

PSIKODİNAMİK PSİKOTERAPİLER

108.

BÖLÜM

Melek Hande BULUT DEMİR¹

GİRİŞ

Çocukluk ve ergenlik döneminde ortaya çıkan ruhsal bozuklukların çoğunda psikodinamik psikoterapiler kullanılabilir. Çocuklarla ve ergenlerle ilgili psikoterapilerin tedavi etkinliğiyle ilgili bilgiler ve psikoterapi yöntemleri erişkin psikoterapisinden ve daha çok erişkinlerle yapılan çalışmalardan esinlenilerek geliştirilmiştir. Çocukluk döneminde başlayan ruhsal sorunların kronikleşebilmesi, ergenlik ve yetişkinlikte tekrar ortaya çıkabilmesi nedeniyle çocuk ve ergen psikoterapilerinin etkinliğini araştıran çalışmalara ihtiyaç duyulmaktadır (1). Psikoterapi alanındaki çalışmalar daha çok erişkinlerle yapılmış ve yarı yüzyıl öncesine kadar erişkinlere uygulanan psikoterapi tekniklerinin aynısı çocuklara ve ergenlere uygulanmış olup bu alanda artan çalışmalarla birlikte çocuklara yönelik psikoterapi teknikleri geliştirilmeye başlanmış ve araştırmacılar çocuklara ve ergenlere yönelik psikososyal müdahalelerin olumlu sonuçlar verdiğini kanıtlamıştır (2).

TANIM

Psikoterapi; sıkıntı hissinin, ruhsal şikâyetlerin, işlevsel olmayan davranışların azaltılmasında, gelişimsel özelliklerine uygun sosyalleşmiş işlevsel davranışların yeniden oluşturulmasında kullanılan kişiye özgü bir tedavi planı çerçevesinde kişiler arası etkileşim, destek ve danışmanlık uygulamaları olarak adlandırılabilir (3).

Klasik anlamdaki, psikodinamik psikoterapinin temel kavramsal modelleri, nesne ilişkileri

kuramı, kendilik psikolojisi, bağlanma kuramı ve ego psikolojisinden kaynaklanan bilinç dışı çatışmalarlardır. Gunderson ve Gabbard, çağdaş uzun süreli psikodinamik psikoterapiyi “terapist-hasta etkileşimine önem veren, terapistin iki kişilik alana katkısının ustalıklı değerlendirilmesinden yola çıkarak dikkatlice ve iyi zamanlanmış aktarım ve direnç yorumlarının yapıldığı terapi” şeklinde tanımlamışlardır (4). Çocukların ve ergenlerin duygu, düşünce ve davranışlarında değişiklik yapmada terapist ve hasta arasındaki iletişim esastır. Terapötik ilişkinin çocuk ve ergen psikoterapisinde tedavi etkinliği ve sonucunu etkilemesi bakımından önemli olduğu bilinmektedir. Psikoterapi teknikleri çocuğun ve ergenin gelişimsel evresine göre eksiklikleriyle baş edebilme becerileri göz önünde bulundurularak uygulanabilir (5). Çocukların ve ergenlerin tedavisinde bir diğer önemli konu aile ile çalışılmasıdır ve aileye çocuğunun sorunlarıyla ilgili bilgi verilmeli, terapinin hedefleri yapılacak müdahalelerle ilgili fikir alışverişi içinde olunmalıdır. Çocukların ve ergenlerin psikoterapisinde ilk hedef semptomların azaltılması ve sıkıntının hafifletilmesidir. Tedavi çocuğun normal gelişimsel süreçlerine yardımcı olmalıdır; işlevsel olmayan davranışları azaltmalı, çocuğun normal sosyal işlevselliğine katkı sağlayacak deneyimleri elde edebilmesini ve bütünlük kazanabilmesini hedeflemelidir. Psikoterapi sürecinde çocuğun özerklik yetisi ve kendine güven duymasının artırılması, terapi sonrasında da nükslerin oluşmasının azaltılması ve baş etme becerilerinin gelişebilmesi açısından önemlidir. Çevresel dü-

