elkitabı**, Tanı Ölçütleri Başvuru Kitabından, 5. Baskı.

AMMANITI, M. (2004). **Psychoanalytic Counter- Point**. Beşinci Uluslararası Nöropsikanaliz Kongresi, Roma.

ARDALI, C. ve ERTEN, Y. (1999). **Psikanalizden Dinamik Psikoterapilere**, İstanbul, Alfa.

ATWOOD, G. ve STOLOROW, R. (1984). **Structures of Subjectivity: Explorations in Psychoanalytic Phenomenology**, New York, Routledge.

AYDIN, M. (2021). **Masterson Yaklaşamında Borderline Kişilik Bozukluğuna Gelişimsel Yaklaşım**, İstanbul, Okyanus Yayınları.

BABAOĞLU, A. N. (2011). **50 Soruda Psikiyatri**, İstanbul, Bilim ve Gelecek Kitaplığı.

BAILEY, R., & PICO, J. (2023). **Defense Mechanisms**. NY, StatPearls Publishing.

- BAL, H. (2013). **Nitel Araştırma Yöntemleri**, Isparta, Fakülte Kitabevi.
- BARKLEY, R. A. (1998). **Attention-Deficit/Hyperactivity Disorder**, New York, NY: Guilford Press.
- BARKLEY, R.A., MURPHY, K.R., & FISHER, M. (2008). **The Science of ADHD in Adults: Clinic-referred Adults vs. Children Grown Up**, New York, Guilford.
- BAŞ, T., & AKTURAN, U. (2017). **Sosyal Bilimlerde Bilgisayar Destekli Nitel Araştırma Yöntemleri**, Ankara, Seçkin Yayıncılık.
- BION, W. R. (1962a). **Learning from experience**, London, Karnac Books.
- BION, W. R. (1965). **Transformations**, London, William Heinemann Press.
- BEAUVOIR, S. D. (1993), **Kadın İkinci Cins I: Genç Kızlık Çağı**, Çev. Bertan Onaran, İstanbul, Payel Yayınları.
- BUDAK, S. (2005). **Psikoloji Sözlüğü**, Ankara, Bilim ve Sanat Yayınları .
- BURGER, J. M. (2016). **Kişilik**, Çev. İ. D. Sağıroğlu, İstanbul, Kaknüs Yayınları.
- BUTLER, J. (1993). **Bodies That Matter**, New York, Roudedge.
- BUTLER, J. (2005). **İktidarın Psişik Yaşamı**, çev. Fatma Tütüncü, Ayrıntı Yayınları, İstanbul.
- BUTLER, J. (2014). **Cinsiyet Belası Feminizm ve Kimliğin Altüst Edilmesi**, Çev. Başak Ertür, İstanbul, Metis Yayınları.
- CALIGOR, E., KERNBERG, O. F. ve CLARKIN, J. (2019). **Yüksek Düzeyli Kişilik Patolojisi İçin Dinamik Psikoterapi El Kitabı**, İstanbul, Psikoterapi Enstitüsü Eğitim Yayınları, 1. Baskı.
- CHODOROW, N. J. (2023). **The Reproduction of Mothering: Psychoanalysis and the Sociology of Gender**. California, University of California Press.
- COREY, G. (2008). **Psikolojik Danışma, Psikoterapi Kuram ve Uygulamaları**, Ankara, Mentis.

- CORI, L. (2018). **Annenin Duygusal Yokluğu**, Çev. B. Haktanır, İstanbul, Koridor Yayıncılık.
- CRESWELL, J. W. (2017). **Araştırma Deseni**, Ankara, Eğiten Kitap.
- CRESSWELL, J. W. (2018). **Nitel Araştırma Yöntemleri**, Ankara, Siyasal Kitapevi.
- CRESWELL, J. W. (2020). **Nitel Araştırma Yöntemleri: Beş Yaklaşım Göre Nitel Araştırma ve Araştırma Deseni**, Çev. M. Bütün ve S. B. Demir, Ankara, Siyasal Kitabevi, 5. Baskı.
- DAVIS, M. ve WALLBRIDGE, D. (1991). **Boundary and Space: An Introduction to the Work of D. W. Winnicott (Birinci Basım)**. London, Karnac Books.
- DOĞAN, Y. B. (2015). **Kısa Acil Psikoterapi (BEP)**. Ankara, Kurgu Kültür Merkezi Yayınları.
- DOYLE, B. B. (2006). **Understanding and Treating Adults with Attention Deficit Hyperactivity Disorder**. 1st Ed., Washington, American Psychiatric Publishing.
- DÖKMEN, Z. Y., (2006). **Toplumsal Cinsiyet Sosyal Psikolojik Açıklamalar**, İstanbul, Sistem Yayıncılık.
- DURUDOĞAN, H. (2006). **Judith Butler'da Cinsiyet**, Felsefe Tartışmaları, 37. Kitap, İstanbul, Boğaziçi Üniversitesi Yayınevi.
- DUYAN, V. (2016). **Sosyal Hizmet Kuram ve Yaklaşımları**. Erzurum, Atatürk Üniversitesi Açıköğretim Yayınları.
- EDELMEN, G. M. (1987). **Neural Darwinism: The Theory of Neuronal Group Selection**. New York, Basic Books.
- ERCAN, S.E. ve AYDIN, C. (2007). **Dikkat Eksikliği Hiperaktivite Bozukluğu**, İstanbul, Gendaş Kültür Yayınları, 15. Baskı.
- ERSANLI, K. (1996). **Benliğin Gelişimi ve Görevleri**. Samsun, Eser Ofset.
- FAIRBAIRN, W. R. D. (1952). **Psychoanalytic Studies of the Personality**, London, Tavistock.

- FAIRBAIRN, W. R. D. (1941). **A Revised Psychopathology of the Psychoses and Psychoneuroses**, London, Routledge and Kegan Paul.
- FAIRBAIRN, W. R. D. (1940). **Schizoid Factors in the Personality**, London, Routledge and Kegan Paul.
- FAIRBAIRN, W. R. D. (1943). **The Repression and the Return of Bad Objects. Psychoanalytic Studies of the Personality**, London, Routledge and Kegan Paul.
- FARAONE, S. V. ve BIEDERMAN, J. (2004). **Neurobiology of Attention Deficit Hyperactivity Disorder. In Neurobiology of Mental Illness**, New York, Oxford University Press, 2nd Edition.
- FEIST, J. ve FEIST, G. J. (2008). **Theories of Personality**, Boston, McGraw Hill Education.
- FOUCAULT, M. (2005a), **Özne ve İktidar**, Çev. I. Ergüden ve O. Akinbay, İstanbul, Ayrıntı Yayınları.
- FRANZOI, S. L. (2003). **Psychology: The Discovery Experience**, Ohio, Atomic Dog Publishing.
- FREUD, S. (1895). **A Reply to Criticisms of My Paper on Anxiety Neurosis. In J. Strachey (Ed.), The Standard Edition of the Complete Psychological Works of Sigmund Freud**, London, Hogarth Press.
- FREUD, A. (1968). **The Ego and the Mechanisms of Defense**, London, The Hogarth Press and The Institute of Psycho-Analysis.
- FREUD, S. (2001). **Haz İlkesinin Ötesinde Ben ve Id**, İstanbul, Metis Yayınları.
- FREUD, S. (2006). **Psikanalize Yeni Giriş Dersleri**, Çev. S. Budak, İstanbul, Öteki Yayınevi, 5. Baskı.
- FREUD, S. (2017). **Kültürel Cinsel Ahlak ve Modern Sinirlilik**, Çev. Ç. Tanyeri, İstanbul, Telos Yayınevi.
- FREUD, S. (2020). **Cinsellik Üzerine**, Çev. A. Öneş, İstanbul, Say Yayınları.
- FREUD, S. ve STRACHEY, J. E. (1964). **The Standard Edition of the Complete Psychological Works of Sigmund Freud**, Macmillan.

- GABBARD, G. O. (2004). **Long-Term Psychodynamic Psychotherapy: A Basic Text**, New York, American Psychiatric Publishing, 1. Basım.
- GAUTHIER, J. M. (1999). **Le Corps De L'enfant Psychotique**, Paris, Dunod.
- GEÇTAN, E. (2017). **Psikanaliz ve Sonrası**, İstanbul, Metis Yayınları, 16. Baskı.
- GEÇTAN, E. (2018). **Psikodinamik Psikiyatri ve Normaldışı Davranışlar**, İstanbul, Metis Yayınları, 16. Baskı.
- GLASER, B.G. ve STRAUSS, A.L. (1967). **The Discovery of Grounded Theory: Strategies for Qualitative Research**, Aldine Transaction, London.
- GUIDANO, V. ve LIOTTI, G. (1983). **Cognitive Processes and Emotional Disorders**, New York, Guildford Press.
- GUNTRIP, H. (1992), **Schizoid Phenomena, Object Relations and the Self**, New York, International Universities Press.
- GÜLER, A., HALICIOĞLU, B., ve TAŞĞIN, S. (2015). **Sosyal Bilimlerde Nitel Araştırma**. Ankara, Seçkin Yayıncılık.
- GÜRHAN, N., SÖZBİR, Ş.Y., ve POLAT, Ü. (2020). **Hemşirelik Alanında Kullanılan Kavram Beceri ve Modeller**. Ankara, Nobel Tıp Kitabevleri.
- HARTER, S. (1999). **The Construction of the Self: A Developmental Perspective**, New York, Guilford Press.
- HARTMANN, H. (1939). **Ich-Psychologie und Anpassungsproblem**, Internationale Zeitschrift für Psychoanalyse und Imago.
- HORNEY, K. (1950). **Neurosis and Human Growth**. The American Scholar.
- HOUZEL, D. (2005). **Le Concept D'attention. In Prendre Soin D'un Jeune Enfant**, Eres.
- HUSSERL, E. (2003). **Fenomenoloji Üzerine Beş Ders**. Ankara, Bilge Su Yayıncılık.
- JACOBSON, E. (1964). **The Self and The Object World**, New York, International Universities Press.

- JAMES, W. (1950). **The Principles of Psychology**, Dover Publications, 2nd Edition.
- JEAMMET, P. (2016). **Ergenlik: Anne babalar ve Uzmanlar İçin Nirengi Noktaları**, İstanbul, Bağlam Yayıncılık, 2. Baskı.
- KAĞITÇIBAŞI, Ç. (2007). **Family, Self, and Human Development Across Cultures, Theory and Applications**, London, Lawrence Erlbaum Associates, 2nd Edition.
- KERNBERG, O. F. (1980). **Internal World and External Reality: Object Relations Theory Applied**, New York, Jason Aronson Inc.
- KERNBERG, O. F. (1985). **Borderline Conditions and Pathological Narcissism**, Jason Aronson Inc.
- KERNBERG, O. F. (1999). **Sınır Durumlar ve Patolojik Narsisizm**, Çev. Mustafa Atakay, İstanbul, Metis Yayınları.
- KLEIN, M. (1935). **A Contribution to the Psychogenesis of Manic-depressive States**. In R. Money-Kyrle, *The Writings of Melanie Klein Vol. 1*, London, Hogarth Press.
- KLEIN, M. (1940). **Mourning and Its Relation to Manic-depressive States**. In: **Contributions to Psycho-Analysis**, London, Hogarth Press.
- KLEIN, M. (1946). **Notes on Some Schizoid Mechanisms. The Writings of Melanie Klein**, Vol. 3, London, Hogarth Press.
- KLEIN, M. (1957). **Haset ve Şükran**, Çev. Koçak O, Erten Y, İstanbul, Metis Yayınları.
- KLEIN, M. (1961). **Narrative of a Child Analysis**. New York: Basic Books.
- KLEIN, M. (1999). **Şükran ve Haset**. Çev. O. Koçak, Y. Erten, İstanbul, Metis Yayınları.
- KLEIN, M. (2012). **Sevgi, Suçluluk ve Onarım**, İstanbul, Kanat Yayınları.
- KLEIN, M. (2018). **The Oedipus Complex in the Light of Early Anxieties In The Oedipus Complex Today**, London, Routledge.
- KOHUT, H. (1971) **Analysis of the Self**, Madison, CT, International Universities Press.

