

# BİR OLGU ÖRNEĞİ ÜZERİNDEN BEBEK GÖZLEMİ SEMİNERLERİNİN PSİKANALİZ VE PSİKOTERAPİ EĞİTİMİNDEKİ YERİ VE ÖNEMİ

Margaret RUSTIN\*, Taner GÜVENİR\*\*, Aylin ÖZBEK\*\*

## ÖZET

Bebek gözlemi seminerleri, dünyanın birçok ülkesinde çocuk ve erişkin ruh sağlığı, psikoterapi ve psikanaliz alanlarında zorunlu eğitim semineri olarak verilmektedir. Bu eğitim süreci, her gözlemcinin bir bebeğin doğumdan itibaren ev ortamındaki fiziksel ve duygusal gelişimini ve aile ile kurduğu ilişkilerini gözlemlediği haftalık gözlemler ve gözlemcilerin sırayla kendi gözlemlerini paylaştıkları seminer toplantıları olmak üzere iki bölümden oluşur. Bu deneyimin klinik düzeyde sayısız yararı vardır; bebeğin sözsüz ve oyun davranışlarını anlamlandırabilme becerisi geliştiren gözlemci, aynı zamanda konuşamayan ya da oyun oynayamayan çocuğun da anlaşılması konusunda kendini yetiştirme olanağı bulur. Böylece tedavi amacı ile gördüğü çocuk, ergen ya da erişkin hastanın erken dönemine ait/ infantil deneyimlerini daha rahat algılayabilir ya da yapacağı anne-baba görüşmeleri ve aile çalışmalarında ebeveynin çocuğunu algılama biçimini daha sağlıklı değerlendirebilir. Bu yazıda, yaşayarak öğrenme esasına dayalı bu seminerlerin yöntemi, eğitim süreci ve karşılaşılan zorluklar hakkında detaylı bilgiler bulabilirsiniz.

**Anahtar sözcükler:** Bebek gözlemi, psikoterapi eğitimi, psikanaliz, bebek ruh sağlığı

## SUMMARY: INFANT OBSERVATION SEMINARS IN PSYCHOTHERAPY AND PSYCHOANALYSIS: A CASE REPORT

In many countries of the world, infant observation seminars are one of the required training modules in child and adolescent mental health, psychotherapy and psychoanalysis. This training process contains two main parts. One is weekly observations of a baby's psychical and emotional development as well as establishment of relationships with parent and other at home and the other is weekly seminars where each time an observer presents his/her observation to the group for discussion. This training experience has countless benefits such as; the trainee not only gains the ability to understand the non-verbal behavior and play activity of a child but also has the chance to develop his/her capacity to think about the child who does not talk or play. Thus he can better see the infantile experiences of a child, adolescent or an adult patient or can have a healthier evaluation in a parent interview or family work about how a particular parent perceives his/her child. In this paper, you can find detailed information about the method, process and challenges of this training seminars which is based on learning from experiences philosophy.

**Key words:** Infant observation, psychotherapy training, psychoanalysis, infant mental health

## GİRİŞ

Bebek gözlemi seminerleri, dünyanın birçok ülkesinde çocuk ve erişkin ruh sağlığı, psikoterapi ve psikanaliz alanlarında zorunlu eğitim semineri olarak verilmektedir. Bu eğitim süreci, her gözlemcinin bir bebeğin doğumdan itibaren ev ortamındaki fiziksel ve duygusal gelişimini ve aile ile kurduğu ilişkilerini gözlemlediği haftalık gözlemler ve gözlemcilerin sırayla kendi gözlemlerini paylaştıkları seminer toplantıları olmak üzere iki bölümden oluşur. İlk kez Esther Bick'in geliştirdiği Bebek Gözlemi Seminerleri 1940'lı yıllardan bu yana Londra'daki Tavistock

Kliniğinde çocuk psikoterapisi eğitiminin ilk aşaması olarak yer almaktadır. 1960 yılından bu yana ise İngiliz Psikanaliz Enstitüsü'de psikanaliz eğitimi programına yine ilk aşama olarak dahil edilmiştir. Ayrıca Tavistock Kliniği'nde "Gözlemsel Çalışmalar" adı altında, psikoloji, psikiyatri, çocuk sağlığı, sosyal hizmetler, hemşirelik ve koruyucu sağlık hizmetleri gibi alanlarda çalışanlar için düzenlenen bir yüksek lisans programının da bir bölümünü oluşturmaktadır. Bebeğin yaşamının en erken dönemlerini gözlemlemek, gözlemciye duygusal olayların zihin gelişimi üzerine etkisi ve o bebeğin kişisel ve sosyal ilişkilerinin en erken özellikleri hakkında çok şey öğretir. Bu deneyim genel olarak insanın gelişimi üzerine düşünme fırsatı verir.

\* Çocuk ve Ergen Psikoterapisti, Tavistock Kliniği, Londra

\*\* Yrd. Doç. Dr., Dokuz Eylül Üniv. Tıp Fak., Çocuk Ruh Sağlığı ve Hastalıkları Anabilim Dalı, İzmir.

Bebeklerin gelişimlerinin sistematik olarak gözlenmesi gözlemciye; hem bebek hem de ailesinin ilkel duygusal süreçleri, hem de bu karışık durumla ilgili olarak kendi tepkisiyle yüzleşme fırsatını verir. Bu yazının amacı; bu deneyimin ve yöntemin, psikoterapist adaylarını klinik çalışmalara hazırlamadaki önemini anlatmak olacaktır.

## YÖNTEM

Bu teknik ilk kez, 2. Dünya Savaşı sonrası dönemde çocuk psikoterapistlerine özel bir eğitim geliştirilmeye çalışılırken, çocuk analisti Esther Bick tarafından geliştirilmiştir (Bick 1964, Bick 1968). Öğrencilerden her hafta düzenli olarak aynı saatte, bir aileyi bir saat süreyle ziyaret etmeleri ve gözlediklerini ziyaret sonrasında olabildiğince ayrıntılı şekilde kaydetmeleri istenir. Çıkarımlar, yorumlar ve kişisel tepkiler genelde kaydedilmez. Öğrenciler aşağı yukarı beş kişiden oluşan küçük seminer grubuna dahil olurlar. Bu grup, bir seminer lideri ile her hafta bir buçuk saatlik toplantılar yapar ve gözlemdaki materyali ele alır. Seminer liderlerinin farklı yaklaşımları olabilirse de, genelde bütün öğrenciler sırayla "bebekleri" ile ilgili sunumlarını yapar ve deneyimlerini tartışmak için her dönemde iki kez bütün bir seminer süresine sahip olurlar. Gözlemler ve seminerler iki yıl boyunca devam eder.

