

Hangi  
**ANNE**  
Hangi  
**BABASINIZ**



**Aşkim Kapaşmak**

Hangi Anne Hangi Babasınız? / Aşkım Kapışmak İstanbul 2012

ISBN: 978-605-4609-00-0 Yayıncı Sertifika No: 19368 1. Baskı, Mayıs 2012

Bu eserin yayın hakkı saklıdır. Yayınevinden yazılı izin alınmadan kısmen veya tamamen alıntı yapılamaz, çoğaltılamaz, basılamaz.  
Elektronik ortamlarda yayımlanamaz.

Genel Yayın Yönetmeni: Esen Kitap

Kapak: Mehtap Arslan

Mizanpaj: Müge Erdoğan

Baskı:

Ezgi Matbaacılık San. Tic. Ltd. Şti. Sanayi Cad. Altay Sk. No: 14 Bahçelievler - İstanbul 0212 452 23 02

Esen Kitap

İ. M. Ç. 6. Blok. No: 6435. 34143 Unkapanı - İSTANBUL Tel: 0212 512 99 00 (pbx) Fax: 0212 519 44 15 E-mail:

[bilgi@esenkitap.com.tr](mailto:bilgi@esenkitap.com.tr)

[www.esenkitap.com.tr](http://www.esenkitap.com.tr)

Aşkim Kapışmak

# **HANGİ ANNE HANGİ BABASINIZ?**

ETKİLİ ANNE BABA OLMA REHBERİ

## AŞKIM KAPIŞMAK BENİM ADIM MI?

Adımı duyan herkes, “Aşkım Kapişmak senin adın mı gerçek-ten?” diye soruyor. Hemen söylüyorum, evet gerçekten benim adım.

Her insanın önceden yazılmıştır kaderi. Nerede doğup nerede duracağımız ve nereye varacağımız bellidir. Doğum yerim İstanbul olarak belirlenmiş. Bu yüzden anne ve babamı göç ettirmiş kader Elazığ’dan İstanbul’a... 6 Mayıs 1979’da sabah saat 11.00 sularında dünyaya gelmişim. Adımı koymak için herkes bir şeyler düşünmüş ama rahmetli anneannemin dediği kabul edilmiş. Rahmetli beni kucağına alıp havaya kaldırmış ve demiş ki, “Adı Aşkım olsun, herkes onu sevsin...”

Yani bu görev anneanneme verilmiş. Soyadımız gerçekte Kapişmaz imiş yani kavga etmez anlamında. Babamın nüfus kâğıdı yazılırken, memur son harfi K olarak değiştirdi, soyadımız Kapişmak olmuş. Aş-kım’la Kapişmak bir araya gelince ortaya; Aşkım Kapişmak çıkmış. Rahmetli bir nüfus memuru ile rahmetli anneannem belirlemiş her şeyi ama onlar da yaratıcıdan izin almışlar.

Ben ise bana verilen ile bir yolculuğa çıkmışım. Benim hayatım dediğim bu yolculukta kimi zaman anlaşılmışım, kimi zaman da anlaşılmamışım... Ne yaşadığının neler yaptığının önemi yok. Çünkü yaptığımız her şey de insanlar size odaklanırlar. Ama benim yaptığım her şeyde insanlar ilk önce adıma ve soyadıma odaklandılar. Çünkü inanmadılar, dalga geçtiler, kıskandılar, tuhaf buldular, dedikodu yaptılar, imrendiler...

Ama şimdiler de beni tanıyan herkes ismime bakıyorlar, beni tanıma fırsatı bulanlar ise seviyorlar. Anneannemin vasiyetindeki gibi insanları sevmek ve sevilmek için, Aşkım Kapişmak...

E-posta: [askimkapismak@hotmail.com](mailto:askimkapismak@hotmail.com) [www.askimkapismak.com](http://www.askimkapismak.com)

## YAYINLANMIŞ ESERLERİ:

Hangi Anne Hangi Babasınız?

Beni Benimle Aldatır mısınız?

Kadınlar Sağdan, Erkekler Soldan

Küçük Mutluluklar

# ÖN SÖZ

Kadın ve erkek birbirlerine âşık olurlar, aşkın büyüü bitmeden ilişkilerinde güven duygusunu aramaya başlarlar. En önemli olan bu duyguları yaşamaya başladıkları andan itibaren birbirlerine ait olduklarını hissederler.

Erkek âşık olduğu kadına sahip olmak ister. Sahip olma duygusuyla birlikte çocuğunu dünyaya getireceğine inandığı kadına evlenme teklifinde bulunur.

Kadın ise âşık olduğu erkeğe ait olmak ister. Sadece o erkeğin eşi olmak ve bu eşten çocuk doğurmak istediğinde evlenme teklifini kabul eder.

Artık süreç evliliğe gitmeye başladığında kendileri ve çevrelerindeki herkes sorumluluk almaya başlar. Uzun, stresli ve bir o kadar keyifli bir hazırlıktan sonra evlilik töreni başlar.

Devlet bu iki insanın nikâhını kıymadan önce onlardan söz alır.

Hastalıkta ve sağlıkta, zenginlikte ve fakirlikte, iyi ve kötü zamanlarda bir ömür boyu birbirinize sadık kalacağınıza söz veriyor musunuz?

Nikâh kıyılır ve devlet kendilerine karı koca olduklarını ispatlayan bir evlilik cüzdanı verir.

Herkes evlenmeyi hak eder. Bunun için gerçekten âşık olmak, sevmek ve güvenmek yeterli olur.

Fakat anne-baba olabilmek için karı-koca olmak yeterli değildir.

Evlilik için uzun bir psikolojik hazırlık gerekirken anne baba olmak için gereken psikolojik hazırlık bambaşkadır.

Her evlenen anne-baba olma kimliğine hazır olmalı yoksa ortaya istenmeyen sonuçlar çıkar.

“*Hele bir doğsun, Allah bereketini verir*” gibi yanlış düşüncelerle dünyaya gelen çocukların getirdikleri bereket fark edilmediğinde çocukların psikolojileri zarar görmeye başlar.

Buna hiçbir karı kocanın hakkı yoktur.

Hangi Anne Hangi Babasınız? Dünyaya çocuk getirmeye ve onlarla yaşamaya hazır olan çiftler için hazırlanmış bir rehber kitaptır.

Anne baba olmak için sadece çocuğun odasını ve eşyalarını hazırlamak somut bir hazırlıktır. Asıl olan, soyut hazırlık.

Yani çiftler kendilerini tanımalı, ne istediklerini, neden istediklerini bilmeli ve nasıl yapacakları hakkında farkındalıkları olmalı.

Farkında olmadığınız hiçbir durum faydanıza çalışmayacaktır.

# TEŞEKKÜR

İlahi adaletin dünyada hatasız çalışmasını sağlayan yaratıcıya sonsuz teşekkürler. Kaderime çizdiği her olayı bana yaşatıp, adaleti öğrenmemi sağladığı için ve bana bu kitabı hazırlayacak aklı, herkese ulaştıracak gücü verdiği için tekrar minnetlerimi sunarım.

Anneme ve babama sonsuz sevgilerimle teşekkür ediyorum. Anneme, kişiliğimdeki özgüven ve girişimcilik ruhunu ona borçluyum. Ellerinden öpüyorum...

Meslek hayatımda çalıştığım ve çalışacağım değerli tüm ailelere teşekkürler. Bu kitabın oluşmasının kaynağı sizlersiniz.

Kardeşlerim Serkan, Serhat ve Dilara'ya yanımda oldukları için teşekkürler.

Yeğenlerim, umut ışığımsınız. Yaren ve Hayranur sizleri seviyorum.

Dünyaya çocuk getirip onların yanında olan herkese teşekkürler...

**BİLGİLERİ DOLDURDUKTAN SONRA  
KİTABI OKUMAYA BAŞLAYINIZ...**

Resim

Resim

Anne ya da Anne adayı

Baba ya da Baba adayı

1. Adınız - Soyadınız

1. Adınız - Soyadınız

.....

.....

2. Doğum Tarihi ve Yeri

2. Doğum Tarihi ve Yeri

.....

.....

3. Mesleğiniz

3. Mesleğiniz

.....

.....

## ORTAK SORULAR

4. Çocuğunuz varsa kaç tane ve kaç yaşındalar?

.....

5. Neden evlisiniz? (Evli iseniz)

.....

6. Evlenmek için hangi özelliklerinize, duygularınıza güveniyordunuz?

.....

7. Kaç yıllık evlisiniz?

.....

8. Neden anne baba oldunuz/olmak istiyorsunuz?

.....



9. Anne baba olmak için hangi özelliklerinize güveniyorsunuz?

.....

10. Çocuğunuzu yetiştirirken daha çok neler size rehber olur. Kendi anne babanız mı? Başka insanlar mı? Kitaplar mı? Uzmanlar mı? Kendi doğrularınız mı?

.....

Devlet karı kocalara, anne baba olabilmeleri için ebeveynlik cüzdanını şart koşsun ister misiniz?

EVET

HAYIR

NEDEN?

Bu sorunun cevabını mail adresime yollarsanız sevinirim.

(askimkapismak@hotmail.com)

**ÇOCUKLARINIZ SİZDEN SÖZ BEKLİYOR**

**EBEVEYNLİK CÜZDANI ŞARTNAMESİ**

Çocuk  
Resmi

- Seni olduğun gibi kabul edip, olmanı istediğimiz gibi davranacağımıza,
- Seni değil davranışlarımı eleştireceğimize,
- Seni sürekli kendi geçmişimizle kıyaslamayacağımıza,
- Sana dinlemeyi öğretebilmek için seni dinleyeceğimize,
- Sana ne yapmamamı değil, ne yapman gerekeni öğreteceğimize,
- Seni doğduğun zaman kendimize, büyüdüğün zaman başkasına benzetmeyeceğimize, Sana lakap takmayıp isminle hitap edeceğimize,
- Babanla arana girip, her şeyini bana anlatmanı istemeyeceğime, (annen)
- Seninle ilgili bilgileri annene değil sana sorup öğreneceğime, (baban)
- Ne hata yaparsan yap sonunda doğruyu bulacağına inanacağımıza,
- Kardeşinle ya da başka bir çocukla kıyaslamayacağımıza,
- Yapamayacağımız şeyler için söz vermeyeceğimize,
- Duygu ve düşüncelerine saygı göstereceğimize,
- Sadece karnını doyurup, üstünü giydirmekle bırakmayıp ruh halini de doyuracağımıza,
- Seni korkularla değil, doğrularla büyüteceğimize,
- Dünyayı sadece kendimize göre değil sana göre de yaşanır hale getireceğimize,
- Sabahlara kadar başında uyuduğumuz gibi akşamlara kadar yanında olacağımıza,
- Ne olursa olsun her düştüğünde kulağından değil, elinden tutacağımıza,

**SÖZ VERİYORUZ...**

Annen

Baban

# EVLİ KADINLAR EŞLERİNDEN ÇOK, ÇOCUKLARINDAN ŞİDDET GÖRÜYOR

- Çocuklarınıza ev, araba almayın. Onların ileride ev alma, araba parası kazanma becerilerini yok edersiniz.
- Birden fazla çocuğunuz varsa, ergenliğe kadar hepsine aynı, ergenlikten sonra her birine farklı davranın. Yoksa kardeş arası düşmanlıklar geliştirirler.
- Çocuğunuz size çok kurnaz, hareketli, bazen sevilesi bazen dövülesi geliyorsa, korkun. Eğer böyle giderse, büyük bir şirketi yok edecek becerileri geliyordur.
- Çocuklarınız adına sorumluluk alıyorsanız, sizi Tanrı gibi görmeye başlayacaklardır.
- Türkiye’de her anneden 5’i çocuklarının şiddetine maruz kalıyor. Şiddet sadece fiziksel bir saldırıdan ibaret değildir. Eğer istekleri için size kan kusturuyorsa, evde sorumluluk almıyorsa, sizinle iletişim kurmuyorsa, duyguları değişkenlik gösteriyorsa, yanınızda vakit geçirmekten hoşlanmıyorsa şiddet görüyorsunuz.
- Çocuklar istedikleri şeylerin yokluğuna çabuk alışır ama azlığına alışamazlar.
- Bu çocuklar saadet çocukları ve rahatlık tuzağındalar. Bir çocuğun birden fazla özel hocası olması demek, anne babanın tüm hayatı boyunca çocuklarına maddi manevi açık kredi vereceklerinin işaretidir.

Bu kitap ebeveynler için hazırlanmış rehber kitaptır. Bilgiler ve yöntemler tamamen sağlıklı bir aile olmak koşulunu taşır. Doğru anne baba olmak için kendimizi tanımak, ne yaptığımızın ve bu yaptıklarımızın nereye gideceğini bilmek gerekir.

Gerçekten size çok güzel tablolar çizip pozitif şeylerden bahsetmek isterdim. Aslında hepimiz yaşamla ilgili gerçeklerin farkındayız ama görmezlikten gelmek sorumluluk almamızı engellediği için farkında değilmiş gibi davranıyoruz. Öyleyse biraz farkındalık sağlayalım o zaman; son yıllarda haberlerde en çok duyduğumuz, anne babaların çocuklarla ilgili yaşadıkları. İş hayatındaki iflaslar, başarısızlık hikâyeleri, açıkçası mutsuz bir toplum, azgın bir gençlik.

Kim bunların sorumluları, gerçekten kontrolsüz medya mı, devletin bozuk işlediğini düşündüğümüz sistem mi? Köleleşmiş anne babalar mı? Yoksa Tanrı gibi davranan ebeveynler mi?

Biraz ağır gelebilir son cümlem ama inanın 3. nesil çocukları anne babalarının Tanrı olduğunu düşünüyorlar.

Her istediklerini yapan, okul devamsızlıklarını sildiren, özel hocalarla olmayan bir ders çalışma sürecini yaratmaya çalışan, ne kadar gelirse gelsin çocukların telefon paralarını ödeyen, kiminle evleneceğine karar veren, okulu bitirdikten sonra iş aramasını engelleyip onun için araya adam sokan, 20’li yaşlardan sonra çocuklarına ev, araba alan, çocuklarının çocuklarına dadılık ve bakıcılık yapan... Daha sayacak çok şey var.

Bu 3. nesil, bedel ödemeyen bir nesil. Kendi çabalarıyla elde etmeyen, bu yüzden çabuk sıkılan ve doyumsuzla-şan bir nesil.

Bu anne babalar, çocuklarının egolarını tavan yaptılar. Ego, inanılmaz derecede hayatı siyahlaştıran bir süreç.

Aileler, ülke ve toplum gibidir. Ailede yaşananlar aslında ülkelerdeki terör gibi tehlikeli boyut almaya başladı. Anne babalar elleriyle Tanrı olmaya kalktıkları için aile içinde terörün başlamasına neden oldular. Ama hâlâ farkında değiller.

Her sene onlarca istatistiksel araştırmalar yapılıyor.

70'li yıllar ve sonraki nesil çalışarak, kendi dönemlerinde kurdukları yaşam süreçlerinin ne kadar zor olduğunun farkında idi. O dönemler sahip oldukları, zar zor aldıkları ev, arsa, işyerlerini şimdilerde sürekli tüketen çocuklarına sermaye yapıyorlar. Şu gerçeğe yola çıktılar: "Biz yaşamadık, onlar yaşasın."

En tehlikeli cümle ile başladılar anne babalığa. Neden diye soruyorsunuzdur belki, anlatayım:

Çocuklarımız sahip olduklarına bedel ödemedikçe hayatta tüketen tarafa geçiyorlar.

Bir anne baba çocuğuna ev, araba aldığıında; çocuğunun ev ve araba alma becerisini yok ediyor. Bu sebeple rahatlık tuzağına düşen çocuklar, hiçbir şeyin yok olacağına inanmıyorlar.

Kendimize bir soralım, biz ve çocuklarımız hayatın hangi renginde, siyahta mı, beyazda mı? Siyah gerçekten, istenmeyen, kısa süreli hazları olan, uzun vadede mutsuz ve beceriksizliğin olduğu taraf. Burada yaşayanlar, tükettikçe mutsuzlaşır. Yaşamda bedel ödemeyen taraf oldukları için hiçbir şeyin kıymetini de bilmezler. Yüzlerinde anlık ve yüksek tepki mimikleri vardır. Kahkaha ile güler ve aynı ayarında yüksek sesle ağlamalar fazladır.

Kendilerini siyah tarafta görmedikleri için, beyaz taraftaki insanların yaptıkları onlara can sıkıcı gelir.

Mesela anne ve babası ile bir geziye çıkacakları zaman, genelde çıkmak istemezler. Çıktıklarında ise, sürekli huzursuzlukları vardır. Anne ve baba birlikte sohbet ederken, bu gence bu sohbetler saçma gelir. Çünkü ona göre bunlar bayat ve gereksiz diyaloglardır. Onu mutlu eden başka şeyler zihninde canlanır. O anda zihninde, eğlenecek başka şeyler düşünür. O an, arkadaşıyla alkol almak, sevgilisiyle gezmek ya da cinsel ilişkiye girmek hayali daha çok haz verir. Ama gerçek yaşamda bunların tersi olduğu için anne ve babasına sürekli rahatsız edici tepkiler verir.

Beyaz taraftaki insanlar ise, uzun süreli haz yaşarlar, dış dünyadan onları mutlu edecek şeyler aramazlar. O an yaptıkları her şey onlara haz verebilir. Alakasız bir yerde oturuyorken bile o ana odaklanabildikleri için stres yaşamazlar.

Üretim insanı oldukları için, sürekli tüketen tipleri anlayamazlar. Kendilerinden beklentileri fazla olan insanlardır.

Eşiyle çıkıp sokakta gezmek bile ona mutluluk verir. Ama siyah tarafı insanı bu geziden hayatta zevk almaz. İnanılmaz sıkıcıdır onun için.

O daha çok egosuna uygun şartlarda zevk alabilir.

**“Her aile, bir tarihtir. Hatta okumasını bilen için bir destandır.”**

**La Martine**

# GİRİŞ

Etkili anne baba olmak için ebeveynlerin bilgi odaklı olmaları şarttır. Bilgiye kapalı insanlar gelişimlerini sağlayamazlar. Bu insanların, çocukları üzerindeki etkileri olumsuz olacaktır. Anne ve babalar, öğrenmeye ne kadar kapalı olurlarsa çocuklarında da aynı süreç oluşacaktır.

Çocuklarını sadece kendi gerçekleriyle yetiştirmeye çalışanlar, sürekli istemedikleriyle baş başa kalacaklardır.

Elimden gelen her şeyi yapıyorum ama olmuyor, diyenler ellerinden bir şey gelmeyenlerdir.

Çocuğu yönlendirebilecek en etkili kişiler; anne ve babalardır. Eğer bunu yapamıyorsanız kendinizi sorgulamalısınız. Sürekli nedenleri çocuklarda ve çevrede arayanların yolları kapanmaya mahkûmdur.

Anne ve babaların yaptığı en büyük yanlış doğru olanı sürekli çocuklara anlatmaya çalışmaktır. Çocuk ebeveynlerin anlattıklarını yaşayıp, yaşamadığını sorgular.

Eğer vermek istediğiniz doğru düşünce ve davranışları siz yaşamıyorsanız, bunu çocuklardan da beklemeyin.

Kilolu bir insandan beslenme ve diyet üzerine danışmanlık almak ister misiniz?

Hayatında kitap okuma alışkanlığı olmayan bir insanın kitap okumalısın demesine kim aldıriş eder?

Belki de en büyük hatayı; *“biz yapmadık, yapamadık sen yap”* diyerek yapıyoruz.

Anne ve babalar der ki; *“Bizim zamanımızda şartlar uygun değildi ama şimdi şartlar uygun ve çocuğumuzun her şeyin en iyisi ve doğrusunu yapmasını istiyoruz.”*

Çocukların çoğunluğu ebeveynlerinden bunları duyduklarında anne ve babalarına bakar ve şunları düşünürler; *“annemiz ve babamız okumamış, kendilerini de geliştirememiş ama bir şekilde evlenip yuva kurmuşlar. En azından biz de yapmazsak onların sahip olduklarına sahip olabiliriz.”*

Tüm anne babalar çocuklarını çok severler. Bazı anne ve babalar sevgilerini koşullara bağlarlar. Sevgi de koşul olmaz. Eğer etkili olmak istiyorsak koşulsuz sevmeliyiz.

## **ÇOCUKLUK KAPILARI BİR DAHA AÇILMAMAK ÜZERE KAPANIR...**

İnsanoğlu, hiçbir şekilde geçmişi geri getiremez. Bu yüzden sürekli hata yapma lüksü yoktur. Aynı düşünce ve davranışlar sürekli aynı sonuçları doğurur.

Bir inşaat mühendisini düşünün ki, bir bina üzerinde çalışmalar yapıyor. Bina yapımı bittiğinde evleri teslim ediyor. Aradan belli bir zaman geçtikten sonra binanın temelindeki hatalar yüzünden binada sorunlar çıkıyor. Şikâyet üzerine inşaat mühendisinin yapabileceği tek şey destekleyiciler koymak oluyor. Ama hiçbir zaman temeli sağlam bir bina gibi olmuyor.

Çocukluk, bir insanın temelidir. Temeli sağlam kura-mazsanız hayatı boyunca bozuk temelin sıkıntısını yaşayacaktır. İsteddiğiniz kadar büyüdüğünde dışarıdan destekler verin, temeli sağlam bir insandan beklenilenle aynı olmayacaktır.

Hepimizin, bir şekilde kendi dışımızdaki insanlarla ilişkilerimiz vardır ve olmak zorundadır. Anne-baba, arkadaş, akraba, sevgili, doktor vb. Bu insanlardan bazılarıyla çok yakın ilişki kurarız. Çünkü bir anneye, bir babaya, sevgiliye, arkadaşına her zaman ihtiyaç duyulur.

Bu ihtiyaçlarımız karşılanmadığında ciddi psikolojik rahatsızlıklar yaşayabiliriz.

Fakat yakın ilişkide olduğumuz insanları bazı durumlarda kendimizden uzaklaştırırız.

Çocuklar çoğu zaman anne ve babalarını işten çıkarırlar. Annelik ve babalığa bir meslek olarak bakarsak, ne kadar çok anne babanın işten kovulduğunu görürüz.

Bu süreçte anne ve babalar çocuklarını işten çıkaramazlar. Çünkü onları dünyaya getirebilmek için çok fazla bedel ödemişlerdir. Bir şey için ne kadar çok bedel ödersek o şeyi kaybetmemek için elimizden geleni yaparız.

Hayatta en çok bedel ödediğimiz şeyler vazgeçmesi en zor şeylerdir. Bazen çocuğumuz bazen eşimiz bazen de arkadaşlarımız için çok bedel öderiz.

Bunun dışında toplum içindeki kimliklerimiz için de bedel öderiz. Örneğin; mesleğimiz... Ona zor sahip olmuşsak zarara uğramaması için elimizden geleni yaparız.

Her mesleğin bulunduğu döneme uygun hale gelmesi gerekir. Zaman ilerledikçe bütün meslekler dönüşüme uğrarlar. Sürekli yenilenmek zorundadır çağa ayak uydurmak gerekliliği vardır.

Anne-babalık mesleği de hızlı bir şekilde zamana bağlı olarak dönüşüme uğramaktadır. Bu dönüşüm çoğu ebeveyn için adapte olması zor bir süreçtir.

Hâlen birçok ebeveyn çocuklarını yetiştirirken eski inanç ve düşüncelerinden vazgeçemezler. Bu sebepten dolayı çocuklarıyla olan iletişimlerinde çatışmalar yaşarlar, çatışmalar yaşadığımız çocuklarımızın dünyaya geliş süreçlerini bir masal gibi düşünmek gerekirse, onlar mı çok zor biz mi esnek değiliz daha iyi anlayabiliriz.

Çocuklar, anne karnında ekmek elden su gölden yaşarlarken bir anda kendilerine sorulmadan başka bir dünyaya çekilirler.

Anne karnındayken hiçbir şey için çaba sarf etmeyen bebekler bizim dünyamıza gözlerini açtıkları andan itibaren büyük bir şok yaşarlar.

Doğdukları andan sonra, dünyayı tanımak, yaşamak için öğrenmek ve sorumluluk almak zorunda kalırlar.

Önem taşıyan şey, çocuğun hangi zamanda dünyaya geldiğidir. Çünkü çocuk, anne ve babasının dünyaya geldiği zamana uygun şekilde davranmasını ister.

Eğer anne ve babasının yaşam biçimi, yaşanılan çağa uygun değilse ciddi bir problem zinciri oluşmaya başlar.

Dünyada zamana bağlı olarak her şey dönüşüm sürecindedir. Yıllar önceki tıp teknikleriyle bugün ki aynı değildir. Yıllar önceki teknolojik şartlarla şimdiki zamandaki çok farklıdır. Evler, arabalar, sokaklar, insanlar, eğitim sistemi, dil, giyim her şey olması gerektiği dönüşümü tamamlamak zorundadır. Tamamlayamayanlar her şeyin gerisinde kalmaya mahkûm olurlar.

Osmanlı döneminde evde hayvan besleme diye bir kültür yokmuş. Evin içi en çok önem verilmesi gereken bir alanmış. Sokaklar hayvanlara bırakılmış. Her aile atık yemeklerini kapısının önüne

havyaların yemesi için bırakırlarmış; en önemli yerler çarşılar, camiler, kahveler, evlermiş.

Şimdi ise hayvanları evlerin içine alır olduk. Evin dışındaki her yer çok fazla önemli olmaya başladı. Ciddi bir dönüşüm sürecine girdik.

Anne baba olmak süreci de dönüşüme girdi.

Yaşam biçimleri gibi, kültür gibi, meslekler gibi, teknoloji gibi anne baba olmakta değişti.

Dünyaya gelen çocuklar eskilerden habersiz büyüyorlar. Geçmişte kıyas yapacak yaşanmış deneyimleri olmadığı için ebeveynleriyle ciddi boyutta bilgi çatışmaları yaşar hale geldiler.

Sonuç olarak anne baba mesleğinde dönüşümümüzü tamamlamak zorundayız.

Yoksa çocuklar bu meslekten bizi zaman zaman atmaya çalışacaklar.

Ebeveynlik cüzdanını okuyan yüzlerce farklı kimliğe sahip yetişkinler var. Doktor, öğretmen, ev hanımı, mühendis, işveren vb.

Size bir sorum olacak: Sahip olduğunuz kimliğiniz ile ilgili şüphemiz var mı? Kendinizden ne kadar eminsiniz?

Diyelim ki siz bir doktorsunuz, bu sizin sahip olduğunuz kimliğiniz.

Kimliğinizin gerektirdiği ortamlara, düşünce ve davranışlara sahipsiniz. Mesleğinizle ilgili şüpheleriniz minimum boyutta.



# 1. BÖLÜM-ROLLERİNİZ KİMLİĞİNİZ OLMALI

Bu işi nasıl yaptığınız sorulsa eminim ki cevap veremezsiniz. Nedeni ise insanlar ustalaştıkları kimliklerini nasıl uyguladıklarını bilmezler. Sadece yaparlar. Bilinçsizce yapmaktır bir diğer adı.

Size garip gelebilir, nasıl yani? Ne demek bilinçsizce yapmak? Anlatayım: Bir işiniz yok ve iş arıyorsunuz. Bir yakınınız size x bir fabrikada vasıfsız bir iş ayarladı.

Şu an işle ilgili hiçbir şey bilmediğiniz için “cahillik” boyutundasınız. Bu boyutta insanların çoğu bilmediğini bilmez. Her şeyi biliyorum diyenin aslında bir şey bildiği yoktur.

Cahillik aşamasında birey, bilinçsizdir-yetersizdir. Fabrikaya girdiğinizde işle ilgili tamamen bilinçsiz ve bir o kadar da yetersizsiniz. Ben bu işi öğrenmek, yapmak istiyorum dediğiniz andan itibaren cahillik boyutundan “çıracılık” boyutuna geçersiniz. Cahillikten çıracılığa geçebilmenin anahtarı bilmediğini kabul etmektir.

Şu an işe girdiniz ve size birileri yavaş yavaş işi öğretmeye başladı. Çıracılık aşamasında insanların sabır problemleri ortaya çıkar. Hazza ve acıya sabır göstermek zorlaşır. İnsanların çoğu bu aşamada hedeflerinden vazgeçebilirler.

Siz sevgili okurlar da bu kitapta ki süreçten vazgeçebilir ya da erteleyebilirsiniz. Çünkü okuma aşamasında yavaş yavaş çıracılığa gireceksiniz.

Çıracılıkta insanlar maksimum emek harcar ama minimum sonuç alırlar. Fabrikada çok çalışır ama istenilen sonuca ulaşamazsınız. Hatta en az maaş alan da siz olursunuz. Bu boyutun anahtarı hazza ve acıya sabır göstermektir.

Anne baba olduğunuz ilk zamanlarınızı düşünün. Çocuğunuz dünyaya geldiği andan itibaren yeni bir kimliğe girmek zorunda kaldınız. Çocuk sahibi olmanın acı ve hazzı çok fazla olduğu bir döneme girdiniz.

Bu dönemde tamamen çıracılık aşamasındasınız, ne yapacağınızı biliyorsunuz ama çok fazla yeterli değilsiniz. Sabır gösterdiğiniz sürece bir üst aşama olan “kalfalığa” geçersiniz, artık anne baba mesleğinde kalfasınızdır.

Kalfalık boyutunda, bilinçli ve yeterliyizdir; ne yapacağımızı biliriz, yaptığımız kadar da doğru sonuçlar alırız. Anne ve babalıkla ilgili bilincimiz olduğu için başkalarına nasıl çocuk yetiştirdiğimizi anlatırız. Çocukları yetiştirirken anne ve babalık mesleğiyle ilgili kitaplardan, dergilerden, televizyondan, uzmanlardan, deneyimli anne babalardan bilgi desteği alırız.

Bu süreçten sonra zaman ilerledikçe anne ve babalıkla ilgili bilincimiz uzmanlaşıp bilinçaltına geçer ve artık uzunca bir deneyimden sonra bu meslekte ustalaşırız. Ustalaşma aşamasına geldiğimizde tekrar bilinçsizleşir ve yeterli hale geliriz. Yani nasıl yaptığımızın farkında olmadan yeterlilik sağlarız; “Burada ne yapmam gerekiyor?”, “Şurada ne yapmam gerekiyor?” diye düşünmeyiz.

Diyelim ki ehliyetiniz yok aynı zamanda araba kullanmayı da bilmiyorsunuz. Bu beceriyle ilgili tamamen cahilsiniz. Bilmediğinizi kabul ettikten sonra ben bunu öğrenmek istiyorum dersenez, beyniniz nasıl öğreneceğinizle ilgili araştırmalar yapmaya başlar. Ehliyet veren bir kurs bulursunuz ve kayıt olursunuz, artık çıracılık döneminde olduğunuz için bilinçlisinizdir. Sürekli hata yaptığınız

için de yetersizsinizdir. Sabır gösterdiğiniz andan itibaren kalfalık boyutuna geçersiniz. Çoğu insan hedeflerinden çıraklık boyutundayken vazgeçer, kalfalık boyutuna geldiğinizde ise ne yaptığınızı biliyorsunuzdur ve az hata vardır. Araba kullanırken başka bir işe çok fazla odaklanamazsınız. Pratik yaptıkça ustalık seviyesine gelirsiniz bu seviyede hata minimuma düşer. Nasıl kullandığınızı bilmeden arabayı sürer, hatta hem arabayı kullanıp hem de başka şeyler yapabilirsiniz. Arabada ustalaşan kişi kamyonet ve tır kullanmaya kalfalık boyutunda başlar.

Tüm anne babalar ustalık seviyesine ulaştıklarında ikinci bir çocuğa karar verirler.

İlk çocuklarına cahillik boyutunda başlayan ebeveynler ikinci çocuklarına ustalık boyutunda başlarlar.

Sonuç olarak kardeşler arasında bazen kontrolümüz dışında farklılıklar oluşur.

İlk çocuğa sahip olduğumuzda ustalaşırız ve dönüşüm tamamlanır.

Dönüşümün yolculuğunda teknolojinin, aile büyüklerinin, ekonomik standartların, sosyal ilişkilerin, yaşadığımız yüzyılın etkileri büyüktür.

İstese de istemesek de bu meslekte dönüşüm kaçınılmazdır. Dönüşüm tamamlanana kadar anne baba olmayla ilgili uzmanlaşmak için roller yaparız. Roller içinde deneme-yanılmayı barındırır, dönüşümün sonunda rollerimiz artık kimliğimiz olur. Tüm insanlar, hayattaki bütün hedeflerine ulaşmaya çalışırken ilk başta roller yaparlar. Bu aşamadaki birçok davranış yapaydır. Kimliğimiz oluşmaya başladığında bütün davranışlarımız doğallaşır.

**Seneca “Hiçbir insan dünyaya iyi eğitilmiş bir aile kadar önemli bir miras bırakamaz.”**

*“DOĞAL OLAN HERŞEY İLK BAŞTA YAPAYDI”*

## 2. BÖLÜM-AİLE REHBERİ

### - HANGİ ANNE HANGİ BABASINIZ?

Anne-baba olma mesleğinde uzmanlaşmak için kaynak bir eğitim kitabıdır.

### NEDEN?

Evlilik kutsal bir kurumdur, eşler evlenirken bundan sonraki hayatlarını nasıl yaşayacaklarıyla ilgili birbirlerine sözler vererek bir anlaşma imzalarlar. Bu anlaşmadan sonra yetkili mercilerin kendilerine verdiği bir belge vardır, evlilik cüzdanı.

Evlilik hayatına atılan eşler, anne-baba olmaya karar verdikten sonra yeni bir kimlik almaya başlarlar. Evlilik kimliği ve anne baba kimliği ayrı olgulardır. Her ikisinin de sorumlulukları farklıdır. Evlilikte bireyler karı-koca olurlar çocuklar dünyaya geldikten sonra ise anne-baba olurlar. Her iki kimlikteki hatalar ve yanlışlar eğitimsizlikten kaynaklanır.

Dünyanın her yerinde yaşayan çocukların ve gençlerin toplum içerisindeki yarattığı sorunlar için herkes anne ve babaları suçlar. Okuldaki öğretmenler, mahalledeki komşular, emniyetteki polisler, mahkemedeki hâkimler ve daha birçoğu çocukların ve gençlerin sorunlarının kaynağında anne-babayı görürler. Her kurumda; doğru, faydalı ve başarılı yaşayabilmek için, kurum içi eğitimler verilir. Aile de bir kurumdur, eğitim aile ile başlar.

### c) NASIL?

Hangi anne hangi babasınız? Adlı eserin, diğer eğitim kitaplarından farkı stratejilerinde gizlidir. İnsanı başarıya götüren hedefi için geliştirdiği stratejileridir. Eser, beş aşamalıdır;

Tanı aşaması

Gereklilik aşaması

Uygulama aşaması

Ödevle

Sonuç değerlendir

## 1) TANI AŞAMASI:

Tüm anne-babalar; çocuklarına hayatı, tüm eğitimciler, öğrencilerine bilgileri; tüm işverenler, çalışanlarına yapacakları işleri ilk önce tanıtır. Birey ilk önce kendini tanımak daha sonra ne yapması gerektiğini bilmek ister. Çoğu anne-babanın hatalı davranışlarının kaynağında bilgisizlik ya da yeterli bilgiye sahip olamama yatar. Nüfusun %25'i kim olduğunu ve ne yapması gerektiğinin cevabını arar. Yeterli bilgiyi alamadıklarında yaşamlarında daha az aktif rol alırlar ya da sürekli hata yaparlar. Tanı aşamasında okurlar sahip oldukları sosyolojik rollerin (anne-baba, ağabey, kardeş, iş adamı, iş kadını, memur, komşu, arkadaş rolleri vb..) dışında psikolojik rollerini (yiyen, içen, düşünen insan, sahip olduğu beyin yapısı, iç dinamikler, cinsiyet rolleri, düşünce potansiyeli, öz, temsil sistemleri rolleri vb..) tanırlar. Hangi Anne Hangi Babasınız? Okurların kendileriyle ilgili olan süreçlerini kapsar. Bu süreçte herkes dönüşümün tamamlanmasından önce -şimdiki ben- kısmının farkındalığına ulaşır.

