

Vaka Çalışması

Gece Yeme Sendromunun Nesne İlişkileri Bağlamında Projektif Testler ile Değerlendirilmesi

Ahmet DÖNMEZ^{1*} ¹ Van Eğitim ve Araştırma Hastanesi, Ankara, Türkiye

Makale Bilgisi

Anahtar kelimeler:

gece yeme sendromu, erken dönem nesne ilişkisi, psikanalitik kuram, projektif testler

Keywords:

night eating syndrome, early period relationship, psychoanalytic theory, projective tests

Öz

Psikanalitik kurama göre, erken dönem nesne ilişkilerinin niteliği ruhsallığın gelişiminde büyük önem taşımaktadır. Psikanalitik çalışmalarda, çocukluk dönemindeki engellenmelerin, duygusal ihmalin ve ayrılma-bireyleşme süreciyle ilgili sorunların yeme bozukluğunun gelişiminde etkili olduğu görüşü hâkimdir. Bununla birlikte psikanalitik teoriler, yemek yeme, rüya görme ve ruhsal süreçler arasındaki ilişkiyi daima vurgulamıştır. Buradan yola çıkılarak bu çalışmada, erken dönem nesne ilişkilerindeki sorunsalların yeme bozukluğuna etkisi incelenmiştir. Donald W. Winnicott ve Wilfred R. Bion'un kuramları temel alınarak, uyku sorununun da eşlik ettiği gece yeme sendromunun ele alınması çalışmanın asıl odak noktasıdır. Bu bağlamda, projektif testler olan Rorschach ve Tematik Algı Testi aracılığıyla gece yeme sendromu olan obez bir kadın danışanın ruhsal süreçleri incelenmiştir. Psikanalitik yönelimli klinik görüşmelerden sonra sırasıyla Rorschach ve Tematik Algı Testi uygulanmıştır. Fransız Okulu'nun içerik analizi yöntemine bağlı kalınarak psikanalitik yönelimli yarı yapılandırılmış klinik görüşmeler ve projektif test bulguları değerlendirilmiştir. Ayrıca, danışanın ruhsal süreçleri ile rüya görememe arasındaki ilişki psikanalitik kuram temel alınarak yorumlanmıştır.

Abstract

According to psychoanalytic theory, the quality of early object relations is of great importance in the construction of the psyche. The dominant psychoanalytic view is that childhood frustrations, emotional neglect and problems related to the separation-individuation process are effective in the development of eating disorders. Psychoanalytic theories have always stressed out the relationship between eating, dreaming and the psychic processes. From this point of view, the present article aimed to examine the effects of problematic early object relations on eating disorders. Based upon the theories of Winnicott and Bion, the main focus of this study was to investigate night eating syndrome accompanied by sleep problems. In this context, the psychic processes of an obese female client with night eating syndrome were examined through two projective tests. After the psychoanalytically informed clinical interviews, the Rorschach and Thematic Perception Test were applied, respectively. Information obtained through semi-structured clinical interviews and application of projective tests were evaluated by adhering to the content analysis method of the French School. In addition, the relationship between the client's psychic processes and the inability to dream was interpreted on the basis of psychoanalytic theory.

*Sorumlu Yazar, Van Eğitim ve Araştırma Hastanesi, Süphan Mah. Hava Yolu Kavşağı 1.kilometre 65300 Van/Türkiye
e-posta: dnmzahmet90@gmail.com
DOI: 10.31682/ayna.1070000
Gönderim Tarihi (Received): 08.02.2022; Kabul Tarihi (Accepted): 10.07.2022
ISSN: 2148-4376

Giriş

Psikanalitik kuram, ruhsallığın gelişiminde yaşamın erken dönemlerinde bireyin diğerleriyle kurduğu ilişkilere, özellikle ilk nesne olan anne ile kurulan ilişkiye büyük önem verir. Erken dönem nesne ilişkilerinin ruhsallıktaki önemi, Sigmund Freud ve Melanie Klein başta olmak üzere birçok kuramcı tarafından önemle vurgulanmıştır. Bu çalışma, nesne ilişkileri kuramının önemli temsilcileri olan Winnicott ve Bion'un kuramları temel alınarak yeme bozukluğuna psikanalitik bir bakış sunmayı amaçlamıştır.

Winnicott'un kuramında ruhsallığın anlaşılmasında anne-bebek ilişkisi önemli bir yer kaplamaktadır. Winnicott'a (1960) göre, anne-bebek ilişkisi, karmaşık ve karşılıklı duygusal ihtiyaçları içermektedir. Erken dönem nesne ilişkileri çocuğun gelişimsel ihtiyaçları ile anne tarafından sunulan annelik koşulları arasındaki etkileşimi içerir. Winnicott (1971), yaşamın erken dönemlerinde anne ve bebeğin bir olduğunu, diğer bir ifadeyle bebeğin ben olmayanı benden henüz ayıramadığını öne sürmektedir. Dolayısıyla annenin bebeğe sunduğu çevre koşullarının bebeğin duygusal gelişimi için büyük önem taşıdığını vurgulamaktadır. Winnicott (1971), *"tutma"* (holding) ve *"yeterince iyi annelik"* (good enough mother) kavramları aracılığıyla annesel bakımın niteliğinin nasıl olması gerektiğine dair açıklamalar yapmıştır. Anne-bebek ilişkisini açıklamada kullandığı önemli bir kavram olan *"tutma"* (holding), çocuğun yalnızca fiziksel olarak tutulmasını değil tüm çevre koşullarını ifade etmektedir. Bebeğin duygusal gelişiminin ilk aşamasında çevrenin işlevi çok önemlidir. Anne bebeğe bir *"tutma ortamı"* sağlar. Bu sayede bebek yaşamını sürdürebilir ve gelişebilir. Winnicott'a (1960) göre, tutma, annenin farkındalığı ve empatisiyle belirlenen karmaşık bir ruhsal alanda yer alan ve dışarıdan fizyolojik olarak görülse bile, aslında çocuğun ruhsallığıyla ilişkili olan bir sürecin yönetilmesini içerir. *"Tutma"*, öncelikle annenin çocuğu zihninde tutması ve onun öznelliğine yer açabilmesidir (Bilen, 2015). Bununla birlikte Winnicott, duygulanımın gelişiminde ve anlamlandırılmasında annenin ayna işlevinin öneminden de söz etmektedir. Anne, bebeğin yaşantı ve jestlerinin net bir yansımasını sağlayan bir ayna olarak işlev görmektedir. Bebek annenin yüzüne baktığında kendini görür. Diğer bir ifade ile anne bebeğe bakmaktadır ve nasıl görüldüğü anneye baktığında ne gördüğüyle ilişkilidir (Winnicott, 1967). Winnicott'un geliştirdiği *"yeterince iyi anne kavramı"* ise, bebeğin gereksinimlerine etkin bir şekilde uyum gösteren bir anneyi ifade eder. *"Yeterince iyi anne"*, bebeğe annesel bakım veren, bebeğin duygularını ona aynalayarak geri aktarabilen ve çocuğun kendisinin yokluğuna adım adım adapte olmasını sağlayabilen annedir (Winnicott, 1960). Anneden beklenen, çocuğu büyüdükçe aşamalı olarak çocuğun karşılaştığı zorlukların dozunu ayarlaması ve bu zorlukların çocuk için katlanılabilir hale getirilmesidir. Çocuğun ben ve ben olmayanı ayırt edebilmesi ve tümgüçlülük yanılması son verilmesi bu şekilde mümkün olacaktır.

(Parman, 2007). Winnicott (1958), bir diğer önemli kavramı olan “*kendi başına olma kapasitesini*” duygusal gelişimde olgunluğun en önemli göstergelerinden biri olarak görür. “*Yeterince iyi annelik*” aracılığıyla, iyi bir ortamda bu kapasitenin gelişebileceğini söyler. Başka bir deyişle, kendi başına olma kapasitesi iyi bir nesnenin, yani yeterince iyi bir anne imgesinin kişinin içsel gerçekliğinde bulunmasına bağlıdır (Tükel, 2011).