- KOHUT, H. (1971). **The Analysis of The Self: A Systematic Approach to the Psychoanalytic Treatment of Narcissistic Personality Disorders**, Madison CT, International Universities Press, 1st Edition.
- KOHUT, H. (1971). **The Analysis of The Self: A Systematic Approach to the Psychoanalytic Treatment of Narcissistic Personality Disorders**, Chicago, The University of Chicago Press.
- KOHUT, H. (1977), **The Restoration of the Self**, New York, International Universities Press.
- KOHUT, H. (1984). **How Does Analysis Cure?**, Chicago, University of Chicago Press.
- KOHUT, H. (1984). **Self e Narcisismo**, Portugues, Zahar.
- KOHUT, H. (1988). **Restoration of the Self**, Madison CT, International Universities Press.
- KOPP, S. (2010). **Girls with Social and/or Attention Impairments**, Gothenburg, Institute of Neuroscience and Physiology.
- KRISTEVA, J. (2007). **Ruhun Yeni Hastalıkları**, Çev. Nilüfer Erdem, İstanbul, Ayrıntı Yayınları.
- KRISTEVA, J. (2014). **Korkunun Güçleri**. Çev. Nilgün Tatal, İstanbul, Ayrıntı Yayınları.
- KRISTEVA, J. (2024). **Revolution in Poetic Language**, Columbia, Columbia University Press.
- LACAN, J. (1955). **On a Question Prior to Any Possible Treatment of Psychosis**, New York, Norton & Company.
- LAING, R. D. (2011). **Bölünmüş Benlik**, Çev. Ergün Akça. İstanbul, Pinhan Yayınları.
- LEVENSON, H. (2018). **Kısa Dinamik Terapi**. İstanbul, Psikoterapi Enstitüsü Yayınları.
- LEUZINGER-BOHLEBER, M. ve FISCHMAN, T. (2010). **Attention-Deficit-Hyperactivity-Disorder (AD/HD): A field for Contemporary Psychoanalysis? Some Clinical, Conceptual and Neurobiological**

Considerations Based on the Frankfurt Prevention Study, In Assessing Change in Psychoanalytic Psychotherapy of Children and Adolescents, New York, Routledge.

LICHTENBER, J. (1983). **Psychoanalysis and Inf Dale**, New Jersey, The Analytic Press.

LICHTENBER, J. (1989). **Psikanaliz ve Gdlenme**, ev. Zeynep Ertan, Kocaeli, Psikoterapi Enstitüsü Eēitim Yayınları.

LOPEZ-CORVO, R. E. (2005). **The Dictionary of the Work of W.R. Bion**, London, Karnac Books.

MAHLER, M. S., PINE, F. ve BERGMAN, A. (1975). **The Psychological Birth of the Human Infant**, New York, New York Basic Books.

MAKARI, G. (2008). **Revolution in Mind: The Creation of Psychoanalysis**. New York, Harper Collins.

MASTERSON, J. (1967). **The Psychiatric Dilemma of Adolescence**, Boston, Little Brown.

MASTERSON, J. (1976). **Psychotherapy of the Borderline Adult: A Developmental Approach**. New York, Brunner/Mazel.

MASTERSON, J. (1967). **The Psychiatric Dilemma of Adolescence**. Boston, Little Brown.

MASTERSON, J. F. (1985). **Gerçek Kendilik; Gelişimsel, Kendilik ve Nesne İlişkileri Yaklaşımı**, ev. Pınar zeltzenci, Kocaeli, Psikoterapi Enstitüsü Eēitim Yayınları.

MASTERSON, J. (2014). **Gerçek Kendilik**, İstanbul, Psikoterapi Enstitüsü Eēitim Yayınları.

MASTERSON, J. F. ve KLEIN, RALPH, (1989) **Psychotherapy of the Disorders of the Self, the Masterson Approach**. New York & London: Brunner-Routledge.

MCWILLIAMS, N. (2013). **Psikanalitik Tanı Klinik Süreç İçinde Kişilik Yapısını Anlamak**, İstanbul, Bilgi Üniversitesi Yayınları.

- MITCHELL, S. A. (2009). **Psikanalizde İlişkisel Kavramlar: Bir Bütünleşme**, İstanbul, Bilgi Üniversitesi Yayınları.
- MITCHELL, S. A. (1988). **Relational Concepts in Psychoanalysis**, Cambridge, MA: Harvard University Press.
- MITCHELL, S. A. ve BLACK, M. J. (2012). **Freud ve Sonrası: Modern Psikanalitik Düşüncenin Tarihi**, İstanbul, Bilgi Üniversitesi Yayınları.
- MONCAYO, R. (2018). **Evolving Lacanian Perspectives for Clinical Psychoanalysis: On Narcissism, Sexuation, and the Phases of Analysis in Contemporary Culture**, New York, Routledge.
- MORGAN, G. (1998), **Yönetim ve Örgüt Teorilerinde Metafor**, İstanbul, Mess Yayın.
- MUKADDES, N. M. (2015). **Yaşam Boyu Dikkat Eksikliği Hiperaktivite Bozukluğu ve Eşlik Eden Durumlar**, Ankara, Nobel Tıp.
- MURDOCK, N. L. (2019). **Psikolojik Danışma ve Psikoterapi Kuramları**. Ankara, Nobel Yayınları.
- MYERS, M. D. (2013). **Qualitative Research in Business and Management**, New York, Sage Publications LTD.
- NAVARO, L. (2006). **İki Boy Ufak Pabuç – Sağlıklı Depresif Tepkiler**, İstanbul, Remzi Kitabevi
- PANKSEPP, J. (1998). **Affective Neuroscience: The Foundations of Human and Animal Emotions**. New York, Oxford University Press.
- PATTON, M. Q. (2018). **Nitel Araştırma ve Değerlendirme Yöntemleri**, Çev. M. Bütün ve S.B. Demir, Ankara, Pegem Akademi, 2. Baskı.
- PATTON, M. Q. (2014). **Nitel Araştırma ve Değerlendirme Yöntemleri**. Ankara, Pegem Akademi.
- RAINWATER, J. B. (2007). **A Psychoanalytic Contribution to the Understanding and Treatment of Attention Deficit Hyperactivity Disorder**, Ohio, Union Institute and University.

- RIVIERE, J. (1955). **The Unconscious Pgantasy of an Inner World Reflected in Examples from Literature**, London, Maresfield Library.
- ROGERS, C. R. (1995). **On Becoming a Person: A Therapist's View of Psychotherapy**, Boston, Mariner Books, 2nd Edition.
- ROSENBERG, M. (1965). **Society and the Adolescent Self Image**. Princeton, NJ: Princeton University Press.
- RUTTER, M., TAYLOR, E., ve HERSOV, L. (1994). **Child and Adolescent Psychiatry. Modern Approaches**, Oxford, Blackwell Scientific Publications.
- ODAĞ, C. (2001). **Nevrozlar-2**. İzmir, HOPPV Yayınları.
- OGDEN, T. H. (2018). **Şu Psikanaliz Sanatı: Görülmemiş Rüyaları Görmek, Kesintiye Uğramış Çıgıllıkları Duymak** (B. Erdal, Çev.). İstanbul: Bilgi Üniversitesi Yayınları.
- ÖZ, F. (2004). **Sağlık Alanında Temel Kavramlar**, Ankara, İmaj.
- ÖZTÜRK, M. O. (2004). **Ruh Sağlığı ve Bozuklukları**, Ankara, Nobel Tıp Kitabevi, 9. Baskı.
- ÖZTÜRK, O. ve ULUŞAHİN, O. (2014). **Ruh Sağlığı ve Bozuklukları II**, Ankara, Nobel Tıp Kitabevi, 12. Baskı
- SAFRAN, D. J. (2014). **Psikanaliz ve Psikanalitik Terapiler**, İstanbul, Okuyan Us Yayınları.
- SANDLER, P. C. (2005). **The Language of Bion: A Dictionary of Concepts**, London, Karnac Books.
- SASSO, G. (1999). **Struttura dell'oggetto e della rappresentazione**. Roma: Casa Editrice Astrolabio.
- SIEGEL, A. (1996). **Heinz Kohut and the Psychology of the Self**, New York, Routledge.
- SIEGEL, A. M. (2008). **Heinz Kohut and the Psychology of the Self**, New York, Routledge.

- SCHMID, P. F. (2005). **Authenticity and Alienation: Towards an Understanding of the Person Beyond the Categories of Order and Disorder**, London, PCCS Books.
- SCHORE, A. (1994). **Affect Regulation and the Origin of the Self: The Neurobiology of Emotional Development**. Hillsdale, NJ: Lawrence Erlbaum Associates.
- SLATTERY, M. (2012). **Sosyolojide Temel Fikirler**, Ankara, Sentez Yayıncılık.
- ST. CLAIR, M. (1996). **Object Relations and Self Psychology: An Introduction**, California, Thomson Brooks/Cole Publishing Co.
- STAHL, S. M., ve STAHL, S. M. (2000). **Essential Psychopharmacology: Neuroscientific Basis and Practical Applications**, Cambridge, Cambridge University Press.
- STERN, D. (1985). **Bebeğin Kişilerarası Dünyası; Psikanaliz ve Gelişimsel Psikolojiden Bir Bakış**, Kocaeli, Psikoterapi Enstitüsü Eğitim Yayınları.
- SNOWDEN, R. (2011). **Freud Kilit Fikirler**, İstanbul, Optimist Yayın Dağıtım Tilki.
- ŞENOL, S. (2006). **Çocuk ve Gençlik Ruh Sağlığı**, Ankara, HYB Yayıncılık.
- TAVRIS, C. ve STERN, D. (1985). **Bebeğin Kişilerarası Dünyası; Psikanaliz ve Gelişimsel Psikolojiden Bir Bakış**, Kocaeli, Psikoterapi Enstitüsü Eğitim Yayınları.
- TEZCAN, M. (2013). **Sosyolojik Kuramlarda Eğitim**, Ankara, Anı Yayıncılık.
- TURA, S. M. (2000). **Günümüzde Psikoterapi**, İstanbul, Metis Yayınları.
- TURNER, B. S. ve ELLIOT, A. (2017). **Çağdaş Toplum Kuramından Portreler**, Çev. B. Özkul, İstanbul, İletişim.
- VAILLANT, G. E. (1977). **Adaptation to Life**, Massachusetts, Harvard University Press, 1st Edition.
- VAN MANEN, M. (2014). **Phenomenology of Practice: Meaning-Giving Methods in Phenomenological Research and Writing**, Walnut Creek, CA, Left Coast Press.

- WADE, C. (1995). **Psychology in Perspective**, New York, Harper Collins College Publishers.
- WADE, C. & TAVRIS, C. (1990). **Psychology**, London, Harper and Row Publishing Com, 2nd Edition.
- WALLACE, R. A., & WOLF, A. (2004). **Çağdaş Sosyoloji Kuramları**, Çev. L. Elburuz ve R. Ayas, İzmir, Punto Yayınları.
- WATCHEL, P. L. (2012). **Bütüncül İlişkisel Psikoterapi Atölye Çalışması**, Kocaeli, Psikoterapi Enstitüsü Eğitim Yayınları.
- WEST, D. (1998). **Kıta Avrupa'sı Felsefesine Giriş**, Çev. A. Cevizci, İstanbul, Paradigma Yayınları.
- WENDER, P.H. (1995) **DEHB: Attention Deficit Hyperactivity Disorder in Children and Adults**, Oxford, Oxford University Press.
- WINNICOTT, D. W. (1935). **The Manic Defence, Through Paediatrics to Psycho-analysis**, London, Hogarth Press.
- WINNICOTT, D. W. (1945). **Primitive Emotional Development. Through Paediatrics to Psycho-Analysis: Collected Paper**, New York, NY: Basic Books INC. Publishers.
- WINNICOTT, D. W. (1945). **Primitive Emotional Development. Through Paediatrics to Psycho-Analysis**, New York, Basic Books INC. Publishers.
- WINNICOTT, D. W. (1956). **Through Paediatrics to Psycho-Analysis: Collected Papers Primary Maternal Preoccupation**. New York, NY: Basic Books INC. Publishers.
- WINNICOTT, D. W. (1960). **Ego Distortion in Terms of True and False Self, The Maturational Process and The Facilitating Environment**, New York, International Universities Press.
- WINNICOTT, D.W. (1960b). **The Maturational Processes and The Facilitating Environment: Studies in The Theory of Emotional Development**, London, Hogarth Press.

