

# Kişilik Bozuklukları

Doğan ŞAHİN

*Istanbul Üniversitesi, İstanbul Tıp Fakültesi, Psikiyatri Anabilim Dalı, İstanbul*

Kişilik bozuklukları konusu son 30 yılda giderek daha çok ilgi odağı olmuştur. Bunun başlıca üç nedeni vardır. Birincisi, sosyo-kültürel ve aile ilişkilerindeki değişikliklere bağlı olarak, kişilik bozukluklarına rastlanma sıklığındaki artıştır. İkincisi, kişilik bozukluklarının aile içi ilişkilerde, sosyal ve mesleki uyumda önemli sorunlara yol açmasıdır. Üçüncü etken de, kişilik bozukluklarında daha önce pek bir şey yapılamayacağı inancı yaygınken, giderek tedavi edilebilir olduğunun görülmesidir.

## Tanım

Kişilik bozuklukları; kişinin kendi kültürüne göre, beklenenden önemli ölçüde sapmalar gösteren, süreklilik arz eden bir iç yaşantılar ve davranışlar örüntüsüdür. Ergenlik ya da genç erişkinlik yıllarında başlar, zamanla kalıcı olur ve sıkıntıya ya da işlevsellikte bozulmaya yol açar. Herkeste çeşitli biçimlerde görülebilecek kişilik özelliklerinin, kişilik bozukluğu olarak değerlendirilebilmesi için, bunların esneklikten yoksun ve uyum bozucu olması, işlevsellikte belirgin bir bozulmaya ya da kişisel sıkıntıya neden olması gerekmektedir.<sup>1</sup>

Değişmeyen bu tutum ve davranış kalıpları şu alanlarda kendini gösterir:

1. Düşünce farklılıklarında (kişinin kendisini, başkalarını ve olayları yorumlama biçiminde),
2. Duygulanım farklılıklarında (duygusal tepkilerin görülme aralığı, yoğunluğu, değişkenliği ve uygunluğu),
3. İnsanlar arası ilişkilerde yaşanan zorluklarda,
4. İtkilerini kontrol etmekte yaşanan zorluklarda.<sup>1</sup>

## Epidemiyoloji

Ülkemizde kişilik bozukluklarının yaygınlığı ile ilgili araştırmalar yapılmamıştır. ABD ve diğer bazı ülkelerde yapılan araştırmalarda, kişilik bozukluklarının yaygınlığı %10- 30 arasında bildirilmektedir. Sınırdaki (borderline) kişilik örgütlenmesine ise genel nüfus içinde rastlanma oranı %20-30'dur. Psikiyatrik başvurusu olanlarda ise %40 oranında rastlanır.<sup>2</sup>

## Ayırıcı Tanı

### Psikoz-nevroz ayırımından nevroz-sınırdaki psikoz ayırımına

20-30 yıl öncesine kadar psikiyatrik bozukluklar psikotik ve nevrotik olarak ayrılmaktaydı. Psikoz, gerçeği değerlendirme yetisinin ve içgörünün olmaması ile nevrotik sorunlardan ayrılmaktaydı. Daha sonraki yıllarda, psikozlarla nevrozlar arasındaki sınırdaki yer alan bir grup insan daha olduğu fark edildi. Psikozla yakın ama psikoz olmayan, fakat nevrotik gruptan da farklı olan bu grup, "sınırdaki" olarak adlandırıldı. Bu grup, gerçeği değerlendirme yetisinin dolayısıyla, varsanı ve hezeyanların olmaması ile psikozlardan, kimlik bütünlüğünün olmaması ve ilkel savunma mekanizmalarının kullanılması ile nevrozlardan ayrılmaktadır.<sup>3,4</sup>

Kernberg<sup>3,4</sup> nevrotik, sınırdaki ve psikotik kişilik örgütlenmeleri arasında, şu üç nitelik açısından fark olduğunu belirtmiştir;

- a. Kimlik bütünlüğü
- b. Savunma mekanizmaları
- c. Gerçeği değerlendirme yetisi (Tablo 1).

### Kimlik bütünlüğü

Kimlik bütünlüğü; kendilik ve nesne tasarımlarının bütünlüklü, kararlı ve tutarlı olması anlamına gelir. Kendilik tasarımı, kişinin kendisi hakkında; nesne tasarımları da, başta önemli ilişkileri olmak üzere, başkaları hakkındaki kanaatlerinin bileşkesidir. Bir bölümü bilinçli, bir bölümü bilinçdışıdır. Nevrotiklerde, kişinin kendi hakkındaki kanaati bütünlüklü ve kararlıdır. Nasıl bir insan olduğuna, nelerden hoşlandığına ya da hoşlanmadığına, neleri önemseydiğine dair duygu ve düşünceleri pek değişmez. Oysa sınırdaki kişilik örgütlenmesi gösteren kimselerde bütünlüklü ve kararlı bir kendilik tasarımı yoktur. Bazen kendisine çok güvenir ve değerli bulurken, bazen hiç güvenmez ve çok değersiz, işe yaramaz biri olduğunu düşünür ve hisseder. Nelerden hoşlandığına, neleri önemseydiğine ilişkin duygu ve düşünceleri

**Tablo 1:** Kernberg'e Göre Nevrotik, Sınırdaki ve Psikotik Örgütlenme Ayırımı

Grup	Kimlik Bütünlüğü	Savunma Mekanizmaları	Gerçeği Değerlendirme
Nevrotik	Tam	Üst düzey	Tam
Sınırdaki	Kimlik Dağınıklığı	İlkel	Korunmuş
Psikotik	Yok	Alt düzey	Bozuk

de çok çabuk değişir. Kişinin kendini algılayışı ve davranışları dengesiz ve tutarsızdır. Nasıl bir insan olduğuna ilişkin sorulara ya anlamlı yanıtlar veremezler ya da farklı zamanlarda farklı kendilik parçalarının etkinleşmesine bağlı olarak birbiriyle tutarsız tanımlamalar yaparlar. Bazen aynı görüşme içinde, bazen de daha aralıklı olarak hem kendilerini tanımlayışları, hem de tutum ve davranışları arasında belirgin tutarsızlıklar gözlemlenir.<sup>3,4</sup>

Kendilik tasarımlarının olduğu kadar, nesne tasarımları da bütünleşmemiştir. Hayatındaki önemli kişilere ilişkin algılayışları ve değerlendirmeleri de anlamlı bir bütünlük oluşturmayacak denli yüzeysel ve dağınıktır. Annesi, babası ve kardeşlerinin nasıl kimseler olduğuna ilişkin sorulara yanıt verirken ya da onlardan bahsederken, ya görüşmecinin zihninde bir kişiyi canlandırmaya el vermeyecek ölçüde bilgiden yoksun veya dağınık bilgiler aktarırlar ya da tutarlı bir kişilik çizse bile, bir süre sonra bununla hiç uyuşmayan ve tam tersi özelliklerinden söz ederler.

Kimlik bütünlüğünün olmaması, aynı zamanda kronik boşluk duygusu ve can sıkıntısı, yalnızlığa ve terk edilmeye tahammülsüzlüğün varlığı ile de gözlemlenebilir. Kendilik tutarlılıkları ve değerleri başkalarının varlığına bağlı olduğu için, yalnızlığa tahammül edemezler ve zorlayıcı bir tarzda sosyal olma ihtiyacı hissederler. Bu durum nesne sürekliliğinin olmamasına bağlıdır. Dolayısıyla ancak tutarlı değerleri olan yapılaşmış bir grup içinde, bu grubun bir parçası olarak tutarlı bir kişilik sergileyebilirler. Eksik kendilik duygularını, içinde buldukları sabit gruba göre düzenleyebilirler, bu eksikliklerini grupta giderebilirler.<sup>3,4</sup>

Duygusal, düşünsel ve davranışsal bakımdan tutarlı bir kişilik sergileyemez; şiddetli duygusal dalgalanmalar, uç noktalara varan yargılar, dramatik davranışlar sergilerler. Dolayısıyla da tutarlı ve belli kararlılıkları olan bir ilişki sürdürmezler, ilişkilerinde sıcak ve empatik olamazlar.

### Savunma mekanizmaları

Nevrotik düzeydeki vakalar; bastırma (represyon) ve bastırmaya yardımcı olan karşıt tepki oluşturma (reaksiyon formasyon), yalıtma (izolasyon), yap boz (undoing), entellektüelleştirme, ussallaştırma (rasyonalizasyon), döndürme (konversiyon) gibi savunma mekanizmalarını kullanırlarken; sınır vakalar, temel savunma mekanizması olarak bölmeyi (splitting) ve ona yardımcı mekanizmalar olarak da ilkel idealleştirmeyi (primitif idealizasyon), yansıtmanın ilkel türlerini, tüm güçlülük ve değersizleştirme (omnipotans- devalüasyon) kullanırlar.