Bion’un *kapsayan-kapsanan* kavramı ise, psikanalitik kurama yönelik en önemli katkılarındandır. Bion (1962), yaşamın başlangıcından itibaren bebeğin ruhsal dünyasında yer alan ham duyu izlenimlerini beta unsurları olarak ele alır. Bebek bu ruhsal malzemeleri işleyebilecek ruhsal bir aygıtı sahip olmadığından ötekine ihtiyaç duymaktadır. Bu noktada anne bebeğin yansıttığı ilkel duygulanımları alarak anlam verebilmeli, bağları kurabilmeli, bebeğin özümseyebileceği bir hale dönüştürebilmelidir. Anne tarafından dönüştürülen bu unsurlar alfa unsurları olarak tanımlanmaktadır. Bebek tarafından yansıtılan beta unsurlarının alfa unsurlarına dönüştürülmesine kapsama işlevi adı verilir. Bu “kapsama işlevi” annenin düşleme yetisine sahip olmasıyla gerçekleşir (Bion, 1962). Bilinçdışı düşünme anlamına gelen düşleme sayesinde, beta unsurlarının alfa unsurlarına dönüştürülmesi imkanı hale gelir. Alfa unsurlarının dönüştürülememesi ve beta unsurların fazlaşması, simgeleştirme yeteneğinin olmamasına, söze dökememeye, düşünememeye sebep olur. Bilinç ve bilinçdışı arasındaki ayırım silikleşir ve böylelikle simge oluşturmak yerine eylem ön plana çıkar (Bion, 1965). Son olarak Bion, kapsayıcı işlevin, beta öğelerinin alfa öğelerine, dolayısıyla ham duygusal izlenimler ve coşkuların, rüya ve düşlem düşüncelerine dönüşebilmesi için ne denli önemli olduğunu vurgular (Bion, 1962, aktaran Özgüroğlu, 2015)

Yeme Bozukluklarına Genel Bir Bakış ve Gece Yeme Sendromu

Hayatın ilk yıllarında, bebeğin ruhsal dünyasında “*yemek*” önemli bir yer kaplar. Bebekler “ilk rahatlama duygusunu”, açlığın yarattığı fiziksel huzursuzluk durumundan emzirilme sayesinde kurtularak hissederler. Açlığın giderilmesi ile iyi ve güvende olma duygusu arasında derin bir bağ kurulmaktadır (Bruch, 1969). Chatoor’a (2002) göre, beslenme davranışı sadece besin ihtiyacını gidermekten öte, anne ve bebek arasında sözel ve sözel olmayan ilişkinin kurulmasında merkezi bir rol oynamaktadır.

Meyer ve Weinroth (1957), yeme bozukluğunun gelişiminde ödipal öncesi sorunlara, erken dönem beslenme ile ilgili sorunların önemine vurgu yapmışlardır. Çocukluk dönemi çatışmalarının yeme bozukluğunun gelişiminde etkili olduğunu öne süren Anna Freud’a (1946) göre, aşırı yeme ve “yemek yemeyi” reddetme arasındaki dalgalanmalar, çocuğun anneye karşı olan çifte değerliliğin çok açık bir göstergesidir. Annenin algıları ve tepkileri ile çocuğun ihtiyaçları arasındaki uyumsuzluk yeme bozukluklarına yol açabilmektedir (Gürol, 2006).

Bruch'a (1962) göre, bebeğini ayrı bir öteki olarak algılayamayan anne, duygularını ve ihtiyaçlarını bebeğe yansıtır. Bu durum, çocuğun psikik yaşamının en başından itibaren benlik sınırlarını reddetmesine, benlik imajını oluşturmada yetersizliğe ve açlık, tokluk, soğuk (üşüme hissi), heyecan veya yorgunluk gibi "entoreseptif" algıları tanıyamama ve ayırt edememeye yol açabilir. İhtiyaçlarına uygun ve tutarlı yanıtların olmaması, çocuğu kimlik duygusunu inşa edeceği temel farkındalıktan mahrum bırakacaktır.

Slochower (1987), aşırı yeme davranışının oral döneme saplanmayla ve bunaltıcı içsel endişeyi kontrol etme çabasıyla ilişkili olduğunu, yemeğin duygusal bir doyumunu sembolize ettiğini ileri sürmüştür. Yeme bozukluğundan mustarip olan hastalar, yapışkan bir şekilde özdeşleştikleri birincil sadist bir nesneyi içselleştirirler. Böylelikle kaçınılmaz olarak derin utanç ve değersizlik duyguları üreten erişilmez bir benlik ideali yaratılır. Bu durum, değersizlik ve yetersizlik duygularını tetikleyen ve yeme bozukluğunun başlamasında önemli bir rol oynayan "zulmedici içsel nesneye" yönelik ilkel bilinçdışı yıkıcılığa yol açabilir (Klein ve Riviere, 1953).

Yeme bozuklukları grubunda yer alan "gece yeme sendromu" ise, sabahları tokluk hissi, akşam hiperfajisi ve uykusuzluk ile karakterize bir bozukluk olarak tarif edilmektedir. Yiyecek bir şeyler arama dürtüsü, hastalar tarafından sıklıkla acil ve olağandışı bir yutkunma ihtiyacı, yani bastırılmayan ve çoğunlukla tam bir açlık sancılarının yokluğuyla birleşen, yabancı ve rahatsız edici bir deneyim olarak tarif edilir. Hasta tarafından tanınan bastırılmaz bir ruhsal boyutun varlığı, çatışmalı ve acı verici bilinçdışı bir gerçekliğin göstergesidir. Yenilebilir bir dış nesne yoluyla kaygılarla başa çıkılmaya çalışılır. Bir anlamda kişi, yaşadığı çatışmalı kaygılara, onları ortadan kaldırarak tepki vermeye çalışır. Ancak yemenin organik işlevi, kişinin ihtiyacını gideremediği için başarısız olur (Stunkard ve diğerleri, 1955).

Gece yeme sendromunda "yemek yemenin" açlığın fizyolojik uyarısına bir yanıt olarak kendini beslemek anlamına gelmediği açıktır. Gıda maddelerinin yutulması açlıkla değil "açgözlülük" olarak adlandırılan karmaşık psikik bir boyutla ilişkilendirilebilir (Cavaggioni, 1999). "İştah ve Emosyonel Bozukluk" isimli makalesinde "açgözlülük" kelimesine vurgu yapan ve açgözlülüğün iştahla olan ilişkisinin önemini vurgulayan Winnicott'a (1975) göre, bu sözcük ruhsal ve fiziksel olanı, sevgiyi nefreti, benlik tarafından kabul edilebilir ve kabul edilemez olanı bir arada ifade eden bir anlamı içinde barındırır. Winnicott (1975), açgözlülüğün, insan davranışında kılık değiştirmiş bir şekilde görüldüğünü ve karmaşık bir semptomun parçası olarak görülebilecek kadar ilkel bir şeye karşılık geldiğini önemle vurgulamaktadır.

Cavaggioni (1999), gece yeme sendromunda nesne ilişkileri bağlamında iki temel patolojik dinamiğin mevcut olduğunu öne sürmektedir:

1. İçsel boşluğu doldurmak için hastayı yemek yemeye iten öfke ve arzu dinamiği: Burada yemek bir tür anlık yatıştırıcı ve arzulanan ve kaybolan bir nesnenin sembolik ikamesi olarak kullanılır. Ancak yiyecek maddidir ve boşluk içsel bir boyuttur. Bu nedenle sürekli hayal kırıklığıyla sonuçlanır ve sendrom tekrarlanır.
2. Kıskançlık ve nefret dinamiği: Gıdanın, nefret edilen ve bu nedenle yok edilmesi, geçersiz kılınması, gizlenmesi gereken kötü bir ilişkisel nesnenin ikamesi olarak kullanıldığı durumlarda sendromun tekrarlanması söz konusudur.

Öte yandan, gece yeme sendromu kişinin yiyecek arama ve zorunlu olarak yutma ihtiyacı hissettiği, sık sık yeniden uyanmalarla karakterize bir “uyku bozukluğu” olarak da açıklanmaktadır (Stunkard ve diğerleri, 1996). Freud'a göre, uyuma arzusu, enerjide bir azalma, dış dünyadan geri çekilme, rahim içi yaşama geri dönme isteğini temsil eder (Freud, 1933). Uyku, bedenin kontrolünü bırakmayı ve zamandan, zevkten mahrum kalmayı kabullenmek anlamına gelir. Uyumak vazgeçmeyi gerektirir (Breil ve diğerleri, 2010). Lebovici (1988) ise, uyumanın onarıcı yönüne dikkat çeker. Ona göre, “aktif geçirilen bir günden sonra uyumak”, “eylemden sonra uyumak” ya da “eyleme geçebilmek için uyumak” sağlıklı dengelerdir. Ancak, “eyleme geçmemek için uyumak” veya “uyumamak için eyleme geçmek” ise patolojik bir duruma karşılık gelmektedir (Parman, 2000).

Uyumak ve yemek yemek biyolojik anlamlarından bağımsız olarak bireyin gelişimini kesin olarak etkiler. Organik bir nedene bağlı olmaksızın yaşanan değişimler, psikopatolojik bir durumu düşündürmektedir. Tekrarlanan ani ve sık uyanmalar, zorlayıcı ve kontrol edilemez yemek yeme ihtiyacı ile rüya görme arasındaki ilişkiye dair açıklamalar getiren Cavaggioni'a (1999) göre, sürekli yeniden uyanma, açıkça parçalanmayla ve hatta rüya görmenin engellenmesiyle sonuçlanır. Ayrıca rüyaları unutmak, genellikle bir hastanın bilinçdışı içeriklerinin canlanmasına karşı kullandığı bir savunma mekanizmasıdır. Öte yandan rüya görmenin sunduğu bütünleşmeyi elde edememek, hastayı doldurulması gereken acı verici bir boşlukla karşı karşıya bırakır. Bu yeme davranışı ritüeli, yemeğe sihirli değerler atfeden ve psikodinamik yapısında aşırma kontrol mekanizmaları temel olan, özellikle bulimikler ve obezler gibi bireylerde ortaya çıktığında bu boşluğu doldurma ve kaygıları durdurma işlevi görebilir.

