

BAĞIMLILIK OLGUSU: OYUN BAĞIMLILIĞINDA PSİKODİNAMİK BİR GÖZDEN GEÇİRME

Gülhan Gökçe CERAN YILDIRIM

Dr. Öğr. Üyesi, İstanbul Rumeli Üniversitesi, İktisadi İdari ve Sosyal Bilimler Fakültesi, Psikoloji Bölümü, cerangokce@gmail.com, ORCID: 0000-0002-7594-5100

Ceran Yıldırım, Gülhan Gökçe. "Bağımlılık Olgusu: Oyun Bağımlılığında Psikodinamik Bir Gözden Geçirme". ulakbilge, 59 (2021 Nisan); s. 517-524. doi: 10.7816/ulakbilge-09-59-03

ÖZ

Davranışsal bağımlılık kavramı, madde kullanım bağımlılığı dışında, bireyin dürtüsel biçimde tekrar ettiği eylemlerle tanımlanmaktadır ve psikoloji alanında nispeten yeni önem kazanan problemlerden biri haline gelmiştir. Kumar bağımlılığı ile benzer tanı ölçütlerine sahip olan oyun bağımlılığı, davranışsal bağımlılık alanlarından biridir ve bu alanın sebeplerinden biri olan erken dönem nesne ilişkileri ile ilgili çalışmalar oldukça kısıtlıdır. Gelişen teknoloji ile birlikte yaş grubu farketmeksizin bireyleri etkisi altına alan oyun bağımlılığı, erken dönem başarısız nesne ilişkileri ile açıklanmaktadır. Oyunun yetişkin yaşamındaki önemi söz konusu olduğunda, çalışmaya fantezi kavramı da dahil edilmiştir. Genel itibariyle bu çalışmada, bireylerin sanal dünyanın kontrol edilebilir derinlikli ve renkli yönlerine duydukları karşı konulamaz ihtiyaçları, bireylerin geçmiş yaşam örüntüleri, ego işlevleri, kendilik ve nesne tasarımları bağlamında açıklanmaya çalışılmış ve davranışsal bağımlılıkların klinik görünüşleri ve bunlarla çalışırken kullanılan psikodinamik yaklaşımların önemi vurgulanmıştır.

Anahtar Kelimeler: Oyun bağımlılığı, davranışsal bağımlılık, bağımlılığın psikodinamik yönleri, fantezi

Makale Bilgisi:

Geliş: 2 Mart 2021

Düzeltilme: 29 Mart 2021

Kabul: 20 Nisan 2021

Giriş

Psikodinamik kuram, davranışsal bağımlılıklarla çalışmak konusunda kısıtlı yöntemlere sahip olduğu gerçeğiyle yüzleşmiş, bunun sonucu olarak yerel ve küresel kaynaklarda bu alandaki çıkarımlarından çok fazla söz etmemiştir. Kuramcılarının görüş birliğinde oldukları ortak nokta; erken dönem nesne ilişkileri patolojilerinin alkol, madde, kumar, internet ve oyun bağımlılığı olarak sınıflandırılan davranışsal bağımlılıklara yol açabileceğidir ve bu alanda kuramcılar çalışmalarını hala sürdürmektedir (Khantzian 2003, 2012; Rosenberg ve Feder, 2015). Bu çalışmanın amacı; bağımlılık/oyun bağımlılığı kavramlarını erken dönem nesne ilişkileri, oyun-fantezi çerçevesinde açıklamaya çalışmak ve bağımlılık/oyun bağımlılığının klinik görünümüne ve bu görünümlele çalışırken kullanılan psikodinamik yaklaşımların önemine dikkat çekmektir.

