

**PSY 340-Kişilik Kuramları**  
**Uzm.Psk.İpek Özsoy**

**Psişik Enerji (Libido) Ve Kateksis**

Açık gözlenebilir davranışların fiziksel enerji tarafından gerçekleştirilmesi gibi zihinsel faaliyetler de sürekli olarak psişik enerjinin harcanmasını içeren dinamik süreçlerdir. Psişik enerji bütünüyle gözlenemeyen özelliklerdir ve Freud bu enerjiyi belirleyen nörolojik işlevlerin er geç keşfedileceğini o zamana kadar gerçek yapılar yerine hipotetik yapılar olarak kabul edilmeleri gerektiğini savunmuştur (Ewen, 2003). Her birey aşağı yukarı belirli miktarda psişik enerjiye sahiptir. Eğer bu enerjinin büyük bir bölümü kişiliğin bir boyutu tarafından gasp edilmişse veya patolojik davranış türlerine dönüşmüşse sağlıklı etkinliklerin sürebilmesi veya diğer kişilik boyutlarının gelişebilmesi için daha az miktarda enerji bulunacaktır. Freud cinsel içgüdü ile ilişkili gördüğü psişik enerjiye libido adını vermiş ancak ölüm içgüdü ile ilişkili enerji için farklı bir isim kullanmamıştır. Libido tamamen intrapsişiktir ve hiçbir zaman dış dünyaya çıkmaz. Bu enerji, kateksis süreci yoluyla nesnelere zihinsel sembollerine bağlanmakta ve bu semboller içgüdüsel gereksinimleri doyumaktadır. Kateksis bir kişi ya da nesnenin zihnimizdeki sembolüne bağlanan enerji miktarıdır. Psikanalitik kuramda her davranış kateksis ve antikateksis süreçleri ile açıklanabilir. Kateksis, libidonun bir nesneye yönlendirilmesi, antikateksis ise içgüdüün doyurulmasını önleyen iç ya da dış herhangi bir engeldir (Hijelle ve Ziegler, 1992). İd'in içgüdülerinin doyumunu için libidonun bir nesneye yönelmesi kateksise, ego'nun bu arzuyu bastırmak için, sahip olduğu psişik enerjinin bir miktarını kullanması ise antikateksise bir örnektir. Örneğin kişi ne kadar açsa yiyecekle ilgili düşüncelere daha fazla libido yöneltecektir. Ya da küçük bir çocuk, annesinin, doyurulma, ağızdan uyarılma ve temasla ilgili içgüdüsel doyum türleri için bir kaynak olduğunu çabucak öğrenir. Böylece anne için güçlü bir istek geliştirir ve psişik enerjisinin (libidosunun) büyük bir bölümünü annesi ile ilgili düşünce, imge ve fantezilere ayırır. Freud'un terimleri ile annesi için güçlü bir kateksis oluşturur. Nesne ne kadar önemli ise, kateksis, yani o nesneye bağlanan libido miktarı da o kadar fazla olacaktır.

Libido genellikle seçilen bir diğer yedek objeye doğru yön değiştirebilir. Örneğin kişi belirli bir gıdaya doğru yönelir (kateksis) ancak eğer bu gıdaya ulaşamazsa başka bir gıdaya doğru da yönlenebilir (Ewen, 2003). Yedekleme (yön değiştirme) yapılırken, libidonun yöneldiği nesnenin olabildiğince orijinaline yakın olmasına çalışılır ancak bu yapılırken dış dünyanın nesnel koşulları ve toplumun izin verdiği ölçüler sınırlayıcıdır. Libido orijinaline benzeyen ya

da onun yerini tutabileceği düşünölen bir nesneye yönlendirilse de yedekleme tam doyurucu olmaz. Çünkü bir miktar psikolojik gerilim boşaltılmadan kalır bu da Freud'a göre uygar toplumda yaşamının bir bedelidir. Freud'a göre modern uygarlığın tüm ürünleri (sanat, müzik, edebiyat) yön değiştirmiş cinsellik ve saldırganlık dürtülerinin bir sonucudur (Hijelle ve Ziegler, 1992).