Daha sonra hedefteki ben sürecinin tasarıları yapılmaya başlanır.

## 2) GEREKLİLİK AŞAMASI

İster çocuk olsun, ister yetişkin olsun, her birey kendini tanıdıktan ve neler yapması gerektiğini öğrendikten sonra iç dünyasında sürekli “neden bunu yapmalıyım?” sorusunu sorar. Nüfusun %35'lik kesimi yapacağı her eylemin nedenleri ile ilgilenir. Anne ve babalar çocuklarından bir şey istediklerinde ya da çocuklarına bir şeyler öğretmek istediklerinde isteklerinin gerekliliklerini vurgulamazlar.

Bir hedef için ne kadar çok gerekliliğiniz varsa ona ulaşma süreciniz daha çok hızlanır. İnsanlar yemek yemekten vazgeçemezler, çünkü karınlarını doyurmaktan, büyümeye; zevk almaktan sağlıklı olmaya, kilo almaktan, gelişmeye kadar yüzlerce gerekliliği vardır. Çocuklardan istediğimiz her davranışın nedenleri onlar için önemlidir. Gerekliliği vurgulanmayan her şeyde anne-babanın ve çocukların motivasyonları azalır. ÖSS sürecindeki yanlış meslek seçimlerinin, evliliklerdeki sadakatsizliğin, toplumdaki suç oranlarının ve daha birçok şeyin artması ya da azalmasındaki tek sır gerekliliklerinde gizlidir.

Tüm anne-babalar ve adayları “Hangi anne hangi babasınız?” adlı eserin gereklilik potansiyeli üzerinde sürece girerler. Bu kitabı okumanın nedenleri ve gereklilikleri arttıkça okurların hayata geçirebilme becerileri gelişir. Şimdi evlenme nedenlerinizi ve anne-baba olma nedenlerinizi bir düşünün. Gereklilikleriniz neler?

## 3) UYGULAMA AŞAMASI

Bilmek ve gereklilik aşamalarında doyurucu bilgiye sahip olunduktan sonra birey öğrendiğini nasıl uygulayacağını cevabını arar. Bu aşama çok önemlidir. Aile dâhil her kurumda liderler vardır, lider yanındaki insanlara yol gösterendir. Sonuçta her anne-babanın aile içerisinde liderlik kimliğini almaları gerekir. Çocuklar kendilerini tanıdıktan ne yapmaları ve niçin yapmaları gerektiğini öğrendikten sonra, nasıl yapacaklarının cevabını aramaya başlarlar. Ülkemizde çoğu anne-baba çocuklarına ne yapmaları gerektiğini anlatıp bırakırlar, bu çok yanlış bir yetiştirme sistemidir. Sadece bu yöntemle yetiştirilen çocuklar yaşamda bilinçsiz, özgüvensiz ve her şeyi görev bilinciyle yapan bireylere dönüşürler. İleride kendi kurdukları ailede de aynı süreci kısır döngü bir şekilde devam ettirirler.

Nüfusun %22'lik kesimi "nasıl yapmalıyım?" sorusunu sorar. Aile içerisinde ve eğitim dünyasında bu sorulara doğru stratejilerle cevap veremeyen anne-baba ve eğitimciler liderliği kendilerinin dışındaki her hangi bir insana ya da gruplara bırakırlar. Örneğin; yanlış arkadaşlıklar, uyuşturucu satıcıları, zevk ve eğlence düşkünleri sosyal ortamlar vb...

Lideri olmayan aile dâhil her kurum istenmeyen sonuçlara mahkûmdur.

Sonraki çıkaracağım kitabı okuyan tüm okurlar bu kitapta öğrendikleri bilgileri doğru ve etkin bir şekilde uygulamayı öğrenirler.

Uygulanmayan deneyimleşmeyen hiçbir bilgi öğretilemez.

#### **4) ÖDEVLE AŞAMASI**

Her çocuk, her genç, her yetişkin yani hepimiz soyut ve somut olarak bize verilen ödevlerle yaşarız. Ödevlerin amacı öğrenilen her şeyin bireysel olarak öğretilen ortamın dışında uygulanmasıdır. İnsan ödev aşamasında öğrendiği her bilgiyi kısa süreli hafızadan, uzun süreli hafızaya atar. Uzun süreli hafızaya geçen her şey bilinçaltına yerleşir. Bilinçaltındaki tüm bilgiler farkında olmadan yaşam biçimimiz haline dönüşür. Bir bilginin bilinçaltına yerleşmesi için sık sık deneyimleşmesi gerekir. Gereklilik fazlaysa deneyimleme sıklaşır. Şu an hepimizin çok iyi bildiğimiz hatasız yaptığımız davranışlar vardır, yemek yapmak, gitar çalmak, araba kullanmak, yüzmek vb. gibi. Bütün bu becerileri ilk öğrendiğimiz andan itibaren uygulama ve ödevlerle bilinçaltına yerleştiririz. Kitapta okuduğunuz bilgileri iyice içselleştirebilmek için, eşinizle ve diğer arkadaşlarınızla paylaşmalısınız. Her Türk vatandaşı İstiklal Marşımızı ve Andımızı bilir, bilmemizin nedeni iyice içselleştirmemizden kaynaklanır.

Bu kitapta alacağınız tüm bilgilerin bilinçaltınıza işlenmesi sağlanır. Dönüşümün tamamlandığı aşamadır.

#### **5) SONUÇ DEĞERLENDİR**

Sürekli aynı şeyleri yapıp çocuklarımızdan farklı sonuçlar beklemek ne kadar doğru? Eğer yaptığımız şeylerden istemediğiniz sonuçlar alıyorsanız ve hâlâ aynı şeyleri yapıyorsanız hatanın sorumluluğu sizdedir.

Sonuçları değerlendirme aşaması kitabın en son aşamasıdır. Bu aşamada dönüşümü gerçekleştiren okurlar öğrendikleri ve uygulayabildikleri doğru anne-baba kimliğinin sonuçlarını tartışır.

Genelde bu aşamada her anne-baba ve adayların yüzünde huzur, mutluluk, özgüven mimikleri vardır.

Geleceğe kaygısız bakan, ilk önce kendilerine sonra çocuklarına güvenen, sorumluluk sahibi, olgunlaşmış ve ne istediğini bilen bireyler yetiştiriyor olmanın hazzını yaşarlar.

## 3. BÖLÜM -DÖNÜŞÜM

### a) İYİ NİYETLE

İyi niyetli ve yardımsever bir adam bir gün doğada gezinirken, kozasından çıkmaya çabalayan bir kelebek gördü. Kelebek kozanın lifleri arasından sıyrılmaya çalışmaktaydı. Yardımsever adam hemen kelebeğin imdadına koştu. Dikkatlice kozanın liflerini sıyırdı, kozayı araladı ve kelebeğin fazla çabalamadan kozadan çıkmasını sağladı. Ancak kelebek kozadan kolaylıkla çıktıysa da, biraz çırpındı ve uçamadı. Yardımsever adamın göz ardı ettiği gerçek şuydu; kanatlar ancak kozadan çıkma çabalarıyla güçlenir ve uçuşa hazırlanır. Kelebek kendini kurtarma çabalarıyla aslında kaslarını geliştirmekte, kendini ayakta tutacak, güçlü kılacak, uçmaya hazırlayacak hareketleri çabalarıyla öğrenmekteydi. Yardımsever arkadaşım işini kolaylaştırarak kelebeğin güçlenmesine engel olmuştu. Kelebek hiçbir zaman özgürlüğü tanımadı, hiçbir zaman gerçekten yaşayamadı.

Çoğu anne-baba yukarıda ki hikâyede olan yardımsever adam gibi çocuklarının yaşamlarında özgür davranmalarını engellemektedir.

İyilik yaptığımızı zannederek çocukların hayatlarını kolaylaştırmaya çalışmak ve bu süreçte aşırıya kaçmak onlara zarar vermekten başka sonuçlar doğurmayacaktır.

Anne babanın çocuklarına rehber olması çok önemlidir. Rehber, yol gösterendir ebeveynler de öyle olmalıdır. Ama hem yolu gösterip hem de kucaklayıp o yolda sırtımızda taşırırsak bıraktığımız zaman yürüyemeyeceklerdir.

Birey çaba göstererek büyür, olgunlaşır.

Büyümesini engelleyemezsiniz ama olgunlaşmasını, sorumluluk almasını engellersiniz.

Hepiniz biliyorsunuz birden fazla çocuklu ailelerde kardeşlerin huy ve karakter olarak birbirlerine benzemediklerini.

Kardeşlerden biri daha dışa dönük, kendi kendine yeten, sorumlulukların hatırlatılmasına gerek duymayan diğeri ise sürekli anne ve babanın desteğine ihtiyaç duyan, sorumluluklarının hatırlatılması gereken bireyler olurlar.

Bunun nedeni açıkça ortadadır.

Hiçbir insan doğuştan bu özelliklerle doğmaz. Bunlar daha çok 6 yaşına kadar ebeveynlerimiz tarafından farkında olmadan çocuklara öğretilen düşünce ve davranış biçimleridir.

Yani anneler ve babalar hem kendilerinin hem de çocuklarının dönüşümlerinden sorumludurlar.

Bu dönüşümün sonuçları olumlu da olumsuz da olabilir ama inanın %80 her iki sonuçtan da sizler sorumlusunuz.

### b) NE, NASIL, NEDEN?

Dönüşümün sağlıklı ve etkin bir biçimde gerçekleşebilmesi için çok önem arz eden üç soruyu kendi kendimize sormamız gerekmektedir.

Ne sorusu; hedefinizin ne olduğunu ortaya çıkarır. Aile içi iletişiminizde ve kendinize bu soruyu

sormalısınız. “Ne istiyorum?”, “Ne istiyorsun?”, “Ne istiyoruz?”

Eşinizle ve çocuklarınızla bu şekilde konuşmak önemlidir. Çocuklar asıl olan isteklerini dolaylı dışa vururlar. Daha çok duygusal dışavurumlar yaşarlar. Biz onların bu davranışlarında asıl istediklerinin ne olduğunu görebilmeliyiz. Eğer göremezsek çok yüzeysel yaklaşmış oluruz. Bu da sorunu çözmez sadece erteler.

Ne istiyorum?

Üniversiteyi kazanmak

Araba almak

İşimi büyütme

Nasıl sorusu: hedefinizin stratejilerini ortaya çıkarır. Bu soruyla birlikte ona nasıl ulaşacağınızı düşünmeye başlarsınız. İletişiminizde bunları kullanmanız etkili olacaktır.

Çocuklarınıza nasıl yapacaksın diye sorun. Cevap vermese de düşünür.

Soru soran beyin gelişir. Genelde çocukları soru sormaya alıştırmıyoruz. Sadece yapmaları gerekenleri veriyoruz. Anne ve babalar kendi geçmişlerinde çok fazla sıkıntı çekmişlerse çocuklarına bunu yaşatmamak için her şeyi ayaklarına sunuyorlar.

Bu sebepten dolayı kendi başlarına düşünemez bir şeyler yaratamaz hale geliyorlar.

Çaresizlik çok zor bir süreçtir. Her zaman çocuklara çare olamazsınız. Kendi başlarına çare aramak zorundadırlar. Onlara ömür boyu sizinle yaşayacaklarmış gibi bakmayın.

Eğitim dünyasına baktığımız zaman, bizlere ve çocuklarımıza ne öğrenmemiz gerektiği verilmiş, nasıl uygulayacağımız da verilmiş. Peki, ama bunları neden öğrenmemiz gerektiği vurgulanmamış.

Neden sorusu: Hedeflerinize neden ulaşmak istiyorsunuz? Beyin en çok bu bölümü önemser.

Neden okumak istiyorsun, neden araba almak istiyorsun, neden doktor olmak istiyorsun, neden o evde yaşamak istiyorsun? Cevaplar çok önemlidir.

Yukarıda söylediğim gibi çoğumuz neden okumamız gerektiğini, neden ileride kullanmayacağımız matematik formüllerini öğrendiğimizi bilmeden okuduk.

Sürekli bir şeyler öğrendik ve yaptık hayatın içine girince çoğunu kullanmadığımızı gördük.

En önemli süreç olan ailede “neden?” sorusunun cevabını vermektir.

Çocuk bir şeyi neden yapması gerektiğini bilirse sürekli o nedeni sağlayacak eylemlerde bulunur.

Evet, ödev yapmalıyım ama neden? Başarılı olmalıyım ama neden?

Parmak kaldırmalıyım ama neden?

Üniversiteye gitmeliyim ama neden? Evlenmeliyim, neden?

Çoğu ergen ve sonrası yaşlardaki insan küçüklükten beri ailede “neden?” kavramı oluşmadığı için hayatı sorgulamaya başlarlar; “Neden yaşıyoruz?” diye.

Bu sorgulama sırasında genelde anne ve babayı rehber almak yerine internet, kitaplar, başka insanlar, tv programlarını seçerler. Cevapları bulduklarını zannettiklerine inanmak isterler, çünkü her birey bir şeye inanmak ister.

Bir eylemi neden yaptığınızı bilerseniz vazgeçmezsiniz.



Doğduğunuz andan itibaren insanların ayak basmadığı bir ormana terk edilseniz, ormandaki hayvanlar tarafından büyütülseniz; şu an sahip olduğunuz kimliğiniz olurmuydu? Düşünceleriniz ve davranışlarınız nasıl olurdu? Ne için yaşadınız? Hayatı nasıl algıladınız?

Sizi belli bir yaştan sonra alıp insanların yaşadığı ortamlara bıraksalar, nasıl tepkiler verirdiniz? Uyum problemleri yaşar mıydınız? Ahlak, görgü, yaşam kurallarını öğrenebilir miydiniz? Yani insan gibi davranır mıydınız?

Her şeyden önce insan olmaya ihtiyacımız var. Peki, insan olmak ne demek? İnsan olmak, toplumsallaşmak demektir.

Toplumun yaşam biçimini, kültürünü öğrenmek, doğru bir şekilde içselleştirmek demektir. Toplumsallaşan birey toplumun üyesi olur ve birbirleriyle benzer davranışlar sergiler. İnsan kimliğini kazanabilmemiz için toplumsallaşmamız gerekmektedir.

Her ülkenin toplumsallaşma biçimi farklıdır. Bu yüzden farklı ülke insanları bir araya geldiklerinde adaptasyon sorunu yaşarlar.

Afrika'nın bazı yerlerinde ilginç makyajlar yapmak, kadınların boyunlarını uzatmaları, çocukların belli bir yaşa kadar anneye bağımlı sonra babaya devredilmesi toplumsallaşma örneğidir.

Daha birçok ülkenin toplumsallaşma sürecini kendimize örnek alabiliriz.

Bir gerçek var ki o da "insan olmak"; sadece kendi yaşadığımız ülke normlarına göre.

İnsan olmanın temelinde bir şeye dönüşmek yatmaktadır. Doğduğumuz andan itibaren dönüşüm sürecimiz başlar.

İlk adım, dünyaya ağlayan bir bebek olarak gelmekle başlar sonra hızlı bir dönüşüm sürecine gireriz. Ağlayan bebek; konuşan, yürüyen çocuğa... Daha sonra koşan, seçmeye başlayan, zevk için yaşayan çocuğa... Daha sonra okula giden, kuralları öğrenen, ilişkilere giren, sosyalle-şen gençlere. Daha sonra cinsellik yaşayan, meslek edinen bireylere, daha sonra maddeye sahip olan, kendini geliştirebilen, isyanlar eden, çıkmazlara giren, kapılar açan, evlilik yaşayan eşlere en sonunda süreci devam ettiren insanlara dönüşürüz.

İlk andan sona doğru sürekli hedeflerimiz vardır. Hedeflerimize ulaşabilmek için stratejilerimizi geliştiririz. Bu stratejilerin bir kısmını bilinçsiz yaparız bir kısmını zamana göre bizler belirleriz.

Evet, dönüşüm; hedefe uygun hale gelmektir. Amacınız iyi bir yazar olmaksızın; ona uygun inançlarınız, becerileriniz, yakın çevreniz, kaynaklarınız (maddi-manevi), kimliğiniz olmalıdır. Bunların hepsi tamamlandığında siz istediğiniz şekilde bir yazara dönüşmüşsünüzdür.

Dönüşümü tamamladığınız an hedeftesindir. **c) DÖNÜŞÜM VE AİLE**

Dönüşüm süreci bireyden bireye, toplumdaki topluma değişir. Dönüşüm belli bir yaşa kadar kontrolümüzde değildir. Özellikle 0-5 yaş arasında her şey bizim dışımızda gelişir. Bu yaştan sonra kontrolü almaya başkaları da eklenir. Ergenlik ve sonrasında istediğimiz hedefe ulaşmak bizim kontrolümüzde olmaya başlar ama bunun da çoğu zaman farkında olmayız.

Şimdi bu sürecin büyük bir bölümünü kontrolünde tutan araçlara bir göz atarsak her şeyin başında ailenin geldiğini görürüz.

Aile iç içe, karşılıklı, göz göze, diz dize ilişkilerin olduğu bir kurumdur. Çocuklar konuşmadan, paylaşımlara, tepkilerden, dış dünyaya kadar her şeyi aileden öğrenirler. Öğrenme stilleri benzer

şekildedir, fakat öğrenilen şeyler aileden aileye farklılık gösterir. Çünkü her aile yapısının ileride çocuklarından bekleyeceği değerler farklı olacaktır.

İşte bu kısım yaşamdaki en önemli boyuttur. Bu boyutu her anne babanın çok iyi algılaması, yorumlaması gerekmektedir. Çok isteyerek dünyaya getirdiğimiz çocuklarımızın ileriki yaşlarında hayatta duruşlarını birazdan okuyacağınız değerler kısmı belirlemektedir. Bu değerleri anne ve babalar farkında olmadan çocuklarına öğretirler. Nedeni ise her yapının yaşamı algılama biçiminin farklı olmasıdır. Eğer hepimiz olayları, yaşanılanları aynı şekilde algılasaydık birbirimizden fizikselliğin dışında hiçbir farkımız olmazdı. Böylece hayat da çekilmez bir hal alırdı.

Dünyada bazı insanların başarılı, bazılarının başarısız, bazı insanların zengin, bazı insanların fakir, bazılarımızın aşırı duygusal, bazılarımızın saldırgan, bazılarımızın zevk düşküni, bazılarımızın kontrolsüz olmalarını daha birçok yönümüzü belirleyen en önemli faktör algılamadaki farklılıklarımızdır.

Uluslararası bir araştırmada, alt sınıf ve orta sınıftan ailelere, nasıl bir çocuk istedikleri sorulur. Öncelikle her iki sınıftan da aileler çocuklarının, dürüst, mutlu, saygılı, söz dinleyen ve güvenilir olmasını istediklerini belirtmişler.

Bununla beraber orta sınıf, çocuklarının kendi kararlarını ve ahlaki standartlarını geliştirmelerini teşvikten yana olmuştur. Alt sınıf aileleri ise büyük ölçüde otoriteyi, itaati istemişler.

Sonuç olarak; ailelerin, çocuklarının geleceğinde hangi değerlerin önemli olacağını düşündükleri ve onu önceliklerine aldıkları bir gerçektir.

Yoksul ailelerdeki çocukların çoğu, ileride adaletsizlikle karşılaşacakları gerçeğiyle yüz yüze gelirken, kendilerine kendini inkâr dönüşümüne hazırlık yapması empoze edilmektedir.

Zengin ailelerdeki çocukların çoğu ise ileride bağımsızlığın hoş karşılanacağı gerçeğiyle kendini önemseme dönüşümüne hazırlık yapmaları empoze edilmektedir.

Galiba farkında olmadan kendi gerçeklerimize uygun çocuklar yetiştiriyoruz.

Çocuklarımız büyüyene kadar ev içinde kararları veren çoğunlukla ebeveynlerdir. Evin hangi odalarını kullanacağından akşam pişecek yemeğe kadar sadece yetişkinlerin kararları geçerli.

Büyüyen çocuklar karar mekanizmalarını ellerine almaya başladığında anne ve babalar ilişkilerde zorlanmaya başlıyorlar. Anne-babaların tercih ve kararları çocuklara uymayınca evin içindeki seçeneklerin artırılması gerekiyor.

Çocuklarla ilişkilerinizde yaptığımız ve yapmayı düşündüğümüz her şey çocuğun geleceğini şekillendirecek.

Dönüşümü ilk belirleyen ailedir. Açıkça anne ve babalara en önemli sorum şu; “Çocuğunuzun nasıl bir insana dönüşmesini istiyorsunuz?”

Bu sorunun ve olası cevapların neler olabileceğini ayrıca neler olması gerektiğini de ilerleyen bölümlerde fark edeceğiz.

#### **d) DÖNÜŞÜM VE OKUL HAYATI**

Her anne baba çocuklarına kendi aile yapıları, kültürleri doğrultusunda bir eğitim hayatı sunmak

isterler.

Ailede başlayan dönüşüm sürecine uygun okul önem taşır. Çocuk okul hayatı içerisinde; yaşamın kurallarını, disiplini, rekabeti, sosyalleşmeyi, kıyaslamayı öğrenir.

Aileden okula geçişteki ilk zamanlarda çocuklar, bir başka otorite, bir başka her şeyi bilen kişiyle karşılaşır; öğretmen. Aslında ilerideki çalışma hayatının, meslek seçimlerinin, iş yapma becerilerinin temeli okullarda atılır.

Her toplumun bir yaşam biçimi ve kültürel yapısının olduğunu söylemişim. Gerçek olan okullardaki eğitim sisteminin o toplumun etnik, teknik, kültürel süreciyle ör-tüşmesi gerekmektedir. Bu çocukların yaşadıkları ülkeyle bütünleşmesini sağlar.

Şimdi yukarıda dönüşüm ve aile bölümünde çok önemli diyerek üzerinde durduğum ikinci en önemli kısma geldik; okulların aile ve toplumun değerlerine uyup uymaması.

Hiç sordunuz mu kendinize; ülkemizde neden birbirinden çok farklı eğitim sistemi olan özel okullar var diye?

Neden devletin eğitim sistemi ile özel okulların eğitim sistemleri birbirinden çok farklı?

Bugün marketlerde yüzlerce çeşit birbirinden farklı çaylar var çünkü hepsinin alıcısı var.

Aynı sanat dalını onlarca farklı şekilde yorumlayan sanatçılar var, çünkü hepsinin alıcısı farklı.

Okullardaki farklı sistemlerin de örtüştüğü onlarca farklı aile değerleri var. Çünkü dönüştürmek istediğimiz çocuklara uygun stratejileri anne ve babalar belirliyor.

Bazı gruplar kendi okullarını açmayı tercih ediyor. İşte bu cümle çok önemli; bazı gruplar.

Bu farklılıklar çocukların çoğunun toplumla bütünleşmesini engellemekte. Dünyaya getirdiğimiz her şeyden habersiz çocuklarımızı nerede ve nasıl sosyalleştirdiğimiz çok önemli.

Belki de onlar için tasarladığımız hayata bazen adapte olamamalarının sebebi de bu olsa gerek.

Her insan evliliğe kendi anne babasının, okul hayatının, çevresinin ve kendisinin dönüştürdüğü halde karar verir. Bu yüzden anne ve babalarının kendilerini çok iyi tanımaları, değerlerini çok iyi bilmeleri gerekmektedir. Sadece bunlar çocuklarını yetiştirmede yeterli değildir. Aynı zamanda toplum kültürünü de tanımak ebeveynleri daha bilinçli hale getirir.

## **e) DÖNÜŞÜM VE ARKADAŞ**

Çocuklarımız arkadaşları sayesinde kendilerini olumlu yönde geliştirebilirken bazen istemediğimiz hale dönüşebiliyorlar. Her gün gazetelerden, televizyonlardan, çevremizden yanlış arkadaşlıklar yüzünden istenmeyen binlerce haber okumaktayız. Arkadaşı yüzünden ders çalışmayan, alkol, uyuşturucu bağımlısı olan, okulu bırakan, kavgalara karışan, intihar eden çocuklarla iç içeyiz.

“Çocuğum ne hale geldi?”, “Ben bu günler için mi yetiştirdim?”, “Çocuğumu artık tanıyamıyorum” gibi bir sürü yakınmalar duyuyoruz. Peki, neden bu hale dönüşüyorlar?

Her anne baba bu süreçlerden geçmiştir. Arkadaş grupları çocuklar için belli bir yaştan sonra büyük önem taşır hatta her şeyden daha ön plana yerleşir.

Oynadıkları oyunlarda, gezdikleri mekânlarda, giyim tarzlarında, kullandıkları markalarda, yaşam

stilllerinde arkadaşların etkisi büyüktür. Bu süreçte çocuklarda her şey karışmaya başlar çünkü birden fazla farklı kişilik tipleriyle tanışmaya başlarlar. Bu farklı kişilik tipleri anne babaya benzemez. Benzemediği için de arkadaş ortamlarına girdikleri anda iç dünyaları karmaşıklaşmaya başlar. Bu karmaşıklık aslında her çocuğun olaylara birden fazla gözlükle de bakmasını sağlar. Ufku genişleyen çocuğun istekleri, tepkileri, tutumları eskisinden farklı bir hale dönüşür.

Şimdi dönüşüm ve aile, dönüşüm ve okuldaki kısımlarda üstüne basa basa söylediğim önemli olan bir başka bölüme geldik.

Genelde anne ve babaların çok fazla önemsemediği konular çocuklar için inanılmaz önem taşımaya başlar.

Aileler için çocuğun yemesi, içmesi, giyinmesi en başta önemlidir. Daha sonra ahlak ve görgü kuralları gelir. Ama arkadaş grubuna giren çocuklar için bunlar ikinci, üçüncü sıralara kaymaya başlar. Mesela cinsellik, sevgi, hediyeler, dans, şarkı, spor, hızlı tüketilen yemekler, markalar gibi konularda ön planda olmak, başarılı olmak çocuklar için çok önemliyken aileler için önemsiz olabilir.

Çocukların ortamları içinde bunlar en önemli değerlere dönüşür. Bu süreçte anne ve baba ile çatışmalar uyumdan daha fazla olur. Nedeni ebeveynlerin ilk beklentilerinde böyle bir dönüşümün olmamasıdır.

Hepimizin ait olduğu bir sosyal çevre vardır bu çevrelerden dışlanmak istemeyiz ve bu yüzden ait olduğumuz çevrenin kurallarına uymaya çalışırız. Çocuklar da arkadaş gruplarını, ilgilerine, kendi değerlerine göre seçip, dışlanmamak için grubun kurallarına uyum çabası gösterirler.

Anne-babalarının kontrolünde olmayan süreçlerin en önemlisi çocuğun arkadaş gruplarıdır.

Onları tanımanın yolu kendimizi tanımaktan geçer. Aşırı engelleme istenmeyen hale gelmelerini sağlamaktan başka sonuç doğurmaz. Çocuklarla zihnen, bedenen eşleşmeden doğruyu yanlış gösteremezsiniz. Arkadaş bağımlısı olmalarının tek nedeni o gruptaki herkesin birbirleriyle eşleşmesidir. İnsan eşleştiği insanı önemser.

## **f) DÖNÜŞÜM VE MEDYA**

İnsanın istediği hedefe ulaşabilmesi için birden fazla değişmesi gereken yönü vardır. Yani tam anlamıyla dönüşümün tamamlanabilmesi için gerekli yönlerdir bunlar. Ailede istenilen ya da istenmeyen dönüşümü yaratan en önemli faktörlerden biri de medyadır.

Günümüzde dünya insanı olarak bazen isteğimiz dâhilinde bazen de isteğimiz dışında medyanın üzerimizde yarattığı izleri taşımaktayız.

Şarkılar, müzik videoları, çizgi filmler, diziler, haberler beynimizi mesaj bombardımanına tutmaktadır.

Görsel ve işitsel olarak medyayla etkileşim halindeyiz. Ülkemizde altı aylık bebek günde ortalama bir buçuk saat televizyonun karşısında kalmakta. Belli bir yaştan sonra da istediği programları seçmektedir.

Medya halkın bilinçlenmesi yönünde olumlu iken bazen anne ve babaların farkında olmamalarından dolayı çocukların gelişiminde olumsuz etkiler doğurmaktadır.

Çocuklar kendilerine göre olan programlardan çok yetişkinlerle aynı programları izlemekte bu yüzden çocukluklarını yaşamadan yetişkinlerin dünyalarına hızlı bir şekilde girmektedirler.

Şimdi bazı anne babaların iç seslerini duyuyor gibiyim; “Ama bazen televizyon sayesinde işlerimizi yapabiliyoruz. Çocuklarımız televizyonun karşısındayken bizler de ev işlerimizi yapıyoruz.”

Galiba televizyon çocuk bakıcılığı görevini de üstleniyor! Son 15-20 yıldaki çocukların dönüşümünü televizyon etkilemektedir.

Ortada bir gerçek var ki çocukları televizyondan uzak tutamayız ama çocukların yanında seyredeceğimiz programları belki seçebiliriz. Olaylara nasıl baktığımız önemli, eğer çok zor olarak değerlendiriyorsak yapacak bir şey yok ama ben yapabilirim dersek yapacak çok şey var. Çocukların sahip olmasını istediğimiz doğru tutum ve davranışlar için çoğu zaman kendimizi değiştirmemiz gerektiğini unutmayalım.

## ÖZETLE

Şimdiye kadar toplumsallaşma ve dönüşümün ne olduğu üzerinde durduk.

Ayrıca dönüşümü etkileyen araçları kısaca ele aldık. Dönüşüm ile değişimi birbirinden ayırt etmek gerekmektedir.

Her çocuğun, her gencin, her annenin, her babanın istekleri ve hedefleri vardır. İstek ile hedefi doğru ayırt etmek aileyi oluşturan bireyleri huzur ve mutluluğa götürecektir çünkü yaşamda en önemli şey farkındalıktır.

Değişim; isteklerin için. Dönüşüm; hedeflerin için uygun hale gelmektir. Sizlere bu kitapta istediğiniz aile dönüşümüne nasıl ulaşabileceğiniz ile ilgili bilgiler vereceğim.

Bu bilgiler gayet anlaşılır bir dille ve hemen hayata geçirebileceğiniz kolay modellenebilecek süreçler yaşatacak.

Hızlı bir şekilde alacağınız sonuçlar anne ve babaların hatta adayların zihinlerindeki birçok soruya da cevap vermelerini sağlayacaktır.

Hayatı zor ya da kolay gören bizleriz hayatın kendisi değildir. Hepimiz beynimizde binlerce inançlarla yaşarız. Evlenmek, çocuk sahibi olmak, anne baba rollerini taşımak daha birçok şey hakkında olumlu olumsuz inançlarımız vardır. Her anne babanın da aile hayatı ile ilgili yaşam stilleri kendileri hakkında bilgiler vermektedir.

Hepimiz en az da olsa birkaç defa restorana gitmişiz-dir. Etrafınızda çocuklarıyla beraber yemek yiyen aileler görmüşüzdür. Şimdi doğru bir gözlemci için etrafa bakmak değil, görmek gerekir. Bakmak ve görmek aynı şey değildir. Kolunuzda ya da duvarınızda saat varsa, bir bakar mısınız saat kaç? Şimdi size bir soru daha peki saatinizin altı rakamının altında ne yazıyordu?

Görmek; her ikisine de cevap verebilmek ama bakmak; sadece ilkinde cevap verebilmektir.

Şimdi çocuklarıyla beraber yemek yiyen ailelere baktığımızda eğer sadece yemek yiyorlarsa ve pek fazla konuşmuyorlarsa bir problem vardır. Aile sadece yemek yeme eylemi için oradadır ama hem

yemek yiyor, hem de yoğun sohbet ediyorlarsa ailede duygusal-soyut düşünceler hâkim demektir. En küçük örnekle bir ailenin yaşam stili bu.

Her şeyden önce anne ve babaların hem kendilerini hem de başka aileleri doğru gözlemlemeleri gerekmektedir.

## 4. BÖLÜM-AİLENİN KİMYASI

Her ailenin bir yapısı yani kimyası vardır. Erkek ve kadın kendi yapılarını bir araya getirerek ortak amaç için yaşayan bir aile kimyası oluştururlar. Oluşan bu kimya tek olmaktan çıkar ve dünyaya gelen çocuklara aktarılır. Aile yapısı içinde çocuk dünyaya gelmeden önce tüm sorunların çözümlenmesi gerekmektedir. Eğer problem varsa ve çözüme ulaşmamışsa ertelenmiş demektir.

Çocuğun dünyaya gelmesiyle problem arka plana atılır. İleriki zamanlarda büyüyerek tekrar ailenin kapısını çalacaktır.

Bu bölümde anne babalar ilk önce kendilerini tanıyacak, şu an sahip oldukları düşüncelerin, yaptıkları davranışların nedenlerinin farkındalığına ulaşacaklar.

İnsan kendini tanımazsa değişime giremez. Aşağıda açıklayarak vereceğim kişilik tipleri sizin eşinizle, çocuğunuzla olan iletişim şeklinizi belirleyen iç dinamiklerinizdir. Kesinlikle iyi-kötü, doğru-yanlış olarak düşünmeyin.

Sadece aşırıya kaçtıkça insana ve çevresindekilere zarar vermeye başlar.

Okudukça kendinize, eşinize ve çocuklarınıza yakın olanı belirleyin.

### AİLE KİMYAMIZ Anne - Baba tipleri

EŞLEŞEN	Onay verendir.	EŞLEŞMEYEN	Onay vermeyendir.
İÇSELLEŞEN	Depresyon adayı (aşırıya kaçarsa)	DIŞSALLAŞAN	Olayı dışarıdan görür, etkilenmez.
İÇ REFERANS	Her zaman kendi bildiği doğrudur.	DIŞ REFERANS	Dışarıdan çok mesaj alır ve doğruyu bulur.
PROSES	Dışarıdaki işlerde iyidir.	PROSEDÜR	Masa başı işinde iyidir.
HAZ ODAKLI	“Boş ver yaa!”	ACI ODAKLI	“Ne kötü bir yer”
GELECEK	“Şunu yaparız, bunu ya-GEÇMİŞ	ODAKLI	“Yapma, o da öyle
ODAKLI	parız.” der.	ODAKLI	yaptı bak ne oldu?” der.
BENZERLİK	Gibi kelimesini çok kullanır	FARKLILIK	Farklı kelimesini çok kullanır.
ODAKLI		ODAKLI	

#### a) EŞLEŞEN EBEVEYNLER

— Karşısındaki insanla konuşurken kafasını sallayıp onay verirler. Yalnızlık onları sıkır, yalnız kalmayı sevmezler.

Eleştiriye pek tahammülleri yoktur.

Çok çabuk ilişki kurabilirler ve fazlaca arkadaşları vardır.

İlişkilerde ayrılıkları daha fazladır.

Eşleşen bir ebeveyn iseniz çocuklarınız sizinle zaman geçirmekten zevk alırlar ama her istediklerini de yaptırabilirler.