Bağımlılık ve Erken Dönem Nesne İlişkileri

İnsan yavrusu, geldiği dünyanın karmaşası içerisindeyken ve bu karmaşanın ayırıcısına henüz varmamışken, kendisini doyuran, avutan ve kucaklayan bir hazırlayıcı/nesne ile var olmaya başlar. Bu durum, nesnenin kendisinin bir uzantısı olduğunu sandığı yaşayış biçimiyle Winnicott ve Klein'in kuramlarında sıklıkla yer almaktadır. Winnicott'a göre, anne, yeni doğan bebeğinin tüm ihtiyaçlarına tam anlamıyla uyum gösterir. Kendi arzu ve ihtiyaçlarını dünyadan çekerek kendisini bebeğin arzu ve ihtiyaçları için bir aracı yapar. Winnicott'un "delilik hali" dediği bu dönem bebekte, anneye ait olan memenin bebeğin kendi parçası olduğuna dair bir inanç oluşturur. Winnicott bu inanca "yanılsama anı" der (Akt.; Erten, 2010). Bu deneyim içerisinde tümgüçlülük, sürecin neredeyse tamamını etkisi altına alan bir kavramdır. Annenin "delilik hali" olarak adlandırılan adanmışlık eylemi, zamanla annenin kendi arzu ve ihtiyaçlarını da hatırladığı bir duruma dönüşmeye başlar. Annenin bu varoluşsal dönüşümü, bebeği bahsi geçen yanılsama anından kurtarma işine girer. Bu kurtarma eylemi yavaş gerçekleşmeli öyle ki başlangıçtaki yanılsama anı için anne bebeğine fırsat verilmelidir. Bu fırsat, annenin -başlangıçta- gerçek memeyi bebeğin memeyi tam yaratmaya hazır olduğu yere ve tam gerektiği şekilde koymasıyla mümkündür. Süreçte yanılsama anı için yeterince fırsat tanınan bebek, artık yavaşça gerçek dünyanın sınırlarıyla karşılaşmaya; öznel tümgüçlülüğünü ötekiyle paylaşmaya hazırdır. Bu hazırlık anı bir geçiş yaşantısıdır. Bebeğin öznel olanla nesnel olan arasındaki ayrımı sağlıklı kavrayabilmesinin tek yolu ise annenin bebeğe "birincil yaratıcılıkla, gerçekliğin sınanmasına dayalı nesnel algı" imkânı tanınmasıdır (Özer, 2011). Yanılsama anının kudreti yadsınmaz öyle ki kucaklayan ve güvenlik sağlayan bir öznel, nesnel yaşantıyla karşılaşmanın yaratacağı gerilime kıyasla yumuşak ve koruyucudur. Gerçekliği kabul etme işi hiçbir zaman tam manasıyla tamamlanamaz. Dolayısıyla insan, öznel ve nesnel gerçekliği birleştirme geriliminden kurtulmuş da değildir (Aydın, 2012) ve tıpkı çocuklukta geçiş alanı eylemlerinden biri olan "oynamak eylemi" gibi bu gerilimden kurtulma imkânını, sanat, düşsel yaşam, din gibi alanlarda yaratılan yoğun yaşantısal deneyimlerde yakalar. Annenin ikamesi niteliğindeki geçiş nesnesine yapılan yatırım, ruhsal gelişmeye bağlı olarak geri çekilir ve kültürel ilgilere yönelmeye başlar. Sağlıklı gelişimin bir parçası olan bu deneyim, yaşanan derin bir hayal kırıklığı ile karşı karşıya kaldığında ise bağımlılık olgusundan söz edebilir hale geliriz (Tuncay, 1992). Yanılsama anından kurtarılamamış (aşırı doyurulmuş) yahut bu an için hiç fırsat tanınmamış (hiç doyurulmamış/gerçeklikle çabucak çarpışmış) çocukluk öyküsü ve zamanının dışında oluşan bir erken dönem kayıp yaşantısı da dâhil olmak üzere -buradaki kayıp, aynı zamanda memeden ve geçiş nesnesinden zamansız ayrılmayı da kapsamakta- süreci sekteye uğratan tüm unsurlar çeşitli patolojilere zemin hazırlar. Birincil bakıcıların uygun bakım ve sevgi sağlamadaki başarısız eylemleri, bebekte, nesnesinin sevgisini yitirmiş olduğunu düşündüğü bir süreç yaratır. (Klein, 1940). Oldukça rahatsız edici bu içsel durum, bebeğin nesne tasarımının iyi (besleyici, yatıştırıcı) ve kötü (üzücü, güvensiz) niteliklerini bütünleştirme yeteneğini engeller. Bu durumdaki bireylerin, iyi nesnenin yatıştırıcı niteliklerini taklit etmek ve üzücü kötü nesnenin "duvarını yok etmek" için bir "dış düzenleyici"ye ihtiyaç duyabildikleri belirtilmektedir (Kernberg vd., 2008; Krystal, 1978). Olumsuz duygular ortaya çıktığında ilkel başa çıkma stratejileri baş göstermekte; örneğin geçmiş ilişkiler, davranışlara veya korkulara regresyon söz konusu olmaktadır (Kernberg, 2012). Bu kapsamda; bağımlılık, iyi iç nesnenin yatıştırıcı niteliklerini uyandırma kabiliyetindeki bir başarısızlığı (Klein, 1930; Bion, 1962; Segal, 1998; Akt. Alvarez-Monjaras vd., 2018) veya bu nesne niteliğini "kontrol etme" denemesi olarak anlaşılabilir. Genel olarak, modern psikodinamik teoriler (sınırlı vaka çalışmalarına dayanarak) bağımlılığa yol açan birbiriyle ilişkili üç faktör olduğunu öne sürmektedir. Bunlar; az gelişmiş ego fonksiyonları ve savunma mekanizmaları, iç nesnelerin yatıştırıcı niteliklerinin sembolizasyonunda yaşanan başarısızlık ve Lacanian bağlamda "jouissance" şeklinde yalnızca zevke doğru konumlandırılmış bir sapkınlıktır (Alvarez-Monjaras vd., 2018). Bu noktada Lacanian bağlamda, Lacancı psikanalitik hareket, bağımlılığı "jouissance" perspektifinden paradoksal -eğlenceli fakat dayanılmaz- zevk şekli olarak açıklar (Bazan ve Detandt, 2013; Loose, 2002). Ego psikolojisi perspektifinden bakıldığında; bağımlılık