Bion'a (1962) göre, alfa öğeleri bilinçdışı anı olarak saklanmaktadır. Böylece rüya görme, düşünme, bastırma, hatırlama, unutma, yas tutma, düşleme ve deneyimden öğrenme gibi, bilinçdışı olduğu kadar ön bilinçli ve bilinçli ruhsal çalışmalar için de gereken bağlantıları oluşturmak için elverişli bir hale gelmektedir. Eğer biri ham duyu izlenimlerini saklanabilen ve birbiriyle ilişkilendirmeye müsait bilinçdışı deneyim öğelerine

dönüştüremiyorsa, bu kişi rüya görme yetisine de sahip değildir (Bion, 1962, aktaran Ogden, 2018).

Sürekli tekrarlayan uyanmalar, uyku tarafından teşvik edilen “gerilemeye” karşı bireyin bilinçdışı bir direnci olarak düşünülebilir; çünkü birey, bu gerilemeyi rüyalardan kaynaklanan kendi fantastik ve dürtüsel dünyasının potansiyel kontrolünü kaybetme anı olarak deneyimleyebilir. Bireyin ruhsal kimliği rüya görmekten bile korkacak kadar kötü yapılandırılmışsa, kendi bilinçdışını aktaran rüya imgeleri ile yüzleşmek yerine besini yutması/içme alması çok daha kolay ve sakinleştirici olmaktadır. Kişi, besini içme yoluyla kontrolü kolayca ele geçirdiğini düşünebilir (Cavaggioni, 1999). Rüyalara ve rüya görmeye karşı bu bilinçdışı direnç ve rüya içeriğinin ortaya çıkmasıyla yüzleşememe, rüya imgeleri tarafından iletilen duygusal deneyimi bir malzeme ile değiştirmeye yönelik kontrol edilemez bir ihtiyacı doğurur (Ogden, 2018).

Bu kuramsal bilgilerden hareketle bu çalışma, nesne ilişkileri bağlamında gece yeme sendromuna psikanalitik bir bakış sunmayı amaçlamaktadır. Bu bağlamda, gece yeme sendromu olan obez bir kadın danışanın ruhsal süreçleri, projektif testler aracılığıyla psikanalitik kuram temel alınarak yorumlanacaktır.

Yöntem

Katılımcı

Bu çalışma, Van Eğitim ve Araştırma Hastanesi Obezite Kliniği'ne kilo vermek amacıyla başvuran 37 yaşında obez bir kadın danışan (S.D.) ile yürütülmüştür. Beden Kitle İndeksi 38 olan S.D. ile psikanalitik yönelimli yarı yapılandırılmış 3 görüşme gerçekleştirilmiştir. Sonrasında ise Rorschach ve Tematik Algı Test'i uygulanmıştır. Elde edilen bulgular, Fransız Ekolü'ne uygun içerik analizi yöntemi kullanılarak değerlendirilmiştir.

Kullanılan Araçlar

Bilgilendirilmiş Onam Formu. Çalışmanın gerçekleştiği Van Eğitim ve Araştırma Hastanesinin Etik Kurulu'ndan izin alındıktan sonra araştırmaya katılan katılımcıya onam formu imzalatılmıştır. Bu form, katılımcının yapılan araştırma hakkında bilgilendirilmesini sağlayan ve onayını içeren kısa bir açıklamadan oluşmaktadır.

Rorschach Testi. 1921 yılında Hermann Rorschach tarafından geliştirilmiş olan test, mürekkep lekelerinden oluşan 10 karttan oluşmaktadır. Bu kartlardan I, IV, V, VI, VII numaralı kartlar koyu renkli, siyah ve beyaz; II ve III numaralı kartlar siyah ve kırmızı; VIII, IX, X numaralı kartlar ise renkli kartlardır. Bu kartların ortak özellikleri bir eksen etrafında oluşmuş ve simetrik olmalarıdır (İkiz, 2013). Test uygulayıcısı, testi alan kişinin verdiği

yanıtları, test esnasındaki davranışlarını, kartlarla ilişkisini, cevap verme süresini not alır (Anzieu ve Chabert, 2011).

Projektif bir test olan ve bireysel uygulanan Rorschach Testinin Türkiye'deki standardizasyon çalışması İkiz ve arkadaşları tarafından (2013) yapılmıştır. Rorschach Testi'nden elde edilen veriler iki farklı şekilde değerlendirilir. Bunlardan biri, Amerikan Okulu'nun geliştirdiği bütünleştirici bir yaklaşımdır. John Exner'in çalışmalarıyla ön plana çıkan bu yaklaşımda, yanıtlar algısal-bilişsel terimlerle açıklanır. Ayrıca yanıtların yapısal nitelikleri ve puanları arasındaki ilişkinin önemi vurgulanır. Bir diğeri ise, Fransız Okulu'nun geliştirdiği yorumlama yöntemidir. Bu yaklaşımda ise, yalnızca cevapların niteliği değil aynı zamanda söylemin devamlılığı ve yorumu da büyük önem taşır (İkiz, 2013).

Tematik Algı Testi (TAT). Tematik Algı Testi, Morgan ve Murray tarafından 1935 yılında geliştirilmiştir. Testin son hali ise 1943'te Murray tarafından yayınlanmıştır (Anzieu ve Chabert, 2011). Toplam 16 karttan oluşan bu testte, kişiden her kartta bir hikaye anlatması istenir. Rorschach Testinde olduğu gibi, Tematik Algı Testinin her kartında gizil ve görünür içerik mevcuttur. Hastalar hikayeler oluşturarak, kartların onlara sunduğu bağlamda kendi içsel süreçlerini, ruhsal işleyişlerini bu kartlara yansıtırlar (İkiz, 2011).

Veri Toplama ve Analiz Süreci

Çalışmaya başlamadan önce katılımcıya araştırmanın amacından bahsedilmiş ve sonrasında onam formu imzalatılmıştır. Klinik görüşmeler ve test uygulamaları Van Eğitim ve Araştırma Hastanesi'nin Psikolog odasında gerçekleştirilmiştir. Öncelikle yarı yapılandırılmış klinik ön görüşmeler yapılmış ardından Rorschach ve TAT uygulanmıştır. Dört ayrı oturumda yapılan klinik görüşme ve testlerin uygulama süresi toplamda yaklaşık 4-4,5 saat sürmüştür. Araştırmacı, klinik görüşmeler ve test uygulaması esnasında katılımcının söylemlerini not almıştır. Veri toplama işleminin ardından klinik görüşme ve test protokolü düzenlenmiş, Rorschach ve TAT bulguları Fransız Okulu Kodlama Sistemi'ne göre kodlanmış ve testin içerikleri görüşmeler ile birlikte psikanalitik yaklaşımla değerlendirilmiştir. Testin sadece içeriği değil, nasıl söylendiği ilkesine dayanan Fransız Okulu'nda, söylemin devamlılığı ve yorum büyük önem taşır. Ruhsal yapılanma, gizil ve görünür içerik birlikte değerlendirilerek anlaşılmaya çalışılır (İkiz, 2013).

Bulgular

Klinik Görüşmelere Dair Bulgular

Psikanalitik kuram çerçevesinde ele alınan bu çalışma kapsamında, test uygulamasına geçilmeden önce yarı yapılandırılmış psikanalitik yönelimli klinik görüşmeler yapılmış,

hastanın serbest çağrışımlarına olabildiğince izin vererek kişisel geçmişi, aile öyküsü hakkında ayrıntılı bilgi alınmıştır. 3 ayrı oturumda yapılan klinik görüşmeler toplamda yaklaşık 3-3,5 saat sürmüştür.

Kendisini depresif, özgüvensiz ve değersiz biri şeklinde tanımlayan S.D. 37 yaşında, evli ve 4 çocuk annesidir. İlk görüşmenin başında, 14 yıl önce yaşadığı kayıpların arkasından zor bir hamilelik ve ağır bir depresyon süreci geçirdiğini ifade etmiştir. Aşırı yeme eyleminin o dönemler başladığını da eklemiştir. O zamandan beri S.D. için “yemek yemek”, baş edilmesi zor ve acı verici duyguları kendisinden uzaklaştırdığı kısa bir zaman dilimini temsil etmektedir.

2007 yılında annemi kaybettim. Annemsiz ne yapacaktım, nasıl yapacaktım? Çok zor zamanlardı. Uğursuz bir yıl olarak tanımlarım o yılı. O zamana kadar kilo problemim yoktu. Kayınpederimi de kaybettim annemin arkasından. Sonrasında kötü bir hamilelik sürecim oldu. Çok derin bir depresyon yaşadım. Bazen delirdiğim oluyordu. Kimseyle görüşmek istemiyordum, ölmek istiyordum, yok olup gitmek. Bana iyi gelen sadece bir şey vardı, yaptığım tencere dolusu yemeği alıp balkonda yalnız başıma yemek. O kadar çok yiyordum ki birkaç kez hastanelik olmuşum. Ama vazgeçemiyordum da. Yemek yaparken ve o yemeği yerken bir an sanki sıkıntılarım yok olup gidiyordu. Mutlu hissediyordum o esnada, gece yemelerim de sonrasında başladı.

