

YORULAN ANNE BABALARIN HASBİHALİ OLSUN

Ebeveynlik üzerine yazılan ,çizilen, söylenen o kadar çok şey varken naçizane birkaç kelam da ben etmek istedim bu kez.

Elinden gelenin en iyisini yapmaya çalışarak beni büyüten ve hala da aynı çaba içerisinde olan anne, baba ile büyüdüm ben. Bir evlat olarak deneyimlediklerimden sonra da 2 evlat nasip etti Rabbim. Bu kez ebeveyn olarak ben öğrenirken onlar bir şeyler deneyimliyor. Yıllar sonra çabaladığımı mı düşünürler yoksa yetersiz olduğumdan mı dem vururlar bilemiyor amma ben elimden gelenin en iyisini yapmak telaşındayım. İşte tam da bu noktada nasıl büyük bir çıkmazın içinde olduğumuz gerçeği çarpıyor yüzüme. En iyisi olmaya çalışırken ortalama bir iyilik halinden sıyrılıyor ve asıl görmemiz gerekenleri kaçırıyor olabilir miyiz?

Yoğun bir sevgi ve son zamanlarda ciddi bir kaygı hali benim anneliğim. Muhtemelen , çevremizde olup bitenlere bakınca ebeveyn olsun olmasın herkeste hakim duygulardan bir kaygı. Daha doğrusu iyi insan, iyi evlat, iyi anne baba olma derdinde olan herkes için işler zor. Tüm bu rollere dair boş vermişlikle devam edenlerde var elbette.

Kimmiş bu boş verenler, ne alakası var demeden bir dinleyin isterim. Zira bu temeli olmayan bir düşünce değil. Yıllar içinde dinleyip, görüp, gözlemleyip bu kanaate vardığım pek çok şey yaşadım.

Bir danışanım vardı. Anne ve anne adayı idi görüştüğüm zamanlar. Mutsuz olduğu belli her halinden. Böyle hissediyor olmasının kendince sebepleri vardır muhakkak ama yoğun sigara kullanımını konuşuyoruz. Diyor ki” ölsünler de kurtulayım” . Yıllarca bir evlat gülüşüne hasret insanların verdiği mücadele geliyor aklıma. Ama dinlemeye devam ediyorum karnındaki evladının ölmesini bekleyen anneyi.

Bir anne ile görüşüyorum. Çocuğunu ihmal ediyor ve yaşına uygun olmayan durumların içerisinde çocuğu ve daha çok küçük. Diyor ki “ biz herşeyinden haberdarız. Herşeyini bize anlatır, sorun yok” Sorun sana anlatması değil zaten ahh veli, sorun senin durumu sağlıksız yorumlayışın. Risk altındaki çocuğunla ilgili sorumluluk almayı ve yaşanması olası sıkıntıları öngöremeyişin.

Bir baba geliyor sonra. Çocuğunun düşüncesinden, duygusundan bihaber. Hayallerini bilmiyor çocuğunun. Belki en sevdiği renkten bile haberi yok. Diyor ki “ patron kim bilmesi gerek çocukların “ Halbuki sevildiğini hissetmeyen çocuğun yaşayacaklarını, yaşayamayacaklarını görmüyor. Umursamıyor iç dünyasındaki fırtınaları. Ama patron hissetmek kendini baba gibi hissettiriyor ya , takılıp kalmış oraya, aşamıyor.

Bir aile geliyor sonra ve diyor ki “ tartışma her ailede olur hocam, ne olacak ki. Biz de böyle büyüdük ve normaliz işte” Evet tartışma olur ama hakaretler, küfürler, saygısız söylemler ve suçlamalar uçuşuyorsa havada, onun adı tartışma olmuyor. Çocuğun duyduğu her söz ruhunda yaralar açıyor. Görmek istemiyor aile ve değişmeye de gönlü yok. Olan, her gün bu kaosa maruz kalan çocuğa oluyor.

Olumsuz bir davranışı üzerine görüşmek için geliyor bir aile, anlatıyoruz, konuşuyoruz ve diyor ki “ benim çocuğum asla yapmaz” . Yapabilir kıymetli anne babalar. Asla yapmazlarla kör kalmayın

yaşanabileceklere. Yapmaması için emek harcayın , yaparsa nasıl düzeltirime kafa yorun. Yapmış olma ihtimaline dahi yer vermeyince, zihninizde aşılmaz duvarın ardına saklayınca, yok etmiş olmuyorsunuz bu sorunu. Olabilir, var ve kabul edip çözüm aramalısınız.