olgusunun, az gelişmiş ego işlevine sahip bireylerin, özellikli olarak da gerçeklik testi bozuk, uyarıcı bariyeri düşük, yargılaması zayıf, dürtü kontrolü ve bütünleştirme işlevi tam gelişmemiş olanlarda daha olası biçimlerinden bahsedilmektedir (Bellak, Hurvich ve Gedeman, 1973). Stresli veya zorlu bir çevre ile birleşmiş olan bu güvenlik açığı, süperegonun doğru bir şekilde gelişmesini engelleyerek egonun kendini düzenlemek için daha olgun savunma mekanizmaları (bastırma, yer değiştirme, yüceltme veya mizah) geliştirme yeteneğini sınırlar. Bu bağlamda bağımlılığı olan bireylerde egonun, inkâr, idealizasyon, yansıtma ve yansıtımlı özdeşim savunma mekanizmaları başta olmak üzere daha ilkel savunma stratejileri ile sınırlandırıldığı bildirilmektedir (Freud, 1937; Kernberg, 1975). Bu nedenle, böylesi kırılmalı bir ego çekirdeği, ilkel benliğin hedonik talepleriyle karşı karşıya kaldığında, psikoaktif ilaçlar tüketmek ya da kumar oynamak (özellikle de çevrimiçi internet ortamında) gibi eylemlerde bulunabilir (Freud, 1915; Fonagy ve Target, 2008). Kendilik psikolojisi alanında bağımlılık, Kohut'un (1984, 2009) kendilik nesnesi ihtiyaçları kavramından yola çıkarak açıklanmaktadır. Bu ihtiyaçlar arasında benin istikrarını sürdürmeye ve güvenliğini sağlamaya hizmet eden, kendine özgü başka dinamikleri olan aynalama, ikizlik ve idealizasyon kavramları yer alır. Kendilik nesnesinin ihtiyaçları sağlıklı olarak yaşam boyunca devam etmekte ancak bir narsisistik kişilik yapısında tüm hatlarıyla (işlevselliği bozacak türde) belirgin olarak kendisini göstermektedir. Özellikle çevrimiçi-dijital oyun bağımlılığı nitelikleri göz önüne alındığında, durumun bireylerin narsisistik özellikleriyle ilişkilendirilmesi şartıdır (Mehdizadeh 2010; Paneka, Nardisa ve Konrath, 2013).

Oyun ve Fantezi

Özellikli gelişmiş oyunlarda dikkat cezbeden ilk durumun risk faktörü olduğu bildirilmektedir. Risk varlığındaki güvenlik hissi, elbette risk yokluğundakinden farklıdır. Tehlikeli olmayan bir uçuş simülöründe yaşanacak risk deneyimine karşı, deneyimli bir pilotla güvenli bir uçakta uçmak eyleminde yaşanacak risk deneyimi arasındaki duyum farkıyla bu durumu örneklendirebiliriz. Oyunda kişinin duygularını yönlendiren ve bedenini teknolojik olarak temsil eden bir beden (avatar) öldüğünde oyuncu bir hayalet dönüşür (World of Warcraft oyunu örneği) ve sonra yeniden dirilebilir ki bu diriliş prosedürü belli bir maliyet gerektirmektedir. Ancak buna karşın gerçek yaşamda ölüm, ölümdür. Gerçek yaşam macerasında risk almak beraberinde büyük sonuçlar getirir. Yaşamaktan daha çok kaybettiğini hisseden ve kaybetmeye devam edeceğine inananların, simülasyon dünyasının cazibesine karşı daha duyarlı oldukları bildirilmektedir (Essig, 2012). Albert Borgmann (2000), oyunu, "özelliklerin ve yapıların hangi derinlikte önemli olacağını önceden söyleyemeyeceğimiz gerçek deneyimin bir özelliği" olarak tanımlar. Oyunun derinliği sonlu, sınırları sürprizlidir. Deneyim zor olabilir öyle ki zaman zaman öteki oyuncuların yardımına dahi ihtiyaç duyulabilir. Her oyun, oyuncuya zenginliği bahşeden özellikler barındırır ve bu zenginlik, kontrol edilme sözü veren bir zenginliktir. Öyle ki hiçbir oyun, dayanılmaz hale geldiği noktadan daha öteye gidemez. Fakat gerçek yaşam böyle değildir ve bütünlüğün kolayca kontrolden çıkabildiği bu gerçek dünya, insanların pişmanlık, suçluluk, utanç ve bunaltı hissini bolca yaşadığı bir gerçeklik duvardır (Essig, 2012; Mejias, 2005).

