Dr. Gordon Neufeld & Dr. Gabor Maté

Çocuklarınıza Tutunun

Ebeveynler Neden Akranlardan Daha Önemli Olmalı?



Çeviren
Can Evren Topaktaş

Çocuklu Hayat

7. BASKI

hep kitap

Çocuklarınıza Tutunun

Çocuklarınıza Tutunun

Orijinal adı: Hold On to Your Kids
© 2004 Gordon Neufeld ve Gabor Maté
Yazan: Gordon Neufeld ve Gabor Maté
İngilizce aslından çeviren: Can Evren Topaktaş

© hep kitap 2022

Bu kitabın orijinal edisyonu, Penguin Random House Kanada'nın alt markası Vintage Canada işbirliğiyle yayımlanmıştır.

Bu kitabın Türkçe yayın hakları AnatoliaLit Ajans aracılığıyla satın alınmıştır.

Bu eserin Türkçe yayın hakları saklıdır. Yayınevinden yazılı izin alınmadan kısmen veya tamamen alıntı yapılamaz, hiçbir şekilde kopya edilemez, çoğaltılamaz ve yayımlanamaz.

1. baskı / Kasım 2019, İstanbul
7. baskı / Eylül 2022, İstanbul (Toplam 14.000 adet)

ISBN 978-605-192-348-2

Sertifika no: 48040

Kapak tasarımı: Mustafa Çimen

Baskı: Optimum Basım Yayın San. ve Tic. Ltd. Şti.
Tevfikbey Mah. Dr. Ali Demir Cad. No: 51/1
34295 Küçükçekmece / İstanbul
Tel. (0212) 463 71 25
Sertifika no: 41707

hep kitap
Caferağa Mah.
Neşet Ömer Sok.
Aydın İş Merkezi
No: 4 Kat: 4
Kadıköy 34710 İstanbul

www.hepkitap.com.tr / info@hepkitap.com.tr

** hep kitap, TEAS Yayıncılık A.Ş.'nin tescilli markasıdır.*

Çocuklarınıza tutunun

Ebeveynler Neden Akranlardan Daha Önemli Olmalı?

Dr. Gordon Neufeld ve Dr. Gabor Maté

Çeviren:
Can Evren Topaktaş

hep kitap

İÇİNDEKİLER

ÖNSÖZ 7

Bölüm Bir
Akran Yönelimi Olgusu 15

1. Ebeveynler Günümüzde Neden Her Zamankinden Daha Önemli 17

2. Çarpık Bağlar, Körelen İçgüdüler 35

3. Çocuklarımızın Gözünde değerimizi niçin yitirdik 58

Bölüm İki
Sabotaj: Akran Yönelimi
Ebeveynliğin Temellerini nasıl sarsar 79

4. Ebeveynlik Gücünü Elimizden Kaçırıyoruz 81

5. Yardımcı Olmaktan Engel Teşkil Etmeye:
Bağlanma Aleyhimize İşlediğinde 99

6. Karşıt İrade: Çocuklar Neden İsyankâr Olur 121

7. Kültürün Ölümü 139

Bölüm Üç
Olgunlaşamamak:
Akran Yönelimi Sağlıklı Gelişimi Nasıl Engeller 151

8. Hislerden Tehlikeli Kaçış 153

9. Toyluğa Takılıp Kalmak 172

10. Saldırganlık Geleneği 198

11. Zorbaların ve Kurbanların Oluşumu 216

12. Cinsel Bir Dönemeç 238

13. Eğitilemeyen Öğrenciler 255

Bölüm Dört
Çocuklarımıza Nasıl Tutunabiliriz
(ya da onları nasıl geri alabiliriz) 271

14. Çocuklarımızı Yanımıza Çekmek 273

15. Size Güç Veren Bağları Koruyun 299

16. Bölmeyen Disiplin 325

Bölüm Beş
Akran Yönelimini Engellenmesi 357

17. Rakiplere Kur Yapmayın 359

18. Bağlanma Köyünün Yeniden Yaratılması 387

Bölüm Altı
Dijital Çağ için Bir Dipnot (çocuklarımıza internetin,
cep telefonlarının ve bilgisayar oyunlarının hüküm
sürdüğü bir çağda nasıl tutunabiliriz) 403

19. Raydan Çıkan Dijital Devrim 405

20. Zamanlama Meselesi 427

Teşekkürler 449

Terimler Sözlüğü 450

Notlar 464

Dizin 476

ÖNSÖZ

Işığın Yolu kitabımı yazdığımdan beri, bağlanma, ebeveynlerin en çok ilgisini çeken konuların arasına girdi. Güvenli bağlanmanın çocukların yetişkin hayatında tüm ilişkilerini etkilediği bilgisi, ebeveynleri kendi çocuklarıyla olan bağlanmalarını öğrenmeye ve iyileştirmeye teşvik etti. *Işığın Yolu*, bağlanma türleri ve süreçlerini bir hikâyenin içinde ebeveynlere anlattığından, pek çok ebeveyn kendi hikâyesini ve bazı zorlanmaların bir nesilden diğerine neden ve nasıl geçtiğini fak etti. Ancak modern kültür, çocukların ebeveynleriyle olan bağlanma süreçlerine eskisi gibi destek vermiyor. Neufeld ve Maté elinizde tuttuğunuz kitapta, bağlanmanın özellikle bu kısımlarına dikkat çekiyor:ebeveynlik ilişkilerinin yerine geçen arkadaşlık ilişkileri ve bunun bağlanmaya olan etkileri.

"Bir çocuğun ebeveyni ile yakınlık istemesi, ebeveyninin ona rehberlik, koçluk, modellik yapmasını kolaylaştırıyor" diyor Neufeld. Bağımsızlık ancak tabi olmaya izin verdikten sonra ortaya çıkıyor. Oysa dünya, tabi olmaya izin vermeyen bir kültüre doğru sürükleniyor. "Çocuklarımızın sosyalleşmesini destekleyeceğiz" diye onları; bir oyun grubundan bir başka sosyal etkinliğe taşımak, küçük yaştan itibaren kreşlere başlatmak, yakınlık kavramını ebeveynlerden alıp arkadaşlık ilişkilerinin merkezine oturttu. Oysa Neufeld şöyle diyor: "Bağımsızlık ancak tabi olma halinin ebeveynle oluşmasından sonra ortaya çıkar, daha önce değil." Günümüzün modern hayatı, çocukları bu yakınlık sürecini oturtmadan, erkenden bağımsız olmaya ittiğinden, bağlanma karşımıza ebeveyn-çocuk ilişkisi olarak değil, çocuğun arkadaşına bağlanmasına itildiği bir süreç olarak çıktı. Arkadaş çocuk bağlanması diye bir şey olmadığı, bağlan-

ma da hiyerarşik bir yapı olduğundan hiperaktivite ve duygusal sorunlar, şiddet ve zorbalık gibi konular çocuk psikolojisinin merkezine oturdu.

Neufeld ve Maté hem kendi ebeveynlik sürecimde hem de verdiğim eğitimlerde bakış açılarımı etkilemiş uzmanlar. Davranışın altındaki ihtiyaca bağlanma gözlüğüyle bakmaya yol açan araştırma altyapıları, bugünün dünyasında ebeveynlik tartışmalarını bambaşka bir boyuta taşıdı. Bu kitap ebeveyn olarak tüm bunları yeniden düşünmeye, çocuklarımızın sorumluluğuna yepyeni bir gözle bakmaya olanak tanıyor.

Keyifli okumalar
Nilüfer Devecigil
ndevecigil@hotmail.com

Bu kitabı çocuklarımız ile çocuklarımızın şimdiki ve gelecekteki çocuklarına ithaf ediyoruz.

Bize bu içgörüleri elde etmemiz için ilham kaynağı oldular ve kelimelere dökmemiz için iyi bir sebep sundular.

Tamara, Natasha, Bria, Shay ve Braden

Daniel, Aaron ve Hannah

Kiara, Julian ve Sinead

Eylem yalnızca ilişki içindeyken anlamlıdır, ilişkileri anlamadan atılan herhangi bir adım yalnızca anlaşmazlığa yol açacaktır.
İlişkileri anlamak her türlü eylem planı arayışından daha önemlidir.

J. KRISHNAMURTI

OKUYUCUYA NOT

Gordon Neufeld ile birbirimizi uzun yıllardır tanıyoruz. Eşim Rae ile beraber en büyük oğlumuz hakkında bir şeyler danışmaya gitmiştik. O dönemde oğlumuz sekiz yaşındaydı. Sorunlu bir çocuğumuz olduğunu düşünüyorduk. Gordon bize kısa sürede, çocuğumuzda veya bizde herhangi bir sorun olmadığını, yalnızca onunla aramızdaki ilişkiye yaklaşımımızda bir sorun olduğunu gösterdi. Aradan birkaç yıl geçtikten sonra, genç bir ergen olan ikinci oğlumuz da otoritemize karşı çıkmaya, hatta bizimle beraber vakit geçirmeyi istememeye başladığında tekrar endişelendik. Yine Gordon'a danıştık; o da bize oğlumuzu akranlarından uzaklaşması ve aramızdaki ilişkiyi yeniden güçlendirmesi için baştan çıkartmamızı tavsiye etti. Dr. Neufeld'in akran yönelimi olarak adlandırdığı, modern toplumlarda çocukların hayatlarına etki eden en önemli unsur olarak akranların ebeveynlerin yerini almasını ve bu değişimin doğurduğu birçok olumsuz sonucu ifade eden kavramla ilk defa orada tanıştım. O günden beri Rae ile beraber edindiğimiz bu içgörüler için ona birçok nedenden ötürü minnettarım.

Gordon'la beraber insanların doğal ebeveynlik içgüdülerini yeniden canlandırmak gibi radikal bir amaçla yola çıkarak, *Çocuklarınıza Tutunun* kitabını kaleme aldık. Eğer kitabımız amacına ulaşmayı başarırsa, günümüzde çocukların nasıl yetiştirilmesi ve eğitilmesi gerektiğine ilişkin geniş kitlelerce kabul görmüş bilgilerin çoğu geçerliliğini yitirecek. Odaklandığımız nokta ebeveynlerin çocukları için ne yapmaları gerektiği değil, onlar için kim olmaları gerektiği. Bu kitapta okuyuculara çocuklar, çocuk gelişimi ve günümüzde çocukların sağlıklı bir şekilde gelişimlerini tamamlamalarının karşısında duran engeller hakkında yeni bir anlayış edinme olanağı sunuyoruz. Ebe-

veynlerin bu anlayışa sahip olmalarının ve çocuk yetiştirme görevlerine gönülden bağlı olmalarının neticesinde ortaya, başarılı ebeveynliğin gerçek temellerini oluşturan doğal ve şefkatli bir bilgelik çıkacaktır.

Ebeveynliğin uzmanların sundukları tavsiyeler doğrultusunda uygulanması gereken bir dizi beceri olduğuna ilişkin modern takıntı, aslında körelen içgüdülerden ve ebeveynlerin çocuklarıyla aralarındaki bağı (önceki nesillerin kıymetini bilemediği bağı) farkına varmadan kopartmış olmalarından kaynaklanır. Ebeveynlik aslında yalnızca bir ilişkiden ibarettir. Biyolojik unsurlar, evlilik veya evlat edinmek bu ilişkileri kurmamızı sağlar, ancak bu ilişkileri korumamız yalnızca çocuklarımızla aramızda iki yönlü bir bağın kurulmasıyla mümkün olur. Ebeveynlik rolü güvence altına alındığında, bakmakla yükümlü olduğumuz gençleri nasıl yetiştirmemiz ve eğitmemiz gerektiğini bize herhangi bir uzmandan daha dirayetli bir şekilde gösteren doğal içgüdülerimiz devreye girer. İşin sırrı çocuklarımızla aramızda kurduğumuz ilişkilere ve etkileşimlere gereken değeri vermektir.

Ebeveynlik, ilerleyen bölümlerde açıklayacağım nedenlerden ötürü, günümüz dünyasında değerini yitirmektedir. Günümüzde çocuklarımızı bizden uzaklaştırabilecek birçok sinsi rakiple yüzleşmek ve ebeveynlik görevlerimizden feragat etmek zorunda kalıyoruz. Artık ebeveynleri destekleyen ve ebeveynlik misyonunu kutsal sayan bir kültür için gerekli ekonomik ve sosyal altyapıya sahip değiliz. Önceki kültürler çocukların ebeveynleriyle kurdukları bağların sağlam ve kalıcı olduğuna güvenebiliyordu, ama biz böyle bir lükse sahip değiliz. Modern ebeveynler olarak, eksikliklerimizin de farkındayız, çocuklarla ergenlerin yetiştirilmesi ve eğitilmesinde bir şeylerin yolunda gitmediğinin de. Bu farkındalık bizi, yani çocuklara bakmakla yükümlü olan yetişkinleri, çocuklarımıza hiç baskı uygulamadan bizimle işbirliği yapmalarını, bize itaat etmelerini ve saygı duymalarını sağlayacak ve bizi yeniden lider konumuna oturtacak ilişkiler kurmaya hazırlayacaktır. Çocuklarımızın gelişimlerini tamamlayarak bağımsız, kendi kendilerini motive edebi-

len, kendilerine değer biçebilen ve diğer insanların duygularına, haklarına ve haysiyetlerine saygı gösteren, olgunlaşmış birer birey olabilmeleri bizimle kurdukları ilişkilere bağlıdır.

Çocuklarınıza Tutunun beş bölümden oluşuyor. İlk bölümde akran yöneliminin ne olduğu ve kültürümüzde nasıl bu kadar yaygınlaştığı açıklanıyor. İkinci ve üçüncü bölümlerde akran yöneliminin sırasıyla ebeveynlik yeteneğimiz ve çocuklarımızın gelişim süreçleri üzerinde yarattığı olumsuz etkiler detaylı bir şekilde ele alınıyor. Ayrıca ilk üç bölümde, sağlıklı çocuk gelişimi, akran kültürünün etkisi altında gerçekleşen çarpık gelişim süreciyle karşılaştırılarak ana hatlarıyla özetleniyor. Dördüncü bölümde çocuklarımızla kalıcı bir bağ, olgunlaşmaları için güvenli bir koza işlevi görecek sağlam bir ilişki kurmamızı sağlayacak bir program sunuluyor. Beşinci bölümdeyse çocuklarımızın akran dünyasının cazibesine kapılmalarını nasıl engelleyebileceğimiz açıklanıyor.*

Bu kitapta sunduğumuz ana tezin ve tavsiyelerin kökenleri Dr. Neufeld'in psikolog olarak uzun yıllar içinde edindiği deneyimlerine ve yaptığı orijinal çalışmalara dayanıyor. Bu anlamda kitabın yegâne yazarı Dr. Neufeld. Gordon'ın seminerlerine katılan binlerce ebeveynin ve öğretmenin büyük çoğunluğu geçtiğimiz onyıllar içinde ona defalarca, sabırsızca, "Kitabınız ne zaman yayımlanacak?" diye sordu. *Çocuklarınıza Tutunun* kitabının hazırlanıp yayımlanmasının daha ileri bir tarihe ertelenmemesini sağlamak bana düştü. Kitabın planlanması, kaleme alınması ve şekillendirilmesi ise ortak çabalarımızın ürünüdür.

Gordon Neufeld'in hayat değiştiren fikirlerini daha geniş kitlelere ulaştırabilmesine yardımcı olmaktan gurur duyuyorum. Bunun zamanı çoktan gelmişti; ikimiz de bu kitabın yayımlanmasını mümkün kılan bir arkadaşlık ve ortaklık kurduğumuz için mutluyuz. Umarız –ve inanıyoruz– okuyucularımız da yaptığımız işbirliğinin iyi şeylere vesile olduğunu düşünür.

Bu, ilk baskıya yazılan önsöz. Kitap daha sonra güncellendi ve "Dijital Devrim" adında bir bölüm daha eklendi. (yay.n.)

İki editörümüze, Toronto'dan Diane Martin ve New York'tan Susanna Porter'a teşekkür etmek istiyoruz. Diane en başından itibaren bu çalışmaların sunduğu olasılıkları görebildi ve süreç boyunca desteğini bizden esirgemedi. Susanna büyük bir sabır ve ustalıkla kitabın kalın ve hantal taslağını detaylı bir şekilde inceledi; tavsiyeleriyle kitapta verdiğimiz mesajın daha açık bir şekilde iletildiği, daha hafif ve daha iyi düzenlenmiş bir versiyonunu oluşturmamıza yardımcı oldu. Sonuçta okuyucuların daha rahat anlayabilecekleri, yazarların da kesinlikle daha çok beğendikleri bir kitap ortaya çıktı.

DR. GABOR MATÉ

Bölüm Bir

Akran Yönelimi Olgusu

1

Ebeveynler Günümüzde Neden Her Zamankinden Daha Önemli

On iki yaşındaki Jeremy klavyenin üzerine eğilmiş, gözlerini dikerek bilgisayar ekranına bakıyor. Saat akşamın sekizi; ertesi gün teslim etmesi gereken ödevlerini tamamlamamış, ancak babasının kendisine defalarca "ödevini yap" diye uyarıda bulunmasına da kulak asmıyor. Jeremy bilgisayarında MSN Messenger üzerinden arkadaşlarıyla mesajlaşıyor: kimin kimden hoşlandığı hakkında dedikodu yapıyor, kimlerin dostu ve kimlerin düşmanı olduğunu çözmeye çalışıyor, okulda kimlerin kimlere ne dediğini tartışıyor ve kimlerin çekici olup olmadığı hakkında son durumu değerlendiriyor. Kendisine bir kez daha ödevlerini yapması gerektiğini hatırlatan babasına sinirlenerek, "Rahatsız edip durma beni" diye bağırıyor. Sinirden sesi titreyen babası, "Eğer yapman gerekeni kendiliğinden yapsaydın seni rahatsız etmek zorunda kalmazdım" diyerek karşı atağa geçiyor. Söz düellosu giderek daha da kızışıyor, sesler yükseliyor ve birkaç dakika sonra Jeremy, "Hiçbir şeyden anlamıyorsun" diye bağırarak kapıyı çarpıyor.

Duruma üzülen babası Jeremy'ye de kızıyor ama en çok kendine kızgın. "Yine işleri berbat ettim" diye düşünüyor. "Oğlumla nasıl iletişim kuracağımı bilmiyorum." Eşi de o da Jeremy için endişeleniyor: Bir zamanlar uysal bir çocuk olan oğullarını kontrol altında tutmaları, hatta ona tavsiye vermeleri bile artık imkânsız. Oğullarının tüm dikkati arkadaşlık ilişkilerine odaklanmış gibi görünüyor. Aynı anlaşmazlık senaryosu evlerinde haftada birkaç sefer tekrarlanıyor ve çocuk da anne ba-

bası da bu darboğazdan çıkmak için herhangi bir yeni düşünce geliştirmeyi veya faaliyette bulunmayı başaramıyorlar. Anne baba kendilerini çaresiz ve güçsüz hissediyor. O ana dek çocuklarına ceza vermeye pek fazla bel bağlamamışlar, ama her geçen gün çocuklarına "haddini bildirmeye" daha da meyilli oluyorlar. Ona haddini bildirdiklerindeyse oğulları hiç olmadığı kadar hırçınlaşıp asileşiyor.

Ebeveynlik bu kadar zor mu olmalı? Her zaman bu kadar zor muydu? Yaşlılar genellikle günümüz gençlerinin önceki nesillere göre daha saygısız ve disiplinsiz olduklarından şikâyetçi; günümüzde birçok ebeveyn de bir şeylerin yolunda gitmediğinin içgüdüsel olarak farkında. Bugünlerde çocuklar çocukluklarını bizim hatırladığımız şekilde yaşamıyor. Yetişkinlerden herhangi bir konuda ders alma olasılıkları çok daha düşük ve görünüşe bakılırsa başlarının belaya girmesinden de eskisi kadar korkmuyorlar. Ayrıca eskisi kadar masum ve saf da değiller – belli ki çocuklar gözlerini fal taşı gibi açarak dünyaya merakla bakmalarını, doğanın veya insan yaratıcılığının mucizelerini keşfetmelerini sağlayan heyecanlarını yitirmişler. Çoğu çocuk haddini aşacak kadar küstah, hatta bazı açılardan bıkkın olabiliyor ve dışarıdan güya olgunlaşmış gibi duruyor. Arkadaşlarından uzak kaldıklarında veya teknolojiye erişemediklerinde kolayca sıkıldıkları görülüyor. Yaratıcılığa dayanan bireysel oyunlar artık tarihe karıştı. Görüştüğüm kırk dört yaşındaki bir anne gençliğini anımsayarak, "Çocukken evimizin yakınlarındaki bir çukurdan kazıp çıkardığım killi toprak benim için sonsuz bir eğlence kaynağı olurdu" dedi. "Ona dokunduğumda verdiği hissi çok severdim; ona şekil vermekten veya avucumun içinde yoğurmaktan çok hoşlanırdım. Ancak altı yaşındaki oğlumun bir bilgisayar, Nintendo veya farklı türden bilgisayar oyunları olmadan kendi başına oyun oynamasını sağlayamıyorum."

Ebeveynlik de zaman içinde değişti. Bizim anne babalarımız kendilerine daha çok güveniyordu, kendilerinden daha emindi, ayrıca iyi ya da kötü üzerimizde daha büyük bir etki yaratıyorlardı. Günümüzde ebeveynlik çoğu insana "doğal" gelmiyor.

Günümüz ebeveynleri çocuklarını en az diğer dönemlerde çocuk yetiştirmiş ebeveynler kadar çok seviyor, ancak bu sevgilerini her zaman çocuklarına yansıtamıyorlar. Bizim de çocuklarımıza öğreteceğimiz çok şey var, ancak bilgilerimizi onlara aktarma yeteneğimiz bir şekilde körelmiş. Çocuklarımıza potansiyellerine erişmelerini sağlayacak yolu gösterme gücünü görmüyoruz kendimizde. Bazen çocuklarımız bizim işitmediğimiz sirenlerin çağrısı onları bizden uzaklaşmaları için baştan çıkartmış gibi davranıyor. Dünyanın onlar için daha güvensiz bir yer olduğundan ve onları korumaya gücümüzün yetmeyeceğinden korkuyoruz az da olsa. Çocuklarla yetişkinlerin arasında oluşan boşluk gözümüze bazen aşılması imkânsız bir uçurum gibi görünebiliyor.

Zihnimizde ebeveynliğin nasıl olması gerektiğine dair çizdiğimiz imaja ulaşmaya çabalıyoruz. Arzu ettiğimiz sonuçları elde edemeyince de çocuklarımıza yalvarıyor, onları tatlı sözlerle ikna etmeye çalışıyor, onlara çeşitli rüşvetler, ödüller veya cezalar veriyoruz. Kendimizi bazen çocuklarımızı bize bile sert gelen ve gerçek doğamıza aykırı ses tonlarıyla azarlarken buluyoruz. Tam da onlara koşulsuz bir şekilde sevgi göstermek istediğimiz kriz anlarında, kalbimizin katılaştığını hissediyoruz. Ebeveynler olarak acı çekiyor ve dışlandığımızı hissediyoruz. Ebeveynlik görevini layıkıyla yerine getiremediğimiz için kendimizi, itaatkâr olmadıkları için çocuklarımızı, çocuklarımızın dikkatini dağıttığı için televizyonu veya yeterince katı olmadığını düşündüğümüz eğitim sistemini suçluyoruz. Acizliğimiz dayanılmaz bir hal aldığında, çağımızın kendi işimizi kendi başımıza halletmeyi/geçici çözümler üretmeyi ön planda tutan değer yargılarıyla da uyumlu nispeten daha basit, otoriter formüllere yöneliyoruz.

Günümüzde ebeveynliğin genç insanların gelişimine ve olgunlaşmasına ne kadar katkıda bulunduğu da sorgulanmaya başladı. "Ebeveynler Önemli Midir?" başlıklı bir makale *Newsweek* dergisinin 1998 senesinde yayımlanan bir sayısının kapağına konu oldu. Aynı yıl, uluslararası arenada dikkat çekmeyi başaran bir kitapta "Ebeveynlik görevi gereğinden faz-

la abartılıyor" iddiası ileri sürüldü. "Çocuğunuzun kişiliğinin oluşmasında sandığınızdan daha fazla etki yarattığınıza inandırıldınız."[1]

Çocuklarımızla aramız iyi olsaydı ebeveynlerin gençlerin üzerinde ne gibi etkiler yarattığı sorusu bu kadar önem arz etmezdi. Çocuklarımız gerçekten kendi ayaklarının üzerinde durabilmeyi, kendilerine yön verebilmeyi ve kendilerine yetmeyi başarabilselerdi, kim olduklarının farkına varabilseler ve hayatta yönlerini kaybetmeyip net bir amaca sahip olsalardı, bizi dinlememeleri veya değerlerimizi benimsememeleri belki de kabul edilebilirdi. Ancak birçok çocuğun ve genç yetişkinin bu özelliklere sahip olmadığını görüyoruz. Evlerde, okullarda ve neredeyse her türlü topluluğun içinde gelişmekte olan çocukların yönlerini kaybettiğine tanık oluyoruz. Çoğu kendini kontrol etmekten aciz; giderek yabancılaşmaya, uyuşturucu kullanımına, şiddete veya amaçsızca dolaşmaya giderek daha da meyilli bir hale geliyor. Birkaç onyıl önce büyüyen çocuklardan bile daha zor eğitilip daha zor idare ediliyorlar. Çoğu, içinde bulundukları ortamlara adapte olma ve olumsuz deneyimlerinden ders alarak olgunlaşma yeteneğini yitirmiş durumda. Günümüzde daha evvel eşi görülmemiş sayıda çocuğa ve ergenlik çağındaki gence depresyon, kaygı bozukluğu ve sayısız diğer hastalığın tedavisi için ilaç veriliyor. Okullardaki zorbalık olaylarının sayısı da, aşırı bir örnek olsa da, diğer çocuklar tarafından işlenen cinayetlere kurban giden çocuk sayısı da giderek artıyor, bu da gençlerin içinde bulundukları krizi gözler önüne seriyor. Bu gibi trajediler, nadiren karşımıza çıksa da günümüzde yaygınlaşan bir hastalığın, gençlik kültüründe hüküm süren saldırganlık eğiliminin en belirgin patlamaları.

Kendilerini çocuklarına adamış, sorumluluk sahibi ebeveynler sürekli hayal kırıklığı yaşıyor. Onlarla yakından ilgilenmemize rağmen, çocuklarımızın büyük bir stres altında olduğu görülüyor. Görünüşe bakılırsa artık ebeveynler ve diğer yetişkinler çocukların doğal akıl hocaları olarak işlev görmüyor; tıp-

kı bir zamanlar insanlar arasında ve hâlâ doğal ortamlarında yaşamlarını sürdüren diğer tüm canlı türlerinde olduğu gibi. Önceki kuşaklar, doğum patlaması döneminde dünyaya gelenlerin ebeveynleri, büyükanneleri ve büyükbabaları yaptıklarımıza anlam vermekte zorlanıyor. Bazen biraz gerçeklik payı içeren, biraz da yanlış anlamayla karışık ifadeler kullanıp, "Bizim zamanımızda çocuklarımızı nasıl yetiştireceğimizi kılavuzlardan öğrenmeye ihtiyaç duymuyorduk; onları bildiğimiz gibi yetiştiriyorduk" diyebiliyorlar.

Çocuk gelişimi hakkında önceki nesillere oranla çok daha fazla bilgiye sahip olduğumuzu ve günümüzde ebeveynlerin çocuk yetiştirmekle ilişkili kurslara ve kitaplara önceki nesillere mensup ebeveynlerden çok daha rahat bir şekilde erişim sağlayabildiğini göz önünde bulundurduğumuzda, gelinen noktanın ironik olduğunu söyleyebiliriz.

EBEVEYNLİK İÇİN GEREKEN ORTAMIN OLMAMASI

Peki ama ne değişti? Sorun, tek kelimeyle, *ortam*. Ne kadar iyi niyetli, becerikli veya şefkatli olursak olalım, her çocuğa ebeveynlik yapamayız. Etkili bir şekilde ebeveynlik yapabilmemiz için belirli bir ortamın var olması gerekir. Bir çocuğu başarılı bir şekilde yetiştirebilmemiz, rahatlatabilmemiz, ona kılavuzluk edip yönlendirebilmemiz için söz konusu çocuğun buna açık olması gerekir. Çocuk, yalnızca yetişkin olduğumuz, onu çok sevdiğimiz, onun için neyin iyi olup olmadığını bildiğimizi sandığımız için veya sırf çıkarlarını gözetiyoruz diye bize otomatik olarak ebeveynlik yapma yetkisi vermez. Üvey ebeveynler, koruyucu aileler, çocuk bakıcıları, dadılar ve öğretmenler gibi başka insanların çocuklarına bakmakla yükümlü insanlar da bu gerçekle sıklıkla yüzleşmek zorunda kalır. Gereken ortam sağlanmadığında insanların kendi çocuklarına ebeveynlik yapmak için sahip oldukları doğal otorite zayıflayabilir.

Eğer ebeveynlik becerilerimiz veya çocuğumuza karşı

duyduğumuz sevgi yeterli değilse, tam olarak neye ihtiyaç duyarız? Ebeveynlik ilişkilerinin sağlam temellere oturması için çocuklarla ebeveynler arasında özel bir tür ilişki kurulması zorunludur. Gelişim uzmanları –insan gelişimini inceleyen psikologlar veya diğer bilimciler– buna *bağlanma* ilişkisi der. Bir çocuğun bir yetişkinin kendisine ebeveynlik yapmasına açık olması için, söz konusu yetişkine etkin bir şekilde bağlanması, onunla temas kurup ona yakın olmayı istemesi gerekir. Bağlanma güdüsü yaşamın ilk safhalarında çoğunlukla fizikseldir – bebekler ebeveynlerine sarılmaya ve ebeveynlerinin onları kollarında tutmasına ihtiyaç duyar. Her şey yolunda giderse, bu bağlanma güdüsü evrimleşerek ilk etapta ebeveynle çocuk arasında duygusal bir yakınlaşma olmasına, nihayetinde de psikolojik bir bağ oluşmasına yol açar. Onları yetiştirmekle sorumlu olan insanlarla aralarında böyle bir bağ kurmamış çocuklara ebeveynlik yapmak, hatta onları eğitmek bile çoğu zaman oldukça güçtür. Çocukların düzgün bir şekilde yetiştirilebilmesi için gerek duyulan ortamı yalnızca bağlanma ilişkileri sağlayabilir.

Ebeveynliğin sırrı ebeveynlerin çocukları için ne yaptıklarında değil, çocukların gözünde ne olduklarında gizlidir. Çocuklar bizimle bağ kurmak ve bize yakınlaşmak istediklerinde, onlar için bir yetiştirici, rahatlatıcı, kılavuz, örnek, öğretmen veya bir koç olmaya hak kazanırız. Bize sıkı sıkı bağlanan bir çocuğun dünyaya açılmak için kullanabileceği bir ana üs, geri adım atması gerektiğinde inzivaya çekilebileceği bir sığınak ve bir ilham kaynağı işlevi görürüz. Ebeveynlik becerileri ne kadar gelişmiş olursa olsun yetişkinler bağlanma eksikliğini gideremez. Çocuğa ne kadar çok sevgi duyulursa duyulsun, bu sevgi, bağlanma sayesinde oluşan göbek bağı olmadan çocuğa aktarılamaz.

Çocukla ebeveyn arasında kurulan bağ en azından çocuğun bir ebeveyne ihtiyaç duyduğu süre boyunca kopartılmamalıdır. Bunu yapmak her geçen gün daha da zorlaşıyor. Ebeveynler aslında büyük bir değişim geçirmedi; ebeveynlik becerilerinde ya da ebeveynlerin çocuklarına düşkünlüklerinde bir azalma olmadı. Çocukların doğası da temelde değişmedi; ço-

cuklar günümüzde ebeveynlerine geçmişe oranla daha az bağımlı değil veya onlara karşı daha fazla direnç göstermiyor. Değişen şey çocuklarımızı içinde yetiştirdiğimiz kültür. Çocukların ebeveynleriyle kurdukları bağ artık kültürden ve toplumdan gereken desteği görmüyor. Başlarda son derece güçlü olan ve çocukların her ihtiyacını karşılayan ebeveyn-çocuk ilişkileri bile çocuklarımızın artık bağlanma ilişkilerine gereken önemi vermeyen ve bu ilişkileri desteklemeyen bir dünyayla tanışmasıyla zayıflıyor. Çocuklar giderek ebeveynleriyle rekabetçi bağlar kurmaya daha da meyilli oluyor; bunun sonucunda da ebeveynlik görevimizi düzgün bir şekilde yerine getirebilmek için ihtiyaç duyduğumuz ortamı sağlamak giderek zorlaşıyor. Ebeveynlik görevlerimizi yerine getirme çabalarımızı etkisiz kılan unsur çocuklarımıza yeterince sevgi duymamamız veya ebeveynlik bilgimizin eksik olması değil, çocuklarımızın bizimle sıkı bağlar kurmaları için gerek duyulan ortamın giderek yok olmasıdır.

AKRAN KÜLTÜRÜNÜN ETKİLERİ

Ebeveynlerin otoritesini sarsan ve sevgisiyle rekabet eden en önemli ve en zarar verici bağlanma ilişkileri çocukların akranlarıyla kurdukları, giderek daha da sıkılaşan bağlardır. Bu kitapta ileri sürülen tez şu: Günümüzde erişkinliğe adım adım yaklaşan genç çocuk ve ergen nesillerini olumsuz yönde etkileyen bu bozukluk kendilerine bakmakla sorumlu olan yetişkinlere giderek daha da az yönelmelerinden kaynaklanmaktadır. Burada –günümüzün şaşkın ebeveynlerinin ihtiyaç duydukları en son şey olan– yeni bir tıbbi-psikolojik bozukluğu tanımlamayı hedeflemekten ziyade, bozukluk kelimesini en temel anlamıyla kullanıyoruz: Doğal düzende meydana gelen bir aksama anlamında. Genç insanlar tarihte ilk defa kendilerine ders vermeleri, örnek olmaları ve kılavuzluk etmeleri için anneler, babalar, öğretmenler ve diğer sorumluluk sahibi yetişkinler yerine doğanın hiçbir zaman ebeveynlik rolünü üstlenmelerini beklemediği insanlardan –kendi akranlarından– medet umu-

yor. Çocuklarımız idare edilemiyor, eğitilemiyor ve olgunlaşamıyor, çünkü artık yetişkinlerden ders almıyorlar. Bunun yerine, çocuklarımız onlara olgunluğa erişmeleri için kılavuzluk etmeleri mümkün olmayan olgunlaşmamış kişiler tarafından yetiştiriliyor. Çocuklarımız artık birbirlerini yetiştiriyor.

Tanık olduğumuz bu olayı ifade etmek için kullanılabilecek en uygun terim *akran yönelimi*. Ebeveynlik içgüdülerimizi körelten, doğal otoritemizi sarsan ve kalbimiz yerine aklımızı kullanarak –kılavuzlara, "uzmanların" tavsiyelerine ve toplumun şaşkın beklentilerine uyarak– ebeveynlik yapmamıza neden olan en önemli unsur akran yönelimidir.

Peki akran yönelimi tam olarak nedir?

Yönelim, ya da insanların yönlerini tayin edip kendilerine bir yol çizmelerini ve çevrelerini tanımalarını sağlayan dürtü, insanların temel içgüdülerinden ve ihtiyaçlarından biridir. Yönelim bozukluğu katlanılması en zor psikolojik deneyimlerden biridir. Bağlanma ve yönelim birbirlerinden ayrılamayacak şekilde iç içe geçmiş olan unsurlardır. İnsanlar ve diğer canlılar, aralarında bağlanma ilişkisi olan diğer canlıların davranışlarını gördükçe kendilerini otomatikman yönlendirir.

Çocuklar, tıpkı diğer sıcakkanlı canlı türlerinin yavruları gibi, doğuştan gelen bir yönelim içgüdüsüne sahiptir: Yön bulma yeteneklerinin gelişmesi için başkalarına ihtiyaç duyarlar. Çocuklar, tıpkı bir mıknatısın kendiliğinden Kuzey Kutbu'nu göstermesi gibi, doğuştan kendilerine otorite sağlayan, kendileriyle bağlantı kuran ve onlara sıcaklık sunan bir kaynağa yönelme ihtiyacı duyarlar. Hayatlarında böyle birinin var olmamasına dayanamazlar: Bu durumda yollarını kaybederler. Başka bir deyişle çocuklar *yönelme boşluğu* olarak adlandırdığım duruma dayanamazlar.* Ebeveynler veya ebeveyn rolünü üstlenen diğer yetişkinler, çocukların yönelmesi gereken doğal kutuplardır; tıpkı hayvanlar âleminde yavrularını büyüten yetişkinlerin onların yönlerini bulmalarını sağlayan en önemli un-

Aksi belirtilmediği müddetçe bu kitapta "ben" diye başlayan cümlelerin öznesi Gordon Neufeld'dir.

sur olması gibi.

İnsanların yönelim içgüdüsü ördek yavrularının mühürleme içgüdüsüne benzer. Yumurtadan çıkan ördek yavruları anında anne ördeğe mühürlenir – olgunlaşıp bağımsızlıklarını kazanana dek sürekli annelerini takip eder, onu örnek alır ve onun talimatlarına uyarlar. Elbette ki doğal olan budur. Anne ördeğin yokluğunda, yavru ördekler en yakındaki hareketli cismi takip etmeye başlar – bu bir insan, bir köpek, hatta mekanik bir oyuncak olabilir. Tabii ki ne insan, ne köpek ne de mekanik bir oyuncak yavru ördeğin başarılı bir şekilde yetiştirilebilmesini sağlamak açısından anne ördek kadar uygundur. Benzer bir şekilde, ebeveynlik görevlerini yerine getiren bir yetişkinin var olmadığı durumlarda, insan çocukları yakınlarındaki diğer bireylere yönelir. Geçtiğimiz elli altmış yılda ortaya çıkan sosyal, ekonomik ve kültürel eğilimler ebeveynlerin çocukların yönlerini bulmalarını sağlayan en önemli etken olma özelliklerini yitirmelerine neden oldu. Bu yönelme boşluğunu akran grubu doldurdu, bu da beraberinde üzücü sonuçlar getirdi.

İlerleyen bölümlerde göstereceğimiz üzere, çocuklar aynı anda hem yetişkinler hem de akranları tarafından yönlendirilemez. Bir insan aynı anda birbirine aykırı olan iki farklı talimatı yerine getiremez. Birbirine aykırı düştükleri durumlarda çocuk beyninin, ebeveynlerinin benimsediği değerler ile akranlarının benimsediği değerler, ebeveynlerinin gösterdiği yol ile akranlarının gösterdiği yol ve ebeveynlerinin kültürü ile akranlarının kültürü arasında otomatik bir seçim yapması gerekir.

Çocuklar yaşıtlarıyla arkadaşlık etmesin veya diğer çocuklarla bağ kurmasın mı diyoruz? Aksine, bu gibi bağlar doğaldır ve sağlıklı bir amaca da hizmet edebilir. Çocuklara kılavuzluk eden ilkelerin ve değerlerin gençlere daha olgun nesillerden aktarıldığı yetişkin yönelimli kültürlerde, çocuklar yönlerini şaşırmadan veya ebeveynlerinin kendilerine kılavuzluk etmesini reddetmeden birbirlerine bağlanabilir. Ancak toplumumuzda durum artık değişti. Akranların aralarında kurdukları bağlar çocukların yöneldiği birincil odak noktası haline geldi. Burada doğal olmayan gençlerin akranlarıyla bağ kurmaları değil, çocuk-

ların birbirlerinin gelişiminde baskın çıkan etki unsuru haline gelmesidir.

NORMAL OLABİLİR AMA DOĞAL VEYA SAĞLIKLI DEĞİL

Akran yönelimi günümüzde o kadar yaygınlaştı ki artık kültürel bir norm halini aldı. Birçok psikolog ve eğitimcinin yanı sıra halkın büyük çoğunluğu da bunu doğal görmeye –veya bunu önem arz eden bir olay olarak görmemeye– başladı. Bu durum genel anlamda olağan karşılanarak hafife alınıyor. Ancak herhangi bir şeyin normlara uygun veya "normal" olması, "doğal" veya "sağlıklı" olduğu anlamına gelmez. Akran yöneliminin hiçbir yanı sağlıklı veya normal değildir. Doğal düzenin tersine işleyen bu karşı devrim, ilerleyen bölümlerde değineceğimiz nedenlerden ötürü kısa bir süre önce yalnızca sanayileşme açısından gelişmiş ülkelerde zafer kazanmıştır (bkz. Bölüm 3). Yerel topluluklar ve Batı dünyasının "küreselleşmiş" şehir merkezlerinin dışında kalan birçok bölge hâlâ akran yönelimi kavramına yabancıdır. Yetişkin yönelimi, insanların aşağı yukarı İkinci Dünya Savaşı'na kadar süren evrimleşme süreci boyunca insan gelişiminde norm olarak kabul ediliyordu. Kontrolü elinde tutması gereken biz yetişkinler –ebeveynler ve eğitmenler– etkimizi kısa bir süre önce farkına varmadan kaybettik.

Akran yöneliminin dışarıdan bakıldığında doğalmış gibi görünmesinin ve fark edilememesinin nedeni sezgilerimizin körelmesi ve kendimizin de tıpkı çocuklarımız gibi farkında olmayarak akranlarımıza yönelmiş olmamızdır. Savaş sonrasında İngiltere, Kuzey Amerika ve sanayileşmiş dünyanın diğer bölgelerinde doğan nesillerin de kendi akranlarına yönelmesi, bunun ne kadar ciddi bir sorun olduğunu gözden kaçırmamıza neden oldu.

Kültür, kısa bir süre öncesine kadar, her zaman nesilden nesle dikey olarak doğru aktarıldı. Joseph Campbell'ın yazılarında ifade ettiği gibi, geleneksel kültürel formların binlerce yıldır incelenmesi, tecrübe edilmesi ve anlaşılması, "gençlerin eği-

tilmesine ve yaşlıların bilgeleşmesine yol açtı." Yetişkinler kendi ebeveynlerinden öğrendiklerini çocuklarına miras bırakarak kültürün nesilden nesle aktarılmasında kritik bir rol oynadı. Ancak bizim çocuklarımıza aktarılan kültür büyük olasılıkla ebeveynlerinin kültüründen ziyade akranlarının kültürü olacak. Çocuklar ebeveynlerinin kültüründen çok daha farklı, bu kültüre bazı açılardan çok yabancı kültürler yaratıyor. Kültür bu durumda nesilden nesle dikey olarak aktarılmaktan ziyade genç neslin içinde yatay olarak aktarılıyor.

Her kültürün özünde kendine has gelenekler, müzikler, giysiler, kutlamalar ve hikâyeler yer alır. Çocukların dinlediği müzikler genelde büyükannelerinin ve büyükbabalarının dinlediği müziklere benzemez. Dış görünüşlerini ebeveynlerinin kültürel mirasından çok, diğer çocukların nasıl göründüklerini temel alarak şekillendirirler. Doğum günü partilerini ve ergenlik ritüellerini ebeveynlerinin geleneklerinden ziyade, etraflarındaki diğer çocukların uygulamalarından esinlenerek düzenlerler. Tüm bunlar bize normal geliyorsa, bunun tek nedeni bizim de kendi akranlarımıza yönelmiş olmamızdır. Yetişkinlerin kültüründen farklı olan ayrı bir gençlik kültürü aşağı yukarı elli yıl önce ortaya çıktı. Yarım yüzyıl insanlık tarihinde nispeten çok kısa bir zaman dilimi olsa da bir bireyin yaşantısında oldukça uzun bir dönemi temsil eder. Bu kitabın okuyucularının çoğu muhtemelen kültürün nesilden nesle dikey olarak değil, yatay olarak aktarıldığı toplumlarda yetişti. Medeni toplumu yozlaştırma potansiyeline sahip olan bu süreç her yeni nesilde güç ve ivme kazanıyor. İlk ve beşinci oğullarımın doğumlarının arasında geçen yirmi iki yıllık süre zarfında bile ebeveynler bazı avantajlarını yitirerek güç kaybetmişe benziyor.

Britanyalı çocuk psikoloğu Sör Michael Rutter ve kriminoloji uzmanı David Smith'in başkanlığında yürütülen geniş çaplı bir uluslararası araştırmaya göre, bir gençlik kültürü ilk defa İkinci Dünya Savaşı'ndan sonra ortaya çıktı; bu kültürün ortaya çıkması ise 20. yüzyılın en dramatik ve kaygı verici toplumsal olaylarından biri.[2] On altı ülkenin önde gelen akademisyenlerinin de dahil olduğu bu araştırmanın sonucunda, antisosyal

davranışlarda görülen artış ile ana akım kültürün dikey olarak aktarılmasının sekteye uğraması arasında bir bağlantı olduğu ileri sürüldü. Ana akım kültürden farklı, ayrı bir gençlik kültürünün ortaya çıkmasının çocukların işledikleri suçlarda, karıştıkları şiddet ve zorbalık olaylarında belirgin bir artışı da beraberinde getirdiği iddia edildi.

Böylesine geniş çaplı kültürel akımlar, benzer örüntülerin çocuklarımızın bireysel gelişiminde de görülmesine neden olur. Kim olmak ve ne yapmak istediğimizi, yönelimimiz ve nasıl bir insan olup nasıl davranacağımızı belirlemek için örnek aldığımız ya da kendimizle özdeşleştirdiğimiz insanlar tanımlar. Çağımızın psikoloji literatürü bir çocuğun kimlik duygusunun gelişmesinde akranlarının önemli bir rol oynadığını vurguluyor.[3] Kendilerini tanımlamaları istendiğinde, çocuklar genellikle ebeveynlerinden ziyade diğer çocukların ve üyesi oldukları diğer akran gruplarının değerlerine ve beklentilerine atıfta bulunuyor. Sistemde önemli bir şey değişti. Günümüzde gereğinden fazla çocuk kişiliklerinin temellerini oluştururken ebeveynlerinin yerine akranlarını örnek alıyor.

Birkaç nesil öncesine kadar tüm deliller çocukların gelişimini etkileyen en önemli unsurun ebeveynler olduğuna işaret ediyordu. Carl Jung çocukların üzerinde en büyük etkiyi yaratan unsurun ebeveyn-çocuk ilişkisinde olup bitenlerle pek fazla ilişkili olmadığını ileri sürdü. Çocukların kişiliklerinde en büyük yarayı açan unsurun, ebeveyn-çocuk ilişkilerindeki eksiklikler olduğunu (veya Britanyalı psikiyatrist D.W. Winnicott'un deyimiyle, "faydalı bir şey olabilecekken hiçbir şeyin olmaması") iddia etti. Oldukça korkutucu bir düşünce. Daha da korkutucusu, eğer akranlar çocukların kişiliklerini şekillendiren en önemli unsur olarak ebeveynlerin yerini aldıysa, akran ilişkilerinin eksikliklerinin de çocukların kişiliklerinin üzerindeki en büyük etkiyi yaratacak olmasıdır. Akran ilişkilerinde koşulsuz sevgi ve kabullenmenin, yetiştirme arzusunun, bireylerin çocuklarının çıkarları doğrultusunda kendi çıkarlarından feragat edebilme yeteneğinin ve çocukların düzgün bir şe-

kilde büyüyüp gelişebilmesi için fedakârlık yapabilme becerisinin eksik olduğu aşikâr. Akran ilişkilerindeki eksikliklerle ebeveyn-çocuk ilişkilerindeki eksiklikleri kıyasladığımızda ebeveynler bu işin içinden birer aziz gibi görünerek çıkar. Ancak bu durum çoğu çocuk için felaket anlamına gelir.

Toplumumuzda akran yöneliminde görülen artışla beraber çocuk intiharlarında da kaygı verici ve dramatik bir artış söz konusu: Kuzey Amerika'da on ila on dört yaş arasındaki çocuklarda intihar oranı son elli yıl içinde dört kat arttı. İntihar oranları en hızlı bu yaş grubu arasında yükseldi ve yalnızca 1980 ve 1992 seneleri arasında yüzde 120 oranında artış gösterdi. Akranların ebeveynlerin yerini alma olasılığının daha yüksek olduğu şehir merkezlerindeki intihar oranlarındaki artış ise çok daha fazla.[4] Söz konusu intihar olaylarının ardında yatan nedenler manidar. İnsan gelişimini inceleyen birçok insan gibi, ben de her zaman bu tür intihar olaylarının temel nedeninin ebeveynlerin çocuklarını dışlaması olduğu varsayımında bulunuyordum. Ancak bu durum artık değişti. Bir süre genç suçlularla çalıştım. İşimin bir bölümü intihara teşebbüs eden çocuklarla ergenlerin psikolojik durumlarını incelemekti. Bu çocukların intihara teşebbüs etmelerini tetikleyen ana etkenin ebeveynlerinden çok akranlarının kendilerine karşı sergiledikleri davranışlar olduğunu öğrendiğimde büyük bir şok yaşadım. Çocuk intiharlarının akran dışlaması veya zorbalık olayları yüzünden tetiklendiğini gösteren çok sayıda raporun da doğruladığı gibi, benim deneyimim istisnai bir durum değildi. Çocuklar akranlarına ne kadar çok önem verirse, akranlarının sergilediği duyarsız davranışlar da onlara uyum sağlayamadıklarını, dışlandıklarını veya aforoz edildiklerini düşünmelerine neden olarak onları o kadar büyük bir yıkıma uğratır.

Hiçbir toplum, hiçbir kültür dokunulmaz değildir. Örneğin Japonya'da, yaşlıların genç nesillere aktardığı geleneksel değerler hızla yaygınlaşan Batılılaşma akımına ve gençlik kültürüne karşı koyamadı. Bu ülkedeki çocuklar kısa bir süre öncesi-

ne kadar neredeyse hiçbir suça karışmıyor, okulda sorun çıkartmıyordu, ama günümüzde kanunlara karşı gelme, çocuk intiharları ve okulu bırakma oranlarının artması gibi akran yöneliminin en istenmeyen yan etkileri bu ülkede de baş gösteriyor. *Harper's* dergisi kısa süre önce Japon çocukların geride bıraktıkları intihar mektuplarından oluşan bir seçki yayımladı: Çocuklar bu mektupların çoğunda hayatlarına son verme kararlarının asıl nedeninin, akranlarının yaptıkları zorbalıklara dayanamamaları olduğunu söylüyordu.[5]

Akran yöneliminin yarattığı etkilerin en belirgin olduğu dönem ergenlik çağıdır, ancak bu etkilerin ilk işaretlerini ikinci veya üçüncü sınıfta görmeye başlarız. Bu etkilerin kökenleri anaokulundan öncesine bile dayanabilir. Bunlar tüm ebeveynler tarafından anlaşılmalıdır, özellikle de bu tür sorunlarla karşılaşmak istemeyen veya baş gösteren sorunları derhal çözüme ulaştırmak isteyen ebeveynler tarafından.

UYARI ÇAĞRISI

İlk uyarı işaretleri neredeyse kırk yıl önce geldi. Gelişim psikolojisi ve ebeveyn-çocuk ilişkileri hakkında verdiğim derslerde kullandığım ders kitaplarında 1960'ların başında çocukların davranışlarını ve değer yargılarını şekillendiren ana unsur olarak akranların, ebeveynlerin yerini almaya başladığına dair uyarıda bulunan Amerikalı bir araştırmacıya atıfta bulunuluyordu. Dr. James Coleman, yedi bin gencin üzerinde yürüttüğü bir araştırmanın sonucunda çocukların arkadaşlık ilişkilerine ebeveynleriyle aralarındaki ilişkilerden daha fazla önem vermeye başladığını keşfetti. Bu köklü değişimin Amerikan toplumunun geneline yayıldığından endişeleniyordu.[6] Ancak diğer akademisyenler bu iddiaya şüpheyle yaklaştı ve bu durumun Chicago için geçerli olduğu, ancak Kuzey Amerika'nın geneline yayılmadığı görüşünü savundular. Olaya iyimser bir bakış açısıyla yaklaşarak elde edilen bu bulguların yüksek ihtimalle toplumda İkinci Dünya Savaşı yüzünden meydana gelen kar-

maşadan kaynaklandığını ve bu sorunun işler normale döner dönmez kendiliğinden yok olacağını düşündüler. Muhalifler akranların çocukların hayatlarında baskın çıkan etki odağı haline geldiği fikrinin, toplumdaki marjinal grupların dahil olduğu vakalara dayanarak oluşturulduğunu ileri sürdü. James Coleman'ın insanları gereksiz yere telaşlandırmaya çalıştığı düşünüldü ve konu hakkında duyduğu endişeler göz ardı edildi.

Kendi çocuklarım günün birinde aniden inkâr ettiğim bu gerçekle yüzleşmemi sağlayana dek ben de kafamı kuma gömdüm. O ana dek çocuklarımı akranları yüzünden kaybedebileceğim aklımın ucundan bile geçmemişti. Ancak korktuğum başıma geldi ve iki büyük kızımın da ergenlik çağında arkadaşlarının yörüngesinde döndüğünü, onların izinden yürüdüğünü, konuşma tarzlarını taklit ettiğini ve onların değer yargılarını benimsediğini fark ettim. Onları hizaya getirmek giderek daha da zorlaşıyordu. İsteklerimin ve beklentilerimin gerçekleşmesi için yaptığım her şey işleri daha da zorlaştırıyordu. Eşimle beraber sahip olduğumuz ve o ana dek ebeveyn olduğumuz için bize verilmiş doğal bir hak olarak gördüğümüz çocuklarımıza söz geçirebilme yeteneğimiz sanki bir anda buharlaşıp yok olmuştu. Çocuklarımızı paylaşmak zorunda kalmaya bir yere kadar katlanabilirdik, ancak yerimizden edilmek tamamen farklı bir durumdu. O ana dek çocuklarımın bu duruma düşecek yapıda olmadığını düşünüyordum: Herhangi bir çeteye üye olmaya veya suç işlemeye ilgi duymuyorlardı, nispeten dengeli bir ortamda kendilerini gönülden seven geniş bir aile tarafından yetiştirilmişlerdi, sağlam temellere oturan aile odaklı bir topluluğun içinde yaşıyorlardı ve çocukluk dönemleri büyük bir dünya savaşı yüzünden altüst olmamıştı. Coleman'ın elde ettiği bulguların kendi aile bireylerim için geçerli olmadığını düşünmüştüm. Ancak parçaları zihnimde birleştirdikçe, çocuklarımın sıradışı değil, aksine tipik davranışlar sergilediğini fark ettim.

Birçok ebeveyn, "Çocuklarımızı serbest bırakmamız gerekmiyor mu?" diye sorar. "Çocuklarımızın eninde sonunda bizden bağımsız bir şekilde yaşamayı öğrenmeleri gerekmiyor

mu?" Elbette gerekiyor, ama ebeveynlik görevlerimizi tamamladıktan sonra ve yalnızca çocuklarımızın kendi ayaklarının üstünde durabilmelerine olanak tanımak için. Gençler akran gruplarının olgunlaşmamış beklentilerini karşılamaya çalışarak kendilerine saygı duyan, bağımsız yetişkinlere dönüşemezler. Akran yönelimi bağlılığın ve sorumluluğun doğal yapısını zedeleyerek çocukların sağlıklı bir şekilde gelişmesini engeller.

Çocuklar ne istediklerini bilebilir, ama neye ihtiyaç duyduklarını bildiklerini varsaymamız son derece tehlikelidir. Akranlarına yönelen çocukların ailelerine yakın olmaktansa arkadaşlarıyla yakın ilişkiler kurmayı tercih etmesi, onlarla mümkün olduğunca fazla vakit geçirmek ve onlara mümkün olduğunca çok benzemek istemesi doğal bir durummuş gibi görünebilir. Bir çocuk kendisi için neyin iyi, neyin kötü olduğunu bir yetişkin kadar iyi bilemez. Çocukların tercihlerini temel alan bir ebeveynlik modeli sizi işinizi tamamlamadan çok daha önce emekliye ayrılmaya zorlayabilir. Çocuklarımızı doğru bir şekilde yetiştirebilmemiz için onları yeniden sahiplenmemiz ve dizginleri elimize alarak bağlanma ihtiyaçlarını gidermemiz gerekir.

Akran yöneliminin aşırıya kaçan örnekleri medyanın ilgisini çekmeyi başarıyor: şiddet içeren akran zorbalığı olayları, akran cinayetleri ve çocuk intiharları gibi. Bu gibi olaylar hepimizde şok etkisi yaratsa da çoğumuz bu tür olayların bizi doğrudan etkilediğini düşünmeyiz. Bu olaylar bu kitabın da odak noktası değil. Ancak çocukların karıştıkları, akran yöneliminin en acıklı örneklerini temsil eden bu gibi trajedilerin yaşandığı yerler artık Chicago, New York, Toronto ve Los Angeles gibi büyük şehir merkezlerinin beton ormanları ve kültürel kaos ortamıyla sınırlı değil. Bu trajediler artık seçkin ailelerin yaşadığı –çoğunlukla orta sınıfa mensup ailelerin ikamet ettiği ve iyi okulların bulunduğu– mahallelerde de yaşanıyor. Bu kitabın odağında bizden uzakta, bir adım ötemizde olup bitenler değil, kendi arka bahçemizde olup bitenler var.

Bu kitabın yazarları olarak kendi çocuklarımızın akranlarına giderek daha da fazla yöneldiklerini görmek bizim için bir

uyarı çağrısı oldu. Umarız *Çocuklarınıza Tutunun* kitabı da tüm ebeveynlere ve toplumun geneline bir uyarı çağrısı olur.

İYİ HABER

Akran yöneliminin itici gücü olan toplumsal, kültürel ve ekonomik kuvvetlere karşı koymaya gücümüz yetmeyebilir, ama evlerimizde ve sınıflarımızda vaktinden evvel yerimizden edilmeyi engellemek için yapabileceğimiz çok şey var. Kültür artık çocukları doğru yola –gerçek anlamda bağımsız ve olgun birer birey olma yoluna– sevk edemediğinden, günümüzde ebeveynler ve çocuk yetiştiren diğer yetişkinler daha önce hiç olmadığı kadar önemli.

Ebeveyn-çocuk (ve yetişkin-çocuk) ilişkisini yeniden doğal temellere oturtmaktan başka çaremiz yok. Birer ebeveyn veya eğitimci olarak karşılaştığımız zorluklar bu ilişkilerden kaynaklandığından, bu zorlukların üstesinden gelebilmemiz de ancak bu ilişkiler sayesinde mümkün. Çocuklarıyla sağlam ilişkiler kuran yetişkinler ebeveynlik görevlerini yerine getirirken sezgilerine güvenerek hareket edebilir. Çocuklarına nasıl davranacaklarını belirli tekniklere veya kılavuzlara başvurmadan, onları anlayarak ve empati kurarak belirleyebilirler. Çocuklarımızla nasıl beraber olacağımızı ve onların gözünde kim olmamız gerektiğini bildiğimizde, ne yapmamız gerektiği konusunda pek de fazla tavsiye almaya ihtiyaç duymayız. Çocuklarımızla aramızdaki ilişki yeniden canlandığında kendi deneyimlerimize dayanarak doğaçlama bir şekilde pratik çözümler geliştirebiliriz.

İyi haber şu ki doğa bizim tarafımızda. Bu konu hakkında farklı düşüncelere sahip olsalar ya da sözleri veya davranışlarıyla aksini gösterseler de çocuklarımız bize ait olmak ister. Onların yetiştiricileri ve akıl hocaları olarak asıl rolümüzü yeniden üstlenebiliriz. Bu kitabın dördüncü bölümünde çocuklarımızın olgunlaşana dek yanımızda kalmasını sağlamak ve zayıflayan veya kaybolan ilişkimizi yeniden güçlendirmek için uygulayabileceğimiz ayrıntılı bir program var. Her zaman yapabile-

ceğimiz bir şeyler vardır. Her yaklaşımın her durumda başarıya ulaşacağını garanti edemesem de deneyimlerime dayanarak ebeveynlerin çabalarını nereye odaklamaları gerektiğini anladıklarında başarıya ulaşma olasılıklarının başarısız olma ihtimallerinden çok, çok daha yüksek olduğunu söyleyebilirim. Ancak tedavinin başarılı olması, her zamanki gibi, teşhisin doğru konulmasına bağlıdır. İlk etapta nelerin eksik olduğunu ve işlerin nasıl çığırından çıktığını inceleyeceğiz.

2

Çarpık Bağlar, Körelen İçgüdüler

On dört yaşındaki Cynthia'nın anne babası şaşkın ve sinirliydi. Kızlarının davranışları son bir yıl içinde anlayamadıkları bir nedenden ötürü değişmişti. Kızları kabalaşmıştı, bir sır küpüne dönüşmüştü ve bazen saldırgan davranışlar sergiliyordu. Anne babasının yanındayken somurtkan, arkadaşlarının yanındayken mutlu ve cana yakın bir insan oluyordu. Mahremiyetini korumayı takıntı haline getirmişti; ısrarla anne babasının, hayatını nasıl yaşadığına karışmamaları gerektiğini savunuyordu. Annesi de babası da kendilerini kızlarının hayatına müdahale ediyormuş gibi hissetmeden onunla konuşmakta güçlük çekiyordu. Önceden sevgi dolu tavırlar sergileyen kızları her geçen gün onlarla vakit geçirmekten daha da rahatsız oluyormuş gibi duruyordu. Cynthia artık aile yemeklerinden haz almıyordu ve ilk fırsatta izin isteyip masadan ayrılıyordu. Onunla herhangi bir konuda sohbet etmek imkânsız hale gelmişti. Annesi yalnızca giysi almak için alışverişe gitmeyi teklif ettiğinde kızıyla beraber vakit geçirebiliyordu. Çok iyi tanıdıklarını sandıkları kızları çözemedikleri bir bilmeceye dönüşmüştü.

Babası Cynthia'nın sergilemeye başladığı bu rahatsız edici tavırların bir tür davranış sorunundan ibaret olduğunu düşündü. Kızını terbiye etmek için başvurduğu geleneksel yöntemler –yaptırımlar, sokağa çıkmama cezaları vs.– işe yaramadığında, onu hizaya sokmak için ne yapması gerektiği konusunda tavsiye almak istedi. Bu cezalar sorunu daha da büyütmekten başka bir işe yaramıyordu. Cynthia'nın annesi de kızının kendisini çıkarları doğrultusunda kullandığını ve iyi niyetini suiistimal

ettiğini düşünüyordu. Cynthia'nın davranışlarına bir türlü anlam veremiyordu. Bunlar ergenlik çağındaki gençlerin sergilediği sıradan isyankâr davranışlar mıydı? Sorun ergenlik çağında salgılanan hormonlardan mı kaynaklanıyordu? Cynthia'nın anne babası olarak bu durumdan endişe duymaları gerekiyor muydu? Bu duruma nasıl tepki vermeleri gerekiyordu?

Cynthia'nın kafa karıştırıcı davranışlar sergilemesinin temelinde yatan nedenler, aynı senaryoyu yetişkinlerin dünyasına uyarladığımızda belirginleşiyor. Eşinizin veya sevgilinizin bir anda tuhaf davranışlar sergilemeye başladığını hayal edin: Gözünüze bakmadığını, sizinle fiziksel temas kurmaktan kaçındığını, sizinle tek heceli sözcükler kullanarak sinirli bir şekilde konuştuğunu, ona yaklaşma çabalarınızı reddettiğini ve sizinle beraber vakit geçirmek istemediğini düşünün. Ardından konu hakkında tavsiyelerini almak için bir arkadaşınıza danıştığınızı hayal edin. Size, "İlişkinize biraz ara vermeyi denediniz mi? İlişkinizde bazı sınırlar belirleyip beklentilerinizi birbirinize açık bir şekilde ifade ettiniz mi?" gibi sorular sorar mıydı? Yetişkinlerin aralarında kurdukları etkileşimler söz konusu olduğunda, olaya dışarıdan bakan herkes bu durumda bir davranış sorunuyla değil, bir ilişki sorunuyla karşı karşıya olduğunuzu söylerdi. Şüphelenilen ilk neden de partnerinizin sizi büyük ihtimalle aldattığı olurdu.

Yetişkinlerin dünyasında kurulan ilişkilerde karşılaşılan sorunların neden kaynaklandığını açıkça anlayabilmemize rağmen konu ebeveyn-çocuk ilişkilerine geldiğinde kafamız karışır. Cynthia'nın kafası tamamen akranlarıyla meşguldü. Yegâne amacının akranlarıyla temas kurmak olması ailesine karşı duyduğu bağlanmayla rekabet ediyordu. Sanki ailesini akranlarıyla aldatıyordu.

Burada yapılan aldatma benzetmesi birçok açıdan, en azından Cynthia'nın anne babasının yaşadığı düş kırıklığı, tecrübe ettiği incinme, reddedilme ve ihanete uğrama hisleri açısından konumuzla paralellik taşıyor. İnsanlar birçok şeye bağlanabilir –işe, aileye, arkadaşlara, bir spor takımına, kültürel bir ikona, bir dine– ancak birbiriyle rekabet halindeki bağlanma ilişkilerini

sürdüremeyiz. Mesela evliliklerde, kurulan bir bağ –herhangi bir bağ– eşler arasındaki yakınlığı ve bağı tehdit ederse, bu bağ eşlerin biri tarafından duygusal anlamda bir tür aldatma olarak algılanır. Eşinden uzak durarak vaktini saplantılı bir şekilde internete girerek harcayan bir erkek, eşinde terk edilmişlik ve kıskançlık duyguları uyandırır. Kültürümüzde, akran ilişkileri çocukların yetişkinlerle kurdukları bağlarla rekabet eder hale gelmiştir. Çocuklarımız masumane bir şekilde olsa da birbirleriyle felaketle sonuçlanabilen bağlanma ilişkileri kurmaktadır.

BAĞLANMA KONUSUNDA NİÇİN BİLİNÇLENMELİYİZ?

Bağlanma nedir? Bağlanma en basit tanımıyla, iki kütleyi birbirine doğru çeken çekim kuvvettir. Bu kuvvet ister fiziksel, ister elektriksel isterse de kimyasal olsun, evrendeki en büyük kuvvettir. Hayatlarımızın her gününü bu kuvvetin değerini hafife alarak geçiririz. Bu kuvvet bizi dünyanın üzerinde tutar, vücutlarımızın tek parça halinde kalmasını sağlar. Atomları oluşturan parçacıkları bir arada tutar, gezegenlerin güneşin etrafındaki yörüngelerinde kalmasını sağlar. Bu kuvvet, evrene şeklini verir.

Bağlanma, psikoloji alanında ilişkilerin ve sosyal işlevselliğin temellerini oluşturur. İnsanlar arasında yakınlık, samimiyet, bağ kurma ve koruma arzusu olarak kendini gösterir: Hem fiziksel, hem davranışsal, hem duygusal hem de psikolojik anlamda. Maddi dünyada görünmez olsa da varlığımızı mümkün kılan temel unsurlardan biridir. Bir aile onun eksikliğinde bir aile olamaz. Onun amansız kanunlarını görmezden geldiğimizde belaya davetiye çıkartmış oluruz.

Bunun farkında olsak da olmasak da hepimiz bağlanma eğilimine sahip yaratıklarız. İdeal şartlar altında bağlanma ilişkilerinin farkına varmak zorunda kalmayız. Çekim kuvvetlerini kanıksamamız gerekir: Tıpkı ayaklarımızın yere basmasını sağlayan yerçekimi kuvvetinin, gezegenlerin yörüngelerinde dönmesini sağlayan kuvvetlerin veya pusulalarımızın iğne-

lerinin manyetik Kuzey Kutbu'nu göstermesini sağlayan kuvvetleri kanıksadığımız gibi. Bir insanın bağlanma ilişkilerinin işleyişinden ve gücünden faydalanması için bu ilişkileri anlaması, hatta bu ilişkilerin var olduğunu bilmesi bile gerekmez; tıpkı bilgisayar kullanmak için bilgisayarların nasıl işlediğini anlamamıza ya da araba kullanmak için motorlar hakkında bilgi sahibi olmamıza gerek olmadığı gibi. Böyle bilgilere yalnızca işler sarpa sardığında gerek duyulur. Hem çocukların hem de ebeveynlerin içgüdülerini yöneten birincil unsur bağlanmadır. Bağlanma ilişkileri sorunsuz bir şekilde sürdürüldüğü müddetçe, içgüdülerimizin –otomatik bir şekilde ve düşünmeden– peşinden gitmeyi göze alabiliriz. Bağlanma ilişkilerinin düzeni bozulduğunda, içgüdülerimiz de bizi yanlış yönlendirebilir. Neyse ki insanlar körelen içgüdülerinin olumsuz etkilerini hatanın nerede olduğunun farkına vararak telafi edebilme yetisine sahiptir.

Günümüzde niçin bağlanma konusunda bilinçlenmemiz gerekiyor? Çünkü artık bağlanmanın sağladığı faydaları öylece kanıksadığımız bir dünyada yaşamıyoruz. Ekonomi ve kültür günümüzde artık çocukların kendilerine bakmakla sorumlu yetişkinlerle doğal bağlar kurmalarına olanak tanıyacak ortamı sunmuyor. Olaya bağlanma açısından bakacak olursak, toplum olarak tarihte eşine benzerine rastlanmamış bir dönemde yaşadığımızı söyleyebiliriz – bir sonraki bölümde sağlıklı çocuk-ebeveyn bağlarının kurulması için gereken sosyal, ekonomik ve kültürel ortamın nasıl yok olduğuna değineceğiz. Sağlıklı çocuk gelişimi için en uygun ortamı sunan doğal ebeveynlik düzenini yeniden kurabilmemiz için bağlanma dinamikleri hakkında kapsamlı bir anlayışa sahip olmamız gerekir. Kültürel kargaşanın sürekli arttığı bir dünyada, bağlanma konusunda bilinçlenmek muhtemelen ebeveynlere sahip olabilecekleri en önemli bilgileri kazandıracaktır. Ancak bağlanmanın nasıl işlediğini yalnızca dışarıdan bakarak anlamak mümkün değildir. Bağlanmanın içyüzünü de öğrenmemiz gerekir. Bunu öğrenebilmek için iki yöntemin –konu ***hakkında bilgi edinmek*** ***ve kişisel tecrübelerimizden öğrenmek***– bir arada uygulanması gerekir. Bağ-

lanmayı iliklerimizde hissetmemiz gerekir.

Bağlanma varlığımızın özündedir, ancak bilincimizden büyük ölçüde uzaklaştırılmıştır. Bu açıdan beynin kendisine benzer: İnsan ne kadar derinlere inerse, bilinçten o kadar uzaklaşır. Kendimizi zeki yaratıklar olarak görürüz: Türümüzü "bilge adam" anlamına gelen *Homo sapiens* adıyla anarız. Ancak beynin düşünen kısmı ince bir katmandan ibarettir ve beyinlerimizdeki devrelerin büyük bir kısmı bağlanmaya hizmet eden psikolojik dinamiklere adanmıştır. İşlevine uygun bir şekilde "bağlanma beyni" olarak adlandırılan bu düzenek, bilinçli bir şekilde kontrol etmediğimiz duygulara ve içgüdülere ev sahipliği yapar. İnsan beyninin bu kısmı başka çoğu canlıda da olsa bile yalnızca bizim türümüz bağlanma sürecinin nasıl işlediği hakkında bilinçlenebilir.

Gelişmekte olan genç insanların –ve dürüst olmak gerekirse, birçok yetişkinin– psikolojik dünyasındaki en önemli unsur bağlanmadır. Bağlanma çocuklar için vazgeçilemez bir gereksinimdir. Kendi başlarına hayatta kalma yeteneğine sahip olmayan çocukların mutlaka bir yetişkine bağlanması gerekir. Çocuklarımızın dış dünyada yaşayabilecek kadar gelişebilmeleri için doğuma kadar ana rahmine fiziksel olarak bağlı kalmaları gerekir. Benzer bir şekilde, çocuklarımızın kendi ayaklarının üzerinde durabilecek, kendi başlarına düşünebilecek ve kendi yönlerini çizebilecek olgunluğa erişene dek bize duygusal anlamda bağlı kalmaları gerekir.

BAĞLANMA VE YÖNELİM

Önceki bölümde değindiğimiz bağlanma güdüsüyle yakından ilişkili olan yönelim içgüdüsü de ebeveynlik, eğitim ve kültürün aktarılması açısından büyük önem arz eder. Bunun nadiren farkına varsak da yönelim içgüdüsü de tıpkı bağlanma gibi doğamızın temel bir parçasıdır. Yönelim, en somut ve fiziksel haliyle, kişinin zaman ve mekân içinde kendi konumunu belirlemesiyle ilişkilidir. Bunu yapmakta zorlandığımız zaman kaygılanırız. Uykudan uyandığımız zaman nerede oldu-

ğumuzdan veya hâlâ rüya görüp görmediğimizden emin olamadığımızda, zaman ve mekân içindeki konumumuzu belirlemek esas önceliğimiz olur. Yürüyüşe çıkıp kaybolduğumuzda, durup çiçekleri ve bitki örtüsünü hayranlıkla izlemez, hayatta kendimize koyduğumuz hedefleri gözden geçirmez ya da akşam ne yiyeceğimizi düşünmeyiz. Enerjimizin çoğunu nerede olduğumuzu anlamak için harcarız.

Yönelim gereksinimlerimiz yalnızca fiziksel değildir. Psikolojik yönelim de insan gelişimi açısından en az fiziksel yönelim kadar önemlidir. Çocuklar büyüdükçe giderek kendilerine bir yön çizmeye daha da fazla ihtiyaç duyar: Kim olduklarını, nelerin gerçek olduğunu, bazı olayların niçin meydana geldiğini, nelerin iyi olduğunu ve bazı şeylerin ne anlama geldiğini öğrenmek isterler. İnsanların yönlerini bulamaması yönelim bozukluğu yaşamalarına ya da psikolojik anlamda kaybolmalarına yol açar – beyinlerimiz bu duruma düşmemek için neredeyse her şeyi yapmayı göze alabilecek şekilde programlanmıştır. Çocuklar kendi başlarına yönlerini bulabilme yeteneğine sahip değildir. Bu konuda yardıma ihtiyaç duyarlar.

Bağlanma onlara bu yardımı sağlar. Bağlanmanın ilk işi bağlanılan kişiden bir tür pusula iğnesi yaratmaktır. Çocuklar söz konusu pusula iğnesine göre yönlerini belirleyebildikleri sürece kaybolduklarını hissine kapılmaz. Devreye giren içgüdüleri çocukları sürekli faal olan bu pusula iğnesini yakınlarında tutmaya iter. Bağlanma, çocukların yön tayini ve yol bulma konularında daha yetkin olduklarını varsaydıkları yetişkinlerin onları birer otostopçu gibi yanlarına alarak gittikleri yere götürmelerine olanak tanır.

Çocuklar, fiziksel şiddet de dahil, hiçbir şeyden, kaybolmaktan korktukları kadar çok korkmaz. Kaybolmak onlar için pusula iğneleriyle bağlantılarının kopmasına eşdeğerdir. *Yönelme boşlukları*, yönümüzü bulmamıza yardımcı olabilecek herhangi bir şey veya herhangi bir insan bulamadığımız, insan beyni için katlanılması çok zor olan durumlardır. Yönlerini bulmak konusunda nispeten daha başarılı olan yetişkinler bile hayatlarında sürekli faaliyette olan bir pusula iğnesi işlevi gören kişi-

lerle temas kuramadıklarında kaybolmuş hissedebilir.

Eğer biz yetişkin olarak bile bağlandığımız kişilerden uzak kaldığımızda yönelim bozukluğu yaşayabiliyorsak, çocuklarımız bunu daha da şiddetli bir şekilde yaşayacaktır. Kendisine sıkıca bağlandığım birinci sınıf öğretmenim Bayan Ackerberg'in okula gelmediği bir gün kendimi ne kadar terk edilmiş gibi hissettiğimi hâlâ hatırlıyorum: Tüm bağlarını kopartmış, amaçsızca dolaşan, kaybolmuş bir ruh gibiydim.

Ebeveynler –veya öğretmenler gibi zaman zaman ebeveynlerin yerine geçen yetişkinler– çocuklar için pusula iğnesi işlevi görebilecek en iyi adaylardır. Ancak kimlerin çocuklar için bir pusula iğnesi işlevi göreceğinin belirlenmesi bağlanmanın bir işlevidir. Bağlanma da, hepimizin bildiği gibi, bazen vefasız olabilir. Hayati önem taşıyan yönlendirme işlevini bu iş için hiç de uygun olmayan birine –örneğin çocuğun akranlarına– atayabilir. Bir çocuk akranlarına onlarla sürekli beraber olmak ve onlara benzemek isteyecek kadar bağlandığında, söz konusu akranlar tek başlarına ya da grup halinde çocuğa yol gösteren pusula iğnesi işlevi görür. Çocuk nasıl davranacağını, nasıl giyineceğini, nasıl görüneceğini, nasıl konuşacağını ve ne yapacağını belirlerken akranlarını örnek alır. Nelerin iyi, nelerin havalı, nelerin önemli olduğuna, hatta kendini nasıl tanımladığına akranları karar verir. Cynthia'nın başına gelen de tam olarak buydu: Duygusal evreninde, akranları çekim merkezi olarak anne babasının yerini almıştı. Cynthia akranlarının etrafında dönmeye başlamıştı – doğal düzen tamamen bozulmuştu.

Çocukların sergilediği psikolojik bağlanma örüntüleri kısa bir süre öncesine kadar ayrıntılı bir şekilde belgelenip anlaşılamamıştı. Çocukların, tıpkı gezegenlerin güneşin etrafında dönmesi gibi, ebeveynlerinin ve onlara bakmakla sorumlu olan yetişkinlerin etrafında dönmesi gerektiği açıktır. Ancak günümüzde giderek daha fazla çocuk akranlarının etrafında dönmektedir.

Çocuklar, başka bireylere yön verebilecek vasıflara sahip olmak şöyle dursun, kendilerini gerçek anlamda yönlendirmekten bile acizdir. Çocuklarımızın bu konuda akranlarına bel

bağlamasını istemeyiz. Onlara benlik duygusu kazandırması, onlara doğruyla yanlışı göstermesi, gerçeklerle hayalleri ayırt etmeyi öğretmesi, nelerin uygun olup nelerin uygun olmadığını göstermesi ve onlara nereye, nasıl gidecekleri konusunda kılavuzluk yapması gereken kişiler akranları değildir.

Çocuklar birbirlerine yöneldiğinde ne kazanır? Yine tamamen yabancı olduğumuz el değmemiş bir bölgede karanlık ve dolambaçlı bir yolda ilerlediğimizi hayal edelim. Böyle bir yerde tek başımıza kaldığımızda yoğun bir korku yaşayabilir, hatta paniğe kapılabiliriz. Ancak gittiği yeri bildiği izlenimini veren, en azından gittiği yeri bildiğine inandığımız bir kılavuz bize yol gösterdiğinde, kendimize güvenerek ilerleriz. Kılavuzumuz kendi korkularına yenik düşerek kaygılanmaya başlamazsa tehlike çanlarının çalması için herhangi bir sebep olmaz.

Aynı şekilde, birbirlerini birer pusula iğnesi olarak kullanan çocuklar da kendilerini yönelme boşluğuna düşmeleri durumunda tecrübe edebilecekleri kâbus gibi deneyimlere karşı korumuş olurlar. Bilinç düzeyinde, kaybolma, kafa karışıklığı veya şaşkınlık gibi hisler yaşamaktan kaçınmış olurlar. Akranlarına yönelen çocuklar gerçekten de bu tür duygulardan önemli ölçüde yoksundur. İronik olan da budur: Körlere kılavuzluk eden körlere, birbirlerinin etrafında dönen balıklara benzerler, ama her şey yolunda gidiyormuş gibi hissederler. Yönlerini bulmak için kullandıkları pusula iğnelerinin hatalı, tutarsız ve güvenilmez olması onlar için önemli değildir. Bu çocuklar kaybolmuş ve gerçek anlamda yönlerini şaşırmış olsa da kafa karışıklığı yaşamazlar.

Ebeveynlerinin yerine akranlarını koyan çocuklar için, haritadan tamamen silinseler de yalnızca arkadaşlarıyla beraber olmak bile yeterlidir. Bu gibi çocuklar ebeveynlerinin kendilerine kılavuzluk etmelerini kabullenmez ve onlardan kendilerine kılavuzluk etmeleri için herhangi bir talepte bulunmaz. Yanlış yönde ilerlediklerini ya da herhangi bir açıdan ilerleme kaydetmediklerini açıkça görebilsek de işlerin yolunda gittiği konusunda kendilerinden emin tavırlar sergilemeleri bizi çileden çıkartır. Birçok ebeveyn hayatları acınası halde olan, ancak kaygı-

sızca ve inatçı bir şekilde hayatlarında ters giden hiçbir şeyin olmadığı konusunda direten ergenlik çağındaki çocuklarına gerçekleri göstermeye çalışarak sinir bozucu deneyimler yaşamıştır.

Olaya dışarıdan bakıldığında, çocukların akranlarıyla kurdukları bağların onları kaybolmaktan ve bunun sonucunda şaşkına dönerek afallamaktan koruduğu söylenebilir. Ancak bu bağlar gerçekte onları kaybolmaktan değil, yalnızca kaybolma hissine kapılmaktan korur.

BAĞLANMANIN ALTI YOLU

Çocuklarımızı başarılı bir şekilde yetiştirebilmek veya akran kültürü tarafından ayartılan çocuklarımızın yeniden bize yönelmelerini sağlayabilmek için bağlanma konusunu etraflıca anlamamız gerekiyor. Bu bölümde ebeveynlerin son derece önemli olan bu konu hakkında bilgilenmelerine yardımcı olmayı hedefleyen bir tartışma yer alıyor. Bu kitabı yazmadan evvel görüştüğüm annelerden birinin de ifade ettiği gibi, "Çocuğunuzu anlamazsanız, onun davranışlarına katlanamazsınız." Bağlanmanın nasıl işlediğini anlamanız, çocuğunuzun sergilediği davranışlara anlam verebilmenizi ve bu davranışların temelinde yatan nedenleri anlayabilmenizi sağlayacak en önemli unsurdur. Bunu anlamanız çocuğunuzun akranlarına yönelmeye başladığını gösteren bazı uyarı işaretlerini fark etmenize de olanak tanıyacak.

Bağlanmanın altı yolunu tanımlayabiliriz. Bu yolların her biri bize çocuklarımızın davranışları –ve çoğu zaman kendi davranışlarımız– hakkında çeşitli ipuçları sunar. Dikkat ettiğinizde akranlarına yönelen çocukların aralarında bağ kurarken genellikle bu yolların en basit olanlarına yöneldiklerini fark edebilirsiniz.

Duyular

Bağlanmanın ilk yolunun hedefi fiziksel yakınlık kurmaktır. Çocuklar bağlandıkları kişileri koku alma, görme, işitme ve-

ya dokunma duyularıyla hissetme ihtiyacı duyar. Bağlandıkları insanlarla sürekli temas halinde olmak için ellerinden geleni yaparlar. Bu yakınlık tehdit altına girdiğinde veya yakınlık duydukları insanlardan uzaklaşmaya başladıklarında telaşlanıp yaygarayı kopartırlar.

Fiziksel yakınlığa duyduğumuz özlem ilk olarak bebeklik döneminde ortaya çıksa da hayatımız boyunca bizi yalnız bırakmaz. İnsanlar ne kadar az olgunlaşırsa, bu temel bağlanma modundan o kadar fazla medet umarlar. Cynthia gibi akranlarına yönelen çocuklar her an arkadaşlarıyla bir arada olmayı, onlarla aynı mekânları paylaşmayı, beraber takılmayı ve sürekli iletişim kurmayı ister. Bağlanma bu kadar ilkel olduğunda, aralarında geçen konuşmalar da oldukça saçma ve anlamsız olabilir. On beş yaşındaki Peter "Arkadaşlarımla beraberken birbirimize hiçbir şey anlatmadan saatlerce konuşabiliyoruz" diyor. "Aramızda hep 'Ne haber?' 'Nasıl gidiyor, lan?' 'Fazla sigaran var mı?' 'Nereye gidiyoruz?' veya 'Falanca nerede?' gibi konuşmalar geçiyor." Bu konuşmaların asıl amacı iletişim kurmak değildir; aralarında sesleriyle temas kurmak için yaptıkları bir tür bağlanma ritüelidir. Akran yönelimli çocuklar onları böylesine yoğun bir şekilde yönlendiren gücün kaynağı hakkında hiçbir fikre sahip değildir; bu davranışların tamamen doğal, hatta zorunlu olduğunu düşünüp sürekli bir arada olmayı isterler. Aslında tek yaptıkları onları yanlış yönlendiren körelmiş içgüdülerini takip etmektir.

Benzerlik

Bağlanmanın ikinci yolu genellikle 2 ila 4 yaş arası çocuklarda sık görülür. Bu yaştaki çocuklar kendilerine yakın hissettikleri insanlara benzemeye çalışır. Söz konusu insanları taklit ederek veya onlara benzemeye çalışarak aynı rolleri üstlenmeye ve ifade biçimlerini sahiplenmeye çalışırlar. Bağlanmanın bu türü dil öğrenme becerilerinin gelişmesi ve kültürün nesilden nesle aktarılması açısından oldukça önemlidir. İkinci Dünya Savaşı'ndan bu yana çocukların ortalama kelime dağarcığının önemli oranda azaldığı ileri sürülüyor. Peki bunun nede-

ni ne? Bu durum çocukların artık konuştukları dilleri birbirlerinden öğrenmesinden kaynaklanıyor. Akran yönelimli çocuklar birbirlerinin nasıl yürüdüğünü, konuştuğunu, tercihlerini, el kol hareketlerini, dış görünüşlerini ve tutumlarını örnek alıp taklit eder.

Benzerliğe dayalı bağlanmanın bir başka yolu da *özdeşimdir.* İnsanın kendini biriyle veya bir şeyle özdeşleştirmesi, özdeşleştireceği insanla veya şeyle bir olması anlamına gelir. Kişinin benlik duygusu kendini özdeşleştirdiği varlıkla birleşir. Bu varlık bir ebeveyn de olabilir, bir kahraman, bir grup, bir rol, bir ülke, bir spor takımı, bir rock yıldızı, bir fikir, hatta bir meslek de olabilir. Aşırı milliyetçiliğin ve ırkçılığın temelinde insanların benlik duygularını bir ülkeyle veya etnik grupla özdeşleştirmeleri yatar.

Bir çocuk veya bir yetişkin diğer insanlara ne kadar muhtaç olursa, onlarla o kadar yoğun bir şekilde özdeşleşir. Toplumumuzda akranlar –veya akran dünyasının pop starları– ebeveynlerin, ayrıca tarihi ve kültürel açıdan ön plana çıkan diğer figürlerin yerini alarak çocukların özdeşleşeceği odak noktası haline gelmiştir.

Aidiyet ve Sadakat

Bağlanmanın üçüncü yolu da yine –her şey yolunda giderse– ilk olarak 2 ila 4 yaş arasındaki ve yeni yürümeye başlayan çocuklarda görülür. Bu şekilde bağlananlar için bir insanla yakınlık kurmak demek yakınlık kuracağı insanı sahiplenmek veya onun kendilerine ait olduğunu düşünmek demektir. Yeni yürümeye başlayan çocuklar bağlandıkları kişiler –anne, baba, bir oyuncak ayı, kız kardeş vs.– üzerinde hak iddia eder. Aynı şekilde, akran yönelimli çocuklar da kıskançlıkla birbirlerini sahiplenmeye ve olası kayıplara karşı korumaya çalışır. Sahiplenme yüzünden çıkan anlaşmazlıklar oldukça acımasız ve şiddetli olabilir. Kimlerin en iyi arkadaşı olduğu, çoğu ergen için ölüm kalım meselesi olarak algılanan bir soru olabilir. Olgunluktan son derece uzak olan bu bağlanma şekli akran yönelimli çocuk-

ların, özellikle de akran yönelimli kız çocuklarının kurdukları etkileşimlerde baskın çıkar.

Bağlanmanın hemen ardından sadakat –insanların bağlanmayı seçtiği kişilere sadık kalıp onların sözlerini dinlemesi– gelir. Akran yönelimli çocuklar birbirlerinin sırlarını saklarken, birbirlerine destek olurken ve birbirlerinin talimatlarına uyarken aslında yalnızca doğal bağlanma içgüdülerini takip eder. Sadakat çocuklara yoğun duygular yaşatabilir, ama aslında çocuğun tek yaptığı bağlanmanın izinden gitmektir. Çocukların bağlanma ilişkilerinde değişiklik olunca, aidiyet ve sadakat anlayışlarında da değişiklik olur.

Akranlarına yoğun bir şekilde yönelen çocuklar birbirlerine ve ait oldukları gruplara son derece sadık olmalarıyla tanınır. Ergenlik çağındayken akranları tarafından öldürülen Victoria, British Columbia'lı Reena Virk'ün hayatını kaybettiği birçok akranı tarafından bilinirken yetişkinler bu olaydan ancak birkaç gün sonra haberdar olabilmişti – bu uluslararası çapta yankı uyandıran bir vakaydı.

Önem Arz Etmek

Diğer insanlara yakın olma ve onlarla bağ kurma ihtiyacımızı karşılamamızın dördüncü yolu *önem arz etmek* veya başkalarının gözünde değerli olduğumuzu hissetmektir. İnsanlar doğaları gereği değer verdikleri şeyleri yakınlarında tutmak ister. Birine değer vermemiz aramızda yakınlık oluşmasını ve bağ kurulmasını sağlar. Birine bağlanan bir anaokulu öğrencisi büyük bir hevesle bağlandığı kişiyi mutlu etmek ve onun onayını almak için çabalar. Davranışlarının memnuniyet uyandırmadığını veya tasvip edilmediğini gösteren bakışlara karşı aşırı derecede hassastırlar. Bu çocuklar bağlandıkları kişilerin yüzlerinde mutlu bir ifade görmek için yaşar. Akran yönelimli çocuklar da aynı şekilde davranır, ancak davranışlarının amacı akranlarının onayını almaktır. Genelde kendilerini seven ve davranışlarını onaylayan kişileri "iyi" insan olarak tanımlarlar – o "iyi" insanlar diğerlerine kötü davransa bile.

Bağlanmanın bu şeklinin kötü yanı çocukları duyguları-

nın incinmesine karşı korumasız bırakmasıdır. Bir insanın bize değer verdiğini hissetme arzumuz, özel bir yere koyduğumuz bu insanların gözünde önemli olmadığımızı hissettiğimizde de acı çekmemize neden olur. Bir insanın bize değer vermesini arzu etmemiz, yine o insanın davranışlarımızı tasvip etmediğini belli eden işaretlerin kalbimizi kırmasına neden olur. Hassas bir çocuk sıcaklık ve memnuniyet işaretleri görmek için taradığı gözler ışıldamadığında (o gözler ister anne babasına ait olsun, isterse akranlarına) kolayca incinebilir. Mükemmel olmasalar da ebeveynlerin çoğunun çocukları bu şekilde incitme ihtimali akranlara oranla çok daha düşüktür.

Hisler

Yakınlaşmanın beşinci yolu hislerden geçer: sıcak, sevgi ve şefkat dolu hislerden. Duygular her zaman bağlanmayla yakından ilişkilidir, ancak *duygusal yakınlık* arayışı anaokulu çağında derin duygular yaşayan hassas bir çocuk için oldukça yoğun bir deneyim olabilir. Bu şekilde bağ kurmaya çalışan çocuklar genelde bağlandıkları kişilere âşık olur. Ebeveynleriyle duygusal yakınlık kuran çocuklar fiziksel ayrılığa daha fazla tahammül edebilir, ancak yine de ebeveynlerini yakınlarında tutmayı tercih ederler. Sevgiyle kurulan bağlar duyular aracılığıyla kurulan bağlara –bağlanmanın ilk ve en ilkel yolu– oranla çok daha güçlü olur. Bu şekilde bağlanan çocuklar seven ve sevilen ebeveyn imajını zihinlerinde taşır; bu imaj onlara destek olur, rahatlamalarını sağlar.

Ancak bu noktada tehlikeli sulara girmeye başlarız. İnsan, kalbini başka bir insana verdiğinde, kalbinin kırılma riski doğar. Bazı insanlar duygusal anlamda açık ve savunmasız olma becerisini hayatları boyunca hiç kazanamazlar. Bu durum genellikle genç yaşta yaşadıkları, dışlandıklarını veya terk edildiklerini düşünmelerine yol açan deneyimlerden kaynaklanır. Sevip acı çekenler geri adım atarak zarar görme olasılıklarını azaltan bağlanma yöntemlerini benimseyebilirler. İlerleyen bölümlerde göreceğimiz üzere, akran yönelimli çocuklar savunmasız kalmaktan kaçınır. Derin bağlanma ilişkilerinin çok riskli olduğu-

nu düşündüklerinde, çok fazla savunmasız kalmalarını gerektirmeyen bağlanma yolları ön plana çıkar. Akran yönelimli çocukların duygusal yakınlık kurması ebeveyn yönelimli çocuklara oranla çok daha nadirdir.

Tanınma

Bağlanmanın altıncı yolu *tanınmaktan geçer.* Bu son bağlanma şeklinin ilk işaretleri genelde okul çağına gelen çocuklarda gözlemlenir. Birilerinin kendilerini tanıması onları kendilerine yakın hissetmelerini sağlar. Bu bazı açılardan, duyularla bağlanmaya benzer, ancak görülme ve duyulma bu durumda yalnızca fiziksel değil psikolojik olarak da tecrübe edilir. Yakınlık kurma arayışında olan çocuk sırlarını paylaşır. Hatta yakınlık derecesi çoğu zaman çocukların aralarında ne kadar fazla sır paylaşıldığına göre tanımlanır. Ebeveyn yönelimli çocuklar ebeveynlerinden sır saklamayı sevmez, çünkü aralarındaki yakınlığı riske atmak istemezler. Akran yönelimli çocuklar sırlarını en iyi arkadaşlarıyla paylaşır. Bir insanın karşısındakine psikolojik anlamda açıldığı an en savunmasız kaldığı anlardan biridir. Birçok insan yanlış anlaşılma veya dışlanma riskini göze alamadığından iç dünyasında neler olup bittiğini başka insanlarla paylaşmaz. Bu yüzden, bu yolla bağlanma yakınlık kurmanın en nadir rastlanan örneklerini oluşturur ve çoğumuz en derin kaygılarımızı, kendimizle ilgili güvensizliklerimizi sevdiklerimizle bile paylaşmaktan bu yüzden kaçınırız. Ancak insanın etraflıca tanınmasına rağmen sevildiğini, kabul edildiğini, hoş karşılandığını ve olduğu gibi var olmaya teşvik edildiğini hissetmesine yol açan yakınlaşmalar kadar güçlü bağlar yoktur.

Çocuklarımızı hararetli bir şekilde gizli kapaklı sırlarını paylaşırken gözlemlediğimizde, kendilerini savunmasız bırakacak paylaşımlar yaptıklarını varsayabiliriz. Aslında sır paylaşmaktan çok genelde diğer insanlar hakkında dedikodu yaparlar. Gerçek anlamda psikolojik yakınlık kurmak akran yönelimli çocuklar için istisnai bir durumdur, bunun nedeni de büyük ihtimalle risklerin büyük olmasıdır. Çıktıkları bir yürüyüşte, on dört yaşındaki bir çocuğun babasına söylediği şu sözlerden de

anlaşılacağı üzere, akran yönelimli çocuklar genelde ebeveynleriyle sırlarını paylaşan arkadaşlarını biraz tuhaf bulur: "Arkadaşlarım sana bu kadar çok şey anlattığıma inanamıyor. Bunun çılgınca olduğunu söylüyorlar."

Bağlanmanın altı farklı yolu olsa da bu güdümüzün temelinde tek bir itici güç yatar. Sağlıklı bir şekilde gelişen çocuklarda bu altı iplik iç içe geçerek kurulan bağları en olumsuz şartlar altında bile koruyabilen kuvvetli bir halat oluşturur. Tamamen bağlanan bir çocuğun bağlandığı insanlara yakın kalmak ve onlara tutunmak için birçok seçeneği vardır – onlardan fiziksel olarak ayrı kalsa bile. Çocuk ne kadar az olgunlaşırsa, diğer insanlarla bağ kurarken o kadar ilkel bir yol seçer – tıpkı bir bebek veya yürümeye yeni başlayan bir çocuk gibi. Tüm çocuklar, özellikle de akran yönelimli çocuklar, bağlanma potansiyellerini gerçekleştiremez. İlerleyen bölümlerde açıklayacağımız nedenlerden ötürü, akran yönelimli çocukların olgunlaşma ihtimali daha düşüktür ve kurdukları duygusal bağlar kırılganlıklarının herhangi bir şekilde bilincine varmamalarını sağlayacak şekilde tasarlanmıştır (bu konuya 8. ve 9. bölümlerde daha ayrıntılı bir şekilde değineceğiz). Akran yönelimli çocuklar aşırı derecede kısıtlı ve yüzeysel bağlarla dolu bir dünyada yaşar. Aynı olma uğraşı, bağlanmanın en güvenli yolu olduğundan, sıklıkla akranlarıyla bağ kurmaya meyilli olan çocuklar tarafından tercih edilir. Birbirlerine mümkün olduğunca çok benzemeye çalışmalarının ve benzer dış görünüşlere, tavırlara, düşüncelere, zevklere ve değer yargılarına sahip olmalarının nedeni de budur.

Akran yönelimli çocukların, ebeveynleriyle sağlıklı bağlar kuran çocukların aksine genelde bağ kurmak ve bağlandıkları insanlara tutunmak için izleyebilecekleri sadece iki üç yol vardır. Bağlanma güdülerini tatmin etmek için kullanabilecekleri yöntemler kısıtlı olan bu çocuklar, tıpkı görme engelli insanların içinde yaşadıkları dünyayı anlamak için diğer duyularına daha fazla muhtaç olmaları gibi, bu yollara ciddi ölçüde bağımlıdır. Bağlandıkları insanlara tutunmalarının tek bir yolu oldu-

ğunda, bu yola daha da kuvvetli bir şekilde, çaresizce sarılırlar. İşte bu yüzden akran yönelimli çocuklar kendi aralarında bu çaresizlikten kaynaklanan, kuvvetli bağlar kurar.

ÖNEMLİ BAĞLANMA İLİŞKİLERİ BİRBİRLERİNE RAKİP OLUNCA

Bağlanma güdüsünün çocukların ruh hali açısından ne kadar önemli olduğu göz önünde bulundurulduğunda, çocukların en çok bağlandıkları insanların yaşantılarında bir etki yaratacağı söylenebilir.

Çocukların hem ebeveynlerine, hem öğretmenlerine hem de akranlarına bağlanması mümkün müdür? Aslında bu hem mümkündür hem de arzu edilen bir durumdur; tabii bahsi geçen bağlanma ilişkileri birbirleriyle rekabet etmediği sürece. Mümkün olmayan ve hiçbir zaman da mümkün olamayacak şey, rekabet halinde olan *birincil* bağların veya yönelim ilişkilerinin –başka bir deyişle, birbiriyle çakışan değer yargılarına ve mesajlara sahip olan yönelim ilişkilerinin– bir arada var olmasıdır. Birincil bağlar rekabet içinde olduğunda, bu bağlardan biri geri planda kalmaya mahkûmdur. Bunun nedenini görmek de oldukça kolaydır. İki farklı manyetik Kuzey Kutbu olsaydı yolunu bulmak için pusulasına güvenen bir denizci kaybolurdu. Yollarını bulmak için hem yetişkinleri hem de akranlarını birer pusula iğnesi olarak kullanan çocuklar da bu konuda başarılı olamaz. Çocuklar ya ebeveynlerinin ya da akranlarının değer yargılarını benimseyerek yollarını bulabilir, ancak her ikisini birden benimseyerek bulamazlar. Ya akran kültürü ya da ebeveynlerinin kültürü baskın çıkar. Henüz olgunluğa erişmemiş bir varlığın bağlanma beyni eşit güçteki iki yol gösterici etkiye, birbirleriyle uyumlu olmayan iki farklı mesaja aynı anda tahammül edemez. İkisinden birini seçmesi gerekir; aksi halde duyguları karışır, motivasyon kaynağı yok olur ve hareket kabiliyeti kısıtlanır. Çocuk hangi yöne sapacağını bilemez. Aynı şekilde, bir bebek gözleri kaydığı için çift görmeye başladığında,

beyni bir gözünden gelen görsel bilgileri otomatik bir şekilde baskılar. Baskılanan göz görmez.

Çocuklar yetişkinlere –daha doğrusu olgun yetişkinlere– kıyasla bağlanma gereksinimleri tarafından daha yoğun bir şekilde yönlendirilir. Yetişkinler de güçlü bir bağlanma ihtiyacı duyabilir, ancak çoğumuzun tecrübe ettiği gibi, gerçek anlamda olgunluğa eriştiğimizde bu ihtiyaçlarımızı kontrol altında tutabilme becerimiz de gelişir. Çocuklar böyle bir yeteneğe sahip değildir. Bir çocuk enerjisini anne babasıyla kurduğu bağa rakip bir ilişkiyi sürdürmek için harcadığında, bu durum kişiliği ve davranışları üzerinde acılı etkiler yaratır. Cynthia'nın anne babasının, büyük bir hayal kırıklığı yaşayarak kızlarında tanık oldukları dönüşüm de akran ilişkilerinin amansız çekim gücünden kaynaklanıyordu.

