

Ergenlik: Büyümenin ve Değişimin Anlamı

Ergenlik: Büyümenin ve Değişimin Anlamı
COPYRIGHT ©

Bu kitapta yer alan bilgi ve görüşler konuşmacılara aittir,
TAP Vakfı'nın görüşlerini yansıtmaz.
Kitapta yer alan yazı ve bilgiler, bu konferansı referans göstermek ve yazı
sahiplerinden izin almak koşulu ile kullanılabilir.

TÜRKİYE AİLE SAĞLIĞI ve PLANLAMASI VAKFI
Ulus Mah. Güzel Konutlar Sitesi A Blok Daire: 3-4 34760 Etiler / İstanbul
Tel: 0212 257 79 41/ 42 Faks: 0212 257 79 43
infotapv@tapv.org.tr www.tapv.org.tr

BASIM YERİ:
Maydanoz Matbaa ve Reklamcılık San ve Tic. Ltd. Şti.
0212 619 13 71

Konferansta Yapılan Sunumlar Ekteki CD'de Yer almaktadır.

İÇİNDEKİLER

KONFERANS PROGRAMI	4
KONUŞMACI & MODERATÖRLER	6
KURSLAR VE ATÖLYE ÇALIŞMALARI	7
AÇILIŞ KONUŞMASI	
Caroline N. Koç.....	9
PANELLER	
BÜYÜYOR, DEĞİŞİYORUM	
Atilla Büyükgebiz Ergenlik Dönemi Fiziksel ve Seksüel Gelişme.....	12
Ayşe Akın Ergenlik Döneminde Üreme Sağlığı Riskleri.....	17
DUYGULARIM, HEYECANLARIM	
Mehmet Şakiroğlu Seni Seviyorum Aşk.....	26
Seven Kaptan LGBT Ergenlerde Büyümenin Anlamı.....	30
SIR VERSEM SAKLAR MISIN?	
Seda Akço Bilen Ergene Cinsel Danışmanlık: Yasal Boyut	33
KURS	
Ş. Gonca Zeren Ergenler Ne İster?.....	40
HAYALLERİM, SEÇİMLERİM	
İpek Ongun Neden Gençler İçin Yazıyorum?.....	51
Ekrem Düzen Coğrafyamızın Yalnız ve Geride Bırakılmış Gençleri.....	54
Ceren Suntekin Dezavantajlı Bölgelerde Genç Olmak.....	56
BAŞ ETMEKTE ZORLANIYORUM	
Taner Güvenir Ergen ve Yaratıcılık.....	63
Emre Konuk Ailede Demokrasi Mümkün Mü?.....	71
ÇİNSELLİĞİ MERAK EDİYORUM	
Nurcan Müftüoğlu Ergenin Kaygıları, Soruları, Arayışları.....	75
Handan Keskinler Karşılaşmalar.....	81
Selin Şen Okula Yansıyan Ergen Çinselliği ve Ergen Ailesi.....	85
Talat Parman Neden İlk Aşk Unutulmaz?.....	91

KONFERANS PROGRAMI

3 KASIM 2012, CUMARTESİ

Açılış / 09:30 - 10:00

Caroline N. Koç

PANEL-1

SALON 1 / 10:00 - 11:15

Büyüyor, Değişiyorum

Panel Başkanı: Prof. Dr. Ayşe Akın

Ergenlik Dönemi Fiziksel ve Seksüel Gelişme / Prof. Dr. Atilla Büyükgebiz

Ergenlik Döneminde Üreme Sağlığı Riskleri / Prof. Dr. Ayşe Akın

Ergenlik Döneminde Beslenme / Prof. Dr. Ahmet Aydın

Tartışma

11:15 - 11:30 Kahve Arası

PANEL-2

SALON 1 / 11:30 - 13:00

Duygularım, Heyecanlarım

Panel Başkanı: Prof. Dr. Şahika Yüksel

Seni Seviyorum Aşk / Psk. Dr. Mehmet Şakiroğlu

LGB Ergenlerde Büyümenin Anlamı / Uzm. Dr. Seven Kaptan

Son 10 Yılda Aşkın Halleri / Uzm. Dr. Arzu Önal

Tartışma

13:00 - 14:00 Öğle Yemeği

PANEL-3

SALON 1 / 14:00 - 15:14

Sır Versen Saklar Mısın?

Panel Başkanı: Prof. Dr. Tolga Dağlı

Cinsel İstismara Uğrayan Çocuğun Psikolojik Durumu / Doç. Dr. Behiye Alyanak

Çocuğu Cinsel İstismardan Koruma Yükümlülüğü / Avukat Seda Akço Bilen

Cinsel İstismara Uğrayan Çocuğa Bütüncül Yaklaşım -

Hastane Temelli Çocuk Koruma Merkezleri / Prof. Dr. Tolga Dağlı

Tartışma

KURS -1

SALON 2

Ergenler Ne İster? / Kolaylaştırıcı: Yrd. Doç. Dr. Ş. Gonca Zeren

ATÖLYE ÇALIŞMASI -1

SALON 3

Araf'ta Olmak / Kolaylaştırıcı: Yrd. Doç. Dr. Fatma Keçeli

15:15 - 15:30 Kahve Arası

PANEL-4

SALON 1 / 15:30 - 16:45

Hayallerim, Seçimlerim

Panel Başkanı: Yazar İpek Ongun

Neden Gençler İçin Yazıyorum? / Yazar İpek Ongun

Coğrafyamızın Yalnız ve Geride Bırakılmış Gençleri / Yrd. Doç. Dr. Ekrem Düzen

Dezavantajlı Bölgelerde Genç Olmak / Sosyal Hizmet Uzmanı Ceren Suntekin

Tartışma

16:45 - 17:30 Tarlabası Gençlik Orkestrası Dinletisi

4 KASIM 2012, PAZAR

KURS -2

SALON 1 / 09:00 - 13:00

Bağımlılık Gelişmeden Önce Yapabileceklerimiz

Kolaylaştırıcı: Prof. Dr. Kültegin Ögel

ATÖLYE ÇALIŞMASI -2

SALON 2 / 09:00 - 13:00

Barışçıl Okuldan Toplumsal Barışa

Kolaylaştırıcı: Uzm. Psikolojik Danışman Özlem Mumcuoğlu

KURS-3

SALON 3 / 09:00 - 13:00

Ergenlik Dönemi ve Cinsel İstismar

Kolaylaştırıcılar: Prof. Dr. Tolga Dağlı, Prof. Dr. M. Akif İnanıcı, Prof. Dr. Figen Şahin, Yrd. Doç. Dr. Şahika Şişmanlar, Uzm. Psikolog Burcu Kılıç, Uzm. Hemşire Özlem Kevser Korel, Av. Seda Akço Bilen

13:00 - 14:00 Öğle Yemeği

PANEL-5

SALON 1 / 14:00 - 15:15

Baş Etmekte Zorlanıyorum

Panel Başkanı: Doç. Dr. Taner Güvenir

Ergenlik: Özgürleşmek Mi, Bağımlılık Mı? / Prof. Dr. Kültegin Ögel

Değişen Ergen Değişen Topluma Karşı / Doç. Dr. Taner Güvenir

Ailede Demokrasi Mümkün Mü? / Klinik Psikolog Emre Konuk

Tartışma

15:15 - 15:30 Kahve Arası

PANEL- 6

SALON 1 / 15:30 - 16:45

Cinselliği Merak Ediyorum

Panel Başkanı: Doç. Dr. Talat Parman

Ergenin Kaygıları, Soruları, Arayışları / Uzm. Sosyolog Nurcan Müftüoğlu

Karşılaşmalar / Psikolojik Danışman Handan Keskinler

Okula Yansıyan Ergen Cinselliği ve Ergen Ailesi / Uzm. Psikolojik Danışman Selin Şen

Neden İlk Aşk Unutulmaz? / Doç. Dr. Talat Parman

16:35 - 16:45 Tartışma

16:45 - 17:00 Değerlendirme ve Kapanış

KONUŞMACI & MODERATÖRLER

Caroline N. Koç ‘TAP Vakfı Yönetim Kurulu Başkanı’

Prof. Dr. Atilla Büyükgöbüz ‘İstanbul Bilim Üniversitesi Tıp Fakültesi Çocuk Sağlığı ve Hastalıkları Anabilim Dalı Çocuk Endokrinolojisi Bilim Dalı Öğretim Üyesi’

Prof. Dr. Ayşe Akın ‘Başkent Üniversitesi Kadın-Çocuk Sağlığı ve Aile Planlaması Araştırma ve Uygulama Merkezi Müdürü’

Prof. Dr. Ahmet Aydın ‘İstanbul Üniversitesi Cerrahpaşa Tıp Fakültesi Çocuk Sağlığı ve Hastalıkları Anabilim Dalı Çocuk Metabolizma Hastalıkları Bilim Dalı Öğretim Üyesi’

Prof. Dr. Şahika Yüksel ‘İstanbul Üniversitesi Tıp Fakültesi Psikiyatri Anabilim Dalı Öğretim Üyesi’

Psk. Dr. Mehmet Şakiroğlu (Klinik Psikolog) ‘Muğla Üniversitesi’

Uzm. Dr. Seven Kaptan

Uzm. Dr. Arzu Önal ‘Acıbadem Maslak Hastanesi Çocuk ve Ergen Psikiyatrisi Uzmanı’

Prof. Dr. Tolga Dağlı ‘Marmara Üniversitesi Tıp Fakültesi Çocuk Cerrahisi Anabilim Dalı Başkanı, Marmara Üniversitesi Çocuk Koruma Uygulama ve Araştırma Merkezi Müdürü’

Doç. Dr. Behiye Alyanak ‘İstanbul Üniversitesi İstanbul Tıp Fakültesi Çocuk ve Ergen Ruh Sağlığı ve Hastalıkları Anabilim Dalı Öğretim Üyesi’

Avukat Seda Akço Bilen ‘Hümanist Büro’

Yrd. Doç. Dr. Ş. Gonca Zeren ‘Yıldız Teknik Üniversitesi Eğitim Fakültesi Eğitim Bilimleri Bölümü Psikolojik Danışma ve Rehberlik Anabilim Dalı Öğretim Üyesi’

Yrd. Doç. Dr. Fatma Keçeli ‘Yeditepe Üniversitesi Güzel Sanatlar Fakültesi Tiyatro Bölümü’

Yazar İpek Ongun

Doç. Dr. Ekrem Düzen ‘İzmir Üniversitesi Fen Edebiyat Fakültesi Psikoloji Bölümü Öğretim Üyesi’

Sosyal Hizmet Uzmanı Ceren Suntekin ‘Tarlabaşı Toplum Merkezi Sorumlusu’

Prof. Dr. Kültegin Ögel ‘Acıbadem Üniversitesi Tıp Fakültesi Ruh Sağlığı ve Hastalıkları Anabilim Dalı Öğretim Üyesi’

Uzm. Psikolojik Danışman Özlem Mumcuoğlu ‘YÖRET Vakfı Proje Koordinatörü’

Prof. Dr. M. Akif İnanıcı ‘Marmara Üniversitesi Tıp Fakültesi Adli Tıp Anabilim Dalı Öğretim Üyesi, Marmara Üniversitesi Çocuk Koruma ve Uygulama ve Araştırma Merkezi Müdür Yardımcısı’

Prof. Dr. Figen Şahin ‘Gazi Üniversitesi Tıp Fakültesi Çocuk Sağlığı ve Hastalıkları Anabilim Dalı Sosyal Pediatri Bilim Dalı Öğretim Üyesi, Gazi Üniversitesi Çocuk Koruma Araştırma ve Uygulama Merkezi Müdür Yardımcısı’

Yrd. Doç. Dr. Şahika Şişmanlar ‘Kocaeli Üniversitesi Tıp Fakültesi Çocuk ve Ergen Ruh Sağlığı ve Hastalıkları Anabilim Dalı Öğretim Üyesi, Kocaeli Üniversitesi Çocuk Koruma Uygulama ve Araştırma Merkezi Müdür Yardımcısı’

Uzm. Psikolog Burcu Kılıç ‘Marmara Üniversitesi Hastanesi Çocuk Koruma Birimi’ Uzm. Hemşire Özlem Kevser Korel ‘Marmara Üniversitesi Hastanesi Çocuk Koruma Birimi’

Doç. Dr. Taner Güvenir ‘Dokuz Eylül Üniversitesi Tıp Fakültesi Çocuk ve Ergen Ruh Sağlığı ve Hastalıkları Anabilim Dalı Öğretim Üyesi’ Klinik Psikolog Emre Konuk ‘DBE Davranış Bilimleri Enstitüsü’

Doç. Dr. Talat Parman ‘İstanbul Psikanaliz Derneği’

Uzm. Sosyolog Nurcan Müftüoğlu ‘TAP Vakfı Genel Koordinatörü’

Psikolojik Danışman Handan Keskinler ‘Koç Özel İlköğretim Okulu’

Uzm. Psikolojik Danışman Selin Şen ‘Özel Amerikan Robert Lisesi’

**İsimler, programda yer alış sırasına göre dizilmiştir.*

KURSLAR VE ATÖLYE ÇALIŞMALARI

KURS - 1

Ergenler Ne İster?

Kolaylaştırıcı: Yrd. Doç. Dr. Ş. Gonca Zeren

Konu: Ergenlik dönemindeki bireye psikolojik yardım vermeye ilişkin ilke ve teknikler.

Katılımcı Profili: Okulda (ya da farklı bir kurumda) ergenlerle çalışan psikolojik danışmanlar ve psikologlar.

Amaç: Ergenlerin gelişim özellikleri ve ergen psikolojisi hakkında bilinenlerden yola çıkarak, ergenlere verilecek psikolojik yardım ilişkisinde kullanılması gereken ilke ve teknikler üzerinde çalışmaktır. Ergenlerle kurulacak profesyonel yardım ilişkisi, okul-ergen işbirliğini kolaylaştırıcı rol oynamaktadır.

İçerik: Özellikle dinleme, uygun soru sorma, somutluk vb. bağlamında psikolojik yardım becerilerine, ilkelere ve tekniklere odaklanılacaktır. Rol oynama, interaktif oyunlar gibi yöntemlerle çalışma yürütülecektir.

KURS - 2

Bağımlılık Gelişmeden Önce Yapabileceklerimiz

Kolaylaştırıcı: Prof. Dr. Kültegin Ögel

Amaç: Bağımlılığı tanımak ve gelişimini önlemek.

Katılımcı Profili: Psikolojik danışmanlar, psikologlar, sosyologlar, sosyal hizmet uzmanları, çocuk gelişim uzmanları, öğretmenler, hemşireler ve hukukçular.

KURS - 3

Ergenlik Dönemi ve Cinsel İstismar

Kolaylaştırıcılar: Prof. Dr. Tolga Dağlı, Prof. Dr. M. Akif İnanıcı, Prof.Dr. Figen Şahin, Yrd. Doç. Dr. Şahika Şişmanlar, Uzm. Psikolog Burcu Kılıç, Uzm. Hemşire Özlem Kevser Korel, Av. Seda Akço Bilen

Amaç: Ergenlik döneminde yaşanan cinsel istismarda olaya mağdur ve suça sürüklenen çocuk yönünden bakarak, istismarın her iki grup çocukta hukuki, sosyal ve tıbbi açıdan etkilerini anlamak ve bütüncül yaklaşımın önemini vurgulamak.

Katılımcı Profili: Ergenlerle çalışan ve istismar olgularıyla karşılaşabilecek hekim, hemşire, psikolog, psikolojik danışman, sosyal hizmet uzmanı, çocuk gelişim uzmanı ve hukukçular.

İçerik: Ergenlik döneminde yaşanan istismar türlerine genel bir bakıştan sonra, cinsel istismara uğrayan ve cinsel istismar suçu işlediği iddia edilen ergen olgu örnekleri üzerinde grup tartışması yapılarak, istismarın ergenler üzerinde yarattığı bedensel, ruhsal ve sosyal etkiler ile hukuki sorumluluk konusunda katılımcılarda farkındalık oluşturulacak ve bütüncül yaklaşımın, bu tip olgularda ilerde yaşanacak olumsuz sonuçları en aza indirmek açısından önemi vurgulanarak nasıl yapılabileceği tartışılacaktır.

ATÖLYE ÇALIŞMASI - 1

“Araf”ta Olmak

Kolaylaştırıcı: Yrd. Doç. Dr. Fatma Keçeli

Gerekçe: Ergenlik biyolojik bir kategori olmak dışında, toplumsal bir olgudur aynı zamanda. Ergenlere atfedilen tutum, davranış ve duygulanımlarla her yaş grubunda karşılaşmak olasıdır. Özellikle yönünü Batı’ya dönmüş; “az gelişmiş”, “gelişmekte olan” ya da “üçüncü dünya ülkesi” olarak tanımlanan; kendini bu tanımlamanın içinde hep eksik, hep geride kalmış hissedilen/hissettirilen ve bir refleks olarak her seferinde yeni otorite figürleri yaratan; onun gözünden kendini değerlendirip hem o otoriteye öykünen hem de ona öfke duyan Türkiye gibi “araf”ta kalmış ülkelerde, ergenlik halleriyle her yaş, cinsiyet ve meslek grubunda karşılaşmak olasıdır.

Katılımcı Profili: “Yaş itibarıyla ergen sayılan” gruplarla çalışan eğitimciler ve psikolojik danışmanlar.

Amaç: Ergenleri daha iyi anlayabilmek için, yetişkin kategorisinde değerlendirilen kişilerin ergen kalmış tarafları üzerine birlikte düşünmek ve “araf”ta olma hali” üzerine farkındalık geliştirmektir.

İçerik: Çalışma yaratıcı drama teknikleriyle gerçekleştirilecektir.

ATÖLYE ÇALIŞMASI - 2

Barişçıl Okuldan Toplumsal Bariş

Kolaylaştırıcı: Uzm. Psikolojik Danışman Özlem Mumcuoğlu

Amaç: İstanbul çapında 1 yıldır yürütülmekte olan “Barişçıl Okul” projesini paylaşmak ve sınıf içinde öğrencilerle yapılabilecek etkinliklerden örnekler sunmak.

Katılımcı Profili: Psikolojik danışmanlar, sınıf öğretmenleri.

İçerik: Çocuk hakları ve demokratik katılım, farklılıklara saygı, toplumsal cinsiyet rolleri, okullarda zorbalık ve şiddet, sosyal beceriler, ihmal ve istismar, beden ve benlik algısı, çatışma çözme yöntemleri konularında öğrencilerle 12-16 hafta arası uygulanan etkinliklerden örnekler verilecek, katılımcılarla deneyimlenecektir. Okullarda çok sık yaşanan, ergenlik öncesi dönemde belirtilerini gösteren ve ergenlikle artan çatışma ve zorbalıkla ilgili interaktif uygulamalar gösterilecektir. YÖRET Vakfı tarafından şiddet, ayrımcılık, istismar ortamlarından arındırılmış “Barişçıl Okul” ortamı oluşturmak için hazırlanan, 39 ilçe merkezinde 40 okulda uygulanan çalışmanın sonuçları da paylaşılacaktır.

AÇILIŞ

Değerli Katılımcılar,

Aile Sağlığını geliştirmek amacıyla 27 yıldan bu yana çalışmalarını sürdüren Vakfımız, son 12 yıldır gençlerle başlayan ve ergenlerden çocuklara uzanan bir çizgide cinsel sağlık eğitimleri konusuna odaklanıyor.

Bu konuya bütünsel yaklaşım; ergenleri bedensel ve duygusal değişimleri, ilişkileri, aile ve okul ortamları içinde anlamayı ve değerlendirmeyi gerektiriyor. Bu alanda yol alırken; farklı uzmanlarla bir araya gelerek, bilgi ve deneyimleri paylaşmak hepimizi ergenlik dönemi dinamiklerini yorumlamak noktasında güçlendirecektir.

Vakfımızın her yıl rutin olarak düzenlediği toplantıyı bu yıl “Ergenlik: Büyümenin ve Değişimin Anlamı” başlığı ile 3-4 Kasım 2012 tarihinde, İstanbul Ortaköy Princess Otel’de gerçekleştiriyoruz. Toplantı kapsamında planlanan paneller, atölye çalışmaları ve kurslar, ergenliği farklı boyutlarıyla ele alıyor.

Ergenlerle çalışan, psikologların, psikolojik danışmanların, sosyologların, sosyal hizmet uzmanlarının, öğretmenlerin, idarecilerin, sağlık hizmet sunucularının, üniversite öğrencilerinin ve ebeveynlerin birikim, gözlem ve deneyimlerini paylaşacakları bu platformun yeni yaklaşım ve çalışmalar için esin kaynağı olmasını diliyoruz.

Saygılarımla,
Caroline N. Koç
TAPV

PANELLER

BÜYÜYOR, DEĞİŞİYORUM

ERGENLİK DÖNEMİ FİZİKSEL ve SEKSÜEL GELİŞME

Prof.Dr.Atilla BÜYÜKGEBİZ

İstanbul Bilim Üniversitesi Tıp Fakültesi Çocuk Sağlığı ve Hastalıkları Anabilim Dalı Çocuk Endokrinolojisi Bilim Dalı

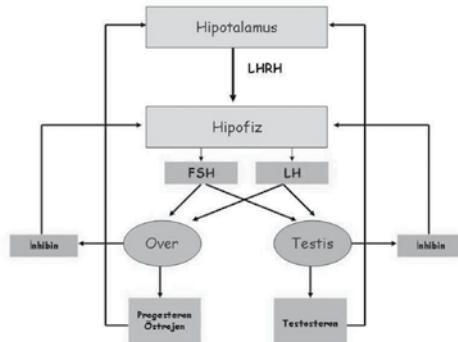
Ergenlik dönemi, birincil (gonad ve genital yapılar), ikincil (meme gelişimi ve pubik kıllanma, erkeklerde ses değişikliği) cinsiyet karakterlerinin geliştiği ve belirginleştiği, cinsel olgunlaşmanın ve büyümenin tamamlandığı ve üreme yeteneğinin kazanıldığı dönemdir.

Ergenliğin Başlaması

Çocukluk çağı süresince, Gonadotropin *serbestleştirici* hormon (GnRH) salınımı, minimal düzeyde olup, ergenliğin başlaması ile bu salınımında dramatik artışlar gözlemlenmektedir. Gonadotropinlerin esas fonksiyonu erkeklerde testislerin, kızlarda overlerin gelişimini, fonksiyon kazanmasını ve büyümesini düzenlemektir.

Ergenliğin başlamasında ve ilerlemesinde birçok faktörün sorumlu olduğu bilinmektedir. Irk, ailesel yatkınlık, iklim, beslenme durumu, çevresel uyaranlar ergenliğin oluşma yaşını belirlerler. Ergenliğin başlangıcında, fiziksel değişiklikler meydana gelmeden önce gonadotropinlerin sekresyonları önce geceleri artmaya başlar. Ergenliğin ilerlemesi ile gonadotropin artışları gündüzleri de meydana gelir ve sonunda 24 saat düzenli salgılanarak erişkin özelliği kazanır. Bu nedenle erken ergenlikte gündüz alınan plazma örneklerinde, gonadotropin seviyeleri sıklıkla düşük çıkar. Seks hormonlarının yarılanma ömrü daha uzun olduğundan, bu dönemde gündüz ölçülen seks hormon seviyeleri klinik tanıda daha yararlıdır ve puberte evreleri ile orantılı bir artış gösterir.

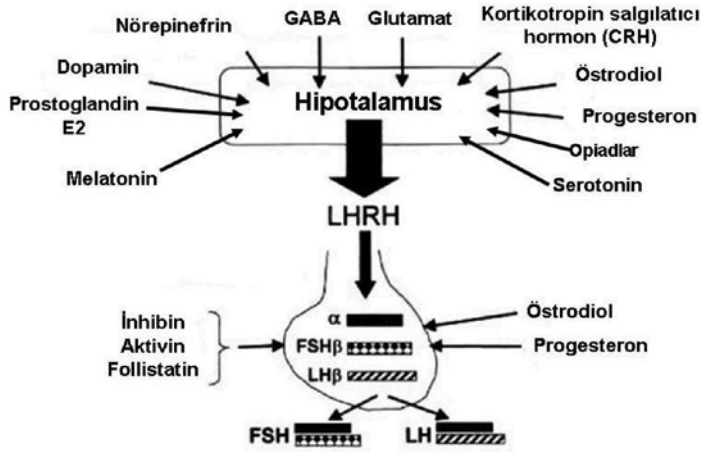
Ergenlikte artan gonadotropinler gonadları uyarak cinsiyet hormonlarının (östrodiol, testosteron) salınımına neden olarak, birincil ve ikincil cinsiyet özelliklerin belirmesini ve gelişmesini sağlar. Bu gelişim basamaklarını, kızlarda menstruasyon, erkeklerde spermatogenezis takip eder. Kızlarda meme gelişimi ve üreme sisteminin olgunlaşmasından sorumlu temel hormon östrodiol iken, erkeklerde pubertal gelişimden asıl sorumlu hormon testosterondur. Androjenler de her iki cinsiyette seksüel gelişimlerden sorumlu diğer hormonlar olup, her iki cinsiyette de seksüel kıllanmadan, akne gelişiminden ve ter bezlerinin salınımının artması sonucu erişkin tip koku gelişiminden sorumludur. Östrojen ayrıca, her iki cinsiyette de somatik büyüme ve gelişimden sorumlu temel hormondur.



Resim 1 Ergenlikte aktive olan "Hipotalamo-hipofizer gonadal aks"

ERGENLİK GELİŞİMİNDE ROL OYNAYAN FAKTÖRLER

Ergenliğin başlaması, ilerlemesi ve tamamlanması karmaşık nöroendokrin mekanizmaların kontrolü altındadır. Genetik mekanizmaların kontrolü altında olduğu bilinmesine karşın, ergenliğin fizyolojisi ile ilgili birçok hipotez öne sürülmüştür. Ancak, şu an için mekanizma tam olarak bilinmemektedir (**Resim 2**).



Resim 2 Ergenlik oluşumunda rol alan faktörler

Ergenlikte bulguların başlamasında genetik faktörler önemli olduğu kadar bireyin bulunduğu sosyoekonomik ve çevresel koşullar (ısı, ışık, stres v.s) önemli diğer faktörlerdir (2,4,12). Menarş yaşının aynı etnik popülasyonda ve anne kız arasında önemli benzerlik göstermesi de yine genetik faktörlerden kaynaklanmaktadır. Ergenliği etkileyen diğer önemli faktörler iklim, etnik özellikler, beslenme (alınan kalori miktarı, proteinin tipi, diyeteki yağ miktarı) fizik ve ruhsal stres ile kronik hastalıklardır. Yüksek rakımlı bölgelerde yaşayan kız çocukları, deniz seviyesinde yaşayanlara göre daha geç ergenliğe girmektedirler. Siyah ırk kızlarında ise bulguların daha erken başladığı saptanmıştır.

Ergenlikte bulguların ve menarşın başlamasında belirli bir vücut yağ kitlesine ulaşmanın kronolojik yaşa göre daha belirleyici faktör olduğu belirtilmektedir. Bunun en iyi örneğini yağ dokusunun belirgin derecede az olduğu ve ergenlik bulgularının geciktiği, anoreksiya nervosa gibi psikiyatrik hastalığı olan veya ağır spor ile uğraşan (atletikler gibi) çocuklar oluşturmaktadır. Ayrıca yağ kitlesi fazla olan obez çocuklarda da ergenlik bulgularının yaşitlarına göre daha erken başladığı bildirilmektedir.

Ergenliğin başlamasında diğer önemli belirleyici faktöründe takvim yaşından çok kemik yaşı olduğu bildirilmektedir. Kızlarda kemik yaşının 10.75 yıla ulaşması, bulguların başlaması ve kemik yaşının 13 yaşa ulaşması menarşın başlaması için önemli bir kriterdir. Konjenital adrenal hiperplazi, hipertiroidizm gibi kemik yaşını ilerleten patolojilerde gerçek erken ergenlik görülebilirken, kemik yaşı geriliği ile giden büyüme hormon eksikliklerinde, konjenital hipotiroidilerde ergenlik bulgularının başlaması gecikebilmektedir.

ERGENLİKTE SEKSÜEL VE FİZİKSEL DEĞİŞİKLİKLER

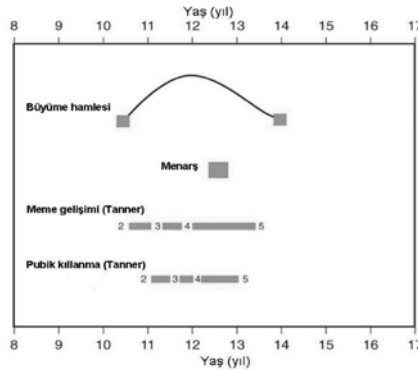
Ergenlikte Gelişim Basamakları

Kızlarda, fizik muayene bulgusu olarak meme gelişiminin başlaması, erkeklerde ise testis volümünün artması puberte bulgularının başladığının ilk göstergesidir. Ergenlik gelişim süreci ortalama 4.5 yıl (1.5-6 yıl) sürmektedir.

Kızlardaki Seksüel Değişiklikler

Kızlarda gelişimin ilk bulgusu meme gelişimidir. Kızlarda meme gelişimi ortalama 10-11 yaşları arasında başlamaktadır. Meme gelişimini takip eden ortalama 6-12 ay sonra pubik kıllanma, 2-2.5 yıl sonra menarş başlar. Ancak olguların %10-20'sinde pubik kıllanma ilk bulgu olabilir. Tam meme gelişimi ortalama 3-4 yılda, genellikle 14 yaş civarında tamamlanmaktadır. Kızlarda cinsel olgunlaşmanın en dramatik bulgusu menstruasyondur ve ortalama 12.8 (11-13) yaş civarında başlamaktadır. Başlangıçta menstruasyon düzensiz ve ağırlıdır. Bu süreç ortalama 1-2 yıl sürmektedir.

Pubertal bulguların başlaması ile artan cinsiyet hormonlarının etkisi ile büyüme hızlanmaktadır. Kızlarda zirve büyüme hızında artış 11-12 yaşlarında, Tanner sınıflamasına göre Evre II- III de ve menarşdan 1.3 yıl öncesinde gözlenmektedir. Kızlar bu dönemde 20-25 cm boy artışı gösterirler. Menarş sonrası ortalama uzama hızı ise 6-8 cm dir. Kızlarda ergenlik gelişim basamakları **Resim 3** de özetlenmiştir.



Resim 3. Ergenlik gelişim basamakları

Kızlarda Gelişim Evreleri

Meme gelişimi: (Resim 4)

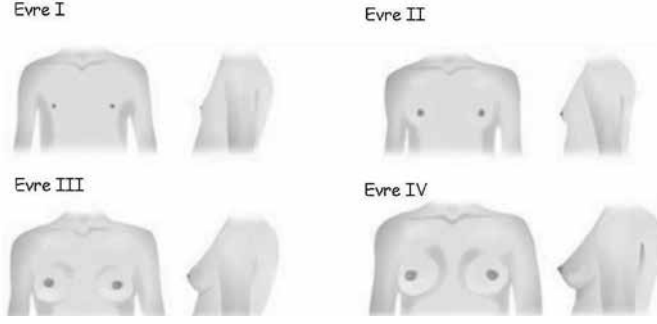
Evre 1: Ergenlik öncesidir. Sadece meme başı (papilla) gözlenir. Meme dokusu palpe edilmez.

Evre 2: Memelerde tomurcuklanma başlar. Meme başı altında bozuk para şeklinde disk palpe edilir. Areola (meme başı) halkası hafif genişler.

Evre 3: Meme dokusu ve areola genişler, ancak konturları pek belirgin değildir ve birbirinden ayrılmaz.

Evre 4: Memeler daha da büyür; areola, meme seviyesinin üstünde ikinci bir çıkıntı meydana getirir.

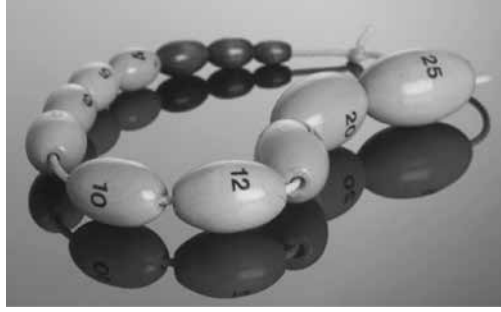
Evre 5: Memeler erişkin halini alır. Oluşan ikinci areola çıkıntı meme seviyesine geriler, sadece papilla çıkıntılı bir şekilde görülür.



Resim 4 Kızlarda Tanner'e göre meme gelişim evreleri

Erkeklerdeki Seksüel Değişiklikler

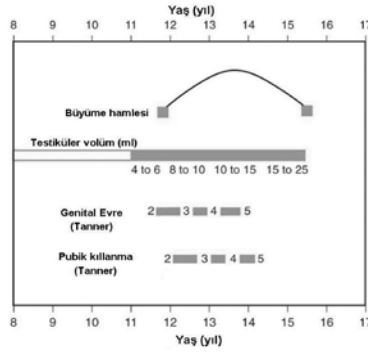
Erkeklerde ergenliğin ilk bulgusu testis hacminin artmasıdır. Testisin uzun eksen çapının 2.5 cm'in üzerine çıkması ya da testis volümünün 4 ml'ye ulaşması ergenliğin başladığının ilk bulgusudur. Testis boyutlarını değerlendirmede en yaygın kullanılan yöntem ise Prader Orşidometresidir (**Resim 5**).



Resim 5: Prader Orşidometre

Erkeklerde testiküler volüm artışı ortalama 12 yaş (9.5-13) civarında başlamaktadır. Testiküler büyümeyi takiben, skrotal deri incelik, kıvrımlı bir hal ve penis boyutunda artış gözlemlenir. Aksiler kıllanma ise pubertenin ortalarında gözlenir (**Resim 6**).

Ergenlik döneminde, testislerin büyümesi ve giderek artan testosteron sekresyonu sonucunda erkeklerde seminifer tubuller, epididimis, seminal veziküller ve prostatta büyüme gözlemlenir. Penis boyutunda artış ergenlik yaş grubunda daha belirgindir ve testis volümündeki artıştan 12-18 ay sonra gözlemlenmektedir. Penis gergin boyu ortalama ergenlik öncesi 6.2 cm iken erişkinde ortalama 13.2 cm'e dek büyür. Sperm üretimi penil ve testiküler hacimle uyumlu olarak 13.5-14 (11-15) yaş civarında başlar. Sabah ejakülasyonun ise yaklaşık 13.5 yaş civarında görüldüğü bildirilmekle birlikte ergenlik gelişim evreleri ile değişiklik gösterebilmektedir. Erken sabah idrarında spermatozoa belirmesine spermarş denir ve genellikle genital evre 3-4'te gözlemlenir. Ergenlikte erkeklerin üçte ikisinde de bu süreçte jinekomasti gözlemlenmektedir. Erkeklerde büyüme hamlesi ise 13-15 yaşları arasında, Tanner'e göre Evre III-IV de gözlemlenir ve bu dönemde 28-30 cm boy kazancı sağlanmaktadır. Erkeklerde büyüme hamlesi kızlara göre 2 yıl daha geç olur ve 18 yaşına kadar devam eder. Erkeklerde ergenlik gelişim basamakları **Resim 6** de özetlenmiştir.



Resim 6 Erkeklerde cinsiyet karakterlerinin gelişim basamakları

Erkeklerde Tanner Evrelemesi

Genital: (Resim 7)

Evre 1: Ergenliköncesi dönemdir. Testisler, skrotum ve penis erken çocukluk dönemindeki gibi aynı boyut ve orandadır.

Evre 2: Skrotum ve testisler büyümeye başlar, skrotum derisinde koyulaşma vardır.

Evre 3: Penisde büyümeye başlar. Hem boyu, hemde eninde artış vardır. Skrotum ve testislerdeki büyüme ilerler.

Evre 4: Penis ve glans iyice büyür, glans belirginleşir. Testisler ve skrotumda iyice büyür. Skrotum derisi iyice koyulaşır.

Evre 5: Genital bölge erişkin boyut ve şeklini almıştır, daha fazla büyüme olmaz.

Pubik Kılınma: (Resim 7)

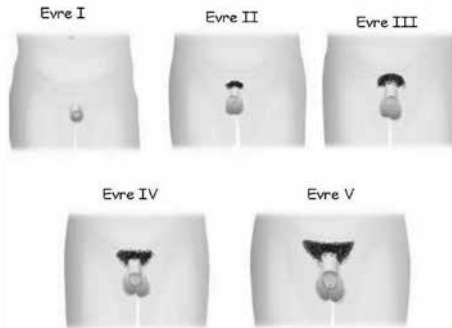
Evre 1: Ergenliköncesi dönemdir. Pubik kıl yoktur. Pubis üzerinde birkaç ince tüy (vellis) olabilir.

Evre 2: Penis kökünde tek tük koyu renkli kıllar belirmeye başlar.

Evre 3: Kıllar sıklaşır, koyulaşır, pubis üzerine yayılmaya başlar.

Evre 4: Kıllar sık, koyu renkli, kıvrık ve iyice yaygındır. Ancak yine de erişkindeki kadar yaygın değildir.

Evre 5: Kıllar, erişkin şeklinde ve miktarında tüm pubik bölgeyi kaplar. Erişkin erkeklerin çoğunda kıllar uyluk ve göbeğe doğru yayılım gösterir. Yüz ve göğüs kılları da çıkar. Bu evre ırk, etnik ve yapısal özelliklere göre çok farklılık gösterir.