Oyunun, yetişkin yaşantısındaki önemi göz önünde bulundurulduğunda fantezi kavramından söz etmemiz kaçınılmazdır. Lacanian bağlamda fantezi, kişiyi, gerçekliğinin sınırlarını oluşturan "Gerçek" ile karşılaşmasından korur. Homer içinse fantezi "arzunun mizansenidir (mise-en-scene)"; yapısı gereği fanteziden alınan haz, arzunun kendisini anlatısal bir yapı içinde nasıl oynadığı ile ilgilidir (Akt. Mencütekin, 2014). Lacan'a göre noksanlığın yarattığı fantezi, fanteziyi arzu edilir yaparken, Freud'a göre fantezi; kişinin sahip olmadığı şeyi tatmin etmeye çalışma çabasından doğmaktadır. Freud'un libidinal dürtülere karşı bir savunma olarak fanteziye yaptığı vurgunun aksine, Fairbairn (1952) fanteziyi, gerçek kişilerarası ilişkilerdeki başarısızlıkların yerini alan bir nesne ilişkisel savunma olarak görmeye başlar. Çocuk, çevresinde kötü ya da sinir bozucu olanı içselleştirir, öncelikle nesnenin kötülüğünü dışsal bir gerçeklik olarak deneyimlemekten ziyade, savunma ihtiyacı olarak görülen bir iç nesnelere dünyayı yaratır (Akt., Rubbens, 1996). Winnicott ise manik savunmanın dinamiklerini ifade ederken, fantezi kavramına savunma perspektifinden yaklaşmanın psikanalitik mirasını sürdürür. Ancak Winnicott, Freud ve Fairbairn gibi, fantezinin savunmacı doğasını kabul ederken, yine de kavramın bireyin kendisini ifade edici, yaşamı onaylayan ve iletişimsel olan yönlerine de muazzam miktarda değer verir. Winnicott'un olumlu değerlendirmesinin altında yatan gerekçe; sağlıklı miktarda fantezinin, bir dünya yaratma kapasitesine ve dünyanın gerçekleri üzerinde dramatik anlamdaki dönüştürücü etkisine olan inançtır (Frankel, 2002). Sağlıklı düzlemde fantezi gerçeği inkâr etmek veya çarpıtmak için kullanılmaz, aksine, dış gerçekliği zenginleştirmenin ve canlandırmanın bir aracıdır. Winnicott'un olumsuz vurgu yaptığı fantezi, erken çocukluktaki tümgüçlülüğün etkisinden kurtulamamış ve her şeye gücü yettiğine inandığı bir biçimle gerçeklikten çekilme gösteren bireyleri yorumlarken açıkladığı fantezidir. Winnicott rüya ve fantezi arasındaki işlevsellik ayrımını bir danışanın terapi sürecinden bir bölüm ile açıklar: Yetişkin kadın danışanın fantezi dünyasından yola çıkarak, erken dönem nesne ilişkileri üzerine kaleme aldığı yazısında bahsettiği şekliyle; tatmin edici bir anne bebek

ilişkisinin zamansız bir ayrılıkla hayal kırıklığı ve umutsuzluğa dönüştüğüne dikkat çekmiştir. Nesnelere kurulan ilişkiden kesilen umudun temel sebebi olabilecek nitelikteki bu deneyim, danışanın kendisinden büyük kardeşlerinin kendi kendilerine bakabilme yetilerine olan gizil hasetiyle devam etmiştir. Diğer kardeşlerinin oluşturduğu dünyanın içine doğmuş ve onların grubunun bir üyesi olabilmenin yolunu kendisine verilen rolü oynayarak bulmuştur. Winnicott (1951, 2007) danışanın, kardeşleri arasında kendisine verilen rolü oynarken daima fantezi kurduğunu, "çözülmüş bir zihinsel faaliyet" ile aslında gerçeklikte değil bu fanteziler içerisinde yaşadığını belirtmektedir. Danışanın uzun süreler başvurduğu bu savunma mekanizması, fantezi kurması, kendisini grupta oynayan bir başka çocuğu sanki kendisi o oyunları oynuyormuş gibi seyretmesidir. Danışan, diğer çocuklarla oynuyormuş gibi görünürken çözülmüş bir hayatı sürdürebilmekte ve kendi başına bütünleşmiş bir benlik algısı yerine, bir parçası gerçek yaşantıyı deneyimlerken, bir parçası fantezi yoluyla çözülmüş bir yaşantıyı devam ettiren bir yapı oluşturmaktadır. Seansların ileriki evrelerinde hiçbir şey yapmadığı dönemlere denk gelen parmak emme faaliyetleri saplantılı şekilde tütün kullanımına ve çeşitli oyun oynama eylemlerine dönüşmüştür. Winnicott'un çıkarımlarına göre; bu danışan, bir şeyi uygulamak için eyleme geçtiği zamanlarda, eyleme başlar başlamaz, "fantezi kurarken sahip olduğu tümgüçlülükten vazgeçmiş olduğu için" hoşnutsuzluk yaratan bir sınırla baş başa kalmakta ve bu durumun yarattığı yoğun stres yaşantısından kurtulmak için de sıklıkla fantezi kurmanın sahte iyileştirici dünyasına kaçmaktadır.