Sınırdaki vakalarda savunma mekanizmaları, aynı anda ortaya çıktığı takdirde anksiyete yaratacak olan, çelişik ego

durumlarını ayrı tutmaya yarar. Çatışmanın bileşenleri, birbirinden çok iyi ayrılmamış ortak id-ego matriksi içinde, yani aynı sistem içindedir. Ego ve id çok iyi ayrılmamıştır, dürtüler egoya nüfuz etmiştir. Dolayısıyla da çatışan durumlar, dürtü ile yüklü ego durumlarıdır. Bunları bölme ile birbirinden ayrı tutmak suretiyle, çatışma giderilmeye çalışılır. Bunun bedeli olarak da, ego zayıflığı ve kimlik dağınıklığı ortaya çıkar. Bölmenin kullanımı bütünlüklü kendilik ve nesne temsillerinin gelişimini engellemekte, bu da kimlik dağınıklığına neden olmaktadır.<sup>3,4</sup>

Bölme, yukarıda söz edildiği gibi kendilik ve nesne tasarımlarının tutarsızlığı ya da bütünleşmemiş olması yanı sıra; davranışların, değerlerin, çeşitli konulardaki tutumların ve kısa dönemli yaşam biçimlerinin farklılığında da kendini gösterebilir. Dönemsel olarak çok farklı yaşam tarzları gösterebilirler; bir dönem impulsif bir tarzda rastgele cinsel ilişkiler kuran biri, daha sonra cinsellikten tamamen uzak, dindar bir yaşam sürebilir, sonra da bambaşka bir yaşam tarzına geçebilir.<sup>3,4</sup>

Kendileri, ötekiler ve ilişkileriyle ilgili değerlendirmelerinin çarpıtılmış, karikatürize edilmiş, kutuplaştırılmış, gerçeklikten saptırılmış uç noktalara salınımıyla birlikte giden, şiddetli duygu ve heyecan dalgalanmaları, aynı zamanda kimlik dağınıklığının da bir parçasıdır.<sup>3,4</sup>

### Gerçeği değerlendirme

Gerçeği değerlendirme, kişinin kendi ile kendi olmayana, iç ile dış kökenli uyaranları ayırt edebilmesi ve kendi duygularını, davranışlarını ve düşüncelerini gerçekçi bir şekilde değerlendirebilmesidir. Klinik olarak gerçeği değerlendirme; hezeyan ve varsanılara kapılmama, garip, gerçek dışı düşünce ve duyguların bulunmaması, başkalarının gerçeklikle ilgili düşüncelerine uygun şekilde yaklaşabilme gibi özelliklerle karşımıza çıkar.

Sınırdaki vakalarda gerçeği değerlendirme kapasitesi korunmuştur; ancak zaman zaman geçici psikotik çözümler, paranoid epizodlar, kendine yabancılaşma ve gerçeğe yabancılaşma deneyimleri gibi tablolar görülebilir ve genellikle bunlar psikoterapötik manevralar, hastaneye yatırılma veya düşük doz antipsikotik tedavisiyle düzeltilebilir.

### Kişilik Bozukluğu Türleri

DSM, kişilik bozukluklarını üç ana grupta sınıflandırmıştır.

Bunlardan A ve B kümeleri daha çok sınırdaki kişilik örgütlenmesi gösterirken, C kümesi daha çok nevroitik örgütlenme gösteren bireyleri içerir (Tablo 2).

**Tablo 2: DSM'ye Göre A, B ve C Kümeleri**

A Kümesi	B Kümesi	C Kümesi
Paranoid KB	Antisosyal KB	Çekingen KB
Şizoid KB	Sınırdaki (Borderline) KB	Bağımlı KB
Şizotipal KB	Histrionik KB	Obsesif Kompulsif KB
	Narsisistik KB	

## A Kümesi Kişilik Bozuklukları

### Paranoid kişilik bozukluğu

Temel özelliği, başkalarının davranışlarını kötü niyetli olarak yorumlayıp, sürekli bir güvensizlik ve kuşkuculuk içinde olmalarıdır. Prevalansının; genel toplumda %0,5-2,5 arasında, yataklı psikiyatri kurumlarında % 10-30 arasında ve ayaktan psikiyatrik tedavi kurumlarında % 2-10 arasında olduğu bildirilmiştir.<sup>1</sup>

1. Yeterli bir temele dayanmaksızın, başkalarının kendilerini sömürdüğünden, aldatıldığından ya da kendilerine zarar verdiğinden kuşulanırlar.

Yeni tanıştıkları kimselere güvenmez, uzun süre onları gözlemlerler, bir aldatılmayla karşı karşıya gelmek için son derece ihtiyatlı davranırlar. İnsanlarla ilişkilerine hiç güvenmeyerek ve kuşku ile başlarlar, zamanla belli bir oranda güven duysalar bile kimseye tam olarak güvenmez, küçük bir olaydan birine olan güvenlerini kaybederler. Dolayısıyla da hiçbir zaman gerçek bir dost edinemezler. Eşlerinin ya da çocuklarının davranışlarından bile, onların kendisini aldattukları ya da yalan söylediklerine dair sonuçlar çıkarabilirler.

2. Dostlarının ya da iş arkadaşlarının kendisine olan bağlılığı ve güvenirliliği üzerine yersiz kuşkuları vardır.

Uzun zamandır tanıyor ve arkadaşlık ediyor olsalar bile, kimseye tam olarak güvenemezler. Arkadaşlarının arkasından konuşup konuşmadıkları, kendisine karşı iyi davranırlar bile, içlerinde kendilerine karşı kötü bir niyetlerinin olup olmadığını sorgularlar. Mesela bir doğum gününe çağrıldıklarında hatta ısrar edildiğinde bile, belki de sadece usulen çağırılmışlardır ve gerçekten istemiyorlardı gibi değerlendirebilirler.

3. Söylediklerinin kendisine karşı kötü niyetle kullanılacağından yersiz yere korktuklarından ötürü başkalarına sır vermek istemezler.

Özel yaşamlarına ait bilgileri yakın arkadaşlarından bile gizlerler. Uzun süredir arkadaşlık ettikleri birine, mesela, bir kardeşlerinin psikiyatra gittiğini veya babasının alkol kullandığını ya da anne babasının ayrılmış olduğu gibi ileride aleyhine kullanılabilceğini varsaydığı şeyleri söylemezler. Kendi hakkında vereceği bilgilerin ileride aleyhlerine kullanılacağından kuşulanırlar. Bu kişiler psikiyatra geldiklerinde de, haklarında tutulan kartların ve dosyaların ne kadar güvenle saklandığı, bunlara başkalarının ulaşım sağlayacağı ya da ileride bu bilgilerin karşısına çıkarılıp çıkarılmayacağı konusunda rahat edemezler. Dolayısıyla, terapistlerine bile güvenmez, bazen küçük olaylardan güvenlerini yitirip, tedaviyi yarım bırakabilirler.

4. Sıradan sözlerden ya da olaylardan aşığandıkları ya da gözdağı verildiği biçiminde anlamlar çıkarırlar.

Hezeyan düzeyinde olmamakla birlikte, kendileriyle hiçbir ilgisi olmayan olaylardan, kendileriyle alay

edildiği ya da tehdit edildiklerine dair anlamlar çıkarırlar. Referans fikri olarak adlandırılan bu belirti, başkalarını sıklıkla yanlış anlamalarına, olaylardan gerçek olmayan sonuçlar çıkarmalarına neden olur.

5. Sürekli kin beslerler, onur kırıcı davranışları, haksızlıkları ya da görmezlikten gelinmeyi başılamazlar.

Özellikle çoğu, çeşitli referans fikirlerine bağlı olsa da, insanların kendilerine karşı gösterdikleri ya da kendilerinin öyle sandığı onur kırıcı davranışları unutmazlar. Bir sabah, fark etmediği için selam vermeyen birini akıllarının bir köşesine yazar ve bunlara tepki göstermeden kin beslerler ama bazen de ani tepkiler gösterebilirler.

6. Başkalarının anlaşılır olmayan bir biçimde, karakterine ya da itibarına saldırıldığı yargısına varır ve öfkeyle ya da karşı saldırı ile birden tepki verirler.

Tanmadığı kişilere “ne bakıyorsun?” diye bağırarak kimseler çoğunlukla bir referans fikrinin etkisiyle kendisiyle alay edildiğini sanan birileridir.