- WINNICOTT, D. W. (1960a). **The Maturational Processes and the Facilitating Environment: Studies in the Theory of Emotional Development**, London, Hogarth Press and The Institute.
- WINNICOTT, D. W. (1962). **The maturational processes and the facilitating environment: studies in the theory of emotional development**, London, Hogarth Press and The Institute.
- WINNICOTT, D. W. (1965). **The Maturational Process and Facilitating Environment: Studies in The Theory of Emotional Development**, New York, International Universities Press.
- WINNICOTT, D.W. (1965). **Ego Distortion in Terms of True and False Self**, New York, International Universities Press.
- WINNICOTT, D. W. (1971). **Playing: Creative activity and the search for the self, Playing and Reality**, Bloomsbury, Tavistock.
- WINNICOTT, D. W. (1998). **Oyun ve Gerçeklik**, Çev. T. Birkan, İstanbul, Metis Yayınları.
- WINNICOTT, D. W. (2005). **Playing and Reality**, New York, Routledge Classics.
- WINNICOTT, D. W. (2006). **The Family and Individual Development**, New York, Routledge Classics, 1st Edition.
- WINNICOTT, D. W. (2010). **Oyun ve Gerçeklik**, İstanbul, Metis Yayınları.
- YALÇIN, H. (2019). **Denetimli Serbestlikten Yararlanan Kişilerin Toplumsal Uyum Süreçleri**, Isparta, Fakülte Kitabevi.
- YILDIRIM, A. ve ŞİMŞEK, H. (2016). **Sosyal Bilimlerde Nitel Araştırma Yöntemleri**, Ankara, Seçkin Yayıncılık.
- ZABCI, N. (2022), **Bedensel Ruhsal Gelişimde Kapsanma Eksikliği Olarak Hiperaktivite**. Çocuk ve Ergenle Çalışmak, Psikanaliz Defterleri 9: Çocuk ve Ergen Çalışmaları, İstanbul, Yapı Kredi Yayınları.

MAKALELER

- ABIKOFF, H. ve KLEIN, R. G. (1987). “Cognitive Training in Treatment of Hyperactivity in Children-Reply”, **Archives of General Psychiatry**, cilt 44, sayı 3, ss. 296-297.
- AKARSU, R.H., TUNCA, B. ve ALSAÇ, S. Y. (2017). “Anne-Bebek Bağlanmasında Kanıta Dayalı Uygulamalar”, **Gümüşhane Üniversitesi Sağlık Bilimleri Dergisi**, cilt 6, sayı 4, ss. 275-279.
- AKHTAR, S. (1989). “Narcissistic Personality Disorder: Descriptive Features and Differential Diagnosis”, **Psychiatry Clinics of North America**, sayı 12, ss. 505-530.
- AKGÜN, G. M., TUFAN, E., YURTERİ, N., ve ERDOĞAN, A. (2011). “Dikkat Eksikliği Hiperaktivite Bozukluğunun Genetik Boyutu”, **Psikiyatride Güncel Yaklaşımlar**, cilt 3, sayı 1, ss. 15-48.
- AMERICAN ACADEMY OF CHILD AND ADOLESCENT PSYCHIATRY. (2007). “Practice Parameter for the Assessment and Treatment of Children and Adolescents with Attention-Deficit/Hyperactivity Disorder”, **Journal of American Academic Child Adolescent Psychiatry**, cilt 46, sayı 7, ss. 894-921.
- ANASTOPALUS, A. D., SHELTON, T. L., DUPAUL, G. J., ve GUEVREMONT, D. C. (1993). “Parent Training for Attention-deficit Hyperactivity Disorder: Its Impact on Parent Functioning”, **Journal of Abnormal Child Psychology**, cilt 21, sayı 5, ss. 581-596.
- ARNSTEN, A. F. ve PLISZKA, S. R. (2011). “Catecholamine Influences on Prefrontal Cortical Function: Relevance to Treatment of Attention Deficit/Hyperactivity Disorder and Related Disorders”, **Pharmacology Biochemistry and Behavior**, cilt 99, sayı 2, ss. 211-216.
- ASHERSON, P. ve IMAGE CONSORTIUM. (2004). “Attention-Deficit Hyperactivity Disorder in the Post-Genomic Era”, **European child & adolescent psychiatry**, sayı 13, ss. i50-i70.

- AUGUST, G. J. ve GARFINKEL, B. D. (1993). “The Nosology of Attention-deficit Hyperactivity Disorder”, **Journal of the American Academy of Child & Adolescent Psychiatry**, cilt 32, sayı 1, ss. 155-165.
- BAKER, H. S. ve BAKER, M. N. (1987). Heinz Kohut's Self Psychology: An Overview. **The American Journal of Psychiatry**, cilt 144, sayı 1, ss. 1-9.
- BARBER, S., GRUBBS, L. ve COTTRELL, B. (2005). “Self-Perception in Children with Attention Deficit/Hyperactivity Disorder”, **Journal of Pediatric Nurses**, cilt 20, sayı 4, ss. 235-245.
- BARKLEY, R.A., FISHER M., SMALLISH L.ve FLETCHER, K. (2002): “The persistence of Attention- Deficit/Hyperactivity Disorder Into Young Adulthood as a Function of Reporting Source and Definition of Disorder”, **Journal of Abnormal Psychology**, cilt 111, sayı 2, ss. 279-282.
- BARKLEY, R. A. ve MURPHY, K. R. (2006). “Identifying New Symptoms for Diagnosing ADHD in Adulthood”, **ADHD Report**, cilt 14, sayı 4, ss. 7-11.
- BARUCH, G. K., BIENER, L. ve BARNETT, R. C. (1987). “Women and Gender in Research on Work and Family Stress”, **American Psychologist**, cilt 42, sayı 2, ss. 130.
- BANAİ, E., MIKULINCER, M. ve SHAVER, P. R., (2005). “Selfobject” Needs in Kohut’s Self Psychology: Links with Attachment, Self-cohesion, Affect Regulation, and Adjustment”, **Psychoanalytic Psychology**, cilt 22, sayı 2, ss. 224- 260.
- BARBAREŚI, W. J., CAMPBELL, L., ... ve CHAN, E. (2020). “Society for Developmental and Behavioral Pediatrics Clinical Practice Guideline for the Assessment and Treatment of Children and Adolescents with Complex ADHD”, **Journal of Developmental & Behavioral Pediatrics**, cilt 41, sayı 1.
- BARKLEY, R.A. ve BIEDERMAN, J. (1997). “Toward a Broader Definition of the Age-of-Onset Criterion for Attention-Deficit Hyperactivity

- Disorder'', **J Am Acad Child Adolesc Psychiatry** 1997, sayı 36, ss. 1204-1210.
- BARKLEY, R.A., FISCHER, M., SMALLISH, L. ve FLETCHER, K. (2002). "The Persistence of Attention- Deficit/hyperactivity Disorder into Young Adulthood as a Function of Reporting Source and Definition of Disorder'', **Journal of Abnormal Psychology**, cilt 111, sayı 2, ss. 279-2.
- BARRAGÂN, E., BREUER, D. ve DÖPFNER, M. (2017). "Efficacy and Safety of Omega-3/6 Fatty Acids, Methylphenidate and a Combined Treatment in Children with ADHD'', **Journal of Attention Disorders**, cilt 21, sayı 5, ss. 433-441.
- BELL, A. S. (2011). "A Critical Review of ADHD Diagnostic Criteria: What to Address in the DSM-V'', **Journal of Attention Disorders**, cilt 15, sayı 1, ss. 3-10.
- BENJAMIN, C. L., PULEO, C. M., SETTIPANI, C. A., ... ve KENDALL, P. C. (2011). "History of Cognitive-Behavioral Therapy in Youth'', **Child and Adolescent Psychiatric Clinics**, cilt 20, sayı 2, ss. 179-189.
- BIEDERMAN, J. (2005). "Attention-Deficit/Hyperactivity Disorder: A Selective Overview'', **Biological Psychiatry**, cilt 57, sayı 11, ss. 1215-1220.
- BIRMAHER, B., BRENT, D. ve AACAP Work Group on Quality Issues. (2007). "Practice Parameter for the Assessment and Treatment of Children and Adolescents with Depressive Disorders'', **Journal of the American Academy of Child & Adolescent Psychiatry**, cilt 46, sayı 11, ss. 150.
- BIEDERMAN, J. (2003). "Pediatric Bipolar Disorder Coming of Age'', **Biological Psychiatry**, cilt 53, sayı 11, ss. 931-4. Available from: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/12788236/>
- BIEDERMAN J., MICK, E., FARAONE, S. V., BRAATEN, E., ..., ve JOHNSON, M. A. (2002). "Influence of Gender on Attention Deficit Hyperactivity Disorder in Children Referred to a Psychiatric Clinic'', **American Journal of Psychiatry**, cilt 159, sayı 1.

- BIEDERMAN, J., MILBERGER, S., ... ve DAVIS, S. G. (1995). “Impact of Adversity on Functioning and Comorbidity in Children with Attention-deficit Hyperactivity Disorder”, **Journal of the American Academy of Child & Adolescent Psychiatry**, cilt 34, sayı 11, ss.1495-1503.
- BIEDERMAN, J. (2004). “Gender Effects on Attention-deficit/hyperactivity Disorder in Adults, Revisited”, **Biological Psychiatry**, cilt 55, sayı 7, ss. 692-700.
- BION, W. R. (1962). “The Psycho-Analytic Study of Thinking”, **International Journal of Psychoanalysis**, cilt 43, sayı 4-5, ss. 306-310.
- BION, W. R. (1985). “Container and Contained”, **Group Relations Reader**, cilt 2, sayı 8, ss. 127-133.
- BORNSTEIN, M. (2013). “Winnicott’s Contribution to My Psychoanalytic Development”, **Psychoanalytic Inquiry**, sayı 58, ss. 33-50.
- CARR, L. A., NIGG, J. T. ve HENDERSON, J. M. (2006). “Attentional Versus Motor Inhibition in Adults with Attention-Deficit/Hyperactivity Disorder”, **Neuropsychology**, cilt 20, sayı 4, ss. 430.
- CEVHER, F., N. ve BULUŞ, M. (2007). “Benlik Kavramı ve Benlik Saygısı: Önemi Ve Geliştirilmesi”, **Journal of Academic Design**, cilt 2, sayı 1, ss.52-64.
- CHODOROW, N. (1971). “Being and Doing: A Cross-Cultural Examination of the Socialization of Males and Females”, **Women in Sexist Society**, ss. 173-197.
- CHRISTIANSEN, L., BECK, M. M., ... ve LUNDBYE JENSEN, J. (2019). “Effects of Exercise on Cognitive Performance in Children and Adolescents with ADHD: Potential Mechanisms and Evidence-based Recommendations”, **Journal of Clinical Medicine**, cilt 8, sayı 6, ss. 841.
- CLARKE, V. ve BRAUN, V. (2017). “Thematic Analysis”, **The Journal of Positive Psychology**, cilt 12, sayı 3, ss. 297-298.