Davranışsal Bağımlılığın Klinik Görünümü

Zihinsel bozuklukların, özellikle Eksen-I bozukluklarının, patolojik internet kullanımı ile birlikte ortaya çıktığı bulunmuştur (Carli vd., 2013; Ko vd., 2012). Bu çalışmalar internet bağımlılığının dikkat eksikliği ve hiperaktivite bozukluğu (DEHB), depresyon, düşmanlık veya saldırganlık, obsesif-kompulsif belirtiler ve anksiyete bozuklukları ile ilişkili olduğunu bildirmiştir. Kişilik özelliklerini, internet bağımlılığı gelişimi için risk faktörü olarak tartışan bazı çalışmalar olmasına rağmen (Kuss, 2013; Van der Aa vd., 2009), kişilik bozuklukları ve internet bağımlılığı ilişkisi hakkında yayınlanmış veriler literatürde nadir bulunmaktadır.

Cao ve arkadaşları (2011) bir araştırmalarında, internet bağımlısı olan örneklem grubunda, bağımlı olmayan örneklem grubuna kıyasla daha yüksek sınır durum, narsisistik, kaçınan ve bağımlı kişilik bozuklukları olduğunu saptamıştır. Bu çalışmanın, yayımlandığı zamana kadar internet bağımlılığı ve kişilik bozuklukları arasındaki ilişkiyi temsil eden tek çalışma olduğu belirtilmektedir (Zadra vd., 2016).

İnternet oyunları, oyunda kullanılan grafiksel bir ajan (avatar) aracılığıyla sanal dünyaya artan kaçışa özellikle bağlanmıştır. İnternet oyunları, birden fazla oyuncunun aynı anda çevrimiçi sanal dünyadaki avatarları aracılığıyla birbirleriyle etkileşimde bulunmalarını ve birbirleriyle iletişim kurmalarını sağlayan sosyal etkileşim ile karakterizedir. Bazı oyunlarda, kişisel avatar, oyunun sunduğu sabit farklı karakterlerden oluşan geniş bir gruptan seçilebilir, bazı oyunlarda da, kısıtlayıcı bir faktör olmaksızın oyuncunun kendi tercihi ve tarzına göre rahatlıkla dönüştürülebilir (Lemaneger vd., 2016). Çeşitli araştırmalar, oyun bağımlılığında, daha çok yalnızlıkla ilişkili olarak artmış sosyal reddedilme korkusu bildirmektedir (Anderson ve Harvey, 1988; Caplan, 2006; Weinstein vd., 2015). Bu bağlamda, internet oyunlarının oyunculara, yalnızlık ve memnuniyetsizlikle yapılanmış gerçek benliklerini bir avatar aracılığı ile telafi etmelerine imkân sunduğu varsayılabilir. "Benlik kavramının" yapısı, bireyin kendi becerilerini, ilgi alanlarını, arzularını, duygularını, değerlerini, eylemlerini ve fiziksel çekiciliğini algılamasını ifade eder (Deusinger, 1996; Akt. Lemaneger vd., 2016). Şimdiye kadar psikometrik testler, internet oyun bağımlılarının öz-kavram eksikliklerinden muzdarip olduklarını ve oyundaki kendi avatarları aracılığı ile daha güçlü bir kimlik sergilediklerini ortaya koymuştur (Bessiere, Seay ve Kiesler, 2007; Davis, 2001; Lemaneger vd., 2013).

Davranışsal bağımlılık kavramı DSM-5'te kabul görmüştür ve oyun bağımlılığı gibi önemli bir olgunun davranışsal bağımlılık kategorisinde yer almayacağı tartışmaları giderek hız kazanmış (Nazlıgül vd., 2018) nitekim Mental Bozuklukların Tanısal ve Sayımsal El Kitabının Beşinci Basımı (DSM-5) ek bölümüne "internet oyun oynama bozukluğu" olarak dahil edilmiştir.