7. Haksız yere eş veya sevgililerinin sadakatinden kuşulanırlar. Sürekli onların kendisini aldatıldığından, başkalarıyla ilgilendiklerinden şüphelenirler.

Geç açılan ya da kapalı bir telefonu hemen aldatılıyor olabileceklerinin kanıtı olarak yorumlar, eşleri ya da sevgilileri biraz geç kalsa, başka biriyle zaman geçiriyor olabileceklerine yorumlarlar.

### Şizoid kişilik bozukluğu

Temel özelliği, sosyal ilişkilere, yakınlık kurmaya isteksiz olma ve duygulanım kısıtlılığıdır. Asosyaldirler. Görülme sıklığı ile ilgili araştırmalar yeterli bir kanaat oluşturmaktan uzaktır. Çünkü, saha araştırmalarına katılmak istemeyecekleri gibi klinik başvuruları da çok azdır.

1. Ailenin bir parçası olmadığı gibi, ne yakın ilişkilere girmek ister, ne de yakın ilişkilere girmekten zevk alır.

Aile içinde kendilerini diğerlerinden uzak hisseder ve aile içi sosyalleşmeye katılmazlar. Evdeki zamanlarını genellikle tek başlarına, odalarında geçirmeyi yeğlerler. İnsanlarla tanışmak ve yakınlaşmak konusunda isteksizdirler. Eve gelip gidenle ilgilenmez, misafirlerin yanına çıkmak istemezler. Ailenin topluca yaptığı etkinliklerden, ziyaretlerden uzak dururlar.

2. Hemen her zaman tek bir etkinlikte bulunmayı tercih ederler.

İlgi duydukları alanlar genellikle insan ilişkisi gerektirmeyen ve çoğunlukla felsefe, matematik, bilgisayar programlama gibi, soyut konulardır. Şizoidlerin birçoğu bilgisayar programcılığı, felsefe, matematik gibi, daha çok kendi başına yapılan alanlarda çalışırlar. Ancak, ilgi duydukları şeylere karşı da büyük bir tutkuları olmaz, adeta insanlardan uzaklaşmak için rakamların veya düşüncelerin dünyasını tercih ederler.

3. Başka biriyle cinsel deneyim yaşamaya karşı ilgisi varsa bile çok azdır.

Cinsel arzu duymalarında bir sorun olmamasına karşın, insanlarla tanışmak ve yakınlaşmak konusundaki isteksizlikleri, bir cinsel eş bulma uğraşlarını da, onlar için zahmetli bir şeye dönüştürür. Biriyile tanışma, bir süre flört etme, yemeğe çıkma, sinemaya gitme gibi şeyler, kendilerine zahmetli geldiğinden böyle zahmetlere katlanmaktansa, cinsel ilişki kurmaktan da vazgeçerler. Ayrıca başka bir insanın ve bir ilişkinin sorumluluğunu almak istemezler. Ancak böylesi zahmetli uğraşlar ve duygusal yakınlık gerektirmeksizin bir cinsel ilişki fırsatı olursa ve karşı taraf sorumluluk talebinde bulunmuyorsa, çok fazla seçici olmaksızın cinsel ilişki kurabilirler.

4. Alsa bile çok az etkinlikten zevk alırlar. Başkalarının ısrarıyla bazı etkinliklere katılsalar bile çok keyif almazlar.

Bir yılbaşı akşamında ya da doğum günü partisinde herkes eğlenirken şizoidler keyif almazlar. Anlatılan fıkralara, yapılan esprilere ya da oynan bir oyuna içtenlikle katılmazlar.

5. Birinci derece akrabaları dışında yakın arkadaşları ve sırdaşları yoktur.

Aile üyeleri ile çok yakın olmadıkları gibi, yakın arkadaşları ve dostları olmaz. Sosyal aktivitelere katılmaz, okul ya da iş yerinde arkadaş edinmezler.

6. Başkalarının övgü ve eleştirilerine karşı ilgisizdirler.

Haklarında söylenen iyi ya da kötü şeylere karşı ilgisizdirler. Övgüleri de, eleştirileri de benzer bir kayıtsızlıkla karşılarlar.

7. Duygusal soğukluk, kopukluk ya da tek düze bir duygulanım gösterirler.

Çok güldükleri, neşelendikleri ya da çok üzgün veya kızgın oldukları görülmez. Şiddetli duygusal tepkiler göstermezler. Birçok olaya karşı ilgisiz gibidirler. Konuşurken ya da insanlarla bir aradayken de, güçlü bir duygusal tepki göstermezler. Her zaman tek düze ve yüzeysel bir duygulanımları vardır.

### Şizotipal kişilik bozukluğu

Temel özelliği, yakın ilişkilerde birdenbire rahatsızlık duyma ve yakın ilişkilere girebilme becerisinde azalma ile belirli, toplumsal ve kişiler arası yetersizliklerin yanı sıra, bilişsel ya da algısal çarpıklıkların ve alışlagelenin dışında davranışlardır. Genel popülasyonda görülme sıklığı %3'tür.

1. Referans fikirleri vardır. Kendisiyle hiç ilgisi olmayan olaylardan kendisiyle ilgili anlamlar çıkarır.

Çeşitli iddialarını, bu tür yorumlarla desteklerler. Diyelim, cinlerin kendisiyle temas halinde olduğu iddiasında iseler, tanımadığı bir insan kendisine baktığında, bunu cinlerin yaptırmış olabileceğini düşünürler. Rakamlardan, harflerden anlamlar çıkarır, bunları kendileri ile ya da inandıkları şeylerle ilgili delillermiş gibi yorumlarlar.

2. Davranışları etkileyen ve kültürel değerlerle uyumlu olmayan, acayip inanışları ya da büyüsel düşünceleri vardır.

Telepati, altıncı his, büyü, nazar gibi birçok batıl inanca sahiptirler. Bazısı, çeşitli olayları uzaylıların, dünya ile iletişim halinde olduğu biçiminde yorumlar. Fallara, burçlara inanır, yaşamlarını bunlara göre yönlendirirler. Şizotipallerin zeki ve becerikli olanları genellikle, medyumluk, tarotçuluk, falcılık ya da UFO dernekleri gibi işlerle uğraşırken; entelektüel kapasitesi sınırlı olanları ise genellikle bunların peşinde dolaşır. Fal baktırmadan karar alamayan ya da yaşamında bir değişiklik yapmayıp falcılardan, büyücülerden medet uman insanların çoğu şizotipal kişilik bozukluğu vakalarıdır. Dünyayı ve olayları hep gerçek dışı varlıkların etkileriyle açıklar ve bunlara ilişkin önlemler alırlar.

3. Olağan dışı algısal yaşantıları, bunlar arasında da bedensel ilüzyonları vardır.

Halüsinasyona yakın, algı bozuklukları gösterirler. Bir varlığın kendisini izlediği, ölmüş annesinin ruhunu hissettiği, yüzünün değişmekte olduğu gibi, algı bozuklukları gösterirler. Olayları yanlış yorumlamaları yanında, bu algı bozuklukları da inandıkları şeylerin gerçek olduğuna dair inançlarını kuvvetlendirir. Psikotik bir hezeyan boyutunda olmasa bile, bu inanışların aksine ikna edilmeleri oldukça zordur. Çünkü hemen her şeyi, bu gerçek dışı düşüncelerinin kanıtları olarak yorumlarlar.

4. Acayip düşünüş biçimi ve konuşma gösterirler (çevresel, mecazi, aşırı ayrıntılı, basmakalıp).

Çevresel konuşma, sorulara yanıt vermeyip çok uzaktan bağlantılı başka bir şey konuşmaktır. Mecazi konuşma, sorulan sorulara doğrudan yanıt vermeyip, bir hikmet, gizli bir anlam içeriyormuş izlenimi uyandıran, dolaylı konuşmalara denir. Aşırı ayrıntılı konuşma, konunun esasını anlatmayıp, konuşma boyunca bir sürü ayrıntı içinde dağınık bir konuşma biçimidir. Basmakalıp konuşmada ise, hasta sorulara kişisel fikrini söylemek yerine genel geçer basmakalıp fikirlerle yanıt verir. Bu tür konuşma, gerçeklerle yüzleşmeme ve inkarı pekiştirmeye hizmet eder. Bir süre sonra, karşısındaki bu konuşma biçiminden yorulur ve dinlememeye başlar. Böylelikle, aslında açıkça ifade etmediği düşüncelerinin, kabul gördüğünü düşünmeye başlarlar.

5. Kuşkuculukları ya da paranoid düşünceleri vardır.

Şizotipaller, paranoid kişilik bozukluğu vakalarının kimi özelliklerini de gösterirler. En az bir paranoid kişilik bozukluğu özelliği göstermelerine sık rastlanır.