Bu tip anne veya babalar, eşleşen yanlarını aşırı kullandıkları zaman genelde tavizleri de çok olur. Eğer diğer ebeveyn eşleşen değilse eşini sık sık eleştirir; “ben sana demedim mi çocuğun her

*dediğini yapma diye, bak ...” gibi sözleri çokça sarf ederler.*

Eşleşme yapılarını etkili ve doğru kullandıkları zaman çocuğu anlama ve onunla paylaşımında bulunma süreci de daha başarılı olur.

## **b) EŞLEŞMEZ EBEVEYNLER**

Konuşurken kolay kolay onay vermezler.

Az iş ve az da hata yaparlar.

Herkesle kolay arkadaşlık kurmaz, az arkadaşı vardır ama uzun süreli olmasını isterler.

Eşleşen biri ile eşleşmez biri evlendiğinde birbirlerini anlayamayabilirler.

Düşündüklerini doğrudan söylerler.

Aşırı eşleşmezler çocuklarını anlamada zorlanabilirler.

Çocuklar genelde istedikleri şeyleri eşleşen ebeveynine söyler. Örneğin; babadan bir şeyler isteneceği zaman ilk önce anneye giderler.

## **c) EŞLEŞEN VE EŞLEŞMEYEN EBEVEYNLERİN KARŞILAŞTIRILMASI**

Eşleşen bir anne komşu ilişkilerini yoğun yaşayabilir ama eşi eşleşmezse bu problem olmaya başlar. Eğer siz eşleşen, eşiniz de eşleşmez bir yapıya sahip ise iletişim şekliniz bakın nasıl olur: Siz gün içinde yaşadığınız olayları, heyecanlarınızı, korkularınızı, mutluluklarınızı akşam işten geldiğinde ona anlatmak istersiniz.

Eşinizin sizi dinlerken anlatacaklarınızdan sizin kadar etkileneceğini düşünürsünüz. Yalnız eşiniz sizi dinlerken sizin duygularınızla eşleşmeyeceği için bu sizde rahatsız edici bir duygu yaratabilir. Sizi önemsemediğini düşünebilirsiniz. Bu düşünce gerçek değildir. O sizi anlar tek fark sizin tepkilerinize sahip olmamasıdır.

Eşleşen eş, eşleşmez eşine sormadan misafir kabul edebilir ya da ev için başkasıyla bir karar alabilir.

Akşam size oturmaya gelmek isteyen birileri olduğunda eşleşen kolay hayır diyemeyeceği için onay verir. Yalnız eşleşmez eş bundan rahatsız olur.

Çünkü eşleşmezler kolay kolay evet demezler. Bazı kadınlar kapıya gelen her satıcıdan alışveriş yapabilir, bu eşlerini müthiş rahatsız eder. Müşteri temsilcilerinin en çok istediği insan tipidir, eşleşenler.

Eşleşen herkesle iletişim kurabilir bulunduğu ortama çabuk uyum sağlar. Eşleşmez bunu hemen yapamaz. İnsanların alanına girebilmek ve kendi alanına insanları alabilmek için biraz zamana ihtiyacı vardır.

Büyükanne, büyükbaba, anneanneler, dedeler torunlarıyla çok iyi vakit geçirirler. Çünkü torunlarla en iyi eşleşen insanlardır. Çocuklar da kendileriyle eşleşen anneanne ve dedeleri istekleri doğrultusunda kullanırlar. Her istediklerini yaptırırlar.

Dikkat ederseniz bazı anneanne ve dedeler kuralcı ve eşleşmez olduklarından çocuklar onlar yerine kendileriyle eşleşen diğer büyüklerine gitmek isterler.



Eşleşenleri hemen tanıyabilirsiniz. Sohbet ederken kafalarını sallamaları, birçok şeye hemen evet demeleri, uyum problemi yaşamamalarından bellidir.

Eşleşenlerin çok kullandıkları cümleler:

Tamam, onu da yapalım.

Olur, ben gelirim sorun değil.

Evet, hemen alıyorum, yooo eşime sormama gerek yok!

Seninle her şeyi yaparım çocuğum, oynayalım sonra dışarı çıkarız, yemek yeriz, oradan anneannelere gideriz, başka ne istersin?

Eşleşmezlerin en çok kullandıkları cümleler:

Çocuğum biraz düşünmem lazım.

Siz beni listeye yazmayın, ben size birkaç gün içinde haber vereceğim.

Almaya karar vermedim, verince uğrarım.

Tabii ki her şeyi yapabiliriz çocuğum ama sırayla bugün sadece dışarı çıkalım, anneanneler konusunda söz vermiyorum.

#### **d) İÇ REFERANSLI EBEVEYNLER**

Bildiğini okuyan kişilerdir. Herkese sorar ama yine de kendi bildiğini yapar.

Eleştirileri dinler ama önemsemezler.

Bir iş yaptığında eşi istediği kadar olmuş desin, kendi iç sesi olmamış diyorsa öyledir.

Alışverişe gidilecekse sadece alınması gerekenleri alır. Başka bir şeyden etkilenmez.

Akşamları hemen uykuya dalabilir.

Motivasyonları aynı tempoda gider ve uzun sürer.

#### **e) DIŞ REFERANSLI EBEVEYNLER**

— Başka insanların söylediklerinden etkilenirler, önemserler.

Bir tek şey için alışverişe gider fakat elleri dolu gelirler. Almaması gerekenleri de alabilirler.

Motivasyonları çabuk yükselir çabuk düşer.

Eşiyle tartışmışsa kolay kolay uyuyamaz.

Bu yapıdaki çocuk; olaylardan, anne ve babasından çok etkilenir.

Dış referanslı anne, çocuğunun her şeyinden etkilenir ve bunu iç referanslı eşine anlattığında eşi kendi bildiği doğruyu önemser.

Dış referanslı için çevre önemliyken iç referanslı için kendi önemlidir.

Çocuğunuz dış referanslı ise başkasından etkilenme oranı fazladır. Okul hayatında öğretmen, arkadaş, çevre-

nin onun hakkında düşündükleri yüzünden acı ya da haz duyar.

Öğretmen bana , dedi.

Arkadaşım bana yaptı, gibi şikâyet-  
leri fazla olan çocuklar dış referansı fazla olan çocuklar-  
dır.

Dış referanslı eşiniz için yaptığınız, söylediğiniz her şey önemlidir. Onları eleştirirken dikkatli olmalısınız.

Bazı anne babalar başkalarının ne düşündüğünü çok önemsediklerinden kendi ailelerine sıkıntı vermektedirler. Ülkede başkaları ne düşünür düşüncesiyle hayatları mahvolan binlerce çocuk bulunmaktadır.

“Komşu ne der?” düşüncesiyle sürekli yasaklara maruz kalan çocuklar buna örnektir.

Öğretmenlerden şikâyet almamak için, evde çocuklarına baskı yapan ebeveynler.

Dışarıdan birinin söylediği gerçek olduğu kesin olmayan şeyler yüzünden ailesine şiddet uygulayan bireyler.

İnsan aşırı dış referanslı oldukça kendi gerçeklerinden uzaklaşmaya başlar. Sürekli başkaları için yaşayan insanlar haline gelir. Bu çok zararlı bir yaşamdır. Hiçbir şeyde aşırıya kaçmamak gerekir.

Dış referanslı insanlar bir mağazaya elbise almaya gittiklerinde, tezgâhtar yüzünden ihtiyacı olmadığını halde elbise yanına ayakkabı da alır, çıkar.

Çoğu kez yaptıklarını geri getirmek isterler çünkü eve gittiklerinde pişmanlık başlar. İç referanslı eş ise sürekli şu tepkileri verir:

Buna ne gerek vardı şimdi, boşu boşuna bu kadar şey almışsın.

Sen ne dersen de, bence doğru olan bu.

Teşekkür ederim sadece elbise alıp çıkacağım, başka bir şey göstermeyin lütfen.

## **GELECEK ODAKLI EBEVEYNLER**

Hayal dünyaları ve yaratıcılıkları fazla gelişmiştir.

Plan ve projeleri çok düşünürler. Sürekli ...acak, ..ecek’li konuşurlar.

Yeniliklere açıktırlar çabuk modellerler.

Risk almayı severler. İstedikçe kadar anlat, deneme yanılmayı seçerler.

## **GEÇMİŞ ODAKLI EBEVEYNLER**

Gelecek odaklı kadar yeniliğe açık değillerdir.

Deneyimler önemlidir. Kolay kolay risk almazlar.

Az eylem az hata yapmak isterler.

Çocuklarına geçmişi anlatmayı isterler.

Evlerini, arabalarını, düzenlerini değiştirmeyi istemezler.

Hafızaları gelişmiştir, kolay unutmazlar.

Çocuklar genelde gelecek odaklı olurlar çünkü yaşam deneyimleri fazla yoktur. Bu yüzden hatalarından çok fazla ders çıkaramazlar. Onlar hata yaptığında geçmiş odaklı ebeveyn nasihatlerde bulunur.

Birden fazla çocuklu ailelerde çocukların yapıları birbirine benzemez. Biri geçmiş odaklı ise diğeri gelecek odaklıdır. Her ikisini de ikna etmek için aynı şekilde yaklaşılmaz. Bu süreç ebeveynler için de geçerlidir.

Gelecek odaklı eş geçmiş odaklı eşini yeni bir şey için kolay ikna edemez. Gelecek odaklı yeni çıkan bir şeyi denemeyi almayı sever ama geçmiş odaklı eskilerden hemen vazgeçemez. Geçmiş odaklı ebeveyn; “bizim zamanımızda ... “ gibi cümleleri sık kullanırken gelecek odaklı ebeveyn; “o eskidendi, şimdi devir değişti” gibi cümleleri daha sık kullanır.

Geçmiş odaklıda geçmişten gelen korkular gelecek odaklıda gelecekle ilgili kaygılar vardır.

Çocuklar büyüdükçe gelecek odakları artarken, anne ve babanın bunun üzerine geçmiş odakları artar.

## **h) İÇSELLEŞEN EBEVEYNLER**

Yaşanılan olayların çok fazla etkisinde kalır.

Herkesle ağlayıp herkesle gülen kişilerdir.

Film izlerken bazı sahnelerde gözünü kapar, baka-maz.

Bütünü çok göremez, parçayı görür, bu yüzden ayrıntılar önemlidir. Küçük şeylere takabilir.

İfadelerinde biraz abartı vardır çünkü her duyguyu yoğun yaşar.

Evde bir sorun varsa halledilene kadar kendi dünyasında rahatsızlık yaşar.

## **i) DIŞSALLAŞAN EBEVEYNLER**

Olayların pek içine girmezler, dışarıdan seyrederek.

Duygularında abartı olmaz.

Eşi çok üzücü ya da çok yoğun duygulu bir şey anlattığında çok fazla içselleşmez.

İçselleşen eş hemen ağlayabilir, evinde, çocuklarında, komşuluk ve akrabalık ilişkilerinde bir sorun yaşarlarsa bunu fazla içselleştirirler. Ama eşi dışsallaşan ise eşinin bu tepkileri onu rahatsız edecektir.

İçselleşen bir anne çocuğu yorgun bir şekilde eve geldiğinde, ödevini ya da sorumluluklarını yapması için çocuğun üstüne fazla gitmez, esnek davranır. Ama baba dışsallaşan ise eşine yüklenir “Niye erkenden uyumuş, ödevini yapmadı mı? Odasını neden toplamadı?” gibi. Anne ise içselleşen olduğu için: “Gitme üstüne çok yorgundu” gibi cümleler kurar.

## **i) PROSES EBEVEYNLER**

Proses eşler genelde bağımsız yaşamayı severler. Eylem insanıdır.

Sürekli kuralları sevmezler, son anda karar verirler.

Girişimcilik yönü gelişmiştir, denemek isterler.

Sevgiye odaklıdır, düzenleri kısa sürelidir.

— Tatile çıkmak istediğinde her şeyi sona bırakabilir, “orada hallederiz” derler.

### **j) PROSEDÜR EBEVEYNLER**

Tarzları vardır daha çok saygıya odaklıdır.

Kurallara uymayı ve uyulmasını isterler.

Her şeyi önceden planlarlar.

Uzun süreli düzen isterler, ne yapacaklarını önceden bilmek isterler.

Eşlerden biri proses, biri prosedürse bazı anlaşmazlıklar yaşanabilir. Biri çocuğuna kuralları öğretmeye çalışırken diğerrinin duruşu yüzünden çocuk uyum sağlama da zorlanabilir.

Prosedür eş için yemek saati, uyku saati, gezi günleri, alışveriş günleri sabittir.

Proses eş her zaman her şeyi yapabilir. Gecenin bir yarısı kalkıp çamaşır yıkar, iki gün üst üste alışverişe çıkabilir. Bu prosedür eşi bazen rahatsız eder. Çocuklar bir dönem proses yaşarlar. Bu dönemde kuralları ebeveynlerden öğrenirler.

Aldığı kitabı yarıda bırakıp okumamak, uyku düzeni sağlayamamak, odasına, yaşam alanına sürekli tertip düzen verememek proseslerin yapısıdır.

Kardeşlerden biri prosedür diğeri proses olduğunda anlaşmaları zorlaşmaya başlar.

Proses çocuk sürekli dağıtarak oynarken prosedür olan dağıtılmasından rahatsız olacaktır.

Proses toplayacağını söyler ama unutur. Arkadan toplayan prosedürlerdir.

İki yapının da aşırısı zarar verir.

### **k) ACI ODAKLI EBEVEYNLER**

Aile içinde, hayatında sıkıntı olmasın yeter, haz olmasa da olur.

Acıya karşı sabrı pek fazla değildir.

Ev ile ilgili kararlar alınırken ilk önce yaşayacağı sıkıntılar akla gelir.

Çocuğuna ve eşine bir konuda nasihat verirken ilk önce olumsuzluklardan başlar. Örneğin: çocuğuna “ders çalışmazsan, bir mesleğin olmazsa ilerde şu sıkıntıları yaşarsın” gibi. Sürekli acıları ilk önce dile getirir.

Genelde evde bir eşya ancak problem yarattığında değiştirir ya da tamir eder. İlk önce acıyı yaşaması gerekir.

### **l) HAZ ODAKLI EBEVEYNLER**

Hazza karşı sabrı pek fazla yoktur.

Mutlu olduğu sürece yönlendirmeye daha açık ebeveynlerdir.

Beğenilmek ister, mutluluktan yüksek tepkiler verebilir, çılgılık atan kişilerdir.

Uzun süre evde dinlenemez, canı çabuk sıkılabilir, sürekli mutlu olacak şeyler yapmak ister.

Çocuğuna, eşine nasihat ederken ilk önce olumlu yanlarından bahseder.

Bir şeyin onu mutlu edeceğine ikna olması yeter.

Haz odaklı bir anne ile acı odaklı bir baba araba almaya kalktıklarında, her ikisinin hedefi aynı olduğu halde, hedefe yaklaşımları farklı olur.

Haz odaklı anne ilk önce arabanın yaşatacağı rahatlığı düşünürken acı odaklı baba ilk önce arabanın yaşatabileceği sorunları düşünür. Yedek parça, kasko, kaza vb.

Şimdi herkes ama ben ikisini de düşünüyorum der, doğru ama ilk önce aklınıza hangisi geliyor?

Diyelim ki tatile gittiniz:

Haz odaklı sürekli mutlu edecek şeyleri düşünürken acı odaklı otel odasına, yemeklere, suyun soğukluğuna takar durur. Çünkü acıları görür.

Haz odaklı eş; “ama hayatım bak deniz, kum çok güzel tadını çıkaralım” gibi yaklaşır.

Çocuklar ergenliğe kadar ağırlıklı haz odaklı olurlar. Acı odaklı ebeveyn başlarına gelebilecek sorunları anlattıkça haz odaklı çocuklar çok fazla söz dinlemezler.

Her ikisini ikna etmek için yaklaşımlar farklı olmalıdır. İletişim kurarken iki yapıya göre konuşmak gerekir. Çocuklara bazen ödül bazen ceza uygulanır. Bazı çocuklara ödül bazı çocuklara da ceza fayda etmez.

Yetişkinler içinde bu durum söz konusudur.

Çocuğunuz haz odaklı ise ona yaptıracağınız eylemin arkasında haz olup olmaması onun için önemlidir.

Çocuğunuz acı odaklı ise ona yaptıracağınız eylemin arkasında acı olup olmadığı önemlidir.

Uzunca bir süre kimsesiz çocuklarla, sokak çocuklarıyla, engelli çocuğu olan ailelerle gönüllü çalışmalarım oldu.

Yapılan araştırmalar ve biz uzmanların da deneyimlerimizde gözlemlediğimiz süreçlere bakarsak:

Evden kaçan çocuklarla yaptığımız görüşmelerde, sorduğumuz sorulara verilen yanıtlar arasındaki fark bu gerçeği ortaya koyuyordu.

Evden neden kaçtınız?

### **Haz odaklı çocuklar veya gençler:**

Artık daha rahat bir hayat sürmek istiyorum, kendi istediğime göre yaşamak benim de hakkım, mutlu olmak, huzurlu olmak için kaçtım. Büyükşehirde her şey kolay diyorlar, bir iş buldum mu istediğim hayatı yaşarım.

### **Acı odaklı çocuklar:**

Bıktım artık evdeki kavga, gürültülerden. Annemin babamın baskılarına dayanamıyorum.

Her gün şiddet, her gün bağırış nereye kadar sürer. Babamdan çok korkuyorum.

Her iki grubun da eylemi aynı ama yola çıkış nedenlerine baktığınızda süreçler değişmeye başlıyor. Her iki grup da evlerindeki psikolojik, fiziksel şiddet yüzünden kaçmayı istiyor fakat her iki grubun evden kaçma nedenleri farklı.

Birinci grup sürekli hazza ulaşmak isteyecekken ikinci grup sürekli acıdan kaçacaktır.

### **m) BENZER ODAKLI EBEVEYNLER**

Benzer odaklı kişiler bir şeyi başka bir şeye benzetme eğilimindedirler. Mesela ilk defa tattığı bir yemeği denedikten sonra; “Şuna benziyor sanki” gibi tepkilerde bulunur.

“Gibi, benzer...” dilinde en çok kullandığı kelimelerdir. Benzerlik odaklı ebeveynler hayatlarında çok fazla değişikliği sevmezler. Her sene gittikleri tatil yerleri ya aynıdır ya da birbirine benzer yerlerdir. Bir restoranda çorba, sıcak yemek, tatlı her şeyi yiyebilirler. Kolay kolay alışkanlıklarını değiştirmezler. Çocuklarının farklı giyim tarzları kendi geçmişlerinden farklı olmaya başladığında eleştirmeye başlarlar.

Birden fazla çocukları varsa ikisi arasındaki benzer noktalara daha çok odaklanırlar. Kıyaslama yaparlarken; “Bak abin gibi...”, “Komşumuzun çocuğu Murat gibi sende .. yapsana” cümlelerini sıkça kullanırlar.

Benzerlik odaklı insanlar sevdiği insandan ayrıldığında ondan sonraki ilişkilerinde bir öncekiyle ortak noktaları daha çok arayacaktır. “Ama o, şöyleydi, bunu yapmazdı.” diyecektir.

### **n) FARKLILIK ODAKLI EBEVEYNLER**

Farklılık odaklı kişiler her şeyin farklı olduğu noktasına daha çok odaklanırlar. Bir şeyi sadece farklı olduğu için alabilirler. Farklı olduğu için denedikleri yemekler, kıyafetler, oyunlar vardır.

Okudukları kitaptan seyrettikleri filmlere kadar farklılık onları çeker. Model almayı sevmezler yaşamlarında herkesten, diğerlerinden farklı olmak isterler. Dillerinde “ama ve fakat” gibi kelimeler çoktur.

Aşırı farklı odaklılar saçlarını yeşile, kırmızıya boyaya-bilirler.

Bir restoranda çorba içiyorsa, sıcak yemeği başka bir yerde, tatlıyı başka bir yerde yiyebilirler. Her sene farklı bir tatil yeri ilgilerini çekebilir. Bu sene güneye, seneye kuzeye giderler.

Aile içi iletişimde farklılık odaklı ebeveynler çocuklarında farklı noktalar ararlar.

Çocuklarının yaşamındaki farklı kesitler daha çok ilgilerini çeker.

**“Aile hayatının güzelliği gibi hiçbir Şey yoktur.”**

**Oscar Wilde**

# 5. BÖLÜM - AİLEDE 24 SAAT

## a) AİLEDE SABAH

Mevsimler, günler, sabahlar, öğlenler, akşamlar insanın psikolojisini etkileyen en önemli faktörlerin başında gelir. İnsan tek başına bu süreci daha rahat atlatırken aile olduktan sonra etkileşim süreci başlar.

İnsanların üç farklı temsil sistemleri vardır. Bunlar; görsel, işitsel ve dokunsal sistemlerdir.

Gün içinde farklı saatlerde her birini daha aktif kullanırlar.

Sabah uyandığımızda beynimizin arka tarafı yani görsel hafızamız daha aktiftir.

İnsanlar sabah saatlerinde dış görünüşlerine daha çok önem verirler. İşitsel süreç pasif olduğundan daha az konuşulur.

Eğer anne ve baba çalışıyorsa çocuk erken uyanıp ikisini de görmek isteyecektir. Çocuk daha çok sizi görme merkezine almak için yanından ayrılmanızı istemez. İşe gitmenizi istemiyorsa size sürekli sabah saatlerinde onunla uğraşmanız için sorunlar çıkarabilir. Üstünü giymez, elini, yüzünü yıkamaz.

Sabahları küçük çocuğunuza yapacağınız görsel jestler çok önemlidir onun için. Mimiklerinizin, davranışlarınızın aşırı farkındadır. Eğer o da anaokuluna gidiyorsa gününün nasıl geçeceği sabah sizi nasıl gördüğüne bağlı olabilir.

Sabah ondan ayrılış sahneleriniz çok önemlidir. Baba çok erken işe gidiyorsa çocuk uyandığında babayı göremez. Hemen annesine babasını sorar.

Çocuk: “Anne, babam nerde?”

Anne: “Erkenden işe gitti.”

Çocuk: “Beni gördü mü?” diye sorar.

“Evet” dediğinizde çok rahatlar.

Anne ve baba sabahları bir konu hakkında tartışıyorsanız bunu çocuğunuz çok küçük de olsa görsel alanının içinde sakın yapmayın. Çünkü akşama kadar o görsel mesaj gözünün önünden gitmez. Ev içinde ya da okula gidiyorsa okulda huzursuz olmaya başlar.

## b) AİLEDE ÖĞLEN

Öğlen saatleri beynin yan taraflarının aktif olduğu zamanlardır. Beynimizin yan (şakak) bölümleri işitsel hafızamızın olduğu bölümlerdir. Öğlene doğru sohbetler artar, konuşmalar sıklaşır.

Bütün iş toplantıları, sunumlar, sözlü sınavlar daha çok öğlen saatlerinde tercih edilir.

Sabah saatlerinde daha çok televizyon karşısında çizgi film seyreden çocuk öğlene doğru oyunlar



oyynamaya başlar. Dikkat ederseniz 2-6 yaş arası çocuklar oynarken kendi kendilerine de işitsel aşamada konuşurlar. Çizgi filmlerin sabah saatlerinde çok fazla gösterimde olmasının nedenleri arasında bu vardır, görsellik.

İşe giden ebeveynler öğle saatlerinde çocuklarıyla telefonla görüşmek isterler, amaç seslerini duymaktır. İmkânınız olduğu sürece iş yerinde telefonla çocuğunuzun sesini duyun ve kendi sesinizi ona duyurun. Bu çok önemlidir çocuğunuza güven ve mutluluk verir. En önemlisi bu sizi de mutlu eder.

Eğer ev hanımı iseniz daha çok öğlen saatlerinde konuşacak birilerini ararsınız. Okulda işitselliğini doyuma ulaştırmış çocuk eve geldiğinde annesinin “Okul nasıl geçti? Sınavdan kaç aldın” gibi işitsel saldırılarına uğrar.

Bu aşamada çocuk genelde hemen konuşmak istemez. Annelerin çocuklarına dinlenme zamanı vermeleri gerekir. Beyni dinlenen çocuk daha aktif ve rahat bir şekilde konuşmaya başlayacaktır.

### **c) AİLEDE AKŞAM**

Akşam saatlerinde beynimizin üst kısmı aktifleşmeye başlar. Beynin üst kısmı dokunsal sistemin olduğu bölümdür.

Dokunsal sistem aktif olduğunda insanlar daha yavaş hareket etmeye başlar. Çok konuşmak istemezler hemen eve gidip, kendilerini koltuğa atıp dinlenmek isterler.

Dokunsal hafıza içerisinde ağır ağır hareket etmeyi barındırır. Siz en dokunsal halinizle eve gittiğinizde evde dokunsallığa girmemiş çocuğunuz sizi görmek, konuşmak, oynamak için bekliyor olacaktır. Siz ondan izin istersiniz ama o bu izini vermek istemez.

Dokunsal bölüm çok önemlidir. Çocuklar başlarının üst kısmının okşanmasından çok mutlu olurlar. Mesela öğrencilik hayatında başımızın üstünü okşayan öğretmenimizi hiç unutmayız.

Akşamları çocuklar sizinle boğuşmak size dokunmak isterler tabi ki siz de bunu istersiniz.

Onları akşamları dokunsal ihtiyaçtan mahrum bırakmayın. Rahat ve huzurlu uyumaları için bu çok önemlidir. Bebek de olsalar buna ihtiyaçları vardır.

Mesela, anne ve babalar şimdiki sözlerimi bir düşünün. Dokunsallık akşamları artar bu sebeple romantizmde akşam saatlerinde yaşanır. Birbirlerine sarılmalar, güzel sözler gibi...

Bunlardan birbirinizi mahrum bırakmayın belki de en çok sizlerin ihtiyacı var.

Sabahları bu süreç yaşanmaz.

Siz hiç mum ışığında sabah kahvaltısı duydunuz mu? Bu genelde akşamları dokunsal saatlerde olur. Çocukları akşam saatlerinde dokunsal temaslarınızdan mahrum etmeyin. Onunla kuracağınız iletişimde dokunmaya çalışın. Bu şekilde kurduğunuz ilişkide daha etkin ve faydalı sonuçlar alırsınız. Hepiniz hatırlarsınız; çocuklarınızı bebeklik dönemlerinde kucağınıza alıp dokunmadan uyu-tamazdınız. Aslında hâlâ aynı davranışları sizden beklerler.

Vücudumuzun hemen hemen her yeri iki kısımdan oluşmuştur.



## 6. BÖLÜM - HANGİ ANNE, HANGİ BABASINIZ?

İki gözümüz, iki kulağımız, iki tane burun deliğimiz, iki böbreğimiz, iki elimiz, iki ayağımız vb.

İnsan sadece birini aktif kullanır diğerini pasif kullanır. Yani iki gözle bakıp sadece biriyle görmek gibi.

İnsanı var eden, her şeyin merkezi olan beynimizi de kullanırken bir tip yönünü daha baskın kullanırız. Her iki tip özelliğimize de sahibiz; fakat birini daha baskın kullanırız. Hayatımızı baskın kullanılan yönümüz yönetir.

Ailemizi, çevremizi, ilişkilerimizi de bu yöne göre yaşarız. Şimdi bizde var olan bu iki özelliğin birine A tipi diğerine B tipi diyelim. Bazen iki aynı tipi (A-A),(B-B) kullanan bazen de iki farklı tipi (A-B) kullanan eşler bir araya gelir. Peki, ortaya nasıl sonuçlar çıkar?

Bu soruya cevap verebilmek için A ve B tiplerini tanımamız gerekir.

Her iki tipte içinde bizler için sunulmuş mucizeler taşır. Farkında olmadığımız için kendimizle ilgili birçok şeyin nedenlerini de bilemeyiz. Kendini tanımak sadece sahip olduğumuz dış dünyayı bilmekle olmaz. Sonuçta dış dünyamızı yaratan iç dünyamızdır. Bizler aile içinde, sosyal ve iş ortamlarında nasıl yaşıyorsak bunun nedeni iç dünyamızda yaşadıklarımızdır.

Eşinizle, çocuğunuzla olan ilişkiniz, vereceğiniz kararlar, ailenizi koruma şekliniz, çocuğunuzu büyütme şekliniz, kızgınlığınızda, mutluluğunuzda gösterdiğiniz davranışlar bunların hepsi ve sizinle ilgili her şey iç dünyanızdaki sürece bağlıdır. Eğer hangi tip özelliğe sahip olduğunuzu bilmezseniz size olumsuz gelen yönlerinizi değiştirmede zorlanırsınız.

Şimdi her iki tipin özelliklerini görelim. Unutmayın her ikisi de hepimizde var ama birini baskın kullanıyoruz. Aile hayatınızda kararlarınızı daha çok hangisiyle veriyorsunuz? Analizi size bırakıyorum.

### a) A TİPİ EBEVEYN

Duygusal yaşantıların yoğun olduğu tiplerdir. Genelde aile hayatında duygularını ön planda yaşarlar, verdiği kararlarda kaynak olarak sahip olduğu duygularını gösterir. İlişkilerinde duygu kullanımlarını abarttığı zaman psikolojik problemler yaşayabilir. Mutluluk, öfke, sabır, hoşlanma, merak, endişe gibi duygu dolu kelimeleri günlük yaşamında çok kullanır.

A tipi ebeveyn hayatta her şeyin nasıl yapıldığıyla ilgilenir. Eylem insanı olduğu için yaparak daha rahat öğrenir. Aile içi ilişkilerinde müdahaleci olmaktan kendini alıkoyamaz. Eşiyle ve çocuğuyla gelecekte yapacaklarına dair sürekli konuşmak ister.

Ailesiyle her türlü ilişkisinde güzel ve çirkin arar. Bu ebeveyn için, bir hareketin, bir eşyanın, bir kıyafetin güzel veya çirkin olması ilk önce önem taşır.

Eşiyle tartıştığında onu etkileyen şey; tartışmadan ziyade genelde tartışma şeklindedir.

Nasıl tartıştığına bakar. Birçok şeyde zevk ve acıya bakar.

A tipi eş duygularını ön planda yaşar. Ailesindekilerin duygularını anlamaya çalışır ve kendi duygularının anlaşılmasını bekler; “O kadar üzülüyorum ki, kimse beni anlamıyor”, “Artık sabrım kalmadı, dayanamıyorum”, “Senden beni anlamamı bekliyorum sadece”, “Dayanamam ben sana”, “Seni çok seviyorum, sen olmazsan ben yaşayamam” gibi birçok olumlu olumsuz duygular barındıran cümleleri kullanır. Karşı tarafın da kullanmasını bekler. İstedığı şekilde karşılık alamayınca rahatsızlık duyabilir.

Hızlıdır, hareketlidir çocuğı böyle değilse onun yavaşlığı rahatsız edebilir.

Genelde anne ve babalar dünyaya bebekleri geldiğinde dış görünüşüne göre kendilerine benzetirler. Bebek büyüdükten sonra farklı davranışlar sergilemeye başlar. A tipi ebeveyn çocuğı kendi gibi davranışlar sergilemediğinde; “Bu kime çekti böyle?” demeye başlar. Kendisi hızlı düşünüp hızlı hareket edebildiğinden kendi yaptıklarının doğru olduğu yanlıgısına kapılabilir. Eşi ve çocuğı yavaş hareket ettiğinde sıkılmaya başlar.

Özellikle bir yere yetişmesi gerektiğinde panik yaşayabilir. Bu paniğı ailede herkese hissettirir; “Hadi çabuk olun geç kalacağız”, “Ya çok yavaşsınız, hızlanın biraz”.

Mesela A tipimiz anne olsun. Bu tip kadınlar birçok yemeğı bir anda hızlı bir şekilde yapabilir. Birçok şeyi bir anda düşünüp elini ayağını birbirine dolayabilir.

Çocuk annesinin bu yapısını hızlı bir şekilde öğrenir. Bu öğrenme çocuk için zor olmaz.

Bunu öğrenen çocuk annesinin her şeyi yapabileceğine inanır. Bazı anneler önceden birçok şey için çocuğı sözler verirler. Daha sonra bu sözlerini unutabilirler. Çocuk bunu fark ettiğinde anneye yapışır ve “ama sen söz vermiştin, alacaktın” gibi sinirli, ağlamaklı yaklaşımlarda bulunabilirler.

A tipi ebeveyn kolektif yaşamayı sever. Mesela tek başına alışverişe gitmek istemez. Yanında muhakkak birilerini ister.

Eve bir eşya alacaksa ilk önce o eşyanın estetik olup olmadığına bakar.

Teknolojiyi takip ederler. Yenilikçidirler, yeni çıkan her şey, her bilgi ilgilerini çeker.

Bir anda parlamalar yaşayabilirler her şeye hemen tepki verirler.

Sürekli yapılacakları düşünür, gelecek odaklıdır. Eşine ve çocuğına yapılması gerekenleri hatırlatanlar daha çok sağ lobludurlar.

İlişkilerinde mimiklerini çok kullanırlar, değışkenlik fazladır. Birden başka bir duyguya geçebilirler.

Hemen motive olabilirler ama bu motivasyon kısa sürebilir. Kısa sürede ne yapacağını bilmek isterler. Eğer çocuğunuz A tipi ise uzun zaman sonra yapması gerekenler yerine yakın zamanda yapması gerekenleri bilmek daha faydalı olur.

Çocuklar bu yapıdaki ebeveyne istediklerini kolay yaptırabilirler. Çünkü anne ya da baba duygularına göre hareket ettiği için dayanma eşiğı düşer.

Çabuk söz verip sonra vazgeçme olasılıkları vardır.

Empati becerileri gelişmiştir. Çabuk eşleşirler. Çocuğıyla oynarken, “Tamam bu oyunu da oynayalım”, “Aaaa bak başka bir oyun daha biliyorum”, “Hadi sen kedi ol ben de köpek” gibi cümleler kurarlar.

Çabuk adapte olduğu için keyiflidir.

Kriz insanıdır, anında çözüm üretebilir, beklemeye tahammül edemez. Aile içinde bir sorun yaşandığında yapısı gereği hemen çözüme gider. Alternatif birçok öneri getirebilir. Sadece bir noktada kilitlenip kalmaz.

A tipi çocuk yaramaz olur, tepkilerinde abartılar olabilir. Duygu ağırlıklı yaşadığı için ağlıyorsa ve gülüyorsa az da olsa abartı bulunur. Yaramaz olmasının nedeni sürekli farklı şeyler düşünüp farklı şeyler yapma isteğidir. Kolay vazgeçebilir oyuncaklarından, arkadaşlarından çünkü her zaman yenisinin olduğunu düşünür. Çok fazla gözlem yapmayı sevmez, eylem yaparak olması gerekeni bulur.

Beğenilmek ve sevilme ilk önce gelir. Arkadaş ortamları geniştir. Her zaman hemen herkesle konuşacak, paylaşacak bir şeyler bulur. İlişkilerinde önce sevgi sonra saygıyı önemser.

Düşüncelerinde kaygılar daha fazladır bu gelecek odaklı olmasından kaynaklanır. Kaygı; olmamış bir şeyi sanki olacakmış gibi hissetmektir.

Aşırıya kaçtığına kaygı bozuklukları başlayabilir. Girişimci ruhu gelişmiştir, her şeyi denemek, başlamak ister; “Onu da yapalım bunu da yapalım” der.

Şu cümle diline çok hâkimdir; “Bir kere denesek ne çıkar.”

Çok fazla tutuculuk yoktur, geçmişten bir şeyler getirmek istemez.

Bir eşya aldığına kullanma kılavuzu onu sıkır. Üzerinde denemeler yaparak daha iyi öğrenir.