- CONLIN, S. H. (2017). ‘‘Feminist Therapy: A Brief Integrative Review of Theory, Empirical Support, and Call for New Directions’’, **Women's Studies International Forum**, sayı 62, ss. 78-82. doi: 10.1016/j.wsif.2017.04.002
- COŞKUN, F., TAMAM, L. ve DEMİRKOL, M.E. (2020). ‘‘Erişkin Tip Dikkat Eksikliği ve Hiperaktivite Bozukluğunda Kronotip ve Klinik Özellikler’’, **Dicle Tıp Dergisi**, cilt 47, sayı 2, ss. 312-323.
- CORTESE, S. (2012). ‘‘The Neurobiology and Genetics of Attention-Deficit/Hyperactivity Disorder (ADHD): What Every Clinician Should Know’’, **European Journal of Paediatric Neurology**, cilt 16, sayı 5, ss.422-433.
- CLARKE, L., UNGERER, J.ve CHAHOUD, K. (2002). ‘‘Attention Deficit Hyperactivity Disorder is Associated With Attachment Insecurity’’, **Clinical Child Psychology Psychiatry**, sayı 7, ss.179–97.
- CLAUDON, P. ve TYCHEY, C. (2004). ‘‘Genèse Des Etats-Limites Dans L’instabilité Psychomotrice Infantile : Etude Clinique Projective, **Perspectives Psy**, sayı 43, ss.354- 360.
- CLEMENTS, S. D. (1966). ‘‘Minimal brain dysfunction in children: Terminology and identification: Phase one of a three phase project’’, **US Department of Health, Education and Welfare**, sayı 55.
- COHEN DE LARA, A. (2000). ‘‘Troubles du Comportement Chez L’enfant et Dépendance à L’environnement’’, **Psychologie Clinique et Projective**, sayı 6, ss.101-114.
- CRAMER, P. (2015). ‘‘Understanding Defense Mechanisms’’, **Psychodynamic Psychiatry**, cilt 43, sayı 4, ss.523-552. <https://doi.org/10.1521/pdps.2015.43.4.523>.
- CRICK, F. ve KOCH, C. (2000). ‘‘Theunconscioushomunculus. Neuro-Psychoanalysis, 0(2), 3-59. Epstein J, Loren R. Changes in the Definition of ADHD in DSM-5: Subtle but Important’’, **Neuropsychiatry**, cilt 3, sayı 5, ss.455-458.

- CUBILLO, A. ve RUBIA, K. (2010). “Structural and Functional Brain Imaging in Adult Attention-Deficit/Hyperactivity Disorder”, **Expert Review of Neurotherapeutics**, cilt 10, sayı 4, ss.603-620.
- ÇAM, M. O. ve SATIL, E. M. (2021). “Nitel Araştırma ve Ruh Sağlığı ve Psikiyatri Hemşireliğinin Felsefi Boyutu ve Karakteristik Özellikleri”, **Ordu Üniversitesi Hemşirelik Çalışmaları Dergisi**, cilt 4, sayı 3, ss.436-441.
- DALEY, D. (2006). “Attention Deficit Hyperactivity Disorder: A Review of the Essential Facts”, **Child: Care, Health and Development**, cilt 32, sayı 2, ss.193-204.
- DALEY, D., & BIRCHWOOD, J. (2010). ADHD and Academic Performance: Why Does ADHD Impact on Academic Performance and What Can Be Done to Support ADHD Children in the Classroom?”, **Child: Care, Health and Development**, cilt 36, sayı 4, ss.455-464.
- DAVIS, K. L., PANKSEPP, J. ve NORMANSELL, L. (2003). The Affective Neuroscience Personality Scales: Normative data and Implications. **Neuropsychanalysis**, cilt 5, sayı 1, ss. 57-69.
- DEAULT, L. C. (2010). “A Systematic Review of Parenting in Relation to the Development of Comorbidities and Functional Impairments in Children with Attention- Deficit/Hyperactivity Disorder (ADHD)”, **Child Psychiatry & Human Development**, cilt 41, sayı 2, ss.168-192.
- DICKINSON, K. A., & PINCUS, A.L. (2003). “Interpersonal Analysis of Grandiose and Vulnerable Narcissism”, **Journal of Personality Disorder**, cilt 17, sayı 3, ss.188-207.
- DILER, R. S., UGUZ, S., SEYDAOGLU, G., EROL, N. ve AVCI, A. (2007). “Differentiating Bipolar Disorder in Turkish Prepubertal Children with Attention-Deficit Hyperactivity Disorder”, **Bipolar Disorders**, 9(3), 243-251.
- DOYLE, A.E., BIEDERMAN, J., SEIDMAN, L.J., WEBER, W. ve FARAONE, S. V. (2000). Diagnostic Efficiency of Neuropsychological Test

Scores For Discriminating Boys with and Without Attention Deficit-hyperactivity Disorder. **Journal Consult Clinic Psychology**, sayı 12, ss.2.

DRESCHLER, R., BREM, S., BRANDEIS, D., GRÜNBLATT, E., BERGER, G. ve WALITZA, S. (2020). “ADHD: Current Concepts and Treatments in Children and Adolescents”, **Neuropediatrics**, cilt 51, sayı 05, ss.315-335.

DURSTON, S. ve CASEY, B.J. (2006). “What Have We Learned About Cognitive Development from Neuroimaging?”, **Neuropsychologia**, cilt 44, sayı 11, ss.2149–57. Available from: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/16303150/> .

ERCAN, E.S., KANDULU, R., USLU, E., ... ve BASAY, B. K. (2013). “Prevalence and Diagnostic Stability of ADHD and ODD in Turkish Children: a 4-Year Longitudinal Study”, **Child Adolesc Psychiatry Ment Health**, cilt 7, sayı 1, ss.1.

ERCAN, E. S., ERDOĞAN İ. ve TAMAR, M. (1998). “Dikkat Eksikliği Hiperaktivite Bozukluğu Etiyolojisinde Genetik, Nörolojik ve Perinatal Etkenlerin Önemi”, **Ege Psikiyatri Sürekli Yayınları**, cilt 3, sayı 3, ss.399-416.

FARAONE, S. V., PERLIS, R. H., DOYLE, A. E., ... ve SKLAR, P. (2005). “Molecular Genetics of Attention-Deficit/Hyperactivity Disorder”, **Biological Psychiatry**, cilt 57, sayı 11, ss.1313-1323.

FARAONE, S. V. ve Radonjić, N. V. (2023). “Neurobiology of Attention Deficit Hyperactivity Disorder”, **Tasman’s Psychiatry**, ss.1-28.

FELDMAN, M. E., CHARACH, A. ve BELANGER, S. A. (2018). “ADHD in Children and Youth: Part 2—Treatment”, **Paediatrics & Child Health**, cilt 23, sayı 7, ss.462-472.

FİNZİ-DOTTAN, R., MANOR, I., ve TYANO, S. (2006). “ADHD, Temperament, and Parental Style as Predictors of the Child’s Attachment Patterns”, **Child Psychiatry Hum Dev**, sayı 37, ss.103-114.

- FLAVINGY, C. (2001). “Le Virtuel: Site Pour L’inconscient?”, **Champ Psychosomatique**, sayı 2, ss.111-131.
- FLENER, S. (2005). “On Aggressiveness and Violence in Adolescence”, **The International Journal of Psychoanalysis**, cilt 86, sayı 5, ss.1391-1403.
- FONAGY, P., & Target, M. (2002). “Early Intervention and the Development of Self- Regulation”, **Psychoanalytic Inquiry**, cilt 22, sayı 3, ss.307-335.
- FRANCES, A. (2016). “Entrenched Reductionisms: The Bête Noire of Psychiatry”, **History of Psychology**, cilt 19, sayı 1, ss.57–59. doi:10.1037/hop0000018
- FRANKEL, F. D. (2008). “A Psychoanalytic Understanding of Attention-Deficit/hyperactivity Disorder: Unconscious Fantasies and Dreams”, **Journal of the American Psychoanalytic Association**, cilt 56, sayı 2, ss.567-589.
- FRANKEL, F. D. (2008). “A Psychoanalytic Understanding of Attention-deficit/hyperactivity Disorder: Unconscious Fantasies and Dreams”, **Journal of the American Psychoanalytic Association**, cilt 56, sayı 2, ss.567-589.
- FROELICH, T. E., LANPHEAR, B. P., ... ve KAHN, R. S. (2007). “Prevalence, Recognition, and Treatment of ADHD in a National Sample of US Children”, **Archives of Pediatrics & Adolescent Medicine**, cilt 161, sayı 9, ss.857-864.
- FREUD, A. (1966). “Obsessional Neurosis”, **International Journal of Psychoanalysis**, sayı 47, ss.116-122.
- FREUD, S. (1913). “The Claims of Psycho-analysis to Scientific Interest”, **In The Standard Edition of the Complete Psychological Works of Sigmund Freud**, sayı 13, ss.163-190.
- FREUD, S. (1957). “On Narcissism: An Introduction”, **The Standard Edition of the Complete Psychological Works of Sigmund Freud**, sayı 14, ss. 73–102.

- FREUD, S. (1989). The Ego and the Id (1923). **TACD Journal**, cilt 17, sayı 1, ss.5-22.
- FROEHLICH, T. E., LANPHEAR, B. P., ... ve KAHN, R. S. (2007). “Prevalence, Recognition, and Treatment of Attention-deficit/hyperactivity Disorder in a National Sample of US Children”, **Archives of Pediatrics & Adolescent Medicine**, cilt 161, sayı 9, ss.857-864.
- GÜNDOĞDU, Ö. Y., TAS, F. V., ... ve MEMİK, N. Ç. (2016). “Okul Öncesi Dönemde DEHB: Psikososyal Tedavi Yaklaşımlarının Gözden Geçirilmesi/ADHD in Preschool Children: Review of Psychosocial Interventions”, **Anadolu Psikiyatri Dergisi**, sayı 17.
- GENTILE, J. P. ve ATIQ, R. (2006). Psychotherapy for the patient with adult ADHD. **Psychiatry (Edgmont)**, 3(8), 31.
- GENSCHTEL, D. A. ve McLAUGHLIN, T. F. (2000). “Attention Deficit Hyperactivity Disorder as a Social Disability: Characteristics and Suggested Methods of Treatment”, **Journal Development of Phy Disability**, cilt 12, sayı 4, ss.333-347.
- GILLBERG C., GILLBERG, I. C., RASMUSSEN, P., KADESJÖ, B., ... ve NICKLASSON, L. (2004). Co-Existing Disorders in ADHD–Implications for Diagnosis and Intervention. **European Child & Adolescent Psychiatry**, sayı 13, ss.80-92.
- GILMORE, K. (2002). “Diagnosis, Dynamics, and Development: Considerations in the psychoanalytic assessment of children with AD/HD”, **Psychoanalytic Inquiry**, sayı 22, ss.372–390. doi:10.1080/07351692209348993
- GIORGI, A. (1997). “The Theory, Practice, and Evaluation of the Phenomenological Method as a Qualitative Research Procedure”, **Journal of Phenomenological Psychology**, cilt 28, sayı 2, ss.235-260. <https://doi.org/10.1163/156916297X00103>.