¹ Uzman Doktor, S.B.Ü Dr. Behçet Uz Çocuk Hastalıkları ve Cerrahisi Eğitim ve Araştırma Hastanesi, Çocuk Psikiyatri Kliniği, drmelekhanda@hotmail.com ORCID iD: 0000-0001-7665-3743

ilişkiler oluşturabilmesi, dayanıklılığın artırılması gibi becerilerin kazandırılması amaçlanır. Çocuğun kendi duygu ve düşünceleri ve bunların davranışlarıyla bağlantısının kurulmasında farkındalığının geliştirilmesi relapsların önlenmesinde etkilidir. Çocuk ve ergen diğerlerinin duygu, düşünce ve davranışlarını daha iyi anladıkça kişiler arası ilişkileri de düzelmeye başlar (17).

Ekol farklılıklarına rağmen günümüzde çoğu terapist hastanın iç dünyası ile dış gerçeklik arasındaki dinamik etkileşimin terapinin asıl çalışma alanı olduğu konusunda hemfikirdir (26). Yansıtma süreçlerini, onların çarpıtan, saptıran etkisini hastanın fark etmesini mümkün kılmak ve aşırı bölme ile yansıtma ya da bağlamayan, daha iyi bütünleşmiş bir ruhsal denge sağlamak nihai hedefdir. Bu bağlamda, kendi üzerine düşünme yetisinin yaratılması veya güçlendirilmesi günümüz psikanalitik yönelimli dinamik psikoterapisinin en önemli amaçlarından biridir (30).

SONUÇ

Çocuk ve ergenler, gelişimsel ve psikopatolojik süreçlerden kaynaklanan sebepler nedeniyle psikodinamik psikoterapiye ihtiyaç duymaktadır. Çocuk ve ergenleri psikoterapiye dâhil edebilmek ve etkin bir terapötik ilişki kurabilmek için erişkinlerde kullanılan terapi tekniklerinin çocuğun ve ergenin gelişimsel düzeyine göre uyarlanması gerekmektedir. İçsel dürtüleri, bu dürtülerin ketlendiği süreçleri ele alan dürtü kuramı, ruhsal çatışmalardan kaynaklanan kaygıyla baş edebilmek için kullanılan savunmaların işleyişini öne süren ego psikolojisi, yetersiz derecede ayrımlaşmış nesnelere açığa çıkaran nesne ilişkileri, idealize nesnenin yokluğunu esas alan kendilik psikolojisi, temel bakım verenlerle bağlanma özelliklerini inceleyen bağlanma kuramı harmanlanarak her çocuğun ve ergenin biricik olduğu göz önünde bulundurulmuş kendi gelişimsel öyküsünde kişinin ruhsal yapısı anlaşılmasına çalışılır ve tedavi için gerekli müdahaleler bu bağlamda belirlenir.