Aslında bana da kullanma kılavuzunun ayrıntıları zor gelir. Ürünü alıp hemen açmak sonra çalıştırmak isterim. Karşımdaki benim yapımda olmadığı için kullanma kılavuzunu bir güzel alır, teker teker okur ve anlatmaya başlar.

O sırada ben ürünü kurmuş ve çalıştırmış olurum. Bu karşımdakine doğru gelmez bir problem çıkabilir diye düşünür. Ona doğru gelmez ama bana güzel gelir.

Çocuklar belli bir yaşa kadar A tipi yapılarını daha çok kullanmaları nedeniyle hatalarından rahatça ders çıkaramazlar.

Anımsamaya çalışın;

Çocuğunuzla oyuncak almaya gittiğinizde hızlı bir şekilde içindekini çıkarmak ister. Siz daha fiyatını öderken o kutuyu açmış, pillerini takmaya çalışmaktadır. Bu anne ya da babayı kızdırır; “Çocuğum acele etme, açacağım, dur bozacaksın.”

Bu cümle hepimize tanıdık galiba... **b) B TİPİ EBEVEYN**

Mantıksal düşünceleri yoğun yaşayan ebeveynlerdir. A tipine göre duygularını ön planda tutmayı sevmez. Bu yüzden eşi veya çocuğu kendisi gibi değilse onların tepkilerini abartı bulur. Duygularına kolay eşleşmediği için de ev içinde; “*Sen duygularımı anlamıyorsun*”, “*Çok soğuk duruyorsun biraz da beni anlamaya çalışsan.*”

Bu ebeveyn için güzel ve çirkinden önce doğru ve yanlış önem taşır.

Hayatta her şeyde fayda-zarar ilişkisi arar.

Geçmiş odaklı olduğu için yaşanan deneyimler önemlidir. Sürekli çocuklarının yaptığı davranışları değerlendirirken geçmişten örnekler verir.

Geleneklerine bağlı ebeveynlerdir.

Aile içinde kararlar alırken az eylem az hata isterler. ocuklarına en çok nasihat veren geçmişi anlatan ebeveynlerdir.

Duygularında abartı yoktur, abartılı tepkilerden de rahatsız olurlar.

Genelde denetleyicidir. Evde çocuklarının ödevlerini yapmak yerine yapıları denetlemek isterler.

Kuralları vardır ve uyulmasını isterler.

Bu ebeveynler için ne yaptığınız çok önemlidir. Kolay kolay risk almayı sevmez, sonunu görmediği işler onu rahatsız eder.

Eve bir eşya, bir araba alacağı sıra ilk önce dayanıklılığına bakar.

Modern yaşamak yerine klasik yaşamı tercih eder. Kendi sahip olduklarını değiştirmek istemez çocuğu yeni bir şey istediğinde eskisini sürekli hatırlatır.

Kolay empati kuramazlar.

Bireysel her şeyi yapabilir, birine ihtiyaç duymaz. Yavaş hareket eder ama uzun süreli motivasyon yaşar.

Geçmiş önemli olduğu için genelde korku yaşar. Mimiklerini çok fazla kullanmaz, bazen ne istediğini anlayamazlar.

Sahip olduğu her şeyi korumak ister.

Genelde birçok şeyi kendi kendine öğrenir. Kolay kolay herkese güvenmez.

A tipine göre daha az arkadaşı vardır fakat uzun süreli ilişkileri ister.

Hemen her şey için karar vermez, verirse de vazgeçmez.

Ailede finans işlerini çok iyi yürütür.

Yemeklerin faydası daha ön plandadır. Akşamları meyveleri fayda için tüketirler.

Doğru olanı yapmak onu rahatlatır.

Saygı ön planda tuttuğu değerdir. Sevmek, sevilmek ikinci plandadır. Para biriktirebilir.

Evin kuralları önemlidir her gün yaptığı şeyler bellidir çok fazla değiştirmez.

Bir hobisi varsa uzun süre uğraşır.

B tipi yapılı çocuklar daha çok huysuz olurlar. Ebeveynler yaşlandıkça B tipi yapıları daha çok gelişir çünkü gelecek ile ilgili planları azalır.

Sabırları gelişmiştir hemen tartışmazlar bekleme süreleri uzundur.

ocuğuna denemek için fırsat verir, sonuçları bekler.

Komşu ilişkilerinde sağ loba göre kolay eşleşmezler. Aile hayatında genellikle kontrolü ele almak isterler. Geçmişi unutmazlar, hafızaları gelişmiştir.

Her insanda iki yapı vardır. Birini ön planda yaşarlar. Aile hayatında ise ya aynı tip ya da farklı iki tip yapı bir araya gelir. Mutlu, huzurlu bir aile için değişime açık olmak gerekir.

İki B tipi eş bir ailede olursa çok iyi para biriktirirler ama evlilik ve aile hayatlarında çok fazla

heyecan olmaz, kuralların ağırlıklı olduğu bir yaşam ortaya çıkar.

İki A tipi eş bir ailede olursa inişli çıkışlı evlilik olur. Heyecan, duygusallık yüksek olur. Fazla gezerler, yeni her şeye sahip olabilirler ama çok fazla para biriktiremezler.

Bir A tipi bir B tipi evliliğinde ise değişime açıklarsa muhteşem bir aile hayatları olabilir.

Şimdi beyin loblarını daha iyi anlayabilmek için örneklerle açalım.

Çocukların ağırlıklı kullandıkları yapı A tipidir. Gelecek odağı fazla olduğundan her şeyi denemek her şeye sahip olmak ister. Onlar için varsa yoksa yapılacak şeyler vardır. Dışadönük yanları girişken ruhlarını daha çok öne çıkardığından yapacakları hatalar da bir o kadar fazla olacaktır. B tipi yapı insanı hata yapmaktan korktuğu için az eylem yapmak ister. Eğer çocuğunuz A ve siz B tipi yapıdaysanız ona sürekli önce düşünmesi gerektiğini hatırlatırsınız. Bu hatırlatmalar arttıkça çocuk bundan sıkılıp sanki inadına yapar gibi istemediğinizi yapmaya devam eder.

### **c) İNANDIĞINIZ GERÇEK DEĞİL**

#### **NEYE İNANIRSANIZ GERÇEĞİNİZ OLUR**

Anne ve babalar beyninizde tuttuğunuz her olumlu ya da olumsuz düşünce bir süre sonra gerçeğiniz olmaya başlar. Bu yüzden en çok düşündüğünüz şeylerin sizin ve aileniz için önemi büyüktür.

Şu an sahip olduğunuz aileniz ile ilgili inançlarınız neler? Sizce nasıl bir aile yapınız var?

Bu inancınızı yaratan nedenlerinizi düşünür müsünüz? İyi, kötü, doğru, yanlış olması gerçeklerini nasıl ortaya çıkarıyorsunuz?

Aile olarak yaptığımız eylemlerinizi düşünün. Nerelere gider ve neler yaparsınız?

Eşinizle ve çocuklarınızla ilişki şekliniz nasıl? Ailenizin yakın çevresinde kimler var? Sıklıkla görüştüğünüz insanlar kimler? Sahip olduğunuz kaynaklarınız neler?

Bütün düşündüğünüz bu şeyler kime ve neye göre gerçek? Ailede herkes aynı düşüncelere sahip mi? Bu düşünceleri tüm aile bireyleri olarak konuşuyor musunuz?

İnandığınız zaman gerçeğe dönüştürürsünüz. İnanç denilen kavram bir şeyi gerçeğe dönüştürmektir. Aile olarak yaşadığınız tüm olumlu-olumsuz olaylar nötrdür. Onları pozitif ya da negatif yapan sizin verdiğiniz tepkilerdir.

Bireysel ve aile yaşamınızda hiçbir şey elinizde değildir, elinizde olan tek şey onlara verdiğiniz tepkilerdir.

Birbirinizle, çocuklarınızla olan iletişim şekliniz, kızdığınızda gösterdiğiniz davranışlar, bazı olaylar karşısında çok fazla üzülmeniz, abartılı yaklaşımlarınız gibi birçok davranış, kontrolünüzde olan tepkilerdir.

Anne ve baba olarak ev içinde nasıl tutumlar sergiliyorsanız size ait olan bu dışavurumları bir süre sonra çocuğunuzdan size ve yakınlarındaki insanlara da yaptıklarını göreceksiniz.

Sizin gerçekleriniz özellikle 0-6 yaş arasında çocuklarınızın da tepkileri olmaktadır.

Tüm anne ve babaların ilk önce kendileri sonra da çocukları hakkında olumlu ve olumsuz inançları vardır. Öyle ki çoğu anne baba çocuklarının değişeceğine bile inan-

maz. Bir aile semineri verdiğim sırada katılan herkesin çocuklarının olumlu anlamda değişeceğine inanmadıklarını gördüm. Çocukları hakkında şikâyet eden anneler daha çok çocuklarının doyumumsuzluklarından ve sorumluluklarını yerine getirmediklerinden şikâyetçiydi. Ben kendi bildiklerimden konu ile ilgili birkaç şey anlattığımda sürekli bana; “ama “ diyerek başlayan cümleler kurmaya başladılar.

Birkaç öneriden sonra aynı tepkileri aldığımda kendilerine sordum: “Sizler çocuklarınızın değişeceğine ne zaman inanacaksınız? Başarmak inanmakla başlar.” Eğer karşınızdaki insanın değişmesini istiyorsanız ilk önce buna inanmalısınız.

Çünkü çocuklar ebeveynlerini çok iyi algırlarlar. Sizler onlara farklı yaklaştığınızda bu yaklaşımın arkasındaki olumlu ya da olumsuz inançları algırlarlar.

Bir şeyin olacağına inanarak yapmak ile inanmadan yapmak arasındaki tek fark sonuçlardır. İkisinin de sonucu aynı olmayacaktır.

Bazı anne ve babalar başkalarının çocukları hakkındaki olumlu eleştirilerine inanmazlar: “Aaa, benim çocuğum mu? Sen bir de evde gel bak neler yapıyor?” Şimdi bu süreçte çocuğun anne ve babasının yanında olumlu davranışlar sergilememesinin nedeni inanç eksikliğidir. Çocukta gerçekten bir davranış problemi varsa bu her yerde görülür.

Evde başka, dışarıda başka, okulda başka davranışlar sergiliyor ise burada tek sorumlu ortamlarda bulunanlardır. Yani yukarıdaki örnekte evde iletişim problemi olduğundan çocuk ev içerisinde ya da anne babasının yanında istenmeyen davranışlar sergiler.

Çocuğunuza inanmamak geleceğe inanmamaktır. Çocuklar arasındaki farkların nedeni zekâdan ziyade inançtır. Bir çocuk düşünün ki sürekli çevresinde; “o, başarır onun halledemeyeceği şey yoktur” diye büyüsün.

Başka bir çocuk düşünün ki; “ondan adam olmaz, hayatta başaramaz, bensiz bir şey yapamaz” diye büyüsün.

İki çocuk arasında dünyalar kadar farklar olacaktır. Çünkü çocukluk dönemi temel dönemdir. Çevreden sürekli ne alıyorsa kendini öyle zannetmeye başlar.

Kardeşler arasındaki farkların da temelinde yatan bu yaklaşımlardır.

İnsanlar öyle ki hayatlarında kendilerine uğursuz geldiğine inandıkları şeyleri bile kendileri yaratırlar. Çoğumuz, bazı eşyaların bize uğursuzluk getirdiğine inanırız aslında bunun nedeni ona yüklediğimiz anlamdır. Yüklediğimiz anlama çok inanırsak sonuçları istemeden bizler yaratırız.

Hepimiz hakkında herkes aynı şeyi düşünmez. Herkesin bize inanması bizi sevmesi çok zordur. Hayatta herkes için aynı anlamı taşımıyoruz. Ama hangi anlamın ağır bastığı önemlidir. Yani bize inanan ve inanmayanların sayısı önemlidir. Beynimizde milyarlarca inançla yaşarız. Beğenilerimiz, güvendiklerimiz, sevdiklerimiz, nefret ettiklerimiz ve daha birçok inanç. Bizi var edenler inançlarımızdır.

Eğer çocuklarda doğru davranışlar görmek istiyorsanız bunu görebileceğinize inanmalısınız.



Çocukları olduğu gibi kabul edin olmaları istediğiniz gibi davranın.

Bunu öğrenmenin bir yolu da aile içi drama oyunlarıdır.

## Uygulama

Hepinizin evde olduğu bir akşam çocuğunuzu ya da çocuklarınızı karşınıza alın ve onlardan sizin yerinize geçmelerini isteyin. Bu oyunu oynarken oda içerisinde her alanı kullanmanız gerekir. Siz çocuk olun onlardan anne ve baba olmalarını isteyin.

Siz çocuk olduğunuzda onlar da anne ve baba olduğunda yerlerinizi değiştirin ve oyunu başlatın.

Oyunu bilen siz olduğunuz için güç sizdedir. İlk önce diyalogu siz başlatmalısınız.

Bir anda çocuklarınız gibi konuşmaya, davranmaya başlayın. Onlara anne babanızmış gibi sorular sorun. Sonra da seyredin...

İnsanoğlu yanılır ama yanıldığına farkına varamaz. Hayatta bizi üzen ya da sevindiren şeyler gerçeğin kendisi değildir. Yaşadığımız olaylara verdiğimiz anlamlar olayı pozitif ya da negatif yapar.

Gerçek yoktur, gerçeği biz var ederiz ve tüm herkesin gerçeği gibi kabulleniriz. Dış dünyadakilerle çatışmamız gerçeklerimizi kabul etmediklerinden kaynaklanır. Sizi eşinizden, yanınızdakinden ayıran şey inandıklarımızın farklı olmasıdır zaten.

Amerika'da bir uyuşturucu kaçakçısının iki oğlu varmış. Babaları yakalanıp cezaevine gönderilmiş. Baba hem satıcı hem de kullanıcıymış. Yalnız bu iki oğlundan biri babası gibi kullanıcı ve satıcı diğer oğlu da büyük bir şirkette üst düzey bir yöneticiymiş.

Ülkenin bir basın kuruluşu, basının ilgisini çeken bu durumdan sonra bir araştırma yapmak istemiş. İzinler alarak babayla cezaevinde röportaj yapmışlar ve sormuşlar; *“İki oğlunuz var, biri sizin gibi kaçakçı ve kullanıcı, diğeri ise üst düzey bir yönetici. Oğullarınız arasında ayrımcılık mı yaptınız?”*, *“Ne ayrımcılığı ikisiyle de ilgilenecek zamanım olmadı”* demiş.

Daha sonra babası gibi kaçakçı olan oğlu başka bir ülkede tutukluymuş. O ülkeden de izin alınmış ve görüşülmüş. Aynı soru ona da sorulmuş; *“Babanız uyuşturucu satmak ve kullanmaktan cezaevinde, siz de aynı sebepten buradasınız, neden?”*

Çok ilginç bir cevap vermiş; *“Babamın halini görüyorsunuz başka ne yapabilirdim ki?”*

Sonra üst düzey yönetici olan oğluna röportaja gitmişler ve ona da aynı soruyu sormuşlar; *“Babanız uyuşturucu satmak ve kullanmaktan cezaevinde ama siz büyük bir şirkette üst düzey yöneticisiniz, neden?”*

O daha da ilginç bir cevap vermiş; *“Babamın halini görüyorsunuz başka ne yapabilirdim ki?”*

Babanızın uyuşturucu satıcısı olması sizi de öyle yapar mı? Evet, inanıyorsanız yapar. Babanızın uyuşturucu satıcısı olması sizi üst düzey bir yönetici yapar mı? Evet, inanıyorsanız yapar.

İnanduğunuz gerçek değildir, ama neye inanıyorsanız sizin gerçeğiniz olur.

Aranızda pırasa seven var mı? Tabi ki de. Peki, sevmeyen var mı? Tabi ki de. Pırasa sevilmeli mi, sevilme-meli mi? Peki pırasanın bundan haberi var mı? Ya da bu pırasanın suçu mu? Sevenlerin sevdiği pırasa kırmızı ya da kare mi? Gerçeği biz yaratır ve öyle olması gerektiğini zannederiz. Yanılırız ama yanıldığımızın farkına varmayız.

Her insan aynı inançla yola çıkar. İncanın genel gerçek olduğunu zanneder. Düşüncelerimiz gerçek değildir. Bulduğumuz atmosferde hiçbir şey gerçek değildir. İnanığımız değerleri biz var ederiz. Var ettiklerimiz bizi mutsuz ediyorsa resetlememiz gerekir. Hayatın en zor anı, insanların bilmediğini bildiğini kabul etmesidir.

Hayatta her şey hakkında inançlarımızı, yaşamdaki deneyimlerimizden çıkarırız.

Var olduğumuzun, yaşadığımızın, düşünebildiğimizin ispatıdır, inandığımız şeyler. Milyarlarca inancımız var, insanlar, ırklar, futbol takımları, mevsimler, aşklar, dinler, hayvanlar, yemekler, kültürler, sanatlar ve daha birçok şey hakkında birer inancımız vardır. En önemlileri de kendimiz hakkında sahip olduğumuz inançlarımızdır. Sahip olduğumuz binlerce olumlu-olumsuz inançlarımız bulunmaktadır:

Ben topluluk önünde konuşamam.

Bu işte başarılı olabileceğimi sanmıyorum.

Kim kaybetmiş ben bulayım.

Bu en çok da çocukluk döneminde öğrendiğimiz çaresizlikten kaynaklanır.

Yani çocukluk döneminden sınırlarımızı belirlemeye başlarız. Nereye oturmamız gerektiği, nasıl konuşmamız gerektiği, ne yememiz gerektiği, ne yapmamız gerektiği bize devamlı aşılır. Bu aşılama aşırı kaçınca bizler ne yapmamamız gerektiğini artık biliriz.

Dikkat ederseniz evde, okulda, iş yerinde, çevrede vs. yapmamamız gerekenler, kurallar halinde verilir.

Bunlar aşırı kaçınca beyin sadece yapmaması gerekenlere odaklandığı için yapması gerekenleri atlar:

— Aman yavrumsu bak, misafirlige gidiyoruz, sakın yaramazlık yapma, yerinden kalkma, izin istemeden bir şey yeme, ben kalkıyoruz dediğimde hayır gelmeyeceğim deyip tutturma, büyükler konuşurken lafa girme, aç mısın derlerse hemen açım deme.

Ah üzerimizde daha doğduğumuz andan beri büyükler tarafından devamlı araştırmalar yapılır, hangisi tutarsa kuşaktan kuşağa aktarılır. Ama yalnız değiliz hayvanlar üzerinde de araştırmalar yapılmış.

Pireler üzerinde bir araştırma yapılmış. Bir kavanozun içine doldurulan pireler bir süre bekletilmiş. Kavanozun boyu yirmi santimmiş. Pireler yirmi santim zıplayıp kavanozdan dışarı atlamaya başlamışlar. Bir süre sonra kavanozun kapağı kapatılmış. Pireler yirmi santim zıpladıklarında kapağa çarpmışlar. Çarpa çarpa artık pireler on dokuz santim zıplamak zorunda kalmışlar. Çünkü on dokuz santimde kapağa çarpmamayı öğrenmişler.

Yalnız ilginç olan kapağı açtıklarında pireler halen on dokuz santim zıplamaya devam etmekteymiş.

Buna öğrenilmiş çaresizlik denmekte. Bizler çaresizliği öğrenir ya da modelleriz.

Her anne-baba, çocuklarına sürekli olarak bir şeyleri öğretmek isterler.

Başarı öğretmenin stratejisindedir. Eminim ki her anne babanın yaklaşımı farklıdır.

Neden çocuklara hayatı olumsuzluklardan başlayarak öğretiriz. Galiba ilk önce acıyı göstermek daha kolayımıza geliyor. İnsan, kullanma kılavuzu olmayan bir varlıktır. Hayvanlardan farkımız düşünebilmemiz.

Bu da insanın doğru ya da yanlış her şeyi yapabileceğini göstermektedir. Sürekli bir değişim içindeyiz, ilişkilerimizi ve iletişim şeklimizi de değiştirebiliriz. Çocuğa devamlı yapmaması gerekenleri hatırlatırsan, hayatın içinde hedef belirlerken ilk aklına yapmaması gerekenler gelecektir. Bu iç iletişim şekli de yapması gereken hedeflere odaklanmasını engelleyecektir. Beyni yapabileceklerine odaklananlar başarıya hızla ulaşmakta.

Sormak isterim: alışverişe giderken almamanız gerekenleri yazar mısınız, listenize?

Buyurun hanımefendi ne istiyorsunuz?

Kıyma, ekmek, yumurta, süt, mantı, patates istemiyorum.

Aile koçluğunu yaptığım bir işadımı, kızı ikinci sınıfı bitirdikten sonra iş nedeniyle taşındıklarını, kızının yeni taşındıkları yerdeki okulda başarısının düştüğünü anlattı. Küçük kızla görüşüğümde ödev ve sorumluluklarda direktif alması gerektiğini, devamlı ne yapması gerektiğinin hatırlatılmasını beklediğini fark ettim.

Sonraki gün aile öğretmenden benim için randevu aldı. Öğretmenle tanışınca sorunun nerede olduğunu hemen gördüm. Öğretmen çocukların özgürlüğünü kısıtlamayan, yaratıcılıklarını geliştirmeye çalışan bir eğitimciydi. Bana bir anısını anlattı: Resim dersindeydik. Doğa resmi çizmelerini istedim herkes çizmeye başlamıştı ama bizim kız öylece bana bakıyor sanki bir direktif vermemi istiyordu. Yanına gittiğimde nasıl yapacağını sordu. Ben de içinden nasıl çizmek geliyorsa onu o şekilde çizmesini istedim ama çizemedi. Öğrendiğime göre önceki okulundaki öğretmeni resim derslerinde bir konu verdiğinde çocuklara önce nasıl çizmeleri gerektiğini gösteriyor daha sonra aynısını yapmalarını bekliyordu yani sınırlıyordu. Şimdilerde özel okullarda bireye özel eğitim diye modeller çıkmaya başladı. Herhalde sınırları kaldırmaya yönelik olsa gerek.

Ama bir ülkede çocuk eğitimi nasıl alıyorsa yaşamda da aynı yaratıcılığını kullanabileceği alanları sağlamalıyız. Yaratıcılık doğuştan gelir sonradan geliştirilir. Ama kullanmayı öğretmezsen dikkat dağınıklığı, yanlış ilişkiler, stres, sıkıntılı ruh haline kadar sonuçlar doğurabilir. Bu becerileri çocuk, yapması gerekenleri bildiği zaman daha doğru kullanır. Çocuk ne yapacağını bilmezse yapacağı şey devamlı hata yapmak olacaktır.

**“Herkes karşı tatlı dilli ve**

**uysal olmaya dikkat edin.**

**Bilhassa evinizde.” F. Sales**

Şimdi hepimiz düşünelim, hayatta ne istemediğimiz mi yoksa ne istediğimiz mi daha çok?

## 7. BÖLÜM-AİLEDE HEDEF BELİRLEME

Meslek hayatım boyunca yüzlerce aile, genç ve çocuk ile çalışma fırsatım oldu. Aile koçluğunu yaptığım ailelerde genelde yaşanan problemlerin başında gençlerin ve çocukların sorumsuzluğu ve ne istediklerini bilmemeleri önde geliyordu.

Hiç unutmuyorum bir akşamüstü telefonum çaldı ve tanımadığım numaradan aranıyordum. Genelde akşam saatlerinde iş ile ilgili görüşmeler yapmamaya dikkat ediyordum ama telefon susacak gibi değildi. Acil olduğunu düşünerek telefona cevap verdim. Telefondaki kişiyi tanıımıyordum. O da zaten benim ismimi başka bir aileden almış çaresiz bir anne idi. Benden hemen acilen evlerine gelip gelemeyeceğimi sordu. Neden diye sorduğumda, 18 yaşında bir oğlum var ve çok büyük bir kavga ettik, kendisini odasına kapattı ve kapıyı açmıyor. Çok üzülüyorum ve gerçekten iletişim kuramıyorum, şu an ne yapmam gerektiğini bilmiyorum, dedi. Acil olduğunu düşünerek evlerine gittim.

Bir süre anne ve baba ile salonda oturup, konuştuk. Her ikisi de çocuklarına her şeyi sunduklarını, her istediğini yaptıklarını, altında araba, cebinde harçlık, özel üniversite, daha ne olsun. Ama hâlâ bizden istekleri bitmiyor. İstediklerini yapsak da mutlu olmuyor, sürekli kavga ediyoruz.

Kendilerine art arda sorular sormaya başladım:

Soru: Bir insan niçin okula gider?

Ebeveynler: Eğitim görmek, bilinçlenmek, bir meslek sahibi olmak için.

Soru: Bir insan neden meslek sahibi olur?

Ebeveynler: Toplumda bir yeri olur, maddi özgürlüğü olur.

Soru: Başka?

Ebeveynler: Kaliteli bir hayat yaşar, kendini geliştirir, aile kurar, ev alır, araba alır, sosyalleşir.

Dedim ki: Siz bu çocuğun elinden bütün hayallerini, hedeflerini almışsınız. Artık belirleyecek hedefi, kuracak hayali var mı sizce?

Erken yaşta hiçbir bedel ödmeden 40 yaşında bir insanın zor sahip olacağı bir araba, limitsiz bir kredi kartı. Siz böyle bir durumda olsanız ilk önce hedefleriniz mi yoksa istekleriniz mi aklınıza gelir? Lütfen hedefle isteği birbirine karıştırmayalım.

Mantığınızla karar verin düşünün, duygularınızla yaşamalısınız. Anne ve babalar daha çok duygularına göre hareket ederler. Duygular önemlidir ama aileyi hedefine ulaştıran ilk önce mantıksal yaklaşımdır.

Hepimiz mutlu, huzurlu ailemiz olsun isteriz. Fakat mutlu ve huzurlu olmak hedef değildir. Çünkü bunlar soyut kavramlardır. Beyin soyut kavramları hedef olarak almaz.

Aile belirlediği hedefe ulaştığında mutlu ya da huzurlu olur.

Dünyada canlı cansız her şeyin hedefi vardır. Her şey hedefleri doğrultusunda yaşar. Bu doğrultuda yaşamayan her canlı ilerleme yerine gerilemeye mahkûm olur. Hayatta yerinde sayma diye bir şey yoktur. Aile olarak hepimiz en kötü zamanlarımızda bile yerimizde durmayız yaptıklarımızla, aldığımız kararlarla bir adım da olsa geriye ya da ileriye gideriz.

Hedef belirlemede strateji olmazsa olmaz. Hedef belirlemek plan yapmak değildir.

Ne istediğinizi bilmezseniz nasıl başarılı olacaksınız? Ne istediğinizi bilmek arzularınızı gerçekleştirmek demektir. Arzularınıza ulaşmaya karar vermek, hedef belirlemektir. Hedef belirleme stratejilerinde altı farklı boyut vardır. Bunlardan birisi eksik olduğunda hedef başarılı olamaz.

Bu stratejileri bireysel olarak tüm hedeflerinizde de kullanabilirsiniz.

Belli bir yaş üzeri çocuklarda da çok etkili olan stratejilerdir. Yetişkinler olarak sizler de çalışma hayatınızda, iş dünyasında da bu stratejilerden faydalanın.

Bilgiler nettir bilgileri her yere uyarlayabilirsiniz.

## **a) HEDEF BELİRLEME STRATEJİLERİ**

Dünyada canlı cansız her şeyin bir hedefi vardır. Her şey hedefine uygun stratejileri geliştirir.

Bir aslanın hedefi ceylanı avlamaktır ve hedefine uygun beden diline girer ve gözlemlemeye başlar. Eyleme geçmeden önce ana hedefine nasıl ulaşması gerektiğiyle ilgili strateji geliştirir.

Doğru zamanda doğru bir karar vermelidir yoksa hedefine ulaşamaz. Tümüyle, ceylanı avlamak kendi kontrolüne geçtiğinde hamleyi yapar. O an tek istediği şey ceylanı avlamaktır. Beyninde başka bir şey yoktur aşırı derecede motivasyon geliştirir. Doğada etçil hayvanlar otçul hayvanları avlamasa soframızda yiyecek yeşilliğimiz kalmaz. Baktığımız zaman her şey bir denge üzerine oturtulmuştur.

Vücudumuzdaki tüm organların bizi yaşatabilmek için hedefleri vardır. Tüm organlar hedefine uygun yerde bulunmaktadır.

Karıncaıları düşünün toplu halde sadece hedefleri için çalışırlar. Karşılıklarına o kadar çok engel çıkar ki her türlü önlemleri önceden almışlardır. Yanlış yerde yuva yapmaz yanlış stratejiler geliştirmemişlerdir.

Doğadaki tüm hayvanlar hedefleri için aşırı ısrar ederler. Düşüncede ısrarlı olmazsanız davranışlarınız sık sık değişir.

Yetişkin hayvanlar yavrularına daha bebekken hedeflerine nasıl ulaşacakları ile ilgili strateji ekerler. Yavru büyür ve hâlâ küçüklüğünde ekilen stratejilerle doğada ayakta kalmaya çalışır.

İnsanlar da aynısını yapar. Anne babalar çocuklarına küçükken düşünceler doldurur ve çocuk büyüdüğünde sürekli o düşünceyi yaşar.

Anne ve babalar, hedefleriniz sadece sizin için ise bunun kimseye faydası olmaz. Kendinize ve çocuklarınıza koyacağınız hedefler tüm insanların yararına olsun. Hedef geniş kitlelere ulaşırsa hazzı da o kadar yüksek olur. Hiçbir insan kendi için doktor olmaz, kimse kendi için restoran açmaz, hiç kimse kendi için okumaz. Hedeflerin sonucu sadece kişinin kendisine fayda sağlarsa zalim olursunuz.

Bu dünyada kötülük yapan insanlar başkalarına zarar, kendilerine fayda sağlamak için vardılar.

İnsanın hedefine ulaşabilmesi için o hedefte gerçekten ısrarlı olması gerekir. Eğer sadece hedefi düşünürsek ve ısrarlı olmazsak duygularımıza yansımaz. Düşüncemizde dirayetli olursak bu duygularımıza da yansır ve bu durum yapabileceğimiz inancına dönüşür daha sonra da davranışlarımıza yansır.

Çocuklarınızı modelleyin. Onlara bir bakın istedikleri şeylerde ne kadar da ısrarlılar. Bir şeyi düşünce boyutunda isterler. Siz engel olursunuz ağlayarak duygularında ısrarlı isterler, siz yine engel olursunuz o ısrarını davranışlarına kadar yansıtır ve koşturur, ayakta dolanır, sağa sola vurur ve en sonunda istediğini aldırır. Artık hedefine ulaşmıştır.

Çocuklar hedefleri için en yüksek motivasyona sahip varlıklardır.

Eğer siz anne babaların hedefleri yoksa bu tabii ki çocuklarınız tarafından modelleneyecektir.

Hedefi olmayan insanın hayatla ilgili istekleri artar. Bir hedefiniz olsun en azından bir tane. Hedefiniz yoksa ev içerisinde sürekli kavgalar başlar, dedikodu artar, başkalarının hayatı dilinize dolanır. Zaten teknoloji istesek de, istemesek de bize bu konuda yardımcı oluyor. Televizyon çoğu ailenin vazgeçilmez bir üyesi oldu artık. Birçok evde çocuğu sakinleştiren, hatta çocuğun belli saatlerde bakıcılığını yapan biri gibidir.

Eskiden televizyon yoktu ama depresyon da yoktu. Şuan dünyadaki tüm televizyonlar yok olsa aşırı derecede insanlar bunalıma girerler. Çünkü bir anda başka ne yapacaklarını bilemedikleri için.

Çoğu evde kadınlar sürekli televizyon seyrederek çocukları da bilgisayar başındadır. En çok yaptığımız şey bir süre sonra sizin kişiliğiniz olur. Bir hedefiniz olmazsa ve onu gerçekten çok istemezseniz o kadar boş istekleriniz olduğunu göreceksiniz.

Şu an okuduğunuz kitabın arkasında çok ısrarlı istemek ve bir hedef stratejisi vardır. Birçok akşam uykusuz kalındı, birçok sefer engeller oluştu ama hepsi yoluna koyuldu. O kadar çok istenildi ki şu an elinizde ve okuyorsunuz. Hedefe ulaşıldı.

Aileniz ve kendiniz için hedef belirlediğinizde karşınıza bir sürü engel çıkacak. En büyük engel de kendi zihniniz olacak. Çünkü olacağına inanmayacaksınız. İnsanın en büyük dostu ve düşmanı kendisidir. Zihniniz içerden sürekli size hayır, yapamayacaksınız diyecek. En önemli süreç kendinizi aşmaktır. Başkalarının hayatı size engel olacak. Bir komşunuz bir yakınınız denemişti ve başarılı olmamıştı. Siz sürekli bunları düşüneceksiniz. Neden başkalarının başarısızlıklarını rehber almanız ki?

Kendi çocuklarınızı düşünün. Bebeklik dönemlerinde yavaş yavaş emeklemeye başlarlar. Sonra düşe kalka yürümeye çalışırlar. İnanılmaz ısrarcıdırlar. Önlerinde bir sürü engel olsa da hepsini aşmaya çalışırlar. O engeller yetmez bir de siz engel olursunuz:

— Dur, düşeceksin.

Ama kesinlikle vazgeçmezler, gözünüze baka baka yürümeye çalışırlar. Belki yüz defa düşerler ama vazgeçmezler. Onların tek hedefi yürüyebilmektir. O anda dünyanın hiçbir yerinde olmayan bir motivasyon, enerji ve istek vardır.

Büyüdükçe yapamayacağımıza inanır ve kendimizi birçok konuda engellemeye başlarız.

O zaman ulaşamadığımız hedeflerin nedenlerini kendimizde aramalıyız.

Evren hedefleri olan insanlar sayesinde dönüşümünü tamamlamaktadır.

Aile içinde iletişiminiz sağlıklı değilse, birbirinizi anlamıyorsanız, sürekli kavgalar varsa, siz gerçekten doğruyu istemiyorsunuzdur. Çünkü hedef sabır ister. İnsanlar bir defa yapamadıklarında hiç yapamayacaklarını zannederler.

Edison, ampülü yakacak kabloyu ararken 1000'e yakın deneme yapar. Her defasında ampülü yakamaz. Artık asistanları ve yakınları:

Vazgeç artık o kadar denedin olmuyor, derler.

Edison 1000 denemeden sonra ampülü yakan kabloyu bulur:

Ben her defasında ampülü yakmayan kabloyu bulmuştum, der.

Amerika'da adamın biri köprü geçen bir yolun kenarında el arabasında kızarttığı tavukları satmaktadır. Baya da müşterisi vardır. Gün gelir, devlet o köprünün ayağına inşaat yapmak ister. Adamı ve el arabasını oradan kaldırır.

Uzunca bir süre düşünür, ne yapmalıyım, diye. En sonunda karar verir ve kendine der ki:

Benim en iyi yapabildiğim şey, tavuk.

Kapı kapı yüzlerce restoran gezer ve tarifini anlatır, çalışmak ister, her seferinde isteği geri çevrilir. 1245. restoranda teklifi kabul edilir ve Kentucky Fried Chicken markasını yaratır.

Nasıl bir anne, nasıl bir baba, nasıl bir insan olmak hedefiniz? Ailenizin nelere sahip olmasını istiyorsunuz? Çocuğunuzun nasıl bir birey olmasını istiyorsunuz?

İlk önce hedeflerimizi nasıl belirleyeceğimizi öğrenelim.