Resim 7 Erkeklerde Tanner'e göre genital gelişim evreleri

ERGENLİK DÖNEMİNDE ÜREME SAĞLIĞI RİSKLERİ

Prof.Dr. Ayşe AKIN

Başkent Üniversitesi Halk Sağlığı AD Başkanı; Kadın-Çocuk Sağlığı ve Aile Planlaması Araştırma ve Uygulama Merkezi Müdürü

Ergenlik dönemi, çocukluktan erişkinliğe geçişte, psikolojik, duygusal ve biyolojik değişikliklerin hızlı yaşandığı fırtınalı bir dönemdir. Gerçekten de çocuk bu dönemde, “büyümekte ve değişmektedir”.

Birleşmiş Milletler Kuruluşları; 0-18 yaş arası çocuk ; 10-19 yaşlar arası adolesan (ergen); 15-24 yaşlar arası gençlik dönemi; 10-24 yaşlar arası ise genç insan olarak tanımlanmaktadır.

Halen 7 Milyar olan Dünya nüfusunun yaklaşık yarısını, 25 yaş altı genç nüfus oluşturmaktadır. Genç yaş grubunun % 85'i ise gelişmekte olan ülkelerde yaşamaktadır. Dolayısı ile gelişmekte olan ülkeler için genç yaş grubunun sorunları özellikle de sağlık sorunları çok daha önemlidir.

Adolesan ve Gençlerin karşılaştıkları, sağlıkları yönünden önemli olan ”riskler ve yeni durumlar” söz konusudur, bunlar kısaca özetlenecek olursa; Puberte / menarş / spermarş, Cinsellik, Cinsel aktivite, Gebelik riski, İstenmeyen gebelikler, İsteyerek, düşükler, Kontraseptif kullanımı / kullanılmaması, Cinsel Yolla Bulaşan Enfeksiyonlar (CYBE), Toplumsal cinsiyet ayrımcılığı, Cinsel şiddet, Sigara / alkol / madde kullanımı gibi konularla genellikle ilk olarak bu dönemde karşılaşılmaktadır.

Bu duyarlı geçiş döneminde gençlerin destek, bilgilendirme ve anlayışa gereksinimleri vardır.

Bu dönemde gençlerin ihtiyacı olan bilgiler mutlaka cinsel sağlık ve üreme sağlığını da (CSÜS) kapsamalı, cinsel ve üreme sağlığı, bireyin sağlık ve gelişmesinin bütününden soyutlanmamalıdır. Cinsel ve üreme sağlığı, insanların doyurucu ve güvenli cinsel yaşama ve üreme yeteneklerine sahip olmaları ve bu yeteneği kullanıp kullanmayacakları, ne zaman ve ne sıklıkta kullanacakları konusunda karar verebilme özgürlüklerinin olması demektir. Araştırmalar bu alanda bilgili ve özgür karar verebilen bireylerin, diğer konularda da aynı biçimde özgüvenle karar verebildiklerini göstermektedir.

Yukarıda da belirtildiği gibi ergenlik döneminde karşılaşılan risklerin/yeni durumların pek çoğu adolesan/ğencin cinsel ve üreme sağlığını ilgilendirmektedir şöyle ki, Dünyada bir yılda doğan yaklaşık 15 milyon çocuğun annesi adolesan yaştadır. Her yıl meydana gelen sağlıksız düşüklerin 4 milyonu yani bütün sağlıksız düşüklerin %25'i adolesan yaş grubuna aittir. Her 20 adolesandan birinde HIV/AIDS dışında bir CYBE görülmektedir. Yeni HIV/AIDS vakalarının yarısı, 10-24 yaş grubundandır.

Genç gruba verilmesi gereken en önemli sağlık hizmetlerinden biri “Cinsel Sağlık ve Üreme Sağlığı-CSÜS” hizmetleridir. CSÜS hizmetlerinin verilmesindeki temel amaçlar; **Cinsel aktivitelerin erken başlamasını engellemek; Cinsel aktiviteler başlayınca «sağlıklı cinsellik» kavramının uygulanması; Cinsel üreme sağlığı ile ilgili mortalite/ morbiditenin azaltılması ve sonuçta Sağlıklı, kendine güvenen, bilgili gençler yetiştirmektir.**

Gençlerde sıklıkla rastlanan Cinsel ve Üreme Sağlığı (CSÜS) sorunları özetlenecek olursa; gençlerde, genel olarak risk alma davranışları yaygın olup ne yazık ki ilgili konularda eksik ya da yanlış bilgileri mevcuttur. Cinsel Yolla Bulaşan Enfeksiyonlar (CYBE), çok eşlilik, çocuk yaşta evlilik (çocuk gelinler), istenmeyen gebelikler, isteyerek düşüklükler, düşük doğum ağırlıklı ve prematür bebek görülme sıklığı da fazla olup bu grupta anne ölümleri de çok daha yüksektir.

Toplumun her kesiminde ve her yaş grubunda olduğu gibi adolesan ve genç yaş gruplarında da “Toplumsal Cinsiyet Ayrımcılığı” yaygındır. Ayrımcı uygulamaların sonucunda ise özellikle kadın cinsiyeti bağlamında cinsiyet temelli şiddet, töre cinayetleri, eğitimde fırsat eşitsizliği, evlilik öncesi cinsel ilişkiye bakış açısı (bekaret denetimi) gibi olumsuz sonuçlara yol açmakta, bu olumsuz sonuçlar gençlerin gelecekteki bütün yaşamını etkileyebilmektedir.

1994 yılında Kahire’de yapılmış olan Uluslararası Nüfus ve Kalkınma Konferansının (ICPD) önemli bir konusu da adolesanların-gençlerin cinsel ve üreme sağlıkları idi. ICPD Eylem Planında paragraf 7.41 de: “Bilgi ve hizmetler, adolesanların kendi cinselliklerini anlayabilmelerine ve kendilerini istenmeyen gebeliklerden, cinsel yolla bulaşan hastalıklardan ve bunlar sonucunda oluşabilecek infertilite riskinden koruyabilmelerine yardımcı olacak şekilde temin edilebilir olmalıdır. Bu, genç erkeklerin, kadınların özgür iradesine saygı duymasını ve cinsellik ve üremeyle ilgili konularda kadınların sorumluluklarını paylaşmalarını sağlayacak şekilde eğitilmelerini de içermelidir.” denilmektedir. Örneğin, dünya verilerine göre, bir yılda her 20 adolesandan biri bir CYBE ile karşı karşıya kalmaktadır. Bir yılda görülen 335 milyon tedavi edilebilir CYBE vakasının üçte birini 25 yaş altı bireyler oluşturmaktadır. Cinsel ilişki yaşının giderek düşmesi ve CSÜS ile ilgili bilgi yetersizliği, adolesanları CYBE açısından riskli grupların içine sokmaktadır. Genç kızlar, anatomik ve fizyolojik yapılarından dolayı bu duruma daha da duyarlıdırlar. CYBE’ler gençlerin yaşamlarını olumsuz yönde etkileyecek birçok başka sağlık sorununu da beraberinde getirebilir. Bunlar arasında: infertilite, ektopik gebelik, kanser, HIV/AIDS gelmektedir. Gençlere verilecek CSÜS hizmetlerinde mutlaka güvenli cinselliğin üzerinde durulmalı ve genç insanlara CYBE’den nasıl korunacakları öğretilmelidir. Bazı gelişmekte olan ülkelerde 15-24 yaş kadınların son 12 aydaki yüksek riskli cinsel ilişki yüzdesi ve son riskli ilişkide kondom kullanma yüzdesi ile ilgili yapılan araştırmalar, güvenli olmayan cinsel ilişkide, kondom kullanımının düşük olduğunu göstermektedir.

Afrika ve bazı Asya ülkelerinde geleneksel temellere dayandırılan, genellikle çocukluk döneminde son derece ilkel koşullarda kadının cinselliğini yok etmek amacı ile uygulanan kadın sünneti (female genital mutilation- FGM), kadına karşı şiddetin de en ciddi formlarından biri olup, kısa vadede hemoraji ve enfeksiyona bağlı ciddi sağlık sorunları şok, ölüm gibi sonuçları olabilmektedir. Mütil edilmiş kadınlarda uzun vadede skar oluşumuna bağlı olarak idrar yaparken ve cinsel ilişki sırasında ağrı, doğum esnasında üreme organlarında ciddi travma, zor doğum ve buna bağlı olarak fistül gelişmesi gibi komplikasyonlar da görülmektedir.

Gençlerde cinsel istismarın sıklığı, tüm vakaların rapor edilmemesi nedeniyle tam olarak bilinmemektedir. Ancak genç kadınlar, cinsel istismara ve şiddete daha fazla maruz kalmaktadırlar. Tüm dünyada, cinsel içerikli saldırıların yaklaşık yüzde 50’si 15 yaş ve altı adolesan **kızlara karşı gerçekleştirilmektedir. Cinsel şiddet beraberinde ciddi fiziksel ve mental sorunların yanı sıra CYBE riskini de getirmektedir. Tecavüzler ve flört şiddeti, enest, pornografi ve seks ticareti en sık görülen cinsel şiddet şekilleridir.**

Adolesan genç kızların ölüm nedenlerinin başında gebelik ve gebelikle ilgili komplikasyonların

geldiği, anne Ölüm riskinin 18 yaş altında 2 - 5 kat daha fazla olduğu bilinen dünya gerçekleridir.

Adolesan annelerden doğan bebekler için de risk söz konusu olup bu bebeklerin, yaşamın ilk yılında ölme riskleri 5 kat daha fazladır.

Kadınlarda 20 yaş öncesi evlilik içi ya da dışında meydana gelen cinsel ilişki sıklığı bölgelere göre farklılık göstermektedir şöyle ki; Sahra Altı Afrika'da %83, Asya, Kuzey Afrika ve Orta Doğuda %48, Latin Amerika'da %56 olarak rapor edilmektedir. Diğer taraftan Brezilya, Macaristan ve Kenya'da yapılmış çalışmalar, 15-19 yaş arasındaki erkeklerin, dörtte birinden fazlasının 15 yaşından önce cinsel ilişkide bulunduğunu ortaya koymaktadır. Bangladeş'de, 18 yaşına girmeden cinsel ilişkide bulunanların oranı: Kentlerde yaşayan ve evli olmayan erkeklerin %88'i, kızların %35'i; Kırsal alanlardaki oranlar ise, erkekler için %38 ve kızlar için %6'dır.

Uluslararası Belgelerde Gençlerin Cinsel ve Üreme Hakları: Yaşama hakkı, özgürlük ve güvenlik hakkı, eşitlik hakkı, mahremiyet hakkı, düşünce özgürlüğü hakkı, bilgilendirme ve eğitim hakkı, evlenme ve aile kurma konularında seçim yapma hakkı, işkence ve kötü muameleden özgür olma hakkı, toplantı özgürlüğü ve siyasete katılma hakkı, bilimsel gelişmelerden yararlanma hakkı, sağlık bakımı alma ve sağlığın korunması hakkı, çocuk sahibi olup olmamaya karar verme hakkı olarak **12 başlık altında belirtilmektedir.** Bütün bu haklar kadın ya da erkek her bir bireyin insan haklarından olup bu hakların eksiksiz kullanılmasının garanti edilmesi ise “devletin, hükümetlerin” yerine getirmek zorunda oldukları anayasal görevidir.

Gençlere verilecek hizmetler, erişkinlerde de olması gerektiği gibi “haklar” bağlamında ele alınmalı ve sağlanmalıdır.

Adolesan ve genç yaş grubunda CSÜS yönünden bilinmesi gereken gerçekler özetlenecek olursa; Medikal yönden, ilk adetın 14 yaşında görülmesi halinde, 14-21 yaş aralığı, genital sistemin olgunlaşma süreci sayılmaktadır. Bu yaş aralığındaki kızlar cinsel gelişimlerini tamamlamamışlardır. Dolayısıyla bu yaş aralığında evlenen kızlarda, evlilik sonrasında, gebe kalamama, düşük, prematüre doğum, zor doğum, gebelikte KB'nın yükselmesi, serviks kanseri gibi sağlık sorunları görülebilmektedir. Cinsel ilişkiye girmeye biyolojik olarak hazır olmayan kızların, çocuk evliliği yaparak, kendilerini cinsel eylem içinde bulmaları, genital bir dizi hastalığa yol açmasının yanı sıra, kalıcı psikolojik ve sosyal etkilerinin oluşmasına da neden olmaktadır. Su halde, kızların hangi gerekçeyle olursa olsun, on sekiz yaşını doldurmadan evlendirilmeleri sosyolojik olarak ve tıbben doğru olmamaktadır. Nitekim uluslararası belgeler, kız çocuklarının erken yaşta evlendirilmelerini, kız çocuklarına yönelik şiddet olarak kabul etmektedir.

Ergen evliliklerin bazı olumsuz sonuçları: Bu yaş grubu doğum öncesi, doğum sırasında ve doğum sonrası bakıma daha zor ulaşırlar; bu da maternal morbidite ve mortalite riskini arttırmaktadır. Beslenme yetersizliği, kansızlık, Ergen anne bebeğini ve kendisini ihmal edebilmekte ya da örselleyebilmektedir. Pelvis kemiği gelişimi 20-22 yaşlarında tamamlandığından ergen gebeliklerde zor doğum sıktır. “Gebelik zehirlenmesi” olarak bilinen, “toksemi”, “eklamsi” daha sıktır. Düşük, ölü doğum, Aşırı kanama, Prematüre doğum, düşük doğum ağırlıklı bebek daha sıktır. 15-16 yaş grubundaki gebelik ve doğuma bağlı anne ölümleri, 20-24 yaş arası doğum yapanlara göre 3-4 misli daha fazladır.

Adolesan Annelerde Karşılaşılan Tıbbi ve Psiko-Sosyal Sorunlar özetlenecek olursa:

Meydana gelebilecek medikal sorunlar: Gebelikte vücut ağırlığı artışının yetersiz olması, obezite, vücut ağırlığında aşırı artış, preeklampsi, eklamsi, anemi, CYBE, baş-pelvis uyumsuzluğu, ağır hemorajiler, doğum sonrası sorunlar, sık gebelik, istenmeyen gebelik, İsteyerek düşükler, ölü doğum, anne ölümleridir.

Psiko-sosyal sorunlar;

Eğitimin yarım kalması (erken evlenme erken gebelik nedeni ile bir yılda 82 milyon kız çocuğunun eğitimi yarım kalmaktadır.), Sosyal aktivitelerde sınırlılık, iş **fırsatlarının kaybı, yoksulluk, boşanma ve ayrılma, sosyal izolasyon, dışlanma, stres/depresyon, madde kullanımı, sık ve istenmeyen gebeliklerin yol açacağı diğer psiko sosyal sorunlar.** Adolesan Annelerin Bebeklerinde de ciddi medikal ve psiko-sosyal sorunlar meydana gelebilmektedir. Medikal olarak: İntra uterin gelişme geriliği, düşük doğum ağırlığı, prematüre doğum, ani bebek ölümü sendromu, akut enfeksiyonlar, kazalar, bebek ölümleri olarak özetlenebilir. Psiko-sosyal sorunlar ise; Gelişme geriliği, istismar, davranış bozuklukları, madde kullanımı, okul başarısızlığı ve okulu bırakma, işsizlik/yoksulluk, istenmeyen gebelik, istenmeyen çocuk olarak özetlenebilir.

DÜNYANIN ÇEŞİTLİ BÖLGELERİNDE 60 MİLYON ÇOCUK GELİN MEVCUTTUR:

Dünya nüfusunun en yoksul %20 lik bölümünde çocuk gelin görülme sıklığı %56; İkinci %20 lik dilimde %49; %20 lik orta düzey gelir grubunda %41; Dördüncü %20 lik dilimde %30; en varıl %20 lik grupta çocuk gelin görülme sıklığı ise %16 dır.

Özetle çocuk gelin olgusu ile yoksulluk arasında çok sıkı bir bağ vardır, çocuk gelin olgusunun görülme sıklığı ailenin yoksulluğu ile birlikte artmaktadır.

Birleşmiş Milletler tarafından 2000 yılında yapılan Evlilik Modellemeleri Araştırması'na göre, 15-19 yaş aralığında kızlarda evlenme oranı yani çocuk gelinlere, gelişmiş ülkelerde çok düşük oranda rastlanmaktadır. Örnek verilecek olursa; Kanada'da çocuk gelin sıklığı %0.6, ABD'de %3.9, İngiltere'de %1.7, Finlandiya'da %0.6, İsveç'te %0.4, Japonya'da %0.7, Fransa'da %0.6, Hollanda'da %2.4, Belçika'da %1.6, Almanya'da %1.2, İtalya'da %3, İspanya'da %2.3 Portekiz'de %5.7, Yunanistan'da %5.5 dir.

Gelişmekte olan Ülkeler örneğinde ise, Azerbaycan'da %12, Lübnan'da %13.2, Mısır'da %15.9, Peru'da %12.5, Şili'de %11.7, Arjantin'de %12.4 Nijer'de %61.9 Mozambik'te %47.1 Afganistan'da %53.7, Bangladeş'te %51.3, Türkiye'de ise bildirilen sıklık %15.5 olmasına rağmen ileride açıklanacağı gibi gerçek çocuk gelin görülme sıklığının %30 lar civarında olduğu hesaplanmaktadır.

15 – 19 yaşlarındaki anne olmuş ya da ilk çocuğuna gebe olan adolesanların özellikleri (%), Türkiye 2008*

Temel Özellikler	Yüzdeler		
	Anne olmuş	İlk çocuğuna gebe	Çocuk doğurmaya başlayanların yüzdesi
Yaş			
15	0.4	0.0	0.4
16	1.7	0.5	2.2
17	1.3	3.1	4.4
18	6.6	3.1	9.7
19	9.4	3.5	12.9
Eğitim			
yok/İlk. bitirmemiş	5.5	1.6	7.2
İlk. birinci kademe	3.4	4.2	7.6
İlk. İkinci kademe	0.7	0.3	1.0
Lise ve üzeri	2.6	1.3	3.9
Toplam	3.9	2.0	5.9

* Kaynak: 2008 Türkiye Nüfus ve Sağlık Araştırması, TNSA-2008

Erken evlilikler çocuk hakları açısından hem erkek hem de kız çocuklar için bir hak ihlali olup kız çocuklarının erkeklerden çok daha erken yaşta evlendirilmeleri ve doğurganlıktaki rolleri nedenleri ile kızlar için sonuçlar daha ciddidir.

Konu ile ilgili uluslar arası mevzuat son derece açık olup örneğin 1948 tarihli İnsan Hakları Evrensel Beyanamesi'nin 16. Maddesi'nde "Evlenme sözleşmesi, ancak evleneceklerin özgür ve tam iradesiyle yapılır" denilmektedir. Yine konu, Çocuk Hakları Sözleşmesi (1990), Kadınlara Karşı Her Türü Ayrımcılığın Elimine Edilmesine Dair Sözleşme (CEDAW-1979), Dördüncü Dünya Kadın Konferansı (1995-Pekin) vb. belgelerinde irdelenmiş olup uluslararası belgelerde "çocuk evliliğinin bir seçim olamayacağı" temel ilke olarak kabul edilmekte ve **çocuk evliliğinin bir insan hakkı ihlali olduğu ifade edilmektedir.**

Türkiye'de konu ile ilgili ulusal mevzuat ise kuşkusuz İmzalayıp kabul ettiğimiz uluslar arası belgeler-yasaları temel almak durumundadır. Ayrıca T.C. Anayasası Türk Medeni Kanunu, Çocuk

Koruma Kanunu, Türk Ceza Kanunu da konu ile ilgili bazı tanımlamalar yapmaktadır. Ancak bu mevzuat incelendiğinde; Türk hukuk sisteminde, çocuk gelin tanımının, kanuna göre değiştiğini söylemek mümkündür. Şöyle ki, Türk Medeni Kanunu’na göre 17 yaşını doldurmamış kızlar, Çocuk Koruma Kanunu’na göre 18 yaşını doldurmamış kızlar, Türk Ceza Kanunu’na göre ise 15 yaşını doldurmamış kızlar çocuk gelin sayılmaktadırlar.

Kanunlar arasındaki bu uyumsuzluk, geleneksel yaşayışa sahip ailelerin, kız çocuklarını erken yaşta evlendirmelerine karşı verilen mücadeleleri ne yazık ki sonuçsuz bırakmaktadır.

Kız çocuklarının erken yaşta evlendirilmelerinin başlıca nedenleri: Ekonomik gerekçeler, yoksulluk - Geçim sıkıntısı (başlık parası), aile içi cinsel saldırı, evlilik dışı gebelik ve geleneksel yaşayışta hakim olan kocaya itaatin erken yaşta tesis edilmesi gerektiği şeklindeki sağlıksız anlayış olarak belirtilebilir. Geleneksel aile, kız çocuğunu, aileye emanet olarak görmekte ve kızın asıl yuvasının evlendiği eşinin yuvası olduğu düşünülmektedir (Kadın erkek eşitsizliği /ayırımıcılığı). Geleneksel anlayışta, kızların duygusal, cinsel ve ekonomik ihtiyaçlarının, dinsel ahlaka uygun bir biçimde tatmin edilebilmesinin, evlilik ilişkisi içinde olanaklı sayılması, kızların erken yaşlarda evlenmeleri sonucunu doğurmaktadır. Ailesi tarafından evliliğine karar verilen bir kızın, evlilik için onayının alınması, kızı bir lütuf olarak görülmektedir.

Geleneksel ailede, kızın kendini koruyamayacak yaşta ve cahil olarak evlendirilmesi durumunda, evlilik sonrasında eşi tarafından şiddete maruz kalabileceği ihtimali düşünülmemektedir. Kız çocuğu, ailesi tarafından kocaya bağımlı bir hayata hapsedilmektedir. Üstelik Çocuk evlilikleri, genellikle yasal olmayan evlilikler şeklinde gerçekleştiğinden, çocuk gelinler, medeni nikâhla kazanacakları haklardan da mahrum olmaktadır. Evlenmek suretiyle öğrenimini tamamlayamayan, dolayısıyla öğrenim hakkından mahrum edilmiş olan çocuk gelinler, üretime katılma yani çalışma haklarından da yoksun bırakılmaktadırlar. Aileler, bu toplumsal, tıbbi ve hukuki olarak kabul edilmez durumu normal saymaktadır.

Erken yaşta yapılan evlilikler kadınların toplumdaki eşitsiz konumunu pekiştirmekte hayat tercihlerini azaltmaktadır. Kadınları eğitimsizlik, yoksulluk, cahillik ve bağımlılık kısır döngüsüne hapseden bu evlilikler onların geleceğe dair hayallerini de ellerinden almaktadır. Erken yaşta yapılan evliliklerin bir çocuk hakkı, kadın hakkı ve insan hakkı ihlali olduğu unutulmamalıdır.

Ergen ve genç gebeler, doğum öncesi bakım kontrollerine hem geç başlarlar hem de düzenli gitmezler/gidemezler, ortaya çıkabilecek olumsuz durumlar geç fark edilir. Zeminde yatan ekonomik, sosyokültürel baskının yarattığı psikojenik sorunlar, gebelikte karşılaşılan mevcut sorunları daha da artırmaktadır. Erken yaşta evliliklerin yapıldığı yöreler, genellikle geleneksel uygulamaların yapıldığı toplumlardır, bu bağlamda; Akraba evlilikleri de buralarda sıktır. Erken yaşta evliliklerde, boşanmaların da daha sık görüldüğü bilinmektedir.

Çocuk gelinlerin Türkiye’de görülme sıklığı: Türkiye’de pek çok kaynakta %15.5 olarak belirtilen bu oranın gerçeği yansıtmadığı düşünülmektedir. Şöyle ki, “Evlilik Modellemeleri Araştırması”na dayalı ifade edilen bu değer, Türkiye - Nüfus ve Vatandaşlık İşleri Genel Müdürlüğü’nden alınan verilere dayalı olarak tespit edilmiştir. Nüfus ve Vatandaşlık İşleri Genel Müdürlüğü’nde ise sadece hakim kararıyla yapılmış olan erken evliliklerin kaydı bulunmakta, sosyolojik anlamda yapılan erken evliliklerin yani dini nikaha dayanan erken evliliklerin kaydı bulunmamaktadır. Bu bağlamda, resmi oranın, sosyolojik araştırmalarda elde edilen verilerle birlikte okunması gerekmektedir. Bu nedenle

günümüzde Türkiye’de çocuk gelin oranının %30 ila %35 arasında olabileceği hesaplanmaktadır. Yani Türkiye’de, her üç evli kadından biri geçmişte çocuk evliliği yapmıştır. 2008 Türkiye Nüfus ve Sağlık Araştırmasında (TNSA) çocuk gelin oranı %28 olarak tespit edilmiş olup aynı araştırma sonuçlarına göre, Türkiye’de kızlarda evlenme yaşı 12’ye kadar düşmektedir. 2008 TNSA’na göre: 15-19 Yaş kadınların %9.6’sı evlidir. 15-19 yaş grubundaki evli kadınlar içinde: %36.5’i bir, %3.7’ si iki, %0.6’ sını üç canlı doğum yapmıştır. Bu yaş grubunda herhangi bir kontraseptif yöntem kullanma %40.2, herhangi bir modern yöntem kullanma ise sadece %17.6 dır.

Konu ile ilgili diğer çarpıcı bir veri ise, Türkiye’de 2011 yılında 20 bin aile, 16 yaşından küçük kızlarını evlendirebilmek için mahkemelerde dava açmış olmasıdır.

Erken evliliklerin sağlık yönüne yukarıda değinilmiş olup konu ile ilgili Dünya Sağlık Örgütü’nün tanımını hatırlayacak olursak “Sağlık, sadece hastalık ya da sakatlığın olmaması değil, fiziksel, zihinsel ve sosyal yönden tam bir iyilik halidir” denilmektedir. Bu kapsamda çocuk evlilikler ve bunların sonuçları düşünüldüğünde mediko-sosyal ve mental yönleri ile özellikle kız çocuğunun bu durumda sağlıklı olmasından söz edilemez. Oysa bütün uluslar arası belgelerin vurguladığı gibi **“Sağlıklı olmak temel bir insan hakkıdır”**.

Adolesan grubun/ Gençlerin cinsel sağlığı da içeren üreme sağlığı bu yazı kapsamında da özetlendiği gibi özel bir önem taşımaktadır ancak gerek dünya gerekse Türkiye verileri CSÜS sorunlarının boyutunun yüksek olduğunu göstermektedir.

Yazının bu bölümünde irdelenen konu ile ilgili olarak özellikle Türkiye için yapılması gerekenler-çözüm önerileri kısaca özetlenecektir;

- ✓ Türk Medeni Kanunu’na göre 17 yaşını doldurmamış kızlar, Çocuk Koruma Kanunu’na göre 18 yaşını doldurmamış kızlar, Türk Ceza Kanunu’na göre ise 15 yaşını doldurmamış kızlar çocuk gelin sayılmaktadırlar. Kanunlar arasındaki bu uyumsuzluk giderilmeli ve 18 yaşını doldurmamış kızların evlenmesi her koşulda engellenmelidir. Mevzuatın değiştirilmesi sağlandıktan sonra yerel düzeydeki yöneticiler bu konuda duyarlı davranarak gereğini yapmalıdırlar.
- ✓ Din ve gelenek kodlarıyla meşrulaştırılan ve şeyhlik ve ağalık düzeni ile beslenen olumsuz kültürel değerler tasfiye edilmelidir. Olumsuz kültürel değerlerin tasfiyesi bağlamında, toplumda yasaları, uygar sosyal düzeni, bilimsel yaklaşımları temel alan değerlerin yerleştirilmesi sağlanmalıdır. Bu konuda kuşkusuz karar vericilere/politikacılara, ailelere önemli görevler düşmektedir.
- ✓ Erken evliliklerin önlenmesinde, bu konuda yapılacak mücadelede “toplumsal cinsiyet eşitliğinin sağlanması” temel strateji olmalıdır. Yine bu bağlamda “Kadının Güçlendirilmesi, statüsünün yükselmesi”; Kız çocuğunun fizik, mental ve sosyal sağlığına zarar veren her türlü geleneksel uygulamalarla mücadele edilmelidir.
- ✓ Yakın geçmişte Türkiye Büyük Millet Meclisi çatısı altında TBMM Kadın Erkek Fırsat Eşitliği Komisyonu tarafından “Erken Yaşta Evliliklerin önlenmesine yönelik oluşturulan Alt Komisyon” önemli bir adım olup sonuçta yayınlanmış olan Komisyon Raporu da konu ile ilgili yapılması gerekenlere ışık tutmaktadır. Ancak bu raporda yazılanların uygulamalara yansıtılması gerekmektedir.
- ✓ Kız çocukların eğitimlerinin sağlanması-sürdürülmesi erken yaştaki evliliklerin önlenmesinde

etkili bir yaklaşımdır. Zorunlu temel eğitimin 1997’de kesintisiz 8 yıla çıkarılmış olması bu bağlamda olumlu bir adım olarak değerlendirilmiştir ancak çok yakın geçmişte kabul edilmiş ve 4+4+4 olarak bilinen temel eğitim yasasının kesintisiz bir eğitim olamayacağı kız çocuklarının (genellikle ailelerinin) tercihlerinin yönü belli olmadığından sonuç hakkında kız çocukların uygar eğitim sisteminde eşit fırsatlara ulaşacağı ve seçimler yapacağı konularında bu günden iyimser olmak güç görünmektedir.

- ✓ Erken evliliklerin tespiti, sağlık personeli ve sağlık sisteminin erken gebeliklerin risklerini bilerek uygun hizmet sunması
- ✓ Eğitimli ve ekonomik özgürlüğü olan genç kızların ve de genç erkeklerin olumsuz sonuçları kanıtlanmış olan geleneksel uygulamalara daha kolay direnebilecek ve bu uygulamaları daha kolay değiştirebileceklerdir.
- ✓ Gençlerin sağlık sorunları dahil bütün sorunlarının çözümlenmesinde mutlaka bütüncül, çok sektörlü, çok disiplinli çalışmalar yapılmasına ihtiyaç vardır.

Sonuç olarak, Gençler bir ülkenin gelecek için fırsat pencereleridir bu fırsat penceresinden yararlanılabilmesi için genç nüfusunun eğitilmiş, sağlıklı ve yetenekli olması gerekir kaldı ki bütün bunlar onların alması gereken “insan haklarıdır”. Bu hakları vermek için gerekli önlemleri almak ise devletin / hükümetlerin görevidir.

“Gençler bugünün ortakları, geleceğin liderleri olacaklardır. Onları gelecekteki rollerine hazırlayabilmemiz için bugün elimizden gelenin en iyisini yapmalıyız.”

YARARLANILAN KAYNAKLAR

- TBMM Kadın Erkek Fırsat Eşitliği Komisyonu “Erken Yaşta Evlilikler Hakkında Komisyon Raporu”, Mayıs 2010).
- Türkiye, Nüfus ve Sağlık Araştırması 2008. Hacettepe Üniversitesi Nüfus Etüdüleri Enstitüsü, Sağlık Bakanlığı AÇSAP Genel Müdürlüğü, Başbakanlık DPT Müsteşarlığı ve TÜBİTAK, HÜ. Hastanesi Basımevi 2009 Ankara.
- Mıhçıokur S., Erbaş F., Akın A., “Çocuk Gelinler ve Beklenen Olumsuz Sonuçları”, Sağlık ve Toplum, 1,2010.
- Kadınlara Karşı Her Türü Ayrımcılığın Önlenmesi Uluslararası Sözleşmesi (CEDAW), Rana Mullen UNICEF, Turkey yayını, 2004, Ankara.
- “Eylem Platformu ve Pekin Deklerasyonu”, TC. Başbakanlık Kadının Statüsü ve Sorunları Genel Müdürlüğü Yayını- Ankara 1996.
- Çocuk Hakları Sözleşmesi: Çobanoğlu Zakir, Güneş Cep Kitapları Dizisi No. 6. Güneş Kitabevi Ltd.şti. yayını 1998, Ankara
- “Population and Development/ Nüfus ve Kalkınma ICPD-94 Uluslar arası Nüfus ve Kalkınma Konferansında Kabul Edilen Eylem Planı, Kahire, 5-13 Eylül 1995, United Nations, Birleşmiş Milletler (İngilizce –Türkçe Birleşik Doküman Tisamat matbaası Ankara 1995
- “Genç Dostu Cinsel Sağlık ve Üreme Sağlığı Hizmet Modeli ve İlgili Araştırmaların Sonuçları”,Ed. Akın. A., Hacettepe Üniversitesi, Kadın Sorunları, Araştırma ve Uygulama Merkezi (HÜKSAM), WHO, UNFPA, Aralık 2006, Ankara.)
- Genç dostu CSÜS Hizmetleri Uluslararası Katılımlı Sempozyum Kitabı, EU, SB AÇSAP Gn. Md. UNFPA, UNICEF, ICC, WHO, T.C. Sağlık Bakanlığı, Temmuz 2006.
- Türkiye - Gençlerde Cinsel Sağlık ve Üreme Sağlığı Araştırması, Nüfus Bilim Derneği, UNFPA, Ankara, Aralık 2007.

DUYGULARIM, HEYECANLARIM

SENİ SEVİYORUM AŞK

Mehmet Şakiroğlu

Psikolog, Muğla Üniversitesi

Ne büyük bir enerjidir aşk. Romantik olmasa da Schopenhauer ve Freud, bu enerjiyi üreme içgüdüsüyle açıklarlar. Bu açıklama sinemanın, edebiyatın, şiir ve ve tüm diğer sanat alanlarının aşk tariflerinden farklıdır. Beynimizin üreme ile ilgili gönderdiği mesajlar hormonal bir takım aktiviteler ile birlikte büyük bir enerji sağlar. Bu enerjiyi direk üreme eylemine dökmek toplumsal yaşayış içerisinde mümkün olmadığı için ortaya aşk kavramı çıkmıştır. Aşk, üreme içgüdüsünün sosyalleşmiş halidir. Daha uzun vadede üreme içgüdüsünün ve aşkın toplumsal olarak en kabul gören formu ise evlilik ve bu yolla toplum kurallarına uyumlu şekilde üremektir. Evlilik kavramı aşkın yanına bağlılık, sadakat gibi kavramları da yamar. Bu şekilde üreme içgüdüğü temelli ilişkinin 3 formu ortaya çıkar.

1) Alt beyin (Reptilien brain). Bu bölüm ilk görüşte aşkı yaşayan içgüdülerle hareket eden bölüm.

Düşünce: Gözüm ondan başkasını görmüyor, kalbim yerinden çıkacak gibi atıyor, onsuz yaşayamam

Duygu: Üreme isteği

İfadesi: %55 vücut dili, %38 konuşma ton ve hızı

Hormon: Testesteron

2) Orta beyin (Limbic brain): Bu bölüm duygularla ilgili bölüm ve tutku üzerinden aşkı sürdüren bölüm.

Düşünce: O benim ruh ikizim, beynimiz aynı çalışıyor (aynı anda mesaj atıyoruz)

Duygu: Aşk ve tutku

İfadesi: Sözler ve davranışlar

Hormon: Dopamin ve düşük Serotonin

3) Üst beyin (Frontal Cortex): Bu bölüm rasyonel kararların alındığı mantık bölümü. Aşk sevgiye döndüren ve kalıcı olmasını sağlayan, bağlılık ve sadakatin ortaya çıktığı bölüm.

Düşünce: Beni tanıyor ve anlıyor, ona güveniyor ve onu seviyorum

Duygu: Sevgi, bağlılık, tutku

İfadesi: Beraber yaşama kurallarına uyum

Hormon: Oxytocin hormonu bağlılıkla ilişkili hormon hatta doğum esnasında anne de salgılıyor. Evliliğin devamını sağlayan bağlılık ve sadakat için bu gerekli.

Kime Aşık Oluyoruz?

Yapılan çeşitli bilimsel çalışmalar kişilerin aşık olma nedenleriyle ilgili kriterleri ortaya koymaktadır. Bunların başında sağlıklı genler gelir. Erkekler genetik çizgisini sağlıklı sürdürebilmek, kadınlar

ise en güçlü erkeğin kendisine daha güvenli bir ortam yaratacağına dair bilinçaltı süreçlerden dolayı fiziksel görünümüne önem verirler. Parental Investment Theory'e göre erkeklerin üremek için minimum zaman gerekliliği 3-4 dakika iken, kadınlarınki 9 aydır. Bu durum kadınların daha seçici olması zorunluluğunu ortaya koyar. Bu değerlendirme yapılırken erkeklerin bel-kalça oranı hesaplamaları (kadının doğurganlığını anlamaya dair) ve kadınların fiziksel güç değerlendirmelerine müteakip her 2 cinsiyet de yüz simetrisine önem verir. Diğer kriterler şunlardır:

- Fiziksel ve Duygusal Sağlık
- Maddi Konum ve Olanaklar
- Yaratıcı Zeka
- İletişim ve Problem Çözme Becerisi
- Benzerlikler (alışkanlıklar, değerler, sosyal ve politik hayat görüşleri ve aile altyapıları)
- Nezaket

Bir Süreç Olarak Aşk

Aşk bitiyor ve geriye sadece aşık olduğunuz kişiye vermiş olduğunuz imtiyazlar ve “sen çok değiştin, eskiden böyle değildin” sözleri kalıyor. İnsan elindekileri tüketme konusunda çok bencilken, elinde olmayanı isterken ise çok arsız. Ama herkes, özellikle de ergenler aşk peşinde koşmakta. Gençlerin birbirlerine aşık olmaktan başka hobisi kalmadı, ne varsa aldık ellerinden. Onlar da bir araya geldiklerinde ancak aşk hayatları hakkında konuşabilme becerisi gösterebiliyorlar. Aşkı bu kadar hayatlarının odağına koyunca da gelsin gözyaşları, kavgalar. Kız kavgası diye bir kavram girdi hayatımıza. Hem bu kadar da değil, ayrıca “oğlan kavgası” yapan kızlar da türedi. Sebep: Aşk. Kulağa saçma geliyor. Oysa ki, kendilerini ifade edebilecekleri bir alan yaratabilseler, aşk için kavga etmeye nedenleri ve vakitleri kalmayacak.