Seminerin amacı, eldeki verilere dayanarak bebek ile annesi ve gözlem sırasında orada bulunan diğer aile bireyleri arasındaki duygusal olayları incelemektir. Gözlem sırasında orada bulunan, bebeğin bakımına yardımcı olan dada ya da bebek bakıcısı da gözlemin bir parçası olabilir. Amaç; bebek ve diğerleri (gözlemci de buna dahildir) arasındaki ilişkinin gelişimini tanımlayabilmek, davranışın ve iletişim örüntülerinin bilinçdışı yönlerini anlamaya çalışmaktır. Zaman içinde, aile etkileşiminin tipik dinamikleri hakkında oldukça fazla bilgi elde edilir. Aile üyelerinin kişiliklerinin ve ilişkilerinin altında yatan, iç dünyalarına ilişkin özellikler belirginleşir. Özellikle bebeğin kişiliğinin oluşumu, yapısal etkenler ve mizaç özellikleri arasındaki etkileşim, çevredeki eksiklikler ve yeterlilikler

değerlendirilebilir. Gözlemcilerin çoğu, gözledikleri bebeğin ne hissettiğini gerçekten anladıklarını hissederler. Bu yalnızca bebeğin iç dünyasıyla eşduyum kurmak değil, bu iç dünyanın şeklini ve yapısını algılamak, içselleştirilmiş nesne ilişkileri örüntüsünü anlamak demektir. Bu nedenle bebek gözlemi, hem erken çocuk gelişimi eğitimine hem de aile yaşamını anlamaya yarayan mükemmel bir giriş niteliğindedir. Bebek gözlemi; çocuk psikoterapistleri için bilinen bütün eğitimlerin merkezi olduğu gibi çocuklarla çalışan diğer uzmanların profesyonel gelişimleri için de çok değerlidir.

Bu çalışmaya bu kadar fazla eğitim zamanı ayrılmasının akılcı nedenleri şöyle özetlenebilir: duygusal gelişimi öğrenmek -burada bebeğin kendisinden söz ediyoruz- ve kişinin gözlemlerle ilgili kendi tepkilerinden ders alması. Bundan kastımız; kişinin ziyaretler sırasında aile içinde kendine nasıl bir yer bulduğu, ailenin farklı üyeleriyle kurduğu özdeşimler; anksiyeteye, belirsizliğe ve çaresizliğe verdiği tepkiler, gözlemlerin yarattığı duygusal etkinin sonucu olarak kişinin kendi kişisel problemleri ile yüzleşmesidir.

Gözlemler klinik dışı bir mekanda yapılır. Gözlemcinin güvenilir, sınır ilişkisini koruyan dostane ve ilgili bir tutumla orada bulunma sorumluluğu vardır. Bu deneyim, öğrenciye de klinikte çalışma istek ve yeteneğini keşfetmesi için iyi bir şans verir. Bu anlamda kişinin psikoterapist olarak çalışmaya uygunluğunu, hem kendisine hem de eğiticiye göstermesi yönünden bu çalışma klinik öncesi eğitimin önemli bir parçası olarak görülebilir. Yeni başlayan terapistler için bu çalışmanın bazı yönleri; yoğun duygularla karşı karşıya kalma, kişinin bir duygusal alana doğru çekildiğini fark etmesi, dengesini korumak için çabalaması, tanıdık olmayan karmaşalarla yüzleşmesi açısından özellikle değerlidir. Öğrenmenin bu evreleri W. R. Bion'un, bir entelektüel işlev olan "bir şey hakkında öğrenme" ile bir şey ya da biri hakkında gerçekten "bilmeyi" sağlayan "yaşayarak öğrenme" arasında yaptığı ayrımınla bağlantılıdır. Bu, duygusal derinlik ile donatılmış bir bilgi türüdür.

Seminerde yapılan çalışma; öğrencilere özellikle aktarım ve karşı aktarım öğelerini tanıtmaya açısından çok önemlidir. Örneğin öğrenciler, aileyle ilk telefon konuşmalarından itibaren beklemedikleri bir yaklaşım ile karşılaşabilirler. Kendilerini tanıtırken; aile ortamında bebeklerin gelişimi ile ilgilendiklerini ve öğrenmek istediklerini, bunun profesyonel çocuk gelişim eğitimlerinin bir parçası olduğunu söylemeleri gerekir. Ruh sağlığı ya da terapi ile ilgili konulara değinmekten kaçınılmalı, bebeğin gelişmekte olan ilişkileri, yeterlilik ve uğraşlarının üzerinde durulmalı ve bu gözlemin ailenin günlük yaşamında gözlemciden dolayı bir değişiklik olmadan yapılmak istendiği belirtilmelidir.

Genelde aileler (özellikle anneler) gözlemciyle ilgili farklı beklentiler içindedir. Bazıları gözlemciyi özel bilgilerle donatılmış bebek bakım uzmanı gibi görürken, bazıları ise, bebek bakımı ve hayatın zorlukları hakkında çok şey öğrenmesi gereken biriymiş gibi düşünür. Seminerde deneyimlerin paylaşılması, hem gözlemcinin aile içinde edindiği konumu, hem de bu konunun annenin iç dünyasından gelen ne tür bir beklentiyi işaret ettiğini anlama açısından çok yararlıdır. Öğrencilerin ailede gözlemci olarak bulunmalarını kolaylaştırması için mutlaka gerekli bir takım kişisel bilgilerden fazlasını söylememeleri önerilir. Diğer bir nokta da; öğrencilerin pasif değil, anneyi, bebeği ve diğerlerini izleyen alıcı dinleyiciler olarak gözlem yapmalarıdır. Elbette aileyle ilişkiler ilerledikçe gözlemcinin rolü de gelişecektir. Bebek oyunlara ve daha sonra da konuşmaya başladığında bu rolün üzerinde daha çok çalışmak gerekecektir.