## b) HEDEFLERİNİZ

**Olumlu olmalı** > Hedefimiz olumlu olmak zorunda. Yorulmak istemiyorum değil, daha canlı olmak istiyorum gibi. Kendimizden şikâyet etmeden hedef belirlemeliyiz.

Eğer eşinize, çocuklarınıza istemediklerinizi söylerseniz kimse istenileni yapamaz.

Örneğin: Odanı dağıtmanı istemiyorum, eve geç gelmeni istemiyorum, yaramazlık yapmanı istemiyorum, benimle böyle konuşmanı istemiyorum, ailemizin bu şekilde yaşamasını istemiyorum.. gibi cümlelerin faydası olmayacaktır.

Karşınızdaki kişiler ve en önemlisi kendi beyniniz her zaman ne istediğinizi bilmek ister.

Beynimiz olumsuz düşüncelerde çalışmaz. Beyin sürekli ne istediğini bilmek ister.

Olumsuz ekleri silip attığı için, istenmeyen davranışları sıklaştırır.

Örnek:

Olumsuz SilinenEk sonuç

Yapma - ma yap

Oturma - ma otur

Gitme - me

Düşürme - me düşür

Ağlama - ma ağla

Somurtma- ma somurt

Beyin -me, -ma eklerini siler atar. Gerisini siz düşünün.

**Faydalı olmalı** > Hedefimiz faydalı olmalı veya haz vermeli.

Aileniz için belirleyeceğimiz hedefinizin tüm bireylere faydasının olması gerekir. Eğer bir tek kişi için bile faydası olmazsa hedef doğru bir hedef değildir. Yani sizi mutlu, eşinizi ve çocuklarınızı mutsuz edecekse bu zalimlik olur.

Hedefimizin faydası ödeyeceğimiz bedelden daha fazla olmalı. Hedefinizin getireceği fayda, harcayacağınız emekten daha az ise vazgeçebilirsiniz.

Diyelim ki aileniz için ev düşünüyorsunuz. Evi almak için çok fazla bedel ödemek zorundasınız. Bu bedel hem maddi hem de manevi olarak fazla. Eve sahip olduğunuzda ödediğiniz bedelden daha fazla haz alamayacak-sanız hedeften vazgeçin.

**Kontrolünüzde olmalı** > Yetki kimde ise sorumluluk onda olmalı. Hedef kontrolümüzde değilse yapabileceğiniz çok fazla bir şey yoktur. Bu yüzden hedefiniz sizin kontrolünüzde olmalıdır. Ulaşmak istedikleriniz için ailenizin dışında başka insanlara da ihtiyaç duyuyorsanız hedef kontrolünüzde değildir. Bir hedef belirlediniz bir süre sonra kontrolünüzden çıkarsa hemen vazgeçin. Vazgeçmedikçe stresiniz artacaktır. Burada düşünülmesi gereken başka bir hedef olmalıdır. Bazen olumsuz gibi gözüken şeylerde fırsatlar yatar onu görebilmek lazım.

Örneğin: Hiçbir anne-baba çocuğunun iyi bir okul kazanmasını hedefleyemez. Bu hedef çocuğun olmalı. Anne ve babaların kontrollerinde olan şey onların iyi bir okul kazanmaları için gerekli desteği vermek olabilir. Hedef çocuğa aittir. Hedef bilinci gelişmezse motivasyonu da olmaz. Motivasyon anne babada olduğu için en çok strese de anne ve baba girer.

**Mantıklı ve ulaşılabilir olmalı** > Beyin gördüğünü görmemezlikten gelemez. Hedefinizin mantıklı ve ulaşılabilir olması gerekir. İlerleme ya da gerileme vardır. Yerinde sayma yoktur. Herkes kendini tanır ve neler yapabileceğini bilir.

Lüks marka arabaya sahip olabilmek için orta ayar bir arabadan başlamalısınız. Adım adım kazandıkça istediğiniz ulaşılabilir olur. Çok az parayla bunu istemek hedef olmaz. Çocuklarınızdan da mantıklı ve ulaşabilecekleri şeyler isteyin.

**Detaylandırılmış olmalı** > Detaylandırıdığınız kadar hayatı kontrol edersiniz. Bir markete bile gittiğinizde hedefiniz peynir almaksa; bu hedef yumuşak mı, sert mi, yağlı mı, yağsız mı, inek peyniri mi, koyun peyniri mi, yarım kilo mu, bir kilo mu gibi birçok detaya ayrılabilir. Ebeveyn olarak belirlediğiniz hedefe ne zaman, nasıl, hangi şartlarda, kimlerle ulaşmak istiyorsunuz? Bir inşaat yapılmadan önce yatak odasından, mutfaktaki musluğa kadar her şey önceden detaylandırılır.

Beyniniz bir hedefi ne kadar çok detaylandırırorsa onu o kadar çok düşünür.

İnsan beyni günde 60.000'e yakın şey düşünür. Bunların içinde olumlu olumsuz her şey hedeflerinizde vardır. Hangi düşünce çok detaylı ise ona ulaşmak daha kolaydır.

Bir mimar ev dekorasyonu için aşırı detay yapar ve her şeyi önceden detaylandığı için hızlı bir şekilde ona motive olur. Hedef detay ister, detay azaldığında odağınız da azalır; bu sebeple hedef de bulanıklaşır. Beyin bulanık şeyleri önemsemez.



**Ölçülebilir ve somut olmalı** > Planlarınızı değiştirin, hedeflerinizi değiştirmeyin. Hedefleriniz somut olmalı. Hayatta her şeye mantığınızla karar verin ama süreci duygularınızla yaşayın. Mutlu olmayı istemek soyut bir hedeftir. Medyada her ünlüye sorulur hayattan ne bekliyorsunuz diye.

Hemen hepsi: Dünya barışından, huzurdan bahseder. Bunlar hedef olamaz. Dünya barışı soyuttur. Onun olabilmesi için somut olan insanların bir şeyler yapması gereklidir. Mutluluk ve haz somut şeylere ulaştığımızda yaşanılandır.

Hayatta iki çeşit insan vardır:

şansını kendi yaratan insan ya da hayatını şansa bırakan insan...

Edison, KFC, Sabancı, Koç ve daha birçoğu şanslı mıydı yoksa kendi şanslarını mı yarattılar sizce? Hedeflerinize adım adım ulaşacaksınız. Birden sahip olduğunuz her şey birden gitmeye mahkûmdur.

**“Dünyanın tümünü aradıktan sonra, mutluluğun kendi evinde olduğunu anlayacaksın.”**

**Voltaire**

# 8. BÖLÜM - SİZ HANGİSİNİZ İNSAN TANIMA SANATI

## a) TEMSİL SİSTEMLERİ

Nasıl algılıyor, nasıl davranıyor, nasıl tonluyoruz? Hepimizin beğenileri, olaylar karşısındaki tutumları ve algılamalarımız farklıdır. Bizi diğerinden ayıran özelliklerimiz vardır genelde derinde yatan bu özelliklere günlük dilde huy veya karakter deriz. Ama bunların da ötesinde bir şeyler var; temsil sistemlerimiz.

Sizin, çocuklarımızın öğrenme şekillerinden, anlatımlarına kadar her şeyde kullandığımız sistemlerimizdir.

Dönüşüm için size lazım olacak olan en önemli bilgilerin arasında bulunur temsil sistemleri.

Unutmayın kendimizi tanımadan dönüşüm sağlayamayız.

İnsanlar hayatı 3 boyutta algılar ve aktarırlar. Kendimizin ve başka insanların temsil sistemlerini nasıl kullandıklarını anlamak insanın kendini tanıması için iyi bir anahtardır ve gelişim yönünde başlangıç noktasıdır. Üç temsil sistemi de her insanda vardır. Ama birini diğerlerine göre daha baskın kullanırız. Bu yüzden de her insanın öğrenme süreci diğerinden farklıdır.

Özellikle aile içi ilişkilerimiz için müthiş bir anahtar olacak olan bu sistemleri bilmek iletişim şeklimizi daha farkında ve doğru kullanmamızı sağlayacaktır.

## TEMSİL SİSTEMLERİ GÖRSEL İŞİTSEL DOKUNSAL

### 1) GÖRSEL TEMSİL SİSTEMİ

- Hayatı görüntülerle algırlar.
- Beyinlerinin üst kısımları gelişmiştir.
- Anlattıkları olayları görüntü haline getirirler.
- Düşünürken yukarı doğru bakarlar.
- Geleceği düşünürken sağ yukarı, geçmişi düşünürken sol yukarı bakarlar.
- Hızlı konuşurlar.
- İnsan ilişkilerinde ve iletişiminde insanların ne söylediği değil, söylerken nasıl göründüklerine dikkat ederler.
- Göğüslerinin üst kısmından hızlı nefes alıp verirler.

- Yazarak daha iyi öğrenirler.
- Görme merkezi beynin arkasındadır.
- Göz hareketleri yukardadır.
- Kullandıkları kelimeler ve mecazlar görsel ağırlıktadır.
- Görüntülerle düşünürler.
- Tablolarla renklerle görsel şablonlarla öğrenmeyi tercih ederler.
- Öne doğru eğilerek otururlar.
- Görsel kişiler insan yüzlerini daha iyi hatırlar.
- Soru sorulduğunda gözlerini yukarı kaldırarak sanki ekrandan okur gibi konuşurlar.
- Beynin arkasını kullanırlar.
- Konuşurken elini ensesinin arkasına koyarlar.
- Kızdığı birine “gözüm görmesin seni, seni görmeye tahammülüm yok” diye bağırlar.
- Görsel hafızaları çok gelişmiş olduğundan, sözel ifade edilen bilgileri çabuk unuturlar (isim ve adres vs.)
- Yapılanı asla unutmazlar, genelde “sen bunu yapmıştın “derler.
- Sabahları aktiftirler.
- Konuşmaya direk renk, şekil ve objeyle ilgili başlarlar.
- Anlattıkları sanki bir resmi tasvir eder gibidir. •Yazarak ve görerek daha iyi öğrenirler.

Bebeklerin odalarında aşırı görsellik uyaran şeyler bırakmak onları rahatsız eder. Odalarına girdiğinizde ışıkları birden açıp kapatmayın. Bazı anne babalar çocuklarının odalarını aşırı oyuncaklarla doldururlar. Bu çocuklarda asabiyet yaratır. Çocuk birden fazla uyaranla bir odada kaldığında odak eksikliği birden fazla şeye adaptasyon sağlanamayacağından asabiyet oluşturur.

Görsel çocuklar ebeveynlerinin beden dilinden anlarlar kızıp, kızmadıklarını, sevinip sevinmediklerini.

Bir bakışından ne istediğini anlar, dediğiniz çocuklar ağırlıklı olarak görsel hafızalarını kullanırlar.

En çok rastladığımız şikâyetlerden biri de:

Ne sözden anlıyor, ne dur demekten, ne dersek diyelim söz dinlemiyor.

Bu çocuklarda görsellik çok geliştiğinden anne ve babalarının söylediklerinden ziyade davranışlarına bakarlar. Anne ve babanın çok fazla konuşmaları, bağırımları onlar için pek fazla bir şey ifade etmez. Görsel çocuk daha çok gördüğüyle mesaj alır.

Onunla konuşurken beden diliyle de aynı mesajı vermeliyiz.

Bazı çocuklarda görsellik diğer temsil sistemlerine göre daha aktif olduğunda görsel anlamda dikkat dağınıklığı yaşayabilir. Bu durumlarda çocuğun görsel alanındaki aşırı uyarıcıyı azaltmak etkin bir yöntemdir.

## 2) İŞİTSEL TEMSİL SİSTEMİ

- Hayatı seslerle algırlar.
- İşitseller için ses tonu çok önemlidir.
- Akıcı konuşurlar fakat unuturlar.
- İletişim kurarken ayrıntıya çok girerler.
- Kulak hizalarına bakarlar.
- Beyinlerinin yan kısımları gelişmiştir.
- Kızdığında “duymak istemiyorum, sus artık” derler.
- Göğüslerinin orta kısmından nefes alırlar.
- Öğrenmede aktiftirler.
- Sesli düşünürler.
- Sözleri unutmazlar.
- Sözel şeylere daha çok tepki verirler.
- Şiir gibi konuşurlar ve konuşmaktan keyif alırlar.
- Kullandıkları sözcüklere daha çok önem verirler.
- Okuyarak daha iyi öğrenirler.
- Söylenenleri asla unutmazlar.
- Düşünürken kulak hizalarına (yanlara) bakarlar.
- İsim, adres, telefon vs. numaralarını unutmazlar.

İnsan ilişkilerinde ve iletişimlerinde kişilerin ne anlattıklarına değil, ne söylediklerine ve tonlamalarına önem verirler.

Ses tonunuzu çok fazla alçaltıp yükseltmek bebekleri, çocukları rahatsız eder. Onlar uyurken yüksek ses çıkarmamalıyız. Aynı ses tonuyla hem kızar hem severseniz, iki duygu arasındaki farkları algılayamayabilirler.

Size bir örnek vermek istiyorum işitsellerle ilgili: İşitsel bir anne ile görsel bir baba evde tartışırken, işitsel anne tartışırken eşini görmesi gerekmez.

Mutfaktan söyleyeceğini söyler ama görsel eş mutlaka eşini görmeli, görmeden konuşamaz. Yanına gelir eşini görme alanına alır ve konuşur.

İşitsel ona söyleneni unutmaz görsel de ona ne söylendiğinden çok nasıl söylediğini unutmaz.

Görsel öğrenciler daha çok yazarak öğrenirler. İşitsel öğrenciler sesli okuyarak öğrenir.

Çocuklar neden masalları dinlemeyi çok severler, biliyor musunuz?

Onlara masal okurken işitsel anlamda ses tonlarımızı değiştirir görsel anlamda da hareketler yaparız. Bu anlatım çok hoşlarına gider.

Bir sözünden, kelimeinden her şeyi anlıyor inan, dediğimiz çocuklardır.

Ağırlıklı işitsel temsil sistemleri geliştiğinden anne ve babasının kızıp ya da sevindiğini ses tonundan anlarlar. Bu çocuklar aşırı işitsel uyarandan nefret ederler.

Oyun oynarken müzik de dinlemek isterler. En düşük frekanslı sesleri bile bazen duyabilirler.

Sizler odada konuşurken işitsel çocuk kendi odasında oynarken bile ne söylediğinizi duyabilir. Çok şaşırsınız:

Ne kulak var bu çocukta? Diyebilirsiniz.

İşitsel birine bir söz verdiyseniz bunu kolay kolay unutmazlar.

Ama söz vermiştin, hani o gün babamın yanında demiştin ya, bir kere ağzından çıktı.

Yukarıdaki cümleler onların sık kullandıkları cümlelerdir. Ama inanın ne söylediğinizi bile unutursunuz.

Yetişkinlerin dünyası da farklı değildir. İşitsel insanlar için konuşulan şeyler çok önem taşır.

Uzun zaman görmediği biriyle karşılaştığında ismini hatırlayabilir ama kimdir, nedir? Hemen çıkaramaz. Marketlerde alışveriş yaparken sürekli satıcılara soru sorarlar, duymak önemlidir onlar için.

### **3) DOKUNSAL (KİNESTETİK) TEMSİL SİSTEMİ**

- Dıyaframdan nefes alırlar.
- Konuşurken “ııııı” “eeee” gibi nidalar çıkarırlar.
- Ellerini başlarının üstüne koyarak (dokunarak) yere bakarak düşünürler.
- Ağır yürürler.
- Rahat ve yayılarak otururlar.
- Koku, tat ve hisleri gelişmiştir.
- Rahatlık ön plandadır.
- Akşam saatleri aktiftirler.
- Konuşurken ve düşünürken aşağı bakarlar.
- Ağır ve kesik konuşurlar.
- Cümleler dokunsal ve hissel ağırlıktadır.
- Az ve öz konuşmayı tercih ederler.
- Konuşma araları uzundur.
- Ağır ve yavaş konuşurlar.
- Yaparak öğrenirler.
- Damak tatları gelişmiştir.

Bazı insanlar vardır sizinle sohbet ederken eliyle sürekli sizin omzunuza, kolunuza dokunurlar; bu dokunsal-ların çok yaptıkları davranışlardır.

Çocuklar 3 yaşına kadar dokunarak hayatı daha fazla öğrenirler. 6 aylık - 1,5 yaş arasında sıklıkla her şeye dokunmak, yoğurmak isterler.

Dokunsal hafıza çok önemlidir ilişkilerimizde.

Anne ve babalar daha çok çocukluk dönemlerinde çocuklarını dokunarak severler. Ergenlik ve sonrasında uzaktan sürekli konuşarak duygu alışverişine girerler.

Önemli olan her yaşta dokunabilmektir. Hem eşinizle hem de çocuklarınızla olan ilişkilerinizde görsel, işitsel, dokunsal iletişim kurmaya özen gösterin.

Büyük marketlerde sıkça rastladığım bir sahneyi sizinle paylaşmak isterim.

Pirinçlerin, bulgurların, fasulyelerin satıldığı reyonlar vardır. Hatta ağız açık çuvalların içine konur öyle satılır. O çuvalların önüne pirinç almaya gelen teyzeler görürüm; onları seyrederken kullandıkları temsil sistemlerini de hemen çözerim.

Bazı görsel teyzeler gelir pirinç çuvallarının başına teker teker bakar. Çok fazla konuşmaz sadece bakar ve görsel hafızasının okeylediği pirinçten alır.

İşitsel teyzeler gelir pirinç çuvallarının başına çuvallara bakar ve soruları sormaya başlar tezgâhtara:

Bu nerenin pirinci yavrum?

Neden bunun fiyatı diğerinden fazla?

Bizim gelin de geçen şu pirinçten almış. Bir de en iyisi demişsiniz ama lapa oldu valla.  
Nerelisin sen yavrum?

İnanın bu sohbet uzayabildiği kadar uzayabilir. Do-kunsal teyze gelir pirinç çuvallarının başına ve elini teker teker çuvallara daldırıp, avuçladığı pirinçleri koklamaya başlar. Bir ondan koklar bir diğerinden koklar. Sonra kararını verir.

## **b) AİLEDE ZAAFLARINIZ ve EN GÜÇLÜ HALLERİNİZ**

Hepimiz hayattan bir şeyler isteriz ve bu isteklerimize ulaşabilmek için belli bir strateji geliştiririz. Şu an sahip olduğumuz her şey düne kadar ulaşmak istediğimiz ve stratejilerini belirlediğimiz hedeflerimizdir. Oturduğumuz ev, aylık gelirimiz, evlendiğimiz insan, dünyaya getirdiğimiz çocuklar, kıyafetlerimiz vb.

Sahip olduklarımızdan şikâyetçiyssek bu doğru bir hedef belirlemediğimiz göstergesidir.

İnsanoğlunun yanıldığı ve farkında olmadığı tek şey isteklerle hedefleri birbirine karıştırmasıdır.

Ben onsuz yaşayamam, o yoksa ben de yokum

Çocuğum benden uzaklaşıyor artık konuşamıyoruz.

Eşime karşı her şeyi denedim ama ailesiyle hiç ilgilenmiyor.

Onu düşünmekten kendimi alamıyorum.

Bu çocuk beni öldürecek, hiç ders yapmıyor, içim yanıyor sınıfta kalacak.

Çocuğumun yanında sigara içmemem lazım ama ne yapayım, dayanamıyorum.

Umurumda değil ne yaparsa yapsın.

Çok gereksiz şeyler bunlar, boş ver.

## **c) EŞİTLİK DİYE BİR ŞEY YOKTUR**

Dünyada temel hakların dışında eşitlik diye bir şey söz konusu olamaz.

İnsan vücudunda bile birçok organımız çift yaratılmıştır fakat ikisini de aynı anda, aynı performansla kullanamayız. İki kaşımızdan birini daha çok kullanırız, bir burun deliğinden diğerine göre daha çok nefes alırız, bir kulağımızı daha çok kullanırken, iki gözümüzle bakıp birini daha baskın olarak kullanırız. Hiçbir şey eşit değildir. Eşit olmaması birini diğerinden daha üstün yapmaz. Beynimizin de yapısında iki lobumuz vardır; biri sağ lob diğeri sol lobumuzdur. İkisini de aynı

oranda kullanmayız. Öyle olsa mükemmel düşünebilen varlıklar olurduk. Her insan yaşına, duruma, ortama, yaşam koşullarına göre birini diğerinden daha baskın kullanır.

Yaşamımız boyunca yerinde durmayan tek şey değişimdir. Sürekli bir değişim içerisindeyiz. Yıllar öncesinden bu zamana, dünden bugün, bir saat öncesinden şu dakikalara kadar devamlı değişim halindeyiz. Aile içinde, iletişimimizde bir şeyler değişiyorsa bunlar ya başkalarının etkileriyle ya da kendi etkilerimizle gerçekleşir. Kontrolü ele almadığımız, alamadığımız anlar bunu bizim adımıza başkaları yapar. Yalnız her insanın zihin haritası farklı olduğu için neden olabilecekleri bu değişim de farklı olur.

Hiçbir zaman yarı yarıya olamaz. Anne baba arasında bile gizli bir lider vardır. Birisi diğerini daha çok etkiler. Önemli olansa hangi etkinin daha faydalı olduğudur.

Aile hayatı içerisinde de ilk önce ele alınması gereken süreçte anne baba etkileşimi olmalıdır.

Kadın ve erkek flört, söz, nişan gibi aşamalardan geçerek evlilik törenini gerçekleştirirler. Artık bu törenden sonra yeni bir rol üstlenirler; Karı-Koca rolü.

Artık aynı evin içinde ortak bir yaşam süreci başlar. Tek başına hareket etme alanına sınırlar gelir. Bu sınırların doğru aşılmasıyla dünyaya çocuk getirilmelidir. Çünkü evlilik ayrı bir psikolojik hazırlık gerektirirken anne baba olmak apayrı bir hazırlık gerektirir.

Milletçe yanlış bir şablona sahibiz yani zihin gerçeğine sahibiz. Evlenmek demek çocuk sahibi olmak değildir. Bazı evliliklerde çocuk, ortamı hazır hale getirmediğinizde problem olabiliyor.

Herkes kadın ve erkek rollerini taşıyabilir ama karı koca rollerini taşıyamaz. Bu rolün hakkını vermeden anne baba rollerini almaya kalkışmanın zararları çoktur. Böyle bir ortamda çocuk bir taraf için yük olmaya başlar.

Eğer karı koca rolünü doğru bir şekilde yaşıyorsanız; uyum probleminiz yoksa ve ortak kararlar alabiliyorsanız çocuk sahibi olmanın tadı hiçbir şeyle ölçülmez.

Peki, hangi boyutta anne-baba olmalıyız hangi boyutta olmamalıyız.

Bir arkadaşınızla sinemaya gideceksiniz ve yolu bilmiyorsunuz. Beraber yolda yürürken farkında olmadan onun bedeniyle eşleşirsiniz bir süre sonra onunla aynı adımları atmaya başlarsınız.

Bilinçdışı boyutu kontrolü ona bırakır. O an gizli lider, yolu bilen odur.

Aile hayatımızda, sosyal yaşamımızda, iş dünyasında, aşk hayatımızda ve etkileşimin olduğu her yerde gizli liderler vardır. Bu liderler devamlı değişir.

Birinci teneffüste hangi oyunu oynayacağımızı söyleyen arkadaş lider olur, oynayacak çocukları o belirler. İkinci teneffüs ne yapılacağını siz belirlersiniz liderlik size geçer. Çocukların dünyasında devamlı gizli lider olanlar vardır bazıları bundan çok rahatsız olur. Çünkü gücün aşırı olması bazen zalim olmayı da doğurur. Güçlü olan istediğini oyuna alır istemediğini almaz. En çok şikâyet de böyle ilişkilerden gelir.

Hiçbir ilişkide tek başına etkileme ya da etkilenme olmaz. Sürekli olan etkileşimdir. Etkileşim az veya çok vardır her iki taraf da aynı oranda etkilenmez. Ruhsal dünyamız sürekli etkileşim içindedir.

Bütün ilişkiler başlangıçta acısız ve hatsız olarak başlar. Başlangıç boyutu her şeyin monoton olduğu boyuttur. İlişkilerde problem olmaz sağlıklı ilişkiler kurulur.

Heyecan pek fazla olmayacağından acı ya da haz duyulmaz.

Arkadaşlarınızla randevulaştınız ve bir mekânda buluşacaksınız. Oraya gittiğinizde masada hiç tanımadığınız yeni birini gördünüz, arkadaşlarınız sizi tanıştırdı. İşte bu boyutta acı, haz olmaz denge boyutudur.

Çocuğunuz okula yeni başladı, okulun ilk günü arkadaşlarıyla ve öğretmeniyle tanıştı. İlk gün bütün ilişkileri denge boyutundadır. Akşam size gelip:

“Anne, Ali bana tembel dedi” demez çünkü Ali ile ilişki boyutu ona acı ya da haz verecek aşamalara gelmemiştir daha. Buna çok gülüyorum ama okulun ilk günü çocuk eve gelince bazı anneler:

“Sevdin mi öğretmeni?” diye cevabı zor sorular sorarlar.

Sigara, alkol, uyuşturucu vb. bağımlılık yaratan maddeleri kullananlar; ilk denedikleri zamanlarda başlangıç sürecinde olduklarından şu savunma mekanizmalarını daha çok kullanırlar:

İstediğim zaman bırakırım, bana bir şey olmaz.

Aman olsa da olur olmasa da.

Zaten öyle arada bir içiyoruz... gibi heyecanın, duygusal boyutun aşırı olmadığı cümleler kurarlar, gerçekten de öyledir. Her şey denge boyutunda olduğu için o maddenin varlığı ya da yokluğu kişiyi üzmez. Yani karşımızdaki kişinin veya o maddenin esiri olmayız.

Anne ve babaya gelirsek; eğer verdiğiniz kararlar ortak olabiliyorsa ve birbirinizin kararları rahatsızlık vermiyorsa sağlıklı boyut işliyordur. Bunun olabilmesi için birbirinizi tanımanız gerekir. Diyelim ki yeni bir bebeğiniz oldu ve gece devamlı ağlıyor. Gündüz çok yorulan anne, yatağından eşini kaldırıp bebekle ilgilenmesini istediğinde baba bu durumu normal karşılayıp bebekle ilgileniyorsa bu boyutta denge vardır. Eğer yoksa ciddi önlemler almalısınız çünkü devamında yaşayacaklarınız sizi üzebilir.

Karı koca rollerinizde aşırılık yoksa yani bir taraf diğerine göre çok fazla baskın değilse anne baba rolünü de rahat yaşayabilirsiniz. Sen bunu yaptın ben bunu yaptım olmaz. Anne de baba da çocukları için birçok işi, kararı ortak alır. Ne baba işini çok bahane eder nede anne ev işlerinden yakını. Bunların ayrımını yaparak çocuk yetiştirirler.

Farkında olmadan değiştiğimizde karşımızdaki de değişmeye başlar. Seni karşıdaki etkiler ve etkilenirsin. İki süreç de aynı olmaz. Çok etkileyen daha güçlü olmaya başlar. Çünkü etkilenen taraf pasifleşir.

Düşünsenize bir öğretmen sınıfta çocukları az etkiliyor ama onlardan çok etkileniyor. Böyle bir durumda öğretmen devamlı öğretmenler odasında çocuklardan şikâyetçi olmaktadır.

Şikâyet ettiği etkileyen çocuklar ise bundan pek acı ya da haz duymazlar. Etkilenen öğretmene çocukların yaptı-ğı-yapmadığı her şey sıkıntı verir.

Evlilik hayatında bu boyuta gelerseniz yavaş yavaş değişim meydana gelir ama her zaman bu değişim olumlu olmayabilir:

Diyelim ki bir çocuğunuz oldu. Karı koca iken eğer eşiniz sizinle ve evle az ilgileniyor, sizden uzaklaşmaya başlıyorsa bu kadın da olumsuz duygulara yol açar. Erkek uzaklaştıkça kadın onu eve



çekmek için yollar aramaya başlar. Uzaklaşan yavaş yavaş değişimle beraber gücü eline alır ve karşı taraf pasifleşir.

Bir işyerinde çalışıyorsunuz diyelim ve siz patronunuzdan etkileniyorsunuz o ise sizden, sizin ondan etkilendiğiniz kadar etkilenmiyor. Ortaya şöyle bir tablo çıkabilir; patronunuzun hasta, yorgun, sinirli olması sizin için önemli iken sizin hasta, yorgun, sinirli olmanız onun için pek önem taşımaz. O gün patronunuzun siniri akşama kadar sizin üzerinizde bir baskıya sebep olabilir, sizin siniriniz onda sizinki kadar yoğun olmaz.

Gelelim ilişkilere, diyelim ki eşinizden etkileniyorsunuz yani değişim sürecine girdiniz ve o sizden az etkileniyor. Bu boyutta güç eşinize geçer ve siz onun kızacağı, mutlu olacağı şeylere daha çok dikkat edersiniz.

Aile içerisinde çocuklarla ilişkimizde değişim boyutu yaşıyorsak; mesela çoğu anne babada çocuklarından fazlasıyla etkilenirler. Tabi ki çocukları çok önemseyeceğiz yalnız bu değişim boyutunun zararları olmamalı.

Örneğin; bir sunum yapıyorsunuz, sizi izleyenler sizden çok etkilenmeli siz ise onlardan daha az etkilenmeli-siniz. Topluluk önünde konuşamayan insanlar, kalabalığı az etkileyip çok etkilenirler. Dışa dönük çocuklar, ergenler, yetişkinler daha çok etkilerler, içe kapanıklar dışardan çok etkilendikleri için içe dönerler. İlişkilerde denge boyutundan değişim boyutuna arada bir inip çıkmak iyidir. Evlilikte, flört döneminde heyecanında olmasını sağlar. Hiçbir zaman eşitlik olmaz biri çok etkiler diğeri de bir o kadar etkilenir.

Devamlı şikâyet eden devamlı etkileniyordur.

#### **d) NEYİ KENDİNİZDEN FAZLA SEVERSENİZ O SİZE ZARAR VERİR**

Bir şeyi kendinizden çok sevdiğiniz durumlar sağlıklı değildir. İlişkide olumlu sonuç almazsa daha çok etkilemeye çalışır. Sonrasında ise aşırılık başlar. Vazgeçememe sürecinde insanlar çok etkilenirler hayatlarının kontrolünü ellerinden çıkarmaya başlarlar. İstese de istemese de karşısındakinin etkisindedir. Bu eski eşi, evli olduğu kocası, yaramaz öğrencisi, uyuşturucu, alkol, anne, babası her şey olabilir. Vazgeçememe sürecinde çok yoğun etkilemek çok az etkilenmek söz konusudur.

Eşinizden boşandınız, hiçbir zaman iki taraf aynı oranda etkilenmez. Diyelim ki eski eşiniz bunu kabullenmedi hâlâ, eğer böyle bir boyutta ise sizi devamlı bir yol bularak rahatsız edecektir. O rahatsız ettikçe siz uzaklaşmaya başlarsınız hâlbuki o yakınlaşmanızı ister. Kaçışlar kovalamayı getirir. Sizin hakkınızda devamlı konuşur. Her yolu deneyecektir, varsa çocuğunuzu bile kullanmaktan çekinmez.

Düşünün ki kocanızın ilgisizliğinden devamlı şikâyet eden birisiniz. Onun arayıp aramaması o kadar önemli ki, bu boyutta her gün onu işten arıyorsunuz devamlı;

Bir daha aramam o görür, dersiniz ama hep aynı şeyi yaparsınız.

Siz bu boyutta her şeyden anlam çıkarırsınız. Küçük şeyler çok önem kazanmaya başlar. Hatta bu boyutta iken bir şeylere devamlı anlam yükleme ihtiyacı duyarsınız. Her gün aradığınız için o sizi aramaz. Ona sorsanız her şey normal, sadece siz fazla abartıyorsunuzdur. Bu boyutta çok fazla düşünen aşırı haz ve acı odaklı olur. Heyecan fazladır, onu düşünmekten kendinizi alamazsınız.

Eşinizin size:

Sen kafayı yemişsin git bir doktora, dediği boyuttur.

Siz eleştirmekten bıkmazsınız o da eleştirildiğini bile bile pek fazla değişime girmez.

Çocuğunuzun ne yaparsanız yapın ne söylerseniz söyleyin sizi dinlemediği boyuttur. Siz çok üzülür ve yorulurken çocuğunuz hâlâ bildiğini okumaya devam eder.

Hiçbir şekilde ödevini yapmıyor sorumluluklarını yerine getirmiyor ve siz devamlı aynı şeyleri söylemekten bıkiyorsunuz eşinize söylüyorsunuz onun da faydası olmuyor, işte düşünmekten vazgeçemediğiniz süreç.

Şimdi böyle bir etkileşim halinde uzmandan yardım da almaya kalkabilirsiniz. Uzmanın size yapacağı şey; ilişkinizi daha az etkilenme sürecine getirmek olacaktır.

Haberlerde çok rastlarız, erkek, kızı devamlı rahatsız ediyor, tehdit ediyordur. Geri dönmesi için her yolu de-niyordur. Aşırıya gittikçe rahatsız edici olmaya başlar. Çok fazla etkilenen tarafın özgürlüğü de kısıtlanmaya başlar. Çünkü etkilendiği şeye ihtiyacı artar. Bu bir insan bir madde de olabilir. Aşırı zenginlik, lüks hayat düşkünleri, aşırı ırkçılar, aşırı dinciler ve daha birçoğu bu boyuttadır kısacası zararlı boyuttur.

Bu boyuta bir de şu açıdan bakarsak;

Çoğumuz fobilerle ataklarla yaşarız. Bu hastalıklı düşüncelerden kurtulamayız. Karanlık, yükseklik, kedi, köpek vb. yüzlerce fobi.

Bu boyutta çok kaldıkça ruhumuz hastalanmaya başlar. Başkalarına anlattığımızda alacağımız cevap:

— Takma kafana...

Klasik bir cevap ama o sizin fobinizden hiç etkilenmemektedir.

Dışarıdaki hiçbir gerçek, acı ya da haz vermez; bizi üzen ya da mutlu eden tek şey zihin haritamızdaki sübjektif düşüncelerdir. Yani karşımızdaki köpektен değil zihnimizdeki köpektен korkarız çünkü zihnimizdeki köpek ısırın, saldıran bir köpektir.

Her şeyin aşırısı zarardır. Sevginin, ilginin, nefretin, kızgınlığın vb. tüm duyguların aşırısı zarar vermeye başlar. Aile içinde eğer bu durumları yaşıyorsanız etkilendiğiniz kişi için her şeyi yaptığımızı düşünürsünüz. Örneğin; bir anne düşünün çocuğunuzun her şeyi ile o ilgilensin yemeği, içmesi, ev hayatı, okul hayatı, sağlığı, eğlencesi, sorunları.

Anne bunda aşırı gittikçe babayı pasifleştirir. Devamlı babayı ilgisiz görür ve bu görüş babayı iyice çocuktan uzaklaştırmaya başlar. Arada kalan çocuk bundan olumsuz etkilenir çoğunlukla da anneye bağımlı olmaya başlar.

**e) HİÇBİR ŞEYE İHTİYAÇ DUYMAYAN ÖZGÜRDÜR...**

Değişimimizin kontrolü bizde değilse dış dünyadan çok etkileniriz.

Bir şeylere çok ihtiyaç duyuyorsanız ihtiyaç duyduğunuz şeyin sizin üzerinizdeki etkisi büyüktür.

Çocukların anne babaları üzerinde etkisi çoktur bu yüzden onlara hayır diyemezler.