Benim bildiğim kadarıyla aşk dövuştürmez, yakınlaştırır. Bu yaş grubunun yaklaşması yasak olduğu için, sürekli dövüşüyorlar. Esasında otorite onların aşk için dövüşmesinden pek de rahatsız değil. Kavgalarla, gözyaşlarıyla enerjisi emilmiş bir grubu yönlendirmek daha kolay oluyor, ya da uyutmak, çünkü çocuklar enerjileri tükenince hemen uyuyuverirler. Hem daha önemli toplumsal konuları düşünüp, tepki göstermeye de vakitleri kalmaz.

Gündelik yaşantısında kendi özgür kararıyla seçtiği hiç bir eylem üzerinden tatmin olamayan ergen, sadece hayal dünyasındaki aşk kurguları üzerinden kendisini değerli hissedebiliyor. Daha çok küçük yaşlardan itibaren sınavlarla sevinip sınavlarla üzülen, sınavlarla endişelenip sınavlarla rahatlayan, sınavlarla onore edilip sınavlarla yerilen ve sınavlar dışında bir şeyle tatmin olabileceği hiç bir alan bulamayan çocuk, bırakıyor kendisini aşk muhabbetlerine. Çünkü ne yazık ki elinde daha iyi bir gündem konusu yok.

Teknoloji çağının hızla sömürmekte olduğu modern insan, üretim değil tüketim odaklı yetiştirilmekte. Aşk da tüketim kültürüne çok uygun bir başlık. Hem de duygusal tüketim, göz yaşı tüketimi. Bakın gençleri oldukça yönlendiren pop müzik şarkılarına, aşk dışında herhangi bir tema işliyor mu? Başka bir tema işlenirse o şarkı tutuyor mu? Sadece dinleyenler değil, sözleri yazanların daracak dünyaları da ancak buna imkan veriyor. Peki yakın dönem çok satan romanlar ve şiir kitapları. Yavanlığın bu denlisi insanı endişelendiriyor. Keşke bu zatların belli bir entelektüel birikimi olsa

ve aşk ya da ilişkiler dışındaki herhangi bir konuda da söylem üretebilseler. Ama mümkün değil. Onların basitliği, toplumsal itaatkârlığa uygun ortam hazırlamakta.

İlk Aşk Neden Unutulmaz

İlk aşk, bir kurguya vücut bulma halidir. Aşık olduğunuz o vücut değil, kendi kurgunuzdur. Karşımızdaki kişiden fazlasına aşık oluruz. Gerçeklerle karşılaşınca da hayal kırıklığı oluşur. Aşkın sonunda hayal kırıklığı kaçınılmazdır. O yüzden unutulmaz ergenlik dönemi aşkları. İnsan her şeyi unutabilir ama kendisini unutamaz. İlk aşk da kendisi olduğu için kişinin, o da unutulamaz. Özgür seçimiyle elde ettiği bu duygusal devinim, tamamen kurgusal da olsa, o dönemin doğası gereği yaşanacak ve o kişiyi göz yaşlarıyla sulayıp olgunlaştıracaktır. Bu, çocukluktan gençliğe geçiş kırılmasıdır ki; artık filmleri ayrı bir gözle izleyip, müzik parçalarını ayrı bir kulakla dinleyip, çiçekleri ayrı bir zevkle koklamaktasınızdır. Hepsi size aitleşir. En sevdiğim film, en beğendiğim grup, en güzel çiçek temelli tercihleriniz gelişir. O aşkı seçen çocuk olarak başlayan serüven, o aşktan çeken genç olarak süregelir. O aşkı seçen çocuk olarak, dünyada kendimizle karşılaşılıp, kendimizi oluşturmaya başlarız. Çünkü yasak olmasına rağmen, biz seçmişizdir aşık olmayı. Seçimler kişinin kendisini oluşturduğu o inşaatın tuğlalarıdır.

Aşk Acısı

“Aşk acı verir mi” sorusuna pekala çok nahif bir tarzda “evet verir” diyebilirsiniz. Bu yüzeysel bir cevaptır. Daha değerlisi “peki aşkın acısı etik olarak nasıl değerlendirilmeli” sorusunun cevabıdır. Bu soru felsefi kökenli bir soru olmakla beraber, cevabı bir önceki kadar az kelimeyle geçiştirilemez. Acıdan kaçmak ve hazza yaklaşmak üzerine kurgulanmış olan insanoğlundan aşkın verdiği acıya sahip çıkmasını beklemek hayal olur. Ama kişisel bir tutum gibi düşünülürse, aşkın acısı bir yaşam deneyimi tercihi olarak tatmin sağlayabilir.

Aşkın insanı mutlu eden bir duygu olduğunu düşünmekteyseniz, bu durum aşkın doğasıyla değil, sizin kısa görüşünüzle ilgili bir saptama sağlar. Aşkların bir çoğu mutlu başlayıp, acıyla biter. Madem aşk mutlu ediyor, o zaman hıçkırıklar eşliğinde anlatılan bütün aldatılma, terk edilme hikayeleri ne olacak. Madem aşk mutluluk kaynağıydı da, gözü yaşlı aşk enkazı dostlarımız başka bir şeye ağlayıp da adına aşk mı diyorlar? Aşk için intiharlar, adam bıçaklamalar, kavgalar, dövüşler hep aşkın mutluluğundan olsa gerek. Aşk konulu efsanelerde tema genelde kavuşamama üzerinedir. Sürekli bir gözyaşı, sürekli bir mücadele vardır. Mutlu sona ulaşana kadar süreç hep mutsuzluktur. Bazen de her yanı mutsuzluk olur. Aşkla beraber, kurulan hayaller, gelecek planları ve o kişiye olan inancınız da yok olmaktadır. Yani, aşık kişi olarak da mutsuzluğa mahkumuz, ama önemli olan bütün bu duyguları nasıl yaşadığımız. Aşk acısı sizi bir enkaza da döndürebilir, her zamankinden daha güçlü de kılabilir.

Aşkla ilgili acının nasıl yaşanacağına dair bir kaç alternatif olduğu düşünülebilir. Mesela unutmaya çalışabilir yani inkar edebilirsiniz, sosyal çevrenizin desteği ile bu sıkıntıyı paylaşmayı tercih edebilirsiniz ya da duygularınıza sahip çıkıp doğal süreci içerisinde onların verdiği sıkıntıları bir hayat deneyimi olarak yaşayabilirsiniz.

Aşk ve Evlilik

Tatmin edici bir evlilik için kişilerin aşağıdaki süreçleri layıkıyla yaşaması ve ilgili soruların cevaplarını bulabilmiş olması gerekir.

Evlilik Evreleri

Evre	Cevap Aranılan Soru
1) Çocukluk Evresi	Anne ve Babam evliliklerinde nasıl davranıyorlar?
2) Ergenlik Evresi	Ben kimim, nasıl biriyim?
3) Sevgili Evresi	Nasıl birini istiyorum?
4) Karı-Koca Evresi	Nasıl bir ilişki istiyorum?
5) Anne-Baba Evresi	Nasıl daha mutlu ve faydalı oluruz?

Bu sorular yeterince iyi cevaplanamadan yaşanan evliliklerde olumsuz yaşantılarla karşılaşma ihtimali yükselebilir. Özellikle de ergenlik döneminde evlenip, hemen çocuk sahibi olan kişilerin diğer evreleri yaşamaya vakit bulamadan anne-baba sorumlulukları altına girmeleri onların hayatını zorlaştıracak ve tahammüllerini azaltacaktır.

Birçok genç kızımızın hayali, onu sevecek, modern bir bey ile evlenmektir. Öyle modern bir adam bulduklarını zannettiklerinde de evlenirler. Fakat Türk erkeği evlenince gelenekselleşir. O da gelenekselleşmiştir. Gerek Anadolu coğrafyası, gerekse İslam kültürü binlerce yıl boyunca erkeği hep daha değerli görürken kadını değersiz görmüş, bu durum da erkeğe kadın karşısında çok fazla kazanım sağlamıştır. İşte gelenekselleşen erkek esasında toplumsal bilinçaltında bu kazanımlara sahip çıkmaktadır. Bir kadın bana baksın, çocuğumu büyüksün, ihtiyaçlarımı gidersin, ve toplumsal yaptırımlardan dolayı benden asla ayrılamasın. Tek başına didinip, sürekli çalışsa da, şiddet görse de, mutsuz da olsa, aman yuvayı dışı kuş yapsın. İşte sizin modern sevgiliniz de evlenince bu kavramları üstlenmek için gelenekselleşivermiştir ya da gelenekselleşecektir. Bu gerçek, bireylerden ya da onların değişiminden fazladır, çünkü bu kültürdür. Kültür kolay kolay değişmez. Binlerce yılın oluşturduğu erkek egemen kültürün değişmesi ise ne yazık ki çok zaman alır.

Referanslar

Hartwell-Walker, M. (2012). Finding Love (and Marriage) as a Single Mom. *Psych Central*. Retrieved on December 27, 2012, from <http://psychcentral.com/lib/2012/finding-love-and-marriage-as-a-single-mom/>

Heller, K. (2012). Improving the Odds for Successful Second Marriages. *Psych Central*. Retrieved on December 27, 2012, from <http://psychcentral.com/lib/2012/improving-the-odds-for-successful-second-marriages/>

Şakiroğlu, M.(2007). Varoluşçuluk ve Karar Almada Özgürlük İnancı. IX. Ulusal Psikolojik Danışma ve Rehberlik Kongresi, Ekim, İzmir.

LGBT ERGENLERDE BÜYÜMENİN ANLAMI

Dr. Seven Kaptan

Psikiyatri Uzmanı

‘İnsanın kendi adını koyması ne tuhaf bir serüvendir. Çocuk yaşında farklı olduğunu hissedip dünyayla arana koyman gerektiğini nasılsa hissettiğin mesafeyi ayarlamak, insanı gerçekten farklı kılar. İnsan bir anda kendine bir yeraltı inşa etmeye başlar. Bir sığınak. Durmadan yanına alması gerekenlerin listesini çıkarır. Deprem çantasını hep hazır tutar. Kıyıda olduğunu, ilk gözden çıkarılacaklardan olduğunu bilir.’

Yıldırım Türker

Cinsel yöneliminin ya da cinsiyet kimliğinin toplumun dayattığı normlara uymadığının farkına varmaya başlayan çocuk ya da ergen için büyümenin anlamı, çoğunluk tarafından fark edilme korkusu ve bunun sonucunda yaşayacağı utanç ve reddedilmedir.

LGBT (Lezbiyen, Biseksüel, Gey, Trans) bireyler de içinde yaşadıkları toplumda içselleştirdikleri normallik kriterlerinden dolayı, diğerlerinin yani ‘normallerin’ eksiklik, sapkın, bozuk, yanlış olarak tanımladıklarına içten içe inanırlar. Aynada kendilerine baktıklarında gördükleri şey, toplum normlara uymadığı için, olmaları gereken şeyi başaramadıklarına ikna olurlar ve utanç duygusu ortaya çıkar. Bu utanç duygusu, başkaları tarafından fark edildiğinde ortaya çıkabilecek kişiler arası ilişkilerde olabileceği gibi, kişinin kendinden utanması yani içselleşmiş homofobi şeklinde de yaşantılanır.

Çocukluğundan başlayarak kişinin herhangi bir yaş döneminde anne babasından biri ya da ikisi için, ağır bir düş kırıklığı yarattığına dair açık veya örtük mesajlar alması giderek içselleşen kendinden utanışı pekiştirir. Ergenlikte buna yaşlıları ve daha geniş bir sosyal çevreden gelen utanç eklenir. Özellikle okul çağında akranlarından gelen, çoğu zaman eğitimcilerin tepkisiz kaldığı ağır yaftalamalarla karşı karşıya kalır. İbne, top, yumuşak ya da erkek fatma sıfat olmaktan çıkar, onu tanımlayan isimler haline gelir.

Çocukluktaki farklı oluşun ve farklı olarak görülüşün duyumsandığı “duyarlılaşma” evresinde utanç duygusu filizlerini atarken ergenlikte belli bir “cinsel kimlik bocalaması” evresi hakimdir ve bu dönemde kişi yaftalanan bir kimliğin gelişmesini engellemeye yönelik eşcinsel arzu ve ilgilerini yadsıma ve baskılama stratejilerini kullanır. Örneğin, kendi cinsiyetinden yaşlılarından uzak durabilir ve hatta aşırı heteroseksüel ilgi ve davranışlara yönelebilir. Eşcinsellikle ilgili tüm bilgi ve uyarılara kendini kapatır; bazen de eşcinsel karşıtlığı yapabilir. Bu dönemde ergenlerde sıklıkla sosyal izolasyon ve depresif duygulanım hakimdir. Bazı bireyler de bu stratejinin klinik olarak daha riskli bir varyantına başvurarak alkol ve madde kullanımıyla eşcinsel arzu ve ilgilerinden kaçınırlar. Çevrenin kendisini onaylayacağı gibi olmak için kendisini heteroseksüel olarak görmeye çabalar.

Eşcinselliğini kısmen kabullenmiş ama çözümleyemediği içsel homofobisi nedeniyle çatışmalar yaşayan ergenin en temel savunması dönüşmeye çabalamadır ve ruh sağlığı profesyonellerine de en

sık başvuru nedenlerinden biridir. Fakat bu çaba faydasızdır! Çünkü değişmesi ya da tedavi edilmesi gereken kişinin cinsel yönelimi değil, eşcinselliğe karşı yöneltilen olumsuz ve tutum ve davranışlar yani homofobidir.

Dönüşmeye çalışma stratejisi de hemen her zaman istenen sonucu vermediğinden kişi bu kez 'görünmez kalma' 'saklanma' metaforik olarak 'eşcinselliğini dolapta saklama' yolunu seçer ve yaşamını biri diğerinden oldukça profesyonel yalanlarla yalıtılmış iki kompartmana böler.

Yine de yaşamını yalanlarla sürdürmek hiç kolay bir durum değildir. Dolaba sakladığı eşcinselliğinin ailesi ve arkadaşları tarafından fark edilmemesi için kişi onlardan uzaklaşır, kendisini olabildiğince yalıtır. Başka bir deyişle enerjisini akranları gibi bireyselleşme, sosyalleşme, yakın ilişkileri keşfetme, geleceğe hazırlanma, kısaca kimliğini kurmak yerine, LGBT olma zorluklarına ve bunlarla başa çıkma stratejilerine kullanmaktadır. Bu nedenle LGBT ergenlerde kimlik krizinin daha ağır olması olağandır ve heteroseksüel akranlarından ruh sağlıkları açısından daha fazla risk taşırlar. Örneğin intihar girişimi oranı LGBT bireylerde heteroseksüel akranlarından 3-4 kat fazladır. Özellikle farklılıkları nedeniyle aile ve sosyal çevresi tarafından fiziksel ve psikolojik şiddete uğrayan çocuklarda depresyon, anksiyete bozukluğu, alkol veya madde bağımlılığı gibi ruh sağlığı hastalıkları ve intihar çok daha sık gözlenmektedir.

15-20 yaş aralığı geç ergenlik ve erken erişkinlik yılları ilişkilerini kurma ve geleceğin mesleğini seçme zamanı olarak normatif beklentilerle yüzleşme zamanıdır. Bu evrede umut edilen, görece daha olgunlaşmış bir kendini-kabul, kendilik-bütünlüğü ve daha yüksek bir özsaygı ile karakterize daha üst düzey stratejilerin kullanılmasıdır. *Barışma ve Kimlik Sentezi şeklinde* tanımlanabilecek bu evrede birey cinsel yönelimini önemli ama sadece diğer bir çok boyuttan biri olarak kimliğine bütünleştirmiş ve bu boyut günlük yaşamında artık temel bir uğraş olmaktan çıkmıştır.

Yaşanan sosyal şartlara bağlı olarak bu düzeyde bir kimlik kabulü ve bütünlüğü geliştiremeyen birey ise, yaşamının ilerleyen dönemlerinde de eşcinselliğini dolapta tutmaya devam edecektir.

AİLE TEPKİSİ, KABULÜ, SONUÇLARI

Eşcinsel bireyler diğer azınlıklardan farklı olarak çoğu zaman kendi aileleri içinde de örtük veya açık bir şekilde baskılanan ya da yabancılanan (utanılan ve utandırılan) azınlıklardır.

Her birey gibi LGBT bireylerin de psikososyal gelişimlerinin sağlıklı olabilmesi için aileleri tarafından sevmeye, desteklenmeye, birey olarak saygı duyulmaya ve kabul edilmeye ihtiyaçları vardır. Bu temel ihtiyaçları yaşamlarının en erken yıllarından itibaren aileleri tarafından karşılanmayan ya da onların istedikleri gibi olmadığı takdirde bu sevgiyi ve desteği kaybedeceği tehdidi ile yani şartlara bağlı olarak karşılanan bireylerinin başta öz saygılarının ve sonrasında ruh sağlıklarının olumsuz etkilenmesi kaçınılmazdır.

LGBT bireyler gibi onların ebeveynleri de içinde yaşadığımız toplumun değer yargılarını paylaşır. Çocuklarının toplumun dayattığı normlara uymadığını fark eden ebeveynler de tıpkı çocuklarının yaşantıladığı gibi haksız bir utancın altında ezilirler. Ve tıpkı çocukları gibi onların da bu durumu kabul süreçleri zorlu ve sancılıdır. Fakat çocuklarının mutluluğu söz konusu olduğunda görece herşeyin önemini yitireceğinin farkına varabilen bireyler çocuklarını bu süreçte destekleyerek onun sağlıklı bir erişkin olmasının temelini de hazırlamış olurlar.

Ülkemizde maalesef baskıcı heteroseksist yapı nedeniyle hala eşcinsel çocuklar aileleri tarafından nefret cinayetine kurban gitmektedir. Bu durumun değişebilmesi doğru bilgilerin yaygınlaştırılması ve toplumsal homofobinin aşılması ile gerçekleşebilir.

SIR VERSEM SAKLAR MISIN?

ERGENE CİNSEL DANIŞMANLIK: YASAL BOYUT

Seda Akço

Avukat, Hürmanist Büro

Giriş

Ergenlik, insanlarda fiziksel ve psikolojik değişikliklerin olduğu, kişilik yapısı ile birlikte cinsel organlarda fiziksel ve fonksiyonel değişikliklerin ön plana çıktığı bir dönem olarak kabul edilmektedir.

Tıp biliminin bu döneme ilişkin söylediklerinden anlıyoruz ki, ergenlik döneminde gençler kişiliklerinin diğer unsurları gibi kendi cinsel yapılarını da tanımaya ve oluşturmaya çalışıyorlar.

Hukuktan beklenen de bu dönemi düzenlemek. Bu düzenlemenin iki önemli yönü olması gerekir:

- 1. Gelişim hakkı ile bağlantılı olarak, ergenin cinsel kimliğini oluşturma sürecini güvence altına almaya yönelik hakların tarif edilmesi.** Bu yapılırken mutlak bir biçimde katılım hakkının da dikkate alınması gerekir.
- 2. Korunma hakkı ile bağlantılı olarak, ergenin her türlü kötüye kullanımdan, istismardan ve hak ihlallerinden korunmasına yönelik hakların tarif edilmesi.**

Tabidir ki, burada kastedilen sadece bir hak tarifi değil, bu hakları güvence altına alacak usullerin de yasalar ile belirlenmesidir.

Yukarıda belirtilen alanlardan ilki, daha çok medeni hukuku ilgilendirirken; ikincisi, hem medeni hukuku hem de ceza hukukunu ilgilendirir.

Bu yazı, ergene cinsel danışmanlık üst başlığı ile bağlantılı olarak, hem gelişme hem de korunma hakkı çerçevesinde konuyu ele almayı amaçlamaktadır.

Çocuğun Gelişme Hakkı ve Ergene Cinsel Danışmanlık

Gelişme hakkı, çocuğun bedensel, zihinsel, ruhsal, ahlaksal ve toplumsal gelişmesinin tümünü kapsayan, dolayısıyla da oldukça geniş bir alanı ilgilendiren önemli bir hak kategorisidir. Devletler, çocuğun hayatta kalması ve gelişmesi için azami çabayı göstermekle yükümlüdürler Çocuk Hakları Sözleşmesi (ÇHS 6/2). Bu yükümlülük sırasıyla aşağıdaki kapsar (ÇHS 27):

- 1) Her çocuğun gelişmesini sağlayacak yeterli bir hayat seviyesine sahip olma hakkı olduğunu kabul etmek (ÇHS 27/2),**
- 2) Çocuğa yeterli hayat şartını temin etme sorumluluğunu taşıyan ana-babanın bu sorumluluğu yerine**

getirmesine yardımcı olmak için gerekli önlemleri (özellikle beslenme, giyim, barınma konularında maddi yardım ve destek programları) almak (ÇHS 27/3),

3) Ana-babayı çocuğa karşı mali yükümlülüklerini yerine getirebilmeleri için desteklemek (ÇHS 27/4),

4) Ana-babayı çocuğu bakıp, gözetme ve yönlendirme yükümlülüklerini yerine getirebilmeleri için desteklemek (ÇHS 18/2),

5) Çocuğun gelişiminin desteklenmesine yönelik hizmetleri sunmak (ÇHS 6/2).

Bütün bu prensipler konu ile ilgili olarak bakıldığında bize şunu söylüyor: Devlet, ergenlerin bedensel, zihinsel, ruhsal, ahlaksal ve toplumsal gelişmeleri kapsamında cinsel gelişimlerini de tamamlayabilmelerini güvence altına almak üzere aşağıdakileri sağlamakla yükümlüdür:

1) Ergenin yeterli yaşam standardına sahip olması,

2) Ergenlere yönelik, cinsel gelişim ile ilgili tıbbi bakım da dâhil olmak üzere bakım, eğitim ve rehberlik hizmetlerinin bulunması,

3) Ana-babalara ve ergenlerin bakımından sorumlu kimselere yönelik destekleyici (ekonomik destek, sosyal güvenlik, eğitim, danışmanlık, rehberlik vb.) hizmetlerin bulunması,

4) Bu hizmetlerin sunumunda görev alacak kişilerin uzmanlaşmasının sağlanması.

İç hukukta bunun karşılığı, Anayasa'nın (1982) 17. maddesinde yer almaktadır: "*Herkes, yaşama, maddî ve manevî varlığını koruma ve geliştirme hakkına sahiptir.*"

Ergenlere ve ana-babalara yönelik danışmanlık hizmetleri ve merkezleri bu hakkın yerine getirilmesini amaçlayan uygulamalardır. Ancak, bu konuda önemli olan hizmetin hak temelli bir yaklaşım ile sunulmasıdır. Bu hak, bütün ergenlerin hakkıdır. O nedenle de bütün ergenlerin yararlanabileceği biçimde sunulması gerekir. Ülkedeki ergen sayısına denk gelmeyen bir hizmet sunulması ya da ekonomik veya uzaklık gibi nedenlerle hizmetin bazı ergenler bakımından erişilemez olması halinde, hak temelli hizmet sunumundan bahsedilemez. Öte yandan ergen ve ailesine sunulacak destekler danışmanlık ile sınırlı olmadığından, yeterli yaşam koşulu, eğitim, rehberlik, tıbbi bakım vb. hizmetleri de kapsadığından burada örneği verilen hizmetlerin ÇHS ve Anayasa ile korunan gelişme hakkını hayata geçirmeye yeterli olduğu da söylenemez.

Bu alanda geri planda kalan iki önemli konu daha bulunmaktadır. Bunlardan ilki, ergenlik ve konuya özgü olarak da cinsel gelişim ile ilgili olarak toplumsal bakış açısının ergeni doğru anlayacak ve destekleyecek biçimde değiştirilmesidir. İkincisi ise, bu süreçte ergenin kendisini ilgilendiren konularda görüş oluşturma ve kararlara katılım hakkına saygı gösterilmesi amacıyla sunulan bütün hizmetlerde katılım süreçlerine azami özenin gösterilmesinin sağlanmasıdır.

Bu koşullarda, Anayasa'nın 17. maddesinin bütün ergenlerin haklarını kullanabildikleri bir uygulamaya dayanak olabilmesi için özel bir kanuna ihtiyaç duyulduğunu söyleyebiliriz.

Korunma Hakkı ve Ergene Cinsel Danışmanlık

Ergenlerin gelişmekte olan bireyler olması, onların yetişkinlerden gelebilecek her tür tehlikeye karşı özel olarak korunmasını gerektirir. Bu nedenle korunma hakkı, birçok başka tehlike yanında cinsel istismar ve sömürüden korunmayı da içerir (ÇHS 34). Kimliğin özel bir alanı olan cinsel kimliğin gelişimi bu bakımdan özel bir öneme sahiptir. Gelişim sürecinin bizatihi kendisi ergeni ihmal ve istismara açık hale getirmektedir. Bu nedenle hukukun bir yandan çocuğun bu tür risklere maruz kalmasını engelleyecek veya maruz kalan çocuğun korunmasını sağlayacak prensipleri (ÇHS 39) düzenlerken, diğer yandan da yasağa aykırı eylemlerle mücadele etmeyi sağlayacak prensipleri (ÇHS 34) düzenlemesi gerekmektedir.

ÇHS yanında, “**Çocuk Haklarına Dair Sözleşme**’ye Ek Çocuk Satışı, Çocuk Fahişeliği ve Çocuk Pornografisi İle İlgili İhtiyari Protokol” ve “Avrupa Konseyi Çocukların Cinsel Sömürü ve İstismara Karşı Korunması Sözleşmesi” bu alanı düzenleyen önemli metinlerdir.

Korunma hakkının iç hukukta karşılığı Anayasa’nın 41. maddesinde yer almaktadır: “*Devlet,... çocukların korunması... için gerekli tedbirleri alır, teşkilâtı kurar. Her çocuk, korunma ve bakımdan yararlanma,... hakkına sahiptir. Devlet, her türlü istismara ve şiddete karşı çocukları koruyucu tedbirleri alır.*”

Çocuğun korunmasını sağlamaya yönelik düzenlemeler

Anayasa’nın öngördüğü korunma hakkını güvence altına alan temel kanun Sosyal Hizmetler Kanunu’dur. Kanuna göre sosyal hizmetler; “kişi ve ailelerin kendi bünye ve çevre şartlarından doğan veya kontrolleri dışında oluşan maddi, manevi ve sosyal yoksunluklarının giderilmesine ve ihtiyaçlarının karşılanmasına, sosyal sorunlarının önlenmesi ve çözümlenmesine yardımcı olunmasını ve hayat standartlarının iyileştirilmesi ve yükseltilmesini amaçlayan sistemli ve programlı hizmetler bütünü” ifade eder. Sosyal Hizmetler Kanunu hem çocuğa yönelik riski önlemeye, hem de bir ihmal veya istismara maruz kalan çocuğu korumaya yönelik hizmetlerin tanımını yapar ve bu hizmetlere ilişkin usul ve esasları belirler.

Çocuk Koruma Kanunu ise, ihmal veya istismar mağduru çocuğun korunması ile ilgili adli işlemlere ilişkin usul ve esaslar ile koruyucu ve destekleyici tedbirlerin türlerini ve uygulama esaslarını düzenler.

Devlet, çocuklara yönelik cinsel istismarı önlemek üzere öncelikle, ergenlere ve onların yakınlarına ve onlarla çalışanlara düzenli bir bilgi ve destek hizmeti sağlamalıdır. Önleyici hizmetlerin birinci basamağını oluşturan bu hizmetler gelişim hakkı kapsamında yer alan hizmetlerdir, yani daha yaygın sunulması gereken hizmetlerdir. Önleyici hizmetlerin ikinci basamağını ise yardım hatları ile sığınma ve koruma evleri oluşturulması ve bunların herkesçe bilinmesinin sağlanması oluşturur. İkinci basamak hizmetler de tüm nüfus dikkate alınarak planlanmalıdır, ancak bu hizmetler risk odaklı olduklarından hizmet kapasitesi bakımından daha küçük bir popülasyona yönelik hizmetlerdir. Bu hizmetlerin amacı, olay gerçekleşmeden ve çocuk zarar görmeden riski bertaraf edebilmektir.

Her şeye rağmen risk gerçekleşmiş ve çocuk zarar görmüş ise, hızlı bir biçimde devreye giren ve çocuğun acil ve ihtiyacına uygun biçimde korunmasını sağlayan bir müdahale mekanizmasına ihtiyaç bulunmaktadır. Bizim sistemimizde, böyle bir risk gerçekleştiğinde ilk devreye giren ihbar

kurumu büyük çoğunlukla kolluk olmaktadır. Oysa, bu tür vakalarda adli süreçler hırpalayıcıdır. Bu nedenle iyi bir ön değerlendirme yapılması ve mağdur ve yakınlarının sürece hazırlanması gerekir. Dolayısıyla, ihbarı alan birimin çok disiplinli (kolluk, sosyal hizmet, adli hizmetler) olması tercih edilmektedir. Halen bu yönde çeşitli çalışmalar yürütülmektedir. Sağlık Bakanlığı tarafından yürütülen Çocuk İzlem Merkezleri ile üniversiteler bünyesinde kurulan Hastane Temelli Çocuk Koruma Merkezleri, bu yapılara örnek teşkil etmektedir. Bu birimlerin amacı, mağduriyet hallerinde ihbarın alınmasından davanın görülmesine kadar geçen süreçte çocuğun bir tek kurum ve kişi ile karşılaşmasını ve dolayısıyla tekrarlardan kaynaklanan örselenmenin önlenmesini sağlamaktır.

Mevcut sistemimizde, ihbarı alan kolluk, delillerin toplanmasını sağlayarak dosyayı Cumhuriyet Savcılığı'na intikal ettirmektedir. Cumhuriyet Savcılıkları, bir yandan fiilin açığa çıkarılması ve failin müeyyidelendirilmesi için çalışırken (bu konu bir sonraki başlıkta incelenmiştir), diğer yandan da çocuğun korunması için gerekli incelemeyi başlatır. Çocuk hakkında sosyal inceleme yapılarak, ihtiyacı ve olanakları tespit edilir. Bu tespitten sonra mahkemenin verebileceği karar olanakları aşağıdaki gibidir (ÇKK 5):

- a) Aile ve çocuğa yönelik danışmanlık
- b) Eğitim
- c) Çocuğun ailesi dışında korunması (kurum bakımı veya koruyucu aile ya da evlat edindirme hizmetlerinden yararlandırma)
- d) Tedavi

Hakim bu kararların yanında gerekirse, ana-babanın velayetinin kaldırılmasına veya aile ile çocuk arasındaki kişisel ilişkinin sınırlandırılmasına da karar verebilir. Bu konuda hakimın sahip olduğu bir diğer olanak ise, failin çocuğun bulunduğu yere yaklaşmasını engellemek veya faili tedaviye yönlendirmek gibi Ailenin Korunmasına Dair Kanun'da yazılı tedbirleri uygulamaktır.

Durumun gerektirmesi halinde bu kararlar acil koruma tedbiri biçiminde de alınabilir (ÇKK 9).

Ayrıca, mağdur çocuğun yargılama sürecinde korunmasına ilişkin de bazı özel düzenlemeler bulunmaktadır. Mağdur çocukların ifadeleri alınırken yanında bir uzman bulundurulması gerekir (CMK236/2). Bu görevlendirmenin amacı; çocuğun adli süreç hakkında bilgilendirilmesini ve kendini güvende hissederek görüşlerini ifade etme olanağı bulmasını; bunun yanında da hâkimin ve adli makamların çocuğun içinde bulunduğu durum hakkında bilgi sahibi olmasını sağlamaktır. Soruların çocuğun anlayacağı biçimde ifade edilmesini sağlamak, çocuğun ihtiyaçlarının mahkemece duyulmasını sağlamak, bu görevlilerin sorumluluğundadır.

Ayrıca mağdurların ifadelerinin bir kerede alınması esası benimsenmiştir (CMK 236/1). Bunun için ifadenin ses ve görüntü kaydına alınması ve daha sonrasında bu kayıtların izlenmesi ile yetinilmesi prensibi benimsenmiştir (CMK 52/3).

Eylemin müeyyidelendirilmesine ilişkin düzenlemeler

Çocuklara yönelik cinsel dokunulmazlığa karşı suçlar, Türk Ceza Kanunu 103 ve devamında düzenlenmektedir. Çocuklara yönelik cinsel istismar suçu aşağıdaki haller ile sınırlandırılmıştır:

- 1) 15 yaşını doldurmamış veya tamamlamış olmakla birlikte fiilin hukukî anlam ve sonuçlarını algılama yeteneği gelişmemiş olan çocuğa karşı gerçekleştirilmiş cinsel davranışlar
- 2) 15 yaşını doldurmuş çocuklara karşı cebir, tehdit, hile veya iradeyi etkileyen başka bir nedene dayalı olarak gerçekleştirilen cinsel davranışlar.

15 yaşını doldurmuş ve eylemin hukuki anlam ve sonuçlarını algılama yeteneği gelişmiş çocuklara karşı gerçekleştirilen cinsel davranışlar rıza ile cinsel ilişki sayılmaktadır (TCK 104). Bu suçu işleyen fail ile mağdur arasındaki yaş farkı 5 yaştan küçük ise eylem, şikayete bağlı bir suç oluşturmaktadır. Yaş farkı beşten fazla ise, şikayete bağlı suç olmaktan çıkar ve resen kovuşturulur.

Bu düzenlemelerin en çok tartışılan noktalarından biri çocuklara yönelik cinsel istismar suçunun ağırlaştırıcı unsurlarından olan “beden ve ruh sağlığının bozulması” şartıdır. Bunun gibi, failin çocukla arasında velayet, vesayet, eğitimcilik gibi özel bir ilişki olması hali de ağırlaştırıcı sebep oluşturur.

Bu düzenlemelerin en önemli sorunu, çocuğun cinsel gelişimini güvence altına alma ve bu süreçte yaşayacağı deneyimlerde güven içerisinde olmasını sağlama; buna karşın yetişkinden çocuğa yönelecek cinsel ilgiyi engelleme amaçlarının her ikisini birlikte gerçekleştirecek nitelikte olmamasıdır. Çocukların cinsel gelişim sürecinde yaşayacağı deneyimlerin güvenli olmasını sağlamanın birinci koşulu elbette gelişim hakkı kapsamındaki hizmetlerin sağlanmasıdır. Bir diğer önemli gereklilik ise, yakın yaşlar arasında rızaya dayalı cinsel deneyimlerin suç alanından çıkarılmasıdır. Buna karşın bir yetişkinden çocuğa yönelen her türlü cinsel davranış, cinsel istismar suçu kapsamında düzenlenmelidir.

Ceza kanunlarının amacını gerçekleştirebilmeleri için, eylemin öncesinden sonrasına kadarki süreçlere ilişkin düzenlemelerin niteliği ve hayata geçirilme düzeyleri önemli rol oynar. Bu nedenle, çocuklara yönelik cinsel istismarın önlenmesi için yapılması gerekenleri belirlerken Ceza Kanunu düzenlemesi dışında çok geniş bir alandaki düzenlemeleri gözden geçirmek gerekir. Bu konuda da Avrupa Konseyi Çocukların Cinsel Sömürü ve İstismara Karşı Korunması Sözleşmesi iyi bir yol gösterici olabilir (Bkz. http://humanistburo.org/tr/calisalim-bizden-yorumlar_21_1.html).

KURS

ERGENLER NE İSTER?

ERGENLER NE İSTER?

Yrd. Doç. Dr. Ş. Gonca Zeren

*Yıldız Teknik Üniversitesi Eğitim Fakültesi,
Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık*

Nasıl bir ergendim, ne istiyordum, tam olarak hatırlayamıyorum. Benden üç yaş küçük olan kız kardeşimin ergenliğini çok net hatırlamam ne ilginç... Öyle hırçın bir ergendi ki... Kızgın, alıngan, duygusal, hemen sinirleniveren... Annemse ne kadar sabırlıydı. Bir seferinde anneme “Ne biçim bir çocuk bu, insanı sinir ediyor, nasıl katlanıyorsun?” demiştim. O da bana “O ergenlik çağında, giderek düzelecek, merak etme...” gibi bir şeyler söylemişti. Anneme sabırsızlıkla söylendiğimi hatırlıyorum: “Ergenlikse ben de ergen oldum, ben hiç böyle huysuzluklar yapmadım.” Annem bana gülerken bakmış ve şöyle demişti: “Sana öyle geliyor...”

Ergenlik, belki de tüm hayatımız boyunca başımıza gelen en tuhaf şey!

Doğduğumuzdan beri, hatta doğmadan önce, annemizin karnıdayken, yavaş yavaş gelişmeye başlıyoruz. Bebeklik ve çocukluk dönemlerimiz kendine özgü özellikleriyle adım adım sürüyor. Derken her şey o kadar hızlı ilerliyor ki, sanki birkaç gün önce çocukken birkaç gün sonra kendimizi yetişkinMİŞ gibi algılamaya başlıyoruz. Aynadaki görüntümüz hızla değişiyor. Bir çocuğa bakmaya alışmış gözlerimiz aynada bir genç kızla ya da bir delikanlıyla buluşuyor. Bu eller benim ellerim mi? Bu uzun kıllı bacaklar benim mi? Ayaklarım ne kocaman... Asıl burnum kocaman...