Doğum sonrası ilk haftalarda anne ve bebeğin yaşadığı anksiyete ile gözlemcinin göreve yeni başlamasının getirdiği anksiyeteyi birbirinden ayırmak gerekir. Ancak bu iki anksiyete kaynağı kişilerin kapsayıcılık kapasitelerine bağlı olarak, durumu zorlaştıracak ya da kolaylaştıracak şekilde kesilebilir.

Öncelikle yeni bir gözlemcinin tipik kaygılarına bakalım ve bunların ilkel yönlerini inceleyelim. Genelde bütün seminer grubu gözlem ortamının kişisel mahremiyet sınırlarını zorlayıcı olabile-

ceğinden endişe ederler. Sadece ziyaret etmiş olmak için değil, küçük bir bebeğin bakımını yakından izlemek için insanların özel hayatlarına girmiş olurlar. Annenin yeni doğmuş bebeğini beslemesi, yıkaması, tutması ve yeni bebeğine verdiği tüm tepkiler hem kendisinin hem de gözlemcinin hayatlarında çok hassas anlardır. Genelde duygular yoğun ve derindir. Gözlemci, anne-bebek ilişkisinin mahremiyetiyle, genellikle emzirme girişimleri sırasında ve elbette bebeğin fiziksel bakımının ayrıntıları ile yüzleşir. Bebeğin küçük vücudu, sallanan başı, derisinin hassaslığı gözlemci için (çocuk sahibi olsa ya da profesyonel olarak bebeklerle çalışmış olsa dahi) genellikle şaşırtıcıdır. Gözlemci, konumundan dolayı bir bebeğin yanında bir yetişkinin sahip olmayı beklediği aktif rolü üstlenmez. Bu mesafede bebeğin duyuları daha yoğun etki bırakır. Bebeğin deneyimleri ile yakından özdeşim kurmanın yanında, gözlemci bu yeni durumda bebeğini tanımaya çalışan anne ile de özdeşim kuracaktır. Bu durum ilk kez bebek sahibi olan bir anne için etkileyicidir, ancak deneyimli anneler için de durum aynıdır çünkü her bebek yeni bir bireydir.

Gözlemciler izlemelerinin, bu özel ve yakın ilişkiye zarar verecek şekilde etkilemesinden kaygı duyarlar. Bu kaygı, seminer gruplarına çalışmanın yöntemi ile ilgili ciddi eleştiriler şeklinde yansır. Grup saldırgan bir röntgenci gibi davranıyor olmaktan endişe eder. Seminer lideri bu kaygıları açıklayarak bu konu üzerinde çalışmalı ve gözlemcilerin görevin gerekleriyle, bu görevin saptırılmasından (örneğin ailenin yaşadığı zorluklarla dalga geçip başarıyla yaptıkları şeylerden hiç bahsetmemek, olayın fiziksel ve özellikle cinsel boyutlarıyla ilgili çocukça yorumlarda bulunmak) nasıl korktuklarını ayırt edebilmeleri için yardımda bulunmalıdır.

Bu anne-bebek çiftini gözleyen gözlemcinin kendi infantil benliği de uyarılacağından, gözlemin bağlamı, eğer üzerinde çalışılmazsa, gözlemcinin eyleme vurmasına neden olabilecek biçimdedir. Gözlemcinin içinde birçok şekilde çatışmalar ortaya çıkacaktır. Örneğin kendini rekabetçi bir anne, ihmal edilmiş bir kardeş, yardımsever bir büyükanne ya da dışlanmış bir

üçüncü şahıs gibi hissedebilir. Kendi bebekliğindeki bilinçdışı hisleri, anne (gerçek ya da potansiyel) olmakla ilgili arzuları ve korkuları uyanacaktır. Erkek gözlemcinin rolü bu durumda daha da hassastır, çünkü ilk günlerde eğer anne bebeği emziriyorsa bu fiziksel yaklaşmayı izlemek batı toplumları için dahi (eğer orada bulunan erkek annenin eşi değilse) alışılmadık bir durumdur. Bu durum belki erkek eşin de ortamda bulunması ya da annenin ziyaret saatlerini emzirme saatlerine göre yeniden ayarlaması ile tolere edilebilir (Briggs 2002). Bu endişeleri, gözlerimizi kullanmadaki bilinçdışı anlamlardan kaynaklanabilir. Gözler, yardım, ilgi ve güvenilirlik hissedilmesi için işlev görse de, bir saldırı, olumsuz duyguları yansıtma ("yeşil gözün nazarı" gibi), bize verileden fazlasını almaya çalışma (anahtar deliğinden bakmak gibi) aracı da olabilir ya da çarpıtmalarla gerçek görüntü bozulabilir (örneğin lunaparktaki kahkaha aynaları gibi).

Gözlemi ayarlamanın pratik yönleri ve ilk ziyaretler sırasında kişinin uygun davranabilmesi bir ilişkinin ilk aşamalarındaki her tür belirsizliği yansıtır ve bu konunun üzerinde durulmalıdır. Bu deneyim, öğrenciler klinikteki ilk vakalarıyla karşılaştıklarında onlara yardımcı olacaktır. Kendini nasıl tanıtacağı, odada nerede duracağı, ne zaman oturacağı, ceketini çıkarıp çıkarmayacağı, ikram edilen çayı içip içmeyeceği, yeni bebeğin gelişi ile birlikte evdeki bir diğer küçük çocukta oluşan baştan çıkarıcı, müdahaleci, istismar eden ya da tutturucu davranışlara nasıl tepki vermesi gerektiği, gözlem sırasında yeni gelen kişilere nasıl davranmasının uygun olacağı, ziyareti nasıl sonlandıracağı önemli meselelerdir. Ne kadar konuşması gerektiği, kişisel sorulara verdiği yanıtlar ve kısacası kişisel ve profesyonellik arasındaki ilişkiyi nasıl sağladığı, seminerlerde tekrar tekrar üzerinde durulan çok önemli konulardır. Kişisel çözümler üzerinde çalışmak ve olumsuzlukları düzeltmek ya da onlarla baş etmeye çalışmak zor bir mücadeledir.

Örneğin, bir gözlemin daha ilk ziyaretinde anne, acil birkaç iş için dışarıya çıkması gerektiğinden, gözlemciden bebeğe bakmasını istemiştir.