S.D.’nin annesine yönelik söylemlerine bakıldığında ise, çifte değerli duyguların öne çıktığı görülmektedir. Olumsuz bir tanımlamadan sonra “iyi biri” olduğuna vurgu yapması ve hemen arkasından annesi ile olan benzerliğine dikkat çekmesi, olası bir çatışmadan kaçınma isteğinin yanı sıra farklılaşamama problematiğini düşündürmektedir.

Fedakâr, iyi bir anne. Sevgisini pek belli etmez, biraz kontrolcü ama özünde iyi biri annem. 1991 yılında annem erkek kardeşime hamile olduğu dönemde depresyona girdi ve ardından aşırı yemek yemeye başladı, çok kilo almıştı. Annemle kaderimiz bir. Bende de aynı oldu. Kopyasıyım annemin.

Zaman zaman anne ile yaşanan tartışmanın neticesinde suçluluğun ön plana çıkması ilişkideki kırılmalı ve güvensizliği düşündürmektedir. Bunun yanı sıra anne ile çatışmak bir anlamda saygısızlık olarak da algılanmaktadır.

Bazen annemle ister istemez tartışırdık, sonrasında kötü hissederdim. Acaba üzdüm mü, saygısızlık mı ettim diye düşünürdüm. Sonuçta evlatlarının iyiliğini isteyen bir anneydi. Suçlu hissederdim bu yüzden her onunla tartıştığmda. Zaten annem hep haklı çıkmaya çalışırdı ki öyle de oluyordu.

S.D.’nin her gece tek başına olduğu bir zaman diliminde “yiyecek” yoluyla kendini sakinleştirme ihtiyacı, bir açıdan başka türlü ifade edemediği, çözemediği çatışmalarını ortaya

koyma şekli olarak düşünülebilir. Bu noktada psikanalitik psikosomatik kuramın önemli bir kavramı olan “*kendini sakinleştirme yöntemlerine*” değinmek yerinde olacaktır. Bu kavramın en önemli özelliği, sürekli yinelenmesi ve doyum duygusunu sağlamamasıdır. Yineleyici şekilde yapılan etkinliklerle gerginlik kontrol altına alınır, doyum sağlamadan sakinleşilir. Özetle, kendini sakinleştirme yöntemlerinde, ruhsal değil de davranışsal bir işlev söz konusudur (İkiz, 2005). S.D.’nin her gece tekrarlayan yeme davranışı da bu bağlamda değerlendirilebilir. Kendi başına kalamayıp, besinin içe alınması yoluyla sakinleşebilmesi ancak eylem sona erdikten sonra o boşluk hissini ruhsallıkta yeniden yer edinmesi gerçek doyum duygusunun oluşmadığını göstermektedir. Bundandır ki eylem her gece tekrarlanmaktadır.

Gece 2-3 kez hemen hemen aynı saatlerde uyanıyorum. Yiyecek bir şeyler arar ne bulursam yerim. Uyandıktan sonra mutfağa giderken ve mutfakta yalnız başıma bir şeyler yerken dünyanın en mutlu insanı oluyorum sanki. Adeta yataktan mutfağa ışınlanıyorum. O mutluluk hissi ne yazık ki yemek yedikten hemen sonra uçup gidiyor. Gece uyanıp bir şeyler yiyemediğimde asla uyuyamıyorum sonra. Bu her gece böyle oluyor.

Öncesinde hep ulaşılabilir olan, bir bakıma kişinin kendisine sunamadığı annesel işlevi yerine getiren “yemek” (sakinleştiren, yatıştırıcı), bir an için ulaşılabilir olduğunda yaşanan çaresizlik duygusunun yoğunluğu dikkate değerdir. Arzusunu ertelemede bu denli zorluk yaşaması bir madde bağımlısının kriz anında yaşadığı çaresizliği ve acı verici duygularını “madde” yoluyla yatıştırma girişimini akla getirmektedir. Jeammet, her türlü bağımlılığın bireyin ruhsal dünyasındaki eksikliğinden dolayı kendisini avutamadığı şeye yönelik ruhsallık-dışı bir dayanak arayışı yolu olduğunu ifade eder (Jeammet, 2000, aktaran Satgan, 2015). Kendi başına kalmayı başaramayıp dışarıdan bir nesneye duyulan gereksinim kişinin narsisistik dayanaklarının zayıflığına da işaret etmektedir. Kendi kendini sakinleştiremeyen S.D. için yemek bir anlamda madde gibi bir işlev görmek ve ancak dışarıdan bir nesne yoluyla içerdeki acıyı dindirmek, eksikliği doldurmak mümkün olabilmektedir. Pedinielli ve arkadaşlarının (1997) görüşlerinde özetledikleri gibi, katlanılmaz boyutta olan ruhsal acı bireyin narsisistik dayanaklarını tehdit etmektedir.

“... Bir gece büyük kızım kalkıp yemek yemeyeyim diye, mutfağın kapısını kilitleyip anahtarını da yanına almıştı. O gece kızımı uyandırıp ağlamıştım kapıyı açsın diye. Çok çaresiz ve zavalıca hissetmişim. Kızım en son dayanamayıp kapıyı açmıştı.”

Kendi başına kalma kapasitesindeki eksiklik ve yalnızlıkla başa çıkamamanın yarattığı kaygı dolayısıyla dışarıdan bir nesneye ihtiyaç duyan ve bu sayede içsel bir rahatlama yaşayan S.D. için “yiyeyeğin”, her gece ulaşabileceği ve kendisini hiç terk etmeyecek bir ikame nesne

işlevi gördüğü söylenebilir. Yemeğe ulaşamadığında, diğer bir ifadeyle nesnenin kaybı gündeme geldiğinde yaşadığı kaygının yoğunluğu, içselleştirmelerin oluşumunda erken dönemde oluşan eksikliğe ve kapsayıcı bir çevrenin yokluğuna işaret etmektedir. Castelnovo-Tedesco ve Reiser (1988), obez bireylerde yemeğin hayal kırıklığı yaratan nesnelere yerine konulduğunu belirtmektedirler. Bu açıdan, S.D.'nin gece tek başına olduğu bir zaman diliminde aldığı gıdanın sevgi nesnesinin yerine geçtiği ve bu sayede sakinleşebildiği söylenebilir. Böylelikle besinin içe alınması yoluyla nesne kaybı endişesinin önüne de geçilmektedir. McDougall (2000), her türlü bağımlılıkta içsel annesel nesneye meydan okumanın söz konusu olduğunu öne sürer. Bağımlılık yapıcı ikame, eksik annesel işlevlerin yerine geçebilecek şekilde daima ulaşılabilir olacaktır. Verilen mesaj şudur: *"Beni bir daha asla terk edemezsin; bundan sonra ben seni kontrol ediyorum"* (aktaran Torun, 2019).

Bununla birlikte, S.D.'nin uykuya dalmada, uykuyu sürdürmede yaşadığı zorluğun yanı sıra rüya kapasitesinde de bir eksiklik olduğu anlaşılmaktadır. Freud'a (1917) göre uyku, dinlenme pozisyonu, sıcaklık ve uyaran eksikliği gibi nitelikleriyle, rahimdeki geçici hayatın somatik olarak yeniden canlandırılmış hali gibidir. Çoğu insan uyurken cenin pozisyonu alır. Uyuyan kişinin tüm ilgisi çevresinden geri çekilir, nesnelere çekilen yatırım benliğe döner. Freud'un (1917) ifadesiyle söylemek gerekirse, S.D.'nin dış dünyadan kendisini geri çekemediği ve dış dünyanın uyaranlarını kendisinden uzak tutamadığı dikkat çekmektedir. Ayrıca, S.D.'nin tekrar uykuya dalma ihtimalinin bir şeyler yemeye bağlı olması dikkate değerdir.

Doğru düzgün uyuyamıyorum. En az 3-4 kez uyanırım gece. Uykuya daldığımda bile sanki yarı uyanık gibiyim. Mesela, rüyada yürüdüğümü görüyorum sonra birden ayağımı boşluğa atıyorum uçurumdan düşecekmişim gibi oluyorum ama o esnada biliyorum ki yatağımda sırt üstü uyumuşum. Anlayacağınız bir tarafım sanki sürekli uyanık ve bunun rüya olduğunun bilincinde. Pek rüya görmem aslında, rüyaları uyanır uyanmaz unuttuyorum, uçup gidiyor aklımdan. ... Gece uyanıp bir şeyler yiyemediğimde asla uyuyamıyorum sonra.