Birçok ebeveynin hissettiği kızgınlığın ve yaşadığı hayal kırıklığının temelinde insanların aldatıldıklarında hissettiklerine benzetilebilecek bir acı yatar. Ancak biz genelde içimizden gelen bu uyarı işaretini görmezden gelir veya önemsemeyiz. Olayı basite indirgeyerek bu işaretlerin çeşitli davranış sorunlarından, hormonlardan veya "normal ergenlik isyankârlığından" kaynaklandığını düşünüp tedirginliğimizi yatıştırmaya çalışırız. Bu gibi aldatıcı biyolojik açıklamalar veya psikolojik varsayımlar gerçek sorunun uyumsuz veya birbirine rakip olan bağlanma ilişkilerinden kaynaklandığını gözden kaçırmamıza neden olabilir. Hormonlar her zaman insanların normal fizyolojik yapısının bir parçası olmuştur, ancak hiçbir zaman bugünlerde gördüğümüz türden kitlesel bir ebeveyn yabancılaşmasına neden olmamıştır. Rahatsız edici ve kaba davranışlar, her zaman, yalnızca daha derinde yatan sorunların yüzeysel belirtileri olmuştur. Altta yatan sorunlara odaklanmadan davranışları cezalandırmaya veya kontrol etmeye çalışmamız doktorların bir rahatsızlığın nedenlerini göz ardı ederek belirtiler için ilaç yazmasına benzer. Bu kitapta göstereceğimiz üzere, ebeveynlerin çocukları hakkında daha derin bir anlayışa sahip olmaları, çocuklarının "kötü davranışlarıyla" gerçekten etkili olan yöntemler kullanarak mücadele etmelerine olanak tanır. Konu

"normal" ergenlik isyankârlığına geldiğinde, ilerleyen bölümlerde de göreceğimiz üzere, çocuklarımızı akran gruplarına ait olmaya iten dürtüler, kendi gerçek bireysellikleri pahasına çevrelerine uyum sağlamaya çalışmaları, sağlıklı olgunlaşma ve gelişme süreçleriyle uzaktan yakından ilişkili değildir.

Ebeveynler olarak yüzleşmemiz gereken temel sorun, çocuklarımızın aklını çelerek onları sevgi dolu kollarımızdan uzaklaştıran rakip bağlanma ilişkileridir.

BAĞLANMA ALEYHİMİZE DÖNDÜĞÜNDE

Artık Cynthia'nın akranlarının anne babasını yerini nasıl aldığını anladığımıza göre, geriye cevaplanmamış rahatsız edici bir soru daha kalıyor: Annesine ve babasına karşı sergilediği saldırgan davranışları nasıl açıklayacağız? Ergenlik çağında, hatta daha genç yaşta çocukları olan ebeveynlerin çoğu günümüzde çocuklarının kendilerine yönelttiği kaba ve saldırgan sözlere maruz kalıyor. Peki ama akran ilişkilerinin ön plana çıkması niçin çocukların ebeveynlerine yabancılaşmasına yol açar?

Bu sorunun cevabı bağlanmanın, tabiatı gereği çift kutuplu olmasında yatar. İnsanların bağlanması tıpkı manyetizma gibi maddi dünyada karşımıza çıkan fiziksel etkileri andırır. Manyetizma çok kutupludur – bir kutup pusula iğnesini çekerken, diğer kutup aynı iğneyi iter. Bu nedenle *çift kutuplu* terimi aynı anda iki kutbun etkisi altında olma durumunu ifade eder. Çift kutupluluk anormal bir durum değildir; bağlanmanın doğasında çift kutupluluk yatar.

Kuzey Kutbu'na ne kadar yaklaşırsanız, Güney Kutbu'ndan o kadar uzaklaşırsınız. Aynı şey insanların kişilikleri için de geçerlidir, özellikle de çocukların ve henüz olgunlaşmamış diğer canlıların kişilikleri için. Bir insanla yakınlık kurmak isteyen bir çocuk yüksek ihtimalle o insanla arasında kurduğu ilişkiye rakip olabileceğini düşündüğü insanlara karşı koyacaktır; tıpkı bir yetişkinin yeni birine âşık olduktan sonra eski sevgilisine katlanamaması gibi. Bu gibi durumlarda eski sevgililer büyük bir değişim geçirmez, yalnızca kurulan bağlar değişmiştir.

Bağlanma pusulasının hangi yönü gösterdiğine bağlı olarak aynı insanlarla hem yakın olmak hem de onlardan uzak durmak isteyebiliriz. Birincil bağlarda kayma olduğunda, o ana dek kendimize yakın gördüğümüz insanları bir anda küçük görmeye başlayıp onlardan uzak durmaya çalışabiliriz. Bu gibi kaymalar şaşırtıcı derecede hızlı olabilir – birçok ebeveyn, çocuklarının beklenmedik bir anda "en iyi arkadaşı" tarafından dışlanıp hayal kırıklığına uğrayarak üzgün bir şekilde eve gelip ağladığına tanık olmuştur.

Çoğumuz bağlanmanın tabiatı gereği çift kutuplu olduğunu içgüdüsel olarak biliriz. Kovalamanın uzaklaşmaya, hoşlanmanın tiksinmeye, ilginin saygısızlığa ve sevginin nefrete ne kadar çabuk dönüşebileceğini de biliriz. Ancak çok az sayıda insan bu güçlü duyguların ve dürtülerin aslında madalyonun diğer yüzü olduğunun farkına varır.

Günümüz ebeveynlerinin bağlanmanın çift kutuplu doğasını anlamaları çok önemlidir. Akran yönelimi yükselişte olduğundan, çocukların ebeveynlerine yabancılaşması ve ilgili diğer sorunlar da yükselişte dir. Günümüz çocukları yalnızca akranlarına yönelmekle kalmayıp Cynthia gibi, sürekli ve durmadan ebeveynlerinden uzaklaşmaktadır. Bağlanma hiçbir açıdan nötr değildir. Bağlanma, çocukları ne kadar çok buyruğu altına alırsa, o çocukların ilişkileri de o kadar gerilimli olur. Bağlanma, çocukların sevdikleri ve umursamadıkları, onlara çekici ve itici gelen, yakın olmak ve uzak durmak istedikleri kişiler arasında ayrım yapmalarına neden olarak dünyalarını böler. Günümüz dünyasında ebeveynler ve akranlarla kurulan bağlar çoğu zaman birbirlerine rakip olur – tıpkı aynı insana âşık olup onu elde etmek için rekabet eden insanlar gibi. Çoğu ebeveynin büyük bir hayal kırıklığı yaşayarak tecrübe ettiği gibi, çocuklar aynı anda hem ebeveynlerine hem de akranlarına yönelemez.

Bir çocuğun anne babasına karşı mesafeli bir tutum takınması bir karakter bozukluğuna, kaba bir yapıya veya davranış sorunlarına sahip olduğu anlamına gelmez. Gördüğümüz bu belirtiler bağlanma içgüdülerinin yanlış yönlendirilmesinin yan etkileridir.

Bağlanmanın çift kutuplu tabiatı, normal şartlar altında, çocukları koruyucu yetişkinlere yakın tutmak gibi masumane bir amaca hizmet eder. İlk işaretleri bebeklik döneminde görülür ve genelde *yabancı kaygısı olarak adlandırılır.* Bebekler yetişkinlerle ne kadar güçlü bağlar kurarsa, bağlanmadıkları diğer yetişkinlerle temas kurmaktan o kadar çok kaçınır. Size yakın olmak isteyen bir bebekle birlikteyken, yanınıza bebekle herhangi bir bağı olmayan bir yabancı yaklaşırsa bebek yabancıdan uzak durup yanınıza sokulur. Bu saf bir içgüdüdür. İnsanın kendini rahatsız edecek kadar yakınlaşan yabancılardan uzak durmak istemesi son derece doğaldır. Yine de ebeveynlerin çocuklarını yabancılardan uzak kalmak için yaptıkları bu tür hareketler yüzünden azarladıklarına ve çocuklarının "yabani" davranışlarından dolayı diğer yetişkinlerden özür dilediklerine tanık oluruz.

Yetişkinler yürümeye yeni başlayan çocukların bu tür davranışlar sergilemesini daha da itici bulur ve daha büyük çocukların öyle davranmasına hiç tahammül edemezler. Akran yönelimi yabancı kaygısının doğal, içgüdüsel tepkilerini çocukların kendi ebeveynlerine karşı kullanmalarına neden olur. Ergenler farklı insanlara bağlandıklarını yürümeye yeni başlayan çocukların dil çıkarması gibi belirgin bir şekilde ifade etmeyebilir, ancak yabancılaştıklarını göstermek için bir o kadar etkili olan davranışlar sergilerler: sizi bakışlarıyla uzakta tutan gözler, soğuk bir yüz ifadesi, gülümsememek, yüzünüze bakmaktan kaçınmak, temas kurmaktan çekinmek ve aranızda bağ kurulmasına direnç göstermek gibi.

Bazen kutupların kaydığını gerçekten hissedebiliriz. Bir an için üçüncü sınıf öğrencisi Rachel'ın annesi olduğunuzu düşünün. Anaokulundan beri kızınızla el ele yürüyerek onu okula bıraktınız ve o anlarda harika deneyimler yaşadınız. Yanından ayrılmadan önce ona sarılıp öptünüz, kulağına güzel sözler fısıldadınız. Ancak Rachel son zamanlarda akranlarına yönelmeye başladı ve sürekli onlarla birlikte olmak istiyor. Eve geldiğinde, yeni âdetler çıkardığını, akranlarının el kol hareketlerini, konuşmalarını, giysi tercihlerini, hatta kahkahalarını bile taklit et-

tiğini görüyorsunuz. Bir gün onunla karşılıklı olarak hissettiğiniz yakınlık ve bağlantı kurma arzusuyla her zamanki gibi el ele tutuşup okulun yolunu tutuyorsunuz. Yolda birkaç arkadaşıyla karşılaşıyorsunuz. Bir şeyler değişiyor. Hâlâ onun elini tutuyorsunuz, ama o sizin elinizi aynı şekilde kavramıyor. Bir adım önünüzde veya arkanızda yürüyor, ama hiçbir zaman yanınızda yürümüyor. Daha fazla çocukla karşılaştıkça aramızdaki uçurum giderek daha da derinleşiyor. Bir anda elinizi bırakarak koşmaya başlıyor. Varış noktanıza ulaştığınızda, ona her zamanki gibi sarılmak için ileri doğru eğiliyorsunuz, ancak o utanmış gibi duruyor ve geri çekiliyor. Çocuğunuz size sarılıp sevgi göstermektense, size mesafeli davranıyor ve size el sallarken neredeyse yüzünüze bile bakmıyor. Sanki bazı temel içgüdüleri buna engel oluyor. Aslında tecrübe ettiğiniz şey, bağlanmanın diğer, karanlık yüzü: Bir zamanlar yakınlık duyulan bireylerin, daha çok değer verilen yeni ilişkilerin kurulmasıyla dışlanması. Başka bir deyişle, çocuklarımız akranları için aramızdaki ilişkileri kabaca koparmayı tercih ediyor.

Bağlanmanın zıt kutbu kendini birkaç farklı şekilde gösterebilir. Bunlardan biri de aynı olma çabalarından vazgeçilmesidir. Aynı olma arzusu çocukların kişiliklerinin ve davranışlarının gelişmesinde çok önemli bir rol oynar. Ebeveynlerine sıkıca bağlanan çocuklar onlara benzemeyi arzular. En azından ergenlik çağına kadar, espri anlayışları, yiyecek tercihleri, bir filme verdikleri tepkiler veya aynı müzikten hoşlanmaları gibi benzerliklerin başka insanlar tarafından fark edilmesi hoşlarına gider. (Bazı okuyucular bu konuya şüpheyle yaklaşarak bunun gereğinden fazla idealist ve zamanaşımına uğramış bir iddia olduğunu düşünebilir. Bu, yalnızca yetişkin nesillerin geçtiğimiz onyıllar içinde kendi akranlarına ne kadar yöneldiklerinin ve akran yöneliminin toplum tarafından bir norm olarak ne düzeyde kabul gördüğünün bir işaretidir.)

Akran yönelimli çocuklar ebeveynleriyle aralarında herhangi bir benzerlik olmasını istemez, onlardan mümkün olduğunca farklı olmaya çalışırlar. Benzerliği yakınlıkla eşleştirdiklerinden, farklı olmaya çalışmak onlar için araya mesafe koyma-

nın bir yoludur. Bu tür çocuklar sıklıkla ebeveynlerinden farklı bakış açılarına sahip olmak ve zıt tercihler yapmak için büyük bir çaba sarf ederler. Genelde zıt fikirlere ve yargılara sahip olurlar.

Ebeveynlerden farklı olmak için duyulan ve saplantı haline gelebilen bu arzu, çocukların bireyselleşme çabalarıyla karıştırılabilir. İkisinin karıştırılması durumun yanlış anlaşılmasından kaynaklanır. Gerçek bireyselleşme çocukların kurduğu tüm ilişkilerde kendini gösterir, yalnızca büyüklerle kurdukları ilişkilerde değil. Kendine özgü bir kişilik oluşturmak için gerçek anlamda çaba sarf eden bir çocuk, onu diğer insanlara uyum sağlamaya iten baskıların hepsine tüm benliğiyle karşı koyar. Ancak "bireysellik eğilimleri güçlü olan" bu çocuklar tam tersine yalnızca akran gruplarının arasına karışmayı hedeflemekte ve kendilerini farklı kılan her şey onları dehşete düşürmektedir. Yetişkinlerin çocuklarının bireyselleşme çabaları olarak algıladıkları davranışlar, aslında onları akranlarına uyum sağlamaya iten şiddetli güdüleri maskeler.

İnsanları en çok yabancılaştıran davranışlar arasında uzak durmak istedikleri kişilerle alay etmek ve onları alaycı bir şekilde taklit etmek yer alır. Bu tür davranışların birçok kültürde sergilenmesi, derin içgüdüsel kökenlere sahip olduklarını gösterir. Alay etme içgüdüsü insanları taklit edip onlara benzemeye çalışarak yakınlık kurma çabalarının kutupsal karşıtıdır. Birinin bizi taklit etmesi en büyük iltifatlardan biri olabilir, ancak insanın hareketlerinin alaycı bir şekilde taklit edilmesi en itici hakaretlerden biridir.

Çocuklar akranlarına benzeyerek onlarla ne kadar çok yakınlık kurmak isterse, alaycı davranışlarının yetişkinleri hedefalma ihtimali o kadar artar. Bir insanın öğrencileri veya çocukları tarafından tiye alınması zoruna gider; insanı çileden çıkarır. Bu gibi uzaklaştırıcı davranışların çocuğa bakmakla yükümlü olan yetişkinlere yönlendirilmesi akran yöneliminin belirgin bir işaretidir. Aynı şekilde, hoşlanmanın ve değer vermenin kutupsal zıtları da iğrenmek ve hor görmektir. Çocuklar akranlarına yöneldiklerinde, ebeveynler genellikle hor görülür,

alaycı ve aşağılayıcı davranışların ve hakaretlerin hedefi olurlar. Çocuklar ilk etapta, genellikle akranlarının gözüne girmek için ebeveynlerin arkalarından konuşmaya başlar, ancak akran yönelimi güçlendikçe ebeveynlerine açıkça saldırmaya da başlayabilirler. Böylesine saldırgan bir tutum yalnızca düşmanlara karşı ve köprüler yakılmak istendiğinde sergilenmelidir. Çocuklarımızın bize karşı olan düşmanca tavırları bizim ve onların açısından hiçbir şekilde mantıklı değildir ve aramızdaki ilişkiye aykırıdır. Kendilerini besleyen eli ısırmak çocuklara hiçbir fayda sağlamaz. Yine de akran yönelimli çocuklar yalnızca içgüdülerini takip ederek onlara doğal gelen davranışlar sergiler. Bu durum yine körelen içgüdülerinden kaynaklanmaktadır; davranışlar yalnızca duruma ayak uydurmaktadır. Bağlanma ilişkileri birbirine rakip olup kutuplaşma yaratınca bunun olması doğaldır.

Bazen reddetme süreci pasif bir şekilde gerçekleşir. Akran yönelimli çocuklar bir araya geldiklerinde sıklıkla ebeveynleri yokmuş gibi davranır. Ebeveynler tanınmaz, hatta bahisleri bile geçmez, okul etkinliklerinde genelde görmezden gelinir.

İsa da birbirleriyle rekabet içinde olan bağlanma ilişkilerinin uyumsuzluğunu ve bağlanmanın çift kutuplu doğasını şu sözlerle açıklamıştır: "Hiç kimse iki efendiye kulluk edemez. Ya birinden nefret edip öbürünü sever ya da birine bağlanıp öbürünü hor görür" (Matta 6:24). Çocuklar akranlarına sadık olduğunda, bizim yanımızda olmak veya sözümüzü dinlemek onlara doğru gelmeyecektir. Çocuklar bize kasten ihanet etmez; tek yaptıkları içgüdülerini takip etmektir – kontrolleri dışında gerçekleşen nedenlerden ötürü körelen içgüdülerini.

3

Çocuklarımızın Gözünde değerimizi niçin yitirdik

Çocuklar nasıl oldu da günümüz dünyasında bağlanmalarını kendilerini yetiştirmekle yükümlü olan yetişkinlerden alıp kolayca birbirlerine aktarabildi? Bu durum ebeveynlerin bireysel hatalarından değil, daha evvel eşi benzeri görülmemiş olan ve içgüdülerimizin oluşan zararı telafi etmekte yetersiz kaldığı bir kültürel yozlaşmadan kaynaklanıyor.

Toplumumuz çocuklarımızın gelişim gereksinimlerini karşılamak konusunda yetersiz kalıyor. Araştırmacılar 20. yüzyılda bağlanma ilişkilerinin sağlıklı psikolojik gelişim açısından ne kadar önemli bir rol oynadığını keşfederken, toplumda meydana gelen ama göze çarpmayan değişimler gençlerin yetişkinlere yönelimlerini giderek daha da korumasız bırakıyordu. Geçtiğimiz birkaç onyıl içinde, baskın çıkan ekonomik güçler ve kültürel eğilimler hem ebeveynlik içgüdülerinin hem de çocukların bağlanma güdülerinin doğal bir şekilde işlemesi için gerek duyulan ortamın yavaşça yok olmasına neden oldu.

Genç insanlar kalıtımsal olarak güçlü bir bağlanma güdüsüyle hareket etseler de çocukların beyinlerinin herhangi bir kısmına kazınmış bir ebeveyn veya öğretmen modeli yoktur. Beyin yalnızca yönünü bulmak, bağlanmak ve nihayetinde pusula iğnesi olarak algıladığı kişilerle teması koparmamak üzere programlanmıştır. Çocukları annelerine veya babalarına benzeyen ya da korumacı, olgun ve işinin ehliymiş gibi görünen birini aramaya iten herhangi bir etken yoktur. İlkel bağlanma beyni çocukların yetiştirilmesi için devlet tarafından yetki verilen ve bu işin eğitimini alan insanların tercih edilmesini sağla-

yan bir mekanizmaya doğuştan sahip değildir. Doğuştan sahip olduğumuz hiçbir beyin devresi toplumun öğretmenlere, bakıcılara, hatta ebeveynlere atadığı rolleri tanımaz veya bu insanlara önem verilmesi, saygı gösterilmesi ve onların yakında tutulması "gerektiğini" umursamaz.

Tarihte beynin bu şekilde programlanmasına gerek duyulmamıştı. Doğal düzen doğuştan sahip olduğumuz bağlanma güdüsünün gençlerin olgunlaşana dek kendilerine bakmakla yükümlü olan yetişkinlere –veya aynı türün yetişkin bireylerine– bağlanmalarını sağlıyordu. Bu, doğanın gençlerin sağlıklı bir şekilde yetişkinliğe adım atana dek hayatta kalmalarını garanti altına alma yöntemiydi. Gençlere kalıtımsal potansiyellerini gerçekleştirme ve içgüdülerini sınırsız ve etkin bir şekilde ifade etme olanağı tanıyan ortam da buydu.

Toplumumuzda, bu doğal düzen artık bozuldu. Artık çocuklarımızı erken yaşlardan itibaren zorla akranlarına yönelmeye teşvik eden birçok farklı duruma ve etkileşime sokuyoruz. Uzun vadede sağlıklı gelişim için sağlam bir temelin oluşmasına –çocuklar ile kendilerine bakmakla yükümlü olan yetişkinlerin arasında bağ kurulmasına– engel olan olguyu istemeden de olsa destekliyoruz. Gençleri bağlanma ve yönelim içgüdülerini akranlarına yöneltmeye zorlayan bir pozisyona sokmamız büyük bir hata. Buna hazır değiliz; beyinlerimiz doğal düzenin bu denli bozulmasına adapte olmayı başarabilecek şekilde düzenlenmedi.

İngiliz psikiyatrist ve bağlanma araştırmalarının en önemli öncülerinden biri olan, John Bowlby, "bir türün davranışsal donanımı yaşamın belirli bir ortamda sürdürülebilmesine mükemmel bir şekilde uyum sağlayabilirken, farklı bir ortamda kısırlığa ve ölüme yol açabilir" satırlarını kaleme almıştır. Bowlby'ye göre her türün adapte olabileceği, her canlı türünün anatomik, fizyolojik yapısına ve psikolojik kapasitesine göre en iyi şartları sağlayan uygun bir ortam vardır; Bowlby buna "adaptasyon çevresi" der. Aynı organizmanın veya türün farklı bir ortamda aynı başarıyı göstermesi beklenemez, hatta "en iyi ihtimalle tuhaf, en kötü ihtimalle de hayatta kalmasını tehlikeye

atabilecek"[1] davranışlar sergileyebilir. Sanayi Devrimi'nin ardından toplum çocukların gelişimlerini doğal bağlanma modeline göre sürdürmelerini teşvik etmemeye başlamıştır.

KAYIP BAĞLAR KÜLTÜRÜ

Geleneksel çokkuşaklı kültürlerle günümüzün Kuzey Amerikan toplumunun arasında çok çarpıcı farklar vardır. Çocuklar Kuzey Amerika'nın kentleşmiş modern toplumlarında – ve Amerikan yaşam tarzının benimsendiği diğer sanayileşmiş ülkelerde– kendilerini her yerde bağlanma boşluklarının, koruyucu yetişkinlerle tutarlı ve derin bağlantılar kurmalarına olanak tanımayan ortamların içinde buluyor. Bu eğilimi artıran birçok etken var.

İkinci Dünya Savaşı'ndan bu yana meydana gelen ekonomik değişikliklerin bir sonucu da çocukların çok genç yaşta, bazen doğumdan hemen sonra, günlerinin büyük bir kısmını ebeveynleri dışındaki insanlarla geçirmek zorunda kaldıkları durumlara maruz bırakılmalarıdır. Bu çocuklar vakitlerinin çoğunu hayatlarında büyük bir önem arz etmesi gereken ebeveynlerinin yerine diğer çocuklarla temas kurarak geçirmektedir. Ebeveynleriyle ve diğer yetişkinlerle bağ oluşturmak için daha az vakitleri vardır. Süreç bu çocuklar büyüdükçe ivme kazanır.

Toplum hem çocuklar çok küçükken anne ve babanın evin dışında çalışması için ekonomik baskılar yaratmış hem de çocukların duygusal gereksinimlerinin karşılanması için pek fazla önlem almamıştır. Şaşırtıcı bir şekilde, erken çocukluk dönemi eğitmenlerine, öğretmenlere ve psikologlara –hekimleri ve psikiyatristleri saymıyorum bile– bağlanmayla ilgili pek de eğitim verilmez. Çocukların bakımından ve eğitiminden sorumlu olan kurumlarımızda bağlanma ilişkilerinin önemine ilişkin ortak bir bilinç oluşmamıştır. Birçok bakıcı ve öğretmen çocuklarla bağ kurmanın ne kadar önemli olduğunu içgüdüsel olarak anlasa da, yaklaşımlarını desteklemeyen sistemlerle sıklıkla zıt düşerler.

Gençlere bakmak toplumda hak ettiği değeri görmediğinden, çocuk bakımına yeterli miktarda kaynak ayrılmamaktadır. Arada akrabalık ilişkileri olmayan yetişkin bireylerin çocukların bağlanma ve yönelim ihtiyaçlarını tam anlamıyla karşılaması zordur, özellikle de bakıcıların kendilerine ilgi göstermesi için rekabet eden birden fazla çocuk olduğunda. Bakımevlerinin çoğu oldukça iyi yönetilmelerine ve yeterince kazanamasa bile kendilerini işlerine adamış çalışanlara sahip olmalarına rağmen, tatmin edici standartlar sağlamaktan uzaktır. Örneğin, New York eyaleti herhangi bir çalışanın yediden fazla çocuğa bakmamasını şart koşar – bu uygulanması neredeyse imkânsız olan bir sayı. Çocukların yetişkinlerle temas kurmalarının önemi göz ardı ediliyor. Dolayısıyla bu gibi ortamlarda yetişen çocukların birbirlerine bağlanmaktan başka çareleri kalmıyor.

Çocuklara esas zarar veren şey anne ve babanın çalışması değil. En önemli sorun çocukların bakımına ilişkin düzenlemeler yaparken bağlanma konusuna gereken önemi vermememiz. Ana akım kültürde çocuk bakıcılarının veya anaokulu öğretmenlerinin ebeveynlerle bağ kurmasına, sonrasında da çocuklarla dostane bir şekilde tanışarak onlarla faal bağlanma ilişkileri kurmasına öncelik veren kültürel gelenekler yok. Hem ebeveynler hem de profesyoneller kendi içgüdülerini –genelde körelmiş olsalar da– takip etmek zorunda kalıyor. Çoğu ebeveyn bu konuda ortak bir bilincin oluşmamasından dolayı, daha tasarlanma aşamasında bağlanmanın göz ardı edildiği mevcut uygulamaları sürdürüyor. Eskiden birçok yerde uygulanan bir bağlanma geleneği –çocuk bakıcılarının ve anaokulu öğretmenlerinin kayıt yaptıracak çocukların evlerini ziyaret etmesi– iyi ödenekli özel okullar haricinde çoğu yerde kaldırıldı. Mali kısıtlamalar karşısında kimse bu geleneğin hayati önem taşıyan bir işleve sahip olduğunu açıklayamadı. Görünüşe bakılırsa ekonominin anlaşılması bağlanmanın anlaşılmasından çok daha kolay.

Bu sorunun merkezinde toplumsal değişim değil, bu değişimin yarattığı zararın telafi edilmesi için yeterli önlemlerin alınmaması yatıyor. Eğer çocuklarımızı yetiştirme görevi-

ni başkalarıyla paylaşacaksak, benim el ele verip bağlanma köyü olarak adlandırdığım ortamı –kaybettiğimiz bir dizi koruyucu yetişkin ilişkisini– yeniden inşa etmemiz gerekiyor. Bölüm 18'de de göreceğimiz üzere, bunu yapmanın birçok yolu var.

Çocuklarımız gündüz bakımı ve anaokulundan sonra okula başlar. Bu noktada günlerinin büyük bir kısmını akranlarıyla beraber, yetişkinlerin giderek daha da ikinci plana itildiği ortamlarda geçirirler. Akran yönelimi kasten teşvik edilmek istenseydi, bunun için en iyi araç günümüzdeki gibi yönetilen okullar olurdu. Yoğunluktan bunalmış öğretmenlerin yönettiği büyük sınıflara yazdırılan çocuklar aradıkları bağlantıyı birbirlerinde bulur. Yürürlükte olan kurallar ve düzenlemeler onları dersler başlayana dek sınıfın dışında tutarak yetişkinlerle pek fazla temas kurmadan tek başlarına kalmaya mecbur bırakır. Teneffüslerde ve öğle yemeklerinde akranlarıyla beraber olurlar. Öğretmenlere verilen eğitimde bağlanma tamamen göz ardı edilir; bu yüzden de eğitmenler öğrettikleri *dersler* hakkında bilgilenirken, bağlanma ilişkilerinin insanların öğrenme süreci için ne kadar önemli olduğu hakkında bilgilenmezler. Birkaç onyıl önce tanık olduğumuz tablonun aksine, günümüz öğretmenleri okulların koridorlarında veya oyun alanlarında öğrencileriyle pek fazla kaynaşmaz; onlara öğrencileriyle daha kişisel ilişkiler kurmaktan kaçınmaları tembihlenir. Kuzey Amerika'da okuyan öğrencilerin büyük bir çoğunluğu, nispeten daha geleneksel toplumlarda okuyan öğrencilerin aksine, öğle yemeğini evlerinde ebeveynleriyle beraber yemez.

İkinci ve yedinci sınıfta okuyan iki çocuğu olan Christina adında bir anne bana, "Çocukların okulunda beş yüz öğrenci var" demişti. "Onları her gün beraber öğle yemeği yemek için okuldan alıyorum, ama okuldaki beş yüz öğrenciden, yalnızca onu evde yiyor, o on çocuktan ikisi de benimkiler. Bazı öğretmenler öğle vaktinde okulda kalmalarına izin vermem için baskı bile yapıyor. Görünüşe bakılırsa biraz tuhaf olduğumu ve çocuklarımın üzerine gereğinden fazla düştüğümü düşünüyorlar. Yine de çocuklarımla bu şekilde vakit geçirmemin önemli olduğunu düşünüyorum. Çocuklarımın bana anlatacak çok

şeyi oluyor. Bana okulda ne yaptıklarını, nelerin zor geldiğini, nelerden heyecanlandıklarını anlatıyorlar." Çocuğunu öğle yemeklerini beraber yemek için eve getiren bir başka anne de, "Kızım arabama koşarak gelirdi" demişti. "Aklı bana anlatmak istediği bilgilerle dolu olurdu – o gün başına neler gelmiş, başına gelenler hakkında neler hissetmiş, 'yanlış' bir şey yaptığını veya bir konuda çok başarılı olduğunu düşündüğünde neler yaşamış, hepsini bana anlatırdı." İnsan bu iki anneyi dinledikten sonra diğer çocukların ebeveynlerine anlatmadığı ne kadar çok duygu ve deneyim yaşadığını merak etmeden duramıyor.

Genelde, aramızda bağ oluşturan beslenme ritüellerinden çok, çocuklarımızın karınlarını doyurmaya odaklanırız. Amerikalı şair Robert Bly, *The Sibling Society [Kardeş Topluluğu] adlı* çığır açıcı kitabında akran yöneliminin dışavurumlarının birçok örneğini tarif edip bunların nedenlerine ilişkin çeşitli ipuçları verir. Bly kitabında akran yönelimini etraflıca analiz etmese de konu hakkındaki içgörülerinin daha fazla dikkate alınması gerekiyor. Bly'a göre, "Artık aileler bir arada yemek yemiyor, sohbet etmiyor ve kitap okumuyor. Gençlerin ihtiyaç duydukları şeyler –istikrar, yanlarında durulması, kendilerine dikkat edilmesi, tavsiye verilmesi, ruhlarının iyi bir şekilde beslenmesi, onlara çarpıtılmamış hikâyeler anlatılması– kardeş topluluğunun onlara sunamayacağı şeylerdir."[2]

Günümüz toplumunda bağlanma boşluklarıyla sıkça karşılaşırız. Çekirdek aile bireylerinin dışındaki akrabalarla aramızdaki ilişkilerin zayıflaması da büyük bir bağlanma boşluğu yaratmıştır. Çocuklar genelde kendilerinden yaşlı olan kuşaklarla (iş, çocuklara insanlık tarihi boyunca duygusal güvencenin temelini oluşturmuş, sevgi dolu bir kabullenişle yaklaşmaya gelince ebeveynlerden çok daha hünerli olan insanların kuşağı) kurulan yakın ilişkilerin eksikliğini hisseder. Günümüzde birçok çocuk büyükannelerin, büyükbabaların, teyzelerin ve amcaların güven veren varlığının ve çokkuşaklı ailelerin koruyucu kucaklamasının tadını çıkarmaktan yoksun.

Akran yönelimi hareket kabiliyetimizin artmış olmasın-

dan da güç alıyor, çünkü sıkça yer değiştirmemiz kültürel sürekliliği sekteye uğratıyor. Kültür aynı yerde yaşayan topluluklar tarafından nesiller içinde yaratılır. Artık köylerde yaşamadığımız için yan yana yaşadığımız insanlarla aramızda yakın bağlar yok. Sürekli yer değiştirmemiz bizi anonimleştirerek bağlanma köyüne bir antitez oluşturdu. Çocuklarımızı yetiştirirken ebeveynlik görevlerimizi adlarını bile bilmediğimiz insanlarla paylaşamayız.

İnsanların artık sıklıkla coğrafi konumlarını değiştirmesi, taşınması ve yetişkinlerin giderek kendi akranlarına daha fazla yönelmesinden dolayı günümüz çocuklarının kendilerini refahlarına ve gelişimlerine adamış yaşlıların çevresinde bulunma ihtimali eskisine oranla çok daha düşük. Bu eksikliğin etkileri aile dinamiklerinin ötesine geçerek çocukların neredeyse tüm sosyal ilişkilerini şekillendiriyor. Çocuklar genellikle kısmen de olsa kendilerini yetiştirme sorumluluğunu üstlenen yetişkinlerle kurdukları bağların eksikliğini çeker. Nesli tükenmekte olan türlere verilebilecek bir örnek de farklı kuşaklara mensup aile bireylerini tanıyan, iyi günde ve kötü günde duygusal anlamda bu bireylerin yanlarında duran istikrarlı bir figür olan aile hekimleridir. Gittiğimiz sağlık kuruluşlarında karşımıza çıkan kim olduğu belirsiz, gelip geçici doktorların bu hekimlerin yerini tutması mümkün değil. Aynı şekilde, mahallemizdeki esnafların, tüccarların ve zanaatkârların yerini de uzun bir süre önce hizmet sundukları toplumla herhangi bir ilişki veya kişisel bağ kurmayan, tekdüze işletmeler aldı. Susam Sokağı'ndaki sevecen bakkal karakteri de artık yalnızca hayallerimizde yaşıyor. Bunun nedeni yalnızca ekonomi değil; kökenleri bağlanma köyünün temel yapıtaşlarına kadar uzanır. Geçmişte çekirdek aileye ve diğer akrabalara destek vererek gerektiğinde ebeveynlerin yerine geçen büyükbabalar, büyükanneler, amcalar ve teyzeler nerede? Ebeveynlere erişim sağlanamadığı durumlarda yetişkin bağlanmasının güvenlik ağı nerede? Çocuklarımıza kılavuzluk edecek yetişkin akıl hocaları nerede? Çocuklarımız akran zengini, yetişkin fakiri ortamlarda mı büyüyor?

Başka bir bağlanma boşluğu da toplumun laikleşmesiyle oluştu. Geçmişte kilise, tapınak, camii veya sinagog cemaatleri dinlerden farklı olarak ebeveynlere destek sağlayarak çocuklar için bir tür bağlanma köyü rolü oynuyordu. Laikleşme toplumda yalnızca inanç kaybına veya toplumun ruhani temellerinin sarsılmasına değil, bu bağlanma topluluğunun yok olmasına da neden oldu. Bunun ötesinde, çocukların akranlarıyla etkileşim kurmaları birçok kilise için öncelik haline geldi. Örneğin, aileler birçok kilisede daha kapıdan girerken bölünür ve üyeler mensup oldukları ailelere göre değil, yaşlarına göre ayrılır. Çocuk ve ergen grupları, çocuk kiliseleri, hatta yaşlı sınıfları oluşturulmuştur. İnsanların kendi yaş grubundan insanlarla beraber vakit geçirmesi bağlanmanın önemi ve akran yöneliminin tehlikelerinin farkında olmayanlara son derece doğal gelir. Büyük dini kuruluşlar dönüşüm geçirerek yalnızca gençlerle veya genç yetişkinlerle ilgilenir hale gelmiş, bunun sonucunda istemeden de olsa çokkuşaklı bağların kopmasına katkıda bulunmuştur.

KOPAN AİLE BAĞLARI

Toplumun temel yapıtaşının çekirdek aile olduğu söylenir, ama çekirdek aile de son zamanlarda çok büyük baskı altında. Boşanma oranları daha evvel görülmediği kadar yüksek. Boşanma çocuklar için iki katı sorun çıkarıyor, çünkü hem birbirine rakip bağlar oluşturuyor hem de bağlanma boşlukları. Çocuklar doğal olarak bağlandıkları tüm insanların tek bir çatı altında toplanmasını ister. Ebeveynlerin birlikte olması çocukların anneye de babaya da yakın ve temas içinde olma arzusunu aynı anda tatmin edebilmesine olanak tanır. Dahası, çocukların çoğu anne babasına bir çift olarak bağlanır. Anne baba boşanınca, her ikisine de yakın olmaları imkânsız hale gelir, en azından fiziksel olarak. Nispeten daha olgun bir karaktere sahip olan ve ebeveynleriyle daha gelişmiş bağlar kurmuş çocuklar ayrılan ebeveynleriyle yakın ilişki içinde kalmak –ikisine birden ait olmak, ikisini birden sevmek ve ikisi tarafından da tanınmak–

için daha iyi bir donanıma sahip olur. Ancak birçok çocuk, yaşı ilerlemiş olanlar da dahil, bunu başaramaz. Birbirleriyle rekabet eden veya diğerini istenmeyen kişi ilan eden ebeveynler çocukları (daha doğrusu çocukların bağlanma beynini) içinden çıkılması imkânsız bir duruma sokar; bu durumda çocuğun bir annesine ya da babasına daha yakın olması için, ötekinden hem fiziksel hem de psikolojik anlamda ayrılması gerekir.

Birbirine rakip bağlanma ilişkilerinin neden olduğu sorunlar ebeveynlerin yeni hayat arkadaşları edinmesiyle daha da şiddetlenebilir. Bu durumda çocuklar yine ebeveynleriyle aralarındaki bağlantıyı korumak için üvey anneyi veya babayı dışlayabilir. Hem biyolojik hem de üvey anne ve babaların karşılaştıkları engelleri aşmaları için gereken şey, çocukların ebeveynleriyle aralarında kurdukları bağlara rakip olmayan, daha da iyisi, mevcut ilişkilerini destekleyen bağlar kurmalarıdır. Çocukların bağlanma beyni yalnızca bu tür ilişkilerin birbirine destek olması halinde gardını düşürüp her iki tarafın bağlantı kurma çağrılarına cevap verebilecek bir duruma gelebilir.

Çiftler boşanmadan önce yaşanan sorunlar yüzünden bağlanma boşlukları ebeveynler boşanmadan çok daha önce oluşabilir. Ebeveynler birbirlerinin duygusal desteğini yitirdiklerinde veya aralarındaki ilişkiye odaklandıklarında, çocuklarının onlara erişmesi zorlaşabilir. Bu gibi durumlarda yetişkinlerle duygusal bağlar kuramayan çocuklar genelde akranlarına yönelir. Ayrıca, çocuk bakma sorumluluklarını bir kenara bırakarak biraz olsun rahatlayabilmek stres altında kalan ebeveynler için de oldukça cezbedicidir. Bunu yapmanın en basit yöntemlerinden biri akran yönelimini teşvik etmektir. Çocuklar bir aradayken, bizden daha az talepte bulunurlar.

Ebeveynleri boşanmış çocuklar üzerinde yürütülen araştırmaların sonuçları bu gruba dahil olan çocukların okulda sorun yaşamaya ve saldırgan davranışlar sergilemeye diğer çocuklara oranla daha meyilli olduğuna işaret eder. Bu çocukların davranış sorunları sergileme olasılığı da daha yüksektir.[3] Ancak bu araştırmalarda bunun nedeni tam olarak belirlenememiş

durumdadır. Bağlanma hakkında daha derin bir anlayışa sahip olduğumuzda, bu belirtilerin doğrudan çocukların ebeveynleriyle aralarındaki duygusal bağlantıyı yitirmelerinden ve akran ilişkilerine gereğinden fazla bel bağlamalarından kaynaklandığını görürüz.

Burada anlatılanlar, ebeveynlerin sorunlu evliliklerini devam ettirmelerinin çocukları için daha faydalı olacağı şeklinde yorumlanmamalıdır.[4] Ancak ebeveynlerin aralarındaki sürtüşmelerin çocukların kurdukları bağlar üzerinde ne gibi etkiler yarattığının farkına varmamız gerekir. Çocuklarımızın bize ulaşması evliliğimizle ilgili sorunlar veya boşanma yüzünden zorlaşırsa, çocuk yetiştirme rolünü bunu üstlenebilecek diğer yetişkinlerle paylaşmamız faydalı olur. Ebeveynlik görevlerimizin yükünü azaltmak için çocuklarımızın akranlarını kullanmaktansa, devreye girip oluşan boşluğu doldurmaları ve çocuklarımızın bağlanma gereksinimlerini karşılamak için bir tür güvenlik ağı oluşturmaları için akrabalarımızdan ve arkadaşlarımızdan destek almalıyız.

Bir arada yaşayan çekirdek aileler bile bağlanma boşluklarına karşı savunmasızdır. Günümüzde otuz veya kırk yıl önce tek bir aile bireyinin maaşıyla ailesine sunabildiği yaşam standardının yakalanabilmesi için genelde annenin de babanın da tam zamanlı çalışması gerekiyor. Toplumsal stresin artması ve eskisine oranla nispeten daha varlıklı olmamıza rağmen ekonomik güvensizlik hissinin şiddetlenmesi ebeveynlik görevlerimizi sakin ve bağlantılı bir şekilde yerine getirmemizi zorlaştıran bir ortam yarattı. Tam da çocuklarıyla daha güçlü bağlar kurmaları gerektiği bir zamanda, ebeveynlerin ve diğer yetişkinlerin bunu yapmak için eskisi kadar vakitleri ve enerjileri kalmadı.

Robert Bly kitabında şu satırlara yer vermiştir: "1935 senesinde işçiler cumartesi günleri de dahil haftada ortalama on yedi saat çalışıyordu. 1990 senesine gelindiğinde, bu rakam kırk saate çıktı. Halbuki 1935 yılından bu yana kaybedilen haftada yirmi üç saatlik boş vakit, bir babanın çocuklarına sevgi göste-

rip büyütmesine ve kendini bulmasına olanak tanıyan, annenin de gerçekten bir eşe sahip olduğunu hissetmesini sağlayan saatlerdir."[5] Bunlar yalnızca ebeveynliğin ilk yıllarını değil, tüm çocukluk dönemini şekillendiren örüntülerdir. Günümüzde birçok baba ebeveynlik sorumluluğunu paylaşmak konusunda daha bilinçli olsa da modern hayatın stresi ve zamanın sürekli kısıtlı olması bu iyi niyetli yaklaşımlarını hayata geçirmelerini zorlaştırıyor.

Toplumumuz tüketim çılgınlığına çocukların sağlıklı gelişiminden daha çok değer veriyor. Günümüzde çocukların kendilerini yetiştirmek için doğal olarak en iyi aday olan ebeveynlerine bağlanmaları ekonomik nedenlerden ötürü teşvik edilmiyor. Bir aile hekimi olan yazar arkadaşım, sıklıkla işverenlere çalışan kadınların doğumdan sonra fazladan birkaç ay boyunca evde kalarak bebeklerini emzirmelerinin –emzirme hem bebekler için hayati bir önem taşıyan fizyolojik bir gereksinimdir hem de tüm memeli türlerinde, özellikle de insanlarda bağlanmayı güçlendiren doğal bir araçtır– "sağlık" nedenleri yüzünden gerekli olduğunu teyit eden mektuplar yazmak gibi gülünç bir şey yapmak zorunda kaldı. Ebeveynliğe hak ettiği önemin verilmemesinin temelinde ekonomik nedenler yatar. Doğal yardımcı oyuncularımızın –dostlarımızın, akrabalarımızın veya içinde büyüdüğümüz topluluğun bireylerinin– yaşadıkları yerlerde yaşamamamız çoğu zaman bazı endüstrilerin faaliyetlerini tamamen durdurması, yer değiştirmesi gibi ebeveynlerin kontrolü dışında gerçekleşen ekonomik nedenlerden kaynaklanır. Çocuklarımızla bağ kurmamızı engelleyecek kadar büyük okullar inşa etmemizin ve sınıflarımızın çocuklarımızla bire bir ilgilenemeyeceğimiz kadar büyük olmasının sorumlusu da ekonomidir.

Bölüm 3'te de göreceğimiz üzere, akran yönelimi şiddeti ve çocuk suçlarını artırarak, öğrencilerin öğrenme yeteneklerini azaltarak ve sağlıksız yaşam tarzı seçimleri yapmaya teşvik ederek toplumun sırtına devasa bir yük bindiriyor. Akran yönelimi yüzünden toplumun adalet, eğitim ve sağlık alanlarında

maruz kaldığı ekonomik kaybı gerçek boyutlarıyla değerlendirmek, mevcut durumda bu konu hakkında ne kadar sığ görüşlü olduğumuzu gözler önüne serecektir. Bazı ülkeler bunun farkına vardı. Çalışanların çocuk doğurduktan veya evlat edindikten sonra daha uzun bir süre boyunca evde kalabilmeleri için ebeveynlere vergi indirimleri, hatta doğrudan destek sağlayan ülkeler var artık.

HIZLI DEĞİŞİM, ÇIĞIRINDAN ÇIKAN TEKNOLOJİ

Her şeyden önemlisi, çekirdek aile bireyleriyle yakın akrabalarını bir arada tutan, ebeveynlerin çocuklarıyla sıkı bağlar oluşturup sevgiye dayalı ilişkiler kurmasını sağlayan ve ebeveynlerin yetişkin dostlarının çocukların hayatlarında yer almasına olanak tanıyan kültürel gelenekleri ve göreneklerini kaybettik. Bakılmaya muhtaç çocuklarla onlara bakabilecek vasıflara sahip yetişkinlerin arasında bağlar kurulmasını sağlamak ve bağlanma boşluklarının oluşmasını engellemek kültürün görevidir. Kültürün bizi bu konuda yüzüstü bırakmasına neden olan birçok etmenin arasından özellikle iki tanesine değinmeliyiz.

Bu nedenlerden birincisi 20. yüzyılda sanayileşmiş toplumlarda meydana gelen hızlı değişimin yarattığı olumsuz etkilerdir. Bağlanma gereksinimlerinin karşılanmasına hizmet eden gelenek ve göreneklerin geliştirilmesi zaman alır. Bunun için gerek duyulan toplumsal ve coğrafi ortamı oluşturabilecek bir kültürün yaratılması yüzlerce yıl sürebilir. Toplumumuz, kültürün bu gereksinimlerini karşılayacak şekilde evrimleşerek uyum sağlayamayacağı kadar hızlı bir şekilde gelişiyor. Psikanalist Erik H. Erikson, Pulitzer Ödüllü *Childhood and Society* [Çocukluk ve Toplum] adlı kitabının bir bölümünü Amerikan kimliği hakkındaki düşüncelerine adamıştır. Erikson'a göre, "Bu dinamik ülke... vatandaşlarını tek bir kuşak boyunca diğer büyük ülkelerden daha aşırı çelişkilere ve ani değişimlere ma-

ruz bırakmıştır."[6] Bu gibi eğilimler Erikson'ın bu gözlemi yaptığı 1950 senesinden bu yana daha da güçlendi. Günümüzde, on yıllık bir süre zarfında geçmiş yüzyıldan daha köklü değişimler yaşanıyor. Yaşam şartları kültürümüzün ayak uyduramayacağı kadar hızlı bir şekilde değiştiğinde, gelenekler ve görenekler değerini yitirip yok olmaya mahkûmdur. Bu yüzden günümüzde kültürün ebeveyn-çocuk ilişkilerini destekleyen geleneksel işlevini yerine getirememesine çok da şaşırmamamız gerekir.

Bu hızlı değişimin nedenlerinden biri de ticari amaçlara hizmet edecek şekilde harmanlanarak paketlenen kültürün elektronik ortamlar aracılığıyla evlerimize ve doğrudan çocuklarımızın zihinlerine iletilmesinin mümkün kılınmış olmasıdır. Hazır kültür geçmişte gelenekler ve görenekler aracılığıyla nesilden nesle aktarılan kültürün yerini aldı. Bu kitabı yazarken görüştüğümüz ebeveynlerden biri, "Kendimi neredeyse her gün çocuklarımın maruz kaldığı çiklet kültürüne karşı savaşırken buluyorum" yorumunu yaparak uğradığı hüsranı dile getirdi. Çocukların maruz kaldığı kültür hem içerik olarak ebeveynlerin kültürüne yabancı hem de kültürün yayılma sürecinde büyükanneler ve büyükbabalar devre dışı kalarak ne yazık ki gelişmelerden bihaber yaşıyorlar. Çocukların oynadıkları oyunlar da elektronik ortamlara taşındı. Oyunlar geçmişten beri kültürün insanları insanlara, özellikle de çocukları ebeveynlere bağlayan önemli bir aracı olarak işlev görüyordu. Günümüzde oyun oynamak genelde yalnız başına, bir yandan televizyonda yayınlanan spor programlarını izlerken veya bilgisayarın başında tek başına oturarak yürütülen bir faaliyet haline geldi.

Yakın zamandaki en önemli değişikliklerden biri de iletişim teknolojilerinde yaşanan gelişmelerdir: İlk olarak cep telefonlarının geliştirilmesi, daha sonra da e-posta ve mesajlaşma uygulamalarının geliştirilmesiyle internetin yaygınlaşması. En önemli işlevlerinden birinin aramızda bağ kurmak olduğunun farkında bile olmadan iletişim teknolojilerinin bağımlısı olduk. Bu teknolojileri istemeden de olsa çocuklarımızın ellerine ve-

riyoruz ve onlar da tabii ki bu teknolojileri akranlarıyla iletişim kurmak için kullanıyor. Güçlü bir bağlanma gereksinimi duyduklarından, aralarında kurdukları iletişim onlarda bağımlılık yaparak çoğu zaman en önemli meşgaleleri haline geliyor. Kültürümüzde bu tür gelişmeleri kontrol altında tutabilecek gelenek ve görenekler evrimleşmediğinden, kendi başımızın çaresine bakmak zorunda kalıyoruz. Yeni geliştirilen bu olağanüstü teknolojiler çoçuk-ebeveyn ilişkilerini güçlendirmek için kullanılsaydı son derece olumlu sonuçlar doğuran güçlü birer araç olabilirlerdi – tıpkı evlerinden uzakta eğitim gören öğrencilerle ebeveynlerinin kolayca iletişim kurmalarına olanak tanıdıklarında olduğu gibi. Ancak bu teknolojiler kontrol altında tutulmadıklarında kaçınılmaz bir şekilde akran yönelimini teşvik ediyor.

FAAL BİR BAĞLANMA KÜLTÜRÜ

Geleneksel aile bağlarına hâlâ itibar eden toplumları gözlemlediğimizde Kuzey Amerika kültürünün eksikliklerini daha da net bir şekilde görürüz. Eşim Joy ve çocuklarımızla beraber Fransa'nın Provence Bölgesi'nde yer alan Rognes Köyü'nü ziyaret ettiğimde ben de kültürümüzün eksikliklerini daha net bir şekilde görme fırsatı buldum.

Provence Bölgesi insanın zihninde aniden zamana meydan okuyan bir kültürde yaşadığı izlenimini oluşturuyor. Güneşli bir iklim, üzümler, eski dünyanın büyüsü ve yiyecekler nostaljik bir his yaratıyor. Provence Bölgesi'nin kültürüne farklı bir açıdan bakmamız bize bağlanma konusunda çok şey öğretebilir. Son bölümde de göreceğimiz üzere, Kuzey Amerika'nın sanayi devrimi sonrasında oluşan son derece farklı ortamında bile kendi bağlanma köyümüzü yeniden inşa ederken burada öğrendiğimiz derslerden faydalanabiliriz.

Provence Bölgesi'ne ilk gittiğimizde, farklı bir kültürü gözlemleyeceğimi sanmıştım. Düşüncelerim bağlanma konusuna odaklandığından, kısa bir süre sonra farklı bir kültürden çok daha fazlasıyla karşı karşıya olduğumu anladım; işlevselliğini yi-

tirmemiş, faal bir kültürü gözlemliyordum. Çocuklar yetişkinlerle, yetişkinler de çocuklarla selamlaşıyordu. Yalnızca yetişkinler yetişkinlerle ya da çocuklar çocuklarla değil, tüm aile bireyleri bir arada sosyalleşiyordu. Köyde aynı anda yalnızca bir faaliyet yürütülüyordu ve bu sayede aileler farklı yönlere çekilmiyordu. Aileler pazar günlerinde öğleden sonra kırlarda yürüyüşe çıkıyordu. Ergenler gençlerin uğrak yeri olan köy çeşmesinde bile yaşlılarla beraber vakit geçiriyordu. Köyde düzenlenen çok sayıda festivale ve kutlamaya tüm aile bireyleri katılıyordu. Müzik ve dans farklı nesiller arasında ayrım yaratmıyor, aksine onları bir araya getiriyordu. Kültür maddiyatçılıktan daha ağır basıyordu. İnsanlar uygun selamlaşma ritüellerini yerine getirmeden bir ekmek bile alamıyordu. Köydeki dükkanlar öğle vakti geldiğinde üç saatliğine kapanıyor, okullar boşalıyor ve aileler bu saatlerde yeniden bir araya geliyordu. Öğle yemekleri farklı nesillerin bir araya gelerek samimi sohbetler edip yemek yediği etkinliklerdi.

Köyün ilkokulunda gözlemlediğim bağlanma gelenekleri de bir o kadar etkileyiciydi. Çocuklar her gün yetişkinler tarafından okula bırakılıyor; dersler bittiğinde ebeveynleri, büyükanneleri veya büyükbabaları tarafından okuldan alınıyordu. Okulun etrafı çevriliydi, içeriye tek bir kapıdan girilebiliyordu. Öğretmenler kapıda öğrencilerin kendilerine teslim edilmesini bekliyordu. Kültür yine çocuklara eşlik eden yetişkinlerle öğretmenlerin, ayrıca öğretmenlerle çocukların uygun selamlaşma ritüellerini yerine getirerek bağ kurmalarını dikte ediyordu. Bazen öğrencilerin tümü okul zili çalmadan okula vardığında, öğretmenler öğrencilerini peşlerine takıp onları tıpkı anne ördeği izleyen bir yavru ördek sürüsü gibi oyun alanından geçirerek sınıflarına götürüyordu. Bu, Kuzey Amerikalı gözlemcilere bir anaokulu ritüelini anımsatsa, hatta tuhaf gelse de görünüşe bakılırsa Provence Bölgesi'nde doğal düzenin bir parçasıydı. Dersler bittiğinde çocuklar öğretmenlerinin önderliğinde sınıflar halinde okuldan ayrılıyordu. Öğretmenleri çocukları kendilerine eşlik edecek yetişkinlere teslim edene kadar okulun kapısında bekliyordu. Öğretmenler okul bahçesinde, köy

pazarında veya köy festivalinde her zaman çocukların öğretmenleriydi. Çocuklara hata yapmaları için pek fırsat bırakılmamıştı. Provence Bölgesi'nin kültürü bağlanma boşluklarını asgari düzeye indiriyordu.

Bazı şeyleri niçin yaptıklarını öğrenmek için onlara sorular sordum. Sorularımın hiçbirine cevap alamadım. Bu konularda soru sormamın münasebetsiz bir davranışmış gibi algılandığı izlenimine kapıldım. Sanki geleneklerin ve göreneklerin sorgulanması bir tür tabuydu. Kültür sorgulanmadan uygulanması gereken bir olguydu. Bağlanma konusunda sahip oldukları bilgeliğin insanların bilinçlerinde değil, kültürün kendisinde olduğu açıktı. Peki ama Provence toplumu önceki nesillerin geleneksel gücünü koruyarak onların kültürüyle değer yargılarını çocuklarına nasıl aktarabiliyordu? Fransa'nın kırsal kesiminde yaşayan gençler yetişkinlerle akranlarıyla kurdukları bağlara rakip olmayan bağları nasıl kurabiliyordu? Bu sorunun cevabı akranların arasında bağların nasıl kurulduğuyla ilişkilidir.

BAĞ KURMANIN DOĞAL YOLU

Bağlar genellikle iki farklı şekilde kurulur. Ya mevcut bağların doğal bir ürünü olarak ya da bir bağlanma boşluğunun dayanılmaz hale gelmesiyle. Bunların ilkine bebeklik döneminden itibaren tanık oluruz. Çocukların çoğu daha altı aylıkken aralarında herhangi bir bağ olmayan insanlarla temas kurmaktan ve onlara yakın olmaktan çekinmeye başlar. Bunun üstesinden gelinebilmesi için çocukların kurdukları mevcut bağlarla "yabancıların" arasında belirli bir tür etkileşim kurulması gerekir. Örneğin, eğer bir çocuğun annesi bir yabancıyla belirli bir süre boyunca dostane bir şekilde temas kurar, bu süre zarfında çocuğu söz konusu yabancıyla temas kurmaya zorlamayıp, onun aralarında kurdukları etkileşimi gözlemlemesine izin verirse, çocuğun tutumu genelde yumuşar ve yeni gelen yabancıya daha az direnç göstererek onunla bağ kurmaya daha açık olur. Yabancılar çocuklara dostane bir şekilde tanıtılmalı ve onlara "onay verildiği" açıkça gösterilmelidir. Bağlanma içgüdüle-

ri devreye girince yabancılarla yakın temasta geçirdikleri süreden zevk alan çocuklar genelde hayatlarına yeni giren bu insanlarla bağ kurma ve onların kendilerine bakmasına izin verme eğiliminde olur. Önceden bir "yabancı" olarak algıladıkları yetişkinler –örneğin bir aile dostu veya çocuk bakıcısı– bu noktada çocuktan onun bakıcısı olmak için "izin" almış olur.

Bu dâhiyane bir tasarımdır. Çocuklar mevcut ilişkilerinin dışında yeni bir bağ kurduklarında, bu bağın mevcut bağlanma ilişkilerine rakip olma ihtimali azalır. Ebeveynleriyle kurdukları bağlara saygı gösterme ihtimalleri daha yüksek olur. Ebeveynlerini en önemli pusula iğnesi olarak görür, ebeveynleriyle aralarındaki ilişkiye öncelik vermeye devam ederler. Çocuklar kardeşleri, büyükanne ve büyükbabaları, çekirdek aile bireylerinin dışındaki akrabaları ve aile dostlarıyla bağlar kurarsa işin içine akranlar girdiğinde bile ebeveynlerinden uzaklaştırma olasılıkları çok düşük olur.

Mevcut bağların yeni ilişkiler doğurma kapasitesi doğal bağlanma köyü adını yakıştırdığım, temelleri ebeveynlere dayanan yapının oluşturulmasına olanak tanır. Çocukların ebeveynleriyle aralarında kurdukları bağlar nihayetinde çocukların yetiştirilmesi için uygun ortamı sağlar. Rognes köyündeki çocukların akranlarıyla kurdukları bağların ebeveynleriyle kurdukları bağlara rakip olmamasının ve çocukların köyde yaşayan neredeyse tüm yetişkinler tarafından yetiştirilmeye açık olmasının esas nedeni de budur.

BOŞLUKTAN DOĞAN BAĞLAR

Amerikan toplumunda –ve Amerikan modelini benimseyen diğer toplumlarda– çocukların akranlarıyla kurdukları bağlar doğal bir şekilde oluşmaz. Bu bağların oluşmasının asıl nedeni çocukların bağlanma boşluklarının –geleneksel bağların zayıflamasına ve çocukların doğal pusula iğnelerini kaybetmesine yol açan boşlukların– yarattığı olumsuzluklara katlanamamasıdır. Beyin bu gibi durumlarda alternatif bir pusula iğnesi, mevcut bağların yerini alarak bağlanma ihtiyaçlarını karşılaya-

bilecek yeni bir insan aramaya programlıdır. Bu gündem genelde ilgiye muhtaç olan çocukların birincil önceliğidir.

Gereksinimden doğan bağlar temelde ayırt edilemez ve rastlantısaldır – bu bağlar tesadüf ve kaosun ürünleridir. Efsaneye göre, Roma'nın efsanevi kurucuları olan ikizler Romulus ve Remus dipsiz bir bağlanma çukuruna atılmış ve bir dişi kurt tarafından yetiştirilmiştir. Tarzan da onlarla aynı kaderi paylaşmış ve bir grup insansı maymun tarafından evlat edinilmiştir. Marjorie Kinnan Rawlings tarafından kaleme alınan *The Yearling* [Bir Yaşında Yavru] adlı klasik çocuk kitabı yetim kalan bir geyik yavrusunun genç bir çocuk tarafından yetiştirilmesini konu alır. Bir ceylan bir aslana bağlanabilir. Bir kedi bir köpeğe bağlanabilir. Örneğin, beslediğim bir ispenç horozu ağabeyimin Harley-Davidson'ına mühürlenmişti.

Bağlanma boşluklarının veya çocukların doğal bağlanma ilişkilerinin eksik olduğu durumların tehlike arz etmesinin asıl nedeni, doğurdukları sonuçların ayırt edilebilmesinin çok zor olmasıdır. Daha evvel de bahsettiğim gibi, ördek yavruları dünyaya geldiklerinde anneleri ortada yoksa en yakındaki hareketli cisme bağlanır. Mühürleme süreci çocuklarda çok daha karmaşıktır, ancak hayatlarında pusula iğnesi işlevi gören insan büyük ihtimalle onları bağlanma boşluğundan kurtarıyormuş gibi görünen ilk insan olacaktır. İnsanlar bağlandıkları kişilerde güvenilirlik, sorumluluk sahibi olmak, koruyuculuk, olgunluk ve kendilerini yetiştirmek için gereken vasıflara sahip olmak gibi özellikler aramaya programlanmamıştır. Bağlandıkları insanları değiştirdikleri süreçte zekâlarını da kullanmazlar. Kurduğumuz bağların çoğu, yetişkinlik döneminde kurduğumuz bağlar bile, çoğu zaman bu üzücü gerçeğin kanıtıdır. Çocuklar bağlandıkları insanları herhangi bir mülakat sürecine tabi tutmaz ve onları kendi içlerinde değerlendirmez. Çocuklar bağlanmayla ilgili önemli soruları akıllarına bile getirmez: Yeni pusula iğnem anne babamla aynı yönü mü gösteriyor? Her ikisine de aynı anda yakın olabilecek miyim? Bu insana güvenebilir miyim? Bu ilişki bana koşulsuz sevgi ve kabullenme verebilir mi? Bana yön göstermesi ve kılavuzluk etmesi için bu insa-

na güvenebilir miyim? Yanında olduğum gibi davranıp gerçek düşüncelerimi ifade edebilir miyim? Çocukların akran grubu çoğu kez kendilerini büyüten yetişkinlerin yerini alıyor. Geçici olarak kurulan bağlar bağlanma boşluklarının var olduğu bazı durumlarda kalıcı bağlara dönüşebiliyor.

Boşluktan doğan bir bağın ebeveynlerle çocukların arasındaki bağlara rakip bir ilişkiye dönüşme ihtimali mevcut ilişkilerin doğal bir ürünü olarak kurulan bağlara oranla çok daha yüksektir. Ebeveynlerle çocukların arasındaki bağların doğal bir ürünü olan akran ilişkileri en güvenli bağlanma ilişkileridir. Ancak bu ilişkiler ne yazık ki çoğu zaman bu bağların doğal bir ürünü olarak değil, bahsi geçen bağların kopukluğu yüzünden kurulur.

Çocuklarımız bizimle bağlantısı olmayan akranlarıyla ne kadar çok bağ kurarsa, geçimsiz biri olma ihtimali o kadar artar. Bunun sonucunda akran yönelimi sürekli ivme kazanarak güçlenir. Ebeveynlerimiz bizim kadar akranlarına yönelmemişti ve bu konu hakkında bir şeyler yapmazsak çocuklarımız büyük ihtimalle akranlarına bizden daha çok yönelecek.

Kuzey Amerika'daki göçmenlerin yaşadığı deneyim akran yöneliminin nesillerdir saygı duyulan kültürel bağları nasıl zayıflattığının acıklı bir örneğidir. Göçmen çocukların maruz kaldıkları bağlanma boşlukları oldukça derindir. Ailelerini geçindirmeye odaklanan ebeveynler çok çalıştıklarından ve içinde bulundukları yeni toplumun diline ve geleneklerine yabancı olduklarından genelde çocuklarına otoriter ve özgüvenli bir şekilde yön vermede yetersiz kalırlar. Bu ailelerin çocuklarının tutunabilecekleri yegâne insanlar genelde akranları olur. Bir anda akran yönelimli bir kültüre sokulan göçmen ailelerin temelleri hızlı bir şekilde sarsılabilir. Çocuklarla ebeveynlerin arasındaki mesafe açılarak arada köprü kurulamayacak kadar derin bir uçuruma dönüşebilir. Böyle çocukların ebeveynleri itibarlarını, güçlerini ve önderlik rollerini yitirebilir. Nihayetinde akranlar ebeveynlerin, çeteler de ailelerin yerini alır. Burada asıl sorun yine insanların göç etmesi veya savaş ya da ekonomik zorluklar yüzünden yer değiştirmesi değildir. Geleneksel kültürler akran yönelimli Kuzey Amerika toplumuna akta-

rıldığında bu toplumun baskılarına yenik düşerler. Göçmenleri başarısızlığa uğratmamızın asıl nedeni kendi toplumsal başarısızlığımız yüzünden çocuk-ebeveyn ilişkilerini koruyamamamızdır.

Ülkenin bazı yerlerinde genelde Asya kökenli ailelerin hâlâ çoknesilli gruplar halinde bir araya geldiklerini görmek mümkün. Bu tarz etkinliklerde ebeveynlerin, büyükannelerin ve büyükbabaların, hatta çelimsiz büyükbüyükannelerin ve büyükbüyükbabaların çocuklarıyla ve çocuklarının çocuklarıyla vakit geçirdiklerini, onlarla gülüp sosyalleştiklerini görebiliriz. Ne yazık ki yalnızca ülkeye nispeten kısa bir süre önce gelmiş göçmenlerin bu tür etkinlikler düzenlediğini görüyoruz. Genç göçmenler Kuzey Amerikan toplumuna adapte oldukça, yaşlılarla kurdukları bağlar giderek zayıflıyor. Ailelerinden uzak durmaya başlıyorlar. Hollywood ve ABD müzik endüstrisinin kitlelere pazarladığı cinselliği aşırı derecede ön planda tutan yapay figürler bu gençlerin idolleri haline geliyor. Atalarının nesiller boyunca hayatta kalmasını sağlayan kültürlere hızla yabancılaşıyorlar. Göçmen ailelerin akran yönelimli toplumumuzun etkisi altında hızla dağıldığını gözlemlerken, sanki geçtiğimiz yarım yüzyıl içinde kendi toplumumuzun maruz kaldığı kültürel yozlaşma sürecinin hızlandırılmış görüntülerine tanık oluyoruz.

Dünyanın diğer bölümlerinin akran yönelimi eğilimine başarılı bir şekilde direnebileceklerine inanmak cesaret veriyor. Ancak küresel ekonominin yıkıcı etkileri diğer kıtalardaki geleneksel kültürler tarafından da hissedildikçe bunun tam tersinin meydana gelme ihtimali oldukça yüksek. Amerikan modelini en yakından takip eden ülkelerde –örneğin Britanya, Avustralya ve Japonya– ergenlerin yabancılaşmasından kaynaklanan sorunlarla sık sık karşılaşılıyor. Ekonomik şartların değişmesi ve popülasyonların kitleler halinde yer değiştirmesiyle farklı bölgelerde de benzer örüntülerle karşılaşılacağı öngörülüyor. Örneğin, Rusya'daki çocuklar arasında stresle ilişkili bozukluklar giderek artıyor. *New York Times'ta yayımlanan bir makaleye göre*, on yıldan biraz daha uzun bir süre önce yaşadığı çöküşten son-

ra, Rusya'nın 143 milyonluk nüfusunun yaklaşık üçte birinin – aşağı yukarı 45 milyon insanın– evlerinin yeri değişmişti. Akran yönelimi Amerika'nın en istenmeyen kültürel ihraç ürünlerinden biri olmaya aday.

Bölüm İki

Sabotaj: Akran Yönelimi Ebeveynliğin Temellerini nasıl sarsar

4

Ebeveynlik Gücünü Elimizden Kaçırıyoruz

Annesi ve babası kızlarında tanık oldukları ani değişim yüzünden üzülüp endişelenerek bana danışmaya ilk geldiklerinde Kirsten henüz yedi yaşındaydı. Genelde kendisinden beklenen davranışların zıddını yapma eğilimi gösteriyordu ve anne babasına karşı son derece kaba olabiliyordu, özellikle de arkadaşlarının etrafındayken. Anne babasının kafası karışmıştı. Üç kız kardeşin en büyüğü olan Kirsten, ikinci sınıfa başlamadan evvel, sevgi dolu, şefkatli ve insanları memnun etmeye hevesli bir çocuktu. Annesi o günleri anımsayarak, "Kirsten'a ebeveynlik yapmak harika bir deneyimdi" dedi. Ancak artık çocukları onlara karşı direniyor ve çok zor zapt edilebiliyordu. Ondan basit bir talepte bulunduklarında bile gözlerini deviriyor, her şey büyük bir kavgayla sonlanıyordu. Annesi ona sinirlendiğinde, hatta bazı durumlarda çileden çıkacak kadar öfkelendiğinde daha evvel farkına varmadığı bazı özelliklere sahip olduğunu bile keşfetmişti. Kendini kızına bağırırken bulup ağzından çıkan sözleri duyduğunda şoka girmiş ve korkmuştu. Babası evdeki ortamı çok gergin, aralarındaki sürtüşmeyi ise çok yıpratıcı bulmuş, kendini giderek daha fazla işine vererek geriye çekilmişti. Bu duruma düşen birçok ebeveyn gibi çocuklarını daha fazla azarlama, tehdit etme ve cezalandırma yoluna gitmişlerdi ve bunların hiçbiri herhangi bir fayda sağlamamıştı.

Ebeveynlik yapmanın nispeten daha kolay bir iş olması gerektiğini duymak şaşırtıcı olabilir. Çocuklarımızın bizi örnek almalarını, talimatlarımıza uymalarını, değer yargılarımıza say-

gı göstermelerini sağlamak için gerginlik yaşamamız, onlarla mücadele etmemiz, onlara baskı yapmamız, hatta onları ödüllendirerek fazladan avantaj sağlamamız gerekmemeli. Eğer çocuklarımızı hizaya sokmak için baskıcı taktikler kullanmamız gerekiyorsa, bir şeyleri yanlış yapıyoruzdur. Kirsten'ın annesi ve babası *ebeveynlik güçlerini* farkında olmadan kaybettikleri için güç kullanmaya başvurmak zorunda kalmıştı.

Ebeveynlik güç destekli bir görev olarak tasarlanmıştır. Bu açıdan, günümüzün hidrolik direksiyonlarına, güç destekli fren sistemlerine ve elektrikli camları olan lüks otomobillerine benzer. Eğer güç kesilirse, çoğu otomobil kontrolümüzden çıkar. Benzer bir şekilde, ebeveynlik gücümüzü kaybettiğimizde çocuklarımızı hizada tutmamız neredeyse imkânsızlaşır, ancak milyonlarca ebeveyn tam olarak bunu yapmaya çalışıyor. Aracımızı tamir edebilecek iyi bir tamirci bulmamız kısmen kolay olsa da ebeveynlerin çocuklarını yetiştirirken karşılaştıkları sorunları çözüme ulaştırmak için danıştıkları uzmanlar genelde bu sorunları doğru bir şekilde değerlendiremiyor. Çoğu zaman çocukların huysuz veya ebeveynlerin beceriksiz olduğuna ya da kullanılan ebeveynlik tekniklerinin yetersiz kaldığına kanaat getiriliyor. Ebeveynler ve profesyoneller bu sorunun ebeveynlerin beceriksizliğinden değil, acizliğinden ya da ebeveynlik için yeterli güce sahip olmamalarından kaynaklandığını genelde gözden kaçırıyor.

Burada eksik olan meziyet sevgi, bilgi, adanmışlık veya beceri değil, güçtür. Atalarımız günümüz ebeveynlerinden çok daha fazla güce sahipti. Büyükannelerimiz ve büyükbabalarımız çocuklarının kendilerine itaat etmelerini sağlamak konusunda ebeveynlerimizden ve bizden daha güçlüydü. Eğer bu eğilim devam ederse, ebeveynlik yapma sırası kendilerine geldiğinde çocuklarımız daha büyük zorluklar çekecek. Her yeni neslin ebeveynlik gücü biraz daha azalıyor.

KENDİLİĞİNDEN OLUŞAN EBEVEYNLİK YETKİSİ

İnsanlar genelde ebeveynlik gücüne sahip olmadıklarını fark etmekte veya itiraf etmekte zorlanır. Bu duruma düştüğümüzde beyinlerimiz daha kabul edilebilir açıklamalar üretmeye çalışır: Çocuklarımız artık bize ihtiyaç duymuyor, çocuğumuz diğer çocuklara göre biraz daha geçimsiz, ebeveynlik becerilerimiz yeterince gelişmemiş vs.

Günümüzde birçok insan güç kavramına karşı çıkıyor. Bazılarımız çocukken ebeveynlerimizin sahip olduğu gücü ve ebeveynlerimizin bu gücü nasıl suiistimal edebileceklerini zor yoldan gördük. Gücün bazı durumlarda insanın aklını başından alabileceğini ve diğer insanlardan güçlü olmayı arzu eden insanlara güvenilemeyeceğini biliyoruz. Hatta güç kelimesi bazı durumlarda kötü anlamlar çağrıştırır: güce tapma ve güç düşkünlüğü gibi. Birçok insanın güç kullanmaktan çekinmesi anlaşılır bir durumdur. Birçok ebeveynin ve eğitimcinin bu tutumu sergilediğine sıklıkla tanık oluyorum.

Birçok insan gücü zorlamayla karıştırır. Bu kitapta güç kelimesi zorlama anlamında kullanılmıyor. Ebeveynlik ve bağlanma konularını irdelediğimiz bu kitapta güç kelimesi *kendiliğinden oluşan ebeveynlik yetkisi* anlamına geliyor. Bu yetki çocukların üzerinde baskı oluşturduğumuzda veya onları zorladığımızda değil, onlarla uygun ilişkiler kurduğumuzda kendiliğinden oluşur. Ebeveynlik yapabilme gücü iki unsurun doğal düzene uygun olması durumunda herhangi bir çaba sarf etmeden, herhangi bir tavır takınmadan ve zorlama olmadan kendiliğinden doğar. Bu güce sahip olmadığımızda zor kullanmaya başvurma olasılığımız artar. Bir ebeveyn ne kadar çok güce sahip olursa, gündelik ebeveynlik görevlerini yerine getirirken o kadar az zor kullanma ihtiyacı duyar. Diğer taraftan, ne kadar az güce sahip olursak, sesimizi yükseltmeye, tavrımızı sertleştirmeye, tehditler savurmaya ve çocuklarımızın taleplerimizi yerine getirmelerini sağlamak için elimizdeki diğer kozları kullanmaya o kadar fazla ihtiyaç duyarız. Günümüz ebeveynlerinin tecrü-

be ettikleri güç kaybı ebeveynlik literatüründe neredeyse başka her türlü ortamda rüşvet veya tehdit olarak yorumlanabilecek tekniklere odaklanılmasına neden oldu. Acizliğimizin işaretlerini ödüllerle veya "doğal sonuçlar" gibi benzetmelerle kamufle etmeye çalıştık.

Güce sahip olmak ebeveynlik görevlerinin yerine getirilebilmesi için mutlaka gereklidir. Peki ama güce niçin gerek duyarız? Çeşitli sorumluluklara sahip olduğumuz için. Ebeveynlik hiçbir zaman beraberinde getirdiği sorumluluklar için gerekli güç olmadan yürütülecek bir görev olmadı. Güç konusunu ele almadan ebeveynlik görevinin dinamiklerini anlamamıza imkân yok.

Kaybettiğimiz güç, çocuklarımızın dikkatlerini üzerimizde toplamalarını, bize karşı iyi niyetli davranışlar sergilemelerini, bize itaat etmelerini ve bizimle işbirliği yapmalarını sağlayan güçtür. Bu dört yeteneğe sahip olmadığımızda, çocuklarımızı hizaya sokmak için geriye yalnızca zor kullanma ve rüşvet verme seçenekleri kalır. Kirsten'ın annesiyle babası kızlarının yeni yeni sergilemeye başladığı itaatsizlikten endişe duyarak bana danışmaya geldiklerinde bu sorunla karşı karşıyaydılar. Kirsten'ın anne babasıyla arasındaki ilişkiyi doğal ebeveynlik yetkisinin kaybedilmesinin doğurduğu sonuçları gözler önüne seren bir örnek olarak kullanacağım ve bununla beraber ebeveynlik gücünün anlamını açıklamak için iki farklı vakayı inceleyeceğim. Anlatacağım hikâyeler dokuz farklı karakterin etrafında dönüyor: altı ebeveyn ve üç çocuk. Bu karakterlerin hikâyeleri günümüzde birçok ailenin içinde bulunduğu çıkmazın tipik örnekleri.

Dokuz yaşındaki Sean'ın anne babası boşanmıştı. İkisi de yeniden evlenmemişti ve aralarındaki ilişki çocukları için beraber yardım aramalarına olanak tanıyacak kadar iyiydi. Sean'a ebeveynlik yaparken karşılaştıkları zorlukların boşanma kararlarında etkisi vardı. Sean'ı yetiştirmeleri ilk yıllarda daha kolay olmuştu, ancak son iki yıl cehennem azabıydı. Sean anne babasına karşı sözlü tacizde bulunuyor, kız kardeşine fiziksel şiddet uyguluyordu. Zeki bir çocuk olmasına rağmen, anne babası

onunla ne kadar mantıklı konuşursa konuşsun onu kendisine söyleneni yapmaya ikna edemiyordu. Anne babası birkaç farklı uzmana danışmış, çeşitli yaklaşımlarla teknikler tavsiye eden çok sayıda kitap okumuştu. Bu çabalarının hiçbiri Sean'ı hizaya sokmaya yaramıyordu. Alışılagelmiş yaptırımlar işleri daha da kötüleştiriyordu. Onu odasına göndererek cezalandırmak hiçbir etki yaratmıyordu. Sean'ın annesi çocuğuna tokat atmaya karşı olsa da çaresiz kaldığı durumlarda kendini çocuğuna fiziksel şiddet uygulayarak cezalandırırken buluyordu. Anne babası Sean'ı akşam yemeklerinde aile fertleriyle beraber masaya oturmak gibi basit konularda uyumlu davranmaya ikna etmeye çalışmaktan bile vazgeçmişti. Ev ödevlerini yaptırmayı başaramıyorlardı. Evlilikleri sona ermeden önce, Sean'ın asık suratlı başkaldırısı evlerinin ortamını bozuyordu. Öylesine büyük bir duygusal çöküntü yaşamışlardı ki ikisi de oğullarına karşı sıcak ve sevgi dolu hisler besleyemeyecek hale gelmişti.

Melanie on üç yaşındaydı. Babası kızından bahsederken öfkesine hâkim olmakta zorlanıyordu. Melanie altıncı sınıftayken büyükannesini kaybetmişti ve o andan sonra onunla yaşamak bambaşka bir hal almıştı. Melanie o ana dek ev içinde uyumlu ve yardımsever tavırlar sergiliyordu, okulda başarılı bir öğrenciydi ve üç yaşındaki erkek kardeşine sevgi dolu bir tutumla ablalık yapıyordu. Ancak bir anda derslerini kırmaya başlamıştı, ev ödevlerini umursamıyordu. Düzenli olarak evden kaçıyordu. Anne babasıyla konuşmayı reddediyor, onlardan nefret ettiğini ve yalnız kalmak istediğini söylüyordu. O da aile fertleriyle beraber yemek masasına oturmayı reddediyor, yemeklerini kendi başına odasında yiyordu. Annesi sarsılmıştı. Vaktinin çoğunu kızını kendilerine "iyi" davranmaya, eve vaktinde gelmeye ve evden kaçmaktan vazgeçmeye ikna etmek için harcıyordu. Babası Melanie'nin küstah tavırlarına katlanamıyordu. Çözümün bir şekilde dizginleri ele geçirerek ergenlik çağındaki kızlarına "unutamayacağı bir ders vermekte" yattığını düşünüyordu. Ona göre kızlarına karşı sert bir tavır takınmamaları Melanie'nin kabul edilemez davranışlar sergilemesini teşvik ederek sorunu daha da kötüleştirecekti. Melanie, kişiliği

aniden değişime uğramadan önce, "babasının kızı" veya son derece tatlı ve uyumlu bir kız olduğundan, babası bu duruma daha da öfkeleniyordu.

Burada üç farklı senaryoyu, üç farklı durumu ve üç farklı çocuğu örnek vermiş olsak da bu olayların hiçbiri emsalsiz değil. Bu ebeveynlerin çocuklarını yetiştirirken tecrübe ettikleri hayal kırıklığını birçok anne baba yaşıyor. Karşılaşılan zorlukların ne şekilde tezahür ettiği çocuktan çocuğa farklılık gösterebilir, ancak sonunda varılan nokta şaşırtıcı bir şekilde hep aynıdır: Ebeveynlik sanılandan çok daha zor bir iştir. Ebeveynlerden aynı şikâyetleri tekrar tekrar duymaya alıştık: "Günümüzde çocuklar otoriteye bizim çocukluğumuzda gösterdiğimiz kadar saygı göstermiyor. Çocuğuma ödevlerini yaptırtamıyor, yatağını toplatamıyor, ufak tefek ev işlerine yardım etmesini sağlayamıyor ve ona odasını temizletemiyorum." Aynı şekilde, "Eğer ebeveynlik o kadar önemliyse, çocuklar kullanım kılavuzuyla gelmeli!" gibi alaycı şikâyetleri de sıkça duymaya alıştık.

EBEVEYNLİK GÜCÜNE SAHİP OLMANIN SIRRI

Genel kanı, eğitim almamış ebeveynlerden ne yapmaları gerektiğini bilmelerinin beklenmemesi gerektiği yönündedir. Günümüzde, ebeveynlere bebeklerine nasıl ninni söylemeleri gerektiğini öğretmeyi hedefleyen derslerin de dahil olduğu, çok çeşitli ebeveynlik kursları var. Ancak uzmanlar ebeveynlik görevinin etkili bir şekilde yerine getirilebilmesi için gerek duyulan en önemli unsurları öğretemiyor. Ebeveynlik gücü, ne kadar iyi niyetli olursa olsun teknikten değil, bağlanma ilişkilerinden gelir. Bu güç yukarıda verilen üç örnekte de eksikti.

Ebeveynlerin bu güce sahip olabilmelerinin sırrı çocukların bağımlılığında yatar. Çocuklar doğduklarında tamamen diğer insanlara bağımlıdır, bu dünyada kendi ayaklarının üzerinde durarak yollarını bulmayı başaramazlar. Bağımsız varlıklar olarak hayatta kalabilme yeteneğine sahip olmamaları onları kendilerine bakacak, kılavuzluk edip yol gösterecek, destekleyip onaylayacak, doğru yerde ve o yere ait oldukları hissini ve-

recek başka insanlara bağımlı kılar. Ebeveynlik yapılmasını zorunlu kılan en önemli unsur, çocukların bu bağımlılık* halidir. Çocuklarımız bize ihtiyaç duymasaydı, biz de ebeveynlik gücüne ihtiyaç duymazdık.

Çocukların başkalarına bağımlı olması ilk bakışta karmaşıklık yaratabilecek bir durummuş gibi gözükmez. Ancak sorun şuradadır: Bağımlı olmak her zaman uygun bakıcılara bağımlı olunmasını garanti etmez. Her çocuk bakıma muhtaç bir şekilde dünyaya gelir, ancak bebeklik ve emekleme dönemlerini geride bıraktıklarında kendilerine bakmaları için her zaman ebeveynlerinden medet ummazlar. Ebeveynlik gücümüz çocuğumuzun ne kadar bağımlı olduğunda değil, bize ne kadar bağımlı olduğundadır. Ebeveynlik sorumluluklarımızı yerine getirebilmemize olanak tanıyan gücün kaynağı çocuklarımızın bakıma muhtaç olmalarında değil, ihtiyaçlarını karşılamamız için bizden medet ummalarında yatar.

Kendisine bakmamız için bizden medet ummayan ya da bize sadece ona besin, giyecek, barınak ve diğer maddi gereksinimlerini karşılamak için bağımlı olan bir çocuğa gerçek anlamda bakamayız. Psikolojik gereksinimlerini karşılamak için bize muhtaç olmayan bir çocuğa manevi destek sağlayamayız. Kendisine kılavuzluk etmemizi reddeden bir çocuğa yön vermeye çalışmamız hayal kırıklığıyla sonlanan, kendisine yardım etmemizi istemeyen bir çocuğa yardımcı olmaya çalışmamız da usandırıcı ve başarısızlığa mahkûm olan bir çaba olacaktır.

Kirsten, Sean ve Melanie'nin ebeveynlerinin içinde bulundukları durum da tam olarak buydu. Kirsten artık bağlanma gereksinimlerini karşılamaları, nasıl davranacağı ve ne yapacağı konularında kendine örnek teşkil etmeleri için ebeveynlerinden medet ummuyordu. Yedi yaş gibi erken bir dönemde, artık ebeveynlerinin kendisine konforlu bir ortam sağlamasına ve onu yetiştirmelerine ihtiyacı kalmamıştı. Sean'ın tutumu bunun da ötesine geçmişti: annesiyle babasına bağımlı olmaya karşı kökleri derinlere dayanan bir direnç geliştirmişti.

Birine tabi olmak.

Sean ve Melanie'nin gösterdikleri direnç beslenme bağımlılıklarını –daha doğrusu, aile fertleriyle beraber masaya oturup yemek yeme ritüelini– kapsayacak kadar geniş bir alana yayılmıştı. Melanie, ergenlik çağına girerken, evinde olduğunu veya bir yere ait olduğunu hissetmek için artık anne babasından medet ummuyordu. Anne babasının kendisini anlamasını veya yakından tanımasını istemiyordu. Bu çocukların hiçbiri ebeveynlerine bağımlı olduklarını düşünmüyordu; bahsi geçen anne ve babaların yaşadığı tüm hayal kırıklıklarının, zorlukların ve başarısızlıkların temelinde yatan sorun da buydu.

Elbette tüm çocuklar yaşamlarının ilk safhalarında ebeveynlerine bağımlı olur. Ancak bu üç çocuğun hayatları, günümüzde birçok çocuğun tecrübe ettiği gibi, bir noktada değişim geçirdi. Bu değişimin nedeni artık onlara bakmamıza ihtiyaç duymamaları değildi. Çocuklar bağımsız bir şekilde kendi ayaklarının üzerinde durmayı başaramadıkları sürece, hayatta kalmak için başka insanlara bel bağlamak zorundadır. Bu çocuklar akıllarından ne geçirmiş veya ne hissetmiş olursa olsun, henüz kendi ayaklarının üzerinde durmaya hazır olmadıklarının farkına varmaktan çok uzaktılar. Onlar hâlâ ebeveynlerine bağımlıydı, ancak artık ebeveynlerine bağımlı olmadıklarını düşünüyorlardı. Gereksinimlerini karşılamak için hâlâ başkalarına bağımlıydılar; değişen tek şey bunun için kimden medet umduklarıydı. Ebeveynlik gücü çocukların gereksinimlerini karşılayacağını düşündükleri insanlara aktarılacaktı, hem de bu insanların gerçekten güvenilir, bu iş için uygun, sorumluluk sahibi veya şefkatli birer birey –hatta yetişkin– olup olmadıklarına bakılmaksızın.

Bu üç çocuğun hayatlarında duygusal gereksinimlerini karşılama yetkisi ebeveynlerinden akranlarına aktarılmıştı. Kirsten birbirlerine bağlı üç arkadaşından oluşan, pusula iğnesi ve ana üs olarak işlev gören bir gruba dahil olmuştu. Sean'ın dahil olduğu akran grubu, onun genel olarak mevcut bağlanma ilişkilerinin yerini almış, grup, anne babasının yerine koyarak bağlandığı oluşum haline gelmişti. Değer yargıları, ilgi alanları, istek ve arzuları akranlarına ve akran kültürüne göre şekilleni-

yordu. Melanie büyükannesinin vefat etmesiyle oluşan bağlanma boşluğunu bir kız arkadaşıyla doldurmuştu. Bu üç vakanın her birinde akran ilişkileri çocukların ebeveynleriyle kurdukları bağlara rakip olmuştu ve akranlarıyla kurdukları bağlar her seferinde baskın çıkmıştı.

Bu gibi güç kaymaları biz ebeveynler için daha da büyük bir sorun oluşturur. Hem çocuğumuzu yönetebilmemizi sağlayan gücü elimizden alırlar hem de kendi ayaklarının üzerinde durmaktan aciz olan çocuklarımızı yoldan çıkarabilme gücünü masum ama kifayetsiz bu gaspçıların eline verirler. Çocuklarımızın akranları bu gücü elde etmek için etkin bir çaba göstermez – bu güç bağımlılığın ayrılmaz bir parçası olarak onlara aktarılır. Ebeveynlik gücü genelde en beklemediğimiz anda, doğal otoritemize en çok ihtiyaç duyduğumuz zamanda sinsice elimizden alınır. Akran bağımlılığının tohumları genelde ilkokul çağında kök salmaya başlar, ancak çocukların akranlarıyla ve ebeveynleriyle kurdukları bağların giderek daha da uyumsuzlaşarak ebeveynlik gücümüzü tehdit etmeye başlaması genelde ortaokul çağına denk gelir. Çocuklarımız ergenlik çağına ulaştığında, tam da onları daha evvel hiç olmadığı kadar yönetmemize ihtiyaç duydukları ve onlara karşı sahip olduğumuz fiziksel üstünlüğü yitirmeye başladığımız bir zamanda, ebeveynlik yapabilme gücümüz elimizden kayıp gider.

Bize ilk etapta bağımsızlık gibi görünen şey aslında bağımlılıklarının farklı insanlara aktarılmasıdır. Çocuklarımızın kendi başlarının çaresine bakabilecek konuma gelmeleri için o kadar acele ederiz ki genelde onların ne kadar bağımlı olduklarını gözden kaçırırız. Bağımlılık da günümüzde tıpkı güç gibi kötü çağrışımlar yapan bir kelime haline gelmiştir. Çocuklarımızın kendilerini yönetebilen, başkalarının telkinine gerek duymadan harekete geçebilen, kendi yönlerini bulabilen, kendi kendilerine yetebilen ve kendilerine güven duyan bireyler olmasını isteriz. Bağımsızlığa o kadar çok önem veririz ki çoğu zaman çocuk olmanın ne anlama geldiğini unuturuz. Ebeveynler sıklıkla çocuklarının isyankâr ve itici davranışlar sergilediğinden şikâyetçi olur, ancak çocuklarının kendilerine bakmaları, rahat

ettirmeleri ve destek çıkmaları için artık onlardan medet ummadıklarını nadiren dile getirirler. Çocukları onların mantıklı beklentilerini yerine getirmediğinde rahatsız olurlar, ancak genelde çocukların artık onlardan sevgi göstermelerini, davranışlarını onaylamalarını veya takdir etmelerini istemediklerinin farkına varamazlar. Çocuklarının destek almak, sevgi görmek, bağ kurmak ve bir yere ait olduklarını hissetmek için akranlarına yöneldiklerini fark edemezler. Bağlanma odağı değişince, bağımlı olunan odak noktası da değişir. Bunun yanı sıra ebeveynlik gücü de el değiştirir.

Kirsten, Sean ve Melanie'nin ebeveynlerinin karşı karşıya oldukları en büyük zorluk çocuklarına kural koyma, onların uyumlu davranmalarını sağlama veya çeşitli davranışlarına son verme yeteneklerini yeniden kazanmak değildi. Çocuklarına yeniden sahip çıkmak ve bağlanma kuvvetlerinin ebeveynliğin lehine işlemesini sağlamaktı. Çocuklarının kendilerine bağımlı olduklarının farkına varmalarını sağlamaları gerekiyordu, çünkü bu ebeveynlik güçlerinin kaynağıydı. Doğal otoritelerini geri kazanabilmeleri için olup bitenden bihaber kasıtsız gaspçıların –çocuklarının arkadaşlarının– gayri meşru yetkilerini ellerinden geri almak zorundaydılar. Çocuklarımızın bize yeniden bağlanmalarını sağladığımızı hayal etmek, bunu yapmaktan çok daha kolay olabilir ama ebeveynlik yetkisini yeniden kazanmamızın tek yolu budur. Ailelerle yürüttüğüm çalışmaların ve bu kitapta verdiğim tavsiyelerin çoğu, ebeveynlerin doğal yetkilerini yeniden ele geçirmelerine yardımcı olmayı hedefliyor.

Böyle bir değişim, çocukların düzgün bir şekilde yetiştirilebilmesi için gerek duyulan şartların sağlanmasına aykırıysa, akranlar neden ebeveynlerin yerini alıyor? Doğal düzenin temelinde her zaman belirli bir mantık vardır. Bir çocuğun biyolojik anne babasının dışındaki insanlara bağlanabilme becerisine sahip olması önemli bir nedeni vardır, çünkü çocukları dünyaya getiren ebeveynlerin varlığı hiçbir şekilde garanti edilemez. Hayatlarını kaybedebilir veya ortadan kaybolabilirler. Beynimizin bu gibi durumlarda bağlanabileceğimiz ve gü-

venebileceğimiz alternatif insanları bulabilmemize olanak tanıyan esnekliği sağlayacak şekilde programlanmış olması gerekir. İnsanların bağlandıkları varlıkları değiştirebilme becerisi eşsiz değildir. Bazı hayvanların iyi birer evcil hayvan olmasının sebebi ebeveynlerinden koparak insanlara bağlanmaları, onlara bakmamıza ve yetiştirmemize izin vermeleridir.

İnsanlar uzun bir bağımlılık sürecinden geçtiklerinden, kurdukları bağların bir insandan diğerine, örneğin ebeveynlerden akrabalara, komşulara, hatta kabilelerin veya köylerin yaşlılarına aktarılabilmesi gerekir. Bu durumda bu insanların tümünün çocukların erişkinliğe ulaşması için üstlerine düşen rolleri oynamaları gerekir. Binlerce yıldır ebeveynlerin ve çocukların lehine işleyen bu olağanüstü adaptasyon yeteneği, kısa bir süre önce aleyhimize işlemeye başladı. Söz konusu adaptasyon yeteneği günümüz şartlarında akranların ebeveynlerin yerini almasını sağlıyor.

Ebeveynlerin çoğu çocukları akranlarına yöneldiğinde, nedenini tam olarak anlayamasalar da güçlerini kaybettiklerini hisseder. Akranlarına yönelen çocukların dikkatini çekmek zorlaşır, daha saygısız olurlar ve ebeveynlerinin otoritesine boyun eğmezler. Verdiğim vaka örneklerinde bahsi geçen üç çocuğun ebeveynlerinin hepsi ebeveynlik güçlerini ne zaman yitirmeye başladıklarını saptamıştı. Ebeveynler doğal otoritenin zayıfladığını ilk başta bir şeylerin yolunda gitmediğine dair zihinlerini sürekli olarak meşgul eden bir his sayesinde tespit ederler.

EBEVEYNLİK YAPMAMIZI SAĞLAYAN ŞEY NEDİR?

Ebeveynlik görevlerimizi başarıyla yerine getirebilmemiz için üç şeyin olması gerekir: bakılmaya muhtaç bir varlık, sorumluluk üstlenmeye istekli bir yetişkin ve çocukla yetişkin arasında kurulan işlevsel bir bağ. Bunların en önemlisi, aynı zamanda en sık ihmal edileni çocuğun yetişkinle kurduğu bağdır. Ebeveynlerin ve ebeveyn olmak isteyen insanların çoğu evlat edinen, koruyucu, üvey veya biyolojik ebeveynler olarak di-

ledikleri zaman çocukların hayatlarına girip ebeveynlik rolünü üstlenebileceklerine dair büyük bir yanılgıya düşerler. Çocukların bakım ihtiyaçlarının karşılanmasının ve ebeveynlik yapmaya istekli olmamızın yeterli olmasını bekleriz. Çocuklar ebeveynlik çabalarımıza karşı direnç gösterdiklerinde şaşırır ve alınırız.

Ebeveynlik sorumluluğunu üstlenmemizin tek başına başarılı bir şekilde çocuk yetiştirmemiz için yeterli olmadığının farkında olmalarına rağmen, bağlanmanın rolünün farkına varamayan birçok uzmana göre, sorun ebeveynlerin bilgi eksikliğinden kaynaklanır. Eğer ebeveynler ebeveynlik görevlerini yerine getirirken herhangi bir sorunla karşılaşıyorsa, bunun nedeni bazı yerlerde hata yapmalarıdır. Bu bakış açısına göre, ebeveynlik rolünün üstlenilmesi tek başına yeterli değildir; ebeveynler etkili olabilmek için bazı becerilere sahip olmalıdır. Ebeveynlik rolü her türlü ebeveynlik tekniğiyle desteklenmelidir – en azından çok sayıda uzman bu şekilde düşünüyor.

Birçok ebeveyn de benzer bir mantık kurar: "Eğer diğer insanlar çocuklarına istediklerini yaptırabiliyor ama ben yaptıramıyorsam, bu muhtemelen gereken becerilere sahip olmamamdan kaynaklanıyordur." Bu ebeveynlerin sordukları soruların hepsi sorunlarının basit bilgi eksikliklerinden kaynaklandığı ve akla gelebilecek her türlü sorunun kendilerine "yol gösteren" tavsiyelerle çözülebileceği varsayımına dayanır: Çocuğumun beni dinlemesini nasıl sağlayabilirim? Çocuğumun ödevlerini yapmasını nasıl sağlayabilirim? Çocuğumun odasını temizlemesi için ne yapmam gerekiyor? Çocukların ev işlerine yardımcı olmalarını sağlamanın sırrı nedir? Çocuğumu yemek masasına oturtmak için ne yapmalıyım? Büyüklerimiz muhtemelen bu tür soruları sormaya, hatta ebeveynlik kurslarında yüzlerini göstermeye utanırdı bile. Belli ki günümüzde beceriksiz olduklarını itiraf etmek, ebeveynlere ebeveynlik yapabilme gücüne sahip olmadıklarını itiraf etmekten çok daha kolay geliyor, özellikle de beceri eksikliklerinin eğitim eksikliğinden veya çocukluk dönemlerinde iyi örneklerle karşılaşmadıklarından kaynaklandığını ileri sürebiliyorlarsa. Bunun sonu-

cunda temelleri ebeveynlik tavsiyelerinin verilmesine dayanan ve uzmanların mola verme yöntemini veya çocukların buzdolabına asılan puanlarla ödüllendirilmesini savunduğu ve etkili ebeveynlik konusunda sayısız kitabın yayımlanmasına yol açan milyarlarca dolarlık bir sektör oluşuyor. Çocuk yetiştirme uzmanları ve yayıncılık sektörü ebeveynlere deli gibi ihtiyaç duydukları içgörüleri kazandırmak yerine, istediklerini vermeyi tercih etti. Sunulan tavsiyelerin bolluğu ebeveynlerdeki bu işi yerine getirmek için yetersiz ve hazırlıksız oldukları görüşünü güçlendirdi. Bu yöntemlerin başarısız olması bile ebeveynlere beceri kazandırma furyasını yavaşlatamadı.

Ebeveynliği öğrenilmesi gereken bir dizi beceri olarak algıladığımızda, bu süreci farklı bir açıdan görmemiz zorlaşır. Ne zaman bir sorunla karşılaşsak, okumamız gereken bir kitap, gitmemiz gereken bir kurs veya ustalaşmamız gereken bir beceri daha olduğunu varsayarız. Bu sırada, yardımcı oyuncularımız bu işi yapmak için gereken güce sahip olmadığımızı varsaymaya devam eder. Eğitimciler istediğimizde çocuklarımıza ödevlerini yaptırabilecekmişiz gibi davranır. Komşularımız çocuklarımızı hizaya getirmemizi bekler. Kendi ebeveynlerimiz bile bizi azarlayarak çocuklarımıza karşı daha sert bir tutum takınmamız gerektiğini söyler. Uzmanlar çocukların uyumlu olması için son bir beceri daha kazanmamız gerektiğini iddia eder. Mahkemeler çocuklarımızın davranışlarından bizi sorumlu tutar. Görünüşe bakılırsa kimse çocuklarımızın gözünde değerimizi kaybettiğimizi anlayamıyor.

Ebeveynliğin bir dizi beceriden oluştuğu görüşünün temelinde yatan mantık insanlara çok da sıradışı gelmedi, ancak geriye dönüp baktığımızda bunun büyük bir hata olduğunu anlayabiliyoruz. Bu görüş uzmanlara yapay bir güven duyulmasını sağladı, ebeveynlerin doğal güvenini sarstı, sıklıkla aptal ve yetersiz olduklarını düşünmelerine neden oldu. Aceleci davrandık; çocuklarımızın sözümüzü dinlememelerinin nedeninin onlara sözümüzü nasıl dinleteceğimizi bilmememizden kaynaklandığını, ebeveynliğin tüm püf noktalarını bilmediğimiz için uyumlu olmadıklarını ve onlara saygılı olmayı öğret-

mediğimiz için bize yeterince saygı göstermediklerini varsaydık. Önemli olan noktanın, ebeveynlerin becerilerinden ziyade çocuklarla onları yetiştirme sorumluluğunu üstlenen ebeveynlerin arasındaki ilişki olduğunu gözden kaçırdık.

Dar bir bakış açısı benimseyerek ne yapmamız gerektiğine odaklandığımızda, çocuklarımızla aramızdaki bağlanma ilişkisinin önemini ve bu ilişkinin eksikliklerini gözden kaçırabiliriz. Ebeveynlik her şeyin ötesinde bir ilişkidir, edinilmesi gereken bir beceri değil. Bağlanma öğrenilmesi gereken bir davranış değil, kurulması gereken bir ilişkidir.

Ebeveynlik yetkisine sahip olunmadığının fark edilmesi zordur, çünkü ebeveynler önceden bu güce sahip olduklarının bilincinde değil. Bu, aile hayatının ve geleneklere bağlı kültürlerin kendiliğinden var olan, görünmez ve dahili bir bileşenidir. Geçmişte ebeveynler genelde sahip oldukları bu gücün kıymetini bilmiyordu, çünkü eksikliğini çekmiyorlardı. Bu durum, irdelemeye başladığımız nedenlerden dolayı, artık geçerli değil. Bir insan rahatlığının nereden kaynaklandığını anlayamazsa, çektiği zorlukların kaynağını da bilemez. Bağlanma konusunda cahil olduğumuz, ebeveynlik yapma yetkisine sahip olmadığımızı fark etmekte zorlandığımız ve gücümüzü kullanmaya çekindiğimiz için ebeveynliğin sorun yaratan yanları hâlâ açıklanmayı bekliyor.