6. Uygunsuz ya da kısıtlı duygulanımları vardır.

Duygulanımlarında kısıtlılık ve yüzeysellik dikkati çeker. Zaman zaman da gülünmeyecek bir şeye gülme, gülünecek bir şeye ağlama, durduk yerde öf-

kelenme gibi, durumla uygun olmayan duygulanım gösterirler. İsmi sorduğunuzda gülme krizine yakanabilir ya da masum bir soruya aniden hiddetle yanıt verebilirler.

7. Acayip, alışılmışın dışında ya da çok kendine özel davranış ya da görünümüne sahiptirler.

Kılık kıyafetleri, saçları, dış görünüşleri alışılmışın dışında özellikler gösterir. İnsanlar kendilerini nasıl algılıyorlarsa ya da nasıl algılanmak istiyorlarsa, ona göre bir dış görünüm benimserler. Bir insanın dış görünüşüne baktığımızda, nasıl bir sosyo-kültürel gruba ait olduğunu, kendisini nasıl algıladığını az çok kestirebiliriz. Dindar biri, iş adamı, metalci, modern genç bir kız, kenar mahallelerden biri gibi tahminler yapabiliriz. Şizotipaller bu bakımdan bir şeye benzemezlikleri ile dikkat çekerler. Diyelim, bir yandan dindar biri gibi konuşur, sürekli dinden, Kur'an'dan bahseder, ama öte yandan, jöleli uzun saçları, kolyeleri vardır. Bazen de gizemli, mistik bir hava veren, alışılmadık özel kıyafetler diktirirler. Yaz günü palto, kış günü gömlekle dolaşabilirler. Bazen de, üste klasik bir kıyafet, alta şalvar ya da eşofmanımı bir şey gibi tuhaf eşlemeler yaparlar.

8. Birinci derecede akrabalar dışında yakın arkadaşları ya da sırdaşları yoktur.

Bu şizoidlerde de görülen bir özelliktir. Ancak şizoidler başkalarıyla bir aradayken yoğun bir sıkıntı ve huzursuzluk hissetmezler, daha çok aldırma duyguları ön plandadır. Oysa şizotipaller yakınlıktan bir süre sonra huzursuz olurlar.

9. Yakından tanımakla azalmayan, aşırı toplumsal anksiyete; kendisi hakkında olumsuz yargılardan çok, paranoid korkular bu bozukluğa eşlik etme eğilimi taşır.

Sosyal ortamlarda, başkalarından tehdit ya da tehlike geleceğine ilişkin korkuları dolayısıyla, rahatsız ve tedirgin olurlar. Sürekli birilerinden sözel ya da fiziksel saldırı geleceği ihtimaline karşı tetikte dururlar, rahat ve doğal olamazlar. Bunlardan dolayı, kalabalık, sosyal faaliyetlerden mümkün olduğunca kaçınırlar.

## B Kümesi Kişilik Bozuklukları

### Antisosyal kişilik bozukluğu

15 yaşından beri devam eden bir biçimde, başkalarının haklarını saymama ve başkalarının haklarına tecavüz etme davranışları gösterirler. Genel popülasyonda erkeklerde %3, kadınlarda %1 oranında görülür.

1. Tutuklanmaları için zemin hazırlayan eylemlerde tekrar tekrar bulunur, yasalara ve toplumsal davranış biçimlerine ayak uyduramaz ve saygı göstermezler.

Sıklıkla suç işler ve tutuklanırlar. Hırsızlık, yan kesicilik, tetikçilik, çek-senet tahsilatı, haraç alma, gasp, uyuşturucu ticareti, çıkar amaçlı çete kurma gibi suçları tekrar tekrar işleyen kişilerin önemli bir bölümü, antisosyaldir. Ancak daha zeki ve yetenekli kimi

antisosyaller böyle adi suçlar yerine, daha nitelikli suçlar işleyebilir, hatta kimi zaman ceza almamayı da başarabilirler. Politikacılar, kamu görevlileri, banka hortumlayanlar arasında da antisosyaller olabilmektedir.

2. Sürekli yalan söyleme, takma isimler kullanma ya da kişisel çıkarı, zevki için başkalarını aldatma ile belirli dürüst olmayan tutumlar gösterirler.

İnsanları kandırmaktan ve işletmekten zevk alırlar. Eğlenmek için yalan söylerler, uydurma hikayeler, anılar anlatırlar. Takma isimler kullanır ya da kendilerini başka biri gibi tanıtır. Yalan söylemek konusunda mahirdirler, çok kolay ve hiç utanmaksızın rahatlıkla yalan söyleyebilirler. Yalanları ortaya çıktığında da sıkılmaz ya da mahcubiyet duymazlar. Başka yalanlarla, yalanlarını gizlemeye çalışır ya da yalanlarını gerekçelendirmeye çalışırlar.

3. Dürtüsel olurlar ve gelecek için tasarılar yapmazlar.

Canlarının istediğini, istedikleri zaman yapmak isterler. Güçlü ve nüfuzlu olmak ya da intikam dışında, uzun vadeli amaçları olmaz. İdealleri yoktur. Anlık hevesler peşinde koşmaktan, kendileri için zararlı olsa da, içlerinden geleni yapmaktan geri duramazlar.

4. Yineleyen kavga, dövüşler ya da saldırılarla belirli olmak üzere, sinirlilik ve saldırganlık gösterirler.

Çok kolay sinirlenir ve çabuk kavga başlatırlar. Özellikle, küçük görülme ya da istediklerini elde edememe, kontrolden çıkmalarına neden olabilir. Trafikte ya da sokakta küçük bir olaydan, tanımadığı birilerini yaralayan ya da öldürenlerin çoğu antisosyaldir.

5. Kendisinin ya da başkalarının güvenliği konusunda umursamazlık gösterirler.

Tehlikeli araba kullanmaktan ya da tehlikeli sonuçlar doğurabilecek başka faaliyetlerde bulunmaktan çekinmezler.

6. Bir işi sürekli götürememe ya da mali yükümlülüklerini tekrar tekrar yerine getirmeme ile belirli olmak üzere, sürekli bir sorumsuzluk gösterirler.

Borç alır ödemezler, taksitle alışveriş yapar, taksitleri ödemezler; kiralarını, elektrik paralarını, faturalarını ödemezler. Sosyal rollerini yerine getirmezler. Çocukları ve eşleriyle ilgilenmez, onların bakımını ihmal ederler. Çocuğu hasta olduğu halde doktora götürmeyip, elindeki parayı içkiye, kumara harcayabilirler. Hemen her konuda, öncelikle kendilerini düşünür, yakınları da olsa, başkalarının sorunlarına karşı duyarlılık gösteremezler. İnsanlardan yardım ve ilgi bekler, ama kimseye yardım etmezler.

7. Başkasına zarar vermiş, kötü davranmış ya da başkasından bir şey çalmış olmasına karşın, ilgisiz olma ya da yaptıklarına kendince mantıklı açıklamalar getirme ile belirli olmak üzere, vicdan azabı çekmezler.

Yaptıkları hiçbir kötülük için vicdan azabı çekmez, her durumda kendilerini haklı görmeyi başarırlar.

Araba çalarken yakalanan biri, öfkeyle kapıyı kilitlediği için, asıl suçlunun, arabanın sahibi olduğunu söylemekteydi.

### Sınırdaki kişilik bozukluğu

Temel özellikleri, insanlar arası ilişkilerde, kimlik duygusunda ve duygulanımda tutarsızlıklar ile itkilerini kontrol etmekte zorluk çekmeleridir. Toplumda görülme sıklığı %2-3 iken psikiyatri kliniklerindeki kişilik bozukluğu vakalarının %30-60'ını oluştururlar. Kadınlarda, erkeklerden 3 kat daha fazla görülür.

1. Gerçek ya da hayali bir terk edilmekten kaçınmak için çılgınca çabalar gösterirler.

Terk edilme korkusu içinde yaşarlar. Sevgili veya eşlerinin ya da yakın arkadaşlarının kendilerini terk edeceğinden korkarlar ve terk edilmemek için, intihar tehditleri ya da girişimleri de dahil olmak üzere, çılgınca çabalar gösterirler. Suçluluk uyandırmak, duyguyu sömürsü yapmak ya da borçlu bırakmak gibi yollarla insanları kontrol altında tutmaya çalışırlar.

2. Gözünde aşırı büyütme ve yerin dibine sokma uçları arasında gidip gelen, gergin ve tutarsız kişiler arası ilişkilere sahiptirler.