Rorschach Testinde Annesel Kapsayıcılığa Yönelik Bulgular

Rorschach Testi sadece bireyin kendi dünyasına ve beden imgesine gönderme yapmakla kalmaz, aynı zamanda ebeveyn imgelerine dair yaşantıları da açıklar. Bireyin bu imgelerle nasıl baş edebildiği ve fantezi dünyasının işleyiş şekli hakkında bilgi verir. Öncelikle anne imgesi ile oluşturulan ilişkilere baktığımızda Kart I, VII ve IX'un bu konuda bize bilgi verdiğini görürüz (İkiz, 2013). Çalışma kapsamında, erken dönem anne imgesi hakkında bilgi veren Kart I, VII ve IX numaralı Rorschach kartları (İkiz, 2013) incelenmiştir. Bu kartlardan elde edilen bulgular Fransız Okulu sistemine göre kodlanmış, ardından içerik analizi yapılmıştır.

Teste giriş kartı olan **Kart I**, dış dünyayla kurulan ilk ilişkilerin temelini açıklamaktadır. Kişi yaşama anne ile başladığından, ilk dönem anne ilişkileri hakkında bilgi vermektedir (İkiz, 2012). Hastanın Kart I'e verdiği yanıt şöyledir:

Kart I: “*Yengeç gibi bi şeye benzettim. Geyik boynuzları gibi. Şu alt kısımlarda **eller birleşmiş**. Kuş mu desem tavşan mı desem şuralara. Kulakları dik köşede. Uzaktan bakınca **maske** gibi, şu boşluklar gözleri, biraz **korkutucu** da. Kıskaç, en aşağısı.”*

Doğru form içeren “yengeç” yanıtının ardından “birleşen eller” yanıtı nesne ile bir olmaya, sembiyoza dair bir arzuyu açığa çıkarmaktadır. Devamında ise ilk nesne ile kurulan ilişkinin olumsuz ve endişe uyandırıcı niteliğine gönderme yapan “maske” tasarımının korku duygusuyla ortaya konması dikkat çekicidir. Ayrıca fallik unsurların ön plana çıktığı “boynuz, dik köşe” gibi yanıtlar fallik bir anne imgesini akla getirmektedir.

Gri tonlarında bir kart olan **Kart VII** ise, annelik ve kadınsılıkla ilgili özdeşleşimlerin yanı sıra erken dönem anne ile ilişkinin niteliği hakkında bilgi veren bir karttır (İkiz, 2012). Anzieu ve Chabert (2011), erken dönem ilişkilerinin eşsiz bir aracısı olarak belirttikleri bu kartta anne imgesiyle ilişkilerin mümkün olan tüm biçimlerinin bulunabileceğini ifade eder. Ayrıca iç-dış sınırlara da gönderme yapan bir karttır.

Kart VII: “*Çok güzel el işareti gibi, şöyle yapılmış el gibi, hani okey dersin ya. **İki insanın aynı düşünmesi, ortak olması** gibi. Bayan saçı havaya kalkmış, yüzü burnu ağzı. ¹insanın saç şekli ama yüz yok, **boş burası**.”*

Bu kartta, aynı işlevi yerine getiren, farklılaşmaya tahammül edememe şeklinde tanımlanan ayna ilişkisi yanıtları (İkiz, 2012) ön plana çıkmaktadır. İkiz'e (2012) göre, ayna ilişkisine dayalı bir dünya sınır kişiliklere özgü bir çatışma biçimini temsil etmektedir. Farklılaşmak beraberinde çatışmayı getireceğinden, öteki gibi olmak tercih edilmekte ve dolayısıyla nesneden farklılaşmak mümkün olamamaktadır. Farklılığa tahammül edememeyi düşündüren bu yanıtlar, sembiyotik düşlemlerin yoğunluğunu, erken dönem anne imgesinden ayrışmanın zorluğunu ortaya koymaktadır. Bunun yanı sıra hastanın bu kartın beyaz kısmına dikkat çektiği, ancak boşluğun doldurulamadığı da görülmektedir. Depresyon, endişe gibi duyguların ifadesi olan beyaza hassasiyet ve boşluk yanıtları (İkiz, 2012) hastanın erken dönem ilişkilerinde bir eksikliği, yetersizliği akla getirmektedir.

Pastel renkli kartlardan biri olan **Kart IX** ise, kişinin regresyonuna izin veren bir karttır ve ilk dönem arkaik anne imgesine gönderme yapmaktadır. Kişinin arkaik endişelerini,

¹ Kartın ters çevrilip yanıtlanması

hamilelik ve doğum düşlemlerini açığa çıkarabilmektedir. Yaşamın çok erken dönemlerine ait kaygılar olarak tanımlanabilecek arkaik kaygılar, kendini saldırgan kötü nesneye dair çağrışımlarla, bedenin veya benliğin zarar görmesi üzerinden göstermektedir. Bu kart gerilemeye imkan tanıyan bir kart olması sebebiyle, söz öncesi döneme ait arkaik anne imgesi hakkında da bilgi vermektedir (İkiz, 2012).

Kart IX: “Ateş çıkaran bir **ejderha** gibi. Burası da bulutlar. Bulutun arasından ejderha çıkıyor gibi. Bir de sanki **ellerini uzatıyorlar** birbirlerine ancak sanki **tehlikeli** gibi de ¹ Ejderhanın çıkardığı ateş var ya burda.”

İlk nesne ile olan ilişkide güvensizliği çağrıştıran ve arkaik döneme dair saldırgan nitelikte bir ilişkiyi ortaya koyan “ateş çıkaran ejderha” yanıtından sonra iç-dış sınırların belirsizliğine gönderme yapan “bulut” yanıtı (İkiz, 2013) dikkati çekmektedir. Devamında ise “...ellerini uzatıyorlar birbirlerine” yanıtı, ilk nesne ile olan ilişkisinde yakınlığa, kapsanmaya dair arzuya gönderme yapmakta ancak devamında gelen “sanki tehlikeli gibi de” yanıtı nesne ile yakınlaşmanın endişe uyandırdığını göstermektedir.

Rorschach Testi bulguları bir bütün olarak ele alındığında, erken dönem nesne ilişkilerinin niteliğine dair bilgi veren bu kartlara verilen yanıt içerikleri ve anlatım biçiminin benzerliği dikkat çekicidir. Erken dönem anne imgesi ile yakınlaşmaya, birleşmeye dair bir arzu öne çıkarken aynı zamanda bu yakınlığın endişe uyandırıcı yönü de dikkati çekmektedir. Güvenli ve kapsayıcı olmayan anne imgesinden uzaklaşma, ayrışma da mümkün olamamaktadır. Nesneden ayrışmada zorluğun ve sembiyoza dair düşlemlerin ayrılma-bireleşme sürecinde zorluklara sebep olduğu düşünülmektedir. Bunun yanı sıra boşluğa dair duyarlılık ise yine ilk dönem nesne ilişkilerinde yoksunluğa, eksikliğe işaret etmektedir. Son olarak, özne ile nesne arasındaki yetersiz bir ayrılmanın göstergeleri olan sembiyotik türde ilişkiler ve ayna ilişkisi gibi yanıt örneklerinin, Anzieu ve Chabert’in (2011) “*yeterince farklılaşmamış bir kimlik*” kavramına denk düştüğü söylenebilir.

Tematik Algı Testi İçerik Analizi Bulguları

Kişinin nesne ilişkileri dünyası hakkında bilgi veren ve klinikte en çok kullanılan projektif testlerden biri olan TAT, Rorschach Testinin tamamlayıcısı olarak görülebilir. Rorschach Testi ile kullanıldığında kişi hakkında daha kapsamlı, zengin bilgiler edinilir (İkiz, 2011). Bu nedenle Rorschach Testinden hemen sonra danışana TAT uygulanmıştır. Bu bölümde, içsel anne imgesinin niteliğine dair gönderme yapan 5. 7. ve 9. kartlarda anlatılan hikayeler değerlendirilmiştir.

TAT’de, nüfuz edici anne imgesini harekete geçirmeye uygun olan 5. kart, kişinin anne imgesini nasıl algıladığı, nüfuz edilme endişesi ile nasıl baş edeceği hakkında bilgi vermektedir (İkiz, 2011). Hastanın bu kartta oluşturduğu hikaye şöyledir:

TAT 5: “Burada bir anne var, kapıyı açıp **çocuklarının ne yaptığına bakmak istemiş**. Bir sorun olmadığını görüp kapıyı kapatacak.”

Anlatılan hikayede, nüfuz edici olarak algılanan bir anne imgesinin açığa çıktığı dikkati çekmektedir. Hikayenin devamında herhangi bir olumsuzluğa yer verilmemesi ise, gözetleyen, kontrol eden bir anne ile olası bir çatışmadan kaçınma isteğinin göstergesidir.

İlk nesne ile olan ilişkinin niteliğine dair bilgi veren 7GF kartının (İkiz, 2011), kişinin kendi hayat hikayesini çağrıştırdığı görülmekte diğer bir deyişle kartla mesafenin yitirildiği anlaşılmaktadır. Depresif bir duygulanım ekseninde anlatılan bu hikayede, bebeğin isteksiz bir şekilde tutuluşuna vurgu yapılması, Winnicott’un “*tutma*” kavramını çağrıştırmakta ve kişinin erken dönemde yeterince kapsanamadığına işaret etmektedir. Ayrıca hikayede yer alan, yardımcı olmaya çalışan ancak etkisi olmayan bir “anne” tanımlaması da erken dönem ilişkilerindeki problemlerini destekler niteliktedir. Özetle, “*tutma*” işlevini yerine getirmeyen bir anne imgesi söz konusudur.