- GIZER, I. R., FICKS, C. ve WALDMAN, I. D. (2009). “Candidate Gene Studies of ADHD: A Meta-Analytic Review, **Human Genetics**, cilt 126, sayı 1, ss.51-90.
- GNANAVEL, S., SHARMA, P., KAUSHAL, P. ve HUSSAIN, S. (2019). Attention deficit hyperactivity disorder and comorbidity: A review of literature. **World Journal of Clinical Cases**, cilt 7, sayı 17, ss.2420.
- GOLSE, B. (1996). “Hyperactivité de L'enfant et Dépression Maternelle”, **Journal de Pédiatrie et de Puériculture**, cilt 9, sayı 7, ss.422-425.
- GRAHAM, J. ve COGHILL, D. (2008). “Adverse Effects of Pharmacotherapies for Attention-Deficit Hyperactivity Disorder: Epidemiology, Prevention and Management”, **CNS drugs**, sayı 22, ss.213-237.
- GRIZENKO, N., FORTIER, M. E., ... ve JOOBER, R. (2012). “Maternal Stress During Pregnancy, ADHD Symptomatology in Children and Genotype: Gene-Environment Interaction”, **Journal of the Canadian Academy of Child and Adolescent Psychiatry**, cilt 21, sayı 1, ss.9.
- GÜNTER, M. (2014). “Attention deficit hyperactivity disorder (ADHD): An Affect-Processing and Thought Disorder?”, **International Journal of Psychoanalysis**, cilt 95, sayı 1, ss.43–66. doi:10.1111/1745-8315.12081.
- HAROLD, G. T., LEVE, ..., & THAPAR, A. (2013). “Biological and Rearing Mother Influences on Child ADHD Symptoms: Revisiting the Developmental Interface Between Nature and Nurture”, **Journal of Child Psychology and Psychiatry**, cilt 54, sayı 10, ss.1038-1046.
- HARTER, S., MAROLD, D. B., WHITESELL, N. R., & COBBS, G. (1996). “A Model of the Effects of Perceived Parent and Peer Support on Adolescent False Self Behavior”, **Child Deveioption**, sayı 67, ss.360-374.
- HARTMANN, H. ve LOEWENSTEIN, R.M. (1962). “Notes on the Superego”, **The Psychoanalytic Study of the Child**, cilt 17, sayı 1, ss.42-81.
- HATER. S., WATERS. P L., & WHITESELL, N. R. (1997). Lack of voice as a manifestation of false self behavior among adolescents: The school

- setting as a stage upon which the drama of authenticity is enacted. **Educational Psychologist**, 32, 153-173.
- HETCHMAN, L. ve J.J., Mc. (2007). “Dikkat Eksikliği Bozuklukları”, **Kaplan & Sadock’s Comprehensive Textbook of Psychiatry**, sayı 8, ss.3183-3205.
- HENNINSEN, L., BAKKER, M. J., ... ve ADDUCE CONSORTIUM. (2017). Cardiovascular Effects of Stimulant and Non-Stimulant Medication for Children and Adolescents with ADHD: A Systematic Review and Meta- Analysis of Trials of Methylphenidate, Amphetamines and Atomoxetine”, **CNS Drugs**, sayı 31, ss.199-215.
- HIGGINS, E. T. (1989). “Continuities and Discontinuities in Self-regulatory and Self-evaluative Processes: A Developmental Theory Relating Self and Affect”, **Journal of personality**, sayı 57, cilt 2, ss.407-444.
- HORNEY, K. (1998). “The Flight From Womanhood: The Masculinity-Complex in Women as Viewed by Men and Women”, **Gender and Envy**, ss.27-38.
- HUNT, M., CLEAVER, S. ve HUDON A. (2019). “Commentary on Shah et al”, **Physiotherapy Canada**, cilt 71, sayı 3, ss.220.
- İLHAN, N. (2023). Melanie Klein’in Nesne İlişkileri Kuramına Göre John Steinbeck’in Cennetin Doğusu İsimli Romanını İnceleme. **Edebi Eleştiri Dergisi**, cilt 7, sayı 2, ss.501-521.
- İLHAN, R. S. ve ÇEVİK, A. (2013). “Önyargıların Psikolojisi: Psikodinamik Bir Gözden Geçirme”, **Nesne Psikoloji Dergisi**, cilt 1, sayı 1, ss.52-67.
- INSTANES, J. T., KLUNGSØYR, K., ... ve HAAVIK, J. (2018). “Adult ADHD and Comorbid Somatic Disease: A Systematic Literature Review”, **Journal of Attention Disorders**, cilt 22, sayı 3, ss.203-228.
- JOFFE, W. G. ve SANDLER, J. (1968). “Comments on the Psychoanalytic Psychology of Adaptation, with Special Reference to the Role of Affects and the Representational World”, **The International Journal of Psychoanalysis**, cilt 49, sayı 2, ss.445-454.

- KAĞITÇIBAŞI, Ç. (1996). “Özerk-İlişkisel Benlik: Yeni bir Sentez”, **Türk Psikoloji Dergisi**, sayı 11, ss.36- 44.
- KAHN. E. M. (1986). “The Discovery of the True Self – A Case Study”, **Clinical Social Work Journal**, cilt 14, sayı 4, ss.310-320.
- KANCI, T. veTARCAN, U. (2022). “Beden, Abjeksiyon ve Patriarkal Tahakküm”, **Alternatif Politika**, sayı 14, cilt 2, ss.311-331.
- KIELING, C., GONCALVES, R.R.F., TANNOCK, R. ve CASTELLANOS, F. X. (2008). Neurobiology of Attention Deficit Hyperactivity Disorder. **Child and Adolescent Psychiatric Clinics of North America**, cilt 17, sayı 2, ss.285–307. Available from: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/18295147/>
- KINAĞ, M. (2017). “George Herbert Mead’ın Sosyal Ahlak Anlayışı”, **Dini Araştırmalar**, cilt 20, sayı 51, ss.87-116.
- KESEBİR, S. (2014). “Metabolic Syndrome and Childhood Trauma: Also Comorbidity and Complication in Mood Disorder”, **World Journal of Clinical Cases**, sayı 2, ss.332-337.
- KESEBİR, S., GÜNDOĞAR, D., KÜÇÜKSUBAŞI, Y. ve TATLIDİL, E. (2013a). “The Relation Between Affective Temperament and Resilience in Depression: A Controlled Study”, **Journal of Affection Disorder**, sayı 148, ss.352-356.
- KESEBİR, S., İNANÇ, L., YILDIRIM, G. (2013b). “Bipolar Bozukluk Tip I ile Tip II’nin Depresyon Atakları Arasındaki Farklılıklar”, **Psikiyatride Güncel Yaklaşımlar**, sayı 5, ss.290-298.
- KESEBİR, S., KAVZOĞLU S.Ö. ve ÜSTÜNDAĞ, M.F. (2011) “Bağlanma ve Psikopatoloji”, **Psikiyatride Güncel Yaklaşımlar**, sayı 3, ss.321-342.
- KESSLER, R. C., ADLER, L., BARKLEY, R., BIEDERMAN, J... ve ZASLAVSKY, A. M. (2006). “The Prevalence and Correlates of Adult ADHD in the United States: Results from the National Comorbidity Survey Replication”, **Am Journal Psychiatry**, sayı 163, ss.716–723.

- KLEIMAN, S. (2004). “Phenomenology: To Wonder and Search for Meaning”, **Nurse Researcher**, cilt 11, sayı 4, ss. 7-19.
<https://doi.org/10.7748/nr2004.07.11.4.7.c6211>.
- KNAACK, P. (1984). “Phenomenological Research”, **Western Journal of Nursing Research**, cilt 6, sayı 1, ss. 107-114.
<https://doi.org/10.1177/019394598400600108>.
- KOHUT, H. ve WOLF, E. S. (1978). “The Disorders of The Self and Their Treatment: An Outline”, **International Journal of Psychoanalysis**, sayı 59, ss.413-426.
- KOHUT, H. (1966). “Forms and Transformations of Narcissism”, **Journal of the American Psychoanalytic Association**, sayı 14, ss.243-272.
- KOHUT, H. (1971). “Introspektion, Empathie und Psychoanalyse”, **Psyche**, cilt 25, sayı 11, ss.831-855.
- KOHUT, H. (1982). “Introspection, Empathy and the Semi-Circle of Mental Health”, **The International Journal of Psycho-Analysis**, sayı 63, ss.395.
- KÖYBAŞI, G. P. (2020). “Histeriden Oedipus’a Freud Teorisinde Kadınlık ve Cinsellik”, **Madde Diyalektik ve Toplum Dergisi**, ss. 203-212.
- LARSSON, J. O., LARSSON, H. M. A. ve LICHTENSTEIN. P. (2004). “Genetic and Environmental Contributions to Stability and Change of ADHD Symtoms Between 8 and 13 Years of Age: a Longitudunal Twin Study”, **Child Adolescent Psychiatry**, cilt 43, sayı 10, ss.1267-1275.
- LEFFA, D. T., CAYE, A. ve ROHDE, L. A. (2022). “ADHD in Children and Adults: Diagnosis and Prognosis”, **New Discoveries in the Behavioral Neuroscience of Attention-deficit Hyperactivity Disorder**, sayı 1, ss.18.
- LUONI, C., BALOTTIN, U., ZACCAGINIO, ... ve TERMINE, C. (2015). Reading Difficulties and Attention-Deficit/Hyperactivity Behaviours: Evidence of An Early Association in a Nonclinical Sample”, **Journal of Research in Reading**, cilt 38, sayı 1.

- LÓPEZ-SECO, F., MUNDO-SÍD, P., AGUADO-GRACIA, J., ... ve MASANA-MARIN, A. (2016). "Insecure Maternal Attachment is Associated with Depression in ADHD Children", **ADHD Attention Deficit and Hyperactivity Disorders**, sayı 8, ss.189-196.
- MacMASTER, F. P., CARREY, N., SPARKES, S. ve KUSUMAKAR, V. (2003). "Proton Spectroscopy in Medication-free Pediatric Attention-Deficit/Hyperactivity Disorder", **Biol Psychiatry**, cilt 53, sayı 2, ss.184-7. Available from: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/12547476/>.
- MAHLER, M. S. (1968). "On Human Symbiosis and the Vicissitudes of Individuation", **Journal of the American Psychoanalytic Association**, cilt 15, sayı 4, ss.740-763.
- MAHLER, M. S. (1974). "Symbiosis and Individuation: The Psychological Birth of the Human Infant", **The psychoanalytic study of the child**, cilt 29, sayı 1, ss.89-106.
- MALONE, M. A. ve SWANSON, J. M. (1993). "Effects of Methylphenidate on Impulsive Responding in Children with Attention-Deficit Hyperactivity Disorder", **Journal of Child Neurology**, cilt 8, sayı 2, ss.157-163.
- MARMAROSH, C. L. ve MANN, S. (2014). Patients' Selfobject Needs in Psychodynamic Psychotherapy: How They Relate to Client Attachment Symptoms, and Therapy Alliance", **Psychoanalytic Psychology**, cilt 31, sayı 3, ss.297-313.
- MAZET, P., BASOU, I. ve SIMONNOT, A. L. (1996). "Instabilité psychomotrice, hyperactivité chez l'enfant: perspectives cliniques et thérapeutiques", **Journal de Pédiatrie et de Puériculture**, cilt 9, sayı 7, ss.413-421.
- MAZZONE, L., POSTORINO, V., ... ve VICARI, S. (2013). "Self-Esteem Evaluation in Children and Adolescents Suffering From ADHD", **Clinical Practice and Epidemiology in Mental Health**, sayı 9, ss.96.