ETİKET ARAYIŞI

Ebeveynleri suçlamak istemiyorsak hemen çocuklarda bir hata veya eksiklik olduğu kanaatine varırız. Ebeveynlik becerilerimizden şüphe duymadığımızda sorunlarımızın çocuklarımızdan kaynaklanması gerektiğini varsayarız. Çocukları suçlayan görüşün ardına sığındığımızda, ebeveynlik görevlerimizde başarısız olmadığımızı, aksine çocuklarımızın beklenen standartlara ulaşamadığını düşünerek içimizi rahatlatırız. Tutumumuzu, "Niçin biraz daha dikkatli olmuyorsun?", "Bu kadar huysuz olma!" veya "Niçin söyleneni yapmıyorsun?" gibi sorular ve talimatlarla ifade ederiz.

Ebeveynlik görevini yaparken karşılaşılan sorunlar genelde çocuğun ne tür sorunları olduğunu keşfetmeyi hedefleyen bir ava dönüşür. Günümüzde bazı kesimlerin çocuklarımızın sorunlarını açıklamak için hummalı bir etiket arayışı içinde olduğuna tanık oluyoruz. Ebeveynler çocuklarına uzmanlar tarafından resmi bir tanı koyulması için çabalıyor veya onlara resmi olmayan etiketler yapıştırıyorlar; örneğin, "huysuz" veya "enerji dolu" çocukların nasıl yetiştirilmesi gerektiğini konu alan kitaplar yayımlanıyor. Ebeveynlik moral bozucu bir göreve dönüştükçe, çocukların huysuz olduklarına kanaat getirilme ihtimali de artıyor ve bunun doğrulanması için daha fazla etiketin peşine düşüyor. Toplumumuzda akran yöneliminin çocuklara tanı koyma saplantısının yaygınlaşmasıyla doğru orantılı olarak güç kazanması bir tesadüf değil. Çocukların davranış sorunlarının nedenini zıtlaşma bozukluğu veya dikkat eksikliği bozukluğu (DEB) gibi çeşitli tıbbi sendromlara bağlama eğilimi giderek daha da artıyor. Bu tanılar en azından çocukların davranışlarını mazur gösterip sorumluluğun yükünü ebeveynlerin omzundan kaldırıyor, ancak çocukların bozuk davranışlar sergilemesine neden olan ve tersine çevrilebilmesi mümkün olan dinamikleri de kamufle ediyor. Tıbbi açıklamalar suçluluk duygusunu ortadan kaldırmaya yardımcı oluyor, ancak bu sorunlara aşırı derecede basite indirgenmiş kavramlarla kılıf uydurulması sorunların çözülmesini engelliyor. Birçok çocuğun sergilediği karmaşık davranış sorunlarının nedenlerinin genetik bilimi aracılığıyla veya hatalı beyin devreleriyle ilişkilendirilerek açıklanabileceğini varsayıyorlar. İnsan beyninin doğumdan itibaren yaşam boyunca içinde bulunulan ortama göre şekillendiğini ve bağlanma ilişkilerinin çocukların içinde bulundukları ortamlardaki en önemli şekillendirici unsur olduğunu gösteren bilimsel bulguları göz ardı ediyorlar. Ayrıca çocukların akranlarıyla ve yetişkinlerle kurdukları ilişkileri tamamen görmezden gelip onları ilaç tedavisine başlatmak gibi dar görüşlü çözümler üretiyorlar. Bu tür tedaviler pratikte ebeveynlerin daha fazla güç kaybetmesine neden oluyor.

Burada beyin fizyolojisinin çocukluk döneminde bazı bo-

zukluklara yol açmadığını veya ilaçların hiçbir zaman faydalı olmadığını söylemiyoruz. Örneğin, eşyazarım DEB (beynin fizyolojik anlamda normalden farklı bir şekilde işlev gördüğü bir bozukluk) tanısı konmuş birçok çocuğu ve yetişkini tedavi ediyor; gerek gördüğü durumlarda o da hastalarını ilaç tedavisine başlatıyor. Bizim karşı çıktığımız asıl konu çocukluk döneminde karşılaşılan sorunların basit tıbbi tanılara ve tedavilere indirgenmesi ve bu sorunların ortaya çıkmasına neden olan psikolojik, duygusal ve toplumsal etkenlerin çoğunun göz ardı edilmesidir. Tıbbi tanıların ve tedavilerin faydalı olabileceği DEB ve çocukluk döneminde ortaya çıkan diğer bozukluklarda bile, çocukların ebeveynleriyle aralarındaki bağlanma ilişkisi birincil odak noktasını oluşturmalı ve bunun iyileşme yolunda atılabilecek en iyi adım olduğu kabul edilmelidir.*

Sean'ın anne babası çocuklarının davranışlarının nedenini açıklamak için ona çeşitli etiketler yapıştırma yoluna gitmişti ve danıştıkları üç farklı uzman –iki psikolog, bir psikiyatrist– çocuğa üç farklı tanı koymuştu. Uzmanlardan biri Sean'ın obsesif kompulsif bozukluğa, diğeri zıtlaşma bozukluğuna, üçüncüsü de dikkat eksikliği bozukluğuna sahip olduğuna kanaat getirmişti. Sean'ın gerçekten tıbbi bir sorunu olduğunu öğrenmek anne babasının içini rahatlatmıştı. Ebeveynlik görevlerini yerine getirirken karşılaştıkları zorluklar kendi hataları değildi. Dahası, doktorların koyduğu tanılar Sean'ı da içinde bulunduğu zor durumdan kurtarmıştı. Bu tür davranışları engellemek elinden gelmiyordu. Yapıştırılan etiketler yapılan suçlamaları durdurmuştu, bu da olumlu bir gelişmeydi.

Görüşlerim bu etiketlerin hiçbiriyle çelişmiyordu; aslında Sean'ın sergilediği davranışları gayet iyi bir şekilde açıklıyorlardı. Takıntılı, isyankâr ve dikkatsizdi. Dahası, bu üç sendromun ortak özelliği bu etiketlerin yapıştırıldığı çocukların aynı zamanda dürtüsel ve uyumsuz olmalarıdır. Dürtüsel çocuklar (veya yetişkinler) dürtüleriyle hareketlerini birbirinden ayırma yetisine sahip değildir. Akıllarına gelen her dürtüyü dışavu-

* Bu konuda kapsamlı bir tartışma için bkz. Gabor Maté, *Scattered Minds: A New Look at the Origins of Attention Deficit Disorder*, Vintage Canada, Toronto, 1999.

rurlar. Uyumsuz olmak ise işlerin ters gitmesine adapte olamamak, olumsuzluklardan faydalanamamak ve yapılan hatalardan ders alamamaktır. Çocukların bunları başaramaması ebeveynleri başa çıkmaları gereken daha fazla uygunsuz davranışla karşı karşıya bırakır; aynı zamanda çocuklarının davranışlarını kontrol altında tutmak için kullanabilecekleri araçları kısıtlar. Örneğin sitem etmek, ayıplamak, yaptırım uygulamak, çocukların davranışlarının sonuçlarına katlanmalarını sağlamak ve onları cezalandırmak gibi negatif tekniklerin bunlardan ders çıkaramayacak gençlerin üzerinde kullanılması beyhude bir çaba olacaktır. Dolayısıyla Sean'ın anne babasının bu kadar zorluk çekmesinin nedeninin Sean'ın eksikliklerinden kaynaklandığını söylememiz bir bakıma doğru olur. Bunun gerçeklik payı vardır, ancak bazen bir gerçek daha önemli bir gerçeği –bu durumda, aralarındaki ilişkinin sorunlu olduğu gerçeğini– maskeleyebilir.

Tıbbi etiketler Sean'ın anne babasını uzmanlara bağımlı kılmıştı. Kendi sezgilerine güvenmek, hatalarından dersler çıkartmak ve kendi yollarını bulmaktansa, nasıl ebeveynlik yapmaları gerektiğini öğrenmek için diğer insanları örnek almaya başlamışlardı. Diğer insanların tavsiyelerine sorgusuz sualsiz uyuyor, bağlanma ilişkilerini görmezden gelen uyduruk davranış kontrol yöntemleri uyguluyorlardı. Söylediklerine göre, bazen bir insandan çok bir sendromla ilgilendiklerini hissediyorlardı. Sonuçta, sorunlarını bir çözüme kavuşturmak yerine danıştıkları uzman sayısı kadar farklı fikre kavuşmuşlardı.

Etiketlerin –"zor çocuk" gibi gayri resmi veya "hassas çocuk" gibi masumane etiketlerin bile– yaratabildiği daha endişe verici bir problem de sorunun nereden kaynaklandığının bulunduğu izlenimini yaratmalarıdır. Etiketler yaşanan zorlukların gerçek kaynağını gizleyebilir. Bir sorunun nereden kaynaklandığı araştırılırken temelde yatan ilişki unsurlarının göz ardı edilmesi gerçek sonuçlara ulaşmamızı geciktirebilir.

Sean'ın ele avuca sığmayan bir çocuk olduğu şüphe götürmez bir gerçek. Dürtüselliğinin zapt edilmesini zorlaştırdığı da kesin. Ancak çoğu dürtü bağlanma ilişkileri yüzünden tetikle-

nir; keza Sean'ın bağlanma ilişkileri de rayından çıkmıştı. İşin içinden çıkılmasını imkânsız kılan şey Sean'ın dürtüselliği değil, bu dürtülerin anne babasının aleyhinde çalışmasıydı. Ailesine herhangi bir konuda bağımlı olmak, onlara yakın olmak veya onları örnek almak Sean'ın doğal içgüdülerine aykırı geliyordu. Ancak bu durum tıbbi bir bozukluktan değil, akran yöneliminden kaynaklanıyordu. Çarpık bağlanma içgüdüleri isyankâr davranışlarını da açıklıyor, bu sorunun üstesinden gelinebilmesi için bir yol gösteriyordu. Akran yönelimi dikkat eksikliği sorunlarının tümünü açıklamaya yetmiyordu, ama anne babasıyla yeniden sağlıklı bir ilişki kurması bu sorunlarla başa çıkılabilmesi için gereken temeli oluşturmanın en mantıklı yoluydu. Sean'ın anne babasının cevaplandırması gereken en önemli soru Sean'ın ne gibi sorunlara sahip olduğu değil, aralarındaki ilişkide ne gibi eksiklikler olduğuydu.

Kirsten ile Melanie'nin ebeveynleri çocuklarına resmi bir tanı koydurma yoluna gitmemiş olsa da çocuklarının normal olup olmadığını ya da sorunun uyguladıkları tekniklerden kaynaklanıp kaynaklanmadığını merak etmişti. Melanie'yi daha yakından incelediğimde, onun yaşına göre yeterince olgunlaşmamış olduğunu gördüm, ama bu durum anne babasına zorluk çıkarmasının nedenini açıklamıyordu. Burada en önemli sorun Melanie'nin akranlarına bağlanmış olması ve bu durumun psikolojik anlamda yeterince olgunlaşmamış olduğu için anne babasıyla arasındaki ilişkiye büyük bir darbe vurmuş olmasıydı.

Neyse ki, akran yönelimi hem engellenebilen hem de çoğu durumda tersine çevrilebilen bir durumdur – bu kitabın dördüncü ve beşinci bölümlerinde bunların nasıl yapılabileceği açıklanıyor. Ancak bunun için sorunun tam olarak ne olduğunu etraflıca anlamamız gerekiyor. Ebeveynlik doğal ve içgüdüsel olmalıdır, ama bunun için çocuklarımızın bize bağlanmaları gerekir. Ebeveynlik yapabilme gücünü yeniden kazanmak için çocuklarımızı bize yeniden tamamen bağımlı hale getirmeliyiz; çocuklarımızın bize yalnızca fiziksel anlamda değil, ayrıca doğanın dayattığı gibi psikolojik ve duygusal anlamda da bağımlı olmaları gerekir.

5

Yardımcı Olmaktan Engel Teşkil Etmeye: Bağlanma Aleyhimize İşlediğinde

Kırk yedi yaşında baba olan komedyen Jerry Seinfeld, bir seferinde bir insanın gözlerinizin içine baka baka pantolonuna kakasını yapmasının ne kadar sinir bozucu bir durum olduğuna ilişkin yorum yaptı. "Bir de" dedi Seinfeld, "bunu doğrudan gözlerinizin içine bakarak yapıyor, bir hayal etsenize!" Ebeveynlerin pes etmemelerini sağlayan unsur bağlanmadır. Adanmışlık ve değer yargıları da bir yere kadar etkilidir, ama yalnızca bu iki nedenden yapılsa ebeveynlik angarya bir iş olurdu. Bağlanma olmasa, birçok ebeveynin midesi çocuklarının bezlerini değiştirmeyi kaldırmaz, birçok ebeveyn uykularının bölünmesine tahammül edemez, çocuklarının çıkarttığı gürültüye dayanamaz ve kimse tarafından takdir edilmeyen daha birçok görevi yerine getiremezdi. Aynı şekilde, ilerleyen safhalarda, çocuklarının sergilediği rahatsız edici, hatta çirkin diye tanımlanabilecek davranışlarla uğraşmanın zorluklarına katlanamazdı.

Bağlanma, daha önce de değindiğimiz gibi, işlevini gizlice yerine getirir. Çocuklarıyla tamamen içgüdüsel olarak iyi bir bağlanma ilişkisi kuran insanlar bir tane bile ebeveynlik "becerisi" öğrenmemiş olsalar da genelde başarılı ve işlerinin ehli birer ebeveyn olurlar.

Bağlanma, etkili ebeveynliği her biri büyük önem arz eden yedi farklı yoldan destekler. Bunu yaparken çocukların ebeveynlerine bağımlılığını güvence altına alır; çocukların ebeveynlerine bağımlı olması da ebeveynlik gücünün gerçek kaynağıdır. Ne yazık ki çocukların bağlanma ilişkileri rayından çıkınca aynı

yedi yol ebeveynlik otoritesini zayıflatır. Okuyucular çocuklarıyla aralarındaki bağı yeniden güçlendirirken geriye dönüp bu listeye göz gezdirmeleri faydalı olacaktır.

Ne yapmaları gerektiği konusunda hemen tavsiye almak isteyen ebeveynler için tekrarlıyorum: İlk şart sabır ve yürekten bir anlayış. Binlerce ebeveyne ve çocuğa yardım ederek edindiğim deneyimler sonucunda işlerin nasıl ve niçin yolunda gitmediğini –ayrıca işlerin nasıl yürümesi gerektiğini– tam anlamıyla kavramadan sorunlarımızı çözüme ulaştırma çabalarımızın, ne kadar iyi niyetli olursa olsun, sorunu yalnızca büyüteceğine ikna oldum.

BAĞLANMA EBEVEYNLE ÇOCUK ARASINDA HİYERARŞİK BİR DÜZEN OLUŞTURUR

Bağlanmanın ilk görevi yetişkinlerle çocukları hiyerarşik bir düzene sokmaktır. İnsanlar bir ilişki kurduklarında, bağlanma beyinleri otomatik bir şekilde katılımcıları baskınlık sırasına sokar. Beyin donanımımızda doğuştan baskın ve bağımlı, bakıcı ve bakıma muhtaç, tedarik edici ve alıcı şeklinde adlandırılabilecek gruplara ayrılan örnek sınıflar yer alır. Bu, yetişkinlerin kurdukları evlilik gibi bağlar için de geçerlidir, ancak sağlıklı, karşılıklı ilişkilerde, içinde bulunulan durumlara ve eşlerin sorumluluklarını nasıl bölüşmeyi tercih ettiklerine bağlı olarak, tedarik edici ve alıcı modlarının arasında hatırı sayılır kaymalar olur. Çocuklar yetişkinlerin gözünde bağımlı, bakıma muhtaç sınıfında yer alan varlıklardır.

Bir çocuk yalnızca bağımlı sınıfına ait olduğunu hissettiği sürece başkalarının kendisine bakmasına açık olur. Bağlanma hiyerarşisinde doğru bir konumda yer alan çocuklar içgüdüsel olarak kendilerine bakılmasını ister. Ebeveynlerine kendiliğinden saygı gösterir, sorularına cevap bulmak için onlara danışır ve onlara itaat ederler. Bu, dinamik bağlanma dürtüsünün doğasından kaynaklanır. Ebeveynlik görevini yerine getirmemizi sağlayan budur. Bağımlılık hissi olmadan davranışların dizginlenmesi çok zordur.

Akran yönelimi de aynı programı etkinleştirir, ancak doğurduğu sonuçlar olumsuz olur. Bağlanma beyninin çocuk-yetişkin bağları için tasarlanmış içgüdüsel işlevlerini altüst eder. Baskın/bağımlı dinamiği çocukların kendilerine bakmakla yükümlü yetişkinlerle sağlıklı bir ilişki içinde kalmasını sağlamak yerine, olgunlaşmamış akranlar arasında sağlıksız baskınlık ve itaatkârlık durumları oluşturur.

Bağlanma beyni daha baskın bir modu seçen bir çocuk, akranlarına hükmetmeye ve onlara patronluk taslamaya başlar. Baskın çıkan çocuk merhametliyse ve diğerleri adına sorumluluk üstleniyorsa, aynı zamanda korumacı ve bakıcı rolünü de üstlenir. Ancak eğer çocuk sinirli, saldırgan ve bencilse, bir zorba yaratmak için gereken tüm malzemeleri bir araya getirmiş oluruz – sonraki bölümlerde saldırganlık ve zorbalık konularına daha detaylı değineceğiz. Ancak akran yöneliminin neden olduğu en büyük felaket ebeveyn-çocuk arasındaki hiyerarşik düzeni bozmasıdır. Bu durumda ebeveynler doğal düzene göre baskın rolleri gereği sahip oldukları saygınlığı ve otoriteyi kaybeder.

Akran yönelimli çocukların zihinlerinde sıra veya rütbe kavramı yoktur; ebeveynlerinin kendilerinden büyük veya üstün olmasını arzulamazlar. Tam tersine, ebeveynlerin kendilerine üstünlük taslaması akran yönelimli çocuklara anormal ve yapmacık gelir. Bu gibi durumlarda ebeveynlerinin kendilerini küçümsediğini veya aşağılamaya çalıştığını sanırlar.

Önceki bölümde bahsi geçen üç çocuğun her biri akran yöneliminin cazibesine kapılarak ebeveynleriyle aralarındaki bağları kopartmıştı. Kirsten henüz yedi yaşında olmasına rağmen ebeveynlerini bağlanma düzenindeki baskın konumlarından indirmişti. Bu durum, özellikle de arkadaşlarıyla beraberken, ebeveynlerine niçin kaba ve saygısızca davrandığını açıklıyor. Aynı şey Sean ve Melanie için de geçerli. Ebeveynleriyle aralarındaki bağ zayıfladıkça, ebeveynlik görevinin yerine getirilmesini mümkün kılan hiyerarşik düzen de çöker. Melanie'nin babasının hassasiyetinin ve kızına öfkelenerek tepki vermesinin nedeni de budur. Melanie anne babasının kendi-

siyle eşit olduklarını düşündüğü için ona patronluk taslamaya veya yaşantısına karışmaya hakları yokmuş gibi davranıyordu. Melanie'nin babası içgüdüsel olarak onu hizaya sokmaya çalışıyordu. Bu ne yazık ki bir ebeveynin bağlanma güdüsünün desteği olmadan yapabileceği bir şey değil. Bağlanma güdüsü olmadan, ebeveynler olsa olsa aralarındaki ilişkiye ve çocuğun uzun vadeli gelişimine büyük bir darbe vurma pahasına çocuklarını kendilerine itaat etmeye zorlayabilir.

Hiyerarşik düzeni bozan tek unsur akran yönelimi değildir. Bu düzen ebeveynlerin çözümlenmemiş sorunlarını çocuklarına yansıtmalarının sonucunda da bozulabilir. Psikolog ve hekim olarak ikimiz de kliniklerimizde çocuklarıyla bir sırdaş gibi dertleşen ve eşleriyle ilgili sorunlarından şikâyet eden ebeveynler gördük. Bu gibi durumlarda çocuklar ebeveynlerinin duygusal sorunlarını anlattığı bir tür dinleme istasyonu işlevi görür. Ebeveynlerine güvenip kendi sorunlarını ve sırlarını onlarla paylaşmak yerine, bu gereksinimlerini baskılamayı ve başka insanların duygusal gereksinimlerini karşılamayı öğrenir. Bağlanma hiyerarşisinin bu şekilde bozulması sağlıklı gelişim açısından da zararlıdır. Psikiyatrist John Bowlby, kaleme aldığı üç kitaptan oluşan dizinin, ebeveyn-çocuk ilişkilerinin kişiliğin gelişimi üzerinde yarattığı etkileri inceleyen, *Attachment [Bağlanma]* adlı ilk cildinde şu satırlara yer vermiştir: "Çocuk veya ergen ile ebeveynlerin rollerini değiştirmesi, çok kısa süreli olmadığı sürece, neredeyse her zaman hem ebeveynlerin patolojik bir soruna sahip olduğunun hem de çocukların buna davetiye çıkardığının bir işaretidir."[1] Çocukların ebeveynleriyle rollerini değiştirmesi çocukların tüm dünyayla aralarındaki ilişkiyi bozar. İlerleyen yıllarda ortaya çıkabilecek psikolojik ve fiziksel stresin de önemli kaynaklarındandır.

Özetle, yetişkin yönelimli bir çocuğun bağlanma beyni, onu ebeveynlerin dizginleri eline alarak sorumluluğunu üstlenmesine ve kendisini yetiştirmesine açık kılar. Ebeveynlerin baskın konumda olması bu tür çocuklara doğal gelir. Eğer hiyerarşik düzen akran yönelimi yüzünden altüst olur veya bozu-

lursa, buna ne kadar ihtiyaç duyarsa duysun, birinin kendisine ebeveynlik yapması çocuğun içgüdülerine ters düşer.

BAĞLANMA EBEVEYNLİK İÇGÜDÜLERİNİ UYANDIRIR, ÇOCUKLARI DAHA SEVECEN YAPAR VE EBEVEYNLERİN TAHAMMÜL GÜCÜNÜ ARTIRIR

Jerry Seinfeld'in yaptığı esprinin gözler önüne serdiği gibi, bağlanma yalnızca çocukları bir yetişkin tarafından bakılmaya hazırlamakla kalmaz, bunun yanı sıra yetişkinlerin bakıcılık içgüdülerini de uyandırır. Eğitim, bağlanmanın gördüğü işlevi göremez: Bakıcılık içgüdülerini tetikleyemez. Bağlanma ayrıca çocukların normalden daha sevecen olmasını da sağlar. Ebeveynlikle ilişkili zorluklara ve bu süreçte maruz kalabileceğimiz kasıtsız tacizlere tahammül edebilme gücümüzü artırır.

Bir bebeğin bağlanma davranışlarından daha sempatik bir şey yoktur: üzerinizden ayrılmayan gözler, kalbin en hassas tellerini titreten bir gülümseme, size uzanan kollar, onu kucağınıza aldığınızda size sokulup sarılması. Bunların bir insanın bağlanma düğmesine basmaması için kalbinin tamamen taşa dönmüş olması lazım. Bağlanma davranışları içimizdeki ebeveyni uyandırır. Bu davranışlar bebekler tarafından değil, otomatik ve istemsiz olan bağlanma refleksleri tarafından tasarlanmıştır. Bu davranışlar içimizdeki ebeveyni uyandırırsa, kendimizi bebeğe yakınlaşmak ve onu kollarımızda tutmak isterken bulur, onun tüm sorumluluğunu üstlenmeye hazır olduğumuzu hissederiz. Bağlanmayı –bebeğin içgüdüsel bağlanma davranışlarının potansiyel bir ebeveynin bağlanma içgüdülerini nasıl uyandırdığını– tecrübe ederiz.

Bu gibi büyüleyici ve sevimli davranışlar çocuklar büyüdükçe yavaş yavaş azalabilir, ama çocuğun bağlanma davranışlarının ebeveynler üzerinde yarattığı etkiler çocukluk dönemi boyunca güçlü kalır. Çocuklarımız hareketleriyle veya sözleriyle bize bağlanma arzularını ifade ettiklerinde, bu onları gözü-

müzde daha sevimli kılar, onları kabullenmemizi kolaylaştırır. Bizi yumuşatmaya, yakınlarına çekmeye yarayan ve her biri istemsiz bir şekilde yapılan yüzlerce küçük vücut hareketi ve yüz ifadesi vardır. Çocuklar bu davranışları bizi kendi çıkarları doğrultusunda kullanmak için sergilemez. Ancak bu davranışlara tanık olduğumuzda bağlanma kuvveti bize etki etmeye başlar ve bunun haklı bir nedeni vardır. Ebeveynlik birçok zorluğun üstesinden gelinmesini gerektirir ve bu yükü biraz olsun hafifletmek için bir şeylere ihtiyaç duyarız.

Akran yönelimi tüm bunları değiştirir. Bağlanmanın manyetik çekim gücünü yaratan vücut dili artık bizi hedef almaz. Gözler sürekli bize bakmaz. Yüz ifadeleri çocukları daha sevimli kılmaz. Bir zamanlar içimizi eriten gülümsemeler bir şekilde donuklaşmıştır; artık bizi ya duygusuzlaştırır ya da içimizde bir sızı oluşturur. Çocuğumuz artık dokunuşumuza tepki vermez. Kucaklaşmalar artık gelişigüzel ve tek taraflıdır. Çocuğumuzu sevmemiz zorlaşır. Çocuğumuzun bağlanma davranışlarına hazırlanmadığımızda, yalnızca çocuğumuza karşı duyduğumuz sevgi ve bir ebeveyn olarak sahip olduğumuz sorumluluk duygusuna bel bağlamak zorunda kalırız. Bu bazıları için yeterlidir; ancak çoğu insana yetmez.

Melanie'nin babası için yeterli değildi mesela. Melanie her zaman babasına çok yakın olmuştu, ancak ilgisi ve sevgisi akranlarına kaydığında, babasının kalbi donup kalmıştı. Kızının işlerinin yolunda gitmesi için neredeyse her şeyi göze alabilen ve bu konuda birçok ebeveynin ötesine geçebilen türden bir adamdı, ancak nihayetinde bunun kendi karakterinden ziyade bağlanmanın etkilerinden kaynaklandığı ortaya çıktı. Konuşmaları kızına karşı hislerinin değiştiğini yansıtıyordu. Sıklıkla, "Yeter artık, buna katlanamıyorum", "Kimse bu kadar boktan bir şeye katlanmak zorunda kalmamalı" gibi cümleler kuruyordu. Ültimatomlar da havada uçuşuyordu. Melanie'nin babası kızının kendisini çıkarları doğrultusunda kullandığını, iyi niyetini suiistimal ettiğini, onu hafife aldığını ve kendisinden faydalandığını düşünüyordu.

Aslında çocuklar tüm ebeveynleri çıkarları doğrultusun-

da kullanır, onların iyi niyetlerini suiistimal eder, onları hafife alır ve onlardan faydalanır. Bunun bizi genelde rahatsız etmemesinin nedeni yine bağlanmadır. Mesela yavrularını emziren bir anne kediyi örnek alalım. Yavrular annenin üzerinde yürür, onu ısırır, tırmalar, itip kakar, ancak anne şaşırtıcı bir şekilde bu davranışların çoğuna tahammül eder. Ancak kendisine ait olmayan bir yavru diğerlerinin arasına karıştığında, o yavruyla arasında bir bağ kurulmazsa annenin tahammülü bir anda yok olur. Anne kedi yeni gelen yavruyu en ufak hatasında, yaptığı hata ne kadar kaçınılmaz olursa olsun, fiziksel olarak cezalandırır. İnsan ebeveynler olarak olgunluğumuz ve sorumluluk duygumuz bu gibi içgüdüsel tepkiler vermemize engel olmamıza yardımcı olabilir, ancak bağ kuran diğer canlılarla hâlâ birçok ortak noktamız vardır. Biz de aramızdaki bağlar zayıflayınca daha kolay tetikleniriz. Çocuk masallarında üvey anne babaların kötü bir şöhrete sahip olması büyük ihtimalle kendiliğinden oluşan karşılıklı bağların eksikliğinden kaynaklanır.

Çoğumuz ebeveynlik görevlerimizi yerine getirirken tecrübe ettiğimiz yıpratıcı deneyimlere katlanabilmek için bağlanmanın yardımına ihtiyaç duyarız. Çocuklar genelde üzerimizde yarattıkları etkilerin, bizde açtıkları yaraların ve onlar için ne gibi fedakârlıklar yaptığımızın farkında olmazlar. Olmamaları da gerekir – en azından olgunlaşıp onlar için ne yaptığımızı kendi başlarına anlayana kadar. Bu, ebeveynlik görevinin kıymeti bilinmeyen kısmıdır. Bunun için harcanan zamanı değerli kılan şeyler sevgi gösterileri, bağlanma işaretleri ve yakın olma arzusudur – bunların adanmışlığımızın ve çabalarımızın takdir edildiğini göstermesi gerekmez, bağlanmanın saf ve basit doğasını yansıtması yeterlidir. Diğer taraftan, bağlanma güdüsü başka yöne kaydığında, ebeveynlerin omuzlarında taşıdığı yük dayanılmaz bir hal alabilir. Akran yönelimli çocuklarla karşı karşıya olduğumuzda, çoğumuz ebeveynlik içgüdülerimizin köreldiğini hissederiz. Çocuklarımıza karşı beslediğimiz sıcak hisler zayıflayabilir, hatta çocuklarımızı yeterince "sevmediğimiz" için suçluluk duyabiliriz.

Akran yönelimli ilişkilerin doğallıktan uzak olan arenasın-

da, kötü muamele görmeye tahammül etmemize olanak tanıyan bu bağlanma gücü geri teperek ters bir etki yaratabilir. Ebeveynlik yükünü hafifletmeyi ve ebeveynleri oyunda tutmayı hedefleyen bu güç, akranlar arasında istismarı cesaretlendirir. Çocuklar akranlardan gelen istismara tahammül etmeye alışabilir. Ebeveynler evde en ufak düzeltme ve kontrol etme çabasına tepki veren çocuklarının akranlarının mantıksız taleplerine, hatta onlara kötü davranışlarına nasıl katlandıklarını görünce endişelenir. Dostlarının veya sınıf arkadaşlarının onları duygularını dikkate alacak kadar umursamadığını fark etmekten aciz olan akran yönelimli çocuklar olup biteni görmezden gelir veya mevcut bağlarını muhafaza etmek için çeşitli bahaneler uydururlar.

BAĞLANMA ÇOCUKLARIMIZIN DİKKATİNİ ÜZERİMİZDE TOPLAR

Dikkatini bize vermeyen bir çocuğu idare etmeye çalışmak son derece sinir bozucu bir iştir. Çocukların bize bakmasını ve bizi dinlemesini sağlama becerisi ebeveynliğin temel taşlarını oluşturur. Dokuz kişilik oyuncu kadromuza dahil olan ebeveynlerin hepsi çocuklarının dikkatlerini üzerlerine çekmekte zorlanıyordu. Melanie'nin annesi bazen sanki yokmuş gibi hissettiğinden şikâyetçiydi. Sean'ın ebeveynleri çocukları tarafından görmezden gelinmekten sıkılmıştı. Kirsten'ın ebeveynleri yedi yaşındaki kızlarını onları dinlemesi, ciddiye alması için ikna etmekte zorlanıyordu.

Bu grubun çocuklarının dikkatlerini çekmek konusunda yaşadıkları sorunlar olağandışı değildir. Aslında kimse gerçek anlamda başka bir insanın dikkatini *zorla* üzerine çekemez. Çocukların beyinleri, nelere dikkat etmeleri gerektiğini çoğunlukla gayri ihtiyarı bir şekilde bilinçdışı dinamiklerine göre bir öncelik sırasına sokar. Açlık hisleri öne çıkarsa, çocukların dikkati yiyeceklere odaklanır. Çevreye uyum sağlama ihtiyaçları en önemli öncelikleri olduğunda, çocuklar kendilerine benzeyen insanlar arar. Paniğe kapıldıklarında, dikkatleri neyin ters

gittiğini anlamak için etrafı taramaya odaklanır. Ancak bağlanma, çoğu çocuğun iç dünyasındaki en önemli unsurdur; bu yüzden de dikkatlerini nereye verdiklerinin belirlenmesi açısından merkezi bir rol oynar.

Temelde, dikkatin bağlanmayı izlediğini söyleyebiliriz. Bağlanma güdüsü ne kadar güçlü olursa çocuğun dikkatini üzerimize çekmemiz o kadar kolay olur. Bağlanma güdüsü zayıf olduğunda, çocuğun dikkatini bize vermesini sağlamamız zorlaşır. Ebeveynlerin sürekli seslerini yükseltmek ve sözlerini tekrarlamak zorunda kalması bir çocuğun dikkatini onlara vermediğini gösteren en önemli işaretlerden biridir. Bir ebeveyn olarak en ısrarcı taleplerimiz genelde çocuklarımızın dikkatlerini verdikleri şeylerle ilişkilidir: "Dinle beni", "Konuşurken yüzüme bak", "Bana bak!" "Demin sana ne söyledim?" veya sadece "Dikkat et."

Çocuklarımız akranlarına yöneldiğinde, dikkatleri de içgüdüsel olarak akranlarına odaklanır. Akran yönelimli çocukların dikkatlerini ebeveynlerine veya öğretmenlerine vermesi doğal içgüdülerine ters gelir. Yetişkinlerin ağızlarından çıkan sözler çocukların dikkat mekanizmaları tarafından gürültü ve parazit olarak algılanır; bunların duygusal hayatlarında baskın çıkan bağlanma gereksinimleriyle alakası olmayan, anlamsız sesler olduğunu düşünürler.

Akran yönelimi, çocukların yetişkinlere verdikleri dikkatte azalmalara sebep olur, bunun nedeni de yetişkinlerin akran yönelimli çocukların dikkat hiyerarşisinde ilk sıralarda yer almamalarıdır. Dikkat eksikliği bozukluğu sendromunun ilk etapta okullarla ilişkilendirilerek çocukların öğretmenlerine dikkat vermekte zorlanmalarına neden olan bir sorun olarak düşünülmesi tesadüf değil. Ayrıca dikkat eksikliği bozukluğu tanısı konan çocukların sayısında görülen ani artışın akran yöneliminin toplumumuzda evrimleşmesiyle gerçekleşmesi ve durumun akran yöneliminin en yaygın olduğu yerlerde –şehir merkezlerinde ve merkezlerdeki okullarda– daha kötü olması da bir tesadüf değil. Burada dikkat eksikliğiyle ilişkili tüm sorunların akran yöneliminden kaynaklandığını ve dikkat eksik-

liği bozukluğunun oluşmasında başka etkenlerin rol oynamadığını ileri sürmüyoruz. Öte yandan, bağlanmanın dikkat çekme konusunda oynadığı önemli rolün göz ardı edilmesi, DEB tanısı konan birçok çocuğun gerçekliğinin de göz ardı edilmesidir. Yetişkinlerle kurdukları bağların zayıflaması, çocukların yetişkinlere verdikleri dikkatin azalmasında çok etkilidir. Bağlanma düzensizse, dikkat de düzensiz olur.

BAĞLANMA ÇOCUKLARI EBEVEYNLERİNİN YAKININDA TUTAR

Bağlanmanın belki de en bariz işlevi çocuklarımızı yakınımızda tutmaktır. Çocuklar yetişkinlere fiziksel açıdan yakın olma arzusu duyduklarında –çok küçük yaştaki çocuklarda olduğu gibi– bağlanma görünmez bir tasma işlevi görür. Bu; çocuklarımızın, ebeveynlerini görebilecekleri, duyabilecekleri veya koklayabilecekleri kadar yakında tutmaya ihtiyaç duyan diğer birçok yetişkin yönelimli canlıyla ortak özelliğidir.

Bazen çocuklarımızın sürekli yanımızda olmayı istemeleri bize biraz boğucu gelebilir, özellikle de emekleme veya anaokulu çağındaki çocuğumuz banyonun kapısını kapadığımızda bile paniğe kapıldığında. Ancak çoğu zaman, bağlanmanın bu şekilde programlanmış olması bize büyük bir özgürlük tanır. Sürekli çocuğumuza göz kulak olmak zorunda kalmaktansa, lider rolünü üstlenip onların bizi arkamızdan takip edeceğine güvenebiliriz. Bir anne ayı, kedi veya kaz, yavrularını yanında tutmak için onları gütmek ya da kapalı bir yere hapsetmek yerine işi nasıl bağlanma güdüsüne bırakıyorsa öyle.

Çocukların yakınımızda olma içgüdüleri bazen işlerimizi aksatarak sinirlerimizi bozabilir. Bazen iş ve okul gibi sorumluluklarımızı yerine getirmek veya seks, temizlik ve uyku gibi gereksinimlerimizi karşılamak için çocuklarımızdan ayrı kalmak istediğimizde bağlanma dürtüsünün bu işlevini hoş karşılamayız. Toplumumuz o kadar altüst oldu ki artık çocuklarımızın bizden ayrılmak istemesine bize yakın olma içgüdülerinden daha fazla değer verebiliyoruz. Ne yazık ki her ikisini de bir ara-

da tecrübe etmemiz mümkün değil. Kendilerine tam anlamıyla bağlanmamış çocukları olan ebeveynler çocuklarını göz önünde tutabilmek için bile kâbus gibi bir uğraş vermek zorunda kalır. Bağlanmaya, çocuklarımızı yanımızda tutmak konusunda verdiği destek için müteşekkir olmalıyız. Bu işi tek başımıza yapmak zorunda kalsaydık, ebeveynliğin gerektirdiği diğer görevleri yerine getirecek halimiz kalmazdı. Bu tasarıma karşı koymaktansa, ebeveynlik görevlerimizi bu tasarımla uyum içinde sürdürmeyi öğrenmemiz gerekiyor.

Her şey yolunda giderse, çocukların ebeveynleriyle fiziksel yakınlık kurma dürtüsü yavaş yavaş evrimleşerek duygusal bağ ve temas kurma ihtiyacına dönüşecektir. Ebeveyni göz önünde tutma isteği ise ebeveynin nerede olduğunu bilme isteğine dönüşür. Ebeveynleriyle sıkı bağlar kuran ergenler bile, "Babam nerede?" ve "Annem ne zaman eve gelecek?" gibi sorular sormaya başlar ve ebeveynleriyle iletişim kuramadıkları zamanlarda genelde endişe belirtileri gösterirler.

Akran yönelimi bu içgüdüleri karıştırır. Akran yönelimli çocuklar da en az diğerleri kadar bağ ve temas kurmaya ihtiyaç duyar, ancak bu ihtiyaçlarını gidermek için artık birbirlerinden medet ummaya başlarlar. Çocuklarımız bizim değil, yerimizi alan akranlarının nerede olduğunu merak etmeye başlar. Toplum olarak e-posta, cep telefonları ve internet üzerinden mesajlaşmamıza olanak tanıyan uygulamalar gibi birbirimizle iletişim kurabilmemizi kolaylaştıran güçlü teknolojiler geliştirdik. Akranlarıyla sürekli iletişim içinde olmayı takıntı haline getiren on üç yaşındaki Melanie, vaktinin çoğunu bu iş için harcıyordu. Akranlarıyla sürekli iletişim içinde kalma isteği yalnızca ailesiyle geçirdiği vakitten değil, ders çalışmak, yeteneklerini geliştirmek ve olgunlaşması için hayati önem taşıyan, yalnız başına kalarak yaratıcılığını geliştirmek için harcaması gereken vaktinden de çalıyordu. (Olgunlaşma ve yalnız başına kalarak yaratıcılığı geliştirme konuları hakkında daha fazla bilgi edinmek için, bkz. Bölüm 9.)

BAĞLANMA, EBEVEYNİ ROL MODEL YAPAR

Yetişkinler yetiştirdikleri çocukların kendilerini örnek almamalarına, onlardan farklı davranıp farklı yaşamalarına sıklıkla şaşırırlar. Ebeveynlerin ve öğretmenlerin bu gibi hayal kırıklıkları yaşamalarının nedeni çocukların ve öğrencilerin kendilerini otomatik olarak örnek aldıklarına dair yanlış bir inanca sahip olmalarıdır. Aslında çocuklar yalnızca aralarında sıkı bağlar kurdukları insanları örnek alır. Bizi örnek almalarını sağlayan şey; hayatlarımız, çocuklarımıza karşı hissettiğimiz sorumluluk duygusu veya hayatlarında oynadığımız bakıcı rolü değildir. Bir çocuğun başka bir insana benzemek, bir insanın niteliklerine sahip olmak istemesini sağlayan şey bağlanmadır. Kısacası, örnek alma bir bağlanma dinamiğidir. Çocuklar bağlandıkları kişileri taklit ederek söz konusu bireylerle kurdukları psikolojik yakınlığı muhafaza eder.

Bağlanılan önemli insanlara benzeme arzusu çocukların kendiliğinden gelişen en önemli öğrenme deneyimlerinden bazılarını yaşamalarına yol açar – motivasyon kaynakları öğrenme arzusundan ziyade bağlanılan kişilere yakın olma arzusu olsa da. Bu gibi öğrenme deneyimleri ebeveynler bilinçli bir şekilde ders vermeden veya çocuklar bilinçli bir şekilde ders almadan gerçekleşir. Arada bağlanma ilişkisi olmadığında, öğrenme yorucu, öğretme de zoraki bir işe dönüşür. Çocukların öğrendikleri her kelimenin ebeveynleri tarafından kasten öğretilmesi, her davranışın bilinçli olarak şekillendirilmesi ve takındıkları her tavrın onlara kasten aşılanması gerekseydi bunun ebeveynler için ne kadar yorucu bir iş olabileceğini düşünün. Ebeveynler muhtemelen böyle bir yükün altından kalkamazlardı. Bağlanma bu görevleri, ebeveynlerin ve çocukların pek çaba sarf etmesine gerek kalmadan, otomatik bir şekilde yerine getirir. Bağlanma "güç destekli" öğrenme olanağı sunar – çoğu insanın keşfettiği gibi, âşık oldukları bir öğretmenin kendilerine yeni bir dil öğretmesi son derece hoş bir deneyimdir! Bu durumun farkında olsak da olmasak da, ebeveynler ve öğretmenler olarak çocuklara örnek teşkil edebilmemiz için bağlanmaya

yoğun bir şekilde ihtiyaç duyarız.

Akranlar ebeveynlerden baskın çıkarak birer bağlanma figürü haline geldiklerinde, ortaya çıkan sonuçlar için elbette herhangi bir sorumluk üstlenmeden çocuklarımıza örnek olmaya başlarlar. Çocuklarımız birbirlerinin konuşmalarını, el kol hareketlerini, davranışlarını, tavırlarını ve tercihlerini kopyalar. Öğrenme hızları yine oldukça etkileyicidir, ancak zihinlerini dolduran içerik artık kontrolümüzden çıkmıştır. Güç destekli öğrenmenin bu türü genelde en çok okulların oyun alanlarında gerçekleşir. Bu şekilde edinilen bilgiler çocuklarımızın örnek aldıkları akranlarını seviyorsak bizim açımızdan kabul edilebilir olur, ancak davranışlarını veya değer yargılarını rahatsız edici bulduğumuz akranlarını örnek alırlarsa aşırı derecede tedirgin olabiliriz. Daha da kötüsü, çocuklarımıza herhangi bir şey öğretmek bize artık zor gelmeye başlar ve eğitim, üzerinde kafa patlatılması gereken, yavaş bir sürece dönüşür. Çocuklarımız bizi örnek alıp taklit etmediğinde ebeveynlik görevi çok daha karmaşık bir hal alır.

BAĞLANMA, EBEVEYNLERİ ÖRNEK ALINACAK BİRİNCİL İNSAN KONUMUNA GETİRİR

Ebeveynliğin temel hedeflerinden biri de çocuklarımıza yol gösterip onlara kılavuzluk etmektir. Onlara her gün nelerin işe yaradığını, nelerin yaramadığını; nelerin iyi, nelerin kötü olduğunu; kendilerinden nelerin beklendiğini, nelerin uygun olduğunu; neleri hedeflemeleri ve nelerden kaçınmaları gerektiğini anlatırız. Çocuklarımız kendi yönlerini tayin edebilecek ve içlerinden gelen sesi dinleyebilecek olgunluğa erişene dek kendilerine yol gösterecek birilerine ihtiyaç duyarlar. Çocuklar sürekli nasıl davranmaları ve ne yapmaları gerektiğini anlamalarına yardımcı olabilecek ipuçları arar.

Burada önemli olan konu eğitim verme becerilerimizin ne kadar gelişmiş olduğu değil, çocuğumuzun bağlanma güdüsünün onu örnek alması için kime yöneltmiş olduğudur. İyi bir eğitmen olmamız önemlidir, ancak çocuğumuz bizi örnek al-

mıyorsa, ne kadar bilgili olduğumuzun veya anlaşılır bir şekilde konuşup konuşmadığımızın hiçbir önemi kalmaz. Ebeveynlik literatürü bu konuda hatalıdır. Dile getirilmeyen ve artık geçerliliğini yitirmiş bir varsayıma, çocukların yetişkin eğilimli oldukları ve ebeveynleriyle öğretmenlerini örnek aldıkları varsayımına dayanır. Dolayısıyla da ebeveynlik literatürü çocuklara nasıl kılavuzluk etmemiz ve onlara nasıl yol göstermemiz gerektiğine odaklanır – örneğin, beklentilerimizi onlara açıkça anlatmak, belirgin ve makul sınırlar koymak, kuralları açıkça söylemek, eylemlerinin sonuçları konusunda tutarlı olmak, çocuklarımıza karışık mesajlar göndermekten kaçınmak. Çocuklarımız bizi örnek almadığında, kolaya kaçarak sorunun onlara beklentilerimizi yanlış aktardığımızdan veya çocukların onlara gönderdiğimiz mesajları anlamakta zorlandıklarından kaynaklandığını varsayabiliriz. Bu bazı durumlarda doğru olabilir, ancak sorunun çok daha derin olma ihtimali oldukça yüksektir: Çocuğumuz artık bizi örnek almamaktadır çünkü aramızdaki bağ kopmuştur.

Çocuklarımıza yol göstermek ve kılavuzluk etmek büyük bir çaba sarf etmemizi gerektiren, hayal kırıklığı yaratabilecek bir görev olmamalıdır. Bu görevi kendiliğinden yerine getirebilmemiz gerekir. Çocukların hayatında pusula iğnesi işlevi gören kişiler, aynı zamanda çocukların örnek aldığı kişiler olacaktır. Bunların tümü yönelme refleksinin bir parçasıdır. Çocukların beyinleri otomatik bir şekilde en sıkı bağlandıkları kişileri örnek almaya yönelir. Eğer bir çocuk ebeveynlerine yönelmişse ebeveynlerinin yüz ifadelerinden, tepkilerinden, değer yargılarından, kurdukları iletişimden, el kol hareketlerinden ipuçları alır. Kendilerinden ne istendiğini veya beklendiğini anlayabilmelerine yardımcı olabilecek ipuçları elde edebilmek için ebeveynlerini dikkatlice incelerler. Bağlanma çocuklara yol göstermemizi kolaylaştırır – hatta bazen gereğinden fazla kolaylaştırır.

İyi hissetmediğimizde, gurur duyulmayacak şeyler yapıp, gurur duymayacağımız sözler söylediğimizde, çocuğum keşke beni bu kadar otomatik biçimde, böylesine dikkatli bir şekil-

de takip etmese diyebiliriz. Bu güce sahip olmak bazen ağır bir külfetmiş gibi gelebilir, ama birinin mutlaka örnek alınacak kişi olarak atanması gerekir. Bu kişi biz olmazsak, başka kim olabilir? En azından, yetişkin ve sorumluluk sahibi ebeveynler olarak, hareketlerimizi değerlendirme ve gerektiğinde verdiğimiz herhangi bir zararı onarabilme kapasitesine ve bilincine sahibiz. Bu gücü akranlar ele geçirdiğinde, herhangi bir sorumluluk üstlenmez, hatta yarattıkları olumsuz etkiler yüzünden kendilerini kötü bile hissetmezler. Ebeveynlerin aksine, bağlanma güdülerinin kendilerine atadığı rolleri üstlenmek için olgunlaşmaya çabalamazlar. Yeterince olgun ve yetkin olmasak bile, bir çocuğa örnek teşkil etmek ve ona ipuçları vermek gibi büyük bir sorumluluğun bize atanmış olması bize kendimizi geliştirmemiz ve büyümemiz için önemli bir fırsat sunar.

Eğer çocuklar söz konusu ipuçlarını ebeveynleri yerine akranlarından alırsa, akranlarının beklentilerini kendilerine göre algılayıp karşılamaya çalışırlar. Bu gibi çocuklar, tıpkı yetişkin eğilimli çocukların ebeveynlerinin talimatlarını yerine getirmesi gibi, akranlarının taleplerini hiç düşünmeden yerine getirirler.

Çocuklarını içgüdülerine güvenerek kendi yollarını çizmeyi öğrenmeleri için rahat bırakmaları gerektiğine dair saf bir inanca sahip olan bazı ebeveynler onlara yol göstermekten çekinebilir. Ancak bu iş böyle yürümez. İnsanlara kendi yönlerini tayin edebilme yetisini yalnızca psikolojik olgunluk kazandırabilir. Çocuklara yaşlarına ve olgunluk düzeylerine uygun seçimler yapabilme olanağı tanınması gelişimleri açısından önemli olsa da onlara prensipleri gereği yol göstermekten çekinen ebeveynler genelde ebeveynlik rolünün kendilerine sunduğu haklardan feragat etmek zorunda kalır. Ebeveynlerin yol göstermediği durumlarda, çocuklar kendilerine kılavuzluk etmesi için akranları gibi alternatif bir kaynak arayışı içine girer.

Talimatlarımıza uymayan bir çocuğu idare etmek zordur, ancak başka bir insanın komutası altında olan bir çocuğu idare edebilmek neredeyse imkânsızdır. Yerimizi çocuklarımıza emirler yağdıran başka bir insana değil, olgunluğa –başka bir

deyişle, çocuklarımızın birer yetişkin gibi kendi çıkarları doğrultusunda kararlar verebilme ve bu kararlar doğrultusunda kendilerini en iyi şekilde idare edebilme yeteneğine– bırakmamız gerekir.

BAĞLANMA ÇOCUKLARDA EBEVEYNLERİNİN GÖZÜNDE İYİ OLMA İSTEĞİ UYANDIRIR

Çocuklarımızın bize bağlanmasının ebeveynlik görevlerimizi destekleyen son ve en önemli özelliği bağlanmanın çocuklarımızda ebeveynlerinin gözünde iyi olma isteği uyandırmasıdır.

Çocukların kendilerine riayet etmeye istekli olması ebeveynlere ürkütücü bir güç verir. Bu gücün yitirilmesi durumunda karşılaşılan zorluklar da bir o kadar ürkütücüdür. İyi olma dürtüsünün nasıl bir işlev gördüğünü sahiplerini onların komutlarına uyarak mutlu etmeye çalışan, ancak yabancıların komutlarına aldırış etmeyen evcil köpeklerin davranışlarında görebiliriz. Gözümüze iyi görünmeye çalışmayan bir köpeği idare etmenin zorluğu, bize bu motivasyon kaynağının duygusal anlamda çok daha karmaşık ve kırılgan olan insan yavrularında var olmamasının ne gibi sorunlar doğurabileceğine dair ufak bir ipucu verir.

Ebeveynlik görevlerini yerine getirmekte zorlanan ebeveynlerin çocuklarını incelerken ilk baktığım şeylerden biri iyi olma arzusuna sahip olup olmadıklarıdır. Çocukların iyi olmamasının birçok nedeni olabilir, ama bunların açık ara farkla en önemlisi iyi olma arzusuna sahip olmamalarıdır. Ne yazık ki bazı çocuklar ebeveynlerinin beklentilerini hiçbir zaman karşılayamaz, çünkü ebeveynlerinin onlardan talep ettiği gerçek dışı standartlara ulaşabilme ihtimalleri imkânsıza yakındır. Ancak çocuklar iyi olma arzusuna sahip değilse, ebeveynlerin beklentilerinin gerçekçi olup olmaması zaten pek de önemli değildir. Sean, Melanie ve Kirsten'ın ebeveynleriyle görüştüğümde, hepsi çocuklarında bu arzunun eksik olduğunu belirtti. Ancak ebeveynlerin tümü aynı zamanda çocuklarının yakın sayılabi-

lecek bir geçmişe kadar iyi olmayı arzuladıklarına işaret eden çok daha fazla belirti gösterdiklerini hatırladıklarını da dile getirdi.

Doğru bağlanma ilişkilerinin çocuk yetiştirme konusunda sağladığı en büyük başarı çocukların içinde iyi bir birey olma arzusu uyandırmasıdır. Herhangi bir çocuğun "iyi" bir çocuk olduğunu söylediğimizde, çocuğun doğuştan gelen karakteristik özelliklerine atıfta bulunduğumuzu düşünürüz. Ancak bu iyiliğin çocuğun yetişkinlerle kurduğu bağlardan kaynaklandığını gözden kaçırmış oluruz. Böylelikle, bağlanmanın gücünü de göz ardı etmiş oluruz. Çocukların doğuştan iyi bir birey olma arzusuna sahip olduklarına inanmamız tehlike arz eder, çünkü bu inanç iyi olma arzusuna sahip olmadıklarını keşfettiğimizde onları ayıplamamıza ve suçlamamıza –ve onların "kötü" olduklarını düşünmemize– neden olur. İyi olma güdüsü çocukların karakterlerinden çok kurdukları ilişkilerin doğasından kaynaklanır. Eğer bir çocuk "kötüyse" düzeltmemiz gereken şey çocuk değil, ilişkileridir.

Bağlanmanın iyi olma arzusu uyandırmasının, her biri ayrı ayrı etkili olan, birkaç farklı yolu vardır. Bu yollar bir arada kabul gören davranış standartlarının ve değer yargılarının nesilden nesle aktarılabilmesini mümkün kılar. Çocuklarda iyi olma arzusu uyandıran kaynaklardan biri "bağlanma bilinci" –çocukların doğuştan sahip oldukları bir tür alarm– olarak adlandırdığım bir olgudur. Bağlanma bilinci, çocukları ebeveynlerinin uygun görmeyeceği davranışlara karşı uyarır. *Bilinç* kelimesi "bilmek" fiilinden türetilmiştir. Bu kelimeyi burada en basit anlamıyla kullanıyorum, ebeveynlerle çocukların arasının bozulmasını engelleyen içsel bir bilgi anlamında.

Bağlanma bilincinin temelinde ayrılık endişesi yatar. Bağlanma çok önemli bir olgu olduğundan, bağlanma beynindeki önemli sinir ağları bir tür alarm işlevi görür ve bağlandığımız kişilerden ayrılma olasılığıyla karşı karşıya kaldığımızda içimizde rahatsız edici bir gerginlik hissi oluştururlar. Çocuklarda bu tepkiyi uyandıran şey, ilk etapta, fiziksel ayrılık endişesidir. Bağlanmanın psikolojik yanı fiziksel yanından ağır basma-

ya başladığında, duygusal ayrılık fiziksel ayrılığa oranla çok daha fazla endişe yaratır. Çocuklar ebeveynlerinin davranışlarını tasvip etmeyeceklerini veya davranışlarından dolayı hayal kırıklığına uğrayacaklarını düşündüklerinde veya davranışlarını tasvip etmediklerini ya da davranışlarından dolayı hayal kırıklığına uğradıklarını gördüklerinde kendilerini kötü hissederler. Ebeveynlerini üzebilecek, onları uzaklaştırabilecek veya yabancılaştırabilecek her türlü davranış çocukların endişelenmesine neden olur. Bağlanma bilinci çocukların davranışlarını ebeveynlerin beklentileri tarafından çizilen sınırların içinde tutar.

Bağlanma bilinci zaman geçtikçe evrimleşip çocuğun vicdanına dönüşebilir, ama esas işlevi çocuğun birincil bağlarını oluşturan kişilerle arasında kurduğu ilişkilerin muhafaza edilmesidir. Çocukların bağlandıkları kişiler değişince, bağlanma bilinci yeni kurulan ilişkide üzüntüye veya uzaklaşmaya neden olabilecek herhangi bir etkenden kaçınmak için yeniden ayarlanır. Her durumda ve ilişkide tutarlılığını koruyan, daha olgun ve özerk bir bilinç, çocuklar değer yargılarını ve görüşlerini bağımsız bir şekilde oluşturacak kadar güçlü bir benlik duygusuna sahip olana dek evrimleşmez.

Çocuğun kendisine, sağlığına ve gelişimine adanmış kişilerle arasındaki bağın kopmasından endişe duyması faydalıdır, ancak ebeveynler hiçbir zaman çocuğun bu bilincini istismar ederek kendi çıkarları için kullanmamalıdır. Bunu anlamaları da hayati bir önem taşır. Bir çocuğun iyi olmasını sağlamak için onu hiçbir zaman kasten üzmemeli, suçluluk duymasına veya utanmasına sebep olmamalıyız. Bağlanma bilincinin suiistimal edilmesi çocuklarda derin güvensizlikler yaratabilir ve acı çekmekten korkarak bu bilinci tamamen kapatmalarına neden olabilir. Kısa vadeli bir davranış hedefinde gelişme elde etmek gibi bir amaca ulaşmak, suiistimalin doğuracağı sonuçlara değmeyecektir.

Bağlanma bilinci akran yöneliminden farklı nedenlerden dolayı da işleviniyitirebilir,ancakyanlışamaçlarahizmetetmesinin en yaygın nedeni bu işlevlerin odak noktasının ebeveyn-

lerden akranlara kaymasıdır. Bu durumda bilinç işlevselliğini korur, ancak doğal hedefi sapmış olur. Bunun neticesinde istenmeyen iki farklı sonuç elde edilir. Ebeveynler çocuklarının davranışlarını etkileyen bu bilincin desteğini yitirir, aynı zamanda, bağlanma bilinci akran ilişkilerine hizmet edecek şekilde baştan ayarlanır. Akran yönelimiyle beraber meydana gelen davranış değişikliklerinin bizi şoke etmesinin nedeni, akranlarla ebeveynlerin hangi tür davranışların uygun olduğuna dair çok farklı fikirlere sahip olmasıdır. Aynı şekilde, akranları yabancılaştıran şeylerle ebeveynleri yabancılaştıran şeylerin arasında da dağlar kadar fark vardır. Bağlanma bilinci artık yeni sahibine hizmet etmeye başlamıştır.

Bir çocuk ebeveynlerinin yerine akranlarının gözüne girmeye çalışırsa, ebeveynlerinin gözünde iyi bir birey olma arzusu önemli oranda azalır. Eğer akranlarının değer yargıları ebeveynlerininkinden farklıysa, çocuğun davranışları da bu doğrultuda değişim gösterir. Davranışlarda meydana gelen bu değişim ebeveynlerin değer yargılarının çocuk tarafından hiçbir zaman tam anlamıyla benimsenmediğini, gerçek anlamda özümsenmediğini ortaya çıkarır. Bu durumda bu değer yargıları çocuk tarafından çoğunlukla ebeveynlerinin gözüne girmek için kullanılmıştır denebilir.

Çocuklar ergenlik çağına gelene dek başkalarının değer yargılarını özümsemez veya benimsemez. Dolayısıyla da akran yönelimli çocukların davranışlarındaki değişim değer yargılarının değiştiği anlamına gelmez. Yalnızca bağlanma güdülerinin farklı yöne kaydığını gösterir. Bu durumda ders çalışmak, bir hedefe ulaşmak için çabalamak, mükemmelliği aramak, topluma saygı göstermek, insanın tam potansiyeline ulaşmaya çalışması, yeteneklerini geliştirmesi, tutkularının peşinden gitmesi, kültürü takdir etmesi gibi ebeveynlerin önem verdiği değerler, genelde akranlarının önem verdiği daha basit ve çok daha kısa vadeli değerlerle yer değiştirir. Çocuklar dış görünümlerine önem vermeye, eğlenmeye, akranlarına sadık olmaya, onlarla beraber vakit geçirmeye, altkültüre uyum sağlamaya ve birbirleriyle iyi geçinmeye eğitimden ve kişisel potansiyelleri-

ne ulaşmaktan çok daha fazla değer vermeye başlarlar. Ebeveynler kendilerini sıklıkla değer yargıları hakkında tartışırken bulur; bunu yaparken de akran yönelimli çocuklarının önem verdikleri değerlerin akran grubuna kabul edilmeleri için gereken standartlardan başka bir şey olmadığını fark edemezler.

Çocuklarımızın hayatlarında değerlerimizi onlara ayrıntılı bir şekilde anlatmamızın ve onları inançlarımızı özümsemeleri için teşvik etmemizin en uygun ve en gerekli olduğu zamanda etkimizi yitiriyoruz. Çocuklarımızın değer yargılarının oluşması için zamana ve onlarla bu konular hakkında ayrıntılı bir şekilde konuşmaya ihtiyaç duyarız. Akran yönelimi bu fırsatı biz ebeveynlerin elinden alır. Dolayısıyla çocuklarımızın ahlaki gelişimi duraklamış olur.

Kötü olma güdüsü iyi olma arzusunun zıddıdır. Herhangi bir şeyin hoşumuza gideceğini veya çocuğumuzun yaptığı herhangi bir şeyden gurur duyduğumuzu veya mutlu olduğumuzu ifade etmemiz fiilen geri tepebilir. Bölüm 2'de de değindiğimiz gibi, bağlanmanın doğası çift kutuplu olduğundan, olumsuz yanı öne çıktığında arzu edilene zıt davranışlar sergilenebilir. Bu kesinlikle Melanie'nin annesine karşı sergilediği davranışlar için de geçerli. Bir çocuk insanları memnun etmeyi istemeyip onlarla temas kurmaya çekiniyorsa, içgüdüleri onları püskürtmek ve sinirlendirmek olur. Melanie annesini kızdırmak için elinden geleni yapıyordu. Akran yönelimli çocuklar bazen damarımıza basmak istiyormuş gibi görünebilir ve bu bir bakıma doğrudur, ancak bu davranışları içgüdüseldir ve bunu kasti olarak yapmazlar. Bağlanma güdüsüyle hareket eden canlılar içgüdüsel ve dürtüsel varlıklardır. İnsanın uzaklaşmak istediği kişilerin gözüne girmeye çalışması kendini iyi hissetmesini veya doğru bir şey yaptığını düşünmesini de beraberinde getirmez. Akranlarınızın onayını almaya çalıştığınızda, ebeveynlerinizin gözüne girmeye çalışmak neredeyse katlanılmaz bir işe dönüşür.

Bu noktada son bir uyarı yapmak istiyorum. Bir çocuğun anne babasının gözünde iyi bir birey olma arzusu ebeveynlik

görevini hatırı sayılır derecede kolaylaştıran, güçlü bir motivasyon kaynağıdır. Özenle korunmaya ve güvene ihtiyaç duyar. Çocuk gerçekten iyi olma arzusuna sahipse, bu arzuya sahip olduğuna inanmadığımızda, örneğin, davranışlarını tasvip etmediğimizde onu kötü niyetler beslemekle suçlarsak, aramızdaki ilişkiye saygısızlık etmiş oluruz. Bu gibi suçlamalar çocukların savunma mekanizmalarını tetikler, aramızdaki ilişkiyi zedeler ve çocukların kötü olmayı istemesine neden olur. Ayrıca bir ebeveyn veya öğretmen, çocuğun iyi bir birey olmaya niyetli olduğuna inanmıyor ve bu yüzden çocuğa rüşvet verilmesi ya da çeşitli yaptırımlarla tehdit edilmesi gerektiğini düşünüyorsa; aynı çocuğun o ebeveyn veya öğretmen istiyor diye iyi bir birey olma arzusunu sürdürmesi kendisi için çok riskli olacaktır. Bu amansız bir kısırdöngüdür. Belirli davranışların sergilenmesi için ödüller veya cezalar gibi harici motivasyon kaynaklarına başvurulması çocuğun kendi içinden gelen iyi olma arzusunu yok edebilir ve çocuğumuza istediğimizi yaptırmak için her zaman bu tür yapay kozlar kullanmamızı gerekli kılabilir. Çocuğumuzun iyi olma arzusuna sahip olduğuna güvenmek, ebeveynlik görevini kolaylaştırmak için yapabileceğimiz en iyi yatırımdır.

Günümüzde uygulanan davranış yönetim yöntemlerinin çoğu, empoze edilen harici motivasyon kaynaklarından medet umarak, bu hassas dürtüyü hiçe sayar. Sözde doğal sonuçlar doktrini bunun iyi bir örneğini oluşturur. Bu disiplin yöntemi çocukların zihinlerine belirli hatalı davranışların ebeveynler tarafından belirlenen yaptırımlarla cezalandırılacağı fikrinin yerleştirilmesini temel alır. Bu yaptırımlar ebeveynlere mantıklı gelse de çocuklar nadiren öyle gelir. Ebeveynlerin doğal olduğunu düşündükleri şeyler, çocuklara saçma gelebilir. Eğer çocukların davranışlarının doğurduğu sonuçlar gerçekten doğalsa, bu sonuçların niçin çocuklara empoze edilmesi gerekiyor?

Bazı ebeveynler güvenin temel motivasyon kaynaklarıyla değil, daha ziyade elde edilen nihai sonuçlarla ilgili olduğunu düşünür. Onların gözünde güven, yapılması gereken bir yatırımdan ziyade, kazanılması gereken bir şeydir. Çocuklarına,

"Yapacağını söylediğin şeyleri yapmazsan veya bana yalan söylersen, sana nasıl güvenebilirim?" gibi sorular sorabilirler. Çocuğumuz beklentilerimizi karşılayamasa veya niyet ettiği şeyleri hayata geçiremese bile, gözümüzde iyi bir birey olmayı arzuladığına güvenmemiz hâlâ çok önemlidir. Çocuğumuza bu konuda güvenmeyi bırakmamız onun gururunu kırar ve onu derinden yaralar. Çocuğumuzun iyi bir birey olma arzusunun kıymetini bilmez ve bu arzuyu beslemezsek, çocuğumuz beklentilerimizi karşılama çabasını sürdürmek için gerek duyduğu motivasyonu kaybeder. Güven duymamız gereken şey çocuklarımızın gözümüzde iyi birer birey olmayı istemesidir, beklentilerimizi karşılayabilme becerileri değil.

6

Karşıt İrade: Çocuklar Neden İsyankâr Olur

Yedi yaşındaki Kirsten, bir anda anne babası ondan ne zaman yardım istese, "Siz benim patronum değilsiniz!" diyerek isyan etmeye başlamıştı. Her geçen gün biraz daha inatçı tavırlar sergileyen dokuz yaşındaki Sean da odasının kapısına büyük ve tehditkâr bir "Girmek Tehlikeli ve Yasaktır" tabelası asmıştı. Ergenlik çağındaki Melanie'nin ebeveynleriyle kurduğu iletişim, birkaç asi harekete indirgenmişti: somurtkan bir surat ifadesi, omuz silkme veya babası "pişmiş kelle gibi sırıtma orada" gibi öfkeli, ama etkisiz talimatlar verdiğinde daha da küçümseyici olan yapmacık bir gülümseme.

Önceki bölümde de değindiğim gibi, çocuklarımız akranlarına yönelince, bağlanma aleyhimize çalışır ve ebeveynlik gücümüzü yitiririz. Kirsten, Melanie ve Sean'ın halihazırda 2-0 yenik olan ebeveynleri çocuklarını idare etmekte zorlanıyordu, ancak oyun henüz bitmemişti. Akran yönelimi yüzünden köreldiğinde ebeveyn-çocuk ilişkilerini yıkıma uğratabilen ve çocuğa bakmakla sorumlu olan yetişkinin hayatını zindana çevirebilen bir içgüdü daha var. Bu içgüdü Otto Rank adındaki içgörü sahibi Avusturyalı bir psikolog tarafından münasip bir şekilde "karşıt irade" olarak adlandırılmıştır.

Karşıt irade, zorlanma hissine karşı gösterilen içgüdüsel ve otomatik bir karşı koyma tepkisidir. İnsanların başkalarının talimatlarını yerine getirmeleri için yönlendirildiklerini veya kendilerine baskı yapıldığını hissetmeleriyle tetiklenir. Yaşamın ikinci yılında –korkunç ikiler olarak adlandırılan dönemde– dramatik bir şekilde sahneye çıkar. (Eğer iki yaşındaki ço-

cuklar bu tür etiketler uydurabilseydi, büyük ihtimalle ebeveynlerinin otuzlu yaşlarını "korkunç otuzlar" diye adlandırırlardı.) Karşıt irade ergenlik çağında haşin bir şekilde yeniden sahneye çıkar, ama herhangi bir yaşta da etkinleşebilir – bunu birçok yetişkin tecrübe eder.

Rank, daha yirminci yüzyılın ilk yıllarında, karşıt iradeyle başa çıkmanın ebeveynlerin karşılaşabileceği en büyük zorluklardan biri olduğunu ifade etmişti. Üstelik çalışmalarını çocukların çoğunlukla yetişkinlere bağlandığı bir dönemde kaleme almıştı. Bu yüzden, karşıt iradenin çocuklarda görülmesi hiç de anormal bir durum değildir, ama kısaca açıklayacağım üzere, karşıt irade akran yöneliminin etkisi altında anormal derecede güçlenmiştir.

Çocuklar da dahil olmak üzere –daha doğrusu, *özellikle de* çocuklar– kimse itip kakılmaktan hoşlanmaz. Hepimiz bu içgüdüsel tepkiyi gösterdiğimizi bilsek de çocuklarımızı idare ederken bu gerçeği bir şekilde görmezden geliriz. Karşıt iradenin nasıl işlediğini anlamak ebeveynlerin gereksiz yere kafa karışıklığı ve anlaşmazlık yaşamalarını engelleyebilir, özellikle de akran yönelimli çocukların tavırlarına ve davranışlarına anlam vermeye çalıştıkları zamanlarda.

Karşıt irade binlerce farklı şekilde dışavurulabilir. Emekleme çağındaki çocuğumuzun bize tepki vererek "Hayır" demesi, küçük yaştaki çocuğumuzun bize "Benim patronum değilsiniz" diyerek çıkışması, acelemiz varken çocuğumuzun inatla ağır bir şekilde hareket etmesi ya da itaatsizlik veya isyankârlık olarak karşımıza çıkabilir. Ergenlik çağındaki çocuklarda ise vücut dilinden anlaşılabilir. Karşıt irade ayrıca pasiflik, oyalanarak işleri erteleme veya beklenenin tersini yapma şeklinde de ifade edilebilir. Tembellik veya motivasyon eksikliği olarak da karşımıza çıkabilir. Aksi, saldırgan veya tartışmacı davranışlarla dışavurulabilir ve bu durum genelde ebeveynler tarafından küstahlık olarak algılanır. Karşıt iradenin etkisiyle hareket eden çoğu çocukta tabuları yıkma ve antisosyal tavırlar takınma eğilimi olduğu gözlemlenir. Karşıt irade hangi şekilde karşımıza çıkarsa çıksın, temelinde yatan dinamik hep aynıdır – zorlanma-

ya karşı sergilenen içgüdüsel bir direnme tepkisi.

Bu dinamiğin basitliği –ebeveynler, öğretmenler ve çocuklarla uğraşan herkes için– yarattığı sorunların bolluğu ve karmaşıklığıyla büyük bir tezat oluşturur. Herhangi bir şeye önem vermemiz bile çocuklarımızın o şeyi yapma isteğini azaltabilir. Çocuklarımıza sebze yemeleri, ödevlerini yapmaları, odalarını temizlemeleri, dişlerini fırçalamaları, terbiyelerini takınmaları veya kardeşleriyle iyi geçinmeleri için ne kadar çok baskı yaparsak, sözlerimizi dinlemeye o kadar az istek duyarlar. Abur cubur yememeleri için ne kadar ısrar edersek, abur cubur yeme istekleri o kadar artar. Kendini iyi tanıyan on dört yaşındaki bir çocuk babasına şu sözleri söylemişti: "Bana sebze yemem için ne kadar ısrar ederseniz, sebze yeme isteğim o kadar azalıyor." Beklentilerimizi ne kadar açık bir şekilde çocuklarımıza anlatırsak, isyankârlıkları hedefe o kadar odaklanmış olur. Tüm bunlar en normal ve doğal –başka bir deyişle, çocukların kendilerine bakmakla yükümlü olan yetişkinlere bağlandıkları– durumlarda da gerçekleşebilir. Çocuklar etkin bir şekilde kendilerine bakmakla yükümlü olan yetişkinlere bağlanmamışsa, yetişkinlerin otoritelerini koruma çabalarını kendilerini "itip kakma" çabaları olarak algılar. Akran yönelimi çocukların doğal bağlanma davranışlarını değiştirerek verdikleri tepkileri ölçüsüzce şiddetlendirir. Karşıt irade içgüdüsü bazı durumlarda kontrolden çıkabilir.

BAĞLAR ZAYIFLADIKÇA KARŞIT İRADENİN ŞİDDETLENMESİ

Bağlanma insanların zorlanmaya karşı verdikleri tepkileri yumuşatır, hatta bazı durumlarda baskılar. Bunun doğru olduğunu yine kendi deneyimlerimizden biliyoruz: Âşık olduğumuzda, sevdiğimiz insanın neredeyse hiçbir beklentisi bize mantıksız gelmez. Aramızda herhangi bir bağ olmayan insanların taleplerini yerine getirmeye direnme olasılığımız çok daha yüksektir. Bize yakın olmak isteyen bir çocuk büyük ihtimalle beklentilerimizi dilediğimiz gereksinimleri karşılamak için

iyi bir fırsat olarak değerlendirecektir. Nasıl davranmaları ve ne yapmaları gerektiğini gösteren ipuçları bu gibi çocukların ebeveynlerinin gözüne girmesine yardımcı olacaktır.

Bağlanma dinamiğinden bağımsız olmak, gerçekten de farklı bir hikâyedir, özellikle de kendi zihinlerinden geçenleri tartabilecek kadar olgun olmayan insanlar için. Beklentiler bu tür insanlar için yeni bir baskı kaynağı oluşturur. Bu insanlara ne yapmaları gerektiğinin söylenmesi itip kakıldıklarını hissetmelerine neden olur. Başkalarına itaat ettiklerinde onlara teslim olduklarını hissederler. Gelişmekte olan çocuklar bir yana, daha olgun yetişkinler bile bu şekilde tepki verebilir. Aramızda herhangi bir ilişki olmayan anaokulu çağındaki bir çocuğa emir verdiğimizde, bize karşı çıkmasına, en azından görmezden gelmesine davetiye çıkartmış oluruz. Çocuklar aralarında bir bağ olduğunu düşünmedikleri insanlara itaat etme eğilimi göstermez. Yabancıların veya bağ kurmadıkları insanların isteklerini yerine getirmek onlara ters gelir.

Bu dinamik, olgunlaşmamış ergenler için de aynıdır – bunu ifade etme tarzları bazen o kadar sevimli ve masumane olmasa da. Karşıt irade, aralarında bağlanma ilişkisi olmadığını düşündükleri insanların onlara ısrarla ne yapmaları gerektiğini söylediği durumlarda kolayca güçlenerek yetişkin dünyasına verdikleri temel tepki haline dönüşebilir. Yoğun bir şekilde akranlarına yönelmiş olan on dört yaşındaki bir kız çocuğu karşıt irade yüzünden idare edilemez bir hale geldiğinden yatılı okula verilmiş, yine aynı sebepten okuldan atılmıştı. Ona yaptığı iddia edilen bazı çirkin hareketleri niçin yaptığını sordum. Bana, omzunu silkerek, "çünkü yapmamamız gerekiyordu" cevabını verdi. Bunun o kadar bariz ve geçerli bir gerekçe olduğunu düşünüyordu ki neredeyse sorumu cevaplaması bile gereksizdi.

Akran yönelimli olan ve karşıt iradenin güdümü altında hareket eden çocuklara hayatta en çok neye önem verdiklerini sorduğumda, genelde, "Bizi kimsenin itip kakmasına izin vermemek" cevabını alıyorum. Karşıt iradeleri karakterlerine o kadar nüfuz eder ve şiddetlenir ki yetişkinler bu çocukların ıslah veya idare edilmelerinin imkânsız olduğunu düşünür. He-

kimler bu gibi çocuklara genelde zıtlaşma bozukluğu tanısı koyar. Ancak sorun çocukların zıtlaşmaları –karşıt iradeleri– değil, bağlanma ilişkilerinin düzeninin bozulmasıdır. Aslında bu çocuklar yalnızca aralarında herhangi bir bağ olmadığını düşündükleri insanlara karşı koyarak içgüdülerine sadık kalmaktadır. Bir çocuk akranlarına ne kadar çok bağlanırsa, kendine bakmakla yükümlü olan yetişkinlere o kadar karşı koyar. Çocuklarda davranış bozukluğu olarak adlandırdığımız şey aslında toplumsal bozuklukların işaretleridir.

Karşıt iradenin güdümü altında hareket eden çocuklar, çocukların nasıl olması gerektiğine dair düşüncelerimize zıt düşer. Tüm çocukların sorumluluk sahibi yetişkinlerin kendilerine yol göstermesine açık olmaları gerektiğine inanırız. Çocuklar gerçekten de doğaları gereği uyumludur, ancak yalnızca bağlandıkları kişilere karşı ve yalnızca kurdukları bağlar yeterince güçlü olduğunda.

Akran yönelimi çocukların ebeveynleriyle aralarında kurdukları bağları zayıflatarak karşıt irade içgüdüsünü çocukların kendilerine kılavuzluk etmeleri ve onlara yol göstermeleri için ihtiyaç duydukları insanların aleyhine çevirir. Akran yönelimli çocuklar içgüdüsel olarak ebeveynlerinin en mantıklı beklentilerini karşılamaktan bile kaçınır. İnat ederler, yaptıkları işleri ağırdan alırlar, ebeveynlerine karşı koyar, onlarla zıtlaşır veya kendilerinden istenen şeylerin tam tersini yaparlar.

Akran yönelimli çocukların karşıt irade içgüdülerini kışkırtmak için ebeveynlerin tek bir kelime bile etmesine gerek yoktur. Zihinlerimizi okuyarak ne yapmalarını istediğimizi bilen tek bir varlık varsa, o da çocuklarımızdır. Akranlar ebeveynlerin yerini aldığında, çocuklar bizim hakkımızda sahip oldukları bu bilgileri unutmaz. Unuttukları tek şey bizimle kurdukları, isteklerimizi onların gözünde kabul edilebilir kılan bağlardır. Uyumlu olma arzusu zıddıyla yer değiştirir. Akran yönelimli çocuklar ebeveynlerinin ağızlarından tek bir kelime bile çıkmadan kendisinden faydalanıldığını, üzerinde baskı oluşturulduğunu veya kullanıldığını düşünür.

Kirsten, Sean ve Melanie'nin ebeveynlerinin karşılaştıkla-

rı zorlukların temelinde, karşıt irade dinamiğinin akran yönelimi yüzünden çarpıtılmış ve abartılmış hali yatıyordu. Basit talepler bile bu çocukları çileden çıkarabiliyordu. Bıçak kemiğe dayanmıştı. Beklentiler boşa çıkmıştı. Ebeveynler bir şeye ne kadar önem verirse, onu yapmak çocuklara o kadar zor geliyordu. Melanie'nin babası kızını hizaya sokmak için ne kadar çok çalışırsa, kızı o kadar isyankâr oluyordu. Sorun ebeveynlerin bir yerlerde hata yapmasından değil, çocuklarının karşıt irade içgüdülerinin akran yönelimi yüzünden baskın –hatta yanlış– bir hal almasından kaynaklanıyordu.

KARŞIT İRADENİN DOĞAL GÖREVİ

Zıtlaşan bir çocuğu idare etmeye çalışmak yetişkinler için son derece can sıkıcı bir durum olsa da karşıt irade uygun şartlar altında, tüm doğal içgüdüler gibi olumlu, hatta gerekli bir amaca hizmet eder. Karşıt irade gelişime katkıda bulunan iki farklı işlev görür. Birincil rolü çocukların bağlanma ilişkileri kurdukları insanların dışında kimsenin talimatlarına uymamalarını ve kimsenin etkisi altında kalmamalarını sağlamaktır. Çocukların yabancılar tarafından kandırılmasını ve istemedikleri işleri yapmaya zorlanmasını engeller.

Karşıt irade ayrıca gençlerin iradelerinin ve özerklik duygularının gelişmesine de katkıda bulunur. Hepimiz hayata tamamen çaresiz ve başkalarına bağımlı olarak başlarız, ancak doğal gelişim sürecinden geçtiğimizde olgunlaşarak kendi yolunu çizebilen, kendi kendini kontrol edebilen ve gerçek bir iradeye sahip birer bireye dönüşürüz. Bebeklikten yetişkinliğe uzanan uzun süreli dönüşüm genç çocuğun ebeveynlerinden ayrılmak için yaptığı ilk denemelerle başlar. Karşıt irade ilk olarak emekleme çağındaki çocukların bireyselleşme çabalarına yardımcı olmak için ortaya çıkar. Çocuk etrafına "hayır"lardan oluşan bir duvar örer. Bu duvarın ardında, ebeveynlerinin kendi iradesinden çok daha güçlü olan iradelerinin yükü altında ezilmeden yavaş yavaş neleri sevip neleri sevmediğini, nelere karşı isteksiz olup neleri tercih ettiğini öğrenir. Karşıt ira-

de üzerine kimse basmasın diye yeni ektiğimiz çimlerin etrafına çektiğimiz küçük bir çite benzetilebilir. Yaşam yeni filizlendiğinde çok hassas ve duyarlı olduğundan, çocuğun etrafı kendi fikirleri, anlayışları, girişimleri ve bakış açıları yeterince köklenip üzerine basıldığında yok olmayacak kadar güçlenene dek, koruyucu bir bariyerle çevrilmelidir. Bu koruyucu çit olmadan, gelişimine yeni başlayan çocuk hayatta kalmayı başaramaz. Karşıt irade ergenlik çağında da aynı amaca hizmet ederek gençlerin ailelerine karşı duydukları psikolojik bağımlılığı azaltmaya yardımcı olur. Benlik duygusunun ailenin oluşturduğu kozadan çıkmak zorunda kaldığı bir zamanda ortaya çıkar. Ne istediğimizi anlamaya başlayabilmemiz için bazı şeyleri istememe özgürlüğüne sahip olmamız gerekir. Karşıt irade çocukları ebeveynlerinin beklentilerinden ve taleplerinden uzak tutarak, onlara kendi istekleriyle yaptıkları girişimleri geliştirmeleri için yer açar. Dolayısıyla da karşıt irade tüm çocukların sahip olduğu normal bir insan dinamiğidir – bağlanma ilişkileri düzgün olan çocukların bile.

Karşıt irade düzgün bağlanma ilişkilerine sahip çocukların çoğu için tekrarlanan, ama geçici olan bir deneyimdir. Etki alanı yalnızca ebeveynlerin çocuklarını yola getirmek için harcadıkları gücün, o anda sahip oldukları bağlanma gücünden fazla olduğu durumlarla sınırlıdır. Ebeveynlerin bu gibi durumlarla karşılaşması kaçınılmazdır. Bilgili ve sezgili ebeveynler böyle durumlardan mümkün olduğunca kaçınır ve içinde bulundukları şartlar bunu gerektirmedikçe veya bunu çocuğun iyiliği için yapmaları gerekmedikçe kendi isteklerini açık bir şekilde çocuklarına empoze etmezler. Hem bağlanma hem de karşıt irade dinamiklerinden haberdar olmasaydık, ikisinin arasındaki geçiş noktasının tam olarak nerede yer aldığıyla ilgilenmeyebilirdik. Bu geçiş noktasını istemeden de olsa sıklıkla geçeriz – çoğu zaman bunu yapmamıza gerek olmasa da.

Örneğin, çocuğumuzun inatçı olduğuna veya söz dinlemediğine kanaat getirip isyankâr davranışlarını değiştirmemiz gerektiğini düşünebiliriz. Ancak küçük çocukların irade sahibi oldukları söylenemez – eğer irade kelimesiyle bir insanın ne

istediğini bilmesi ve karşılaştığı tüm zorluklara veya dikkatini dağıtan etkenlere rağmen hedeflerine ulaşmak için çaba sarf etmeye devam etmesini kastediyorsak. Birçok ebeveyn ısrarla "Benim çocuğumun iradesi çok güçlü" iddiasında bulunur. "Bir şeyi elde etmek istediğine karar verirse, ona artık hayır diyemeyecek hale gelene kadar veya sinirlerim tepeme çıkana kadar ısrar eder." Burada anlatılan aslında irade değil, arzulara takıntılı bir şekilde tutunmaktır. Takıntılar ısrarcılık içerdikleri için iradeyi anımsatabilir, ancak aralarında hiçbir ortak özellik yoktur. Takıntıların gücü bilinçdışından gelir ve bireye hükmederler. Diğer taraftan, gerçekten irade sahibi bir insan kendi isteklerine hükmetme yeteneğine sahiptir. Çocukların karşıt tavırlar sergilemesi iradelerinin dışavurumu olarak algılanmamalıdır. İnsanın özgür ve bilinçli bir şekilde seçim yapmadan tepki vermesine olanak tanıyan bu tür tavırlar irade eksikliğine işaret eder.

Karşıt irade sıklıkla güçle karıştırılır ve çocukların kendi istediklerini elde etmek için sarf ettikleri bilinçli bir çaba olduğu düşünülür. Güçlü olan aslında savunma tepkisidir, çocuklar değil. İrade ne kadar zayıf olursa, karşıt irade o kadar güçlü olur. Çocuklar gerçekten güçlü olsaydı, ebeveynlerini bu kadar büyük bir tehdit olarak görmezlerdi. İtip kakıldıklarını hissetmektense, insanları kendileri itip kakardı. Bu tür çocukların arsızlıkları gerçek anlamda bağımsız olmalarından değil, bağımsızlıklarının eksik olmasından kaynaklanır.

Karşıt irade çocuklar tarafından harekete geçirilmez; çocukların başına gelir. Buna çocuklar da ebeveynler kadar şaşırabilir ve bu aslında evrensel bir yasanın ifadesidir: Her etki eşit bir karşıt tepki yaratır. Aynı yasa fizik biliminde de karşımıza çıkar. Örneğin, her merkezcil kuvvet kendine eşit, ama zıt yönlü bir merkezkaç kuvveti oluşturur. Karşıt irade karşıt bir kuvvet olduğundan, çocuğumuza herhangi bir şeyi empoze etme isteğimizin çocuğumuzun bizimle bağ kurma arzusundan güçlü olduğu her durumda bu kuvvetin etkisini göstermesi için çağrıda bulunmuş oluruz.

Çocukların karşıt iradenin etkilerini yaşamalarının en iyi

yolu bu içgüdünün otomatik bir şekilde karşıtlık yaratmaktan ziyade, bağımsızlıklarını kazanmaları için motivasyon kaynağı olan sağlıklı bir güdü olarak ortaya çıkmasıdır. Bu durumda çocuklar her işlerini kendi başlarına yapabilme becerisini kazanabilmek için kendilerine dışarıdan yardım edilmesine karşı çıkar; çeşitli şeyleri yapmak için kendi nedenlerini bulabilmek amacıyla dışarıdan kendilerine ne yapmaları gerektiğinin söylenmesine tepki verir. Kendi yollarını çizebilmek, kendi zihinlerini keşfedebilmek, kendi başlarına hareket edip girişimlerde bulunabilmek için kendilerine talimat verilmesine karşı çıkar. Çocuklar kendi tercihlerini keşfedebilmek için ebeveynlerinin bir şeylerin "şöyle veya böyle" olması gerektiğine dair yorumlarını reddeder. Ancak ilerleyen bölümlerde değineceğim üzere, çocukların gerçek bağımsızlığa geçiş yapabilmeleri için hayatlarındaki yetişkinlerle aralarındaki bağların mutlaka sağlam olması gerekir (bkz. Bölüm 9).

Ebeveynleriyle arasındaki ilişki son derece düzgün olan beş yaşındaki bir çocuk "gökyüzü mavi" gibi bir ifadeye sert bir tepki göstererek inatla gökyüzünün mavi olmadığı konusunda diretebilir. Bu durumda ebeveynleri çocuklarının göz göre göre kendileriyle zıtlaştığını veya onlara zorluk çıkarmaya çalıştığını düşünebilir. Aslında çocuğun beyni yalnızca kendi içinde oluşturmadığı fikirleri ve düşünceleri bloke etmeye çalışıyordur. Kendi fikirlerini oluşturabilecek boşluğu yaratmak için kendisine yabancı gelen her fikre karşı çıkıyordur. Nihayetinde kafasına kazınan içerik –gökyüzünün mavi olduğu– muhtemelen aynı olacaktır, ama konu insanın kendi gibi olmasına geldiğinde, önemli olan özgünlüktür.

Karşıt irade bağımsızlık arayışına hizmet ettiğinde, bir psikolojik bağışıklık sistemi gibi işlev görür ve çocuğun kendi bünyesinden kaynaklanmayan her şeye karşı bir tür savunma tepkisi gösterir. Ebeveynler çocuklarına kendileri gibi olmaları için yer açtıkları ve hem bağımsızlık hem de bağlanma gereksinimlerini karşıladıkları sürece, çocuklarının sağlıklı gelişimi açısından ilerleme kaydedilir. Otto Rank'in de ifade ettiği gibi, karşıt iradenin bu halini zapt etmek bile kolay olmayabilir, an-

cak etkileri geniş bir alana yayılmaz –çocuğumuzla olan etkileşimlerimizin çoğunu olumsuz yönde etkilemez– ayrıca iyi bir amaca hizmet ettiğine şüphe yoktur. Gelişimin çocuklarımızın olgunlaşıp bağımsızlıklarını kazanmasına yol açan nihai amacına hizmet eder.

Çocukların gelişim süreçleri ideal bir şekilde işler ve başlarına buyruk bir şekilde hareket edebilme yolunda hatırı sayılır bir mesafe kat ederlerse, bağlanma gereksinimleri azalır. Bu durumda, olgunlaşan çocuklar baskılara karşı daha da hassas olur ve itip kakılmaya daha da az tahammül ederler. Bu gibi çocuklara kendi düşüncelerine ve fikirlerine, sınırlarına, değer yargılarına ve hedeflerine veya kendi kararlarını verebilme ve tutkularının peşinden gidebilme yetisine sahip değillermiş gibi davranıldığında, kendilerini aşağılanmış hissederler. Bizden ayrı, münferit bir insan olduklarını kabullenmediğimizde bize katı bir şekilde kafa tutarlar. Bu yine iyi bir şeydir. Karşıt irade bu gibi durumlarda çocukları başka insanların uzantısı olmaktan koruma amacına hizmet eder – bu insanlar çocukların ebeveynleri olsa bile. Kendi kendilerini idare edebilme yeteneğine sahip olan, bağımsız, hayat dolu ve bağlanma ilişkilerinin dışında da işlev görebilen bireylerin yetişmesine yardımcı olur.

Çocuklar bağımsızlıklarını gerçek anlamda kazanıp olgunlaşınca karşıt irade zayıflar. İnsanlar olgunlaştıkça karışık duygulara tahammül edebilme yeteneği kazanır. Birbirleriyle çelişki yaratan farklı ruh hallerine aynı anda sahip olabilirler: Hem tamamen bağımsız olmayı hem de mevcut bağlanma ilişkilerini muhafaza etmeyi isteyebilirler. Nihayetinde, gerçek anlamda olgunluğa erişen ve kendi iradesine sahip insanlar başkalarının isteklerine otomatik bir şekilde karşı çıkma ihtiyacı duymaz: Diğer insanların görüşleri kendilerine mantıklı geldiğinde onlara kulak verebilir, mantıklı gelmediğinde ise kendi yollarına gidebilirler.

AKRAN YÖNELİMLİ ÇOCUKLARIN SAHTE BAĞIMSIZLIKLARI

Akran yönelimi, her zamanki huyundan vazgeçmeyerek, doğal gelişim sürecinin tekerine de çomak sokar. Çocukların bağımsızlıklarını kazanmasına hizmet etmektense, daha ilkel bir amaca hizmet ederek çocukları yalnızca yakın olmayı istemedikleri insanların kendilerini itip kakmasından korur. Akran yönelimli çocukların gözünde, bu insanlar biz oluruz – ebeveynleri ve öğretmenleri. Karşıt irade, gerçek bağımsızlığın yolunu açmak yerine, akran bağımlılığını korur. En büyük ironi de burada yatar: Aslen çocukların bağımsız hareket edebilmesi için onlara yer açmaya hizmet eden bu dinamik, akran yöneliminin etkisi altındayken, bağımsızlığın temelini –çocuklarla ebeveynlerin arasındaki sağlıklı ilişkileri– çökertmeye hizmet eder.

Toplumumuzda, akran yöneliminin etkisiyle çarpıtılan karşıt irade içgüdüsünün dışavurumları sıklıkla sağlıklı insanların bağımsızlık arayışlarıyla karıştırılır. Akran yönelimli ergenlerin isyankâr tepkilerinin doğal ergenlik başkaldırısının belirtileri olduğunu varsayarız. İkisini birbirine karıştırmak oldukça kolaydır. Burada olağan direniş belirtilerini görmek de mümkündür: sert çıkışmalar, işbirliği yapmayı reddetme, bitmek bilmeyen tartışmalar, itaatsizlik, alan koruma savaşları, ebeveynleri dışarıda tutmak için dikilen bariyerler, antisosyal tavırlar, "beni kontrol edemezsiniz" mesajları. Ancak karşıt irade, akran yöneliminin etkisi altındayken gerçek bağımsızlık arayışını destekleme işlevi gören doğal karşıt irade içgüdüsünden çok daha farklı bir amaca hizmet eder. Olgunlaşmakta olan çocukların bağlanma arzularıyla bağımsızlık arayışları birbirine girerek bir dizi karışık duygu yaratır. Normalde karşıt iradenin ön plana çıktığı kısmen daha tepkisel dönemler, yakınlık arayışı içinde geçirilen uyumlu dönemlerle dengelenir. Ancak karşıt iradenin akran yöneliminden kaynaklandığı durumlarda, çocukların sergilediği isyankâr davranışlar iyice arsızlaşır ve ebeveynlere yakınlaşmaya yönelik herhangi bir hamleyle dizginlenemez. Çocuklar dürtülerinin çelişki oluşturduğunun

nadiren farkına varır – çekim gücü hep tek yönlüdür ve çocukları akranlarına yöneltir.

Akran yöneliminin etkisi altında olan karşıt iradeyi gerçek bağımsızlığa ulaşma güdüsünden ayırt etmenin basit bir yolu vardır: Olgunlaşma ve bireyselleşme yolunda ilerleyen çocuklar kaynağı ne olursa olsun her türlü baskıya karşı koyar; baskıyı yapan akranları olsa bile. Sağlıklı başkaldırının hedefi gerçek bağımsızlıktır. İnsanlar başka bir insanın etkisi altına girmek veya iradesine boyun eğmek için birilerinden kurtulmak istemez. Çocukların karşıt irade içgüdüleri, bozulan bağlanma ilişkilerinin sonucunda ortaya çıktığında, elde etmek istedikleri özgürlük aslında kendileri gibi olma özgürlüğü değil, akranlarına uyum sağlayabilme özgürlüğüdür. Bunu yapabilmek için akranlarınınkinden farklı olan duygularını baskılar, fikirlerini de kamufle ederler.

Burada mesela ergenlik çağındaki bir çocuğun arkadaşlarıyla geç saatlere kadar vakit geçirmek istemesinin doğal olmadığını mı ileri sürüyoruz? Hayır, ergenlerin arkadaşlarıyla beraber olmak istemeleri her zaman akran yöneliminin güdümü altında hareket etmelerinden kaynaklanmaz. Yalnızca arada sırada onu da yapmak isteyebileceklerini gösterir. Asıl soru, bu konuyu ebeveynleriyle tartışmaya açık olup olmadığıdır. Çocuk ebeveynlerinin bakış açısına saygı gösteriyor mu? Başka sorumluluklarını yerine getirmesi veya aile etkinliklerine katılması gerektiğinde ya da tek başına kalmayı tercih ettiğinde arkadaşlarına hayır diyebiliyor mu? Akran yönelimli ergenler akranlarıyla temas kurma gereksinimlerini karşılamalarına engel olabilecek her türlü zorluğa göğüs gerer ve bu gereksinimlerini karşılayamadıklarında da büyük bir hayal kırıklığı yaşar. Akranlarının beklentileri karşısında kendi düşüncelerini savunamazlar ve bu duruma içerledikleri oranda ebeveynlerinin arzularına öfkelenir ve karşı çıkarlar.

Karşıt iradenin bu ilkel ve çarpık halini yanlış yorumlayan yetişkinler bunun sağlıklı ergenlik başkaldırısı olduğunu düşünerek geriye çekilip ebeveynlik rollerini vaktinden önce bırakabilir. Bu durumda ergenleri kendileri gibi olabilmeleri ve ha-

talarından ders alabilmeleri için serbest bırakmak yapılabilecek en zekice hareket olacaktır, ancak birçok ebeveyn bu noktada havlu atmayı tercih eder. Duydukları öfke veya yaşadıkları hayal kırıklıkları yüzünden, herhangi bir duyuru veya şamata yapmadan, köşeye çekilirler. Ancak gereğinden önce köşeye çekildiklerinde, onlara hâlâ çok ihtiyaç duyan, ancak bunu bilmeyen çocuklarını istemeden de olsa kaderlerine terk etmiş olurlar. Akran yönelimli ergenleri gerçekten oldukları gibi görüp bize ne kadar muhtaç olduklarının farkına varabilirsek, ebeveynlik gücümüzü yeniden kazanmak için çaba gösterebiliriz. Bu gibi çocukları akranlarından geri almak için elimizden geleni yapmamız gerekir.

HER ŞEYİ YAPABİLECEK GÜCE SAHİP ÇOCUK EFSANESİ

Sıkça yapılan bir diğer hata da çocukların başkaldırısını bir güç gösterisi veya her şeyi yapabilecek güce sahip olma çabası olarak yorumlamaktır.* Kendimizi güçsüz hissettiğimiz zamanlarda çocuklarımızın güçlü olduklarını düşünmemiz anlaşılabilir bir durum. Kontrol bende değilse, çocuğumda olmalı; güçlü olan ben değilsem, çocuğum olmalı veya sürücü koltuğunda ben oturmuyorsam, çocuğum oturuyor olmalı gibi düşüncelere kapılmamız olağandışı bir durum değil. Bu gibi durumlarda kendi zayıflığımızın sorumluluğunu üstlenmek yerine, çocuklarımızın kontrolü ele geçirmek için çaba sarf ettiklerini varsayarız. Aşırıya kaçan durumlarda, bebeklerin bile tüm gücü –insanları kontrol etme, planlarını sabote etme, uykularını çalma ve her istediklerini yaptırabilme gücü gibi– ellerinde tuttuklarını düşünebiliriz.

Çocuklarımızın güçlü olduğunu düşünmemizin yarattığı en büyük sorun bu düşüncenin çocuklarımızın bize gerçekten ne kadar ihtiyaç duyduklarını gözden kaçırmamıza neden olma-

Bir çocuk psikoloğu *The Omnipotent Child* [Her Şeyi Yapabilecek Güce Sahip Çocuk] adında bir kitap yazacak kadar ileri gitmiştir. Kitabında emekleme çağında olan çocuklara atıfta bulunuyordu!

sıdır. Bir çocuk bizi kontrol etmeye *çalışsa* bile, bunu işlerin yolunda gitmesi için bize ihtiyaç duyduğundan ve bağımlı olduğundan yapar. Çocuklarımız gerçekten sandığımız kadar güçlü olsaydı, buyruklarını yerine getirmemize ihtiyaç duymazlardı.

Bakımlarının zor olduğunu düşündükleri çocuklara sahip olan bazı ebeveynler savunmaya geçerek kendilerine korumaya çalışır. Birer yetişkin olarak, itip kakıldığımızı hissettiğimizde bu duruma çocuklar gibi tepkiler veririz – inat etmek, direnmek, karşı koymak ve zıtlaşmak gibi. Bu gibi durumlarda karşıt irade içgüdümüz tetiklenerek çocuklarla aramızda bir irade savaşından çok bir karşıt irade savaşı olarak adlandırılabilecek bir iktidar mücadelesi başlatır. Karşıt iradeyi bir güç gösterisine dönüştürmek fiziksel şiddet kullanımını hem tetikler hem de haklı çıkarır. Güçlü olduğunu düşündüğümüz insanlara güçle karşılık vermeye çalışırız. Tavırlarımız kabalaşır, sesimiz yükselir ve elimizdeki tüm kozları kullanarak bahsi artırırız. Ne kadar çok güç kullanırsak, verdiğimiz tepki o kadar güçlü bir karşıt iradeyi kışkırtır. Tepkimiz çocuğumuz için önemli bir bağın tehdit altında olduğunu belirten bir alarm işlevi gören endişe hissini tetiklerse, çocuğumuzun en önemli hedefi aramızdaki yakınlığı muhafaza etmek olacaktır. Korkan çocuk, hızlı bir şekilde tartışmaya son vererek yeniden gözümüze girmeye çalışır. Bu noktada çocuğumuza "iyi davranışlar" sergiletme hedefimize ulaştığımızı düşünebiliriz, ancak bu gibi kapitülasyonların bir bedeli vardır. Aramızdaki ilişki öfkemizin ve tehditlerimizin neden olduğu güvensizlik yüzünden zayıflar. Ne kadar çok güç kullanırsak, ilişkimiz o kadar yıpranır. İlişkimiz zayıfladıkça, başka birinin –günümüzde genellikle akranların– yerimizi alması o kadar kolaylaşır. Akran yönelimi hem karşıt irade içgüdüsünün gün yüzüne çıkmasını sağlayan en önemli etkendir hem de karşıt iradeye verdiğimiz tepkiler akran yönelimini teşvik eder.