TAT 7GF: “Şu kız küçük yaşta anne olmuş. Bebeğini **tutuşundan belli, çok isteksiz, dalgın, hüznü** bakıyor. Annesi de bebeğe bakıyor, yardımcı oluyor gibi ama **kadının akl orda değil, dinlemiyor** gibi. Üzücü. **Kendimi gördüm** bu kartta. Son hamileliğimden sonra ben de böyleyim.”

9GF kartında ise, rekabet veya ötekine yönelik saldırgan dürtülerin açığa çıkması beklenmektedir. Narsistik eksende ise, iki kişinin ayna ilişkisiyle anlatılması, farklılığa tahammül edememe gibi cevaplar da gelebilir (İkiz, 2011).

TAT 9GF: “Burada **birbirine benzeyen** iki kadın var, herhalde kardeşler. İki de yanına bir şeyler almış, **birlikte** bir yere gidiyorlar. Biraz uzaklaşıp dinlenecekler.”

Benzerlik teması üzerinden anlatılan hikayede, ötekinden ayrışmada zorluk ve “birlikte” yapılan eylem öne çıkmaktadır. Bu durum, kişinin farklılaşmanın beraberinde getireceği kaygıdan uzaklaşma isteğinin sonucu olarak değerlendirilebilir. Bu yüzden, rekabete girmek istenmemekte, öteki gibi olmak tercih edilmektedir. Böylelikle çatışma ihtimali ortadan kaldırılmaktadır.

Özetle, içsel anne imgesine gönderme yapan bu kartlarda oluşturulan hikayelere bakıldığında, nüfuz edici bir anne imgesinin açığa çıktığı ve bu annesel imgeden ayrışmanın

zorluğu göze çarpmaktadır. Bununla birlikte annesel kapsayıcılıkta ve “tutma” işlevinde eksiklikler görünürdür.

Tartışma ve Sonuç

Bu çalışmada, erken dönem anne-çocuk arasındaki bağın niteliği ile yeme bozukluğu arasındaki ilişki psikanalitik bir bakış açısıyla değerlendirilmiştir. Bu bağlamda, yarı yapılandırılmış klinik görüşmeler ve Rorschach-TAT aracılığıyla gece yeme sendromu olan obez bir kadın danışanın ruhsal süreçleri incelenmiştir. Yapılan klinik görüşmeler ve projektif test bulguları, psikanalitik kuram temel alınarak Fransız Okulu’na özgü içerik analiziyle değerlendirilmiştir.

Psikanalitik literatüre göre aşırı yeme, kaybedilen ya da hayal kırıklığı yaratan sevgi nesnelere yerine geçme ve sözcüklerin henüz sahneye çıkmadığı söz öncesi dönemde kurulan bağın yeniden yaratılma girişimidir (Bruch, 1973, aktaran Özfidan, 2011). Bychowski’ye (1950) göre, bu durumun sebebi yemeğin, ilk haz kaynağı olan anne memesinin ve anneye duyulan aşkın temsilcisi olmasıdır. Aşırı yemek, kişinin başka bir şekilde ifade edemediği veya çözemediği bilinçdışı çatışmaları eyleme dökme yoluyla ortaya koyma şeklidir.

S.D.’nin yineleyici gece yeme davranışı, Winnicott’un annenin yokluğunda sakinleştirici bir işlevi olan geçiş nesnesi kavramını akla getirmektedir. Winnicott’a göre, öznenin yarattığı geçiş nesnesi, anne tarafından oluşturulan yanılmalı tümgüçlülük durumundan kurtulma ve dış gerçeklikle ilişki kurma olanağı sağlar (Winnicott, 1960, aktaran Tükel, 2011). Ancak bağımlılık söz konusu olduğunda, geçiş nesnesi, ayrılığı ve beraberinde getirdiği depresyonu inkar etme olanağı sunmaktadır (Rosenfeld, 2005). Bu açıdan bakıldığında, S.D.’nin yineleyici gece yemelerinin, bir geçiş nesnesi işlevi gördüğü ve anneden ayrılmaya karşı savunma anlamı taşıdığı söylenebilir. Scwartz’ın (1986) ifadeleri ile söylemek gerekirse, “yemek” oral maternal nesne arayışını temsil etmekte ve besinin içe alınması yoluyla erken dönem anne imgesiyle yeniden bağ kurulmaktadır.

Freud’a göre, uyuma arzusu, enerjide bir azalma, dış dünyadan geri çekilme, döl yatağı içindeki çatışmasız döneme geri dönme isteğini temsil eder. Uyuyan kişinin tüm ilgisi çevresinden geri çekilir, nesnelere çekilen yatırım benliğe döner. (Freud, 1933). S.D.’nin uykuya dalamaması, uykusunun sık sık bölünmesi narsistik içe çekilmenin başarısızlığı, bir anlamda kendine yatırım yapılamadığı anlamını taşımaktadır. Bundan dolayıdır ki dışarıdan bir nesne ihtiyacı doğmakta ve bu sayede boşluk duygusuyla başa çıkılabilmektedir.

Freud (1917), “*zihinsel yaşam neden uyumayı başaramamaktadır*” diye sorar. Muhtemelen akli rahat bırakmayan şeyler olduğu için kişi uyuyamaz diye yanıtlar. Uyarılar

kişiye saldırmaktadır ve kişinin bunlara tepki vermesi gerekir. Bu noktadan, uyku bağlamında erken dönem anne-çocuk ilişkisine bakılabilir. Parman (2000), yaşamın erken dönemlerinde, annenin çocuğun uykusunun bekçisi olması gerektiğine vurgu yapar ve bunun da çocuğun uykusunu libidinalize etmesine bağlı olduğunu ileri sürer. Anne, uykunun bekçisi ve anne-çocuk ikiliğinin yapılandırıcı unsuru olarak uykunun devamı için gerekli olan otoerotik, yani narsisistik yatırımı sağlar. Bununla birlikte, uyarım-kalkanı görevi görerek çocuğu, özellikle kaygı düşlerinde görüldüğü gibi, iç uyarımların aşırılığından, travmatik olabilecek uyarımlardan korur. Uykuya geçişin zorunlu koşullarından biri, uykunun bu şekilde libidinalize edilmesidir. Uykunun koruyucu rolünü sürdürebilmesi için annesel kapsayıcılık gereklidir. Bebeği uykuya hazırlarken annenin rahatlatıcı, yatıştırıcı bir ortam sunabilmesinin önemli olduğu öne sürülmektedir (Breil ve diğerleri, 2010). Bu bağlamda değerlendirildiğinde, yatıştırıcı ve uyarım kalkanı gören içsel anne imgesinin ruhsallıkta yer alamaması libidinal iç çekilmeyi mümkün kılamamakta ve bu yüzden uykuya geçilememektedir. Sürekli tekrarlanan uyanmalar ile birlikte S.D., rüya göremediğini ya da gördüğü rüyaları unuttuğunu ifade etmiştir. Cavaggioni (1999) bu durumu, hastanın bilinçdışı içeriklerinin canlanmasına karşı kullandığı bir savunma mekanizması olduğu şeklinde açıklamaktadır. Kişinin ruhsal kimliğinin kötü yapılandırılmış olması bilinçdışını aktaran rüya imgeleri ile yüzleştirmeyi zorlaştırmaktadır. Bunun yerine daha sakinleştirici ve kolay olanı, yani besini içe almayı tercih etmektedir.

Uyku bozukluğu, rüya görememe, kendi başına kalma kapasitesinde eksiklik ve dışarıdan bir nesneye gereksinim, erken dönem nesne ilişkilerindeki yetersizlikleri işaret etmektedir. Parman (2012), yeme bozukluklarında nesne yitimine dayanmayı sağlayacak iç nesnenin yaratılmadığından söz eder. Nesne yitiminin yarattığı kaygı ise iç nesne yaratılmamış olduğundan bir felaket kaygısı olarak yaşanacaktır. Sonuç olarak, iç boşluğun bir nesneyle doldurulması istenecektir. S.D.'nin ruhsallığında, erken dönem yoksunluklarından kaynaklı nesne kaybıyla başa çıkmasını sağlayacak iç nesnelere yaratılmadığından dış bir nesne arayışı kaçınılmaz olmaktadır.