Irmak ve Erdoğan'a (2015) göre, oyun oynama bağımlılığı, kumar bağımlılığıyla benzer tanı kriterlerine sahiptir. "Oyun bağımlılığı" tanımı tıp camiasında inanç kazanmaya başlayan gerçek bir bağımlılıktır. Oyun bağımlılığı gerekçesiyle son yıllarda ülkemizde psikiyatri servislerine birçok başvuru yapılmakta ve oyun bağımlılığı ile ilgili görsel ve yazılı medyaya sıklıkla şiddet, ölüm, intihar olayları yansımaktadır (Yeşilyurt, 2017). Bazı araştırmacılar tarafından ezici bir çaresizlik veya güçsüzlük duygusunun bağımlılık yaratan davranışlardan önce geldiği ve bu bağımlılık türünün birey için duygusal olarak neyin önemli olduğuna bağlı olarak değiştiği bildirilmektedir. Bağımlılık yaratan eylemlerden önce gelen ezici çaresizlik deneyimlerini yaratabilecek konular oldukça çeşitlidir. Gelişimsel erken yoksunluk veya bağlanma kusurları, aşağılanma, narsisistik yaralanma duygusuyla kısacası patolojinin her seviyesi ve çeşitliliğiyle ilgili olduğu bildirilmektedir (Dodes, 2009). Dodes'e (2009) göre bağımlılığın kök nedenleri konusunda çokça çalışma yapılmış ve bu

çalışmalar, bu nedenlerin çok çeşitli ve birbirinden farklılık gösteren dinamikleri olduğunu bildirmektedir. Black'in (1999) bilgisayar bağımlılığı üzerine yaptığı bir araştırmada, bağımlılık davranışı gösteren bireylerin %52sinin sınır durum, narsisistik ve antisosyal kişilik bozukluğunun en az biri için neredeyse tüm tanı kriterlerini karşıladığını bildirmiş ve bunlara dürtü kontrol bozukluklarının da eşlik ettiğini söylemiştir. Major depresif bozukluk, bipolar bozukluk, obsesif kompulsif bozukluk ve dikkat eksikliği hiperaktivite bozukluğu gibi diğer psikiyatrik bozuklukların da davranışsal bağımlılıklarla ilişkili olduğu sıkça bildirilmekte (Presta vd., 2002; Di Nicola vd., 2009) ve bu eş tanı bulguları klinik örneklerle dayandırılmaktadır (Grant vd., 2010).

Sonuç

Psikanalitik psikoterapi uzun yıllar boyunca spesifik bozukluk ve belirtilere odaklanmadığı gerekçesiyle çokça eleştiri almıştır. Semptomları görece göz önünde bulundurmamak ancak bunları odak noktası yapmamak bu yönelimin doğasıdır. Doğası gereği semptomları, altta yatan bir bozukluğun göstergesi olarak kabul eder ancak bunları tedavinin odağında tutmaz. Mevcut çalışmalar bağımlılık olgularında uygulanan psikanalitik psikoterapilerin, diğer daha kısa süreli tedavi yönelimlerinden daha uzun etkililik oranı ortaya koyduğunu bildirmekte; psikanalitik psikoterapi gören bireylerin terapi sonlandıktan çok sonra da kazanç elde etmeye devam ettiklerini ortaya koymaktadır (Verma ve Vijayakrishnan, 2018). Yalisove (1989), terapistin aktif ve destekleyici bir duruş sergilediği modifiye edilmiş psikanalitik bir terapi modeli önermiş, bu modelle çalışılan üç araştırmadan ikisinde bağımlılığı olan bireylerin bu terapi yaklaşımından önemli oranda fayda sağladığı ortaya koyulmuştur. Sonuç olarak, davranışsal bağımlılıklar oldukça kalabalık kök dinamiklere sahip problemlerdir. Klinik görünümünde -eşlik eden patoloji/patolojiler bağlamında- var olan gerçeklikten kaçış, hedonik eylem, içsel rahatsız edici dürtünün bir dış düzenleyiciye ihtiyaç duyması, benin istikrarını sürdürme ve güvenlik açığı; türünün ne olduğundan bağımsız olarak neredeyse tüm bağımlılık problemleri için kökten, yoğun ve destekleyici yaklaşımlara ihtiyaç duyulmaktadır. Bazı davranışsal bağımlılık alanlarında Bilişsel Davranışçı Terapi yöneliminin kullandığı maruz bırakma tekniğinin (Yıldırım ve Sütcü, 2016) bir anlamda psikodinamik psikoterapideki karşılığının da, bağımlı bireyi bilinçdışı arayışlarına maruz bırakmak olduğu söylenebilir. Bağımlılığı olan bireylerde terapi formülasyonu oluşturulurken, bireyin geçmiş yaşam dinamiklerinin, kişilik örüntülerinin, nesne ilişkileri, kendilik tasarımı ve ego işlevlerinin derinlemesine değerlendirilmesi önerilmektedir.