Gözlemci bir çelişki yaşamıştır. Hem evle ilgili sorumluluklarıyla, özen isteyen bebek bakımını (eğer yerinden oynatırsam bebek uyanır) bir arada yürütmeye çalışan bu yeni anneye yardım etmek ister hem de anne ve bebek ile bir arada olmasını gerektiren gözlem ortamını sağlamaya çalışır. Hem ilişkiye olan ilgisini sürdürüp hem de anneyi gücendirmeden ya da yardım edilmemiş hissettirmeden bu durumla nasıl baş edecektir? Bir başka ikilem yaratan durum da çoğu annenin gözlemcinin uyuyan bebeğe bile ilgi duymasını anlayamamasıdır. Bebek uyuyorsa gözlemcinin canı sıkılmasını diye sohbet etmeleri gerektiğini düşünürler ya da gözlemciden uyuyan bebeğe bakmasını ve uyanınca kendilerini uyarmasını beklerler. Bir kere kabul edince, artık bebek bakıcısı gibi algılanmanın önüne geçmek çok zordur. Bu gözlemci de anne ve bebeği tekrar birlikte görebilmek için aylarca uğraşmıştır. Bu çaresiz anne de bebeğin bakımı için güvenilir bir yardımcı bulduğunu düşünür ancak bir başka düzlemde de gözlemcinin kendisini değil yalnızca bebeği izlemeye geldiği, kendisinin dikkatli ilgiyi hak etmediğine ilişkin düşüncesi pekişir.

Bu örnek, gözlemcinin görevinin zor bir yönüne dikkat çeker. Anneye bir yetişkin gibi davranırken onun infantil düzeyde farklı tepkiler verebileceğini akılda tutması gerekir. Bebek bakıcısı gibi işlev görmesi beklenen gözlemciler bize, bastırılmış ve sosyal olarak desteklenmeyen birçok annenin yaşamını yansıtır. Bunun yanı sıra annenin hissettiği değersizliği, bebeğiyle birlikte olmaktan zorluk çekmesi, bebeğine yönelik düşmanca duyguları gibi altta yatan etmenleri de bize gösterir.

Başka bir gözlemci de buna benzer bir durumda kalmış, birçok defa ziyaret saatinde anneyi evde bulamamıştır. Bazen böyle günlerde kapının üstünde annenin bir iş için çıktığını, hemen döneceğini ve bebeğin içeride yalnız olduğunu belirten notlar bulmuştur. Bir defasında gözlemci kapıda beklerken içeriden huzursuzlanmış bebek sesleri geldiğini duymuş ancak anne dönünceye kadar bir şey yapamamıştır. Bu tip olaylar, bebeğin maruz kalmış olabileceği sıkıntı ya da risk ile ilgili olarak gözlemcide akut

anksiyete yaratır. Bu durumda sorumluluklar üzerine dikkatlice düşünmek gerekir. Bu bahsedilen örnekteki annenin uygun sorumluluğu üstlenmedeki güçlüğü bebek büyürken de devam etmiş ve bebek hareketli duruma geldiğinde bariz tehlikeli durumlarda annenin gözetiminden yoksun bırakılmıştır. Gözlemci, annenin ihmali telafi etmek, anneye sorununu durumu abartmadan fark ettirmek ve anneye bebek bakımı ve destek konusunda yardım sağlayabilmek için en doğru müdahaleyi seçmek durumunda kalmıştır.

Ciddi ihmal, istismar davranışı ya da cinsel istismara müdahale gibi sorumlulukları olan bir dış kurumdan yardım alınması gereken durumlarda, seminer grubu gözlemcinin bunu nasıl yapacağını tartışır (Symington 1985).

Daha sık görülen bir durum da, ortaya çıkan tehlikeli davranışın gözlemcinin varlığına güvenilmesinden dolayı mı, yoksa annenin incinmişliğini iletmesine bir araç olarak mı, yoksa o yokken de bebeğin gerçekten tehlike altında bırakıldığına bir kanıt olarak mı anlaşılması gerektiğinin belirsizliğidir. Buna açıklık getirmek için olaylar zincirinin çok dikkatle gözlenmesi gerekir. Ancak şu da bir gerçektir ki, her hafta ziyaret yapan bir gözlemci uzun zaman boyunca ciddi boyutta anksiyete yaşayabilecektir. Bu uç örnekler gözlemcinin konumunun belirsizliğinin göstergeleridir. Gözlemci, aslında aileyi ziyaret eden bir konuktur ve bu nedenle bir yandan bir polis ya da sosyal hizmet çalışanı gibi davranırken diğer yandan korkakça davranarak ve gizli işler çevirerek çocuğun ya da annenin iyi niyetine ihanet etmiş olma durumu arasında kalır. Eğer istismar tanımına duygusal istismarı da katarsak, istismarcı gözüken aile ortamlarının sayısı korkutucu boyutlara ulaşabilir. Seminerler bu durumlarda, gözlemcinin endişelerini azaltmak, konuların üzerinde bir kez daha düşünülmesini sağlamak ve gereksiz bir aceleciliği önlemekte çok önemli rol oynar. Yine de zaman içinde müdahale gerekebilir ve gözlemciler kendilerini birçok değişik konuda yardım istenen biri olarak bulabilirler.

Gözlemciyle aile arasında yapılan kontratın en

önemli maddesi, gözlemlerin her hafta aynı saatte ve bir saat süreyle olmasıdır. Bu anlaşmaya rağmen süreçte meydana gelen değişiklikler, aksamlar ve devamsızlıklar, üzerinde düşünülmesi gereken tepkilerdir. Bu gibi durumlar geleceğin terapistlerine normal ve mantıklı görünen açıklamaların ve durumların güçlü bilinçdışı yansımalarını göstermesi açısından unutulmaz bir fırsattır. Düzenli bir ziyaret saati istemenin nedeni, klinik koşulları taklit değil, önem veren, üzerinde düşünülmüş bir tarzda davranma gereğidir. Böylece hem bir ziyaretçinin aile yaşantısına yapacağı etki vurgulanır hem de ailenin ne zaman geleceğinizi önceden bilme gereksinimi kabul edilmiş olur. Ayrıca gözlemci de bu sayede yakın gözlemin düzeni için uygun bir çerçeve oluşturabilir. Ancak ziyaretlerin bu düzenliliği gözlemi klinik ortamdakine benzer aktarım ve karşı aktarım tepkilerinin odağı haline getirebilir.