S.D.'nin Rorschach Testinde içsel anne temsiline gönderme yapan Kart I, VII ve IX'a (İkiz, 2013) verdiği yanıtlarda, kapsayıcı olmayan bir anne imgesi, sembiyoz arzusu, farklılaşmama sorunsalı görünürdür. Erken dönem anne imgesiyle yakınlaşmaya dair bir arzu ortaya konmakta ancak aynı zamanda bu yakınlaşmanın endişe verici yönü öne çıkmaktadır. Bu tam da Birksted-Breen'in (1989) öne sürdüğü, "*yeme bozukluklarında annesel nesneyle olan füzyona dair hem bir arzu hem de korkunun olduğu*" görüşüne karşılık gelmektedir. Boşluk yanıtlarında ise ilk nesne ile olan ilişkinin endişe uyandırmasının yanı sıra boşluğa karşı duyarlılık gösterdiği ancak boşluğun doldurulamadığı da göze çarpmaktadır. Anzieu ve

Chabert (2011), Rorschach Testinde anne imgesi ile ilişkide boşluğun neyle doldurulmaya çalışıldığına dikkat çekmektedirler. Bununla birlikte, boşluk yanıtlarının anne ile erken dönem ilişkilerinde bir yoksunluğa, temel bir eksikliğe gönderme yaptığını belirtmektedirler. Buradan yola çıkılarak, boşluğun güvensizliği ve tekinsizliği çağrıştıran tasarımlar ile doldurulması ya da boşluğa dikkat çekip herhangi bir tasarımla dolduramaması erken dönem nesne ilişkilerinde eksikliklere ve kapsayıcılıktan uzak bir anne imgesine işaret etmektedir.

TAT'de içsel anne imgesinin niteliğine dair bilgi veren 5, 7GF ve 9GF kartlarında anlatılan hikayelere bakıldığında, nüfuz edici olarak algılanan, tutan ve kapsayıcı olmayan bir anne imgesi öne çıkmaktadır. Bunun yanı sıra rekabet ve haset gibi duygularla başa çıkmanın zorluğu net bir şekilde görülmektedir. Anne ile rekabete girmekten kaçınılmakta, farklılaşmanın beraberinde getireceği çatışmadan uzaklaşmaya çalışılmaktadır. Bununla birlikte oluşturulan hikayelerde olumsuzluğa yer vermeme çabası, erken dönem nesne ilişkilerinin güvensizliğini akla getirmektedir. Benzerlik teması ekseninde hikayeler oluşturulmakta ve nesne ile “aynı” olmaya çalışılmaktadır. Nesneden ayrışabilmek, farklılaşabilmek mümkün olamamaktadır. Diğer bir ifadeyle nüfuz edici olarak algılanan anne imgesinden ayrılabilmenin zorluğu belirgin bir şekilde açığa çıkmaktadır.

Öte yandan gece yeme sendromu olan S.D.'nin, uykuya dalmakta yaşadığı zorluk, sık ve tekrarlayan uyanmalar narsisistik açıdan kendisine yatırım yapamadığını, dışardan bir nesne yoluyla yaşadığı boşluk duygusuyla başa çıkabildiği görülmektedir. Bion'un (1962), ifadeleri ile söylemek gerekirse, alfa işlevindeki aksamalar sebebiyle kişi uyuyamamakta ve dolayısıyla rüya görememektedir. Projektif test yanıtlarında ise erken dönem nesne ilişkilerinde tutan ve kapsayabilen bir çevrenin olmadığı, anne imgesinin uyarım kalkanı işlevi göremediği anlaşılmaktadır. Erken dönem annesel işlevde yetersizlik söz konusu olduğundan, ruhsallık kayıplarla, olumsuz duygularla başa çıkamamakta ve dışarıdan bir nesne olan “yiyecek” yoluyla annesel bakım yeniden inşa ediliyor gibi görünmektedir.

Son olarak, Winnicott ve Bion, bireyin ruhsal gelişimi açısından erken dönem anne-çocuk ilişkisinin niteliğinin, “tutan” ve “kapsayabilen” bir çevrenin varlığının, bireyin ruhsal gelişimi üzerinde önemli bir etkisi olduğunu önemle vurgulamışlardır. Çevre çocuğun ihtiyaçlarına uyum sağladığında iyi nesneyi içe yansıtmak mümkün olacak ve böylelikle ruhsallığın gelişimi olumlu bir yönde ilerleyecektir (Winnicott, 1960, Bion, 1962, aktaran Abrevaya, 2015). Bu olgu çalışmasından hareketle, obeziteye eşlik eden gece yeme sendromunun gelişiminde etkili olan ruhsal süreçlerin nedenlerini anlama noktasında psikanalitik teorinin ve projektif testlerin önemli bir katkısı olduğu söylenebilir. Dolayısıyla tedavi noktasında da, psikanalitik yönelimli psikoterapinin etkili olabileceği düşünülmektedir. Nitekim, Rand ve Stunkard'ın (1977) obezitenin tedavisinde psikanalitik yaklaşımın etkinliğini

inceledikleri çalışmada, psikanalitik terapilerin tedavide etkin olduğunu ileri sürmüşlerdir. Bununla birlikte, Bruch (1973), Garner ve arkadaşları (1982), Hall ve arkadaşları (1984) tarafından yapılan çalışmalarda da yeme bozukluklarının tedavisinde psikanalitik yaklaşımın etkili olduğu sonucuna varılmıştır.

Bu araştırmada sadece bir vakanın ruhsal süreçlerinin incelenmesi, araştırmanın bir sınırlılığı olarak değerlendirilmiştir. Oldukça kapsamlı ve zengin bir konu olan yeme bozuklukları alanında psikanalitik yaklaşımla ve projektif testlerle daha fazla sayıda vaka örnekleri ile çalışılmasının faydalı olacağı düşünülmektedir.

Çıkar Çatışması Beyanı:

Bu çalışmada çıkar çatışması bulunmamaktadır.

Finansal Destek Beyanı:

Herhangi bir finansal destek beyan edilmemiştir.

Etik Kurul Onayı:

Vaka Çalışması makaleleri için etik onay gerekmemektedir.

Kaynakça

- Abrevaya, E. (2015). Bion'un psikoza psikanalitik yaklaşımı. İçinde A. Gürdal Küey, T. İkiz, L. Kayaalp, R. Tükel ve E. Abrevaya (Edl.) *Psikanaliz Yazıları 30: Wilfred R. Bion* (ss.21-34) İstanbul: Bağlam Yayınları.
- Anzieu, D. ve Chabert, C. (2011). *Projektif Yöntemler* (B. Kolbay, Çev.). İstanbul: Bağlam Yayınları. (1960)
- Bilen, N. K. (2015). *Beden, sınırlar, metaforlar* (1. Basım). İstanbul: Bilgi Üniversitesi Yayınları.
- Bion, W. R. (1962). *Learning from experience* (6.Basım). London: Karnac Books.
- Bion, W. R. (1965). *Transformations* (3. Basım). London, Karnac Books, 1984
- Birksted-Breen, D. (1989). Working with an anorexic patient. *International Journal of Psycho-Analysis*, 70, 29-40.
- Breil, F., Rosenblum, O. ve Le Nestour, A. (2010). Les troubles du sommeil du bébé et du jeune enfant: revue de la littérature et analyse psychodynamique. *Devenir*, 22(2), 133-162.
- Bruch, H. (1962). Perceptual and conceptual disturbances in anorexia nervosa. *Psychosomatic medicine*, 24(2), 187-194.
- Bruch, H. (1969). Obesity and orality. *Contemporary Psychoanalysis*, 5(2), 129-144.
- Bruch, H. (1973). *Eating Disorders: Obesity and Anorexia and the Person Within* (1. Basım). New York, Basic Books.
- Bychowski, G. (1950). On neurotic obesity. *Psychoanalytic Review*, 37(4), 301-319.
- Castelnuovo-Tedesco, P. ve Reiser, L. W. (1988). Compulsive eating: Obesity and related phenomena. *Journal of the American Psychoanalytic Association*, 36(1), 163-171.
- Cavaggioni, G. (1999). A psychodynamic hypothesis on the Night Eating Syndrome. *Eating and Weight Disorders-Studies on Anorexia, Bulimia and Obesity*, 4(1), 15-18.
- Chatoor, I. (2002). Feeding disorders in infants and toddlers: diagnosis and treatment. *Child and Adolescent Psychiatric Clinics*, 11(2), 163-183.
- Freud, S. (1917). A metapsychological supplement to the theory of dreams. İçinde J. Strachey (Ed.), *The Standard Edition of the Complete Psychological Works of Sigmund Freud, volume XIV (1914-1916): On the history of the psycho-analytic movement, papers on metapsychology and other works* (ss. 217-235). London: The Hogarth Press.
- Freud, S. (1933). New Introductory Lectures On PsychoAnalysis. İçinde J. Strachey (Ed.), *The Standard Edition of the Complete Psychological Works of Sigmund Freud, Volume XXII (1932-1936): New Introductory Lectures on Psycho-Analysis and Other Works* (ss.1-182). London: The Hogarth Press.
- Freud, A. (1946). The psychoanalytic study of infantile feeding disturbances. *The Psychoanalytic Study of the Child*, 2(1), 119-132.
- Garner, D. M., Garfinkel, P. E. ve Bemis, K. M. (1982). A multidimensional psychotherapy for anorexia nervosa. *International Journal of Eating Disorders*, 1(2), 3-46.
- Gürol, D. T. (2006). Madde kullanımı: Ölümün başka yüzü. *Yansıtma Psikopatoloji ve Projektif Testler Dergisi*, 5(6), 47-55.