Kaynaklar

- Alvarez-Monjaras, M., Mayes, L. C., Potenza, M. N. ve Rutherford, H. J. (2019). A developmental model of addictions: integrating neurobiological and psychodynamic theories through the lens of attachment. *Attachment & human development*, 21(6), 616-637.
- Anderson, C. A. ve Harvey, R. J. (1988). Brief report: Discriminating between problems in living: An examination of measures of depression, loneliness, shyness, and social anxiety. *Journal of social and clinical psychology*, 6(3-4), 482-491.
- Aydın, B. (2012). Tıbbi sanat terapisi. *Psikiyatride Güncel Yaklaşımlar*, 4(1), 69-83.
- Bazan, A. ve Detandt, S. (2013). On the physiology of jouissance: interpreting the mesolimbic dopaminergic reward functions from a psychoanalytic perspective. *Frontiers in human neuroscience*, 7, 709.
- Bessièrè, K., Seay, A. F. ve Kiesler, S. (2007). The ideal elf: Identity exploration in World of Warcraft. *Cyberpsychology & behavior*, 10(4), 530-535.
- Black DW, Belsare G, Schlosser S. Clinical features, psychiatric comorbidity, and health-related quality of life in persons reporting compulsive computer use behavior. *J Clin Psychiatry* 1999;60(12): 839-44.
- Essig, T. (2012). The addiction concept and technology: Diagnosis, metaphor, or something else? A psychodynamic point of view. *Journal of clinical psychology*, 68(11), 1175-1184.
- Erten, Y. (2010). Yanılsama ve din. *Psikeart dergisi*, 12, 48-55.
- Caplan, S. E. (2006). Relations among loneliness, social anxiety, and problematic Internet use. *CyberPsychology & behavior*, 10(2), 234-242.
- Carli, V., Durkee, T., Wasserman, D., Hadlaczky, G., Despalins, R., Kramarz, E., ... Kaess, M. (2013). The association between pathological internet use and comorbid psychopathology: a systematic review. *Psychopathology*, 46(1), 1-13.

- Cao, H., Sun, Y., Wan, Y., Hao, J. ve Tao, F. (2011). Problematic Internet use in Chinese adolescents and its relation to psychosomatic symptoms and life satisfaction. *BMC public health*, 11(1), 802.
- Davis, R. A. (2001). A cognitive-behavioral model of pathological Internet use. *Computers in human behavior*, 17(2), 187-195.
- Di Nicola, M., Tedeschi, D., Mazza, M., Martinotti, G., Harnic, D., Catalano, V., ... Janiri, L. (2010). Behavioural addictions in bipolar disorder patients: role of impulsivity and personality dimensions. *Journal of Affective Disorders*, 125(1-3), 82-88.
- Dodes, L. M. (2009). Addiction as a psychological symptom. *Psychodynamic practice*, 15(4), 381-393.
- Fonagy, P. ve Target, M. (2008). Attachment, trauma, and psychoanalysis: Where psychoanalysis meets neuroscience.
- Frankel, R. (2002). Fantasy and imagination in Winnicott's work. *British Journal of Psychotherapy*, 19(1), 3-19.
- Freud, A. (2011). *Ben ve Savunma Mekanizmaları* (Y. Erim, Çev.) İstanbul: Metis.
- Grant, J. E., Brewer, J. A. ve Potenza, M. N. (2006). The neurobiology of substance and behavioral addictions. *CNS spectrums*, 11(12), 924-930.
- Irmak, A. Y. ve Erdoğan, S. (2015). Dijital Oyun Bağımlılığı Ölçeği Türkçe formunun geçerliliği ve güvenilirliği. *Anatolian Journal of Psychiatry*, 16(1), 10-18.
- Kernberg, O. F. (2012). *Sınır durumlar ve patolojik narsisizm* (M. Atakay, Çev.) İstanbul: Metis.
- Kernberg, O. F., Yeomans, F. E., Clarkin, J. F. ve Levy, K. N. (2008). Transference focused psychotherapy: Overview and update. *The International Journal of Psychoanalysis*, 89(3), 601-620.
- Khantjian, E. J. (2003). The self-medication hypothesis revisited: The dually diagnosed patient. *Primary Psychiatry*, 10(9), 47-54.
- Klein, M. (1940). Mourning and its relation to manic-depressive states. *International Journal of Psycho-Analysis*, 21, 125-153.
- Ko, C. H., Yen, J. Y., Yen, C. F., Chen, C. S. ve Chen, C. C. (2012). The association between Internet addiction and psychiatric disorder: a review of the literature. *European Psychiatry*, 27(1), 1-8.
- Kohut, H. (2009). *How does analysis cure?*. University of Chicago Press.
- Krystal, H. (1978). Self representation and the capacity for self care. *Annual of Psychoanalysis*, 6, 209-246.
- Kuss, D. J., Griffiths, M. D. ve Binder, J. F. (2013). Internet addiction in students: Prevalence and risk factors. *Computers in Human Behavior*, 29(3), 959-966.
- Lemenager, T., Dieter, J., Hill, H., Hoffmann, S., Reinhard, I., Beutel, M., ... Mann, K. (2016). Exploring the neural basis of avatar identification in pathological Internet gamers and of self-reflection in pathological social network users. *Journal of Behavioral Addictions*, 5(3), 485-499.
- Leménager, T., Gwodz, A., Richter, A., Reinhard, I., Kämmerer, N., Sell, M. ve Mann, K. (2013). Self-concept deficits in massively multiplayer online role-playing games addiction. *European Addiction Research*, 19(5), 227-234.
- Loose, R. (2002). A Lacanian approach to clinical diagnosis and addiction. *Lacan and Science*, 263, 289.
- Mehdizadeh, S. (2010). Self-presentation 2.0: Narcissism and self-esteem on Facebook. *Cyberpsychology, behavior, and social networking*, 13(4), 357-364
- Mencütekin, M. (2014). Lacan ve sinema sanatı. *İstanbul: Arı Sanat Yayınevi*.
- Mejias, U. A. Movable Distance: Technology, Nearness and Farness. *Ulises A. Mejias*.
- Nazlıgül, M. D., Baş, S., Akyüz, Z. ve Yorulmaz, O. (2018). Internet gaming disorder and treatment approaches: A systematic review. *Addicta: The Turkish Journal on Addictions*, 5, 13-35.
- Özer, D. (2011). Pediatriden psikanalize, insan doğasından psikanalitik keşiflere. *Psikanaliz Yazıları*, 23, 35-54.
- Paneka, E. T., Nardisa, Y. ve Konrath, S. (2013). Defining social networking sites and measuring their use: How narcissists differ in their use of Facebook and Twitter. *Computers in Human Behavior*, 29(5), 2004-2012.
- Rosenberg, K. P. ve Laura Curtiss Feder, P. (Eds.). (2014). *Behavioral addictions: Criteria, evidence, and treatment*. Academic Press.
- Rubens, R. L. (1996). The unique origins of Fairbairn's Theories. *Psychoanalytic Dialogues*, 6(3), 413-435.
- Tuncay, Z. Ö. (1992). Winnicott, kucaklama ve yorum. *Psychoanalytic Dialogues*, 2(4), 475-507.