### **Psşik Determinizm Ve Parafraksalar**

Psşik dterminizm ilkesine göre ruhsal yapıda gerçekleşen hiçbir şey nedensiz ya da rastlantısal değildir. Tüm zihinsel (ve fiziksel) davranışla, kendisinden önceki nedenlerle belirlenmiştir ve kestirilmesi (tahmin edilmesi) olası yollarla gerçekleşmektedir (Ewen, 2003). Psikanalitik kuramda mucizelere, tesadüflere ya da özgür iradeye yer yoktur. Bazı duygu, düşünce ya da davranışların bize nedensiz ya da tesadüfen gerçekleşmiş gibi görünmelerinin tek nedeni, bizim bunlara neden olan önvülleri ile aralarındaki nedensel bilinen bir adın ya da sözcüğün anımsanamaması, dil ve kalem sürçmeleri, bizzat yapılan kazalar, hatalı hareketler, rüyalar ve nevroitik davranışların tümünün altında belirli nedenler vardır ki bunlar çoğu kez bilinçdışındadır. Freud (1960) 'Günlük Hayatın Psikopatolojisi' isimli eserinde bu türde pek çok parafraks örnekleri vermektedir. Freudiyen sürçmeler (hatalar) olarak da bilinen ve Freud tarafından (Fehleistung-hatalı davranış) olarak adlandırılan bu tür davranışlar İngilize'ye parafraks olarak çevrilmiştir ve yaygın olarak bu adla anılmaktadır.

Parafraksa yol açan öncüller kolay tespit edilebilen yalın nedenler olabileceği gibi karmaşık ve kestirilmesi güç şeyler de olabilir. Örneğin bir randevuyu veya sınavı unutmanın veya geç kalmanın altında açık nedenler olabilir (randevuda görüşülecek kişiye kırgınlık veya sınavda başarısız olma korkusu). Ancak Freud'a göre psşik olayların nedenleri genelde daha karmaşık ve çeşitlidir. Örneğin unutkan bir öğrenci bilinçdışındaki istekleri tarafından da güdülenmiş olabilir; mükemmel olması için sürekli kendisine baskı yapan ailesini cezalandırmak ve onlara karşı bu tür duygular beslediği için de kendini suçlu hissedip, kendisini cezalandırmak ya da başka nedenler gibi.

Dil ya da kalem sürçmeleri de Freud'un üzerinde durduğu parafrakslardır. Yapılmasından rahatsızlık duyduğu bir toplantıyı başlatmak zorunda olan genel müdürün toplantıyı açarken 'görüyorum ki, bütün üyeler burada, bu durumda toplantının ('başladığımı' demesi gerekirken) sona erdiğini bildirebilirim' demesi ya da kendisini çok önemli gören bir uzmanın konuşması sırasında kendi uzmanlık alanından söz ederken 'bu konuda gerçekten otorite sayılabilecek kişilerin ('bir elin parmaklarıyla' diyeceği yerde) bir parmakla sayılabilecek kadar az' olduklarını söylemesi bu tür parafrakslara örnek gösterilebilir (Freud,1960).

Parafraksların bir diğeri türü olan, kişinin kendi sebep olduğu kazalar (öz zedelenmeler), kendisini cezalandırmak isteğinin bir sonucu olabilir. Aşağıdaki vaka bu tür parafraksların bir örneği olarak gösterilebilir. Kocasının arabasını yoğun trafikte kullanırken aniden fren yapan ve arkadaki arabanın kendisine çarparak çamurluğunu çökertmesine sebep olan bir kadın hastanın serbest çağrışımları buradaki parafraksın üç bilinçdışı güdü ile ilişkili olabileceğini ortaya koyuyor; (1) kocası kendisine kötü davrandığı için ona duyduğu kızgınlık duygusu (arabayı çarpmakla ifade ediliyor) (2) ideal bir eşe uygun olmayan böyle bir saldırganlık duygusu için cezalandırılmak isteği (kocasını kazayı duyduğu zaman başına gelecekler!) (3) kocasının karşılayamadığı güçlü cinsel arzular (bir adamın, hastanın kendi ifadesiyle 'kuyruğuna bindirmesiyle' sembolik olarak tatmin ediliyor) (Benner, 1998).