Kendilerine iyi ve yakın davranan insanları çok çabuk yüceltir, çok çabuk yakınlaşırlar, ancak bir hayal kırıklığını takiben de çok uzaklaşırlar ve öfke duyarlar. Bazen bir ayrılma ya da öfke dönemini, yeniden aynı kişiyi yüceltme alabilirse de, genellikle çabuk uzaklaşma eğilimleri yüzünden sık arkadaş ve sevgili değiştirirler.

3. Kimlik karmaşası olarak tanımlanan belirgin olarak ve sürekli bir biçimde tutarsız benlik algısı ya da kendilik duygusu vardır.

Nasıl biri oldukları, nelerden hoşlandıkları, neleri önemsedikleri, gelecekle ilgili tasarımları, nasıl kişilerle arkadaş olmak istedikleri, nasıl yaşamak istedikleri konularındaki duygu ve düşünceleri sık ve kolaylıkla değişir. Çok kısa zamanlarda bir biriyle zıt arzu, istek, inanç ve düşüncelere sahip olabilirler.

4. Kendine zarar verme olasılığı yüksek, en az iki alanda, dürtüsellik (örn. para harcama, cinsellik, madde kötüye kullanımı, pervasızca araba kullanmak, tükürmesine yemek yemek) gösterirler.

Hızlı araba kullanma, rastgele ve ödeme zorluğu çekecekleri halde alışveriş yapma, rastgele, riskli olabilecek cinsel ilişkiler kurma, yemek yeme ya da içki içmeyi denetleyememe, kumar oynama, alkol veya madde kullanma gibi, çeşitli alanlarda denetimsiz, dürtüsel davranışlar gösterirler.

5. Yineleyen, intiharla ilgili davranışlar, girişimler, göz korkutmalar ya da kendine kıyım davranışı gösterirler.

Jiletle kollarını, göğsünü kesmek, üzerinde sigara söndürmek gibi çeşitli yollarla kendilerine fiziksel zararlar verirler. Bu davranışlar çoğunlukla yoğun

can sıkıntısı, şiddetlenen ve baş edilemeyen boşluk duygusuna karşı yapılır. Öte yandan, başkalarının istediği gibi davranmasını sağlamak, ya da kendisini üzmüş oldukları için cezalandırmak amacıyla da kendine zarar verme, intihar etmekle tehdit etme ya da intihar girişiminde bulunma, sık görülür.

6. Duygudurumda belirgin bir tepkiselliğin olmasına bağlı, duygulanımda kararsızlık (afektif instabilite) vardır.

Küçük olaylara bağlı olarak duygulanımları dramatik değişimler gösterir. Aniden büyük bir çöküntüye, yoğun bir sıkıntıya girebilir ya da öfkeye kapılabilirler. Çoğunlukla duygularını iyi tanımlayamaz ve kendilerini neyin böyle hissettirdiğinin farkında olmazlar. Sıklıkla öfke ve sıkıntıyı bir arada yaşarlar ve böylesi durumlarda kendilerine veya başkalarına zarar verici davranışlar gösterirler.

7. Kendilerini sürekli olarak boşlukta hissederler.

Kimlik bütünlüğünün, uzun süreli amaçların olmasına bağlı bu durum, özellikle kendilerini iyi hissettirebilecek kişi ve ortamların yokluğunda belirgin hale gelir.

8. Uygunsuz, yoğun öfke duyarlar ya da öfkelerini kontrol altında tutamazlar.

Başka dürtülerini olduğu gibi, öfkelerini de kontrol etmekte güçlük çekerler. Öfke ile kaplanmış ego yıkıcı, zarar verici davranışları kontrol edip, engelleyemez.

9. Stresle ilişkili, gelip geçici paranoid düşünce ya da ağır disosiyatif belirtiler gösterirler.

Özellikle terk edilme, nesne kaybı ya da dışlandıklarını hissettikleri durumlarda stresle ortaya çıkan, genellikle kendisine kötülük yapılacağı ya da düşmanlık yapıldığına ilişkin sanrılar ile disosiyatif belirtiler söz konusu olabilir. Bu belirtiler, nedenin anlaşılmasının sağlanması ya da kısa süreli, düşük doz ilaç uygulamasıyla düzelir.

### Histriyonik Kişilik Bozukluğu

Histriyonik kişilik bozukluğunun temel özelliği, bu kişilerin hemen her alanda aşırı duygusallık ve ilgilenilme arayışı içinde olmalarıdır. Genel popülasyonda görülme sıklığı %2-3, psikiyatri kliniklerinde ise: %10-15'tir.

1. İlgi odağı olmadıkları durumlarda rahatsız olurlar.

Sürekli ilgiyi üzerlerine çekmek isterler. İlgisizliğe tahammül edemediklerinden, ilgiyi üzerlerine çekmek için her yolu kullanırlar. Tanıdıklarının olduğu ortamlarda, sürekli konuşarak, bir şeyler anlatarak bunu yapmaya çalışırlar, ama mesela, otobüs, vapur gibi yerlerde bu imkanı bulamadıkları zaman, bir şekilde gürültü çıkararak ya da yanlarındaki kişiyle yüksek sesle konuşarak, kahkahalar atarak herkesin kendisine bakmasını sağlamaya çalışırlar. İlgisiz kalamadıklarından, tanımadıkları insanlarla tanışıp, onun kendisiyle ilgilenmesinin bir yolunu bulmaya çalışırlar.

2. Başkalarıyla olan etkileşimleri çoğu zaman uygunsuz biçimde cinsel yönden ayartıcı ya da baştan çıkarıcı davranışlarla belirlidir.

Sürekli birileriyle flört ederler. İlgî çekmek ve başkalarının kendisiyle ilgilenmesini sağlamanın en kolay yollarından biri olduğu için, seçicilik ya da beğenip beğenmediklerine aldurmaksızın, hemen herkesle flört ederler. Histriyonik kişilik bozukluğu vakalarının tedavi başvuruları genellikle evlilik ya da ilişkilerindeki bu özelliklerinden kaynaklanan sorunlar dolayısıyla olur. Mesela, evli ya da ciddi bir ilişkisi olmasına karşın, eşi ya da sevgilisi yanında olmadığı zaman birinin kendisiyle ilgilenmesini sağlamak için, kısa süreli ve rastgele ilişki kurarlar. Hatta rastgele cinsel ilişkiye geçerler. Bu herkesle flört etme ve cinsel yakınlık kurma davranışlarının, cinsel arzuları ile bir ilgisi yoktur. Çoğunda, uyarılma ve orgazm sorunları başta olmak üzere, cinsel işlev bozukluğu görülür. Cinsel yakınlık, onlar için sadece, ilgi ve şefkat görme gereksinimleri için ödedikleri bir bedeldir.

3. Hızlı değişen ve yüzeysel kalan duygular sergilerler.

Duyguları çok kolay değişir. Gülerken ağlayabilir ya da ağlarken gülmeye başlayabilirler.

4. İlgiyi üzerine çekmek için sürekli olarak fiziksel görünümelerini kullanırlar.

Renkli, dikkati çeken, dekoltesi ya da yırtmacı çok açık kıyafetler giyerler. Her zaman bakımlı olmaya özen gösterir, saçları hep yapılmış dolaşırlar, büyük parlak aksesuarlar takar, renkli dikkat çeken makyajlar yaparlar. Günün önemli bir bölümünü fiziksel görünümeleri ve bakımları ile ilgili olarak geçirirler.

5. Aşırı bir düzeyde, başkalarını etkilemeye yönelik ve ayrıntıdan yoksun bir konuşma biçimleri vardır.

Başkalarına bir şey sorduklarında bile kendileriyle ilgili bir şey anlatmaya giriş yapıyorlardır. Konuşmalarındaki yüzeysellik ve içerik fakirliği, dikkati çeker. Anlattıkları şeyler bilgi içermekten çok, ilgi çekmeye yöneliktir. Şuh, buğulu bir sesle yüzeysel şeylerden ve ehemmiyetsiz olaylardan nasıl etkilendiklerini anlatırlar. Derinliğine bir bakışları olmadığı için, şeyler ya da olaylarla ilgili olarak ya “çok kötü” ya da “mükemmel ve şahane” biçiminde yorumlar yaparlar.

6. Gösteriş yapar, yapmacık davranır ve duygularını aşırı bir abartma ile gösterirler.

Küçük olaylara bile aşırı abartılı duygusal tepkiler verirler. Beş dakika önce görüştüğü birine yeniden rastladığında, kırk yıldır görmüyormuş gibi davranabilir ya da küçük bir sorununu anlatan birine, kanser olduğunu haber vermiş gibi tepki gösterebilirler. Ancak bu aşırı tepkileri, daha önce anlatıldığı gibi çok kısa sürelidir ve hemen geçer.