Ergenliğin ilk yıllarındaki hızlı beden değişimi, gencin dikkatini kendisi üzerinde odaklamasına sebep olur (Aydın, 2010, pp.175). Bazıları yeni görüntüsünden hoşnuttur, ama çoğunluk hoşnut olmama yönünde duygular içindedir. Özellikle de kızlar... Okulda teneffüs zili her çaldığında gençler tuvalete yığılırlar. Her teneffüs... Hepsinin aynı anda tuvalete gitmesinin nedeni ne? Hepsinin aynı anda tualeti mi geldi? Hayır, zaten hepsi ayna karşısında... Saçlar düzeltilir, gözlere dikkat çekmeyecek müdahaleler yapılır, kalemler, rimeller, bakışlar ayna karşısında denir, test edilir... Hepsinin de güzel olmaya çok ihtiyacı var. Tesadüfe bakın ki, yaşamları boyunca kendilerini en çirkin hissettikleri dönemler... Tüm çabaları daha güzel olmaya dönük. Bu yüzden okula jöle, saç maşası, saç düzleştirici, makyaj malzemesi vs. taşıyorlar. Yasak olduğunu bile bile...

Temel ve Aksoy (2001, pp. 10- 11) ergenlik döneminin, 12- 14 yaşlarında başlayan ve yaklaşık 21 yaşına kadar süren bir dönem olduğunu vurgulamaktadır. Bu dönemde gençler bedensel, hormonal, cinsel, psikolojik ve sosyal yönlerden değişime uğramaktadırlar. Üstelik bu değişim onların ve ailelerinin beklemediği kadar hızlı olabilmektedir. Bu denli hızlı bir değişime ayak uydurmak kolay olmasa gerek... Bazı ergenler nasıl oluyor da bu durumla daha iyi başa çıkabiliyor? Bazıları da neden bu kadar çok zorlanıyor? Neden? Genellikle evde ailesi tarafından kabul gören, sevgi ve saygı içinde büyüyen çocukların ergenlik dönemini daha iyi atlattıkları düşünülüyor. Okul dışında bir alanda kendini gösterebilen ergenler için de durum iyi... Müzikle, sporla, tiyatroyla, dansla, kitaplarla ya da buna benzer işlerle uğraşanlar da şanslı grupta. Arkadaş çevresi tarafından kabul

edilmek ergen için bir şans olabiliyor. Ama aynı değişken bir de bakmışsınız ergeni hiç tahmin edemediğiniz bataklıklara çekmiş... Okul ve öğretmenlerin tutumu da bu dönemin kolaylaşmasını ya da zorlaşmasını belirleyebiliyor. Belki bu koşullara toplumun değer yargılarını da eklemek iyi olabilir.

Ergenlik, çeşitli riskleri de beraberinde getiren bir dönem. Heyecan arayan ergen, riskli davranışlar gösterebiliyor. Güvenli olmayan cinsel ilişkiye girebilir, uyuşturucu madde denemeye ya da kullanmaya kalkabilir, kavgaya eğilimli olduğu için başını belaya sokabilir, yaralanabilir, ya da bir başkasını yaralayabilir, hızlı araba kullanabilir, tehlikeli biçimde aşırı hızlı...

Ergenlik döneminin tipik özelliklerinden biri ergen benmerkezciliğidir. Zaten onları riskli davranışlar yapmaya iten de bu düşünce biçimidir. Ergen benmerkezciliğinin iki temel boyutu "hayali seyirci" ve "kişisel hikâye" olarak karşımıza çıkar (Santrock, 2012, pp. 371). Hayali seyirci sanki ergeni izler ve onun tüm davranışlarını görür ve değerlendirir. Kişisel hikâye ise, ergenin biricik, yenilmez, ölmez vb. özellikler taşıdığına olan inancını ifade eder.

Yeşim: Öğretmen kitabın o bölümünü benim okumamı söyledi. Üstelik tahtaya çıkardı. O anda herkesin gözü üzerimdeydi. Bütün sınıf yüzümdeki sivilcelere bakıyordu.

Selçuk: Bana baksana! Bende ölecek göz var mı? Ben asla AIDS kapmam.

Buraya kadar olan kısmı gözden geçirelim: Hızlı bedensel, cinsel, psikolojik vb. yönlerden değişim var, bu değişimle başa çıkmak kolay değil, çevreden etkilenmeye açık bir grup, hayali bir seyirci grubunun onu izlediği duygusu içinde, risk almaya eğilimli... Hepsini birleştirelim: Patlamaya hazır bomba! Peki, bu gruba psikolojik yardım veren bizler, bombayla karşılaşmaya ve çalışmaya hazır mıyız?

Ergenle ilk karşılaşma: Sana saygı duyuyorum!

İki insan birbirini gördüğü andan itibaren iletişim başlar. Bu sizinle danışmanınız için de geçerlidir. Psikolojik danışmanın danışanına karşı gösterdiği ilgi ve yakınlık, ilk karşılaşmayı olumlu olarak etkiler ve yardım ilişkisinin nasıl şekilleneceğini de belirlemeye yardımcı olur. Voltan- Acar (2010, pp. 4) danışana insan olarak saygı duyulduğunu ve danışanın söylediklerine önem verildiğini iletmemizi sağlayan terapötik becerilerin başında *yakından ilgilenmeyi* vurgulamaktadır. Yakından ilgilenme, terapötik sürecin başından sonuna değin her oturumda kullanılması gereken bir beceridir. Bu beceri kapsamında, psikolojik danışmanın beden duruşunun rahat ve doğal biçimde olması, gözle iletişim kurması, iyi dinlemesi, uygun sorular sorması ve açıklamalar yapması gibi davranışları sayabiliriz (Voltan- Acar, 2010, pp. 4).

Yakından ilgilenmenin önemli bir boyutunu *saygı* oluşturur. Egan (2011, pp. 92- 93) saygıyı, tüm yardım müdahalelerinin üzerine kurulduğu temel olarak ele almaktadır. Saygı; konuştuğu dili, şivesi, kültürü, mesleği, inancı, etnik kökeni, fiziksel görüntüsü, siyasi eğilimi, sosyal statüsü, maddi olanakları, yaşam biçimi gibi özellikleri ne olursa olsun her insanın hoşgörü ile kabul edilmesi anlamını taşır. Burada sayılan farklılıkları düşünün... Hangilerini hoşgörü ile karşılamak sizin için kolay? Hangileri zor? Bu noktada kendinize dönüp düşünmeniz çok önemli. Neden?

Saygı kendine saygı duymakla başlar. Kendinize ne kadar saygı duyuyorsanız karşınızdakilere de saygı duymanız o denli artıyor. Hoşgörü alanlarınızı iyi belirlemeniz bu yüzden önemli. Daha danışmanınızla karşılaştığınız anda onun bir özelliği sizin kabul sınırlarınıza uzak olabilir. İçten içe

reddettiklerinizi, Egan'ın (2011, pp. 109) deyiimiyle “*kör noktalarınızı*” sorgulayın. Bunu farkında olmadan beden dilinizle, ya da sözlerinizle danışana iletebilirsiniz. Bunun önceden bilincinde olup, kendinizi bu konuda hazırlamanız, hatta deyim yerindeyse eğitmeniz gerekli olabilir. Bireysel farklılıklara yönelik duyarlılığınızı artırın. Unutmayın, karşınızda tüm dikkatini kendisine odaklamış olan bu nedenle kendisiyle ilgili hiçbir ayrıntıyı kaçırmak istemeyen, muhtemelen alingan, hatta kırılğan bir ergen var!

Bir oyun oynayalım...

Dört gönüllüye ihtiyacımız var. Bu dört kişi panele davet ettiğimiz konuşmacılar olacak. Grubun geri kalanı da onlara sorular soracaklar. Gönüllülere kim olduklarını anlatan kartlar verilecek, kartlarda çizginin üzerinde yazan kısmı gruba aktarabilirler, ancak çizginin altındaki bilgiyi kendilerine saklamaları gerekli.

“Panel¹” adlı bu oyunda gruba, konuşmacılardan yalnızca birinin HIV pozitif olduğu ve bu kişiyi bulmalarının istendiği, bu amaçla konuşmacılara istedikleri soruları sorabilecekleri söylenir. Ancak herkesin yalnızca üç soru sorma hakkı vardır ve “HIV pozitif misiniz?” sorusu ve aynı anlama gelecek başka sorular sormak yasaktır. Konuşmacılar ise, sorulara yalnızca “evet” ya da “hayır” diye cevap verebilir. Bu nedenle soruların bu şekilde sorulması istenir. Eğer sorulan sorunun cevabı kartta yazılı değilse, konuşmacının, olabilecek en uygun cevabı kendisinin verebileceği belirtilir.

Konuşmacılardan kartlarda yazılı bilgilere dayanarak kendilerini kısaca tanıtmaları istenir. Grup üyeleri soru sormayı bitirdiklerinde, kimin HIV pozitif olduğuna dair tahminleri alınır, tahmin ettikleri kişilerin HIV pozitif olduklarına nasıl karar verdikleri sorulur. Ardından tüm konuşmacılardan kendi hikâyelerini tamamlamaları istenir, böylelikle bu oyundaki HIV pozitif kişinin kim olduğu da açığa kavuşturulur. “Panel”de konuşmacı rolünü oynayan grup üyelerine vermek üzere aşağıdaki kartlar kullanılır:

Hakan

Lise son sınıf öğrencisiyim. Derslerim pek de iyi gitmiyor. Zaman zaman okul idaresiyle başım derde giriyor. Tenefüslerde okulun arkasında arkadaşlarla birlikte sigara içiyorum. Açıkçası kızların cinsellik için yaratıldıklarını düşünüyorum. Yaşıtlarımdan daha gelişmiş görünüyorum, o yüzden kızların dikkatini kolayca çekebiliyorum. Uzun boylu, yakışıklı ve maço sayılırım. Özellikle kızları ayarlama konusunda uzman olduğumu düşünüyorum. Bu yaşta birçok kızla cinsel anlamda birlikteliğim oldu.

★★★★★★★★★★

Bu kısım gizli: Birkaç yıl önce okulda HIV/AIDS’le ilgili bir eğitime katılmıştın, bu nedenle HIV/AIDS konusunda çok dikkatlisin ve her zaman prezervatif (kondom) kullanıyorsun. Daha önce üç kez test yaptırдың ve testin sonucu HIV negatif çıktı.

¹ Bu oyun Rotheram-Borus, Miller, Kopman, Haignere ve Selfridge (2003) tarafından oluşturulmuş, Zeren (2006a, 2006b) tarafından Türkçe’ye çevrilerek bizim kültürümüze uygun hale getirilmiştir. Burada verilirken de cümle ve ifadelerde bazı küçük değişiklikler yapılmıştır.

Sedat

Şu anda 17 yaşındayım. Ben daha bebekken annem evi terk etmiş. Aynı evde yaşamak dışında, babamla ve babaannemle hiçbir şey paylaşmıyorum. Eşcinselim. Babamdan yeterince para alamıyorum, bu yüzden sık sık parasız kalıyorum. Bu yüzden zaman zaman para karşılığında birlikte olduğum kişiler oldu. Bir türlü iş bulamıyorum, zaten liseden de atılmıştım. Eşcinselliğim nedeniyle çevremdekilerin beni dışladıklarını düşünüyorum.

★★★★★★★★★★

Bu kısım gizli: Son günlerde psikolojik yardım almaya başladım. Giderek kendimi daha iyi hissediyorum. Test yaptırдыm, belli ki çok şanslıyım, çünkü testin sonucu HIV negatif.

Güliz

17 yaşındayım. Kendimi çoğunlukla mutsuz, bezgin ve umutsuz hissediyorum. Zaman zaman hayatın ne kadar anlamsız olduğunu düşünüyorum. Herhangi bir şeye ya da paraya ihtiyacım olduğunda hırsızlık yaptığım zamanlar oluyor. Bir süredir damardan uyuşturucu alıyorum. En yakın arkadaşım bir yıl önce aşırı dozda uyuşturucudan öldü. Onun kurtulduğunu düşünüyorum, çünkü AIDS onu nasıl olsa öldürecekti.

★★★★★★★★★★

Bu kısım gizli: Arkadaşımın HIV taşıdığını öğrendiğim günden itibaren asla bir başkasının şırıngasını kullanmadım. Test yaptırдыm, gerçekten de çok şanslıyım, çünkü HIV taşımıyorum.

Defne

17 yaşındayım. Okulda başarılı sayılırım, genellikle sevilen bir öğrenciyimdir. Üniversitede okumayı çok istiyorum ama kazanabilir miyim bilmiyorum. Babamın iş durumu nedeniyle, geçmişte sık sık şehir değiştirmek zorunda kaldık. Birçok farklı şehirde, çok sayıda arkadaşım var, ama her seferinde yeni bir yere uyum sağlamak çok zor oluyor. Hiç sigara ya da uyuşturucu denemedim. Bir erkek arkadaşım var, okulun basketbol takımında oynuyor.

★★★★★★★★★★

Bu kısım gizli: Erkek arkadaşımın benden önce, birkaç kez hayat kadınlarıyla cinsel ilişkisi olmuş. Gizlice kendine test yaptırmış ve HIV pozitif olduğunu öğrenmiş. Ben de test yaptırдыm. Ne yazık ki benim sonucum da onunkiyle aynı, pozitif. Ailem beklemediğim kadar destek oldu, hemen tedavime başlandı. Mümkün olduğunca sağlıklı ve uzun yaşamaya çalışacağım. Herkes gibi...

Oyunun bitiminde, konuşmacı rolünü üstlenen grup üyelerine artık bu rolün bittiği, oynadıkları kişi değil, kendileri oldukları söylenir, öncelikle oyunda HIV pozitif kişi rolündeki kişiden başlayarak, konuşmacı rolündeki grup üyelerinden bu rolü oynarken neler hissettikleri sorulur. Daha sonra da gruptaki diğer kişilerin bu paneli izlerken neler yaşadıkları sorularak, grup üyelerine kendilerini ifade etmeleri için fırsat tanınır.

Egan (2011, pp. 93- 95) saygıyla ilgili bazı normları sıralamaktadır:

1. Zarar verme.
2. İşin ehli ol. İşine bağlı ol.
3. Danışan için orda olduğunu açıkça belirt.
4. Danışanın iyi niyetli olduğunu varsay.
5. Hüküm vermekte acele etme.
6. Odak noktanızda danışanın gündemi olsun.

Bu normlar her an aklımızda olmalı, psikolojik danışma yardımı verirken de bize ışık tutmalı. Bu normlar bizim yardım ilişkimizi kolaylaştıracak ve danışana daha fazla yardım etmemizi sağlayacak uyarıları taşıyor.

Dinleme Becerisi: “Anlat anlat, ben seni dinliyorum...”

Dinleme becerisi tuhaftır. Dinlerken sessiz ve nispeten pasif durumdasınızdır. Ama hiçbir anı kaçırmamanız için dikkatiniz bir an için bile dağılmamalıdır. Ayrıca danışan durakladığı an öyle bir cümle kurmalısınız ki, danışan kendisiyle ilgili görmediği bir şeyi görsün... Büyülensin... Dinlerken bir yandan danışanın daha önceden anlattıklarıyla bağlantılar kurmaya çalışırsınız. Tutarsızlıkları yakalarsınız, benzerlikleri görürsünüz, örüntüleri keşfedersiniz... Ama bunca işi kıymetli hale getirmenin yolu, dinlediğinizi ona iletebilmenizdir. Peki, tam da ihtiyaç duyduğunuz büyümlü sözcükler hangileri?

Büyümlü sözcüklerin olduğu bir listeye ben henüz rastlamadım. Ama psikolojik yardım ilişkisinde size yardım edebilecek bazı kaynakları önerebilirim. Bunlar bizim mesleğimizi yürütürken kendimizi geliştirmemizi destekleyebilirler. Önerilebileceğim bazı kaynakları aşağıda bulabilirsiniz. Elbette burada yazılı olmayan başka birçok kaynak da sizin için yararlı olabilir.

Bağışlanan Terapi- Irvin Yalom

Danışmanlık İncileri- James P. Carnevale

Psikolojik Danışma Becerileri- Gerard Egan

Psikolojik Danışma İlke ve Teknikleri: Psikolojik Yardım Süreci El Kitabı- Sherry Cormier ve Harold Hackney

Yeniden Terapötik İletişim- Nilüfer Voltan Acar

Empati ile dinleyebilmek... Söylenildiği kadar kolay değil. Ama denemeye değer... Empatik dinlemenin iki temel boyutundan söz edebiliriz; empati kurabilmek ve bunu danışana hissettirebilmek. İlk aşama sizin danışanınızı iyi dinlemenizi ve anlamınızı ifade ediyor. İkinci boyutsa anladığınıza ilişkin uygun tepkiyi verebilmenizle ilgili.

İlk boyuta dönelim: Dinlemek. Bununla ilgili bazı öneriler, bir çerçeve olarak dikkate alınabilir (Egan, 2011, pp. 125- 127):

1. Danışanla yüz yüze olacak biçimde oturun.
2. Açık bir duruş benimseyin.
3. Danışana doğru hafifçe eğilerek dikkatinizi ona verin.
4. Göz temasını sürdürün.
5. Rahat ve doğal olmaya çalışın.

İkinci boyut, danışanı iyi dinleyip anladığınızda, ona uygun tepkide bulunabilme becerinizi ifade ediyor. Aşağıda bazı örnekler var...

Özge: Buraya gelene kadar enerjim bitti. Minibüsler bence çok gereksiz, fazla korna çalarak insanları rahatsız ediyorlar ve trafikte özellikle gençleri çok rahatsız edici derecede araba kullanıyorlar. Mesela arkandan sürekli rahatsız edici bir korna çalıyor. Çekilmeni istiyor sen çekildin diyelim senin önüne geçiyor ve orada duruyor. Yani bizde olmayan bazı haklar onlarda nasıl olabilir?

Psikolojik Danışman: Trafik sorunları nedeniyle kendini haksızlığa uğramış hissediyorsun.

Buradaki örnekte ergenin nasıl da benmerkezci düşünce içinde olduğuna dikkatinizi çekmek isterim. Tüm trafik sanki el birliğiyle ona karşı... Başka bir örnek:

Rengin: Bu şekilde ne anneme ne babama ne kendime eziyet çektirmeye hakkım yok. Bu yüzden okulu bırakmak gibi bir düşünce oluştu kafamda. Yani sınıfımı aslında çok sevmeme rağmen, okulumu da çok seviyordum ama böyle bir düşünce oldu kafamda.

Psikolojik Danışman: Okulunu ve sınıfını çok sevdiğin halde, ailene ve kendine eziyete dönüşmesi yüzünden okulu bırakmaya karar verdin. Bu eziyet tam olarak nasıl bir şey?

İlginçtir, kimi zaman danışanınızın sözlerini iyi dinleyip, ona tekrar ifade ettiğinizde kabul etmez. Aşağıdaki örneğe bakın;

Sinem: Erkek arkadaşımın sorunlarım var. Yolunda gitmiyor. Başlangıçta çok kıskançtı ve beni kıskanırdı, beni sevdiği zamanlardı. "Birisi sana mesaj atsa, ağzını burnunu dağıtırım." demişti bana. Ama artık mesaj gelse dahi ilgilenmiyor. Geçen buluşmamızda bir arkadaşın mesaj geldi, merak edip bakmadı bile... Hiç eskisi gibi değil, bu ilişki bitmeye başladı, görebiliyorum.

Psikolojik danışman: Erkek arkadaşının sözünde durmasını, mesaj geldiğinde senin ağzını burnunu kırmasını bekliyordun, ama bu gerçekleşmedi. Ağzın burnun kırılmadığı için seni sevmediğini düşünmeye başladın.

Bu tür bir tepkiden sonra Sinem kendi sözcüklerine itiraz eder. Aslında öyle söylemek istemediğini anlatmaya girişir... Sinem bir ergen, duyguları inişli çıkışlı, aşırı uçlarda dolaşır...

Şimdi sizin için getirdiğim bazı örnekler var. Bu örnekler elimdeki kâğıtlara yazılı. Kendinize bir kâğıt çekin, bakalım size çıkan ergen nasıl birisi?

Yusuf: Aklıma çok kötü düşünceler geliyor. Kalbim şüphe dolu. Biliyorum bunlar çok kötü, ama çaresi ne bilmiyorum. Beynime hükmedemiyorum.

Ayşen: Bu okuldan nefret ediyorum. Her şey berbat gidiyor. Okulu bırakmayı düşünüyorum.

Uğur: Nasıl söyleyeceğimi bilmiyorum... Okul çıkışı arkadaşlarla buluşup... Alkol, sigara...

Banu: Bütün derslerim zayıf, notlarım berbat. Annemin babamın haberi yok. Onlara söyleyemem. Ben ne yapacağım şimdi?

Murat: Disiplin Kurulu gönderdi beni. Zorla geldim yani... Açık konuşayım, sana da güvenmiyorum.

Ceyda: En yakın arkadaşım ile ilgili bir sorunum var. Sanırım erkek arkadaşım ile aralarında bir şeyler var. Onunla birlikte olduğundan şüpheleniyorum.

Semih: Bir sorunum var... Nasıl söylesem... Sinirlenince kendimi kaybediyorum. Kız arkadaşımı birkaç kez yumrukladım.

Yasemin: Annem asla beni dinlemez. Her şeyin doğrusunu o bilir... Nasıl oturulacak, ne giyilecek, nereye gidilecek, nereye asla gidilmeyecek, hep o karar verir... Buraya gelmeme de o karar verdi.

Hakan: Hiç arkadaşım yok.

Burçin: Ben âşık oldum. Bizim okuldan birisi... Sadece adını biliyorum, henüz tanışmadık. Nasıl tanışacağım bilemiyorum, yardıma ihtiyacım var.

Somutluk becerisi: “Tam olarak ne demek istiyorsun? ...”

Bazen danışanınız kendine ait bir şeyler anlatır. Ama anlattıkları o denli genel veya karmaşıktır ki, onun anlatmak istedikleriyle sizin anladıklarınızın aynı şeyler olduğundan emin olamayabilirsiniz.

Cenk: İnsanlar beni anlamıyor. Bazen de anlıyor sanıyorum, bakıyorum yanlış anlamış... Okulda öyle, yurttan öyle... Beni anlamaları zor tabii... Ben insanları bir görüşte tanırım, onlara bir tür şifre koyarım. Şifrelerine göre bu kişileri ayırırım. Ama adam şifreyi bilmediği için benim tepkimi anlamaz.

Cenk ne anlattı? Bu insanlar kim? Ne zaman yanlış anlaşıldığını düşünüyor? Okulda nasıl? Yurttan nasıl? Bir görüşte kimleri tanıyor? Şifre ne demek? Neye göre şifre koyuyor? ... Bütün bu soruların sorulması, anlatılanların somutlaştırılmasına ihtiyaç var.

Somutluk “psikolojik danışmanın danışanı genel konuşma yerine belirgin, kendine özgü değer, duygu, düşünce ve sorunlarını anlatması için güdülemesi, cesaretlendirmesi” olarak tanımlanabilir (Voltan- Acar, 2010, pp. 57). Bizim kültürümüzde genel konuşmalar o denli yaygın ki, terapötik ortamda danışanı iyi anlayabilmek için somutlaştırmaya ihtiyaç duyabiliyoruz.

Emel: Aslında ders çalışmam gerekiyor, yazılı haftası geldi bile... Açtım kapadım açtım kapadım, yok çalışmıyorum. Bütün kitapları defterleri hepsini kaldırdım. İlk kez bir şey yaptım, dedim eski hayatım geri dönsün...

Psikolojik danışman: Eski hayatın nasıldı?

Emel: Çok başkaydı.

Psikolojik danışman: Başka?

Ecem: Kadeşime bakıyorum, o benden farklı. O daha özgür, özerk...

Psikolojik danışman: Özerk derken?

Ecem: Ne isterse yapıyor. Ben yapamıyorum.

Psikolojik danışman: Ne yapamıyorsun mesela?

Ecem: Ne bileyim, şimdi sorunca aklıma gelmedi birden.

Psikolojik danışman: Kendini özerk hissetmediğin son olayı hatırlamaya çalış, ne olmuştu?

Nilüfer: Onlarla konuşurken çok çabuk sıkılıyorum. Oradan ayrılıyorum. Bu da tabii haneme kötü puan olarak yazılıyor.

Psikolojik danışman: Ne anlamda?

Nilüfer: Bir şey söylemeden gittiğim için, çok dikkate almıyormuşum gibi düşünmelerine yol açıyorum.

Psikolojik danışman: Kimler böyle düşünüyor?

Nilüfer: Tüm sınıf, herkes.

Psikolojik danışman: Herkes... Kaç kişi bunlar?

Nilüfer: Saymamı mı istiyorsunuz?

Psikolojik danışman: Saysan kaç kişiler?

Nilüfer: Aslında üç kişi... Adlarını söyleyebilirim.

Psikolojik danışman: Doğru anladım mı bakalım... Sınıftaki üç kişi, sıkıldığın ve ortamı terk ettiğinde senin için olumsuz düşünceler içine giriyorlar. Seni dikkate almadıklarını düşünüyorsun. Bunu daha iyi anlayabileceğim bir örnek verebilir misin?

Danışanın havada kalan konuşmalarını netleştirmesine yardımcı olun. Terapötik koşullardan biri olan somutluk işinize yarayacaktır.

Soru Sormak: “Sana bir sorum var...”

Danışanınıza soracağınız ne çok soru gelir aklınıza... Bu sorulardan bazıları, onun soruna odaklanmasını ve kendisi hakkında ipuçları yakalamasını kolaylaştırır. Bazı sorularınız ise danışan tarafından duyulmaz bile, atlanır, sözler arasında sıkışır, kaybolur. Danışanınıza soru sorarken şunları dikkate almanızı önerebilirim:

1. Açık uçlu soru sorun.

Rengin: Hiçbir şekilde, annemle bir sıkıntım yok ama aslında babamla bir sıkıntım var şu an. Onunla konuşmak istiyorum ama hiçbir şekilde telefonlarımı açmıyor ne de evde de benimle konuşmuyor, bunun için de çok üzgünüm aslında.

Psikolojik danışman: Babanla iletişimin kesildi ve bu yüzden canın çok sıkkın.

Rengin: Evet, aslında babamla aramızdakiler çok basit şeyler.

Psikolojik danışman: Nasıl "basit şeyler"?

2. Açık ve net soru sorun.

Seda: Sana bir şey sormak istiyorum. İnsanın yüz ifadesi onun psikolojisiyle, onun yaşadığı sorunlarla ilgili oluyor mu? Jest ve mimikler mesela, bakar bakmaz o kişinin sorunlarını anlayabilir misin?

Psikolojik danışman: Sanırım anlayamam. Böyle düşünmene sebep olan şey ne?

Seda: Annemle ablama dikkat ediyorum, ikisinin de kavga ederken yüzleri aynı. Mimikleri aynı. Yüzlerinin aynı kısmı kırışık mesela...

Psikolojik danışman: Annenle ablana bakınca bu sonuca varıyorsun, anladım. Onların kavgaları seni nasıl etkiliyor?

3. Uygun zamanda sorun.

4. Tek tek sorun.

5. Önemli soru cevaplanmamışsa, bir daha sorun.

Sibel: Anneme söyledim. Beni isteyen birisi var, onunla en kısa zamanda evlenmek istediğimi söyledim diin.

Psikolojik danışman: Evlenmeye karar verdin.

Sibel: Evet.

Psikolojik danışman: Bu çok önemli bir karar, kendini nasıl hissediyorsun?

Sibel: Nasıl olsa evleneceğim, tanıdık birisi olsun...

Psikolojik danışman: Peki, kendini nasıl hissediyorsun?

Sibel: Lise bitmek üzere diye düşünüyorum. Notlarım da çok iyi değil. Üniversiteyi kazanamam nasıl olsa... Evlenmek en iyisi, evde ne yapacağım ki?

Psikolojik danışman: Sibel, evlilik kararından dolayı kendini nasıl hissediyorsun?

Özetle...

Psikolojik yardım ilişkisinde ergenlerle karşı karşıya olmak, dönemin bazı özellikleri nedeniyle hassas bir konu. Olabildiğince iyi dinlemek ve uygun soruları sormak gerekiyor. Bu nedenle psikolojik danışmanların iyi yetişmeleri ve alanda çalışırken de kendilerini yetiştirmeye devam etmeleri, süreci kolaylaştıran önemli etkenlerden birisi.

Kaynaklar

Aydın, B. (2010). *Çocuk ve Ergen Psikolojisi*. Ankara: Nobel Yayın Dağıtım.

Egan, G. (2011). *Psikolojik Danışma Becerileri*. (Çev. Özlem Yüksel). İstanbul: Kaknüs Yayınları.

Rotheram-Borus M.J., Miller S., Kopman C, Haignere C. ve Selfridge C. (2003). *Adolescents Living Safely: AIDS Awareness, Attitudes, and Actions*, California: UCLA, HIV Center for Clinical and Behavioral Studies.

Santrock, J. W. (2012). *Yaşam Boyu Gelişim, Gelişim Psikolojisi*. (Çev. Edt. Galip Yüksel). Ankara: Nobel Yayın Dağıtım.

Temel, Z. F. ve Aksoy, A. B. (2001). *Ergen ve Gelişimi, Yetişkinliğe İlk Adım*. Ankara: Nobel Yayın Dağıtım.

Voltan- Acar, N. (2010). *Yeniden Terapötik İletişim, Kişilerarası İlişkiler*. Ankara: Nobel Yayın Dağıtım.

Zeren, Ş.G. (2006a). HIV/AIDS'e Yönelik Psiko-Eğitim Programı'nın Üniversiteye Yeni Başlayan Ergenlerin HIV/AIDS'e Yönelik Tutumlarına Etkisi. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Hacettepe Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.

Zeren, Ş.G. (2006b). HIV/AIDS'e Yönelik Psiko-Eğitsel Programın Üniversiteye Yeni Başlayan Ergenlerin HIV/AIDS'e İlişkin Bilgi ve Tutumları. 104K005 numaralı TUBİTAK Projesi, Ankara.

HAYALLERİM, SEÇİMLERİM

NEDEN ve NASIL GENÇLER için YAZIYORUM

İPEK ONGUN

Yazar

Otuz iki yıldır gençler için yazıyorum. Yirmi dört kitabım var, şu anda da yirmi beşinciye yazmakla meşgulüm.

Neden gençler için yazıyorum?

Çünkü hayat çok değerli.

Çünkü hayatın, tiyatrodaki olduğu gibi bir genel provası yok.

Bir kez, bir tek kez yaşanacak olan hayatı eğrisi, doğrusuyla yaşıyor ve yok olup gidiyoruz.

İşte onları bu gerçeğe uyandırmak istiyorum.

O nedenle, **hayatlarının başındayken atılan adımların** yaşamlarını büyük ölçüde etkileyebileceğini anlatmaya çalışıyorum. Kendilerini, bu yaşlardan başlayarak **hayata hazırlarlarsa** çok daha anlamlı, çok daha derinlikli ve aynı zamanda da çok daha keyifli ve renkli bir ömür sürebileceklerini, satır aralarına yerleştirmeye çalışıyor, bazen de doğrudan söylüyorum.

Nasıl Yazıyorum:

Gençlik yazını kolay görünen aslında zor bir yazı türü.

Her şeyden önce **zaman içinde geçişler** yapabilmek gerek.

Bu yaşımızdan o yaşlara inip, onları anlayıp, onların dilini öğrenip sorunlarını ele almak gerek.

Ama gençler, ben sorunlarımı biliyorum, bana çözüm gerek, diyorlar.

İşte o zaman da, bugünkü yaşımız, deneyimize ve okuyup öğrendiklerimize dayanarak onlara çıkış yollarını göstermek gerek.

Ayrıca, gençlerin bilgisayar çağı çocukları olduklarını göz önüne alarak, **tempolu** yazmak gerek.

Sade ve anlaşılır bir dil gerek.

Yazı tekniği açısından **iki düzeyde** yazıyorum.

Üstten görünen köpük gibi, eğlenceli, tempolu... Ve alttan alta da ikinci düzey, yani vermek

istediğimiz bilgiler, fikirler.

Amacım, gençlerin kitaplarını sayfaları çevire çevire, eğlenerek okumaları ve kitabı kapattıklarında akıllarından hayatla ya da sorunlarıyla ilgili hiç olmazsa faydalı bir fikir, bir bilgi edinmiş olmaları.

Bu noktada bazı yanlışlara değinmek istiyorum. Kitabın karakterleri genç diye, sırf eğlenceli diye, ya da iki genç arasında anlatılan bir aşk hikâyesidir diye, ona gençlik yazını diyemeyiz. Sadece güzel bir roman diyebiliriz.

Gençlik yazınının bazı **kriterleri** vardır ve en başta da onları **hayata hazırlayıcı bilgiler** içermesidir, **bana göre**.

Burada bir başka noktayı da eklemek isterim. Ben hiçbir konuda **uzman değilim**. Sadece bir yazarım.

İşte onun için de bir kitabı yazmadan önce o kitapta hangi konuyu ya da sorunu işleyeceksem, bizim ve yabancı bilim insanlarının ilgili kitaplarını okuyor, notlar alıyor, dersime çalışıyorum. Sonra da, sırtımı bu bilgilere dayayarak yazıyorum.

Sıklıkla işlediğim konulara gelince...

Her şeyden önce onları **içten güçlü** kılacak değerlerin altını çiziyorum.

Ve bu ancak evrensel değerleri vurgulayarak olabilir.

Dürüstlük, sorumluluk, vicdanlı olmak, vefa duygusu, insana ve hayata saygı, güvenilirlik, çalışkanlık ve hatta dakik olmak.

Ve – bunları bilmenin yeterli olmadığını, bu değerleri gündelik hayatta yaşamının önemini vurguluyorum.

Bunu başarmanın onlara özgüven, dolayısıyla özsaygı kazandıracığını anlatıyorum.

Herkes, hele de gençler kendilerini beğenmek, “iyi insan” olduklarına inanmak isterler.

Ama önce bunu hak etmek gerek. Yani evrensel doğrular çerçevesinde yaşayıp, bunu başarabildiğini görmeleri gerek.

İşte böyle bir başarının sonunda kendilerine güvenecek, kendilerini beğenecek ve seveceklerdir. Ve bu öyle bir güçtür ki, bunu kimse o insanın elinden alamaz.

İşlediğim bir başka konu, **sorgulayarak düşünen** bir kafaya sahip olmanın önemidir.

Soru soran kişinin düşünen insan, düşünen kişininse gerçek anlamda özgür bir birey olduğunu anlatıyorum onlara.

Sorular sordukları yani düşünen birey oldukları takdirde kimsenin kulu olmayacakları, kendi kendilerinin adamı olacaklarını roman kahramanları aracılığıyla açıklıyorum.

Ne – Neden – Nasıl – Ne zaman – Nerede ve Kim soruları.

Kim sorusuyla kendilerini tanıyacaklarını, Neden’le problemin özüne, Nasıl’la sorunun çözümüne ulaşacaklarını anlatıyorum.

Ve yine çok üstünde durduğum bir konu...

Yaşama sanatı, yaşama kültürü konusunda bilgi veren dört kitap yazdım.

Bu kitaplarda artık birer dünya vatandaşı olan gençlerimize daha güzel bir yaşam için gerekli olan davranış kalıplarından; armağan verme inceliklerinden, sofraya kurallarına uzanan bir çizgide onlara yaşamları boyunca yararlı olacak bilgiler aktarmaya çalıştım.

Ve tabii bu bağlamda sanat ve sporun hayatlarındaki öneminden söz ettim. Sanat ve sporsuz bir hayatın onları nasıl ev-okul, okul-ev daha sonra da ev-iş, iş-ev şeklinde **iki çizgide** yaşamaya indirgeyeceğine dikkat çektim.

Bütün bu yazdıklarımın geri bildirimlerine gelince, işte bu benim mutluluk kaynağımdır.

Kitaplarımı tam da istediğim gibi, sayfaları çevire çevire bir solukta okuyor sonra bana ulaşıyorlar.

Mektupların büyük çoğunluğu, “ben okumayı sevmezdim, sizin kitaplarınızla okumaya başladım, tümünü okuyup bitirdim. Artık ben de okuyorum.”

Bu, “artık ben de okuyorum,” öylesine bir sevinç çığı ki.

Bunu, teşekkür mektupları izliyor. Genelde büyümüş, artık hayata atılmış okurlarımdan gelenler beni çok duygulandırıyor.

“O çalkantılı yılları yara almadan atlatabildimse bunu size borçluyum. Yazdıklarınız için, bize verdikleriniz için çok teşekkürler...”

“Yaşama kültürü kitaplarınızdan öyle çok şey öğrendim ki... Kızıma okutmak için tüm kitaplarınızı saklıyorum.”

İşte otuz küsur yıllık bir çalışma ve emekten sonra bunları duyabilmek büyük bir mutluluk. Bana, ne mutlu, hayatım boşa geçmemiş, dedirtiyor.

COĞRAFYAMIZIN YALNIZ ve GERİDE BIRAKILMIŞ GENÇLERİ

N. Ekrem Düzen

*Psikoloji Bölümü Öğretim Üyesi,
İzmir Üniversitesi Fen Edebiyat Fakültesi*

Üniversite Gençlik İhtiyaçları Araştırması'nın sonuçlarını Aralık 2009'da kamuoyuyla paylaşmıştık.¹ Bu araştırma 43 ildeki 59 üniversitede gerçekleştirildi. 1886 üniversiteli gence iki soru yöneltildi. İlk soruda, bir üniversite öğrencisi olarak yaşadıkları belli başlı sorunları belirtmeleri, ikinci soruda ise kendi saptadıkları sorunlara yine kendi çözüm önerilerini örnekler vererek yazmalarını istendi. Bu açık uçlu sorulara çok çeşitli yanıtlar verildi. Değerlendirme metodolojisine araştırma raporunda ayrıntılı bir şekilde yer verildi.