## KİŞİLİĞİN YAPISI

### *Topografik Model: Bilinçdışı, Bilinçöncesi, Bilinç*

Freud'a göre (1963) ruhsal yapımız bilinç, bilinçöncesi ve bilinçdışı olmak üzere üç düzeyden oluşmaktadır. Topografik model olarak da adlandırılan bu açıklamaya göre kişilik, sözü edilen bu üç farkındalık düzeyinde işlev göstermektedir.

*Bilinçdışı:* Bilinçdışı, farkında olmadığımız ancak sözlerimizin, duygularımızın ve davranışlarımızın çoğunu yönlendiren tüm istek, dürtü ve güdülerden oluşur. Açık ve gözlenebilir davranışlarımızın bilincinde olsak da bu davranışların altında yatan zihinsel süreçlerin tam olarak farkında olmayız. Bilinçdışının içeriği bilince aktarılamadığı için varlığını kanıtlamak güçtür. Freud, bilinçdışının varlığının yalnızca dolaylı olarak kanıtlanabileceğini belirtmiştir. Örneğin, rüyaların, dil sürçmelerinin ve kimi unutmaların altında yatan nedenler bilinçdışıdır. Burada da belirtildiği gibi bilinçdışının içeriği bilince ancak sansürden geçebilecek kadar gizlendikten sonra ve çarpıtıldıktan sonra çıkabilmektedir (Freud, 1963). Bilinçdışı ruhsal yapının en derin katmanıdır ve içgüdüsel dürtülere ve hatırlandığında kişi açısından fazla tehdit edici olacağı için bir şekilde bastırılmış olan anılara ev sahipliği yapar.

*Bilinçöncesi:* Bilinçöncesi, o an farkında olunmayan ancak kendiliğinden ya da yeterli bir çaba ile bilince gelmesi mümkün olan yaşantıların ve bilgilerin bulunduğu katmandır (Freud, 1963). Hatırlayabildiğimiz her türlü anı ya da bilgi bilinçöncesinde yer alır. Freud'a göre

bilinçöncesi, bilinçdışı ve bilinç arasında köprü vazifesi görür. Bilinç düzeyine ancak terapötik birtakım tekniklerle çıkarılabilen bilinçdışı materyal önce bilinçöncesine getirilir ve oradan da bilince çıkarılabilir.

*Bilinç:* Bilinç ise o an farkında olunan her türlü duyum ve yaşantıların bulunduğu düzeydir (Freud, 1963). Bilinç ruhsal yapımızın doğrudan farkında olduğumuz tek düzeyidir. Düşünceler bilince iki farklı kaynaktan gelebilmektedir. Birincisi duyu organlarımız aracılığıyla algıladığımız ve fazla tehdit edici olmayan, dış dünyadan gelen bilgilerdir. İkincisi ise ruhsal yapı içinde, bilinçöncesinde yer alan tehdit edici olmayan veya bilinçdışında yer alan ve tehdit edici olmayacak kadar gizlenmiş ve çarpıtılmış olan bilgilerdir (Freud, 1964).

### ***Yapısal Model: İd, Ego, Süperego***

Bilinçdışı zihinsel süreçler Freud'un kişiliğin yapısına ilişkin görüşlerinin temelini oluşturmaktadır. Ancak Freud, 1920'lerin başlarında, topografik modeli terk etmemekle birlikte, kişiliğin organizasyonuna ilişkin görüşlerini gözden geçirerek, kişiliği oluşturan üç yapı olduğunu belirtmiştir: İd, Ego ve Süperego (Freud, 1962). Bu aynı zamanda yapısal model olarak da adlandırılan kişilik yapısı modelidir.

Kişilik yapıları ile topografik model arasındaki ilişki: id'in tamamı bilinçdışında iken, ego ve süperego üç bilinçlilik düzeyinde de işlev göstermektedir. Freud'a göre bu boyutlar zihnin içinde ayrı bölümler değil adeta bir resmin renkleri gibi, bölümlerin uyum içinde birlikte bulunduğu bir karışımdır.