- Van der Aa, N., Overbeek, G., Engels, R. C., Scholte, R. H., Meerkerk, G. J. ve Van den Eijnden, R. J. (2009). Daily and compulsive internet use and well-being in adolescence: a diathesis-stress model based on big five personality traits. *Journal of youth and adolescence*, 38(6), 765.
- Verma, M. ve Vijayakrishnan, A. (2018). Psychoanalytic psychotherapy in addictive disorders. *Indian journal of psychiatry*, 60(Suppl 4), S485.
- Weinstein, A., Dorani, D., Elhadif, R., Bukovza, Y., Yarmulnik, A. ve Dannon, P. (2015). Internet addiction is associated with social anxiety in young adults. *Annals of Clinical Psychiatry*, 27(1), 4-9.
- Winnicott, D. W. (2007). *Oyun ve Gerçeklik*. (T. Birkan ve S. M. Tura, Çev.) İstanbul: Metis.
- Yalisove, D. L. (1989). Psychoanalytic approaches to alcoholism and addiction: Treatment and research. *Psychology of Addictive Behaviors*, 3(3), 107.
- Yeşilyurt, F. (2014). Ergenlerin çevrim içi oyunlardaki deneyimleri ve oyuna ilişkin tutumlarının incelenmesi. *Yayımlanmamış doktora tezi*, İstanbul Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, İstanbul.
- Yıldırım, Z. E. ve Sütcü, S. T. (2016). Madde ile ilişkili bozuklukların tedavisinde bilişsel davranışçı grup terapisi etkililiği: sistematik bir gözden geçirme. *Psikiyatride Guncel Yaklaşımlar-Current Approaches in Psychiatry*, 8(Ek 1), 108-128.
- Zadra, S., Bischof, G., Besser, B., Bischof, A., Meyer, C., John, U. ve Rumpf, H. J. (2016). The association between Internet addiction and personality disorders in a general population-based sample. *Journal of Behavioral Addictions*, 5(4), 691-699.

THE ADDICTION: A PSYCHODYNAMIC REVIEW OF GAME ADDICTION

Gülhan Gökçe CERAN YILDIRIM

ABSTRACT

The behavioral addiction, apart from substance use addiction, is defined by impulsive repetitive actions of the individual and has become one of the relatively new problems in the psychology community. Game addiction, which has similar diagnostic criteria with gambling addiction, is one of the areas of behavioral addiction, and studies on early object relationships, one of the reasons of this field, are very limited. Game addiction, which affects individuals regardless of age group with the developing technology, is explained by the early period unsuccessful object relations. When it comes to the importance of play in adult life, the concept of fantasy is also included in the work. In general, in this study, the irresistible needs of individuals for the controllable depth and colorful aspects of the virtual world were tried to be explained in the context of individuals' past life patterns, ego functions, self and object designs, and the clinical manifestations of behavioral addictions and also the importance of psychodynamic approaches when working with them were emphasized.

Keywords: Game addiction, behavioral addiction, psychodynamic aspects of addiction, fantasy