7. Telkine yatkındırlar, başkalarından ya da olaylardan kolay etkilenirler.

Kim nereye çekerse o tarafa gidebilirler. Herhangi bir şey alacakları zaman birçok kişinin fikrini sorar ve

herkes başka bir şey dediği zaman da ne yapacaklarını şaşırırlar, çünkü herkesin dediğini yapmak isterler. Aslında bu şekilde danışma gereksinimi duymaları, ne istediklerine karar verememiş olmalarından çok, insanlarla ilişki içinde olmayı ve onların ilgisini üzerine çekme amacına yöneliktir. Dolayısıyla da, onların beğeni ve ilgisinin sürememe endişesi ile de, her fikir söyleyenin dediğini yaparak onları memnun etmek isterler.

8. İlişkilerinin olduğundan daha yakın olması gerektiğini düşünürler.

İlişkilerindeki yakınlık ve ilgiden hiçbir zaman tatmin olmazlar, hep daha çok ilgi ve yakınlık gereksinimi içinde açlık çekerler.

### Narsisistik kişilik bozukluğu

Temel özelliği, davranış veya fantezide büyüklencilik, kendisine hayranlık duyulması ihtiyacı ve başkalarının duygularını anlamadaki yetersizliktir. Genel popülasyonda görülme sıklığı %2-6'dır.

Narsisistiklerin genellikle kendilerini fazla seven ve kendilerine fazla güvenen kişiler olduğu zannedilir. Oysa, gerçek durum bunun tam tersidir. Narsisistik, bir şey yapmaksızın kendini sevemediği ve kendisine saygı duymadığı için, kendisini sevebilmek ve saygı duyabilmek adına, durmadan bir şeyler yapma ihtiyacı duyar.

Mental aktivite, kendilik tasarımının yapısal bütünlüğünü, zamandaki sürekliliğini ve olumlu duygusal renklenmesini ayakta tutmaya yönelik olduğu ölçüde narsisistiktir.<sup>5</sup> Özetle, kendilik saygısını kazanmaya ve sürdürmeye yönelik etkinlikleri, narsisistik olarak nite ederiz. Bu tür etkinliklere duyulan ihtiyacın zorunluluğu ve sıklığı oranında da, narsisistik patolojinin ağırlığından söz edebiliriz.

1. Kendilerinin çok önemli olduğu duygusunu taşırlar (örneğin; başarılarını ve yeteneklerini abartır, yeterli bir başarı göstermeksizin üstün biri olarak bilinmeyi beklerler).

Nemli ve özel biri olduklarına kendilerini inandırabilmek için, başkalarının da öyle düşünmesini sağlamaya çalışırlar. İlk randevusuna gelen bir hastam, kapıdan girer girmez “iki tane Porsche’um var.” demişti. Bir şey söylememe fırsat vermeden, tanınmış bir mankenin ismini vererek “iki sene çıktım” dedi. Daha sonra, ne kadar değerli bir kılıç koleksiyonu olduğundan, hangi tanınmış kimselerle arkadaşlık ettiğinden bahsetti. Oysa daha, ne kimliğine ilişkin, ne de niçin geldiğine ilişkin, hiçbir şey söylememişti. Neden sonra, niçin geldiğini sordum, üzerinde durmaya değmeyecek bir edayla, “başım ağrıyor sadece” dedi. Bir üniversitede master öğrencisi olmasına karşın, ne iş yaptığını sorduğumda, öğretim üyesi olduğunu söyledi. Tüm çabası ve yaptıkları, kendisini önemsemem içindi. Bana ne kadar önemli bir insan olduğunu anlatmaya çalışıyordu. Karşısındakini ne kadar etkileyebilirse, kendisini de değersiz biri olduğuna inandırabilir.

2. Sınırsız başarı, güç, zeka, güzellik ya da kusursuz sevgi düşlemleri üzerine kafa yorurlar.

Başkalarını etkileyerek kendilerini değerli hissetme çabaları, insanların yokluğunda, yerini fantezilere bırakır. Dışarıdan gelecek olumlu yansımalar yoksa, bunun yerini hayaller alır. Bütün insanları etkileyecek, herkesin hayranlığını kazanacak ve çok tanınmış, tapılan bir insan olmalarını sağlayacak şeyler yaptıkları, çeşitli hayaller kururlar. Kendilerini Nobel ödülü almış, konuşma yaparken, dünyanın en zeki, en yakışıklı insanı seçilmiş, bütün dünyayı kurtaracak bir kahramanlığı gerçekleştirmiş olarak hayal ederler. Bu hayallere, geçmiş gibi inanır ve kendilerini değersiz hissetmekten kurtulurlar.

3. Özel ve eşi bulunmaz biri olduklarına ve ancak başka özel ya da toplumsal durumu üstün kişilerin (ya da kurumların) kendisini anlayabileceğine ya da ancak onlarla arkadaşlık etmesi gerektiğine inanırlar.

4. Çok beğenilmek isterler.

Ancak başkalarının kendilerini beğendiklerini hissettiklerinde kendilerine saygı duyabildiklerinden dolayı, sürekli başkalarının beğenisini kazanmak için çabalarlar. Hiçbir şeyle gerçek anlamda ilgilenmez, daha çok beğenilebilmek için çok farklı etkinliklerle meşgul olurlar. Başkalarına göstermek için, her konuda bilgi sahibi olmak isterler.

5. Hak kazandığı duygusu vardır: Kendisinin, özellikle kayınlacak olduğu bir tedavi biçiminin uygulanacağı beklentileri ya da bu beklentilere göre uyum gösterme.

Birileri işlerini daha kolay yollardan hallediyorken, kuyruklarda beklemek, özel muamele görmemek, kendilerini değersiz hissettirdiğinden, kayınlacakları bir yaklaşım ve tedavi beklerler. Özel ya da ayrıcalıklı davranılmasını sağlamak için çaba gösterirler, beklentileri karşılanmadığında da öfkelenir ya da kendisine özel muamele yapmayan kişileri aşağılarlar.

6. Kişiler arası ilişkileri kendi çıkarları için kullanır; kendi amaçlarına ulaşmak için başkalarının zayıf yanlarını kullanırlar.

En başta kendisini iyi hissettirecek şekilde davranmalarını sağlamak üzere, ilişkide buldukları insanları kendi gereksinimleri ve amaçları doğrultusunda kullanırlar. İlişkide buldukları insanlar, bu gereksinimleri karşılamamaya başlar veya onlara gereksinimi kalmazsa uzaklaşır, başka insanlar bulurlar.

7. Empati yapamazlar: Başkalarının duygularını ve gereksinimlerini tanıyıp, tanımlama konusunda isteksizdirler.

İnsan ilişkilerindeki en büyük zorluklarından biri empati yapma yeteneklerinin olmayışıdır. Kişiler arası ilişkilerinde benmerkezci, kendilerine dönük ve başkalarını sömürücüdürler. En büyük, eşsiz olmaları ile başkalarının ilgisine, sevgisine ve hayranlığına bağımlılıkları, çelişkili bir görünüm verir.<sup>6</sup>

Eşsiz oldukları inancı, başkalarına yakınlaşabilme, onlarla özdeşleşebilme, onlarla eşduyum yapabileme yetilerini ketler. İlişkide buldukları nesnelere bir tür ulaşılmazlık hissini oluştururlar. Onların sorunlarıyla, dertleriyle, gereksinimleri ile ilgilenmezler. İlişkide buldukları insanların sadece kendisine karşı ne hissettiğine ilişkin duyguları ile ilgilenirler.<sup>6</sup>

8. Çoğu zaman başkalarını kıskanır ve başkalarının da kendisini kıskandığına inanırlar.

Bilinçli ya da bilinçsiz haset, dikkati çekecek kadar ön plandadır. Başka birinin iyi ve başarılı olması, kendi yetersizlik duygularını tetiklediği için rahatsızlık yaratır. Biri hakkında iyi bir şey söylendiğinde kendisini huzursuz hissederler. Buradaki korku, geride kalma, unutulma ve önemini yitirme korkusudur. Acilen, övülen, takdir edilen kişilerin küçümsenmesi çabasına girişirler. Çeşitli fırsatlarla, söz konusu kişilerin açıklarını yakalamaya ve teşhir etmeye çabalarlar.

9. Küstah, kendini beğenmiş davranış ve tutumlar sergiler.

Kibir, uzaklık, soğukluk narsistik yaralanmalara karşı bir savunma olarak, sık görülen bir durumdur.<sup>7</sup> Başkalarından gelecek eleştirilere karşı bir savunma olarak, başkalarının fikirlerini önemsemediklerini baştan belli ederler. Eleştirilebilecekleri durumlarda kibirli ve uzak davranırlar.