GÜÇ KULLANIMI VE MANİPÜLASYON NİÇİN GERİ TEPER

Elimizdeki görevleri, bu ister bir kayayı, isterse de bir çocuğu yerinden oynatmak olsun, yerine getirmek için yeterli güce sahip olmadığımız durumlarda, bize avantaj sağlayabilecek veya bir tür kaldıraç görevi görebilecek bir araç arayışına girmemiz içgüdüsel bir davranıştır. Ebeveynler genellikle avantaj elde etmek için iki farklı yöntem kullanır: rüşvet vermek veya zor kullanmak. Örneğin, "Sofrayı kurmanı istiyorum" gibi basit bir talimat işe yaramazsa, bunun yanında "Eğer sofrayı kurarsan, en sevdiğin tatlıyı yemene izin vereceğim" gibi bir mükâfat teklif edebiliriz. Veya çocuklarımıza ev ödevlerini yapmaları gerektiğini hatırlatmamız ödevlerini yapmalarını sağlamazsa, onları bazı ayrıcalıklarını ellerinden almakla tehdit edebiliriz. Ya da sesimizi yükseltebilir veya daha otoriter bir tavır takınabiliriz. Avantaj sağlama arayışımız hiçbir zaman sona ermez: Bunun için yaptırımlar uygular, ödüller verir, ayrıcalıklarını ellerinden alırız; bilgisayar başında vakit geçirmelerini yasaklarız, oyuncaklarını ellerinden alırız, onlara harçlık vermeyiz; ebeveynlerinden veya arkadaşlarından ayırırız; televizyon izlemelerini kısıtlar veya yasaklarız, araba kullanma ayrıcalıklarını ellerinden alırız vs. Günümüzde çocuklarının ellerinden alabilecek bir şey bulamadıklarından şikâyet eden ebeveynlerle karşılaşmak olağandışı bir durum değildir.

Ebeveynlik gücümüz azaldıkça, bize bu konuda avantaj sağlayabilecek araçlar bulmak için harcadığımız çaba giderek artar. Bu araçların her birine farklı isimler takarız: Verdiğimiz rüşvetlere ödül, teşvik veya olumlu pekiştirici gibi isimler takar, tehditlere ve cezalara uyarı, doğal sonuç veya olumsuz pekiştirici gibi isimler yakıştırırız; fiziksel güç uygulanmasına atıfta bulunurken sık sık davranışları değiştirme veya ders verme ifadelerini kullanırız. Bu benzetmeler çocukların doğuştan sahip oldukları dürtülerin yetersiz olduğunu düşündüğümüzden onları dışarıdan uyguladığımız baskılarla yola sokmaya çalıştığımız gerçeğini gizlemeyi hedefler. Bağlanma doğal-

dır, insanın içinden gelen bir güdüdür; bize avantaj sağlayan bu tür araçlar yapaydır ve dışarıdan empoze edilirler. Bu tür araçların başka herhangi bir ortamda kullanılmasını manipülasyon olarak değerlendiririz. Ancak konu ebeveynlik görevinin yerine getirilmesi olduğunda, çocuklarımızın isteklerimizi yerine getirmeleri için bu gibi araçların kullanılması birçok insan tarafından normal ve uygun bir davranış olarak görülür.

Çocuklarımızı motive etmek için bu tür araçlardan faydalanma teşebbüslerimizin tümü psikolojik güç kullanımını içerir. Onları ödüllendirdiğimizde "pozitif" güç, cezalandırdığımızda "negatif" güç kullanmış oluruz. Çocuklarımızın sevdikleri şeyleri kendi yararımız için kullandığımızda veya isteklerimizi gerçekleştirmeleri için hoşlanmadıkları şeylerden ve güvensizliklerinden faydalandığımızda güç kullanmış oluruz. Elimizden başka bir şey gelmediği zaman –içlerinde harekete geçirebileceğimiz bir motivasyon kaynağı bulamadığımız veya sırtımızı dayayabileceğimiz herhangi bir bağ olmadığı zaman– bu tür araçlara başvururuz. Bu gibi taktikler, ille de uygulanmaları gerekiyorsa, kesinlikle ilk tepkimiz veya olağan davranış tarzımız değil, başvurduğumuz son çare olmalı. Ne yazık ki çocuklar akranlarına yöneldiklerinde, biz ebeveynler de genelde çaresizlikten bu tür araçların arayışına gireriz.

Manipülasyon, ister ödüllerle ister cezalarla yapılsın, çocukların geçici bir süre boyunca isteklerimize boyun eğmelerini sağlayabilir, ancak bu yöntemle arzu ettiğimiz davranışları kimsenin kişiliğinin bir parçası haline getirmeyi başaramayız. Çocuklarımıza teşekkür etmeleri veya özür dilemeleri, başkalarıyla paylaşımda bulunmaları, bir hediye vermeleri veya bir kart göndermeleri, odalarını temizlemeleri, kıymet bilmeleri, ev ödevlerini yapmaları veya piyano çalmaları için baskı yaptığımızda, bu davranışları kendi istekleriyle yapma olasılıklarını azalır. Bu tür davranışları kendi kendilerine sergilemedikleri zaman da ebeveynler ve öğretmenler onları teşvik etmek için kaldıraç işlevi görebilecek araçlara yönelir. Böylelikle de kaldıraç işlevi gören daha fazla araç kullanılmasını gerekli kılan bir güç ve karşıt irade döngüsü başlamış olur. Bunun sonucunda

ebeveynliğin gücünün gerçek kaynağı yok olur.

Hem laboratuvarlarda hem de gerçek hayattaki deneyimlerin sonucunda, karşıt iradenin psikolojik güç kullanımıyla veya manipülasyonla ulaşılmaya çalışılan sığ davranış hedeflerini sabote etme gücüne sahip olduğunu gösteren bol miktarda kanıt elde edildi. Bu kanıtların elde edildiği deneylerden biri keçeli kalemlerle oynamayı seven anaokulu öğrencileri üzerinde yapıldı. Çocuklar bu deneyde çeşitli gruplara ayrıldı: Gruplardan birinde yer alan çocuklara eğer keçeli kalemlerle oynarlarsa kendilerine göz alıcı bir sertifika verileceği söylendi; başka bir gruba hiçbir vaatte bulunulmadı, ama grupta keçeli kalemlerle oynayan çocuklara yine aynı sertifika verildi; son gruptaki çocuklara hiçbir vaatte bulunulmadı, sertifika da verilmedi. Aynı çocuklar birkaç hafta sonra herhangi bir ödülden bahsedilmeden yeniden test edildiklerinde, pozitif güç kullanılarak motive edilen iki gruba mensup olan çocukların keçeli kalemlerle oynamaya çok daha az istek duydukları gözlemlendi.[2] Karşıt irade içgüdüsü güç kullanımının geri tepmesini garantilemişti. Psikolog Edward Deci, benzer bir deneyde, iki gruba ayırdığı üniversite öğrencilerini önceden hepsinin ilgisini aynı oranda çeken bir bulmacayı çözerken gözlemledi. Gruplardan birine üye olan öğrencilere çözdükleri her bulmaca için belli bir para ödülü vermeyi vaat etti; diğer gruptaki öğrencilere herhangi bir vaatte bulunmadı. Ödemeler durunca, para karşılığında bulmaca çözen gruptaki öğrencilerin diğerlerine oranla bulmaca çözmeyi daha çabuk bıraktıklarını gördü. Bunun sonucunda Dr. Deci şu sonuca vardı: "Ödüller belirli davranışların sergilenme olasılığını artırabilir, ancak bunun için sürekli ödül verilmesi gerekir. Ödemeyi durduğunuzda, oyun da sona erer.[2]

Çocukların karşıt irade içgüdüsünü güç elde etme arzusuyla karıştırmak kolaydır. İçinde bulunduğumuz durumları hiçbir zaman tam anlamıyla kontrol edemeyebiliriz, ancak çocuk yetiştirirken her gün karşıt iradeleriyle yüzleşmek, güçsüzlüğümüzün sürekli yüzümüze vurulmasıdır. Günümüz toplu-

munda ebeveynlerin ezildiklerini ve güçsüz olduklarını hissetmeleri şaşırtıcı veya olağandışı bir durum değildir. Ebeveyn-çocuk ilişkileri yeterince güçlü olmadığında hissettiğimiz acizlik çocuklarımızın bizi çıkarları doğrultusunda kullandıklarını, bizi kontrol ettiklerini, hatta bizden çok daha güçlü olduklarını düşünmemize neden olabilir.

Dışa vurulan belirtilerin ötesine bakmamız gerekir. Yalnızca isyankârlık veya saygısızlık görüyorsak öfkelenerek, hayal kırıklığıyla ve güç kullanarak tepki veririz. Çocukların itilip kakıldıklarını düşündükleri zamanlarda içgüdüsel davranışlar sergilediklerini görmemiz gerekir. Karşıt iradenin etkilerinin ötesine geçerek, çocuklarımızla aramızdaki bağın zayıfladığını fark etmemiz gerekir. Sorunun özü çocukların isyankârlığı değildir, karşıt iradenin geri tepmesine yol açarak onu doğal hedefinden saptıran ve ebeveynler için olumsuz sonuçlar yaratan akran yönelimidir.

Böüm 4'te daha detaylı bir şekilde değineceğimiz gibi, çocukların karşıt irade içgüdülerine karşı verilebilecek en iyi tepki ebeveyn-çocuk ilişkilerini güçlendirmek ve güç kullanmaktan daha az medet ummaktır.

7

Kültürün Ölümü

Aşağıda, ergenlik çağındaki iki gencin MSN Messenger üzerinden yaptıkları bir yazışmanın harfi harfine alınmış bir kopyası yer alıyor (MSN'deki isimleri eğik harflerle yazılmıştır):

daha sonra REKTUM!! dedi. o benim oğlumun adı:
"hey."
Crontasaurus ve Rippitar Ahır Avlusundaki Tai Chi Klübü'ne Katılır:
"nbr?"
daha sonra REKTUM!! dedi. o benim oğlumun adı:
"??"
Crontasaurus ve Rippitar Ahır Avlusundaki Tai Chi Klübü'ne Katılır:
"hey."
daha sonra REKTUM!! dedi. o benim oğlumun adı:
"nbr?"

Günümüz ergenleri arasında yapılan yazışmaların tipik bir örneğini oluşturan bu elektronik diyaloğun üç özelliği oldukça çarpıcı. Bunların ilki, gençlerin özenle seçilmiş, alaycılık ve saygısızlıkla bezeli, uzun ve anlamsız takma isimler kullanmaları. Onlar için önemli olan içerik değil, imajdır. İkincisi, kullandıkları dili takma isimleriyle büyük bir tezat oluşturan ve anlaşılması neredeyse imkânsız olan tek heceli sözcüklere indirgemiş olmalarıdır. Ve sonuncusu, söylenenlerin tamamen boş olmasıdır: Gençler gerçek anlamda iletişim kurma-

dan temasa geçmektedirler. "Hey" evrensel bir selamlama sözcüğüdür. "Ne haber?" ifadesinin kısaltması olan "Nbr?" "Nasılsın?" anlamında kullanılmıştır – aralarında her iki katılımcının gerçekten önem verebileceği bir bilgi paylaşımına herhangi bir davet yapılmamıştır. Bu gibi "sohbetler" anlamlı herhangi bir şey söylenmeden saatler boyunca sürdürülebilir. Bu yetişkinlere yabancı gelen bir tür kabile dilidir ve sohbete dahil olan kişilerin kendileri hakkında kayda değer herhangi bir bilgiyi ifşa etmeden temas kurmalarına olanak tanıma amacıyla geliştirilmiştir.

Gazeteci Patricia Hersch, 1999 senesinde yayımlanan ve Amerika'da yaşayan ergenleri konu alan bir kitabında "Günümüz ergenleri bir kabile uzağımızda" ifadesini kullanmıştır. Ergenler bir kabileye yaraşır bir şekilde kendi dillerine, değer yargılarına, müziklerine, giyim tarzlarına, ayrıca dövmeler ve piercing'ler gibi çeşitli tanımlayıcı işaretlere sahiptir. Ebeveynler belki geçmişte de ergenlerin kontrolden çıkmış olduğunu düşünmüştür, ancak günümüz ergenlerinin kabile insanları gibi davranmaları daha önce eşi benzeri görülmemiş bir olaydır. Örneğin, *Romeo ve Juliet*'te genç Capulet'leri ve Montague'ları sokakta tartışıp kavga ederken görsek bunu bir kabile savaşına benzetebiliriz. Ki öyleydi de, ancak Shakespeare'in genç kahramanlarıyla günümüz ergenleri arasında önemli bir fark vardır: Shakespeare'in karakterleri kendilerini ebeveynlerinin kabileleriyle –aile gruplarıyla– özdeşleştiriyor ve aile düşmanlarına karşı savaşıyordu. Oyunun merkezindeki asıl anlaşmazlık da nesillerarası bir anlaşmazlık değildi: Genç çift ebeveynlerine karşı geldi, ama onları reddetmedi, onları birbirlerine duydukları aşk nedeniyle bir araya getirmek istedi. Gizlice yaptıkları evlilik töreninde nikâhlarını kıyan papaz gibi bazı yetişkinler onlara destek oldu. Günümüzde ergen kabileleriyle yetişkin toplumunun arasında hiçbir bağ yoktur. Leonard Bernstein'ın, Romeo ve Juliet oyununun modern Amerikan yorumu olan *Batı Yakası Hikâyesi* müzikalinde kavga eden ergenler yetişkin dünyasından tamamen kopuktur ve bu dünyaya karşı düşmanca tavırlar sergiler.

Kendimizi gençlerin kabile insanlarına dönüşmelerinin zararsız bir süreç olduğuna inandırsak da bu tarihte eşi benzeri görülmemiş bir olay ve toplumsal hayat üzerinde yıkıcı etkileri var. Birçok ebeveynin geleneklerini sonraki nesillere aktaramadıkları için yaşadıkları hayal kırıklığının temelinde yatan budur.

Çocuklarımızın çoğunun katıldığı bu kabilede değer yargıları ve kültür yatay bir şekilde, cahil ve olgunlaşmamış bir insandan diğerine aktarılarak yayılır. Kültürün ölümü olarak adlandırılabilecek bu süreç, gözlerimizin önünde, medeni toplumun temel taşlarından birinin altını kazmaktadır. Farklı nesiller arasında bir miktar anlaşmazlık olması gelişim sürecinin doğal bir parçasıdır, ancak bu anlaşmazlıklar genelde çocukların yaşlılarla beraber olgunlaşmalarına olanak tanıyacak şekilde çözülür. Gençler kendilerine önceki nesillerden dikey bir şekilde aktarılan değer yargılarını unutmadan veya o değer yargılarına saygısızlık etmeden kendilerini özgür bir şekilde ifade edebilir. Ancak günümüzde tanık olduğumuz durum bundan farklı.

Bir MTV spikeri kısa bir süre önce "Çocuklar Batı toplumunun genelinde ebeveynleri, büyükanneleri veya büyükbabalarından ziyade birbirlerine benzemeye ve birbirleri gibi davranmaya başladı" yorumunu yaptı. Bu yorum kanalın yıldönümlerinden birinde övünmek için yapılan bir yayınında dile getirilmiş olsa da endişe verici neticeler doğurma potansiyeline sahip bir doğruluk payı içeriyor.

Kültürün nesilden nesle aktarılması insan olarak varlığımızı nasıl sürdürdüğümüzü ve kendimizi nasıl ifade ettiğimizi belirleyen çeşitli kalıpların yok olmamasını güvence altına alır. Geleneklerin, göreneklerin ve sembollerin çok daha ötesine geçerek, kendimizi el kol hareketleriyle ve dilimizle nasıl ifade ettiğimizi, nasıl giyinip kuşandığımızı ve neleri, nasıl kutladığımızı belirler. Kültür ayrıca temas ve iletişim kurma ritüellerini, nasıl selamlaşıp vedalaştığımızı, aidiyet ve sadakati, ayrıca sevgiyi ve samimiyeti tanımlar. Kültürlerin merkezinde yemek yatar – yemeklerin nasıl hazırlanıp yendiği, yiyeceklere karşı ser-

gilenen tavırlar ve gördüğü işlevler. İnsanların yaptığı ve dinlediği müzikler de her kültürün ayrılmaz birer parçasıdır.

Kültürün aktarılması normalde otomatik olarak çocuk yetiştirme işinin önemli bir kısmını oluşturur. Bağlanma bağımlılık oluşturma, harici stres kaynaklarına karşı koruma sağlama ve bağımsızlığa zemin hazırlamanın yanı sıra, kültürün nakil hattı olarak işlev görür. Çocuklar kendilerine bakmakla yükümlü yetişkinlere bağlandıkları sürece, kültür çocuklara aktarılır. Başka bir deyişle, yetişkinlere bağlanan çocuklar onların kültürel kalıplarını özümseyerek kendiliğinden bilgilenir. Amerika'nın önde gelen gelişim bilimcilerinden biri olan Howard Gardner'a göre, çocukların hayatlarının ilk dört yılında kendi kendilerine ebeveynlerinden öğrendikleri şeyler, hayatlarının geri kalanında resmi eğitim kurumlarında öğrendikleri şeylerden fazladır.[1]

Bağlanma doğal işlevlerini yerine getirdiğinde, kültürün aktarılması için ebeveynlerin çocuklarına bir açıklama yapması veya eğitim vermesi, hatta çocukların herhangi bir şeyi bilinçli bir şekilde öğrenmesi gerekmez. Çocukların bağlanma ihtiyaçları ve yetişkinlerden ipucu alma eğilimleri bu işin çaresine bakar. Çocuklara gerçek anlamda bireysellik ve olgunlaşmış zihinsel bağımsızlık kazanmaları için yardım edildiğinde, kültürün nesilden nesle aktarılması düşünmeden taklit etme veya körü körüne itaat etme sürecine dönüşmez. Kültür gerçek bir kendini ifade etme aracıdır. Bireysel yaratıcılık kültür sayesinde filizlenir.

Çocuklar akranlarına yönelince, medeniyetin iletim hatları kesilir. Diğer çocukları, akran gruplarını veya yeni çıkan pop ikonlarını örnek alıp taklit ederler. Dış görünüşlerini, tavırlarını, giysilerini ve davranışlarını buna uygun bir şekilde adapte ederler. Çocukların kullandığı dil bile değişir; kısıtlanır, yaptıkları gözlemleri ve yaşadıkları deneyimleri açık bir şekilde ifade etmelerine olanak tanımaz, daha az anlam ve nüans içerir.

Akran yönelimli çocuklar kültürden yoksun değildir, ancak mensup oldukları kültür akran yönelimi tarafından yara-

tılmıştır. Bu kültür yetişkinlerin kontrolü altında olan basın organları tarafından yayımlansa da çocukların ve gençlerin zevklerine ve tercihlerine hitap eder. Gençler kültür sektörüne kâr sağlayan harcama gücünü ellerinde tutar – bu süreçte ebeveynlerinin gelirlerini harcasalar da. Akranların birbirlerini taklit etme eğilimlerinin gücünden istifade etmeyi iyi bilen açıkgöz reklamcılar, elektronik kitlesel basın araçlarını kullanarak giderek daha da genç kitleleri hedef almaktadır. Bu yüzden gençler saç stillerine ve modaya yön verir, yapılan müzikler onlara hitap eder ve vizyona giren filmlerin gişe hasılatları ağırlıklı olarak onlar tarafından belirlenir. Çağımızın kültür ikonlarını da gençler belirler. Pazarın kontrolü akran yönelimli gençlerin beklentilerini karşılamaya çalışan yetişkinlerin elindedir ve bu pazardan yetişkinler kâr eder, ancak kültürel dönüşüme aracılık ederken yetişkinlerle aralarında sağlıklı bağlanma ilişkileri olamayan çocukların bayağı kültürel zevklerinin yayılmasını teşvik etmiş olur. Akran kültürü çocuklar tarafından yaratılır ve çocuklar yaşlandıkça onlarla beraber evrimleşir. Akran yönelimi, Bölüm 3'te açıklayacağım nedenlerden ötürü, saldırganlığı ve sağlıksız, vaktinden önce yaşanan cinselliği teşvik eder. Bunun sonucunda kitlesel basın tarafından yayılan ve çocukların ergenlik çağının başlarından itibaren maruz kaldıkları saldırgan ve aşırı cinselleştirilmiş gençlik kültürü ortaya çıkar. Günümüzde yayımlanan rock müziği klipleri "cinsel devrimin" etkileri altında büyümüş yetişkinleri bile şoke edecek niteliktedir. Akran yöneliminin etkileri, tıpkı yarattığı kültürün etkileri gibi giderek daha da genç yaşlarda belirginleşir. 1990'ların sonlarında kalçalarını sallayarak ve göbek deliklerini teşhir ederek meşhur olan ve bu yazıyı kaleme alırken hızla hafızalardan silinen Spice Girls adlı pop müzik grubu, geriye dönüp baktığımızda, günümüzde ergenlik çağına henüz gelmemiş gençlere sunulan erotikleştirilmiş pop müziği idolleriyle kıyaslandığında çok masumane ve nostaljik bir kültürel ifade biçimiymiş gibi görünmektedir.

Gençlik kültürünün ilk izleri 1950'lerde ortaya çıkmış olsa da akran yöneliminin yarattığı bir kültürün ilk belirgin ve dra-

matik dışavurumu 1960'ların ve 70'lerin hippi karşıt kültürüydü. Kanadalı medya teorisyeni Marshall McLuhan bu kültürü "elektrik çağının yeni kabileciliği" olarak tanımlamıştı. Saç stilleri, kıyafetler ve müzik bu kültürün şekillenmesinde önemli bir rol oynadı, ama kültürü tanımlayan en önemli etken onun geliştirilmesine önayak olan akran yöneliminin yüceltmesiydi. Arkadaşlar aileden daha üstün bir konuma yerleştirildi. Akranlarla fiziksel temas ve bağ kurulması teşvik edildi; belirli bir nesle hitap eden "Woodstock" gibi bir pop müziği kardeşliği kabilesinin kurulduğu ilan edildi. "Otuz yaşının üstündeki kimseye güvenmeyin" sözü yaşlıları sağlıklı bir şekilde eleştirmenin çok daha ötesine geçerek geleneği militan bir tavırla reddeden gençlerin sloganı haline geldi. Bu kültürün yozlaşarak bir taraftan yabancılaşmaya ve uyuşturucu kullanımının yaygınlaşmasına neden olacağı, diğer taraftan da en başta karşı çıktığı ana akım kültürünün kurumlarıyla ticari hedefler doğrultusunda işbirliği yapacağı neredeyse önceden belliydi.

Olgunlaşmış kültürlerin bilgeliği yüzlerce, bazen binlerce yılda oluşan köklü bir birikimden kaynaklanır. Sağlıklı kültürlerde ayrıca insanları ve insanların hayatlarını sürdürmeleri için önem taşıyan değerleri koruyan ritüeller, gelenekler ve görenekler vardır – bu değerlerin varlığının farkında olmasak bile. Evrimleşmiş bir kültürde insanın geliştikçe takdir edebileceği sanat eserleri ve müzik, insanların varlıklarına daha derin bir anlam katan semboller ve yücelmeleri için ilham veren örnekler olmalıdır. En önemlisi, bir kültür özünü ve sürekliliğini koruma yeteneğini –çocuklarla ebeveynlerinin arasında kurulan bağları– koruyabilmelidir. Akran yöneliminin yarattığı kültür bilgelik içermez, üyelerini birbirlerinden korumaz, yalnızca geçici modalar yaratır ve herhangi bir değeri veya anlamı olmayan idollere tapar. Yalnızca toy gençliğin gelişmemiş egolarını simgeleştirir ve çocuk-ebeveyn ilişkilerini yok eder. Kültürel değerlerin her yeni akran yönelimli nesille yozlaştığını gözlemleriz. Woodstock "kabilesi" ne olduğu konusunda yanılgıya düşmüş, kendini beğenmişliğinden yetişkin dünyasıyla bağlantılarını koparmış olsa da hâlâ barış, özgürlük ve kardeşlik gibi ev-

rensel değerleri savunuyordu. Günümüzde düzenlenen büyük müzik etkinlikleri artık yalnızca tarz, ego, kabile halinde yapılan taşkınlıklar ve parayla ilişkili.

Akran yöneliminin yarattığı kültür kelimenin tam anlamıyla kısırdır: Sürekliliğini koruyamaz ve gelecek kuşaklara faydalı olabilecek değerleri nesilden nesle aktaramaz. Üçüncü nesil hippilerin sayısı çok azdır. Hippi kültürü nostaljik cazibesine rağmen kalıcı olma gücüne sahip değildi. Akran kültürü anlıktır, geçicidir ve günlük yaratılır. Akran kültürünün içeriği gelişimleri kesintiye uğramış akran yönelimli çocuklarla yetişkinlerin içinde bulundukları ruh hallerine hitap eder. Akran kültürü gelecek nesillere aktarılamadığı için kendimizi şanslı sayabiliriz, çünkü tek olumlu yanı aşağı yukarı on yılda bir yeniden tazelenmesidir. Bizim veya çocuklarımızın iyi yanlarının geliştirilmesi, beslenmesi veya harekete geçirilmesi için hiçbir fayda sağlamaz.

Akran kültürü yalnızca o anda moda olan geçici heveslere odaklanır, gelenek ile tarihi yok sayar. Akran yönelimi yükselişe geçince, gençlerin tarih bilgisi zayıflar; buna yakın tarih de dahildir. Onların gözünde, şimdiki an ve gelecek sanki vakumlu bir ortamın içinde, geçmişle herhangi bir bağlantıları olmadan varlıklarını sürdürür. Böylesine bir cahillikten gelecekte bilinçli politik ve toplumsal kararlar verebilecek bireylerin çıkma olasılığının düşük olması endişe vericidir. Günümüzde Güney Afrika'nın geldiği durum bunun güncel örneklerinden biridir. Güney Afrika ırk ayrımcılığının sona ermesiyle politik özgürlüğünü kazandı, ancak bunun ülkeyi hızla Batılılaştırmak ve küreselleşmiş akran kültürüyle tanıştırmak gibi olumsuz etkileri de oldu. Nesillerarası gerilim şimdiden tırmanmaya başladı. Güney Afrikalı bir genç, Kanadalı bir gazeteciye görüşlerini şu şekilde açıklamış: "Ebeveynlerimiz bize geçmişte yaşananları öğretmek istiyor. Sürekli ırkçılar ve politika hakkında hikâyeler dinlemek zorunda kalıyoruz..." Diğer taraftan, aynı gazeteci, otuz altı yaşındaki tarihçi ve eski ırk ayrımcılığı eylemcisi Steve Mokwena'yı, "sanki şu anda çalıştığı gençlerden ayrı bir dünyadan gelmiş" diye tarif ediyor. Otuzlu yaşlarının ortalarında-

ki –dolayısıyla pek de yaşlı olmayan– Mokwena'ya göre, "Bu çocuklar zorla Amerikan pop zırvalarıyla besleniyor. Bu çok endişe verici bir durum."[2]

Akran yöneliminin kültürün gerçek anlamda küreselleşmesine yol açabileceği ve dünyanın "biz ve onlar" diye kutuplara ayrılmadığı evrensel bir kültür yaratabileceği ileri sürülebilir. MTV sunucusu dünyanın dört bir yanında yaşayan genç televizyon izleyicilerinin ebeveynlerinden, büyükannelerinden ve büyükbabalarından çok birbirlerine benzediğini söyleyerek övünmemiş miydi? Bu geleceğe giden yol, bizi bölen mevcut kültürlerin ötesine geçerek dünya genelinde bir bağlanma ve barış kültürü oluşturmamızın yolu olabilir mi? Bizce olamaz.

Küresel teknoloji çeşitli yapay benzerlikler yaratmış olsa da akran yönelimi dinamiklerinin sağlıklı bir evrensel birleşmeden ziyade bölünmeye yol açma ihtimali yüksektir. Bunu anlamak için gençlerin oluşturdukları grupların, çocuklarımızın arasında akranlarına en çok yönelmiş olanlarının katıldıkları sosyal yapıların kabilelere aşırı derecede benzediğini görmek yeterlidir. Başkalarına benzeme arzusu hemen diğer insanlardan farklı olma arzusunu tetikler. Seçilen grubun içindeki benzerlikler güçlendikçe, harici gruplarla aralarındaki farklılıklar düşmanlığa varıncaya kadar güçlenir. Her grup karşılıklı öykünme ve örnek alma sayesinde birlik olup güçlenir. Kabileler tarihin başlangıcından beri bu şekilde oluşmuştur. Aradaki en önemli fark geleneksel kabile kültürlerinin nesilden nesle aktarılabilmesi, ancak günümüz kabilelerinin nesiller arasındaki bariyerler sayesinde tanımlanıp kısıtlanmalarıdır.

Okul ortamı bu gibi dinamiklerle doludur. Henüz olgunlaşmamış çocuklar yetişkinlerle aralarındaki bağları koparıp birbirleriyle haşır neşir olduklarında, genelde sınıf, cinsiyet ve ırk gibi nispeten daha belirgin hatlarla ayrılan gruplar kısa bir süre sonra kendiliğinden oluşmaya başlar. Bu büyük grupların içinde belirli altkültürler ortaya çıkar: Bu altkültürler bazen giyim tarzlarına ve dış görünüşe göre, bazen de sporcular, inekler ve bilgisayarcılar gibi ortak ilgi alanlarına, tavırlara veya ye-

teneklere göre ayrılır. Bazen akran yönelimli altkültürler arasında kaykaycılar, bisikletçiler ve dazlaklar gibi gruplar oluşur. Bu altkültürlerin çoğu medya, ortak semboller, filmler, müzik ve dil sayesinde güçlenip şekillenir. Akran yönelimi buzdağının görünen kısmı gruplar ve grup özentileriyse, görünmeyen kısmı da basmakalıp gençlerdir. Bu bölümün başında değindiğim MSN yazışmasını yapan iki genç gibi, birbirlerinin etrafında dönen, olgunlaşmamış, diğer insanlarla aralarındaki bağları koparmak için kendilerine özgü bir dil ve zihinlerinden geçenleri diğer insanlara anlatabilme yeteneklerini zayıflatan, yine kendilerine özgü bir ifade biçimi icat eden varlıklardır. Bu gibi olaylar elbette geçmişte de yaşanmış olabilir, ancak günümüzdeki boyutlara varmadıkları kesindir.

Tüm bunların sonucunda Patricia Hersch'ün değindiği gibi bir kabileleşme eğilimi oluşmuştur. Ailelerinden kopan, öğretmenleriyle aralarında herhangi bir bağ olmayan ve birbirleriyle bağımsız birer birey olarak etkileşim kurabilecek kadar olgunlaşmamış çocuklar, bağlanma gereksinimlerini karşılayabilmek için otomatik bir şekilde gruplara ayrılır. Bu grupların kültürleri ya icat edilir ya da akran kültüründen alıntı yapılarak oluşturulur. Çocukların hangi kabileye ait olduklarını, hangi kurallara uymaları gerektiğini, kimlerle konuşabileceklerini ve kimlerden uzak durmaları gerektiğini anlamaları uzun sürmez. Çocuklarımıza bireysel farklılıklara saygı göstermeyi öğretmek ve içlerinde ayrımcılık yapmayan bir topluma ait oldukları hissini oluşturmak için verdiğimiz tüm çabalara rağmen, endişe verici bir hızla bölünerek kabile kaosuna doğru sürükleniyoruz. Üstelik buna kendi çocuklarımız önderlik ediyor. Ebeveynler ve öğretmenler olarak çocuklarımıza toplumsal hoşgörü aşılamak, insanları oldukları gibi kabullenmeyi ve görgü kurallarını öğretmek için harcadığımız zamanı onlarla aramızda bağ kurmak için harcamamız çok daha faydalı olacaktır. Geleneksel hiyerarşik bağlanma düzeni içinde yetiştirilen çocuklar kabileleşmenin olumsuz etkilerine diğer çocuklar kadar duyarlı değildir. Onlara aşılamak istediğimiz toplumsal değerler yalnızca mevcut bağlar aracılığıyla aktarılabilir.

Akran yöneliminin yarattığı kültür diğer kültürlerle pek fazla uyuşamaz. Akran yönelimi yalnızca kendine fayda sağladığından, yarattığı kültür de yalnızca kendine fayda sağlar. Bir kültürden çok, bir tarikat gibi işler. Akran yöneliminin yarattığı kültürü benimseyen olgunlaşmamış bireyler diğer kültürlere mensup olan insanlardan kopar. Geleneksel değerleri ve tarihi bağları hiçe saymak akran yönelimli gençler için bir övünç kaynağıdır. Kültürün nesilden nesle dikey olarak aktarıldığı farklı kültürlere mensup insanlar birbirleriyle kurdukları ilişkileri –bu yetenekleri sıklıkla insanların kendilerini içinde bulduğu tarihi ve politik anlaşmazlıklar yüzünden pratikte geçici olarak yitirseler de– saygı çerçevesinde yürütebilir. Farklı kültürel ifade biçimlerinin temelinde yatan insani değerlerin evrenselliğini karşılıklı olarak kabullenir, çeşitliliğin yarattığı zenginliğe değer verirler. Ancak akran yönelimli çocuklar yalnızca birbirleriyle vakit geçirir. Kendilerine benzemeyen insanlardan uzak dururlar. Akran yönelimli çocuklar ergenlik çağına geldiklerinde, ebeveynlerinin çoğu dinledikleri tribal müzik, giydikleri giysiler, konuştukları dil, yaptıkları ritüeller, yaptırdıkları dövmeler ve piercing'ler yüzünden kendi çocuklarını tanımakta zorlandıklarını hisseder. Kanadalı bir gazetecinin 2003 senesinde belirttiği gibi, "Dövmeler ve piercing'ler bir zamanlar şok etkisi yaratsa da günümüzde yalnızca kabul gören ve göremeyen davranışların arasındaki sınırların sürekli yeniden çizildiği bir kültürün olağan simgeleri haline gelmiştir."[3]

Çocuklarımızın çoğu insanlığın zamana meydan okuyan kreasyonlarını üreten evrensel kültürden mahrum kalarak büyüyor: *Bhagavad Gita*; Rumi, Dante, Shakespeare, Cervantes ve Faulkner'ın yazıları veya hâlâ hayatta olan en iyi ve en yenilikçi yazarların eserleri; Beethoven ve Mahler'in müzikleri; hatta İncil'in iyi çevirilerinden mahrum kalıyorlar. Bu çocuklar yalnızca güncel ve popüler eserleri bilip yalnızca akranlarıyla paylaşabildikleri şeyleri takdir ediyor.

Karşılıklı saygı, merak ve paylaşılan insani değerleri temel alan gerçek evrenselliğin, akran yöneliminin yarattığı küresel-

leşmiş kültüre ihtiyacı yoktur. İhtiyacı olan tek şey psikolojik olgunluktur; eğitimle değil, yalnızca sağlıklı gelişimle erişilebilecek bir olgunluk. Sonraki bölümde değineceğimiz üzere, yalnızca yetişkinler çocukların bu şekilde büyümesine yardımcı olabilir. Ve çocuklar yalnızca yetişkin akıl hocalarıyla –ebeveynler, öğretmenler, yaşlılar, müzikal ve entelektüel yaratıcılarla– sağlıklı ilişkiler kurduklarında doğuştan hak ettikleri ödülü, insanlığın zamana meydan okuyan, evrensel kültürel mirasını almaya hak kazanabilir. Kendi özgür, bireysel ve taze kültürel ifade yeteneklerini yalnızca bu tür ilişkiler sayesinde tam anlamıyla geliştirebilirler.

Bölüm Üç

Olgunlaşamamak: Akran Yönelimi Sağlıklı Gelişimi Nasıl Engeller

8

Hislerden Tehlikeli Kaçış

Kısa bir süre önce, öğle yemeği vaktinde, oğlumun okulunun koridorlarında yürürken hissettiğim duyguların, eskiden çalıştığım bir çocuk ıslahevinin koridorlarında ve yemekhanesinde bulunduğum zaman hissettiğim duygulara ne çok kadar benzediğini fark ederek şaşırdım. Bu ergen sürüsünün içindeki tüm çocukların duruşları, el kol hareketleri, ses tonları ve aralarında kurdukları iletişim ürkütücü bir şekilde herhangi bir kırılganlık belirtisinden yoksundu. Kimse onlara zarar veremezmiş gibi duruyorlardı. Tavırları hem yenilmez oldukları izlenimini uyandıran hem de sahte görünen bir özgüvene sahip oldukları, hatta etraflarına meydan okudukları hissini uyandırıyordu.

Akran kültüründe en önemli etik "havalı" olmaktır – duygusallığa tamamen kapalı olmak. Akran grubunun içinde en çok saygı gösterilen, en itibarlı çocuklar şaşırtıcı derecede sakin duran, herhangi bir korku belirtisi sergilemeyen, hiçbir şeyden utanç duymuyormuş gibi görünen ve sıklıkla "fark etmez", "hiç umurumda değil" veya "her neyse" gibi sözler söyleyenlerdir.

Ancak işin aslı biraz daha farklıdır. İnsanlar tüm canlıların arasında en kırılgan –İngilizcede kırılgan anlamına gelen vulnerable sözcüğü, Latincede yaralama anlamına gelen *vulnerare*, kelimesinden türetilmiştir– varlıklardır. İnsanlar yalnızca fiziksel açıdan değil, psikolojik açıdan da kırılgandır. O halde, çocukların bu tür çelişkili davranışlar sergilemelerinin sebebi nedir? Aslen son derece kırılgan olan gençler nasıl hiç kırılgan değilmiş gibi görünebilir? Güçlü, "havalı" tavırları bir rol müdür,

yoksa gerçek midir? Kendilerini güvende hissettikleri bir yere gittiklerinde çıkartıp atabilecekleri bir maske midir, yoksa akran yöneliminin gerçek yüzü müdür?

Ergenlerin sırtları yere gelmezmiş gibi tavırlar sergilediği bu altkültürle ilk karşılaştığımda, bunun takındıkları bir rol olduğunu düşünmüştüm. İnsan psikolojisi kırılganlık hissinin bilincine varınca buna karşı beynin duygusal devrelerine kazınan, güçlü savunma taktikleri geliştirebilir. Ben bu çocukların kendilerine fırsat verildiğinde zırhlarını çıkartıp biraz daha yumuşak, daha insani olan yüzlerini göstereceklerini düşünmeyi tercih ettim. Arada sırada bu beklentimin yanlış olmadığını da gördüm, ancak çoğu zaman ergenlerin kırılgan olmadıklarını gösteren tavırlar sergilemelerinin bir rol olmadığını keşfettim. Bu çocukların çoğunun duyguları incinmiyordu ve acı hissetmiyorlardı. Burada hiçbir şeyden incinmediklerini söylemiyorum, ancak konu bilinçli olarak hissettikleri duygular olduğunda, bir maskenin arkasına gizlenmediklerini söyleyebilirim.

Üzüntü, korku, kayıp ve dışlanma gibi duygular hissedebilen çocuklar genelde kendileriyle alay edilmesini veya kendilerine saldırılmasını engellemek için bu tür duygularını akranlarından gizlemeye çalışır. Kırılgan olmadıklarını gösteren tavırlar kalabalığın içine karışmak için kullandıkları, ancak kendilerini oldukları gibi davranabilecek kadar rahat ve güvende hissettikleri ortamlara girdiklerinde kısa süre sonra üstlerinden çıkardıkları bir kamuflajdır. Aslında bu çocuklar beni çok fazla endişelendirmez, ancak kırılganlıklarını dışa vuramadıkları ortamların eğitim ve gelişim süreçlerinde yaptığı etkiler kesinlikle endişe vericidir. Bu gibi ortamlarda merakımızı gerçek anlamda besleyip geliştiremeyiz, sorularımızı serbest bir şekilde soramaz, saf öğrenme hevesimizi ifade edemeyiz. Bu tür ortamlarda risk alamayız, yaşama tutkumuzu ve yaratıcılığımızı serbestçe ifade edemeyiz.

Psikolojik açıdan en çok zarar gören ve zarar görmeye meyilli çocuklar, yalnızca okulda değil genel anlamda sert ve dayanıklı olmayı arzulayan çocuklardır. Bu çocuklar gerek gördüklerinde zırhlarını takıp çıkaramaz. Savunmaya geçmek günlük

hayatlarının, kişiliklerinin bir parçasıdır. Bu duygusal sertleşme çocuk yaştaki suçlularda, çete üyelerinde ve sokak çocuklarında daha belirgindir, ancak akran yöneliminin tipik Amerikan evlerinde karşımıza çıkan sıradan, gündelik versiyonlarında da var olan önemli bir dinamiktir.

AKRAN YÖNELİMLİ ÇOCUKLAR DAHA KIRILGANDIR

Bir çocuğun kendi kırılganlığının bilincinde olmamasının tek nedeni, bu durumun ona katlanamayacağı kadar ağır gelmesi ve hissizleşecek kadar ağır yaralar almış olmasıdır. Başka bir deyişle, geçmişte duygusal yaralar alarak acı çeken çocukların bu tür acılara dayanmaya alışarak gelecekte aynı deneyimleri yaşamaları durumunda eskisi kadar acı çekmeme ihtimalleri yüksektir.

Psikolojik yaralarla *kırılganlıktan kaçınma* arasında ne tür bir ilişki olduğu geçmişlerinde büyük duygusal acılar çekmiş çocuklarda belirgin bir şekilde görülebilir. Duygusal katılaşmaya neden olan bu tür aşırı güçlü savunma mekanizmaları çoğunlukla yetimhanelerde büyüyen veya birden fazla koruyucu aile tarafından yetiştirilen çocuklar ve önemli kayıplar yaşamış, suiistimal edilmiş veya dışlanmış çocuklar tarafından geliştirilir. Bu çocukların ne kadar büyük travmalar yaşadıkları göz önünde bulundurulduğunda, bilinçdışında niçin güçlü savunma mekanizmaları geliştirdiklerini anlamak zor değildir.

Şaşırtıcı olan, belirli bir süre boyunca akran yöneliminin etkileri altında yaşayan birçok çocuğun da benzer bir travma yaşamadan, travma yaşamış çocuklar kadar güçlü savunma mekanizmaları geliştirebilmesidir. Görünüşe bakılırsa, akran yönelimli çocukların da kendilerini kırılganlığa karşı geçmişlerinde travma yaşayan çocuklar kadar korumaya ihtiyacı var. Peki ama yukarıdaki örnekler kadar sarsıcı deneyimler yaşamadıkları açık olan çocuklar bunu niçin yapar?

Akran yönelimli çocukların neden daha kırılgan olduklarını ve duygusal açıdan neden katılaştıklarını açıklamadan önce, *kırılganlığa karşı savunmaya geçmek* ve neredeyse onunla eşan-

lamlı olan, *kırılganlıktan kaçınmak* terimlerinin ne anlama geldiğini açıklamamda fayda var. Bu terimler beynin kırılganlık hissine yenik düşmemek için verdiği içgüdüsel savunma tepkilerini ifade eder. Bilinçsizce verilen bu tepkiler kırılganlığın kendisine değil, kırılgan olunduğunun farkına varılmasıyla tetiklenir. İnsan beyni bir çocuğun yaralanmasını engelleyemez, ancak yaralandığını hissetmesini engelleyebilir. *Kırılganlığa karşı savunmaya geçmek* ve *kırılganlıktan kaçınmak* terimlerinin anlamı da budur. Çocuklarda kendilerini kırılgan hissetmelerine neden olan düşüncelerle ve duygularla bağlantılarını koparttıkları hissini uyandırır ve insanların duygusal açıdan incinmeye yatkın olduklarına ilişkin farkındalıklarını azaltırlar. Herkes zaman zaman duyarsızlaşabilir. Çocuklar duyarsızlaşmalarının geçici bir tepki olmaktan çıkarak kalıcı bir duruma dönüşmesiyle *kırılganlığa karşı savunmaya geçmiş olur.*

Akran yönelimli çocukların yetişkin yönelimli çocuklarla kıyaslandıklarında duygusal açıdan incinmeye daha yatkın olmalarının dört nedeni vardır. Bunların en belirgin olanı travma geçiren çocukların duygusal katılaşmasına endişe verici bir şekilde benzeyen bir kırılganlıktan kaçınma durumudur.

AKRAN YÖNELİMLİ ÇOCUKLAR KENDİLERİNİ STRESE KARŞI KORUYAN DOĞAL KALKANLARINI KAYBEDER

Akran yönelimli çocukların duygusal açıdan sertleşmek zorunda kalmalarının ilk nedeni doğal güç kaynaklarını, özgüvenlerini, aynı zamanda kendilerini dayanılmaz acıya ve üzüntüye karşı koruyan doğal kalkanlarını kaybetmiş olmalarıdır.

Etraflarında meydana gelen sayısız trajediye ve travmatik olaya ek olarak, çocukların kişisel dünyaları da kendilerinde duygusal yaralar açabilecek gergin etkileşimlerle ve olaylarla doludur: göz ardı edilebilirler, önemsenmeyebilirler, dışlanabilirler, yetersiz olduklarını düşünebilirler, onaylanmadıklarını, sevilmediklerini ve tercih edilmediklerini hissedebilirler, utandırılıp alay konusu edilebilirler. Çocukları tüm bu stres unsur-

larının baskısından koruyan şey ebeveynleriyle aralarında kurdukları bağlardır. Önemli olan bağlanmadır: Çocuklar kendilerini küçümsemeyen insanlara bağlandıkları sürece, daha az zarar görür. Diğerlerinin alaycı tavırları onları incitebilir ve zaman zaman ağlatabilir, ancak bunların etkisi uzun sürmez. Ebeveynler birer pusula iğnesi işlevi gördüğünde, çocuklar için önemli olan tek şey onların verdikleri mesajlardır. Trajik veya travmatik olaylar meydana geldiğinde, çocuklar endişe duyup duymamaları gerektiğini anlamak için ebeveynlerinden gelen ipuçlarına bakar. Kurdukları bağlar güvende olduğu sürece, gök delinse veya dünya ikiye yarılsa bile, çocukların hissettikleri kırılganlık tehlikeli boyutlara ulaşmaz. Roberto Benigni'nin, Musevi bir babanın çocuğunu ırkçılığın ve soykırımın korkunç etkilerinden koruma çabalarını konu alan *Hayat Güzeldir* adlı filmi bunu dokunaklı bir şekilde gözler önüne serer. Bağlanma çocukları dış dünyadan korur.

Görüştüğüm babaların biri bana bağlanmanın oğlunu, yaklaşık beş yaşındayken nasıl koruduğuna bizzat tanık olduğunu anlattı (gerçek kimliğini ifşa etmemek için çocuğa Braden diyeceğim). "Braden yerel mahalli ligde futbol oynamak istiyordu. Antrenmanların ilk gününde, kendinden biraz daha büyük bazı çocuklar onu rahatsız eden bazı davranışlarda bulunmuştu. Diğer çocukların alaycı bir tavırla oğluma sataştıklarını duyduğumda, birden korumacı bir baba ayıya dönüştüm. Tam bu genç zorbaların tavırlarına dışarıdan ayar vermeye niyetlenmişken Braden'ın kendini ezdirmemek için onlarla yüzleştiğini fark ettim. Oğlum dik durdu, ellerini beline koydu ve göğsünü mümkün olduğunca kabartarak onlara, 'Ben küçük bir aptal değilim! Babam iyi bir futbolcu olduğumu söylüyor' gibi bir şey söyledi. Gördüğüm kadarıyla aralarındaki sürtüşme o anda sona erdi." Braden'ın babasının kendisi hakkında ne düşündüğüne ilişkin fikirleri onu babasının müdahalesinden daha etkili bir şekilde korudu. Babasının onun hakkındaki düşünceleri akranlarının düşüncelerinden daha ağır basmıştı. Bu sayede akranlarının hakaretlerinden etkilenmemişti. Diğer taraftan, kendilerini değerlendirmek için yetişkinlerin fikirlerine

başvurmayan akran yönelimli çocuklar böyle bir korumaya sahip değildir.

Elbette bu dinamiğin bir de öbür yüzü var. Bu çocuğun babasıyla arasında kurduğu bağ onu diğer insanlarla girdiği kırıcı etkileşimlerden koruduğu kadar, babasının sözlerine ve hareketlerine karşı da hassaslaştırır. Eğer babası onu küçük düşürür, utandırır veya aşağılarsa, Braden'ın dünyası başına yıkılabilir. Ebeveynleriyle arasında kurduğu bağ onu ebeveynlerine karşı kırılgan, diğer insanlara karşı dayanıklı kılar. Bağlanmanın içi ve dışı vardır: Kırılganlık içinde, dayanıklılık dışındadır. Bağlanma hem bir kılıç ham de bir kalkandır. Dünyanızda sizi incitebilecek ve incitemeyecek insanları birbirlerinden ayırır. Bağlanma ve kırılganlık –insan varlığının iki büyük teması– birbirleriyle yakın bir ilişki içindedir.

Bir ebeveyn olarak görevimizin en bariz kısımlarından biri çocuklarımızı fiziksel yaralanmalara karşı korumaktır. Fakat açtığı yaralar her zaman o kadar belirgin olmasa da psikolojik yaralanmalar çok daha fazla acı verebilir. Nispeten daha olgun varlıklar olarak biz yetişkinler bile, kopan bağlarımızın neden olduğu duygusal acı yüzünden ani bir şekilde yoldan çıkabilir veya kımıldayamayacak hale gelebiliriz. Eğer biz birer yetişkin olarak bu kadar çok incinebiliyorsak, kurdukları bağlara bizden çok daha fazla bağımlı olan ve ihtiyaç duyan çocuklarımızın ne kadar çok incinebileceklerini siz düşünün.

Bağlanma çocukların en önemli ihtiyacı ve en güçlü motivasyon kaynağı olsa da onlara incinmeleri için çeşitli tuzaklar kurabilir. Tıpkı madeni bir paranın iki yüzü olduğu gibi, bunların da birini diğerinden ayırmak mümkün değildir. Çocuk ne kadar sıkı bağlar kurarsa, incinmeye o kadar yatkın olur. Bağlanma kırılgan bir alandır. Bu da bizi akran yönelimli çocukların duygusal açıdan savunmaya geçmeye daha eğilimli olmalarının ikinci temel nedenine getiriyor.

AKRAN YÖNELİMLİ ÇOCUKLAR DİĞER ÇOCUKLARIN DUYARSIZ ETKİLEŞİMLERİNE KARŞI DAHA DUYARLI OLUR

Akran yönelimli çocuklar, tıpkı yetişkin yönelimli çocukların ilişkilerinde ebeveynlerine ve öğretmenlerine karşı daha duyarlı oldukları gibi, akranlarına karşı daha duyarlı olurlar. Ebeveynleriyle aralarındaki bağları koparttıkları için koruyucu kalkanlarını kaybetmiş olmaları, onları diğer çocukların sözlerine ve hareketlerine karşı hassaslaştırır. Sorun şu ki, çocukların aralarında kurdukları doğal etkileşimler dikkatli, duyarlı ve medeni olmaktan çok uzaktır. Akranlar ebeveynlerin yerini alınca, bu vurdumduymaz ve sorumsuz etkileşim biçimi, sahip olmaması gereken bir güç kazanır. Hassasiyetler ve duyarlılıklar kolayca ikinci plana atılır. Birer yetişkin olarak arkadaşlarımızın bizimle çocuklarımızın her gün katlanmak zorunda kaldıkları türden sosyal etkileşimler kurmasıyla –küçük ihanetlerle, dışlanmayla, küçümsenmeyle veya güvenilir birini bulamamakla– nasıl başa çıkabileceğimizi hayal etmemiz bile zordur. Bu yüzden akran yönelimli çocukların kırılganlıklarıyla yüzleştiklerinde duyarsızlaşmaları şaşırtıcı bir durum değildir.

Akranları tarafından dışlanmanın çocuklar üzerine yarattığı etkileri konu alan ve kapsamlı araştırmalara dayanan literatür bu etkilerin olumsuz sonuçlar doğurduğunu göstermektedir ve bu sonuçları yıkıcı, felç edici, kahredici ve insanı yerin dibine geçiren ifadelerle tarif etmektedir.[1] Çocuk intiharlarının sayısı giderek artıyor ve literatüre göre bunun nedenlerinden biri akran dışlaması. Ben sayısız çocuğun ve yetişkinin akranlarının davranışları yüzünden yıkıma uğradığına bizzat tanık oldum. Psikoloji kliniğime gelen ilk danışanım ortaokuldayken akranları tarafından sürekli taciz edilen bir yetişkindi. Bilmediği bir nedenden ötürü bir grup sinirli çocuğun seçtiği bir günah keçisi olmuş, onların bitmek bilmeyen sataşmalarına katlanmak zorunda kalmıştı. Normal hayatla başa çıkabilmesini engelleyen ciddi zorunluluklar ve takıntılar geliştirmişti.

Örneğin, 57 sayısını hiçbir şekilde kullanamıyordu, çünkü 1957 senesi akranlarının tacizlerinin en kötüleştiği yıldı. Bu sayıyla "kirlenmesi" durumunda, yeniden normal hayatını yaşamasını mümkün kılan karmaşık temizlik ritüelleri yapması gerekiyordu. Akran dışlaması ve istismarı çocukluk dönemlerinde günah keçisi olarak kullanılan çok sayıda çocuğun hayatını felce uğratmıştır. (Yakın zamanda yapılan araştırmaların sonuçları bu gibi olayların akran yöneliminin etkisiyle hızla arttığını göstermektedir. Bu gibi olaylara, saldırganlığa ve zorbalığa odaklanan 10. ve 11. bölümlerde daha ayrıntılı bir şekilde değineceğiz.)

Bunun baş zanlısının akran dışlaması olduğu düşünülüyor: uzak durma, dışlama, utandırma, ayıplama, alay etme, zorbalık. Bazı uzmanlar çocukların duygusal anlamda sağlıklı ve mutlu olabilmeleri için akranları tarafından kabul görmelerinin mutlaka gerekli olduğu ve akranları tarafından sevilmemelerinin yaşayabilecekleri en kötü deneyim olduğu sonucuna varmıştır. Akran dışlamasının kişinin yaşamı boyunca kendinden şüphe duymasına neden olduğu düşünülmektedir. Günümüzde çoğu ebeveyn çocuklarının arkadaş edinememesinden ve akranlarının saygısını kazanamamasından endişeleniyor. Ancak bu düşünce tarzı iki temel soruyu hesaba katmıyor: Çocukların bu kadar kırılgan olmalarının asıl nedeni nedir? Ve bu kırılganlık neden giderek artıyor?

Çocukların bazen birbirlerini hiçe saydıkları, görmezden geldikleri, uzak tuttukları, utandırdıkları, birbirlerine sataştıkları ve birbirleriyle alay ettikleri kesinlikle doğru. Çocuklar kendilerini idare etmekle sorumlu yetişkinlerin onları yeterince denetleyemediği durumlarda bu tür davranışları her zaman sergilemiştir. Ancak kırılganlığı yaratan akranların duyarsız davranışları veya sözleri değil, bağlanmadır. Günümüzde uzmanların daha çok akran dışlaması ve kabullenmesine odaklanması bağlanmanın rolünün tamamen göz ardı edilmesine neden olmuştur. Eğer çocuklar öncelikle ebeveynlerine bağlanmışsa, ebeveynlerinin kendilerini kabullenmeleri duygusal açıdan sağlıklı ve mutlu olmaları için hayati önem arz eder ve ebe-

veynlerinin kendilerini sevmemesi özsaygılarına yıkıcı bir darbe vurur. Çocukların insanlık dışı davranışlar sergileme kapasitesi büyük ihtimalle değişmedi, ancak yapılan araştırmaların sonuçları çocukların birbirlerini giderek daha fazla yaraladığını gösteriyor. Eğer günümüzde çocuk akranlarının duyarsız davranışlarından dolayı gitgide daha fazla zarar görüyorsa, bunun nedeni çocukların geçmişe oranla daha zalim olmaları değil, akran yöneliminin onları birbirlerinin sataşmalarına ve duygusal saldırılarına daha kırılgan hale getirmesidir. Çocuklarımızın bize ve onları yetiştirmekle sorumlu diğer yetişkinlere bağlı kalmalarını sağlayamamamız yalnızca doğal kalkanlarını ellerinden almakla kalmamış, akranlarının ellerine de birer kılıç vermiştir. Akranlar ebeveynlerle yer değiştirdiğinde, çocuklar diğer insanların düşüncesizliklerine karşı korumasız kalır. Bu durumdaki çocukların kırılganlıkları onları kolayca bunaltabilir. Bunun sonucunda yaşanılan acı çoğu çocuğun katlanabileceğinden fazladır.

Yapılan araştırmalar yetişkinlerle güçlü bağlar kurmalarının çocuklara, hatta ergenlik çağı boyunca gençlere en iyi korumayı sağladığını açıkça göstermektedir. Bu araştırmaların belki de en etkileyici olanı, Amerika Birleşik Devletleri'ni mümkün olduğunca iyi bir şekilde temsil eden bir örneklem grubu oluşturulması için seksen farklı bölgede yaşayan doksan bin ergen üzerinde yürütüldü. Bu araştırmanın sonucunda ebeveynleriyle güçlü duygusal bağlar kurmuş ergenlerin alkol ve uyuşturucu bağımlısı olma, intihara teşebbüs etme, saldırgan davranışlar sergileme veya erken yaşta cinsel deneyimler yaşama ihtimallerinin çok daha düşük olduğu ortaya çıktı.[2] Başka bir deyişle, bu ergenlerin kırılganlığa karşı savunmaya geçilmesinden kaynaklanan tipik sorunları yaşama olasılıkları diğerlerine oranla çok daha düşüktü. Ebeveynleriyle aralarında kurdukları güçlü bağlar onları strese karşı koruyan bir kalkan işlevi görerek duygusal sağlıklarının ve işlevselliklerinin olumsuz yönde etkilenmesini engelliyor. Gençleri dayanıklı kılan unsurlar üzerinde yapılan araştırmaların parlak öncülerinden biri olan

ünlü Amerikalı psikolog Julius Segal'ın vardığı sonuç da buydu. Dünyanın dört bir yanında yapılan araştırmaları özetleyen Dr. Segal çocukları yaşadıkları yoğun stresin yükünün altında ezilmekten kurtaran en önemli unsurun, "hayatlarında karizmatik bir yetişkinin –kendileriyle özdeşleştirdikleri ve güç aldıkları bir insanın– varlığı" olduğu sonucuna ulaşmıştı.[3] Dr. Segal ayrıca, "Ebeveyn ve çocuk arasında yok edilemeyecek bir sevgi bağı yoksa hiçbir şey olması gerektiği gibi işlemez" yorumunu da yapmıştır.

Akranların hiçbir şekilde bu kadar –en azından ebeveynler, öğretmenler veya diğer yetişkin bağlanma figürleri kadar– önemli olmaması gerekiyordu. Akranların sataşmaları ve dışlamaları elbette çocukların incinmesine neden olur, ancak onları bu kadar derinden yaralamaması ve bu kadar gücendirmemesi gerekir. Dışlanmış bir çocuğun yaşadığı büyük üzüntü basit bir akran dışlaması sorunundan çok daha ciddi bir bağlanma sorunu olduğuna işaret eder.

Kıtanın dört bir yanında eğitim veren okullar, çocukların birbirlerine karşı yaptıkları zulmün giderek artmasına tepki olarak, gençlere toplumsal sorumluluk duygusu aşılamayı hedefleyen çeşitli programlar tasarlamak için hummalı bir çalışma içine girdi. Ancak çocukların diğer çocuklara karşı sorumlu davranışlar sergilemelerini beklersek büyük bir yanılgıya düşeriz. Bence akran dışlamasının ve rencide edici etkileşimlerin bu şekilde yok edilebileceğini düşünmek hiç de gerçekçi değil. Bunun yerine, çocukların genç ve olgunlaşmamış olmalarının doğal dışavurumlarının olumsuz etkilerini azaltmak için yetişkinlerin, çocukları kendilerinden ve birbirlerinden koruma gücünü yeniden tesis etmek için çabalamalıyız.

AKRANLAR KIRILGANLIĞIN DIŞAVURUMLARINI ALAY KONUSU YAPAR VE SUİİSTİMAL EDER

Akran yönelimli gençler kırılganlığı onlar için dayanılmaz hale getiren ve beyinlerinin savunmaya geçmesini tetikleyen iki ciddi psikolojik riskle karşı karşıya kalır: ebeveynleriyle aralarındaki bağları koparmalarıyla kendilerini strese karşı koruyan kalkanlarını kaybetmeleri ve güçlü bir bağlanma kılıcının sorumsuz ve dikkatsiz çocuklar tarafından kendilerine doğru sallanması. Derin ve açık düşüncelere sahip olmalarını engelleyen –ve akran yönelimli çocukların duyarsızlaşmalarına neden olan– üçüncü bir unsur da çocuklarda görülen herhangi bir kırılganlık belirtisinin halihazırda kırılganlığa karşı duyarsızlaşmış diğer çocukların kendilerine karşı saldırıya geçmesini tetiklemesidir.

Yelpazenin aşırı uçlarından bir örnek verelim. Şiddet eğilimli genç suçlularla yaptığım çalışmalarda, en önemli hedeflerimden biri bu çocukların kırılganlığa karşı oluşturdukları kalkanları suya indirmelerini ve aldıkları yaraları hissetmeye başlamalarını sağlamaktı. Seans başarılı olur da savunma mekanizmalarını bertaraf etmelerine yardımcı olup sorunlarının temelinde yatan acıya odaklanmalarını sağlayabilirsem, yüz ifadeleri ve ses tonları yumuşar, gözleri sulanırdı. Bu gözyaşları, bu çocukların çoğunun yıllardır döktükleri ilk gözyaşlarıydı. Gözyaşı dökmek, özellikle de ağlamaya alışkın olmayan insanların yüzlerinde ve gözlerinde çok belirgin bir etki yarabilir. İşe yeni başladığımda, bu seanslardan sonra çocukları yeniden hapishane popülasyonunun içine gönderecek kadar toydum. Bunun ne gibi sonuçlar doğurduğunu tahmin etmeniz zor değil. Kırılganlıkları hâlâ yüzlerinden aktığından, diğer mahkûmların dikkatini çekiyordu. Kırılganlıklarına karşı savunmaya geçmiş olanlar bu durumda kaldıklarında karşı saldırıya geçmek zorunda olduklarını hissediyordu. Kırılganlığa düşmanlarıymış gibi saldırıyorlardı. Kısa bir süre sonra, hastalarımın kırılganlıklarını dışa vurmadıklarından emin olmak için çeşitli önlemler almayı

öğrendim. Neyse ki hapishanedeki ofisimin hemen yanında bir lavabo vardı. Bazı çocuklar yüzlerini soğuk suyla yıkayarak onları ele verebilecek herhangi bir duygusallık izini silmek için bir saate yakın lavabonun başında kalıyordu. Savunma mekanizmaları biraz yumuşamış olsa da daha fazla yara almamak için dayanıklılık maskelerini takmak zorundaydılar. İşimin bir kısmı da bu gibi ortamlarda mağdur olmamak için takmak zorunda kaldıkları dayanıklılık maskeleriyle, kırılganlığa karşı geliştirip özümsedikleri, derin ve yoğun duygular hissetmelerini engelleyen savunma mekanizmaları arasında ayrım yapabilmelerine yardımcı olmaktı.

Aynı dinamik, elbette bu kadar aşırıya kaçmasa da, akran yönelimli çocukların hüküm sürdüğü dünyada da etkindir. Kırılganlık belirtileri sergileyen çocuklara yine saldırılır, ancak yumruklarla değil, utandırıcı ve aşağılayıcı sözlerle. Çocukların çoğu, kısa bir süre içinde herhangi bir zayıflık, hassasiyet ve kırılganlık, ayrıca telaş, korku, heves, muhtaçlık, hatta meraklılık belirtisini gizlemeyi öğrenir. En önemlisi de bu tür sataşmaların amacına ulaştığını ifşa etmemeleri gerekir.

Carl Jung genelde rahatsızlık duyduğumuz yanlarımızı diğer insanlarda gördüğümüzde bunun içimizde saldırıya geçme eğilimi oluşturduğunu açıklamıştır. Düşman kırılganlık olduğunda, algılandığı her yerde saldırıların hedefi olur – en iyi arkadaşlarda algılansa bile. Telaş belirtileri "korkak pisicik" veya "ödlek tavuk" gibi sözel sataşmaları provoke edebilir. Gözyaşları alaycı davranışları tetikleyebilir. Meraklılık belirtileri gözlerin devrilmesine ve tuhaflık veya sivri zekâlılık suçlamalarına yol açabilir. Hassasiyetin dışavurumu aralıksız sataşmalara neden olabilir. Kırılganlığıyla barışık olmayan birinin yanında herhangi bir şeyin acı verdiğini açıklamak veya herhangi bir şeyi önemsemek risklidir. Duyarsızlaşmış insanların yanında sergilenen herhangi bir duygusal açıklık belirtisinin hedef alınma olasılığı yüksektir.

AKRAN İLİŞKİLERİ TABİATI GEREĞİ ÖZGÜVENDEN YOKSUNDUR

Akran yönelimli çocukları duygusal açıdan zarar görmeye meyilli olduklarıyla yüzleşmekten kaçınmaya zorlayan ve diğerlerinden daha da önemli olan dördüncü bir neden vardır.

Akran yöneliminin doğurduğu kırılganlık çocukların birbirlerini kırmasına gerek kalmadan da yıkıcı etkiler yaratabilir. Kırılganlık akran yönelimli ilişkilerin özgüvenden yoksun tabiatına işlemiştir. Kırılganlık yalnızca olanlarla değil, olabileceklerle de –bağlanmanın özünde yatan özgüven eksikliğiyle– ilişkilidir. Sahip olduklarımızla, kaybedebileceklerimizle ilişkilidir; elimizdekiler ne kadar değerli olursa potansiyel kayıplarımız da o kadar büyük olur. Yakın ilişkiler kurabiliriz, ama bu ilişkilerin sürekliliğini güvence altına alamayız – bu bir düğüm atmaya, tekne bağlamaya veya sabit faizli devlet tahvili almaya benzemez. İnsanlar ilişkilerinde olup bitenleri pek fazla kontrol edemez ve bir sonraki gün hâlâ istenip istenmeyeceklerini veya sevilip sevilmeyeceklerini bilemezler.

Her türlü ilişkinin bozulma olasılığı olsa da ebeveynler olarak çocuklarımıza birbirlerine tabiatları gereği veremedikleri şeyi vermeye çalışırız: Bizi memnun etmelerine veya kendimizi iyi hissetmemizi sağlamalarına bağlı olmayan ve herhangi bir şekilde karşılık beklemeden kurduğumuz bir bağ. Başka bir deyişle, çocuklarımıza akran ilişkilerinde eksik olan şeyi sunarız: Karşılıksız kabullenme.

İnsanlar kırılganlıklarının dayanılmaz bir raddeye geldiğini içgüdüsel bir şekilde anlama yetisine sahiptir. Akran ilişkilerinin özünde kaybetme korkusundan kaynaklanan bir kırılganlık vardır. Akran ilişkilerinde tarafların sırtlarını dayayabilecekleri bir olgunluk, güvenebilecekleri bir bağlanma, diğerlerine karşı hissedilen bir sorumluluk duygusu yoktur. Çocuklar güvenemeyecekleri bağlar kurdukları gerçeğiyle yüzleşmek zorunda kalır: Ya akranlarımla anlaşamazsam? Ya aramızdaki ilişkiyi yürütemezsem? Ya arkadaşlarımın yaptıklarını yapmak istemezsem, annem arkadaşlarımın yanına gitmeme izin ver-

mezse veya arkadaşım beni sevdiğinden çok falancayı severse? Akran yönelimli çocuklar sürekli bu tür şeylerden endişe duyar ve bunları hiçbir zaman akıllarından tam olarak atamazlar. Akran yönelimli çocuklar kimlerin kimlerden hoşlandığı, kimlerin kimleri tercih ettiği, kimlerin kimlerle beraber olmak istediği gibi konulara kafayı takar. Hataya, sadakatsizliğe, anlaşmazlıklara, farklılıklara veya uyumsuzluklara yer yoktur. Gerçek bireysellik ilişkilerini her ne pahasına olursa olsun sürdürme gereksiniminin yükü altında ezilir. Ancak çocuklar ne kadar çabalarsa çabalasın, akranlar ebeveynlerin yerini aldığında güvensizlik hissi dayanılamayacak raddeye gelene kadar artabilir. Genelde duyarsızlık bu noktada devreye girer, savunma mekanizmaları çalışarak duygularını köreltir ve çocuklar dışarıdan bakıldığında kırılgan gözükmez. Kendilerini yaşadıkları kayıplar yüzünden acı çekmekten koruma gereksinimleri onları gerçekten bir kayıp yaşamadan önce bile duygusuzlaştırır. Benzer dinamikler nispeten daha ileri yaştaki ergenlerin cinsellik içeren "aşk" ilişkilerinde daha da güçlü etkiler yaratır (bkz. Bölüm 12).

John Bowlby, kaleme aldığı üç kitaptan oluşan dizinin, *Separation* [Ayrılık] adlı ikinci cildinde, yatılı bakımevlerinde on iki günden yirmi bir haftaya kadar annelerinden ayrı kalan on küçük çocuğun anneleriyle yeniden bir araya geldiklerinde olanlara dair gözlemlerini aktarır. Kitapta anlatılan her vakada çocuklar aniden meydana gelen ailevi sorunlar yüzünden ve kendilerine bakabilecek başka bir yetişkin bulunmadığından annelerinden ayrı kalmak zorunda kalmış ve vakaların hiçbirinde ebeveynler çocuklarını kendi istekleriyle yalnız bırakmamıştır.

Çocukların annelerinin ayrılmasından sonraki birkaç gün boyunca kaygılı oldukları ve kayıp ebeveynlerini bulmak için her yere baktıkları gözlemlenmiş. Çocuklar bu evrenin ardından belirgin bir içe kapanma evresi geçirmiş, hatta depresyona girmiş ve sonradan görünürde normale dönmüştür. Oyun oynamaya, bakıcılara tepki vermeye ve kendilerine verilen yiyeceklerle bakımı kabul etmeye başlamıştır. Yaşadıkları travmanın gerçek duygusal bedeli ancak annelerin geri dönmesiyle belirginleşmiştir. Aradan geçen günler veya haftalar sonra an-

neleriyle yeniden bir araya gelen on çocuğun her biri ciddi yabancılaşma belirtileri sergilemiştir. Çocukların ikisi annelerini tanıyamadığı, diğer sekizinin de ya annelerini görünce arkalarını döndüğü ya da annelerinden uzaklaştığı gözlemlenmiştir. Çocukların çoğunun ağladıkları ya da ağlamalarına ramak kaldığı görülmüştür; bir kısmı ağlamaklı bir yüz ifadesiyle donuk bir yüz ifadesinin arasında gidip gelmiştir. Bu geri çekilme dinamiği John Bowlby tarafından "kopma" olarak adlandırılmıştır.[4] Kopmanın bu şekli savunma amaçlıdır. Tek bir anlama gelir: Yokluğun bana o kadar acı verdi ki bu deneyimi bir daha yaşamamak için, kendimi sertleşmiş duygulardan oluşan bir kabuğun içine hapsedip, sevgiye –dolayısıyla da acıya– duyarsız olacağım. Bir daha böyle bir acı hissetmek istemiyorum.

Bowlby ayrıca ebeveynlerin fiziksel olarak var olsalar da bazen stres, endişe bozukluğu, depresyon yüzünden veya diğer konularla meşgul oldukları için duygusal olarak var olmadıklarına dikkat çekmiştir. Ebeveynlerinin niçin var olmadıkları çocuklar için pek de önemli değildir. Yokluklarına verdikleri kodlanmış tepkiler aynı olacaktır, çünkü onlar için esas sorun ebeveynlerinin fiziksel olarak var olmaları değil, duygusal anlamda erişilebilir olmalarıdır. Ebeveynleriyle arasındaki ilişkilerde çok fazla güvensizlik yaşayan bir çocuk savunma amaçlı kopmanın kendine kazandırdığı dayanıklılığı birincil varoluş tarzı olarak benimser. Çocuklarla ebeveynlerin arasında işlevsel bir bağ olduğunda, ebeveynlerin sevgisi ve sorumluluk duygusu genelde çocukların bu tür önlemler almaya zorlanmamasını güvence altına alır. Akranlar böyle bir farkındalığa, vicdana veya sorumluluk duygusuna sahip değildir. Akran yönelimli etkileşimlerde terk edilme olasılığı her zaman var olan bir tehdittir ve çocuklar terk edilmeye otomatik olarak duyarsızlaşarak tepki verir.

O halde, *havalı* olmanın akran kültürüne yön veren etik, en önemli erdem olmasına şaşırmamamız gerek. *Havalı [cool]* kelimesinin birçok anlamı olsa da ağırlıklı olarak dayanıklılığı ima

eder. Akran yöneliminin yoğun olduğu yerlerde, konuşmalarda, yürüyüş ve giyim tarzlarında veya tavırlarda kırılganlığın izine rastlanmaz.

Eşyazarım hekim olmadan önce bir lise öğretmeniydi. Gabor, öğretmenlik günlerini anımsayarak, onuncu sınıf öğrencileriyle beraber John Steinbeck'in *Fareler ve İnsanlar* adlı kitabını okuduklarında, öğrencilerin kitabın ana karakterlerine, basit yaşantıları olan iki fakir işçiye, hiç empati göstermediklerini söyledi. Çoğu öğrencinin "Çok aptallar", "Hak ettiklerini buldular" gibi yorumlar yaptığını belirtti. Ergenlik çağındaki bu gençler yaşanan trajedileri neredeyse hiç idrak edemiyor ve acı çeken insanlara hiç saygı göstermiyordu.

Çocuklarımızın insanların çektikleri acılara, şiddete, hatta ölüme duyarsız kalmalarına neden olan ana etken olarak suçu televizyon programlarına, filmlere ve rap müziğine atmak kolaydır. Ancak kırılganlığın temelinde, çocukların duyarsızlaşmasına ve olgunlaşamamasına katkıda bulunup bundan çıkar sağladığı için suçlanmayı hak etse de, ticarileştirilmiş kültür yatmaz. Akran yönelimli çocukların kırılganlıkları iç dünyalarından beslenir. Bu duyarsızlığın ifade edilme biçimini şekillendiren hiçbir televizyon programı veya film olmasaydı da akran yönelimli gençlerin olağan davranış biçimi olarak yine kendiliğinden ortaya çıkardı. Akran yönelimli çocuklar dünyanın dört bir yanında yaşasa ve sayısız altkültüre mensup olsa da kırılganlık gençlik kültüründe evrensel bir temadır. Modalar gelip geçebilir, müzik tarzları ve dil değişebilir, ama havalı kopukluk ve duyarsızlık kalıcıdır. Bu kültürün yaygınlığı üyelerinin çaresizce kırılganlıktan kaçındıklarının güçlü bir kanıtıdır.

Akran yönelimli çocukların tecrübe ettikleri kırılganlık hissini dayanılmaz bulduklarına bir diğer kanıt da kırılganlık hissini bastıran uyuşturucuların yaygınlaşmasıdır. Akran yönelimli çocuklar yalnız olduklarını, ıstırap ve acı çektiklerini hissetmemek, acı çekmekten, savunmasız, telaşlı, güvensiz veya yetersiz olduklarını hissetmekten ve utanç duymaktan kaçınmak için her şeyi yapar. Yaşları ilerledikçe uyuşturucu maddeler genelde yaşam tarzlarının ayrılmaz bir parçası haline gelir.

Akran yönelimi kırılganlık hissini azaltan her şeyi arzulamalarını sağlar. Uyuşturucular duygusal ağrı kesicileri olarak işlev görür. Bir yandan da gençlerin savunmaya çekilerek duyarsızlaşmalarından kaynaklanan hissizliklerinden kaçmalarına yardımcı olurlar. Duyarsızlık can sıkıntısı ve yabancılaşmayı beraberinde getirir. Uyuşturucular duygusal monotonluktan kurtulmaları için yapay bir uyarıcıdır. Algıları açar, insanların içlerini gerçek anlamda açmalarından doğabilecek risklere maruz kalmadan sahte bir bağlanma duygusu hissetmelerine neden olurlar. Aslında aynı uyuşturucular bir birey üzerinde zıt etkiler de yaratabilir. Örneğin, alkol ve marihuana, hem bireyin beynini ve zihnini uyuşturabilir hem de onu sosyal kısıtlamalardan özgür kılabilir. Diğer uyuşturucular birer uyarıcıdır: kokain, amfetaminler ve ekstazi. İngilizcede aşırı haz anlamına gelen ecstacy kelimesinden uyarlanan ekstazi ismi duygusal anlamda aciz olan gençlerin ruhsal hayatlarında tam olarak neyin eksik olduğu konusunda çok şey anlatmaktadır.

Bu uyuşturucuların psikolojik işlevi genelde sorunun bireylerin dışından, akran baskısı ve gençlik kültürünün âdetlerinden kaynaklandığını düşünen iyi niyetli yetişkinler tarafından gözden kaçırılır. Bu çocuklarımızın uyuşturucuya hayır demelerini sağlamakla yok edilebilecek bir sorun değildir. Sorunun kökleri çok daha derinlere uzanmaktadır. Akran yöneliminin çocuklarımızın üzerinde yarattığı etkilerle yüzleşmez ve bu etkileri tersine çevirmezsek, bu uyuşturucular için doymak bilmeyen bir iştah yaratırız. Kırılganlık hissini azaltan uyuşturucuların cazibesi, koruma altına alınan ruhun derinliklerinde yatar. Çocuklarımızın duygusal güvenliğini yalnızca biz sağlayabiliriz: Bunu yaptığımızda da hislerinden kaçmaz ve uyuşturucuların anestezik etkilerine gerek duymazlar. Kendilerini canlı ve coşkulu hissetme ihtiyaçları içlerinden, doğuştan gelen sınırsız evrenle bütünleşme kapasitelerinden gelebilir ve gelmelidir.

Bu noktada bağlanmanın özünde hiyerarşik bir yapıya sahip olduğunu hatırlamamızda fayda var. Çocukların normal bir şekilde işlev görebilmek için bağlanmaya duydukları ihti-

yaç kadar, sorumluluklarını üstlenebilecek birine bağlanmaları da önemlidir. Duygusal bağlanmanın özünde yatan kırılganlık ancak o zaman dayanılabilir bir hal alır. Çocukların arkadaşlara ihtiyacı yoktur; ebeveynlere, büyükannelere, büyükbabalara ve onlara tutunma sorumluluğunu üstlenebilecek yetişkinlere ihtiyaçları vardır. Çocuklar kendilerini önemseyen yetişkinlere ne kadar sıkı bağlanırsa, kırılganlık hissinin ağırlığı altında ezilmeden akranlarıyla o kadar rahat etkileşim kurabilirler. Akranların önemi gözlerinde ne kadar azalırsa, akran ilişkilerinin kırılganlığına katlanabilme becerileri o kadar artar. Arkadaşa ihtiyaç duymayan çocuklar derin duygular hissetme ve kırılgan olduklarının farkına varabilme yeteneklerini kaybetmeden arkadaş edinebilme becerisine sahip olan çocuklardır.

Peki ama çocuklarımızın kırılgan olduklarını kabullenmelerini niçin istemeliyiz? Kopmanın duygularını körelterek onları korumasının neresi yanlış? Hepimiz içgüdüsel olarak hissetmenin hissiz olmaktan daha iyi olduğunu biliyoruz. Duygularımız bir lüks değil, yapımızın önemli bir parçasıdır. Hissetmekten zevk aldığımız için değil, hayatta kalmamıza büyük oranda katkıda bulundukları için duygulara sahibiz. Duygular bize yön verir, içinde bulunduğumuz dünyayı bizim için yorumlar, başarıya ulaşmamız için hayati önem taşıyan bilgiler sunar. Bize nelerin tehlikeli, nelerin güvenli olduğunu, nelerin varlığımızı tehdit ettiğini ve nelerin gelişimimize katkıda bulunduğunu söylerler. Gözlerimiz görmese, kulaklarımız işitmese, tat alamasak, sıcağı, soğuğu ve fiziksel acıyı hissetmesek ne kadar etkisiz olacağımızı hayal edin. Duygularımızın körelmesi duyumsal araçlarımızın, daha da ötesi benliğimizin vazgeçilmez bir kısmını kaybetmemiz anlamına gelir. Duygular yaşantımıza değer, heyecan ve anlam katar ve içimizde mücadele etme arzusu uyandırır. Dünyayı keşfetmemizi sağlar, keşiflerimize motivasyon kaynağı olur ve gelişimimizi desteklerler. İnsanlar hücrelerine kadar ya savunma ya da gelişim modunda olur, ancak aynı anda iki modda birden bulunamazlar. Çocuklar duyarsızlaştıklarında, yaşamın sonsuz olasılıklarla dolu olduğunu, sonsuz bir potansiyele sahip olduklarını ve dünyanın ken-

dilerini özgürce ifade edebilmeleri için onlara davetkâr ve koruyucu bir alan sunduğunu göremezler. Akran yöneliminin dayattığı kırılganlık çocukları kısıtlamaların ve korkuların içine hapseder. Bu yüzden, günümüzde çok sayıda çocuğun depresyon, endişe bozukluğu ve buna benzer diğer ruhsal bozukluklar için tedavi gördüğüne şaşırmamak gerek.

Yalnızca yetişkinlerin sunabileceği sevgi, ilgi ve güven çocukları dayanıklı olma gereksinimlerinden özgür kılabilir ve riskli faaliyetler, sporlar veya uyuşturucunun sağlayamayacağı yaşam ve macera potansiyelini onlara yeniden kazandırabilir. Çocuklarımız, böyle bir güvenlik ağına sahip olmadan psikolojik anlamda büyüme ve olgunlaşma, anlamlı ilişkiler kurma ve kendilerini özgürce ifade edebilmek için en derin ve en güçlü dürtülerinin peşinden gitme potansiyellerinden feragat etmiş olur. Kırılganlıktan kaçınmak aslında benlikten kaçınmaktır. Çocuklarımızı yakınımızda tutmazsak, bunun nihai bedeli çocuklarımızın kendi gerçek benliklerine tutunma becerilerini yitirmeleri olur.

9

Toyluğa Takılıp Kalmak

Sarah'nın sürekli tutarsız ve öngörülemez davranışlar sergilemesine sinirlenen annesi "Artık burama geldi" dedi. "Ona yardımcı olmak için ne kadar çabalarsam çabalayayım, başladığı hiçbir işin sonunu getiremiyor." Sarah'nın anne babasını en çok sürekli tekrarladığı bir davranış rahatsız ediyordu. Kızlarının hevesle dile getirdiği arzularını gerçekleştirebilmesi için ellerinden geleni yapmalarına rağmen, kızları karşılaştığı ilk engelde veya ilk başarısızlık belirtisinde arkasını dönüp kaçıyor, bu arzularını gerçekleştirmek için çaba sarf etmekten vazgeçiyordu. Anne babası dikkatlice para biriktirip, kendi programlarını ders saatlerine göre ayarladıkları halde Sarah artistik buz pateni kursunu ikinci dersten sonra bırakmıştı. Sarah ayrıca çok dürtüsel, sabırsız ve çok çabuk sinirlenen bir kızdı. Sürekli iyi olmaya gayret edeceğine dair sözler veriyor ama çoğu zaman başladığı işlerin sonunu getirmiyordu.

Peter'ın annesiyle babası da endişeliydi. Oğulları sürekli endişeli ve asabiydi; bazen kız kardeşine ve anne babasına çok kötü davranıyordu. Peter'ın babası bana, "Gördüğüm kadarıyla sözlerinin ve davranışlarının diğer aile bireylerini nasıl etkilediğinin farkında değil" dedi. Peter tartışmacı ve muhalif tavırlar sergiliyordu. Herhangi bir uzun vadeli hedefi yoktu. Nintendo ve bilgisayar oyunu oynamaktan başka bir tutkusu da yoktu. Çalışma kavramı ona hiçbir anlam ifade etmiyordu; derslerini, ev ödevlerini veya evde ailesine yardımcı olmak için yapabileceği ufak tefek işleri hiç umursamıyordu. Babası, "Beni asıl endişelendiren şey, Peter'ın bu konulardan hiç endişe duymaması" dedi. Kendine bir yön çizmemesi ya da anlamlı hedefler koy-

maması oğullarını hiç mi hiç kaygılandırmıyordu.

Peter ve Sarah benzer karakter özelliklerini farklı şekillerde dışa vuruyordu. Her iki çocuk da dürtüsel davranışlar sergiliyordu. Her ikisi de nasıl davranmaları gerektiğini biliyordu, ama davranışları bunu yansıtmıyordu. İkisi de düşüncesizdi, davranışlarının ne gibi sonuçlar doğurabileceğini görmekten aciz ve ani tepkiler vermeye meyilliydi. Her ikisinin ebeveynleri de ortada endişelenmelerini gerektiren bir durum olup olmadığını öğrenmek istiyordu. Büyük ihtimalle Sarah'nın anne babasının endişelenmelerini gerektiren bir durum yoktu. Sarah yalnızca dört yaşındaydı; bu yaşta bu tür davranışlar sergilemesi olağandışı bir durum değildi. Her şey yolunda giderse, gelişimini izleyen birkaç yıl içinde Sarah'nın tavırları ve davranışları büyük bir değişim geçirecekti. Ancak ortada Peter'ın anne babasının endişelenmesini gerektiren bir durum vardı. Peter on dört yaşındaydı ve kişiliği en azından bu açıdan anaokulundan beri hiç değişmemişti.

Sarah ve Peter *anaokulu çağı sendromu* adını taktığım bir karakter örüntüsü veya anaokulu öğrencilerine uygun davranışlar sergiliyordu. Gelişimlerinin bu safhasında bir dizi psikolojik işlev henüz çocukların karakterleriyle bütünleşmemiştir; çocuklarda bütünleyici işlevselliğin eksik olması psikolojik açıdan olgunlaşamadıklarını gösteren bir uyarı işaretidir. Gelişim süreçlerinde anaokulu çağındaymış gibi davranma "hakkına" sahip çocuklar elbette sadece anaokulu çağındaki çocuklardır. Bütünleyici işlevselliğin daha ileri yaştaki çocuklarda veya yetişkinlerde eksik olması bu insanların yaşlarıyla uyumlu olmayan bir olgunluk seviyesinde olduklarına işaret eder.

Fiziksel gelişim ve yetişkinlere özgü fizyolojik işlevselliğin kazanılması her zaman fiziksel ve duygusal olgunluğu otomatik bir şekilde beraberinde getirmez. Robert Bly, *The Sibling Society* adlı kitabında olgunlaşamama sorununun toplumumuzu tehdit eden bir salgın hastalık olduğunu ileri sürer. "İnsanlar büyümeye tenezzül etmiyor. Hepimiz yarı-yetişkinlerle dolu

bir akvaryumda yüzen balıklarız."[1] Günümüz dünyasında anaokulu çağı sendromu anaokulu çağını çoktan geride bırakmış olan birçok çocuğu etkilemektedir; ergenlerde, hatta yetişkinlerde bile gözlemlenebilmektedir. Birçok yetişkin olgunluğa erişmemiştir; hayatlarını tamamen bağımsız bir şekilde sürdürebilecek, başkalarının telkinlerine gerek duymadan kendi yollarını çizebilecek, kendi duygusal gereksinimlerini karşılayabilecek ve diğer insanların ihtiyaçlarına saygı duyabilecek duruma gelememiştir.

Olgun bireylere günümüzde giderek daha da az rastlanmasının birçok nedeni olsa da bunlardan en önemlisi muhtemelen akran yönelimidir. Olgunlaşamama durumu ile akran yönelimi ayrılmaz bir ikilidir. Akran yönelimi çocukların hayatlarını ne kadar erken yaşta etkilemeye başlarsa ve çocuklar akranlarına ne kadar sıkı bir şekilde bağlanırsa, olgunlaşamayarak sonsuza dek çocuk kalma ihtimalleri de o kadar artar.

Peter akran yönelimi ağır basan bir çocuktu. Hangisinin önce geldiği belli değildi: Olgunlaşmamış olması mı onu akran yönelimli olmaya daha yatkın kılmıştı, yoksa gelişimi erken yaşta akranlarına yöneldiği için mi duraklamıştı? İkisi de olabilir, ancak akran yönelimi etkilerini göstermeye başladıktan sonra, bu sorun kalıcı bir hal alır. Her iki seçenekte de akran yönelimli çocuklar olgunlaşmayı başaramaz.

OLGUNLAŞAMAMAK NE ANLAMA GELİR

Olgunlaşırken, beyinlerimiz farklı unsurları birbirine karıştırabilme veya farklı algıları, duyuları, düşünceleri, hisleri ve güdüleri kafamız karışmadan ve hareketlerimiz kısıtlanmadan aynı anda aklımızdan geçirebilme yeteneğini kazanır. Bu yeteneği, önceki paragraflarda, anaokulu çağı sendromundan bahsederken "bütünleyici işlevsellik" olarak adlandırmıştım. Gelişimin bu safhasına ulaşması insanın kişiliği ve davranışları üzerinde büyük bir dönüştürücü ve medenileştirici etki yaratır. Dürtüsellik ve benmerkezcilik gibi çocuksu olmakla ilişki-

lendirilen özellikler yavaş yavaş yok olur ve çok daha dengeli bir kişilik belirmeye başlar. İnsan beynine bunu yapmayı öğretemez; bütünleştirme yeteneği zamanla geliştirilmeli ve büyüdükçe insanın kullanımına hazır hale getirilmelidir. Antik Romalılar bu tür karışımları ifade eden bir sözcük kullanıyordu: *temper* (*tavlamak*). Bu fiil artık İngilizcede "kıvam vermek" veya "ıslah etmek" anlamında kullanılmaktadır, ancak eskiden kil yapımında farklı malzemelerin karıştırılmasına atıfta bulunmak için kullanılıyordu. Sarah'nın ve Peter'ın deneyimleri ve ifadeleri "tavlanmamış" veya ıslah edilmemişti. Tavlanmamış veya ıslah edilmemiş olmaları –aynı anda birden fazla duygunun karışımına tahammül edebilme yeteneğine sahip olmamaları– olgunlaşamadıklarını gösteren karakteristik bir özelliktir.

Örneğin, Sarah ebeveynlerine karşı sevgi gösterisinde bulunmaktan kaçınmayan bir çocuktu, ancak tüm çocuklar gibi arada sırada hayal kırıklığına uğrayıp öfkelenebiliyordu. Öfkeli olduğunda, sinir krizleri geçirerek annesine, "Senden nefret ediyorum" gibi sözler söyleyebilecek kıvama gelebiliyordu. İçinde bulunduğu gelişim safhası göz önünde bulundurulduğunda, Sarah'nın annesine karşı duyduğu sevginin aralarında yaşadıkları gerginliği ıslah edemediğini söyleyebiliriz, tıpkı buz pateni yapma arzusunun düştüğünde yaşadığı hayal kırıklığını ıslah edemediği gibi. Sarah'nın dürtüselliği bundan kaynaklanıyordu. Benzer bir şekilde, Peter öfke patlaması yaşadığında, hakaretler savurup küfürler ediyordu. Başının belaya gireceğini öngörebilse de tekrar tekrar sorun çıkartıyordu ve davranışlarının ne gibi olumsuz sonuçlar doğurabileceğini o anda tecrübe ettiği yoğun öfke yüzünden kavrayamıyordu. Bu durum yine karışık duygular hissetmeyi başaramadığına işaret ediyordu. Her iki çocuk da soğukkanlılıklarını koruyamıyor ve bunun sonucunda sert, kaba ve düşüncesiz tepkiler veriyordu.

Benzer bir şekilde, Peter çalışma fikrini benimseyemiyordu, çünkü bu kavram karışık duyguların bir arada hissedilmesini gerektiriyordu. Çalışmak insanlara genelde pek çekici gelmez, ancak uzun vadeli hedeflerimizi gerçekleştirebilmek için çalışmaya karşı gösterdiğimiz direnci geçici olarak beklentile-

rimizin içimizde uyandırdığı duygularla karıştırarak görevlerimizi yerine getirebiliriz. Kendisine anlık isteklerini tatmin etmenin ötesine geçen daha uzun vadeli bir hedef koyamayan Peter yalnızca canı istediğinde iş yapıyordu ve bu da pek sık olmuyordu. Aynı anda bilinçli olarak birden fazla duygu hissedemiyordu. Bu açıdan, anaokulu çağındaki bir çocuktan pek de farklı değildi. Aklında karşıt düşünceleri, duyguları ve amaçları bir arada barındırmaya tahammül edememesi akran yönelimin ona bıraktığı bir mirastı.

DOĞANIN GELİŞİM PLANI

Başımızı öne eğip aceleyle şu veya bu sorunu nasıl çözebileceğimizi bulmaya çalışma alışkanlığımız genellikle ilk etapta durup bakma, düşünme ve anlama basamaklarını göz ardı etmemize neden olur. Ancak günümüzün kaotik dünyasında çocuk yetiştirirken bu basamakları atlamayı göze alamayız. Nelerin yanlış gidebileceğini anlayabilmemiz için işlerin nasıl yürüdüğünü bilmemiz gerekir – bu, hataların önlenebilmesi veya gerek duyulduğunda telafi edilebilmesi için şarttır. Aşağıdaki paragraflarda her ebeveynin ve öğretmenin detaylı bilgi sahibi olması gereken olgunlaşma sürecini kısaca özetleyeceğim. Bu çoğu okuyucu için içgüdüsel olarak kavradıkları bilgileri doğrulamaktan öteye gitmeyecektir.

Genç insanlar nasıl olgunlaşır? Gelişim teorisinin en çığır açıcı atılımlarından biri 1950'lerde, bilim insanlarının olgunlaşma sürecinin, ne zaman ve nerede meydana gelirse gelsin, tutarlı ve öngörülebilen bir düzeni olduğunu keşfetmesiyle gerçekleşti. Gelişimin ilk safhasında bir tür ayrışma veya farklılaşma olur; ardından ikinci safhaya geçildiğinde ayrılan öğeler arasında giderek artan bir bütünleşme olduğu gözlemlenir. Olgunlaşan varlığın bitki veya hayvan olması, biyolojik veya psikolojik alanda meydana gelmesi ya da tek hücreli bir canlı veya benlik olarak adlandırdığımız karmaşık yapı üzerinde etki etmesi bu sıralamayı değiştirmez.

Olgunlaşma ilk olarak bölünmeyle, varlıkların münferit

ve bağımsız birimlere ayrıştırılmasını içeren süreçle başlar. Olgunlaşma ancak bu safhadan sonra bu ayrık ve bağımsız öğeleri birbiriyle karıştırabilir. Bu oldukça basit, bir taraftan da son derece karmaşık bir süreçtir – bu süreç en temel seviyede bile karşımıza çıkar. Embriyo ilk etapta bölünüp her biri bir çekirdeğe ve belirgin sınırlara sahip ayrı hücrelere ayrılarak büyür. Daha sonra, bireysel hücreler yeterince ayrışıp birbirleriyle birleşme riski ortadan kalktığında, gelişim aralarındaki etkileşime odaklanmaya başlar. Hücreler gruplar halinde birleşerek işlevsel organları oluşturur. Diğer taraftan, farklı organlar ayrı ayrı gelişimlerini tamamlayıp belirli bir düzen içinde bir araya gelerek çeşitli vücut sistemlerini oluşturur – örneğin, kalp ve damarlar bir araya gelerek dolaşım sistemini oluşturur. Aynı örüntü beynin iki yarımküresinin gelişiminde de gözlemlenir. Gelişmekte olan beyin alanları ilk etapta fizyolojik ve elektriksel anlamda birbirlerinden bağımsız bir şekilde işlev görür, ancak zamanla yavaş yavaş birleşip bütünleşirler. Beynin iki yarımküresi birleştikçe, çocuklar yeni beceriler kazanır ve yeni davranışlar sergilemeye başlar.[2] Bu süreç ergenlik çağının ortalarına kadar, hatta daha uzun bir süre boyunca devam edebilir.

Psikolojik âlemde olgunlaşma, bilinci oluşturan farklı öğelerin –düşüncelerin, duyguların, dürtülerin, değerlerin, fikirlerin, tercihlerin, ilgilerin, niyetlerin ve arzuların– ayrıştırılmasını içerir. Ayrıştırma işleminin bilinci oluşturan öğelerin ıslah edilmiş deneyimler ve ifadeler oluşturmak için karıştırılabilecek kıvama gelmeden önce gerçekleşmesi gerekir. Aynı şey ilişkiler için de geçerlidir: Çocuğun olgunlaşabilmesi için önce diğer bireylerden ayrı, eşsiz bir birey olması gerekir. Diğer bireylerden ne kadar ayrılabilirse, benlik duygusunu kaybetmeden diğer insanların arasına o kadar rahat karışabilir.

Daha da önemlisi, benlik duygusunun ilk başta insanın iç deneyimlerinden ayrıştırılması gerekir, bu da genç çocukların sahip olmadıkları bir beceridir. Çocukların herhangi bir anda hissettikleri duyguların kendileriyle ayrılmaz bir bütün oluş-

turmadığını, bazı duygularının mutlaka hareketlerini etkilemek zorunda olmadığını öğrenmeleri gerekir. Herhangi bir anda hissettikleri duygularla çelişki oluşturabilecek farklı duygulara, düşüncelere, değerlere sahip olabileceklerinin veya kararlar verebileceklerinin farkında olmaları, bunların arasından seçim yapabileceklerinin bilincinde olmaları gerekir.

Peter ve Sarah kendi içlerinde böyle bir ilişki kurmamıştı, çünkü gelişimin önşartı olan ayrışma henüz gerçekleşmemişti. İç deneyimlerini değerlendirmekten, kendileriyle hemfikir olmaktan veya olmamaktan ve içlerinden gördüklerini onaylamaktan veya onaylamamaktan acizlerdi. Duyguları ve düşünceleri karıştırılmaya dayanabilecek kadar ayrıştırılmadığından, aynı anda yalnızca bir duygu veya dürtü hissedebilecek yeteneğe sahiptiler. İkisi de hayatlarında "Bir yandan şöyle veya böyle, diğer yandan da şöyle veya böyle hissediyorum" şeklinde cümleler kurmamıştı. İkisi de "diğer yandan" ifadesini kullanarak anlatabilecekleri deneyimler yaşamamıştı ve herhangi bir olayda öfke patlaması yaşamak veya anlaşmazlıktan kaçınmak arasında seçim yaparken kararsız kalmamıştı. İç dünyalarında olup biteni değerlendirme yetisine sahip olmadıklarından, tüm hareketlerini o anda iç dünyalarında yaşadıkları deneyimler belirliyordu. İçlerinde ne hissediyorlarsa duygularını hareketleriyle anında dışa vuruyorlardı. İç deneyimleri olabiliyorlar, ancak iç deneyimlerini göremiyorlardı. Bu beceriye sahip olmamaları onları dürtüsel, benmerkezci, tepkisel ve sabırsız yapıyordu. Hayal kırıklığı önemsemekle karışmadığından, sabırsızdılar. Öfke sevgiyle karışmadığından, bağışlayıcı değildiler. Hayal kırıklığı hem korku hem de sevgiyle karışmadığından, öfkeliydiler. Kısacası, ikisi de olgunlaşmamıştı.

Sarah'nın karışık duygular hissetmesini veya kendini ıslah edilmiş veya olgun bir şekilde ifade etmesini beklemek mantıklı olmazdı. O henüz çok küçüktü. Peter'ın kendini değerlendirebilmesini ve karışık duygularla dürtüler hissetmeye tahammül edebilmesini beklemek elbette ki mantıklı olurdu, ama böyle bir beklenti gerçekte yaşananlardan çok uzaktı. Peter Sarah'dan daha olgun değildi.

Sarah'nın anne babasına kızlarının oldukça etkin bir olgunlaşma sürecinden geçtiğini gösteren çok sayıda belirti olduğuna ilişkin içim rahat bir şekilde güvence verdim. Ayrıştırma sürecinin aktif bir şekilde faaliyet gösterdiğine işaret eden cesaretlendirici belirtiler sergiliyordu: Bazı işleri kendi başına yapmaya hevesliydi ve sorunlarını kendi başına çözmeyi seviyordu. Kendisi gibi olmak ve kendi düşüncelerine, fikirlerine ve bir şeyleri yapmak için kendi gerekçeleri olsun istediği açıktı. Ayrıca harika bir girişimcilik enerjisi vardı; aşina olmadığı veya bağ kurmadığı şeyleri merak ediyor, bilinmeyeni keşfetmek istiyor ve yenilikler ona çekici geliyordu. Dahası, hayal gücünü kullanmasını gerektiren, yaratıcı oyunlar oynayarak kendini tatmin ediyordu. Olgunlaşma sürecinin işlediğini açıkça gösteren bu işaretler Sarah'nın normal bir şekilde gelişip gelişemediği konusunda duyduğum tüm endişeleri gidermişti. Kişiliği olgunlaşıyordu ve zamanla meyvelerini verecekti. İhtiyaç duyulan tek şey sabırdı.

Peter'da gelişim sürecinin normal bir şekilde ilerlediğine işaret eden benzer yaşam belirtileri görememiştim. Yalnız başına kalarak yaratıcılığını kullanmasını gerektiren oyunlar oynamıyordu, hiçbir şeyi kendi başına çözmeye çalışmıyordu, kendi kendine yetmekten gurur duymuyordu ve kendi gibi olma çabası göstermiyordu. Kafayı anne babasıyla arasındaki sınırlara takmıştı, ama bu gerçek bir bireyselleşme çabası değildi, yalnızca anne babasını hayatından uzak tutmak istiyordu. Sırtını anne babasına yaslamak istememesinin nedeni işlerini kendi görmek istemesinden kaynaklanmıyordu. Muhalif ve aksi bir çocuktu, ama bu durum Bölüm 6'da değindiğim gibi, gerçek anlamda bağımsız olma arzusundan değil, akranlarıyla kurduğu sıkı bağlardan kaynaklanıyordu.