Örneğin bir gözlemci kendi analitik seansındaki bir değişiklikten dolayı, anneye değişikliğin oturması için birkaç hafta süre tanımadan, ziyaret saatini akşamüstünden sabahın erken bir saatine almıştır. Bu durum anneye de uymuştur, hatta bazı avantajları bile olduğunu söylemiştir. Yüzeyde üzerinde anlaşılması olmasına rağmen bu durum bir sürü karmaşaya ve iptallere yol açmıştır. Gözlemci kimi zaman kapı önünde kalmış ya da kapıyı gecelik ve hazırlıksız, şaşkın bir görünümle açan anneye karşılaşmıştır. Burada gözlemci kendi analitik seans saatindeki değişiklikle ilgili hoşnutsuzluğunu, anne ve bebeğe bu değişikliği yapma tarzıyla geçirmiş ve kendi fark edemediği duygularının bir kısmını yansıtmıştır.

Sözü edilen gözlemde bu önemli sekmeden sonra ziyaretler tekrar düzene girse de aslında bu durumun tam olarak çözülmediği anlaşılmalıdır. Aile evlerine çok da uzak olmayan yeni bir daireye taşınmış ancak yeni evinde bu gözlemlerin sürmesini istemediğini kesin bir dille belirtmiştir. Bu durum, bebeğin (artık 16 aylıktı) gözlemcinin ziyaretlerinden açıkça hoşlanmasına, annenin de gözlemciye ciddi şekilde bağlanması ve çocuğunun gelişimi hakkında konuşmaktan zevk almasına rağmen

gelişmişti. Ailenin taşınması tam yaz tatiline denk gelmektedir ve büyük olasılıkla anne bu sefer ortamı kontrol edenin ve karşı tarafı şok edenin kendisi olmasında kararlıdır. Gözlemci, kurulmuş ve bir süre daha devam etmesi beklenen bir ilişkiyi kaybetmenin zorluğunu kabul etmek zorunda kalmıştır. Ayrıca önceden yapmış olduğu hareketlerle gözleminin kuyusunu kazdığı gerçeği ile yüzleşti. Klinik ortamdaki gibi, değişikliklere, ayrılık ve kayıplara karşı infantil tepkiler konusunda yardım alma şansı da yoktu. Bu durumda gözlemcinin tek yapabileceği şey, reddedilme, utanç ve suçu kabullemektir.

Gözlemciler tatiller nedeniyle olacak kesintilere hazırlık yapmalı, sık sık hatırlatmalarda bulunmalı ve dönüşlerde karşılaştığı hoşnutsuzluğa da dikkat etmelidir. Tatil sonrası ziyaretlerde gözlemci kapıda iptal notuyla karşılaşabilir ya da bebek kendisini tanımayabilir, arkasını dönebilir, huysuzluk yapabilir ya da anne mesafeli bir tavır sergileyebilir. Ayrılıklardan sonra toparlanma sürecini, şaşkınlığı, acısı, kızgınlığı, yeniden keşfetme duyguları ve hoşgörüsü yüzünden okunan gerçek bir bebekle yaşamak son derece güçlü bir derstir.

### OLGU ÖRNEĞİ

Şimdi bebek gözlem seminerinden aldığımız bir gözlemi sunacağız. Bizce bu, bir bebek ve doğduğu aile arasındaki ilişkilerin ve birlikte yaşamlarının ilk dönemlerine özgü bazı ilkel kaygılarına, yansıtılmalarına ve savunmalarına iyi bir örnektir. Daha sonra gözlemcinin aile ile etkileşimi ve ailedeki işlevi üzerine bazı yorumlarda bulunacağız ve en sonunda da gözlemcinin bu deneyiminden ne öğrenebileceği konusuna değineceğiz.

#### Emre'nin Gözlemi (bebek 11 haftalık)

##### Ortam

Emre, ailenin ikinci çocuğudur. Anne ve baba çalışmakta ve abisi ilköğretim 1'e gitmektedir. Anne, Emre'den kısa bir süre önce bir kez daha hamile kalmış ancak doğumdan kısa bir süre

önce bebeğini kaybetmiştir. Göbek kordonu yetmezliği daha önceden saptanmış ve doktor tarafından bebeğin sezeryan ile erken dünyaya getirilmesi önerilmiş olmasına karşın, anne bebeğinin gerçek doğum zamanına dek anne karnında kalması gerektiğini savunmuştur. Bebeğini kaybettikten kısa bir süre sonra Emre'ye hamile kalmıştır. Gözlemci aileyi doğumdan önce ilk kez ziyaret ettiğinde, aile, gözlemcinin yeni doğacak bebeğin benzer bir sorunla karşılaşmamasını sağlamak için hastane tarafından gönderildiğini düşünmüşlerdi. Anne doğumdan 6 ay sonra çalışmaya başlamış ve bebeğine bakmak için bir bakıcı tutmak zorunda kalmıştır.

#### Gözlem Notları

Randevu saatinde ailenin evine gittim. Apartmanın merdivenlerden çıkarken bebeğin bağırtıları duyuluyordu. Ağlamadan farklı seslerdi. A-A-A diye bağırdı. Zili çaldım, kapıyı anne açtı. Başında bir havlu sarıydı. Bana hoş geldiniz diyerek içeri aldı. Annenin arkasında baba ve kucağında Emre vardı. Babanın kolu Emre'nin beline dolanmıştı. Emre belinden öne doğru eğilmişti ve bu pozisyonu nedeniyle yüzü yere doğru bakacak şekildeydi. O başını kaldırıyor, ileriye bakmaya çalışıyordu. Her iki kolu havada dairesel hareketler yapıyordu. Bacakları ise ileri geri hareket ediyordu, kendisini tutan babasının karnını tekmeliyordu.