## C Kümesi Kişilik Bozuklukları

### Çekingen kişilik bozukluğu

Temel özellikleri, yetersizlik duyguları ve olumsuz değerlendirilmeye aşırı duyarlılık ile sosyal ketlenmedir. Genel popülasyonda %0,5-1 arasında, psikiyatri kliniklerinde %10 oranında görülür.

1. Eleştirilecek, beğenilmeyecek ya da dışlanacak olma korkusuyla çok fazla kişiler arası ilişki gerektiren mesleki etkinliklerden kaçınırlar.

İnsanlarla ilişki içinde olmalarını gerektirecek mesleklerden veya pozisyonlardan kaçınırlar, daha çok insan ilişkisi gerektireceği için, mesleğinde yükselmekten bile kaçınabilirler.

2. Sevildiklerinden emin olmadıkça insanlarla ilişkiye girmek istemezler.

Kendiliklerinden ilişki kuramaz ve girişimde bulunmazlar. Başkalarından gelen yaklaşımlarda da, gerçekten istediklerinden ya da sevildiklerinden emin olmak isterler. Israr edilmedikçe bir davete katılmaz, ayrıca orada bulunacak herkesin kendisini isteyip istemediğini bilmek isterler.

3. Mahcup olacakları ya da alay konusu olacakları korkusuyla yakın ilişkilerde tutukluk gösterirler.

İnsanlarla bir aradayken ya da yakın biriyle birlikteyken bile, söyleyecekleri ya da davranışları küçümsenme ya da alay konusu olabilir, beğenilmez diye, çekingen ve tutuk olurlar. Doğal ve kendiliğinden



davranamaz her şeyin uygun karşılıp karşılama-  
yacağını hesap ederler.

4. Toplumsal durumlarda eleştirilecekleri ya da dışlanacakları üzerine kafa yorurlar.

Olası bir sosyal etkinliğe katılacakları zaman ya da böyle bir durum olmaksızın, insanlar arasında ne tür hatalar yapacakları, nasıl dışlanacakları ve istenmeyeceklerine ilişkin hayaller kururlar.

5. Yetersizlik duyguları yüzünden, yeni kişilerle aynı ortamda buldukları durumlarda ketlenirler.

Özellikle yeni tanıştığı kişilerin kendisini beğenmeyeceğinden ya da küçümseyeceğinden endişe ettiklerinden, rahat ve doğal davranamazlar.

6. Kendilerini toplumsal yönden beceriksiz, kişisel olarak albenisi olmayan biri olarak ya da başkalarından aşağı görürler.

Kendilerini beğenmez ve başkalarından aşağı görürler. Kendilerini sıkıcı, başkalarının arkadaşlık ya da yakınlık yapmak istemeyeceği biri olarak değerlendirirler. Bu yüzden insanlar arası ilişkilerde tutuk davranırlar ve zamanla da, çok önemsenmeyeceklerine ilişkin kehanetlerinin gerçekleşmesini sağlamış olurlar.

7. Mahcup olabileceklerinden ötürü kişisel girişimlerde bulunmak ya da yeni etkinliklere katılmak istemezler.

Nasılsa sonunda mahcup duruma düşecekleri endişeleri yüzünden, insanlarla tanışmak, toplumsal etkinliklere katılmak ve insanlarla birlikte olmak için bir çaba harcamazlar.

### **Bağımlı kişilik bozukluğu**

Temel özelliği, uysal ve yapışkan davranışa ve ayrılma korkusuna yol açacak biçimde aşırı bir kendisine bakılma gereksiniminin olmasıdır. Ruh sağlığı kliniklerinde en sık karşılaşılan kişilik bozukluğudur. Ancak çoğunlukla, bağımlı kişilik bozukluğu nedeniyle değil, başka birinci eksen sorunları için başvururlar.

1. Başkalarından bol miktarda öğüt ve destek almazlarsa gündelik kararlarını vermekte güçlük çekerler.

Günlük olaylarda bile başkalarına danışma gereksinimi duyarlar. Şunu mu giysem bunu mu, oraya mı gitsem buraya mı gibi, herhangi bir ehemmiyeti olmayan konuları bile başkalarına sorarlar. Bağımlıların sürekli danışma gereksinimi hissetmeleri, başkalarının ilgi ve desteğine ihtiyaç duymalarından kaynaklanır. Başkalarının ilgi ve desteğine ihtiyaç duyduklarında, kendi başlarına yapamıyorlarmış gibi düşünmek isterler.

2. Yaşamlarının çoğu önemli alanında sorumluluk almak için başkalarına gereksinim duyarlar.

Kendi hatalarıyla yüzleşmek ve hayatlarının sorumluluklarını tek başlarına almak istemediklerinden, önemli kararlarına, hep başkalarını dahil etmek ister-

ler. Üniversite tercihlerini, iş kararlarını, evlenme ya da boşanma kararlarını, nerede oturacaklarını, nasıl bir yaşam seçeceklerini başkalarına danışmadan karar veremezler.

3. Desteğini yitireceği ya da kabul görmeyeceği korkusuyla, başkalarıyla aynı görüşü paylaşmadığını söylemekte zorluk çekerler.

Kimseyle aralarının bozulma ihtimaline tahammül edemezler, herkesle iyi geçinme ve desteklerini yitirmeme arzusuyla, her şeye uyumlu davranır, bir şeye itiraz edemezler. Hayır diyemezler. Kendilerini sıkıntıya sokacak olsa bile, başkalarının işlerine yardım ederler ya da paralarını verirler.

4. Doğru yapıp yapmadıklarına ya da yeteneklerine ilişkin korkularından ötürü, tasarıları başlatma ya da kendi başlarına iş yapma zorlukları vardır.

Bir şeye başlamak ve inisiyatif gösterebilmek için başkalarından destek isterler. Bağımsızlık korkuları vardır. Bağımsızlığını ve bireyselliklerini kazandıklarında, başkalarının desteğini kaybedeceklerinden korktuklarından, bağımsızlık yönünde adım atmak konusunda çok dirençli davranırlar.

5. Başkalarının bakım ve desteğini sağlamak için, hoş olmayan şeyleri yapmayı isteyecek kadar, aşırıya giderler.

İnsanların kendisinden memnuniyetini, dolayısıyla da desteğini sağlamak için, aşağılayıcı işleri bile üstlenebilir, insanlara çeşitli hizmetler sunabilirler.

6. Kendilerine bakamayacaklarına ilişkin aşırı korkuları nedeniyle, tek başına kaldıklarında kendilerini rahat-sız ya da çaresiz hissederler.

Aile üyelerini, anne, babalarını kaybettiğinde tek başına kalamayacağı ve hayatla başa çıkamayacağı konusunda sık sık korkulara düşerler.

7. Yakın bir ilişkileri sonlandığında, bakım ve destek kaynağı olarak derhal başka bir ilişki arayışı içine girerler.

Bağımlı oldukları insanlara ne kadar düşkün ve onlarsız yapamıyor görünseler dahi, böyle bir ilişki sonlandığında yeniden bağlanacakları birini ararlar.

8. Kendi kendine bakma durumunda bırakılacağı korkuları üzerine, gerçekçi olmayan bir biçimde kafa yorurlar.

Başkalarının ilgi ve desteğine ihtiyacı olduğunu düşünebilmek için, sürekli, hayatla tek başına başa çıkamayacağı duygusuna gereksinim duyarlar.

### **Obsesif-kompulsif kişilik bozukluğu**

Temel özelliği, düzenlilik, mükemmeliyetçilik, zihinsel ve kişiler arası ilişkilerde kontrollü olmak üzerine aşırı kafa yormaktır. Bu uğraşları dolayısıyla, esnek ve açık olamazlar ve verimlilikleri önemli ölçüde azalır. Genel popülasyonda %1, psikiyatri kliniklerinde %3-10 oranında rastlanır.

1. Yapılan etkinliğin asıl amacını unutturacak derecede ayrıntılar, kurallar, listeler, sıralama, organize etme ya da program yapma ile uğraşp dururlar.

Bir işe başlamak için uzun bir zaman o işi nasıl, hangi sırayla yapacaklarını kurgular, işe başladıktan sonra da, işin asıl amacından uzak ayrıntılarla uğraşırlar.

2. İşin bitirilmesini zorlaştıran bir mükemmeliyetçilik gösterirler (örneğin; kendisine özgü aşırı katı ölçütler karşılanmadığı için bir tasarımı tamamlayamazlar).