İlk bakışta üniversiteli gençler, kolayca tahmin edilebilecek “klasik” sorunlardan ve “klasik” çözüm önerilerinden bahseder görünmektedir. Bu sorunlar akademik hayat, sosyal hayat, barınma, ve temel hizmet alanları olmak üzere dört ana kümede 12 başlık altında toplanmaktadır. Bu başlıklar, bu sorunları saptamak için bilimsel araştırma yapmaya gerek olmadığını düşündürecek denli yalın başlıklardır. Ancak gençler sadece bu sorunları saymakla kalmadılar. Hayati önemde saptamalara yaparak bu sorunların anlamlarına ve kökenlerine işaret ettiler.

Gençlere göre özellikle üniversite merkezli sorunların iki ana kökeni var: İlki kaynak yetersizliği. Bu saptama “sıradan” bir saptama olarak nitelendirilebilir. Ama ikincisi pek sıradan bulunmayabilir. Gençler asıl sorunun bu kaynakların verimli kullanılmayışı, var olan kaynaklardan yararlanılmayışı olduğunu vurguladılar. Üstelik çarpıcı bir oranla: Üniversiteli gençlere göre sorunların sadece %43'ü kaynak azlığıyla açıklanabilir. Geriye kalan %57'lik sorunlar öbeği ise var olan kaynakların gençlerin ihtiyacına göre düzenlenmemesi, bu ihtiyaçları karşılayacak şekilde kullanılmaması nedeniyle oluşuyor.

Bu saptama şu açıdan önemli: Gençler yokluktan şikâyet etmiyorlar. Var olan kaynaklara ulaşım ve erişimin kolaylaştırılmasını, kaynakların verimli ve etkili bir şekilde kullanılmasını talep ediyorlar. Mevcut kaynakların kullanılmadığını, boşa harcandığını görüyorlar. Birkaç örnek vermek gerekirse: Laboratuvar var ama uygulama saati az ve bu saatler dışında laboratuvar kapalı. Bina var ama okuma salonu yok, okuma salonu var ama ısıtılmıyor, ısıtılıyor ama aydınlatılmıyor; bunların hepsi bulunsa bile okuma salonunun anahtarı bulunamıyor. Kafeteryalar, yemekhaneler, kantinler sadece belirli saatlerde açık, özellikle akşam saatlerinde ve hafta sonları kapalı; bu nedenle oturup çalışacak, okuyacak, dinlenecek, paylaşacak, üretecek, eğlenecek veya iki çift laf edecek yer yok. Yurtlara giriş çıkış saatleri kısıtlı ve katı kurallara bağlı; kadınlarla erkeklere farklı giriş çıkış saatleri uygulanıyor. Sosyal, sanatsal, kültürel faaliyetlerle ilgili topluluk veya kulüp kurmak ya mümkün değil veya çok zahmetli. Kulüpler ancak yönetimin “kafasındaki” listede yer alıyorsa kurulabiliyor. Olağan müfredat dışı yapılabilecek seminer, panel, toplantı, kurs gibi faaliyetler ya tümünden yasak veya ancak yine yönetimin belirlediği konular ve isimlerle sınırlandırılıyor. Sinema veya tiyatro

1) Araştırma raporunun tamamına http://tog.org.tr/raporlar-ve-kitaplar_142 ve <http://tr.scribd.com/collections/2805365/Ara%C5%9F%C4%B1rmalar> bağlantılarından ulaşabilirsiniz.

gösterileri bile sıkı izinlerle ve denetimlerle mümkün.

Bu örnekler sadece gençlerin enerjilerinin ve zamanlarının nasıl boşa harcadığını gösteren örnekler. Başka örnekler akademik kadronun etik dışı davranışlarını; idari personelin katı, anlayışsız, tepeden bakan, küçümseyici, azarlayıcı tavrını; üniversite hizmetlerinden sorumlu birimlerin binaları, sınıfları, bahçeleri nasıl bakımsız ve savruk bıraktığını; belediye otobüs seferleriyle ders saatlerinin koordine edilmesi gibi basit bir ihtiyacın bile nasıl karşılanmadığını ortaya koyuyor. Bu örnekler 108 başlık altında toplanıyor. Bu başlıklar, üniversitelere tek kuruş yatırım yapılmasa bile eldeki mevcut koşullarla verimin iki katına çıkarılabileceğini gösteriyor. Bizim gibi “gelişmekte olan” sınıftan bir ülke için devasa bir büyüme oranıdır bu.

Nasıl oluyor da üniversite kaynakları gençlerin ihtiyaçlarına cevap vermekten bu kadar uzak? Gençlerin yanıtı kısa ve öz: “Çünkü üniversite yönetimi ile üniversiteli gençler arasındaki mesafe çok uzak.” Bu mesafe, gençlerin ihtiyaçlarının yönetimler tarafından bilinmemesi, tanınmaması, anlaşılmaması, takdir edilmemesi, kabul görmemesi anlamına geliyor. Üniversiteler sanki orada öğrenciler, gençler yokmuş gibi yönetiliyor. Amfiler, sınıflar, laboratuvarlar, kütüphaneler, kafeteryalar, yollar, yurtlar bunları kullanan ve yararlanan gençlerin ihtiyaçlarına göre değil yönetimin kendi anlayışına ve takdirine göre şekillendiriliyor ve düzenleniyor. Gençlerin fikrini soran, ihtiyacını bilen, bu ihtiyaçlara göre düzenleme yapan bir yönetim anlayışı yok. Yönetim zihniyeti büyük oranda neyin yapılabileceğine değil neyin yapılamayacağına odaklanmış durumda. Yönetim gençlerin neye ihtiyacı olduğunu, gençler için en iyisini en iyi şekilde “zaten” biliyor. Dolayısıyla üniversiteler öğrenci merkezli değil, yönetim merkezli olarak yola devam ediyor.

Yönetim ile gençler arasındaki mesafe açıldıkça, örneğin boş bir sınıf etüt veya prova odasına dönüştürülemiyor. Akşam saatlerinde kapalı tutulan kantinler gençlerin serbest zaman geçirecekleri mekânlar olamıyor. Kütüphane ve kitap eksikliği bulunan üniversitelerde gençler bu kütüphaneyi zenginleştirmek için en basit kampanyaları başlatamıyor. Şehirde genellikle gelir kaynağı olarak görülen ve bunun dışında kabul görmeyen gençler üniversite yerleşkesinin içinde veya yurtlarda da uygun bir çalışma, dinlenme, paylaşma, üretme fırsatı bulamıyor. Nasıl ki üniversiteler öğrenci merkezli değilse üniversite şehirleri de öğrenci dostu değil, müşteri dostu. Bütün bunların toplamı ise gençlerin bir araya gelememesi, tanışamaması, paylaşamaması, birlikte üretememesi ve büyümemesiyle sonuçlanıyor.

Kısacası, ülkemizde gençlerin muhatabı yok. Üniversiteli olanlar bile ihtiyaçlarını ve taleplerini iletecek bir muhatap bulamıyorlar. Bir muhatap bulamadıkları gibi bir araya da gelemedikleri, bir araya gelmeleri aktif olarak engellendiği için söylem ötesine geçebilen somut çözüm önerileri geliştiremiyorlar, geliştirdikleri önerileri deneyip hayata geçirme olanakları bulamıyorlar.

Ülkemizde gençler için en sık kullanılan ifadelerden biri gençlerin “başboş” olduğudur. Bu mecaz bir gerçeğe işaret etmektedir. Gençler bu gerçeğin farkındadır. Buradaki tansiyon, bu gençlerin başını kendi hesabına göre doldurmaya çalışanlarla gençlerin kendi başarılarının çaresine bakmak zorunda kalmaları arasındadır. Gençlik kendilerinin yalnız bırakılmış olduğunun farkındadır. Ve bu yalnız bırakılmanın aynı zamanda geriye atılma, dünyanın gelişmiş kısımlarından geride kalma olduğunun da farkındadır. Lakin aynı gençler geride ve bir başına kalmış olmayı ne kendine ne başkasına yakıştıramamaktadır. Bu yüzden kendi başının çaresine bakmayı kuşaklar boyunca deneyimleye deneyimleye yine kendi başına öğrenmek zorunda kalmaktadır.

DEZAVANTAJLI BÖLGELERDE GENÇ OLMAK

Ceren Suntekin

Sosyal Hizmet Uzmanı,

Tarlabaşı Toplum Merkezi Sorumlusu

Merhaba!

Önce kendimi tanıtmak istiyorum. Adım Ceren Suntekin. Yedi senedir İstanbul Tarlabaşı'nda Tarlabaşı Toplum Merkezi'nin sorumlusu ve sosyal hizmet uzmanı olarak çalışıyorum.

Bu toplantıya çağırıldığımda konuyla ilgili neler söyleyebileceğimi düşünmeye başladım. Eğitimimi, çalışma alanımı, çevremi, yaşadığım yeri, kitaplarda yazılanları ve kendi gençliğimi düşündüm. Gençliğimde kazandığım, tecrübe ettiğim ve aldığım kararların benim için hala ne kadar da işlevsel olduğunu gördüm. Şu an hepimizin zaman zaman hoşumuza gitmeyen, toy bulduğumuz tutum ve düşünceler karşısında “off, ne kadar da ergen davranıyorsun” diye hayıflandığımızı; bu şekilde davrananlara karşı ne kadar suçlayıcı olduğumuzu biliyorum. Evet, ergenliğe yaptığımız atıflar bu durumlar karşısındaki tahammülsüzlüğümüzün bir göstergesidir. Hepimizin ömründe farklı zamanlarda farklı yoğunluklarda yaşadığı heyecan, keşifler, değişimler ve buhranlar dönemi olan ergenliği neden bu kadar da baş edilmesi gereken bir dönem olarak görürüz ki?

Türkiye’de Genç Olmak

Gençlik dönemi elbette baş edilmesi gereken bir hastalık ya da bir problem olamaz; ancak toplumumuzun yetişkin merkezli yapılanması gençliği “henüz yetişkin olmamış eksik bireyler” olarak varsaymaktadır.

Yetişkin merkezli bir toplum düzenine sahip olduğumuz için her ne kadar genç nüfuslu bir ülkede yaşıyor olsak da bizim gibi ülkelerde çocuk ya da genç olmak pek kolay bir iş değildir.

Gençlerin ihtiyaç duyduklarında destek ve danışmanlık alabilecekleri kurumlar yaygın ya da iyi yapılandırılmış değildir. Bunun dışında, kendilerini özgürce ifade edebilecekleri, yaşadıkları toplumu etkileyecek kararlarda söz sahibi olmalarını sağlayacak mekanizmalardan yoksundurlar. Okul, sınav, aile hayatı dışında kendilerini var edebilecekleri, geliştirebilecekleri spor, sanat, üretim ve bilim alanları ya sınırlıdır ya da sadece lükse ait bir seçenek olarak atfedilmektedir.

Bu durum bize ilk başta Türkiye’de geçerli ve uygulanabilir herhangi bir gençlik politikası olmadığını düşündürebilir. Ancak; asıl olan gençlerin katılımını sağlamadan, onları sadece tüketicisi ve bir pazar olarak gören bu sistem bir gençlik politikasıdır. Gençleri hedef alan bu hâkim piyasa gençleri aktive eden bir yapıya sahip olmadığı gibi var olan yoksulluk ve dışlanmayı katbekat artırarak eşitliğe, sosyal bütünlüğe ve temel haklara zarar verir. Elbette bu durumdan en çok bu engellemelerle karşılaşan gençler etkilenir.

Ergenlik benden önce birçok konuşmada da belirtildiği gibi çocukluk ve yetişkinlik arasında bedensel, cinsel, duygusal, sosyal, zihinsel değişimlerin birlikte yaşandığı ve çoğu zaman da bu değişimlerin sancılı geçtiği bir ARA dönemdir. Bu dönem, kadın ve erkekte, her toplumda, her kültürde, genetik özelliklere, farklı iklimlere ya da beslenme koşullarına bağlı olarak değişiklik gösterir.

Çocukluktan sonra öğrenmeye; psikolojik, fizyolojik ve bilişsel gelişmeye devam edilen önemli bir basamaktır ergenlik. (Bu nedenle çocuk için oyun oynamak ne kadar en önemli ihtiyaçlardan biriyse gençlikte boş zaman etkinlikleri ve hobileri zenginleştirmek o kadar önemlidir.)

Genç olmak ne çocuk ne yetişkin olmakla; hem çocuk hem de yetişkin olmayı beraberinde getiren keşiflerle dolu bir süreçtir. Öyle ki sosyal, psikolojik ve bedensel değişimlerin hızlı yaşandığı bu dönemde sizden bu travmayı yok sayıp hemen uyum sağlamanız beklenir. Hem kendi varlığınızı, kendi fikirlerinizi ortaya koyma iddianız hem de aileniz ve yetişkinler tarafından onay beklentiniz vardır. En cesur, en aşk dolu, en hızlı, en enerjik dönemlerinizi de yine sadece gençken yaşarsınız.

Ben bugünkü sunumumda size hepimizin türlü duygu-beden değişimleriyle yaşadığımız ergenliği yoksulluk ve sosyal dezavantajlılığı da katarak ele almak istedim. Türkiye gibi sosyal adalet ve hak temelli çalışma fakiri ülkelerde gençlik çalışmalarını bu eksen de katarak ele almak doğru olacaktır.

Çoğu düşünür bile gençliği tanımlarken onu olduğu gibi tanımlamak yerine **“ruhsal olgunlaşmaya ve yaşama hazırlık”** dönemi olarak ele alarak ulaşılması gereken noktaya gitmede tamamlanması beklenen *eksik* bir yapı olarak görür. Bana göre bu kabul derinlerde genç insanın kendini ifade ve yaşama hakkından mahrum bırakan hatta daha da ileri gidersem, üretmesine izin vermeyen sınırlandırıcı bir yaklaşımdır. Gençlerin yetişkin olana dek devamlı gözetim altında tutulması, yol gösterilmesi ama asla özgür bırakılmaması düşüncesi hâkim gençlik politikalarını da belirliyor. Gençlerin tam bir yurttaş olarak görülmemesi, bağımlı ve sosyal imkânsızlıklar içeren bir kategori olarak karşımıza çıkması onların temsil yetlerini, katılımlarını ve en temelde insan haklarını engelliyor. Burada katılımı sadece oy vermek ya da seçme-seçilme yaşı olarak algılamamak gerekiyor. Katılım ailede, çevrede, okulda, sosyal hayatta gençlerin kendini ifade etmesi, onları ilgilendiren kararlarda söz sahibi olmaları, bilgiye erişim, öğrenme ve yeni beceriler elde etme, teknoloji kullanımı, medya katılımı ve sorumluluk almayı da kapsıyor. Gençlerin gündelik hayatta aktif olabilmelerini bedensel engeller etkilediği gibi toplumsal değerler, kültürel ya da cinsiyetçi normlar da etkiliyor.

Çeşitli yaş aralıklarına bağlı olarak biyolojik değişim ve travmalara tanıklık eden gençliğin çoğu zaman sosyolojik boyutu es geçiyor. Oysa her dönemde insanlar yaşadıkları çevreden, kültürden, toplumsal, aile ve eğitim süreçlerinden ayrı düşünülemez. Çoğu zaman ergenliğin başlangıç ve bitişini ergenin ya da ailesinin ait olduğu sosyo ekonomik düzeyin belirlediği görülmektedir. Yoksul ailelerin sokakta oyun oynayan çocuğu ne ara ergenliğe girer çıkar bilinmez; bir anda eve, kardeşlerine, ana babasına karşı sorumlulukları olan bir büyük oluvermiş.

Dezavantajlı olmak, bedensel ve zihinsel engele, kültüre, bölgeye, yaşa, cinsiyete, çevreye göre değişir. Örneğin, kentlerde yaşayan yoksul gençlerin iletişim teknolojilerinden daha az yararlanmaları, spor ve sanatla ilgili faaliyetlere katılamamaları, moda kıyafetlere sahip olamamaları, şiveli konuşuyor ya da yaygın dili bilmiyor olmaları, okula devam etmeyip çalışıyor olmaları dışlanmalarına neden olabileceken; aynı özelliklere sahip kırdaki yaşayan başka bir genç için durum hiç de böyle olmayabilir.

Bu anlamda gençlerle çalışmalarda ihtiyaç analizinin iyi yapılması gerekmektedir. Neyin dezavantaj sayılıp sayılmayacağı bazen kültüre, bölgeye, politikalara da bağlıdır.

Nedir dezavantajlı olmak?

Yoksul, dışlanmış, ayrımcılığa uğramış, yerinden edilmiş, diğerleri gibi olmayıp ötekişen...

Bu bağlamda öncelikle sosyal dışlanma kavramına bakmamız gerekir. **Sosyal dışlanma**, topluma katılamama süreci olarak tanımlanır. Bu durum, insanların maddi ve manevi yoksulluk içinde toplumsal yaşamdan uzaklaştıkları, haklarını ve yaşamlarını koruyacak, onları destekleyecek her türlü kurumdan ve sosyal destekten yoksun olma hali olarak açıklanmaktadır. Sosyal dışlanma analiz odağını bireyden topluma kaydırıldığı için yoksunluk yalnızca gelir değildir. Yoksunluk aynı zamanda toplumun iş, refah, politika sistemleri, kültürel alanlarına katılım, fırsat eşitliği ve temel vatandaşlık haklarında da kendini gösterir.

Ergenlik yaşamın risk dönemidir; ama bazı ergen grupları olumsuz toplumsal etkenler nedeniyle yaşlılarına göre daha da yüksek risk altındadır.

Engellenmişlik ve yok sayılma özellikle risk davranışlara yatkın olan gençlerin şiddete ve saldırgan davranışlara yönelmesini kolaylaştırabilir.

Toplumumuzda gençlik bastırılması, saklanması, yok sayılması, bir an öncesi bitmesi, hatta yasaklı olması gereken bir algı halinde. Gençlik nüfusunun oran olarak yüksek olduğu ülkemizde bu algıyla baş başa kalan bireylerden ne beklediğimizi bir daha düşünelim mi?

Türkiye'deki bölgesel dengesizlikler, bölüşüm adaletsizliği, eğitim ve istihdam sorunları, gençlerin büyük bir bölümü için temel yaşamsal haklardan mutlak yoksunluk gerçeğini ortaya çıkartmaktadır.

Türkiye'ye özellikle 1950-60'lı yılların sonunda kırdan kente göç dalgası hakim olmuştur, hızlı bir şehirleşme yaşanmıştır. Günümüzde kentte yaşayan nüfusun köyde yaşayanlara göre daha fazla olduğu bilinmektedir. 1990'lı yıllarla zorunlu göçün de artışı ile göç ve göçün yarattığı travmanın gençler üzerindeki etkisi de oldukça fazladır.

Göçün yarattığı travma, yoksulluk, işsizlik, yabancılaşma ve dışlanma ile baş etmeye çalışan genç birden fazla sorumlulukla baş başa bulur kendini. İşte dezavantajlar burada başlar.

Dezavantajlı bölgelere baktığımızda gençlerin aidiyet geliştirebilecekleri ve kendilerini ifade edebilecekleri alanlar sınırlanır. Yoksul gençlerin ekonomik kısıtlılıkları onları buldukları çevreye hapsettiğinden diğerleri gibi olmak-aynı olmak için- pahalı ürünleri hayatlarına katmayı daha çok isterler. Ancak örneğin, taklit bile olsa ellerinde son model bir cep telefonu olduğunda, kıyafetleri markalı olduğunda, bilgisayar ya da internet kullanımları arttığında kendileri ve diğerleri arasındaki uçurumu saklayabilirler. Farklı olmak onlara sadece engellerini ve yapamadıklarını hatırlattığından kendilerini bu ürünlerle temsil etmek isterler. Aileler de çoğu zaman çocukları kendilerini dışlanmış hissetmesin diye sosyo ekonomik gelir seviyeleri ne olursa olsun çocuklarına bunları sağlamaya çalışır.

Yoksunluklar yaşayan gençlerin ihtiyaç duydukları saygınlığı ve yeri sağlamada tutundukları bir diğer alan ise uyuşturucu ya da tehlikeli silahların kullanımı, çete üyeliği ve diğer suçlarla ilişkiler

olabilir. Gençler, var olmak için gücün ya da güçlünün yanında olmak isterler. Eğer ailede de sevgi ilişkisi ve demokratik bir sistem yoksa çeşitli imkânsızlıklar yaşayan bu gençler bazı tehlikelerle karşı karşıya kalır.

Dezavantajlı bölgelerde yaşayan gençler ve çocuklar için çoğu zaman “**potansiyel suçlu**” ifadesi kullanılır: “Yoksulluk ve göçün olumsuz etkileri ile genç saldırganlaşır, çetelere katılır, çeşitli uyuşturucular kullanmaya başlar, suça yönelir...”

“Potansiyel suçlu” nitelemesinin çok tehlikeli olduğunu düşünüyorum. Çok yaygın bir ifade biçimi olarak kullanılan bu deyiş, sonuca odaklanarak süreci ve nedeni es geçiyor; dezavantajlı bölgelerde; çeşitli ihtiyaç ve yoksunluklara sahip gençler bir de “potansiyel suçlu” olarak damgalanıyor.

Medyada, günümüzdeki hukuksal süreçlerde, ailede, sokakta, eğitimde, okulda şiddetin çeşitli temsilleri onay alıyor. Katiller ve tecavüzcüler aklanıyor, her gün onlarca kadın aile içi şiddet mağduru oluyor, okullarda ya da iş yerlerinde disiplin sağlama aracı olarak şiddete başvuruluyor, insanlar nefret söylemlerine maruz kalarak evlerinden atılıyor, çetelere saygı duyuluyor. Gündelik hayatta bu kadar kabul gören hatta alkış alan bu tutumu yok sayılan, dışlanan ve kendini gerçekleştiremeyen gençlerin sahiplenmesi çok da anormal gibi gözüküyor.

Ayrıca daha çok yoksul ya da çeşitli yoksunluklar yaşayan gençlere yöneltilen “potansiyel suçlu” damgası onları öğrenilmiş çaresizliğe iterek, gelecekle ilgili söz sahibi olmalarında pasifleştirici etkiye neden oluyor. Gençler çalışsa da çalışmasa da, okusa da okumasa da, başarılı olsa da olmasa da; o semtte oturduğu ya da o şehirden olduğu için, sosyo ekonomik olarak gelir seviyesi düşük olduğu için, belirli bir etnik ya da cinsel kimliğe sahip olduğu için ikinci sınıf vatandaş olarak görülebilmektedir. Bu durum onların umut etme ve harekete geçme davranışlarını olumsuz etkiler.

(Tarlabaşı’nda yaşayan gençler, iş başvurusu yaptıklarında iş görüşmeleri ne kadar iyi gitse de ev adreslerini ya da iletişim adreslerini söylediklerinde Tarlabaşı’nda oturdukları için işverenin onları geri çevirdiğini söylemektedir.)

Kürt olmak, Roman olmak, Alevi olmak, Ermeni olmak, eşcinsel olmak, genç evli olmak, genç ebeveyn olmak, özürlü olmak, okulu bırakmış olmak, çalışan olmak, sosyal destek mekanizmalarından uzakta bırakılan bu gençlerin karşılaştıkları artı dışlanma sebebi olarak yer alıyor.

Daha çok yakın bir zamana kadar Türk Dil Kurumu Sözlüğü’nde “çingene” tanımı içinde “edepsiz”, “saygısız”, “cahil”, “küstah”, “vahşi”, “karısını satan”, “hilebaz, hırsız”, “ağzı bozuk” gibi olumsuz anlamlar yer alıyordu. Elbette bazı algıları değiştirmek köklü ve uzun soluklu çabaları gerektiriyor.

Sürekli engellenen gençler en enerjik oldukları dönemde üretmez hale geliyorlar.. Yaşanan içsel ve dışsal engellemeler genç bireyleri güçsüzleştiriyor.

Ne yapılmalı?

Sosyal hizmet “kişi, grup, ve toplum olarak insanların doğal yetenek ve yaratıcı güçlerini harekete geçirerek duygusal, sosyal, ekonomik sorunlarını çözümlenmelerine yardımcı olmakla kalmayıp, onları kendi gelişmeleri için seçtikleri hedefe varmak üzere yapılan çalışmalara etkin olarak katılmaya da teşvik eder” olarak tanımlanır. Bu hedefler yoksulluğa veya fiziki ve zihinsel yetersizliğe çare bulmakla sınırlanmış olmayıp daha çok insan gücünün değerlendirilmesi ve toplumun gelişmesi için harekete geçirilmesini içerir.

Sosyal hizmet, savunmasız baskı altında ve yoksulluk içinde yaşayan insanların güçlendirilmesine ve ihtiyaçlarına dikkat ederek insanlığın refahını arttıracak çalışmaların teşvik edilmesine çalışır. Bu anlamda sosyal hizmetin sosyal değişmeyi etkilemek, bireyin sosyal işlevselliğini arttırmak, birey-toplum etkileşimini güçlendirmek, sosyal bilinci geliştirmek, insan haklarını güvence altına almak ve toplumsal refah kaynaklarının dağılımını dengelemek gibi misyonları vardır. Dezavantajlı bölgelerde yapılacak sosyal hizmet çalışmalarında genç bireylerle mikro düzeyde yapılacak sosyal destekler dışında makro düzeyde savunuculuğa da yer verilmelidir.

Toplumun ihtiyaçlarına bütüncül cevaplar sunabilmesi, işlevsel çözümler getirebilmesi ancak katılımı mümkündür. Gençlerin ve özellikle bazı imkansızlıklar yaşayan gençlerin katkıları katılım hakkını kullanmalarının elzem olması bir yana bakış açıları, değerleri, bilgi birikim ve deneyimleri eşsiz olduğundan daha gerçekçi sistemleri ve sağlıklı demokrasileri yaratmaları bakımından da çok önemlidir.

Çocukluğundan beri çalışmak zorunda kalmış, kardeşlerine bakmak için her daim ana baba sorumluluğu almış, köyünden, kasabasından, evinden, bildiği tanıdığı iklimden coğrafyadan, akranlarından, sosyal ağlarından uzak düşmüş, çoğu zaman dilini, kültürünü, kimliğini saklamak zorunda kalmış, kim bilir kaç acıya tanıklık etmiş ve 17 yaşında erkeklerden hoşlandığını fark eden bir oğlan, henüz 57 yaşına basmış annemden daha çok deneyim ve görüye neden sahip olmasın?

En zor koşullarda yaşamını sürdüren ve geleceklere konusunda en fazla belirsizliğe sahip gençler eşitlik, adalet, demokrasi ve sürdürülebilir barış konusunda iyi birer öğretmen olacaklardır. Yeter ki biz onları dinleyelim, yeter ki kendilerini ifade etmelerini sağlayacak ortamlar ve araçlar sağlayalım.

Dikkat edilmesi gereken bir diğer konu, gençlik ya da ergenlik üzerine yapılan çalışmaların yine yeni birer sosyal dışlanma konusu veya stigmatizasyon yaratmadan sosyal içermeye dönük yapılması gerektiğidir.

Farklı deneyimlerden, farklı bedensel işlevselliklerden; farklı sosyoekonomik düzeylerden, farklı cinsel yönelimlerden, farklı eğitim düzeylerinden ve farklı etnik kimliklerden ve aile kültürlerinden, farklı engellere sahip genç bireylerin birlikte üretebilecekleri, karşılıklı saygı, destek ve güvene dayalı ortamlar oluşturmak, birbirleri arasında arkadaşlık geliştirebilmelerini sağlamak, kendilerini ilgilendiren konularda onlara danışmak ve onlarla tartışmak belki bu alanda çalışan bizlerin yapması gereken en önemli şeylerdir.

Çeşitli imkânsızlıklara sahip ya da dezavantajlı bölgelerde yaşayan gençler çoğu zaman bir korku unsuru gibi tanıtılır. İsimleri suçla, uyuşturucuyla ve çoğu zaman terörle o kadar kolay ağza alınır ki temel ihtiyaçları, özellikleri, becerileri ve güçlü yanları gözden kaçır. Bu tip riskli bölgelerde yaşayan çocuk ve gençlerin sorunlarla baş etme mekanizmaları, dünya görüşleri, sisteme ve politikaya bakış açıları çok gelişmiştir mesela...

Sonuç olarak gençlerin ve özellikle de dezavantajlara sahip gençlerin sosyal katılımlarını artırıcı aktivitelerin artırılması için mekânlar, araçlar, koşullar oluşturulmalı; onların bilgi ve becerilere sahip olabilmeleri için erişimi kolaylaştırıcı katkılar sağlanmalı, toplumsal düzeyde çeşitli grupların kaynaşmasını sağlayıcı etkileşimlere yer verilmeli ve bu konuda çalışan uzman ve aktivistlerin farklılığa değil eşitliğe vurgu yapacak teorik ve pratik çalışmaları yaygınlaştırılmalıdır.

Şimdi sizleri beni için çok değerli olan sevgili Tarlabası Toplum Merkezi Gençlik Orkestrası ile baş başa bırakıyorum. Sizlere kendilerini onlar tanıtacaklar... Umarım beğenirsiniz.

Teşekkür ederim.

Yararlanılan Kaynaklar

Roman Çocukların Gözüyle Ailelerin İşlevselliği-Tarlabası Örneği-Ceren Suntekin Yüksek Lisans Tezi

Sosyal İçerme Eğitim Klavuzu- İBÜ- STK Birimi

Zorunlu Göçün Çocuklar ve Gençler Üzerine Etkisi- Başak Kültür Sanat Vakfı

Sosyal Hizmetlerin Yeri ve Önemi-4. Ulusal Sosyal Hizmetler Konferansı

Psikoloji Sözlüğü-Selçuk Budak

Ergenlik Psikolojisi- Adnan Kulaksızoğlu

Gençlik Çağı- Atalay Yörükoğlu

Gençlerin Toplumsal Yaşama Katılımı-Yunus Emre Özer

Gençlik Örgütlenmelerinde Gençlerin Sorunları- Demet Lüküslü

Tüketim Toplumunda Genç ve Yoksul Olmak-Melike Aktaş Ymanoğlu

Sosyal Dışlanma-Faruk Sapançalı

Ayrımcılık-Kenan Çayır, Müge Ayan Ceyhan

Toplum ve Sosyal Hizmet-Cilt 14, sayı 2

BAŞ ETMEKTE ZORLANIYORUM

ERGEN VE YARATICILIK

Taner Güvenir

İzmir Dokuz Eylül Üniversitesi

Çocuk ve Ergen Ruh Sağlığı ve Hast AD Öğretim Üyesi

“Müziğin en zor tarafı doğaçlama yapmaktır ve yaşlandıkça bu daha da zorlaşır.”

John Briks (Dizzy) –Büyük Caz sanatçısı

Giriş

Ergenlik ve yaratıcılık arasında özel bir ilişki olduğu son yıllarda sıkça kabul gören bir görüştür. Bu iki kavramın beraber anıldığı literatürler giderek artmaktadır. Bazı yazarlar, yaratıcılığın özel bir anlam ifade ettiği ve ergenlik döneminde yaşanan yeniden yapılanma sürecinin yaratıcılıktan farklı ele alınması gerektiğini savunsalar da, bu konudaki yazıların büyük bir çoğunluğu, yaratıcılığın, ergenlik dönemine özgü gelişimsel hedeflere ulaşmada önemli bir rol üstlendiği ve ancak yaşamın bu döneminde yaratıcılığın gerçek anlamına ulaşabildiğini savunmaktadırlar. Bu görüşe göre yaratıcılık ilk kez ergenlik döneminde gelişir. Çocukluk kendi başına yaratıcı bir dönem değildir ancak ergenlik dönemindeki yaratıcılığın oluşum aşamasıdır.

Bu yazıda, ergenlik döneminin doğal bir gelişim özelliği olarak yaratıcı olduğu ve bunun “kalıcı bir kendilik” oluşumundaki katkısı üzerinde durulacaktır. Dahası, bu özelliğin ergenlerin ruhsal sağaltımında olumlu bir unsur olarak kullanılması, yaratıcı terapilerin ya da terapide yaratıcı yöntemlerin kullanılmasının bu döneme özgü sorunların çalışılmasında sağladıkları avantajlar da tartışılacaktır.

Yaratıcılık

İngilizce yaratıcı kelimesi “creative”, Latince “*creare - yapmak*”, ve Yunanca “*krainein – gerçekleştirmek*” kelimelerinden türemiştir. Bu iki kök te yaratıcılığı yeterince çağrıştırır ancak asıl önemli olan yapmak ya da gerçekleştirmenin ne zaman ve nasıl başladığı sorusudur.

Frued’un psikanalitik kuramı geliştirdiği ilk dönemlerde dürtüler ve onların evrimini oldukça yoğun şekilde incelemiştir. Ona göre, dürtüler değişime ve yönlendirmeye uğraması gereken bir enerjidir. Libidinal enerji bastırma ile kontrol edilir ve yaratıcı çalışma bu sürecin sublime edilmiş şeklidir. Freud, primer sürecin - yani bilinçdışının, ikinci süreç -yani bilinç düzeyi ile seyircide bilinçdışı doyum sağlamak üzere bir araya gelmesini yaratıcı bir çalışma olarak tanımlar. Örneğin, yaratıcı bir eylem sırasında, artist, dissosiyasyon gibi ilkel psikik mekanizmaları kullanıyor olabilir. Kendini büyüsel düşünceye kaptırmış hatta megalomanik biri gibi görünebilir. Ancak daha yakından incelendiğinde, sanatçının içindeki ilkel tarafı kendi kontrolünde tuttuğu ve yüksek düzeyde bir entegrasyon yaşadığı görülür. Yaratıcı kişi, olağandan daha yoğun algılamasını ve hissetmesini

sağlayan inanılmaz düzeyde bir enerjiye sahiptir. Kris bu tip kişileri “id içeriğine, bu içerik tarafından bunalmadan, kolayca ulaşabilme özelliğine sahip olan, primer süreç üzerinde kontrol sahibi ve psöşik işlevsellik düzeyleri arasında gerektiği kadar hızlı hareket edebilen kişiler” olarak tanımlamıştır. Yaratıcı kişinin bilinç, bilinç öncesi ve bilinçdışı zihinsel işlevler arasında salınabilme gibi olağandışı bir kapasitesi vardır.

Yaratıcı kişilerin ödipal döneme yönelik çatışmaları hemen her zaman ön plandadır. Ancak ödipal karmaşayı ve bununla ilişkili olarak dürtüsel yoğunluğu sanatsal bir ürüne döndürebilme becerisi gösterebilirler. Yaratıcılığın başarıya ulaşabilmesi dürtüsel motivasyonun yoğunluğu ve ikili (libidinal – agresif) özelliğinin ustaca kullanılmasının bir sonucudur.

Kleinien bakış açısında, yaratıcı süreçte, yaratıcılık, sembolizasyon ve geçiş nesnesinin önemi büyüktür. Düşünme ve artistik yaklaşım üzerine yapılan çalışmalar, Kleinien anlamda “depresif durum”, sembolik düşünme ve yaratıcılık arasındaki içsel ilişkiyi göstermiştir. Depresif durum açısından ele alındığında, onarma işleminin temelini sembolik düşüncenin oluşması ve geçiş nesnesi olduğu görülür. Birbiri ile ilişki içinde olan bu süreçler açısından incelendiğinde yaratıcı kişi ve yaratılan ürün gelişimsel açıdan yaşamın ilk ayları ile bağlantılıdır. Bu görüşe göre yaratıcılık, anne ve annenin memesi ile sembolize edilen kaybedilmiş ideal infantil nesnelere yönelik onarma ve restore etme özleminden kaynaklanır.

İlham geldiği “an”lar kendilik ve nesne ayrılaşmasının regresif olarak ortadan kalktığı ve yerine geçiş sürecinin geliştiği dönemlerdir. Yaratılan nesne, erken dönem geçiş nesnelere gibi, kısmen kendiliğe, kısmen diğerine, ancak ne kendiliğe ne de diğerine aittir. Depresif anksiyete, nesnenin yok edilmesi ve tekrar onarılması döngüsellik içinde yaratıcılığın ortaya çıkmasını sağlayan itici güçtür. Anksiyete ve yaratıcılık birbiri ile ilişkilidir. Klein, yaşam ve ölüm dürtülerinin arasındaki karşılıklı etkileşiminin katlanılabilir düzeyde yaratıcı bir gerginlik yarattığını savunur. Yas tutabilme becerisinde artış yaratıcılıkta artışı beraberinde getirir.

Klein, onarma sürecinin yas tutabilme becerisi ile farklılaşabileceğini belirtir, böylece yaratıcılık, nesne tasarımının özlemi ile tutulan yasın tamamlanması için yapılan yapay bir çabadır. Artistin yaratıcı dürtüleri, deneyimin geçici olma özelliğinden kendini koruma amacı taşır. Artist, sadece kendini değil kaybettiği nesneyi de ölümsüzleştirmeyi arzular. Özlem duyulan nesnenin yokluğu, erken dönem algıların canlanmasına yarayan egonun hizmetinde bir regresyona yol açar ve bu bir sanat eserini ortaya çıkarabilir.