KAYNAKÇA

1. Weersing VR, Dirks MA. (2007) Psychotherapy for Children and Adolescents: A Critical Overview. In Martin A, Wolkmars F. Eds. In Lewis's Child and Adolescent Psychiatry A Comprehensive Textbook. 3rded. Lippincott Williams & Wilkins . p.789-96.
2. Rus sel RL. (2008) Child and adolescent psychotherapy research: Introduction to the special section. *Psychotherapy Research* 18(1):1-4.
3. Kazdin, A. E. (1990). Psychotherapy for children and adolescents. *Annual review of psychology*, 41(1), 21-54.
4. Gleno O, Gabbard MD (2004). Uzun Süreli Psikodinamik Psikoterapi. Atalay H, ed. Temel Bir Metin. İkinci basım. Amerikan Psikiyatrik Yayınları; s:23.
5. Rutter M (1986). Child Psychiatry: looking ahead 30 years. *Journal of Child Psychology and Psychiatry*;27: 803-40.
6. Tamar M, Aydın C (1998). Çocuk ve er genlerde psikoterapi. Güleç Ç, Köroğlu E. eds. 1. baskı. Psikiyatri Temel Kitabı. He kimler Yayın Birliği; s.1245-62.
7. Freud S (1923) The Ego and the ID. S. E. Vol XIX, s:1-59.
8. Hartmann H (1958) Ego Psychology and the Problem of Adaptation. International Universities Press. Madison, Connecticut (13.baskı 1992).
9. Hinshelwood RD (1991) A Dictionary of Kleinian Thought. 2 Baskı. Free Association Books, Kondon.
10. Kohut H (1971) Analysis of the Self. International Universities Press, New York.
11. Bowlby J (1973) Attachment and Loss: Vol.2. Separation: Anxiety and Anger. New York, Basic Books.
12. Odağ C. (1999) Nevrozlar 1. Halime Odağ Psikanaliz ve Psikoterapi Vakfı Yayınları No 1. İzmir s:45-86.
13. Akhtar S (2019) Psikanalitik Dinleme Yöntemleri, Sınırlar ve Yenilikler Halime Odağ Psikanaliz ve Psikoterapi Vakfı Yayınları İzmir s:8-56.
14. Moses, R. (1998). A short history of psychoanalysis in Palestine and Israel. *Journal of the American Academy of Psychoanalysis*, 26(3), 329-341.
15. Can Y (2016) Psikodinamik Psikoterapiler, Türkiye Çocuk ve Genç Psikiyatrisi Derneği Yayınları No: 9, Ankara, s:633-635.
16. Berghout, C. C. (2010). A cohort study into the effectiveness of long-term psychoanalytic treatment for patients with personality disorders and/or chronic depression.
17. Ritvo RZ, Ritvo S (2007). Psychodynamic Principles in Practice. In Martin A, Wolkmars F. Eds. In Lewis's Child and Adolescent Psychiatry A Comprehensive Textbook. 3rded. Lippincott Williams & Wilkins . p.826-42.
18. Kernberg P, Ritvo R, Keable H (2012) Practice parameter for psychodynamic psychotherapy with children. *J Am Acad Child Psychiatry* 51:541-557.
19. Kayaalp L (2008) Psikanalitik Psikoterapi, Çocuk ve Gençlik Ruh Sağlığı Derneği Yayınları No:3, Hekimler Yayın Birliği, Ankara, s:661-667
20. Leichsenring, F., Rabung, S., & Leibing, E. (2004). The efficacy of short-term psychodynamic psychotherapy in specific psychiatric disorders: a meta-analysis. *Archives of general psychiatry*, 61(12), 1208-1216.
21. de Maat, S., de Jonghe, F., Schoevers, R., & Dekker, J. (2009). The effectiveness of long-term psychoanalytic therapy: A systematic review of empirical studies. *Harvard Review of Psychiatry*, 17(1), 1-23.

22. Shapiro, T. (1989). The psychodynamic formulation in child and adolescent psychiatry. *Journal of the American Academy of Child & Adolescent Psychiatry*, 28(5), 675-680.
23. Winters, N. C., Hanson, G., & Stoyanova, V. (2007). The case formulation in child and adolescent psychiatry. *Child and Adolescent Psychiatric Clinics*, 16(1), 111-132.
24. Freud, A. (1965). *Normality and Pathology in Childhood*. New York: Int.
25. Goldstein, W. N. (2013). *A primer for beginning psychotherapy*. Routledge.
26. Gabbard, G. O. (2014). *Psychodynamic psychiatry in clinical practice*. American Psychiatric Pub.
27. McLeod, B. D. (2011). Relation of the alliance with outcomes in youth psychotherapy: A meta-analysis. *Clinical psychology review*, 31(4), 603-616.
28. Kernberg, P. F. Chazan, S. E. & Normandin, L. (1998). The children's play therapy instrument (CPTI): description, development, and reliability studies. *The Journal of psychotherapy practice and research*, 7(3), 196.
29. Lemma A (2003). *Introduction to the Practice of Psychoanalytic Psychotherapy*. West Sussex: John Wiley& Sons Ltd; p.53-62.
30. Fonagy, P. (2018). *Affect regulation, mentalization and the development of the self*. Routledge.