Çocuğun her anını kontrol etmeye çalışanlarda var. " bugün otur, şimdi kalk, oku, yat, uyu, uyan, ders çalış, üzülme, ağla, ..." komutlarla çalışan ve koşulsuz itaat beklenen çocuklar daha doğrusu robot muamelesi gören canım çocuklar da var. Ama ailesi diyor ki her şey onun iyiliği için. Orda durun işte. Çocuğu yok sayarak onu gördüğünü, düşündüğünü iddia etmek neyin nesi böyle.

"Benim çocuğuma öğretmen kızmış, çocuğum rencide oldu. Psikolojisi için hiç iyi değil ama bu" diyen aileler var mesela. Çocuğu mutluluk dışında hiçbir duygusu tatmasın isteyen. Tadacaksa kendisi tattırabilir çünkü. Üzülmesin, utanmasın, ağlamasın, mahcup olmasın, pişman olmasın diyenler. Hayat çocuğunuz için böyle bir alan sağlamayacak bilginiz olsun. Küçük yaşta öğrenmeyince sonrasında zorlaşıyor.

Doysumsuz çocuk yetiştirdiğini fark etmeyen ve tüm imkanlarını sınırsızca çocuklarına sunan aileler,

Çocuğu problem yaşadığında hemen devreye giren, çocuğa sorunla mücadele etmesi için fırsat vermeyen aileler,

Çocuğum harika ama çevresi kötü diyen aileler,

Biz konuşup anlatıyoruz hep deyip desteğin sadece bu olduğunu sanan aileler,

Çocuğum mutlu olsun başkalarının mutsuz olmasında sakınca yok diyen aileler,

Eşyaya, ağaca, hayvana ve bir başkasına zarar verdiğinde bunu görmezden gelen aileler,

Çocuğuyla alakalı sorumluluk almayan aileler,

Başiboş bırakılmış, riskli gruplara dahil olmuş, tatsız deneyimler yaşamış çocukların aileler,

İhmal eden, istismar eden aileler...

Uzar gider bu liste. Tatsız konular evet ama sırtımızı dönemeyeceğimiz kadar gerçekler.

Her dönem ebeveynlik üzerine tavsiyeler verilir. Neden? İdeal anne baba olabilmek için. Peki bu tavsiyelerin hepsi doğru mu? Sorgusuz sualsiz inanıp, uygulamalı mıyız? Bence her dönem kendinden bir önceki döneme nazaran daha iyi olabilmek için tavsiyeler sunar. Bazıları işe yarar, bazıları yaramaz, sonra bu tecrübeler neticesinde bu tavsiyeler iyileştirilir, değiştirilir, yok edilir gibi devam eder süreç. Bir dönem çocuklarınızla arkadaş gibi olun dendi değil mi? Oldu mu peki? Oldu, maalesef. Anne baba olmayı bırakıp arkadaş oldular. Sonra neler olduğunu yaşayıp gördük. İyi iletişim kurmak, onları dinlemek, anlamaya çalışmak farklı şey, arkadaş olmak farklı şey. Bizler çocuklarımızın arkadaşı değiliz. Olmamalıyız da zaten.

Çocuklara öğretebileceğimiz çok kıymetli şeyler var;

- İsteddiği her şeye sahip olamayacağını
- Bazen engelleneceğini

- İnsanların onu üzebileceğini
- Yalnız kalabileceğini
- Her konuda başarılı olamayacağını
- İnsanların onu pohpohlamayacağını
- Mükemmel olmadığını, olamayacağını
- Bazen dışlanabileceğini
- Hata yapabileceğini
- Mahrum kalabileceğini
- Herkesin onu sevmeyeceğini
- Her sorunda ailesinin yanında olamayacağını
- Kötü insanların olduğunu
- Herkesi anlayamayacağını
- Mutsuzluğu, hayal kırıklığını
- HAYIR ı
- Sınırı
- Kuralları
- İzin almayı
- Ortak kararlar almayı
- Kendine yetebilmeyi
- Gerektiğinde ben, biz olabilme dengesini
- Belki de en mühimi tek ve değerli olduğunu

Bunları nasihatle halledebileceğini düşünenler bilmeli ki eğer nasihatle çözülebiliyor olsaydı şimdilerde bu durumda olmazdık. Çünkü maşallah bizim toplumumuz nasihat vermekte fevkalade iyi☺ Ama o kadar kolay olmuyor işte. Sorumluluk, yüzleşme, fedakarlık, zaman, enerji, kararlılık, tutarlılık ve yorulmak istiyor her biri. Yapmasak olmaz mı dersiniz topluma, çocuklarımıza bakınca kaybedecek vaktimiz olmadığını görmek mümkün. Yapılmayınca ya kendine ya çevresine zarar veren çocuklar ve yetişkinlerle dolup taşıyor her günümüz. İçimiz acıyor halimizi görünce.