*İd:* Türkçe'de ilkel ben olarak da adlandırılan id, 'o' sözcüğünün Latince karşılığıdır ve kişiliğin ilkel, içgüdüsel yönlerini kapsar. Ruhsal yapının doğumda var olan bütününden oluşan id, içgüdüleri ve psişik enerjinin tüm kaynağını içerir (Freud, 1964). Tamamen bilinçdışı düzeyde işlev gösterir ve kişiliğin en eski ve temel bileşeni olarak bedensel süreçlerle (içgüdüsel biyolojik dürtülerle) yakın temas içindedir. Biyolojik gereksinimleri psikolojik gerilimlere (arzulara) dönüştürür. İd'in tek motivasyonu, bu içgüdüsel kateksisin boşalması yoluyla ve artan gerilim sonucunda ortaya çıkan nahoşluk duygusundan arınarak haz elde etmektir. Diğer bir deyişle id, haz ilkesi (pleasure principle) doğrultusunda hareket ederek acıdan kaçınır ve haz elde etmeye çalışır. Tümünden mantık dışı ve ahlak dışı olup realite (gerçek) kavramından yoksundur. İd, sürekli istekleri olan bir çocuk gibi anında haz ister. Bu nedenle de ilk orijinal seçimi engellendiğinde yedek nesne (obje) imgelerine yönelir. Örneğin,

biberonundan yoksun kalan bebek parmağını emmeye yönelir böylece içgüdüsel gerilimi emme ile giderebilir. Görüldüğü gibi id gerilimi gidermek için önce bunu ortadan kaldıracak nesnenin imgesini oluşturur. İd'deki bu mantık dışı (irrasyonel), dürtüsel, ,mge üretici düşünce tarzına birincil süreçler (primary process) denir (Freud, 1958). Örneğin id, aç bir insana herhangi bir besin maddesinin zihinsel görüntüsünü sağlar, dürtüleri dizginleme, gerçek olanla olmayana ayırt etme yeteneğinden yoksun, düş yönelimli, mantık dışı düşünme tarzlarıdır. İdin, bir ihtiyacı karşılayacak gerçek nesne ile zihinsel imgeyi birbirinden ayıramaması, eğer doyum sağlayan dış bir kaynak yoksa, ölümle sonuçlanabilir. Freud geliştirmekte olan bebeğin en zor görevinin birincil ihtiyaçlarının doyumunu ertelemeyi öğrenmek olduğunu belirtmiştir. Doyumu erteleme kapasitesi çocuğun kendi ihtiyaç ve arzuları dışında gerçek bir dünya olduğunu öğrenmesiyle ortaya çıkar. Bu farkındalık geliştikçe, kişilik yapısının ikinci sistemi olan ego ortaya çıkmaya başlar.

*Ego*: 'Ben' sözcüğünün Latince karşılığı olan ego, İd'in arzularının ifade edilmesini ve doyurulmasını sağlar. Ego, organizmanın gerçek dünya ile ilişkisini düzenlemek ve dış dünyanın üstesinden gelmesini sağlamak için 6-8. Aylarda, id'den evrimleşerek gelişir ve id'in amaçlarına ulaşmasına yardımcı olur. Bebeğin açlığını gidermesi için zihnindeki besin imgesinin gerçekçi bir algıya dönüştürülmesi gerekir. İd bu işlevi gerçekleştiremez. Yalnızca ego, zihindeki imgelerle gerçek dünyadaki nesnelere arasında ayırım yapabilir. Bu sayede organizma, oluşan gerilim giderilmeden önce besin elde etme ve tüketmeyi öğrenir. Gerçeklik ilkesi (reality principle) doğrultusunda hareket eden ego, gerilimi azaltacak olan nesnenin dış dünyada karşılığının bulunup bulunmadığını belirleyene dek gerilimin boşaltılmasını geciktirir (Freud, 1962). Böylece ego, derhal harekete geçmeyi isteyen haz ilkesini geçici olarak erteleyerek, gereksinim doyurucu uygun nesneyi bulana dek harekete geçmeyi engeller. Ego'nun gerçekçi düşünmeyi, akıl yürütmeyi, karar vermeyi, problem çözmeyi ve haz ertelemeyi içeren düşünce tarzlarına ikincil süreçler (secondary process) adı verilir (Freud, 1958). Ego'nun şekillenmesi ben-ben olmayan (self-nonsel) arasındaki farklılaşmaya yol açan yaşantılar sonucu gerçekleşmektedir. Bu daha çok kişinin kendi vücudu ile ilgilidir. Böylece bebek kendine dokunduğu zaman dokunulmuşluk duygusuna yol açtığını, diğer objelere dokunduğunda ise bunu hissetmediğini görecektir. Bebek vücudunun fiziksel haz (veya acı) kaynağı olduğunu bu duygunun ise biberon veya annesinin memesinden farklı olduğunu da öğrenir. Ayrıca, olgunlaşmakta olan çocuk ,id'in istekleri için çevreyi doyum kaynağı olarak algılamaktadır. Bu yolla çocuk gerçek (reality) ile id imgeleri arasında ayırım yapmayı da öğrenir, buna gerçeklik sınaması (reality testing process) denir (Freud, 1962).