- MCINTOSH, D. E., MULKINS, R. S. ve DEAN, R. S. (1995). “Utilization of Maternal Perinatal Risk Indicators in the Differential Diagnosis of ADHD and UADD Children”, **International Journal of Neuroscience**, cilt 81, sayı 3-4, ss.35-46.
- MCMASTER, F.P., CARREY, N., SPARKES, S. ve KUSUMAKAR, V. (2003). “Proton Spectroscopy in Medication-free Pediatric Attention-Deficit/Hyperactivity disorder”, **Biological Psychiatry**, cilt 53, sayı 2, ss. 184–7. Available from: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/12547476/>
- MILLICHAP, J. G. (2008). “Etiologic Classification of Attention-Deficit/Hyperactivity Disorder”, **Pediatrics**, cilt 121, sayı 2, ss.358-365.
- MUNOZ-SOLOMANDO, A., KENDALL, T. ve WHITTINGTON C. J. (2008). “Cognitive Behavioural Therapy for Children and Adolescents”, **Current Opinion in Psychiatry**, cilt 21, sayı 4, ss.332–7. Available from: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/18520736/> .
- MURPHY, K. R., BARKLEY, R. A. ve BUSH, M. A. (2002). “Young Adults with Attention Deficit Hyperactivity Disorder: Subtype Differences in Comorbidity, Educational, and Clinical History”, **The Journal of Nervous and Mental Disease**, cilt 190, sayı 3, ss.147-157.
- NEUMAN, R.J., LOBOS, E., REICH, W., HENDERSON, C.A., SUN, L.W. ve TODD, L.D. (2007). “Prenatal Smoking Exposure and Dopaminergic Genotypes Interact To cause a Severe ADHD Subtype”, **Biol Psychiatry**, sayı 61, ss.1320-1328.
- NIGG, J. T., BLASKEY, L. G., HUANG-POLLOCK, , C. L. ve RAPPLEY, M. D. (2002). “Neuropsychological Executive Functions and DSM-IV, ADHD Subtypes”, **Journal of the American Academy of Child & Adolescent Psychiatry**, cilt 41, sayı 1, ss.59-66.
- OBEL, C., OLSEN, J., HENRIKSEN, T. B., ... ve GISSLER, M. (2011). “Is Maternal Smoking During Pregnancy a Risk Factor for Hyperkinetic Disorder? —Findings from a Sibling Design”, **International Journal of Epidemiology**, cilt 40, sayı 2, ss.338-345.

- OGILVIE, D. M. (1987). “The Undesired Self: A Neglected Variable in Personality Research”, **Journal of Personality and Social Psychology**, cilt 52, sayı 2, ss. 379-385. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.52.2.379> .
- OHAN, J. L. ve VISSER, T. A. (2009). “Why is There a Gender Gap in Children Presenting for Attention Deficit/Hyperactivity Disorder Services”, **Journal of Clinical Child & Adolescent Psychology**, cilt 38, sayı 5, ss. 650-660.
- ÖZAKKAŞ, T. (2018). “Alan Kuramının Diğer Psikanalitik Kuramlarla İlişkisi”, **Türkiye Bütüncül Psikoterapi Dergisi**, cilt 1, sayı 2, ss.1-28.
- ÖZAKKAŞ, T. (2018a). “Alan Kuramının Diğer Psikanalitik Kuramlarla İlişkisi”, **Türkiye Bütüncül Psikoterapi Dergisi**, cilt 1, sayı 2, ss.1-28.
- ÖZAKKAŞ, T. (2018b). “Psikoterapi Tarihi ve Bütüncül Psikoterapi”, **Türkiye Bütüncül Psikoterapi Dergisi**, cilt 1, sayı 1, ss.1-24.
- ÖZDEMİR, O., ÖZDEMİR, P. G., KADAK, M. T. ve NASIROĞLU, S. (2012). “Kişilik Gelişimi”, **Psikiyatride Güncel Yaklaşımlar**, cilt 4, sayı 4, ss.566-589.
- ÖZKAZANÇ, A. (2013). “Butler’ın Feminizmi: Siyasi bir Okuma için Kılavuz”, **Mülkiye Dergisi**, cilt 37, sayı 4, ss.118-38.
- ÖZTÜRK, Y. ve ERZİN, N. D. (2018). “Benlik Saygısı ile Turizm Yönelimi Arasındaki İlişkinin İncelenmesi Üzerine Bir Araştırma”, **Journal of Tourism and Gastronomy Studies**, cilt 6, sayı 4, ss.690-713.
- ÖĞÜNÇ, N.E. ve EREN, N. (2012). “Borderline Kişilik Bozukluğu Gösteren Hastalarda Psikodinamik Grup Psikoterapi Sürecinin Nesne İlişkileri Üzerine Etkileri”, **Psikiyatri Hemşireliği Dergisi**, cilt 3, sayı 1, ss.30-37. Doi: 10.5505/phd.2012.20591.
- PELHAM JR., W. E. ve FABIANO, G. A. (2008). “Evidence-Based Psychosocial Treatments for Attention-Deficit/Hyperactivity Disorder”, **Journal of Clinical Child & Adolescent Psychology**, cilt 37, sayı 1, ss.184-214.

- PERRELLA, A. (2022). “Feminist Counselling Practice in Australia: Who, Where & How?”, **Women’s Studies International Forum**, sayı 93, ss.1-9.
- PITZIAN, M. B., SPIRIDIGLIOZZI, S., ... ve PASINI, A. (2020). “New Insights on the Effects of Methylphenidate in Attention Deficit Hyperactivity Disorder”, **Frontiers in Psychiatry**, sayı 11, ss.531092.
- PLISZKA, S. ve AACAP WORK GROUP ON QUALITY ISSUES. (2007). “Practice Parameter for the Assessment and Treatment of Children and Adolescents with ADHD”, **Journal of the American Academy of Child & Adolescent Psychiatry**, cilt 46, sayı 7, ss.894-921.
- POLANCZYK, G. V., WILLCUTT, E. G., SALUM, ... ve ROHDE, L. A. (2014). “ADHD Prevalence Estimates Across Three Decades: An Updated Systematic Review and Meta-regression Analysis”, **International Journal of Epidemiology**, cilt 43, sayı 2, ss.434-442. .
- POLANCZYK, G. ve JENSEN, P. (2008). “Epidemiologic Considerations in Attention Deficit Hyperactivity Disorder: a Review and Update.” **Child and Adolescent Psychiatric Clinics of North America**, cilt 17, sayı 2, ss.245-260.
- POLANCZYK, G. ve ROHDE, L. A. (2007). Epidemiology of Attention-deficit/hyperactivity Disorder Across the Lifespan. **Current Opinion in Psychiatry**, cilt 20, sayı 4, ss.386-392.
- POSNER, J., POLANCZYK, G. V., ve SONUGA- BARKE. (2020). “Attention-Deficit Hyperactivity Disorder”, **Lancet**, cilt 395, sayı 102, ss.450-62.
- QUINN, P. O. (2008). “Attention-Deficit/Hyperactivity Disorder and Its Comorbidities in Women and Girls: An Evolving Picture”, **Current Psychiatry Reports**, sayı 10, ss.419-423.
- RAY, D. C., ARMSTRONG, S. A., BALKIN, R. S. ve JAYNE, K. M. (2015). “Child-centered Play Therapy in the Schools: Review and Meta-analysis”, **Psychology in the Schools**, cilt 52, sayı 2, ss.107-123.

- RAINS, A. ve SCAHILL, L. (2006). “Nonstimulant Medications for the Treatment of ADHD”, **Journal of Child and Adolescent Psychiatric Nursing**, cilt 19, sayı 1, ss.44.
- RASMUSSEN, P. ve GILLBERG, C. (2000). “Natural Outcome of ADHD With Developmental Coordination Disorder at Age 22 Years: A Controlled, Longitudinal, Community-Based Study”, **Journal of the American Academy of Child & Adolescent Psychiatry**, cilt 39, sayı 11, ss.1424–143.
- RISLEY, S., CIESIELSKI, H. A., ... ve Tamm, L. (2020). “Effectiveness of Behavioral Parent Training in the Outpatient Setting for Preschoolers at Risk for ADHD”, **Journal of Behavioral and Cognitive Therapy**, cilt 30, sayı 4, ss.291-300.
- REICH, A. (1954). “Early Identificaitons as Archaic Elements in the Superego”, **Journal of American Psychoanalytic Association**, sayı 2, ss.218-238. <https://doi.org/10.1177/000306515400200203>.
- RIKER, J. H. (2021). “A Critical Appraisal of Stolorow’s Criticism of Kohut’s Concept of the Self and His Contextualization of Heidegger’s Notion of Authenticity Plus the Possibility of an Intersubjective Self Psychology”, **Psychoanalysis, Self and Context**, cilt 16, sayı 4, ss.338-351.
- RITVO, E. R. (2005). “A Psychoanalytic Perspective on Attention Deficit/Hyperactivity Disorder: Diagnostic and Treatment Considerations”, **Journal of the American Academy of Child & Adolescent Psychiatry**, cilt 44, sayı 10, ss.957-965.
- ROGERS, C. R. (1965). “Toward a Modern Approach to Values: The Valuing Process in the Mature Person”, **Journal of Abnormal and Social Psychology**, cilt 68, sayı 2, ss.160–167. <https://doi.org/10.1037/h0046419>.
- ROMAN, P. (2014). “Eyleme Geçiş ve Projektif yöntemler: Çocuk ve Ergen Kliniğinde Simgeleştirme Meselesi”, **Yansıtma: Psikopatoloji ve Projektif Testler Dergisi**, sayı 21, ss.55-66.

- RUSSELL, V. A. (2011). “Overview of Animal Models of Attention Deficit Hyperactivity Disorder (ADHD)”, **Current Protocols in Neuroscience**, sayı 54, ss.1 Available from: <https://onlinelibrary.wiley.com/doi/full/10.1002/0471142301.ns0935s54>.
- RUTTER, M. (2005). “Commentary: Psychoanalysis and Its Discontents”, **Journal of Child Psychology and Psychiatry**, cilt 46, sayı 9, ss.919-921.
- SARI, S. (2019). “Psikoterapide Süreç Analizi: Nitel Araştırma Yöntemlerinin Psikoterapi Araştırmalarına Uygulanışı”, **AYNA Klinik Psikoloji Dergisi**, cilt 6, sayı 1, ss.1-17.
- SARISOY, G. (2016). “Winnicott’ın Gerçek Benlik ve Sahte Benlik Kavramlarının Bir Vaka ve Terapi Bağlamında İncelenmesi”, **Ayna Klinik Psikoloji Dergisi**, cilt 3, sayı 1, ss.1-15.
- SCIUTTO, M. J., NOLFI, C. J. ve BLUHM, C. (2004). “Effects of Child Gender and Symptom Type on Referrals for ADHD by Elementary School Teachers”, **Journal of Emotional and Behavioral Disorders**, cilt 12, sayı 4, ss.247-253.
- SEVİM, K. ve ARTAN, T. (2021). “Yüksek ve Düşük Benlik Saygısını Etkileyen Faktörler”, **Toplumsal Politika Dergisi**, cilt 2, sayı 2, ss.109-121.
- SHAW, P., ECKSTRAND, K., SHARP, W., ... ve RAPOPORT, J. L. (2007). “Attention-Deficit/Hyperactivity Disorder is Characterized by a Delay in Cortical Maturation”, **Proceedings of the National Academy of Sciences**, cilt 104, sayı 9, ss.19649 - 19654
- SKOUNTI, M., PHILALITHIS, A. ve GALANAKIS, E. (2007). Variations in Prevalence of Attention Deficit Hyperactivity Disorder Worldwide, **Parasitology Research**, cilt 166, sayı 2, ss.117–23. Available from: <https://link.springer.com/article/10.1007/s0043>.
- SOBANSKI, E., BRUGGEMANN,... ve RIETSCHER, M. (2008). “Subtype Differences in Adults with ADHD with Regard to ADHD-Symptoms,

Psychiatric Comorbidity and Psychosocial Adjustment’’, **European Psychiatry**, sayı 23, ss.2.

SPENCER, T. J., BIEDERMAN, J. ve MICK, E. (2007). ‘‘Attention-Deficit/Hyperactivity Disorder: Diagnosis, Lifespan, Comorbidities, and Neurobiology’’, **Journal of Pediatric Psychology**, cilt 32, sayı 6, ss.631-642.

SPENCER, T., BIEDERMAN, J., WILLENS, T., HARDING, M., O'DONNELL, D. ve GRIFFIN, S. (1996). ‘‘Pharmacotherapy of Attention-deficit Hyperactivity Disorder Across the Life Cycle’’, **Journal of the American Academy of Child & Adolescent Psychiatry**, cilt 35, sayı 4, ss.409-432.

