

Büyüme de Büyütme de



Dr. Yankı YAZGAN

e-posta: www.yankiyazgan.com

Marmara Tıp Fakültesi emekli öğretim üyesi ve Yale Child Study Center, sürekli ziyaretçi öğretim üyesi. Çocuk/Ergen ve Yetişkin Psikiyatri. Serbest hekim.

Toraks Derneği'nin değerli okurları olan meslektaşlarım için bir araya getirdiğim büyüme ve büyütme temalı bu yazıda çocukların gelişiminde yetişkinler olarak oynadığımız rolleri irdelemeye çalıştım. Çocukların ve gençlerin ruh sağlığı ve gelişimi üzerine hekimler başta olmak üzere sağlık alanındaki herkesin hem fikir sahibi hem de uygulamacı olması gerektiğine inanıyorum. Çocukların gelişimini bebeklikten yetişkinliğe bir süreç içinde anladığımızda, beyin-çevre etkileşimi içinde şekillenen duygu/düşünce/davranış profillerinin toplumun ta kendisi olduğunu göreceğiz. İçinde olduğumuz hayatın anlaşılabilirliğine biraz olsun akıl erdirebilmenin yolu, çocuk aklını (ve kalbini) anlamaktan, beyin gelişim sürecinin insan oluşumundaki yerini kavramaktan geçiyor. Konuya ilgili okurlarımızın www.yankiyazgan.com ve @yankiyazgancom daki yazı ve kaynakları takip etmesinden mutluluk duyarım.

CİDDİ İŞ

Çocukların yetişmeleri esnasında kendi yaşamlarına ve etraflarındaki tüm diğer insanların ve canlıların yaşamlarına saygıyla yaklaşan bireyler olmaları için ne yönde hareket edilmeli?

Çocuklarımızı bazen gevşek, kendi haline bırakıp, bazen de, tam tersine, ensesinden ayrılmıyoruz. Elbette, iki tutum da uygun ya da gerekli koşullarda kendine doğru bir yer bulabilir. Ama, galiba tutumumuz çocuğun ihtiyaçlarından ziyade kendi ruh halimize göre değiştiği için, çocuğumuz açısından pek olumlu sonuçlar doğurmuyor. Çocuk bizim ruh halimizi nasıl takip etsin?

Bebegün kendi ruh durumunun ayarını yaparken "referans" noktası seçtiği anne ya da babasının "bir öyle bir böyle" olması, çocuğu bir tür "can derdi"ne düşürür; kendi önceliklerinin dışına çıkamayan, kendi gereksinimleri ile başkalarınınkini arasındaki dengeyi kuramayan bireyler yetişmeye başlar. Bu durumun psikolojik sonucu iki ana biçimde gözlenir: Yoğun bir kaybetme kaygısı (ayrılıklara, içeri odaya bile gitmeye direnç şeklinde çıkar) ve/veya kendini kontrol etmekte zorluk (bu da sınırları anlamakta, başkasının sınırlarına saygı göstermekte zorluk şeklinde kendini gösterir).



Hayata bakış açımızı, üretken olma ve verimli çalışma isteğimizi zaman zaman zorlaştıran, bizim çocuk yetiştirme kültürümüze yerleşmiş ve bu kültürden yansıyan birtakım davranış biçimleri olduğunu düşünüyor musunuz?

Ülkemizin çocuk yetiştirme kültüründe çocuğun sadece ekonomik değer taşımaktan çıkıp psikolojik bir değer kazanması, hem sosyo-ekonomik açıdan farklı toplumsal kesimler, hem aynı kesimden kuşaklar arasında, çocuklara yaklaşım açısından önemli farklılara yol açmıştır. Bir yanda gelecekte olarak bağımlılığı körükleyen, özerkleşmeyi, bağımsız birey yolunda yetiştirmekten uzak duran, itaate ve söz dinlemeye önem veren yaklaşım; diğer yanda çocukların özerk, kendine

Gerek okulda, gerek evde duygularının farkına varabilen, duygularının hangi davranış ve düşünceleri doğurduğunu bilen, bu sonuçları yönetebilen (pop bir deyişle "duygusal zekâsı" yüksek) bireyler yetiştirmek toplumsal barış için olduğu kadar kişisel mutluluk için de bir yatırım. İçinde olduğumuz toplumsal koşullar zor ve çetin olsa bile duygusal zekâsı gelişkin anne-baba ve öğretmenlerin varlığında çocuklara değer aktarımı mümkün. Yuvarlak lafların ötesinde bir duygusal farkındalığın, analitik ya da sosyal gibi tanımlanan diğer zekâ alanlarıyla beraber bir denge getireceğini düşünebiliriz. Üstelik bu yetilerin büyük bölümü bir müfredat parçası yapılarak, eğitimin içinde çocuklara kazandırılabilir nitelikte.

güvenli olmasını, yaşayarak öğrenmesini isterken, bunun aileden uzaklaşmaya yol açacak düzeye varmasından, koptalardan kaygı duyan yaklaşım.