Olgunlaşma kendiliğinden gerçekleşir, ama gerçekleşmesi şart değildir. Bir bilgisayarın sabit sürücüsüne yüklenmiş bir program gibidir; çalıştırılmadan etkinleşmez. Peter içinde takılıp kaldığı bu kısırdöngüden çıkmayı başaramazsa, anaokulu çağı sendromunu atlatamamış yetişkinlerden biri olma yolunda emin adımlarla ilerlemeye devam edecekti. Peki ama Peter

gibi çocukları içinde bulundukları bu durumdan nasıl kurtarabiliriz? Olgunlaşma sürecini etkinleştirmek için ne yapılması gerekir?

OLGUNLAŞMA NASIL TEŞVİK EDİLİR

Ebeveynler ve öğretmenler çocuklara sürekli "büyü artık" gibi sözler söylese de olgunlaşma, komutlarla etkinleştirilebilecek bir süreç değildir. Çocuklara özgür bir birey olmayı öğretemez veya onları kendileri gibi olmaları için eğitemeyiz. Bu sadece ama sadece olgunlaşmanın işidir. Bu sürecin ilerlemesini teşvik edebilir, sürecin pürüzsüz bir şekilde ilerlemesi için doğru şartları sağlayabilir, önündeki engelleri kaldırabiliriz, ama tıpkı bahçemizdeki bitkilere büyüsünler diye komut veremeyeceğimiz gibi, çocuklarımızın olgunlaşmasını da komutlarla sağlayamayız.

Olgunlaşmamış çocuklarla uğraşırken, onlara nasıl davranmaları gerektiğini göstermemiz, kabul edilebilir davranışların sınırlarını çizmemiz ve beklentilerimizi açık bir şekilde ifade etmemiz gerekir. Hak kavramını anlamayan çocuklara sıralarını beklemeleri öğretilmelidir. Davranışlarının ne gibi sonuçlar doğurabileceğini anlayacak kadar olgunlaşmamış çocuklara kurallar koyulması ve hangi tür davranışların kabul edilebilir olduğunun anlatılması gerekir. Ancak bu tür, önceden prova edilmiş davranışlar gerçek olgunluktan kaynaklanan davranışlarla karıştırılmamalıdır. Bir insan gerçekte olduğundan daha olgun davranışlar sergileyemez, yalnızca uygun ipuçlarını gördüğünde sergiliyormuş gibi davranır. Doğru bir davranış olduğu için sıra beklemek, elbette ki medeni bir davranıştır, ama gerçek hakkaniyet duygusu yalnızca olgunlukla gelebilir. İçinde bulunulan durum bunu gerektirdiği için özür dilenebilir, ama insanlar yalnızca bireyselleşme sürecinden geçerek kendi davranışlarının sorumluluğunu üstlenmeyi öğrenir. Gerçek olgunluğun yerini alabilecek herhangi bir şey veya gerçek olgunluğa ulaşmanın kestirme yolu yoktur. Davranışlar kurallarla belirlenebilir veya dayatılabilir, ancak olgunluk kalpten ve

zihinden gelir. Ebeveynlerin yapması gereken, çocuklarına büyümeleri için yardımcı olmaktır, yalnızca büyümüş gibi görünmelerini sağlamak değil.

Eğer disiplin toyluğa çare olamıyorsa ve komutlar biraz işe yarıyor ama yetersiz kalıyorsa, çocuklarımızın olgunlaşması için ne yapabiliriz? Gelişim bilimciler yıllar boyunca, olgunlaşmanın hangi şartlar altında etkinleştiğini çözmeye çalıştı. Aradıkları dönüm noktası araştırmacıların bağlanmanın önemini keşfetmesiyle geldi.

Kulağa şaşırtıcı gelse de olgunlaşmanın hikâyesi basit ve aşikârdır. Çocuk gelişimiyle ilgili diğer birçok süreç gibi bağlanmayla başlar. Bölüm 2'de açıkladığım gibi, bağlanma canlıların birincil önceliğidir. Olgunlaşma süreci yalnızca bu meşguliyetin biraz gevşemesiyle başlayabilir. Büyüme süreçlerinin başlaması ve meyve verebilmeleri için bitkilerin ilk olarak kök salmaları gerekir. Çocuklar, nihai amaçlarına veya kendi ayaklarının üzerinde durabilen bağımsız bir varlık olma hedeflerine, yalnızca bağlanma ve kendilerine bakıp besleyecek kişilerle temas kurma gereksinimleri karşılandığında ve ilişkilerine koşulsuz bir şekilde güvenebildiklerinde ulaşabilir. Bunu çok az sayıda ebeveyn ve ondan daha az sayıda uzman içgüdüsel olarak anlayabilir. Bunu anlayan bir baba bana, "Çocuğum olduğunda, dünyanın çocuklarımı şekillendirmem –gelişmeleri ve başarılı olmaları için gereken ortamı yaratmak yerine etkin bir şekilde karakterlerini biçimlendirmem– gerektiği konusunda hemfikir olduğunu gördüm. Sanki kimse çocuklarıyla sevgi dolu bir bağ kurduğunda, kendi kendilerine sağlıklı bir şekilde gelişeceklerini anlayamamıştı" dedi.

Olgunlaşma sürecinin etkinleştirilmesinin anahtarı çocukların bağlanma gereksinimlerinin karşılanmasıdır. Bağımsızlığın gelişmesi için ilk olarak bağlılığı teşvik etmeliyiz; bireyselliği teşvik etmek için, aidiyet ve birlik hissi oluşturmalıyız; çocukların bizden ayrılmasını sağlamak için onları yakınımızda tutmanın sorumluluklarını üstlenmeliyiz. Çocukların bizi bırakmaları için onlara aradıklarından fazla temas ve bağlantı sunmalıyız. Ona sarılmamızı istediğinde, bize sarıldığından da-

ha sıcak bir şekilde sarılmalıyız. Çocuklarımızı özgür kılmanın yolu sevgimiz için mücadele etmelerini sağlamak değil, sevgi ağımızın içinde kalmalarına izin vermektir. Çocukların uykuya yatarken veya okula giderken hissettikleri ayrılık korkusuyla yüzleşmeleri için bize yakın olma arzularını tatmin etmeliyiz. İşte bu yüzden olgunlaşmanın hikâyesi bir paradokstur: *Bağımlılık ve bağlanma, bağımsızlığı ve gerçek bireyselleşmeyi teşvik eder.*

Bağlanma olgunlaşma için bir tür rahim işlevi görür. Bağlanma, tıpkı biyolojik rahmin farklı bir fiziksel varlığın doğmasına olanak tanıması gibi, farklı bir psikolojik varlığın ortaya çıkmasına olanak tanır. Fiziksel doğumun ardından, gelişimin gündemindeki ilk iş çocuğa bağlanma güdüleri tarafından yönetilmeden işlev görebilen, bağımsız bir birey olarak yeniden dünyaya gelebilmesi için gereken ortamı sunan bir duygusal bağlanma rahmi oluşturmaktır. Bir insan ne kadar büyürse büyüsün diğer insanlarla bağ kurma gereksinimi hiçbir zaman yok olmaz ve olmamalıdır, ancak olgun ve gerçek anlamda bireyselleşmiş insanlar bu gereksinimler tarafından kontrol edilmez. Kendi ayaklarının üzerinde durabilen bağımsız bir birey olma süreci çocukluk döneminin tamamını kapsar ve günümüzde ergenlik çağının sonuna, hatta daha da ötesine kadar uzanabilir.

Bağımsız olgunlaşma sürecinin doğal gündemini takip edebilmeleri için çocukları bağlanma meşgalelerinden kurtarmamız gerekir. Bunu yapmanın sırrı çocukların temas ve yakınlık kurma gereksinimlerini karşılamak ve ayaklarını yere sağlam bir şekilde basarak kendi yollarını çizmek için çaba sarf etmeye gerek duymamalarını güvence altına almaktır. Çocuklar bağlanma gereksinimlerini tatmin etmeye ihtiyaç duyar; bu gereksinimleri tatmin olmadan, enerjilerini bireyselleşmeye, gerçek anlamda bağımsız bir birey olma sürecine harcayamazlar. Çocuklar yalnızca gereksinimleri tatmin edildiğinde ileri adım atmak ve duygusal anlamda büyümek üzere özgür kalır.

Bağlanma açlığı fiziksel açlığa çok benzer. İnsan aç olduğunda, bağlanma arzusu, tıpkı yemek yeme arzusu gibi dinmek bilmez. Çocukların bağlanma ihtiyaçları, yemek yeme ihti-

yaçları gibi hiçbir zaman sona ermez. Ebeveynler olarak çocuklarımızı fiziksel açlıklarını giderme arayışından kurtarırız. Çocukların beslenme gereksinimlerini karşılama sorumluluğunu üstleniriz ve içlerinde yemeklerinin sürekli olarak temin edileceğine dair bir güven duygusu oluştururuz. Çocuklar herhangi bir anda ne kadar çok yiyeceğe sahip olursa olsun, gerek duyduklarında kendilerine yiyecek tedarik edileceğinden emin olmadıklarında, yiyecek bulmak her zaman birinci öncelikleri olacaktır. Çocuklar beslenme sorunlarını çözmeden evvel, öğrenmek veya yaşamlarına devam etmek üzere özgürleşemez; biz ebeveynler de elbette bu sorunu çocuklarımız için çözeriz. Çocuklarımızın bağlanma gereksinimlerini karşılarken de görevlerimizi bu kadar açık bir şekilde anlamamız gerekir.

Psikoterapist Carl Rogers, *Kişi Olmaya Dair* adlı kitabında tarif ettiği sıcak ve sevgi dolu tutuma koşulsuz pozitif saygı der, çünkü bu tutum, "herhangi bir koşula veya beklentiye bağlı değildir." Rogers'a göre gerçek ilgi bu şekilde gösterilir, "sahiplenmeden, kişisel tatmin gözetmeden. Bu tutum *şu veya bu şekilde davranırsan seni önemserim değil, seni önemsiyorum* mesajı veren bir ortam yaratır."[3] Rogers kitabında iyi bir terapistin danışanlarına karşı nasıl bir tutum sergilemesi gerektiğini özetler. Terapistlerin yerine ebeveynleri, danışanların yerine çocukları koyduğumuzda, ebeveyn-çocuk ilişkilerinde nasıl bir tutum takınmamız gerektiğini etkili ve güzel bir şekilde açıklayan bir tanım elde ederiz. Ebeveynlerin çocuklarına gösterdikleri koşulsuz sevgi, çocukların sağlıklı duygusal gelişimi için vazgeçilmez bir besin kaynağıdır. Yapılması gereken ilk iş tam olarak ebeveynlerinin istediği ve sevdiği kişi olduklarından kuşku duymamalarını sağlamak için çocukların kalplerinde yer açmaktır. Çocuklar ebeveynlerinin kendilerini sevmesi için herhangi bir şey yapmak veya bir şekilde değişmek zorunda olmadıklarını –zaten bu konuda herhangi bir şey yapamayacaklarını, çünkü ebeveynlerinin sevgisinin kazanılabilecek veya kaybedilebilecek bir şey olmadığını– bilmelidir. Bu sevgi herhangi bir koşula bağlı değildir. Çocuklar ne şekilde davranırsa davransın –"iyi" veya "kötü"– ebeveynlerinin kendilerine sevgisinden mahrum kal-

mamalıdır. Çocuklar huysuzluk yapsalar da, antipatik davranışlar sergileseler de, mızmızlık edip işbirliği yapmayı reddetseler veya kabalık yapsalar da, ebeveynleri yine de sevildiklerini hissettirmelidir. Ebeveynler çocuklarına onları oldukları gibi kabullenmediklerini hissettirmeden bazı davranışlarının uygunsuz olduğunu anlatmanın yollarının bulmalıdır. Çocuklar huzursuzluklarını ve sempatik olmayan yanlarını ebeveynlerine gösterdiklerinde, ebeveynlerinin tatmin edici ve güven verici, koşulsuz sevgisini kaybetmemelidir.

Olgunlaşma sürecinin başlaması için gerek duyulan enerji kaymasının gerçekleşebilmesi için çocukların güvenlerini pekiştiren ve koşulsuz sevgi gördüklerini hissettiren yeterli bir deneyim yaşaması gerekir. Bu durumda beyinleri onlara adeta, "Çok teşekkür ederim. İhtiyacım olan tam da buydu. Artık gerçek görevime, bağımsız bir birey olmak için gelişmeye başlayabilirim. Artık yakıt aramama gerek yok; depom doldu ve yeniden yola koyulabilirim" der. Gelişim açısından hiçbir şey bundan daha önemli olamaz.

On bir yaşındaki Evan'ın babası (aynı zamanda eşyazarımın dostu) hafta sonunda aile ilişkilerini konu alan bir seminer vermişti ve pazartesi sabahı oğluyla beraber çocuğunun okuluna doğru yürüyordu. Evan'a karate kursuna devam etmesi için baskı yapıyordu, ancak oğlu bu aktiviteye katılmamak için direniyordu. Babası oğluna, "Evan" dedi, "eğer karate kursuna gitmeye devam edersen seni çok seveceğim. Fakat bilmen gereken bir şey daha var. Karate kursuna gitmeyi bırakırsan da seni çok seveceğim." Çocuk birkaç dakika boyunca sessiz kaldıktan sonra, aniden gökyüzüne bakıp babasına gülümsedi. "Güzel bir gün değil mi baba?" dedi. "Yukarıdaki bulutlar ne kadar güzel değil mi?" Birkaç dakika daha sessiz kaldıktan sonra, sözlerine devam etti, "Sanırım gidip siyah kuşağımı alacağım." Ve dövüş sanatları kursuna gitmeye devam etti.

Doğru şartlar sağlandığında, yetişkinler bile bu gelişimsel vites değiştirme durumunu tecrübe edebilir. Enerji patlaması yaşanmasına neden olabilecek bir başka durum da âşık olmak ve âşık olunan kişiye güven duymaktır. Yeni âşık olan insanlar

ilgi alanlarının ve merak duydukları konuların değiştiğini, yoğun bir eşsizlik ve bireysellik duygusu hissettiklerini ve keşif ruhlarının uyandığını düşünürler. Bu birinin bizi olgunlaşmaya ve bağımsız olmaya zorlamasından değil, bağlanma gereksinimlerimizin derinden tatmin olmasından kaynaklanır.

Enerjilerini bağlanma arzularını tatmin etmek için harcamaktan vazgeçip dünyayla bağımsız ve hayat dolu bir bağlantı kurmak için harcamaya geçiş yapamayan çok sayıda çocuğun gelişimi engellenir. Akran yöneliminin çocukların bu konuda doyuma ulaşmalarını engellemesinin beş önemli nedeni vardır. Ebeveynler ve öğretmenler bunları mutlaka bilmelidir.

AKRAN YÖNELİMİNİN GELİŞİMİ ENGELLEYEN BEŞ ÖNEMLİ ETKİSİ

Ebeveynlerin Gösterdiği Besleyici İlgi ve Alakanın Hedefine Ulaşmasını Engeller

Akran yöneliminin gelişimi engelleyen etkilerinden biri; çocuklarımıza gösterdiğimiz sevginin, besleyici ilgi ve alakanın onlara ulaşmasını ve onlar tarafından takdir edilmesini engellemesidir. Bu Peter'ın anne babasının ve görüştüğüm başka birçok ebeveynin içinde bulunduğu durum için de geçerli. Peter'ın anne babasının çocuklarını sevdiklerine, onun iyiliğini istediklerine ve oğulları için fedakârlıkta bulunmaktan kaçınmadıklarına şüphe yoktu. Ancak onlar da aynı durumda kalan birçok ebeveyn gibi, çocuklarından herhangi bir şekilde karşılık görmedikleri için ona karşı sevgi dolu duygular beslemekte zorlanıyordu ve çocuklarının yakınlaşma çabalarını reddetmesi, sevgi gösterilerini geri çevirmesi ve onlarla iletişim kurmaktan çekinmesi bunu daha da zorlaştırıyordu. Peter anne babasının sıcak ve sevgi dolu yaklaşımlarının kendini etkilemesine izin vermiyordu.

Çocukların bolluk içinde oldukları, kendilerine sanal bir ziyafet sunulduğu, ancak bağlanma sorunları yüzünden psikolojik anlamda yeterince beslenemedikleri birçok durumla karşılaşıyorum. Masanızda oturmayan birini beslemeniz müm-

kün değildir. Dünyanın tüm sevgisi çocukların olgunlaşma süreçlerini başlatan dönüm noktasına ulaşmalarını sağlayamaz – besinlerin çocuklara ulaşabilmesi için göbek bağlarının kopmamış olması gerekir. Çocuklar gereksinimlerini karşılamaya istekli ve bunu yapabilme becerisine sahip olan kişilere bağlanmadıkları sürece, onların bağlanma gereksinimlerini karşılayıp doyuma ulaştırmak mümkün değildir. Çocuklar hayatlarındaki birincil bağlanma figürleri olarak akranlarını ebeveynlerinin yerine koyduklarında, duygusal açıdan beslenmek için akranlarından medet umarlar. Açıkçası, akran bağlarının çocukların bağlanma gereksinimlerini giderdiği nadiren görülür. Bu durumda olgunlaşmaları için gereken enerji kayması hiçbir zaman gerçekleşmez. Akran yönelimi çocukların bağlanmadan bireyselleşmeye doğru herhangi bir hamle yapmalarına engel olduğundan olgunlaşamamalarıyla yakından ilişkilidir.

Akran Bağları ve Güvensizlik Hissi Çocuklarda Huzursuzluk Yaratır

Akran ilişkileri olgunlaşmamış varlıkları birbirlerine bağlar. Bu ilişkiler, önceki bölümde de belirttiğim gibi, tabiatları gereği güvenilir değildir. Çocukların durup dinlenmelerine izin vermeden sürekli onaylanma, sevilme ve değer görme gereksinimlerini karşılama arayışı içinde olmalarına neden olur. Bu tür çocuklar yakınlık kurma arayışlarından hiçbir zaman kurtulamaz. Akran yönelimi, huzur vermek yerine gerginlik yaratır. Çocuklar akranlarına ne kadar çok yönelirse, yaşadıkları huzursuzluk o kadar yoğun ve kalıcı olur. Akranlarıyla ne kadar haşir neşir olsalar ve sıkı bağlar kursalar da bu yakınlığı kanıksayamaz ve kalıcı olacağına hiçbir zaman güvenemezler. Diğer çocuklar arasında popüler olmaktan beslenen –veya bunun eksikliği yüzünden eziyet çeken– bir çocuk, nüansların hiçbirini gözden kaçırmaz ve tüm olumsuz sözleri, ters bakışları, el kol hareketlerini birer tehdit olarak algılar. Akranlar çocukların olgunlaşabilmelerine olanak tanıyan dönüm noktasına ulaşmalarını sağlayamaz: Yakınlık kurma arayışı bağımsız birer birey olma yolunda adım atmalarına hiçbir zaman izin vermez. Akran ilişkileri –birkaç istisna haricinde– tabiatları gereği birçok ko-

şula bağlı olduğundan, çocukların gerçek benliklerinin gelişerek gün yüzüne çıkmasına katkıda bulunamazlar. Bunun bir istisnası yetişkinlerle aralarında sıkı bağlar olan çocukların aralarında kurdukları arkadaşlık ilişkileridir; bu gibi durumlarda akranlarının kendilerini kabullenmesi ve onlarla arkadaşlık etmesi çocukların güven duygusunu artırır. Yetişkinlerle sağlam temellere oturan ilişkiler kurmuş çocukların akranlarıyla –onlara güvenmek zorunda kalmadan, ilişkilerindeki kaçınılmaz dengesizlik yüzünden tehdit altında hissetmeden– arkadaşlık etmeleri onlara fazladan bir parıltı kazandırır.

Akran yönelimli Çocuklar Tatmin Olamaz

Akran yönelimli çocukların doyumsuz olmalarının bir nedeni daha vardır. Olgunlaşma sürecini başlatan dönüm noktasına ulaşabilmeleri için çocukların hem tatmin olup doyuma ulaştıklarını hissetmeleri hem de bu hissin içlerine sinmesi gerekir. Yakınlık ve bağlanma gereksinimlerinin karşılandığının bir şekilde çocukların beynine kazınması gerekir. Bu kazınma bilişsel değildir veya bilinçli bir şekilde yapılmaz, tamamen duygusaldır. Çocukları harekete geçirerek enerjilerini bir gelişim gündeminden diğerine, bağlanmadan bireysellik arayışına aktaran şey duygularıdır. Sorun şu ki, tatmin olma duygusunun içlerine sinmesi için çocukların derin duygular hissetmeleri ve kırılganlığa açık olmaları gerekir; akran yönelimli çocukların çoğu kendilerini bu tür deneyimlere karşı korumaya alır. Akran yönelimli çocuklar, önceki bölümde açıkladığım nedenlerden kırılganlık duygusunu hissetmekten kaçınır.

İnsanların tatmin olduklarını hissedebilmeleri için kırılganlık hissine açık olmalarının gerekmesi kulağa tuhaf gelebilir. Tatmin olmanın incinmeyle veya acıyla ilişkisi yoktur, hatta insana bu duyguların zıddını hissettirir. Ancak bu olgunun temelinde duygusal bir mantık vardır. Çocukların tok olduklarını hissedebilmeleri için önce aç olduklarını hissetmeleri, birilerinin kendilerine yardım ettiğini hissetmeleri için önce yardıma muhtaç olduklarını anlamaları ve tatmin olmadan evvel de tatminsizlik duygusunu tatmaları gerekir. Kavuşmanın ge-

tirdiği neşeyi hissedebilmek için kayıp yaşamış, teselli edilebilmek için önce acı çekmiş olmamız şarttır. Doyuma ulaşmak çok güzel bir deneyim olabilir, ancak doyuma ulaşmanın önşartı kırılganlık duygusunun hissedilebilmesidir. Bir çocuk bağlanma boşluklarının verdiği acıyı hissetme yeteneğini kaybettiğinde, beslenme ile tatmin olduğunu veya doyuma ulaştığını hissedebilme yeteneğini de kaybeder. Çocukların durumlarını değerlendirirken baktığım ilk şeylerden biri kayıp ve özlem hislerinin var olup olmadığıdır. Hayatlarında bir eksiklik olduğunu hissedebilmeleri ve boşluğun ne anlama geldiğini kavrayabilmeleri çocukların duygusal açıdan sağlıklı olduklarını gösteren bir işarettir. Bu duygularını dile getirebilme yeteneğini kazanır kazanmaz, "Babamı özledim", "Büyükannemin beni fark etmemesine üzüldüm", "Anlattığım hikâye pek ilgini çekmiş gibi görünmüyordu" veya "Sanırım o benden hoşlanmıyor" gibi sözler söylemeye başlamaları gerekir.

Günümüzde çocukların çoğu bu tür kırılgan duygular hissedemeyecek kadar savunmaya çekilmiş ve duygusal açıdan kapanmıştır. Çocuklar farkında olsalar da olmasalar da hayatlarındaki eksikliklerden etkilenirler. Ancak bağlanma arayışından kurtulabilmeleri için hayatlarında nelerin eksik olduğunu hissetmeleri ve bilmeleri gerekir. Kırılganlıklarını fark edemeyen çocukların ebeveynleri onları dönüm noktasına ulaştıramaz veya huzur bulmalarını sağlayamaz. Çocuklar akran yönelimi yüzünden kırılganlığa karşı savunmaya geçtiklerinde, ebeveynleriyle aralarındaki ilişkilerde de doyumsuz olurlar. Akran yöneliminin yarattığı trajedi budur; çocuklarımıza gösterdiğimiz sevgiyi ve şefkati önemsiz kılar.

Hiçbir şey doyumsuz çocukları tatmin etmeye yetmez. İnsan ne yaparsa yapsın, işleri yoluna sokmak için ne kadar çabalarsa çabalasın, onlara ne kadar ilgi gösterip davranışlarını ne kadar onaylarsa onaylasın, doyumsuz çocuklar dönüm noktasına hiçbir zaman ulaşamazlar. Bu ebeveynler için aşırı derecede hayal kırıcı ve yorucu bir durumdur. Ebeveynler için çocuklarının içsel doygunluklarının kaynağı olduklarını hissetmekten daha tatmin edici bir duygu yoktur. Milyonlarca ebeveyn, ço-

cukları ihtiyaç duydukları ilgiyi başka yerlerde aradıklarından veya kırılganlıklarına karşı doyuma ulaşamayacak kadar savunmaya geçmiş olduklarından, bu histen mahrum kalmaktadır. Doyumsuzluk, çocuklarımızın gelişimsel açıdan birinci viteste takılıp kalarak olgunlaşamamalarına ve temel içgüdülerinin buyruğunun altından çıkamamalarına neden olur. Doyumsuz çocuklar hiçbir zaman huzur bulamaz ve tatmin olmak için diğer insanlara veya varlıklara bağımlı kalırlar. Ebeveynlerin çocuklarını disipline sokma çabaları da çocuklarına karşı duydukları sevgi de bu hastalığı tedavi edemez. Tek umudumuz, çocuklarımızı önce sevgimizin onlara ulaşmasına ve onları beslemesine olanak tanıyan bağlanma ocağına geri çekip daha sonra onları yumuşatmaktır.

Doyumsuzluk bir insanın duygusal işlevselliğini ele geçirip buyruğu altına alırsa ne olur? Olgunlaşma süreci bir takıntının veya bağımlılığın, bu durumda akran yöneliminin, ön plana çıkmasıyla duraklar. Akran ilişkileri iştah giderir ama beslemez. İnsanın içini okşar, ama doyurmaz. Akranlarla yakın temas kurulmasının nihai sonucu insanın içinde onlarla daha fazla temas kurma arzusu doğurmasıdır. Çocuklar akranlarıyla ne kadar çok temas kurarsa, gittikçe daha fazlasını ister. Bu konuda uzun bir süre boyunca kafa patlatan sekiz yaşındaki bir kız çocuğunun annesi bana, "Anlam veremiyorum, kızım arkadaşlarıyla ne kadar çok vakit geçirirse, onlarla yeniden bir araya gelmek için daha da fazla çaba harcıyor. Sosyal etkileşimler kurmak için ne kadar vakit harcaması gerekiyor?" sorusunu sordu. Benzer bir şekilde, aynı konudan mustarip olan ergenlik çağındaki genç bir çocuğun anne babası da bana "Oğlumuz kamptan eve gelir gelmez, derhal az önce beraber olduğu çocuklara telefon açıyor. Ancak iki haftadır ailesini görmüyor" diye dert yandı. Akranlarla temas kurma takıntısı çocukların okulda, teneffüslerde, birbirlerinin evinde yatıya kaldıklarında, okul gezilerinde, seyahatlerde veya kamplarda akranlarıyla beraber vakit geçirilmelerinin ardından her zaman daha da güçlenir. Eğer akranlarıyla kurdukları etkileşimler doyurucu olsaydı, çocuklar akranlarıyla birlikte vakit geçirdikten sonra otomatik olarak

yalnız kalıp kendi geliştirdikleri oyunları oynamak, hayal güçlerini geliştirmek veya kendileri hakkında düşünüp değerlendirme yapmak isterdi.

Birçok ebeveyn bu tür doyumsuz davranışları çocukların meşru bir gereksinimi olan akranlarıyla etkileşim kurma ihtiyacıyla karıştırır. "Çocuğum arkadaşlarıyla beraber vakit geçirmeyi saplantı haline getirmiş. Onu bu zevkinden mahrum etmem insafsızlık olur" gibi cümlelerin çeşitli varyasyonlarını tekrar tekrar duyuyorum. Aslında bu tür saplantıları teşvik eden etkenlere izin vermek daha insafsız ve sorumsuz bir davranış olacaktır. Çocukların gerçekten ihtiyaç duydukları bağlanma ilişkileri onları besleyen, tatmin eden ve huzur bulmalarını sağlayan ilişkilerdir. Çocukların ebeveynlerine zorluk çıkarması, kaçma saplantılarının bir dışavurumudur. Çocukların dışa vurdukları şey güç değil, akranlarıyla etkileşime girdiklerinde daha da şiddetlenen doyumsuz bir açlığın yarattığı çaresizliktir.

Akran Yönelimli Çocuklar Rahatlayamaz

Bu bölümde çocukların zihinlerini sürekli olarak bağlanmayla meşgul olmaktan kurtarmanın yolunun bağlanma açlığının giderilmesi olduğuna odaklanıyorum. Ancak çocukluklarında yetişkinlerle besleyici bağlar kurmadan normal bir şekilde olgunlaşan insanlar da vardır. Peki ama bu nasıl olur? Bunun nedeni olgunlaşma sürecini başlatan ikinci bir etkenin daha olmasıdır. Bunu "olgunlaşmanın arka kapısı" olarak adlandırabiliriz, çünkü pek belirgin değildir ve birçok açıdan doyuma ulaşmanın zıddıdır. Olgunlaşma sürecinin başlaması için ulaşılması gereken duygusal dönüm noktasına, çocukların işlevsel bağlanma ilişkilerinde doyuma ulaşmalarından sonra değil; beyinlerinin, bağlanma arzularının içinde bulundukları durumda veya zamanda tatmin olamayacağını idrak etmesiyle erişilir. Boşluk hissi arzuların tatmin edilememesinden, sözgelimi babanın ilgisini çekememek, babaannenin gözünde özel olduğunu hissedememek veya arkadaş edinemeyip, oynayacak birilerini bulamamaktan kaynaklanır. Çocukların yalnızlık hissinden

kurtulamamalarından, en büyük ve en iyi olmayı başaramamalarından, birilerinin en çok önem verdiği kişi olamamalarından, kaybolan evcil hayvanlarını bulamamalarından, annelerini evde tutmayı başaramamalarından veya ailelerinin taşınmasını engelleyememelerinden de kaynaklanabilir. Tatmin edilemeyen potansiyel arzuların listesi biriyle yakınlık kurma arzusu gibi en basit ve sıradan örneklerden, en önemli bağların yitirilmesine kadar uzanabilir.

Duygusal devrelerimiz hem bağlanma açlığımızın giderilmesiyle hem de bu açlığı gidermek için duyduğumuz arzunun aslında boş bir iş olduğunu idrak etmemizle yakınlık ve temas kurma arayışından vazgeçmemizi sağlamak için programlanmıştır. Bağlı olduğumuz bir arzudan vazgeçmek (ister herkes tarafından sevilme arzusu isterse de güçlü bir politikacı olma arzusu olsun) yetişkinler için bile oldukça zor bir iştir. Arzularımızı gerçekleştirmemizin mümkün olmadığını kabullendiğimizde ardından gelen hayal kırıklığını ve üzüntüyü tam anlamıyla tecrübe etmeden hayatlarımıza devam edemeyiz. Çocuklar olgunlaşmamış varlıklar olduklarından, doğal olarak bağlandıkları insanlara tutunma, onlarla temas kurma, onların ilgisini çekme ve onları sahiplenme eğilimi gösterir. Hatta bu arzular duygusal işlevselliklerini güdümleri altına alacak raddeye gelinceye kadar çocukların akıllarını başlarından alabilir. Ancak bunların beyhude çabalar olduğunu duygusal beyinlerinin derinliklerinde idrak ettiklerinde rahatlayabilir ve tutunma dürtülerinin güdümünden çıkabilirler. Diğer taraftan, çocuklar bunların beyhude çabalar olduğunu idrak edemediklerinde, bağlanma gereksinimlerini tatmin etme saplantılarından kurtulamayarak ısrarla ulaşılması imkânsız hedeflerin peşinden koşmaya devam ederler.

Kabullenmeye veya hayal kırıklığını geride bırakarak her şeyi olduğu gibi kabul edip mevcut durumla barışık olma hissine yol açan enerji kaymasının gerçekleşmesi için, gerçekleşmeyecek arzuların peşinden koşmanın beyhude bir çaba olduğu fikrinin, tıpkı bağlanma gereksinimlerinin karşılanmasıyla gelen doyuma ulaşma hissi gibi insanın içine işlemesi gere-

kir. Bunların beyhude çabalar olduğunun yalnızca zekâ yoluyla idrak edilmesi yeterli değildir. Bunun derinden ve kırılganlığa açık bir şekilde, limbik sistemin kalbinde, beynin duygusal devrelerinde hissedilmesi gerekir. Sarf edilen çabaların boşa çıktığının idrak edilmesi kırılganlığın kabullenilmesini gerektirir ve kontrolümüzle değiştirebileceğimiz şeylerin sınırlarıyla yüzleşmemizi sağlar. Beyhudelik hissi çocukların kırılganlığa karşı savunmaya geçmesiyle körelen ilk duygular arasındadır. Bu yüzden, akran yönelimli çocukların çoğu bu gibi duyguları hissedemez. Akran ilişkilerinde bol miktarda hayal kırıklığı ve kayıp yaşansa da gençlerin kırgınlık, üzüntü veya hüsran yaşadıklarını dile getirdiklerine çok az tanık olunur. İlerleyen bölümlerde göreceğimiz üzere, hayal kırıklığı yaşayan çocukların harcadıkları çabaların beyhude olduğunu idrak edememesi veya "kızgınlıktan üzüntüye" geçiş yapamamaları öfkenin ve şiddetin en önemli kaynaklarından biridir.

Çocuklarda, sarf edilen çabaların beyhude olduğunun idrak edilmesinin en belirgin göstergelerinden biri gözlerin sulanmasıdır. Beyinde bu göstergeyi düzenleyen ufak bir organ yer alır. Yetişkinliğe eriştiğimizde gözyaşlarımızı gizlemeyi öğreniriz, ama çabalarımızın boşa çıktığını anlamamız ağlama içgüdümüzle doğrudan bağlantılıdır. Elbette gözümüze bir şeylerin kaçması, soğan koklamak, fiziksel acı hissetmek ve hayal kırıklığı yaşamak gibi, gözlerimizin yaşarmasına neden olan farklı durumlar da vardır. Ancak çabalarımızın boşa çıktığını anladığımızda döktüğümüz gözyaşları farklı ve psikolojik açıdan eşsiz bir nörobiyolojik devre tarafından tetiklenir. Bu gözyaşları yanaklarımızdan süzülürken içimizde farklı bir his oluşturur. Gözyaşlarıyla beraber bir enerji kayması olduğunu tecrübe ederiz: Sağlıklı bir üzüntü duyar, bazı şeyleri değiştirme hevesimizden vazgeçeriz. Bu gözyaşları rahatlamamıza, bir şeylerin sona erdiğini hissetmemize yol açar. Beynin bir şeylerin yolunda gitmediğini ve sonlandırılması gerektiğini kavradığına işaret ederler. Örneğin, emekleme çağında olan bir çocuk; dondurma külahını yere düşürdükten sonra, kaybını kabullenen sevgi dolu bir yetişkinin onu kollarına almasıyla gözyaşlarının

bir anda dindiğini ve üzüntüsünün hızla geçtiğini görüp dünyada yaşayacağı bir sonraki maceraya odaklanabilir.

Bir çocuğun bağlanma ilişkilerinin başarısızlıkla sonuçlanmasından dolayı gözyaşı dökmesi gayet doğaldır. Ancak akran yönelimli çocuklar bu açıdan da doğallıktan uzaktır. Çabalarının boşa çıkmasının gözyaşı dökmelerine neden olma ihtimali düşüktür ve akranlarıyla aralarındaki ilişkiler ne kadar kötüye giderse, bilinçdışında çabalarının boşa çıktığını kabullenmeleri daha da zorlaşır. Ağlamayı bıraktığımızda, normalde son derece esnek ve tepkisel olan beynimiz adeta duyguları işleme yeteneğini kaybeder. Boşa çaba sarf edildiğinin anlaşılması, tıpkı bağlanma gereksinimlerinin doyuma ulaşması gibi, olgunlaşmanın önşartıdır.

Akran Yönelimi Bireyselleşme Çabalarını Engeller

Akran yönelimi olgunlaşma süreci için başka bir tehdit de oluşturur: Bireyselleşme çabalarını engeller. Bunun nedenlerini açıklamadan evvel, bireysellikle bireyciliğin arasındaki önemli farkları kısaca özetlememin faydalı olacağını düşünüyorum. *Bireysellik* insanın eşsiz yanlarının çiçek açmasının ve psikolojik anlamda ayrı bir bireye dönüşme sürecinden geçmesinin sonucunda elde edilen bir meyvedir. Psikologlar bu süreci farklılaşma veya bireyselleşme olarak adlandırır. Bir birey olmak insanın kendine ait tanımlara, fikirlere ve sınırlara sahip olmasını gerektirir. İnsanın kendi tercihlerine, prensiplerine, niyetlerine, bakış açılarına ve hedeflerine önem vermesidir. Başka biriyle paylaşmadığı bir konumda durmasıdır. *Bireycilik* bireylerin haklarını toplumun haklarından ve çıkarlarından üstün gören bir felsefedir. Diğer taraftan, bireysellik, gerçek bir toplumun en önemli temel taşlarından biridir, çünkü yalnızca gerçek anlamda olgunlaşmış bireyler diğer insanların eşsiz yanlarına saygı gösterip değer vererek işbirliği yapabilir. Ne garip tir ki akran yönelimi, gerçek bireyselliğin kuyusunu kazarken, aynı anda bireyciliği teşvik edebilir.

Yeni yeni filizlenmeye başlayan bireyselliğin ve bağımsızlık elde etme arzusunun; hem diğer insanların tepkilerin-

den hem de kişinin her ne pahasına olursa olsun diğer insanlara bağlanma içgüdüsünün gücünden korunması gerekir. Yeni ortaya çıkan psikolojik özelliklerin her türlü dışavurumunun kırılgan bir yanı vardır: ilgi, merak, benzersizlik, yaratıcılık, orijinallik, gözlerin fal taşı gibi açılmasına yol açan hayret, yeni fikirler, işlerini kendi başına yapabilme becerisinin kazanılması, deney yapmak, keşif yapmak vs. Bu tür özelliklerin ortaya çıkması, bir kaplumbağanın başını kabuğundan çıkartmasına benzetilebilir; hepsi deneysel ve ürkek girişimlerdir. Orijinalliğimizi tüm çıplaklığıyla ortaya koymamız diğer insanların tepkilerini üzerimize çekmemize neden olabilir. Bunlar tenkit edici veya olumsuz tepkiler olduğunda, bu tür girişimlerimize anında son veririz. Yalnızca çok olgun insanlar bağımsız düşüncelerine, varlıklarına ve davranışlarına verilen tepkilere göğüs gerebilecek kadar cesur olabilir.

Çocuklardan başka çocuklarda gördükleri olgunlaşma belirtilerini hoş karşılamaları beklenemez. Bu onların sorumluğu değildir, ayrıca bağlanmanın güdümünde hareket etmeleri bireyselliğe saygı göstermelerini engeller. Kendi niyetlerini geliştirerek gelecekte sahip olacakları değerlerin tohumlarını ektiklerini nereden bilebilirler ki? Dünyayı "benim olan" ve "benim olmayan" diye ikiye ayırmalarının antisosyal bir yaklaşım olmadığını ve bunu yapmalarının bireyselleşme sürecinin başlaması için gerekli olduğunu nasıl bilebilirler? İnsanın kendisi gibi olabilmesi için kendi kitabını yazmak ve kendi fikirlerini üretmek istemesinin gerekli olduğunu nereden bilsinler? Çocuklar birbirlerinin bu tür özelliklerini pek umursamaz. Olgunluğun tohumlarını fark edebilmek, bireyselliğin gelişmesi için alan bırakabilmek ve bağımsızlığın ilk belirtilerine değer verebilmek için yetişkin olmak gerekir.

Yine de tek sorun çocukların birbirlerinin bireyselliğe adım atma girişimlerini desteklemekten ve bu girişimlere değer vermekten aciz olmaları olsaydı, akran etkileşimleri bireyselliğin ortaya çıkmasına bu kadar engel olamazdı. Ne yazık ki sorun bundan çok daha büyük. Olgunlaşmamış insanlar genelde bireyselliğin her belirtisini ayaklarının altına alma eğilimi gösterir. Çocuk-

ların dünyasında kuşku uyandıran ve utanç kaynağı olarak algılanan şey toyluk değil, olgunlaşma sürecidir. Bağımsızlığa yeni adım atan çocuklar –kendi yollarını çizmek için başkalarına ihtiyaç duymayan, akranlarıyla etkileşim kurma gereksinimleriyle güdülmeyen çocuklar– diğer çocukların gözünde anormal, tuhaf ve sıradışıdır. Akran yönelimli çocukların bu tür çocukları tarif etmek için kullandıkları kelimeler olumsuz ve tenkit edicidir: tuhaf, aptal, geri zekâlı, ucube ve ebleh gibi. Olgunlaşmamış çocuklar bağımsızlığa yeni adım atarak olgunlaşmaya başlayan çocukların neden kendileriyle iyi geçinmek için yoğun bir çaba sarf etmediğini, bazen arkadaşlarıyla beraber olmaktansa neden yalnız kalmayı tercih ettiklerini, diğer akranlarının ilgi göstermediği konulara neden merak duyup ilgi gösterdiklerini ve sınıfta neden soru sorduklarını anlayamazlar. Bu çocukların bir sorunu olması gerektiğini, bu yüzden de alay konusu olmayı hak ettiklerini düşünürler. Çocukların akran yönelimleri ne kadar güçlü olursa, bireysellik belirtileri sergileyen çocuklara o kadar çok sinirlenir ve saldırırlar.

Tıpkı akranların verdikleri tepkilerin bireyselliğe dışarıdan tehdit oluşturması gibi, akran yönelimli çocukların iç dinamikleri de bireyselliğin temelini çürütür. Bireysellik akranların aralarında kurdukları bağlara yük olur. Çok az sayıda akran yönelimli ilişki çocukların kendileri gibi olmalarının, kendi tercihlerini yapmalarının, akıllarından geçenleri söylemelerinin, görüşlerini açıkça ifade etmelerinin ve kendi kararlarını vermelerinin yükünü kaldırabilir. Akranlarla bağ kurmak birincil öncelik olduğunda, bireysellikten ödün verilmesi gerekir. Olgunlaşmamış çocuklar en doğru şeyin bu fedakârlığı yapmak olduğunu düşünür. Kişiliklerini akranlarının beklentilerine göre şekillendirmenin, kendilerini gerçek anlamda ifade etmekten kaçınmanın ve çelişen fikirleriyle değer yargılarını baskılamanın doğal bir davranış biçimi olduğunu düşünürler. Bireysellik arayışlarının kendileriyle akranlarının arasına girmesine izin vermemeleri gerektiğini düşünürler. Olgunlaşmamış insanlar için arkadaşlık (arkadaşlıkla kastettikleri akran bağlarıdır) her zaman kendilerinden önce gelmelidir. Akranlarına sıkıca bağla-

nan çocuklar doğuştan gelen bireyselleşme haklarını onlardan gelecek basit bir kabullenme işareti için kendi istekleriyle feda edebilir; üstelik bunun gelişim süreçlerini nasıl etkilediğine dair hiçbir fikirleri yoktur. Kendi ayaklarının üzerinde durabilen bağımsız bireylere dönüşene dek, kendilerini koruma içgüdüleri gelişmez.

Kate, Claire adında, evde eğitim verdiği, yedi yaşındaki bir kız çocuğunun annesiydi. Kate Claire'i, "yedi yaşında, özgür ruhlu, oldukça düzenli ve eşi benzeri olmayan küçük bir kız" olarak tarif edip sözlerine şöyle devam etti: "Kızım akranlarıyla birkaç saat geçirdikten sonra, eve döndüğünde pek kendisi gibi davranmıyor. Kullandığı dil kendine ait değil, arkadaşlarının tavırlarını takınıyor. Aradan birkaç saat geçtikten sonra tanıdığım Claire yeniden gün yüzüne çıkmaya başlıyor. Ancak büyüdükçe kendi kişiliğini korumayı daha iyi becerdiğini görüyorum."

Kızım Tamara da akran yönelimli yıllarında arkadaşlarıyla arasında sürtüşme yaratabilecek hiçbir fikrini ifade edemiyor, hatta bu tür düşünceleri aklından bile geçiremiyordu. Kızımın korumaya çalıştığı ilişkilerin parametrelerine uyum sağlamak için önümde adeta küçüldüğünü görüyordum. Onu Shannon –birincil yönelimi haline gelen kız– ile beraberken kendisi gibi davranmaya teşvik ettiğimde, ne demek istediğimi anlamakta bile zorluk çekti. Tamara okulunda çok başarılı bir öğrenci olmasına rağmen, bu başarısından utanıyordu ve aldığı yüksek notları arkadaşlarından gizlemek için büyük bir çaba sarf ediyordu. Akran yönelimli çocukların hepsi bu işlerin nasıl yürüdüğünü bilir: Arkadaşlarını kötü gösterebilecek veya onları uzaklaştırabilecek herhangi bir şey söylemeyip yapmamaları gerekir. Tamara içgüdüsel olarak bu ilişkilerin onun ağırlığını kaldıramayacağını biliyordu, ama gelişim sürecinin doğal seyrini izlemesine müsaade etmek yerine, arkadaşlarına uyum sağlamak için küçülmeye teşebbüs etmeye karar verdi.

Çocuklarımızın içinde yaşadığı dünya olgunlaşmaya karşı giderek daha da düşmanca tavırlar sergiliyor. Akran yönelimli evrende, olgunlaşma ve bireyselleşme bağlanmanın düşmanı

olarak algılanıyor. Benzersizlik ve bireysellik akran kültüründe başarıya engel oluyor.

Ebeveynler olarak işimiz, çocuklarımızla bireyselleşmeye yer açan bağlar kurup bu bağları beslemektir. Bireyselleşememek, hiçbir zaman çocukların sıcaklık ve yakınlık hissetmek için ödemek zorunda kaldıkları bir bedel olmamalıdır. Çocuklarımıza birbirlerine veremeyecekleri şeyi vermemiz gerekir: Sevildikleri ve kabul edildikleri bir ortamda kendileri gibi olabilme özgürlüğü – olgunlaşmamış akranlarının kendilerine sunamayacağı, ama biz yetişkinlerin sunabileceği ve sunması gereken bir kabulleniş.

10

Saldırganlık Geleneği

Dokuz yaşındaki Helen bir gün aynanın karşısına geçip koyu renkli saçlarını haşin makas darbeleriyle kesmeye başladı. İşi bittiğinde, başının ön kısmında neredeyse hiç saç kalmamıştı. Helen'ın annesi, şaşkın ve endişeli bir şekilde kızına bu davranışının ne anlama geldiğini sorduğunda, kızı makasın keskin kenarını ona doğrultup bağırarak küfür etti.

On beş yaşındaki Emily vücudunu keserek kendine zarar verdiği için annesi tarafından bana gönderildi. Emily saldırma içgüdülerini yalnızca kendine yöneltmiyordu. Arkadaşları haricinde hiç kimse ve hiçbir şey iğneleyici sözlerinden ve saldırgan tavırlarından kaçamıyordu. Bana geldiğinde kütüphanemdeki kitapların adlarıyla bile alay etti. Yaptığı esprileri orijinal bulmama ve zekâsından etkilenmeme rağmen, anne babasına ve erkek kardeşine karşı sergilediği aşağılayıcı tavırları hazmetmek zordu. Onları acımasızca eleştiriyor, haklarında sürekli kötü sözler söylüyordu. Onlara karşı amansız bir düşmanlık besliyordu.

Helen'ın anne babası benim dostlarımdı. Kızlarının beklenmedik bir şekilde bu tür saldırgan tavırlar sergilemeye başlamasından bir yıl kadar önce evliliklerinde zor bir dönem geçirmişlerdi. Vakitlerinin ve enerjilerinin büyük bir kısmını sorunlu ilişkilerini düzetmeye harcamış ve bu süreçte Helen'ı akranlarıyla duygusal bağlar kurması için kendi haline bırakmışlardı. Ancak Helen bu konuda başarısız olmuştu.

Emily'nin deneyimlerinin de gözler önüne serdiği gibi, Helen akranları tarafından kabul görme hedefine ulaşsa bile, duygusal gereksinimleri yine de tatmin olmayacaktı. Emily,

on yaşındayken, annesinin kanser olmasıyla yoğun bir şekilde akranlarına yönelmişti. Annesini kaybetme olasılığının yarattığı kırılganlık hissine dayanamayan Emily, çareyi annesini geri iterek uzaklaştırmakta bulmuştu. Annesiyle arasındaki bağın kopmasıyla oluşan bağlanma boşluğunu akranlarıyla doldurmuştu. Akranları onun her şeyi olmuştu. Bunun ardından hareketleri, sözleri ve tavırları saldırganlaşmıştı. Aile bireylerine karşı saldırgan tavırlar sergileyerek ebeveynleriyle kardeşlerini yaralamak akran yönelimli çocukların tipik davranışlarından biridir. Saldırılar çoğu durumda fiziksel şiddet içermez, ancak sözel ve duygusal saldırılar da aşırı derecede yorucu, yabancılaştırıcı ve incitici olabilir.

Saldırganlık günümüzde ebeveynlerin ve öğretmenlerin en sık dile getirdikleri şikâyetlerden biridir. Kirsten, Melanie ve Sean'ın ebeveynlerinin en büyük dertleriydi. Saldırganlık her zaman akran yönelimiyle ilişkili olmasa da çocuklar akranlarına ne kadar çok yönelirse, saldırgan tavırlar sergileme olasılıkları da o kadar artar.

Akran yönelimi toplumda yaygınlaştıkça, çocukların saldırganlığı da artar. New York City okul yönetim kurulu 1961 senesinde şiddet içeren tek bir olay ihbar etmişken, 1993 senesinde altı bin olay ihbar etmiştir.[1] Kanadalı gençlerin arasında meydana gelen ciddi saldırı olaylarının sayısı geçtiğimiz elli yıl içinde beş kat, ABD'de meydana gelen ciddi saldırı olaylarının sayısı ise aynı süre zarfında yedi kat artmıştır.[2] Kısa bir süre önce, *Kanada* Federal *Sağlık* Bakanlığı'na gönderilen Cottrell Raporu çocukları tarafından istismar edilen ebeveynlerin sayısında meydana gelen artışı konu almaktadır.[3] Yapılan bir ankette, beş öğretmenden dördü öğrencilerinin saldırısına uğradığını belirtmiştir; fiziksel şiddete maruz kalmayanlar, göz korkutmayı amaçlayan tehditlere veya sözel saldırılara maruz kalmıştır.[4] Saldırganlık tanımı insanların kendilerine karşı uyguladıkları saldırıları kapsayacak şekilde genişletildiğinde, intihar istatistikleri endişe verici bir tablo çizer. Çocukların ölümle sonuçlanan intihar girişimleri geçtiğimiz elli yıl içinde üç kat artmıştır. İntihar girişimlerinin en çok on ila on dört yaşındaki gençler

arasında arttığı gözlemlenmiştir.[5]

Günümüzde yetişkinlerin çoğu saldırıya uğramaktan korktukları için tanımadıkları gençlerden oluşan gruplarla yüzleşmekten çekinmektedir. Bir iki nesil önce kimse böyle bir konudan endişe duymuyordu. Uzun süredir etraflarını gözlemleyip olup bitenlerin farkında olanlar toplumun birkaç onyıl içinde ne kadar büyük bir değişim geçirdiğini hissedebiliyor.

Basında gençlerin saldırganlığını konu alan çok sayıda haber yayımlanıyor: "Dışlanan ergen partiye silahla döndü, üç kişiyi öldürdü", "Ergen grubunun saldırısına uğrayan genç yoğun bakımda", "10 ila 13 yaş arası çocuklardan oluşan çete şiddet içeren suçlar işledi", "Kırık not alan öğrenci okula geri dönüp öğretmenini öldürdü." 2002 senesinin Ekim ayında yayımlanan, yaşları on, on sekiz arasındaki gençlerden oluşan bir grubun otuz altı yaşındaki Chicago'lu bir adama düzenlediği ölümcül saldırıyı konu alan bir haberde, Associated Press görgü tanıklarından birinin şu ifadelerine yer vermiştir: "Ona ellerine geçirdikleri her şeyle [tırmıklarla, süt şişeleriyle ve beysbol sopalarıyla] vuruyorlar ve bağırarak, 'Dur, şunu bir de ben kullanayım...' diyorlardı. Bunu adeta bir oyun sanıyorlardı." Bu kanlı olaydan birkaç hafta sonra, komşu batı vilayetlerinde ergenler tarafından işlenen iki cinayet Kanada halkında şok etkisi yarattı. Otuz dokuz yaşında, evli ve üç çocuk annesi bir kadının cesedi, Maple Ridge, British Columbia'daki kasten ateşe verilen aile evlerinin kalıntılarının arasında bulundu. Polis memurları birkaç saat sonra ölü kadının arabasını kullanan on beş yaşındaki bir genci çevirdi. "Arabayı kullanan puro içiyordu. Araçta beş genç daha vardı." Ergenlik çağındaki çocuk birinci dereceden cinayetle yargılandı. Bu vakada çocuk katilin akranlarının yanındayken sergilediği umursamaz tavırlar oldukça dikkat çekicidir.*

Ergenlerin birbirlerini hedef alan şiddet içerikli saldırılar birçok yerde manşetlere konu oldu: Colorado'daki Columbi-

Söz konusu ergen, hakkında yöneltilen suçlamalardan hüküm giymişti. Erken yaşta terk edilmiş, yetişkinlerle arasındaki bağlar bir anda kopmuş ve bunun sonucunda akran grubuna katılmıştı.

ne Lisesi; Tabor, Alberta'da; Liverpool, İngiltere'de. Ancak dehşet verici istatistiklere ve medyada yer alan kanlı şiddet olaylarına odaklanmamız çocukların saldırganlıklarının toplumun üzerinde yarattığı etkileri tüm boyutlarıyla anlayamamamıza neden olabilir. Saldırganlığın ve şiddetin hızla yaygınlaştığını gösteren en belirgin işaretler manşetlerde değil, akran kültüründe karşımıza çıkar: gençlerin kullandıkları dilde, dinledikleri müzikte, oynadıkları oyunlarda, sanat ve eğlence anlayışlarında. Bir kültür, üyelerinin dinamiklerini yansıtır; akran yönelimli çocukların kültürü de giderek daha saldırgan ve şiddet yanlısı bir kültür olma yolunda emin adımlarla ilerlemektedir. Artan şiddet eğiliminin yansımaları yalnızca müziklerde ve filmlerde değil, okul bahçelerinde ve koridorlarında da karşımıza çıkmaktadır. Çocuklar arkadaşlarını şiddetten korumak yerine, akranlarının arasında çıkan kavgaları ve anlaşmazlıkları teşvik ediyor. Çocuk yaştaki suçlular yalnızca buzdağının görünen yüzünü temsil ediyor. Araştırmacılar okul bahçelerinde yürüttükleri bir araştırmanın sonucunda öğrencilerin çoğunun zorbalık ve saldırganlık içeren davranışları ya pasif bir şekilde desteklemeye ya da fiilen teşvik etmeye meyilli olduklarını keşfetti; çocukların sekizde birinden azının meydana gelen anlaşmazlıklara müdahale etmeye teşebbüs ettiğini gözlemlediler. Şiddet kültürü ve psikolojisi o kadar yaygınlaşmış ki çocukların çoğunun zorbalık yapan çocuklara kurbanlardan daha fazla saygı ve sevgi gösterdiklerini dile getirdikleri görüldü.[6]

Çocuklar ve ergenler tarafından en yaygın şekilde sergilenen saldırgan davranışlar yapılan araştırmaların ve istatistiklerin odaklandığı kavgalar ve saldırılar değil; saldırgan tavırlar, sözler, hareketler ve akran yönelimli çocukların arasında kurulan gündelik etkileşimlerdir. Bunlar genelde düşmanca tavırlar sergileme, zıtlaşma ve küçümseme şeklinde dışa vurulan duygusal saldırılardır. Kaba el kol hareketleriyle, göz devirmelerle, hakaretlerle ya da aşağılayıcı sözlerle ifade edilebilirler. Bu tür saldırılar ses tonuyla, alaycı el kol hareketleriyle, dik bakışlarla, vücut diliyle, aşağılayıcı yorumlarla veya soğuk tepkilerle yapılabilir. Saldırganlık doğrudan diğerlerine yöneltilebilir veya öfke nö-

betleri ya da sinir krizleri aracılığıyla ifade edilebilir. İnsanlar saldırganlıklarını kendilerine de yöneltip kendileri hakkında, "Çok aptalım" gibi küçük düşürücü sözler veya, "Kendimden nefret ediyorum" gibi kindar sözler söyleyebilir, başlarını duvara vurabilir, kendilerine zarar verebilir ve intihara meyilli düşüncelere ve dürtülere sahip olabilir. "Seni öldüreceğim" veya "Kendimi öldüreceğim" gibi sözel saldırılar doğrudan varoluşun kendisine yöneltilebilir. Varoluşa yöneltilen saldırılar dışlama veya insanlar yokmuş gibi davranma veya bu insanların varlığını kabullenmeyi reddetme gibi psikolojik saldırılar olabilir. Bu liste sonsuza kadar uzar. Başka bir deyişle, saldırganlığın özü, günümüzde çok sayıda çocuğu idare etmekle yükümlü okullar ve diğer kurumlar tarafından yaygın bir şekilde benimsenen, ancak pek fazla fayda sağlamayan "sıfır tolerans" politikalarının odaklandığı, saldırganlığın açıkça şiddet içeren dışavurumlarından çok daha geniş bir yelpazeyi kapsamaktadır. Saldırganlığın yapısı itibariyle hızla yayılma eğilimi gösterdiği göz önünde bulundurulduğunda, sıfır tolerans politikalarının sığ bir kavram olduğunu ve pratikte uygulanmalarının mümkün olmadığını gönül rahatlığıyla söyleyebiliriz.

Saldırganlık, tıpkı sevgi gibi, temelindeki motivasyon kaynağının –onu harekete geçiren şeyin– doğasında vardır. Saldırganlığın temelinde saldırma içgüdüsü yatar. Peki ama saldırganlık günümüzde niçin bu kadar arttı? Çocukların saldırganlığının önceden görülmemiş düzeylere tırmanmasının nedenleri ne? Akran yönelimli çocukların şiddete eğilimli olmalarının nedeni ne? Bu soruları yalnızca istatistiklerden faydalanarak cevaplayamayız, bunun için saldırganlığın köklerinin nerelere uzandığını ve akran yöneliminin bu kökleri nasıl beslediğini anlamamız gerekir. Saldırganlığın çocuklarımızın içinde yaşadığı dünyada hızla artmasının nedenini ancak saldırganlığın mantığını kavrayarak anlayabiliriz.

Saldırganlığın temel nedeni akran yönelimi değildir. Akran yönelimli olmayan emekleme ve anaokulu çağındaki çocuklar da, farklı yaşlarda olan diğer yetişkin eğilimli çocuklar da saldırgan davranışlar sergileyebilir. Saldırganlık ve şiddet tari-

hin başlangıcından beri insanlığın ayrılmaz bir parçası olmuştur. Saldırganlık en eski ve üstesinden gelmesi en zor insanlık sorunlarından biridir; öte yandan, akran yönelimi nispeten daha yeni bir sorundur. Ancak akran yönelimi saldırganlık ateşini bile isteye harlayarak onu şiddete dönüştürür.

SALDIRGANLIĞIN İTİCİ GÜCÜ

Bir insanı saldırıya geçmeye iten şey nedir? Cevap hayal kırıklığı. Hayal kırıklığı saldırganlığın yakıtıdır. Tıpkı bir oksijen kaynağının tek başına bir yangın çıkaramaması gibi hayal kırıklığı da otomatik olarak saldırganlığa neden olmaz. İlerleyen paragraflarda göreceğimiz üzere, hayal kırıklığı saldırganlıkla pek ilişkisi olmayan farklı sonuçlar da doğurabilir. Yalnızca yaşanan hayal kırıklığının giderilmesi için daha medeni bir çözüm yolu bulunamayıp hayal kırıklığı daha da arttığında saldırganlık ortaya çıkar. Akran yönelimi hem çocukların yaşadığı hayal kırıklığını artırır hem de saldırganlığa barışçıl alternatifler bulma ihtimallerini azaltır.

Hayal kırıklığı işlerimiz yolunda gitmediği zaman yaşadığımız histir. Bazen bir oyuncak, iş, sohbet, istek, ilişki, kahve makinesi veya bazen bir makas bile hayal kırıklığı yaşamamıza neden olabilir. Söz konusu mesele ne olursa olsun, yolunda gitmesi bizim için ne kadar önemliyse, yolunda gitmediği zaman o kadar büyük bir hayal kırıklığı yaşarız. Hayal kırıklığı derin ve ilkel bir histir, hatta o kadar ilkeldir ki hayvanlar da bu hissi yaşar. Hayal kırıklığı yaşadığımızın her zaman bilincine varmayız, buna rağmen hayal kırıklığı bizi diğer hisler gibi derinden etkiler.

Hayal kırıklığını tetikleyen birçok etken vardır, ancak çoğu çocuğun –ve yetişkinin– en çok önem verdiği şey bağlanma olduğundan, hayal kırıklığını tetikleyen en önemli etkenin yolunda gitmeyen bağlanma ilişkileri olduğunu söyleyebiliriz: iletişim kopukluğu, temas kurulmasının engellenmesi, gereğinden fazla ayrı kalmak, reddedilme hissi, sevilen birini kaybetmek, aidiyet hissinin eksikliği veya anlaşılamamak. Bağlan-

ma genelde bilinçsizce yaptığımız bir iş olduğundan, çoğu zaman yaşadığımız hayal kırıklıklarıyla bağlanma ilişkilerimizin yolunda gitmemesinin arasında bir bağlantı olduğunun bilincine de varamayız.

Bağlanma, hayal kırıklığı ve saldırganlık arasında ne kadar yakın bir ilişki olduğunu oğlum Shay henüz iki yaşındayken anladım. Shay bana çok bağlıydı ve bir grup eğitimciye beş günlük bir kurs vermek için kıtanın diğer ucundan teklif alana dek onunla hiç uzun bir süre boyunca ayrı kalmamıştık. Geri döndüğümde, Shay'in saldırganlığı artmış, yaşına uygun temel seviye olan günde ortalama iki ila üç saldırganlık olayı, yirmi ila otuz olaya çıkmıştı. Ona niçin sinir krizleri geçirdiğini veya sağı solu ısırıp, etrafa vurup, bir şeyleri sağa sola fırlattığını sormadım; tesadüfen, verdiğim seminerin konusu saldırganlığın ve şiddetin kaynaklarıydı. Zaten sorsaydım da bana verebilecek bir cevabı olmazdı. Bu davranışlarının nedeninin bağlanmadan kaynaklanan hayal kırıklığı olduğu açık ve netti. Helen'ın annesi (bu bölümün başında bahsettiğim kız), Helen henüz üç yaşındayken ciddi bir depresyon geçirmişti. Davranış bozukluğundan şikâyetçi olduğu uzun, karanlık aylar boyunca kızlarıyla kendisi de eşi de pek ilgilenmemişti. Daha sonra, bir anda, görünürde herhangi bir neden yokken, Helen oyun alanında diğer çocuklara, hatta tanımadığı çocuklara bile fiziksel şiddet uygulamaya başladı. Bağlanma ilişkilerinin yolunda gitmemesi saldırgan davranışlar sergilemesine neden oluyordu.

Akranlar ebeveynlerin yerini aldığında, çocukların yaşadıkları hayal kırıklığının kaynağı da değişir ve çoğu durumda hayal kırıklıkları azalacağına artma eğilimi gösterir. En çok değer verdikleri bağlar kendi aralarında kurdukları bağlar olduğundan, akranlarıyla diledikleri kadar yakın olamadıklarında hayal kırıklığı yaşarlar. Beraber aynı çatı altında yaşamadıklarından sürekli ayrılık acısı çekerler. İnsanın her zaman akranları tarafından sevileceğinin güvencesi yoktur; insanın bir gün seçilmesi yarın seçileceğini garanti etmez. Bir insanın en çok değer verdiği şey akranlarının kendisine önem vermesiyse, hayal kırıklığı onu her köşe başında bekleyecektir: akranla-

rının çağrılarına geri dönüş yapmaması, onu göz ardı etmeleri veya yok saymaları, yerine başkalarını koymaları, onu dikkate almamaları ve küçümsemeleri olağan davranışlardır. Bir çocuk hiçbir zaman akranlarının kendisini kabullendiklerinden veya onun özel bir insan olduğunu düşündüklerinden emin olup rahata eremez. Dahası, akran ilişkileri bir çocuğun psikolojik ağırlığını çoğu zaman kaldıramaz. Çocuklar akranlarına uyum sağlamak için sürekli davranışlarında düzeltmeler yapmak, aralarındaki farklılıkları belli etmemek ve fikir ayrılığına düşmemek için dikkat etmek zorundadır. Aralarındaki yakınlığı korumak için öfke ve dargınlık hislerini zapt etmek zorundadırlar. Akran ilişkilerinde güvenli bir ana üs, strese karşı koruyucu bir kalkan, bağışlayıcı sevgi, güvenilir bir bağlanma ve yakından tanınma hissi yoktur. Böyle bir ortamda yoğun hayal kırıklıkları yaşanır, işler nispeten yolunda gidiyor olsa bile. Bu karışıma bir de kabullenilmeme ve dışlanma eklendiğinde, yaşanan hayal kırıklığı zirveye çıkar. Bu yüzden, akran yönelimli çocukların kullandıkları dilin giderek bozulmasına, dinledikleri müziklerin ve düzenledikleri eğlencelerin temalarının saldırganlaşmasına şaşırmamamız gerek. Ayrıca çok sayıda çocuğun kendilerine saldırmalarına, vücutlarını kesmelerine ve intihar etmeyi düşünmelerine de şaşırmamamız gerekiyor. Bunlar kadar belirgin olmayan, ancak bunlardan çok daha yaygın olan bir sorun da sayıca çok daha fazla çocuğun kendisiyle barışık olmamasıdır. Bu çocuklar bilinçli veya bilinçsiz bir şekilde kendilerini eleştirip kusur bulmaktadır. Bu da saldırganlığı insanın kendine karşı yöneltmesinin bir örneğidir.

Hayal kırıklığı yaşayan çocuklar bir yere saldırmak için fırsat arar ve müzik, edebiyat, sanat ve eğlence dünyasında karşılarına çıkan saldırgan temalara çok ilgi gösterirler. Eşyazarım oğullarından birinin ergenlik çağına girmek üzereyken televizyonda şiddet içeren güreş programları seyretmeye ve ölümcül, sivri tırnakları olan korku filmi karakteri Freddy Krueger'ı anımsatan kostümler giymeye başladığını anımsıyor. Bu çocuk, hayatının o döneminde, anne babasıyla yeterince güçlü bağlar kurmamıştı ve akranlarıyla aşırı derecede hayal kırıcı ilişkiler

yaşamıştı.

Birçok ebeveynin üzülerek tecrübe ettiği gibi, çocukların beyinleri akranlarına odaklandıktan sonra, buna engel olma teşebbüsleri çok yoğun hayal kırıklıkları yaratabilir. Ebeveynler tarafından empoze edilen kısıtlamalar ve yasaklar ortamı çok gerebilecek bir sürü saldırgan sözün söylenmesine ve davranışın sergilenmesine neden olabilir. On bir yaşındaki Matthew bunun tipik bir örneğini sergiledi. Matthew anne babasının yerine Jason adında bir akranını koydu. Jason'la ayrılmaz bir ikili oldular. Matthew anne babasından Cadılar Bayramı'nda Jason'ların evinde kalmak için izin istedi. Anne babası kendisine izin vermeyince, Matthew patlayarak onlara öyle bir duygusal düşmanlık ve sözel saldırıyla tepki verdi ki, anne babası ardından yapabileceklerinden korktu. O noktada bana danıştılar ve çocuklarının sergilediği saldırgan tavırların temelinde akran yöneliminin yattığını keşfettiler. Matthew'un anne babasına yazdığı kederli bir not o anda yaşadığı hayal kırıklığını ve bunun sonucunda sergilediği saldırgan tavırları kısmen de olsa yansıtıyor.

> Şimdi, lütfen bir dakika durup burada durumu değerlendirin. Jason'ın birileriyle bir şeyler yapmak istediğini farz edelim. Normalde böyle bir durumda beni arardı. Ancak artık buna zahmet etmeyecek, çünkü bana izin vermiyorsunuz. Bu durumda başka insanlarla görüşmeye başlayacak. Bu normalde sorun olmazdı, ama artık benimle arkadaşlık etmeyecek. Bu beni çok kızdırıyor!!!!!!!! Beni öyle çok kızdırıyor ki birinin canını yakmak istiyorum, gerçekten birinin ağzını burnunu kırmak istiyorum... Size yemin ederim çok sevdiğiniz küçük çocuğunuzu artık göremeyeceksiniz. Gerekirse kendimi öldürürüm! Belki de bileklerimi keserim... ARKADAŞIM OLMADIKTAN SONRA, YAŞAMAMIN BİR ANLAMI YOK.

Akran yönelimli çocuklarda saldırganlık ateşinin yakıtı hiç bitmez.

Hayal kırıklığı her zaman saldırganlığa neden olacak diye bir şart yoktur. Hayal kırıklığına karşı verilen sağlıklı tepki yolunda gitmeyen şeyleri değiştirmeye çalışmaktır. Eğer bu imkânsızsa, yolunda gitmeyen şeyleri oldukları gibi kabul edebilir ve değiştiremeyeceğimiz şeylere yaratıcılığımızı kullanarak adapte olabiliriz. Böyle bir adaptasyon gerçekleşmezse, duygularımıza ve düşüncelerimize hâkim olarak –başka bir deyişle, kendimizi olgun bir insana yaraşır bir şekilde denetleyerek– saldırma içgüdümüzü kontrol altında tutabiliriz. Büyük bir hayal kırıklığına uğradığımız halde saldırganlaşmamak mümkündür. Akran yönelimli çocuklar, bu tür uygun çözümleri ilerleyen paragraflarda açıklayacağım şekillerde engelleme eğilimi gösterir. Bu tür çocuklar bu özelliklerinden dolayı daima saldırgan olur.

Akran ilişkilerinde hayal kırıklığının saldırganlığa dönüşecek raddeye gelene kadar baskılanmasına yol açan üç ana eksiklik vardır.

AKRAN YÖNELİMİ SALDIRGANLIĞI NASIL TEŞVİK EDER

Akran Yönelimli Çocuklar Değişime Açık Değildir

Hayal kırıklığı yaşadığımızda, ilk olarak yolunda gitmediğini düşündüğümüz şeyleri değiştirmeye çalışırız. Bunun için diğer insanlara taleplerde bulunabilir, kendi davranışlarımızı değiştirmeye çalışabilir veya buna benzer farklı yöntemler deneyebiliriz. Hayal kırıklığı bizi harekete geçirerek görevini tamamlamış olur.

Sorun şu ki, hayat bize çoğu zaman kontrolümüzün dışında kalan nedenlerden kaynaklanan hayal kırıklıkları yaşatır: Zamanı geri alamayız, geçmişi veya geçmişte yaptıklarımızı değiştiremeyiz. Ölümden kaçamayız, iyi deneyimlerin kalıcı olmasını sağlayamayız, gerçekliği değiştiremez, olmayacak şeyleri olduramaz veya bizimle işbirliği yapmak istemeyen birini

buna zorlayamayız. Her şeyin adil olmasını veya kendimizin ya da başkalarının güvende olmalarını garanti altına alamayız. Kaçınılmaz bir şekilde yaşanan tüm bu hayal kırıklıkları psikolojik ve duygusal anlamda güvende olduklarını hissetmeyen çocuklar için en büyük tehdidi oluşturur. Aşırı önem verdikleri birçok gereksinimlerinin –istenen, davet edilen, hoşlanılan, sevilen ve özel bir insan olma gereksinimlerinin– karşılanıp karşılanmayacağı kontrollerinin dışında gelişen etkenler tarafından belirlenir.

Ebeveynler olarak çocuklarımıza tutunmayı başarabilirsek, insan varlığının temel sorunlarından biri olan bu derin boşluk hissiyle yüzleşmek zorunda kalmazlar. Onları sonsuza dek gerçeklerden koruyamayız, ama çocukların henüz atlatmaya hazır olmadıkları zorluklarla yüzleşmek zorunda kalmamaları gerekir. Akran yönelimli çocuklar o kadar şanslı değildir. Bu çocuklar büyük hayal kırıklıkları yaşadıkları için hayatlarında değişiklik yapmak ve bağlanma ilişkilerini bir şekilde korumak adına çaresizce çabalar. Bazıları insanlarla kurdukları ilişkilerde saplantı boyutuna varan bir talepkârlık sergiler. Bazıları kendilerini akranlarının gözünde çekici kılmak için çabalar; estetik ameliyat olmak isteyen gençlerin sayısında büyük bir artış olması ve giderek daha erken yaşta modayı takip ederek şık giyinmeye çalışmaları bundan kaynaklanır. Bazıları amirane bir tavır takınırken, diğerleri sevimli veya eğlenceli olmaya çalışır. Bazıları akranlarıyla kurdukları yakınlığı korumak için binbir takla atarak psikolojik bir düğüme dönüşür. Daimi bir tatminsizlik hali içinde olan bu çocuklar memnuniyetsizliklerinin nereden kaynaklandığını bilmeden kontrol edemedikleri gerçekliğe öfkelenir. Elbette ki, aynı dinamikler çocukların yetişkinlerle kurdukları ilişkilerde de kendini gösterebilir –sıklıkla da gösterir– ancak akranların arasında kurulan ilişkilerde görülecekleri kesindir.

Akran yönelimli bir çocuk yolunda gitmeyen işlerini talepleriyle, dış görünüşünü yenileyerek veya diğer insanların işlerini yoluna sokarak değiştirmek için ne kadar çabalarsa çabalasın; gerçek kişiliğini ne kadar baskılarsa baskılasın, kendinden

ne kadar ödün verirse versin, bu çabalarının sonucunda yalnızca geçici bir rahatlama elde edecektir. Bağlanma ilişkilerinden kaynaklanan hayal kırıklıklarına kalıcı bir çözüm bulamayacak ve başını sürekli imkânsızlık duvarına vurduğu için hayal kırıklıkları giderek daha da artacaktır. Tıpkı bu bölümün başında değindiğim Helen ve Emily örneklerinde olduğu gibi, yaşadığı hayal kırıklıkları sonlanacağına, saldırganlığa dönüşmeye bir adım daha yaklaşacaktır.

Akran Yönelimli Çocukların Adaptasyon Yetenekleri Gelişmemiştir

Aşılması imkânsız olan engellerle karşılaştığımızda yaşadığımız hayal kırıklığının zamanla zayıflayarak beyhudelik hissine dönüşmesi gerekir. Hayal kırıklığı bu şekilde adaptasyon ihtiyacını doğurarak, bize engel olan durumları değiştiremediğimizde kendimizi değiştirmeye iter. Şartlara adapte olmaya çalışan çocuklar saldırgan olmaz: Her ikisi de hayal kırıklığının bir ürünü olsa da adaptasyon ve saldırganlık birbiriyle bağdaşmaz. Hayal kırıklığının beyhudelik hissine dönüşmesini sağlayan dinamiğin en belirgin hali emekleme çağındaki çocuklarda görülür. Emekleme çağındaki çocuklar, genelde geçerli nedenlerden ötürü, ebeveynlerinden yerine getirmek istemedikleri veya yerine getirmelerinin mümkün olmadığı taleplerde bulunur. İşleri değiştirmek için giriştikleri birkaç başarısız denemeden sonra, boşa çaba sarf ettiklerini görerek ağlamaları gerekir. Bu şekilde tepki vermeleri çok olumlu bir durumdur. Enerjilerini bazı şeyleri değiştirmeye çalışmaktan ziyade inatlarından vazgeçip rahatlamaya başladıklarının göstergesidir. Hayal kırıklıklarının bir kısmı saldırganlık içgüdülerini tetiklemiş olsa bile, bu duyguları öfkeden üzüntüye dönüşür. Çocuklar boşa çaba sarf ettiklerini anladıktan sonra huzur bulur. Hayal kırıklıklarını bu süreçten geçerek beyhudelik hissine dönüştüremeyen çocuklar istediklerini elde etmek için çaba sarf etmeye devam eder. Bu süreçte dikkatleri dağılmaz veya pes etmezlerse, emekleme çağındaki çocuklar genelde yorulana dek öfke patlamaları yaşayarak mücadelelerine devam eder. İnsanlar yalnızca boşa çaba sarf ettiklerini anladıklarında elde edilmesi mümkün

olmayan hedeflerinin peşinden koşmayı bırakıp hayal kırıklıklarını giderebilir.

Beynin bazı çabaların işe yaramadığını idrak etmesi gerekir. Bazı çabaların işe yaramadığını *düşünmek* yeterli değildir – bunun *hissedilmesi* gerekir. Hepimiz boşa çaba sarf ettiğimizi bilerek, aynı hareketleri defalarca tekrarlama deneyimini yaşamışızdır. Örneğin, çoğu ebeveyn çocuğuna: "Sana belki aynı şeyi bin defa söylemişimdir..." demiştir. Bunun yerine bazı çabalarımızın beyhude olduğunu anlayarak boşa çabalama hissinin içimize işlemesine izin verirsek, işe yaramadığını bildiğimiz ebeveynlik davranışlarını tekrarlamaktan vazgeçebiliriz.

Adaptasyon bilinçdışımızın derinliklerinde gerçekleşen duygusal bir süreçtir ve bu süreç beyin zarımızın düşünen kısımları tarafından değil, beynin duygusal merkezi olan limbik sistem tarafından yönetilir. Örneğin ister ölüm isterse de ilişkimizin sona ermesi yüzünden sevdiğimiz birini kaybettiğimizde, adaptasyon geçirmemiz için söz konusu insanın artık hayatımızda olmayacağını bilmemiz yeterli değildir. Dalga dalga gelen çaresizlik hissini özümseyerek yaşadığımız kayıpla duygusal anlamda yüzleşmemiz gerekir. Ancak çaresizliğimizi özümsediğimiz zaman hayatlarımızdan sonsuza dek çıkmış biriyle aramızda kurulan fiziksel veya duygusal bağları korumamızın imkânsız olduğunu derinden idrak edebilir ve gözyaşları dökerek adaptasyon sürecini başlatabiliriz. Bu sürecin tamamlanması yıllar alabilir. Genç bir çocuğun önüne akşam yemeğinden önce abur cubur yemesini engelleyen bir çaresizlik duvarı örüldüğünde, adaptasyon sürecinin birkaç dakika sonra tamamlanması –yani, öfkesinin kısa bir süre sonra üzüntüye dönüşmesi– gerekir. Bu süreç annesini yeni doğan kardeşiyle paylaşmak zorunda kalan bir çocuk için daha uzun sürebilir. Ancak çaresizlik gözyaşları hiç akmazsa, adaptasyon gerçekleşmez. Gözlerimiz sulansa da sulanmasa da, çaresizlik çoğunlukla üzüntü, kırgınlık ve kedere neden olur. Neyse ki, gözyaşlarımızı bastırmayı öğrensek bile, çaresizliğimizi içimizde hissettiğimiz zaman duyduğumuz üzüntü ve kırgınlık da adaptasyon sürecini başlatabilir. Akran yönelimli çocukların içinde bulun-

duğu açmaz, insanın bazı konularda çaresiz olduğunu anlayabilmesinin kırılgan olduğunu kabullenmesini gerektirmesidir: İnsanın kırılgan olduğunu kabullenebilmesi için de gücünün ve kontrol edebileceklerinin sınırlarını bilmesi gerekir. Akran yönelimli çocuklar kırılganlıklarını kabullenmekten kaçarken baskıladıkları ilk his çaresizliktir. Havalı olmaya değer veren bir kültürde, çaresizlikten akan gözyaşları büyük bir utanç kaynağıdır. Çaresiz olduklarını hissedemeyen akran yönelimli çocuklar saldırgan tavırlar sergilemeye çok daha meyilli olur.

Akran yönelimi hem hayal kırıklığı yaratır hem de hayal kırıklığına çare olabilecek gözyaşlarını yok eder. Örneğin, artık gözyaşı dökmeyen Helen, annesine karşı saldırgan duygular beslemeye başlamıştı. Emily annesi kanser oldu diye hiç gözyaşı dökmemişti. Çaresizlikten ağlamaktansa, kendini keserek gözyaşı dökmeyi tercih etti. Üzülüp hayal kırıklığı hissetmektense, iğneleyici sözler söyleyip aşağılayıcı bir tavır takındı. Üzüntüsünü yansıtan ve içini avutan melankolik müzikler dinlemektense, heavy metal müziğinin şiddetini tercih etti. Giderek artan sayıda çocuk akranlarıyla aralarında kurdukları ilişkileri ideal bir şekilde yürütememenin çaresizliğiyle yüzleşmek zorunda kalıyor, ama çaresizliklerini özümseyemeyecek kadar duyarsızlaştıklarından, çareyi en sonunda kendilerine ve çevrelerindeki diğer insanlara saldırmakta buluyor.

Çaresizliklerini özümseyemediklerinde kendilerini boşa çaba sarf etmekten alamayıp mevcut sınırlarını kabullenemiyorlar. Adaptasyon olmadan olumsuzluklara karşı direnç gösteremez, sorunlarımıza çare bulamaz ve geçmişte yaşadığımız travmaların etkilerini üzerimizden atamayız.

Akran yönelimli çocukların bu konuda iki arada bir derede –değiştiremeyecekleri şeylerle kalpleri arasında– kaldıkları söylenebilir.

Akran Yönelimli Çocuklar Saldırganlıkla İlişkili Daha Az Karışık Duygular Besler

Hayal kırıklığının saldırganlığa dönüşmesi saldırma içgüdüsünün zıt dürtülerle, düşüncelerle, niyetlerle ve hislerle

kontrol altında tutulmasıyla da engellenebilir. Konu saldırganlık olduğunda, kararsızlık iyi bir şeydir. Akran yönelimli çocukların saldırıya geçip geçmemek konusunda kararsız kalma ihtimalleri diğer çocuklara oranla daha düşüktür.

Normalde, birine acı çektirmekten kaçınmamız, iyi bir insan olmak istememiz, saldırmayı düşündüğümüz kişilerin bizden öç almalarından korkmamız veya davranışlarımızın doğurabileceği sonuçlardan çekinmemiz saldırma içgüdümüzü kontrol altında tutmamızı sağlar. Bağlandığımız kişilerin bize yabancılaşmasından endişelenmemiz, onlara karşı sevgi dolu hisler beslememiz, hatta kendimizi kontrol etme arzusu bile tek başına saldırganlığı engelleyebilir. Saldırma içgüdüsü devreye girdiğinde, çocukları medenileştiren her şey anında zıt yöne gider. Çelişen motivasyon kaynakları insanın kendini kontrol etmesini sağlayan bir medenileşme bilinci oluşturur. Kararsızlık olmadan saldırma içgüdüsü tetiklendiğinde, uygunsuz dürtülerin harekete geçirilmesini hiçbir şey engelleyemez.

Peki ama akran yönelimli çocukların saldırıya geçip geçmemek konusunda kararsız kalma ihtimalleri niçin daha düşüktür? İlk olarak, akran yönelimli çocukların gelişim süreçleri duraklama döneminde olduğundan, karışık duygularla ve çelişen dürtülerle ehlileştirilmemiş bir yapıya sahip olma ihtimalleri daha yüksektir. Bu Bölüm 9'da değindiğimiz anaokulu çağı sendromudur – psikolojik açıdan olgunlaşamamaktan kaynaklanan dürtüsellik. Dürtüsel bir çocuğun ne bildiği, ne kadar iyi niyetli olduğu, ne kadar sık azarlandığı veya davranışların sonucunda ne kadar büyük bir ceza almayı beklediği önemli değildir; hayal kırıklığı yeterince biriktiğinde, tüm bunlar saldırma içgüdüsünün gölgesinde kalacaktır.

Akran yönelimli çocukların saldırıya geçip geçmemek konusunda kararsız kalma ihtimallerinin düşük olmasının ikinci nedeni de hayatlarında yatıştırıcı bağlanma kuvvetlerinin eksik olmasıdır. Bölüm 2'de de açıkladığım gibi, ilkel bağlanmanın çift kutuplu doğası bizi bağlı olmadığımız kişileri yanımızdan uzaklaştırmaya iter. Çocuklar bağlanma açlıklarını akranlarıyla kurdukları bağlarla ve yakınlıkla gidermeye yöneldiklerinde,

geriye kalan neredeyse herkes saldırıya açık hale gelir: kardeşler, ebeveynler ve öğretmenler.

Bu durumda çocukların bağlanmadığı akranları da saldırıya açık hale gelir. Saldırganlık yine fiziksel şiddet haricinde çok farklı şekillerde dışa vurulabilir: kötü sözler söyleme, alay etme, görmezden gelme, dedikodu yapma, duygusal düşmanlık, isim takma, aşağılama, kin duyma ve hor görme gibi.

Dolayısıyla da akran yönelimi saldırma dürtülerini tetiklemekle kalmaz, aynı zamanda aile bireylerinin ve çocuklara bakmakla yükümlü diğer yetişkinlerin doğal dokunulmazlıklarını ortadan kaldırır. Çocukların ebeveynlerine ve öğretmenlerine yönelttikleri saldırgan tavırların giderek artmasının nedeni budur.

Çocuklar üzerinde ıslah edici bir etki yaratan bir başka etken de beynin psikolojik alarm sistemidir. Beynin önemli bir bölümü kapsamlı bir alarm sisteminin faaliyetlerine adanmıştır. Endişe bizi saldırı veya önem verdiğimiz kişilerden ayrı kalma riski gibi tehlikelere karşı uyaran duygusal bir alarmdır. Başlarının belaya girmesinden endişelenmeleri, canlarının yanmasından korkmaları, davranışlarının olası sonuçlarından çekinmeleri ve sevdikleri kişileri uzaklaştırmaktan endişe duymaları çocukları dikkatli davranmaya iten mekanizmalardır. Saldırıya geçmek riskli bir iştir. Saldırıya geçmenin düşüncesi bile, karmaşık duygular hissetme yetisine sahip olan çocukların saldırganlıklarını kontrol altında tutmalarına yardımcı olan bir telaş hissi uyandırmalıdır.

Telaşlanmanın zor yanı, bize aynı zamanda kırılgan olduğumuzu hissettirmesidir. Aslında insanın başına kötü bir şeylerin gelebileceğini anlaması kırılganlığın özünü oluşturur. Akran yönelimli çocukların çoğu, kırılganlıktan kaçındıkları için korku hislerini kaybeder. Psikolojik düzeyde telaşlanabilirler, ancak artık bunun yanında gelen endişeyi ve kırılganlığı bilinçli bir şekilde hissetmezler. Bu noktadan sonra, endişe duyduklarından, tedirgin olduklarından veya korktuklarından bahsetmezler.

Telaşlanma hisleri köreldikten sonra, telaşlanmanın ya-

rattığı kimyasal etkiler –adrenalin salgılanması– onlara çekici gelebilir, hatta onlarda bağımlılık yaratabilir. Kırılganlıklarına karşı savunmaya geçmelerinin sonucunda duyarsızlaşan çocuklar adrenalin salgılamak için kendilerini tehlikeye atabilir; "ekstrem sporların" son yıllarda bu kadar popüler olmasının esas nedeni budur.

Bir çocuk akranlarına ne kadar yönelirse, endişe duyma veya dikkatli davranma ihtimali o kadar azalır. Ergenlik çağındaki suçluların üzerinde yürütülen beyin araştırmaları bu gençlerin üçte birinin beyinlerinde telaşlanmayı sağlayan normal beyin faaliyetlerinin yürütülmediğini ortaya koymuştur. Beyinde telaşlanmayı tetikleyen bir alarm mekanizması olmadığında, insanların saldırma içgüdülerinin şiddetli şekillerde dışa vurulma ihtimali yüksektir.

Alkolün etkileri bu ilişkinin nasıl yürüdüğünü açık bir şekilde gözler önüne serer. Saldırganlık dürtülerini kontrol altında tutan telaşlanma hissi –ister canımızın yanabileceğini, ister başımızın belaya girebileceğini isterse önemli olduğunu düşündüğümüz bir insanın uzaklaşabileceğini düşünmemizden kaynaklansın– alkol tüketimiyle baskılanır. İnsanlar alkol tükettiklerinde, beyinlerinin saldırganlığı engellemeye yarayan kısımları normal bir şekilde çalışmaz. Şiddet içeren suçların çoğunun alkol tüketimiyle bağlantılı olması şaşırtıcı bir durum değildir.[7] Çocuklar alkolün kendilerini cesaretlendirdiğini düşünür, ancak aslında alkolün yaptığı tek şey korkularını gidermektir. Beynimiz, alkol veya uyuşturucu kullanmamıza gerek kalmadan da telaşlanma hissini tamamen baskılayabilir ve içinde bulunduğumuz ortam çok bunaltıcı olduğunda bunu yapar. Akran yönelimli çocukların çoğu, duygularını baskılamak ister. Elbette ki ergenlik çağına gelen akran yönelimli çocukların alkol tüketme olasılığı artar ve bu çocukların alkol tüketmeleri saldırganlaşma olasılıklarını artırır.

Akran yönelimli çocuğumuzun saldırganlık ateşini söndürmeye çalışmamız beyhude bir çaba olacaktır. Ancak bunun

beyhude bir çaba olduğu gerçeğini özümseyip bu durumdan üzüntü duymazsak, davranışlarımızı değiştirme olasılığımız da düşük olacaktır. Akran yönelimli çocuklarımızla ürkütücü bir çıkmaz içindeyizdir. Çocuklarımız akranlarına daha fazla yöneldikçe, hem saldırganlaşmaya daha meyilli olur hem de onları terbiye etme çabalarımıza daha az tepki verirler. Çocuklarımız ne kadar saldırganlaşırsa, bize o kadar yabancılaşır, bizi görmezden gelir ve bu durum akranlarıyla doldurmaya çalıştıkları daha büyük bir bağlanma boşluğu oluşturur. Bu gibi durumlarda otomatik olarak dikkatimizi ve gayretimizi çocuklarımızın bağlanma ilişkilerinin rayından çıkmasına neden olan temel soruna değil, saldırganlıklarına odaklama eğilimi gösteririz. Sorun moralimizi ne kadar bozsa veya yabancılaşmamıza neden olsa da saldırganlığı odak noktası yapmayı göze alamayız. İşleri rayına sokabilmek için tek ümidimiz çocuklarımızı yeniden sahiplenerek aramızdaki bağları yeniden kuvvetlendirmektir.

11

Zorbaların ve Kurbanların Oluşumu

Victoria Dönemi'nde kaleme alınan *Tom Brown's School Days* [Tom Brown'un Okul Günleri] adlı çocuk klasiğindeki kabadayı gibi görünen, ama aslında korkak bir çocuk olan Flashman karakterine aşina olan herkesin onaylayacağı gibi, zorbalar her zaman aramızdadır. Hepimiz çocukluğumuzda ya katılımcı, ya gözlemci ya da kurban olarak zorbalık olaylarına şahit olduğumuzu hatırlarız. Buna rağmen, zorbalık çok kısa bir süre öncesine kadar yaygın bir toplumsal sorun haline gelip endişe uyandıracak boyutlara ulaşmamıştı. *New York Times*'ta yayımlanan bir makaleye göre, "Çocuk gelişimi konusunda şu ana dek yürütülen en kapsamlı araştırmalardan birinde ABD Ulusal Sağlık Enstitüleri'ne bağlı araştırmacılar; ortaokul öğrencilerinin yaklaşık dörtte bininin ya fail ya da kurban (bazı durumlarda, hem fail hem de kurban) olarak tehdit etme, dalga geçme, isim takma, yumruk ve tokat atma, alay etme, küçümseme gibi davranışların sergilendiği ciddi ve kronik zorbalık olaylarına karıştıklarını ortaya koydu."[1]

Artık Kuzey Amerika'da zorbalık karşıtı programları yürürlüğe koymak veya zorbalığa karşı "sıfır tolerans" politikaları uygulamak zorunda kalmamış okul bölgelerine az rastlanılıyor. Ancak zorbalığın temelinde yatan nedenler pek anlaşılamıyor. Zorbalıkla başa çıkmak için alınan tedbirlerin tahmin edilen etkiyi yaratmayacağı ortada, çünkü bu tedbirler, her zamanki gibi, bu tür davranışların kaynağını değil, belirtileri hedef alıyor. Örneğin, 2001 senesinde, Santee, California'da yer alan bir okulda zorbalık olaylarından kaynaklanan silahlı bir lise *saldırısının ar-*

dından New York Times'ta yayımlanan bir makalede Washington Eyalet Senatosu'nun bu sorunu çözmeyi hedefleyen bir yasayı yürürlüğe koyduğu açıklandı. Makalede şöyle yazıyordu: "Yasanın destekçileri bu önlemlerin alınmasının şiddet olaylarını azaltabileceğini düşünüyor, ancak muhalifler silahlı saldırının gerçekleştiği California lisesinde tehditkâr öğrencilerin isim verilmeden şikâyet edilebilmesi için alınan önlemler ve öğrencilerin birbirleriyle iyi geçinmesini hedefleyen 'Takma isimler bizi gerçekten incitebilir' gibi programlar da dahil, çeşitli zorbalık karşıtı programların zaten yürütüldüğünü belirtiyor."[2]

Önceki bölümde değindiğim bir araştırmada, York Üniversitesi'ne bağlı araştırmacılar ortaokulların oyun sahalarında öğrencilerin arasında meydana gelen elli üç zorbalık olayının video kayıtlarını inceleyerek olayların yarısından çoğunda izleyicilerin saldırıları ve şiddeti pasif bir şekilde gözlemlediklerini, ancak olayların yaklaşık dörtte birinde zorbalara katılıp kurbanlara sataştıklarını görmüştür.[3]

1997 senesinde meydana gelen ve uluslararası alanda dikkat çeken bir olayda, Victoria, British Columbia'lı ergen Reena Virk'ün akranları tarafından işlenen bir cinayete kurban gitmesi korkunç bir şekilde *Sineklerin Tanrısı* kitabının konusunu andırıyordu. Reena hayata gözlerini yumduğunda henüz on dört yaşındaydı ve katil zanlılarıyla arasında bir veya iki yaş fark vardı. William Golding'in romanında olduğu gibi, bir grup ergen tüm hayal kırıklıklarını ve öfkelerini aralarında en kırılgan olduğunu düşündükleri çocuğu darp edip boğarak dışa vurmuştu. Katillerden birinin kızın başını suyun altında tutarken umursamaz bir şekilde sigara içtiği ileri sürülmüştü. Kavgaya doğrudan katılmayan çocukların çoğu olayı izlemiş, araya girmek için kayda değer bir çaba sarf etmemişti ve olayın ardından kimse yetkililere şikâyette bulunmamıştı. Yetişkinler kızın cinayete kurban gittiğini birkaç gün boyunca öğrenememişti.

Sineklerin Tanrısı'nda, kilise korosuna üye olan bir grup Britanyalı erkek çocuk tropikal bir adada mahsur kalır. Kendi baş-

larının çaresine bakmak zorunda kalan çocuklar kısa bir süre sonra kendiliğinden zorbalardan ve kurbanlardan oluşan iki gruba ayrılır ve bu bölünmenin sonucunda meydana gelen olaylar cinayete kadar varır. Birçok insan Golding'in bu romanında, çocukların ince bir medeniyet kılıfının altında ehlileşmemiş bir vahşet beslediklerini ve doğuştan gelen saldırganlık içgüdülerini yalnızca otoriter bir gücün kontrol altında tutabileceğini anlattığını düşünür. Basında çocukların diğer çocukları hedef alan saldırılarını konu alan haberlerin artması bu izlenimi desteklemektedir. Çocukların hayatlarında yetişkin bireylerin yer almamasının zorbalığa neden olan ana nedenlerden biri olduğu doğru olsa da, bunda etkili olan esas dinamik yetişkinlerin otorite eksikliği değil, çocuklarla yetişkinlerin arasındaki bağların eksikliğidir. Daha doğrusu, yetişkinlerin otoritelerini kaybetmelerinin asıl nedeni çocuklarla aralarındaki bağların zayıflaması ve yerlerini akranlarla kurulan bağlara bırakmasıdır. Zorbalık, şiddet olaylarının büyük bir çoğunluğu gibi, akran yöneliminin etkilerinden kaynaklanır. Aslında aynı görüngü hayvanlar âleminde de gözlemlenir.

ABD Ulusal Sağlık Enstitüleri'nin bünyesinde faaliyet gösteren bir maymun laboratuvarında bir grup bebek maymun ebeveynlerinden ayrılmış ve bu maymunlar kendi kendilerini yetiştirmiştir. Akran yönelimli hayvanların büyük bir kısmının, yetişkinler tarafından yetiştirilen hayvanların aksine, zorbalık yapmaya, dürtüsel ve saldırgan davranışlar sergilemeye ve kendilerine zarar vermeye daha meyilli oldukları gözlemlenmiştir.[4]

Güney Afrika'da yer alan bir vahşi yaşamı koruma alanında çalışan korucular bir dönem soyları tükenmekte olan beyaz gergedanların hunharca katledilmesinden endişe duymaya başladı. İlk olarak kaçak avcılar suçlandı, ancak sonradan bu katliamın sorumlularının bir grup azgın fil olduğu ortaya çıktı. Bu olay o kadar geniş bir kitlenin ilgisini çekti ki 60 Minutes adlı TV programına konu oldu. İnternette yer alan bir yazıda olayın detayları şu şekilde anlatılmış:

Hikâye on yıl önce, vahşi yaşamı koruma alanı artan fil popülasyonunu kaldıramayacak hale geldiğinde başladı. [Koruculer] yavruları tek başlarına hayatta kalabilecek kadar büyümüş olan yetişkin fillerin çoğunu öldürme kararı aldı. Bunun sonucunda, genç filler babasız büyüdü.

Aradan belirli bir süre geçtikten sonra, bu genç fillerin çoğu çeteler halinde dolaşarak fillerin normalde yapmadığı şeyleri yapmaya başladı.

Gergedanlara sopa ve su atmaya, mahallenin kabadayıları gibi davranıp zorbalık yapmaya başladılar... Birkaç genç erkek çok saldırganlaştı, gergedanları yere devirerek üzerlerine basmaya ve onları dizleriyle ezerek öldürmeye başladılar... Çözümü genç fillerin saldırgan davranışlarını etkisiz hale getirebilecek büyük bir erkek fili gruba dahil etmekte buldular. Gruba yeni katılan erkek fil kısa bir süre sonra baskın çıkarak genç fillere hadlerini bildirdi ve katliam sona erdi.

Her iki vakada da hayvanların arasında zorbalık olaylarının farklı nesillere mensup bireylerin arasındaki doğal hiyerarşik düzenin bozulmasıyla ortaya çıktığı görülür. Genç insanların arasında gözlemlenen zorbalık olayları da doğrudan çocuklarla yetişkinlerin aralarındaki ilişkilerin kopmasıyla doğal hiyerarşik düzenin bozulmasından kaynaklanır. *Sineklerin Tanrısı'nda* çocuklar kendilerine bakmakla yükümlü hiçbir yetişkinin hayatta kalmayı başaramadığı bir uçak kazasının ardından kendi başlarının çaresine bakmak zorunda kalır. Victoria'da gerçekleşen Reena Virk cinayetinde hem kurban hem de katiller sorunlu ailelerden gelen ve yetişkinlerle tüm duygusal bağlarını kopartmış olan, akran yönelimli gençlerdi. Victoria Dönemi zorbası Flashman bile çok genç yaştaki çocukları evlerinden alarak toplumsal hayatı ve ilişkileri akran kültürünün değer yargılarının şekillendirdiği kurumlara yerleştiren bir sistemin ürünüydü. Zorbalık her zaman Britanya'daki erkek okullarında sıkça rastlanan bir sorun olmuştur.

Zorbalığın temelinde yatan sorun bu tür davranışların kendisinden değil, çocuklarla onlara bakmakla yükümlü yetişkinlerin arasındaki doğal bağlanma hiyerarşisinin bozulmasından kaynaklanmaktadır. Gençler kendi yollarını çizmek için yetişkinleri örnek almayı bıraktıklarında, içgüdüleriyle dürtülerine indirgenirler. İlerleyen bölümlerde daha detaylı bir şekilde açıklayacağım üzere, uygun bağların var olmadığı durumlarda hükmetme içgüdüsü ortaya çıkar. Ne yazık ki, zorbalık davranışlarının içgüdülerin ve duyguların derinliklerine uzanan dinamikleri genellikle ihmal edilir. Sorunun yalnızca görülen kısmı, yani zorbalık davranışları ve bu davranışların kurbanların üzerinde yarattığı üzücü etkiler, insanların dikkatini çekmeyi başarır.