STEINHAUSEN, H. C., DRECHSLER, R., FÖLDÉNYI, M., IMHOF, K. ve BRANDEIS, D. (2003). ‘‘Clinical Course of Attention-Deficit/Hyperactivity Disorder from Childhood Toward Early Adolescence’’, **Journal of the American Academy of Child & Adolescent Psychiatry**, sayı 42, ss.9.

STERN, J. (2006). ‘‘Early Developmental Issues in ADHD: A Psychoanalytic Perspective’’, **Journal of Infant, Child and Adolescent Psychotherapy**, cilt 5, sayı 3, ss. 334-349.

STRAUMAN, T. J. ve HIGGINS, E. T. (1988). ‘‘Self-Discrepancies as Predictors of Vulnerability to Distinct Syndromes of Chronic Emotional Distress’’, **Journal of Personality**, cilt 56, sayı 4, ss.685-707.
<https://doi.org/10.1111/j.1467-6494.1988.tb00472.x>.

STRAUSS, A. ve CORBIN, J. (1994). ‘‘Grounded Theory Methodology’’, **Handbook of Qualitative Research**, cilt 17, ss. 273-85.

STUBBE, D. E. (2000). ‘‘Attention-Deficit/Hyperactivity Disorder Overview: Historical Perspective, Current Controversies, and Future Directions’’, **Child and Adolescent Psychiatric Clinics of North America**, cilt 9, sayı 3, ss.469-479.

- SWEC G. (2004). “Les Procédés Autocalmants en Psychosomatique et en Psychiatrie de L’enfant”, **Neuropsychiatr Enfance Adolescence**, sayı 52, ss.410–3.
- ŞENSÖZ, B. (2023). **Bireyden Topluma Uzanan Değişimin Paradigması: Bir Roman Analizi**. 7. Ulusal Bütüncül Psikoterapi Kongresi. Kocaeli, Türkiye.
- TAHİROĞLU, A. Y., AVCI, A., FIRAT, S. ve SEYDAOĞLU, G. (2005). “Dikkat Eksikliği Hiperaktivite Bozukluğu: Alt Tipleri*/Attention Deficit Hyperactivity Disorder: Sub-types”, **Anadolu Psikiyatri Dergisi**, cilt 6, sayı 1, ss.5.
- TATHAN, E. (2014). “Winnicott’ın Nesne İlişkileri Kuramı ile Somatoform Bozuklukların İncelenmesi: Ağrı Bozukluğu Vakası”, **AYNA Klinik Psikoloji Dergisi**, cilt 1, sayı 3, ss.17-28.
- TARVER, J., DALEY, D. ve SAYAL, K. (2015). “Beyond Symptom Control for Attention-Deficit Hyperactivity Disorder (ADHD): What Can Parents Do To Improve Outcomes?”, **Child: Care, Health and Development**, cilt 41, sayı 1, ss.1-14.
- TEKİNDAL, M. ve UĞUZ ARSU, Ş. (2020). “Nitel Araştırma Yöntemi Olarak Fenomenolojik Yaklaşımın Kapsamı ve Sürecine Yönelik Bir Derleme”, **Ufkun Ötesi Bilim Dergisi**, cilt 20, sayı 1, ss.153- 182. Erişim adresi: <https://dergipark.org.tr/en/download/article-file/1355632>.
- THAPAR, A., COOPER, M., EYRE, O. ve LANGLEY, K. (2013). “Practitioner Review: What Have We Learnt About the Causes of ADHD?”, **Journal of Child Psychology and Psychiatry**, cilt 54, sayı 1, ss.3-16.
- THAPAR, A., RICE, F., HAY, D., BOIVIN, J., LANGLEY, K., VAN DER BREE, M., ... ve HAROLD, G. (2009). “Prenatal Smoking Might Not Cause Attention-Deficit/Hyperactivity Disorder: Evidence From A Novel Design”, **Biological psychiatry**, cilt 66, sayı 8, ss.722-727.

- THYAGARAJAN, R. (2016). “A Case Study Using Cognitive-Behavioral Therapy-Management of ADHD”, **Indian Journal of Health and Wellbeing**, cilt 7, sayı 5, ss.471.
- THOMPSON, J. A., HARRIS, M., VOLKAN, V.D. ve EDWARDS, B.(1995). “The Psychology of Western European Neo-racism”, **International Journal on Group Rights**, sayı 3, ss.1-30.
- TUTAR, H. (2023). "Nitel Araştırma Deseni Belirleme Ölçütleri ve Gerekçelendirilmesi", **Kastamonu Üniversitesi İktisadi ve İdari Bilimler Fakültesi Dergisi**, cilt 25, sayı 1,ss. 334-355.
- TÜKEL, R. (2011). “Bebek ve Anne Arasındaki Mekânda Öznenin Yaratılması: Winnicott'un Çalışmalarına Bir Bakış”, **Psikanaliz Yazıları**, sayı 23, ss.15-34.
- ULUÇ, S., TÜZÜN, Z., HASELDAN, M. ve ERBAŞ, S. P. (2015). “Bell Nesne İlişkileri ve Gerçeği Değerlendirme Ölçeğinin (BORRTI) Türkçe’ye Uyarlama Çalışması”, **Klinik Psikiyatri Dergisi**, cilt 18, sayı 4, ss.112-123. <https://klinikpsikiyatri.org>
- VAILLANT, G. E. (1971). “Theoretical Hierarchy of Adaptive Ego Mechanisms: A 30-Year Follow-up of 30 Men Selected for Psychological Health”, **Archives of General Psychiatry**, cilt 24, sayı 2, ss. 107-118. <https://doi.org/10.1001/archpsyc.1971.01750080011003>.
- VAILLANT, G. E. (1994). “Ego Mechanisms of Defense and Personality Psychopathology”, **Journal of Abnormal Psychology**, cilt 103, sayı 1, ss.44-50. <https://doi.org/10.1037//0021-843x.103.1.44>.
- VAILLANT, G. E. (2011). “Involuntary Coping Mechanisms: A Psychodynamic Perspective”, **Dialogues in Clinical Neuroscience**, cilt 13, sayı 3, ss. 366-370. <https://doi.org/10.31887/DCNS.2011.13.2/gvaillant>.
- VAISMAN, N., KAYSAR, N., ZARUK-ADASHA, Y., PELLED, D., BRICHON, G., ..., & BODENNEC, J. (2008). Correlation between changes in blood fatty acid composition and visual sustained attention performance in children with inattention: effect of dietary n-3 fatty

- acids containing phospholipids'', *The American Journal of Clinical Nutrition*, cilt 87, sayı 5, ss.1170-1180.
- WASSERSTEIN, J. (2005). "Diagnostic issues for adolescents and adults with ADHD'', **Journal of Clinical Psychology**, cilt 61, sayı 5, ss.535-547.
- WIDAKOWICH, C. (2015). The Manic Depressive Disease: Psychodynamics Aspects and Affective Syntony, **Vortex**, sayı 26, ss.28-33.
- WIETECH, L. A., RUFF, D. D., ALLEN, A. J., GREENHILL, L. L. ve NEWCORN, J. H. (2013). "Atomoxetine Tolerability in Pediatric and Adult Patients Receiving Different Dosing Strategies'', **The Journal of clinical psychiatry**, cilt 74, sayı 12, ss.1577.
- WILLCUTT, E. G. (2012). "The prevalence of DSM-IV attention-deficit/hyperactivity disorder: a meta-analytic review'', **Neurotherapeutics**, cilt 9, sayı 3, ss.490-499.
- WINNICOTT, D. W. (1958). The Capacity to be Alone. **The International Journal of Psychoanalysis**, 39, 416-420.
- WINNICOTT, D. W. (1960). "The Theory of The Parent-infant Relationship'', **International Journal of Psycho-Analysis**, sayı 41, ss.585-595.
- WEIR, K. F. ve JOSE, P.E. (2010). "The Perception of False Self Scale for Adolescents: Reliability, Validity, and Longitudinal Relationships with Depressive and Anxious Symptoms'', **British Journal of Developmental Psychology**, sayı 26, ss. 393-41.
- WILENS, T. E., BIEDERMAN, J. ve SPENCER, T. J. (2002). Attention Deficit/Hyperactivity Disorder Across the Lifespan. **Annual Review of Medicine**, sayı 53, ss. 113-131.
- WILENS, T. E., BIEDERMAN, J., FARAONE, S. V., MARTELON, M., WESTERBERG, D. ve SPENCER, T. J. (2009). "Presenting ADHD symptoms, subtypes, and comorbid disorders in clinically referred adults with ADHD'', **Journal of Clinical Psychiatry**. Cilt 70, sayı 11, ss.1557-1562.

- WOLF, L. E. ve WASSERSTEIN, J. (2001). “Adults ADHD: Concluding Thoughts”, **Annals of the New York Academy of Sciences**, cilt: 931, sayı:1, ss.396-408.
- WOLFF, H. (1988). “The Contribution of the Interview Situation to the Restriction of Fantasy Life and Emotional Experience in Psychosomatics Patients”, **Psychotherapy and Psychosomatics**, sayı 28, ss. 58-67.
- YALÇIN, H. (2022). "Bir Araştırma Deseni Olarak Fenomenoloji", **Anadolu Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi**, cilt 22, özel sayı 2, ss.213-232.
- YILDIZ, İ. (2020). “Psikanalitik Yaklaşım Çerçevesinde Nevrotik İhtiyaçlar Çözümlemesi: Kayıp Kız”, **Anemon Muş Alparslan Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi**, cilt 8, sayı 3, ss.977.
- YILDIZ GÜNDOĞDU, Ö., VAROL TAŞ, F. ve ÇAKIN MEMİK, N. (2016). “Okul Öncesi Dönemde DEHB: Psikososyal Tedavi Yaklaşımlarının Gözden Geçirilmesi”, **Anatolian Journal of Psychiatry**, cilt 17, sayı 2.
- YOVELL, Y., SOLMS, M. ve FOTOPOLU, A. (2015). “The Case for Neuropsychanalysis: Why a Dialogue with Neuroscience is Necessary but not Sufficient for Psychoanalysis”, **The International Journal of Psychoanalysis**, cilt 96, sayı 6, ss.1515-1553.
- YÜKSEL, P. ve YILDIRIM, S. (2015). “Theoretical Frameworks, Methods, and Procedures for Conducting Phenomenological Studies in Educational Settings”, **Turkish Online Journal of Qualitative Inquiry**, cilt 6, sayı 1, ss.1-20. <https://doi.org/10.17569/toj>.

TEZLER

- AYBAKAN, D. (2013). “Judith Butler ve Post-Modern Feminizm”, (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi), Sosyal Bilimler Enstitüsü, Uludağ Üniversitesi.

- AYDIN, M. (2010). “Masterson Yaklaşımında Borderline Kişilik Bozukluğuna Gelişimsel Yaklaşım”, (Yayımlanmamış Doktora Tezi), Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul Ticaret Üniversitesi.
- BAŞARAN, B. (2016). “Radikal Demokrasi Kuramı Bağlamında Toplumsal Cinsiyet Meselesi Judith Butler’ın Kuramsal Yaklaşımının Değerlendirilmesi”, (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi), Sosyal Bilimler Enstitüsü, Uludağ Üniversitesi.
- EPÖZDEMİR ,H. (2014). “Seri Evlilik Yapan Bireylerin İlk Ve İkinci Evliliğini Yapmış Bireyler İle Nesne İlişkileri, Yansıtmacı Özdeşleşim, Savunma Mekanizmalarının Düzeyi, Psikolojik Belirtiler Ve İlişki Doyumu Açısından Karşılaştırılması: Nesne İlişkileri Çift Terapisi Modeli Çerçevesinde Bir İnceleme”, (Yayımlanmamış Doktora Tezi), Sosyal Bilimler Enstitüsü Hacettepe Üniversitesi.
- KARABULUT, G. (2014). “Güzel Sanatlar Lisesi Müzik Bölümü Öğrencilerinin Çalgıya Yönelik Benlik Algıları ile Genel Benlik Saygıları Arasındaki İlişkinin İncelenmesi”, (Yayımlanmamış Doktora Tezi), Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Gazi Üniversitesi.
- ŞAHİN, Z. (2018). “Aile İçi Şiddet Mağduru Olan Kadınlara Kendilik Algısı, Psikopatoloji ve Bilişsel Duygu Düzenleme Stratejileri”, (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Sosyal Bilimler Enstitüsü Işık Üniversitesi.
- ÖZTÜRK, Y. (2013). “Triple P Olumlu Anne Babalık Eğitiminin Dikkat Eksikliği ve Hiperaktivite Bozukluğu Olan 7-12 Yaş Arası Çocuklarda Dikkat Eksikliği Hiperaktivite Bozukluğu Belirtileri Üzerine Etkilerinin Araştırıldığı Randomize Kontrollü bir Çalışma”, (Yayımlanmamış Doktora Tezi), Sosyal Bilimler Enstitüsü, Dokuz Eylül Üniversitesi.