- Hall, A., Slim, E., Hawker, F. ve Salmond, C. (1984). Anorexia nervosa: Long-term outcome in 50 female patients. *The British Journal of Psychiatry*, 145(4), 407-413.
- İkiz, T. (2005). Anne-Çocuk İlişkisinde Kendini Sakinleştirme Süreçleri. İçinde A. Gürdal Küey, T. İkiz, L. Kayaalp, R. Tükel ve E. Abrevaya (Edl.) *Psikanaliz Yazıları 11: Psikosomatik* (ss.55-62) İstanbul: Bağlam Yayınları.
- İkiz, T. (2011). *Tematik Algı Testi (TAT)* (1.Basım). İstanbul: Bağlam Yayıncılık.
- İkiz, T. (2012). *Rorschach Testinin Psikanalitik Yorumu-2* (1.Basım). İstanbul: Bağlam Yayıncılık.
- İkiz, T. (2013). *Rorschach Testinin Psikanalitik Yorumu-1* (1.Basım). İstanbul: Bağlam Yayınları.
- İkiz, T., Atak, İ., Düşgör, B. ve Zabcı, N. (2013). *Rorschach Kodlama Kitabı 2- Yetişkin Normları*. İstanbul: Bağlam Yayınları.
- Klein, M. ve Riviere, J. (1953). *Love, Hate, and Reparation: Two lectures* (2. Basım). London: Hogarth Press and the Institute of Psycho-Analysis.
- Lebovici, S. (1988). Fantasmatic interaction and intergenerational transmission. *Infant Mental Health Journal*, 9(1), 10-19.
- Meyer, B. C. ve Weinroth, L. A. (1957). Observations on psychological aspects of anorexia nervosa: Report of a case. *Psychosomatic Medicine*, 19(5), 389-398.
- Ogden, T. H. (2018). *Şu psikanaliz sanatı: Görülmemiş rüyaları görmek, kesintiye uğramış çığlıkları duymak* (B. Erdal, Çev.). İstanbul: Bilgi Üniversitesi Yayınları. (2007).
- Özfidan, A. (2011). Obezite ve gece yemesi sendromunun Rorschach testi ile değerlendirilmesi. *Yansıtma Psikopatoloji ve Projektif Testler Dergisi*, 15, 117-129.
- Özgüroğlu, M. (2015). *Erken menopoz: çok geç* (1. Basım). İstanbul: Bilgi Üniversitesi Yayınları.
- Parman, T. (2000). Ergenlik bir düş zamanı. İçinde A. Gürdal Küey, T. İkiz, L. Kayaalp, R. Tükel ve E. Abrevaya (Edl.) *Psikanaliz Yazıları 1: Yüzyıl Sonra Düş ve Düşlerin Yorumu* (ss.25-31) İstanbul: Bağlam Yayınları.
- Parman, T. (2007). Annelik üzerine: Bir psikanalitik sözlük denemesi. İçinde A. Gürdal Küey, T. İkiz, L. Kayaalp, R. Tükel ve E. Abrevaya (Edl.) *Psikanaliz Yazıları 14: Annelik* (ss.15-22) İstanbul: Bağlam Yayınları.
- Parman, T. (2012). *Ergenlik ya da Merhaba Hüzün* (5. Basım). İstanbul: Bağlam Yayınları.
- Pedinielli, J. L., Rouan, G. ve Bertagne, P. (1997). *Psychopathologie des Addictions*. (1. Basım). Paris, Presses Universitaires de France.
- Rand, C. S. ve Stunkard, A. J. (1977). Psychoanalysis and Obesity. *Journal of the American Academy of Psychoanalysis*, 5(4), 459-497.
- Rosenfeld, D. (2005). *Addiction. International Dictionary of Psychoanalysis*. (A. De Mijolla, Ed) (ss. 23-24) Farmington Hills, Thomson Gale.
- Satgan, D. (2015). *Gençlerde bilgisayar oyunları bağımlılığının nesne ilişkileri bağlamında projektif testlerle değerlendirilmesi* [Yayımlanmamış Yüksek lisans tezi]. İstanbul Üniversitesi, İstanbul.
- Schwartz, H. J. (1986). Bulimia: psychoanalytic perspectives. *Journal of the American Psychoanalytic Association*, 34(2), 439-462.
- Slochower, J. (1987). The psychodynamics of obesity: A review. *Psychoanalytic Psychology*, 4(2), 145.

- Stunkard, A. J., Grace, W. J. ve Wolff, H. G. (1955). The night-eating syndrome. A pattern of food intake among certain obese patients. *American Journal of Medicine*, 19, 78-86.
- Stunkard, A., Berkowitz, R., Wadden, T., Tanrikut, C., Reiss, E. ve Young, L. (1996). Binge eating disorder and the night-eating syndrome. *International Journal of Obesity*, 20, 1-6.
- Torun, F. (2019). İmkansızın peşinde yeni ihtiyaçlar. İçinde A. Gürdal Küey, T. İkiz, L. Kayaalp, R. Tükel ve E. Abrevaya (Edl.) *Psikanaliz Yazıları 39: Ergenlikte Bağımlılık* (ss.57-65) İstanbul: Bağlam Yayınları.
- Tükel, R. (2011). Bebek ve anne arasındaki mekanda öznenin yaratılması: Winnicott'un çalışmalarına bir bakış". İçinde A. Gürdal Küey, T. İkiz, L. Kayaalp, R. Tükel ve E. Abrevaya (Edl.) *Psikanaliz Yazıları 23: Donald W. Winnicott* (ss.15-35) İstanbul: Bağlam Yayınları.
- Winnicott, D. W. (1958). The capacity to be alone. *International Journal of Psycho-Analysis*, 39, 416-420.
- Winnicott, D. W. (1960). The theory of the parent-infant relationship. *International Journal of Psycho-Analysis*, 41, 585-595.
- Winnicott, D. W. (1967). Transitional Objects and Phenomena. *Revista de Psicoanálisis*.
- Winnicott, D.W. (1975). İştah ve emosyonel bozukluk. (S. Ö. Kuruoğlu, Çev.). *Yansıtma Psikopatoloji ve Projektif Testler Dergisi*, 3(4), 220-238.

Evaluation of Night Eating Syndrome within the Context of Object Relations through Projective Tests

Summary

According to the psychoanalytic theory, the relationship of the individual with the first object is of great importance in the development of the psyche. From the early stages of life, the mother-child relationship has a significant impact on the individual's psychic processes (Winnicott, 1960). From a psychoanalytic perspective, Eating Disorders are often related to the quality of the early mother-baby relationship. In Bruch's view (1962), the mother, unable to perceive her baby as a separate other, projects her feelings and needs into the baby. This process might lead the child to disown the boundaries of the ego, as the infant is being deprived of constructing his or her own body image and unable to recognize and differentiate hunger, repletion, cold, excitement, or fatigue. In addition, psychoanalytic theories have underlined the importance of preoedipal problems and early nutritional issues in the development of eating disorders.

Night eating syndrome, categorized under the umbrella diagnosis of eating disorders, is characterized by a feeling of fullness in the morning, hyperphagia in the evening and insomnia (Stunkard et al., 1955). "Eating" at night in this syndrome does not mean feeding oneself in a response to the physiological stimulus of hunger. Instead, ingestion of foodstuffs is not determined by hunger but by a mechanism the characteristics which is closely related to the complex psychic dimension called "greed" (Cavaggioni, 1999). Night eating syndrome is also described as a "sleep disorder" characterized by frequent re-awakening (Stunkard et al., 1996) and continual reawakening results in the hindrance of dreaming. Moreover, forgetting dreams is often a defense mechanism used by the patient against the conflictual upsurging of one's own unconscious content (Cavaggioni, 1999).

Method

The present study was carried out with an obese female patient experiencing night eating syndrome. Demographic Information Form was completed and then psychoanalytical oriented clinical interviews were performed. Following the clinical interviews, Rorschach Test and Thematic Perception Test were applied. Findings obtained through these materials were interpreted with content analysis peculiar to French School.

Results and Discussion

The findings of the current study revealed that the client has difficulties, particularly in the separation-individuation process. It was inferred that the client desires to separate from her mother yet this separation also causes anxiety. According to findings of the Rorschach Inkblot Test, the relation with the first object is a symbiotic one and S.D. experienced difficulties of differentiation. In addition, in the Thematic Apperception Test, the dominance of the theme of similarity and the difficulty of separating from the maternal object has drawn attention.

The quality of the early mother-child relationship is of great importance for the psychic development of the individual. In this study, it was concluded that there is a relationship between eating disorder symptoms and inadequate functioning of the first object. The inadequacy of motherhood function made it difficult to cope with loss resulting in the development of dependence on the object. As a result, it can be said that the absence of a "holding" and "containing" environment might be a risk factor in the development of eating disorder symptomatology.