İkincil süreçler içerisinde yer alan gerçeklik sınaması egonun, gereksinimin doyurulması amacıyla bir plan yapması ve bu planın işleyip işlemeyeceğini sınamasıdır. Örneğin üniversiteye giriş sınavı için hazırlanan bir genci düşünecek olursak, birincil süreçler onun istediği üniversiteyi/bölümü kazanmış olduğu anı düşünmesine ve bunun hayalini kurmasına yol açacaktır, ikincil süreçler ise bu amaca ulaşmak için neler yapması gerektiğini, hangi konularda daha çok çalışmaya ihtiyacı olduğunu bulmasını, bu eksikliği ne şekilde gidereceğini belirlemesini, gerekli çalışmaları yapmasını ve bu eksiklikleri giderip gidermediğini belirlemesini sağlayacaktır.

İd'in haz arayıcı doğasının aksine ego, gerçeklik ilkesine uyarak ve ikincil süreçler aracılığıyla gereksinimi doyuracak uygun bir nesne ya da uygun çevresel koşullar bulunana dek içgüdüsel doyumunu erteleyerek, organizmanın güvenliğini sağlar ve bütünlüğünü korur. Örneğin cinsel dürtüler her an her yerde doyuma ulaştırılamaz, ego gerçeklik ilkesine uygun olarak bu doyumunu ikincil süreçlerle erteler ve doyumun uygun zamanda, uygun nesne ile ve uygun yerde gerçekleştirilmesini sağlar.

Açıkça görülebileceği gibi içgüdüsel gereksinimlerin doyurulmasının önündeki engel her zaman nesnel dış dünyadan gelmez. Ego bu gereksinimlerin doyumunu sağlamaya çalışırken toplumun beklentilerini ve ahlaki standartlarını da dikkate almaktadır. Egonun karşılamaya çalıştığı bu talepler kişiliğin en son gelişen üçüncü sistemine yani süperegoya aittir.

*Süperego:* Bir kimsenin toplum içerisinde etkili bir biçimde yaşayabilmesi için, o toplumun değerler sistemini ve kurallarını kazanabilmesi gerekir. Bunlar sosyalizasyon süreci ile kazanılır ve psikanalitik kuramdaki yapısal modele göre süperego olarak adlandırılır. 'Ben' ve 'üstü' kelimelerinin Latince karşılığı olan süperego terimi yerine Türkçe'de üstben sözcüğü de kullanılmaktadır.