Kleinien geleneğinin bir temsilcisi olan Hanna Segal, sanatçının çalışmalarının bir yandan yaratma fantezilerinin doğrultusunda, yeni bir eser ortaya koymaya yönelik olduğu diğer yandan ise sembolik düzeyde eskiyi onarma ve tekrar oluşturma çabasından güç aldığı çelişmesine dikkati çekmiştir. Her yeni yaratılan, aslında bir zamanlar bütün olarak sevilen ancak şimdi parçalanmış ve kaybedilmiş nesnenin tekrar yaratılmasıdır. Artist sıklıkla eserini sembolik anlamda bebeği gibi hisseder. Bu anlamda yeni bir nesne olarak hissedilir.

Artist sanatsal çalışmalarında, kendi infantil depresif durumunu işler ve sadece kendi iç dünyasını ve iç nesnelere bir onarma ve yeniden yaratma çabasıyla kalmaz, bunu dışsallaştırarak ona dış dünyada bir hayat verir. Segal, artistik yaratıcılığın depresif durumun onarma çabasından kaynaklandığını savunur. Ancak bu erken döneme ait ruhsal yapının entegrasyonu ve işlenmesini gerektirir. Entegre edilmesi gereken o dönemlere ait kaos ve tehdit altında olma kaygıları ve entegrasyon sırasında kaybolan ideal tasarımlardır.

Segal, sanatçının kendi iç dünyası ile anlık farkındalıklar yaşadığını belirtir. Bu farkındalık çoğunlukla iç ve dış dünyanın birbirinden ayrımlaştırılabilmesi ile birliktedir. Dış gerçekliğin bu şekilde farkında olabilmek yaratıcılık ve sanırsal düşünme arasındaki temel ayırmadır. Yaratıcılığın en önemli özelliği, dış ve iç dünya arasındaki sınırların kaybolması ile ayrımlaştırılması arasındaki hassas dengenin korunmasıdır, bu sayede mistik deneyimlerden ve en önemlisi akıl hastalığından farklı bir düzlemde ele alınabilir.

Artist kendi yaratıcı kapasitesi ve kısıtlılıklarına ilişkin muazzam bir farkındalık içindedir. Bu kısıtlılıklarını bir yandan kendi yararına kullanır bir yandan ise yenmeye çalışır. Gelişimsel olarak, yaratıcılık ilerlemeyi beraberinde getirir ve infantil, çocuksu ve erişkin tip işlevselliklerin karışımından oluşur. Kendiliği ile ilişkide olan, yani yaratıcı dışavurumlara sahip olan artist, anksiyetesini herhangi bir inkar ya da sanırsal yola başvurmadan ifade edebilir (bütünleşmiş kendilik). Diğerleri ise, yetenekli olsun olmasın, artistin yaratıcı çalışmasının büyüü içinde yer alabilir ve hatta onun değerini anlamadan taklit etmeye çalışabilirler (yamalı kendilik).

Ergenlik

Kimlik gelişimi, bilişsel ve affektif değişimlerin kişi üzerindeki etkinliği, bağımsızlık ve bireyselleşme için gereken deneyim yaşama ve bireysel ve sosyal beklentiler, hızlı değişime ayak uydurma çabası, deneyimlerin zenginleşmesi ergenlik döneminin genel özellikleridir.

Blos'un klasik çalışması "Ergenlik Üzerine"den sonra, bu uzun dönemin aslında birbirini izleyen alt dönemlerden oluştuğu geniş kitlelerce kabul gören bir görüş olmuştur. Erken ergenlik döneminin psikodinamiği, libidinal ve agresif dürtülerin şiddetlenmesi ve dağınıklığı, düzen sağlamak amaçlı erken bağımlılık ilişkilerine geçici regresyon, kastrasyon anksiyetesinin yeniden canlanması, Ödipal çatışmanın yeniden ortaya çıkması ve egonun görece zayıflaması olarak özetlenebilir. Orta ergenliğin hedefleri ise, primer nesne bağlarının gevşemesi, dürtülerin yönelimin netleşmesi ve genellikle artmış bir narsisizmin eşlik ettiği, aşık olma ile yas tutma arasında devinim yaşama olarak sıralanabilir. Son olarak, geç ergenlik dönemi, egosintonik ve kişilikle uyumlu çatışmaların gelişmesi, erişkin tip cinsel tercihin belirlenmesi, megalomanik amaçlardan uzaklaşarak çevresel ve bireysel imkanlarla sınırlı hedeflere yönelme ve kişinin dış dünyada kendine bir yer edinmeye çalışması ile karakterizedir.

Ancak, P. Blos, E. Jones ve E. Erikson gibi klinisyenler kişilik gelişiminde ergenlik döneminin önemini giderek daha fazla vurgulamaya başlayanların başında gelirler. Blos'un kuramsal anlamda en büyük katkısı kişiliğin ergenlik döneminde tekrar yapılandığı ve son şeklini aldığını tanımlamasıdır ve bu süreci ikinci bireyselleşme olarak isimlendirir. Onun yazılarında ortaya koyduğu düşünceye göre, kişilik yapısında belli bir sürekliliğe ve kalıcılığa ancak ikinci bireyselleşme sürecinin tamamlanması ile ulaşılabilir. Blos, "kişilik yapısının ulaştığı gelişimsel hedef", "dürtü ve ego yapısının uyumu" ve "sürekliliğin yapılanması" gibi cümleleri ancak ergenlik sonrası dönemi anlatırken kullanır.

Mahler'in kuramına göre birinci bireyselleşme yaşamın ilk 3 yılı içinde, kendilik ve nesne sürekliliğinin sağlanması ile tamamlanır. Bu sürecin sonunda, sembolik bir membranın yırtılarak bebeği bireyselleştirdiği belirtilir. Ergenlikte ise, aile bağımlılığından uzaklaşma, infantil nesne bağlarının kaybedilmesi, ego ideallerinin oluşumu erişkin dünyasında yer alabilmek için gerekli aşamalarıdır. Ergenliğin sonlanması ile birlikte, kendilik ve nesne tasarımlarının yerleşmesi ve

sınırlarının netleşmesi ve bu sayede kişiye dengeli bir otonomi kazandırması beklenir. Bilişsel gelişimde, somut düşünmenin yerini soyut düşünmenin alması ile otonomi düşüncesinin kavramlaştırılması mümkün olur.

İkinci bireyselleşme süreci dürtüsel yapıda ve ego işlevlerinde önemli değişiklikler gerektirir. Ergenlik döneminde ego, ide oranla görece olarak zayıflar çünkü; (a) puberte ile cinsel dürtülerde yoğunlaşma olur, (b) latens dönemde ego genişlemesini sağlayan ebeveyn ego desteği bu dönemde ergen tarafından reddedilir. Ayrıca süperego da gücünü kaybeder ve yeni ego ideallerinin oluşturulması için arayış içine girer. Depresif durumun uygun şekilde işlenmeye çalışılmasına rağmen belli bir ambivalans ortaya çıkar. Süperegonun yumuşaması, deneyimleme çabalarında ve anne babadan gelecek tehdit kaygısına karşı belli bir rahatlama sağlar. Gerçeklikten geçici olarak uzaklaşılabilir.

İkinci bireyselleşme süreci regresif (gerileme) ve progresif (ilerleme) hareketlerinin birbirini izlediği bir süreçtir. Blos'a göre regresyon, sadece ergenlik dönemi için, gelişimsel açıdan gerekli, bütünüleyici ve sağlıklı olarak ele alınabilir. Bu döneme özgü regresyon, duygusal olgunluğa ulaşmada ilerlemenin ön koşuludur. Nesne ilişkilerinin ayrımlaşmamış düzeyine kısmi bir regresyon gerçekleşir ve ergen depresif durumda erken dönem ayrılıklarına yönelik infantil tutkuları ile ilişki içine girer. Olgunlaşabilmek için eski yapıların tekrar ele alınması ve kısmen değiştirilmesi gerekmektedir. Psikolojik anlamda progresyon ve regresyon salınım kapasitesi yaşamın başka hiçbir dönemi ile bu kadar uyumlu değildir. Temel sevgi ve nefret nesnelere ayrılma sürecinde ortaya çıkan ambivalans bu duygularla baş edilmesi, tekrar çalışılması, kapsanmasını ve sonuç olarak kabullenilmesini gerektirir.

Artan sosyal talepler ve beklentiler, dış kaynaklı ansiyetenin artışına neden olur. Bu tür beklentiler ve dürtülerin yol açtığı içsel çatışmalarla yüzleşmek zorunda kalan ergen anksiyete ve çatışmadan kaçınmak için daha erken dönemlerde etkin olan narsisizm, oral açgözlülük ve sadizm gibi ilkel tepkilere geri dönmeyi seçebilir. Ergenin ilerlemesi bu regresif sapmalar olmadan normal yolunda gidemez. Regresyon, duygusal olgunluğa ulaşmada ilerlemenin ön koşuludur. Dolayısı ile bireyselleşme, egonun "ileri gitmesi" ve "ergen gelişiminin hizmetinde regrese olmasını" birlikte içerir. Bu birbirine zıt iki saptamanın anlamını belkide en iyi Nietzsche'nin ünlü benzetmesiyle açıklayabiliriz;

"Geriye gittiğini söylüyorlar, gerçekten de öyle, çünkü zıplamaya çalışacak"

Aşık, şiirlerini sevgilisinin yanında yazmaz. Çünkü, var olduğu durumda onun yokluğu için yas tutmanın gereği kalmaz ve ideal sevgiliyi aramaya gereksinimi azalır. Ergenlik, ilk sevgi nesnelere terk edilmesi ve çocukluk geçmişinin bir daha geri gelmemek üzere uzaklaşması nedeni ile yas tutma ile ilişkilendirilmiştir. Anna Freud'a göre ergenlik ve yas tutma, sevginin ve sevgi nesnesinin bir daha geri gelmeyeceğini kabullenme anlamında aynı acı çekme sürecini paylaşırlar. Feragat etme, geçmişte kalan anıların ve sevgi ilişkisinin geri gelmeyeceğinin farkında olarak, hatırladığı, tekrar yaşantılandığı ve hissedildiği bir süreçtir. Geçmiş yaşantıların anılarda kalması gerektiğinin giderek daha fazla hissedilmesi ergenin yaşamın geçiciliğini farkına varılmasına yol açacaktır. Ergenin yas tutma süreci sayesinde kazandığı bağımsızlığa ilişkin her türlü işlev, infantil nesne tasarımlarından uzaklaşabilme ile geçerlik kazanır. Bunu, aile dışı heteroseksüel sevgi nesnelere psikolojik ve fiziksel yakınlaşma izleyecektir.

Ergenlikte Yaratıcılık

Neden birçok ergen şiir yazar, tekrarlayıcı şekilde popüler şarkılar dinler ya da son rap parçalarını söylemeye çalışır? Birçok ergenin yazdığı şiirlerde sanatsal unsurlara pek rastlanmaz ve genelde bir çeşit sivilceyi andırır ama yine de olgunlaşma yolunda vazgeçilmez bir özelliktir. Bu bize ergen gelişiminin kısmi regresyon üzerinden gerçekleştiğine bir örnektir. Yaratıcılığın gelişim sürecinin daha iyi anlaşılması, bize ergenlik dönemindeki kafiyelerin, fantezi düzeyindeki primer yaşantıların şiirsel bir yapı içinde bilişsel bir çözüm arayışı olduğunu gösterecektir. Bu gözle görülür çaba, aslında altta yatan ambivalans ile baş edebilme ve kabullenme sürecinin bir parçasıdır. Ergenlik dönemindeki şairlik yas tutmayı temsil etmektedir. Bir yandan sevilen ve arzulanan nesneden ayrılmanın acısı ve diğer yandan bu sevgiyi anılarda ölümsüzleştirme arzusu, lirik bir anlatımda anlam kazanır.

Kimliğe ilişkin sorunların halledilmesi ve kalıcı kimliğin gelişmesi, Ödipal çatışmaların canlanması, otonomi ve bağımsızlık kazanma yönündeki baskılar gibi özgün çatışmalar ve gelişimsel hedefler, yaratıcılığın bu dönemde ortaya çıkmasındaki en önemli etkenlerin başında gelir. Ergenlik döneminde yaratıcılığın ön planda olduğu alanlara yönelik ilgi ve yatırımın olması, sağlıklı bir kimlik oluşumunu kolaylaştırır, dahası, kimliğin özel bir bölümünü oluşturarak yaratıcılığın yaşam boyu devamını sağlayabilir.

“Aradaki alan” ya da ergenlik, kişiliğin arandığı ve bulunduğu yerde korunmaya çalışıldığı bir dönemdir. Ancak ergen gelişimsel ambivalansın labirentleri arasında yaratıcı bir şekilde kalıcı kişiliğe giden yolunu deneyerek bulmak zorundadır.

Yaşam boyu düşünme süreçlerini şekillendiren fanteziler, yaşamın hiçbir döneminde bu kadar belirgin değildir. Düşünmedeki akışkanlık bu dönemdeki yaratıcı başarıların bir göstergesi olabilir. Bilinç ve bilinçdışı arasındaki salınımlar ortaya “kültürel alan” olarak değerlendirilebilecek bir alan çıkarır. Yaratıcılık ile onarım çabası arasındaki döngüsel hareket ergenlikte aktif hale geçer ve bütünleştirici sembolik tasarımlar en üst noktasına ulaşır. Segal’in belirttiği gibi sembolizasyon nesne ile ilişkiden doğan anksiyete ile baş etme çabasıdır. Onarma çabasına yönelik yaşantılar ergenlik dönemi gelişimsel krizinin çözümlenmesinin en önemli bölümünü oluşturur. Bağımsızlık arzusu ergende anksiyete yaratır ve böylece yaratıcılık için gerekli gelişimsel ortam gerçekleşmiş olur. Bu detekleyici hareket erişkinliğe doğru olan olgunlaşmayı hızlandırır.

Sharfstein, yaratıcı aktivitenin otonomi yönünde gelişimi hızlandırdığına vurgu yapar. Freud’a göre, çocuğun cinsel gelişiminde, cinsel dürtüler geliştikçe, başarısızlıklarla karşılaşılacak ve bu onun infantil omnipotansında kırılmalara neden olacaktır. Bu duygu ergenlik dönemine taşınır.

Anna Freud ergenin bir daha hiçbir zaman olamayacağı kadar yaratıcı olduğunu belirtir. Bazı düşünürler ergenlik ve yaratıcılık arasındaki ilişkiye yönelik önemli saptamalarda bulunmuşlardır. Örneğin, Goethe, Eckermann’la bir konuşması sırasında şöyle der “*Olağanüstü başarılar genellikle gençlik ile bağlantılıdır... doğuştan dahileri kendilerine has kişilerdir. Diğer insanlar sadece bir kez yaşarken, onların ergenliği tekrarlayıcıdır...*”. Ona göre, yaratıcılığın sırrı yaşam boyu ergen kalabilmektir.

Bağımsızlığın kazanılması arzusu, anne babadan ayrılma deneyiminin tekrar yaşanmasına bu da depresif durumun ortaya çıkmasına yol açar. Bu durum sembol öncesi döneme ve ilkel sembollere

regresyonu tetikler. Eğer yaratıcılığın yas tutma sürecini temsil ettiği kabul edilirse, bunun ergenlikte sıkça karşılaşılan bir durum olduğuna şaşırılmamak gerekir. Ergenlikteki yaratıcılık, infantil nesnelere kaybedilmiş çocukluğunu onarma çabası olarak görülebilir. Zamanın geçiciliği, kayıp ve ölüm gibi temalar yas tutma sürecini temsil eder ve eğer başarıya ulaşırsa, ergenlik dönemi yaratıcılığın alanında olumlu gelişmelerle birlikte ergenlik döneminin kapanmasını sağlar.

Yüksek düzeyde üreten yaratıcı kişiler yaşamları boyunca bir dizi ergenlik tipi krizler yaşarlar, ilgi alanları, ilgi odakları ve yaşam şekilleri değişikliğe uğrar. Cevabını aradıkları bir sürü soruları ve kendilerine has tarzları ve yetenekleri vardır. Bu soru ve sorunlarla kendilerine has yöntemlerle baş ederler. Yaratıcı eylem süresince, sanatçının ilkel tarafı ile kişiliği arasındaki sürekliliği sağlayan düzenleme işlevi geçici olarak görev yapamaz. Ergenlik döneminde bu tür bir düzenleme işlevi henüz oluşum aşamasındadır. Yetenekli ve güvenli ergen egosunun bu henüz tam düzenlenmemiş yapısından faydalanabilir ve yaratıcı aktivitelerde kendi yararına kullanabilir. Özellikle matematik ve fizik alanında birçok mucidin, gençlik döneminde parlamasının nedeni bu olabilir. Öte yandan, kişilik yapısındaki bu düzensizlik bir psikopatoloji gelişimi için de uygun bir zemin hazırlayabilir. Yaratıcı beceriler ile ruhsal sorunlar sıklıkla birlikte bulunabilir.

Yaratıcı bir erişkin, egonun düzenleme işlemini ve sürekliliğini geçici süre ortadan kaldırma kapasitesine ve becerisine sahip kişidir. Bir başka değişle, geçici bir süre ergenlik dönemine özgü ego düzeyine yani, canlı ve hareket dolu gençlik ateşine geri dönmektedir. Sanatçı, tekrarlayan çatışmaları, yetersiz düzeydeki bastırma savunması, erken gelişim dönemlerine olağan dışı şekilde ulaşabilmesi ve birincil süreç deneyimleri ile ergen gibi yaşar.

Ergen Psikoterapisinde Yaratıcılığın Yeri

Ergenler, herkesin bildiği gibi, onlarla etkileşim içinde olan herkese bir dizi sorun yaşatabilir. Terapistler bu konuda istisna teşkil etmez. Ergenlerle psikoterapi, terapistin çok yönlü ve becerikli olmasını ve aktif dinleme, gözlemlenme, özdeşim modeli olma, güvenli bir ortam sunma, eğitim, cesaretlendirme ve teşvik sağlama, sınırları belirleme, açıklık getirme, aktarım, karşıtaktarım ve dirençleri yorumlama gibi bir dizi karmaşık terapötik müdahaleyi başarı ile yapabilmesini gerektirir. Terapinin sanatsal tarafı bu güçlüklerle uzlaşma yollarının bulunmasında yatar. Blos'a göre terapist kendini öncelikle narsistik bir doyum nesnesi olarak sunmalıdır. Çünkü ergenin temel amacı çatışmaların çözümü değildir ve terapi bu amaç üzerine kurulmamalıdır. Lauffer çiftin de ergenlik öncesi geçmişin ergenlik krizi yatışana dek, bir başka deyişle ergenliğin sonuna dek, yorumlanmamasından yanadır. Anna Freud göre ise "Ergen analiz edilemez. Bu giden bir trenin arkasından koşmaya benzer" der. Özetle, ergenlerin terapisine ilişkin detaylı bir yönerge mevcut değildir. Dahası, neredeyse ergenlerle çalışan tüm klinisyenler işe ergen hastalarla uğraşmanın zorluklarını anlatmaya başlarlar.

Terapi gören ergen, özellikle, kırılğan, savunmasız ve daha da önemlisi stresle baş etme de yeni yöntemleri öğrenmeye açıktır. Kendi yaratıcı tarafını keşfetmesine yardımcı olabilecek her türlü girişim, ergenin bilinçdışı kaygılarının, katlanılabilir bir ortamda, ortaya çıkmasını sağlar. Bu sayede ergen ve terapist, yaşamakta olan çözümsüzlük duygusunun üstesinden gelmek için yeni kaynaklara ulaşabilir. Ergenin yaratıcı köklerine ulaşabilmesi ruhsal sağlığının sürekliliği açısından da büyük önem taşır. Duygu ve düşüncelerin daha önce deneyimlenmemiş bir yolla ve derinlikte aktarabilmesi, ergenin kendini ve başkalarını anlaması yolunda yeni beceriler kazanmasını da beraberinde getirir. Yaşam-ölüm, umutsuzluk, beden algısı, kimliğe ve benlik algısına olan tehditler,

örselenmeler, aşk, öfke ya da nefret gibi duygular açık, dürüst, destekleyici ve güvenli bir ortamda daha sağlıklı bir şekilde ele alınabilir.

Bir olgu örneği;

“Meltem, 16 yaşında kız ergen, aşırı doz (annesine ait) antidepresan alımı sonrası birkaç gündür yaşamsal işlevlerin kontrolü ve tıbbi bakım için yoğun bakım ünitesinde yatmaktadır. Doktorları tarafından, hastaneden taburcu edilmeden önce rutin olarak çocuk ve ergen psikiyatrisi konsültasyonu istenmiştir. Psikiyatrist ile ilk görüşmesinde kendi ile ilgili hiçbir şey söylemek istememiş ve her soruya “bilmiyorum” ya da “konuşmak istemiyorum” şeklinde yanıt vermiştir. Bu görüşmeleri ve psikiyatrik değerlendirmeyi tamamen çıkmaza sokmuş ve Meltem’in ruhsal durumu hakkında fikir sahibi olmak imkansız hale gelmiştir. Genç kız bir sonraki gün tekrar görüşmeye zorla ikna olur. İkinci görüşmenin başından itibaren benzer bir süreç başlar, görünüşe göre Meltem kendini güvende ve anlaşıldığını hissedene dek tüm kapılarını dış dünyaya kapalı tutmaya kararlıdır. Psikiyatrist bir süre daha Meltem’i konuşturmaya çabaladıktan sonra, genç kızın sehpanın üzerinde duran kağıt mendil kutusundan aldığı kağıtlarla farklı şekiller yapıp bozduğunu fark eder. Bu duruma odaklanıldığında, Meltem resim yapmayı sevdiğini ve mimarlığa ilgi duyduğunu belirtir. Bunun üzerine psikiyatrist, Meltem’den elindeki kâğıtları ve odadaki diğer nesnelere kullanarak ortada duran sehpanın üzerine son zamanlardaki sosyal hayatının resmini ya da heykelini yapmasını ister. Genç kız şaşırtıcı bir şekilde kolayca bu teklifi kabul eder ve kısa bir süre sonra canlı ve dikkatli bir şekilde odada dolaşarak yapacağı heykel için nesnelere aramaya koyulur. Birkaç dakika sonra, sehpanın üzerinde özenle yerleştirilmiş birçok nesne bulunmaktadır; kendini temsil eden “kağıt mendil kutusunu” ortaya koyar. Ona çok yakın bir yere sırasıyla erkek arkadaşı ve en yakın kız arkadaşını temsil eden bir “tükenmez kalem” ve “ataç kutusu”nu yerleştirir. Annesinin yerine koyduğu “yapma çiçek” ve babası için kullandığı “tel zumba” birbirine oldukça yakın ancak kağıt mendil kutusundan belirgin derecede uzakta durmaktadır. Son olarak, okulu temsil eden kalın bir “ders kitabı”nu sehpanın en ucuna yerleştirir. Hoşuna gittiği her halinden belli olan çalışmasını bitirdikten sonra, psikiyatrist Meltem’den sehpadan biraz uzaklaşıp sosyal yaşantısına ilişkin yarattığı sembolik eseri seyretmesini ister. Psikiyatrist daha sonra Meltem’e eserinde herhangi bir ekleme ya da değişiklik yapmak isteyip istemediğini sorar. Bunun üzerine genç kız gözyaşlarına boğulur çünkü yaptığı heykelde çok sevdiği ama bir o kadar da kıskandığı kız kardeşini koymayı unutmamıştır. Meltem’e göre kendinden 2 yaş küçük kız kardeşi yaşamın her anında ondan daha iyidir ve bu nedenle anne babası her zaman onu tercih etmektedir. Şimdi kapılar biraz aralanmış, ve Meltem kendini anlatmaya hazır hale gelmiştir.....”

Bu olgu örneği belli bir terapötik tekniğin tanımlanması ya da bu alanda uzmanlaşmış bir klinisyenin yapılandırılmış görüşmesi değildir. Daha çok bu yazının amacına uygun düştüğüne inandığım, kendiliğinden gelişen ve yönlendirilen bir olgu görüşmemden alıntıdır. Daha öncede belirttiğim gibi, ergenin yaratıcı tarafını keşfetmesine yarayan her türlü çaba, bilinçdışı malzemesini ölçülebilir ve kontrol edilebilir biçimde ortaya çıkarır. Bu da hem ergenin hem de terapistin “tukanmışlık” duygusundan kurtulabilmek için yeni yollar bulmalarını sağlar.

Sonuç

Yaratıcılığın başarıya ulaşabilmesine ilişkin geleneksel psikanalitik düşünce bunun ergenlik döneminin biyopsikososyal konumundan ve gelişimsel hedeflerinden kaynaklandığını göstermektedir.

Yaratıcı kişilerin tek ortak yanlarının id ya da erken dönem ego durumuna ve birincil süreçlere geçişteki olağandışı yetenekleri olduğu belirtilmektedir. Bu kesinlikle ergenlik döneminin de bir özelliğidir. Ergenlik dönemi de, sanatsal etkinlik gibi, ego hizmetinde bir regresyondur.

Yaratıcı köklere ulaşmak hastalık durumları için olduğu kadar sağlıklı süreçler için de yeni kaynaklar sunar. Kendini algılayabilme ve ifade edebilmeyi daha önce denenmemiş yollarla ve derinlikte yapabileceğini keşfetmek, ergenin kendi farkındalığını geliştirmesi ve başkalarını anlayabilmesi için bir dizi yeni beceriler kazanmasını sağlar.

Winnicott dediği gibi;

“Kişinin, hayatın yaşamaya değer olduğunu hissetmesi, her şeyden önce yaratıcı algılarına bağlıdır... Yaratıcı şekilde yaşamın sağlıklı olduğuna inanırsınız.”

Ergenlik ve yaratıcılığın ortak özellikleri

	Ergenlik	Yaratıcılık
Egonun hizmetindeki regresyon	√	√
İde, egonun erken dönemleri ve birincil süreçlere kolayca ulaşabilme	√	√
Bilinç ve bilinçdışı arasındaki salınım.	√	√
Tamamlanmamış represyon	√	√
Yinelenen çatışmalar	√	√
Anksiyete	√	√
Yas tutma	√	√

AİLEDE DEMOKRASİ MÜMKÜN MÜ?

Emre Konuk

Psikolog, Davranış Bilimleri Enstitüsü (DBE)

Demokrasi, halkın egemenliği temeline dayanan yönetim tarzıdır. Ancak unutmayalım; burada “halk” çocukları içermez. Demokrasilerde çocukların oy hakkı yoktur, yani kendilerini yönetecek kişileri seçemezler, değiştiremezler. Bunun için belli bir yaşı beklemeleri gerekir. Temel varsayım; çocukların kendileri için iyiyi doğruyu ayırt edecek zihinsel ve duygusal olgunluğa sahip olmadıklarıdır. Bu da doğru bir görüştür.

Çocuğun eğitiminde “baskı-serbestlik” ikileminin, pedagojik bir yaklaşımdan çok, gücün kullanımıyla ilgili politik bir tutumu yansıttığını bilmemiz gerekir. Ailenin bütünlüğünü korumak, aileyi yönetmek, dengeleri kollamak politik kararlardır. Psikolojiyle, çocuk eğitimiyle, pedagojiyle bir ilgisi yoktur. Her anne-baba, bir aile olma kararı aldıklarında, ister bilinçli, ister bilinçsiz, bu politik kararı da aldıklarını bilmelidirler. Yani, yineleyelim; oyunu kurallarına göre oynamak zorunda kalacaklardır.

Anne babanın, okulun, televizyonun vs. temel görevi, çocuğun kendisini nasıl koruyacağını öğrenmesini sağlamaktır. Demokrasi çerçevesinde ele aldığımızda, çocuk kuralları sorgulayabilir, gözden geçirebilir, itiraz edebilir ve gündeme getirebilir. Bir çocuk bunları yapıyorsa, hiyerarşiyi kabul etmiş demektir. Bir kural gözden geçirilir ve izin veren taraf anne baba olur.

Aile içerisinde anne baba kural koyan taraftır. Bu kuralların peşine düşerek uygulamasının sağlanması onların rolü gereğidir. Bu arada, çocuğun itirazı dinlenebilir ve makul itirazlarsa, kabul edilebilir. Bu kurallar her zaman değişime tabidir ve çocuk her zaman kuralları sorgulayabilir. Kurallar, yaş, olgunluk, zeka, içinde bulunulan sosyal ortam, çocuğun gelişme/olgunluk seviyesi gibi kriterlere bakılarak oluşturulur. Liseye giden bir çocuğun, Taksim’de sağlığını koruyarak var olmasını öğrenmiş olması gerekir, çünkü üniversiteye başka bir şehirde gittiği zaman orada kendisini koruyabilecek durumda olmalıdır.

Çocuklar okuduklarından, seyrettiklerinden, arkadaşlarından etkilenirler, bunu engellemek mümkün değildir. Bu, metropol hayatının ve çoğulcu toplum dediğimiz düzenin doğal halidir. Ama bunlara bir sınır getirilebilir. Küçük yaşta çocuğun hayatına disiplin getirilirse, çocuk şikayet etmeyebilir ve hayatın doğal hali olarak anlayabilir. Sınırlamak, kontrol ve özellikle paylaşmak önemlidir, çünkü paylaşmadığımız ve çocuğu suçladığımız zaman, çocuk saklama eğilimine girecektir. Bilgi almamak ise anne baba için en kötüsüdür.

Kısacası, bizim anne baba olarak önemli bir-iki işimiz var, bunlardan bir tanesi çocuğa, bir diğer adı olgunlaşmak olan, isteklerini ertelemesi gerektiğini öğretmektir. İkincisi de, uyum sağlayacağı alışkanlıkları öğretmemiz gerekiyor. Kuralları benimseme de bunu içine giriyor. Çalışma, para kazanma vs. söz konusu olduğunda, belli alışkanlıkları çocuğun yavaş yavaş belli yaşlarda öğrenmesi gerekiyor.

AİLEYİ YÖNETMEK

Aileyi yönetmek çocukların işi değildir. Çocukların görevleri yaşlarına, zihinsel ve duygusal gelişim düzeylerine göre durmadan değişir. Örneğin; yürümeyi, yemek yemeği, ağlamadan istemeyi, giyinmeyi, rekabeti ve paylaşmayı, kız tavlama, kendini korumayı, zamanını planlamayı, isteklerini ertelemeyi, stresle baş etmeyi, yaşamın, yetişkinlerin ve hocaların saçmalıklarına toleransı, **özgürlük alanlarını genişletmek için asılmayı, kabul edilebilir bir biçimde isyan etmeği**, mizahı, sorgulamayı, yaratıcı çözümler oluşturmamayı, dans etmeyi, kendine yetmeyi, çalışmayı, para kazanmayı, vermeyi ve almayı, sevmeyi, sevilmeyi, keyif almayı, mutlu olmayı ve daha pek çoğunu öğrenmek çocuğun “aslı” görevleridir. Bunlar temel yaşam becerileridir ve arasında “aileyi yönetmek” yoktur. O iş anne- babanın işidir.

EN BÜYÜK TUZAK

Ailede çocuklarla ilgili bir problem yaşandığında, en sık düşülen tuzaklardan biri, anne ve babanın aynı cephede yer almamaları ve ortak bir dili geliştirmiyor olmalarıdır. Çocuğun eğitimi ile ilgili nelerin yapıp nelerin yapılmayacağı söz konusu olduğunda, anne baba, maalesef, tartışma başlatabiliyorlar. Bunun önlenmesi gerekir çünkü çocuklar bu farkı gördükleri anda kullanmaya başlarlar ve elbette ki, yaşadıkları kişi anne olur. Anne de, bazı durumlarda babaya söyleyerek, babadan gizli çocuğa bazı haklar verme yoluna gider. Buna kendini zorunlu hissettiği, doğru olanın bu olduğunu düşündüğü için çocuk ile yaklaşarak baba dışarıda kalır, aile sisteminin ve karar mekanizmalarının dışına itilir. Bu, ailelerde jenerik problem yaratmak için potansiyel bir ortamdır. Bu ortamın olduğu her ailede problem çıkmaz ama aile problem çıkmaya çok elverişli hale gelmiş olur. Dolayısıyla, ilk yapılacak işlerden biri, anne ve babayı ortak bir dile, ideolojiye, eğitim anlayışına yönlendirerek kuralları koyma ve yaptırım gibi hallerde anlaşmaya vardırımdır.

Uzun süre belli bir sorunu yaşayan ailelere baktığımız zaman, anne babaların veya karı kocaların birbirleriyle bir problem yaşadıklarında bir çare geliştirdiklerini görüyoruz. Bulunan çare (kızmak, bağırarak, nasihat, kural koymak, kuraldan vazgeçmek vs.) işe yaramıyor olabilir. Bir sorun devam ediyorsa bunun anlamı, anne babanın bir kural koyup veya bir kriter oluşturup bir müdahalede bulununca bunun işe yaramamasıdır. Baktığımız zaman, bir anne 15 sene boyunca çocuğuna ders çalışmasını söyleyebilir veya bir karı koca birbirlerine 15 sene üç cümleyi geçmeyen suçlamalarda ve karşı suçlamalarda bulunabiliyor. 15 sene boyunca o problem çözülmeyebilir ve aynı suçlamalar gidip gelebilir. Bir sorunu çözemediğimiz zaman, bulduğumuz çare işe yaramıyorsa, biraz daha bastırarak ve sık söyleyerek sorunun çözüleceği varsayılır. Bu tuzağa düşmemek gerekir. Daha doğrusu, tuzağa düştüğümüzün farkına varıp yaptığımız müdahalenin işe yaramadığını görünce farklı bir çare ve müdahale oluşturmamız lazım.

PROBLEM ÇÖZME FORMATI

Hem problem yaratan hem de problemlerin aşılmasında katkıda bulunduğunu gördüğüm bir tema ya da alışkanlık da, ailelerin bir problem yaşadıklarında o problemi kronik hale getirip aşamadıkları zaman, bir problem çözme formatı oluşturmamış olmalarıdır. Problem yaşamayan aileler bu formatı oluşturuyorlar ama bunu ayak üstü yapabiliyorlar. Çocuk diskoteğe gitmek veya arkadaşında kalmak ister. Bunun üzerine diğer arkadaşların da gidip gitmediği araştırılıyor, çocuğu götürcek sağlam biri aranıyor. Bunları yapan da hep anne oluyor. Sonuçta, anne baba çocuğun

gitmesini göze alacaklar, sabaha kadar uyumayıp bunu çocuklarına belli etmeyecekler. Sorunsuz bir şekilde gidip geliyorsa, tekrar gidebilecek. Böylece, bir düzenleme yapılıyor ve aile bir problem çözüme formatı oluşturmuş oluyor.

Son olarak, bütün bu süreç içerisinde aile sorunlarını tartışırken anne babanın en sık düştükleri tuzak, “sen-ben” tartışmasına girmeleri. Böylece, sorun tartışmanın dışına taşar ve birbirini suçlamalar başlar. Bundan ciddi anlamda kaçınmak gerekir, çünkü o saat çocuğun sorunlarının tartışıldığı bir saattir, karı koca meseleleri varsa da ayrı bir saat konarak anne baba birbirleriyle ilgili şikayetleri konuşurlar. Çocukla ilgili bir sorunu tartışırken anne baba birbirine giriyorsa, anne babanın kendi ilişkileri ve evlilikleri ile ilgili bir soruları vardır ve çocuk meselelerini tartışırken, bu durumu ister istemez gündeme getirmekteler. İkisini birbirine karıştırmamak gerekir. Eğer halledemiyorlarsa ve özellikle çocukla uğraşırken tartışmaya devam ediyorlarsa, makul bir süre de geçtiyse, artık sorun haline gelmiş demektir. O zaman bir profesyonele başvurmak düşünülebilir.

CİNSELLİĞİ MERAK EDİYORUM

ERGENİN KAYGILARI, SORULARI, ARAYIŞLARI

Nurcan Müftüoğlu

TAP Vakfı, Uzm. Sosyolog

Ergenin Cinselliğe Yaklaşımı

Ergenlik, yaşanan bedensel ve duygusal değişimin yanı sıra cinselliğin sosyal ve kültürel kodlarıyla tanışılan bir dönem. Aileden başlayarak, arkadaşlar, öğretmenler, yetişkinler cinsellik dünyasını tanımlayan, anlamlandıran, sınırlayan ve şüphesiz yorumlayan mesajlar vermektedir. Bilgi bir yanıyla çok ulaşılabilir, internette bir tık uzaklıkta farklı nitelikte sayısız bilgi vardır. Bazen birbirini tekrarlayan bazen de reddeden bir dolu enformasyonla karşılaşılır. Pek çok konuda ergeni yönlendiren aile suskunlaşmışsa çok da dert edilmeyecektir. Akranlar, arkadaşlar yeterince heveslidir cinselliği konuşmak için. Cinselliği keşfetmeye istekli ergene popüler kültür ve kitle iletişim araçları çok fazla seçenek sunar. Ergenin rol modelleri, hayranlık ve merakla izlenen idolleri ve starları da hep özel yaşamları ile gündemdedir.

Popüler kültürden pornografiye uzanan enformasyon çeşitliliği ve veri zenginliği ergenin dünyasında değişen oranlarda yer almaktadır. Yaşam biçiminden ilgi alanlarına, politik görüşlerinden meslek seçimine uzanan bir alanda kendini yetişkin dünyasına hazırlarken ergenin cinsellikle ilgili soruları ve sorunları da olacaktır. Eğitim alanından sağlığa mevcut toplumsal yapılanmanın cinselliğe ilişkin bu arayışta, ergeni ve genci destekleyecek mekanizmaları yaygın ve ulaşılabilir bir noktaya taşıyamadığını biliyoruz. Ailenin yetersiz rolü, ergen cinselliğini reddeden bir toplumsal çevre ve danışmanlık ve sağlık merkezlerinin olmaması ilk aşamada tanımlayabileceğimiz göstergeler. Araştırma sonuçları bilgi eksikliklerini ve gençlerin öğrenme konusundaki isteklerini kanıtlasa da, önemli bir toplumsal kesimin bu ihtiyacı/boşluğu görmezden gelmeye devam ettiği bir başka gerçek.