Ailesiyle sorunlar yaşadığını ifade eden bir ergenle çalışırken şöyle bir şey söylüyor.” Herşeyime karışıyorlar” Açıyoruz sonra bu herşey ifadesini. Nedir herşey biliyor musunuz sevgili aileler. Kıyafeti, parasını nereye kullandığı, eve kaçta geldiği, eve gelmek istemediği günlerde kimin yanında olduğunu söylemek istememesi, telefon başında geçirdiği vakit, ailesinin fikir beyan edişi, izin almak istememesi, kafasına göre takılmak isteşi gibi detaylar çıkıyor. Endişelenmeyin, ergen haklı demeyeceğim. Sağlıksız bir kuralsızlık beklentisi var. Sınırsız özgürlük adı altında hiçbir müdahale istemiyor. Doğru bir beklenti olmadığını gönül rahatlığıyla söyleyebilirim. Her anne babanın müdahale ettiği ve etmesi gereken noktalar bunlar. Çünkü bu genç olası riskleri göremeyebilir. Ama bizler yetişkin olarak onları korumak, zarar görmelerine engel olmak derdindeyiz. Tam da bu noktada ortaya büyük bir çatışma çıkıyor. Çünkü birbirinden farklı beklentileri olan çocuklar ve anne babalar karşı karşıya kalıyor ve kılıçlar çekiliyor. Mücadele öyle tatsız bir hal alıyor ki inanın bana bu savaşın kazananı olmuyor. İşte mesele de mevzu buraya gelene kadar yaşananlar yada yaşanması gerektiği halde yaşanmayanlarda bitiyor.

Ergende limbik sistem denen bir şey var ki ona sürekli şöyle sesleniyor “ Risk al. Yaparsın sen ,gençsin, aslansın, kralısın. Kendi kararlarını alacak yaştasın. Kimse sana karışamaz. Yapamaz

diyenlere aldırma, atla, zıpla, uç, bir şey olmaz dene” Teşbihte hata olmaz ya ona sürekli gaz veren bir beyin fonksiyonu gibi düşünün. Ne yapalım yani beyin sahibi olmanın zor yanlarından biri de bu. O zaman muhatabımın beyninde, bedeninde, düşünce ve duygu dünyasında neler olup bittiğini bilmeden , muhatabımı tanımadan bu süreçten başarılı şekilde çıkamam. Çocuğunuzu tanımanın önemi işte bu. Sorun yaşandıktan sonra konuya el atmak ve üzerine çalışmak zor, mesele erken uyarı işaretlerini yakalayabilmekte. İzleyin , gözlemleyin, sorun varsa birşey olmaz demeyin. Bu konuda tüm sorumluluğu çocuklara yükleyemeyiz. Böyle davranmasa, beni dinlese, dersini çalışsa, o çocukla arkadaş olmasa sorun kalmayacak gibi bir cümleyle topu çocuğa atmak için kolayına kaçmak olur. Onlar çocuk, yetişkin olan biziz. Çözüm için çocuğu hedef göstermek , değişmesini beklemek, çözülmüyorsa sebebi çocuğa atfetmek zekice gibi görünse de kesinlikle bizi sonuca götürmeyecek. Çünkü zekice değil korkakça bir yaklaşım sergilemiş olacağız. Sorumluluğu al, iyi analiz et, çözüm alternatifleri üret ve harekete geç. Çünkü iyi çocuk yetiştirmek istiyorsanız iyi ebeveyn olmak zorundasınız.

Yazdıkça yazası geliyor ya insanın, konuşulacak çok şey var. Bir hasbihal edebilsek ailelerle herkes bir dökse içini. Nasıl da ihtiyacımız var yalnız olmadığımızı görmeye. Yorulan bir tek ben değilmişim diyebilmenin hafifliğine. Hadi yorulalım anne babalar, hadi biz yorulalım. Biz talip olmadık mı anne olmaya, baba olmaya. Yorgunluk bu, birbirimizi dinleriz sonra biraz da dinleniriz geçer© Peşinden mutluluğu konuşmanın keyfi gelir belki de...

Burcu DEMİR ÖNCÜL

Psikolojik Danışman/ Aile Danışmanı