Kişiliğin en son gelişen yapısı (bileşeni) olan süperego, toplumsal norm ve davranış standartlarının içselleştirilmesini temsil eder. Freud'a göre (1962) insan organizması süperegoya sahip olarak dünyaya gelmez. Çocuklar, anne-babaları, öğretmenleri ve benzeri diğer figürlerle aralarındaki etkileşimler sonucunda bunu kazanırlar. Diğer bir anlatımla bebeklerin doğru yanlış duyguları gelişmemiştir. Bu işlev önceleri ebeveynler tarafından yürütülmektedir. Hatta bu uzun yıllar sürmektedir. Bazı davranışlar sevgi ve destek görürken bazıları cezalandırılmaya neden olmaktadır. Bu cezalandırılma çocuk tarafından anne-babasının sevgisinin yitirilmesi şeklinde değerlendirilir ve çocukta, güvenli olmayan dış dünyada yalnız kalacağı şeklinde bir düşünceye yol açar. Bu yalnız kalma durumundan korunmak için, güçlü anne-baba ile kurduğu özdeşim nedeni ile ego onların standartlarını

benimsemeye başlar. İşte bu süperegonun oluşmasına yol açmaktadır (Hall, Lindzey, Loehlin ve Manovitz, 1985; Allen, 1997). Süperego, egodan 3-5 yaş civarında ayrılmaya başlar ve anne-baba, öğretmen ve diğer otorite figürlerinin özelliklerini benimser. Süperego, vicdanı yönlendiren bir araçtır. Bu şekilde vicdan hoş olmayan düşünce ve davranışları cezalandırır. Freud (1962) önceleri süperego'ya ego ideal adını vermiş ancak daha sonra ego ideali, süperegonun işlevlerinden sadece biri olarak kabul etmiştir. Örneğin bir insan, kimse kendisini gözlemese dahi kopya çekmeyi, çalmayı veya yalan söylemeyi reddediyorsa veya kimse kendisini kontrol etmediği halde işini, elinden gelen en iyi şekilde yapmaya çalışıyorsa bu insan süperegosu tarafından yönlendirilmektedir. Bu tür olumlu davranışlar için süperego, egoyu kendisi ile gurur duyma ve hoşnut olma duygularıyla ödüllendirir. Ancak, süperegonun büyük bir bölümü bilinçdışı yer almakta ve id'le çok sıkı ilişki içinde bulunmaktadır. İd'in hoş olmayan dürtülerini lanetlemekle birlikte yalnızca egoyu etkileyebilmektedir. Bu şekilde, yasaklanmış dürtüler ve davranışlar süperego ve ego arasında gerilime neden olmakta veya kaygıya (moral kaygı) yol açmaktadır.

Freud süperego'nun vicdan ve ego ideal olmak üzere iki alt sistemden oluştuğunu belirtmektedir (Ewen, 2003). Vicdan anne-babanın kötü ve edepsiz olarak değerlendirdiği ve cezalandırdığı davranışlarla ilgilidir. Kişinin cezalandırıcı öz-değerlendirmelerini, ahlaki yasaklamaları ve suçluluk duygularını içerir.

Süperego'nun ödüllendirici yanı ise ego ideal'dir. Ebeveynlerin onayladığı ve değer verdiği davranışlar yoluyla gelişir ve kişinin, ulaşıldığında saygı ve kıvanç duymasını sağlayan mükemmellik standartlarına ulaşmaya çalışmasına yol açar. Örneğin, çocukken okuldaki başarısı ödüllendirilen bir kişi ne zaman akademik konularda başarılı olsa kendisiyle iftihar edecektir. Ancak, kişi amaçlarına yaklaştıkça ego ideal daha yüksek standartlar belirler. Bu nedenle ego-ideale ulaşmak mümkün olmaz ve doyum sağlanamaz.

Ebeveyn kontrolünün yerini öz-denetime bırakmasıyla süperego'nun tamamıyla geliştiği kabul edilir. Ancak bu öz-denetim gerçeklik ilkesince gerçekleştirilememektedir. Süperego toplumca kabul görmeyen her türlü id dürtüsünü bütünüyle engellemeye çalışırken, aynı zamanda kişiyi düşüncede, sözde ve eylemde (davranışta) mutlak mükemmelliğe zorlamaktadır. Kısacası, ego'yu mükemmeliyetçi hedeflere ulaşmaya çalışmanın, gerçekçi hedeflere ulaşmaya çalışmaktan daha iyi olduğuna ikna etmeye çalışır (Hjelle ve Ziegler, 1992).