Bu sırada bağırtıları kuvvetli bir ağlamaya dönüştü. Anne bebeği babasının kucağından aldı. Bebeğin başını omzuna dayayarak sırtına hafif hafif vurdu. 'Tamam, tamam şimdi mamamı hazırlıyorum' dedi. Bir yandan da her zaman gözlemleri yaptığım odaya doğru yürüdü. Bende onları izleyerek, hep beraber odaya girdik. Her zamanki koltuğuma oturdum. Baba gelip bana hoş geldiniz dedi ve elimi sıktı. Sonra odadan çıktı. Emre ağlamayı kesmişti. Başını annesinin omzuna dayanmış olarak duruyordu. Gözleri kızarmıştı. Ara ara iç çekiyor, derin derin nefes alıyordu. Arada birde yine AAA diye bağırdı. Anne Emre'yi başından öptü. 'Tamam paşam, hemen yapıcım mamamı. Arzu teyzen seni biraz tutsun' dedi. Emre'yi bana uzatarak 'konuşul-

masından çok hoşlanıyor' dedi ve dışarı çıktı. 'Demek karnın çok acıktı. Annen şimdi mamayı getirecek', diyerek bebekle konuştum. Ben konuştukça yüzüme bakıyordu. Bir süre sonra dudaklarını buruşturdu. Ağlayacak diye korktum ve ayağa kalkıp dolaşmaya başladım. Anne kısa süre sonra geldi. Elinde bir biberon içinde hazırlanmış formula vardı. Biberonu bana uzatarak 'yedirmek ister misiniz?' diye sordu. Bende 'bebekler annelerinin beslemesinden daha çok hoşlanabilirler' dedim. Anne bebeği kucağımdan aldı ve yanımdaki tek kişilik koltuğa oturdu.

Annesi biberon ile birlikte odaya girdiğinde Emre'nin el, kol bacak hareketleri hızlandı. İh ih diye sesler çıkararak başını o yöne çevirdi ve biberona baktı. Boynunu biberona doğru uzattı. Anne Emre'yi kucağında oturur şekilde, yüzünü açık olan TV'ye doğru tutarak, biberonu ağzına verdi. Emre'nin sesi çıkmaz oldu. Yanaklarını şişirip indirerek biberonu emdi. Arada emziğin altından, emziği saran dili görünüyordu. Anne bu sırada TV izliyordu. Emre biberonu emerken bir elini aynı taraftaki yanağının üzerine yerleştirdi. TV'ye bakarken gözleri kısıldı ve bir süre sonra kapalı kaldılar. Annenin de gözleri kapanıyordu. Biberondaki formula bitince Emre ağzından emziği diliyle ittirerek çıkardı. Anne bir iki damla formulanı göstererek 'ama daha var' dedi ve emziği tekrar ağzına sokmayı denedi. Emre ih ih diye sesler çıkarıp başını ters yöne çevirdi. 'Demek artık istemiyorsun' dedi Anne. Biberonu çekti ve bir daha vermedi. O sırada baba odaya girdi. Çay hazırlamıştı. Emre'nin beslenmesinin bittiğini görünce gazını çıkartmayı teklif etti. Anne kabul etti. Emre'yi babasına doğru uzattı. Bu sırada Emre yüzünü buruşturarak mızıldanmaya başladı. Baba Emre'yi aldı. Yüzü kendine doğru olacak şekilde tuttu ve başını omzuna dayaması için arkadan hafifçe ittirdi. Emre başını geriye attı. Baba gazını çıkarması için Emre'nin sırtına hafif hafif vurdu. Emre'nin sırtı bana doğru olduğu için yüzünü oturduğum yerden göremiyordum. Babanın kucağında S şeklinde duruyordu. Çok kısa bir süre sonra ağlamaya başladı. Baba 'tamam seni annene vereyim' dedi. Böylelikle Emre, babanın kucağında 1-2 dakika kadar kalmış oldu.

Anne Emre'yi aldı. Yüzü kendine dönük olacak şekilde dik pozisyonda tuttu. Emre yüzünü annenin göğsüne dayadı. Ellerinde başının iki yanına yerleştirdi. Neredeyse tüm bedeni annesinin bedenine değiyordu. Ağlama kesildi. Baba odadan çıktı. Anne bir süre dolaşarak Emre'yi uyutmaya çalıştı. Ardından dik konumdaki Emre'yi yere paralel olarak koluna yatırdı. Emre'nin bedeni annesine dönüktü. Baş annesinin göğsünün hizasındaydı. Anne bir yandan odanın içine dolaşırken bir yandan da Emre'nin poposuna yavaş ve ritmik hareketlerle vurdu. Emre'nin yüzünü göremiyordum. Anne alçak ses tonuyla 'uyusun benim paşam. Canım benim' gibi sözler söylüyordu. Bir süre sonra Emre'nin uyuduğunu söyledi ve yanımdaki koltuğa oturdu. Emre'yi kucağında kolunun üzerinde yatar konumda tutmaya devam etti. Üzerini battaniye ile örttü. Sadece başının arka üst tarafını görebiliyordum. 'İyice dalmadan bırakırsam hemen uyanıyor.' dedi.

Beş on dakika sonra baba tekrar odaya girdi. Kurabiye getirmişti. Kapı açılırken gürültü oldu ve Emre uyandı ve bedeni annesine dönük olduğu halde başını kapıya doğru çevirdi. Artık yüzünü görebiliyordum. Gözlerini kırpıştırdı. Anne 'oğlum sen niye böyle tavşan uykusu uyuyorsun bakayım' dedi. Emre'ye sarıldı ve yanağından öptü. Emre'nin yüzü kendisine dönük olacak şekilde bacaklarının üzerine sırt üstü yatırdı ve onunla konuşmaya başladı. 'Abisi yokmuş. Biraz dinlenmiş benim oğlum. Nasılda yanaklarını acıttı oğlumun hanımış benim oğlum'. Bir yandan konuşuyor, diğer yandan başını okşuyordu. Emre, annesinin konuşmalarına gülerken cevap verdi. Gülerken her iki elini yüzüne götürüyordu. Ayaklarını ileri geri hızlı hızlı uzatıp çekiyordu. Annesi "abi" dedikçe "ağ" diye yanıtlıyordu. Anne 'önce abi demeyi öğreteceğiz bu çocuğa' diyerek güldü. Baba onları karşı koltuktan izliyordu. Ben de anne ile bebeğin yanındaki koltukta her zaman ki yerimdeydim. Anne kaşlarını çatarak bana dönüp abinin nasıl Emre'nin yanaklarını sıkıp canını acıttığını anlatırken Emre gülmeyi kesip, kaşlarını çatarak annesini izliyordu. Annesi Emre'nin kendisine baktığını fark edince tekrar ona dönüp, gülerken 'Hanımış benim canım' di-