Dikkatimizi özellikle çeken bir konu da zorbalık olaylarının okullarımızda giderek daha da yaygınlaşmasıdır. Kuzey Amerikalı zorbaları ana akım kültür tarafından dışlanan, topluma uyum sağlayamayan, zayıf ve kırılgan çocuklara sataşan ezik çocuklar olarak yansıtan geleneksel basmakalıp tarif artık geçerli değildir. Zorbalar artık çocuklarımızın dünyasında dışlanmamaktadır. Günümüzde zorbaların çoğu geniş bir yardımcı oyuncu kadrosuna sahiptir, en azından okullarda. 2000 yılında, Amerikan Psikoloji Derneği tarafından yayımlanan bir araştırmada şöyle yazar: "Ortaokullarda çok saldırgan olan ve antisosyal davranışlar sergileyen çocukların çoğu popülerlikle ödüllendirilmektedir." Araştırmanın ana yazarı, Duke Üniversitesi'nin Kuzey Carolina yerleşkesinde görev yapan profesör Philip Rodkin'dir. Dr. Rodkin, "Genelde saldırgan çocukların ezik, dışlanmış ve kontrolden çıkmış olduklarını düşünürüz" diyor. "Ancak söz konusu saldırgan çocukların yaklaşık üçte biri sınıflarının lideri. Bu çocuklar azınlık olsa da statülerinden dolayı akranlarının ve sınıfın genelinin üzerinde büyük bir etkiye sahip olabilir."[5]

Zorbalığın ahlak bozukluğundan, çocukların evlerinde veya eğlence kanalları aracılığıyla şiddete maruz kalmalarından ya da düzgün bir şekilde terbiye edilmemelerinden kaynaklandığı yaygın ancak yanlış bir inançtır. Zorbalığın bazı özellikleri bu gibi etkenlerden kaynaklanabilir, ama zorbalık davranış-

larının kendilerinin temelde başarısız bağlanma ilişkilerinden kaynaklandığından eminim. Verdiğim her örnekte, zorbalık yapan insanlar veya hayvanlar fiziksel, duygusal veya psikolojik olarak yetim kalmıştır. Maymunlar akranların birbirlerini yetiştirmelerinin ne gibi etkiler yarattığının incelenmesi için ebeveynlerinden ayrılmıştı, fillerin ebeveynleri de korucular tarafından öldürülmüştü. *Sineklerin Tanrısı*'ndaki yetişkinler uçak kazasında ölmüş, Victoria Dönemi ergenleri ise sistem tarafından ebeveynlerinden ayrılmıştı. Hepsi –hem hayvanlar hem de çocuklar– dayanılmaz bir bağlanma boşluğuna düşmüştü. Zorbalık davranışları henüz olgunlaşmamış bu varlıkların doğal bağlanma hiyerarşisinin içinde doğru konumlarda yer almamalarının verdiği rahatsızlığın dışavurumuydu. Konu hakkında yapılan araştırmaların tümü bu sonucu desteklemektedir. *New York Times*'ta yayımlanan bir makaleye konu olan bir araştırma çocukların ebeveynlerinden uzakta, akranlarıyla beraber daha çok zaman geçirdiklerinde, zorbalık davranışları sergilemeye daha meyilli olduklarını ileri sürer. *Times'ta* yayımlanan makaleye göre, "Haftada 30 saatten fazla annelerinden uzak kalan gençlerin sorun çıkaran sıradan zorbalara dönüşme ihtimali yüzde 17'yken, haftada 10 saatten az bir süreyi gündüz bakımında geçiren çocukların bu dönüşümü geçirme ihtimali yüzde 6'dır."[6]

UMURSAMADAN HÜKMETMEK

Çocukların bağlanma ilişkilerinin bozulması onları niçin zorbalık yapmaya veya bazı durumlarda kurban olmaya eğilimli kılar? Bağlanmanın insanların hayatında oynadığı en önemli rolün olgun, koruyucu yetişkinlerin olgunlaşmamış ve bakıma muhtaç çocukları yetiştirmelerini mümkün kılması olduğunu açıklamıştım. Bu yüzden herhangi bir bağlanma ilişkisinin ilk işi işlevsel bir hiyerarşik düzen kurmaktır. Bölüm 5'te de değindiğim gibi, bağlanma beyni normal şartlar altında yetişkinlere baskın oldukları, çocuklara da bağımlı oldukları roller biçer. Ancak baskın veya bağımlı konumunda yer alma içgü-

düsü her türlü bağlanma ilişkisinde etkinleşebilir, her iki tarafın da henüz olgunlaşmamış olduğu ve birbirlerinin ihtiyaçlarını karşılayabilecek konumda olmadıkları durumlarda bile. Bu durumda bağımlı olan taraf kendisine bakması için diğer taraftan medet umar, öte yandan baskın olan taraf da diğer tarafın refahını sağlama sorumluluğunu üstlenir. Bu rollerin çocuklarla yetişkinlerin arasında nasıl paylaşılması gerektiği aşikârdır; en azından öyle olmalıdır. Ancak her iki tarafın da çocuklardan oluşması felaketle sonuçlanabilir. Bazı çocuklar kendilerine itaat eden diğer çocukların sorumluluğunu kabullenmeden baskın rolü üstlenmek ister. Diğerleri kendilerini yetiştirebilecek durumda olmayan çocuklara itaat etmeyi tercih eder. Akran yöneliminin sonucunda güçlü bağlanma dürtüleri birbirlerinin dengi olması gereken olgunlaşmamış çocukların baskın ve itaatkâr roller üstlendikleri doğal olmayan bir hiyerarşik düzen içine girmesine neden olur.

Baskın rolü üstlenen bazı çocuklar gerçekten de anaç tavırlar sergileyip itaatkâr gençlere göz kulak olur, muhtaç olanların ihtiyaçlarını gidermeye çalışır, kırılgan olanları savunur ve zayıf olanları korur. Yetişkinlerin yokluğunda birbirlerine bakan çocukları konu alan dokunaklı hikâyeler vardır. Alfa çocuklar otoriter ve kuralcı, gruplarındaki diğer çocuklara emir yağdırmaya eğilimli olabilir, ancak bunu kendilerine muhtaç olan çocuklara bakabilmek ve sorumluluklarını yerine getirebilmek için yaparlar. Bu rolü birinin üstlenmesi gerekir ve bu çocuklar içinde bulundukları şartların gereğini yapar. Bu çocuklar otoriter tavırlar sergilese de birer zorba değildir. Zayıf çocuklara sataşmaz, yalnızca baktıkları çocuklara bulaşanlara sataşırlar. Kırılganlık belirtileri gördüklerinde saldırgan tavırlar sergilemezler, ancak diğer çocukların kırılganlıklarından istifade etmeye çalışanlara saldırmaktan çekinmezler. Bu çocuklar art niyetli değildir, yalnızca güçlü koruma içgüdülerine sahiptir. Diğer çocuklarla kavga edebilir ve tartışabilirler, ancak bunu kendi konumlarını yükseltmek için değil, kendilerine muhtaç olan diğer çocukları savunmak için yaparlar. Gertrude Chandler War-

ner'ın kaleme aldığı, *The Boxcar Children* [*Vagon Çocukları*] adlı Amerikan klasiği birbirlerinin sorumluluğunu üstlenen çocukları konu alan, sevilen bir romandır. Bu roman hiçbirinin tanımadığı büyükbabalarının yanında yaşamaktansa, birbirlerine bakmaya karar veren yetim kalmış dört kardeşi konu alır. Kardeşlerin en büyüğü, Henry, kardeşlerine destek olabilmek için çalışmaya bile başlar.

Baskın olmayı arzulayan çocuklar (veya yetişkinler), hiyerarşik düzende kendilerinden daha alt seviyelerdeki insanlar için içgüdüsel bir sorumluluk duymadıklarında, birer zorba olurlar. Bu durumda muhtaç olan insanların ihtiyaçlarını karşılamaya çalışmaktansa onları küçümser, kırılganlığı korumaktansa suiistimal eder, zayıf olanlara yardımcı olmaktansa onlarla alay eder ve diğer insanların dezavantajları için endişe duymaktansa onlarla dalga geçme eğiliminde olurlar.

Baskınlık her zaman koruma içgüdüsünü beraberinde getirmez, çünkü zorbalar genelde kırılganlıklarından çaresiz bir şekilde kaçtıkları için yardımseverlik ve sorumluluk duyguları körelmiştir. Zorbalar, her şeyden önce, kendilerini kırılganlık hislerinin farkına varma olasılıklarını artırabilecek –duygusal anlamda acı çekme potansiyeline sahip olduklarının bilincine varmalarına yol açabilecek– her şeye karşı psikolojik açıdan kapatırlar. Zorbalar eksikliklerini ve hatalarını görmekten acizdir. Kırılgan olmamak –gözyaşı dökmemek ve korkusuz olmak– zorbalar için bir erdemdir. Onlar için bir insana veya bir şeye değer vermek duygusal bir bağ kurmak anlamına gelir. Sorumluluk üstlenmek yetersizlik ve suçluluk duygularına açık olmayı gerektirir. "Bana ne" ve "Bu benim hatam değil" gibi sözler zorbaların mantrası haline gelmiştir.

Zorbalık, bağlanmanın güdümünde olan baskın çıkma arzusunun, normal şartlar altında baskın rolü üstlenen tarafın sahip olması gereken önemseme ve sorumluluk duygularının körelmiş halleriyle birleşmesinin sonucunda ortaya çıkar. Zorbaların kırılganlığa karşı savunmaya geçmiş olmaları baskınlığa yıkıcı bir özellik katar.

Zorbalığın çocuklarımızın dünyasında giderek daha da

yaygınlaşması şaşırtıcı bir durum değildir.

ZORBALARI BASKIN ÇIKMAYA İTEN ETKENLER

Baskın insanlar bağımlı konumunda olan insanlar kadar kırılgan değildir. Bu yüzden, çocuklar ne kadar duyarsız olursa, diğer çocukların üzerinde baskınlık kurma eğilimleri o kadar güçlü olur.

Şüphesiz ki, bazı çocuklar akran yönelimli olmadan önce de psikolojik anlamda zorba olmaya hazır olur. Bu gibi durumlarda, akran yönelimi, zorbalığın nedeni olmasa da çocuklara zorbalık yapma güdülerini dışa vurmaları için bol miktarda fırsat sunar.

Bazen baskın olma dürtüsü çocukların bağımlı konumundayken yaşadıkları acı veren, olumsuz bir tecrübeden kaynaklanır. Konumunu suiistimal eden bir ebeveyn veya bakıcı tarafından hor görülmüş, onuru kırılmış ve acı çektirilmiş bir çocuğun ne pahasına olursa olsun bir daha bağımlı konumunda olmaktan kaçınma eğilimi göstermesine şaşırmamamız gerekir. Bu çocuklar yeni bağların kurulduğu her ortamda içgüdüsel olarak hiyerarşik düzenin üst konumlarında yer almayı tercih edecektir. Frank gençliğinde onu düzenli olarak döven bir üvey babayla yaşamıştı. Akranlarıyla kurduğu bağlara anne babasıyla arasındaki bağlardan daha fazla değer vermeye başladığında, henüz on iki yaşında olan bu çocuk zirveye tırmanma arzusuyla yanıp tutuşmaya başladı. Kendisine yapılanları tıpatıp taklit etti. Zorbalar, genleri aracılığıyla değil, bu şekilde davranarak diğer zorbaları yaratır.

Ebeveynleri çocuklarını dizginlerin yetkin, iyi niyetli ve güçlü bir yetişkinin elinde olduğuna dair güvende hissettiremezse, çocuklar zorba olma eğilimi gösterebilir. Çocuklar ebeveynlerinin kendilerine yol göstermesine ne kadar karşı çıksa da ya da başa çıkabileceklerinden daha fazla bağımsızlık elde etmek için çabalasa da, kontrolün kendilerine bakabilecek güçte ve bilge birinin ellerinde olduğunu hissetmeyi arzular. Ebevey-

nlerin, kısmen de olsa modern ebeveynlik uygulamalarından ve ebeveynlik sezgilerine eskisi kadar değer verilmemesinden dolayı, çocukları üzerinde bağlanma baskınlığı kurmayı beceremeleri, giderek daha da sık karşılaşılan bir durumdur. Görünüşe bakılırsa gittikçe daha fazla ebeveyn dizginleri çocuklarının ellerine vererek nasıl ebeveynlik yapmaları gerektiğine dair ipuçları elde etmek için çocuklarından medet ummaktadır. Bazı ebeveynler üzüntü ve hayal kırıklığı yaşamamak için çocuklarının her istediğini yapmaya çalışır. Bu şekilde yetiştirilen çocuklar imkânsızlıklarla karşılaştıklarında hiçbir zaman kırılganlık hissiyle yüzleşemez. Boşa çaba sarf ettiklerini özümseyip, hayal kırıklıklarını kabullenme hissine dönüştürerek adaptasyon geçirme fırsatından mahrum kalırlar. Diğer ebeveynler çocuklarına saygı duymayı, onların ihtiyaçlarını karşılamak yerine, isteklerini yerine getirmekle karıştırır. Diğerleri seçenekler sunarak veya açıklamalar yaparak çocuklarını güçlendirmeye çalışır, ancak çocukların ihtiyaç duydukları şey aslında hayal kırıklıklarını ifade edebilmek ve arzularının bir kısmının gerçekleşemeyeceğini anlayarak, değiştiremeyecekleri şeyler hakkında yakınma özgürlüğüne sahip olmaktır. Diğer ebeveynler kendi bağlanma gereksinimlerini karşılamak için çocuklarından medet umabilir. Günümüzde birçok ebeveyn sosyoekonomik ortamın istikrarsızlığından dolayı fiziksel olarak çocuklarının yanlarında olsalar da, hayatlarında stres yaratan birçok etkenle meşgul olduklarından duygusal anlamda tam anlamıyla çocuklarının yanında duramamaktadır.

Ebeveynler çocuklarla aralarındaki ilişkilerde baskın çıkan taraf olamayacak kadar muhtaç, pasif veya kararsız olduğunda, bağlanma içgüdüleri çocukları kendiliğinden baskın olan taraf konumuna getirecektir. Bu gibi çocuklar buyurgan ve kontrolcü olabilir. Örneğin, beş yaşındaki bir çocuk annesine, "Hem söylediklerimi yapmayıp hem de beni sevdiğini nasıl söyleyebiliyorsun?" diyebilir. Anaokulu çağındaki başka bir çocuk annesinin kulağına, "Beni dinlemezsen, büyüyünce seni öldürürüm" diye fısıldayabilir. Ebeveynler çocuklarla aralarında kurdukları ilişkilerde hak ettikleri konuma oturmayı başaramazsa,

bağlanmanın etkileri tersine işler. Kliniğimde karşılaştığım vakalardan yola çıkarak, artan sayıda çocuğun ebeveynlerine zorbalık yaptığını söyleyebilirim. Bu çocuklar akranlarına yöneldiğinde, beyinleri doğal olarak baskın konumda olmayı seçecek ve akranlarına zorbalık yapma olasılıkları artacaktır.

ZORBALAR DİĞER ÇOCUKLARIN ÜZERİNDE NASIL BASKINLIK KURAR

Baskınlık birçok farklı şekilde kurulabilir. İnsanın kendini yüceltmesinin en dolaysız yolu övünmek veya böbürlenmek ya da kendini etrafındakilere en büyük, en iyi ve en önemli insanmış gibi sunmaktır. Ancak insanların kendilerini yüceltmek için en sık başvurdukları yöntem, diğer insanları aşağılamaktır. Zorbalar genelde vakitlerinin büyük bir kısmını diğer insanlara kimin patron olduğunu göstermek ve onları hizaya sokmak için harcar. Ellerinin altında bunu yapmalarına yardımcı olabilecek bir sürü araç vardır: küçümseme, aşağılama, hakaret etme, küçük düşürme, alçaltıcı sözler söyleme, utandırma, sataşma, alay etme vs. Zorbalar içgüdüsel olarak diğer insanların güvensizlik duydukları yanlarını keşfetmeye çalışır ve bunları kendi çıkarları doğrultusunda kullanır. Zorbalar diğer insanları aptal durumuna düşürmekten veya utandırmaktan büyük bir zevk alır. Kendilerini yüceltmek için içgüdüsel olarak diğer insanları küçük düşürürler. Bunu nasıl yapacaklarını öğrenmeleri gerekmez; ihtiyaç duydukları fikirler ve teknikler zorbaların zihinlerinde kendiliğinden oluşur.

Bir zorba, elbette ki, tüm çocuklarla aynı şeyi ister: Bağlanma açlığını gidermek. Zorbaların bu arzularını kırılganlıktan mümkün olduğunca uzak durarak tatmin etmeleri gerekir. Bölüm 2'de değinilen bağlanmanın altı yolu arasından kırılganlıktan en uzak olanı diğer çocuklara benzemektir.* Ancak madalyonun diğer yüzünü çevirdiğimizde, farklılıklar hakaretlerin birincil hedefi haline gelir. Göze batan her şey, bir çocuğu eşsiz

* Bkz. "Bağlanmanın Altı Yolu", Bölüm 2. Zorbalar bağlanmanın psikolojik anlamda açık ve samimi olunmasını gerektiren, kırılgan yollarına karşı büyük bir nefret besler.

kılan her özellik, akran kültürünün değer vermediği herhangi bir şey çocukları zorbaların hedefi haline getirir. Zorbalar farklılıklardan nefret eder ve diğer insanların farklılıklarına saldırarak baskınlık kurarlar. Bağlanmanın kırılganlıktan uzak olan bir diğer yolu da önem arz etmek veya birilerinin gözünde değerli olmaktır. Zorbalar üstünlük kurabilmek için diğer insanların tüm belirgin eksikliklerini çıkarları doğrultusunda kullanır ve diğer insanların üstün olduğunu düşündükleri yanlarını alay konusu yapıp küçümserler. Zorbalar başka birine kendilerinden daha fazla değer verilmesine katlanamaz.

Baskınlık kurmanın bir başka yolu da insanları korkutup sindirmektir. Zorbalar korku uyandırarak kendilerine avantaj sağlarlar. Dolayısıyla da diğer insanları tehdit ederek, onlara meydan okuyarak, hikâyeler anlatarak ve çeşitli korkutma taktikleri uygulayarak telaşlandırmaya çalışırlar. Zorbalar konumlarını sağlamlaştırmak için hiçbir şeyden korkmuyormuş gibi görünmelidir. Bazı ergenler korkusuz olduklarını ispatlamak için sıradışı şeyler yapabilir. Örneğin, kendilerini yakıp kesebilir, daha sonra ne kadar sert olduklarını kanıtlamak için yara izlerini gösterebilirler. Bu içgüdülerin gücünü küçümsememeliyiz. Bu gibi çocuklarla mantıklı bir şekilde konuşarak anlaşmak mümkün değildir, çünkü bize mantıklı gelen şeyler onlara hiçbir anlam ifade etmez.

Baskınlık kurmanın en ilkel yollarından biri, elbette, fiziksel üstünlük sağlamaktır. Toronto'da görülen bir duruşmada arkadaşlarıyla beraber on beş yaşındaki bir çocuğu döverek öldürmekten yargılanan bir ergen, verdiği ifadede saldırıdan sonra arkadaşlarının böbürlendiklerini açıkladı. Ergenin ifadesine göre, arkadaşları, "yaptıklarından övünerek kendilerini yüceltiyordu."

Eskiden baskınlık kurma yarışında cinsiyetler arasında önemli farklılıklar ve bunun nasıl yapılacağını dikte eden kültür tarafından tanımlanmış birçok kural vardı. Akran yönelimi cinsiyet farklılıklarını azalttı, yarışı toplum tarafından kabul gören kurallardan arındırdı ve baskınlık kurma arzusunu daha önce hiç olmadığı kadar kızıştırdı. Artık kızlar da fiziksel sal-

dırılarda bulunarak arkadaşları üzerinde baskınlık kurabiliyor. Bazen kızlar arasındaki bu kavgaların nedeni kızların eskisine oranla daha rahat, daha az utangaç olmalarına bağlanıyor; başka bir deyişle "kadın gücünün" günümüzde bu şekilde ifade edildiği düşünülüyor. Bu görüş gerçekleri yansıtmamaktadır; kızların birbirlerine zorbalık yapması, özgürlüğün değil, duygusal gerilemenin bir işaretidir.

Baskınlık kurmanın bir başka yolu da diğer insanlardan itaat etmelerini talep etmektir. Bu zorbalar için imza niteliği taşıyan bir davranıştır. Çocuklar zorbaları her istediklerini yapan ve istediklerini elde etmek için hiçbir engel tanımayan bireyler olarak algılar. Peki ama zorbalar neden bu kadar talepkâr olur? Bu soruyu cevaplamak için yine bağlanmanın ve kırılganlığın dinamiklerine bakmamız gerekir. Zorbalar, bunu bilseler de bilmeseler de yetişkinlerle aralarındaki bağların kopmasından ve akranlarıyla kurdukları bağların zayıf olmasından dolayı birçok hayal kırıklığı yaşar. Psikolojik olarak savunmaya çekildiklerinden huzursuzluklarının neden kaynaklandığını anlayamayacak kadar duyarsızlaşmış olan zorbalar hayal kırıklıklarının nedenleriyle uzaktan yakından alakası olmayan taleplerde bulunur. Zorbalar aslında kapana kısılmıştır. Gerçekten ihtiyaç duydukları şeyleri –sıcaklık, sevgi, ilişki– hiçbir zaman talep edemezler. İnsanların kendilerine itaat etmelerini sağlamak veya bunun dışarıdan görünen işaretleri, hiçbir zaman ihtiyaç duydukları şeylerin yerini alamaz. Bu yüzden, zorbalar taleplerinin karşılığında ne alırsa alsın –talepleri ne kadar eksiksiz bir şekilde karşılanırsa karşılansın– hiçbir zaman hayal kırıklıklarının temelinde yatan duygusal açlığı tatmin edemez. Açlıklarını giderme çabaları her zaman boşa çıkar, ama boşa çaba sarf ettiklerini kendilerine itiraf edemediklerinden, bu çabalarından hiçbir zaman vazgeçemezler. Zorbaların talepleri bitmek bilmez.

Zorbalar insanların kendilerine itaat etmesini ister çünkü itaatkârlık sadakatin ve boyun eğmenin güçlü bir göstergesidir. İnsanların kendilerine itaat ediyormuş gibi görünmelerinin asıl nedeninin bunu gönülden istemeleri olmaması, bunu yalnızca kendilerinden talep edildiği için veya tehdit edildik-

leri için yapmış olmaları zorbalar için önemli değildir. Zorbalar kontrol edemedikleri şeyleri talep etmekten,onlara gönüllü olarak verilmeyen şeyleri istemekten kaçınmaz. Bunların beyhude çabalar olduğu gerçeğini hiçbir zaman göremezler; zorbalar dışa vurulan saygı belirtileriyle gerçek saygı arasında ayrım yapamaz veya talep üzerine gösterilen yakınlığın veya kurulan etkileşimin sahte olacağını ve kendilerini hiçbir zaman tatmin edemeyeceğini anlayamaz. Kendilerine zorla gösterttikleri saygı duygusal anlamda doyuma ulaşmalarını sağlayamadığı için zorbaların bağlanma açlıkları da hayal kırıklıkları da giderek şiddetlenir. Zorbalar aradıklarını –kendilerini duygusal açıdan tatmin edecek ilişkileri– bu yollardan elde edemez.

ZORBALARIN SALDIRIYA GEÇMESİNİ TETİKLEYEN ETKENLER

Zorbalar talepleri karşılanmadığında (dile getirmedikleri talepler de dahil), saldırıya geçme eğilimi gösterir. Örneğin, zorbalar itaatsizliğe karşı aşırı derecede hassastır. Onlara yan bakılması bile bir tepkiyi tetikleyebilir. Zorbalarla dolu bir koridorda yürümek, bir mayın tarlasında yürümeye benzer. Yanlış bir hamle yaparak bir mayını patlatmamak için dikkatli bir şekilde yürümek gerekir. Ne yazık ki çoğu zaman iş işten geçmeden yaptığımız hamlenin yanlış olup olmadığını anlayamayız. Yanlış hamle, Justine adında bir çocuk için, kafeteryada bir zorbanın tepsisine değmek oldu. Franca için bu hamle, sınıflarındaki zorbanın sahiplendiği bir çocukla dans etmekti. Her ikisi de beladan uzak durmayı bilen akıllı kızlardı. Buna rağmen yaptıkları hatalar yüzünden aylarca çeşitli tehditlere ve saldırılara maruz kaldılar, hayatları zindana döndü ve ders notlarında belirgin bir düşüş oldu.

Birçok çocuk zorbaların hüküm sürdüğü bir dünyada başlarını belaya sokmadan yaşama yeteneğine sahip değildir. Ne yazık ki, akran yöneliminin birincil etkilerinden biri düşmanlık ve dışlama işaretlerinin yorumlanması için gerek duyulan kırılganlığa karşı savunma kalkanlarının kaldırılmasını teşvik

etmesidir. Alarm sisteminin sesi kısıldığında, çocuklar dikkatli davranmaları gerektiğini gösteren ipuçlarını görmekte zorlanır. Dolayısıyla da akran yönelimi yalnızca zorbaları yaratmakla kalmaz, kurbanlarını da hazırlar. Bu talihsiz çocuklar sürekli tehlikeli sularda yüzer. Victoria'da darp edilerek boğulan Reena Virk'ün hikâyesi de buna benziyordu. Reena yoğun bir şekilde akranlarına yönelmişti, ama reddedilmenin yarattığı acıyı hissetmemek için savunmaya geçmişti. Ne kadar çok reddedilme tecrübesi yaşarsa, akran grubuna uyum sağlamak için o kadar fazla çaba sarf ediyordu. Verilen ifadelere göre sona yaklaştığında bile, düşmanlarına onları sevdiğini söyleyerek kendisine iyi davranmaları için yalvarmıştı. Genç kız tedirgin olup daha dikkatli davranacağına, gözü kapalı bir şekilde ölümüne yürümüştü. Bu dinamik, bu kadar şiddetli olmasa da kıtamızın dört bir yanında eğitim veren okulların bahçelerinde her gün yüzlerce kez tekrarlanıyor. Çocuklar göz göre göre tehlikenin içine yürüyor, çünkü reddedildiklerini gösteren sosyal ipuçlarını görmezden gelmek ve onları tedirgin etmesi gereken, dile getirilen veya getirilmeyen mesajları duymazdan gelmek konusunda oldukça başarılılar.

Algılanan saygısızlığa veya itaatsizliğe ek olarak, zorbaların saldırıya geçmesini tetikleyen önemli etkenlerden biri de kırılganlık belirtileridir. Çocuklar zorbalara hiçbir zaman nereden yaralanabileceklerini göstermemelidir. Aksi halde bu hatalarının bedelini çok ağır öderler. Herhangi bir şeyin canlarını yaktığını ifşa ettiklerinde, zorbalar yaralarına tuz basar. Nelere değer verdiklerini ifşa ettiklerinde, zorbalar bir yolunu bulup değer verdikleri şeyleri bozar. Muhtaç, hevesli veya coşkulu meraklı görünmek bile onları zorbaların hedefi haline getirir. Çocuklarımızın çoğu bunları bilir ve kırılganlıklarını kendilerine saldırma ihtimali olan diğer çocuklardan dikkatli bir şekilde gizlerler. Akranlarının arasında alay konusu olmamak için bize bizi özlediklerini söylemezler. Acımasız saldırıların hedefi olmamak için herhangi bir söz yüzünden kırıldıklarını itiraf edemezler. Durmak bilmeyen sataşmalara maruz kalmamak için herhangi bir konudaki hassaslıklarını itiraf edemezler. Kor-

kularını gizlemeyi, tedirgin olduklarını dışa vurmamayı ve canlarının yandığını inkâr etmeyi öğrenmeleri gerekir. Zorbaların hüküm sürdüğü bir dünyada hayatta kalabilmeleri için çocuklarımızın kırılganlıklarının ve sevecenliklerinin tüm izlerini silmeleri gerekir. Çocukların çocuğun zorbalık olaylarının kurbanlarına karşı duydukları empati duygularını baskılamalarının nedeninin bu olduğu şüphe götürmez bir gerçektir.

Bazı çocuklar akran yönelimi yüzünden bozulan hiyerarşik düzen içinde itaatkâr olur. Bu durumda, baskın çıkmayı arzulayan çocuklar gibi içgüdüleriyle hareket ederler. İtaatkâr çocuklar baskın konumda olan bir akranlarıyla karşı karşıya geldiklerinde, onlara otomatik olarak boyun eğer. İtaatkârlığı göstermenin bir yolu, tıpkı sürüdeki kurtların arkalarını dönüp kendilerinden daha güçlü olan liderlerine boyunlarını uzatması gibi, kırılganlıklarını göstermektir. Kurtlar vücutlarının en kırılgan noktasını liderlerine uzatarak ona itaat ettiklerini belirtir. Bu davranışın kökleri bağlanma içgüdüsünün derinliklerine uzanır. Doğal şartlar altında, kırılganlığın gösterilmesi koruma içgüdülerini tetikler. İnsan acı çektiğini söylediğinde şefkat görmelidir. Ancak bir zorbanın önünde açık bir şekilde kırılganlık belirtilerinin sergilenmesi, tıpkı bir boğanın önünde kırmızı bir bayrağın sallanmasına benzer. Bunu yapmak zorbanın saldırma dürtülerini tetikler. Hem kurbanlar hem de zorbalar bilinçli bir şekilde hareket etmeyip yalnızca içgüdülerini takip etmektedir, ancak bu durum kurbanlar için ölümcül sonuçlar doğurabilmektedir.

GERİ ÇEKİLEREK BAĞ KURMAK

Zorbaların kötücül huylarının arasında "geriye çekilerek bağ kurmak" adını yakıştırdığım tuhaf bir süreç göze çarpar. Duygusal açıdan sağlıklı olan bir insan bağlanma ilişkilerine doğrudan, tabiri caizse bodoslama yaklaşır. Bu insanlar ihtiyaçlarını ve arzularını açıkça ifade eder ve kırılganlıklarını belli etmekten kaçınmaz. Ancak kendini açarak yakınlık kurmaya çalışmak zorbalar için çok riskli bir davranıştır. Akran yönelimli

bir zorba için "Senden hoşlanıyorum", "Sana değer veriyorum", "Yanımda olmadığında seni özlüyorum", "Seninle arkadaş olmak istiyorum" gibi cümleler kurmak çok korkutucudur. Zorbalar hiçbir zaman bağ kurmak için bir açlık hissettiklerini itiraf edemez, hatta çoğu zaman bunun bilincinde bile olmazlar.

O halde zorbalar başka insanlarla nasıl bağ kurar? Bölüm 2'de değindiğim gibi, bağlanmanın pozitif ve negatif yanları olan, çift kutuplu yapısını hatırlayın. Bunu aynı bölümde bağlanmanın çift kutuplu doğası ifadesiyle tarif etmiştim. Bu da bağ kurmanın ikinci bir negatif yoludur. Zorbalar yakınlık kurmayı arzuladıkları insanlara yaklaşmak için temas kurmak istemedikleri insanları iter. Bu dolaylı ve daha etkisiz bir yaklaşım olsa da acı çekme veya reddedilme riskini hatırı sayılır derecede azaltır. Bu yaklaşım, zorbaların davranışlarının sonuçlarını hiçbir şekilde umursamıyormuş gibi görünmelerine ve kurmak istedikleri ilişkilere herhangi bir duygusal yatırım yapmıyormuş gibi bir izlenim uyandırmalarına olanak tanır. Zorbalar, yakınlaşmak istedikleri bireylere bu niyetlerini doğrudan ifade etmek yerine, diğer insanlarla temas kurmaktan kaçınır, onları alenen görmezden gelir ve dikkate almaz, özellikle de yakınlaşmak istedikleri bireylerin yanındayken. Gizlice yakınlaşmak istedikleri kişileri taklit etmektense, diğer insanlarla alay edip dalga geçmeyi tercih ederler. Zorbalar, değer verdikleri kişilere açılamayacak kadar duyarsızlaşmış olduklarından, değer vermedikleri insanların sırlarını saklar, hatta onlar hakkında sırlar uydurabilirler.

Bir zorbanın kişiliği böyle oluşur: Bir insana yakınlaşmak için başka bir insanı uzaklaştırarak, bir insanı küçümseyip başka bir insanla ilişki kurarak, bir insanı görmezden gelip, dışlamak suretiyle başka bir insanla aralarındaki ilişkileri güçlendirerek. Sevmek tehlikelidir, ama nefret etmek değildir, hayranlık beslemek risklidir, ancak küçümsemek değildir, başka birine benzemeyi istemek kırılganlık belirtisidir, ama farklı olan insanlarla dalga geçmek değildir. Zorbalar hedeflerine ulaşmak için içgüdüsel olarak kırılganlığın en uzağından geçen yolu seçer.

Bu tür içgüdüsel davranışlara maruz kalan insanlar genel-

de bu davranışların niçin kendilerine yöneltildiğine anlam vermekte zorlanır. Akıllarına, "Niye ben?", "Bu davranışları hak etmek için ne yaptım?", "Kendi halimde takılırken niçin olmadık yerde bana sataşıyor?" gibi sorular gelir. Bu durum karşısında afallayıp şaşkına dönmeleri gayet normaldir. İşin aslı bu davranışların çoğunlukla kendileriyle ilişkili olmamasıdır. Seçilen kurbanlar yalnızca zorbaların hedeflerine ulaşmak için kullandıkları piyonlardır. Birilerinin zorbaların bu amaçlarına hizmet etmesi gerekmektedir. Bu neredeyse hiçbir zaman kişisel bir şey değildir. Bu tür sataşmaların hedefi olmanın tek önşartı zorbaların bağ kurmak istemediği bir insan olmaktır. Ne yazık ki, bu bağlanma stratejisinde istekleri dışında rol oynayan piyonlar bu davranışlara içerlediklerinde, büyük bir psikolojik yıkım yaşarlar. Zorbaların hedef aldığı bazı çocukların kendilerinde bir tür sorun olması gerektiğini veya bu tür davranışlara maruz kalmalarından bir şekilde kendilerinin sorumlu olduğunu düşünmelerine engel olmak zordur. Hedef alınan çocuklar, ebeveynleriyle kurdukları güçlü bağların bir kalkan görevi görerek kendilerini korumadığı durumlarda, duygusal olarak incinme, savunmaya çekilerek duyarsızlaşma, depresyona girme veya daha kötü durumlara düşme riskiyle karşı karşıya kalır.

Zorba nüfusu arttıkça, çocukların bu tür davranışların hedefinde yer alma olasılığı da doğru orantılı olarak artacaktır. İki veya daha fazla akran yönelimli çocuk bir araya geldiğinde, başkalarını dışlayıp geriye çekilerek bağ kurmaya çalışma olasılıkları yüksek olacaktır. Bu çocukların aralarında geçen konuşmalarda, "Sen de o kızdan nefret etmiyor musun?", "Zavallıya bak", "Kendini çok beğenmiş", "O çocuk tam bir gerzek" gibi aşağılayıcı sözlerin ardı arkası kesilmez. Bu tür davranışlar yetişkinleri şaşırtabilir, çünkü aynı çocuklar başka ortamlarda son derece kibar, sevimli ve sokulgan olabilirler. Bazı çocukların kişilikleri aşırı derecede tutarsız olabilir ve davranışları kimlerle beraber olduklarına ya da bağlanma mıknatısının hangi kutbunun (negatif veya pozitif) çekim gücünün etkisi altında olduklarına bağlı olarak değişim gösterir.

ZORBALARIN NORMALE DÖNDÜRÜLMESİ

Zorbalığın kasten yapılmadığını hatırlamamız önemlidir. Çocuklar zorba olmak istemez, ayrıca zorba gibi davranmayı öğrenmeleri de gerekmez. Zorbalık her kültürde kendiliğinden ortaya çıkabilir. Zorbaların saldırgan davranışlarının gerçek kişiliklerini yansıttığına inanmak yanlış olur. Zorbaları çürük yumurtalardan ziyade, kabukları sertleşmiş yumurtalara, yani ebeveynlerin ve öğretmenlerin sertleşen kabuklarını kırarak bireysel varlıklara dönüştüremediği yumurtalara benzetmek daha doğru olur. Zorbalık insanların bağlanma beyinlerinde faaliyet gösteren en önemli iki psikolojik dinamiğin, bağlanma ve savunma dinamiklerinin etkileşiminin sonucunda ortaya çıkar. Bu güçlü dinamikler çocukların gerçek kişiliklerini gizler.

Bir zorbayı kurtarmak için ona ilk olarak haddini bildirmemiz gerekir; zorbaya haddini bildirmekten kastım ona ders vermek, onu cezalandırmak veya küçümsemek değil, onu yeniden doğal hiyerarşik düzenin içindeki uygun konumuna sokmaktır. Zorbaların sert dış görünüşlerinin altında, derinden yaralanmış, yalnızlık çeken, genç bir insan yatar. Sert kabukları onlara gerçekten değer veren yetişkinlerin yanında buharlaşıp yok olur. Bir ortaokul danışmanı bana, "Bir seferinde bir zorbaya herkesin kendisinden korkmasının nasıl bir duygu olduğunu sordum" dedi. Bunun üzerine çocuğun, "Bir sürü arkadaşım var, ama aslında bir tane bile arkadaşım yok" diye cevap verdiğini ve bunun ardından hıçkıra hıçkıra ağlamaya başladığını söyledi.

Bir zorba terk edildiğini hissetmediği zaman, artık bağlanma açlığını gidermek için kendi başının çaresine bakmak zorunda kalmaz ve zorbalık yapması lüzumsuz olur. *Yüzüklerin Efendisi* üçlemesinin *İki Kule* adlı ikinci bölümünün *sinemaya uyarlanan versiyonunda bağlanma gereksinimlerinin karşılanmasıyla insanın saldırgan davranışlar sergilemesinin nasıl lüzumsuzlaştığını gözler önüne seren* dokunaklı bir örnek karşımıza çıkar. Alçak, yanlış ve duygusal açıdan aç, kötülük ve nefret dolu bir yaratık olan Gollum, iç dünyasında kendiyle yüzleşerek "efendi-

mis" olarak atıfta bulunduğu Frodo adındaki bir hobbite bağlanır. Güvenilmez, çıkarcı, hatta bir katil olan diğer yüzüne "Artık sana ihtiyacımız yok" der, "*Artık bize Efendimis bakacak.*"

Bir zorbanın özünde ne olduğunu özetleyecek olursak, sertleşmiş duygulardan oluşan sert bir kabuk tarafından korunan, pek fazla olgunlaşmamış, yüksek düzeyde bağımlı olan ve baskın çıkmaya çalışan, çok hassas bir varlık olduğunu söyleyebiliriz. Zorbalık farklı nedenlerden kaynaklanabilse de genelde bu davranışlara zemin hazırlayan, böyle davranışları şiddetlendiren şey akran yöneliminin öngörülebilen bir sonucudur ve akran yönelimi günümüzde çocuklar arasında şahit olunan zorbalık davranışlarının en yaygın nedenidir. Zorbaların tüm özellikleri bu iki güçlü dinamiğin bileşiminden kaynaklanır: yoğun, altüst olmuş ve yönünü şaşırmış bağlanma ilişkileri ve kırılganlık hissetmemek için çaresiz bir kaçış. Bu bileşim zorbaları meydana getirir: Diğer çocuklara sataşan, onlarla alay eden, onları küçümseyen, tehdit eden ve korkutan, sert, acımasız ve son derece talepkâr olan çocukları. Zorbalar ayrıca kendilerine karşı sergilenen saygısız davranışlara karşı aşırı derecede hassastır, kolayca kışkırtılabilirler, korkusuzdurlar, gözyaşı dökmezler, diğer insanların zayıf yanlarından ve kırılganlıktan beslenirler.

Akran yönelimi hem zorbaları hem de kurbanları yaratır. Geçmişte çocukları bir araya getirdiğimizde eşitliği ön plana çıkaran değerler benimseyip ilişkiler kuracaklarını düşünecek kadar saftık. Ancak bunu yapmamız yeni ve zarar verici bağlanma hiyerarşilerinin yaratılmasına sebep oldu. Yeni bir *Sineklerin Tanrısı* vakasına zemin hazırlayan bir topluluk oluşturduk. Akran yönelimi bir bakıma çocuklarımızı yetim bırakıyor, okullarımızı yetimhanelere çeviriyor. Okullardaki yemekhaneler, koridorlar ve oyun alanları artık akran yönelimli çocukların yetişkinlerinin gözetiminde olmadan bir araya gelebildikleri yerlere dönüştü. Akran yönelimi bağlanma ilişkilerinin yeniden düzenlenmesine sebep olduğundan, okullar da –kasten olmasa da– zorba fabrikalarına dönüştürüldü.

Zorbalığa karşı yürütülen çabaların başarısızlıkla sonuçlanmasının nedeni zorbalığın temelinde yatan dinamiklerin iç-

yüzünün anlaşılamamasıdır. Zorbalığı bir tür davranış sorunu olarak algılayanlar bu davranışları zorbalara çeşitli yaptırımlar uygulayarak veya cezalar vererek engelleyebileceklerini düşünür. Bu tür yaptırımlar hem zorbaların davranışlarının doğurabileceği olumsuz sonuçları görmelerini sağlamaz hem de yaşadıkları hayal kırıklığını artırarak onların daha da yabancılaşmalarına sebep olur. Güçlü olan zorbalar değil, zorbaları yaratan dinamiklerdir. Akran kültüründe potansiyel kurban stoku sonsuzdur.

Zorbaların normale dönmesini sağlamanın tek yolu, onları yaratan dinamiklerin etkilerini tersine çevirmektir: Bu çocukların yeniden düzgün bağlanma hiyerarşilerine dahil edilmesi, daha sonra savunmalarını yumuşatılması ve bağlanma açlıklarının giderilmesi gerekir. Bu göz korkutucu bir iş olsa da başarıya ulaşma olasılığı sunan tek çözümdür. Günümüzde uygulanan ve zorbaların gözünü korkutmaya odaklanan veya çocukları birbirlerine karşı medeni davranışlar sergilemeye teşvik eden yöntemler sorunun esas kaynağını gözden kaçırır. Bu sorun aslında zorbaların kendilerine bakmakla yükümlü yetişkinlere bağımlı, kırılgan varlıklar olduklarını kabullenememelerinden kaynaklanır. Zorbalığı olduğu gibi kabullenip özünde bir bağlanma bozukluğu olduğunu kabul etmeden sorunu çözüme ulaştırmak için harcadığımız çabalar pek fazla fark yaratmayacaktır.

Benzer bir şekilde, kurbanları korumanın en iyi yolu da onların kendilerine bakmakla yükümlü yetişkinlere bağımlı olduklarını anlamalarını sağlamaktır. Bu şekilde kırılgan olduklarının farkına varabilir, hayatlarında yolunda gitmeyen şeyler için gözyaşı dökebilirler. En büyük risk altında olan çocuklar, genelde yetişkinlere sırtlarını dayayamayacak kadar akranlarına yönelmiş olanlardır.

Kısa bir süre önce, Kanada'da ulusal bir televizyon kanalında yayımlanan ve zorbalığı konu alan bir programa katıldım. Programa zorbalığa maruz kalan ve tepkilerini intihar ederek gösteren birkaç çocuğun ebeveynleri de katılmıştı. Buna ek olarak konukların arasında zorbalığa maruz kaldığı için hayatı zin-

dana dönen bir kız çocuğu da vardı. Kızın annesi çocuğunun neredeyse her gün okuldan geldiğinde gözyaşlarına boğularak gün içinde yaşadığı üzücü deneyimleri anlattığından bahsetti. Çekimden sonra, programın sunucusu bana bu kızın da intihar edebileceğinden endişelendiğini söyledi. Ona merak etmemesi gerektiğini, tam tersine, annesine bağımlı olmasının ve aralarındaki ilişkinin sağladığı güven ortamında ona yaşadıklarını anlatmasının ve gözyaşı dökmesinin kendisini kurtaracağını söyledim. İntihar eden çocuklar ebeveynlerinin gözünde çözümü olmayan birer bilmeceydi. İntihar etmeleri ebeveynleri için büyük bir sürpriz olmuştu. Büyük bir üzüntü yaşayan bu kurbanlar akranlarına gereğinden fazla yöneldiklerinden ebeveynlerine hayatlarında ne olup bittiğini anlatamamıştı ve kırılganlıklarına karşı yaşadıkları travmalar için gözyaşı dökemeyecek kadar savunmaya geçmişti. Hayal kırıklıkları dayanılmaz bir hal alana dek artmıştı. Bu vakalarda, çocuklar diğer insanlara saldırmak yerine, kendilerine saldırmayı tercih etmişti. Zorbalarla kurbanlar bu açıdan da birbirlerine benzer; her ikisi de kendilerini büyüten yetişkinlerle düzgün bağlar kuramamıştır. Çocuklar sırtlarını ebeveynlerine yaslayabildikleri, canlarını sıkan sorunlarla yüzleşebildikleri ve uygun kırılganlık hisleriyle tepki verebildikleri sürece, ne kadar üzülürse üzülsünler kendilerine veya başkalarına zarar verme riski taşımazlar.

Bazı insanlar, uzman olarak addedilen bir grup insan da dahil, zorbalık sorununun ahlaki değerlerin çocuklara aktarılamamasından kaynaklandığını düşünür. Bu gözlemleri bir yere kadar doğrudur, ancak durum sandıklarından biraz daha farklıdır. Bu sorun çocuklarımıza diğer insanlara değer vermelerini ve saygı göstermelerini sağlayan değerleri aşılayamadığımızdan kaynaklanmaz. Bu değerler yeterince derin ve kırılgan duygular hissedebilen çocuklarda kendiliğinden gelişir. Sorun zorbalara düzgün bir ahlaki eğitim verilememesinden değil, ana akım toplumun temel bağlanma ve kırılganlık değerlerinin yozlaşmasından kaynaklanmaktadır. Bu temel değerler yozlaşmasaydı, akran yönelimi zorbaların ve kurbanların oluşmasına ve çoğalmasına neden olamazdı.

12

Cinsel Bir Dönemeç

On üç yaşındaki Jessica, Stacey adındaki bir arkadaşına okuldaki çocukların onu yaklaşan bir partide sınıflarındaki bir erkek arkadaşlarına oral seks yapması için zorladıklarını açıkladı. "Gruplarına ait olduğumu ancak bu şekilde ispat edebileceğimi söylüyorlar" dedi. Jessica bu konu hakkında ne düşüneceğini şaşırmıştı. Çocuğu cinsel açıdan çekici bulmuyordu, ancak dikkatlerin üzerinde olması da hoşuna gidiyordu. "Yapacak mı, yapmayacak mı?" sorusu okulda birçok öğrencinin heyecanlı sohbetlerine konu oluyordu. Jessica kilolu bir kızdı ve hiçbir zaman popüler çocukların arasına girememişti. Böylesine duygu yüklü bir konuda arkadaşına tavsiye vermenin sorumluluğu altında ezilen Stacey, Jessica'nın içinde bulunduğu ikilemi babasına anlattı. Babası, bir süre düşünüp taşındıktan sonra, Jessica'nın anne babasını konu hakkında bilgilendirmesinin doğru olacağı kanaatine vardı. Anlatılanlar Jessica'nın anne babasında şok etkisi yarattı, çünkü hem çocuklarının içinde bulunduğu tehlikeli sosyal durumdan hem de cinsel olarak aktif olması için bu kadar baskı gördüğünden haberdar değillerdi. Jessica'yla konuşup konu hakkındaki endişelerini dile getirdiklerinde, iş işten geçmişti. Jessica baskılara –bu durumda, memnun etmeye çalıştığı çocuğun cinsel taleplerine değil, akran grubunun ısrarlarına– boyun eğmişti.

Hepimizin bildiği gibi seks nadiren yalnızca seksle ilişkilidir; Jessica'nın durumu ise kesinlikle seksle ilgili değildi. Seks bazen insanların arzulanmaya aç olmasıyla ilişkilidir. Bazen sıkıntıdan veya yalnızlıktan kaçmak için kullanılan bir araç olabilir. Bir tür alan belirleme, hâkimiyet kurma aracı olabilir ve-

ya iki kişinin aralarında özel bir ilişki kurma çabalarına hizmet edebilir. Seks güçlü bir statü ve tanınma sembolü olabilir. Skor tutmakla da ilişkili olabilir, ait olmak, uyum sağlamak ve tutunmakla da. Baskınlık veya itaatkârlıkla da ilişkili olabilir, birini memnun etme işlevi de görebilir. Seks, bazı durumlarda, sınırların ve hayır diyebilme yeteneğinin eksikliğini yansıtır. Elbette ki sevgiyi, ihtirası ve gerçek samimiyeti de ifade edebilir. Seks neredeyse her zaman, bir şekilde, bağlanmayla ilişkilidir. Ergenlik çağındaki gençlerin hayatlarında ise, çoğu zaman, tatmin edilmemiş bağlanma gereksinimlerinin ifade edilmesiyle ilişkilidir.

İlk cinsel deneyimi yaşama yaşı giderek daha da düşüyor. Hastalık Kontrol ve Korunma Merkezleri tarafından 1997 senesinde yürütülen bir araştırmanın sonuçlarına göre, sekizinci sınıfa giden kız ve on üç yaşından önce seks yaptıklarını belirten öğrencilerin sayısı (yüzde 6,5), on ikinci sınıfa giden kız öğrencilerin sayısının iki katından daha fazlaydı. Amerika'da dokuzuncu sınıfa giden erkek öğrencilerin yaklaşık yüzde 15'i on üç yaşından evvel cinsel faaliyetlerde bulunduklarını açıklarken, bu sayının on ikinci sınıfa giden öğrenciler arasında iki katından daha fazla olduğu görüldü. Kanada'da da benzer bir tabloyla karşılaşıldı. 2000 yılında yayımlanan bir araştırmanın sonuçlarına göre 1990'larda, kızların yüzde 13'ü on beş yaşından önce seks yaptıklarını açıklamıştı ve bu sayı 1980'lerin başlarında elde edilen istatistiklerle karşılaştırıldığında, on beş yaşından önce seks yapan kızların sayısında iki kat artış olduğunu gösteriyordu.[1] Hem ABD'de, hem de Kanada'da çok sayıda ergenin cinsel birleşmeye alternatif olarak oral seks yaptıklarını ve çoğunun bunu yaparken seks yaptıklarının farkına bile varmadıklarını gösteren anekdot deliller bulunmaktadır. Windsor Üniversitesi'nde sosyoloji profesörü olarak görev yapan Eleanor Maticka-Tyndale'e göre, "Oral sekse, anal sekse, ... hariç her şeye karşı sergilenen tavırların rahatsız edici bir değişim geçirdiği görülüyor."

On dokuz yaşındaki bir profesyonel beysbol oyuncusu adayı, 2003 senesinde Los Angeles Dodgers takımına seçilen

bir genç, reşit olmayan bir kızın kendisine cinsellik içeren bir şekilde dokunmasına izin verdiği için suçlu bulunup kırk beş gün hapis cezasına çarptırıldı. Genç sporcu bir seferinde on iki ve on üç yaşlarındaki iki kıza oral seks yaptırmıştı. Kazandığı temyiz mahkemesinde bu ilişkiyi kendisinin değil, kızların başlattığını savundu. Neden mi? Çünkü iki kurban da mahkemede çevrelerinde yedinci sınıfa giden kızların erkek çocuklarına oral seks teklif etmelerinin sıradan bir durum olduğunu söyledi. Hatta kızlardan biri "herkesin bunu yaptığını ve kendini dışlanmış hissetmek istemediği için"[2] aralarına katıldığını açıkladı.

Cinselliğin endişe verici bir şekilde giderek daha da erken yaşlarda tecrübe edilmesi cinselliğin değerini de azaltmaktadır. Cinsel temasın gerçek samimiyetin ifade edilmesi için kullanılmasıyla, ilkel bir bağlanma dinamiği olarak işlev görmesinin arasında dağlar kadar fark vardır. Cinsellik bir bağlanma dinamiği olarak işlev gördüğünde, on yedi yaşındaki Nicholas'ın da tecrübe ettiği gibi, insanlarda tatminsizlik ve bağımlılık düzeyine erişen bir seks düşkünlüğünün oluşması kaçınılmazdır.

Nicholas sözlerine, "Doğru gelmeyen bir şeyler vardı" diye başladı. "Benim için her şey yolunda gidiyor; bol bol seks yapıyorum, ama sanırım hiçbir zaman duygusallık içeren bir cinsel deneyim yaşamadım. Arkadaşlarım çok güzel kızlarla beraber olduğum için bana saygı duyuyor. Ancak yakınlık kurmak konusunda pek başarılı değilim. Sabahları uyandığımda yanımdaki kızlara ne diyeceğimi bilemiyorum. Tek yapmak istediğim, arkadaşlarımdan birini arayıp hava atmak." Nicholas'ın içinde bulunduğu durumun birçok erkeğin şikâyetçi olduğu ve günümüzde cinselliğe adım atmaları ve cinsel geçmişleri akran kültürünün etkisi altında şekillenen birçok genç erkekte görülen asırlık Don Juan sendromundan kaynaklandığını söyleyebiliriz.

Hem Nicholas hem de Jessica yoğun bir şekilde akranlarına yönelmişti. Hatta Nicholas durumu kendi deyimiyle, "Ailemle aramda sıkı bir bağ olduğunu düşünmüyorum. Hatta arkadaşlarım bana gerçek ailemden daha samimi bir aile ortamı

sunuyor. Artık onların yanında durmak bile istemiyorum" diye açıkladı. Nicholas'ı ve ailesini iyi tanıyordum. Onu herkesten çok seven üç kız kardeşe ve anne babaya sahipti. Ancak onlarla aynı masada oturup yemek yemiyordu; bağlanma açlığını gidermek için akranlarından medet umuyordu. Nicholas ergenlik çağına geldiğinde, bir işadamı olan babası iki yıl boyunca tamamen kariyerine odaklandı ve annesi de bu süre içinde stresten kaynaklanan bir depresyon geçirdi. Nicholas'ın hayatının önemli bir döneminde görece kısa bir süre boyunca ihmal edilmesi akran grubuyla doldurduğu bir bağlanma boşluğu oluşturmaya yetmişti. Günümüzde çocuklar bu kadar basit nedenlerden ötürü akranlarına yönelebilir, çünkü aile bağları herhangi bir nedenden ötürü geçici olarak zayıflasa bile kültürümüz artık onlara aile bireylerinin yerini alabilecek yetişkinlerle bağ kurma olanağı sunmamaktadır.

Jessica da anne babasıyla arasındaki duygusal bağları kopartmıştı. Onu anne babası hakkında konuşmaya bile zor ikna ediyordum ve onlar hakkında konuştuğu zaman, genelde hayatına nasıl müdahale ettiklerinden bahsediyordu; Jessica'nın yaşantısı akranlarının etrafında dönüyordu. Jessica'daki akran yönelimi, arkadaşlarının kendisini kabullenmesi için doyumsuz bir açlık duyması, internet üzerinden mesajlaşmasının saplantı haline gelmesi ve okul ödevleri ile eğitim gibi yetişkin değerlerini aşağılamasıyla dışa vuruluyordu. Ona göre, hiçbir şey arkadaşlarının kendisini sevmelerinden, onun yanlarında olmasını istemelerinden ve onu aramalarından daha önemli değildi.

Seks Nicholas için zafer ve ödül kazanmakla, üstünlüğünü kanıtlamakla ve arkadaşlarının arasında sosyal statüsünü yükseltmekle ilişkiliydi. Görünürde Nicholas'la beraber olmaya istekli olan dişi partnerleri için seks, güzelliklerinin onaylanmasıyla, arzu edilen bir insan olduklarının tasdik edilmesiyle veya yakın ve samimi bir deneyim yaşamakla ilişkili olabilir veya birine ait olmanın ya da birinin gözünde ayrıcalıklı olmanın bir işareti olarak algılanabilir. Jessica için, oral seks bir çeşit sosyal kabul ritüeliydi, katılmayı arzuladığı bir sosyal kulübe üye olmak için ödemesi gereken aidattı.

Seks on dört yaşındaki Heather'ın erkekleri elde etmek, ilgi ve alakalarını üzerine çekmek ve rakiplerini geride bırakmak için kullandığı bir araçtı. Heather da yoğun bir şekilde akranlarına yönelmiş bir çocuktu, oldukça popülerdi ve erkeklerin ilgisini çekme yeteneğinden gurur duyuyordu. On iki yaşından beri aktif bir cinsel hayatı vardı ve bunu anne babasından gizlemeyi başarmıştı. Anne babası onu idare etmelerinin imkânsız olduğuna ikna olup bana yolladıklarında, yaşına göre alışılmadık bir şekilde deneyimliydi. Bana liseye başlamadan evvel üç farklı ortaokulu aynı anda nasıl "parmağında oynattığını" ve bu okullarda "en seksi erkekleri" bulup onları cinsel hünerleri ve olgunluğuyla elde ettiğini anlatarak böbürlendi. Sözlerinden bunu beceremeyen kızları hor gördüğü anlaşılıyordu; bu kızların aptal ve beceriksiz olduklarını iddia ediyordu. Güncel cinsel partnerlerinden birini erkek arkadaşı olarak görüyordu, ama onu aldatmaktan en ufak bir suçluluk duymuyordu. "Pek fazla konuşmayız" dedi, "ve bilmediği şeyler onun canını yakamaz." Onu en çok rahatsız eden şey partnerinin kendisinden bir iki santimetre daha kısa olmasıydı. "Ayrıca diğer erkeklerle kurduğum cinsel ilişkiler fiziksellikten öteye gitmiyor" açıklamasını yaptı. Erkek arkadaşını kendini dünyada en yakın hissettiği insan olarak tanımlıyordu, ancak görünüşe bakılırsa bu yakınlık tanımı duygusal veya psikolojik yakınlığı içermiyordu.

Ergenler arasında seksin samimiyetten ne kadar uzak olabileceği, gençlere yönelik ücretsiz sağlık hizmetleri veren bir klinikte hekim olarak görev yapan Dr. Elaine Wynne'ın şu anekdotundan da açıkça anlaşılmaktadır: Dr. Wynne bana, "On beş yaşındaki bir kız rutin kontrollerini ve bir PAP testi yaptırmak için kliniğe geldi" dedi. "Kızı muayene ederken bana gelişigüzel bir şekilde erkek arkadaşının seks yaparken boşalıp boşalmadığını anlayamadığını söyledi. Onu rahatsız eden esas konunun bu olduğunu anladım. 'Erkek arkadaşına sormayı denedin mi?' dedim. 'Şaka mı yapıyorsunuz?' diye cevap verdi. 'Bu sorulamayacak kadar kişisel bir soru!'"

Seksin akran yönelimli çocuklara, akran yöneliminin de cinselliğe neler yapabileceğine şahit olmak oldukça rahatsız

edici bir durum. Elbette ki tüm akran yönelimli ergenler aktif cinsel hayatlara sahip değildir ve cinselliklerini aynı şekilde ifade etmezler, ancak üyesi oldukları kültür tuhaf bir şekilde yozlaşmış (olgunluktan yoksun sahte bir bilmişliğe, doğurduğu sonuçlarla başa çıkabilecek psikolojik donanıma sahip olmadan samimiyetin fiziksel olarak ifade edilmesine zemin hazırlayan) bir cinsellik anlayışına sahip.

Fizyolojik olgunluk ve "azgın hormonlar" gibi fiziksel etkenler tek başlarına ergenlerin cinsellik anlayışlarını açıklayabilmemiz için yeterli değildir. Gençlerin neden vaktinden önce bu tür cinsel davranışlar sergilediklerini tam olarak anlayabilmemiz için yeniden önceki bölümlerde değindiğim üç kavramın üzerinde durmamız gerekiyor: bağlanma, kırılganlık ve olgunlaşma. Bu kavramların en önemlisi her zamanki gibi bağlanmadır. Burada kritik etken ergenlerin cinsel uyanışı değildir; asıl önemli olan akran yönelimli ergenlerin bağlanma ihtiyaçlarını gidermek için ellerinin altındaki hiçbir imkânı kullanmaktan çekinmeyen cinsel varlıklar olmalarıdır. Ergenlerde kırılganlık ve olgunluk belirtileri ne kadar az olursa, bağlanma içgüdülerini cinsel yollarla ifade etme olasılıkları da o kadar artar.

BAĞLANMA AÇLIĞININ İFADESİ OLARAK SEKS

Seks doğal düzen içinde olgun canlılar arasında yapılır, çocuklarla onlara bakmakla yükümlü bireylerin arasında değil. Çocuklar yetişkinlerle duygusal bir yakınlık kurmak istediklerinde, aralarında cinsel etkileşim olma ihtimali oldukça düşüktür. Ancak söz konusu çocuklar akran yönelimli olduklarında, aynı yakınlık kurma arzusu cinsellikle karışma eğilimi gösterebilir. Bu durumda seks akran yöneliminin bir aracı olur. Ebeveynlerinin yerine akranlarını koyan çocukların zihinlerinin sürekli cinsellikle meşgul olması ve cinsel hayatlarının aktif olması diğer çocuklara oranla daha yüksek bir olasılıktır. Ebeveynleriyle yakın ilişki içinde olduklarını hissedemeyen çocuklar akranlarıyla yakınlık kurma ihtiyacı duyar, ancak bunu hislerle veya sözlerle değil seksle elde etmeye çalışırlar. Bu durum ak-

ran yönelimi yüzünden sevgi dolu ebeveynleriyle aralarındaki bağları koparmış Nicholas, Heather ve Jessica için kesinlikle geçerliydi. Akranlarıyla yaşadıkları cinsel ilişkileri bağlanma ve duygusal yakınlık kurma açlıklarını gidermek için kullanıyorlardı.

Seks ilkel bağlanma gereksinimlerini tatmin etmeye çalışanlara hizmet etmeye hazır bir araçtır. Bölüm 2'de değinilen bağlanmanın altı yolundan ilki fiziksel duyular aracılığıyla bağlanmaktı. Seks öncelikli olarak fiziksel etkileşimlerle yakınlık kurmaya çalışan çocuklar için son derece etkili bir araçtır. Çocuklar bağ kurmak istedikleri insanlara benzemeyi tercih ettiklerinde, davranışları Jessica'nın ve beysbol oyuncusuna oral seks teklif eden iki kızın davranışları gibi akran grubunun değer yargılarına göre şekillenecektir. Cinsel etkileşimler üçüncü yolla bağlananlara –bağlandıkları insanları sahiplenen ve onların kendilerine ait olduklarını düşünenlere– cazip gelir. Çocuklar bağlanma ihtiyaçlarını dördüncü yolla –başkalarının gözünde değerli olduklarını hissederek– karşılamaya yönelirse, sosyal statülerinin veya çekiciliklerinin onaylanması birincil hedefleri, seks de skor tutmak için kullanışlı bir araç olacaktır. Elbette ki, cinsel temas sıcak duyguların ve gerçek samimiyetin paylaşılmasını da ifade edebilir, ancak bu olgunlaşmamış, akran yönelimli ergenler arasında sık görülmez; gerçi onlar bunun aksini düşünürler. Kırılganlık ve olgunluk eksikliği, ilerleyen bölümlerde daha detaylı bir şekilde açıklayacağım nedenlerden ötürü, cinselliklerinin bu iki üst düzey bağlanma şekline ulaşmasına olanak tanımaz.

Günümüzde moda olan giyim, makyaj ve davranış tarzları, olgun cinsel faaliyetlere hiçbir şekilde hazır olmayan genç kızların cinselliğe adım atmasını teşvik eder. Cornell Üniversitesi'nden bir tarihçi ve *The Body Project [Beden Projesi]* adlı, Amerikalı kızların tarihini anlatan kitabın yazarı Joan Jacobs Brumberg'e göre, günümüzde dış görünüş, heyecan yaratan cinsel bileşenleriyle beraber, özsaygının birincil ölçütü haline gelmiştir. Brumberg, *Newsweek* dergisinde yayımlanan bir röportajda, kızların bundan elli yıl önce kendilerini geliştirmekten bahsettik-

lerinde akademik başarılara veya topluma yaptıkları katkılara atıfta bulunduklarını, ancak günümüzde en çok önem verdikleri şeyin dış görünüşleri olduğunu dile getirdi. "Ergenlik çağındaki kızların tuttukları günlükler incelendiğinde, zihinlerini akran ilişkilerinden sonra en çok vücutlarının meşgul ettiği görülür."[3] Elbette "akran ilişkilerinden sonra" ifadesi hedefi tam tutturamamıştır, çünkü vücut imajlarıyla ilgilenmelerinin saplantı haline gelmesi doğrudan akran yöneliminin ve yan ürünü olan ergenlerin cinselleştirilmesinin bir sonucudur.

Ergenler, bilmeden de olsa, kurdukları bağlara cinselliği karıştırdıklarında ateşle oynar. Seks insanların kendi çıkarları doğrultusunda kullanabileceği basit bir araç değildir. Ergenlerin cinsellikten gelişigüzel bir biçimde, herhangi bir yara almadan, insanlıklarının özünde herhangi bir dengesizlik yaratmadan uzaklaşmaları mümkün değildir. Seks güçlü bir yapıştırıcı; zihnimizde birlik ve kaynaşma hissi oluşturarak tek vücut olmamızı sağlayan beşeri bir tutkaldır. Seks, cinsel etkileşimin ne kadar kısa veya masumane olduğuna bakmaksızın katılımcılardan bir çift oluşturacak şekilde işler. Seks, buna hazır olsalar da olmasalar da, istekli olsalar da olmasalar da (ve bunun farkında olsalar da olmasalar da) cinsel etkileşimde bulunan tarafları birbirine bağlar. Yapılan araştırmalar çoğumuzun kendi başımıza anladığımız bir gerçeği, sevişmenin doğal bir birleştirme etkisi yarattığını ve insanın beyninde güçlü bağlanma duygularını uyandırdığını onaylar niteliktedir.[4]

Akran yönelimli çocukların cinselleştirilmiş bağlanma açlıklarının "bağlayıcı olmayan" cinsel ilişkilerin güçlü bağlayıcı etkisiyle birleşmesinden doğabilecek sonuçları önceden tahmin etmek zor değildir. Akran yöneliminin yaygın olduğu ülkelerde, ergenlik çağındaki gençler arasında görülen istenmeyen gebelik vakalarının sayısı, gençlere cinsellik ve doğum kontrolü hakkında eğitim verilmesi için yürütülen tüm çabalara rağmen, istikrarlı bir artış göstermektedir. İstatistiklere göre, ergenlik çağında gebe kalma oranı en yüksek olan ülke ABD'dir ve bunun ardından sırasıyla Britanya ve Kanada gelmektedir.[5]

Akran yönelimli çocukların cinsel faaliyetlerinin amacı sevişmek veya çocuk yapmak değil, birbirlerinin kollarında ebeveynleriyle aralarında kurdukları ilişkilerde aramaları gereken teması ve bağlantıyı aramaktır. Bu akranların arasında gerçekleştiğinde, sonuç olarak istenmeyen bebekler dünyaya gelmekte ve birçok vakada, talihsiz kurbanlar, kendilerine duygusal, hatta fiziksel açıdan bakmaya hiçbir şekilde hazır olmayan, olgunlaşmamış ebeveynlerin çocukları olmaktadır.

CİNSELLİK VE KIRGANLIKTAN KAÇINMA

Seks insanları birbirlerine bağladığı kadar, katılımcıları kırılgan bir zemine, duygularının incinebileceği ve kalplerinin kırılabileceği bir yere de çeker. Seksle kurulan bağlar bir miktar acı hissetmeden çözülemez. Seks bağlama işlevini yerine getirdikten sonra, her türlü ayrılık, birçok yetişkinin tecrübe ettiği gibi, büyük acılar ve psikolojik bozukluklar yaratır. Seksle kurulan güçlü bağların ardından tekrar tekrar ayrılık veya dışlanma deneyimlerinin yaşanması dayanılması güç bir kırılganlık hissi yaratabilir. Bu gibi deneyimler duyguların incinmesine ve katılaşmasına neden olabilir.

Beklendiği üzere, ergenlerin cinsel hayatları ne kadar aktifse, duyguları da o kadar katılaşır. Bu duyarsızlaşmanın onlar için bir nimet olduğunu ve ellerini yakmadan ateşle oynamalarına olanak tanıdığını düşünebilirsiniz. Ancak önceki bölümlerde de değindiğim gibi, kırılganlıktan kaçınmanın bedeli insanların kişisel potansiyellerine ulaşabilme imkânından ve gerçek anlamda yaşamalarına olanak tanıyan duygusal özgürlükten ve derinlikten feragat etmeleridir.

Duygusal anlamda savunmaya çekilmiş bir ergen yalnızca kısa vadeli cinsel deneyimler kursa da bundan yara almadan çıkmayı başaramaz. Ergenlerin yaşadıkları deneyimlerden etkilenmemiş gibi görünmeleri, bu deneyimlerin doğurduğu sonuçlardan etkilenmedikleri anlamına gelmez. Bu deneyimlerden etkilendiğimizin bilincine ne kadar az varırsak, bilinçdışımız o kadar çok yaralanabilir. Heather bana gittiği randevular-

dan birinde tecavüze uğradığını umursamaz bir ses tonuyla anlattı ve bu olayın üzerinde hiçbir etki yaratmadığını belirtti. Bu cesaret gösterisiyle kırılganlığını örtbas etmeye çalıştığı açıktı ve yüzeydeki bu katılaşmasının, eğer tersine döndürülmezse, kızı tehlikeli sulara götürmeye devam edeceğini öngörmek zor değildi. Ergenleri daha kırılgan olmaya yönlendirmeyen cinsel temas bu gibi kırılganlıklara karşı yapılan savunmayı güçlendirir. Genç bir hastama partilerde kız arkadaşlarıyla neden bu kadar çok alkol tükettiklerini sorduğumda, bana hiç tereddüt etmeden, "Çok içtikten sonra seks yapınca canım daha az yanıyor" cevabını vermişti.

Duygusal açıdan katılaşmanın en büyük bedellerinden biri seksin bağlayıcı gücünü kaybetmesine neden olmasıdır. Bunun uzun vadeli etkisi genç insanların ruhlarını hissizleştirerek gerçek temas ve yakınlık kurmalarına olanak tanıyan ilişkilere girme ihtimallerini azaltmasıdır. Bu durumda seks eninde sonunda önemsiz bir bağlanma faaliyetine dönüşür. Bağlanma açlığını tamamen gidermeden geçici olarak dindirdiği için bağımlılık da yapabilir. Kırılganlıkla seksin ayrılması cinsel davranışlarda özgürleştirici bir etki yaratabilir, ancak bu etki karanlık bir yerden, duyarsızlaşmadan kaynaklanır.

Heather zeki, güzel, çekici ve konuşkan bir kız olmasına rağmen, sözlerinde veya davranışlarında kırılganlığın izine bile rastlamak mümkün değildi. Korku hissetmiyordu, kimseyi özlediğini itiraf etmiyordu, güvensizliğinden haberdar değildi ve yaptığı hiçbir şey için pişmanlık duymuyordu. Nicholas da kırılganlığını hissetmekten kaçınıyordu ve bu durum onun sıkılgan, yargılayıcı, küstah ve kibirli bir insana dönüştürmüştü. O da kaygısızdı ve herhangi bir güvensizlik hissi beslemiyordu. Zayıf insanları küçümsüyor, başarısız insanlara katlanamıyordu. Heather da Nicholas da derin duygular hissetmekten acizdi. Her ikisi de seksin bağlayıcı gücünden etkilenmiyordu. İkisi de cinselliğe adım atmadan önce kırılganlıklarına karşı savunmaya geçmişti, ancak cinsel deneyimleri duyarsızlıklarını daha üst bir seviyeye taşımıştı.

Heather ve Nicholas akranlarının yanında da benim ya-

nımda da cinsel deneyimleri hakkında açık bir şekilde konuşmaktan çekinmiyordu. Bu rahatlık kırılganlıktan kaçınmanın ilginç, ama yanıltıcı olan bir yan etkisidir; normalde mahrem olduğu düşünülen kişisel bilgilerin paylaşılması riske maruz kalındığı hissini uyandırmaz. Birçok yetişkin günümüzde gençlerin cinsel konular hakkında açık bir şekilde konuşabilmelerini etkileyici bulur ve bunu toplumun geçmiş dönemlerdeki ketumluğunu ve çekingenliğini üstünden atmasının bir işareti olarak algılar. Yoğun bir şekilde akran yönelimli olan on beş yaşındaki bir kız çocuğunun annesi bana, "Biz zamanında bu konular hakkında bu kadar açık bir şekilde konuşamazdık" dedi. "Biz o yaştayken, seks hakkında konuşmaya utanırdık." Bu kadının gözden kaçırdığı konu, gençlerin cinsel faaliyetler hakkında utanmadan ve arsızca konuşabilmelerinin nedeninin cesaretle veya şeffaflıkla hiçbir ilişkisi olmadığı, bunun yerine kırılganlıklarına karşı geliştirdikleri savunma mekanizmalarından kaynaklandığıydı. İnsanın mahrem olduğunu düşünmediği bir konuyu ifşa etmesi cesaret gerektirmez. İnsanın içinde itibarını tehlikeye attığına dair bir his uyanmazsa herhangi bir konuyu gizlemeye gerek duymaz. Seks kırılganlıktan arındırıldığında, bizi yaralayabilecek kadar derin bir etki yaratamaz. Çok kişisel ve mahrem olması gereken bilgiler tüm dünyaya duyurulabilir; zaten beş para etmez TV programlarında sıklıkla duyuruluyor da.

Seksin gerçek işlevini yerine getirebilmesine olanak tanıyacak kadar derin duygular besleyebilen ve kırılganlıklarının farkında olan çocuklar için, cinsel deneyimler yaşamak cesur bir adım atarak güçlü duygular hissetmek, anlaşılması zor ve genelde içinden çıkılamayacak kadar karmaşık bağlar kurmak ve kelimelerle anlatılamayacak kadar yoğun bir kırılganlık duymaktır. Yetişkinler genelde yakınlaşmak için seks yapsalar da bu süreçte birbirlerine bağlanabileceklerini hesaba katmazlar. Boylarından büyük bir işe giriştiklerinin ve bunun sonucunda bir çift olma ihtimallerinin yüksek olduğunun farkına varmazlar. Bazıları ayrılmanın beraberinde getirdiği kaçınılmaz acıları hissetmemek için partnerlerine çaresizce yapışır,

sürekli peşlerinden koşar ve onlara sıkıca tutunur. Partnerleri ise hazırlıklı olmadıkları bir yakınlık kurduklarından boğulduklarını ve kapana kısıldıklarını hisseder, içinde bulundukları durumdan mümkün olduğunca hızlı bir şekilde çıkmaya çalışırlar. Her iki taraf da çift olmaya sıcak baktığında, bazı ergenler birleşme kuvvetlerinin bireyselliklerini baskıladığını, kendilerine özgü kişiliklerinin ortaya çıkmasının engellendiğini tecrübe eder. Artık kendi tercihlerinin ne olduğunu bilemeyecek ve önce partnerlerine danışmadan kendi başlarına herhangi bir karar veremeyecek duruma gelirler. Bir seferinde, on yedi yaşındaki bir kız son cinsel partnerinden bahsederken bana, "Sevgili olduk mu bilmiyorum" dedi. "Sevgili miyiz değil miyiz henüz söylemedi."

Nasıl bir işe kalkıştıkları konusunda en ufak bir fikri olmayan çocuklar bile cinsel deneyimler yaşamaktadır. Savunma mekanizmaları en güçlü olanlar görünürde bu deneyimlerden hiçbir şekilde yara almadan kurtulmayı başarabilmektedir, çünkü bu çocuklar duygusal bağlar kurabilme ve acı çekebilme yeteneklerini kaybetmişlerdir. Kırılgan olmamaları dışarıdan bakıldığında seksin sıradan, kolay ve eğlenceli bir faaliyetmiş gibi görünmesini sağlar. Ancak derin duygular besleyebilen ve kırılganlıklarının farkında olan çocuklar başlarına büyük bir bela açar: İlk olarak, isteseler de istemeseler de partnerleriyle aralarında sıkı bir bağ oluşur ve ilişkileri sona erdiğinde büyük bir yıkım yaşarlar.

Bağlayıcı bir etkiye sahip olduğu, işlev görmesi için kırılganlığa ihtiyaç duyduğu ve işlevini düzgün bir şekilde görmesinin kırılganlığa sebep olduğu göz önünde bulundurulduğunda, sekse karşı alabileceğimiz bazı tedbirlerin üzerinde durmamızın faydalı olacağını düşünüyorum. Bu gibi tedbirlere gerek duymamızın asıl nedeni ahlaki kaygılar değil, doğrudan erken yaşta cinsellikle tanışmalarının çocuklarımızın sağlıklı gelişimi üzerinde yaratabileceği olumsuz etkileri daha iyi anlamaktır. İnsanları birbirine bağlayan güçlü bir Japon yapıştırıcısı olarak işlev gören seks bir çocuk oyuncağı değildir.

Kırılganlık açısından bakıldığında, güvenli seks kavramı

tamamen farklı bir anlam kazanır; insanları hastalıklardan veya istenmeyen gebeliklerden korumak yerine, duygularının incinmesinden ve katılaşmasından korumayı hedefler. Tabii ki kurulan hiçbir bağın, hatta yetişkinlerin kendi aralarında kurdukları bağların bile, uzun soluklu olması kesin değildir. Burada esas hedefimiz çocuklarımızı incinmemeleri için korumaya çalışmaktan çok, bağlanma gereksinimlerini karşılama veya kalıcı olma ihtimali çok düşük olan ilişkiler içinde cinsel deneyimler yaşama risklerini azaltmaya çalışmaktır. Seks ergenlik çağında bağlanmanın sağladığı korumayı, tarafların birbirlerine sadık kalma vaatlerini, anlayıştan doğan duyarlılığı ve toplumun desteğini çoğunlukla beraberinde getirmez. Bu en derin anlamıyla, yani psikolojik anlamda, güvensiz sekstir. Bir insan hisleri katılaşmadan ve duyarsızlaşmadan, en azından büyük üzüntüler yaşamadan, sürekli evlenip boşanamaz. Cinselliğin ardından gelen ayrılık insana büyük acılar yaşatır. Ergenler bu gibi doğal dinamiklerin etkilerine en az diğer insanlar kadar duyarlıdır. Hatta genç yaşları ve gelişmemiş muhakeme yetenekleri yüzünden ve doğal olarak henüz olgunlaşmamış oldukları için yaşadıkları cinsel deneyimler yüzünden incinme ihtimalleri yetişkinlere oranla daha yüksektir.

CİNSELLİK OLGUNLUKTAN YOKSUN OLUNCA

Bağlanma ve kırılganlık açısından seksin en güvenli hali, ilişki kurmak için yapılan seks değil, halihazırda tatmin eden ve güven veren ilişkilerin içindeyken yapılan sekstir. İnsanlar bu adımı atmadan evvel ilişkilerinin tam olarak istedikleri noktaya geldiğine mümkün olduğunca emin olmalıdır. Bu noktada, seks, tarafların birbirlerinin gözünde ayrıcalıklı bir konuma yerleşmesini sağlayan ve bir çift olarak hayatlarının bir önceki sayfasını kapatmalarına olanak tanıyacak nihai bir bağlanma eylemi olarak işlev görecektir. Seks taraflar ne kadar bilgeyse, o kadar güvenli olabilir. Seksin güvenli olabilmesi için sahip olunması gereken en önemli özellik akran yönelimli çocuk-

larda eksiktir: Olgunluk. Yetişkin yönelimli ergenler, henüz olgunlaşmamış olsalar da en azından cinsel etkileşimlerle ilgili ipuçları elde etmek için yüzlerini ebeveynlerine dönmeye meyillidir. Akran yönelimli çocuklar bu konuda onlardan iki kat daha dezavantajlıdır: Hem sağlıklı cinsel etkileşimler kurabilecek veya kararlar verebilecek kadar olgun değildirler hem de bu konuda bazı dersleri zor yoldan da olsa öğrenmiş yetişkinlerin tavsiyelerine başvurabilecek kadar yetişkin eğilimli değildirler.

Olgunluk birçok açıdan seksin önşartıdır.

Olgunluğun ilk meyvesi bir birey olarak diğer insanlardan ayrılmaktır. Sağlıklı bir beraberlik için taraflar arasında bir miktar farklılık olması gerekir. İnsanın başka bir insanı hayatına davet etmesi veya başka bir insanın davetini geri çevirmesi için kendi zihnini yeterince tanıması gerekir. Bağımsızlığımıza değer verebilmemiz, kişisel sınırlarımızı çizebilmemiz ve gereken yerlerde hayır diyebilmemiz için kendimizi koruma içgüdümüzün gelişmiş olması gerekir. Sağlıklı bir cinsel yaşam için ilişkilerimize seksi dahil etmeme özgürlüğüne sahip olmamız, en azından ilişkilerimizi yürütmek için her çareye başvurmak gibi bir zorunluluk hissetmememiz gerekir. Kendileri gibi olmaya başkalarını sahiplenmekten veya başkaları tarafından sahiplenilmekten daha fazla değer verdikleri bir noktaya gelememiş ergenler büyük bir risk altındadır.

Cinselliğin dışında, insanların birbirlerinin bireyselliklerine saygı göstermelerinin daha önemli olduğu başka bir alan muhtemelen yoktur. Olgun cinsel etkileşimler kurulabilmesi için insanların birbirlerine karşı anlayışlı olması hayati önem taşır. Seks psikolojik anlamda olgunlaşmamış bireyler için etkileşimli bir dans değildir. Cinselliğe erken adım atıldığında, birilerinin acı çekmesi veya başkalarının çıkarları doğrultusunda kullanılması kaçınılmazdır.

Önceki bölümde de değindiğim gibi, akran yönelimi hem zorbaları hem de zorbaların davranışlarından zarar görmeye meyilli kurbanları yaratır. Konu seks olduğunda, zorbalar yine özgürce kontrol edemedikleri şeylere hükmetmek ister. Seks zorbaların toplamaya heves duydukları simgeler açısından ol-

dukça zengindir: statü, cazibe, kazanma, skor tutma, saygı görme, aidiyet, çekicilik, hizmet, sadakat vs. Ne yazık ki, zorbalar psikolojik açıdan kendilerine özgür iradeyle sunulmayan şeyleri talep etmelerinin ne kadar boş bir çaba olduğunu fark edemeyecek kadar duyarsızdır. Zorbaların fantezilerini davetkârlık değil baskınlık, karşılıklılık değil üstünlük süsler. Hem Heather hem de Nicholas konu seks olduğunda birer zorba olarak nitelendirilebilirdi, çünkü kendi çıkarları doğrultusunda diğer insanların zaaflarından faydalanıyorlardı. Partnerlerinin ihtiyaçlarını neredeyse hiç düşünmüyorlardı. Heather'ın cinsel hayatında pek de seçici davranmaması çıktığı randevulardan birinde tecavüze uğrama noktasına ulaşan bir zorbalığa maruz kalmasına neden oldu. Ne yazık ki akran yönelimi, zorbaların istifade edebileceği kadar bol miktarda saf ve muhtaç kurbanlar yaratır. Bu yüzden ergenler arasında randevu tecavüzleri gibi saldırganlık olaylarının artış göstermesine şaşırmamalıyız.

Olgunluk sağlıklı cinsel ilişkilerin kurulabilmesi için başka bir nedenden de gereklidir. İnsanların doğru kararlar verebilmeleri için gerek duydukları bilgelik yalnızca olgunlukla elde edilebilen, ikiboyutlu, bütünleştirici bir bilgiişlem becerisi gerektirir. Bunun için karışık duygularımızı, düşüncelerimizi ve dürtülerimizi idare edebilmemiz şarttır. İnsanın başka birine ait olma arzusu, kendisi gibi olma arzusuyla beraber var olmalıdır; insanların sınırları koruma arzuları birleşme tutkularıyla karışarak bir arada var olmalıdır. Elbette ki, insanların hem şimdiki zaman hem de gelecek hakkında düşünüp değerlendirebilme yapabilme becerisine de sahip olmaları gerekir. Psikolojik açıdan olgunlaşmamış bireyler anlık zevklerden başka bir şey düşünebilme becerisine sahip değildir. İnsanların doğru kararlar verebilmeleri için aynı anda hem korku hem de arzu duymaları gerekir. Cinselliğin açığa çıkarabildiği güçlü duygulara gereken değeri verdiğimizde, ilk başta tedirginlik yaşamamız gayet normaldir. Seks aynı anda hem saygı hem de korku uyandırmalıdır; hem beklenti hem de endişe oluşturmalıdır ve insanın hem mutlu olmasına hem de ihtiyatlı davranmasına yol açmalıdır.

Gereken bilgelikten ve içgörüden ve dürtü kontrolünden mahrum oldukları için bu gibi konularda doğru kararlar vermeleri için ergenlere güvenilemez. Olgun birer yetişkin olarak bilgeliğimizden ve deneyimlerimizden faydalanarak onlara cinsel davranışlarını güvenli sınırlar içinde tutmak için çeşitli yapılar ve kısıtlamalar empoze edebilir ve seks konusunda verdikleri kararlarda onlara danışmanlık yapabiliriz tabii, ancak akran yönelimli ergenler söz konusu olduğunda bunu yapabilecek güce ve bağlantıya sahip değilizdir. Çocuklarımız onlara yol göstermemiz için bize danışırsa, şüphesiz ki onlara seks konusunda verdikleri kararları, ilişkileri hakkında verdikleri kararlardan ayıramayacaklarını anlatırız. Onlara ilişkilerinin duygusal açıdan sağlam temellere oturduğundan, cinsel çekimin ötesine geçerek gerçek samimiyete dayandığından emin olana dek beklemelerini tavsiye ederiz. İşin üzücü yanı, onlara ne kadar bilgece tavsiyeler verirsek verelim, akran yönelimli çocukların bizi dinlemeyecek olmasıdır.

Günümüzde birçok ebeveyn ve eğitimci, ergenlerin cinsel faaliyetlerini keşif ve deney yapma çabaları olarak tanımlayıp bu faaliyetleri ergenliğin doğal bir parçası olarak görme eğilimindedir. Deney kavramı ortada bir keşif arayışının ve cevaplanması gereken bir sorunun olduğunu ima eder. Ancak cinsel hayatları en aktif olan ergenler soru soranlar değildir. Ergenlerin yaptığı seks cinsel deneyler yapmaktan çok duygusal çaresizliğin ve bağlanma açlığının giderilmesine odaklanır.

Yetişkinler tipik bir şekilde akran yönelimli ergenlerin aşırıya kaçan cinsel faaliyetleriyle, tıpkı zorbalık ve saldırganlık konularında yaptıkları gibi, gençlerin arasındaki etkileşimlere odaklanarak mücadele etmeye çalışır. Öğütler, dersler, ödüller ve cezalar vererek gençlerin davranışlarını değiştirmeye çalışırız. Bu yolda sarf ettiğimiz çabalar da yine hedefine ulaşmaz. Çocuklarımız akran yönelimli oldukları sürece normal olmayan cinsel davranışlarını düzetebilmemiz mümkün değildir. Ancak küçük yaşlarda cinsellikle tanışan çocukların, en azından kendi çocuklarımızın, normal olmayan yönelimlerini düzeltmek için birçok şey yapabiliriz. Eğer cinsel hayatlarında

herhangi bir değişiklik yapmak istiyorsak, onları ilk olarak ait oldukları yere –yanımıza– geri çekmeliyiz.

13

Eğitilemeyen Öğrenciler

Ethan, hiçbir zaman okula pek fazla ilgi duymamış olsa da ortaokulda iyi bir öğrenciydi. Oldukça zeki bir çocuktu. Dışarıdan bakınca üstün başarılar elde etmeyi arzuluyormuş gibi durmasa da anne babası ve öğretmenleri onu eğitimi ve davranışları hakkında kendi gündemlerini takip etmeye ikna edebildi. Öğretmenleri onun sempatik ve cana yakın bir çocuk olduğunu düşünüyordu. Ethan'ın anne babası beni görmeye geldiğinde, oğulları neredeyse altıncı sınıfı tamamlıyordu ve yetişkinlerin beklentilerini karşılamak için harcadığı çabalar tarih olmuştu. Ethan'a ödevlerini yaptırmak sona ermeyen, zor bir mücadeleydi. Öğretmenleri derslerine dikkatini vermediğinden ve artık öğretilenlere kulak asmadığından şikâyetçiydi. Ethan sürekli insanlarla tartışıyor, gevezelik yapıyor ve okulda yetenekleriyle doğru orantılı bir performans sergilemiyordu. Öğrenme yeteneğindeki bu değişim akranlarına yakınlaşmasıyla aynı zamana denk gelmişti. Ethan önceki birkaç ay boyunca sürekli farklı bir akranıyla samimiyet kurmuş, tavırlarını kopyalamış ve onların meşgaleleriyle uğraşmıştı. Okul arkadaşlarının biriyle kurduğu ilişkide işler yolunda gitmediğinde başka bir okul arkadaşıyla kurduğu ilişkiyi yola sokmak için daha da fazla çaba sarf etmeye başlamıştı.

Mia'nın akademik gerileme dönemi Ethan'ınkinden bir sınıf önce başlamıştı. Beşinci sınıfa geçmeden önce derslerinde başarılıydı, meraklı bir öğrenciydi ve zekice sorular soruyordu. Bir süre sonra, derslerinin çok sıkıcı olduğundan şikâyet etmeye başladı. Ebeveynleri bazı ödevlerini teslim etmediğini

ve teslim ettiği ödevlerinde de eskisi gibi iyi notlar almadığını öğrendiklerinde şaşkına döndü. Öğretmenleri onları arayarak Mia'nın dikkatinin dağınık olduğuna, motivasyonunun azaldığına ve sınıfta sürekli arkadaşlarıyla konuştuğuna dair şikâyetlerini dile getirdi. Mia'nın anne babası bu tür şikâyetler dinlemeye alışık değildi. Endişelerini dile getirdiklerinde, Mia'nın onlara karşı umursamaz bir tavır takındığını gördüler. Ayrıca artık öğretmenleri hakkında nadiren konuştuğunu, onlar hakkında konuştuğu zaman da çoğunlukla aşağılayıcı kelimeler kullandığını fark ettiler. Ev ödevleri artık Mia için bir öncelik olmaktan çıkmıştı; birinci önceliği telefonla konuşmak veya internet üzerinden arkadaşlarıyla iletişim kurmaktı. Anne babası bu faaliyetlerini sınırlamak istediklerinde, kızlarının onlara daha evvel tanık olmadıkları bir saygısızlık ve kinle karşılık verdiğini gördüler.

Bu iki vaka günümüz kültüründe sıklıkla rastlanan bir hadiseyi temsil ediyor: Yetenekli ama isteksiz, zeki ama başarısız, parlak ama sıkılmış çocuklar. Madalyonun diğer yüzünde, eğitim de bir veya iki nesil öncesine göre çok daha stresli bir işe dönüşmüştür. Birçok öğretmenin de onaylayacağı üzere, günümüzde çocuklara eğitim vermek her geçen gün daha da zorlaşmakta ve öğrenciler giderek daha da saygısızlaşıp tepkisizleşmektedir. Sınıfları idare etmenin giderek daha da zorlaştığı ve akademik performansın giderek düştüğü görülmektedir. Birçok okul son yıllarda edebi becerilerin geliştirilmesine daha fazla önem verse de okul çocuklarının okuma kabiliyetlerinde bir azalma olduğu görülmektedir.[1] Öte yandan, öğretmenlerimiz hiçbir zaman günümüzde olduğu kadar eğitimli olmamıştır. Aynı şekilde geçmişte hiçbir dönemde bu kadar gelişmiş bir müfredat okutulmamış ve teknoloji kullanılmamıştır.

O halde geçmişten bugüne gelinceye kadar ne değişti? Bu soruyu cevaplayabilmemiz için yeniden bağlanmanın yarattığı önemli etkilere dönmemiz gerekir. Çocuklarımızın bağlanma örüntülerinde meydana gelen değişiklikler eğitim açısın-

dan büyük olumsuzluklar yaratır. Birçok ebeveyn ve öğretmen hâlâ başarılı bir öğrenciyle iyi bir öğretmeni bir araya getirdiğimizde her zaman iyi sonuçlar elde edileceğine inanır. İşler hiçbir zaman tam olarak bu şekilde yürümedi, ancak çocukları bir şekilde eğitmeyi becerdiğimiz için, saflığımızın bedelini ödemek zorunda kalmamıştık. Öğretmenler, yakın bir zamana kadar, toplum ve kültür sayesinde oluşan güçlü yetişkin eğiliminin meyvelerini yedi. Ancak bu dönem artık geride kaldı. Günümüzde çocuklarımızın eğitimiyle ilgili karşılaştığımız sorun parayla çözülemeyecek, müfredatla üzerine gidilemeyecek ve bilişim teknolojileriyle düzeltilemeyecek bir sorundur. Karşılaştığımız sorun bunların hepsinden daha büyüktür, ama aynı zamanda da oldukça basittir.

Goethe, bilginin tıpkı madeni paraların bir torbaya doldurulduğu gibi zihne yerleştirilebileceğini söylemiştir. Herhangi bir çocuğun eğitime ne kadar tepki verdiği birçok etkene bağlıdır: öğrenme ve anlama arzusuna sahip olması, bilinmeyene ilgi duyması, risk almaya istekli olması ve başkalarının kendisine etkilemesine ve düzeltmesine açık olması gibi. Çocukların eğitilebilmesi için ayrıca öğretmenleriyle aralarında bağ kurulması, dikkatlerini derslerine vermeye eğilimli olmaları, gerektiğinde yardım istemekten çekinmemeleri, beklenen kriterlere uymayı ve başarılı olmayı hedeflemeleri ve çalışmaya istekli olmaları gerekir. Tüm bu etkenler ya bağlanmadan kaynaklanır ya da bağlanmadan etkilenir.

Sorunu daha yakından incelediğimizde, çocukların eğitime ne kadar tepki verdiklerini belirleyen dört temel özellik olduğunu görürüz: doğal bir merak, bütünleştirici bir zihin, hatalardan öğrenebilme becerisi ve öğretmenle kurulan iyi bir ilişki. Sağlıklı bağlar bu özelliklerin tümünü geliştirir; akran yönelimi ise hepsinin temelini çürütür.

AKRAN YÖNELİMİ MERAKI KÖRELTİR

İdeal şartlar altında, çocukları öğrenmeye yönlendiren en önemli etken dünya hakkında açık görüşlü bir meraka sahip ol-

malarıdır. Çocuklar sorularına cevap bulmadan evvel soru sormalı, gerçeklere ulaşmadan evvel keşif yapmalı ve kesin kanılara varmadan önce deneyler yapmalıdır. Ancak meraklılık çocukların doğuştan sahip oldukları bir kişilik özelliği değildir. Bağımsızlaşma süreçlerinin bir meyvesidir; başka bir deyişle, çocukları kendi ayaklarının üzerinde durabilen, herhangi bir bağa ihtiyaç duymadan da işlev görebilen, bağımsız bireylere dönüştürmekten sorumlu olan sürgündür.

Bağımsızlıklarına düşkün çocuklar genelde özel ilgi alanlarına sahip olur ve öğrenmeye doğuştan isteklidirler. Herhangi bir konuda içgörü elde etmekten ve bir şeyin nasıl işlediğini öğrenmekten büyük bir zevk alırlar. Öğrenme konusunda kendi hedeflerini belirlerler. Orijinal olmayı severler, kişiliklerine hâkim olmaya çalışırlar. Bağımsızlıklarını kazanmaya başlayan öğrenciler sorumluluk almayı sever, potansiyellerine ulaşmak için hareket eder.

Meraklılığa önem veren, soru sorulmasını teşvik eden ve çocukların ilgi alanlarını ön planda tutan öğretmenler için bağımsızlıklarını kazanmaya başlayan öğrencilere ders vermek büyük bir zevktir. Bu gibi çocuklar için en iyi öğretmenler, onlara akıl hocalığı yapan, ilgi duydukları şeylerin peşinden gitmelerini teşvik eden, tutkularını canlandıran ve eğitimlerinin kontrolünü kendilerine veren öğretmenlerdir. Bağımsızlıklarını kazanma sürecindeki öğrenciler okulda her zaman iyi bir performans sergilemiyorsa, bunun nedeni ne öğrenmek istediklerine dair kendi fikirlerinin olması ve öğretmenlerinin kendilerine empoze ettiği müfredatı hoş karşılanmayacak bir müdahale olarak görmeleridir.

Merak gelişim açısından bakıldığında bir lükstür. Önemli olan bağlanmadır. Güvenli ve sağlam bağlar kurma ihtiyacını gidermek için harcanan enerjinin bir kısmı serbest kalana dek, bilinmeyene doğru adım atılması gelişimin gündemine girmez. Bu yüzden akran yönelimi merakı öldürür. Akran yönelimli öğrencilerin zihinleri tamamen bağlanma sorunlarıyla meşguldür. Bilinmeyene ilgi duymak yerine, akranlarıyla kurdukları bağları güçlendirmeye hizmet etmeyen her şeyden sı-

kılırlar. Sıkıntı, akran yönelimli çocukların arasında salgın bir hastalık gibi yayılmıştır.

Merakla ilişkili bir sorun daha vardır. Merak, insanı akranların "havalı" dünyasında son derece kırılgan yapar. Meraktan gözlerin fal taşı gibi açılması, bir konu hakkında heveslenmek, bazı şeylerin nasıl işlediğine ilişkin sorular sormak veya orijinal fikirler üretmek çocukları akranlarının arasında alay konusu olma ve utanma riskiyle karşı karşıya bırakır. Akran yönelimli çocukların kırılganlıktan kaçınmaları hem kendi meraklarını köreltir hem de etrafındakilerin merakını kısıtlar. Çocuklarımızın akranlarına yönelmeleri, merakı yok olma tehlikesiyle karşı karşıya kalan bir kavrama dönüştürmüştür.

AKRAN YÖNELİMİ BÜTÜNLEŞTİRİCİ ZİHNİ KÖRELTİR

Bütünleştirici bir zihne –yani çelişen dürtüleri ve düşünceleri aynı anda barındırıp işleyebilen bir zihne– sahip olmak insanın kendi kendini motive etmesine yardımcı olur. Bütünleştirme yeteneği yeterince gelişmiş olan bir çocukta, okula gitmeyi istememek derslerinden geri kalma, sabahları yataktan kalkmayı istememek de geç kalma endişesi yaratır. İlgi eksikliğinden ötürü öğretmenlerine dikkat verememeleri başarılı olma arzusuyla ıslah edilir, itaatsizliğin olumsuz sonuçlar doğurabileceğinin farkında olmaları söylenenleri yapmaya direnç gösterme eğilimlerini zayıflatır.

Çocuklar bütünleştirici öğrenme için aynı anda iki farklı zihin yapısına tahammül edebilecek kadar olgun olmalıdır; zihinlerinde karışık duygular barındırabilmeli, alternatif düşünceler geliştirebilmeli ve arada sırada çelişki yaşayabilmelidir. Islah edici unsurun –öğrenmeyi engelleyen dürtülerin etkilerine karşı koyan bileşenin– var olabilmesi için çocukların ayrıca düzgün bağlar kurmuş olması gerekir. Derin duygular besleyebilmeli ve kırılganlığının farkına varabilmelidir. Örneğin, çocukların yetişkinlere, ebeveynlerinin ve öğretmenlerinin düşüncelerini ve beklentilerini umursayacak, onları üzmemeye

ve yabancılaştırmamaya dikkat edecek kadar bağlı olması gerekir. Öğrencilerin aldıkları eğitimle ilgili duygusal bir beklenti içinde olmaları, bir şeyler öğrenmek için heyecan duymaları gerekir. Çocukların kırılgan olmamaları ve umursamazlıkları öğrenme sürecini felç eder ve öğretmenlerinin onları eğitebilmelerini imkânsız hale getirir.

Öğrencilere ezbere dayalı eğitimden fazlasını verebilmemiz için bütünleştirici bir zekâya sahip olmaları gerekir. Problem çözme becerisini kazanabilmeleri için birden fazla boyutta işlem yapabilme becerisine sahip olmaları şarttır. Üstünkörü bilgiler edinmenin ötesine geçerek temaları keşfetmeleri, daha derin anlamları algılayabilmeleri, mecazi ifadeleri anlayabilmeleri ve bilginin temelinde yatan prensipleri ortaya çıkarabilmeleri gerekir. Öğrenciler yüklü miktarda bilgiyi damıtarak özüne ulaşabilmeli ve parçaları birleştirerek uyumlu bir bütün elde edebilmelidir. Somut düşüncenin ötesine geçebilmek bütünleştirici bir zekâya sahip olmayı gerektirir. Derinliği algılayabilmemiz için nasıl iki göze ihtiyaç duyuyorsak, derinlemesine öğrenmek de olaylara en az iki açıdan bakabilme yeteneğine sahip olmamızı gerektirir. Zihnin gözü tek olduğunda, derinlik veya perspektif algılanamaz, bilgiler sentezlenip damıtılamaz, daha derin anlamlar çıkartılıp gerçeğe ulaşılamaz. Bağlam dikkate alınmaz; figürler ve arka planlar arasında ayrım yapılmaz.

Ne yazık ki, öğrencilerin zeki olmaları otomatik bir şekilde bütünleştirici bir zekâya sahip oldukları anlamına gelmez. Bölüm 9'da da değindiğim gibi, bütünleyici işlevsellik olgunlaşmanın –akran yöneliminin duraklattığı sürecin– bir yan ürünüdür. Olgunlaşamayan kişilerin bütünleştirme yetenekleri de gelişmez.

Eğitim bilimi ve öğrencilere öğretilen müfredat tüm çocukların bütünleştirici yeteneklerinin gelişmiş olduğunu varsayar. Eğitimciler eksikliğin nerede olduğunu anlayamayınca, çocukların düşüncelerini ve davranışlarını ıslah etmek için mücadele ederken neyle karşı karşıya olduklarını da fark edemezler. Çocuklara zihinsel kapasitelerini aşan şeyleri yaptırtmaya çalışırız ve başarılı olamadığımızda da başarısızlığımızın fa-

turasını çocuklara kesip onları cezalandırırız. Bütünleştirici zihinlere sahip insanlar herkesin kendileriyle aynı şekilde düşünebildiğini varsayar. Ancak bu varsayım artık sınıflarımızda karşılaştığımız bazı öğrenciler için geçerli değildir. Bütünleştirici zekâya sahip olmayan çocuklara bu şekilde eğitim verilemez. Bu çocuklara farklı bir şekilde yaklaşılmalıdır. Akran yönelimli öğrencilerin öğrenme engelli –düşünceleri, duyguları ve davranışları ıslah edilmemiş– olma ihtimalleri yetişkin yönelimli öğrencilere oranla çok daha yüksektir.

AKRAN YÖNELİMİ DENEME YANILMA YÖNTEMİYLE ÖĞRENMEYİ TEHLİKEYE SOKAR

Öğrenmenin çoğu bir deneme ve yanılma sürecinin ardından adaptasyon geçirilmesiyle gerçekleşir. Yeni bir işe teşebbüs ettiğimizde, hata yaptığımızda, tökezlememize neden olan engellerle karşılaştığımızda veya yanıldığımızda bu deneyimlerimizden uygun sonuçlar çıkartır veya başkalarının bizim yerimize uygun sonuçlar çıkartmasına izin veririz. Başarısızlık öğrenme sürecinin önemli bir parçasıdır, düzeltme ise öğretimin temel aracıdır. Akran yönelimi yüzünden kırılganlıktan kaçınılması bu öğrenme anayoluna üç yıkıcı darbe vurur.