Annelerin kaygı ve güvenlik ile ilgili tutumlarını başka ülkelerdekiyle kıyaslama olanağı veren Jerome ve Dorothy Singer (Yale, 2007) araştırması, ülkemizdeki annelerin içinde olduğu ruh halini saptıyor: Anneler bir yandan çocuklarına güvenli ve mutlu bir gelecek sağlamak isterken, öte yandan da çocuklarının bu geleceğe ulaşmak için bugün ihtiyacı olan yaşayarak öğrenme hakkını kullanmasına, inansalar ve arzu etseler de, kaygıları sebebiyle istedikleri kadar yardımcı olamıyorlar.



İçinde yaşanan kültür ve toplumsal düzenin etkisini de azımsamayalım. Etnik anlamda bir kültürün etkisini kastetmiyorum, zira belli bir kültürel kökenden gelseniz bile, o kökene özgü anne-babalığı başka bir ülkede, örneğin göç ettiğiniz yerde, aslına sadık bir şekilde yapamayabilirsiniz.

Başarısızlığa tahammülsüzlüğü eksikliğe tahammülü olmayan kültürümüzün doğal sonucu sayabilir miyiz? Hani, sofrada her şey tamam olsa bile kuş sütünün mutlaka eksik kaldığı kültürümüz... Her alanda ve daima başarılı olma beklentisine (amaç ile beklentiyi karıştırmaksızın) mükemmeliyetçilik terimini yakıştırabiliriz. Başarısızlığı kaçınılmaz başarıyı imkânsız kılan bu 'ya hep ya hiç' yaklaşımının duygusu olan karamsarlığın zorunlu düşüncesi ise 'başarının ne önemi var?'dır.

Çekişmelerin ve rekabetin yoğun bir şekilde yer aldığı yetişkin dünyasının işleyişinde, çocuklukta bu davranış biçimlerinin etkilerini nasıl değerlendirirsiniz?

Şu meşhur *terrible two* dönemini ele alalım, bu terimin kendisi zorlamacı yönetim tarzının kodlarını taşır. Anne-babanın koyduğu (koyması da gereken) kuralları kabul ederek sisteme dahil olan bebek belli yetenekleri bu sistemde kazanır. Ancak her kazandığı yetenek onu içinde olduğu sisteme karşı çıkma ve sistemi dönüştürme becerileriyle donatır. Felaket olarak adlandırılan bu dönem siyasi bir anlamlandırma yaparsak ayakların baş olma veya baştaçı edilme dönemi olarak da görülebilir.

Anne-babanın bu paradoksal rolü 'bir sonraki kuşakta



kendisini aşma' arzusu şeklinde gösterir. 'Çocuklarımız bizden iyi olsunlar' söyleminde çocukların bu iyi olmayı belli bir mücadeleyle mi (çekişerek, çatışmasız) yoksa bizim onlara adeta bahşedeceğimiz özgürlüklerle mi (hiç çekişmeden, ama ileride çatışarak) gerçekleştireceği konusu modern anne-babanın ikilemi gibi...

Bahşış özgürlüklerle büyüyen çocuklar bir anlamda anne-babalarının franchise'ı gibi (merkezi bir işletme modeliyle farklı yerlerde yerel sahiplerle hizmet veren kuruluş anlamına) kendilerinin olmayan kimlikler ile yetişirler. Ne anne-babanın ne de çocuğun birbirine 'hayır' demediği, ya da çocuğun anne-babaya 'hayır' demek yerine onlara zorla, zoraki 'evet'





dedirttiği durumlarda ertelenen çekişmeler kendisini anne-babasının franchise'ı olmaktan kurtaramayan çocuklarda er ya da geç tahripkâr ve ciddi çatışmalar biçiminde peydah olur.

Bu yazdıklarımın bir 'hayır' övgüsü çıkartılırsa yanılıcı olur. 'Hayır'lı çocuklar bir muhalif duruşu mu temsil ederler? Reddetmek cesur bir tavır olarak düşünülebilir; 'hayır' diyenler bir fırsatı reddedip kaçırmayı göze almaktadırlar. Oysa, bir çok durumda hayır bir kaçınma ya da uzak durma ile de ilişkili olabilir; dolayısıyla başka bir seçenekten vazgeçiş içermez, kayıp duygusu yaratmaz.

'Evet' diyenler ise bir fırsata evet derken binlerce hatta sonsuz sayıda fırsata hayır demiş, sonsuz sayıda potansiyel fırsatı kaçırmış olmazlar mı? Bu bir bakıma daha yürekli bir duruş sayılmaz mı? Sayılır mı?

Anne-babalık ve insan gelişimi çalışmaları bizlere sadece evlerde ya da okullarda değil toplumda, işyerlerinde, ev ofislerde, yönetim kurulu odalarında geçerli "politika"lar hakkında yol gösterme bile düşünme fırsatı veriyor. İş hayatının özel hayatlarımızdan ya da kişisel gelişim geçmişimizden bağımsız olmadığını hatırlamak bile bir "kişisel gelişim" dersi oluyor.