ELEKTRONİK KAYNAKLAR

HABİP, B., “Manik-Depresif Psikozlar ve Nesneyle Kurulan İlk İlişkiler”, Psikeistanbul, www.psikesistanbul.org, (Erişim Tarihi: 22 Haziran 2009).

RAINWATER, J. B., “A Psychoanalytic Contribution to the Understanding and Treatment of Attention Deficit Hyperactivity Disorder”, Grad Works, <http://gradworks.umi.com/3255212.pdf>, (Erişim Tarihi: 3 Mart 2007)





EKLER

EK 1: Aydınlatılmış Onam Formu

EK 2: Sosyodemografik Bilgi Formu

EK 3: Yarı Yapılandırılmış Görüşme Soruları

EK 4: Etik Kurul Onayı





EK 1: Aydınlatılmış Onam Formu

AYDINLATILMIŞ ONAM FORMU

Değerli Katılımcı, bu araştırma, İstanbul Aydın Üniversitesi Lisansüstü Eğitim Enstitüsü Klinik Psikoloji Yüksek Lisans Programı alanında Dr. Öğr. Üyesi Engin Eker danışmanlığında yüksek lisans öğrencisi Psikolog Enise Hazal Uysal tarafından yürütülmektedir.

Bu çalışmanın başlıca amacı, psikoterapi pratiği içinde geleneksel uygulamalarla çevrimiçi psikoterapi uygulamaları arasındaki ayrımları ve benzerlikleri inceleyerek bu iki yaklaşımın terapötik süreç üzerindeki etkilerini fenomenolojik bir analizle ortaya koymaktır.

Araştırmada kişisel bilgi formu ve araştırmacı tarafından hazırlanan görüşme sorularını yanıtlamanız beklenmektedir. Görüşme esnasında konuşmaların ses kaydı alınacak ve görüşmeler yaklaşık olarak 45 dakika sürecektir.

Bu araştırmaya katılmak tamamen gönüllülük esasına dayalı olup, kimlik bilgileriniz araştırma ekibi dışında kimse ile paylaşılmayacaktır. Bu çalışma süresince toplanan veriler, yalnızca akademik araştırma amacı ile kullanılacaktır ve yalnızca ulusal/uluslararası akademik toplantılarda ve/veya yayınlarda sunulacaktır. Bizimle iletişime geçerek istediğiniz zaman çalışmadan çekilebilirsiniz. Eğer çalışmadan çekilirseniz, sizden toplanan tüm veriler veri tabanımızdan silinecektir ve sizinle ilgili olan veriler çalışmada kullanılmayacaktır.

Yardıminız için çok teşekkür ederiz.

Araştırmacının Adı ve Soyadı: Enise Hazal UYSAL

Yukardaki bilgileri ayrıntılı biçimde tümünü okudum ve anketin uygulanmasını onayladım.

Telefon:

İmza:



EK 2: Sosyodemografik Bilgi Formu

Sosyodemografik Bilgi Formu

Verilen bu form hakkınızdaki temel demografik bilgilerin toplanılması amaçlıdır. Lütfen aşağıdaki maddeleri uygun şekilde doldurunuz. Verdiğiniz bilgiler tamamıyla gizli tutulacaktır ve sadece araştırma için kullanılacaktır.

Adınız:

.....

Soyadınız:

.....

Cinsiyet: ()Kadın ()Erkek ()Diğer

Yaşınız:

Medeni Durumunuz: Bekar Evli Boşanmış

Eğitim Durumunuz: ()İlkokul ()Lise ()Üniversite ()Lisansüstü

Gelir Durumunuz: ()Düşük ()Orta ()Yüksek

Dikkat Eksikliği ve Hiperaktivite Tanınız Var
Mıdır?.....

Ailenizden Birinin Ağır Bir Hastalık Geçmişi veya Süreğen Bir Hastalığı Var
Mı?: (Evet ise
açıklayınız.).....

Aileniniz veya bir yakınınız önemli bir fiziksel kaza geçirdi mi? (Evet ise
açıklayınız.).....

Duygusal, fiziksel veya cinsel bir istismara maruz kaldınız
mı?.....

Aile bireylerinizden birisi tarafından çocukluğunuzda aniden terk edildiniz
mi?.....



EK 3: Yarı Yapılandırılmış Görüşme Soruları

GÖRÜŞME SORULARI

(Not: Bakım veren kavramı ile anne-baba kastedilmektedir.)

Dikkat Eksikliği ve Hiperaktiviteli Olmak

1. Dikkat Eksikliği ve Hiperaktivite ile ilgili neler düşünüyorsunuz? Neden böyle düşünüyorsunuz? Bir başkasına DEHB’i nasıl anlatırsınız?
2. Dikkat Eksikliği ve Hiperaktivite tanısı almış olmak sizi nasıl etkiledi? Neden böyle düşünüyorsunuz?
3. DEHB sebebiyle sahip olduğunuz özelliklerden bahseder misiniz? Bu özelliklere sahip olmanın hayatınızı nasıl etkilediğini düşünüyorsunuz? Neden böyle düşünüyorsunuz? Örnek verir misiniz?
4. DEHB nedeni ile sahip olduğunuz özelliklerin bakım verenleriniz ile olan ilişkinizi nasıl etkilediğini düşünüyorsunuz? Neden böyle düşünüyorsunuz? Örnek verebilir misiniz?
5. DEHB nedeni ile sahip olduğunuz özelliklerin dış dünyadaki (bakım verenleriniz dışındaki kişilerle) ilişkilerinizi nasıl etkilediğini düşünüyorsunuz? Neden böyle düşünüyorsunuz? Örnek verebilir misiniz?
6. Büyüme döneminizde kendinizi gizlemek zorunda hissettiğiniz DEHB kaynaklı özellikler var mıydı? Neden böyle düşünüyorsunuz? Örnek verir misiniz?

Bakım Veren ile Kurulan İlişki

1. Büyüme döneminizde bakım verenlerinizin size yaklaşımı hakkında neler düşünüyorsunuz? Biraz anlatır mısınız? Örnek verir misiniz?
2. Bakım veren tarafından koşulsuz bir şekilde onaylanmak ve kabul edilmek sizce ne ifade etmektedir? Neden böyle düşünüyorsunuz? Örnek verir misiniz?
3. Bakım verenleriniz tarafından koşulsuz bir şekilde onaylandığınızı ve kabul edildiğinizi düşünüyor musunuz? Neden böyle düşünüyorsunuz? Örnek verir misiniz? Bu durum sizi nasıl hissettirdi?

4. Sizden şimdi DEHB sebebiyle sahip olduğunuz özelliklerinizi düşünmenizi istiyorum. Bu özelliklerinizin bakım verenleriniz tarafından koşulsuz bir şekilde kabul edilip onaylandığını düşünüyor musunuz? Neden böyle düşünüyorsunuz? Örnek verir misiniz?
5. Bakım verenlerinizin çocukluğunuzda size sunduğu ev ortamını nasıl tanımlarsınız? Bakım verenlerinizin tutarlı ve güvenilir bir ev ortamı ihtiyacınızı karşıladığını düşünüyor musunuz? Biraz anlatır mısınız? Örnek verir misiniz?

Benlik

1. Benlik sizin için ne ifade etmektedir? Neden böyle düşünüyorsunuz? Biraz daha açar mısınız?
2. Benlik gelişiminizi tamamladığınızı düşünüyor musunuz? Neden böyle düşünüyorsunuz? Biraz daha açar mısınız?
3. Sizden şimdi DEHB sebebiyle sahip olduğunuz özelliklerinizi düşünmenizi istiyorum. DEHB sebebiyle sahip olduğunuz bu özellikler sizce benlik gelişiminizi nasıl etkiledi? Neden böyle düşünüyorsunuz? Örnek verir misiniz?
4. Büyüme döneminizde bakım verenlerinizin benlik gelişiminizi nasıl desteklediğini düşünüyorsunuz? Neden böyle düşünüyorsunuz? Örnek verir misiniz?
5. Büyüme döneminizde bakım verenleriniz kendiniz olmanıza izin verdi mi? Büyüme döneminizde bakım verenleriniz karşısında doğal halinizi kolaylıkla ortaya koyabilir miydiniz? Neden böyle düşünüyorsunuz? Örnek verir misiniz?
6. Arzu ettiğiniz, istediğiniz ideal benliğinize ulaştığınızı düşünüyor musunuz? Kendinizden memnun musunuz? Neden böyle düşünüyorsunuz? Örnek verir misiniz?
7. Ebeveynleriniz sizin olduğunuz kişiden memnunlar mıdır? Neden böyle düşünüyorsunuz? Örnek verir misiniz?

Kadın ve erkek katılımcılara sorulan bu sorular DEHB deneyimleri üzerindeki farklılıklarını, yaşantılarını ve deneyimlerini daha ayrıntılı şekilde anlaşılması amacı ile tasarlanmıştır.





EK 4: Etik Kurul Onayı

Evrak Tarih ve Sayısı: 29.01.2025-144302



T.C.
İSTANBUL AYDIN ÜNİVERSİTESİ REKTÖRLÜĞÜ
Lisansüstü Eğitim Enstitüsü Müdürlüğü

Sayı : E-88083623-020-144302
Konu : Etik Onayı Hk.

29.01.2025

Sayın Enise Hazal UYSAL

Tez çalışmanızda kullanmak üzere yapmayı talep ettiğiniz anketiniz İstanbul Aydın Üniversitesi Sosyal ve Beşeri Bilimler Etik Kurul Komisyonu'nun 16.01.2025 tarihli ve 2025/01 sayılı kararıyla uygun bulunmuştur.

Bilgilerinize rica ederim.

Dr.Öğr.Üyesi Hüseyin KAZAN
Müdür Yardımcısı

Bu belge, güvenli elektronik imza ile imzalanmıştır.

Belge Doğrulama Kodu : BSAB5MYTBP Pın Kodu : 56892

Belge Takip Adresi : <https://www.turkiye.gov.tr/istanbul-aydin-universitesi-ebys?>

Adres : Beşyol Mah. İnönü Cad. No:38 Sefaköy , 34295 Kağıthane / İSTANBUL

Telefon : 444 1 428

Web : <http://www.aydin.edu.tr/>

Kep Adresi : iau.yazisleri@iau.hs03.kep.tr

Bilgi için : Sezen Uğur YAĞCI

Unvanı : Yazı İşleri Uzmanı





ÖZGEÇMİŞ

1. Adı- Soyadı: Enise Hazal UYSAL

2. Öğrenim Durumu

Derece	Alan	Üniversite	Yıl
Lisans	Psikoloji	İstanbul Kültür Üniversitesi	2015-2019
Yüksek Lisans	Klinik Psikoloji	İstanbul Aydın Üniversitesi	2022-2025