İlk darbe sürecin deneme kısmına iner. Yeni şeyler denemek riske girmeyi gerektirir: yüksek sesle okumak, fikir beyan etmek, bilinmedik alanlara adım atmak, fikirlerle deney yapmak. Bu gibi deneyler olası hatalarla, öngörülemez tepkilerle ve olumsuz yanıtlarla dolu bir mayın tarlasına benzer. Kırılganlık akran yönelimli çocukların çoğunun tecrübe ettiği gibi dayanılmaz boyutlara ulaştığında, bu tür risklere girilmesinin kabul edilebilir bir yanı olmadığı düşünülür.

İkinci darbe akran yönelimli çocukların hatalarından ders çıkarmalarını engeller. Hatalarımızdan ders çıkarabilmemiz için hata yaptığımızı fark edip başarısızlığa ulaştığımızı kabullenmemiz gerekir. Hatalarımızdan faydalanabilmemiz için sorumluluk almamız, yardıma, tavsiyelere ve düzeltmelere açık olmamız gerekir. Akran yönelimli öğrenciler kırılganlıkları-

na karşı savunmaya geçtiklerinden yine yaptıkları hataları kabullenemez ve başarısızlıklarının sorumluluğunu üstlenemez. Böyle bir öğrencinin girdiği bir sınavda aldığı not katlanamayacağı kadar düşük olduğunda, başarısızlığı için başka bir şeyi veya başka birini suçlama eğilimi gösterir. Veya bu sorunla yüzleşmemek için dikkatini başka bir yöne çevirir. Kırılganlığa karşı savunmaya geçen çocukların beyinleri kırılganlıklarını hissetmelerine yol açabilecek her şeyi, bu durumda yapılan bir hatanın veya bir başarısızlığın kabullenilmesini engeller. Böyle çocukların öğretmenleri veya ebeveynleri tarafından kibarca düzeltilmesi bile kendilerini yetersiz hissetmelerine, utanç duymalarına ve "bende kesin bir sorun var" gibi düşünceler beslemelerine yol açabilir. Bu gibi çocuklara nerede hata yaptıklarının gösterilmesi onların kaçamak tepkiler vermesine veya saldırgan tavırlar sergilemesine neden olabilir. Yetişkinler genelde bu tür tepkileri kabalık olarak yorumlar, ancak bu tepkilerin asıl amacı çocukların kırılganlıklarını hissetmelerini engellemektir.

Deneme yanılma yöntemiyle öğrenmeye vurulan üçüncü darbe de kırılganlıklarına karşı güçlü savunma mekanizmaları geliştiren çocukların bazı durumlarda boşa çaba sarf ettiklerini anlayamamasıdır. Daha evvel de belirttiğim gibi, beynin işlerin yolunda gitmediğini anlayabilmesi için hayal kırıklığının beyhudelik hissine dönüşmesi gerekir (bkz. Bölüm 9). Boşa çaba sarf edildiğinin anlaşılması adaptasyonla öğrenmenin özünü oluşturur. Duygularımız başarısızlıktan kaynaklanan üzüntümüzü veya hayal kırıklığımızı hissetmemize izin vermeyecek kadar katılaştığında, hatalarımızdan ders çıkartmayıp öfkemizi dışa vurarak tepki veririz. Bunu öğrenciler yaptığında, seçtikleri harici hedefler genelde "aptal" öğretmenleri, "sıkıcı" ödevleri veya zaman kıtlığı olur. Dahili hedef kendileri de olabilir ve bu durum tepkilerini "çok aptalım" gibi sözlerle ifade etmelerine sebep olabilir. Ancak ne olursa olsun, kızgınlık üzüntüye dönüşmez ve gerçekten boşa çaba sarf edildiğinin anlaşılmasıyla ilişkilendirilen duygular hiçbir zaman yüzeye çıkmaz. Çalışma alışkanlıkları değiştirilmez, öğrenme stratejileri geliştirilmez

ve engeller aşılmaz. Bu şekilde takılıp kalan çocuklar başarısızlıkla ve hatalarının düzeltilmesiyle başa çıkabilecek dayanıklılığı kazanamaz. Hayatlarında düzgün gitmeyen ne varsa sürekli olarak dönüp dolaşıp önlerine çıkar. Kliniğimde defalarca başarısızlığa uğramalarına rağmen sürekli aynı şeyleri yapmakta direten çocukların sayısının giderek arttığına tanık oluyorum.

AKRAN YÖNELİMİ ÇOCUKLARI BAĞLANMA ODAKLI ÖĞRENCİLERE DÖNÜŞTÜRÜR — YANLIŞ AKIL HOCALARINA BAĞLANMALARINI SAĞLASA DA

Bu bölümün başlarında da değindiğim gibi, gelişim açısından önemli olan dört temel öğrenme süreci vardır. Akran yöneliminin bunların üçünün –bağımsızlaşma sürecinde öğrenme, bütünleştirici öğrenme ve adaptasyon geçirerek öğrenme– üzerinde ne tür olumsuz etkiler yarattığına değindik. Öğrenciler bağımsızlaşma yolunda adım attıkları sürece, ilgi alanlarını ön plana çıkaran öğretmenler onlara eğitim verebilir. Bütünleştirici zihinlere sahip çocuklar problem çözerken değerlendirilmesi gereken çelişkili unsurlarla yüzleşebilir. Adaptasyon geçirerek öğrenen öğrencilere deneme yanılma yöntemiyle ve hatalarının düzeltilmesiyle eğitim verilebilir. Bu tür çocuklar bağlı olmadıkları kişiler tarafından da eğitilebilirler. Bu önemli öğrenme süreçleri baskılandığında, öğrenme tek bir dinamiğe bağımlı kalır: Bağlanmaya. Bağımsızlaşma, bütünleştirme veya adaptasyon süreçlerinden geçmeyi başaramayan öğrenciler, yalnızca işin içine bağlanma dinamiğinin bir şekilde dahil olmasıyla öğrenebilirler. Öğrenme arzuları içlerinden gelmeyebilir, ancak motivasyonları kendilerine eğitim veren yetişkinlere –okuldaki öğretmenlerine veya kendilerine evde eğitim veren ebeveynlerine, ya da akıl hocalığı yapan aile dostlarına– yakın olmayı istemelerini sağlayan güçlü dürtülerden kaynaklandığında, bu arzuları oldukça güçlü olabilir.

Bağlanma öğrenmeyle ilişkili süreçlerin açık ara farkla en

güçlüsüdür ve merakın veya hatalardan öğrenme kabiliyetinin yardımı olmadan da öğrenmenin gerçekleşmesi için tek başına yeterlidir. Bağımsızlaşma, bütünleştirme veya adaptasyon süreçlerinden geçmeyi başaramayan öğrenciler her zaman vardı. Bu öğrencilerin gerçek potansiyellerine ulaşmaları zor olsa da çoğu zaman iyi bir performans sergileyebilirler. Bağlanma odaklı öğrenciler bazı konularda diğer öğrencilerin olamadığı kadar motivasyon sahibi olabilir. Örneğin taklit ederek, örnek alarak, ezberleyerek ve ipuçlarına bakarak öğrenmeye daha yatkındırlar. Bağlanma odaklı öğrenciler ayrıca kendilerinden beklenen kriterleri sağlamak, onaylanmak, tanınmak ve statü sahibi olmak için çalışmaya istekli olur. Asıl sorun çocukların bağlanma odaklı öğrenmeyle kısıtlanması değil, kendilerine akıl verebilecek yetişkinler yerine akranlarına bağlanmalarıdır.

Örneğin, Ethan neredeyse tamamen bağlanma odaklı bir öğrenciydi. Bağımsızlaşma arzusu gelişmediği için aşina olmadığı şeylere pek fazla ilgi duymuyordu. Adaptasyon becerisi akranlarına yönelmeden önce bile asgari düzeydeydi. Bu yüzden Ethan yalnızca bağlanma aracılığıyla ve yalnızca kendine yakın hissettiği öğretmenler tarafından eğitilebilirdi. İkinci sınıfta, öğretmeniyle yakın bir ilişki kuramadığı zaman kötü bir deneyim yaşamıştı. Akranlarına yönelmesi onu bağlanma odaklı bir öğrenci yapmamıştı, ama bağlanma odaklı öğrenme yeteneğini neredeyse yok etmişti. Yalnızca bağlanma aracılığıyla öğrenmeye alışkın olan ve akranlarına yöneldikleri için içgüdüleri tarafından yanlış yönlendirilen çocuklar, doğuştan ne kadar büyük bir potansiyele sahip olsalar da öğrenme yeteneklerini büyük oranda kaybederler.

Öte yandan, Mia, akranlarına yönelmeden önce bağlanmadığı kişiler tarafından bile kolayca eğitilebiliyordu. Ancak akranlarına yöneldiğinde merakı ve bütünleştirici zihni köreldi ve deneme yanılma yöntemiyle öğrenme yeteneğini büyük ölçüde yitirdi. Akran yönelimi onu bağlanma odaklı bir öğrenciye dönüştürdü. Bundan sonra, Mia zekâsını yalnızca bir hedefe odaklayabildi: Arkadaşlarıyla daha yakın olmaya.

Bazı çocuklar, "aptallaşma" kararını kendi istekleriyle, ta-

mamen bilinçli bir şekilde verir. Fitness antrenörü olan yirmi dokuz yaşındaki Ross, öğrencilik dönemini hatırlayarak, "Altıncı ve yedinci sınıflarda her alanda sınıf birincisi oluyordum" dedi. "Her ödülü ben kazanıyordum. Sekizinci sınıfa geçtiğimde, on üç yaşımdaydım ve diğer çocuklar benimle alay etmeye başladı. Bir anda akıllı olmaktan çıktım, bir inek oldum. Bu hiç de havalı bir şey değildi. Ben sporcularla, popüler çocuklarla takılmak istiyordum. Diğerlerine uyum sağlamayı seçtim. Bunun için iyi notlar almadığımdan emin olmam gerekiyordu. Yüksek notlar almamak için matematik sınavlarımda kasten hatalar yapıyordum. Yıllar geçtikçe, bu çabalarım kötü çalışma alışkanlıklarına dönüştü ve lisenin son iki yılında, 'planım' tam anlamıyla başarıya ulaştı. Bu alışkanlıklarım üniversite yıllarında da devam etti ve üniversiteden hiçbir zaman mezun olamadım. Şu anda keşke ergenlik çağımda biraz daha dengeli olsaydım ve arkadaşlarımın benim hakkında ne düşündüklerini umursamasaydım diyorum."

AKRAN YÖNELİMİ DERSLERİ ÖNEMSİZ KILAR

Akran yönelimli çocuklar için dersler hiçbir anlam ifade etmez. Tarih, kültür, toplumsal tezatlar veya doğa harikaları onların ilgisini çekmez. Kimyanın arkadaşlıkla ne gibi bir ilişkisi olabilir? Biyoloji akranların arasındaki sorunların çözülmesine nasıl yardımcı olabilir? Matematiğin, edebiyatın, sosyal bilimlerin bağlanmayla ne ilişkisi olabilir? Ellili yılların sonlarında meşhur olan bir şarkının sözleri bunu mükemmel bir şekilde ifade eder: "Tarih hakkında pek bir şey bilmem, biyolojiyi hakkında pek bir şey bilmem... Ama seni sevdiğimi biliyorum (*Don't know much about history, Don't know much biology... But I do know that I loveyou*)."

Gençler tam da genç oldukları için resmi eğitime değer vermez. Eğitimin zihinleri ve kapıları açabileceğini, insanlık ve medenilik kazandırabileceğini anlamak için biraz olgunlaşmak gerekir. Öğrencilerin ihtiyaç duydukları şey eğitime değer ve-

ren insanlara değer vermektir. Bu şekilde en azından konu hakkında kendi fikirlerini üretebilecek kadar olgunlaşana dek onlara verdiğimiz ipuçlarını takip ederler. Akran yönelimli öğrenciler içgüdüsel olarak hayatlarındaki en değerli varlıkların arkadaşları olduğunu ve en önemli şeyin arkadaşlarıyla beraber olmak olduğunu düşünür. Ne kadar yanlış olursa olsun, insanlara içgüdülerinin kendilerini yanlış yönlendirdiğini anlatmak imkânsızdır.

AKRAN YÖNELİMİ ÖĞRENCİLERİ ÖĞRETMENLERİNDEN AYIRIR

Olgunlaşmamış gençler öğrenmelerine yardımcı olan bağlanma dinamiklerine bağımlıdır. Çocukların bağımsızlaşma, bütünleştirme ve adaptasyon becerileri ne kadar az gelişmişse, öğrenmek için bağlanma dinamiklerine o kadar çok bağımlı olurlar. Bölüm 5'te, bağlanmanın ebeveynlere ve öğretmenlere çocukların dikkatlerini üzerlerinde toplamaları, kendilerine saygı duymalarını ve kendilerinden etkilenmelerini sağlamaları için yardımcı olabileceğinden bahsetmiştim – bu süreçler çocukların eğitilebilmesi için hayati önem taşır. Yetişkin yönelimli çocuklar yönlerini bulmak ve yollarını kaybetmemek için yetişkinleri birer pusula iğnesi olarak kullanır. Bu tür çocukların sadakat duyduğu, örnek aldığı, otoritesine saygı gösterdiği, ilham kaynağı olarak gördüğü kişiler öğretmenleridir, akranları değil. Çocuklar öğretmenlerine bağlandıklarında, öğretmenleri çocukların davranışlarını şekillendirmek, onları doğru yola sevk etmek ve onlara toplumsal değerler aşılamak için doğal bir güç elde etmiş olur. Peki ama akran yönelimli çocuklara kim öğretmenlik yapar? Okullarının yönetim kurulları tarafından işe alınan öğretmenler değil. Çocuklar akranlarına yöneldiklerinde, en yoğun eğitim teneffüste, öğle yemeği saatinde, okul çıkışında ve ders aralarındaki boşluklarda gerçekleşir. Akran yönelimli çocukların öğrendikleri bilgiler öğretmenlerinden veya müfredattan gelmez. Bu tür çocukların kurdukları bağlar devletin onayladığı, üniversite eğitimi almış, eğitim kurumları tara-

fından atanmış eğitmenlere otomatik bir sadakat göstermelerini sağlamaz. Çocuklar çarpık bağlar kurduklarında, eğitmenler ne kadar iyi eğitim almış, kendilerini işlerine adamış ve saygıdeğer olsalar da, okuldaki öğretmenler bir anda etkisiz kılınır.

Burada öğretmenlerin iyi bir eğitim almalarının, deneyimli olmalarının, kendilerini işlerine adamış olmalarının, okullarda iyi bir müfredatla eğitim verilmesinin ve gelişmiş teknolojiler kullanılmasının değerini küçümsemiyoruz. Ancak, bu etkenler öğretmenlere işlerini yapabilmeleri için gerek duydukları gücü kazandırmaz. Çocuklar en iyi, öğretmenlerini sevdiklerinde ve öğretmenlerinin kendilerini sevdiklerini düşündüklerinde öğrenir. Çocukların zihinlerine giden yol her zaman kalplerinden geçmiştir.

Sanayi Devrimi'nden sonra, eğitime karşı genel olarak idealist bir yaklaşım sergilendi ve çocukların bağlanmadıkları öğretmenler tarafından bile eğitilebileceği varsayımında bulunuldu. Ancak, geçtiğimiz birkaç onyıl içinde geliştirilen bazı iyi niyetli ve üzerinde çok kafa yorulmuş eğitim yaklaşımları öğrenmeye etki eden bağımsızlaşma, bütünleştirme ve adaptasyon süreçlerinden istifade etmek için öğrencilere ilgi duydukları alanlara yönelmeleri, bireyselleşmeleri, etkileşim kurmaları ve seçim yapmaları için alan bırakmaya başladı. Bu yaklaşımlar sıklıkla başarısızlıkla sonuçlansa da, bunun nedeni hatalı olmaları değil, akran yöneliminin öğrencileri eğitmenlere karşı duyarsızlaştırmasından kaynaklanmaktadır. Akran yönelimli çocuklar yapıları gereği bağlanma odaklı öğrencilerdir ve bağımsızlaşma, bütünleştirme ve adaptasyon süreçleriyle öğrenme becerileri gelişmemiştir. Esas sorun, kurdukları çarpık bağların yanlış öğretmenlerden eğitim almalarını sağlamasıdır.

Eğitim sisteminin muhafazakâr muhalifleri modern, "aydın" eğitim yaklaşımlarının başarısızlıkla sonuçlanmaya mahkûm olduğunu ve çocukların zihinlerine anarşi, saygısızlık ve itaatsizlik tohumları ektiğini savunur. Birçoğu okyanus öbür tarafına bakarak Avrupa ve Asya kıtalarındaki nispeten daha otoriter ve katı yaklaşımları benimsememiz gerektiğini düşünür. Ancak, bu insanlar o geleneksel eğitim sistemle-

rinin yetişkinlerle çocukların aralarındaki bağların kısmen daha güçlü olduğu toplumlarda uygulandığını gözden kaçırırlar. Bu sistemlere geçerlilik kazandıran ve güç veren budur. Ayrıca, geleneksel hiyerarşik bağların çözülmesiyle bu eğitim sistemlerinin zayıf noktaları da gün yüzüne çıkmaktadır. Buna Japonya'da davet edildiğim, beklentileri karşılamakta zorlanan eğitim sistemlerinin sorunlarının irdelendiği bir eğitim konferansına uzman olarak katılma fırsatı bulduğumda bizzat tanık oldum. Görünüşe bakılırsa sanayileşmiş toplumların hiçbiri bu konudan azade değildir. Toplumlar ekonomiye kültürden daha fazla değer vermeye başladıklarında, çöküş kaçınılmaz olur ve bağlanma köyü parçalanmaya başlar. Otoriter eğitim sistemlerinin içinde ders veren öğretmenler öğrenmeye zemin hazırlayan etkenin zorlama değil, bağlanma olduğunu henüz anlayamamıştır. Eğitim sistemimiz her fırsatta bağımsızlaşma, bütünleştirme ve adaptasyon süreçlerinden yararlanmalıdır, ancak aynı zamanda bağlanma odaklı öğrencilerin ihmal edilmemesi için öğrenciyle öğretmen arasında bağlantı ve ilişki kurulmasına zemin hazırlayan bir güvenlik ağı örmelidir. Geçmişte uygulanan yöntemleri temel alan otoriter yaklaşımlar mevcut sorunlarımızı daha da kötüleştirmekten başka bir işe yarayamaz.

Akran yöneliminin eğitim sistemimize ne kadar zarar verdiğini göz önünde bulundurduğumuzda, büyük bir endişe içinde olmamız gerektiği, bu eğilimi tersine çevirmek veya en azından yavaşlatmak için yoğun bir çaba sarf ettiğimiz düşünülebilir. Ancak tam tersine eğitimciler ve ebeveynler olarak aslında bu soruna katkıda bulunuyor, büyümesini biz teşvik ediyoruz. Eğitime karşı sergilediğimiz "aydınlanmış" çocuk odaklı yaklaşımımız çocuklarımızı incelememize ve olanları olması gerekenlerle, arzularını da gereksinimleriyle karıştırmamıza yol açıyor. Çocukların en iyi öğrenme biçiminin akranlardan öğrenmek olduğunu ileri süren tehlikeli bir eğitim efsanesi yayılmaya başladı. Evet öğreniyorlar, ama bunun nedeni kısmen diğer çocukları yetişkinlerden daha rahat taklit edebilmeleri, çoğunlukla da çocuklarımızın akranlarına gereğinden fazla yönelmiş

olmasıdır. Ancak kendi düşüncelerini üretmelerinin değerini, bireyselliğin önemini, doğanın gizemlerini, bilimin sırlarını, insan varlığının ana temalarını, tarihten alınan dersleri, matematiğin mantığını veya trajedilerin özünü akranlarından öğrenemezler. Aynı şekilde, insanları diğer canlılardan ayırt eden özelliklerin ne olduğunu, nasıl daha insancıl olabileceklerini, kanunlara niçin ihtiyaç duyduğumuzu veya asil olmanın ne anlama geldiğini de öğrenemezler. Çocuklar akranlarından yalnızca nasıl diğer akranları gibi konuşabileceklerini, yürüyebileceklerini, giyinebileceklerini, davranabileceklerini ve görünebilecekleri öğrenebilir. Özetle, yalnızca akranlarına uyum sağlamayı ve onları taklit etmeyi öğrenirler.[2]

Akranlardan alınan eğitim öğrencilerin öğretmenlerine daha az bağımlı olmasına neden olur. Bu durum şüphesiz ki haddinden fazla çalışan bazı eğitimcilerin biraz olsun rahatlamasına olanak tanır. Ancak ne yazık ki öğrenciler bu şekilde gelişim kaydedemez. Pedagog kelimesi çocuk anlamına gelen pedo ve lider anlamına gelen agogos kelimelerinden türetilmiştir; başka bir deyişle, pedagog, çocuklara liderlik eden anlamına gelir. Öğretmenlerin öğrencilerine liderlik edebilmeleri için öğrencilerinin onları takip etmesi gerekir ve çocuklar yalnızca bağ kurdukları insanları takip eder. Görünüşe bakılırsa, giderek daha fazla öğretmen nasıl eğitim vermeleri gerektiği konusunda öğrencilerinden feyz almakta ve bu durum çocukları lider konumuna getirip pedagojinin ruhunu tehlikeye atmaktadır.

Akran yönelimi halihazırda oldukça güç olan gençleri eğitme görevini daha da zorlaştırır ve öğretmenlerin morallerini, stres seviyelerini, hatta fiziksel sağlıklarını olumsuz yönde etkiler. Akran yönelimi ayrıca öğrencilerin öğretmenlerinin gündemlerinde olan konulara direnç göstermelerini ve sürekli işleri yavaşlatmak için mücadele etmelerini sağlar. Sürekli dirençle karşı karşıya kalmak kafayı sıyırmanın garantili bir reçetesidir. Çocukları eğitirken daha sert davranmak çözüm değildir. Eğitim vermeyi kolaylaştırmanın tek yolu bağlanmayı ciddiye almaktır. Bir öğretmeni en çok öğrencilerinin zihinlerini açmak

tatmin edebilir. Ve öğrencilerimizin zihinlerini açabilmemiz için, ilk olarak gönüllerini kazanmamız gerekir.

Eğitim hakkında son bir söz söylemek istiyorum. Yaşadığımız özelleşme ve uzmanlaşma çağında, eğitim vermenin yalnızca öğretmenlerin görevi olduğunu düşünebiliriz. Ancak bağlanmanın öğrenmeye zemin hazırlamak ve akran yönelimini engellemek konusunda oynadığı rolleri göz önünde bulundurduğumuzda, gençlerin eğitilmesinin ebeveynler, öğretmenler ve gençlerle temas kuran tüm yetişkinler –ayrıca gençlerin içinde gelişip hayatı öğrendikleri toplumun ve kültürün yapısına şekil veren tüm insanlar– tarafından eşit bir şekilde paylaşması gereken toplumsal bir sorumluluk olduğunu görürüz.

Bölüm Dört

Çocuklarımıza Nasıl Tutunabiliriz (ya da onları nasıl geri alabiliriz)

14

Çocuklarımızı Yanımıza Çekmek

Şu ana dek bu kitapta toplumumuzun ebeveynlik içgüdüleriyle bağlantılarının kesildiğini gösterdik. Çocuklarımız artık kendi aralarında –birbirlerini olgunluğa eriştirme imkânı olmayan olgunlaşmamış varlıklarla– bağ kurmayı tercih ediyor. Şimdi de bu sorunu nasıl çözebileceğimizi inceleyeceğiz. Ebeveynler ve öğretmenler olarak, bize doğa tarafından bahşedilen, gençlerimize akıl hocalığı ve yetiştiricilik yapma rollerimizi nasıl yeniden üstlenebilir ve onlara kılavuzluk eden, örnek aldıkları birer lider olmayı nasıl yeniden başarabiliriz?

Bölüm 1'de de değindiğim gibi, ebeveynlik görevinin etkin bir şekilde yerine getirilebilmesi için uygun ortamın sağlanması, başka bir deyişle, bağlanma ilişkilerinin kurularak güçlendirilmesi gerekir. Kültür ve bu kültüre üye olan bireyler olarak, istemeden de olsa, akran yöneliminin bunu bozmasına izin verdik. Artık bu ortamı eski haline getirme vakti geldi. Bunun için gündemimizin en üst sırasına çocuklarımızı yanımıza çekmeyi yerleştirmeliyiz; onları kanatlarımızın altına alıp, bize ait olmayı ve yanımızda kalmayı istemelerini sağlamalıyız. Ebeveynler olarak artık eski günlerdeki gibi çocuklarımızın bizimle küçük yaşlarda kurdukları güçlü bağların ihtiyaç duyduğumuz sürece kopmayacağı varsayımında bulunamayız. Çocuklarımıza karşı ne kadar büyük bir sevgi duysak da ya da ebeveynlik görevlerimizi yerine getirirken ne kadar iyi niyetli olsak da, geldiğimiz noktada geçmişte çocuk yetiştirmiş ebeveynlerden çok daha küçük bir hata yapma payına sahibiz. Büyük bir rekabetle karşı karşıyayız. Günümüzde hüküm süren kültürel kaos ortamının olumsuz etkilerini bertaraf edebilmemiz için çocuklarımız ba-

ğımsız birer birey olarak kendi ayaklarının üzerinde durabilecek yaşa gelene dek onları bıkıp usanmadan her gün tekrar tekrar yanımıza çekmeye çalışmalıyız. İşin iyi yanı doğanın –doğamızın– bize bunu nasıl yapacağımızı gösteriyor olmasıdır.

İnsanlar tıpkı arılar, kuşlar ve diğer birçok canlı gibi birbirlerinin bağlanma tepkilerini uyandırmak için içgüdüsel davranışlar sergiler. İnsanların da diğer bireylerin ilgisini çekmek ve onlarla bağ kurmak için kullandığı bir tür kur yapma dansı vardır. Bu dansın en az üretmemize yardımcı olmak kadar önem arz eden bir diğer işlevi de çocuklarımızı yanımıza çekmemizi sağlamasıdır. Yetişkinler bebeklerin yanındayken, kendi bebekleri olmasa bile, kur yapma içgüdüleri neredeyse otomatik bir şekilde devreye girer; gülümserler, başlarını sallarlar, gözlerini açarlar, sevgi gösterisinde bulunduklarını gösteren sesler çıkartırlar vs. Ben bu tür davranışlara *bağlanma* veya *yakınlaşma dansı* adını vermeyi uygun gördüm.

Eğer bağlanma dansı doğamızın bir parçasıysa, ihtiyaç duyduğumuzda çocuklarımızı yanımıza çekmek konusunda herhangi bir sorun yaşamamamız gerektiğini düşünebilirsiniz. Ancak ne yazık ki işler bu şekilde yürümez. Bu dansın tüm adımlarını doğuştan bilsek de sezgilerimizle bağlantı kuramadığımızda bu dansı icra edemeyiz. Birçok ebeveynin çocuklarını yanlarına çekme içgüdüleri bebeklik döneminin geride bırakılınca bir daha tetiklenmez, özellikle de sevimli bebeklerin aksine bize bağlanmak için aktif bir çaba sarf etmeyen çocuklar söz konusu olduğunda. Çocuklarımızı günümüz kültürünün sunduğu sayısız dikkat dağıtıcı ve cezbedici unsurdan uzaklaştırarak yanımıza çekmek için bu yakınlaştırma içgüdülerimizin farkına varıp onları bilinçli bir şekilde kullanmamız gerekir. Ebeveynlik görevlerimizi yerine getirirken veya çocuklarımıza eğitim verirken bu içgüdülerimizi, tıpkı çekici bularak ilişki kurmak istediğimiz yetişkin bir partnerin ilgisini çekmek için kur yapma becerilerimizi kullandığımız gibi, amaçlarımız doğrultusunda kullanmamız gerekir.

Yetişkinlerin bebeklerle etkileşim kurduklarını gözlemlediğimde, bağlanma dansının dört farklı adımdan oluştuğu-

nu gördüm. Bu adımlar belirli bir sırayı takip eder ve insanların kur yaparken kurdukları tüm etkileşimler için temel bir örnek oluştururlar. Bu dört adım bize bebeklik döneminden sonra ve ergenlik çağı boyunca çocuklarımızı yanımıza çekme görevini yerine getirirken izlememiz gereken sıralamayı sunar.

Cana Yakın Tavırlar Sergileyerek Çocuklarınızla Yüz Yüze Gelin ve Alanlarına Girin

Bu ilk adımın amacı çocukların bakışlarını üzerimize çekmek, gülümsemelerini ve eğer mümkünse, başlarını eğerek bize selam vermelerini sağlamaktır. Bebekler söz konusu olduğunda, niyetlerimiz genelde tüm çıplaklığıyla ortada olur; kendimizi istenen etkiyi elde edebilmek için şekilden şekle girerken buluruz. Ancak çocuklarımız büyüdüğünde, onları yabancılaştırmamak için niyetlerimizi tüm açıklığıyla belli etmememiz gerekir. Örneğin, çoğumuz satıcıların abartılı yakınlaşma çabalarından ve potansiyel müşterileriyle gereğinden fazla samimi olduklarını varsaymalarından rahatsız olmuşuzdur.

Konu bebekler olduğunda, bu yakınlaşma etkileşimi başlı başına bir deneyimdir. Başarılı olduğunda ebeveynleri derinden tatmin eder, başarısız olduğunda ise büyük bir hayal kırıklığına uğratır. Gizli bir gündemi yoktur; bebeğe hiçbir şey "yaptırtmaya" çalışmıyoruzdur. İlişki kurmak başlı başına bir iştir ve bebeklik döneminden sonra ve çocukluk dönemi boyunca da öyle kalmalıdır. Ebeveynlik stratejilerine çok fazla önem yüklendiği günümüzde, genelde nereye gitmemiz gerektiğine değil, ne yapmamız gerektiğine odaklanırız. Çocuklarımızla aramızda kurulan tüm bağların başlangıç noktası ve birincil hedefi ilişkinin kendisi olmalıdır, hareketler veya davranışlar değil.

Çocuklar büyüdükçe, onlarla genelde yalnızca işler ters gittiğinde yüz yüze geliriz. Bu eğilim genellikle çocukların hareketlendiği emekleme çağında, ebeveynlerin çocuklarını olası tehlikelere karşı korumak için daha fazla çaba sarf etmeye başladıkları dönemde başlar. Yapılan araştırmalardan biri, bu ha-

reketli keşif döneminin başlangıcında, annelerin sergiledikleri davranışların yüzde 90'ının çocuklara sevgi göstermek, onlarla oyun oynamak ve çocukların bakımıyla ilgili diğer işlerle meşgul olmaktan oluştuğunu ve yalnızca yüzde 5'inin emekleme çağındaki çocukların faaliyetlerini engellemeye yönelik davranışlar olduğunu ortaya koymuştur. Ancak izleyen aylarda bu tabloda radikal bir değişiklik olduğu gözlemlenmiştir. Çocuklar meraklarının uyanması ve dürtüselliklerinin artmasıyla ebeveynlerin kendilerini engellemeye yönelik davranışlar sergilemesini zorunlu kılan birçok farklı duruma düşer. Emekleme çağında olan on bir ila on yedi aylık çocuklar ortalama her dokuz dakikada bir ebeveynlerinin engelleyici davranışlarına maruz kalır.[1] Burada hedef, çocuklarla duygusal yakınlık kurmak değil, onların davranışlarını düzeltmek ve onlara yol göstermektir. Aşağı yukarı aynı dönemde veya biraz sonrasında, yakınlaşma içgüdülerimizi bir kenara koyarız. Aynı şekilde, yetişkin ilişkilerinde de ilişkinin sağlam temellere oturduğu anlaşıldığında, kur yapma davranışları bir anda yok olur. İlişkilerimizi kanıksar, bize bahşedilmiş bir hak olarak görmeye başlarız. Bu ihmal yetişkinlerle kurduğumuz ilişkilerde de ufak tefek sorunlar çıkartabilse de çocuklarla aramızdaki ilişkilerde büyük bir felaketle sonuçlanabilir. Çocuklarımızın sağlıklı ve güvende olduklarından emin olmamız gerektiği gibi, onlarla sürekli sıcakkanlı ve davetkâr bir şekilde yüz yüze gelip, onları aramızdaki ilişkiye sırtlarını dönmesinler diye baştan çıkarmamız gerekir.

Çocuklar büyüdükçe temas kurmaktan çekinmeye başlar; üstesinden gelmemiz gereken zorluk da onlarla cana yakın bir şekilde yüz yüze gelmekten, cana yakın bir şekilde "alanlarına" girmeye dönüşür. Bu daha zorlu bir görevdir, bunu yaparken her zaman çocuklarımızı yanımıza çekme hedefine odaklanmamız gerekir. On dört yaşındaki David'in babası "Doğru" diye itiraf etti. "Kızımla nasıl konuştuğuma baktığımda, çoğu zaman ona bir şeyler yaptırtmak, bir şeyler öğretmek veya bir şe-

kilde davranışlarını değiştirmek için konuştuğumu görüyorum. Konuşmalarım pek de onunla beraber vakit geçirmekten keyif almamla ilişkili olmuyor."

Yakınlaşma dansı kısa vadeli davranış hedeflerine odaklandığımızda evrimleşemez. Odağımızı uzun vadeli, tatmin edici bir ilişki kurma hedefine çevirerek, bizi bu hedefimize ulaştıracak adımları içimizde keşfedebiliriz. Bir süre boyunca atıl kalmış olsalar da, içgüdülerimizin ve sezgilerimizin yanımızda olduğunu bilerek cesaretlenebiliriz. Kendinize deney ve keşif yapma olanağı tanıyın. Bu bir deneme yanılma sürecidir, bir davranış kuralı değil. Bu sürecin sonunda, her çocuk için farklı bir dans ortaya çıkacaktır.

Herhangi bir ayrılık sürecinden sonra çocuklarımızı yanımıza çekmemiz özellikle önem arz eder. Birçok kültür yakınlaşma içgüdüsünden doğan bağlanma ritüellerine sahiptir. Bunların en sık rastlananı, her türlü etkileşimin başarıya ulaşmasının önşartı olan selamlaşma ritüelidir. Bir selamlaşma ritüeli, gerektiği gibi yerine getirildiğinde, karşılıklı olarak göz teması kurulmasına, gülümsenmesine ve başların eğilmesine yol açar. Bu adımı atlamak ağır bedeller ödememize neden olabilen bir hataya dönüşebilir. Bazı kültürlerde, mesela Provence Bölgesi'nde ve bazı Latin Amerika ülkelerinde, çocuklara selam verilmesi bir âdettir ve herkesin bunu yapması beklenir. Bizim toplumumuzda, başkalarının çocukları bir yana, çoğu zaman kendi çocuklarımıza bile selam vermeyiz. Çocuklarımız ayrı kaldığımız süreçlerin ardından aramızdaki bağları yeniden güçlendirmek için herhangi bir girişimde bulunmadıklarından, bizim onlara el uzatmamızın pek de önemli olmadığını düşünebiliriz. Hiçbir şey gerçeklerden bu kadar uzak olamaz. Bu durumu mutlaka kendi isteğimiz ve girişkenliğimizle telafi etmemiz gerekir.

Çocuklarımızdan ayrı kalmamızın en bariz nedenleri okul veya işle ilgili sorumluluklarımız olsa da onlarla birçok farklı nedenden dolayı da ayrı kalabiliriz. Bazen ayrı kalmamız çocuğumuzun televizyon izlemek, oyun oynamak, kitap okumak veya ödev yapmak gibi faaliyetlerle meşgul olmasından kay-

naklanır. Herhangi bir ayrılık sürecinin ardından bir araya geldiğimizde ilk iş aramızdaki bağlantıyı yeniden kurmaya çalışmalıyız. Çocuklarımızı yeniden kendimize yaklaştırmayı başaramazsak, neredeyse hiçbir çabamızdan sonuç alamayız. Örneğin, çocuklarımız tüm dikkatlerini vererek televizyona odaklanmışken onlara herhangi bir talimat vermemiz faydasız olacak ve moralimizi bozacaktır. Bu gibi durumlarda, onları akşam yemeğine oturmak için masaya çağırmadan evvel, yanlarına oturup elimizi omuzlarına koyarak etkileşimde bulunmamız faydalı olacaktır. Bu etkileşimlere bir miktar göz teması da eklememiz gerekir. "Merhaba. Güzel bir program mı? İlginç görünüyor. Ama şimdi masaya oturma vakti geldi."

Uyku yüzünden ayrı kaldıktan sonra çocuklarımızı yanımıza çekmek de oldukça önemlidir. Yetişkinler çocuklarıyla düzgün bir şekilde yakınlaşmadan önce ebeveynlik yapmaya kalkışmasa, sabahları birçok ailenin evinde farklı bir ortam oluşurdu. Oğullarımız küçükken sabah ısınması olarak adlandırdığımız faydalı bir gelenek geliştirmiştik. Evden iki tane rahat koltuk seçtik, onlara da ısınma koltuğu adını verdik. Çocuklarımız uyandıktan hemen sonra, onları eşim Joy ile beraber kucağımıza alıp bizimle göz teması kurup gülümsemeye ve başlarını eğmeye başlayana kadar onlarla oynayıp şakalaşırdık. Bundan sonra, her şey çok daha pürüzsüz bir şekilde yürürdü. Doğrudan yüksek viteste ebeveynlik yapmaya girişmektense, her sabah on dakika erken kalkıp bu yakınlaşma ritüelini yapmamızın birçok faydasını gördük. Çocuklar güne birinci viteste başlamak için tasarlanmıştır, kaç yaşında ve ne kadar olgun olursa olsunlar.

Özetle, günlük hayatlarımızda çocuklarımızla yakınlaşmamızı sağlayacak çeşitli rutinler geliştirmeliyiz. Buna ek olarak, herhangi bir duygusal ayrılığın ardından da çocuklarımızla yeniden bağlantı kurmamız özellikle çok önemlidir. Bir kavganın veya tartışmanın, ayrılığın, yanlış anlamanın veya öfkelenmenin ardından bağlanma hissi zedelenebilir. Psikolog Gershon Kaufman'ın "kişilerarası köprü" adını verdiği bağı daha yeniden kurmamışken ebeveynlik görevimizi yerine getirebilme-

mize olanak tanıyan ortam var olmaz. Bu köprüyü yeniden inşa etmek bizim sorumluluğumuzdur. Bunu çocuklardan bekleyemeyiz; bu köprünün ne işe yaradığını anlayabilecek kadar olgun değildirler.

Kendilerine ait olmayan çocukların sorumluluğunu üstlenen öğretmenlerin ve/veya diğer yetişkinlerin ilk işleri söz konusu çocuklarla yakınlık kurmak olmalıdır. Önceden yakınlık kurmadığımız çocuklara bakmaya veya onlara eğitim vermeye çalıştığımızda, yabancıların taleplerine ve talimatlarına direnmelerini sağlayan doğal içgüdülerine karşı gelmiş oluruz.

Usta öğretmenleri diğerlerinden ayıran en önemli özellik, kuşkusuz, usta öğretmenlerin çocuklarla yakınlık kurmasıdır. Küçükken ilk öğretmenim Bayan Ackerberg ile yaşadığım deneyimi hiç unutmayacağım. Annem beni birinci sınıfın ilk gününde dersliğin kapısına bıraktığında, bu harika, güler yüzlü kadın, diğer çocukların dikkatimi dağıtmasına fırsat vermeden, sınıfın diğer ucundan süzülerek yanıma geldi, bana adımla hitap ederek, dostane bir şekilde selam verdi, sınıfında olduğum için mutlu olduğunu söyledi ve bana beraber çok güzel bir yıl geçireceğimize dair güvence verdi. Beni yanına çekmesi pek uzun sürmedi. O andan itibaren, tamamen ona ait olduğumu hissettim ve başka bağlar kurmaya ihtiyaç duymadım. Kimseye ihtiyaç duymuyordum; biri beni zaten sahiplenmişti. Beşinci sınıfa kadar başka hiçbir öğretmenim beni yanına çekmedi. Aradaki yıllar eğitimim açısından biraz yalnız bir deneyimdi.

Çocuklara Tutunabilecekleri Bir Şeyler Sunun

Bir sonraki adımın temelinde yatan prensip basittir: Çocukların bağlanma içgüdülerini harekete geçirmek için onlara bağlanabilecekleri bir şey sunmamız gerekir. Mesela, bebeklerin avuçlarının içine bir parmağımızı koymamız böyle bir şeydir. Bebeklerin bağlanma beyinleri bizimle bağ kurmaya açık olduğunda, parmaklarımızı kavrarlar; açık olmadığında ise, ellerini geri çekerler. Bu dizin altına vurulduğunda bacağımızın kasılmasını sağlayan istemsiz bir kas refleksi değil, doğuştan

sahip olduğumuz, beslenme ve sarılma gibi faaliyetlere olanak tanıyan bir *bağlanma refleksidir.* Bu refleksler bağlanma içgüdülerinin faaliyette olduğuna işaret eder. Bu refleksleri sergileyen çocuklar yetiştirilmeye hazırdır.

Yetişkinler de çocuklar da ne olup bittiğini bilmez ve anlamaz. Bu basit parmak kavrama hareketi tamamen bilinçsizce kurulan bir etkileşimdir ve amacı bağlanma içgüdülerini faaliyete geçirerek çocukların bize tutunmalarını sağlamaktır. Bu durumda bebekler bize fiziksel anlamda tutunmuş olur, ancak bu etkileşimin temel hedeflerine yetişkinlerle bebeklerin arasında duygusal bir bağ kurulması da dahildir. Parmağımızı bir çocuğun avucuna yerleştirdiğimizde, aslında çocuğu bizimle bağ kurmaya davet etmiş oluruz. Dolayısıyla da aramızdaki dans yaptığımız bu davetle başlar.

Çocuklar büyüdükçe, bu uygulamanın amacı çocuklara fiziksel anlamda tutunabilecekleri somut şeyler sunmak yerine, mecazi anlamda tutunabilecekleri soyut şeyler sunmaya odaklanmalıdır. Çocuklara sıkıca tutunabilecekleri, değer verebilecekleri, yabana atmayacakları ve hiçbir zaman bırakmak istemeyecekleri bir şeyler sunmamız gerekir. Ancak onlara sunduğumuz her şey bizden gelmeli veya bu şeyleri onlara sunabilmeye yetkimiz olmalıdır. Çocuklarımız sunduğumuz şeylere tutunduklarında, bize de tutunmuş olacaktır.

Dikkat ve ilgi, bağların kurulması için güçlü bir altyapı oluşturur. Sevgi gösterileri güçlü hisler uyandırır. Araştırmacılar duygusal yakınlığın, beraber vakit geçirmekten keyif ve haz alınmasının bağlanma içgüdülerini faaliyete geçiren en etkin unsurların başında olduğunu keşfetmiştir. Gözümüzde bir parıldama, sesimizde de sıcaklık olduğunda, çoğu çocuğun geri çevirmeyeceği bir bağlanma daveti uzatmış oluruz. Çocuklarımıza gözümüzde önemli olduklarını gösteren işaretler sunarsak, onlar da bizde özel bir yerlerinin olduğunu, hayatımızda değerli olduklarını anlar ve bu bilgiye tutunma eğilimi gösterirler.

İş, kendi çocuklarımıza geldiğinde, bu yöntemin fiziksel bileşeni daha da ön plana çıkar. Sarılma ve kucaklama eylemleri çocukların bize tutunmasını sağlamak için tasarlanmıştır ve

sarılma eylemi sona erdikten sonra da çocukların içini ısıtabilir. Günümüzde psikolojik tedavi gören yetişkinlerin çoğunun çocukluk dönemlerinde ebeveynlerinin kendilerine yeterince fiziksel yakınlık göstermediğinden yakınmaları şaşırtıcı bir durum değildir.

Fiziksel temasın oldukça tartışmalı bir konu haline geldiği günümüz şartlarında öğretmenlerin sıklıkla öğrencilerle nasıl bağ kurabileceklerine ilişkin sorular sorduğuna şahit oluyorum. Dokunma beş duyumuzdan biridir; duyular ise bağlanmanın altı yolundan biri. (Bağlanmanın altı yolu hakkında daha fazla bilgi edinmek için, bkz. Bölüm 2.) Dokunma önemli olsa da dokunmanın çocuklarla bağ kurmak için kullanabileceğimiz tek yöntem olmadığını aklımızdan çıkarmamamız gerekir.

Kırılganlık gerektiren bir yolla bağlanmaya karşı kendisini koruma altına almış bir çocukla bağ kurabilmek için ona kırılganlığını hissettirmeyecek şeyler vermeye çalışabiliriz; örneğin, gençlerin zihinlerinde "seninle birbirimize benziyoruz" hissi yaratabileceğimiz veya onların tarafını tutarak onlara sadakatimizi gösterebileceğimiz fırsatları değerlendirmeye odaklanabiliriz. Genç suçlularla yaptığım çalışmalarda, işime neredeyse her zaman bu noktadan başlarım. Bu bazen ikimizin de mavi gözlü olduğunu, ortak bir ilgi alanımız veya yanımız olduğunu fark etmek kadar kolay olur. En önemlisi, çocukların tutunabilmesi için yetişkinlerin önceden onlara bir şeyler sunması gerektiğinin göz ardı edilmemesidir.

Çocuklara verebileceğimiz en değerli hediye onları yanımızda oldukları gibi davranmaya davet etmek ve onlara varlıklarından hoşnut olduğumuzu ifade etmektir. Bu daveti çocuklara iletmenin binlerce yolu vardır: el kol hareketleriyle, kelimelerle, sembollerle ve hareketlerle. Çocuklar istendiklerini, özel ve önemli olduklarını, kendilerine değer verildiğini, takdir edildiklerini, özlendiklerini ve yanlarında olmaktan memnuniyet duyduğumuzu bilmelidir. Çocukların bu davetimizi kabul edebilmeleri –buna inanmaları ve fiziksel olarak yanlarında olmadığımızda bile tutunabilmeleri– için bu davetin samimi ve ko-

şulsuz olması gerekir. Bölüm 17'de, etkili terbiye yöntemlerinden bahsettiğimde, çocukların ebeveynlerinden ayrı bırakılarak cezalandırılmalarının ne kadar zarar verici olduğunu göreceğiz. Sıklıkla uygulanan, ama oldukça zarar verici olan bu yöntem, aslında çocuklara değer yargılarımıza uydukları ve beklentilerimizi karşılayabildikleri sürece yanımızda olabilecekleri – başka bir deyişle, aramızdaki ilişkinin çeşitli koşullara bağlı olduğu– mesajını gönderir. Ebeveynler olarak aşmamız gereken asıl engel çocuklara geri çeviremeyecekleri kadar arzu duydukları ve önem verdikleri bir davet, akranlarının hiçbirinin kendilerine sunamayacağı türden sevgi dolu bir kabullenme ortamı sunmaktır. Kendilerine hediye ettiğimiz koşulsuz sevgiye tutunan çocuklar, duygusal anlamda bize de tutunmuş olur; bu tıpkı bebeklerin ebeveynlerinin parmaklarını avuçlarının içinde sıkmasına benzer.

Çocukların bize bağlanmaları için onlara yaptığımız tekliflerin içimizden geldiğine ikna olmaları gerekir. Mantığa aykırıymış gibi gelse de –sebeplerini birazdan açıklayacağım– çocuklara bir ritüelin parçası veya bir doğum günü hediyesi olarak ya da elde ettikleri bir başarıyı ödüllendirmek için bekledikleri şeyleri verdiğimizde bize yakınlaşmalarını sağlayamayız. Bu meseleyi ne kadar büyütürsek büyütelim, bu gibi durumlarda verdiklerimizi genelde ilişkimizden çok içinde bulundukları durumlarla veya etkinliklerle ilişkilendirirler. Bu tür armağanlar onları hiçbir zaman tatmin etmez. Çocuklar ister fiziksel olsun ister duygusal, almayı bekledikleri hediyeleri elde edince sevinebilir, ancak bu hediyeler bağlanma gereksinimlerini doyurmaz.

Çocukların taleplerini yerini getirerek aramızdaki bağların kuvvetlenmesini sağlayamayız, bunlar ister onlara dikkatimizi vermemizi, ister sevgi göstermemizi, ister onları kabullenmemizi isterse de onlara önem vermemizi sağlamaya yönelik talepler olsun. Gerçekten gereksinim duyduklarını ifade ettikleri şeyleri çocuklarımızdan esirgememiz aramızdaki ilişkilere zarar verebilse de çocukların her isteklerinin karşılanmasının ilişkinin güçlendirilmesiyle karıştırılmaması gerekir. Bir çocu-

ğu yanımıza çekerken bir girişimde bulunmak ve sürpriz yapmak hayati önem taşır. Çocuklara tutunabilecekleri şeylerin en beklemedikleri zamanlarda sunulması en büyük etkiyi yaratır. Eğer sunduklarımız bir şekilde kazanılabiliyorsa veya çocuklar tarafından bir tür ödül olarak algılanıyorsa, aramızdaki bağları güçlendirme işlevi görmeyecektir. Bağlanma hediyelerimiz çocuklarımıza sunduğumuz temel davetin bir uzantısı olmalıdır. Dansın bu adımı çocuklara karşı verilen bir tepki değildir. Bu defalarca tekrarlanan bir ilişki kurma eylemidir. Bu çocuklarımızı hayatlarının en önemli dansına –bağlanma dansına– kaldırmak için uzattığımız bir davettir. Bu noktada yine çocuklarımıza varlıklarından hoşnut olduğumuz mesajını iletmemiz gerekir; bizden herhangi bir talepte bulundukları bir zamanda değil, talepte bulunmadıkları bir anda. Varlıklarından hoşnut olduğumuzu el, kol ve baş hareketlerimizle, ses tonumuzla, onlara gülümseyerek, sarılarak, beraber bir etkinlik yapmayı tavsiye ederek veya gözümüzün parıltısıyla belli edebiliriz.

Ayrıca birçok insan çocukların taleplerine boyun eğmemizin onları "şımarttığına" inanır. Bu korkuların temeli oluşturan inançlarda bir gram bile doğruluk payı yoktur. Bazı ebeveynler çocuklarına yeterince dikkat vermediklerini, onlarla yeterince sıkı bağlar ve gerektiği kadar temas kurmadıklarını düşünerek çocuklarının taleplerini gelişigüzel bir şekilde karşılamayı seçer. Gereken ortam sağlanmadığında her şey bozulabilir. Örneğin, etleri dolaba koymadığımızda bozulabilirler. Benzer bir şekilde, çocukların şımarmasına neden olan en önemli unsur da onların her taleplerinin yerine getirilmesi veya onlara hediye verilmesi değil, gerçek gereksinimlerinin göz ardı edilmesidir. Eşyazarımın yeni anne olan yeğenine doğum yaptığı hastanedeki hemşire tarafından bebeğini kollarında çok uzun bir süre boyunca tutmaması gerektiği, aksi halde bebeğin "şımaracağı" söylenmiş. Tam tersine, şımarma, bebeğe yakınlık göstermemenin sonucunda gerçekleşir. Anne, zekice davranarak bu "profesyonel" tavsiyeye kibarca kulak asmamayı tercih etmiş. Ebeveynlerinin bebekleriyle veya çocuklarıyla içinden geldiği şekilde temas kurması söz konusu çocukların büyüyünce aşırı

derecede talepkâr olmalarına sebep olmaz.

Aşırı derecede güvensiz çocukların yetişkinlerin vakitlerini ve dikkatlerini üzerlerine toplamak için son derece talepkâr olabildikleri doğrudur. Bu durumda ebeveynler çocuklarına daha fazla yakınlaşmaktansa, biraz mesafeli davranıp rahat bir nefes almak isteyebilir. İşin ilginç yanı çocukların taleplerini karşılamak için verilen dikkatin hiçbir zaman tatmin edici olmamasıdır: Çocukların zihinlerinde ebeveynlerinin yalnızca taleplere tepki verdiğine ve onlarla kendi istekleriyle ilgilenmediklerine dair belirsizlik oluşturabilir. Talepler kendilerini doğuran temel duygusal gereksinimler karşılanmadıkça sürekli olarak artar. Bunun çözümü anı yakalamak ve onları talep etmedikleri bir anda temas kurmaya davet etmektir. Veya ebeveynler çocuklarının taleplerini karşılarken inisiyatiflerini kullanıp bu taleplere çocuklarının beklemedikleri kadar yoğun bir ilgi ve alaka gösterebilir: "Hımm, bu harika bir fikir. Ben de nasıl beraber daha fazla vakit geçirebiliriz diye düşünüyordum! İyi ki aklına geldi." Bu durumda çocukları şaşırtır, davet edilenin kendileri olduğunu düşünmelerini sağlarız.

Çocuklarımızı onlara övgüler yağdırarak da yanımıza çekemez veya onlara tutunabilecekleri bir şeyler veremeyiz. Övgü dolu sözler genelde çocukların yaptıklarıyla ilişkilidir ve bu yüzden de bir tür hediye sayılmazlar ve bu sözleri söylemek öylece içimizden gelmez. Övgü dolu sözler yetişkinlerden değil, çocukların başarılarından kaynaklanır. Çocuklar övgülere tutunamaz, çünkü övgülerin yaşadıkları her başarısızlıkla geçerliliğini yitirme ihtimali vardır. Çocuklar övgü dolu sözlere tutunsalar bile, kendilerini öven kişilere değil, bu sözlerin kendilerine söylenmesini sağlayan başarılarına tutunmuş olurlar. Övgü bazı çocuklarda ters tepkiler yaratabilir. Övülen davranışlarının zıddını sergileyebilir veya beklentileri karşılayamayacaklarından endişe duyarak geriye çekilip ilişkilerini sonlandırmayı tercih edebilirler.

Burada çocuklara hiçbir zaman övgü dolu sözlerin söylenmemesi gerektiğini mi savunuyoruz? Tam aksine, diğer insanların bir şeylerin yolunda gitmesi için sundukları kişisel katkı-

ları, harcadıkları çabaları veya enerjiyi takdir etmemiz aramızdaki ilişki –her türlü ilişki– açısından fayda sağlayacak, karşılıklı olarak duyulan sevgiyi pekiştirecek ve olumlu sonuçlar doğuracaktır. Burada vurgulamak istediğimiz asıl konu övgülerin abartılmadığından ve çocuklarımızın motivasyonlarının diğer insanların kendilerini takdir etmelerine veya kendileri hakkında iyi düşünceler beslemelerine bağımlı olmadığından emin olunması gerektiğidir. Çocuklarımızın kendi gözlerinde nasıl bir imaja sahip oldukları, elde ettikleri başarılar veya uyumlu davranışlar yüzünden takdirimizi kazanıp kazanmamalarına bağlı olmamalıdır. Çocukların gerçek özsaygılarının temeli ebeveynlerinin kendilerini oldukları gibi kabul ettiklerini, sevdiklerini ve onlarla beraber vakit geçirmekten hoşlandıklarını hissetmelerine dayanır.

Çocuklarınızı Size Bağımlı Olmaya Davet Edin

Yeterince büyüyen bebekleri bize bağımlı olmaya davet etmek için kollarımızı onları kucağımıza alacakmış gibi uzatıp, hareketimizi tamamlamadan evvel bize tepki vermelerini bekleriz. Bağlanma içgüdüleri yeterince faal olduğunda, kollarını yukarıya kaldırarak bizimle yakınlık kurmaya ve bize bağımlı olmaya hazır olduklarını gösteren bir tepki verirler. Bu bağlanma koreografisinde hem ebeveynler hem de çocuklar rollerini içgüdüsel bir şekilde oynar.

Bu durumda bebekleri bize bağımlı olmaya davet etmek, onlara bir bakıma, "Gel, seni taşıyayım. Senin bacakların olurum. Bana güvenebilirsin. Seni korurum" demektir. Daha büyük çocukları bağımlı olmaya davet etmek için bize güvenebileceklerini, bel bağlayabileceklerini, sırtlarını dayayabileceklerini ve onlara bakabileceğimizi düşünmelerini sağlamamız gerekir. Bu çocuklar herhangi bir konuda yardıma ihtiyaç duyduklarında destek almak için bize gelebilirler. Bu durumda çocuklarımıza onların her zaman yanında olacağımızı ve bize ihtiyaç duymalarının normal olduğunu söylemiş oluruz. Ancak çocuklarımızın güvenini kazanmadan ilerlediğimizde, belaya davetiye çıkartmış oluruz. Bu hem ebeveynler, hem bakımevi çalı-

şanları, hem bakıcılar, hem öğretmenler, hem üvey ebeveynler, hem koruyucu ebeveynler hem de danışmanlar için geçerlidir.

Bu noktada yeni dünya düzeninin bağımsızlık takıntısı araya girerek işimizi bozabilir. Bebekleri bize bağımlı olmaya davet etmekte herhangi bir sorun görmesek de gelişimin bu evresinden sonra, en önemli gündem maddesi bağımsızlık olur. Çocuklarımızı bağımsız –ya da bağımsız olduğuna inandığımız– bir şekilde kendi kendilerine giyinmelerine, beslenmelerine, sakinleşmelerine, eğlenmelerine, kendi düşüncelerini oluşturmalarına ve kendi sorunlarını çözmelerine teşvik ederiz. Onları bağımlılığa davet etmemiz, gelişimden ziyade geri kalmayı teşvik edeceğinden, bağımlılığa elimizi verirsek kolumuzu da kaptıracağımızdan korkarız. Aslında bu tavırlarımız gerçek bağımsızlığı değil, yalnızca bizden bağımsız olmalarını teşvik eder. Bağımlılık akran grubuna aktarılır.

Çocuklarımızı dinlenmeye davet etmeden, onları binlerce küçük yoldan itip kakarak hızla büyümelerini teşvik ederiz. Bunu yaparak aslında onları yanımıza çekmekten çok kendimizden uzaklaştırmış oluruz. Yetişkinler bağımlılığa karşı koyduklarında birbirlerine kur yapamaz. Karşımızdaki insana, "Sana tek başına üstesinden gelebileceğin veya üstesinden gelmen gereken hiçbir konuda yardımcı olmamı bekleme" gibi bir mesaj göndererek kur yaptığınızda bunun yaratabileceği etkileri tasavvur edebiliyor musunuz? Bu durumda iki insanın arasında güçlü bir ilişki kurulma ihtimali çok zayıftır. Bir insana kur yaptığımızda, onlara genelde, "Dur, konuya bir de ben el atayım", "Sana yardımcı olmak istiyorum", "Benim için zevkti" "Senin derdin artık benim derdim" gibi sözler söyleriz. Yetişkinlere karşı bu şekilde davranabiliyorsak, sırtlarını güvenebilecekleri birine yaslamaya gerçekten ihtiyaç duyan çocukları da bize bağımlı olmaya davet edebilmemiz gerekmez mi?

Belki de yetişkinleri bize bağımlı olmaya kolayca davet edebilmemizin nedeni onların gelişmesinden ve olgunlaşmasından sorumlu olmadığımızı hissetmemizdir. Bu belki de onlara bağımsızlıklarını kazandırma yükünü omuzlarımızda taşımadığımızı düşünmemizden kaynaklanmaktadır. Sorunun

özü şudur: Çocuklarımızın olgunlaşmasını sağlamak için gereğinden fazla sorumluluk yükleniyoruz. Bu konuda yalnız olmadığımızı –doğanın bizim yanımızda yer aldığını– unutuyoruz. Bağımsızlık olgunluğun bir meyvesidir; çocuklarımızı yetiştirirken en önemli görevimiz onların gidermek için bize bağımlı oldukları gereksinimlerini karşılamaktır. Bu gereksinimlerini tam anlamıyla karşılayabildiğimizde, tabiat ana olgunlaşmayı teşvik etme görevini yerine getirmek için serbest kalır. Aynı şekilde, çocuklarımızın boylarını uzatmaya çalışmamız da gerekmez; bunun için onları beslememiz yeterlidir. Büyüme, gelişme ve olgunlaşmanın doğal süreçler olduğunu unuttuğumuzda, perspektifimizi kaybederiz. Çocuklarımızın oldukları yerde takılı kalıp hiçbir zaman büyüyemeyeceklerinden korkarız. Belki de onları biraz iteklemezsek hiçbir zaman yuvadan ayrılmayacaklarını düşünürüz. Ancak insanlar bu açıdan kuşlara benzemez. Çocuklarımızı ne kadar çok itersek, yuvalarına o kadar sıkı tutunurlar ve bu konuda başarılı olamazsak, kendilerine başka bir yuva seçerler.

Yaşam döngüsü birbiri ardına gelen mevsimlerden oluşur. Kışa direnerek bahara ulaşamayız; kışın bitkiler atıl kalır, bahar geldiğinde çiçeklenirler. Aynı şekilde, bağımlılığa karşı direnerek bağımsızlığa ulaşamayız. Bağımsızlığa ulaşma arayışımız ancak karşılanması için başkalarına bağımlı olduğumuz gereksinimlerimizin karşılanmasıyla gerçek anlamda başlayabilir. Bağımlılığa karşı koymamız bağımsızlığa geçiş yapmamıza engel olur ve bunun gerçekleşmesini geciktirir. Görünen o ki, gerçeklerle bağımızı kopartmış ve büyümenin en temel prensiplerini unutmuşuz. Olgunlaşmasını istediğimiz bitkileri sökseydik, onları toprağa bağlayan kökleri ve üretecekleri meyveleri tehlikeye atmış olurduk. Benzer bir şekilde, çocukları sağlam zemine bağlayan köklerin sökülmesi de onların başka zeminlere tutunup farklı ilişkilere kaymasına sebep olur. Çocuklarımızı kendimize bağımlı olmaya davet etmememiz onları birbirlerinin kollarına iter.

Hazır olmayan çocukları ayrılıkla yüzleşmeye zorlamamız, bu ister evin dışındaki bir ayrılık ister evdeki yatma vaktinde

olsun, onları ilk etapta panik yapmaya ve bize daha fazla tutunmaya itecektir. Ebeveynlerini yanlarında tutmayı başaramayan çocuklar ebeveynlerinin yerine başka birilerini koyabilir. Bağımlılığın bu şekilde hedef değiştirmesi bazen gerçek bağımsızlıkla karıştırılabilir. Sahte bağımsızlığı –veya çocuklarımızın henüz altından kalkabilecek kadar olgunlaşmadığı bağımsızlığı– teşvik ederek aslında akran yönelimini desteklemiş oluruz.

Öğretmenler de öğrencilerini kendilerine bağımlı olmaya davet etmelidir. Hatta çocuklara nihayetinde gerçek anlamda bağımsızlık kazandırmayı başarma ihtimali en yüksek öğretmenler öğrencilerini kendilerine bağımlı olmaya davet eden öğretmenlerdir. Usta öğretmenler, öğrencilerini bağımsız olmaya zorlamak yerine, onlara bolca yardım ve destek sunar. Usta öğretmenler öğrencilerinin kendi düşüncelerine sahip olmasını ister, ama bunun için bağımlılıklarına karşı koymaması, onları yeterince olgun olmadıkları için eleştirmemesi gerektiğini de bilir. Öğrenciler yardıma muhtaç oldukları için herhangi bir şekilde utanıp sıkılmadan sırtlarını öğretmenlerine yaslayabilmeliler.

Gerçek bağımsızlığa ulaşmanın kestirme yolu yoktur. Bağımsız olmanın tek yolu, bağımlı olmaktan geçer. Çocukların kendi ayaklarının üzerinde durabilen bağımsız varlıklara dönüşebilmelerini sağlamanın yalnızca bizim sorumluluğumuzda olmadığını –bunun kısmen de olsa doğanın görevi olduğunu– bilmenin verdiği rahatlıkla üzerimize düşen görevi, yani çocuklarımızı bize bağımlı olmaya davet etme görevini, yerine getirmeye odaklanabiliriz.

Çocuklar İçin Pusula İğnesi İşlevi Görün

Bağlanma içgüdülerini faaliyete geçirmenin dördüncü yolu da çocukları yönlendirmektir. Dansın bu bölümü bebeklerimizi kollarımıza aldığımızda başlar. Çocuklar yollarını şaşırmamak için bize bağımlı olduklarından, onlar için bir pusula iğnesi işlevi görüp onlara kılavuzluk etmemiz gerekir. Yetişkinler bu görevi genelde otomatik üstlenir ve çoğu zaman bunun farkında bile olmazlar. Çocuklarımıza bir şey gösterir, her şeyin

isimlerini söyler ve büyüyen bebekleri içinde bulundukları ortamlarla tanıştırırız.

Dansın bu bölümü okul ortamında sergilendiğinde, sezgileri kuvvetli öğretmenler çocukları nerede olduklarına, kimin kim olduğuna, nelerin ne zaman olacağına dair bilgilendirme yoluna gider: "Paltonu buraya asacaksın", "Bu arkadaşımızın adı Dana", "Daha sonra sunum yapacağız, ama şimdilik şu kitaplara bakabilirsin."

Bu yakınlaşma adımının ortam şartlarına ve çocukların gereksinimlerine göre belirlenecek sayısız farklı versiyonu vardır. Küçük çocuklarla ilgilendiğimizde sezgilerimiz oldukça kuvvetli olsa da çoğumuz daha büyük çocuklarla yönlendirme içgüdümüzü kaybederiz. Onları etraflarındaki insanlarla ve dünyalarıyla tanıştıran, olacak şeylere ve her şeyin ne anlama geldiğine dair bilgilendiren kişi rollerini üstlenemeyiz. Özetle, hâlâ bize bağımlı olması gereken çocuklara kılavuzluk etme görevimizi hakkıyla yerine getirememiş oluruz.

Çocuklar pusula iğneleri olarak işlev gören insanlara yakın olmaya meyillidir. Bu işlevi yerine getirmemizin çocukların hayatlarında ne kadar büyük bir etki yarattığını gerçekten anlayabilseydik, bunun başkalarına bırakılamayacak kadar önemli bir rol olduğunu bilirdik.

Yönlendirmenin bağlanmaya ne kadar güçlü bir zemin hazırladığını hepimiz içgüdüsel olarak tecrübe etmişizdir. Yabancı bir şehirde kaybolduğunuzu, şaşkına döndüğünüzü, eşyalarınızı kaybettiğinizi, konuşulan dili anlamadığınızı ve başınıza gelebileceklere dair çaresizliğe ve umutsuzluğa kapıldığınızı hayal edin. O anda birinin yanınıza yaklaşıp size kendi dilinizde yardımcı olmayı teklif ettiğini düşünün. Yanınıza yaklaşan kişi size iletişim kuracağınız kişiler ve gideceğiniz yerler hakkında bilgi verdikten sonra, tüm içgüdüleriniz kılavuzunuzla aranızdaki yakınlığı korumanızı emreder. Gitmek için arkasını döndüğünde, muhtemelen sohbeti uzatmak için girişimde bulunur, onu yakında tutmak için elinizden geleni yaparsınız. Yetişkinler için geçerli olan bu durum, kendilerine yol gösterebilecek insanlara tamamen bağımlı olan olgunlaşmamış çocuklar

için de geçerlidir.

Yol gösterme içgüdülerimizle bağlantımızı koparmış olmamızın yarattığı sorunlardan biri de artık çocuklarımızın yaşadıkları dünyanın uzmanı gibi hissedememizdir. Dünya o kadar büyük bir değişim geçirdi ki artık onlara kılavuzluk edemeyecek hale geldik. Çocukların bilgisayarlar, internet veya oynadıkları oyunlar ve oyuncaklar hakkında bilgi edinmeleri artık çok uzun sürmüyor. Kültürümüz yeni göçmenlere ne kadar yabancı geliyorsa, akran yönelimi yüzünden bize de o kadar yabancı gelen bir çocuk kültürü oluştu. Tıpkı yabancı bir ülkede yönlerini bulmakta zorlanan göçmenler gibi, biz de çocuklarımıza rehberlik etme gücünü kaybediyoruz. Çocuklarımızın konuştukları dil, dinledikleri müzik, okul kültürü, hatta müfredat bile değişim geçirdi. Bu değişikliklerin her biri zihnimizde yol gösterilmesi gereken asıl varlıkların biz olduğumuza ilişkin bir algı yaratacak kadar güvenimizin kırılmasına yol açıyor! Her geçen gün çocuklarımıza içinde yaşadıkları dünyada yol gösterebilme yeteneğimizi daha da kaybediyoruz.

Karşı karşıya olduğumuz bir başka sorun da akran yöneliminin çocuklarımızı, daha doğal şartlar altında, onlara yol gösterme içgüdülerimizi tetikleyen davranışlardan –kaybolmuş veya şaşırmış gibi görünmeleri– mahrum bırakmış olmasıdır. Kaybolmuş veya şaşırmış gibi görünen insanlar, yetişkin olsalar da tamamen yabancı oldukları insanların yol gösterme dürtülerini uyandırabilir. (Eşyazarım Gabor, bu çaresiz kaybolmuşluk görüntüsünü rafine ederek ince bir sanata dönüştürdüğünü iddia ediyor, özellikle de hastanelerin hemşire istasyonlarında.) Akran yönelimli çocuklar kim oldukları veya nereye gittikleri konusunda herhangi bir insandan daha fazla fikir sahibi olmasalar da, akran yöneliminin etkileri kaybolmuşluk veya şaşkınlık hissini onların elinden almaktadır. Havalı çocukların kültürüne mensup bir çocuğun kırılgan veya yolunu bulmak için yardıma ihtiyacı varmış gibi görünmemesi gerekir. Onlar için önemli olan tek şey akranlarına yakın olmaktır. Akran yönelimli çocukların kendilerine çok güveniyormuş veya her şeyi biliyormuş gibi görünmelerinin nedenlerinden biri

de budur. Aslında bu durum körlerin körlere yol göstermesine benzer. Şaşkınlıklarını yüz ifadeleriyle dışa vurmamalarının yarattığı net etki, onlara yol göstermemizi sağlayan içgüdülerimizin harekete geçmemesi ve onları yanımıza çekme yeteneğimizin azalması oluyor.

Dünyamız büyük bir değişim geçirmiş olsa da –daha doğrusu, büyük bir değişim geçirdiği için– cesaretimizi toplayarak çocuklarımızın hayatlarında bir pusula iğnesi işlevi görmemiz daha önce hiç olmadığı kadar önemlidir. Dünya değişmiş olabilir, ama bağlanma dansı aynı kaldı. Emekleme ve anaokulu çağındaki çocuklara yol göstermek konusunda oldukça başarılıyız. Bunun nedeni muhtemelen onlara yol göstermediğimizde kaybolacaklarından emin olmamız. Bu yüzden onlara sürekli olarak ne olacağı, nereye gideceğimiz, ne yapacağımız, kimlerle karşılaşacağımız, bazı şeylerin ne anlama geldiği gibi konularda bilgi veririz. Bu evreden sonra güvenimizi kaybederiz ve son derece önemli olan bu yol gösterme içgüdümüz bir anda körelir.

Çocukların kendilerine yol gösterecek insanlara ihtiyaç duyduklarını ve bunu onlar bilseler de bilmeseler de ebeveynler olarak bunu yapabilecek en uygun adaylar olduğumuz aklımızdan çıkmamalı. Onlara zaman ve uzay, insanlar ve olaylar, anlamlar ve durumlar hakkında ne kadar yol gösterirsek, yanımızda kalmaya o kadar eğilimli olurlar. Şaşkın surat ifadeleri takınmalarını beklemeden ve kendimize güven duyarak, çocuklarımızın hayatlarında bir kılavuz ve tercüman olarak yerimizi almamız gerekir. Çocuklarımıza günün başında biraz yol göstermemiz bile büyük bir fayda sağlayabilir: "Bugün bunu yapacağız", "Bugün şurada olacağım", "Bugünü ____ özel kılıyor ", "Akşam için aklımda ____ var", "_____'la tanışmanı istiyorum", ____ nasıl işlediğini sana göstereyim", "Sana ____ bakacak", "Yardıma ihtiyacın olduğunda ____'a danışabilirsin", "____ için üç gün kaldı." Ve elbette ki çocuklarımıza kendi kimliklerini bulmaları ve hangi konularda başarılı olduklarını keşfetmeleri için de yol göstermeliyiz: "____'ı özel bir şekilde yapıyorsun", "Sen tam ____ olacak kızsın", "Çok orijinal düşüncelerin var",

____ konusunda gerçekten de çok yeteneklisin", "____ için gereken her şeye sahipsin", "____'da epey yol kat edeceğini görebiliyorum." Çocuklar için bir pusula iğnesi işlevi görmek bağlanma içgüdülerini faaliyete geçirir ve büyük bir sorumluluktur.

Kendi çocuklarımıza yol gösterdiğimizde çocuklarımızın bize yakın olma içgüdüleri yeniden faaliyete geçer. Yol göstermek kendimize ait olmayan çocukları yanımıza çekerken onlarla bağlantı kurmak için atmamız gereken önemli bir adımdır. İşin sırrı yetişkinlerin (bu bir öğretmen de olabilir, bir üvey ebeveyn de) çocuklara kılavuzluk etmeyi teklif edip hayatlarındaki olası yol gösterici boşluklarından istifade etmeleridir. Çocuklarınızı veya öğrencilerinizi yollarını bulabilmeleri için kendinize bağımlı kalacakları durumlara sokabilirseniz, bu aranızda kurulan bağlara daha sağlam temeller oluşturacaktır.

AKRAN YÖNELİMLİ ÇOCUKLARIN GERİ KAZANILMASI

Bağlanma dansının bu dört adımı çocukların bağlanma içgüdülerini harekete geçirmemize olanak tanır ve çoğu çocuğun kendilerine bakmakla yükümlü yetişkinlerle işlevsel bağlar kurmalarını sağlar. Ancak akran yönelimi yüzünden duygusal anlamda temel bağlanma senaryosunun hayata geçmesine olanak tanımayacak kadar yalıtılmış çocuklar da vardır. Bazı ebeveynler, "Peki ama çocuğumu halihazırda akran dünyasında 'kaybetmişsem' ne yapmalıyım?" diye soracaktır. "Onu geri kazanmamın bir yolu var mı?"

Burada Bölüm 1'in sonunda verdiğim mesajı tekrarlamamda fayda olduğunu düşünüyorum: Her zaman yapabileceğimiz bir şeyler vardır. Her yaklaşımın her durumda başarıya ulaşacağını garanti edemesem de, deneyimlerime dayanarak ebeveynlerin çabalarını nereye odaklamaları gerektiğini anladıklarında başarıya ulaşma olasılıklarının başarısız olma olasılıklarından çok, çok daha yüksek olduğunu söyleyebilirim. Çocukların ilk etapta yakınlaşma çabalarımıza verdikleri tepkiler oldukça kemikleşmiş ve cesaret kırıcı gibi görünse de aynı basamaklar ve pren-

sipler burada da geçerli. Nihayetinde, ilişki kurduğumuz insanları tek taraflı olarak belirleyemeyiz, onları yalnızca bizimle ilişki kurmaya davet ve ikna edebiliriz. "Kaybettiğimiz" çocuklarımızın bize geri dönmelerini mümkün olduğunca basitleştirip rakiplerimizin onlara tutunmasını mümkün olduğunca zorlaştırabiliriz. Peki ama bunu nasıl başarabiliriz?

Akran yönelimi birçok açıdan bir tarikata benzer ve çocuklarımızı geri kazanmak için uygulamamız gereken yöntemler de onları akıllarını çelen bir tarikatın elinden kurtarmak için uygulayabileceğimiz yöntemlerle aynıdır. Aşmamız gereken en büyük engel yalnızca bedenlerini çatımızın altında tutup yemek masasına oturtmak değil, onların kalplerini ve zihinlerini de geri kazanmaktır.

Çocuklarımızı yanımıza çekmeye teşebbüs etmeden önce, onlar bunu bilseler de bilmeseler de, bize ihtiyaç duyduklarını hatırlamalıyız. En çok yabancılaşmış, en saldırgan ergenler bile kendilerine bakacak, sevgi dolu ebeveynlere ihtiyaç duyar. İçgüdülerinin onları yanlış yönlendirmesine ve duyarsızlaşmış olmalarına rağmen, bu bilgi hâlâ bilinçdışına kazınmış bir şekilde durmaktadır ve ilgili bir yetişkin veya danışmanla yaptıkları gizli bir görüşmede bunu ağızlarından kaçırabilirler. Ergenlik çağındaki iki gencin annesi olan Marion, bir görüşmemizde, "Her zaman çocuklarımızın arkadaşlarının evimizde rahat ettiklerinden emin olmaya çalıştık" dedi. "Bazen bizim evimizde kendi evlerinde olduklarından daha rahat olduklarını düşünüyordum. Bu 'sert' çocuklar mutfak masasının etrafında oturup eşimle ve benimle sohbet ediyor, daha sonra çocuklarımıza kendi ebeveynleriyle böyle sohbetler edemeyeceklerini itiraf ediyorlardı."

Çocuklarımızı yanımıza çekme görevine güvenle yaklaşmalı, bu misyonumuzdan hiçbir şekilde vazgeçmemeli, dikkatimizin dağılmasına izin vermemeliyiz. Çocuklarımız ne kadar isyankâr olursa ve yanlarında durmak ne kadar "imkânsızmış" gibi görünürse, geri kazanılmaya o kadar çok ihtiyaç duyarlar.

Onları geri kazanmamız yalnızca ebeveynlik görevlerimizi yerine getirebilmemiz için değil, ayrıca onlara olgunlaşma

fırsatı tanımamız için de önemlidir. Ebeveynleriyle aralarındaki bağları vaktinden erken koparan çocukların olgunlaşma süreçlerini tamamlayabilmeleri için baştan çıkartılarak geri kazanılmaları gerekir. ABD'nin önde gelen çocuk psikologlarından biri olan Stanley Greenspan, konu hakkında şu satırları kaleme almıştır: "Gençler kaç yaşında olursa olsun, başta aşamadıkları gelişim basamaklarının üzerinde çalışmaya başlayabilir, ama bunu yapabilmeleri için özverili bir yetişkinle aralarında yakın ve kişisel bir ilişki olmalıdır."[2] Çocuklarımızla beraber ve çocuklarımız için yapmak istediğimiz her şeyin temeli, onları yanımıza çekip aramızda güçlü bağlar kurmak ve bu bağların devamlılığını sağlamaktır.

Çocukları geri kazanmanın püf noktası akranlarına yönelmelerine sebep olan şartların tersine çevrilmesidir. Çocuklarımızı akranlarından ayırarak bir bağlanma boşluğu yaratmamız ve bu boşluğu kendimiz doldurmamız gerekir. Akran yönelimli çocukların bağlanmaya çok ihtiyaç duyduklarını, aksi halde zaten akran yönelimli olmayacaklarını aklımızdan çıkarmamamız gerekir. Bu tür çocukların akranlarından uzak kalmaları durumunda verecekleri tepkiler muhtemelen ebeveynleriyle aralarında bağlanma boşluğu oluştuğunda verdikleri tepkiler kadar dayanılmaz olacaktır.

Çoğu zaman, özellikle de akran yönelimi çok ileri boyutlara ulaşmamışsa, akran etkileşimlerine bir miktar kısıtlama getirerek, aynı zamanda çocukları her fırsatta yanımıza çekmeyi öncelik haline getirerek onları az da olsa yanımıza çekmeyi başarabiliriz. Bu durumda, gündemimizin onları yanımıza çekmek olduğunu belli etmememiz gerekir, çünkü bu kolayca geri tepebilir. Çoğu ebeveynin en çok zorlandığı kısım odak noktalarını *davranışlardan ilişkiye kaydırmaktır.* Çocuklarıyla aralarındaki ilişki bozulunca, davranışlar giderek saldırganlaşıp endişe verici bir hale gelebilir. Bu gibi durumlarda kendimizi çocuklarımızla tartışmaktan, onları ikna etmeye çalışmaktan ve eleştirmekten alıkoymakta zorlanabiliriz. Odak noktamızı değiştirebilmek için ilk başta çocuklarımızın davranışlarını değiştirme-

ye çalışmamızın boş bir çaba olduğunun bilincine varmamız, sonra da tüm çabalarımızı aramızdaki ilişkiyi yeniden düzene sokmaya odaklamamız gerekir. Odak noktamızı gerçek anlamda kaydırmadıkça, bu zorlu görevi yerine getirmek için gereken sabrı gösteremeyiz. Çoğumuz kur yapmayı zaten sezgisel olarak biliyoruz, ama bunun yanı sıra gitmek istediğimiz yere ulaşmamızın başka bir yolu olmadığını ve bu işe ne kadar çabuk girişirsek sonucun da o kadar iyi olacağını idrak etmemiz gerekiyor.

Bölüm 17'de çeşitli yapıların oluşturulması ve kısıtlamaların empoze edilmesi gibi belli başlı taktiklerin üzerinde duracağım, ama bu noktada ebeveynlerin sıklıkla başvurdukları evde kalma cezalarına kısaca değinmek istiyorum. Ev hapsi kuralları ihlal eden veya saygısızlık yapan genç ergenleri hizaya sokmak için kullanılan yaygın bir terbiye yöntemidir. Esas mesele bunu bir ceza olarak mı, yoksa bir fırsat olarak mı kullandığımızdır. Ev hapsi genelde çocukların akranlarıyla temas kurmalarını kısıtlar, bu yüzden de çıkarlarımız doğrultusunda kullanabileceğimiz bir bağlanma boşluğu oluşturabilir. Ebeveynler çocuklarının cezalı olduğu süreçleri onlarla dostane bir şekilde yüz yüze gelmek ve onlara tutunabilecekleri bir şeyler sunmak için bir fırsat olarak görebilirse, faydalı sonuçlar elde edebilirler. Ev hapsi tek başına hiçbir işe yaramayabilir. Akran etkileşiminin engellenmesi çocukların akranlarıyla beraber olma arzularını şiddetlendirebilir. Ebeveynler doğal bağlanma gücünü kontrol altında tutmadıkları veya bu tür cezaları uygulayabilecek özgüvene sahip olmadıkları durumlarda ev hapsi vermekten kaçınmalıdır. Ev hapsi, davranışları düzeltmeyi hedef alan diğer birçok yaklaşım gibi, bu tür cezalara en az ihtiyaç duyan çocuklar üzerinde en büyük etkiyi gösterirken, bu tür cezalara en çok ihtiyaç duyan çocuklar üzerinde en az etkiyi gösterir. Ancak ev hapsi, her halükârda, ebeveynlerin çocuklarıyla aralarındaki ilişkileri güçlendirmek için kullanıldığında en büyük faydayı sağlar. Bu da cezalandırıcı tavırlarımızı ve duygusallığımızı bir kenara bırakmamızı gerektirir.

Bazen daha da radikal yöntemlere başvurulması gerekebi-

lir, özellikle de çocuklarla yakınlık kurma çabalarımız boşa çıktığında ve çocuklarla akranlarının arasına mesafe koyma girişimlerimiz hüsranla sonuçlandığında. Bu noktada duruma müdahale etmek için kullanabileceğimiz birçok seçenek mevcuttur. Ailenin elindeki kaynaklara ve durumun ciddiyetine bağlı olarak, çocuklarla baş başa kalınmasına fırsat verecek hafta sonu gezilerine veya daha uzun süreli aile tatillerine çıkılabilir ya da bu ikisinin arasındaki seçenekler değerlendirilebilir. Bu noktada maddi durumu elverişli olanlar için bir yazlık sahibi olmak son derece faydalı olacaktır. Kırsal kesimde yaşayan, açık gönüllü ve yakınlaşma içgüdüleri sağlam olan akrabalar paranın satın alamayacağı bir lükstür. Çocukların yaz aylarını aile ortamının içinde geçirmesi, bu kendi aileleri olmasa bile, genelde akran yönelimine karşı panzehir etkisi yaratır. Tanıdığım birkaç aile çocuklarıyla akranlarının arasında bir bağlanma boşluğu yaratmak için taşınmaya karar verdi ve neyse ki buldukları bu radikal çözüm başarıyla sonuçlandı. Ancak bu gibi bağlanma boşluklarının oluşturulması çözümün yalnızca yarısıdır. Daha da önemli olan diğer yarısı, çocukları yanımıza çekmektir.

Çocukları yanımıza çekmek için kullanabileceğimiz en etkili yöntem onlarla bire bir etkileşime girmektir. Etrafta birden fazla yetişkin olduğunda, çocuklar kişisel etkileşimler kurmaktan kaçınabilir. Etrafta diğer çocuklar olduğunda ise bağlanma boşluğu çocukları kollarımıza itecek kadar güçlü bir etki yaratmaz.

Akran yönelimli çocuklarla dans etmek imkânsızdır; bunun için hayal gücümüzü zorlayarak aklımıza gelen her türlü girişimde bulunmalıyız. Ergenlik çağında olan kızlarım Tamara ve Tasha için, akran yönelimlerinin dönüm noktası onları geri kazanmak için planladığımız gezilerdi. Tasha'ya sunduğumuz yem, onu okuldan izin alarak çok sevdiğini bildiğim bir yere götürmekti. Yine de, bir süre sonra, okula gidemeyeceği için üzülmüştü; derslerinden geri kalmaktan endişelendiği için değil, okul arkadaşlarından ayrı kalacağı için. Neyse ki o sırada feribota binip, geri dönemeyeceğimiz noktaya ulaşmıştık. Kiraladığım yazlığa ulaştığımızda, etrafta kimse olmadığı için çok sı-

kılacağını dile getirdi. Akran yöneliminin kötü yanlarından biri de budur; ebeveynleri "kimse" konumuna indirger. Bağlanılan kişiler "herkes" diğer insanlar ise "kimse" olarak adlandırılır.

Kendime, yabancılaşmamam ve belirtilere karşı koymamam gerektiğini hatırlatmam gerekti. Başlangıçta yavaş ilerleme kaydettik, ancak işten birkaç günlüğüne izin almış olduğumdan, Tasha'nın bağlanma boşluğu dayanılmaz bir hal alıp onu bana yakınlaşmaya itene dek beklemeye hazırdım. Görevim dostane bir şekilde, ölçüyü aşmadan, kızımın özel alanına girmekti. Somurtkan yüz ifadesi, bir zamanlar varlığıma tepki olarak parlayan gözleri ve ışıldayan gülümsemesiyle büyük bir tezat oluşturuyordu. Bu gezimizde, benim yürüyüş yapmak ve kanoya binmek için iyi bir refakatçi olduğumu keşfetti. Bir süre sonra birkaç gülümseme geldi; sesinin tonu yumuşamaya başladı. En sonunda konuşmaya ve sarılmaya açıldı. Aramızdaki bağın yeniden güçlenmesiyle, ilginç bir şekilde, beraber yemek pişirip yeme arzusu da oluştu. Ayrılma vakti geldiğinde, ikimiz de geri dönmek için can atmıyorduk. Eve dönüş yolunda Tasha ile beraber ilişkimizi korumak için birkaç yapı oluşturduk: Haftada bir beraber yürüyüşe çıkma veya bir kafede oturup bir fincan sıcak çikolata içmeye karar verdik. Kendi kendime kızımla vakit geçirdiğim bu özel anlarda onu "sıkmamaya" özen göstereceğime söz verdim. Özel olarak ayarladığımız bu anlar bağlanma ortamını korumayı hedefliyordu, ona rehberlik ve liderlik yapmak gibi diğer ebeveynlik görevlerimi başka zamanlarda yürütecektim.

Tasha bana ondan niçin uzaklaştığımı sordu. Olup bitenleri yanlış anladığını izah etmeye çalışırken, bir anda, haklı olduğunu fark ettim. Çocuklarını yakında tutmak ebeveynlerin sorumluluğudur. Kültürümüzün içinde bulunduğu durum kesinlikle kızımdan kaynaklanmıyordu. Akranlarıyla yakınlaşmak isterken tek yaptığı hedefini şaşıran içgüdülerini takip etmekti. Kültürümüzün ilişkimizi zedelemesi benim suçum olmasa da Tasha'ya artık bana ihtiyaç duymayana dek tutunmak onun ebeveyni olarak hâlâ benim görevimdi. Ebeveynlik görevlerimi henüz tamamlamamışken, onu bilmeden ve istemeden serbest bırak-

mıştım. O dönemde işimden bir haftalığına izin almaktan çekindiğimi hatırladığımda tüylerim hâlâ diken diken oluyor. Geriye dönüp baktığımda, aldığım o iznin hayatımda verdiğim en iyi kararlardan biri olduğunu biliyorum.

Tamara'yla aramızdaki ilişkiyi yeniden rayına sokan şey, onunla beraber yalnız kalıp birkaç gün boyunca yürüyüş ve kamp yapmamızdı. Yürüyüş yapmayı, balık tutmayı ve doğayı sevdiğini bildiğimden, ona böyle bir yem sundum. Akran yönelimini başta ona yardım etmeme izin vermeyerek, benim önünden veya arkamdan yürüyerek ve benimle mümkün olduğunca az etkileşime girerek dışa vurdu. Sürekli takındığı üzgün surat ifadesi yanında olmayı istediği kişinin ben olmadığımı göstermeyi hedefliyordu. Onun için tam anlamıyla bir pusula iğnesi işlevi görebilmek için tanıdığım bir doğal alanda kamp kurmayı tercih ettim. İlk yakınlaşma belirtilerini görmem birkaç gün aldı. Kendime yine sabırlı ve cana yakın olmam gerektiğini hatırlatmam gerekse de kampın son gününde kızımla yan yana yürüyorduk ve ona yardım etmeme karşı çıkmıyordu. Tıpkı eski günlerdeki gibi konuşkandı. Beni en çok şaşırtan şey sıcak gülümsemesinin kalbime ne kadar hızlı ve derinden dokunabildiğini görmekti. Akranlarına yöneldikten sonra, ilişkimizin bana bir zamanlar ne kadar çok haz verdiğini tamamen unutmuştum.

15

Size Güç Veren Bağları Koruyun

Çocuklarla ebeveynlerinin arasındaki ilişki kutsaldır. Akran kültürünün karşımıza çıkardığı engelleri aşabilmemiz için çocuklarımızla aramızdaki bağları onlara ebeveynlik yapmamıza ihtiyaç duydukları süre boyunca güçlü tutmamız gerekir. Peki ama bunu nasıl başarabiliriz?

İLİŞKİNİZE ÖNCELİK VERİN

Ebeveynlik görevlerimizi yerine getirirken ne tür sorunlarla karşılaşırsak karşılaşalım, çocuklarımızla aramızdaki ilişki her zaman birinci önceliğimiz olmalıdır. Çocuklar onlara karşı ne kadar içten duygular beslesek de niyetlerimizi anlayamazlar. Ses tonumuzla ve davranışlarımızla dışa vurduklarımızı tecrübe ederler. Çocuklarımızın ne gibi önceliklere sahip olduğumuzu bildiklerini varsayamayız: Önceliklerimize göre yaşamaları gereken bizleriz. Ebeveynlerinden koşulsuz sevgi gören birçok çocuk bu sevginin aslında birçok koşula bağlı olduğu mesajını alır: Üç küçük çocuğa annelik yapan Joyce'a göre, "Aşılması gereken en büyük zorluk sabırlı olmak ve uzun vadeli hedeflerden şaşmamak. Başımız sıkıştığında, insanlarla bir ilişki içinde olduğumuzu, onları on dakika içinde kapının önüne koymaya çalışmadığımızı hatırlamamız zor olabiliyor. Sorun şu ki, hepimizin farklı bir gündemi var ve bazen çocuklarımızı bir engel olarak görebiliyoruz."

Koşulsuz kabullenme en çok ihtiyaç duyduğumuz anlarda –çocuklarımız yüzünden hayal kırıklığı yaşadığımızda, değerlerimizi boşa çıkardıklarında veya bir şekilde bizi öfkelendirme-

yi başardıklarında– ifade etmekte en çok zorlandığımız duygudur. Ancak tam da bu gibi durumlarda sözlerimiz veya hareketlerimizle çocuklarımıza bizim gözümüzde yaptıklarından daha değerli olduklarını ve aramızdaki ilişkinin sergiledikleri davranışlardan veya elde ettikleri başarılardan daha önemli olduğunu göstermemiz gerekir. Davranışları düzeltmeye çalışmadan önce aramızdaki ilişkiyi güvence altına almamız gerekir. İşlerin en çığırından çıktığı anlar çocuklarımıza en sıkı tutunmamız gereken anlardır. Bunu yaparsak, onlar da zamanı geldiğinde bize tutunur. Moralimiz bozulduğunda veya öfkelendiğimizde ebeveynlik yapmaya veya "ders vermeye" çalışmamız çocukların aramızdaki ilişki hakkında endişelenmelerine yol açabilir. Çocuklardan bizim önem vermediğimizi düşündükleri bağlara tutunmalarını bekleyemeyiz. Bu gibi durumlarda yapabileceğimiz en iyi şey sakin olmak, eleştiriden kaçınmak ve herhangi bir yaptırım uygulamaktan vazgeçmektir.

Çocuklarıyla böyle ilişkiler kurmak bazı ebeveynlere doğal gelmez. Çocuklarının yaptıkları hatalara göz yumduklarını düşünmelerinden korkarlar. Yakışık almayan davranışlara derhal ve tutarlı bir şekilde tepki vermezlerse çocukların kafalarının karışacağını ve kendi değerlerinden taviz vermek zorunda kalacaklarını düşünürler. Bu anlaşılır ama yersiz bir korkudur. Kafa karışıklığı nadiren sorun olur: Çocuklar genelde kendilerinden ne beklendiğini bilir; ya bu beklentileri karşılayamaz ya da karşılamak istemezler. Beklentileri karşılayamamaları genelde yeterince olgunlaşamamış olmalarından kaynaklanır; ancak beklentileri karşılamak istememeleri genelde bağlanmayla ilişkili sorunlardan kaynaklanır. Çocukların kafalarını karıştırma ihtimali daha yüksek olan konu ebeveynlerinin nelere değer verdiklerinden çok, onların gözünde ne kadar değerli ve önemli olduklarıdır. Açıklık getirilmesi ve teyit edilmesi gereken konu da tam olarak budur. Çocuklarımıza, "Bu kabul edilemez bir davranış" dediğimizde, aramızda yeterince sağlam bir bağ ve sağlıklı bir ilişki olmadığında, büyük olasılıkla, "Beni sevmiyorlar" veya "Beni _____ yüzünden kabullenmiyorlar" veya "Beni yalnızca _____ olduğunda kabulleniyorlar" gibi mesajlar duyar-

lar. Çocuklar böyle mesajlar aldığında, bunları söylemiş olsak da olmasak da ilişkimiz zarar görür. Çocuklarımızın gözümüzde iyi birer birey olma arzuları zayıflar.

Çocukların davranışlarından daha önemli olduğunu söylediğimizde değerlerimizden taviz vermiş olmayız; aksine, değerlerimizi en derinden tasdik etmiş oluruz. Zihnimizin derinliklerine inip temelde yatan gerçekleri beyan ederiz. Ebeveynlerin çoğu, en çok nelere değer verdiklerini açıklamaları istendiğinde, birkaç istisna haricinde, çocuklarının ve aralarındaki bağın yanında yer alır. Sorun aslında çocuklarla aramızdaki ilişkiyi çoğu zaman hafife almamızdan ve bize bahşedilmiş bir hak olarak görmemizden kaynaklanır. Genelde diğer değerlerin –örneğin, ahlaki değerlerin– farkında oluruz, ama bizim için en önemli değerin, yani bağlılığın, her zaman farkında olmayabiliriz. Çocuklarımızla etkileşim kurduğumuzda, genelde bağlılığın haricindeki değerler hakkında konuşuruz. En önemli yükümlülüğümüzün çocuklarımız olduğu gerçeğini ancak bağlılığın farkına vardığımızda keşfedebiliriz.

BAĞLANMA ODAKLI EBEVEYNLİK

Doğal gelişim sürecini örnek aldığımızda önceliklerimiz netlik kazanır. Bunların ilki *bağlanma*, ikincisi *olgunlaşma*, üçüncüsü ise sosyalleşmedir. Çocuklarımızla aramızda herhangi bir sürtüşme yaşandığında, ilk olarak aramızdaki ilişkiyi düzeltmeye odaklanır, bunu yaparken de çocuklarımızın olgunlaşmak için gerek duydukları ortamı korumuş oluruz. Ancak bunu yaptıktan sonra topluma uyum sağlamalarına –yani çocukların davranışlarına– odaklanabiliriz. İlk iki önceliğimizin karşılandığından emin olmadan, üçüncüsüne geçmememiz gerekir. Çocuklarla kurduğumuz iletişimde bu disiplini uygulamamız gelişimin doğal tasarımıyla uyum içinde hareket etmemizi sağlar ve en yakından bağlı olduğumuz kişilerle uyum içinde yaşamamıza yardımcı olur. Ebeveynliğin püf noktalarından biri de budur: Çocuklarımız için elimizden gelenin en iyisini yapmamız, içimizdeki cevherin ortaya çıkmasını sağlar.

Bağlanmaya odaklanarak ebeveynlik yapmamız çocuklarımızı bizden ayırabilecek, en azından bizden psikolojik açıdan uzaklaşmalarını sağlayabilecek hiçbir şeye izin vermememizi gerektirir. Bunu yapmak akran yönelimli çocuklar söz konusu olduğunda çok daha zordur, çünkü ebeveynlerle çocukların arasına bir engel girmiştir: Akranlar. Akran yönelimli çocuklar hem bize bağlanmaya daha az meyillidir hem de dürtüleri onları ebeveynlerine karşı incitici ve yabancılaştırıcı davranışlar sergilemeye iter. (Bağlanmanın bu gibi davranışlara sebebiyet veren negatif enerjisi hakkında daha fazla bilgi edinmek için, bkz. Bölüm 2.) Ebeveynlerin duyguları, bebekleri onların sevgi gösterilerine tepki göstermediğinde bile incinebilir. Ancak akranlarına yönelmiş olan daha büyük çocuklar hem tepkisiz olabilir hem de düpedüz kötü niyetli ve edepsiz davranışlar sergileyebilir. Önemsenmemek, göz ardı edilmek ve saygı görmemek insanı derinden incitebilir. Gözlerin devrilmesine, ses tonundaki sabırsızlığa, umursamaz tavırlara ve kaba davranışlara tepki vermemek zordur. Akran yönelimli çocukların görünürde sergiledikleri küstahlık ve sadakatsizlik ebeveynlerin tüm bağlanma duygularına aykırı gelir. Onların damarına basar. Böylesine incitici ve aşağılayıcı davranışlar bizi çileden çıkarır; zaten çıkarmamasını beklemek tuhaf olmaz mı?

Bölüm 2'de, akran yönelimini eşlerin birbirini aldatmasına benzetmiştim. Çocuklarımız bize sırtlarını dönüp akranlarıyla beraber olmak istediklerinde, çok değer verdiğimiz diğer ilişkilerde de olduğu gibi, kullanıldığımızı ve küçük düşürüldüğümüzü düşünüp sinirleniriz. Yara aldığımızda savunmaya çekilmemiz ve daha fazla incinmemek için duygusallıktan uzaklaşmamız doğaldır. Beynimizin savunma mekanizmaları bizi bu noktada üstünde durduğumuz kırılgan zeminden uzaklaşarak hakaretlerin artık bizi incitmediği ve bağlarımızın zayıflamasının midemizi bulandırmadığı bir yere çekilmeye zorlar. Ne de olsa ebeveynler de insandır.

Bağlanma enerjimizi geri çekmemiz bizi kırılganlığa karşı koruyabilir, ama çocuklar bu davranışımızı reddedilme olarak algılar. Bu noktada çocukların bizi bilinçli bir şekilde incit-

meye çalışmadıklarını, yalnızca kendilerini yanlış yönlendiren içgüdülerini takip ettiklerini hatırlamamız gerekir. Eğer bu tür davranışlara tepki vererek çocukları duygusal yakınlığımızdan mahrum bırakırsak, onları akranlarının kollarına daha güçlü bir şekilde iten, daha da büyük bir bağlanma boşluğu yaratırız. Ebeveynlerin geri çekilmesi neredeyse her seferinde çocukların hızla akran yönelimi batağına saplanmasına ve işlevsel bozukluklar geliştirmesine sebep olur. Ebeveynler bazen çocuklarıyla aralarında kurtarabilecekleri bir ilişki olmadığını düşünseler de anne, baba ve diğer aile bireyleriyle aralarındaki ilişkiler akran yönelimli çocukların çoğu için hâlâ çok büyük bir önem taşır. Eğer ebeveynler geri çekilerek yabancılaşmaya mahal verirse, çocukların onlara dönmek için kullanabilecekleri tek köprüyü de yakmış olurlar. Bu gibi durumlarda yabancılaşmamak için adeta bir aziz olmak gerekir, ama konu akran yönelimli çocuklar olunca, azizlik yapmaktan başka çaremiz olmayabilir. Bunun doğal olmadığını düşünebilirsiniz. Çünkü değil. Ebeveynlik görevi bu hale gelmemeliydi; zaten bu görev doğa tarafından çocuklarımızın bize düşmanlık besleme olasılığı gözetilerek tasarlanmamıştı. Yine de, eğer kenara itilmeye razı olursak çocuklarımızın tutunabilecekleri tüm dalları kırmış oluruz. Çocuklarımız ve kendimiz için yapabileceğimiz en önemli şey, oyunun kaderini başkalarının ellerine bırakmamak ve bizi yabancılaştırmalarına geçit vermemektir.

Gerçekten de hiçbir şey sürekli geri çevrilip, reddedilmekten daha incitici olamaz. Bu, bizim sonsuz derinlikteki karşılıksız sevgi kaynağımızdan sabırla ve inançla beslenerek daha iyi günler görme ümidiyle yaşamamızı gerektirir. İçinde bulunduğumuz durum bizde hüsran ve çaresizlik yaratsa da ne olursa olsun sahayı terk etmememiz gerekir. Kollarımız açık bir şekilde beklediğimiz sürece, yolunu kaybetmiş oğlumuzun veya kızımızın bize geri dönme ihtimali oldukça yüksektir.