Eğer ihtiyaçlarınızı azaltırsanız özgür olmaya başlarsınız.

Aşırı araba, lüks meraklısı insanların duygularındaki tatminlik azalır, çünkü beden dokunduğunda aldığı zevkin artması ruhsal doyumun azalmasını sağlar. Ruhani zevkleri artanın da maddi zevkleri azalmaya başlar. Örneğin; Budistler, Hindular, Aborjinler...

Hâlâ bazı toplumlar teknolojiyi reddeder beyin güçlerini, ruhani tatminlerini geliştirirler.

Çoğu zengin, mutlu olmayı başaramamakta çoğu orta halli de huzurunu zenginin parasına değiştirmektedir.

Yıllardır çözemediğimiz bir sorun olan kadına şiddet kanayan bir yaramız haline geldi. Bu yarayı kapatabilmek için sürekli projeler yapıyorlar. Bir türlü sonuca varamıyorlar. Hâlâ çoğu TV programında şiddete uğrayan kadınların öykülerini seyrediyoruz. Şimdi bu konuya farklı bir açıdan bakalım: İlk önce şiddetin olduğu ortamdaki insanlardan başlayalım. Bir şiddeti yapan bir de şiddete uğrayan vardır. Şiddeti yapan güçlüdür, zalimdir.

Kadın devamlı gözlemci olmak zorundadır. Akşam eşi eve geldiğinde kocasının yüzüne, hareketlerine bakıp ne hissettiğini anlar. Ama şiddet uygulayan zalimin karısının ruhu ve bedeniyle ilgili farkındalığı yoktur olsa bu yolu seçmez zaten.

Bizler de devamlı şiddete uğrayanı eğitip bilinçlendiriyoruz. Eğitim vermek ve bilinçlendirmek olması gerekir ama bunu hangi tarafa verdiğimiz önem taşır. Şiddet göreni mi şiddet yapanı mı eğitmeliyiz? Kadınlara kendilerini nasıl savunacaklarını haklarını nasıl arayacaklarını öğreterek erkeklere karşı farklı bir anlayışa sahip olmalarını sağlıyoruz. Tamamen kadın erkek savaşına dönüştürmekten başka bir yol değil bu. Eğer şiddet yapanı da eğitip bilinçlendirirsek belki şiddetsiz yaşamayı da öğretebiliriz. Şiddet yapan karşısındakini gözleme becerisine sahip değildir.

Biraz eşlerinin vücuduna baksalar çürükleri görebilecekler.

Bunu bile göremeyen insan, karısının beyninin içindekileri nasıl fark edecek?

Etkileşim yasasına göre kadın aşırılık boyutuna kadar gelmiştir. Trans boyutunda katil olur zaten. Aşırılık boyutunda kocasından 9 birim etkilenir ama onu 2 birim etkiler.

Çok etkilendiği için kocasının her şeyi onu rahatsız eder, devamlı korkar, çekinir.

Erkek ise karısından pek fazla etkilenmez o üzülür mü, kızar mı, canı yanar mı diye düşünmez tam anlamıyla zalim olmuştur artık.

Yukarıda ki sorunun cevabını düşünmenizi sağladım, hatta cevap verdiğinizizi sadece sesli söylemediğinizi de biliyorum.

Ülke gündemi gibidir ailenin gündemi.

Bir işyerinin gündemi gibidir ailenin gündemi. Bir mahallenin gündemi gibidir ailenin gündemi. Birden fazla insanın olduğu her topluluğun bir dinamiği vardır. Yaşam şeklidir sahip olduğu dinamik.

Bir köy düşünün Anadolu'da, az bir nüfusa sahip, ataerkil yaşayan, tarımın geçim kaynağı olduğu bir köy burası. Bu köy halkının bir yaşam biçimi vardır. Köyün önde gelenlerinin koyduğu kurallardır.

Diyelim ki köyde kadınlar tarlada çalışıyor olsun, erkekler de tarım ürünlerinin pazarlamasıyla uğraşsınlar. Kadınlar ve erkekler ayrı ayrı zaman geçirmekteler. Kadınlar tarlada bir arada, erkekler de belli saatlere kadar kahvelerde bir aradalar. Çocuklar da belli yaşa kadar annelerin yanında sonra

ise okul zamanının dışında babalarının yanında yaşıyorlar.

Şimdi dikkatinizi çekmek istediğim noktaya geldik: Kadınlar kendi aralarında tarladayken sürekli tarım ürünlerinin toplanmasıyla ilgili, akşam eve gidince ne yemek yapacaklarını, kocalarının evdeki durumlarıyla ilgili konuşuyorlar. Erkekler de kendi aralarında sürekli enflasyon, çiftçi hakları, siyaset ile ilgili konuşuyorlar.

Kadınlar ve erkekler akşam evlerine gittiklerinde anne ve baba rollerini alırlar. Evde bir araya geldiklerinde de çocuklarının yanlarında sürekli bu konuları konuşurlar ve çocuklar farkında olmadan ileri yaşamlarında da anne ve babalarının sürekli birbirlerine, devlete sordukları soruları sormaya başlarlar.

Başka bir örnek olarak alt sınıf bir mahalle düşünelim.

Bu mahallede dedikodu hâkim olsun. Aile dinamiğinin içinde sürekli başkalarının ne yaptığı konuşuluyor. Ayrıca başkaları ne düşünür diye sürekli yaşamlarını kısıtlıyorlar yani aşırı geçirgen bir topluluk. Bu mahallede yaşayan ailelerin çocuklarının büyük bir kısmı ileriki yaşamlarında kendi davranışlarını kısıtlayan ve başkalarını ne yaptığını düşünen insanlara dönüşüyorlar.

Dönüşümü anne baba, toplum sağlıyor. Bu dönüşüm bazen olumlu bazen de olumsuz olabiliyor.

Her sene ilkbahar aylarının başından itibaren medya, gözlerimizin içine 36 beden bikinili kadınları ve göbeksiz erkekleri sokuyor. Kulaklarımızın içi nasıl diyet yapmalı, bu ölçülere sahip olmak ister misiniz? Gibi sorularla dolduruluyor. İnanın herkes bunu düşünmeye zorunlu bırakılıyor.

Her seçim dönemi bir gündem yaratılıp tüm işyerlerinde, okullarda, sokaklarda, otobüs duraklarında, evlerin içinde siyaset konuşmamız sağlanıyor.

Bir dönem intihar haberleri sık sık yazılıp, gösteriliyordu ve çok fazla artış saptandığı için yasaklandı. Çünkü birçok genç modelleme yapmaya başladı.

Okulların kapanma zamanı, karne alınacağı dönemler, her yerde tek konumuz; çocukların alacakları karne notları oluyor. Düşünsenize çocuklar üzerine yaptığımız baskıları.

Bireylerin ve toplumların neyi düşünmesini, neyi yaşamasını, neyi istemesini, neden vazgeçmelerini istiyorsak o toplumun gündemini değiştirmek gerekiyor. Bunun en etkin yolu da sorular sormak.

Şimdi gelelim aile yaşamına.

Anne ve babalar burada en önemli süreç aile hayatı. Nedeni ise, çocukların yaşam biçimi ile ilgili temellerini aile içinde atmaları.

Evin içinde en çok konuştuğunuz, en çok sorduğunuz sorular çocuklarınızın ileriki yaşamlarında en çok merak ettikleri ve hatta yaşam biçimleri olacak.

Merak en önemli duygudur. Büyük başarıların, hedefe ulaşmanın kaynağıdır. Bununla beraber dibe vurmanın, hayatın kontrolünü bırakmanın, mutsuz olmanın da kaynağı olabilir.

Bu sorunuzun cevabı ne ise şimdiden işe koyulun. Evinizde cevabınızı destekleyecek, yaşatacak diyaloglara başlayın.

Şimdi elinizde çok önemli bir bilgi var. Bu bilgiyi kullanmak kadar kullanmamakta da özgürsünüz.

Aile içinde gündeminizi belirleyin, çocuğunuzun ileri de neleri çok düşünmesini istiyorsanız temelleri atın. Bunun için bir başkasına ihtiyacınız yok sadece siz varsınız.

Sizinle 9 yaşında bir çocuğun yaşadığı aile gündeminden bahsedeceğim. Bir yıl kadar önce annesiyle birlikte danışmanlık almak için gelmişlerdi. Annenin anlattığına göre onsuz hiçbir şey yapmıyor, sürekli kendisine yapışık geziyordu. Bu süreç anne ile çocuk arasında bir tür bağımlı ilişkinin gelişmesine neden olmuş ve annede ciddi kaygılar oluşmuş. Anneye bağımlı olan çocuk okulda da problemler yaşamaya başlamış, ara ara derslerde dalıyor ve öğretmeni takip edemiyormuş.

Danışmanlık ve koçluk yapabilmenin en önemli boyutu, size gelen insanların anlattıklarından ziyade anlatmak istediklerini görebilmektir. Anneyi dinlerken aynı bağımlılığın kendisinde de oluştuğunu görebildim.

Daha sonra çocukla olan danışmanlık sürecinde şu sonuç ortaya çıktı:

Aile içerisinde anne ve baba sürekli tartışıyor ve ayrılmaktan bahsediyorlar. Ayrılık kelimesi çocuğun sürekli duyduğu bir şey oluyor ve çocukta terk edilme korkusu yaratıyor.

Ailenin gündemi -ayrılık-

Aynı şekilde annede de yalnız kalma korkusu görülmekte. Baba bu süreçte boşanmayı isteyen olduğu için kısmen ailede gücü elinde tutuyor. Bu sebepten de anne ve çocuk kadar kaygı geliştirmemiş.

Karşımda programlanmış bir robot gibi:

— Ağabey para versene...

Deyip duran bir çocuk ve bunu belki yüz defa tekrarladı.

Bir şekilde konuşturdum ve evini anlatmaya başladı. Onların evinde her akşam bütün aile bireyleri bir araya toplanırmış. Herkes gün içinde ne kadar para toplamışsa ortaya atar, anne ya da baba toplanan paraları alırmış.

Sürekli konuşulan şeyler ise; hangi semtte nasıl insanlar var, diğer komşunun çocuklarının ne kadar para topladığı, bu hayat ne kadar acımasız vb.

Bu gündemde yetişen her on çocuktan 7'si sürekli aynı şeyleri merak edip aynı olumsuz davranışları yaparak büyümekte.

Şimdi gelin de on sekizinden sonra onlara bunların gerçek olmadığını anlatın.

Meslek hayatımda, 4 yaşında Beethoven'dan bahseden, 6 yaşında dünya ülkelerini sayan, 8 yaşında dini sorgulayan, 9 yaşında lüks merakına düşen kısacası her yaştan, farklı birçok şeyi merak eden yüzlerce çocuk tanıdım.

Geçen sene çok sevdiğim ve saydığım bir ablamlarla birlikte doğu turuna gittik.

Hem ziyaret hem de tatil amaçlı bir gezi oldu bizim turumuz.

Doğunun tarihi dışında aile yapıları da çok ilgimi çekmiştir.

Zaten aile kavramını iyi tanıyabilmenin, doğru analiz edebilmenin en önemli şartı doğu-batı toplumlarının incelenmesiyle gerçekleşirdi. Günümüz aile yapısı doğu ve batının etkisinde kalmış bir uzantı şeklindedir. Ülkemiz daha çok doğunun etkisinde kalmıştır.

Batıdan çok farklı bir aile yaşamı vardır. Her aile en az iki çocukludur. Bu 5'e, 6'ya hatta 7 ve 8'e kadar çıkmaktadır.

Gözlemlediğim aile yapılarının çoğunda; çocukların büyüklerin yanındaki davranışları oldu. Doğu insanı çocuklarını evleri için erken yaşta bedel öder hale getiriyor.

Şimdi bu ne demek dersiniz?

Sizi yakın bir geçmişte medyada çok fazla gördüğümüz bir konuyu hatırlatmak isterim.

Yaşlılar...

Evet, Doğu Anadolu'da huzur evi pek rastlanır şey değildir. Ama ülkemizin batısında huzur evi sayısı çok fazladır ve çok fazla da talep görmektedir.

Doğu insanı çocuklarını erken yaşlarda evleri için bir şeyler yapmaya sorumluluk almaya yönlendirir.

Aslında aşırı olmamak şartıyla her anne baba çocuklarını erken yaşta evleri için uygun davranışları sergilemeye yöneltmelidir. Çünkü insanoğlu uğruna bedel ödemediği hiçbir şeyi dikkate almaz, önemsemez.

Genelde bizim anne babalarımız çocukları için çok bedel öderler. Bu yüzden aşırı hassaslaşır ve ilişkiyi abartmaya başlarlar. Bunların hiçbiri olmasa bile beklentileri artmaya başlar.

Ben seni doğurmak için ne kadar acı çektim, bir bil-sen.

Seni büyütmek o kadar da kolay olmadı. Az mı sabahladık babanla.

Bunlar gibi belki yüzlerce cümle. Fark ettiyseniz aslında ne kadar çok bedel ödediklerini dile getirirler.

Evet, insan bedel ödemeli. İsteddiği her şey için.

Birçok aile çocuğunun SBS ve ÖSS sınavı için aşırı bedel öder ve çocuklara bedel ödetmeden, çok fazla çalışmalarını bekler.

Anne ve baba, dersane için para öder, özel hoca için para öder, özel hayatlarını kısırlar, çocuk üzülmesin diye kendilerini üzerler, ödemeler için kendi ihtiyaçlarını kısırlar, geceleri uykusuzluk yaşarlar, sürekli etraftan sı-nav-stres-kaygı üzerine araştırmalar yaparlar. Çocuk bu süreç için hiç bedel ödemez. Ödemediği gibi aile çocuktan sürekli çalışmasını ister. SBS ve ÖSS hazırlığındaki her 10 çocuktan sadece 3 tanesi olması gereken bilince sahip.

İnsan dünyada iki yönüyle vardır. Birincisi somut yaşam, ikincisi soyut yaşamdır. Eski yaşamlarda insanlar barınmak, yemek, avlanmak dürtüleri ön planda olduğu için ağırlıklı olarak somut yaşıyorlardı. Soyut düşüncelerin az, somut davranışların fazla olduğu bu dönemlerde az iletişim çok eylem yaşam biçimiydi. Zaman ilerledikçe tarım ve hayvancılık aile ve toplum yaşamlarını ön plana çıkardı. Bu nedenle soyut yaşam kendini göstermeye başladı. Kadın-erkek, anne-baba-çocuk ilişkilerinde soyut beceriler gelişmeye başladı. Bunun en önemli göstergesi ise iletişim oldu. Artık fiziksel gücün, sahip olduğun paranın, eşyanın, yanındaki insanların kalitesini, kullandığımız iletişim gücümüz belirlemekte.

Bir insanın davranışlarını, mimiklerini, söylediklerini sevdikçe o insanı da sevmeye başlarız. Eğer bir insanın kıyafetlerini, arabalarını, evlerini, somut gerçeklerini seversek onlar hakkındaki soyut düşüncelerimiz azalmaya başlar. Bu durum eşler arasında, aile içerisinde ve tüm ilişkilerde duygu eksikliği yaratır. İletişim senin ne anlattığın değil, karşıdakinin ne anladığıdır. Bizler çok fazla konuşmanın her şeyi olduğu gibi anlatmanın iletişim olduğu yanılgısına düşeriz. Esas olan şey

karşımızdaki çocuğun, eşimizin ya da her hangi bir insanın ne anladığıdır.

Her toplulukta olduğu gibi aile topluğunda da kullandığımız iletişim yaşam şeklimizi ortaya çıkarır. Kadın ve erkek kullandıkları görsel, işitsel, dokunsal iletişim becerileri ile bir ilişki yaşamaya başlar karar verdikleri anda ise bu ilişkiyi evlilikle sonuçlandırır. Artık karı ve koca kimliğini kazanmışlardır. Karı-koca kimliğinde kullanılan iletişim dili sadece kendi beklentileri, egoları ile sınırlıdır. Anne-baba olmaya karar verdiklerinde yeni bir kimliği daha üzerlerine alırlar bu kimlikle beraber kullandıkları iletişim becerileri değişmek ve gelişmek zorundadır. Artık bir aile kavramı oluşmuştur.

Aile kavramının iletişimi ise şimdiki zamana uygun hale getirilmelidir. Farkında olmamız gereken şey iletişimin her çağda, her yaş grubunda, her iki cinsiyette, her türlü ilişkide farklı olduğudur. İletişimin özünde değişmeyen şeyler beden dili, ses tonu ve kelimelerdir. Karşımızdaki ister çocuk, ister yetişkin olsun sizinle iletişim kurarken %60 beden dilinize, %30 ses tonunuza ve %10 kelimelerinize dikkat eder.

**Aile bağları o kadar ağırdır ki taşımak için iki kişi gerekir; hatta üç.  
Alexandre Dumas**

# 9. BÖLÜM - MASAL KAHRAMANLARINI EBEVEYNLER YETİŞTİRİR

Kendimi bildim bileli ezberimizde bu masallar. Bıkmadan usanmadan, değiştirmeden, düzeltmeden anlatmaya devam ediyoruz.

Masalların hayatımızda önemli bir yeri vardır. Herhalde en az bir tanesini bile olsa biliriz.

Genelde çocukluğumuzda geçer ve bir miras gibi bizden sonra gelen kuşaklara anlatırız. İçindeki kahramanlar en çok da çocukların ilgisini çeker. Okul öncesi ve ilköğretim döneminde bazı masalları, tiyatral hale getirip, çocuklara sergiletiriz. Çok da keyiflidir o minicik bedenlerin kocaman başarılarını sahnede izlemek. O kadar heyecanlıdırlar ki o heyecan izleyen herkese geçer. Kolay mı, bir Pamuk Prenses olmak, Rapunzel olmak, Kırmızı Başlıklı Kız olmak, Çirkin Ördek Yavrusu olmak, Külkedisi olmak...

Bu saydıklarımın dışında yüzlerce masal kahramanının var olduğunu biliyoruz. Prens gelir öper prensesi hayatını kurtarır, peri gelir bir dokunur Külkedisi'nin hayatını kurtarır. Kahramanlar genelde aniden bir yerlerden çıkarlar ve yapılması gerekeni yaparlar. Gerçek hayatta da bazı insanlar kahramanlarını bekler. Evet, bazılarımız bekler bazılarımız kendi hayatlarımızın kahramanı oluruz. Bunun içinde bir farkındalığın, becerinin, özgüvenin, esnekliğin olması gerekir. Dikkat ettiyseniz masaldaki kahramanlardan birçoğunun kahramanlıkla ilgili davranışlar sergilemediğini görebilirsiniz. Kahraman deyince aklıma başkalarının hayatını kurtaran, koruyan, kollayan gelir. Aslında fena da olmaz belki, sıkıntılı olduğumuzda, işlerin içinden çıkamadığımızda, borçlarımızı ödeyemediğimizde daha birçok yardıma ihtiyaç duyduğumuz anlarda çıksa ve bize istediğimizi verse yani beklesek, bekle-sek. Çocuklar beklemeyi sevmez hemen olsun isterler. Belki de masalarda bir çırpıda sonuca ulaşmanın nedeni de bu olabilir. Ben küçükken pek fazla masal okumazdım. Ergenlikte okuduğum romanlarda da hayatta istenilene uzun vadede ulaşılabileceğini gördüm. Genelde de bir hedef için çok çalışıp zaman harcadıktan sonra sonuçlarını hemen alamıyoruz. Okuldaki sınavlara günlerce çalışıp, giriyoruz, sonucunu en az bir hafta sonra alıyoruz. Hemen isteyen bazı beyinler en kısa yol olan kopyayı seçebiliyorlar. Çalışmak emek ister. Tabi bu benim bakış açım. Şimdi çocukların dünyasından çıkıp, bir yetişkin dünyasıyla bu öğrendiğimiz ve öğrettiğimiz masallara farklı bir açıdan bakalım.

Günlük iletişimimizde her küçük ayrıntıya takar ve büyütürüz. Bize söylenen veya yapılan birçok şeyde dolaylı bir anlatım hisseder ve genellikle yanılırız. Çocukluğumuzdan beri anlatılan ve beynimizin bilinçdışına işlenen bu benzeri masalların hayatımızı nasıl etkilediğinin farkına varamayız bir de bakmışız ki o masaldaki kahraman oluvermişiz...

Masallar duygusal anlatımlardır aynı şarkılar, şiirler gibi. Duygusal anlatımların hepsi insanın bilinçdışına işler. Bilinçdışına işlenen her şey yaşam içindeki tepkilerimizi şekillendirir.

Öyle ki insanoğlu bilinçdışının farkında olmaz. Bilinç-dışının temeli çocukluk dönemlerinde oluşur bir ömür boyunca yaşam şeklimizi belirler. Farkında olunmadığı sürece değiştirilmesi zordur.



Korkular, kaygılar, saplantılar, modeller, olaylar karşısında ki tepkiler, sabır, irade gibi çok önemli duygularımızın depolandığı yer olan bilinçdışına çocukluk dönemlerimizde masallar işler.

Masalların dolaylı anlatımları vardır ve çoğumuz bunları algılamayız.

Bakın birçok masal çocukların beynine nasıl işler yani onlar tarafından nasıl algılanır?

## a) PAMUK PRENSES

Kadının narin yapısı, hassaslığı işlenmiş “pamuk” sıfatı takılır bu kahramana.

Prenses çok saf, her şeye inanan, duygusal bir tablo çizmektedir. Pamuk Prenses babasını çok seven onun sözünden çıkmayan bir genç kızdır.

Şu anki yaşadığımız yüzyılda da kadına bakış açısı aynı. Kadınlar duygusal ve hassas varlıklardır.

Prensesin annesi ölür ve babası başka bir kadınla evlenir. Saraya üvey bir anne gelir. Pamuk Prenses babasının ölümüne çok üzülür. Çok iyi niyetli olduğu için üvey anneyi kabullenmekte zorluk çekmez. Babasının kocaman sarayı ona ve üvey annesine kalmıştır.

Anlamadığım bir erkek karısı ölünce neden bir süre sonra başka bir kadın ister. Hep bir kadınla mı olmak zorunda? Onu dünyaya getiren bir kadın, belli bir yaşa kadar anneye başlayan süreç evlendikten sonra da başka bir kadınla devam eder.

Üvey annelere dikkat edin her an başınıza bir çorap örebilir. Hele bu masalı anlattığımız varlıklar küçük çocuklar ise yani gerçeğe hayali ayırt edemeyen miniklerin inanması daha kolay olsa gerek.

Üvey anne orta yaşın üzerinde bir kadındır ve yaşlanma korkusu vardır. Bir sürü kıyafeti olan her sabah akşam aynanın karşısında kendini süzen megaloman dul bir kadın, pardon hem dul bir kadın hem üvey anne.

Erkeklerin böyle kaygıları yoktur, sadece bu kadına mal edilmiştir. Ama endişeye gerek yok masal yazıldığı dönemlerde herhalde estetik ameliyatı yokmuş, olsaydı eğer prensesin başına bunlar gelmezdi.

Üvey anne, ölmüş kadının kızını gördüğünde yıkılır inanılmaz güzeldir. Hemen hemcinsi ile bir yarışa girer ve kendisinin daha güzel olduğu gibi hastalıklı bir düşünceye kapılır. Bir gerçek vardır ki prenses ondan daha genç, güzel ve pamuk gibidir. Üvey anne cadıdır ve bazı güçleri vardır, aynayla konuştuğunu zanneder. Aslında aynadaki de kendisidir yani devamlı gerçeği kendine söyler.

**Gerçek:** Yeryüzünde en güzel kadın, Pamuk Prenses'tir.

Bu gerçek onu mahveder. Kılıktan kılığa girer ama sahip olduğunu zannettiği güçleri onu bir türlü prensesten daha güzel yapamaz. En iyisi güzeli yok etmektir.

Burada kadınların 40'ından sonra yaşlılık triplerine girdiği ve kendisiyle barışık olmadığı işlenir küçük beyinlere. Güzelliğe harcanması gereken kapitalist projelerin temelini atılması gerektiğini hissetmeye başlıyoruz. Masala göre kadınların tek derdi güzellikmiş gibi vurgulanmış. Aklını, sahip olduklarını önemseme, 'seni var eden güzelliğindir' mesajı üvey anneden alınıyor.

Üvey anne prensesi öldürmeyi kafasına koymuştur. Ama bu kötü işi bir erkeğe yaptırması gerekir. Ayna devamlı ona Pamuk Prensesi hatırlatır. Bu paranoyadan kurtulmak için sarayın en güçlü adamını çağırır ona prensesi öldürmesi ve kanlı elbisesini getirmesi için emir verir.

Zaten erkekler de böyle işleri beklerler. Hepsi hazırdır. Böyle bir görevi kadından almak önemlidir tabi. Bakın gazetelerdeki, televizyonlardaki haberlere, ne kadar çok bir kadın için başkasının canını alan erkekler var. Cezaevlerindeki kadınların %70'i kocasını öldürmüş. Yani kendi davaları için.

Ama masalımızdaki üvey annenin yardımcı erkeği bu görevi yerine getiremeyeceğini söyleyecek cesareti kendinde bulamaz açıkçası işinden olabilir. Bunu göze alamaz çünkü değerleri gelişmemiştir. Ama durun bakın ne yapıyor. Gidiyor ormana, güzelim ceylanın canını alıyor. Prensesin bir elbisesine ceylanın kanını sürüyor.

Hayvanların yaşamı önemli değildir. Menfaatlerin için öldürebilirsin bu seni suçlu yapmaz. Dünyada senin gibisi çok, kutuplardan ekvatora kadar her yerde hayvan katliamı yapılıyor. Neden mi? Çoğunlukla öldürüp derilerinden güzel ve zengin kadınlar güzelleştiriliyor mutlu ediliyor. Fakirin ne işi var tavşan tüyüyle, yılan derisiyle. Ama yalancının mumu yatsıya kadar misali yalanı ortaya çıkar. Tabi işten kovuldu mu bilmem, çünkü böyle adamlara her zaman ihtiyaç vardır. Üvey anne bunu fark edince kendi işini kendi yapmaya karar verir. Öldürmek için bir sürü yöntem gelir aklına. O düşünmeye devam etsin.

Pamuk Prenses'i merak ediyorsunuz değil mi?

Bakın nerelerde...

Eğer bir kadınsan, bir mesleğin yoksa elinden bir iş gelmiyorsa, harcanırsın. Seni prenses gibi büyütenler, okuman, gelişmen için sana şans vermezlerse seni bu hayatta zorluklardan kurtarabilecek tek kişi bir erkektir. Yakın bir geçmişte kız çocuklarını okutmak için büyük kampanyalar yapıldı. Amaç kendi ayakları üzerinde duran, bir erkeğe ve hiç kimseye muhtaç olmayacak bireyler yetiştirmektir.

Nedir bu 15-16'sından sonra kurtarıcı erkek arama saplantısı. Eski batı toplumlarında kız babaları, kızları ergenliğe girdiğinde onları süsler ve beraber olacağı erkeği seçmesi için serbest bırakmış. Kız bu seçimi yaptığında baba erkeğe kızının üzerinde hâkimiyet kuramayacağını söylemiş. Eski doğu toplumlarında da kızın belli bir yaşa geldiğinde evleneceği erkeği aile büyükleri seçmiş. Kızın tercih hakkı olmamış. Sistem hâlâ bu kültürden gelen bazı kesimlere okutma zorunluluğu hakkı veriyor. Tabi onlar da bu seçme hakkını kullanıyorlar, okutmamak. Kültür bir toplumu ayakta tutan bir sistemdir. Olumlu yanları tabi ki var. Özgürlük haklarının verildiği kültürler olumlu sonuçlar doğuracaktır. Neyse Pamuk Prenses; işte kendi gününün, becerilerinin farkında olmazsan öyle ormanda ne yapacağını bilmez, dolaşırsın. Anne ve baban yoksa durumun çok kötüdür hemen seni koruyacak birisine ihtiyacın vardır.

Prenses ileride bir ev görür ve içeri dalar, kimse yoktur, çok korkmuştur tek gidebileceği yer burasıdır. Ayrıca Pamuk Prenses, bize sahip oldukların için savaşmamak gerektiğini vurgular. Saray babasının ve bütün her şey de yüzde elli de olsa hakkı varken bunları aramaz o direk ormana dalar ve onu kurtaracak birilerini arar.

Eve girer ve bir bakar ki her yer darmadağın, pis, leş gibi. Ne yapsam diye düşünürken, elinden sadece temizlik yapmak geldiğini anlar ve koyulur temizliğe.

Yani prenses de olsan sen bir kadınsın; temizlik ve yemek yapmalısın.

Bir güzel temizler, bir sürü yemekler yapar, yorgunluktan uykusu gelir, mışıl mışıl uyur. Akşama doğru yedi erkek cüce işten gelir ve bir bakarlar. Ev tertemiz, mutfaktan yemek kokuları gelir. Sanki

kadın eli değmiş. Haksız da değiller hani.

Çünkü erkekler temizlikten anlamaz. Onlar dışarıda çalışır. Hele cüceysen hiçbir ev işi elinden gelmez. Yıllarca o pis evde yaşamaya mahkûm olursun. Yani kadınsız erkek pistir. Ayrıca bir sürü soru da akla gelmiyor değil. Bu yedi cüce neden bekâr, cüce oldukları için mi?

Neyse bir bakarlar ki pamuk gibi bir kız orada öylece uzanıvermiş. Hepsi başına toplanmış ve uyanmasını beklerler. Prenses uyanır ve cüceler best model edasıyla kendilerini tanıtmaya başlarlar; Uykucu, neşeli, çekingen, çalışkan, huysuz, meraklı, doktor cüce.

Hepimizin bir özelliği var ama toplasan bir evi temizleyecek, yemek yapacak adam etmeyiz. Eskiden nasıl işlerdi bu düzen acaba? Fastfoodlar yokken yani dışarıdan yemek söyleme imkânı yokken bekâr erkekler ne yapardı? Allah'tan bu kapitalist düzen her şeye bir çare buldu. Şimdi bir alo ile yemeğin sofranda. Flashback gibi reklamlar gözümüze, kulağıımıza sokuluyor. Arada bir de annemizin yemeklerini hatırlatacak ürün reklamlarını yapıyorlar. Prenses derdini anlatmaya başlar. Cüceler çok üzülür ve ona yardım etmeye karar verirler.

Konuyla alakası yok ama düşünsenize 4-5 tane bekâr erkeksiniz ve bir evde yaşıyorsunuz. Hepinizin işi gücü var, çalışıyorsunuz. Bir gün işten dönüyorsunuz, eve bir giriyorsunuz her yer mis kokuyor, lavanta kokuları. Bir de mutfaktan inanılmaz güzel yemek kokuları geliyor. Allah'ım bu bir rüya olmalı. Durun daha bitmedi. Yatak odasına bir girdiniz podyumdan fırlamış bir güzel kız. Evet, ne yapardınız?

Bu yedi cüce bir görev edinir ve prensesi korumaya karar verirler. Artık cüceler çalışır, eve yemeklik getirir, Prenses de onlara güzel yemekler yapıp evi temizler. Çok mutludur ona yapılanları unuttur. Ama üvey anne durur mu? Bir gün kılık değiştirip dayanır kapıya. Prenses öyle saftır ki açar kapıyı, kapıda bir yaşlı teyze vardır, çok susamıştır ve su ister. İyi kalpli prenses suyu verir. Hayatta her iyiliğin bir karşılığı olmalı teyze de ona elma ikram eder. Bizim Pamuk Prenses alır elmayı hemen ısırır.

Yaşlılardan zarar gelmez.

Bir güzel ısırır ve hoooop gerisini biliyorsunuz. Cüceler yetişir, üvey anneyi kovalar ama kötüler bulur cezasını, uçurumdan aşağı düşer. Cüceler, Pamuk Prenses'in öldüğüne inanmazlar çünkü her şey bir masal gibidir. Belki uyanır, ölmemiştir, tekrar kalkar yemek yapar, temizlik yapar. Olur mu, olur.

Cüceler onu uyuyor, uyanacak beklentisiyle cam bir fanusun içine koyarlar. Her gün gelip bakarlar uyandı mı diye. Bir gün o civardan geçen bir atlı prens, prensesi görür ve aniden ilham gelir. Prensesi öper ve öpmesiyle prenses uyanır, sonra ömür boyu mutlu olurlar. Prenses, kendisine evlerini açan cücelerden ayrılır. Ama bu dünyada kadınsan ve sıkıntudaysan seni ancak bir erkek kurtarır. Seni kurtaracak kişi de şöyle yakışıklı, zengin olmalı. Bekle çok geçmeden gelir, seni öper, uyandırır. Yani hak ettiklerin için savaşmana gerek kalmaz.

Prenses kadın olmayla ilgili kendine koyduğu sınırlayıcı inançları olmuş ve sorunlardan kaçmak olan en kısa yolu seçmiş. Her anne baba için çocukları prenses, prenstir. Belli bir yaşa kadar bu duygularla büyütürüz, üzülmesinler, bir şeyden eksik kalmasınlar diye bazen koyduğumuz kuralları bile kendimiz bozarız.

Daha yeni yeni adımlar atmaya başladığında düşmesin diye devamlı diplerinde oluruz. Koltuğa çıkmaya çalışırken düşmesin diye tutar biz kaldırırız. Hızlı gelişen bu varlıkları devamlı birilerine

benzetiriz:

Aman annesine çekmiş.

Bak bak yaptığına, babasına ne kadar benziyor. Küçükken serbest bırakır ergenlikte de sıkılmaya başlarız. Artık o prenses ve prens gider yerine bu kime çekti dediğimiz birileri gelmeye başlar. Aslında hâlâ küçük prensesler onlar tek başlarına yapamayan hep sizden destek bekleyendir.

Değişen sadece zaman, mekân ve bedenlerimizdir.

## b) KÜLKEDİSİ

Bir zamanlar güzeller güzeli bir kız varmış. Annesi ölünce babası yeniden evlenmiş. Erkeklerin yalnız yaşa-yamama hastalıkları bu masalda da kendini göstermektedir. Genelde eşleri ölen çoğu erkek çocuklarına annelik yapacak bahanesine sığınarak başka bir kadını hayatına sokar. Asıl ihtiyaçları olan düzenli seks hayatı için yatağının sürekli dolu olmasıdır. Külkedisinin de annesi ölünce babası da aynı bahane ile iki çocuklu başka bir kadınla evlenir.

Üvey annesi de ilk evliliğinden olan iki kızıyla birlikte gelip eve yerleşmiştir.

Bu iki kız, yeni kız kardeşlerinden hiç hoşlanmamış. Odasında ne var ne yoksa tavan arasına fırlatıp atmışlar. Ona bir kardeş gibi davranmak şöyle dursun, bütün ev işlerini üzerine yıkmışlar.

Ev işleri bittikten sonra bile kızın onlarla oturmasına izin verilmiyormuş.

Kız çocuklarının arkadaş da olsalar, öz ya da üvey kardeş de olsalar aralarında gizli bir rekabet vardır. Genelde kız çocukları başka bir kız arkadaşında gördüğü oyuncak bebek, toka, kalem gibi küçük eşyaların aynısı ister ebeveynlerinden.

Kadının genetik yapısında olan bu dürtüler en küçük ayrıntıları bile sorun etmelerine neden olabilir.

Duygusal zekâsını fazla kullanan kadınlar küçük şeylerden mutlu olabilir ya da bunları büyük bir sorun olarak görebilirler.

Erkekler bunu göremez böyle dürtüleri yoktur. Bu yüzden hatırlanması gereken özel günler küçük gibi görüldüğünden dikkatlerinden kaçır.