TAP Vakfı'nın okul temelli cinsel sağlık eğitim programı, tam da bu ihtiyaçtan yola çıkarak bir "uygulama modeli" geliştirmekte. Öğrencilerin merak, istek ve ihtiyaçlarına odaklanarak gelişen program; ergeni anlamaya ve desteklemeye çalışıyor. Cinsel gelişim süreçlerini dikkate alarak, yaşa ve kültüre uyumlu bir eğitim çalışması sürdürüyor.

Cinsellik konusunda "bilgi"; sadece pozitif bilimlerden ve araştırmalardan beslenen bir alan değil, aynı zamanda değerler, önyargılar, inanılar, kaygılar ve korkularla çevrelenmiş, iç içe geçmiş bir alan. Bir ergenin doğrudan ve ön yargısız, naif ama aynı zamanda cesur duruşu, bilgideki bu kirliliği yakalamak için önemli bir fırsat. Ergenin bakışı, yetişkine ve ebeveyne duruşundaki ve yaklaşımındaki çelişkileri yakalama şansı yaratıyor. Ve aynı zamanda cinselliğe ilişkin yaklaşım ve tutumların ne denli kültürel olduğunu göstererek alanın göreceliliğine dikkat çekiyor. Ergenin tepkilerine ve geri bildirimlerine bu açıdan yaklaşmak bir öğrenme fırsatına dönüşebilir.

Ergenlerle sürdürmekte olduğumuz eğitim çalışmaları, onların seslerini duymaya açık ve bu konuda konuşmalarını, öğrenmelerini teşvik ediyor. Bu konuda geliştirecekleri yaklaşım iletişime açık ve

cinselliği paylaşmayı - konuşmayı destekler nitelikte olmalı. Bu metin cinsel gelişim sürecindeki birkaç temel başlık üzerinden ergen paylaşımlarını içeriyor. Metinde yer alan başlıklar, doğrudan ders başlıkları olmasa da, program kapsamında izini sürdüğümüz ve cinselliğe yaklaşım noktasında belirleyici alt başlıklar. Derlenen geri bildirimler ergenin gözünden henüz yapılanmaya başlamış ama kalıplara dökülmemiş haliyle görülen resmi anlamayı ve anlamlandırmayı amaçlıyor. Yapmak istediğimiz; altını çizdiğimiz noktaları sizlerin de gündemine taşımak ve ergene yaklaşırken, sorularını yanıtlarken, onlara dokunurken bu temaların da dikkate alınmasını sağlamak.

Biyolojik Cinsiyet – Toplumsal Cinsiyet:

2-3 yaşından başlayarak biyolojik cinsiyetinin ayırımında olan çocuk, sosyalleşme sürecinde “kızlar ve oğlanlar için olanları”, oyunları, oyuncakları, giysileri, davranışları öğrenerek cinsel kimliğini geliştirir. Her kültürün içinde ki kadınlık ve erkeklik rolleri de bu öğrenme sürecinin bir parçasıdır. Dolayısıyla bedenle ilgili algıları toplumsal cinsiyetten ayırmak mümkün değil. İki ayrı cinsiyetin varlığı 10 yaşında da biyolojik –genital farklılıkların, üremenin ötesinde anlam kazanmış, toplumun yüklediği rolleri kaydetmiştir. Cinsiyetler, sadece biyolojik farklılıkları ile değil ama yanı zamanda sosyal rolleri ile iç içe algılanmaktadır.

Neden iki cinsiyet var?

- “Aşık olmak, evlenmek için.” (4.sınıf, kız)
- “Sadece kadınlar ya da erkekler olsaydı dünya çok sıkıcı olurdu.” (4.sınıf, oğlan)
- “İki cinsiyet olmasaydı hayat çok renksiz olurdu.” (4.sınıf, oğlan)
- “Kadınlar olmasaydı erkekler bazı işleri yapamaz, kendilerini besleyemezlerdi.” (4 sınıf, kız)
- “Sadece erkekler olsaydı dans edemezlerdi, sadece halay filan çekebilirlerdi.” (4.sınıf, oğlan)
- “Sadece kadınlar olsaydı vatani kim koruyacaktı?” (4.sınıf, oğlan)

Cinsellik Algısı:

Ergenlik, kadın ve erkek olmanın öğrenildiği ama aynı zamanda o rollere yüklenen anlamların da sorgulanmaya başladığı bir dönem. İçinde yaşadığımız kültür cinsellik konusunda sadece sınırları ve yasakları değil ama aynı zamanda geleneğin ve modernin bir arada var olduğu, paradoksal pek çok tabloyu içeriyor. Muhafazakâr alan içinde sınırları zorladığı düşündüğümüz tutumlar veya modern olana yakıştıramadığımız değerler bir arada olmaya devam ediyor. Cinsellik tutum ve davranışlar konusundaki bu görüntü ergene sorgulayabileceği pek çok malzeme veriyor; çifte standartlar (kız ve erkek ergene verilen farklı mesajlar), kendi içinde çelişkili duruşlar (özgürlükçü ama homofobik ebeveynler), uygulanamayan yasalar (evlilik yaşı).

Cinselliğe toplumun baktığı gibi bakması, yaşadığı gibi yaşaması istendiğinde ergen ne görüyor?

- “Doğuştan bir hymenim yoksa ve bu konuya kafasını takacak bir adama aşık olursam o zaman ne olacak? Neden bunlarla uğraşmak zorundayız?” (8.sınıf, kız)
- “Ben aşk diyorum, annem ‘ödevini yap’ diyor. Ayı dünyaların insanlarıyız. Bence o bu dünyaya direk anne olarak geldi.” (7. sınıf, kız)

- “Madem 18 yaş öncesi yasak biz de yurt dışına gidip yaparız bu işi !” (7. sınıf, oğlan)
- “Toplum başkalarının cinselliğine karışıyor, yolda öpüşen iki genç görse ‘cık cık’ deyip başını çeviriyor ama taciz, tecavüz, küçük kızların zorla evlendirilmesi...bu toplumda oluyor. İki yüzlülük değil mi?” (8.sınıf, kız)
- “Ergenlerin, gençlerin cinselliği yokmuş, olmamalıymış gibi davranılıyor. Gençken her haltı yiyen yetişkinler şimdi bize akıl veriyor, yasak koyuyor.” (8.sınıf, oğlan)

Bilgi Kaynakları Açmazı:

Cinsel gelişim döneminde sadece bilgilenme boyutu ile değil ama “yetişkinle paylaşım” noktasında da biraz tek başına/sadece akranıyla baş başa bırakılan ergen “bilgi çağının sayısız olanağı ve ileri teknoloji ile baş başa kalıyor. Orada ki bilgi kirliliği ile başa çıkması, pornografiden gelen cinsellik modelini bir yere yerleştirmesi gerekiyor. Yalnız bırakıldığında, popüler kültürün uzantısı olan bilgiyi sahiplenen – cinsellikte pornografinin baskın kadın-erkek tipolojisini benimseyen bir kuşak gözliyoruz.

Ergenlerin pek çoğu için pornografi bir bilgi kaynağı, dürtüleriyle yönlendikleri, merak ve heyecanlarına karşılık buldukları bir dünya. Ancak 10-12 yaşlarındaki çocukların dahi pornografiye ulaşıyor olması ciddi ruhsal sorunların yaşanmasına neden oluyor. Küçük yaş gruplarında kurgu ve gerçekliğin ayırt edilemediğini, çocuk dünyası için yetişkin cinsel davranışlarını gözleminin yüz yüze gelmenin travmatik sonuçlar yarattığını biliyoruz. Anne-babaların ve öğretmenlerin, sanal ortamın sınırları çizme konusunda sadece duyarlı değil ama aynı zamanda yetkin de olmaları gerekiyor.

- “İnternette ayak numarası büyüdükçe penisin de büyüdüğünü okudum. Doğru mu?” (4.sınıf, kız)
- “Öğrenmek için porno mu izlemek lâzım, yoksa nasıl öğrenicez, tecrübemiz olmaz.” (5.sınıf, oğlan)
- “Pornografi en iyi bilgi kaynağı bence.. Ne biliyorsak o filmlerden öğrendik.” (8.sınıf, oğlan)
- “Pornoya ulaşmak kolay. İnternette bir tık yetiyor.” (8.sınıf, oğlan)
- “Beğenmediğiniz o porno filmlerden çok şey öğreniyoruz.” (8.sınıf, oğlan)

Ebeveynin Rolü:

Pek çok araştırmanın ortak bulgusu, eğitim düzeyi yüksek olan ebeveynin çocuğunun cinsel eğitiminde destek olma konusunda daha istekli ve aktif olduğu yönünde. Bu sorumluluk özellikle ergenlik dönemi öncesi yaşanacaklar ve bedendeki değişimler konusunda çocukların bilgilendirilmesi olarak yorumlanıyor. Cinsellik konusunda ailenin değerlerinin ve sınırlarının paylaşılması, riskler konusundaki uyarılar bu paylaşımın devam eden adımlarını oluşturuyor. Ergenlik dönemi değişikliklerinden bahseden, büyüdükçe de riskler konusunda uyarı ebeveyn böylece rolünü tamamladığını/sorumluluğunu yerine getirdiğini düşünebiliyor. Eğitim düzeyi sınırlı ve geleneksel yapıdaki ailelerden ise sessizlik, ayıplar ve yasaklar hükmünü koruyor.

Ortak paydada, hemen tüm aileler çocuklarının bu konuda bilgilendirilmesi için okulun rol almasını onaylıyor. Böylece nasıl yol alacaklarını çok da bilemedikleri zor ve riskli bir alandan uzak

kalabiliyorlar. Bu konudaki en önemli soru, hangi yaşta, hangi bilgi, hangi düzeyde paylaşılacak. Kullanılacak dil ve terminoloji için bir diğer zor yanı. Ancak belki hepsinden daha önemlisi, bu gündemi paylaşmanın çocuğunuzla “yüz-göz olmak” anlamına geleceği konusundaki önyargı. Bir başka açıdan baktığımızda da, aileler ve hatta eğiticiler arasında yaygın olan bu “yüz-göz olma” kaygısının zor bir alana adım atma konusundaki direnç olduğunu da söyleyebiliriz.

- *“Niye bu konularda kızlara anneler, erkeklere babalar bilgi verir hiç anlamam. Annem benimle konuşmaktan kaçıyor, babama pashıyor. Aslında babamdan daha bilgili bu konularda.” (8.sınıf, oğlan)*
- *“Bilgi edinmek için en doğru kaynakların anne-babalar olduğunu söylüyorsunuz. Ben televizyonda öpüşme sahnesi çıktığında kanal değiştirilen bir evde büyüdüm. Bu konuları onlarla nasıl konuşabilirim?” (8.sınıf, oğlan)*

Oysa cinselliği ergenlerle konuşma/paylaşma konusunda ortak bir noktaya varabilmek mümkün. Ergen için bu konuda konuşabilmek ve kendini ifade etmek, bilgilenmek kadar önemli bir ihtiyaç. Ancak burada eğitim ortamında ve akranlarla yaşanan paylaşımın ötesinde, ailenin rol ve sorumluluklarının da olduğunu vurgulamak gerekiyor.

- *“Böyle bir konuyu sınıfta, ders saatinde konuştuğumuza inanamıyorum. Şimdi ben bu eğitimden dışarıda birine bahsetsem ‘size okulda bunları mı öğretiyorlar’ der kesin. Topluca ayıplanırız. Ama burada son derece keyif alarak, sorgulayarak, güzel güzel konuştuk.” (8.sınıf, kız)*

Cinsellik ve Duygular:

Hormonların devreye girdiği noktadan itibaren cinsel dürtüleri ile tanışan/karşılaşan ergen bu süreci yönetmekte zorlanabiliyor. Bedenindeki değişimle başa çıkmaya-uzlaşmaya çalıştığı bir noktada, rüyaları, hayalleri ve düşünceleriyle bir yandan da aşka, sevdaya en fazla da haz arayışına yöneliyor. Cinsel sağlık eğitim programında 14-15 yaş grubunda cinselliğe bütünsel bir bakış açısı yaratmaya çalışıyoruz. Cinselliği sadece cinsel organlara/cinsel davranışlara odaklı bir kavram olmaktan öte daha bütünsel algılamalarını hedefleyen çalışmalar yapıyoruz. Cinselliğin boyutları çalışmalarını bedenden başlayarak, duyguda, davranışta ve sosyo-kültürel ortamda bu süreci etkileyen ve dahil olan ne kadar fazla değişken olduğunu onlara fark ettirmeyi amaçlıyoruz. Dört başlıkta çalıştığımız bu egzersizde; bu yaş grubu ile çalıştığımızda ve özellikle cinsel eğitimle henüz tanışmışlarsa “cinsel duygular” başlığı altında gelen kelimeler/kavramlar şöyle;

Cinsel duygular nelerdir?

- Üreme ve çocuk (annelik-babalık duygusu)
- Porno izleme ve uygulama isteği
- Tatmin olma duygusu
- Kendini kanıtlama duygusu
- Korunma isteği
- Seks isteği /adrenalin / sapıklık /sapkınlık

- Pozisyon çeşitliliği isteği
- Elleşme isteği
- Gerdek isteği

Aynı 14 yaş grubu ile daha önceki yıllarda çalışma başladıysanız bu sayfa çok daha disipline edilmiş/ kültürel formata sokulmuş şekilde ortaya çıkar; mutluluk, merak, korku, kaygı, bazen en son ortaya çıkan sevgi, aşk gibi...

Yaşanılan şeyin adının koyulamaması da bir başka sıkıntıdır, bu hem bedende neler olup bittiğini anlayamamak hem de adlandıramamakla ilgili bir sıkıntıdır. Bebek dilinin ardından (kuku, mimi, pipi) ergenin geldiği nokta argo ve pornografinin dilidir. Organ isimlerinden başlayarak, cinsel davranışların tanımlanmasına uzanan bir çizgide, yaşadıkları şeyin karşılığını bulamadıklarında, kendilerine yakıştırdıkları “sapıklaşmak” “düşüncelerin sapıklaşması” deneyimlerinin çok da rastlantısal olmadığı görülür.

Gelişen-değişen bir yaşantısal süreç vardır; ancak bunun dilde bir karşılığını bulmakta zorluk yaşar ergen. Kelimelere dökemediği, kavramlaştıramadığı-anlamlandıramadığı bir konuda sağlıklı ve tutarlı davranmasını beklemek de gerçekçi olmayacaktır.

- “Vajinadan yapılan çocuk olması popodan yapılan zevk içinmiş, öyle mi?” (5.sınıf, oğlan)
- “Azınca insan çok tuhaf hissediyor. Normal mi?” (7.sınıf, kız)
- “Ergenlere sapık diye bakılıyor. Hormonlar yüzünden, ne yapalım?” (8.sınıf, oğlan)

Ergenin, yetişkin dünyasının çifte standartları ile karşılaştığı ilk alanlardan biri cinsellik. Neredeyse büyüme, bu kalıpları fark etmenin ve gözlemenin ardından gelen bir çeşit içselleştirme/oyunun kurallarını öğrenme süreci. Geleneğin, kültürün beslediği alışkanlıklar “sessiz-konuşulmayan bir alan olması – konuşulduğunda ayıp haline gelmesi-yasaklarla yüklenmesi pornografi gibi meşruluğu sorgulanan bir kanaldan öğrenilmesi ve beslenmesi” cinsellik alanını büyümenin önüne bir “tehdit-aşılması gereken mayınlı arazi” gibi konumlandırıyor.

Buradan baktığımızda “milli olmanın “ erkekliğin bir şartı olması hiç de rastlantı değil.

Derslerimizde orta öğrenim kademesinde en fazla ilgi gösterilen ve tartışılan konular, bu alana ilişkin yasalardır. Cinsel ilişki, istismar suçları, gebeliğin sonlandırılması vb. onları ilgilendirebilecek yasal çerçeveyi paylaşmak pek çok soruyu ve yorumu beraberinde getirir.

- “İki taraf da istiyorsa 18’den önce cinsel ilişki suç olamaz.” (8, oğlan)
- “Devlet bizi kışkırdığı için 18 yaşından öncesine yasak koyuyor.”8, (oğlan)

Güvenli Cinsellik:

Okullarda çalışırken onları taşımak istediğimiz en temel noktalardan birisi; güvenli cinsellik konusunda duyarlı olmaları, güvenli cinselliğe sadece bedendeki riskler boyutunda değil, gelişim süreçleri, özgüvenleri, ilişkileri bağlamında da doğru yaklaşımlarını sağlamak. Bu kavramla ilk karşılaştıklarında, ‘Güvenli Cinsellik Nedir?’ sorusuna verilen yanıtlar:

- “Korunma yöntemleri kullanmak.” (8.sınıf, kız)
- “Daha önce cinsel ilişkiye girmemiş biriyle birlikte olmak.” (8.sınıf, oğlan)
- “Cinselliği kimsenin görmeyeceği, güvenli yerlerde yaşamak.” (8.sınıf, oğlan)

“Cinsel ilişkiyi erken yaşlarda yaşamak riskleri de beraberinde getirir.” Paylaşımına gelen yorumlar;

“Kızlık zarı patlayabilir.” (7.sınıf, oğlan)

“Evlendik diyelim, o zaman da riskli mi?” (7.sınıf, oğlan)

Ergenlerin yaşamlarının henüz başında bile, cinsellik konusunda ne denli yüklenmiş olduklarını görünce, yetişkinlerin kendileri konusunda bir kez daha düşünmeleri gerekiyor. Ergenle cinselliği konuşan, paylaşan, eğiten yetişkinin bu alanda kendi duruşuna ve yaklaşıma ilişkin farkındalığı son derece önemli. Bilgilerinin yeterli ve doğru olmasının ötesinde, yetişkin kendi inanı ve değerlerinin, korku ve kaygılarının ergen için ne anlama gelebileceği bilmeli. Kendi bakışını ve değerlerini oluşturma sürecindeki ergene, nesnel ve evrensel bir yaklaşımla; onu güçlendirecek, sosyal ortamı ve kişiliği ile uyumlu bir duruşa taşıyacak desteği sunabilmeli.

KARŞILAŞMA

Handan Keskinler

Psikolojik Danışman, Koç Özel İlköğretim Okulu

Öncelikle konuşma başlığımın hikâyesinden bahsetmek istiyorum sizlere. Paylaşım için “Karşılaşma” başlığımı seçtim. Son yıllarda değişim göstermeye başlasa da, öğrencilerimizin büyük bir çoğunluğu tek çocuk. Ebeveynleri çalıştığı için ya da başka sebeplerden ötürü büyük bir çoğunluğunun evinde yardımcı ablalar ya da teyzeler var. Anlayacağınız yetişkinlerle kuşatılmış durumdalar. Evcilik ya da doktorculuk oynayabilecekleri bir kardeşleri ya da yaşitları yok. Evin dışındaki yaşam alanlarını düşündüğümde hem cinsleri ve karşı cinsten yaşitlarıyla en çok karşılaşma fırsatı buldukları ortam okul. Okulda yaşanan bir süreci aktaracağım için aklıma gelen ilk sözcük olan “karşılaşma” hemen konuşmamın başlığı oluvermişti. Konuşmamı yazmadan önce adını koymuştum ve sonra yazmaya başladığımda bu başlığın beni nerelere götüreceğini çok da kestiremediğimi fark ettim. O kadar çok örnek zihnime üşüştü ki onların içinden seçim yapmak biraz zor oldu. Konuşmamı yazmaya başlamadan önce koyduğum bu başlığın zihnimde uyandırdıklarına baktım. Çünkü “karşılaşma” diye içimde bu başlıkla dolaşırken ona eşlik eden başka sözcükler de vardı. Karşılaşma, karşı olma, tanışma, rekabet, yarışma, kaynaşma, kararlaştırma, karışma, karşılaştırma, karmaşa, karşılama, karıştırma... Gerçekten benim için şaşırtıcı oldu, okulda gördüklerimden ne kadar çok şey barındırıyordu bu sözcükler ve ifade ettikleri. Belki bu sözcüklerin bir kısmına sizlerle paylaşacağım örnekler sırasında tekrar rastlayacağız.

Örneklerimi anasınıfından 8. sınıfa kadar ki öğrenci grubu içinden seçmeye çalıştım. Çünkü bu örneklerin gelişimsel süreç içindeki değişimi bir parça da olsa sizlere aktarmama yardımcı olacağını düşündüm.

Şimdi sizlerle anasınıfı öğrencilerimizin karşılaşma deneyimini paylaşacağım. Yani bizim onları nasıl karşıladığımızı ve bu durumun onlar da ne yarattığından bahsedeceğim. Anasınıflarımızda birçok okulda olduğu gibi her sınıfta kız ve erkek öğrencilerin ortak kullandıkları tuvaletler mevcut. Yemek öncesi ve sonrası öğretmen gözetiminde gerçekleşen el yıkama, tuvalet ihtiyacını karşılama zamanları dışında bu alanı ihtiyaç duydukları zaman öğretmenlerine söyleyerek kullanıyorlar. Daha önce kreş ya da yuva deneyimi olan öğrenciler gayet rahatken, bu tarz bir deneyimi olmayan öğrenciler ilk günlerde genellikle tuvalette kimse yokken tuvaleti kullanmayı tercih ediyorlar. Ve tuvalette bulunma süreleri oldukça kısa. Gün içerisinde tuvaleti hiç kullanmayanlar bile oluyor. İlerleyen günlerde birbirleriyle tanışıp, kaynaştıkça tuvalet ortak kullanılan, şakalaşılın, sohbetlerin yapıldığı, bazen sınıftakilerin duymasını istemedikleri şeyleri gizli gizli konuşmak için seçtikleri yer haline geliyor. Bir diğer karşılaşma deneyimi de branş derslerine giderken sınıf içinde kıyafetlerini değiştirirken yaşanıyor. Başlarda birbirlerine tedirgin bakışlar yollayarak bu süreci yaşadıklarını gözlemlerken ilerleyen günlerde nadiren bir ya da iki öğrencinin sınıfın daha ücra bir köşesine giderek giyinmeyi tercih ettiğini fark ediyorsunuz. Bir de giyinmek yerine diğerlerini izlemeyi tercih edenler var ki onların giyinmeye devam etmeleri için her zaman öğretmenlerinin hatırlatmaları gerekiyor.

Anasınıfındaki öğrencilerin yukarıdaki karşılaşmalar sırasında gördükleri karşısında sormuş oldukları soruların içeriğine baktığımızda sorunun genellikle olduğu gibi bir bilgiyi edinmekten daha çok cinsiyet kavramıyla tanışmaya dair bir işleve sahip olduğunu söyleyebilirim. Giysilerini değiştirirken bir erkek öğrencinin kız öğrencinin memesini gördüğünde şaşkınlıkla “aaa benimkiyle aynı” demesinde olduğu gibi. Paylaşımları sırasında kız ve erkek öğrenciler arasında bir farklılık olmaması da dikkatimi çeken noktalardan biri. Kız öğrenciler de en az erkek öğrenciler kadar rahat bir şekilde meraklarını, fark etiklerini (keşfettiklerini) söze dökabiliyorlar. Bu durum karşısında kendime sormadan edemiyorum ilerleyen sınıf düzeyleriyle birlikte ne ya da neler oluyor da cinsellik sadece erkek öğrencilerin konuşma hakkının olduğu bir tabuya dönüşüyor.

Daha çok kendi hem cinsleriyle oynama eğilimi gösterdikleri bu sınıf düzeyinde cinsiyete dair rolleri daha belirgin bir şekilde gördüğümü ifade etmeliyim. Blok köşesi erkek öğrencilerin tekelindeyken, evcilik ve sanat köşesinin kız öğrenciler tarafından daha çok kullanıldığını görebilirsiniz. Fen köşesi ortak kullanılan köşelerden, kutu oyunlarını oynarken de cinsiyet ayrımı pek gözlemlenmiyor. Bahçede oynanan oyunlar sırasında da zaman zaman birlikte oynadıklarını görmek mümkün oluyor.

Fiziksel görünümün (benzerlikler ve farklılıklar temelinde) kendi cinslerine ve karşı cinse dair merak ve ilginin temelinde yer aldığını gözlemediğimi söyleyebilirim. Belki cinsellikle ilgili hemen hemen her yaş döneminde ortak olarak gözlemediğim bir durum sadece ilerleyen yaşla birlikte ayrıntılar için içine giriyor. İlerleyen yaşlarda genel bir bedensel görünüşten ziyade cinsel organlar benzerlik ve farklılıklarıyla, işlevleriyle birlikte bu merak ve ilginin odak noktası haline geliyor.

Annesi hamile olan bir kız öğrencimizin annenin hamile kaldığı andan itibaren sürece dahil etmesiyle birlikte (tüm jinekolog muayenelerine kızını da götürüp ultrasonda kardeşini görmesini sağlamaya çalışarak) kız öğrencimizin okulda gördüğü hamile öğretmenlere ben orada ne olduğunu biliyorum şeklinde paylaşımlarda bulunmasını beraberinde getirmiştir. Gördükleri onu sıfıftakilerden 1-0 öne geçirmiş gibidir çünkü o orada ne olduğunu biliyordu. Sanki sürecin tamamının bir parçası kılınmış gibidir.

Bir de, sayısı hiç de azımsanamayacak bir grup öğrencimiz var ki anne- babasına çocuk yaptıran. Nasıl oluyorsa bu öğrencilerimiz ikinci çocuğun gelme zamanını hissettiklerinde ya da buna karar verdiklerinde anne- babalarına gerekli müdahaleyi ve görevlendirmeyi yapıyorlar ve ikinci çocuk bu şekilde dünyaya geliyor. Hatta adına da öğrencilerimiz karar veriyor. Ebeveynler çok içten bir şekilde bize kalsa biz hiç düşünmüyorduk. O istedi, adını da o koydu diyerek ikinci çocuğun varlığını açıklamaya çalışıyorlar. Bir çocuğun dünyaya gelmesine her şeyiyle adı dahil karar verebilme gücünün özellikle küçük yaş grubundaki öğrencilerimizin zihninde yarattıklarını düşünmeden edemiyorum. (Gerçekleşen cinsel eylemin harekete geçiricisi olmanın yarattığı etki)

1.,2., ve 3. sınıflara geldiğimizde kızlar ve erkeklerin oyunlarındaki farklılıklar devam etmekle birlikte grup oyunlarını oynama miktarında da artış olduğunu gözlemliyoruz. Artık akademik dünyaya dair daha farklı bir içerikle karşı karşıya kaldıkları gibi kız ve erkek olmaya dair ayrımlarla da karşı karşıyadırlar. Kızların tuvaletleriyle erkeklerin tuvaletleri ayrılmıştır. Soyunma- giyinme odaları vardır. Bu yeni oyunların ortaya çıkmasına neden olmuştur. Kızlar ve erkeklerin birlikte oynadığı içinde kaçmanın ve yakalamanın olduğu oyunların sonu genellikle tuvaletlerde, daha çok da kızlar tuvaletinin önünde sona ermektedir. Bu tür manzaralarla ileri sınıf seviyelerinde de karşılaşmak mümkündür.

Son yıllarda rastlamaya başladığımız yeni bir durum tuvalet önünde ya da yetişkinlerin olmadığı

ortamlarda sıkıştırılarak dudaklarından öpülen erkek öğrencilerin sayısındaki artış. Sıkıştırılarak öpülen bu erkek öğrenciler başta bu olaydan şikayetçi olsalar da zamanla tepki vermemeye başladıklarını gözlemlersiniz. Sıkıştırma işlemini gerçekleştiren kız öğrencilerin ebeveynlerinin konu ile ilgili olarak yaptıkları açıklama ise bunun bir sevgi ifadesi olduğu, evde herkesin birbirini dudaktan öptüğü şeklindedir.

Bir akraba ziyareti sırasında yeni doğmuş bir kız bebeğin altı değiştirilirken gören erkek öğrencimiz (7 yaş) kızların pipisi farklı ifadesini kullanmış, annesi de hemen düzeltip kızların pipisi olmaz diye onu aydınlatmaya çalışmış. Buna çok sinirlenen erkek öğrenci “Hayır kızların da pipisi var” diye inatlaşmış ve konuyu hemen kapatmış. Gördüğü ve gördüğünü anlamaya çalışma sürecinde isimlendirmeye ihtiyaç yok.

4.- 5. sınıf ders müfredatında hızlı bir değişimin yaşandığı sınıf düzeyleridir. Aynı zamanda hızlı bir bedensel değişimin de yaşandığı bu yaş döneminde öğrencilerimizin uyum sağlamalarını gerektiren çok fazla unsurla baş etmeye çalıştıklarını söyleyebiliriz. Erken ergenliğe giriş de son yıllarda çok sık rastladığımız ve bu dönemi daha da karmaşık hale getiren bir diğer unsur olarak etkisini gösteriyor. Kız öğrenciler daha çok derslerine odaklanmak için çaba sarf ederken, erkek öğrencilerin yaşadıkları bedensel değişimin sözel ifadelerine yansıdığını görürsünüz. Bu dönemde yoğun bir cinsel söylemle karşılaşmak mümkün. Özellikle yetişkinlerin bulunmadığı ortamlarda gerçekleşen konuşmaların kız öğrenciler de gizli bir merak uyandırmakla birlikte daha çok sessizleşmelerine ve kaygılanmalarına neden olduğunu söyleyebiliriz.

6. sınıf, cinsiyet farkı gözetmeksizin ortak ilgi, merak ve paylaşımların merkezde yer aldığı karma grupların etkileşimine rastladığımız bir sınıf düzeyi. Sanki bedensel değişimlerinin de etkisiyle cinsiyet rolleri ve onların varlığına dair ihtiyaç ortadan kalkmış gibidir. Çünkü beden cinsiyetin göstergesi olarak tek başına yeterli gibidir ya da bu durum ikili bir etki yaratarak cinsiyetsiz olmayı da beraberinde getiriyor mudur? Çünkü kız ve erkek öğrencilerin giyimışlerindeki benzerlik şaşırtıcıdır.

7.ve 8. sınıflar, karşılıklı olarak beğeninin, ilginin daha da arttığı, yakınlaşma isteğinin yoğunlaştığı sınıf düzeyleri. Ayrıca yaşananların görsel materyallerle hızlı bir şekilde herkesle paylaşarak yaşananın kanıtının sunulmaya çalışıldığı bir dönem.

Birbirlerine sarılma ve dokunma miktarlarının arttığını da gözlemlediğimiz bir dönemler. Bu durum bazen çok kontrolsüz bir hale dönüşebiliyor. Bir isim bile vermişler buna “Karambol”. Koridorda bir grup erkek öğrenci toplanıyor ve dar olan (dolaplardan dolayı) bir bölümde geçen kız öğrenciyi aralarına alarak ona elle dokunuyorlar. Yaptıklarını şaka olarak tanımlıyorlar ve eğlenmek için yaptıklarını söylüyorlar.

Öğrencilerimizin birbirleriyle karşılaşmalarından bahsederken öğretmenlerden, idarecilerden ve ebeveynlerden bahsetmemek olmaz. Konuşmamı çok uzatmadan bahsetmeye çalışacağım. Öğretmenlerin ve ebeveynlerin ortaklaştığı bir nokta var ki o da TAP Vakfı’ndan gelen eğitimcilerin sınıfta ne anlattığına dair merak... Ne anlatıyorlar biraz bahseder misiniz, çocukları yoldan çıkarıyorsunuz... gibi. Ya da “Biz de sınıfa girip dinleyebilir miyiz?” şeklinde. Aslında bunu sadece çocuklarının, öğrencilerin ne duyduğuna dair merak olarak ele almamak gerektiğini düşünüyorum. Toplumumuzda cinselliğin sosyo- kültürel farklılıkların etkisini ortadan kaldıran bir etkisi olduğunu düşünüyorum. Büyük bir çoğunluğumuzun cinselliğe dair bilgisinin kendi deneyimlerimizle sınırlı olduğunu düşündüğümde bu merakı hiç de şaşırtıcı bulmadığımı söylemeliyim. İşin için de biraz da bize sunulmamış bir bilginin onlara sunuluyor olmasının etkisi olsa gerek.

Bir de ebeveynlerin paylaşıma açık tavırlarının harekete geçirici etkisinden bahsetmek istiyorum. Cinsellik konusunda konuşmaya açık bir veli grubumuz var. Burada yaşanan tek sıkıntı öğrencilerimiz ihtiyaç duymadan ebeveynlerin bilgilendirme amacıyla yaptıkları konuşmalar ve bu konuşmalarda açık bırakılan alanlar. Öpüşme çok normal, cinsel ilişki çok özel ve doğal bir deneyim yaşanabilir... gibi konuşmalar ve bu konuşmaların öğrencilerimizin üzerinde yarattığı etki. Cinsel ilişkinin istenildiği zaman yaşanabileceğiyle ilgili bir izin gibi. Sanki asıl mesele tam da bununla ilgili. Çocukların kendi cinsel teoremlerini geliştirmelerine izin vermediğimiz noktada yetişkin cinselliği ile çocuk cinselliğinin birbirine karışıyor olmasında. Çocuktan geleni ya da çocukta gördüğümüzü cinselliğe dair nasıl karşıladığımız ya da karşılayamadığımız.

OKULA YANSIYAN ERGEN CİNSELLİĞİ VE ERGEN AİLESİ

Selin Şen

Psikolojik Danışman

Çocukluktan ergenliğe geçişte yaşanan birçok değişim esnasında ergenin cinsellikle ilgili değişimleri göz ardı edilemez bir alandır. Ergenlerin cinselliği görülmelidir çünkü ergenin keşfetmeye başladığı cinselliğini ifade etmeye, kim olduğunu keşfetmeye çalışırken bir parçası olarak şekillenen cinselliğinin görülmesine ihtiyacı vardır. Ergenin ebeveynleri için ise bu değişimi görmek ve kabullenebilmek her zaman kolay değildir. Kimi aile için çok doğal olan bu değişim, bazı aileler için baş etmesi zor hisler yaratır. Bu zor hislerin varlığının kabul edilmesi, adının konması ve kaynağına bakılabilmesi de bir o kadar zordur.

Ergen okula gelirken cinselliğini evde bırakıp gelemmez; ergenin cinselliği kimliğinin doğal bir parçası olarak okula da yansır. Bu yansıma sadece ergenden gelmez; ergenin ailesinden de gelir. Çocuğunun yaşadığı değişim ebeveynlerinin de tekrar ergenlik dönemlerinde yaşadıklarını hatırlatır. Dolayısıyla ebeveyn hem kendi ergenliğinde yaşadığı duyguların yansımalarını farkında olmadan yaşar, hem de artık bir ergen rolünde değil bir ebeveyn rolünde bu duyguları taşımaya çalışır. Ebeveynin duygusal yükü ergeninkinden fazladır. Rehber danışmanlar ise okulda ergenlerin ruh sağlığı ile ilgilenen kişiler olarak yaşanan bu süreçlere tanık olma ve dahil olma şansına sahip olur. Ne de olsa ergenin gününün çoğu okulda geçer. Okulumuzda, Rehberlik Servisi'nin çalışma sistemi öğrencileri okul hayatları boyunca aynı danışmanın takip etmesi çerçevesine dayalıdır. Bu sayede hem ergeni hem de ailesini beş yıl boyunca tanıma, farklı durumlarda görme imkanımız olur. Bu takip yansımaları daha çok görebilme ve süreçlere daha çok dahil olma ihtimalini yaratır.

Her sene bazı veli grup çalışmalarında konu ergenlik döneminde yaşanan değişimlere gelir. Mutlaka ebeveynlerden kendi ergenlik dönemleri hakkında düşüncelerini istediğimiz egzersizler yaparız. Velilerden kendi ergenlik deneyimlerini hatırlamalarını, neler hissettiklerini dile getirmelerini isteriz. Kendi ebeveynleri hakkında neler hissettiklerini, ebeveynlerinin onlara nasıl tepki verdiğini de yansıtılmalarını istediğimiz durumlar yaratırız. Ebeveynlerin bu konuda farkındalıklarını arttırmayı hedefleriz. Bu çalışmalar sırasında ergenin vücudunda yaşadığı değişikliklere değindiğimiz zamana geldiğimizde, ergenlerin mastürbasyon yapmasının doğal olduğunu belirttiğimiz aşamaya geliriz. Bu konuda hassas davranmalarını ve odalarına kapıyı çalmadan dalmamalarını öneririz. Erkek çocuklarda sabah ereksiyonu gerçekleştiğini, uyandırmak için odalarına sabah giriyorlarsa onlara kapıdan seslenmelerini, odalarına girmeden önce zaman tanımak gerektiğini de vurgularız. Kadın öğrenciler için de aynı şekilde özen göstermelerini isteriz. Ergenin cinselliğine değindiğimiz bu aşamaya geldiğimizde veliler cephesinde genel bir şaşkınlık ve tepkisizlik durumu gerçekleşir. Ebeveynler bu konuda genelde hiç soru sormazlar; dinler ancak konuyu uzatmak istemezler. Sanki çabuk geçilmesi gereken bir konuya gelmişizdir.