yerek Emre'ye bakıyor, o da annesine gülüyor, bu sırada kollarını ve bacaklarını havada sallıyordu. Annesinin abi ile ilgili yakındığı bir sırada Emre bakışlarını daha önceki gözlemlerde de yaptığı gibi tavandaki aynı noktaya sabitleyerek bakmaya başladı. Bu noktada benim dikkatimi çeken her hangi bir şey göremiyordum. Bu durum babanın dikkatini çekti. 'Yine oraya bakıyor. Kardeşi görünüyor derler.' dedi. Ben herhalde anlamamış gibi bakmış olacağım ki anne 'bizim ölen kız demek istiyor. Onun Emre'ye görüldüğünü söylüyor' dedi. Baba 'Bizde öyle derler. Benimde kız kardeşim ölmüş. Annem benimde aynı şeyi yaptığımı anlatır.' Anne bana dönerek 'Başka bebeklerde bunu yapıyor mu diye sordu. Gözlenen diğer bebeklerle ilgili benzer davranışın tanımlandığını söyledim. Anne 'gördün mü? hepsi yapıyormuş. Bu yaşın özelliği' dedi. Baba 'Annem onların gözlerinde perde yokmuş derdi. Konuşmaya başlayınca gördüklerini anlatacağı için perde gelir ve her şeyi göremezlermiş. İnaniş işte' Sonra bana döndü 'Nasıl yaşına göre gelişimi normal mi?' diye sordu. Anne hemen atıldı 'Arzu hanuma öyle şeyler sorma. Ben takip ediyorum. Her şeyi yolunda gidiyor. Kitaplara falan baktım.' (bana dönmüştü) İnsan unuttuyor. Abisinde böyle şeylere dikkat etmemiştim. Herhalde ikinci çocukta insan daha bilinçli oluyor' dedi. Kendimi kurtarılmış hissettim. Bu konuşmalardan sonra anne ile bebek tekrar konuşup gülüşmeye devam ettiler. Baba da TV seyretti.

Kısa bir süre sonra kapı çaldı. Abi gelmişti. Bende gözlemin bitmesine 5 dakika kaldığını fark ettim. Abi ile merhabalaştık. Yüzüme bakmadan merhaba dedi. Odaya girmedi. Bir süre sonra gitme vaktimin geldiğini söyledim. Anne kucığında yüzü kendine dönük olarak tuttuğu Emre ile birlikte beni kapıdan geçirdi.

## TARTIŞMA

Gözlemci notlarını seminer grubuna okuduktan sonra grup üyelerinden gözlem notlarının onlarda çağrıştırdıkları ve bıraktığı duygusal etkiyi paylaşmaları beklenir. Gözlemde ilk göze çarpan Emre'nin babası ile olan ilişkisi olmuştur.

Babasının kucığında durduğu zor pozisyon ve kısa bir süre sonra ağlamaya başlaması, Emre ile babası arasında kurulmaya başlayan ilişkiye yönelik ipuçları taşıyor olabilir. Gözlemin başka bir anında, baba Emre'nin gazını çıkartmaya çalışırken, benzer sahne tekrarlanmıştır. Bu durum bebeğin babasına yakın olmaktan dolayı rahatsız olduğu, aynı zamanda babanın da yeni doğan çocuğunu ile ilişki kurmakta zorlandığı anlamına gelebilir. Dikkati çeken bir başka nokta, anne, ağabeyden bahsederken Emre'nin gözlerini bir noktaya dikmesidir. Baba bunu Emre'nin ölen kız kardeşinin hayalini gördüğü şeklinde yorumlamıştır. Babanın ölen bebeği ve kendi bebekliği ile olan zihin uğraşları, onun yeni doğan çocuğu ile kuracağı ilişki de sorun yaratıyor olabilir. Yine, babanın çay ve bisküvi ikramı, annenin Emre'nin açlık durumuna olan hassasiyeti, bu ailede beslemenin önemli bir yer tuttuğunu düşündürmektedir. Yeni doğan bebeği hayatta tutma çabası beslenme davranışı ile sembolize edilmektedir. Öte yandan, anne bebeğini beslerken aralarında göz teması olmaması ve her ikisinin de televizyona bakmaları dikkati çekmektedir. Emre'nin biberonu emerken aynı zamanda yanağını okşamaması meme emme hazzının yerine geçen bir davranış olarak ele alınabilir. Emre'nin çıkardığı "ağı" sesinin anne tarafından "abi" diye yorumlaması annenin abi-kardeş ilişkisine, ağabeyin saldırılarına karşın, olumlu atıfları olduğunu düşündürmektedir. Emre'nin gözlerini bir noktaya dikerek bakma davranışı üzerine farklı varsayımlar üretilebilir; "Bebek, gergin bir ortamda kendi bütünlüğünü korumaya çalışıyor olabilir mi?", "Kendisi için hoş olmayan duyguları (örneğin abisinin sergilediği saldırganlığı) gözleri yolu ile dışarı yansıtıyor olabilir mi?", "Kendisini babasının ona yüklemeye çalıştığı yoğun duygulardan korumaya çalışıyor olabilir mi?". Emre'nin bu davranışını daha sağlıklı yorumlamak için takip eden gözlemlerdeki davranış örüntüsünü dikkatle incelemek gerekecektir. Bebekler dış dünyadan gelen yansımalara, bu yansımaları içe alarak ya da reddedip dışa yansıtarak tepki verebilirler. Bu gözlemde ailenin kaybettiği çocuklarına yönelik duyguların ve yansımaları yoğunluğu göz önüne alındığında Emre'nin bunları reddederek



dışa yansıtmasını sağlıklı bir savunma olarak ele almak gerekir.

Son yıllarda bebek gözlemleri ve yeme bozukluğu alanlarında çalışmaları ile tanınan Gianna Williams'ın (1998) tanımladığı "girilmez - no entry" savunması bize yaşamın ilk yıllarında bebeklerin çevreden gelen yoğun yansıtma ve uyaranlarla nasıl baş ettiklerini daha iyi anlamamıza yardımcı olmuştur. "Girilmez" savunması bebeğin kendi için aşırı bulduğu yansıtma ya da uyarana kendisini tümüyle kapatması olarak tanımlanmaktadır. Birçok durumda bu bebeğin kendi bütünlüğünü korumak adına geliştirdiği sağlıklı bir tepki olarak görülürken, anne bebek arasında erken dönemde başlayan yeme ilişkisi içinde patolojik boyutlara ulaşabilmekte ve ergenlik döneminde ortaya çıkan yeme bozukluklarına zemin hazırladığı düşünülmektedir. Öte yandan, bu ailede olduğu gibi, kaybettiği bebeğinin yasını yaşamaktansa yeni bir gebelik ile kaybın yerine konma çabası sık karşılaşılan bir durumdur. Reid'in (2003) tanımladığı gibi bu durumda, anne baba ile bebeğin arasında gelişmekte olan ilişkiye kaybedilen bebeğin gölgesi düşmektedir. Bu gözlemde bunun izlerine açık şekilde rastlanır. Gözlemci, aile için hala çok canlı şekilde hatırlanan kayıp bebeğin varlığını şaşkınlıkla fark eder. Henüz dünyaya gelmeden kaybedilen çocukları sanki halen yaşamaktadır.