Masaldaki üvey kardeşler güzellik konusunda baskın olamayacakları için başka bir konuda külkedisini ezmeye karar verirler. O da ona hizmetçi gibi davranmaktır. Tabi ki hizmetçiler aciz, itilmesi gereken varlıklardır. Masalda çocukların beynine bunların dışında ev işleri yapmanın küçük ve aciz bir yaşam şekli olduğu vurgulanmaktadır. Kahramanımız akşamları mutfakta, sönmekte olan ocağın önünde duruyormuş tek başına, ellerini küllere doğru tutup ısınmaya çalışarak. Bu yüzden üvey kız kardeşleri ona “*Külkedisi*” adını takmışlar.

Genelde bu tarz masalarda karakterlerin isimleri yoktur. Hepimiz kendimizi prens, prenses hissedelim diye.

Bazılarına da yalancı, kibirli, sinirli gibi sıfatlar takılıdır. Bir insana yalancı diyebilmek için sürekli yalan söylemesi gerekir. Doğduğu andan itibaren sinirli olan, böyle bir genetik şifreyle doğan birini gördünüz mü?

Bu tip sıfatlar karşınızdaki kim olursa olsun çocuk, ergen, yetişkin de olsa kişinin kendisinde bir benlik geliştirmelerine neden olur. İnsan yalancı, sinirli, ahlaksız davranışlar sergileyebilir ama bu kişinin böyle olduğunu göstermez.

İnsanlara böyle sıfatlar takmayı çok severiz aile içinde, sosyal ortamlarda, medyada açıkçası her yerde bunları görebiliriz. Mesela; Orhan Gencebay'a baba diye diye onu o kalıba soktuk. Ona aslında korumacı, güçlü, sahip çıkan bir adam misyonunu verdik.

Gönül Yazar'a; Taş bebek diye diye kadının yaşlanmasına izin vermiyoruz. O da yaşlanmamak için elinden geleni yapıp durur hale geldi. Çocukluğumda bir komşu teyzemiz vardı. Ona tüm mahalle: "dert anası" derdi. İnanın derdi olan ona koşardı. Falcı, medyum falan değildi herkes her şeyi ona danışırdı. Ben onu çok güçlü sanırdım ve onun derdinin olamayacağını düşünürdüm hep. Sizin de etrafınızda zayıf insanlar, sahte kabadayılar, yaramaz çocuklar, taş kalpliler, vurdumduymazlar, Güzin ablalar ve binlercesi yok mu? Karşınızdakini devamlı aynı şekilde görürseniz farklı bir davranış sergilemesine izin vermemiş olursunuz. Düşünsenize Gönül Yazar yaşlandı, diye bir haber büyük bir şey olur. Orhan baba sahip çıkmadı başlıklı haber de önem taşır ya da dert anası gibi gördüğünüz birinin dertlerden kanser olup ölmesi de baya bir şaşırtır insanı.

Halk arasında çok yaygın olan daha çok gençlerin dilinden düşmeyen bir 'kanka' kavramı vardır. Bu gençler kankalarından zarar gelmeyeceği düşüncesiyle parasını, sevgilisini birçok şeylerini gözü kapalı kankalarına emanet ederler. Adam parayı cebine sevgiliyi yatağına atınca "ulan kankam beni sırtımdan vurdu", diye ağlar dururlar. Kardeşinden, ailesinden zarar görenler var, kanka ne alaka demezler mi insana.

Külkedisi de aciz davranışların dışında daha özgüvenli davranışlar sergileyebilir.

Eğer bu masal sizin olsaydı nasıl değiştirirdiniz? Bunu size bırakıyorum, sadece düşünün.

Davranışlar değişir kişilik değişmez. Bu sıfatlar davranışlara yönelik değil kişiliğe yöneliktir.

Mesela bir insana zorla alkolik olduğunu kabullendir-meye çalışmak onun bundan kurtulma sürecini zora sokar. Sürekli yaramazsın şeklindeki konuşmalara maruz kalan çocuk bunu kişiliğine yapıştırdığı için davranışlarını değiştirmez.

Davranış kişinin kendisi değildir.

Masalda Külkedisi sıfatı da böyle bir yaklaşımdır. Sürekli Külkedisi dendiği için evin bir kızı gibi göremez kendisini.

Böyle aileler vardır bazı yetişkinler bilirler sorduğunuzda "kendimi hiç aileden biri olarak görmedim, diğer kardeşlerime göre bana hep farklı davranıldı" derler.

Evet, çocuklar, evet büyükler sizden daha güçsüz insanlara takma adlar takabilirsiniz:

— Beceriksiz, kıt beyinli, işe yaramaz... gibi. Bu düşünce bilinçaltına dolaylı yoldan gönderilir.

Külkedisinin babası yatağını doldurduğu için rahat tabi, kızının başına gelenlerden bi haber. Nerede bu kızın babası ya?

Bir gün iki kız kardeşe sarayda verilecek bir balo için davetiye gelmiş. İki de heyecandan deliye dönmüşler. Herkes Prens'in evlenmek istediğini biliyormuş. 'Bakarsın ikimizden birini seçer, belli mi olur?' diye düşünmüşler.

İşte günümüzde de aynı sahneler hiç değişmedi. Bakın kızlar seçme hakkınız yok sadece

seçilebilirsiniz. Kendinizi bir erkeğe beğendirmek zorundasınız. Kadınlar güzeli yaratır erkek bir şekilde o güzel olan şeye sahip olmak ister. Hatta bu da yetmez erkeğin ailesinin de denetiminden geçmelidir kadınlar ancak ondan sonra onay alabilirler belki. Gelin kaynana yarışmaları gibi. Kızlar süslenir, erkekler en güzelini beğenir ama anneleri “oğlum güzel ama elinden iş güç gelir mi ona da bakmak lazım” derler. Şu kadın milletin işi çok zordur. Ayrıca o güzellikleri de bir erkeğin tükete tükete bitirmesine bırakmakta cabası.

Eski batı toplumlarında böyle değildi, ergen olan kızı babası süsler erkeklerin olduğu köy meydanına gönde-rirmiş. Kızına içlerinden bir erkeği beğenmesini evlenmeden önce ilişki deneyimi yaşaması için şans verirmiş.

Şimdilerde birçok anne baba kızlarının çeşitli yarışmalara katılıp kendilerini erkeklere beğendirmelerine seyirci kalıyorlar.

Göndermeyen büyük bir çoğunluk ise oylarıyla uzaktan destek oluyor.

İki kız kardeş de kendilerini mümkün olduğunca güzelleştirmek için hemen kolları sıvamışlar. Fakat maalesef bu biraz zormuş, çünkü Külkedisi'nin aksine bayağı çir-kinmiş her ikisi de! Balo akşamı, üvey kardeşleri gittikten sonra Külkedisi mutfakta oturmuş ve için için ağlamaya başlamış. “Neyin var, neden ağlıyorsun Külkedisi?” diye sormuş bir kadın sesi.

“Ben de baloya gitmek istiyordum,” demiş hıçkırarak Külkedisi.

“Gideceksin öyleyse,” demiş ses. Külkedisi duyduğu sese doğru dönüp bakmış, şaşkınlıktan donakalmış.

Bizim kızlarımızın bazıları kıt beyinli olabilir mi gerçekten yoksa bunların anaları da mı böyleydi?

Hakların, kişiliğin, onurun, evin, ailen elden gidiyor sen hâlâ kendini bir erkeğe beğendirme arzusu içinde yaşıyorsun.

Külkedisi sen bari onlardan olma.

Bu durumda olan bir kızı mutlu edecek, kurtaracak tek şey bir erkek. Eğer bu erkek bir prens olursa yeme de yanında yat. Prens olmasa da zengin bir iş adamı, futbolcu da olsa olur galiba.

Güzel bir kadın duruyormuş yanı başında.

“Ben senin peri annenim,” demiş kadın. “Şimdi kaybedecek zamanımız yok! Bana bir balkabağı getir hemen!”

Külkedisi bir balkabağı getirmiş. Peri annesi sihirli değneğiyle dokununca, balkabağı birden bire altından bir fayton oluvermiş.

“Şimdi de altı fare... “ Külkedisi altı fare bulup getirmiş, peri annesi onları hemen ata dönüştürmüş.

“Bir sıçan... “ Onu da arabacı yapmış.

“Ve altı kertenkele...” Onları da faytonun arkasında koşacak altı uşağa çevirivermiş.

Nihayet Külkedisi'ne gelmiş sıra. Peri değneğiyle bir dokununca Külkedisi'nin yırtık, pırtık giysileri nefesleri kesecek harika bir elbiseye dönmüşmüş. Ayaklarında bir çift camdan ayakkabı pırıl pırıl parlıyormuş.

Genelde böyle acılı durumlarda insanları avutan tek şey hayalleri olsa gerek. Külkedisi de aynısını yapmış. En azından evde kimse olmayacağı bir akşamı fırsat bilip babasıyla uzun uzun konuşabilirdi.

Ya da bak kimse yok bol bol dinlen en azından sabah tekrar iş güc seni bekliyor, dinlenmiş olurdu be Külkedisi. Neyse seni hayallerinle baş başa bırakalım. Hepimizin zaman zaman bazı eşyalara, canlılara bakıp onları başka bir şeye benzettiğimiz olur. Bazı madde bağımlıları da halüsinasyon görür böyle. Külkedisi'ne sürekli maruz kaldığı küller böyle bir etki de yapmış olabilir

“Bir şey var yalnız” demiş Peri. “Gece yarısına kadar eve dönmelisin. Saat on ikide elbisen tekrar eski giysilerine, faytonun balkabağına, atların fareye dönüşecek. Prens'in bunu görmesini istemezsin herhalde? Şimdi git, dilediğinçe eğlen.”

Hayaller kısa süreli olur. Bazen uzun uzun hayaller kurarız sonra gerçek hayata döner yaşamımıza devam ederiz. Aslında hayaller beynimizin aldığı benzin gibidir. Bitince tekrar alır yaşama kaldığımız yerden devam ederiz. Hepimizin hayalleri olsun, hayallerle istekleri karıştırmayalım lütfen. Hayaller sınırsız ulaşılmaz şeyler de olabilir.

İstekler sadece ulaşabileceğimiz şeylerden ibarettir. Külkedisi isteklerinin peşinde koş.

O gece Külkedisi balonun yıldızı olmuş. Baloya katılan hanımlar (özellikle de iki üvey kız kardeşi) onun elbisesini çok beğenmişler ve terzisinin adını öğrenmek için ona yalvarmışlar.

İçindekini boş ver, dışındakine bak. Bütün resimlerde her şeyin dışını görürsünüz içini değil. İnsan, resimde gördüğü şeyin içine ruhen kendini sokmaya çalışır.

Neyse masalda Külkedisi'nin güzelliğine sahip olmak arzusu var diğer kadınlarda.

Onun elbiselerine, makyajına sahip olunca her şey değişecek gibi sanki. Hâlâ günümüzde de kadınlar bir araya gelip onu nerden aldın, bunu nerde yaptırdın gibi sorularla yoğururlar kendilerini.

Beyefendilerin hepsi külkedisiyle dans etmek için birbirleriyle yarışmışlar.

Prens ise görür görmez ona âşık olmuş! Ve o andan sonra hiç kimseye bu kızla dans etmek için izin verilmemiş.

Saatler saatleri, dakikalar dakikaları kovalamış ve Kül-kedisi saat tam on ikiyi vuracağı sırada evde olması gerektiğini hatırlamış.

“Gitme!” diye seslenmiş Prens arkasından ama Külke-disi bir an bile durmadan koşup oradan uzaklaşmış. Sokağa çıktığında elbisesi tekrar eski elbiselerine dönüşmüş. Geriye kala kala camdan ayakkabıların bir teki kalmış. Diğer tekini nerede kaybettiğini bilmiyormuş.

O gece Külkedisi uyuyana kadar ağlamış. Hayatının bir daha asla o geceki kadar harika olamayacağını düşünüyormuş.

Ama bu doğru değilmiş. Ayakkabının diğer tekini sarayın merdivenlerinde bulmuşlar. Ertesi sabah Prens ev ev dolaşp ayakkabıyı tek tek bütün genç kızlara denetmiş. “Bu ayakkabının dün gece karşılaştığım güzel sahibini bulamazsam yaşayamam,” demiş.

Derken Külkedisi'nin evine gelmiş. Üvey kardeşleri ayakkabıyı denemişler. Olmamış. Ayaklarına girmemiş bile.

Prens çok üzgünmüş, çünkü uğramadığı sadece birkaç ev kalmış. Tam oradan ayrılacakken evin hizmetçisi dikkatini çekmiş.

“Hanımefendi,” demiş Prens Külkedisi'ne, “bir de siz denesiniz?”

“O mu denecek? Ne münasebet!” diye haykırmış üvey kardeşler.

Fakat Prens ısrar etmiş, Külkedisi'nin ne kadar güzel bir kız olduğu gözünden kaçmamış. Tabii ayakkabı Kül-kedisi'nin ayağına kalıp gibi oturmuş. Prens diz çöküp Külkedisi'ne evlenme teklif ederken iki üvey kardeşe de öfke ve kıskançlıkla olanları seyretmek kalmış. Külkedisi Prens'in teklifini tabii ki kabul etmiş.

Niye bu masalarda bir kadının hayatını bir erkek kurtarır yoksa bizler bile bile mi işliyoruz çocukların beyinlerine bunları.

Okula gönderme kampanyaları boşuna mı yapılıyor bir yandan çağırıp diğer yandan beklemeyi öğretmiş olmuyor muyuz?

### c) ÇİRKİN ÖRDEK YAVRUSU

Anne Ördek sabırla yumurtalarının kırılmasını bekliyordu. Vakit tamamlanınca ördek yavruları yumurtalarından çıkmaya başladılar. Fakat en son ve en büyük yumurta bir türlü kırılmıyordu. Sonunda yumurtanın beyaz kabuğu çatladı ve diğerlerinden daha gri ve farklı olan ördek yavrusunun küçük kafası görüldü. Anne ördek yeni doğan yavruya bakarak; “Umarım değişir...” dedi şefkatle. Zaman ilerliyordu ama ördek yavrusunun rengi hâlâ griydi. Kümesin bütün hayvanları onunla alay ediyorlar, ona “çirkin ördek yavrusu” diye sesleniyorlardı. Zavallı yavru o kadar mutsuzdu ki sonunda uzaklara gitmeye karar verdi. Gün boyunca yürüdü gece olunca ise çok yorulmuştu mola verdi. Bir yanda açlık, bir yanda korku... Ama yapabileceği hiçbir şey olmadığından derin bir uykuya dalmakta gecikmedi.

Ertesi sabah su sesleriyle gözlerini açtı. Geceyi yaban ördeklerinin çılgınca eğlendiği küçük bir göl kıyısında geçirdiğini anladı. Bu gürültücü arkadaşlarına kendini tanıtmaya hazırlanıyordu. Birden bir tüfek sesi ile irkildi. Hiç zaman kaybetmeden oradan uzaklaştı. Çok geçmemişti ki küçük ördek kendini bir çiftlikte buldu. Çiftliğin sahibi yaşlı kadın onu doyurdu. Ateşin yanında uyumasına izin verdi. Fakat yavru ördek bir göl bulabilme umuduyla oradan da uzaklaştı.

Günlerce bir göl bulabilmek için rastgele yoluna devam etti. Sonunda bir göl kıyısına ulaştı. Bu arada yalnız başına yaşamayı öğreniyordu. Bu göl kıyısında yavru ördek gün geçtikçe büyüyordu. Kendisi farkında olmadan görüntüsü değişiyordu. Geçen kuğuları gördükçe onların asil duruşları ve güzel görünüşlerinden dolayı iç çekiyordu.

İlkbaharda bir kuğu sürüsü gölün kıyısına yuva yapmaya geldi çirkin ördek yavrusuyla tanışmak için yaklaştılar fakat kendisini bu zarif kuşlarla arkadaşlık etmek için çok çirkin ve kaba buluyordu. Birden bire suda aksini gördü. O da ne!

Kendisini güzel bir kuğuya dönüşmüş olduğunu fark etti. Kuğu sürüsüne katıldı ve ömür boyu mutlu oldu.

Hepimiz yaşamımız boyunca en az bir kere de olsa bu soruyla karşı karşıya gelmişizdir.

Böyle durumlarda bir anda cevap vermek zorunda kalırız. Verilen cevapların hepsi genelde birbirine benzer çünkü herkes aynı şeyi arar. Hatta bazı kültürlerde anne babalar bu soruların cevaplarını çocukları adına verirler.



Senin hayatını birleştireceğin kişi nasıl biri olmalı? Güzellik senin için ne ifade ediyor? Nasıl bir erkekle olmak istersin? Bir kadında aradığın özellikler nelerdir?

Kahretsin ya! Neden, nasıl birini istediğimi bilemiyorum. Yo yo, hayır bence herkes bilmiyor. Öyle olsa herkesin evlilikleri, ilişkileri doğru, düzeyli giderdi. Götürenler de vardır hepsine haksızlık etmeyelim. Ama o kadar işlemiş ki içimize, yazarken bile bu soruya cevap aramak zorunda kalıyorum. Herkes ne istediğini bilmeli, ağzımızın tadı için istediğimiz yemekleri yer, bize yakışacağına inandığımız kıyafetleri giyeriz. Tabi ki hayatımıza da istediğimiz birini sokarız. İşte bu istediğimiz birinden istediklerimiz nelerdir? Doğru insan mı, güzel insan mı, iyi insan mı, hepsi mi?

İnsanoğlu genelde doğruyu hedefleyip güzelin peşinde koşar. Çocuklar gibiyiz aslında süt içmek doğru, kola içmek güzeldir. Doğru olanda mantık, güzel olanda da duygu vardır. Doğru olanı bulup içinde güzeli yaşamak gerekir. Süt içmek doğrudur içine Nesquik katarak güzelleştirmek bizim elimizdedir. Sonuçta bu da hemen hemen her ebeveynin kullandığı bir yöntemdir.

Bu sorulara verilecek klasik cevaplarımız da yok değil: — Benim için güzellik, yakışıklılık falan

önemli değil.

İçi güzel olsun, dürüst olsun, beni sevsin, saysın.

Merak ediyorum, dışını, görüntüsünü beğenmediğiniz bir karpuzu yemek için alır mısınız?

Beğenmediğiniz bir evde oturur musunuz?

Dışı güzel evlerin bir doğal afette ne hale geldiğini hepimiz gördük.

Depremden sonra içinin ne kadar önemli olduğunu anladık. Genelde dışı güzel olanın içini de güzel zannederiz. Yani seçmece de olsa aynı şeyi yapıyoruz. Neden bunu söylüyorum? Bir görsel olarak ne zaman görüntüsünü beğenip de karpuz alsam içi kelek çıktı. Hem içi güzel hem dışı güzel bulamadım. Bulan varsa helal olsun. Ne olursa olsun vazgeçemiyoruz keleş almaktan.

Hatta dışı çok güzel olan şeylerde bir hinlik ararız aman dikkat dediğimiz anlardır.

İnsan biriyle ilişkiye girmeden nasıl bir süreçten geçer, bu beğenilerimiz nasıl olur, hem kendimizle hem de kar-şımızdakiyle nasıl iletişim kurarız? Şimdi bu sürece bakalım sonra masalımıza dönelim.

İnsanoğlu üç adımda hayattaki herkesle ve her şeyle iletişim kurar. Birinci adım görselliktir. Beynimizin bir konuda ikna olabilmesi için görsel hafızasının ilk olarak okeylemesi gerekir.

Bir gece birkaç arkadaş eğlenmeye çıktınız. Eğlendiğiniz mekânda tanımadığımız insanlar var ortalıkta eğleniyorlar. Zaten, iletişim kurmanız için tanımanız gerekmez. Şöyle bir etrafa bakarsınız, tabi burada kişinin eğlenceden anladığı da önemli. Ergenlik sonrası birçok insan, eğlence hayatını oltaya düşürecek balık avı gibi görse de anlayışlar farklı. Görsel hafızanızın okeyleyeceği birini ilk önce gözünüze kestirirsiniz. Ortalıkta bir sürü erkek-kadın vardır. Yani seçenek ve rakip fazla aynı bir aslan popü-lâsyonu gibi. Erkek aslanın da kendi sosyal ortamı vardır. Bu ortamda erkek ve dişi aslanlar vardır. Yani seçenek ve rakip oldukça fazladır. Dişi aslanlar belli bir alana toplanır, erkek aslanlar başka bir alana toplanır. Birbirlerini görsel anlamda görebilecekleri mesafede olmak isterler. Eğer dişi uzaklaşmak isterse erkek aslan birden atlar görsel alanından uzaklaşmasını istemez.

Eğlendiğiniz mekânda biri gözünüze hoş geldi. Eğer yalnızsa bu bir avantaj olur. Bir şekilde karşındakine görsel mesajlar göndermek zorundasındır. Çünkü bazılarımız hemen işitsel anlamda diyaloga geçemeyiz. Gözünü üzerine diker, elindeki kadehi yudumlarken hafif hafif gözlerimizi kaldırır ve ona bakışlar atarız. Eğer kadın görsel mesajı alırsa oda sizin görselliğinizi okeylerse size hafif bir yan bakış atar. Başı yana döner ama gözler kulak hizasında size bakmaktadır. Vücudu da yana gider gelir, hafif sallanmaktadır. Bu iyiye işarettir, şimdi görsel işlemler tamamdır. İkinci adım zamanı gelmiş demektir. Yalnız bu görselliği uzun tutmamak gerekir. Karşı taraf sıkılabılır çünkü rakibin çıkabilir. Eğer öyle bir durum söz konusu olursa bu sefer rakiplerle uğraşmak zorundasın. Bu sahnelere alıştığımız, aynı mekânda birbirini tanımayanların çıkardığı kavga, yaralama hatta ölüm haberleri hemen hemen her gün gazete ve haberlerden göz kırpar. Diyelim ki savaşı kazandınız ikinci adıma geçme hakkı sizindir artık.

Aslanlarda da böyledir. Erkek aslanlar savaşır, savaşı kazanan dişi aslanı elde eder. Dişi aslan da çiftleşeceği erkeği bekler. Bu kısımda hayvanlarla insanların bir farkı olmalı. Ben söyleyeyim de farkı onaylayıp onaylamamakta özgürüz. Aslan popülasyonunda erkek aslan için önemli olan dölünü bırakacak bir vajina bulmak. Türünün devamı önemli o yüzden savaşır kazanan aslan da dölünü bırakır. Dişi aslan da erkek aslanlar savaşırken bir köşede vajinasına gelecek en iyi dölü bekler. Savaşı kazananla kısa bir süre oynaşp çiftleşir onu sahiplenir dünyaya gelen yavrularına sonuna kadar bakar. Farkımız buralarda bir yerde.

Biz insanlara dönelim.

Görsellik tamam yani olması gereken mesajlar alınıp verildikten sonra. İşitsellik aşaması gelir. Artık yanına gidip tanışmak, işitsel anlamda da okeylemek gerekir.

Merhaba, nasıl gidiyor?

Çok gürültülü değil mi?

Efendim duyamıyorum.

Burası diyorum çok gürültülü.

Haa! Evet aynen...

Gibi klişe konuşmalardan sonra tanışma aşaması da okeylenmişse eğer, telefonlar verilir. Eğer işitsellik adımı uzun tutulursa bu ilişki seviyeli gidebilir. Yani sevgili olunmasa da arkadaşlık kurulabilir. Ama bizim bazı erkek aslanlarımız görselliği okeyler okeylemez işitselliği kısa tutup hemen dokunsallık aşamasına girebiliyorlar. Ben bunlara gecelik ilişki diyorum.

Telefonlar verilir ve bu iki insan birbirleriyle telefonda konuşmaya başlar. Bir randevu verilir ve buluşulur. Bu ikinci görüşmede de görsellik önemlidir. Yani emin olmak gerekliliği vardır. İki taraf da birbirlerini süzer, hareketler, oturuş, kalkış falan derken birbirlerinin konuşmalarına bakılır. Bazen aşırı görseller dış görünüşü görüşmeye daha çok hazırlarken konuşacaklarını genelde fazla düşünmez. Ama karşısındaki işitselse yandı. Çünkü o duymak ister. Duydukları, gördüklerinden daha önemli olabilir. Artık işitsel aşama başlamış ve devam edilmektedir. Üçüncü aşamaya girmemiz gerekir, o da dokunsal-lıktır. Partneriniz işitselse bu süreci uzun tutmak isteyecektir. Görsel olan taraf da rahatsız olur. Çünkü o birbirlerini dokunsal anlamda el ele hayal eder. Tamamen görsel tasarılar yapar. O bunu hayal ederken yavaş yavaş sokulmaya elini tutma eylemine girmeye başlarken, işitsel taraf:

— Acele etmiyor muyuz? Daha birbirimizi tam olarak tanımıyoruz, her şeyi konuşmadık öyle değil mi, sence?

Bu soruyu alan görsel taraf rahatsız olur çünkü ona göre üçüncü aşamaya geçme başarısıdır. İşte ilişkilerde herkesin bu aşamalarda geçireceği süreç farklı olabilir. Diyelim ki dokunsal aşamaya gelindi. Birbirlerinin elini tutmalar, sarılmalar aşamasına girildi. Bu üç aşama tamamlandıktan sonra her iki taraf kendi sahip oldukları temsil sitemine geri döner. (Görsel, işitsel, dokunsal)

Masalımızı unutmadan ele alalım.

Çirkin ördek yavrusu masalını yediden yetmiş hepimiz biliriz. Yumurtalar kırılır, aman Allah'ım o da ne! Bu benim yavrum olamaz, ben çirkin doğuramam. Dolaylı anlatımlar bazen önem taşısa da, bazen bilinçaltına farklı yerleşebilir. Bu masalın ana fikri; eğer çirkinsen yandın çevrende kabul görmeyen çok zor. Bu yüzden ilerde güzel olabilmen için ne kadar çok fırsat çıkarsa hemen değerlendir. Güzellik salonları, estetik, güzel elbiseler, makyaj malzemeleri gibi gibi.

Ördeğin affedersiniz çirkin ördeğin evden kaçmasının ardındaki mesaj, eğer çirkinsen yalnızsın ve başının çaresine bakmalısın. Çünkü biz dışlamaya meyilli bir toplumuz. Biz toplumumuzda kabul görmeden ilk önce dışlarız. Herkese sorsan güzellik önemli değildir. Önemli değil ama bak artık çaresiz hiçbir şey yok. Televizyonlar kaportası değişmiş, motoru aynı arabalarla dolu. Ama unutma Doğan marka isen istediğim kadar seni Mercedes'e benzeteyim sen Doğan olduğunu bildiğin sürece, güzel olamazsın. Yani beynine de estetik yapamıyoruz. Biliyorsun düşünebilen organın beynin, göğüslerin değil.

Masalların çoğu yurt dışından geliyor, güzellik ürünlerimiz de, zayıflama metotlarımız da.

Anlayamadığım bir inanç gelişimi var bizim toplumumuzda; bir şey Türkiye sınırları dışında yapılıyorsa güvenilir, bizim topraklarımızda yapılıyorsa bir kuşkun olsun. Bu yüzden mi bir şeyler yaratmaya, markalaşmaya karşı korkularımız var. Bizim bu tarz masallarımız olmayabilir çünkü tarihimizde krallar, prensesler, prensler yoktu. Bizim hikâyelerimiz, destanlarımız var. Genelde destanlarımızı, hikâyelerimizi okullarda ders olarak sıkıcı hale getirip veriyoruz. Toprağımızda dünyaya gelen insanların mantığına kendi tarihimizi, duygusuna ise yabancı tarihi sokuyoruz. Unutuyoruz ki insan güzelin peşinde, güzel de duyguda gizli. Bunun farkına varanlar satıp satıp duruyor dışı güzel içi boş projeleri. Sadece çocuklar değil biz yetişkinler de bunların esiri olmuş durumdayız. Dünyadaki en çok izlenen filmler içinde büyücü, krallıklar, mistik güçler barındıran filmler. Acaba destanları-mızdaki kahramanlık öyküleri ilgi çekmiyor mu?

Konuyu iyice dağıtmadan devam edelim. Bildiğimiz masalların kahramanları olduk.

Eski masalların yerini artık yaşayan kahramanları olan canlı yaşamlar aldı. Önceden kitaptan okurduk ya da annemiz, babamız geceleri anlatırdı. Şimdi o kültür yerini televizyona bıraktı. Diziler, reklamlar, eğlence programları masallarımız olmaya başladı.

3 yaşındaki çocuk artık seyrettiği kahramanın görüntüsüne sahip olmak istiyor. Doğum günleri birbirine benzeyen, aynı elbiseleri giymiş gençlerle dolu, ortalık dizi, film kahramanlarının oyuncak eşyaları, hediyelik eşyalarıyla dolu. Bu kadar tüketen olursa bir o kadar da üreten olur. Stratejilerini doğru uyguluyorlar bu kapitalistler aslında. Yıllar öncesinden yapmamız gerekenleri bazı masalların içine dolaylı yerleştirip günümüzde de uyarıcıları üretip üretip satın almamızı sağlıyorlar. 5 yılda bir Amerika bir ikon yaratıp, bütün çirkin düşünenlere fırsatlar dünyasını açıyor. Victoria Beckham şu an son ikonlardan. Bakın o hangi çantayı takar koluna, hangi marka kapatıcı kullanır. Bizim Türkiye'de de yok değil hani bu ikonculardan. Biraz dikkatli seyredersemiz görürsünüz.

Neyse böyle daldıkça masalı kaçırıyorum:

Çirkin ördek, evden kaçır. Tek umudu onunla dalga geçmeyecek bir sosyal ortam bulmak. Kimse onun karakteriyle, başarılarıyla, özüyle ilgilenmez. Kim bilir belki de bu yüzden kaçmaya karar vermiştir. Evden uzaklaşınca yalnız yaşamayı da öğrenir. Hayat öğretiyor insana. Kaçın hepiniz, ülkemiz çok güzel, çok büyük hepimize yetecek yer var. Çirkin ördek yaşamın içine dalınca büyüdüğünün de farkına varmaz. Büyüdükçe güzelleşir. Aslında büyüdükçe yaşamın zorluklarıyla uğraşmaktan, çirkin olduğunu unuttur. Koşullar onu hayatta kalmaya iter, bu yüzden aynaya bakacak vakti bile olmamıştır. Aradan baya bir zaman geçer bir sosyal ortam bulur kendine. Yalnız yaşamayı başarabilmek başka bir güzellik katmıştır ruhuna, bakışları değişmiştir. Artık bakmıyor, görüyordur.

Bir kuğu sürüsü yanına yaklaşır ve onu aralarına alırlar. Ama o bilmez ki, kimse onu arasına almaz aslında yaptığı sadece aralarına girmeye hazır olduğunu hissettirmektir ve hayat onu ait olduğu yere götürür. Çok mutlu olur ve ömür boyu mutlu yaşar.

Yapılacak çok fazla yorum var. Neden dış görünümünü beğenmediğimde evden kaçayım ki ya da ben bunları düşünürken ailem nerede, onların desteği olmaz mı? En önemlisi kendimi kabul edecek bir sosyal ortam bulmak için evden mi kaçmalıyım?

Bu dünyada çok güzeller çok mutlu yaşar.

Arada kalmışlar ve çirkin hissedenler bu mesajım size: gidin hemen bir estetikçiye sizi çirkin düşündüren her yerinizi güzelleştirin ya da çılgınlar gibi alışveriş yapın, gü-zelleşin.

Aldıkça güzel olacaksınız, yaptırdıkça güzel olacaksınız. Kim bilir belki ilerde bu tüketim çılgınları yüzünden beynimize de estetik yaptırabiliriz.

Yani güzel düşünebiliriz.

# 10. BÖLÜM - YAŞ GRUPLARINA GÖRE ÇOCUKLA NASIL İLETİŞİM KURULUR?

İlk çocuk dünyaya geldiğinde, anne çocuk üzerine aşırı aktifleşirken, baba sadece aktifleşir. Anne aşırı aktifleş-tiği için aşırı gözlemci ve daha doğru anlayan olur.

## a) 0-2 YAŞ ARALIĞI:

Bu dönemde çocukların konuşma becerileri gelişmediği için, iletişim yolu olarak anne ve babasıyla arasında davranış ve ses tonunu kullanır. Bu dönem anne ve babanın da bebesileştiği dönemdir. Örneğin; bebeği severken “agu, gulu gulu, hanımış gibi” anlamsız kelimeler ve tuhaf sesler çıkartırlar, bebek güvende olduğunu ve sevildiğini daha çok dokunsal temaslarla algılar. Gördüklerini ve duyduklarını algılayacak kapasiteleri olmadığı için kullanılan iletişime dikkat edilmesi gerekir. İlk 6 ay içinde anne ve baba dışında farklı kimselerle çok fazla görsel iletişim kurmamalı. Anne ve babanın dışında başkalarının seslerini duymamalı ve başkalarının dokunuşlarına maruz kalmamalı, çünkü bu dönem tanınmanın, güvenmenin, huzuru hissetmenin oluşabilmesi için temeli atılan en önemli iletişim dönemidir. Bu yaş grubunda çocuklar sözsüz iletişime duyarlıdır.

Masada yemek yiyorsunuz ve çocuğunuz sizin tabağınıza uzanıp bir şeyler almak istiyor, anne kendi tabağını çekip çocuğun tabağına yemek koyar.

Evin önünde arabaya binmeye çalışıyorsunuz ve çocuğunuz binmek istemeyip kendince oyunlar oynuyor, anne bir anda poposundan itip arabaya bindiriyor.

Yukarıdaki örneklerde ebeveyn çocukla sözsüz iletişim kurar böyle de olmalıdır. Çocuklar bu yaşlarda söz ötesi iletişime açıktır.

## b) 2-4 YAŞ ARALIĞI:

Bu dönemlerde çocuklar yürüyor ve konuşabiliyordur. Kullandıkları kelimeler sınırlı olsa da hızlı, kapıcı ve mo-delleyci dönemi yaşarlar. Her şeye sahip olmak isterler ve benmerkezci olurlar. Anne ve babaların “hayır, yapma, bırak onu, dokunma, gibi “ kelimeleri en çok kullandıkları dönemdir.

2,5 yaşındaki çocuk salonda oynarken anne ve babasının gözünün önünde yanan kalorifer peteğine doğru yürür, birden paniğe kapılan anne ve baba hemen olaya müdahale ederek “dokunma oraya” diyerek engellemeye çalışırlar. Çocuk her seferinde gözlerinin içine baka baka pişkin pişkin kalorifere doğru yaklaşır anne babayı kızdırır. Evde sürekli yapma ve hayırları kullanan bir ebeveyn olurlar. Anne ve babaların bana en çok sordukları soru “ne desem dinlemiyor, yapma dediğim her şeyi yapıyor, sizce ne yapmamız gerekir?” diye başlayan sorulardır.

Farkında olmadan kurulan bir iletişim şekli var. Bu yaş çocuklarının ilgilerini yapma ve hayır

kelimelerini değil onların nasıl söylendiği çeker. Genelde bu kelimeleri sınırlı, öfkeli, panikli duygularla dile getiririz. Çocukların ilgisini çeken de o duygulardır. Mesela:

— Canım benim, yerim seni ben, gibi cümleleri kitap okur gibi söylerseniz çocukların ilgisini çekmez. İçine duygu katmaya başladığımızda çocukların ilgisini çekmeye başlar. İletişimde kullanılan “hayır” ve “yapma”ların hiçbir faydası olmaz. Bunlar yerine yapmalarını istediğiniz şeyleri sürekli dile getirin.