Bazı veliler ise okulda cinsel sağlık eğitimi verilip verilmediğini sorarlar. Eğitim verildiğini söylediğimizde çoğunlukla cinsellik konusunda kendilerinin çocuklarıyla konuşmadıklarını, okulda bilgi edindiklerini öğrenmenin onlar için rahatlatıcı olduğunu söylerler. Velilere Türkiye Aile Sağlığı ve Planlaması Vakfı ile birlikte çalıştığımızı, her seviyedeki öğrencilerin küçük grup olarak (kendi şubeleri ile) yaş seviyelerine uygun eğitim aldıklarını, rehber danışmanların da bu eğitimler sırasında sınıfta olduğunu anlatırız. Bizim cinsel sağlık eğitimine dahil olduğumuz öğrencilerin cinsellikle ilgili konuları bizimle konuşabilmelerine kapı açar. Cinsellik çok boyutlu bir konu olduğu için öğrencilerin cinsellikle ilgili konuşmak istediği konular çok farklı olabilir. Kimi öğrenciler kız-erkek arkadaşı seçme kriterleri, ailelerinin erkek-kız arkadaşlarına verdikleri tepkiler; kendilerinin cinsellikle ilgili duyguları, değerleri; toplumda gözledikleri şeyleri konuşmak isterken, bazıları da cinsellikle ilgili merak ettikleri şeyleri sormak, cinsel yönelimleri ve duygusal olarak cinselliği yaşamaya hazır olup olmadıklarını konuşmak isteyebilir.

Veliler profesyonel bir eğitim sağlandığını öğrenince rahatlar ve cinsellikle ilgili bilgilendirme görevini okulun onlar adına yerine getirmesine sevinir; çoğunlukla bu konuyu nasıl çocukları ile konuşabileceklerini bilmediklerini söylerler. Çok nadiren bazı veliler bu konuda çocuklarına bilgi verdiğini söyleyip “doğru mu yaptık acaba” veya “doğru mu ifade etmişiz” diye danışırlar.

Cinsellik konusu karşısında ergenler aynı sessizliği cinsel sağlık eğitimi alırken bir anda anne ve babalarının hala bir cinsel yaşamı olabileceği fikri ile yüzleşince yaşayabilirler. Onlar için de anne babalarının cinselliği dokunulmaması gereken bir alan gibidir. Varlığı görülmesi daha iyidir sanki.

Buradan yola çıkarak bu yazıda ele alınacak konulara geçmek istiyorum. Konuları iki başlık altında sizlere özetlemeye çalışacağım. Birinci başlık ailenin, çocuğunun cinselliğine verdiği tepkiler. İkinci başlık ise ergenlerin cinselliğe yansıttığı dinamikler: özellikle de baş edemedikleri konuları cinselliğe yansıtarak yaşamaları.

Ailelerin Çocuklarının Cinselliğine Verdiği Tepkiler

Ailede anne babanın cinselliğe yaklaşımı ve cinsellik konusuna verdiği tepkiler ergenlerin cinselliğe olan tutumlarını en çok etkileyen şeylerden bir tanesidir. Cinselliğin aile içinde konuşulabilir bir konu olup olmadığı, mahremiyet sınırları, oda kapılarının kapalı tutulup tutulmadığı, evde hangi kıyafetlerle dolaşmanın uygun veya uygunuz kabul edildiği, ebeveynlerin çocukların önünde flört edip etmemesinin uygun olup olmaması, çocukları önünde birbirlerine dokunup dokunmadıkları veya öpüşüp öpüşmedikleri, toplum içinde gösterilebilir veya gösterilemez sevgi davranışları, anne ve babanın toplumda gördükleri cinsellikle ilgili konulara verdiği tepkiler ve bunun gibi diğer davranışlar ergenin repertuarını oluşturur. Çevrenin de yadsınamaz bir etkisi olsa da, küçük yaştan itibaren çocuğun görenek ve yaşayarak öğrendiği şey ailesinin yaklaşımıdır. Ebeveynler de kendi çocuklukları sırasında ailelerinden öğrendikleri değerleri içlerinde barındırırlar.

Ailelerin ergenlik dönemi yaşayan çocuklarına karşı içlerinde tetiklenen hisler çok farklı olabilir. Değişen vücutları ile birlikte ergenler, daha fazla özgürlük talep ederler. Kendi kararlarını verme isteğiyle beraber ailenin kararlarına karşı çıkma veya sınırlarını zorlama durumları da ortaya çıkar. Bu değişimler ebeveynlerde değişik his ve tepkilere yol açar. Bazı veliler genç kadın veya genç erkek olan çocuklarının daha geç saatlerde eve gelme, daha başına buyruk davranma, yaşlılarıyla daha fazla zaman geçirme ve gezme planlarını “tehlikeli” veya “tedirgin edici” bulmaya başlar. Ergen şirin değil yaşlıları arasında çekici olmayı arzulamaktadır. “Kız başına geç saatlerde

sokaklarda olması uygunsuz”, “bizim zamanımızda hava karardı mı evde olunurdu”; “artık kız veya erkek fark etmiyor, herkes tehlikede, bunun sapığı var, çıkarcısı var, vs” cümleleri telaffuz edilir. Bir veli çocuğunun kendi kendine arkadaşlarıyla buluşacağı yerlere gitmeyi istemesi üstüne, bana danışmaya gelip “bırakayım kendi gitsin diyeceğim ama bu şehirde zenciler var” demişti. Konuyu açmasını istediğimde kızının artık çocuk olmadığını, ve genç bir kız olarak tek başına dolaşmasının uygun olmadığını, gençlerin artık farklı düşündüğünü- onun zamanındaki gibi evlendiğin insanla birlikte olmak kavramının artık geçerli olmadığını, kızını etkinliklere göndereceğini ama arabayla kendisinin buluşma yerine götürüp bekleyip yine kızını alıp eve götürmek istediğini belirtti. Zenciler ise kızının sokakta karşılaşılabileceği tehlikelerden biriydi. Bu anne içinde büyüdüğü çekirdek ailesinin ona öğrettiği değerleri uygulamak ve zamanın getirdiği değişikliklerle ilgili orta yolu bulmakla ilgili sıkıntılar yaşadığı gibi kendi fantezilerini de çocuğunun cinselliğine yansıtıyordu.

Bazı velilerin çocuklarında gördüğü değişim karşısında “kabullenememe” tepkisi gösterdikleri de olabilir. Bazı velilerin “bu benim çocuğum değil”, “benim çocuğum böyle yapmazdı” dediğine şahit olmuşumdur. Çocuk tabii ki onun çocuğudur ve ebeveyn de bunun farkındadır ancak çocuğu artık çocuk değildir; ergendir. Ne fiziksel olarak çocuk gibi gözükmemektedir ne de verdiği cevaplar çocuk cevabıdır. Bir baba kızının internetteki bir sayfasına bir erkek öğrencinin yazdıklarını görüp kızına internete erkeklerle konuşmayı yasaklamıştı. Kızının bir erkeğe çekici gelmesi durumu babada kızını ulaşılmaz hale getirme, saklama hisleri yaratmıştı. Erkeklerle çekici geldiği için kızına kızmıştı.

Son yıllarda bazı ebeveynlerin zaman zaman çocuklarıyla birlikte uyumalarının ergenlik yaşında da devam ettiğini fark ettik. Lise öğrencisi seviyesine gelmiş, zaman zaman boyları kendilerine eş hale gelmiş veya çoktan kendilerini geçmiş 14, 15 hatta 16 yaşında olan çocukları ile birlikte uyuyan ebeveynler olması bizi şaşırttı. Ergenlik yaşından çok daha önce çocukların bedenleri ile ilgili “mahremiyet” duygusu oluşur; ve çocuk geceleri kendi başına uyuma aşamasına geçmeyi öğrenir- kendini sakinleştirmeyi, rahatlatmayı ve yalnız uyumayı. Ebeveyn ile ergen çocuğunun aynı yatakta uyuduğu durumlarda bu etkinlik ile kimin hangi ihtiyacı karşılanmaktadır? Neden diğer ebeveyn de bunu makul bulur ve eşiyile aynı yatakta uyumaktan feragat eder? Neden buna itiraz etmez? Duyduğumuz örneklerde kimi zaman ebeveyn çocuğu uyuyana kadar yatağının yanında oturuyor, elini tutuyor; saçını okşuyor; bazı örneklerde ise beraber aynı yatakta uyuyor. Böyle durumlarda karşılaştığımızda aileye bunu yaparak kimin hangi ihtiyacının karşılandığını buldurtmaya çalışıyoruz. Ayrıca çocuklarının gelişimi ve duygusal sağlığı için uygun olmadığını anlatıp ailelerden beraber uyumaya son vermelerini istiyoruz. Çocuğunun büyüdüğünü kabul etmeyerek bir bebekmiş veya çok küçük bir çocukmuş gibi hala onunla uyumak ailenin çocuğunun büyümesinden, onlardan uzaklaşmasından korkmaktan kaynaklanması veya ebeveynlerin kendilerine ihtiyaç duyulmaya gereksinim duymalarından kaynaklanıyor olabilir. Ebeveynle uyumak isteyen çocuğun ise belki de büyümeyle ilgili korkuları veya başka sebeplerden kaynaklanan ihtiyaçları bulunmaktadır.

Cinselliği ailelere görünür kılan bir diğer konu ise ergenin kız veya erkek arkadaş ilişkileridir; yani ergenin “çıktığı” kişi. Bazı aileler ergen çocuklarının “birileriyle çıkması” kavramından çok doğal bir süreç olarak bahsedip, ergen çocuğu ile bu konuyu konuşulabilir hale getirebilmektedir. Ebeveynler kendi ailesinde bunun normal karşılandığını gördüğü için böyle davranabilir veya ailesi bu şekilde davranmamıştır ve ebeveyn kendi çocuğunun bu süreçler konusunda rahat olmasını, onunla konuşabilmesini- yani kendi ailesi ile yaşayamadığına çocuğunun sahip olmasını hedeflemektedir. Ergenin cinsel kimliği, yani birileri tarafından çekici bulunması ve arzulanması kabul edilmekte ve doğal bir şekilde görülüp onaylanmaktadır. Zaman zaman bu görünürlük veya

kabul daha uç noktalara gidebilir. Aile tatile giderken çocuğunun kız veya erkek arkadaşını da tatile davet edebilir veya gece dışarı çıktıktan sonra evde kalmaları için çağırıp aynı odada kalmalarını doğal karşılayabilir.

Kimi durumlarda bu açıklık veya paylaşım hali bazı aileleri panik duygusuna iter. Bir çift, erkek çocuklarının kız arkadaşı olduğunu biliyor, bunu onayladıklarını söylüyor ve onunla bu konuyu konuşuyorlardı. Ancak facebook üzerinden kız arkadaşıyla yazışmalarını ve cep telefonu mesajlarını izinsiz olarak okuyorlardı. Bu yazışmalarda iki ergenin gelecekle ilgili hayalleri vardı: evlenmekten, hatta kaç çocuk sahibi olmak istediklerinden ve çocuklarına koyabilecekleri isimlerden bahsetmişlerdi. Aile bana çocuklarını bu kızdan nasıl ayırabileceklerini danışmaya geldi; onlara göre bu kız ailelerine uygun biri değildi ve evlenmeleri kesinlikle uygun olmazdı. Ergenin hayalleri ebeveynleri için gerçek bir duruma dönüşmüştü. Aile kendilerinin de bir zamanlar ergen olup hayal kurduklarını hiç hatırlamıyorlardı. Çocuklarına ayrılması için baskı yapmaya başladılar. Oğullarının çıktığı kız ve ailesi hakkında araştırma yapıp, buldukları kötü şeyleri çocuklarına söylüyorlardı. Ailenin bu evham ve müdahale durumu iki ay sürdü. Çocukları kızdan kendine has sebeplerden dolayı ayrılınca sakinlediler.

Bazı aileler ise ergenin cinselliğini aynen ergen gibi yaşayabilir. Çocuğuna yetişkin olarak yaklaşmak yerine, ergen bir arkadaşı gibi yaklaşıp hareketlerini ve kararlarını bu şekilde destekleyebiliyor. Bir anne kızının ne kadar popüler olduğunu erkeklerden ne kadar çok ilgi gördüğü ile eş görüp, her konuşmamızda bana kızının ne kadar güzel olduğundan bahsediyordu. Anne kızının gördüğü ilgiyi kendi yaşıyormuş gibiydi. Bir baba ise oğlunun dışarı çıktığında sık sık fazla miktarda alkol aldığını ve cinsel ilişki yaşarken korunup korunmadığını hatırlamayacak kadar sarhoş olduğunu öğrendikten sonra okula görüşmek için davet ettiğimde, oğlunun davranışını destekler şekilde davranmıştı. Yetişkinlerin bile zaman zaman yapamadığı bir şeyi ergen oğlundan beklemek ona göre mantıklı değildi. Ergen olarak oğlu aklına geleni yapma yaşındaydı.

Çocuğunun cinselliğini çocuğu hazır olmadan ön plana çıkaran ebeveynler olması da mümkün olabiliyor. Bir baba görüşmeye gelip artık yaşı geldiği için oğlunu bir “hanımefendiye” götürdüğünü belirtmişti. Hanımefendiye götürmenin ne olduğunu açması istendiğinde ise oğlunu deneyim kazansın diye bir bayanla ilişkiye girmesini sağladığını belirtmişti. Ebeveyn kendi eli ile oğlunun cinsellik yaşamasını sağlamıştı. Velilere bu şekilde çocuklarının cinselliğine dahil olmamalarını ve bu tip deneyimlerin duygusal tehlikelerini anlatıyoruz.

Kimi zaman ebeveynler haset duyguları ile de hareket ediyor olabilirler. Kendi ergenliği sırasında çok sıkı kurallarla yetiştirilmiş bir anne kızına üniversiteye kadar kimseyle çıkmama yaşağı koymuştu. Akademik odaklı olması gereken bir süreçte biriyle çıkmak sadece bir engel oluşturacağı için üniversiteye girene kadar birine aşık olması veya birinden hoşlanması, flört etmesi yasaklanan öğrenci bu kurala uydu. Açık olarak böyle davranamayan başka bir anne ise kızını sevgilisinden ayırmamı rica etti; buna müdahale edemeyeceğimi bildirdiğimde ise kızının görüştüğü kişinin ailesini de arayarak birlikte çıkmalarının ikisi için de iyi olmayacağını söylememi istedi- hatta bana zahmet olmaması için ailenin cep telefonu numarasını alıp onları arayabileceğini belirtti. Anneye bunun mümkün olmadığını belirttim. Anne kendi müdahale etmek istemiyor, benim üzerimden bunu yapmak ve bir erkekle çıkmasına engel olmak istiyordu.

Kızgınlık duyguları da ebeveynlerin çocuklarının cinselliği ön plana çıktığında yaşadığı bir duygu olabilir. Kızının bir erkek arkadaşı olduğunu öğrendikten sonra çok sert tepki veren baba ve anne

örnekleri yaşayabiliyoruz. Kızının erkek arkadaşı olması durumunu kızının kötü yola düşeceği şeklinde yorumlayarak kızına internette iletişim kurma, okula etek giyerek gitmeme ve bakımlı olmama cezası veren bir baba örneği yaşadık. Bu şekilde çocuğun fiziksel, duygusal olarak taciz edilmesi ile sonuçlanan aile tepkileri ergenler için travmatik durumlar yaratıyor. Ailesinin tepkisi sonucu kız-erkek arkadaşlık ilişkilerinden kaçan, ona ilgi duyan birinin ona dokunmasından kaçan veya korkan ergenler olduğu gibi; zaman zaman da bu tepkiler ergenleri cinselliği bir an önce yaşamaya da itebiliyor.

Ailelerin çocuklarının ergenlik dönemleriyle ilgili yaşadığı hisleri fark etmeleri ve verdikleri tepkileri anlamaya çalışmaları çok önemli bir durum. Her aile çocuğu ile cinsellik konularını konuşmak konusunda rahat hissetmek zorunda değildir. Ancak bu konuyu konuşmanın kendisi için zor olduğunu kabul edip çocuğunun doğru bir cinsel eğitim alması için hangi kaynakları yaratabileceğini araştırabilir. Ebeveynler kendi değerlerinin farkında olursa, kendi ergenliğinde yaşadıkları konusunda farkındalığını arttırabilirse çocuklarına aktardıkları konusunda daha etkin olabilir.

Ergenlerin Cinselliğe Yansıttığı Dinamikler: Baş Edemedikleri Konuları Cinselliğe Yansıtarak Yaşamaları

Ergenlerin içinde bulunduğu dönemde cinselliğe merak duymamaları imkansız sayılabilir. Hormonların bu kadar aktif olduğu, kafalarının ise kim olduklarını keşfetme ile dolu olduğu bu dönemde ergenlerin birçok iç çatışması cinsellikle ilgili konulara yansır. Cinsel eğilimini keşfetmek, beğenilmek kaygısı, yaşlıları arasında “cool” gözükmek / ezik gözükmemek için cinsellikle ilgili diğerlerinden daha çok şey bildiğini ispatlama kaygısı, aşık olduğu- sevdiği kişiyi mutlu etme/ aşık olduğu- sevdiği kişinin istediğini yapma isteği, merak duygusunu tatmin etme isteğine risk alma davranışlarında artış eşlik eder. Bu karmaşık denkleme, ergenin baş edemediği konularla ilgili duyguları ve tepkileri de yansır.

Ebeveyn kaybı durumunda ergen, tepkilerini cinsellik konusuna yansıtarak baş etmeye çalışabilir: şefkatle ilgili boşluğu doldurma cinselleştirilebilir. Babasını kaybetmiş olan (ve babası hayattayken babası ile ilişkisi çok yakın olan, babasına hayran olan) bir kız öğrenci, çevresindeki yetişkinlerden birine o sene biriyle birlikte olmaya karar verdiğini belirtmişti – bu konuyu sözel olarak ifade etmesi sayesinde Rehber danışmanı bu öğrenci ile konuyu konuşma şansı yakalamış; altından çıkan temel konu ise babasının kaybı olmuştur.

Karşı cinsten ebeveyninde bulamadığı şefkati karşı cinsten cinsellik yoluyla almaya çalışan ergen kendini birçok zaman istismara da açık hale getiriyor. Bütün olma, ilgi ve şefkat görme ihtiyacı içinde cinselliği onunla yaşamak isteyen herkese evet diyen ergenler fiziksel ve duygusal şiddete uğrama riskini çok daha fazla yaşıyorlar.

Bazen ebeveynlerin ergenin cinselliğini görmeyi reddetmesi durumunda ergen cinselliğini ailesine götürür kılmak için sınırlarını zorlamaya, daha fazla risk almaya yönelir. Ailesinin cinselliğini görmeyi reddettiği bir kız öğrenci cinsellik konusunda risk alma davranışı dozunu her geçen gün arttırarak ailesine zorla duruma müdahale etme konumuna getirdi.

Zaman zaman ailenin çocuğunun cinselliği yaşamasındaki rahat tutumu da ergenleri risk alma davranışının dozunu artırıp kendini daha fazla tehlikeye maruz bırakmasına neden olabiliyor. Erkek çocuklarının cinselliği yaşamasını doğal bulan bir çift, oğullarının bardan eve tanımadığı bir kızla gelmesine ve kızın oğullarının odasında kalmasına hiçbir şey demiyordu. Ergen alkolli şekilde eve geliyordu ve eve getirdiği kız her seferinde farklı biri oluyordu. Ergenlerin ihtiyaç duyduğu sınırlar orada olmadığına, ergen çerçevesinin sınırını çizmek için ebeveynleri zorlayabilir. Bu öğrenci sağlık sorunları yaşayana kadar aile müdahale etmedi.

Ergenler farkında olmadan içlerinde yaşadıkları karmaşık hisleri cinselliğe projekte ederek yaşaya bilirler. Böyle durumlarda konun temeline inmek için alttaki temayı bulmak üzere çalışmak gerekir. Hem ergen hem de ailesi sancılı geçiş dönemleri yaşayabilir. Bu durumların okula yansımaması da mümkün değildir. Rehber danışmanların bu süreçlerde ailelere yardımcı olması şansına sahip olması ise önemli bir avantajdır.

ERGENLİĞİN İLK AŞKI NEDEN UNUTULMAZ?

Talat Parman

*Psikiyatri doçenti, psikanalist. İstanbul Psikanaliz Derneği,
Paris Psikanaliz Kurumu*

Giriş

Bu başlığın hayli kışkırtıcı olduğunun farkındayım. Konuşmayı yapan bir psikanalist olduğuna göre ilk aşk olarak anneye duyulan aşktan söz edeceğim düşünülecektir. Bu bir açıdan doğrudur. Ancak konumuz ergenlik olduğu için ergenlikteki ilk aşktan ve belki daha doğrudan söylemek gerekirse ilk cinselleşmiş-jenital aşktan söz etmek istiyorum burada. Çocukluk döneminin ilk aşkını ya da aşklarını unutmadan elbette.

Sigmund Freud'un 1905'de ilk basımı yapılan "Cinsellik kuramı üzerine üç deneme" adlı kitabı, kuramının dönüm noktalarından birini oluşturmaktadır. Freud bu metninde önce cinsel sapkınlıklardan, sonra çocuksu cinsellikten ve son olarak da erinlikte ortaya çıkan dönüşümden söz eder. Bu yapının Freud'un tüm yazdıkları arasında bugün hala en çok tartışılanlardan biri olduğunu belirtmek gerekir. Kitabın cinsel sapkınlıklar ve çocuksu cinsellikle ilgili bölümlerinin ahlaki ve toplumsal kurallara ve yargılara farklı bir boyut getiren yaklaşımı hemen fark edilmiş ve neredeyse yüzyıldır kimi kez çok da şiddetli tonlarda tartışma konusu yapılmıştır. Freud cinselliğin çocuklukta temellerini ortaya koyarken çocuğun gelişimini ruhsal-cinsel olarak adlandırmış ve çeşitli evrelere bölmüştür. Sigmund Freud bir yandan cinselliğin eskiden düşünüldüğü gibi ergenlikte başlamadığını yaşamın ilk dönemlerinden beri var olduğunu belirtmekte öte yandan çocuksu cinsellikle üretici cinsellik arasında bir ayırım yapmaktadır. Onun libido olarak adlandırdığı cinsel dürtünün enerjisidir. Libido bireyin kendisine yönelik olabileceği gibi, bu durumda narsistik libido adını alır, ötekine de yönebilir ve bu durumda da nesne libidosu olarak adlandırılacaktır.

Freud şu temel saptamadan yola çıkar; insan yavrusu doğduğunda karşılaştırılabileceği ona en yakın diğer canlıların yavrularına göre çok daha zayıf ve çaresizdir. Birçok memeli hayvanın yavrusu doğumundan itibaren ya da çok kısa süre sonra özerk ve neredeyse kendi başının çaresine bakabilecek duruma erişirken, insan yavrusu ancak birkaç yılda o da kısmen belli bir özerkliğe kavuşur. Buna Freud "temel çaresizlik" adını verir ve bu terimi annesel bakımın çocuk için yaşamsal önemini açıklamakta kullanır. Üstelik çocuk temel bir çaresizlik içinde olduğunun farkındadır ve o nedenle ona bakım veren kişiye, annesine büyük bir tutkuyla bağlanır. Bedensel gereksinimler karşılandıkça yani doyum sağlandıkça ötekine olan bağımlılık artacaktır. Ruhsallık ötekinin varlığıyla gelişecektir. Çocuğun beslenme gereksinimi karşıladıkça koruma dürtülerinin bir örneği olan beslenme dürtüsü doyumunu bulacaktır. Öte yandan emme eyleminin verdiği haz, cinsel dürtünün ortaya çıkmasını da sağlar. Cinsel dürtüler kendini koruma dürtülerine dayanarak onlara yaslanarak gelişirler. Bedensel yaşamsal gereksinimlerin doyumunu hedefleyen kendini koruma dürtüleri ile erojen bölgelerdeki gerilimin azaltılmasını hedefleyen cinsel dürtüler ki bu dönemde kısmi cinsel dürtülerdir bunlar, farklı ve birbirine zıt hedeflere sahiptirler. O nedenle Freud 1910'larda kendini koruma dürtüleri

ile cinsel dürtüleri bir ikilik olarak ele alır ve birbirinin karşıtı olarak yerleştirir. Burada üzerinde durulması gereken bir diğer nokta, çocukluk döneminde cinsel hazzın genelinde oto-erotik olmasıdır. Çocuk anne memesini emmekten adlıği hazzı giderek kendi parmağını emerek alacak ve kendi kendine doyum vermeye başlayacaktır.

Öyleyse çocuk onun temel çaresizliğine çare bulanlara, elbette başta anneye, büyük bir aşkla bağlanır. Bundan çıkan sonuç açıktır, yaşamın ilk aşkı aslında çaresizlikle ilgilidir. Anne kendini koruma dürtülerini doyurduğu için yani onu beslediği, ona baktığı, onu koruduğu için dürtüsünün hedefi olacaktır. Annenin ve diğerlerinin ona gösterdiği ilgi ve şefkat onun da onlara karşı aynı duyguları duymasına neden olur.

Ergenlikte ortaya çıkanlar

Sigmund Freud çocuksu cinselliğin ergenlikteki dönüşümle birlikte son ve normal biçimini aldığını belirtir. Cinsel dürtü o ana kadar kendi kendine doyum veren yani oto-erotik iken artık cinsel nesnesini bulmak isteyecektir. Yine o ana kadar birbirinden ayrı dürtüler ve birbirinden bağımsız cinsel hazlar arayan cinsel bölgeler söz konusu iken şimdi yeni bir cinsel hedef ortaya çıkmaktadır. Kısmi cinsel dürtüler bir araya gelmekte ve cinsel bölgeler jenital bölgenin önderliğinde toplanmaktadır. Cinsellik bir yandan dış bir nesneye yönelecek bir yandan da üretici yani jenital olacaktır.

Fakat burada Freud çok önemli bulduğumuz ve ergenlikteki ilk aşkın neden unutulmadığını açıklayabileceğini düşündüğümüz çok önemli bir unsurun altını çizer ve cinsel yaşamın normalliğinin her iki akımın, şefkat ve şehvet (sensuel) akımının ikisinin de cinsel nesne ve amaca birlikte yönelmesi olduğunda yattığını söyler. Yineleyelim bu iki akımın bir araya gelişinin ilk kez ergenlikte olması bizce ergenlikteki ilk aşkların neden unutulmadığını açıklayan bir unsurdur.

Aslında Freud yapıtının başından sonuna kadar birçok kez şefkat sözcüğüne yer verir. Daha sonraki yıllarda 1912 de yazdığı “Aşk yaşamının ruhsallığına ikinci katkı” başlıklı yazısında bu iki akımı şefkat ve şehvet akımını yeniden tanımlar. Freud bu yazısında bazı erkeklerin bazı kadınlarla birlikte olduklarında cinsel güçsüzlük yaşadıklarını oysa başka kadınlarla böyle bir sorunları olmadığından yola çıkarak bu durumun nedeni olarak her iki akımın birleşmemesini gösterir. Şefkat akımı çocukluktan beri vardır ve kökeninde çocuğun anne babasına ve ona bakım verenlere karşı hissettiği ve onların da ona karşı hissettikleri duygular yer alır. Burada da belli bir erotizm vardır ancak cinsel hedeflerinden sapmış bir erotizmdir bu. Oysa ergenlik söz konusu olduğunda çok güçlü bir şehvet akımı ortaya çıkar ki bu akım cinsel hedeflerden hiç de uzak değildir. Ancak ensesit yaşağının engeliyle karşılaştığı için çocuksu nesnelere dışındaki nesnelere yönelir ve şefkat akımı şehvet akımıyla birleşerek yeni cinsel nesnelere doyum aranır.

Burada bu iki akımın gelişimini ayrıntılı bir biçimde incelemek gerekecektir. Bunun için de çocukluk döneminde olup bitenlere yeniden göz atmalıyız.

Çocukluktan kalan

İnsan cinselliğini belirleyen bu iki akımın en eskisi yukarıda da değindiğimiz gibi şefkat akımıdır. Bu akım yaşamın ilk yıllarından kökenini alır ve temelde kendini koruma dürtülerinin sonucudur ve çocuğa bakım veren nesne olarak seçer. Ancak Freud’a göre cinsel dürtüler daha başından beri işin içindedirler. Burada bir “birincil çocuksu nesne seçimi” söz konusudur. Öyleyse cinsel dürtülerin benlik dürtülerine dayanarak, onlardan destek alarak ilk nesnelere bulduklarını görüyoruz, tıpkı ilk

cinsel doyumların yaşamın sürmesine olanak sağlayan bedensel işlevlere dayanarak gelişmiş olması gibi. Anne babanın çocuklarına gösterdikleri şefkatin hemen her zaman erotik bir içeriği vardır, Freud “çocuk bir erotik oyuncaktır” der. Bu çocuğun benlik dürtülerinin yatırımlarına erotizmin katılımını da sağlar. Bu şefkat takılmaları tüm çocukluk boyunca sürerler ve erotizm içerseler de cinsel hedeflerinden sapmışlardır. Oysa erinlikle birlikte cinsel hedeflerini gayet iyi bilen bir kuvvetli akım, şehvet akımı ortaya çıkar. Birincil çocuksu seçimin nesnelere yüklü bir libidinal yatırım yapılmaya başlanır, ancak eneset yasağı çocuksu nesnelere vazgeçmeyi ve başka yabancı nesnelere bulmayı ve onlara yatırım yapmayı zorunlu kılar. Bu nesnelere çocuksu nesnelere imgeleri olacak ve onlara yapılan şefkat yatırımını da çekeceklerdir. Anne babayı terk ederek erişkin cinselliğine geçiş olası olacak ve şefkat ile şehvet birleşeceklerdir.

Yeni tanınan şehvet eskiden beri bilinen şefkati izleyerek yepyeni bir ilişki biçiminin ortaya çıkmasına yol açar. Yakınlık, sıcaklık, şefkat çocuksu yaşamın güvenlik duygusunu anımsatacaktır. Güvenlik vermek ve güvenlik duymak. Böylece bu yeni ilişki biçiminde, cinselleşmiş beden ilk kez kullanımında hissedilen güvenlik duyma gereksiniminin kendini koruma dürtülerinden miras kaldığını unutmamak gerekir. Öyleyse ilk cinsel aşk, kendini koruma dürtülerinin yeniden ortaya çıkmasına neden olur. Çocuklar anne babalarından gördükleri şefkati oyuncaklarına da gösterirler. Onları kendi korundukları gibi korumak isterler. İşte yaşamın eski dönemlerine ait bu istekler ilk cinsel aşta yeniden ortaya çıkacaktır.

Burada önemli olan bir diğer nokta, ortaya çıkan yeni akımın, şehvet akımının bir yası da beraberinde getirmesidir. Beden cinselleşmiştir ve anne baba çocuksu nesnelere olarak artık tehlikelidirler, eneset yasağı onlardan vazgeçmeyi ve yeni nesnelere yönelmeyi zorunlu kılar. Yani anne babadan artık bir ölçüde uzaklaşmak ve yeni nesnelere bulmak gerekecektir. Bir yas ancak yitirilen nesne içselleştirilebilirse olasıdır. Anne baba iyi iç nesnelere olarak kalacaklar ve dış dünyada yeni nesnelere yer açılacaktır. Bu arada bunun ergenlikte ev dışı kişilerin ve özellikle yaşlıların neden “anne babadan” daha önemli olduğunu da açıklayabileceğini söyleyebiliriz.

Kendini koruma dürtülerinin mirası olan güvenlik duygusu ve eneset yasağının zorladığı yas süreci ergenlikte ilk aşkın ortaya çıkışını hazırlayan etmenlerdendir. Ancak burada Freud’un ikinci dürtü kuramına gönderme yapmamız gerekecektir. Freud 1920 tarihinde yayınladığı “Haz ilkesinin ötesinde” başlıklı metniyle kuramında çok önemli bir değişiklik yapar ve dürtüleri yaşam dürtüleri ve ölüm dürtüleri olarak iki gruba ayırır. Yaşam dürtüleri ki Eros adını da alır, kendini koruma dürtüleriyle cinsel dürtülerin birleşmesinden oluşurlar. Yaşam dürtüleri var olan birliklerin sürmesini, yani bireyin yaşamını sürdürmesini hedeflerler, yukarıda sözünü ettiğimiz narsisistik libido budur. Ama öte yandan ötekilerle birlikteliği, bedenlerin ve tohumların birlikteliğini de hedefler, bunu da nesne libidosu olarak adlandırabiliriz. Bu yaklaşımda artık narsisistik libido ve nesne libidosu birbirine karşıt değil tersine birbirini destekleyen unsurlar olmuştur.

İki dürtü kuramının birlikte ele alınması ve ilk ergen aşkın izi

Yukarıda Freud’un dürtülerle ilgili iki kuram geliştirdiğini ilk dönemde kendini koruma ve cinsel dürtüleri birbirine karşıt olarak tanımlamışken, 1920 döneminde tanımladığı Eros’un her ikisini de kapsayan bir yapısı olduğunu ve karşısında ölüm dürtüsünün yer aldığını belirtmiştik. Burada kuramda ortaya çıkan bu iki evreli gelişimin ruhsal-cinsel gelişimi de yansıttığı önermesinde bulunmak istiyoruz. Diğer bir deyişle kendini koruma ve cinsel dürtülerin birbirinin zıddı olması yalnızca kuramın değil insan ruhsallığının ilk döneminin de temel özelliğidir. Çocuksu ruhsallık

kendini koruma dürtülerinin narsisistik libidosunun etkisinde gelişir. Benlik cinselliğe karşı savunmada gerekli enerjyi kendini koruma dürtülerinde bulur.

Oysa ergenlikle birlikte kendi bütünlüğünü koruma dürtüsü, üremeyi olanaklı kılacak organlara sahip olunmaya başlanmasıyla türün korunması dürtüsüne doğru genişleyecektir. Öyleyse ergenlikle birlikte nesne libidosu narsisistik libidonun yoldaşı olacaktır. Eros hem kendini koruma dürtülerini hem de cinsel dürtüleri birlikte içermeye başlayacak ve benlik cinsel dürtülere karşı bir savunma içinde olmak gereksinimini duymayacaktır. Cinsel dürtülere şehvet adını verirsek kendini koruma dürtülerinin mirası olan şefkatle ilk kez birlikte hareket etmeye başlayacaklarını ve erişkin tarzı ilk cinsel nesnenin her ikisinin de birden ilk kez hedefi olacağını söyleyebiliriz.

Ergenlikle birlikte daha önce birbirlerinin karşıtı olan bu iki dürtünün birleşmesinin çok güçlü bir etki yarattığı açıktır. Ergenliğin delikanlılığı işte buradan gelmektedir. Benlik kendini çok güçlü hissedecektir. Bu büyüksenmecilikte çocuksu tüm güçlülüğün izleri olsa da asıl neden Eros'un birden bire sahip olduğu bu dürtüsel güçtür. Ergen her şeyi yapabilir, Thanatos'a meydan okurken her türlü tehlikeyi göze alabilir. Kendini koruma dürtüsüyle ötekine duyulan cinsel dürtü aynı saflara geçince, şefkat ve şehvet bir araya gelmiş olacaktır.

Öyleyse 1920'deki kuramsal dönüşüm aslında ergenlikteki dönüşümün de tanımını yapmaktadır. Eros tüm gücüyle şefkati ve şehveti birleştirerek ortaya çıkmaktadır. O döneme kadar var olmuş olan iki önemli dürtü grubunun birbirlerine karşı olmak yerine yan yana gelmesinin yarattığı cinsel dürtü gücü ve enest yasağı nedeniyle çocuksu cinsel nesnelerin terk edilip erişkin cinsel nesnenin artık olası olabilmesi, bireye ilk üreyici cinsel yani jenital aşkının yolunu açar. Artık oto-erotizm yerini ötekiyle yaşanan bir erotizme bırakmaktadır. Ötekiler ise çöktür. Burada önemli olan nokta çocukluktaki ilk aşk çaresizlikle damgalanırken ergenliğe damgasını vuran çaredir.

Cinsel dürtülerinin doyumunu öteki yoluyla gerçekleştirmek ve ötekinin cinsel doyumuna kendini sunmak. Bütün bunların ilk kez deneyimlendiği, kendini koruma ve cinsel dürtülerin, şefkatle şehvetin birlikte yaşandığı ilk ilişki ruhsallığa elbette "hayli etkin bir ilk iz" olarak yazılacaktır. Eros'un bu ilk uğraşının izlerinin erişkin cinsel yaşam için bir prototip oluşturduğunu öne sürmek çok iddialı bir yaklaşım olarak sayılabilir mi? Erişkin yaşamın kriz dönemlerinde ortaya çıkan ergenlik-çocukluk dönemi nostaljilerinde bu ilk cinsel aşk izlerinin yeniden arandığını önermek de acaba çok mu şaşırtıcıdır?

Hayır, çocukluktan erişkinliğe geçişin eklemlediği yer olan ergenlik kırılmalılığı kadar gücünü de, bu eklem olma niteliğinden yani hem birleştiren hem de hareketi sağlayan olmak yetilerinden almaktadır. İşte o nedenle ergenlikte yaşanan ilk cinsel aşk ruhsal-cinsel gelişimde çocuklukla erişkinliği birleştiren ama aynı zamanda onu üreyici cinselliğe doğru hareketlendiren bir unutulmaz izdir.

Kaynakça

- C. Chiland "Le sexe mène le monde", Calmann-Lévy 1999, Paris.
S. Freud (1905) Cinsellik kuramı üzerine üç deneme Fr çev. "Trois essais sur la théorie sexuelle", Ph. Koepfel, Gallimard, 1987, Paris.
S. Freud (1912) Aşk yaşamının ruhsallığına ikinci katkı. içinde "La vie amoureuse", fr çev. D. Berger, J.Laplanche, PUF, 1969, Paris.
S. Freud (1920) Haz ilkesinin ötesinde içinde "Essais de Psychanalyse", Payot, 1951, Paris.
J.Laplanche-J.B.Pontalis "Vocabulaire de la psychanalyse", PUF, 1967, Paris.