İşlerini bitiremez, ne kadar iyi yapsa da tatmin olamaz, tekrar tekrar kontrol etme isteği duyarlar. Söz gelimi ödevlerini zamanında bitiremezler. Her zaman bir eksik bulur, araştırmaları gereken bir şeylerin eksik kaldığı duygusunu taşır ya da yazısını beğenmez, yeni bir kurguyla tekrar tekrar yeniden yazarlar.

3. Boş zamanlarını değerlendirme etkinliklerinden arkadaşlıklarından yoksun kalacak derecede kendilerini işe ya da üretkenliğe adanlar (bu durum ekonomik gereksinimleri ile açıklanamaz).

İşkoltiktirler. Eğlence, ya da boş zamanlarında iş, ders veya yapılması gereken bir görev dışında bir şeyle meşgul olduklarında, huzursuz olurlar.

4. Ahlak, doğruluk ya da değerler gibi konularda vicdanının sesini aşırı dinler ve esneklik göstermezler (bu durum kültürel ya da dinsel özdeşim ile açıklanamaz).

Hem kendi, hem başkalarının davranışlarını sürekli ahlak ve doğruluk konusunda sorgularlar. Kurallara ya da değerlere uymadığını düşündüğü davranışlardan rahatsız olur, eleştirirler. Yollarda tanımadığı insanların kuyruğa girmemesi, toplu taşıma araçlarında yüksek sesle konuşması, trafik kurallarına uymaması gibi olaylar sinirlenmelerine ya da huzursuz olmalarına yol açar.

5. Özel bir değeri olmasa bile eskimiş ya da değersiz şeyleri elden çıkaramazlar.

Eski eşyalarını atamazlar. Bir gün lazım olur gerekçesiyle ya da elinden bir şey çıkarmada zorlandığı için her şeylerini saklarlar. Sinema, konser biletleri, eski okul defterleri, işe yaramayan eski ders kitapları, eskimiş kıyafetler gibi birçok şeyi saklarlar.

6. Başkaları, tam olarak kendisinin yaptığı gibi yapmayı kabul etmedikçe, görev dağılımı yapmak ya da başkalarıyla birlikte çalışmak istemezler.

İşlerin kendi bildikleri gibi yapılmasını beklerler. Her şeyin en doğru biçiminin belli olduğunu düşünürler, aksine davranışlardan rahatsız olurlar. Söz gelimi, bir salatanın nasıl yapılması gerektiğine ilişkin kendi inandıkları belli bir sıra ve kural vardır, başka türlü yapıldığında kendilerine yanlışmış gibi gelir. Dolayısıyla, başka türlü yapacaklar diye, işlerin ve sorumlulukların önemli bir bölümünü kendileri yaparlar.

7. Para harcama konusunda hem kendilerine hem de başkalarına karşı cimri davranırlar; para, gelecekte

ortaya çıkabilecek felaketler için biriktirilmesi gereken bir şey olarak görülür.

Gerekli şeyler için bile para harcamaktan rahatsız olurlar. Becerebilseler bütün paralarını biriktirmek isterler. Harcadıkları her kuruş güvenlik duygularını zedeler ve kısa sürede telafi etmek isterler.

## Etiyoloji

Kişilik bozukluklarının, çok çeşitli etkenlerin karşılıklı etkileşimleri ve bir araya gelmeleri ile geliştiği düşünülmektedir. Bunların başında, erken çocukluk yıllarındaki anne-baba ile ilişkiler, en önemli yeri tutuyor görünmektedir. Kişilik bozukluklarında temel problemin, kişinin kendisini ve diğerlerini algılamasındaki sorunlar olduğu söylenebilir. İnsan kendisine davranıldığı ve hissettirildiği bir biçimde kendisini tanıır ve kendi hakkındaki düşünceleri ve kendilik tasarımı oluşur. Sınırdaki kişilik örgütlenmesi vakalarında olumsuz ve kötü kendilik imgelerinin baskınlığı, kararlı ve bütünlüklü bir kendilik tasarımı gelişmesine engel oluyor görünmektedir. Nevrotik düzeydeki kişilik bozukluklarında ise kararlı ve bütünlüklü olsa da, kendilik ve nesne tasarımlarının sorunlu şekillenmesi ile psikoseksüel gelişim basamaklarına saplanma veya gerilemeler ön planda görünmektedir.

Özetle, kişilik bozukluğunun gelişiminde en önemli etken, erken çocukluk yıllarında, anne-baba ile ilişkilerde yaşanan olumsuzluklardır. Söz gelimi, bağımlı kişilik bozukluğu, çocuğuna fazla sorumluluk vermeyen, her şeye onun yerine kendisi karar veren ve yapan, kendileri de bağımlılık ihtiyaçları içinde olan annelerin, çocuklarında görülmektedir.

## Tedavi

Kişilik bozukluğu vakalarının tedavisi için başvuru oranları yüksek değildir. Özellikle ciddi sorunlara yol açan sınırdaki kişilik bozukluğu ve çekingen kişilik bozukluğu vakaları daha çok tedavi gereksinimi duyarlar; anti-sosyal kişilik bozukluğu vakaları, ancak bir suç işlediklerinde tedavi edilmek üzere yasal yollardan gönderildiklerinde ya da alacakları cezaları hafifletebilmek amacıyla kendiliklerinden başvururlar.

Kişilik bozukluklarının tedavisi, ortalama 4-6 yıl sürmektedir ve hepsi tam olarak tedavi olmasalar bile, olumlu sonuç alma oranı eskiden düşünülene göre oldukça yüksektir. Tedavide temel yöntem, uzun süreli bireysel terapi veya grup ve aile terapileridir. Uzun yıllar daha çok analitik, dinamik yönelimli tedaviler uygulanmaktayken, son yıllarda bilişsel davranışçı, diyalektik veya şema terapilerinin de yararlı olduğuna ilişkin yayınlar bulunmaktadır.

Terapilerin yanında, bu hastalarda sıklıkla ortaya çıkabilen, duygusal dalgalanmalar, depresif dönemler, yoğun anksiyete krizleri ya da kısa süreli psikotik belirtilere karşı ilaç kullanılmaktadır. Duygudurum düzenleyicileri dışındaki ilaçlar, daha çok belirtilere yönelik olarak kısa sürelerle kullanılır.

## Hasta Yakınlarının Karşılaşabilecekleri Sorunlar

Kişilik bozukluğu vakaları kendi sıkıntıları kadar, birlikte yaşadıkları kişiler için de ciddi bir sıkıntı ve stres kaynağı olabilmektedirler. Üstelik hasta olarak görülmediklerinden, etraflarında, bilerek ya da insanları üzme ya da kırmak amacıyla böyle davrandıkları sanılır. Aileler genellikle bu kişilere böyle davranmaktan vazgeçmeleri için baskı yaparlar, akıl ve öğüt verirler ve tedavi için pek özendirmezler. Bazı aileler ise, durumu bir hastalık olarak görmeyi tercih eder ve durumu kabullenip düzelmesi konusunda çaba göstermezler. Hasta yakınlarının sabırlı, anlayışlı ve destekleyici yaklaşımları yanında düzenli ve uzun süreli terapilerle sonuç alınabileceğini bilmelerinde ve sık hekim değiştirmemelerinde yarar vardır.

## Kaynaklar

1. Amerikan Psikiyatri Birliği. Mental Bozuklukların Tanısal ve Sayımsal Elkitabı. (DSM-IV) Washington DC: 1994. Çev: Köroğlu E, Ankara: Hekimler Yayın Birliği; 1998.
2. Gunderson JG. Borderline Kişilik Bozukluğu. Çev: Ceyhun B. Ankara: Hekimler Yayın Birliği; 1994.
3. Kernberg OF. Sınır Durumlar ve Patolojik Narsisizm. Çev: Atakay M. İstanbul: Metis Yayınları; 1999.
4. Kernberg OF. Sapıklıklarda ve Kişilik Bozukluklarında Saldırganlık. Çev: Büyükkal MB. İstanbul: Metis Yayınları; 2000: 74-89.
5. Stolorow R, Lachmann F. Psychoanalysis of developmental arrests. New York: International Universities Press; 1980.
6. Saydam B. Narsisistik kişilik bozukluğu, antisosyal kişilik bozukluğu, borderline kişilik bozukluğu: Psikodinamik açıdan benzerlikler, farklılıklar. İçinde: Çelikkol A; ed. Narsisistik Kişilik Bozukluğu. İzmir: Ege Psikiyatri Sürekli Yayınları, 1996: 413-430.
7. Odağ C. Örneklerle narsisizm. İçinde: Çelikkol A; ed. Narsisistik Kişilik Bozukluğu. İzmir: Ege Psikiyatri Sürekli Yayınları; 1996: 457-476.