Ağzımızdan çıkan kelimelerin çocuklarda algılanış şekli çok farklıdır. Anne babalar çocuklarının davranışlarını değiştirmek ister ama kişiliklerine yönelik iletişim kurarlar.

Şimdi iki farklı iletişim şeklini çocukların nasıl algıladıklarına bakalım. Hangisiyle çocuğun istenmeyen davranışı değiştirebileceğine siz karar verin.

## **Sen Dili**

Bu iletişim şeklinde söylediğimiz her şey çocuğun benliğine yapışır ve değiştirilemez bir hal alır:

## **Sen dili**

Yaramazsın Tembelsin Canımı sıkıyorsun Bebek gibi davranma Bıktım senden Sus artık

## **Algılama şekli**

Uslu çocuk değilim Çalışkan değilim İnsanlar benden hoşnut değil Sürekli ağlarım Can sıkıcıyım Çok fazla konuşan bir çocuğum

Yukarıdaki iletişim şeklinde çocuk -sen dili- ile söylenen her şeyi kişiliğine yapıştırır.

Kişilik değişmesi zor bir yapıdır. **Ben Dili**

İstenmeyen davranışları nedenleriyle ve hissettikleriyle söylemek -ben dilini- oluşturur.

Çocuk söyleneni kişiliğine almaz sadece davranış boyutunda hisseder.

## **Ben dili Algılama şekli**

Çok yorgunum şimdi oynayamam Annem yorgun

Ortalık dağınıkken yapamam Toplamalıyım

Çok konuştuğum zaman ben konuşamıyorum Dinlemem gerek

Şu an başım ağrıyor, sonra... Babamın başı ağrıyor

Ben dili kullanıldığında çocuk yapması gerekenleri algılar. Davranışlar değişir ama kişilik değişmez. Ben dili çocukların olgunlaşması ve sorumluluk almasında etkilidir.

Ebeveyn sen dilini çok kullandıkça çocuk da kullanmaya başlar ve sonuçta karşılıklı tartışmalar artar.

## **c) 4-6 YAŞ ARALIĞI:**

Çocuk bireysellikten uzaklaşıp arkadaşlık kurma ihtiyacı geliştirir. Anne bağımlılığı azalır. Ama önemli olan annedeki çocuk bağımlılığının azalıp azalmadığıdır. Arkadaş edinmek isteyen çocuk yaşlılarıyla bir şekilde iletişim kurmak ister. Anne ve babaların bu dönemde çocuğa uygun ortamları sağlamaları gerekir.

Aynı yaşta çocuğu olan ailelerle görüşmek, varsa akraba çocuklarıyla bir araya getirmek, ya da kreşler. Bu dönemde çocuğa iletişim kurarken yavaş yavaş geri bildirimler vermeye başlanmalı. Geri bildirim yaptıklarının sonuçlarını kendisinin yaşamasıdır. Sürekli ne yapması gerektiği söylenilmemeli.

Örneğin: “yemeğini şöyle ye”, “oyuncaklarını paylaş”, “oyuncağınla böyle oyna”, “büyüklerinle şöyle konuş” ...

Bunları sürekli yaparsanız ilerde sürekli söylemek zorunda kalırsınız. Hiçbir şeyde aşırıya kaçmayın. Bu dönemde çocuklar kelime haznesi olarak zenginleşmiştir, artık her şeyi anlayabilirler. Bu yüzden çocuktur anlamaz mantığını bir kenara bırakın. Çünkü hiç duymak istemeyeceğiniz cümlelerle, hiç görmek istemeyeceğiniz davranışlarla karşı karşıya kalırsınız.

Bir danışmalığımda 6 yaşında bir kız çocuğuyla, anne ve babasının boşanma süreciyle ilgili çalışma fırsatım oldu. Karşımda bacak bacak üstüne atıp benim ona sormam gereken soruları o bana sormaya başladığında, erken yaşta ne kadar çok gereksiz şeylerin iletişim yoluyla çocuğa verildiğini anladım. Unutmayın ki onlar halen çocuk. Onlara göre bu dünya bu yaşlarda çocukların dünyası ama bize göre yetişkinlerin dünyası. Her anne baba onların dünyasına girebilmelidir.

## **7-11 YAŞ ARALIĞI**

Bu dönemde çocuklar ailenin bir bireyi olduğu bilincini geliştirmişlerdir. Onlarla iletişim kurarken bizim de onları bir birey olarak görmemiz gerekir. Kontrolümüzün dışında bir sosyal ve okul hayatına girerler, bizden başkalarıyla etkileşime girdikleri için iletişim şekilleri değişmeye başlar. Başkaları ile kendilerini, başka anne babalarla kendi anne-babalarını kıyaslarlar. Onları ilk önce dinlemek sonra anlattıklarıyla ilgili yorum yapmak çok önemlidir. Dinlemeden yargıladığımız zaman kendilerini daha doğru dinleyecek birilerini aramaya başlarlar. Yetişkinlerle oturup, yetişkin programları seyrederek, yetişkinlerin dünyalarına girerler. Böyle olursa artık onunla bir çocukmuş gibi konuşamazsınız. Komşularınızın yanında devamlı yorum yapar, söze girerler.

Yavaş yavaş: “bu kime çektii böyle, ne bana ne babasına benziyor... “ dediğimiz dönemlere gireriz. Çünkü her anne-baba çocuklarını bebeklik dönemlerinde kendilerine benzetip, büyüdükçe başkalarına benzetirler.

## **ERGENLİK DÖNEMİ**

Anne baba olmayı bir meslek olarak düşünürsek, meslekten sık sık atıldığımız dönemdir. Bu dönem hem cins ve karşı cinsle uzunca iletişimlerin kurulduğu dönemdir. Sık sık gençler ve anne babalar birbirlerini anlamadıklarından şikâyet ederler. Gençler anne-babalarının öğretici değil dinleyici olmalarını isterler. Bu dönemde farklılık odaklıdır, kullandıkları kelimeler, giydikleri kıyafetler anne ve babaminkinden çok farklıdır. İletişim çatışmaları başlar, çatışma artarsa gencin evde geçirdiği zaman kısalır. Çünkü gençler lider olduğunu hissettikleri yerlere giderler.

# 11. BÖLÜM - ANNE BABA YANLIŞLARI

Çocuklarımız sadece kendileri için yaşar oldular. Evin başköşelerini onlara bırakıp hiçbir şey için bedel ödetmez hale getirdik.

Hiç düşündünüz mü neden Doğu Anadolu'da huzur evi yok? Varsa da birkaç tane onlara talep yok ama batı da huzur evi de çok talep de çok.

Doğu aile yapısında çocuklar erken yaşta evleri için bedel öderler. Anneye babaya yardım etmek, yazları çalışmak, eve para getirmek vb.

Yaşlandıklarında da devamlı anne babalarına yanlarında kalarak bakarlar.

Batıda sürekli özgürlükçü bir yaklaşım vardır. Evin başköşesi, her şeyin en iyisi, üzülmesin, mutlu olsun diye her isteğin karşılanması yüzünden çocuklar sadece kendi istekleri için yaşar oldular. Özel okullar, özel dersler, aşırı sosyal faaliyetler derken çocuk büyüse de hiçbir şey için bedel ödemez.

Anne baba yaşlanır ona bakacak yerler aranır. Anne ve babalar çocukları büyüdüklerinde pişman olmaya başlarlar.

Demir, 15 yaşında evin tek çocuğu küçüklüğünden beri her istediği olduğu için kendi zevkleri için yaşar olmuş. İsteddiği yapılmadığında, anne babasına hakaret ediyor, kırıp döküyordu. Anne-baba da evde huzursuzluk olmasın diye bir şekilde her istediğini yapıyorlardı.

Artık anne-baba bizden uzak olsun da ne yaparsa yapsın demeye başlamışlardı. Yani anne-baba çocuğun ihtiyaçlarını karşılıyor çocuk ise anne-babasının ihtiyaçlarını karşılamıyordu.

Burada sorun anne-babada. Anne ve baba çocukluğunda kendi ihtiyaçlarını önemsememişlerdir. Kendini önemsemeyeni kimse önemsemmez. Anne-baba Demir'e farkında olmadan: 'biz önemli değiliz en önemli olan sensin' düşüncesini vermişlerdir.

Çocuğunuz bedel ödesin. Büyük ikramiyeleri kazananların hiçbiri ömür boyu zengin yaşayamazlar. Bedel ödemedikleri şeyleri nasıl kullanacaklarını bilemezler.

## a) SÜREKLİ NE YAPMALARI GEREKTİĞİNİ SÖYLEMEYİN

Bu durumda kendi istediğiniz olsun istiyorsunuz. Çocuğun çözüm bulma becerisini zayıflatıyorsunuz:

Kaldır şu dağıttıklarımı

Bul birkaç oyuncak oyna işte

Büyüklerin yanında bir şey isteme sakın

İşim varken sakın benden bir şey isteme

Doğru odana derslerini bitir gel

Çocuklar bu iletişimleri 'sana güvenmiyorum, sen düşünemezsin, ben söylemesem senin aklına bile



gelmez' gibi algılarlar.

Size bir soru:

Tam mutfağa çay koymaya gidiyorsunuz, O sırada içerden biri 'hadi çay koy da içelim' dese. İşyerinizdesi-niz, tam masanıza doğru işinizi yapmak için ilerlerken, patronunuz 'masana geç de çalışmaya başla' dese, herhalde bu sizi sinirlendirir. En azından ben de tam onu yapacaktım, dersiniz.

## **TAKMA İSİM TAKMAYIN, ALAY ETMEYİN**

Sürekli takma isim takarsanız öyle olduğuna inanır ve öyleymiş gibi davranışlar sergiler.

Büyümüş de küçülmüş

Çıkarların söz konusu olunca

Şişşt çok ayıp

Şapşal şey

## **SÜREKLİ MÜDAHELE ETMEYİN**

Siz konuşmaya, dinlemeye hazır olduğunuzda çocuk olmayabilir. Uygunsuz zamanlarda konuşmaya çalışmayın.

Size bir şey anlatırken hemen yargılamayın, paniğe gerek yok.

Başka çocuklarla kıyaslama en büyük yanıştır.

Engeller koyarak bu dünyayı kötü göstermenin amacı ne?

Ödül ve cezayı kullandığınız sürece her zaman arttırmak zorunda kalacaksınız.

Güç ve otoritenizi istediklerinizi yaptırmak, korkutmak için kullanmak yanlışı büyük bir hatadır.

Çocuklar güç kullanarak eğitilmeleri sonunda korkak olurlar ve kendisini eğiten anne babaya düşman kesilirler.

**Bütün mutlu aileler birbirlerine benzerler, her mutsuz ailenin ise kendine özgü bir**

**mutsuzluğu vardır.**

**Lev Tolstoy**

Çocuklarınıza ev için bedel ödetin.

## 12. BÖLÜM - ÇÖZÜM YOLLARI

Bu çocuğun sahip olduklarının kıymetini bilmesini, sizi ve evini önemsemesini sağlar.

Örneğin: Odasını toplamak, bir yeri silmek, eşyaları taşımak gibi.

Ergenliğe kadar tüm çocuklara eşit ergenlikten sonra davranışlarına göre imtiyazlı davranın.

Adil olmak herkese eşit davranmak değildir. Her insan doğuştan özellikleriyle eşit haklara sahiptir.

Ergenlikte sorumluluklar alındığında değişim başlar.

Odalarında aşırı uyarıcı nesnelere olduğunda agresifleşmeye başlarlar. Bu durumda konuşmalarınıza sinirli tepkiler alırsınız. Aşırı derecede kendinizi dinletmeye çalışırsınız.

Her istediğini yapmak mutlu etmez sadece doyumsuz yapar.

Bir çocuğun 10 bebeği 8 arabası varsa sadece bir oyuncağından mutlu olması imkânsızdır. Bu kadar aşırılık yaratıcılığı öldürür.

Sizden sürekli bir şeyler istiyorlarsa bu çocuğun hedefinin olmadığını gösterir.

Hedefi olmayanın istekleri artar.

Çocuklar sürekli haz odaklıdır hazları için beklemeyi öğretmelisiniz. Yoksa acıya sabır gösteremezler.

Bir çocuğa aşırı düşkün ya da ilgisiz olunması; her ikisi de zarar verir. Yani aşırı uyarılma ve aşırı uyarısız bırakma da problemdir.

Örneğin: Bir yerde herkes size bakarsa kötü olursunuz kimse size bakmazsa bu sefer de üzülürsünüz.

Aynı araba gibi aylarca kullanmadığınızda da sürekli yoğun kullandığınızda da motorda problem çıkar. Denge önemli. Hiçbir şeyde çok istekli ve ısrarlı gözükmeyin.

Normal hayatta bu böyle olmalıdır. Nerede çok aşırı isen orada problem yaşarsın.

Çocuğun hangi konuda üstüne gidiyorsanız dikkat edin orada çocuğunuz hep problem yaşar.

Geri almaya gücünüz varsa verin.

Örneğin: Ergen çocuğunuz akşam arkadaşlarıyla dışarı çıktı. Sizi telefonla arayıp:

— Baba ben 23.00’de geleceğim dedi.

Eğer onu 23.00’de eve getirtebilecek gücünüz varsa ve okeylerseniz, bu jest olur.

Ama onu 23.00’de getirtebilecek gücünüz yoksa ve onaylarsanız, bu taviz olur.

Jestler yapın tavizler vermeyin.

**9.** Geçmişinizle kıyaslamayın. Sadece kendi geçmişinizi bir hikâye gibi anlatırsanız inanılmaz

ilgisini çeker. Ama öğüt verir gibi anlatırsanız hiçbir ders çıkarmaz.

Sağlıklı iletişim için akşamları yatmadan önce aşırı derecede çocukla oyun oynayıp, konuşmayın, tartışmayın bu kadar uyarıp birden uyku dediğinizde kendini denetim altına alamaz.

Özellikle sınırlı bir şekilde davranmışsanız hemen hatasını kabul etmesi için konuşarak zorlamayın. Çocuklar ilk önce sakinleşmek ister sonra duygularını denetim altına alabilirler.

Ev içinde anne baba çocuk iletişim dramları oynayın. Akşam geç olmayan saatlerde rollerinizi değiştirip sohbet edin. Sen anne ol ben baba olayım hadi konuşalım gibi. İnanılmaz etkilidir. Aynaya baktığımızı göreceksiniz.

Her anne baba iletişimde uzman olmak zorundadır. Çünkü annelik ve babalık bir meslektir. Bir meslek için eğitim şarttır.

# 13. BÖLÜM- NASIL İLETİŞİM

Ailede doğru iletişim için şu aşamalar önemlidir. Bu stratejileri her yaşa uygulayabilirsiniz.

## a) STRATEJİLER:

### 1. Kalibre Edin (Gözlemlemek):

Bu aşamada anne baba çocuğunu gözlemlemelidir. Çocuk konuşurken anne babanın pasif olması gerekir. Kesinlikle aktifleşmeyin. İyice bir anlatsın içini boşaltsın. Hemen yargılırsanız iletişimi keser.

Her çocuk ve her yetişkin kendilerini dinleyen insanlardan hoşlanır. Kalibre ederseniz anlarsınız. Çünkü ne anlattığına değil gerçekten ne anlatmak istediğine bakmak gerekir.

### Eşleşmek

Bu boyut çok önemli, eşleşmenin birkaç boyutu vardır; Beden eşleşmesi, kelime eşleşmesi, ses eşleşmesi gibi.

Çocuklar dede, anneanne, babaanneleriyle çok keyifli zaman geçirirler. Çünkü onlar farkında olmadan torunlarıyla beden eşleşmesi yaparlar.

Çocuğunuz sizinle konuşurken oturuyorsa hemen sizi görebileceği mesafede yanına oturun. Eğer ayakta konuşuyorsa göz göze gelebilecek duruma geçin. İletişim kurarken göz teması önemlidir. Eğer yerde oynuyorsa siz de yere oturun ve eşleşin.

Yatakta üzgün bir şekilde uzanıyorsa yanına uzanın. Beden eşleşmesinden sonra ikinci aşama; kelime eşleşmesi yani zihin haritaları eşleşmesi.

1. Aşamada onu kalibre ederken anlattıklarını iyice dinlediniz. Şimdi o kelimelerle eşleşin, siz de o kelimeleri kullanın.

Ortak kelimeler kullanmalısınız. Mesela; alt sınıf bir topluluğa gittiğinizde bilmediği nesnelere bahsederseniz sizi anlamazlar.

Çocuklarda da, ergenlerde de onların haritalarında ki kelimeleri kullanın.

Ergenlere dikkat edin o kadar çok eşleşirler ki hep bir arada ortak konularla ilgili sohbet ederler.

### Ahenk Kurmak (Uyum)

Genelde anne babalar uyum gösteremezler. Çocuklarının kendilerine uyum sağlamalarını isterler. Uyum sağlamak her şeyi kabullenmek değildir. Burada bir yanlış vardır. Uyum sağlamak anladığınızı göstermektir:

Şu an canın çok sıkılıyor.

Bu oyuncağın senin için önemi büyüktü.

Senin hakkında olumsuz konuşmaları çok üzücü.

Sınav öncesi kaygı yaşadığın için bu kadar agresif-

sin.

Bazen anne babalar çocuklarını anlamıyorlar.

Sahip olduklarımızı paylaşmak istemediğimiz anlar olabiliyor.

Ahenk aşamasında çocuklar sessiz kalırlar ve ana baba konuşur. Bu şekilde ahenk kurduğunuzda aslında yaptığınız şey çocuğun zihninden geçirdiklerini dışarıdan ona söylemek. Düşünsenize bir arkadaşınızla sohbet ederken sizin aklınızdan geçenleri size söylese nasıl olurdu? İnanın hemen can kulağıyla onu dinlemeye başladınız.

#### **4. Mesaj İletmek:**

Bu aşamada artık istediğiniz şeyleri kendi görüşlerinizi söyleyebilirsiniz. Yaptığının doğru ya da yanlış olduğunu anlatabilirsiniz. Size karşı koymayacaktır. Çünkü siz onun zihin haritasına girmeyi başardınız. Eşleştiniz artık iletişimde yönetebilirsiniz:

Sen de paylaşmanın önemini anladın sanırım.

Bazen sahip olduklarımızın değerini bilmediğimizde elimizden gidiyor.

Her istediğimiz olmadığında canımızı sıkmak yerine başka ne yapabiliriz onu düşünmeliyiz.

Dikkat ettiyseniz biz dili ile konuşuyoruz. Çocuk yaşadığının normal olduğunu anlar ve bunu herkesin yaşayabileceğini, düzeltilebileceğini düşünür.

#### **b) ÇOCUKLAR NE ANLATIR ANA BABA NE ANLAR?**

Her insanın zihin haritası farklıdır. Herkes inandığını gerçek sanar. Bu bir yanılgıdır.

Bizler gerçeklerimizi deneyimlerimizle oluştururuz. Anne babanın hayat deneyimleri fazla olduğundan hayatla ilgili görüşleri de fazladır. Bu bazen çocuklar karşısında çokbilmişlik taslamaya neden olur.

Yetişkinler isteklerini ya da duygularını olduğu gibi anlatabilir. Ama çocuklar direk anlatım yerine dolaylı anlatımı seçerler.

Bir çocuk, canım sıkılıyor, mutsuzum, çok sinirliyim dediğinde kelimelere odaklanırsak hata yaparız. Her zaman gerçekten ne anlatmak istiyor onu görmek gerekir.

Size devamlı kocasını şikâyet eden arkadaşınız aslında ne kadar çok ilgi istediğini anlatmak istiyordur.

Devamlı işlerin yolunda gitmediğini söyleyenler ne yapacaklarını bilmediklerini anlatmak isterler.

Bizler danışmanlıkta anlatılana değil anlatılmak istenilene odaklanıyoruz.

Anne babanın da bu şekilde iletişim kurması gerekir.

Çoğu anne baba çocuklarının istedikleri gibi yaşamaları için zorlarlar. Bu ego tatmini gibidir.

Çocuk ağlıyorsa: “Ağlanacak ne var.” demek kadar yanlış bir cümle olamaz.

Anne babalar çocukların söylediklerini kendi beklentilerine göre değerlendirir, beklentilerine uymazsa eleştirirler.

#### **c) NASIL OLMALI?**

İnsanları mutlu edin, kaçın ama sizi yakalayabilecekleri ölçüde kaçın...

Neyi kendinizden fazla severseniz o size zarar verir.

Eğer bir ilişkiden yeni çıkmışsanız onu unutmak için başkasıyla beraber olmayın.

Yalnız başınıza kaldığınızda kendinize bakabiliyor, hayatı seviyorsanız, bir başkasıyla beraber olun. Çünkü önceki ilişkinin etkileşimi devam ediyordur. Eski etkileşim bitmeden yenisini hayatına sokmak olumsuz sonuçlar doğurabilir.

Bir ilişkide yaşanan etkileşimde güçlü olan taraf değişime girer.

Çocuğunuzun eksik olduğu yanları sizin en çok yoğunlaştığınız yanlardır.

Aile içinde çocuk anne baba ilişkisi denge boyutunda olmalı.

Anne ya da babanın bir noktada aşırılığı varsa çocuk bunu modelleyebilir.

Aile bireyleri ev içerisinde birbirlerine rahat konuşabiliyorsa denge boyutu işliyordur.

Çocuğunuz sizden uzaklaşmaya, odasına kapanmaya başladıkça değişim boyutu devreye girer. Bu aşamada yaklaşımınız önemlidir. Aşırı reaksiyonlar onu aşırılığa itebilir. En etkin yol dinlemek ama genelde yapılan ona karşı çok konuşmaktır.

\* Çok konuşmak iletişim değildir. Siz anlattığınızı zannederken o sadece işine gelen bölümü alır.

Güç arttıkça zalimlik de artar. Dikkat edin eşinin ilgisizliğinden yakınan kadınlar, bir sürü yol, çareler ararken eşleri bundan etkilenmez, etkilenmedikleri gibi de birçok konuda kadına olumsuz davranışlar sergilemeye başlar.

Ekonomik özgürlüğümüz, yetkimiz arttıkça konuşmamız değişir.

Karşınızdaki insanın üzerinizdeki etkisi arttıkça size karşı daha zalim olmaya başlar, kırıcı olur.

Gücünüz arttıkça insanlara karşı ifadeniz değişir.

Bir taraf değişiyorsa diğer taraf da etkileşimden dolayı değişime girer:

Beni sen bu hale getirdin.

Senin sayende bu kadar mutluyum.

Yıllarımı verdim ben eskiden böyle miydim? Gibi birçok dışavurumlar dile getiririz, duyarız.

İnsanlar üzölmelerini ya da mutlu olmalarını daha çok bir başkasının etkisiyle olduğunu söylerler.

Genelde biz birilerine fırsatlar veririz bizi üzmeleri, sevindirmeleri için.

Yaşamda acıyı hemen tüketmek hazzı yarına saklamak gerekir. Hemen tüketmediğimiz acılar faiz gibi artarak tekrar önümüze çıkacaktır.

Ona ne söylemek istiyorsan şimdi söyle, yapmaktan, gitmekten, konuşmaktan korkanlar ve erteleyenler daha sonra hiç söyleyemezler.

Hazzı da yarına bırak o da faiz gibi artacaktır.

Her şeyi doya doya yaşamalı, hızlı ve aceleci davranmamalıdır insan.

“Seni seviyorum” cümlesini çabuk tüketmeyin yavaş yavaş söyleyin.

Çocuklara istediklerini hemen vermeyin doyura do-yura verin. Onları adım adım büyütün.

Birden verirsiniz takip de edemezsiniz. Siz verdikçe isteyecektir. İstedikçe dayanamayacaksınız, vermeye devam edeceksiniz sonra doyumsuz olacaklar.

Dünyada birçok insanın yaşadığı çocukluktan kalma travmalar vardır.

Babası çocuğuna hiçbir zaman “seni seviyorum” dememiştir.

Ona dokunmamış sevgisini göstermemiştir. Çocuk devamlı bunu bekler ama alamaz. İstedğini alamadıkça ya çok agresif olur farklı dışavurumlar yaşar ya da içe kapanık olup babanın her dediğini yapar ondan bir sevgi sözünü duyabilmek için.

Bu boyutta etkileşim şekline bir bakalım:

Baba çocuk karşısında güçlüdür. Çocuk pasif kalandır. Çocuk devamlı bekler ama güçlü olan çocuğun beklediğini vermez. Nedeni ise genelde farkındalığı yoktur olsa da yapamaz.

Baba için o tarz yaklaşımlar önemli olmazken çocuk için çok önemlidir. Çocuk babasını zalim görmeye de başlayabilir. Her zaman pasif olan taraf daha gözlemcidir. Statüsü düşük olduğu için statüsü yüksek olanı devamlı gözlemler.

Size bir soru: Hayvanlar âleminde ceylanlar mı daha gözlemci, aslanlar mı?

Belgesellerde ceylanların nasıl su içip ot yediklerini hepimiz görmüşüzdür.

Bu boyutta çocuk babasının ne sevip ne sevmediğini, neye kızıp kızmayacağını bilirken baba onun hakkında bu kadar fazla bilgiye sahip olamaz:

Çocuk: “Eve erken gitmeliyim babam kızar, babam zayıf aldığımı duyarsa çok sinirlenir.”

Baba: “Eve erken gidersem işler aksar, bu işten de kazanamazsam bırakacağım artık.”

**“Aile, kralların bile giremediği bir kale dir.”**

**Ralph Waldo Emerson**

# 14. BÖLÜM - EVLİLİKLER

İlişki, iki şey arasındaki bağ, yani bir şeyin tek başına yapılamaması halidir. İlişki kurulan şeyler canlı cansız her şey olabilir. Hayat ve içindekilerle olan ilişkilerimiz doğduğumuz andan itibaren istemimiz dışında başlar.

Yeni doğan bir bebek olarak dünyaya geldiğimizde ilk olarak annemizle ilişki içinde oluruz. Yalnız, kendimizi ve annemizi farklı görmeyiz. Bebekler anne ile kendini bir bütün olarak algırlar. Cinsiyetlerimiz farklı olduğu için bu süreç zamanla değişmeye başlar.

Erkek bebekler bir süre sonra annelerinin dışı rolünü iterler. Bilinçdışlarına ilişki kurulması gereken bir dışı olarak atarlar. İtmeye çalışsa da ileride aradığı kadında annesinin özelliklerini arayacak ama bilinçdışına atıldığı için farkındalığı olmayacaktır.

Kız bebekler ise hemcinsleri olduğu için dışı rolünü benimserler. Onlar da ilk olarak bağlandıkları anneleri gibi içlerindeki erkeği ararlar.

Erkek ileride bağlandığı kadınla bilinçdışına attığı kadını eşleştirmeye çalışır. Kadın ise bağlandığı erkekle kendi içindeki erkek imajını eşleştirmeye çalışır.

Erkek çocukları kendi cinsiyetlerini fark ettikleri andan itibaren kendilerini doğaya bırakırlar.

Erkeklik rolünü pekiştirecek akrabalarıyla ilişki içerisine girerler, amca, dayı vb.

Kız çocukları ise modelleyeceği cinsiyet rolü uzakta olmadığından kendini doğaya bırakmak yerine anne ve diğer kadın modellerle zamanının çoğunu evde geçirir.

Erkek bilinçdışına attığı dışı gerçeğini bulmaya, kız ise içindeki erkek modelini beklemeye başlar.

Bu yaklaşım için bir genelleme yapmam doğru olmaz ama çoğunluk erkek kadın yaşamı böyledir.

Kararlarında özgür davranmaya bırakılmış erkekler ilişki kuracağı, sonrasında evleneceği kadını sürekli arar. Bu zaman içerisinde bir sürü deneyim yaşar bulduğuna inandığında ona sahip olmak için ise elinden geleni yapar. Erkeklerin aşkları kadınlarınkinden çok farklıdır. Bu fark evlilik öncesi ilişkide kadını çok mutlu eder. Kadın evlendikten sonra da bu şekilde olacağı inancıyla onunla bir ömür geçirme kararı alır.

Flört döneminde erkek, âşık olduğu kadın için her şeyi yapmaya hazır bir asker gibidir. Sabahın erken saatlerinde onun için kalkıp düzenli ve şık giyinip komutan karşısına geçer gibi sevgiliyle buluşmaya hazır hale gelir. Vatanını korur gibi kadını korumaya alır.

Bu dönemde gizli güç kadındadır. Erkek onun için beklemekten sıkılmaz, sabrı çok gelişmiştir, duygusal lo-bu tavana vurur. Şiir yazar, hediyeler alır, sürprizler yapar.

Biraz dikkat ederseniz en güzel resimleri yapan, en ateşli aşk şiirlerini yazarlar hep erkeklerdir. Hemen hemen hepsi bir kadından esinlenerek yapılmış, hemen hemen hepsini de erkekler yapmıştır.

Daha küçüklüğümüzde başlar ilişki hallerimiz. Erkek çocukları savaş oyunları oynar, kavgalar eder, sporla uğrur çünkü sonunda ödülleri vardır. Bir zafer kazanma dürtüsü işlemiştir içlerine.



Kız çocukları çok dikkat gerektiren evcilik oyunlarıyla başlar hayata. Bebekleri süslerler, nasıl bir kadın olacağını resimlerini yaparlar. Bunu yaparken de her ayrıntı düşünülür. İleride ise küçükken yaptıkları resimlerin içine zaferi kazananı oturtacaklardır.

Evcilik oyunları beklemeli oyunlardır. Bir odanın içinde sakin giden, içinde fazlaca ayrıntı barındıran, nazik, duygusal, hassas oyunlardır. Erkek çocuklarını bazen bu oyuna dâhil etmek istediklerinde tepki alırlar. Erkek çocukları oyunun dışında kalmak ister. Onlara bakarsanız odanın bir ucundan diğerine koşturur dururlar.

Yetişkin olduğumuzda da pek fazla bir şey değişmiyor. Erkekler hayatın içinde oradan oraya koşturur ararken kadınlar etrafında koşturan erkeklerden inandığını çekip evlilik oyununun içine alırlar.

Bilinç dışına atılan olarak bahsetmişim bu her insan için geçerli değildir.

Bizim bunun dışında karakterimiz, kişiliğimiz, beklentilerimiz vardır. Bunların farkında olmak ilişkilerimizi daha sağlıklı yapar. Bunun farkında olmamak karşımızda ki insanı zihnimizdeki insan haline getirme isteğine dönüşür. Bunun içinde elimizden geleni yaparız sonuçlar istediğimiz gibi olmadığında ise sorunlar yaşamaya başlarız.

### **a) EVLİLİĞİ ve İLİŞKİLERİ KÜLTÜR ŞEKİLLENDİRİR**

Batının eşitlikçi düşüncesine göre kadın ya da erkek evleneceği kişiyi baskı altında kalmadan kendi belirler. Aşk evliliklerinin yoğun görüldüğü ilişkilerdir. Fakat beraberinde sorunları da getirir. Aşk ilişkilerinde en önemli olan şeylerin başında gençliğin, güzelliğin haz dolu yaşamın vazgeçilmez unsur olmasıdır. Aslına bakılırsa kadının güzelliği sömürülüyor haldedir.

Reklamlar, diziler, filmler, eğlence dünyası, sigara, alkol, uyuşturucu ilişkiyi belirleyen faktörler olduğundan ilişki ve evlilik anlayışında sadece aşk dolu bir yaşam beklentisi var olur.

Bakmak ve görmek aynı şey değildir. Bakmak seyretmek, görmek ise anlamaktır. Reklam sektörleri kadının güzellik malzemelerini erkeklere de dayattı.

Deodorantlar, parfümler, kremler, kıyafetler artık erkeklerin de vazgeçilmez parçaları oldu. Bir gömlek reklamında gömleği giyen erkek, beğenen kadın, parfümü sıkan erkek, koklayan kadın, arabayı alan erkek gezdirilen kadın oldu.

Bu olumsuz etkenlerin ilişkilerin haz odaklı olmasında büyük payı vardır.

Doğudaki ilişkiler ve evlilik yaşantıları batıdan farklıdır. Doğu toplumlarında evliliğe bir ömür boyu yaşanması gereken, sülaleler arası birliktelik olarak bakılır. Bu sebeple gençlerin kararlarını tek başlarına alamayacağına inanılır. Bu çerçevede yaşayan gençler kararları büyüklerine bırakır ve görücü usulü ortaya çıkar.

Şimdi aklınıza bu sağlıklı mı peki? Diye bir soru gelebilir. En başta da söylediğim gibi erkek annesiyle bir doğar. Dişiliği bilinçdışına atar en doğru kararı da annenin vereceğine inanılır bu toplumlarda.

Çünkü anne, oğlunu mutlu edecek kadını iyi bilir. Oğlunu en iyi tanıyan odur. Gençler kararları büyüklere bırakırlar.

Yapılan bir araştırma doğu evliliklerinin batı evliliklerinden daha uzun süreli olduğunu gösteriyor. Nedeninin ne olabileceğini size bırakıyorum.

## **b) MERAK ETTİKLERİM**

Eşinizi ilk tanıdığınız zaman karakteri nasıldı?

Eşinizle ilk tanıştığınız zaman sizin karakteriniz nasıldı?

Ne kadar süre flört ettiniz?

Flört döneminde birbirinize karşı davranışlarınız ve birbirinize olan sabrınız nasıldı?

Evlenmeyi en çok isteyen kimdi?

Evlenebilmek için maddi-manevi ne kadar bedeller ödediniz?

7. Evlendikten sonra eşiniz ne zaman değişmeye başladı, değişimleri düşünün?

Evlendikten sonra siz ne zaman değişmeye başladınız, değişimlerinizi düşünün?

Eğer çocuk sahibi iseniz, çocuktan sonra kim, ne kadar değişti?

Anne Baba olabilmek için nelere ihtiyaç duydunuz?

Birbirinizin ihtiyaçlarını karşıladınız mı?

Şimdiki evliliğinizle, ilk dönemlerdeki evliliğiniz arasındaki farklar nelerdir?

Karı-Koca olmak mı, Anne-Baba olmak mı daha zor?

Size hayatta imkânsız diye bir şey yok desem, ne düşünürsünüz?

Yukarıdaki soruları eşinizle beraber değil ayrı ayrı cevaplayın. Daha sonra birbirinizle kıyaslayın.

Vazgeçemeyeceğiniz üç şey düşünün, önem sırasına göre dizilim yapın

Örneğin: 1- Eşim 2- Hayallerim 3- Para gibi...

Bir anlığına teker teker zihninizde onların artık olmadığını düşünün, neler hissediyorsunuz?

Bugün sahip olduğunuz her şey (ev, araba, çocuk, eş, para, elbise vb.) dün yoktu bugün var, yarın da

olmayacaklar.

Oralarda çok uzun süre kalmayın. Bu sizi mutsuz edecektir.

Hiçbir ilişkinin esiri olmamanız dileğiyle.

İstediğiniz dönüşümü yaratabilmek için ailenizin bir hedefi olmalı.

İlk önce nasıl bir aile olmak istediğinizle ilgili hedefinizi belirleyin.

Bu hedefte çocuklarınız dâhil herkesin onayını alın.

Şimdiki aile yapınızı değerlendirin sonra hedefteki aile yapınızı düşünün.

Nelere ihtiyacınız olacak? Çıkarımlarınızı yapın.

Daha sonra bunları konuşup teker teker yazın. Herkesin görebileceği bir yerde bulundurun.

Beyninizden yazarak çıkarmadığınız şeyler, üstüne çok düşündüğünüz şeyler olmayacak.

**NE İSTEDİĞİNİ BİLEN ÇOCUKLARI NE İSTEDİĞİNİ BİLEN EBEVEYNLER  
YETİŞTİRİR.**