Zihnin bu ilkel süreçleri gözlemci üzerinde rahatsız edici bir etki yaratabilir. Bir yandan seminer toplantıları gözlemci için kapsayıcı ve destekleyici bir rol üstlenirken diğer yandan gözlem notları tutmak gözlemcinin çalışma kapasitesi olan erişkin kısmının harekete geçmesini sağlar. Buna rağmen gözlemci kendisini fazlasıyla etkilenmiş hissedebilir ve klinik çalışmaya başlaması için gerekli koşul olan bireysel analiz gereksinimi duyabilir.

## SONUÇ

Şu ana kadar, gözlemin, gözlemciyi klinik çalışmalara hazırlanmasını sağlayan bazı özellikleri tanımlandı. Bunlar; uygun gözlem ortamının hazırlanması, ziyaretlerdeki dakiklik, süreklilik-

tir. Tatiller gibi ziyaret düzenini bozucu olaylar sonucu ortaya çıkacak rahatsızlıklara çok dikkat etmek gerekir. Gözlemcinin yargılayıcı olmayan, olumlu bir atmosfer yaratıcı yaklaşımı sayesinde aktarım ile karşı aktarım duyguları arasında bir ayırım yapmak kolaylaşacaktır. Karşı aktarım tanımı, hem gözlemcinin kendi kişisel yanıtını (karşı aktarımın klasik tanımı) hem de aile tarafından kendisine yönlendirilen yansıtma- ların gözlemcide yarattığı duygusal tepkiyi içerir (karşı aktarımın günümüzdeki anlamı).

Sözel ifade öncesi döneme ait oldukça yoğun duygular söz konusu olduğundan aktarım ve karşı aktarımın anlaşılması bebeklerle çalışmanın bir diğer önemli alanı olan ilkel düzeyde iletişim özellikleri hakkında bize bilgi verecektir. Gözlemci, normal bir yansıtma özdeşimi hissetmeyi öğrenecek, bebeklerin bazı vücut dili özelliklerini anlayacak, konuşma öncesi döneme ilişkin iletişimi tanımlamaya çalışacak ve böylece klinik çalışmalarında ilkel düzeydeki infantil aktarım özelliklerini daha iyi tanıyabilecektir. Tüm bu özellikler, küçük fiziksel değişikliklerin çok önemli anlamlar taşıyabileceği sessiz hastalarla, psikosomatik hastalarla ve özellikle küçük yaşta hastalarla çalışmada büyük kolaylıklar sağlayacaktır.

Bebek gözlemi seminerlerinin diğer bir önemli katkısı ise, psikanalitik bakış açısının öğrenilmesidir. Bu, varsayımlar geliştirirken bilimsel yanının göz önüne alınması ve gözlem yoluyla zaman içinde sınanmasını gerektirir. İki yıl süren bebek gözlemi bu açıdan çok değerli bir tanıtım görevi üstlenir. Bu eğitim zihinsel bir sürecin yansıtması olan duygusal duyarlılığın gelişmesi açısından da çok önemlidir. W.R. Bion'a göre, bebeğin ilkel duygularının iletişimine olanak veren anneye ilişkin "özel zihinsel alan" oluşumuna benzer bir durum, iyi bir gözlemci ve iyi bir klinisyen olabilmek için de gerekir. Bu tür bir ruhsal beceri, belli düzeydeki bunaltıya, belirsizliğe, huzursuzluğa, çaresizliğe ve yoğunluğa katlanabilme kapasitesi gösterebilmeyi içerir. Bu psikanalitik psikoterapist için gerekli bir özelliktir.

Türkiye'de bebek gözlemi seminerleri ilk kez

2002 yılında, İzmir'de Dokuz Eylül Üniversitesi Çocuk ve Ergen Psikiyatrisi Anabilim Dalı önderliğinde Tavistock Kliniği işbirliği ile başlatılmıştır. Halen, Tavistock Modeli Bebek Gözlemi Seminerleri İzmir ve İstanbul'da devam etmektedir. Bu eğitim seminerlerinin Türkiye'de gün geçtikçe gelişmekte olan psikanaliz, psikoterapi, bebek ruh sağlığı ve biyopsiko-sosyal gelişim alanlarındaki birikimlerimize değerli katkıları olacağına inanıyor ve yaygınlaşmasını diliyoruz.

\* Bu makale, Margaret Rustin'in, "Yakından Gözlemlenen Bebekler - Closely Observed Infants" adlı kitapta yayınlanan "İlkel Kaygılarla Yüzleşmek - Encountering Primitive Anxieties" adlı yazısının yazarlar tarafından tekrar ele alınarak, farklı olgu örnekleriyle geliştirilmesi ve Türkçe'ye uyarlanması ile oluşturulmuştur.

## KAYNAKLAR

Bick E (1968) *The experience of the skin in early object relations. Int J Psychoanal* 49: 484-486.

Bick E (1964) *Notes on infant observation in psychoanalytic training Int J Psychoanal* 45: 558-566.

Briggs A (2002) *Surviving space - papers on infant observation. the tavistock clinic series. London, Karnac Books*

Reid M (2003) *Clinical research: the inner world of the mother and her baby - born in the shadow of death. J Child Psychother* 29 : 207-226.

Symington J (1985) *The survival function of primitive omnipotence. Int J Psychoanal* 66: 481-491.

Williams G (1998) *Reflections on some particular dynamics of eating difficulties. Facing it out - Clinical Perspectives on Adolescent Disturbances içinde, Anderson R, Dartington A (ed). Tavistock Clinic Series, London; Duckworth, s: 79-99.*