Çaresizliğe düşen ebeveynler çocuklarına sıklıkla ültimatomlar verir. Çocuklarına genelde hareketlerine çekidüzen vermezlerse, günün birinde kapı dışarı edileceklerini veya bu sözün farklı bir versiyonunu söylerler. Bu tür ültimatomlar, ister

çocuklara bilinçli bir şekilde "sert sevgi" (tough love) göstermek için uygulanan bir yöntem dahilinde isterse çocukları hizaya getirmek için içten gelen bir tepki olarak verilsin, akran yönelimli çocuklar üzerinde çok da etkili olmaz. Bu gibi ültimatomlar yetişkinlerin çocuklarıyla aralarında kendi çıkarları doğrultusunda kullanabilecekleri kadar güçlü bağlar olduğuna ilişkin varsayımlarına dayanır. Ancak aralarındaki bağ yeterince güçlü olmadığında, çocuklarda ebeveynleriyle olan yakınlıkları koruma dürtüsü olmayacaktır. Ültimatomlar çocuklarda ebeveynlerinin kendilerini yalnızca belirli koşullara uyduklarında sevdiklerine ve kabullendiklerine ilişkin güçlü bir his oluşturacaktır. Ültimatomlar akran yönelimli çocukları ebeveynlerinden daha da uzaklaştırıp akran dünyasının derinliklerine sürükler.

Bazen ültimatomlar çeşitli sorumluluklardan vazgeçildiğini veya pes edildiğini göstermek için verilir. Artık ebeveynin canına tak etmiştir. İşlerin düzeleceğine dair ümidini yitirmiş ya da işleri rayına sokacak enerjisi kalmamıştır. Böyle durumlarda, sorunu daha da kötüleştirmeyecek ve ileride ilişkinin onarılmasını daha da zora sokmayacak bir şekilde ayrılmak için bir yol bulunması daha faydalı olacaktır. Böylesine sert bir şekilde reddedildikten sonra yeniden toparlanmak hiçbir çocuk için kolay değildir. Eğer çocuklarına tutunmak, ebeveynler için geçerli bir seçenek olmaktan çıkmışsa, onlara genelde çocuklarını özel bir yatılı okula göndermelerini veya akrabalarından ya da yakın oldukları bir aileden yardım almalarını tavsiye ederim. Çocuklar ne kadar aleni bir şekilde reddedilirse, ilişkinin yeniden rayına oturtulması o kadar zorlaşır. Eğer çocuklarıyla aralarındaki psikolojik bağları kopartmadan fiziksel olarak ayrı kalmaları ebeveynlerin rahatlaması için yeterli oluyorsa, belki de ileride çocuklarını geri kazanmak için gerek duydukları gücü yeniden kazanabilirler.

Bazen tüm ebeveynler, bu kadar şiddetli olmasa da fark edilmesi en az bu kadar önemli olan farklı yollarla, hatta bazen kendi isteklerinin dışında, çocuklarıyla aralarındaki ilişkileri ikinci plana atabilir. Çocuklarla aramızdaki ilişkiyi öncelik ha-

line getirmemiz bu ilişkiyi sürekli onarmamızı gerektirir, özellikle aradaki duygusal bağın zedelendiği veya koptuğu durumlarda. Arada sırada kendini kaybetmeyen bir ebeveyne az rastlanır. Mükemmel bir soğukkanlılığa ulaşma çabası bizi aşar. Ne kadar içgörü sahibi olursak olalım veya önceliklerimizi ne kadar düzgün bir şekilde belirlersek belirleyelim, çocuklarımızın –aramızdaki birkaç aziz hariç– hepimizde duygusal açıdan kontrol edemediğimiz bazı tepkileri tetiklemesi kaçınılmazdır. İlişkilerimizin geçici olarak bozulması kaçınılmazdır; çok sık yaşanmadıkları veya çok şiddetli olmadıkları sürece ilişkilerimize pek fazla zarar veremezler. İlişkimize esas zarar veren bu geçici bozulma süreçlerinden sonra çocuklarımızla yeniden yakınlaşmak için çaba sarf etmeyerek onlara ilişkimizin bizim için önemli olmadığı mesajını göndermemiz ya da çocuklarımızda aramızdaki bağı onarmanın kendi sorumlulukları olduğu izlenimini uyandırmamızdır.

Herhangi bir şeyin bir insan için ne kadar değerli olduğunu anlamamızın bir yolu, o şeyi elde etmek için aşmayı göze aldıkları engellere bakmaktır. Çocuklarımız, aramızdaki ilişkinin bizim için ne kadar önemli olduğunu bu şekilde anlar. Kendi duygularımızı bir yana bırakıp onların duygularını yatıştırarak yeniden çocuklarımızın yanında yer almak için çaba gösterdiğimizde, aramızdaki ilişkinin en önemli önceliğimiz olduğuna dair güçlü bir mesaj göndermiş oluruz. Verilen tepkiler şiddetli, duygular da gergin olduğunda, önceliklerimizi yeniden gözden geçirip çocuklarımıza karşı hissettiğimiz bağlılığı göstermemizin vakti gelmiş demektir. "Ben senin annenim ve hep öyle kalacağım. Kızdığımda seni sevdiğimi hatırlamamın zor olduğunu, bazen bir anlığına bile olsa bunu unutabildiğimi biliyorum, ama sonunda her zaman aklımı başıma topluyorum. Aramızdaki ilişkinin bu kadar güçlü olması beni mutlu ediyor. Bu gibi durumlarda ilişkimizin güçlü olması gerekiyor." Sarf edilen kelimeler çok da önemli değildir. Önemli olan çocuklara bu tür şeyler söylediğimizde ses tonumuzun, bakışlarımızın ve dokunuşumuzun yumuşaklığıdır.

ÇOCUĞUNUZUN SİZİ YAKINDA TUTMASINA YARDIMCI OLUN

Bölüm 2'de bağlanmanın altı yolu olduğundan ve bu yolların her birinin bize çocuklarımızın davranışları –ve çoğu zaman kendi davranışlarımız– hakkında çeşitli ipuçları verdiğinden bahsetmiştim. Çocuklara aramızdaki bağın koptuğunu hissettiren şey, o anda duygusal hayatlarında hangi bağlanma dinamiğinin baskın olduğuna göre değişir.

Çoğunlukla duyuları aracılığıyla bağlanan çocuklar yeterince fiziksel temas kuramadıklarında ayrılık hisseder. Sahiplenerek bağlanan çocuklar, ebeveynlerinin kendilerinin lehinde değil, aleyhinde hareket ettiklerini hissettiklerinde yabancılaşır. Eşyazarım Gabor'un söylediğine göre, oldukça zeki ve hassas bir çocuk olan oğlu dokuz yaşındayken, sürekli kendisinde kusur bulduklarını hissettiğinden annesiyle babasının geceleri çocukların yaşamını nasıl zorlaştıracaklarını öğreten bir kursa gittiklerini hayal ediyormuş! Çok az sayıda çocuk hislerini böyle acıklı bir şekilde dile getirir, ancak çoğu, ebeveynlerinin kendi yanlarında olmadığını hisseder.

Bazı çocuklar ebeveynlerine yakın olduklarını hissedebilmek için onların gözlerinde önemli olduklarını bilmeye ihtiyaç duyar. Bu tür çocuklar öyle hissetmediklerinde –örneğin, ebeveynlerinin işlerine veya meşgul oldukları diğer etkinliklere hayatlarında kendilerinden daha fazla önem verdiklerine dair bir izlenime kapıldıklarında–aralarındaki bağların koptuğunu hissedebilir. Ebeveynlerine kalpten bağlı olan çocuklar onlardan yeterince sıcaklık ve sevgi görmediklerini düşündüklerinde, ayazda kalmış hissederler. Samimiyet duygusunu tanınmak ve anlaşılmak yarattığından, çocukların ebeveynlerinin kendilerini yanlış anladıklarını veya kendilerinden önemli bir sır sakladıklarını düşünmeleri veya böyle bir izlenime kapılmaları onlarla aralarının açılmasına neden olur. Bu yüzden, ebeveynler çocuklarına hiçbir zaman yalan söylememelidir. Yalanlar, ne kadar iyi niyetli olursa olsun, çocukları acı çekmekten koruyamaz. Söylenen yalanların farkına vardığımız, bazen bilincimize ula-

şamasa da, içimizde bize yalan söylendiğini anlamamızı sağlayan bir mekanizma vardır. Bu yüzden çocukların kendilerinden sır saklandığını düşünmesi ebeveynleriyle aralarındaki bağların koptuğunu hissetmelerine ve dışlanma endişesi yaşamalarına neden olabilir.

Özetle, çocuklarımız bize hangi yolla bağlanırsa bağlansın, birincil hedefimiz yerimize başkalarını koyma ihtiyacı duymayacak kadar bize bağlı kalmalarına yardımcı olmaktır.

FİZİKSEL OLARAK AYRIYKEN DUYGUSAL OLARAK BAĞLI KALMAK

En büyük zorluğu yakınlık hissetmek için öncelikli olarak duyularına bağımlı çocuklar yaşar. Çok küçük yaştaki çocuklar, elbette ki tabiatları gereği böyledir, ancak daha büyük birçok akran yönelimli çocuk da ebeveynleriyle aralarındaki yakınlık hissini onlardan uzak kalınca ön planda tutmakta zorlanır. Bu tür çocukları fiziksel ayrılık dönemlerinin ardından, hatta ortaokulda bir gün geçirmek gibi kısa süreli ayrılıkların ardından bile, bize karşı ilgisizleşmelerinden ve bizden uzaklaşmalarından tanıyabiliriz. Bu durumda sevgililerin fiziksel olarak ayrı kaldıklarında aralarında köprü kurmak için kullandıkları bazı yöntemlere başvurmamız faydalı olabilir. Hatta bu şekilde düşünmemiz bu konuya çözüm bulmak için birçok farklı fikir yaratmamıza olanak tanıyabilir. Sevgililerde, yakınlığı koruma arzusu karşılıklıdır; bu yüzden her iki taraf da genellikle kendisini bu göreve adar. Ancak çocuklar söz konusu olduğunda, çocuğun gereksinimlerini düşünme yükü ebeveynlerin sırtına biner. Ayrılığın sebebi ne olursa olsun –ebeveynlerin işe gitmek zorunda olmaları, çocukların okula gitmek zorunda olmaları, ebeveynlerin ayrı yaşaması, birinin hastaneye kaldırılması, kampa gitmesi veya ayrı uyuması– karşılaşılan zorluklar hep aynıdır.

Ebeveynlerin ayrı kalmalarının kaçınılmaz olduğu durumlarda çocuklarıyla aralarında bir tür köprü oluşturmak için kullanabilecekleri faydalı yöntemler arasında çocuklarına kendi

resimlerini vermeleri, onlara takabilecekleri özel takılar hediye etmeleri, bir yerlere okuyabilecekleri veya daha evvel okudukları notlar iliştirmeleri, ayrı kaldıklarında tutunabilecekleri kişisel bir eşyalarını vermeleri, belirli zamanlarda telefonla görüşmeleri, seslerini kaydedip onlara özel şarkılar veya mesajlar göndermeleri, üzerinde kendi kokuları olan bir şeyler hediye etmeleri, özel zamanlarda açılacak hediyeler vermeleri sayılabilir. Bu listeyi sonsuza kadar uzatmak mümkündür. Herkes bunun nasıl yapılacağını bilir; bu fiziksel ayrılıkların yaşandığı dönemlerde köprü kurmanın önemli olduğunu fark etmek ve bu köprüyü kurabilmek için sorumluluk üstlenmekle ilişkilidir. Bunu bize neye ihtiyaç duyduğuna dair ipuçları vermeyen çocuklar üzerinde uygulamak özellikle önemlidir. Burada elbette ergenlik çağına henüz gelmemiş çocuklardan bahsediyorum; bu gibi yöntemleri ergenlerin üzerinde uygulamak olumlu sonuçlar vermeyecektir!

Çocuklarla bağlantıda kalmamızın bir diğer yolu da yanlarında olmadığımız zamanlarda nerede olduğumuz hakkında fikir sahibi olmalarını sağlamaktır. İşyerinize aşina olmaları bu konuda yardımcı olabilir. Seyahate çıktığınızda, gittiğiniz yerleri harita üzerinden takip etmelerine olanak tanıyan bir düzenek kurabilirsiniz. Fiziksel ayrılığa katlanmak, tıpkı sevgililerde olduğu gibi, diğer insanın ne zaman nerede olduğunu bildiğimizde çok daha kolay olur. Süreklilik hissi yaratmayı başaramazsak yerimizi başka birileri doldurabilir.

Yanında olmadığımız zamanlarda hatıramızı çocuğumuzun zihninde canlı tutmak için başkalarından yardım alma yoluna gidebiliriz. Arkadaşlarımızdan, akrabalarımızdan veya bakıcılık yapan diğer yetişkinlerden çocuklarımızla bizim hakkımızda dostane sohbetler yapmalarını, belirli zamanlarda nerede olduğumuzu zihinlerinde canlandırmalarına yardımcı olmalarını ve onlara zihinlerinde güzel hisler uyandıracak resimlerimizi göstermelerini rica edebiliriz. Bu ilk etapta çocuklar için üzücü bir deneyim olabilse de bu tür dolaylı temaslar aramızdaki bağın korunmasına katkıda bulunur. Ayrı kaldığımızda yerimizi akranlarıyla doldurma riski taşıyan çocuklar söz ko-

nusu olduğunda, diğer yetişkinler çocuk ebeveyn ilişkisini korumak açısından çok önemli bir rol oynayabilir. Bu, özellikle de ebeveynleri ayrı yaşayan çocuklar için geçerlidir. Çocuklarımızın menfaatleri doğrultusunda hareket edecek olursak, ayrı kaldığımız zamanlarda çocuğumuzun diğer ebeveynine yakın olmasına yardımcı olmak için elimizden geleni yapmamız gerekir. Boşanmanın ardından akran yönelimi riskinin arttığı göz önünde bulundurulduğunda, bu en çok öncelik verdiğimiz hedeflerimizin ve sorumluluklarımızın arasında yer almalıdır. Ne yazık ki, bağlanma konusundaki farkındalığımız genelde ebeveynler arasındaki kişisel anlaşmazlıkları aşabilmemize yetecek kadar güçlü değildir.

EN DERİN BAĞ: SAMİMİYET

Çocuklarımıza bizi yakınlarında tutmaları için yardım ederken en önemli hedefimiz onlarla aramızda akranlarının rekabet edemeyeceği bir samimiyet oluşturmaktır. Arkadaşları onlara ne kadar yakın olursa olsun, çocukların birbirlerine kalplerini açmaları ender görülen bir olaydır. Çocuklar genelde en içten duygularını, utanç veya yanlış anlaşılma riski oluşturabilecek kadar kırılgan olan hislerini, kendilerine saklamayı tercih ederler. Görüştüğüm annelerden biri bana kızının atının bir binicilik kazasında ölmesinin ardından yaşadıklarını anımsayarak şu sözleri söyledi: "Jenna'nın en iyi arkadaşlarının kızımı bu kadar üzen bir olaydan haberdar olmadıklarını öğrendiğimde çok şaşırdım. Kızıma, olanları neden arkadaşlarına anlatmadığını sorduğumda, bana duygusuz bir şekilde bunların arkadaşlarıyla paylaşılacak konular olmadığını söyledi!" Bu tuhaf bir arkadaşlık kavramı olsa da akran yönelimli çocukların dünyasında yaygın bir şekilde görülür.

Çocukların birbirleriyle paylaştıkları sırlar genelde ya başka insanlar hakkındadır ya da kendileri hakkında çok çok az bilgi taşırlar. Kendilerini kırılgan bir konuma sokabilecek sırlarını nadiren paylaşırlar. Bu ebeveynler için iyi haber, çünkü etraflıca tanınmanın ve anlaşılmanın yarattığı yakınlık hissi muhteme-

len en zorlayıcı fiziksel ayrılıklara bile üstün gelebilecek bir bağ oluşturabilen samimiyetin en derin halidir. Böylesine samimi bir ebeveyn çocuk ilişkisinin gücü hiçbir şekilde küçümsenemez.

Böylesine samimi bir yakınlık kurmanın ilk adımı çocukları konuşturmaktır. Çoğu çocuk konuşmak için davet edilmeye ihtiyaç duysa da onlara ne düşündüklerini ve ne hissettiklerini sormak pek de işe yaramaz. Bazen konuşmalarını sağlamanın sırrı doğru yapıyı bulmaktır: beraber dışarıda düzenli vakit geçirmek, bazı görevleri paylaşmak, beraber köpek dolaştırmak vb. Ben genelde annemle beraber bulaşık yıkarken ya da yabanmersini toplarken normalde paylaşmadığım duygularımı ve düşüncelerimi ona açardım. Bu zamanlarda hissettiğim yakınlık benim için gerçekten de çok özeldi ve aramızda kalıcı bir bağın oluşmasında büyük katkısı oldu.

Eşyazarımın ergenlik çağındaki kızı gecenin geç saatlerinde, tam da biraz olsun yalnız kalmayı umduğu anlarda çalışma odasına gelmeyi alışkanlık haline getirmişti. Babasıyla günün geriye kalan kısmında paylaşmaya niyetlenmediği kişisel hikâyelerini sadece o saatlerde ve orada paylaşıyordu. Bu "davetsiz ziyaretleri" hoş karşılamayı ve takdir etmeyi öğrenen eşyazarım kızı odasına her girdiğinde okuduklarını veya göz gezdirdiği e-postalarını bir kenara bırakıp tüm dikkatini çocuğuna vermeyi seçti. Bu konuda, tıpkı eşyazarımın yaptığı gibi, karşımıza çıkan tüm fırsatları değerlendirmemiz gerekir.

Bazı çocuklar Bölüm 8'de açıkladığım savunma amaçlı nedenlerden dolayı duyarsızlaşmış olabilir. Bu tür çocukların kırılganlıkla uzaktan yakından ilişkili olan herhangi bir açıklama yapmalarını sağlamak, deveye hendek atlatmaya benzer. Onların bizimle paylaşımda bulunmasını mümkün olduğunca kolaylaştırmamız ve birincil hedefimizin onları düzeltmek veya onlara ders vermekten ziyade, onlarla bağlantı kurmak olduğunu aklımızdan çıkarmamız gerekir. Bu çocuklarla baş başa kalabileceğimiz fırsatlar yaratmamız ve onları çok fazla yönlendirmemeye özen göstermemiz iyi bir başlangıç olabilir. Uygun yöntemi bulmak büyük ölçüde bir deneme yanılma meselesi-

dir, ancak girişkenlik ve yaratıcılık genelde iyi sonuçlar getirir. Bağlantı kurmamız ne kadar zor olursa, bu işin peşini bırakmamamız o kadar önemlidir. Çocuklarımız onları ne kadar iyi tanıdığımızı ve anladığımızı düşünürse, başkaları tarafından yerimizden edilme riskimiz o kadar azalır. Bu tür bağlar kurmak çocuklarımızı akran yönelimine karşı korumamızın en güvenilir yoludur.

Psikolojik yakınlık hissi oluşturmayı, önleyici bir tedbir olarak görmeliyiz. Çocuklarımız yoğun bir şekilde akranlarına yöneldiklerinde, onlarla böyle bağlar kurabilme fırsatını büyük oranda kaçırmış oluruz. Bu gibi durumlarda, çocuklarımızla ilk olarak Bölüm 14'te değindiğim yöntemleri kullanarak yakınlaşmayı denememiz gerekir. Akran yönelimli çocuklar ebeveynleriyle önem verdikleri herhangi bir konu hakkında konuşmalarının saçma olduğunu düşünür. Bu konu hakkında konuşmak için katıldığım bir radyo programını arayan genç bir dinleyici akran yönelimli çocukların ebeveynlerinin neyle karşı karşıya olduğunu çarpıcı bir açıklıkla ifade etmişti. Konuya son derece vâkıf olan birinden beklenecek güven dolu bir ses tonuyla konuşan bu on beş yaşındaki kız, konuyu bana izah etmek için programı aramıştı. "Çoook tuhafsın. Ergenlik çağındayken, ailen arkadaşlarındır. Bir ergen niçin ebeveynleriyle konuşmak istesin ki? Bu doğru değil. Normal de değil." Akran yönelimli olduğu göz önünde bulundurulduğunda, konuya farklı bir şekilde yaklaşması düşünülemezdi. Bu sinsi bir hastalıktır; bu çocuklar herhangi bir şey ters gittiğinin farkında bile değildir. Akran yönelimli çocuklara içgüdülerinin kendilerini yanlış yönlendirdiğini veya akran ilişkilerine bu kadar yoğunlaşmalarının çıkarlarına hizmet etmediğini söylemek hiçbir işe yaramaz. Bu yanlışlığın hiçbir mantıklı yanı yoktur ve dünyadaki tüm gerekçeleri önlerine sunsak bile çarpık içgüdülerini düzeltmeyi başaramayız. Çocuklarımızı adım adım geri kazanabiliriz.

Akran yönelimine karşı alınabilecek en iyi önlem, çok yönlü olan ve kökleri derinlere inen bağlar kurmaktır. (Bölüm 17'de akran yönelimine nasıl engel olabileceğimize dair daha detaylı bilgiler sunacağım.) Tanındığını ve anlaşıldığını hisseden bir

çocuğun bağlanma açlığını akran yöneliminin sunduğu zayıf besinlerle tatmin etme ihtimali daha düşüktür. Bu şekilde, çocuklarımıza gelecekte kendi ebeveynleriyle yaşadıkları deneyimler kadar tatmin edici bağlar kurabilmeleri için örnek de teşkil etmiş oluruz. Böyle bir şablona sahip olmayan çocukların gelecekte öncelikli olarak tek boyutlu akran ilişkilerini temel alarak kurdukları ilişkiler son derece zayıf olabilir.

YAPILAR OLUŞTURUN VE KISITLAMALAR GETİRİN

Çocukların davranışlarına çeşitli kısıtlamalar getirmemizin gerekli olduğunu düşünsek de aslında kurdukları bağları düzene sokmamız bundan çok daha önemlidir. Bunun için yapmamız gereken iki iş vardır: bağlarımızı güçlendiren yapılar oluşturmak ve rekabeti zayıflatan kısıtlamalar getirmek. İnanın bana, eğer içinde bulunduğumuz durumu açık ve net bir şekilde görebilseydik, kültürümüzde çocuklarımızın kalplerini ve zihinlerini kazanmak için her yolun mubah olduğu, altta kalanın canının çıktığı, kazananın her şeyi aldığı ve kaybedenin eli boş döndüğü, sona kalanın dona kaldığı bir mücadele vermemiz gerektiğini fark ederdik!

Yapabileceklerimiz tabii ki sınırlıdır: Çocuklarımızın bizimle beraber olmayı istemeye, yollarını bizim tavsiyelerim doğrultusunda çizmeye veya bizi sevmeye zorlayamayız. Onları gözümüzde iyi birer birey olmayı arzulamaya zorlayamaz, kimlerle arkadaşlık edeceklerini seçemeyiz. Yetişkinlere bağlı çocuklar için bunların hiçbirini yapmamız gerekmez, bizimle kurdukları bağlar bu işleri bizim adımıza halleder. Aynı şekilde, yapmamız gerekenlerin de bir sınırı vardır: Onlara görüşlerimizi dayatmamamız, onları yanımızda kalmaya zorlamamamız gerekir. Çocuklarımıza tutunmak onların davranışlarını şekillendirmekten ziyade, bağlanma içgüdülerini faaliyete geçirmek ve bağlanmanın doğal hiyerarşik düzenini korumakla ilişkilidir. İçgüdüleri bizden uzaklaşmalarını emreden çocukları yakınımızda tutmamız yeterli –veya mümkün– değildir. Bi-

zimle beraber ve bize bağımlı olmaları onlara normal ve doğal gelene dek ilişkimizi korumak ve onarmak için çaba sarf etmeliyiz. Bunun için çeşitli yapılar oluşturup kısıtlamalar getirmemiz gerekir. Artık sağlığımızı veya mali işlerimizi kadere bırakmadığımız gibi, çocuklarımızın kurduklarını bağları da kadere bırakmamamız gerekir.

Yapılar ve kısıtlamalar kutsal değerleri korur. Kültürün bir görevi de el üstünde tuttuğumuz, ancak günlük hayatlarımızda acilen üzerinde durmamız gerektiğini düşünmediğimiz değerleri korumaktır. Örneğin, egzersiz yapmamızın ve arada bir yalnız kalmamızın fiziksel ve duygusal sağlığımız için faydalı olduğunu biliriz, ancak çok acil değil diye düşündüğümüzden bu gereksinimlerimizi düzenli olarak karşılamak için nadiren harekete geçeriz. Egzersiz yapmanın ve meditasyon amaçlı yalnız kalmanın rutin uygulamalar olarak benimsendiği kültürler üyelerini bu motivasyon eksikliğine karşı korur. Kültürümüz yozlaştıkça, aile hayatını ve ebeveyn çocuk ilişkilerinin kutsallığını koruyan –hayati önem taşıyan, ancak acilen üzerinde odaklanmamız gerektiği düşünmediğimiz– yapılar ve ritüeller de yavaşça kaybolur.

Provence Bölgesi'nin kültürü ekonomik baskılara ve gençlik kültürüne boyun eğmiş olsaydı, çocuklarla yetişkinlerin arasındaki bağları koruyan ritüeller de muhtemelen yok olurdu: aile bireylerinin masanın etrafında toplanarak hep beraber yemek yemesi, okulların kapısında çocukların teslim alındığı sırada yapılan selamlaşmalar, köy festivalleri ve pazar günleri yapılan aile yürüyüşleri. Bu yüzden günümüz ebeveynlerinin duruma müdahale ederek kendilerine ait işlevsel bir tür mini kültür oluşturması gerekmektedir. Kutsal değerlerimizi koruma altına almak için bu sorunun üzerine kısa vadede eğilme dürtümüzden kurtulup, bize uzun vadeli hizmet edebilecek çeşitli bağlanma ritüelleri oluşturmaya ihtiyacımız var. Humpty Dumpty karakteri, meşhur çocuk tekerlemesinde parçalarına ayrılır, sonra da birleştirilemez; işte işlerin o hale gelmesine izin veremeyiz.

Günümüzde sahip olduğumuz bağlanma gücünü gele-

cekte ihtiyaç duyacağımız gücü güvence altına almak için kullanmamız akıllıca bir davranış olacaktır. Çocuklarımızı bizden uzaklaştıran, aynı zamanda onlarla yakınlaşmamızı engelleyen etkenleri kısıtlamaya yönelik yapılar geliştirmeliyiz. Getirilen kuralların ve kısıtlamaların etki alanı televizyon, bilgisayar, telefon, internet, bilgisayar oyunları ve okul dışı faaliyetleri kapsamalıdır. Kısıtlama getirilmesi gereken en bariz alan akran etkileşimleridir, özellikle de çocukları yetiştirmekle yükümlü olan yetişkinlerin denetiminde gerçekleşmeyen serbest etkileşimler... Ebeveynler bu tür etkileşimlere kısıtlama getirmediği sürece, gençlerin oyun buluşmalarına ve partilere gitmek, arkadaşlarında yatıya kalmak ve mesajlaşma sürelerini uzatmak gibi talepleri kısa zamanda çığırından çıkacaktır. Akranlarla beraber olma arzusunun ebeveynlere yakın olma arzusuna baskın çıkması fazla uzun sürmez. Bize avantaj kazandıran kurallar ve kısıtlamalar olmadan, akranlarla rekabet etmemiz giderek daha da zorlaşır. Bu noktada herhangi bir konuda yasak getirmekten bahsetmediğimi vurgulamak istiyorum. Yapılar ve kısıtlamalar akran yönelimli çocuklar üzerinde daha fazla zarar yaratmadan uygulanamaz. Bu durumda farklı yaklaşımların kullanılması gerekir.

Zeki ebeveynler çocuklarına bağlanma kuvvetlerinin kaldırabileceğinden fazla kısıtlama getirmez. Görüştüğüm bir ergen annesi, "Lance on bir yaşında, sıradan bir çocukken bir anda popüler çocukların grubuna katıldı" dedi. "Babası da ben de yeni edindiği iki yakın arkadaşından çok rahatsız olduk. Ebeveynlerine veya ailelerine düşkün çocuklarmış gibi görünmüyorlardı. Bu çocuklar evimize geldiğinde rahatsız oluyorduk. Bu içimizden gelen güçlü bir duyguydu. Bu çocukların ikisi de sinirlerimizi geriyordu.

Lance bir anda arkadaşlarının dinlediği CD'leri dinlemeye başladı; dinlediği müzikler iğrençti, bunu bir rock müziği hayranı olarak söylüyorum. Küfür ve vahşet doluydular. Şimdi olsa umurumda olmayacak CD'lerdi, ama o dönemde, oğlum daha on bir yaşındaydı... Her neyse, Josh adındaki arkadaşı Fareli Köyün Kavalcısı gibiydi. Sanki kavalını çalarak oğlumu peşine ta-

kıp götürmüştü. Lance büyük bir değişim geçirdi. Yanımızdayken içine kapanıyordu ve sürekli bu çocuklarla beraber olmayı talep ediyordu.

Aralarındaki ilişkiyi koparmamız gerektiğine karar verdik. Çabalarımız büyük bir başarısızlıkla sonuçlandı. Bir gün Lance ile oturup konuştuk. Ona, 'Babanla beraber bir karar verdik, artık Josh'u görmek istemiyoruz' dedim. İlk başta sürekli ağladı. Onu Josh ile bizim aramızda bir seçim yapmaya zorladığımız ve bunun sonucunda Josh'u seçtiği açıkça belli oluyordu. Ağlamasının nedeni beni özleyecek olmasıydı.

Sonrasında oğlumuz bizimle konuşmadı. Sonraki üç buçuk ay boyunca ağzından tek bir kelime bile çıktığını duymadık. Josh ile görüşmeye devam etti; okulda, okuldan sonra ve hafta sonlarında. En sonunda pes etmek zorunda kaldık." Lance'in anne babasının gözden kaçırdığı konu akran sorunuyla doğrudan yüzleşmemeleri gerektiğiydi. Bunun için yeterince bağlanma gücüne sahip değillerdi, bu yüzden de oğullarının akranlarıyla kurduğu etkileşimleri kısıtlama çabalarının hüsranla sona ermesi kaçınılmazdı. İşin köküne dönüp oğullarıyla daha fazla yakınlaşmaları ve onu cezbederek ilişkilerini güçlendirmeleri gerekiyordu.

Aile bireylerinin bir araya geldiği gezilerin ve tatil günlerinin korunması gerekir. Bu günler çocuklarımızla yakınlaşmamıza ve aramızdaki bağları güçlendirip korumamıza hizmet ettiğinden, böyle günlerde yaptığımız planlara çocuklarımızın arkadaşlarını da dahil ederek işlevlerini sulandırmamamız gerekir. Kayak merkezlerinde ve tatil köylerinde giderek daha da popüler olan, aile bireylerinin birbirlerinden ayrıldığı tatillere çıkmayı da göze alamayız. Aile tatillerinde bile çocuklar çocuklarla, yetişkinler de yetişkinlerle vakit geçirir diye düşünmemiz, veya tatil günü demek ebeveynin çocuklarından uzaklaştırma fırsatı demektir gibi bir fikre kapılmamız, akran yöneliminin ne kadar çılgın boyutlara ulaştığının bir göstergesidir. Çocuklarımızdan ne kadar ayrı kalırsak, aramızdaki bağ o kadar zayıflar. İşin ironik yanı, onlardan ayrı kaldığımızda ebeveynlik görevlerimizi yerine getirmemiz zorlaşır, dolayısıyla da onlar-

dan ayrı kalmaya daha fazla ihtiyaç duyarız.

Çocuklar, özellikle de akran yönelimli çocuklar, ergenlik çağına geldiklerinde, onlara herhangi bir kısıtlama getirmemiz elbette daha da zorlaşır. Arkadaşlarıyla aralarındaki ilişkileri diledikleri gibi yönetme özgürlüğüne sahip olmayı talep ederler ve bu konuda onlara karşı çıkan herkese kan kustururlar. Çarpık içgüdülerini takip eden akran yönelimli ergenler, arkadaşlarıyla beraber olmaları gerektiğinden, ebeveynlerin ise hayatta gerçekten önemli olan her şeyin önünde engel teşkil ettiğinden en ufak bir şüphe duymazlar. Onlara göre, bunu anlamayan ebeveynler ve öğretmenler dünyada olup bitenlerden haberdar değildir ve onları anlama kapasiteleri yoktur.

Bu yüzden hâlâ gücümüz yetiyorken çeşitli yapılar oluşturmamız gerekir. İşimizi kadere bırakırsak ailelerimiz bireysel uğraşlar, toplumsal talepler, ekonomik baskılar ve çocuklarımızın yanlış içgüdüleri tarafından yavaş yavaş paramparça edilecektir. İşin püf noktası ebeveyn-çocuk ilişkilerini koruyan ve güçlendiren yapılar oluşturmaktır: aile bireylerinin bir araya geldiği tatiller, kutlamalar, oyunlar, aktiviteler vs. Buna vakit ayırıp çeşitli ritüeller yaratmazsak, daha acil olduğunu düşündüğümüz baskılar eninde sonunda galip gelecektir. Bu görev tek ebeveynli aileler için daha önemlidir, çünkü rekabet halinde olan baskılar daha şiddetlidir. Evlilik müessesesinde varlıklarını hâlâ sürdüren kültürel gelenekler, eskisine oranla zayıflamış olsa bile, ailelerin dağılmasıyla genelde bir kenara atılır.

Provence Bölgesi'ne yaptığımız seyahatin ardından, aile bireyleriyle bir arada oturup yemek yemenin en önemli bağlanma ritüeli olduğunu düşünmeye başladım. Bağlanma ve yemek çok uyumlu bir ikili. Biri diğerinin işini kolaylaştırıyor. Bence aile yemekleri bağımlılığın kısıtlanmadan dışa vurulması gereken etkinlikler: Bağlanma hiyerarşisinin doğallığının korunduğu, bakıma muhtaç olanların sorumluluklarını üstlenen kişiler tarafından bakıldığı, deneyimin hâlâ değerli olduğu, bakmanın ve bakılmanın hâlâ insanları hoşnut ettiği ve yemeğin kalbe giden yol olduğu etkinlikler. Diğer memeli türlerinin üzerinde yapılan araştırmalar sindirim sisteminin bile bağların güçlü ol-

duğu ortamlarda daha iyi çalıştığına işaret etmektedir. Belki de bağlanma düzeninin bozulması okul çocuklarında karın ağrılarının ve beslenme sorunlarının neden artış gösterdiğini açıklayabilir. Ayrıca birçok akran yönelimli çocuğun ebeveynleri tarafından beslenmeye karşı çıkmalarının ve masaya oturup diğer aile fertleriyle beraber yemek yemeyi reddetmelerinin nedenini de açıklayabilir.

Bir araya gelerek yemek yememiz aramızda ilkel bir bağ kurulmasına yol açabilir, ancak yemek yerken ortaya çıkan etkileşimlerin aramızda gerçek bir bağ kurulmasını sağlama ihtimali daha yüksektir. Aile yemekleri güçlü bir yakınlaşma ritüeli olabilir. Başka hangi faaliyet çocuklarımızla dostane bir şekilde yüz yüze gelmemiz, onlara tutunabilecekleri bir şeyler sunmamız ve onları bize bağımlı olmaya davet etmemiz için bu kadar iyi bir fırsat sunabilir? Başka hangi faaliyet bakışlarını üzerimize çekmemiz, yüzlerini güldürmemiz ve başlarını eğmelerini sağlamamız için bu kadar iyi bir fırsat sunabilir? Yemeklerin tarihin başlangıcından beri insanların kur yapma ritüellerinin merkezinde yer almasına pek de şaşırmamamız gerekir. Bu durum aile yemeklerinin niçin Provence kültürünün temel taşlarından biri olduğunu, masaların niçin dikkatli bir şekilde kurulduğunu, yemeklerin birer birer servis edildiğini, geleneklere uyulduğunu, yemeklerin uzun süreli etkinlikler olarak tasarlandığını ve yarıda kesilmesine izin verilmediğini de açıklar. Aile yemeklerinin, aralarına fırıncı, kasap ve köy pazarındaki satıcıların da dahil olduğu, büyük bir yardımcı oyuncu kadrosu vardır. Öğle ve akşam yemeklerinde işyerleri kapanır, dükkanlar kapılarına kilit vurur. Hazır yemek lokantalarının sayısı, tıpkı yalnız ve ayakta yiyen insanların sayısı gibi, çok azdır. Bazı insanlar Provence kültürünün bir yemek kültürü olduğunu da ileri sürmüştür. Ancak bana göre, yenilen yemekler bu kültürün yalnızca en belirgin özelliği. Bu yemeklerin esas amacı bağlanma. Aile yemekleri Provence Bölgesi'nde kaldığımız süre boyunca bizim aile hayatımızın da merkezinde yer aldı. Geri döndüğümüzde çocuklarımızın en çok özledikleri şeydi.

Yeni Dünya'da bu konuyla başımızın büyük bir belada ol-

duğunu söyleyebilirim. Aile fertlerinin bir masa etrafında toplanarak yemek yemesi günümüzde yok olmaya yüz tutan bir etkinlik haline geldi. Devam ettirildiği yerlerde de aile fertlerinin yalnızca beslenme amacıyla bir araya geldiği göstermelik bir etkinlik olma olasılığı oldukça yüksek. Bunun yerine gidilmesi gereken yerler, yapılması gereken işler, katılınması gereken spor etkinlikleri, başında oturulması gereken bilgisayarlar, satın alınması gereken eşyalar, seyredilmesi gereken filmler ve izlenmesi gereken televizyonlar var. Yemek yeme bir sonraki etkinliğe hazırlık yapmak için yürüttüğümüz bir faaliyet. Ancak bu etkinlikler bize nadiren çocuklarımızla yakınlaşma fırsatı sunar. Şu anda, aile fertlerini bir araya getiren yemeklere her zamankinden çok ihtiyacımız olmasına rağmen, çoğu zaman kendi başımıza yemek yiyor, çocuklarımızın da aynısını yapmalarına izin veriyoruz. Elbette ki herkesin gerginleşmesine neden olan, genelde kavgalarla sonlanan veya sofra adabına ya da masayı kimlerin toplayacağına ilişkin tartışmalara zemin hazırlayan yemekler aile fertlerinin yakınlaşmasına herhangi bir katkıda bulunmaz. Ebeveynlerin yemek vakitlerini çocuklarıyla dostane bir şekilde yüz yüze gelmek için kullanması gerekir.

Çocuklarımızla yakınlaşmak ve aramızdaki bağları korumak için kişisel yapılar da büyük bir önem arz eder. Esas gündemi çocuklarımızla aramızdaki bağları güçlendirmek olan etkinlikler için vakit ayırmamız ve yer ayarlamamız gerekir. İlişkilerin kurulması ve bağların korunması baş başayken, grup içinde olduğundan çok daha etkili olur. Gerçek amacımızı sayısız faaliyetle maskeleyebiliriz: beraber bir proje üzerinde çalışmak, yürüyüşe çıkmak, oyun oynamak, yemek pişirmek, kitap okumak vs. Kitap okumak ve ninni söylemek gibi uyku öncesi ritüelleri de nispeten daha küçük yaştaki çocuklarla kurabileceğimiz, faydalı olduğu tasdiklenmiş bağlanma etkileşimleridir. Yine, birçok ebeveyn bunları tek başlarına düşünebilecek yeteneğe sahiptir. Ancak çoğu ebeveyn çocuklarını rakiplerine kaptırmamak için aralarındaki bağı korumaları gerektiğinin farkında değildir. Haftada bir yapılan aktiviteler bile bağlanma hedeflerine ulaşılması için çok büyük bir yol kat edilmesini sağlayabilir.

AKRAN ETKİLEŞİMLERİNE GETİRİLEN KISITLAMALAR

En ideali yapıların ve kısıtlamaların tedbir amaçlı kullanılması olsa da akran saplantısını ıslah etmek için de kullanılabilirler. Konuya doğrudan yaklaşmaktan mümkün olduğunca kaçınmamız gerekir. Çocuklara arkadaşlarına gereğinden fazla değer verdiklerini söylememiz, yalnızca onların ne kadar tuhaf olduğumuzu ve onları ne kadar az anladığımızı düşünmelerine neden olacaktır. Bu işi bizim adımıza, esas gündemimizi ifşa etmeden yapabilecek etkinlikler ve yapılar geliştirmemiz gerekir. Çocuklar genelde öğle yemeklerinde akranlarıyla kaynaşıyorsa, ebeveynler veya diğer bakıcılar farklı alternatifler aramayı öncelik haline getirmelidir. Çocuklar en çok okuldan sonra akranlarıyla beraber oluyorsa, rakip etkinliklerin düzenlenmesi için okulun dağılmasından sonraki saatler hedef alınmalıdır. Eğer yatılı ziyaretler sorun oluyorsa, sıklıklarını kısıtlamak yerinde olacaktır. Kızımız Bria'ya uyguladığımız ayda bir yatılı ziyarete izin verme politikası aramızda zaman zaman büyük tartışmaların çıkmasına neden oldu. Bir gün, öfkelenerek, "Ama bu hiç adil değil, bizim kaynaşacağımız süreden çalıyorsunuz" dedi. Endişe duyduğumuz konuyu daha kısa ve öz bir şekilde ifade edemezdi. Eğer evimizdeki bağlanma teknolojileri –cep telefonları, internet, Microsoft Messenger– çocuklarımızın rakiplerimizle daha da yakınlaşmasına hizmet ediyorsa, bir yolunu bulup bu tür teknolojilere erişim sağlamalarını kısıtlamalı veya bunlara rakip, yeni yapılar geliştirmeliyiz. Ancak bir çocuk tam anlamıyla akran yönelimli olduğunda, akranlarına yakın olma içgüdüleri o kadar güçlü olabilir ki koyulan kurallar davranışlarını değiştirmeye yetmeyebilir. Bu gibi durumlarda, akran yöneliminin güçlenmesine hizmet eden teknolojik araç gereçlerin yok edilmesi gerekir, tıpkı bir aile bireyinin alkol sorunu olması durumunda evdeki içkilerin yok edilmesi veya empoze edilen televizyon izleme sınırlarının önemsenmeden ihlal edilmesi durumunda televizyonun fişinin çekilmesi gerektiği gibi.

Ebeveynler bazen bir adım önde giderek çocuklarının ak-

ranlarıyla başarılı bir şekilde rekabet edebilir. Akran yönelimli çocuklar genelde ileriye dönük planlar yapmakta zorlanır. Her zaman akranlarıyla beraber olmak isteseler de bunu gerçekleştirmek için çok fazla çaba sarf etmeleri arkadaşlarına muhtaçmış gibi görünmelerine neden olup reddedilmelerine zemin hazırlayabilir. Bu yüzden istediklerini dolaylı yollardan elde etmek konusunda ustalaşırlar: Aralarında geçen sohbetler, "Merhaba, ne yapmak istiyorsun?", "Bilmem, sen ne yapmak istiyorsun?", "Bilmem", "Belki beraber takılıp bir şeyler falan yaparız", "Fark etmez, kafana göre" şeklinde sürüp gider. Akran yönelimli çocuklar hem kendilerini hem de karşılarındaki arkadaşlarını kırılgan bir konuma sokmadan, bir şekilde geçinir. Bağlanma içlerinde bir arada olma arzusu uyandırır, ancak kırılganlık korkusu bunu açık bir şekilde dile getirmelerini engeller. Bunun iyi yanı ebeveynlerin akran etkileşimlerine önleyici bir darbe vurmalarına fırsat vermesidir. Çocukların akranlarıyla sosyalleşeceklerini öngörebildiğimiz zamanlardan bir gün, hatta bazen saatler önce bir etkinlik planlamamız –özel bir yemek, alışveriş, aile gezisi, sevdikleri bir faaliyet– onları akran etkileşimi girdabına kapılmaktan kurtarabilir. Yaratıcılığımızı kullanarak çocuklarımızın akranlarıyla böyle zamanlarda kaynaşmalarını engellememiz, akran yöneliminin sonradan ortaya çıkacak belirtilerine tepki vermemizden çok daha iyidir.

Çoğu zaman, akran etkileşimlerini yeterince azaltabilirsek, kendi kendine gerçekleşen bir seçilim süreci başlar. Çocuklarımızın arkadaşları içinde akranlarına en yoğun şekilde yönelmiş olanları akranlarıyla etkileşim kurmaya öncelik veren diğer çocuklara yönelir. Hepimiz kendimizle ortak ilgi alanlarına ve değer yargılarına sahip insanlara bağlanmak istediğimizden, ebeveynleriyle aralarında güçlü bağlar olan çocuklar da sıklıkla ailelerine nispeten daha fazla önem veren arkadaşlar bulur. Bria altıncı ve yedinci sınıftayken tam olarak bunu yaşadı. Akranlarına daha yoğun bir şekilde yönelen çocuklar ondan uzaklaşıp kendilerine benzeyen çocuklarla yakınlaştı ve Bria'nın yanında yalnızca ailelerine bağlı olan ve yakın kalmak isteyen arkadaşları kaldı. Çocuklarımız ve kendimiz için istediğimiz şey tam olarak ailelerle rekabete girmeyen arkadaşlardır.

Elbette ki bu noktaya ulaşmak için çocuklarımızı, özellikle de akran yönelimli çocuklarımızı, kendilerini üzebilecek bir süreçten geçirmemiz gerekebilir. Yaptıklarımızın onlara uzun vadede fayda sağlayacağını bilsek bile çocuklarımızı üzebilecek şeyler yapmamız zordur. Akranlarıyla beraber olmaya niyetli çocuklara kısıtlamalar getirmemiz, onları çok kötü bir pozisyona sokar. Birbirlerine yakın olabilmeleri karşılarına çıkan her iletişim ve etkileşim kurma fırsatını değerlendirmelerine bağlı olur. Arkadaşlarından gelen herhangi bir MSN mesajını, internet üzerinde gerçekleşen sohbet etkinliğini, telefon konuşmasını, buluşma, yatıya kalma veya partiye gitme fırsatını kaçırmaları ilişkilerini tehlikeye sokabilir. Takıntı haline gelebilen bu güvensizlik genelde geçerli nedenlere dayanır. Çocuklar akranlarına ne kadar yoğun bir şekilde yönelirse, akranlarıyla beraber olmak için kendileri kadar çaba sarf etmeyen veya ebeveynleri tarafından engellenen çocuklara karşı tahammülleri o kadar azalır. Bu zalimce bir davranışmış gibi gelse de çocuklarımızın akranlarıyla aralarındaki ilişkilere müdahale etmemiz genelde çocuklarımızın çıkarına olur. Kimse çocuklarının ayazda kaldığını görmek istemez, ama bu akran ilişkilerinin ebeveynleriyle aralarındaki yakınlığı tehdit etmesinden iyidir. Akran yönelimli çocukları üzülmekten kurtarmanın yolu yoktur. Yapabileceğimiz tek şey bu üzüntüyü şimdi mi, yoksa sonra mı yaşayacaklarını seçmektir. Onlara kısa vadede yaşattığımız üzüntü, gelecekte çok daha büyük sorunlar yaşamalarını engeller.

Getirdiğimiz kısıtlamalar çocuklarımızın üzülmelerine sebep olacağından, zorlu zamanlara hazırlıklı olmamız gerekir. Kafalarını akranlarıyla ilişkilerini sürdürmeye takmış çocuklara çeşitli kısıtlamalar empoze etmemiz, onları büyük bir ihtimalle çok öfkelendirecektir. Aklınızda çocuğunuzun çizmeyi aşıp aşmadığına dair herhangi bir soru işareti oluştuysa, derin üzüntüsünü kaba ve yüksek sesli bir şekilde ifade etmesi tüm şüphelerinizi gidermeye yeterli olacaktır. Eşyazarım Gabor, uyuşturucu bağımlılarıyla çalışırken hastalarına diledikleri narkotik ilaçları yazmadığında sıklıkla benzer taşkınlıklara ve dinmek bilmeyen öfke nöbetlerine şahit olduğunu söylüyor.

Burada benimsenebilecek en akıllıca yaklaşım bu tür saldırıları üzerimize alınmamaktır. Akran yönelimli çocuklar için, hayatın sırrının akranlarıyla beraber olmak olduğunu aklımızdan hiçbir zaman çıkarmamamız gerekir. Bu arayışlarına engel olmamız büyük bir bağlanma hüsranı yaratır. Bu yüzden ebeveynlerin karşılaşabilecekleri saldırgan ve düşmanca tavırlara hazırlıklı olmalarında fayda vardır. Dahası, akran yönelimli çocukların bu hedeflerine takılı kalıp arayışlarından vazgeçmediklerini de aklımızdan çıkarmamamız gerekir. Çabalarının beyhude olduğu gerçeğini kabullenemedikleri için sergiledikleri ısrarcı tavırlar katlanılmaz bir hal alabilir. Bu çocukların dik başlı veya güçlü iradeli olduğunu düşünmek büyük bir hata olacaktır; bu çocuklar aslında çıkmaza saplanmış ve çaresizdir. Akran yönelimleri daha ileri boyutlara ulaşan çocuklar akranlarına bağlı olmadıkları bir yaşamı hayal bile edemezler. Bu yüzden kurallarımızın ve kısıtlamalarımızın neden olabileceği tepkilere tahammül edebilmek ve gerektiğinde bu tepkileri yatıştırabilmek için hazırlıklı olmalıyız. Burada asıl görevimiz kendimize tutunmaktır; başka bir deyişle, kendimizi kaybetmemeli ve tepkilerimizin kontrolden çıkmasına izin vermemeliyiz. Bunu yapmamız, bu gibi durumlarda karşımıza çıkan engelleri aşana dek çocuklarımıza tutunmamıza yardımcı olacaktır.

Çocuklarımıza kısıtlamalar koyarken nelere ihtiyaçları olduğuna dair iyimser bir görüşü, nelerin mümkün olduğuna ilişkin gerçekçi bir görüşle birleştirmeliyiz; başka bir deyişle, gerçekte ne kadar bağlanma gücüne sahip olduğumuzu değerlendirmeliyiz. Bu kısıtlamaları ne kadar dolaylı yollardan koyarsak ve işimizi bizim yerimize yapması için ne kadar ileriye dönük yapılar oluşturursak, kafa kafaya çarpışma ihtimalini o kadar azaltmış oluruz. Bağlanma gücüne sahip olmadan çeşitli kurallar koymaya teşebbüs etmemiz yalnızca acizliğimizin ortaya çıkması için gereken zemini hazırlayacaktır. Acizliğimizi hiçbir zaman çocuklarımıza göstermememiz gerekir. Güçsüz olduğumuz ortaya çıktıktan sonra, maskemiz düşecek; çocuklarımız haklı olarak en sert tehditlerimizin bile birer blöf olduğunu düşünecektir; tabii bahsi artırıp, gücümüzü ilişkimize ciddi bir zarar verebilecek şekilde kullanmaya hazırlıklı değilsek. Bağlan-

ma gücü olmadan gerçek güce sahip değilizdir.

Akran etkileşimlerine kısıtlamalar getirirken hatırlamamız gereken bir diğer konu da bunun çözümün yalnızca yarısı olduğudur. Akran yönelimli çocuklar söz konusu olduğunda, aşmamız gereken zorluk onları yalnızca akranlarından ayırmak değil, onları bizden uzaklaştıran süreci de tersine döndürmektir. Bunun için çocuklarımızın akranlarını uzaklaştırıp yerlerine kendimizi, yani ebeveynlerini koymamız gerekir. Getirdiğimiz kısıtlamalarla bir bağlanma boşluğu yaratabilirsek, bu boşluğu kendimizle doldurmaya hazır olmamız gerekir. Önceki paragraflarda ev hapsi cezalarını çocuklarımızı terbiye etmek için değil, onlarla yakınlaşmak için kullanabileceğimiz bir fırsat olarak değerlendirilmesi gerektiğine değinmiştim (bkz. Bölüm 14). Cezaların sağladığı asıl fayda çocuklarımıza herhangi konuda ders vermemize olanak tanıması değildir; izleyen bölümde de göreceğimiz üzere, "ders vermek" için tasarlanmış cezalar bu işlevi çoğu zaman yerine getiremeyebilir. Ancak ev hapsi cezalarıyla akran etkileşimlerinin kısıtlanması, çocuklarımızın akranları yerine bizimle vakit geçirmeleri için iyi bir fırsat sunabilir.

Ebeveynler olarak, akıntıya karşı yüzmek, akran etkileşimlerine kısıtlamalar getirmek ve çocuklarla aramızdaki bağları korumaya yönelik yapılar oluşturmak için büyük bir özgüvene sahip olmamız gerekir. Akran etkileşimlerine niçin kendileri kadar önem vermediğimize ve bu etkileşimleri niçin kısıtlamaya çalıştığımıza anlam veremeyen arkadaşlarımızın kuşkucu ve eleştirel tepkilerine karşı koyabilmek için biraz cesaretli olmamız gerekebilir. Görüştüğüm genç bir baba bana, "Çok yakın olduğumuz, iyi ve dürüst insanlar olduklarını bildiğimiz arkadaşlarımız bile korkularımızın yersiz olduğunu söylüyor, bize çocuklarımızın akranlarıyla istedikleri kadar vakit geçirmelerine, onlarda yatıya kalmalarına vs. izin vermemiz için baskı yapıyorlar" dedi. "Çocuklarımızın akranlarıyla diledikleri kadar vakit geçirmelerine niçin izin vermediğimizi izah ettiğimizde, onlara istemeden hakaret etmiş oluyoruz, çünkü onlar zaten bizim uyguladığımız yöntemin zıddını seçmiş oluyor."

Akran yönelimli çocukların çaresiz yalvarışlarına karşı ko-

yabilmek, kaçınılmaz kahroluşlarına ve isyankârlıklarına dayanabilmek için güçlü olmamız gerekir. Her şeyden önemlisi, çocuklarımız için en iyi yolu bizim sağlayabileceğimize inanmamız gerekir. Kendi ebeveynlik sezgilerimize kavramsal destek sağlanması bize bu konuda yardımcı olacaktır –bu kitap bunu yapmayı hedeflemektedir– ancak akıntıya karşı kürek çekebilmek için cesaretli olmamız gerekecektir. *Kendilerinde bu işin altından kalkabilecek özgüveni, sabrı ve sıcaklığı bulamayan ebeveynlerin kitapta sunduğumuz önerilere uymalarını tavsiye etmiyoruz. İnsanlar çocuklarına nasıl ebeveynlik yapmaları gerektiğini kitaplardan öğrenmemelidir – bu kitaptan bile!*

Hareketlerimizin ve tavırlarımızın temelinde çocuklarımızın çıkarlarını en iyi şekilde gözettiğimize ilişkin derin bir özgüven duygusu yatmalıdır; bu da insanın kendi içgörülerine tam anlamıyla güvenmesini ve inançlarına kararlı bir şekilde bağlı olmasını gerektirir.

16

Bölmeyen Disiplin

Ebeveynlerin karşılaştıkları en zorlu engellerden biri çocukların davranışlarına çekidüzen vermelerini sağlamaktır. Kendini kontrol etmekten aciz bir çocuğu nasıl kontrol edebiliriz? Yapmak istemedikleri şeyleri nasıl yaptırtabiliriz? Bir çocuğun kardeşlerine karşı saldırgan tavırlar sergilemesini nasıl engelleyebiliriz? Talimatlarımıza uymayı reddeden bir çocuğu nasıl idare edebiliriz?

Kısa vadeli sonuçlara ve anlık çözümlere odaklanan kültürümüzde, düzene sokulması gereken en önemli unsurun davranışlar olduğu düşünülür. Bu görüşü geçici olarak benimsediğimiz an, bu yöntemin başarılı olduğunu kabullenmiş oluruz. Ancak işin içine bağlanma ve kırılganlık unsurlarını da dahil ettiğimizde, davranışlara odaklanan yaklaşımların –çeşitli yaptırımların uygulanması, yapay sonuçların çıkarılması ve imtiyazların elden alınması gibi– başarısızlıkla sonuçlanmasının kaçınılmaz olduğunu görürüz. Cezalar ilişkilerde çekişme oluşturur ve duyguların katılaşmasına yol açar. Çocuklara ders vermeyi hedefleyen mola verme yöntemi, davranışları hizaya sokmayı hedefleyen "sert sevgi" gösterileri ve çocukların uyumlu olmalarını sağlamak için kullanılan "1-2-3 Magic"* yöntemi çocuklarımızla aramızdaki ilişkiyi geren taktiklerdir. Öfke nöbeti geçiren bir çocuğu görmezden geldiğimizde, yaramazlık yapan bir çocuğu soyutladığımızda veya sevgi göstermediğimizde çocukların güven duyguları zayıflar. Çocuklara emirler yağdırma-

* Magic" yürümeye başlayan çocukların ve diğer küçük çocukların üzerinde uygulanan ve çocuklara "üç hata yapma hakkı" verilmesine dayanan, aynı isimde çok satan bir kitaptan alınmış popüler bir yöntemdir.

mız –aynı şekilde, ödüller ve rüşvetler vermemiz– karşıt iradeyi kışkırtır. Tüm bu yöntemler çocukları akran girdabına sürüklenme riskiyle karşı karşıya bırakır.

O halde, ebeveynler çocuklarının davranışlarını değiştirmek için bunların haricinde hangi yaklaşımları kullanabilir?

Çocukların davranışlarını değiştirmek için kullanılabilecek birçok güvenli, doğal ve etkin yöntem vardır. Bu yöntemlerin bazıları, ebeveynlik görevlerimizi yerine getirirken ne yapmamız gerektiğine odaklanmak yerine nelerin önemli olduğuna odaklanırsak –başka bir deyişle, bağlanma unsurunu asla göz ardı etmediğimizde– işlevlerini kendiliğinden yerine getirir. Ancak bunun yerine davranışlara odaklanırsak, ebeveynlik yapabilme gücümüzün temelini, yani çocuğumuzla aramızdaki ilişkiyi riske atmış oluruz.

Bu bölüm sorunlu davranışlarla nasıl başa çıkabileceğinizi açıklayan kapsamlı bir kılavuz değil. Ancak ilişkilere zarar verip, duyguları inciten yöntemlere çeşitli alternatifler sunup bölünmeye yol açmayan bir disiplin anlayışının temel ilkelerini tanıtıyor. Bu kılavuz ilkeler günümüzde yaygın bir şekilde kullanılan çoğu uygulamanın zıddını temsil eder. Bu ilkelerin özümsenmesi ve hayatlarımıza dahil edilmesi biraz zaman alabilir. Bu yaklaşım bazı ebeveynlerin düşünce yapılarını ve odak noktalarını büyük oranda değiştirmelerini gerektirecek, bazı ebeveynlerin de halihazırda uyguladıkları yöntemlerin geçerliliğini onaylayacaktır.

GERÇEK DİSİPLİN NEDİR

İlk olarak, disiplin kavramını biraz açalım. Ebeveynlik bağlamında disiplin genelde cezalandırmayla özdeşleştirilir. Ancak daha yakından baktığımızda, disiplin kelimesinin birbirleriyle ilişkili birçok anlam ifade eden zengin bir kelime olduğunu görürüz. Bu kelime eğitim, bilim dalı veya branş, bir kurallar sistemi veya özkontrol anlamlarında da kullanılabilir. Bu açıdan bakıldığında, ilk olarak ebeveynlerin disipline sokulması gerekir. Çocuklar söz konusu olduğunda, *disiplin* teriminin an-

lamını cezalandırmayla sınırlandırmayıp daha kapsamlı olan eğitim vermek, kontrol altına almak ve düzene sokmak anlamında kullanıyoruz. Çocukların disipline ihtiyaç duydukları şüphe götürmez bir gerçektir. Ancak çocuklarımızı disipline sokarken aramızdaki ilişkiye zarar vermediğimizden, duygusal savunma mekanizmalarının harekete geçmesini tetiklemediğimizden veya akran yönelimini teşvik etmediğimizden emin olmamız gerekir.

Ebeveynlere danışmanlık yaptığım uzun yıllar içinde, bu konu hakkındaki düşüncelerimi yavaş yavaş doğal disiplinin yedi ilkesi başlığı altında düzenledim. Burada doğal kelimesini gelişim açısından güvenli ve bağlanma dostu –başka bir deyişle, hem ebeveyn çocuk ilişkilerine hem de çocukların uzun vadeli gelişim hedeflerine saygılı– anlamında kullanıyorum. Bunlar birer formül değil, ilkedir. Nasıl uygulandıkları hem çocukların hem de ebeveynlerin gereksinimlerine ve gündemlerine bağlı olarak durumdan duruma, çocuktan çocuğa, ebeveynden ebeveyne ve kişilikten kişiliğe farklılık gösterecektir.

Ebeveynlik literatüründeki güncel eğilim ebeveynlik becerilerine veya ebeveynlik stratejilerine karşı olan talebin karşılanmasıdır. Ebeveynlerin esas ihtiyaç duydukları şey bu değildir. Stratejiler ebeveynlik gibi karmaşık ve ustalık gerektiren bir görev için gereğinden çok daha katı ve kısıtlayıcıdır. Hem ebeveynlerin hem de çoğu zaman çocukların zekâsını küçümserler. Stratejiler kendilerini geliştiren ve teşvik eden uzmanların fikirlerine dayanır. Ebeveynlik her şeyden önce bir ilişkidir ve ilişkiler stratejilerle yürütülemez. İlişkiler sezgilere dayanarak yürütülür. Bu yeni ilke hepimizin sahip olduğu ebeveynlik sezgilerini uyandırmak veya desteklemek için tasarlanmıştır. Ebeveynler becerilere veya stratejilere değil, şefkate, prensiplere ve içgörülere ihtiyaç duyar. Geriye kalanlar doğal bir şekilde gelir, ancak bu her zaman kolay bir süreç olmaz.

Bağlanma değerlerini harekete geçirmeye çalışırken, çoğumuzun kendi dürtüsel tepkileriyle, hamlığıyla ve iç çatışmalarıyla mücadele etmesi gerekir. Her şeyden önemlisi, aklımızdan çabalarımızın boşa çıkabileceğine ilişkin düşünceler geçir-

memek için mücadele etmemiz gerekir. Çok az sayıda ebeveyn tüm görevlerini ideal bir şekilde yerine getirmeye en başından hazır olur. Ebeveynleri bağlanma ve adaptasyon yaratır. Burada bahsettiğimiz bağlanma, elbette ki, çocuklarımızın bizimle kurdukları, ebeveynlik yapabilmemize olanak tanıyan ve bize bu gücü veren bağlardır. Adaptasyon işler yolunda gitmediğinde içine düştüğümüz çaresizlikleri aşarken geçirdiğimiz süregelen kişisel evrimle ilişkilidir. Bu deneme yanılma sürecinin herhangi bir kısa yolu yoktur. Başarısızlığa uğradığımızda, üzüntü ve hayal kırıklığı hissetmekten kaçınmamamız gerekir. Duygularımızın katılaşması birer ebeveyn olarak gelişimimizi engelleyecek, esnekliğimizi kaybetmemize ve etkisiz olmamıza neden olacaktır.

Özetle, bu yedi doğal disiplin ilkesini *ebeveynler için yedi disiplin* olarak adlandırmak da mümkün. Bu ilkeler kişinin kendini kontrol altına alarak sistematik bir şekilde belirli bir hedefe yönelik çalışmasını sağlamakla ilişkilidir. Çocuklarımızı etkin bir şekilde yönetebilme yeteneğimiz büyük oranda kendimizi yönetebilme yeteneğimizden kaynaklanır. Çocuklarımıza göstermek istediğimiz ilgiyi kendimize de göstermemiz gerekir. Mesela, kendimizi kontrol etmeyi başaramadığımızda, çözümü kendimizi cezalandırmakta veya iyi olmaya zorlamakta aramamalıyız. Bu tür yöntemler çocuklarımızın üzerinde etkili olmadığı gibi bizim üzerimizde de etkili olmaz. Çözüm bizim de arada sırada hata yapabileceğimizi ve karanlık duygularımıza yenik düşebileceğimizi kabullenmekte yatar. Bazen, çocuklarımızı çok sevmemize ve iyiliklerini düşünmemize rağmen onlara öfkelenebiliriz. Bazı durumlarda, bunu çocuklarımızı ihmal etmeden yapmamız mümkünse, sevecen duygularımız yeniden gün yüzüne çıkana kadar kendimizi çocuklarımızdan uzaklaştırmak zorunda kalabiliriz. Örneğin, bir mola verip ebeveynlik görevlerimizi eşimize veya güvendiğimiz başka bir yetişkine devredebiliriz; bunu çocuklarımızı cezalandırmak için değil, kendi karışık duygularımızın arasından çocuklarımıza karşı kabullenici ve koruyucu olanları bulmak için yaparız. Çelişkili birçok unsurun arasında kontrol, denge, perspektif

ve bilgelik buluruz.

Disiplinin çatışma yaratmaması gerekir ve yaratmamalıdır da. Doğuştan medenileşmemiş, olgunlaşmamış olmaları, dürtüleriyle yönetilmeleri veya beklentilerimizi karşılayamamaları çocuklarımızın hatası değildir. Ebeveynler için disiplin, ebeveynlik görevlerini yalnızca bağlanmaya odaklanarak yürütmektir. Bazen sinirli bir ebeveyn, ofisimin güvenli ortamında çocuğunu kötülediğinde, ondan bir an için durup çocuğuyla arasındaki duygusal bağı hissetmesini ve endişelerini daha sonra bir daha dile getirmesini isterim. Çocuklarımızın yanında yer almanın bir yolunu bulduğumuzda her şeyin ne kadar farklı olabileceğini görmek hayret vericidir.

Tabiat, tıpkı olgunlaşma sürecinde olduğu gibi, bu konuda da bizden yanadır. İşin tamamını tek başımıza yapmak zorunda kalmayız: Disiplin gelişimsel tasarımın ayrılmaz bir parçasıdır. Çocukların davranışlarını kendiliğinden düzene sokan bazı doğal süreçler vardır. Ebeveynler bu görevlerinin bir kısmını doğaya karşı değil, doğayla beraber çalışarak yerine getirir. Bu dinamiklerin en önemlisi, elbette bağlanmadır, ama buna ek olarak bağımsızlaşma süreci de –çocukların doğuştan gelen kendilerine hâkim olma dürtüsü, adaptasyon süreci, hatalardan ders alma yeteneği ve bütünleştirme süreci– zihinde karışık duyguları ve fikirleri barındırma yeteneği de önemli roller oynar. Bu doğal gelişim mekanizmalarının her biri davranışları düzenler ve çocukları toplum içinde işlevsel olmaya daha uygun bir hale getirir. Bu süreçlerin tıkanması veya sekteye uğraması durumunda sorunlar çıkar ve bu süreçler özellikle de akran yönelimli çocuklarda Bölüm 9 ve 13'te açıkladığım nedenlerden dolayı sıklıkla tıkanır. Disiplinin kendiliğinden doğal bir şekilde sağlanmasına yol açan dinamikler zayıfladığında veya bozulduğunda çocukları disipline sokmak için çok az seçeneğimiz kalır.

Bu yedi ilkeyi açıklamadan önce, ilk olarak doğal gelişimden faydalanan disiplin yaklaşımlarına değineceğiz. Bu ilkeler değişmez kurallar değildir. Ebeveynlik görevlerimizi yaparken yaşadığımız kaçınılmaz hayal kırıklıkları bizi "eski moda disip-

lin" tekniklerini uygulamayı düşünmeye zorladığında hatırlamamız gereken ana fikirler, her durumda hedef almamız gereken değerlerdir.

DOĞAL DİSİPLİNİN YEDİ İLKESİ

Çocukları Hizaya Sokmak İçin Ayrılığı Değil, Bağlılığı Kullanın

Ebeveynler ayrılığı her zaman bir koz olarak kullanmıştır. Mola verme yöntemi adı altında maskelenen bir moda günümüzde çılgınlığına dönüşmüştür. Davranışları değiştirmek için kullanılan bu araçlar, süslü etiketlerden arındırıldıklarında yalnızca dışlamanın geri dönüştürülmüş farklı biçimlerinden ibarettir: yalnız bırakmak, görmezden gelmek, soğuk davranmak, sevgi gösterisinde bulunmamak. Bu araçlar her zaman çözdüklerinden daha fazla sorun yaratır. Günümüzde fazladan bir dezavantaj daha yaratıyorlar: Çocukların akranlarına yönelme riskini arttıran şartların oluşmasına yardımcı oluyorlar.

Yakınlığın geri çekilmesi (veya tamamen kaybedilebileceğini düşündüren tehditlerde bulunulması) davranışları kontrol etmenin etkili bir yöntemidir, çünkü çocukların en büyük korkusunu tetikler: Terk edilme korkusunu. İletişim ve yakınlık, yeni yürümeye başlayan ve daha büyük çocuklar için önemli olmasaydı, bizden ayrılmaları onların üzerinde pek fazla etki yaratmazdı.

Çocuklarımızla temas kurmaktan kaçındığımızda veya bir süre aramızdaki bağlantıyı kopardığımızda (ya da bunların ihtimal dahilinde olduğunu düşündüklerinde), çocukların bağlanma beyinleri alarma geçer. Çocukların gösterdikleri tepkiler, her iki durumda da duydukları endişeden kaynaklanır, ama bu tepkileri nasıl gösterdikleri çocukların hangi yolla bağlandıklarına göre değişiklik gösterir. Ebeveynleriyle temas halinde kalmak için "iyi" davranmaya alışkın bir çocuk çaresizce yeniden kuralları ihlal etmeyeceğine dair sözler verir. Ebeveynleriyle yeniden temas kurma çabaları birçok "özrü" beraberinde getirecektir. Ebeveynlerine yakın kalmak için sevgi dolu sözler söyleme ve hareketler yapma yoluna giden bir çocuk, ebe-

veynleriyle arasındaki bağların tehdit altında olduğunu düşündüğünde, sürekli olarak "seni seviyorum" gibi sözler söyleyecektir; aradaki yakınlığı korumak için seçtiği yöntem bu olacaktır. Çocuklar en çok fiziksel temas kurmaya önem verdiklerinde, birkaç saat boyunca ebeveynlerine yapışıp onları gözünün önünden ayırmak istemeyecektir. Ebeveynlerin anlaması gereken konu, bu dışavurumların herhangi bir anlayışı veya pişmanlığı temsil etmediği ve *yalnızca ebeveynleriyle aralarındaki ilişkileri düzeltmeye çalışan çocukların duydukları endişeden* kaynaklandığıdır. Bu gibi yöntemlerle çocuklarımıza ders verdiğimizi veya yaptıkları hataları gözden geçirmelerini sağladığımızı düşünmek saflıktır.

Ayrılık kozunu kullanmanın ağır bir bedeli vardır: Güvensizlik. Ayrılık tehditleriyle disipline sokulan çocuklar, anne babalarıyla yakınlık ve temas kurabilmelerinin yalnızca onların beklentilerini karşıladıklarında mümkün olabileceğine inanır. Çocuklar bu şartlar altında rahatlayamaz ve bağlanma güdülerinin etkisi altından çıkamazlar, dolayısıyla da bireyselliklerini ve bağımsızlıklarını kazanabilmek için ihtiyaç duydukları özgürlüğe kavuşamazlar. Çocuklar bunun neticesinde çok "iyi" huylu olabilir, ama bağımsızlıklarını kazanmak için gerek duydukları enerjiden mahrum kalırlar. Bu yöntemle gelişim süreçlerini sabote etmiş oluruz.

Ayrılık tehditleri yalnızca bize bağlı olan, bize yakın olmayı arzulayan ve kırılganlığa karşı savunmaya geçmemiş, başka bir deyişle bağlanma özlemini ve ayrılık acısını tecrübe etme yeteneği körelmemiş çocuklar üzerinde etkili olabilir. Ancak bu şartların sağlanmadığı durumlarda, ayrılık, çocuklarımızın uyumlu davranışlar sergilemelerini sağlamamız için etkili bir araç değildir. Diğer taraftan, bu yöntemle elde edilen "başarılar" da geçici olacaktır. Fiziksel ayrılık da duygusal geri çekilme de, büyük ihtimalle çocukların hassasiyetlerini altüst edecektir. Biz yetişkinler olarak görmezden gelindiğimizde veya dışlandığımızda inciniyorsak, aynı duruma düşen çocuklarımızın ne kadar incineceklerini düşünün. Mola verme yöntemini kullanan iyi niyetli ebeveynlerin bunu kabullenmesi zor olabilir, an-

cak ayrılığı temel alan bu yöntem uzun vadede küçük çocuklar üzerinde birçok olumsuz etki yaratır. Bu yöntem çocukların en kırılgan oldukları noktaya saldırır: Ebeveynlerine bağlı kalma gereksinimlerine. Bu yönteme başvurularak terbiye edilmeye çalışılan çocuklar, er ya da geç, kendilerini bu şekilde incinmeye karşı koruma altına almaya zorlanacaktır. Bu tür çocuklar – daha doğrusu bu çocukların bağlanma beyinleri– duyarsızlaşacaktır. (Savunma amaçlı duyarsızlaşma hakkında daha fazla bilgi edinmek için bkz. Bölüm 8.)

İlişkimizi çocuklarımıza karşı kullandığımızda bağlanma beyinlerini bizi dışlamaya zorlayarak büyük bir bağlanma boşluğu yaratmış oluruz. Bunu yaptığımızda aslında çocuklarımızı bağlanma gereksinimlerini karşılamak için başka yerlere bakmaya zorlarız. Bunun ne gibi sorunlara neden olabileceğini artık açıkça anlamış olmanız gerekiyor. Mola verme yöntemini kullanarak ve aramızdaki bağları zayıflatan tepkiler vererek, çocuklarımızı etkin bir şekilde akranlarının kollarına itmiş oluruz.

Çocukların bağlanma beyinleri ebeveynleriyle temas kurmaya direnç göstererek de kırılganlığa karşı savunmaya geçebilir. Bu tür çocuklar yataklarının altına veya dolaplarına saklanarak ebeveynlerinin uzlaşma çabalarını reddedebilir. Başlarının belaya girebileceğini düşündüklerinde odalarına kaçabilir veya yalnız bırakılmayı talep edebilirler. Ayrılık deneyimi, öyle ya da böyle, çocukların bizden kopma içgüdülerini tetikler.

Ayrılık saldırgan davranışları cezalandırmak için kullanıldığında çok daha zarar verici olur. Bölüm 10'da açıkladığım gibi, saldırganlığın itici gücü hayal kırıklığıdır. Saldırganlığı dizginlemek için ayrılığın kullanılması saldırganlığı azaltmaz, aksine artırır. Saldırgan çocukları uysallaştırmak için mola verme veya "sert sevgi" gösterme yöntemlerini ya da ayrılığı temel alan diğer yöntemleri kullandığımızda, elde ettiğimiz sonuçlar çok kısa süreli olur, çünkü bu yöntemler çocukların ilişkilerinin bozulabileceğine dair duydukları geçici endişeyi temel alır. Ebeveynleriyle yeniden yakınlık kurduklarında, saldırganlıkları daha da şiddetli bir şekilde geri gelir. Bu çocukların saldırganlıklarının artmasına neden olan etken bağlarının tehdit altına gir-

mesiyle yaşadıkları hayal kırıklığıdır. Saldırganlığı en başından engellemeye yönelik bu tür başarısız teşebbüslerimiz saldırganlığı şiddetlendirmekten başka bir işe yaramaz.

Çocukları gereksiz yere ayrılık deneyimlerine maruz bırakmamız, niyetimiz ne kadar iyi olursa olsun, ileri görüşlü bir davranış veya doğanın kolayca affedeceği bir hata değildir. Uzun vadede ebeveynlik yapabilme gücümüzü kısa vadede biraz daha fazla güç elde etmek için riske atmamız akıl kârı değildir.

Ayrılığın pozitif ve doğal alternatifi *bağlanmadır*. Bağlanma ebeveynlik gücümüzün ve etkimizin, ayrıca çocuklarımızın gözümüzde iyi birer birey olma arzularının kaynağını oluşturur. Bağlanma hem kısa vadeli amacımız hem de uzun vadeli hedefimiz olmalıdır. İşin püf noktası bir sorunun ardından ayrılık empoze etmek yerine sorun daha oluşmadan bağlılığa önem vermek, çocuklarımızın davranışları hizadan çıktıktan sonra onları cezalandırarak tepki vermektense olası sorunlara karşı önceden önlem almaktır.

Bu yeni düşünce yapısıyla türetilen temel ebeveynlik uygulamalarını "yönlendirme öncesi bağlanma" (connection before direction) yöntemleri olarak adlandırmayı uygun gördüm. Bu uygulamaların ana fikri çocuklara kılavuzluk etmek ve onları yönlendirebilmek için onlarla önceden –bağlanma içgüdülerini Bölüm 14'te değindiğimiz şekilde faaliyete geçirerek– yakınlaşmamız gerektiğidir. Aramızdaki bağları önceden güçlendirdiğimizde çocuklarımızın bize karşı direnç gösterme olasılığını ve kendimizi negatif tepkiler verebilecek durumlara sokma olasılığımızı asgari seviyeye indirmiş oluruz. İster yürümeye yeni başlayan aksi bir çocuk olsun isterse de ergenlik çağındaki isyankâr bir genç, ebeveynlerin çocuklarının uyumlu davranışlar sergilemesini beklemeden yapmaları gereken ilk iş çocuklarını yanlarına çekmek ve onlarla yeniden duygusal yakınlık kurmaktır.

Bu temel ilkeyi basit bir örnekle açıklayayım. On bir yaşında olan Tyler evlerinin arka bahçelerindeki havuzda kız kardeşi ve birkaç arkadaşıyla beraber vakit geçiriyordu. Tyler kendini kaptırıp oyun arkadaşlarına plastik bir deniz makarnasıyla vur-

maya başlayana kadar herkesin keyfi yerindeydi. Annesi durmasını söyledi, ama o durmadı. Babası sinirlenmeye başladı, annesinin sözünü dinlemediği için Tyler'a bağırdı ve ona havuzdan çıkmasını emretti. Tyler babasına itaat etmeyi reddetti. Sonunda babası havuza atladı, oğlunu sürükleyerek havuzdan dışarı çıkardı ve ona ders verdiğini düşünerek yaptıklarını değerlendirmesi için odasına gönderdi. Anne babası Tyler'ın davranışlarının tahammül sınırlarını aştığını ve bir daha tekrarlanmaması gerektiğini söylediler. Ancak benim çocukları uzaklaştırarak terbiye etmenin riskli olduğuna ilişkin konuşmalarımı duymuşlardı, bu yüzden de başka ne yapabileceklerini öğrenmek için bana danıştılar.

Olaylar bu şekilde geliştikten sonra, ebeveynlerin herhangi bir müdahalede bulunmadan önce bir an için durup nefes alması muhtemelen daha faydalı olabilirdi. Herhangi bir sorun çıktığında, çocuklarımızla yakınlaşmamız, onlardan uzaklaşmamızdan çok daha iyidir. *Çocukların ebeveynlerine herhangi bir olumlu tepki verebilmeleri için ebeveynlerin onlarla bağ kurmaya istekli olmaları gerekir.* Ebeveynlerin bu isteği yeniden gün yüzüne çıktığında, ilk adım aralarındaki bağı yeniden eski halinde getirmek olmalıdır. Beraber bir yürüyüşe çıkmak, arabayla gezmek, top oynamak buna yardımcı olabilir; karşı tarafın anlatmak istediklerimizi anlayabilmesi için önce aramızda insani bir bağ olması gerekir. Bu olayda, ebeveynlere hatalı adımı attıran şey etkileşimlerinin en başındaki bir eksiklikti. Tyler o anda kendini tamamen yaptıklarına vermişti. O ruh halindeyken, içinde ebeveynlerine yönelme veya onların talimatlarına uyma arzusu yoktu. Bu gibi durumlarda, bir adım daha atmadan çocuklarımızla yeniden bağ kurmamız hayati önem taşır. Olası bağ kurma teşebbüslerinin arasında oğullarına, "Tyler, eğleniyor musun?" gibi bir soru sormak yer alabilirdi. Bunu yapsalardı, oğulları muhtemelen onlara gülümseyip başını öne eğerek eğlendiğini doğrulardı. Oğullarının bakışlarını üzerlerine çekip gülümsemesini ve başını eğmesini sağladıktan sonra, bir sonraki adım onu yanlarına çekmek olurdu. "Tyler, seninle bir dakika yalnız konuşmam gerekiyor. Havuzun bu kenarına gel." Ço-

cukla yakınlık kurduktan sonra, ebeveynler güçlü ve etkili bir konumda olur. Bu noktadan sonra, Tyler'ın babası oğluna yol gösterebilir, ortamı yatıştırabilir ve herkesin eğlenmeye devam etmesini sağlayabilirdi. Dahası, Tyler ile aralarındaki bağ zedelenmemiş olurdu, ki bu Tyler'ın gelişimi açısından ona ders vermekten çok daha önemli bir nokta. Tyler'ın anne babasının en sonunda ayrılığı kullanmak yerine, ilk başta bağlılığı kullanmaları gerekiyordu.

Bu zor bir dans değildir; hatta, şaşırtıcı derecede basittir. İşin püf noktası en başta atılan küçük bağlanma adımıdır. Yönlendirme öncesi bağlanma ilkesi aşağı yukarı her türlü durumda uygulanabilir: çocuklarımıza ev ödevleri hakkında soru sorduğumuzda, masayı kurmak için yardım istediğimizde, onlara asmaları gereken çamaşırlar olduğunu söylerken, televizyonu kapatmaları gerektiğini hatırlatırken veya onlarla kardeşler arasında meydana gelen anlaşmazlıklar hakkında yüzleştiğimizde vs. Eğer ilişkinin temelleri sağlamsa, bu süreç birkaç saniye alacaktır. Ancak aradaki bağ zayıfsa veya çocukların savunma mekanizmaları faaliyetteyse, onlara yakınlaşmak için herhangi bir teşebbüste bulunmamız bunu bize kanıtlayacaktır. Bağlanma düzeni bozulunca çocukların davranışlarını düzene sokmamız çok zorlaşır. Çocuklarımızla yakınlık kurmayı başaramamamız onların davranışlarına odaklanmayı bırakıp tüm dikkatimizi ve çabalarımızı aramızdaki ilişkiyi güçlendirmeye harcamamız gerektiğini gösteren bir uyarı olarak algılanmalıdır.

Yönlendirme öncesi bağlanma ilkesini ilk uyguladığımızda, kendimizi biraz tuhaf hissedip utanabiliriz. Ancak bunu alışkanlık haline getirdikten sonra, çocuklarımızla aramızdaki ilişkinin çok daha az zarar gördüğüne tanık oluruz. Bu konuda ustalaşan ebeveynler çocuklarından herhangi bir istekte veya talepte bulunmadan evvel onların gülümsemelerini ve başlarını öne eğmelerini bekler. Bu yöntemle elde edilen sonuçlar gerçekten de hayret verici olabilir.

Herhangi Bir Sorun Çıktığında Olaylara Değil, İlişkiye Odaklanın

Herhangi bir şey ters gittiğinde, verdiğimiz alışılagelmiş tepki çocuklarımızı söz konusu davranışlarıyla mümkün olduğunca hızlı bir şekilde yüzleştirmek olur. Bu psikolojide *ivedilik ilkesi* olarak adlandırılır ve olumsuz davranışlarla derhal yüzleşmediğimiz takdirde ders alma fırsatının kaçacağı düşüncesine dayanır. Bu durumda çocukların hatalı davranışlarının "yanlarına kalacağı" düşünülür. Bu endişeler yersizdir.

İvedilik ilkesinin kökenleri hayvanların öğrenme becerileri üzerinde yapılan araştırmalara dayanır. Bu araştırmalarda üzerinde çalışılabilecek bir bilinçten söz etmek veya deneklerle iletişim kurmak mümkün değildir. Çocuklarımızla ilgilenirken onları bilinçsiz canlılarla bir tutmamız onlara derin bir güvensizlik mesajı gönderir ve insanlıklarının değerini küçümser. Çocuklar da, tıpkı yetişkinler gibi, niyetlerini yanlış anlayan ve yeteneklerini küçümseyen insanlara değer vermeye eğilimli olmaz, özellikle de bağlanmak için yerimize koyabilecekleri alternatifler hazırda bekliyorken.

Başarısızlıkla sonuçlanarak hayal kırıklığı yaratan bir olayın ortasında olumlu yönde ilerleme kaydetmeye çalışmak başka açılardan da mantıksızdır. Üzüntü yaşayan çocukların kontrolden çıkmış olma olasılığı da yüksek olur. Bu gibi anlarda çocukların davranışlarını düzeltmeye, onları yönlendirmeye veya onlara "ders" vermeye çalışmak zaman kaybı olacaktır. Çocuklarımızın uygunsuz davranışları bizde de şaşkınlık yaratır ve şiddetli duygusal tepkiler veririz. Dolayısıyla da bu gibi anlarda sergilediğimiz davranışların –tıpkı çocuklarımızın davranışları gibi– aceleci ve aksi olma olasılığı oldukça yüksek olur. Sorunlarla yüzleşmek etraflıca düşünülüp taşınılmasını içeren bir hazırlık süreci gerektirir. Ayrıca bu tür olayların ortasında ne çocuklar anlayışlı ne de ebeveynler dikkatli veya yaratıcı olabilir.

Çocuklarımızla aramızdaki ilişkiye odaklandığımızda ilk hedeflerimiz, gerektiğinde olumsuz davranışları sonlandırmak ve bağlanma ilişkimizin işlevselliğini korumaktır. Meydana gelen olayları veya sergilenen davranışları yoğun duygularımız yatıştıktan ve bağımızı yeniden güçlendirdikten sonra da de-

ğerlendirebiliriz.

Bazı davranışlar can damarımıza basar ve çocuklarımıza bağlı kalma yeteneğimizi test eder. Saldırganlık ve karşıt irade bu listenin başlarında yer alır. Hakarete uğradığımızda, "senden nefret ediyorum" gibi sözlere, hatta fiziksel şiddete maruz kaldığımızda, ilk aşmamız gereken engel ilişkimize zarar vermeden saldırıdan sağ salim çıkmayı başarmaktır. Bu, davranışların tabiatı veya kırıcı etkileri hakkında yorum yapmanın zamanı değildir. Tehditler savurmanın, yaptırımlar uygulamanın veya çocuklarımızı tecrit etmenin zamanı da değildir. Ebeveynler daha sonra bulunacakları müdahalelere hazırlanmak için soğukkanlılıklarını korumalıdır. Kontrolsüz duygusal tepkiler vererek durumu daha da germekten kaçınmamız gerekir. Mağduriyet hissinin baskın çıkarak bizi ele geçirmesine izin verirsek, sorumluluk sahibi yetişkin rolünü oynamayı sürdüremeyiz.

Bu tür saldırıları üzerimize alınmayıp bunlara neden olan hayal kırıklığına odaklanmamız çoğu zaman faydalı olacaktır: "Bana kızgınsın", "Büyük bir hayal kırıklığı yaşadığını biliyorum", "Bu senin için faydalı değildi", "Evet dememi istiyordun, ama hayır dedim", "Bana söyleyecek kötü sözler düşünüyorsun", "Yine bu hislerinin bedelini ödemek zorunda kaldın." Burada önemli olan kullandığınız sözcükler değil, çocuğunuzun hayal kırıklığı yaşadığını anladığınızı göstermeniz ve olup bitenlerin aranızdaki bağı koparmadığını gösteren bir ses tonu kullanmanızdır. Çocuklarımızla aramızdaki ilişkilerin işlevselliğini koruyabilmemiz için onlara bir şekilde ilişkimizin tehdit altına olmadığını belirtmemiz gerekir.

Bazen kuralları ihlal ettiklerini vurgulamak faydalı olur. "Bu hiç iyi değil. Seninle bu konu hakkında daha sonra konuşacağız." Burada kullanılan sözcükler yine dostane ve yumuşak olmalıdır, ama esas ses tonunun tehditkâr olmaması gerekir; sözcükler ses tonu kadar önem arz etmez. Korunması gereken en önemli bağ aramızdaki insani bağdır. Hem kendi sükûnetimizi hem de çocukların sükûnetini korumamız gerekir. Uygun bir zamanda, sorunlarımızı çözüme ulaştıracak tarihi belirle-

riz. Ama ilk olarak çocuğumuzu yanımıza çekmeli, daha sonra olanlardan gereken dersleri çıkartmalıyız.

Çocukların İşleri Yolunda Gitmediğinde, Onlara Ders Vermeye Çalışmayın, Gözyaşı Döksünler

Çocukların öğrenecekleri çok şey vardır: annelerini paylaşmak, kardeşlerine yer açmak, hayal kırıklıkları ve öfkeleriyle başa çıkmak, kusurlarıyla yaşamak, taleplerinden vazgeçmek, ilgi odağı olmaya çalışmaktan vazgeçmek, hayır cevabını kabul edebilmek vs. Hatırlarsanız, disiplin kelimesinin temel anlamlarından biri "öğretmektir." Dolayısıyla da ebeveyn olarak görevimizin büyük bir kısmı çocuklarımıza bilmeleri gereken şeyleri öğretmektir. Peki ama bunu nasıl yaparız?

Bu hayat dersleri adaptasyondan çok, doğru bir düşünce yapısına sahip olunarak öğrenilir. Adaptasyonun önşartı, dilediğimiz gibi gitmeyen ama değiştirmeye gücümüzün yetmediği işlerle karşı karşıya kaldığımızda bu işleri yoluna sokmak için harcadığımız çabaların faydasız olduğunu kabullenmektir. Adaptasyon süreci olması gerektiği gibi işlediğinde, gereken dersler kendiliğinden öğrenilir. Ebeveynler bu konuda da yalnız değildir.

Adaptasyon süreci çocuklarımızı "disipline sokma" görevini birkaç farklı doğal yolla yerine getirir: sonuç vermeyen bir davranış biçimine son vererek; çocukların sınırlarını ve içinde bulundukları şartların dayattığı kısıtlamaları kabullenmelerine sağlayarak; sonuç vermeyen taleplerinden vazgeçmelerini sağlayarak. Çocuklar değiştiremeyecekleri şartlara ancak bu şekilde uyum sağlayabilir. Çocuklar bu süreç sayesinde tüm arzularını tatmin etmeden de yaşayabileceklerini keşfederler. Adaptasyon çocukların yaşadıkları travmaların ve kayıpların ardından iyileşebilmelerini sağlar. Çocuklar bunları doğrudan mantık yürüterek veya hareketlerinin sonuçlarından ders çıkararak öğrenemez. Bunlar kalbin öğretileridir ve yalnızca harcanan çabanın beyhude olduğunun kabullenilmesiyle öğrenilebilir.

Ebeveynlerin hem çocuklarının çabalarının beyhude olduğunu fark etmelerine yardımcı olan bir vekil hem de bunun

ardından rahatlamalarını sağlayan yatıştırıcı bir melek görevi görmeleri gerekir. Bu en incelikli ve icra edilmesi en zor olan beşeri kontrpuandır. Ebeveynler adaptasyon sürecini başlatmak için çocuklarıyla dans ederek ağlamalarını, beyhude çabalarından vazgeçmelerini ve bu çabalarından vazgeçmelerinin verdiği rahatlamayı tecrübe etmelerini sağlamak zorundadır.

Adaptasyon dansının ilk bölümü çocuklara bir "beyhudelik duvarı" sunmaktır. Bu bazen ebeveynlerin kendilerinin inşa ettikleri yapay bir duvar olabilir, ancak çoğu zaman gündelik hayatın gerçeklerinden ve kısıtlamalarından inşa edilirler: "Ablan hayır dedi", "O işe yaramaz", "Bunu yapmana izin veremem", "Çünkü yok", "Bugünlük bu kadar yeter" "Seni davet etmedi", "Seni dinlemek istemiyordu", "Oyunu Sally kazandı", "Büyükanne gelemeyecek." Bu gerçeklerin soruna dönüşmemeleri katı bir şekilde sunulmalarına bağlıdır. Lafı dolandırarak kelime oyunları yapmak –konu hakkında mantık yürütmek, konuyu izah etmeye çalışmak, gerekçe göstermek– çocuğa adapte olabileceği bir şeyler sunmak konusunda başarısız olunmasıyla sonuçlanır. Çocuklar mevcut durumun değişebilme ihtimali olduğunu düşündükleri sürece, adaptasyon sürecine hazırlanamazlar. Bu çocukların her şeye kendilerinin veya bizim dilediğimiz şekilde değil, olduğu gibi uyum sağlamalarıyla alakalıdır.

Bazı şeylerin değiştirilemeyeceğini izah ederken dik durmazsak, çocukları gerçeklerden kaçmaya teşvik etmiş, dolayısıyla da adaptasyon sürecinin önüne set çekmiş oluruz. Çocuklarınıza çeşitli gerekçeler sunmak için bol miktarda vaktiniz olacaktır, ancak bunu onlar bazı şeyleri değiştirmek için sarf ettikleri çabaların beyhude olduğunu kabullendikten sonra yapmalısınız.

Adaptasyon dansının ikinci bölümü çocuklarımızın yanlarında yer alarak yaşadıkları hayal kırıklıklarını paylaşmak ve onları rahatlatmakla ilişkilidir. Beyhudelik duvarı katı, ama acımasız olmayan bir üslupla inşa edildikten sonra, çocuklarımızın yaşadıkları hayal kırıklıklarının ardında yatan gözyaşlarını bulup gün yüzüne çıkarma vakti gelmiş demektir. *Burada amacımız onlara ders vermek değil, hayal kırıklıklarının üzüntüye dönüşme-*

sine önayak olmaktır. Bu görevi başarıyla tamamladığımızda çocuklarımız gereken dersleri kendiliğinden öğrenecektir. Bunun için çocuklarımıza, "İşlerin hep yolunda gitmesi zor", "Bunun olmasını çok istiyordun, biliyorum", "Farklı bir cevap vermemi bekliyordun", "Bunu hiç beklemiyordun", "Keşke her şey farklı olabilseydi" gibi sözler söyleyebiliriz. Burada sarf ettiğimiz kelimeler yine çok önemli değildir. Önemli olan çocuklarımızın zihinlerinde onların yanında olduğumuz ve onların aleyhine hareket etmediğimiz hissini uyandırmamızdır. Doğru an geldiğinde, ses tonumuza biraz hüzün katmamız yaşadıkları hayal kırıklığının üzüntüye ve gözyaşlarına dönüşmesini sağlayabilir. Bu anın geldiğini hissetmek için biraz pratik yapmanız gerekebilir; gereğinden hızlı ilerlemeniz veya sözü fazla uzatmanız ters bir etki yaratabilir. Bu dans belirli bir koreografiye göre yapılamaz; ebeveynlerin dansı nasıl yönlendireceklerini hislerine göre belirlemeleri gerekir. Bu noktada yine deneme yanılma yöntemiyle öğreniriz.

Bazen ebeveynler tüm adımlarını doğru bir şekilde atsa da adaptasyon sürecini başlatmak konusunda büyük bir başarısızlığa uğrar. Bu durumda sorun çocukların ebeveynlerini bağlanma gereksinimlerini tatmin etmek için kullanabilecekleri güvenilir bir dayanak olarak görmemelerinden kaynaklanıyor olabilir. Genelde, gözyaşlarının akmamasının sebebi adaptasyon sürecinin sekteye uğramasıdır; bu, çocukların kırılganlıklarına karşı savunmaya geçmelerinin bir yan ürünüdür. Bu durumda sarf ettikleri çabaların beyhude olduğu gerçeğini kabullenmekte zorlanırlar.

Adaptasyon iki yönlüdür. Bazen ebeveynlerin çocuklarının adaptasyon becerilerinin eksikliğine adapte olmaları gerekir. Doğal disiplini teşvik eden bu süreç çocuklarımızda faal olmadığında, ilerleme kaydetmeleri için çocuklarımıza baskı yapmaktan vazgeçmemiz gerekebilir. Bu gibi durumlarda bizim de çabalarımızın beyhude olduğunu kabullenip daha fazla çaba harcamaktan vazgeçerek kendi üzüntümüzle yüzleşmemiz gerekir. Dilediğimiz gibi gitmeyen işleri düzeltmek için çaba sarf etmeyi bıraktığımızda, dilediğimiz gibi giden işlerle karşılaşma

olasılığımız yükselir. Adaptasyon sürecinin işlediğini gösteren en bariz işaretler eksikse –gündemlerindeki hedeflere ulaşamadıklarında çocukların gözleri yaşarmıyorsa, yaşadıkları kayıplar üzülmelerine sebep olmuyorsa, sinirleri üzüntüye dönüşmüyorsa– ebeveynlerin kaostan düzen sağlamak için farklı yollara başvurmaları gerekir. Neyse ki bunun da farklı yolları var.

Çocukların İyi Davranışlar Sergilemelerini Talep Etmektense, İyi Niyetli Olmalarını Teşvik Edin

Düşünce yapısındaki dördüncü değişim odak noktasının davranışlardan niyetlere kaydırılmasını gerektirir. Niyetlere gerektiğinden çok daha az değer verilir. Toplumumuzda hâkim olan düşünce niyetin tek başına yeterli olmadığı ve yalnızca uygun davranışların kabul görüp alkışlanması gerektiğidir. Cehenneme giden yol iyi niyet taşlarıyla örülmemiş miydi? Gelişim açısından bakıldığında, hiçbir şey gerçeklerden bu kadar uzak olamaz. İyi niyet altın gibidir: Niyetler değerlerimizin tohumlarıdır ve sorumluluk duygusunun habercileridir. Zihinlerimizde karışık duyguların aynı anda barındırılabilmesi için gereken altyapıyı hazırlarlar. İyi niyetin göz ardı edilmesi çocukların deneyimlerindeki en önemli kaynaklardan birinin gözden kaçırılmasına neden olur.

Çocuklarımızı mümkün olduğunca iyi niyetli olmaya teşvik etmeyi hedeflemeliyiz. Bu konuda başarıya ulaşmamız yine çocuklarımızın gözümüzde iyi birey olmayı arzulamalarına ve onlara yol göstermemize açık olmalarına bağlıdır. İlk adım, her zamanki gibi, çocuklarımızı yanımıza çekmek ve bize güç veren bağları güçlendirmektir.

Bunun ardından çocuklarımızı doğru yöne –en azından başlarını belaya sokmayacakları bir yöne– çekmek için etkimizi kullanırız. Çocuklarımızın ne istediğimizi bilmeleri yeterli değildir. Bize uyum sağlamaya kendilerinin karar vermesi gerekir. Yeni yürümeye başlayan bir çocuk annesinin peşinden gitmek istemediğinde, annenin çocuğunu yanına çekmesi ve içinde dilediği yönde gitme niyeti uyandırması gerekir. "Büyükanneye sarılıp ona hoşça kal diyebilir misin?" "Bunları arabaya ta-

şımak için yardıma ihtiyacım var. Sence bunları benim için arabaya taşıyabilir misin?" İşin püf noktası çocukların direksiyonu tutmalarına izin vermektir; tıpkı lunaparklardaki birçok aracın üzerinde trene veya diğer araçlara yön vermeyen, ancak küçük şoförlerin araçların kontrolünün kendilerinde olduğuna inanmalarını sağlayan, boşa dönen direksiyonları tuttukları gibi. Daha da iyisi, çıkabilecek sorunları önceden tahmin edip bu sorunları çocukların kendilerine hâkim olma duygusuna hitap ederek engellemektir. Örneğin, bir yerden ayrılma vakti geldiğinde çocuğunuzun gitmemek için direneceğini bildiğinizde, çocuğunuzu önceden yanınıza çekerek gitme vaktinin geldiğini söylediğinizde içinde sizinle gelme isteği uyandırabilirsiniz. "Gitmemiz gerektiğinde ayakkabılarını giymeye hazır olur musun?" Çocuğunuza bunun onun için zor olduğunu bildiğinizi gösterip ona bunu yapıp yapamayacağını sormanız, gitme vakti geldiğinde yanınızda olmasını sağlayacaktır.

Daha büyük yaştaki çocukları iyi niyetli olmaya teşvik etmek onlarla kendi değerlerimizi paylaşmamızı veya içlerinde kendi değerlerimizin tohumlarını bulmamızı gerektirir. Örneğin, ebeveynler öfkelerini kontrol etmek konusunda kendi hedeflerini paylaşabilir: "Öfkelenince başkalarına hakaret etmediğimde kendimle gurur duyuyorum. Bence sen de bunu deneyecek kadar büyüdün. Ne dersin? Denemek ister misin?" Kendilerini yaşadıkları duyguların yoğunluğuna kaptırmaya meyilli çocuklarla, henüz sorun çıkarma olasılığı yüksek faaliyetlere kalkışmamışlarken, tedbir amaçlı bir yakınlaşma sağlamak yerinde olacaktır. "Çok eğlenirken bazen kendini kaptırdığını, birileri senden durmanı istediğinde de durmayı unutabildiğini biliyorum. Bunu bir kere olsun deneyeceğinden emin olabilir miyim? Diğer çocukların buraya gelip seninle oynamalarını çok sevdiğini ve bunun mümkün olduğunca uzun sürmesini istediğini biliyorum."

Çocukların içinde iyi bir niyet uyandırmamızın her zaman dilediğimiz şekilde davranmalarına yol açacağını savunmuyoruz. İyi niyet, yetişkinlerde bile her zaman hareketlere yansıyamayabiliyor. Ancak çocukların bir yerden başlaması gerekiyor

ve doğru yöne dönmeleri bizce iyi bir başlangıç noktası.

Çocukların içinde iyi niyetler uyandırmak için kendi irademize değil, çocukların iradesine dikkat çekmeliyiz. Onlara, "_____ yapmanı istiyorum", "_____ yapman lazım", "_____ yapman gerekiyor", "Sana _____ yapmanı söyledim", "_____ yapmalısın" gibi sözler söylemek yerine, niyetlerini beyan etmelerini en azından başlarını sallayarak doğrulamalarını sağlayan sorular sormamız gerekir: "Sana _____ konusunda güvenebilir miyim?" "Bunu denemek ister misin?", "Bunu yapabileceğini düşünüyor musun?", "_____ yapmaya hazır mısın?", "Şu anda bunun üstesinden gelebileceğini düşünüyor musun?", "Hatırlamaya gayret edecek misin?" Elbette ki kendi irademizi empoze ettiğimiz zamanlar da olacaktır. Bu bazen gerekli olsa da çocukların iyi niyet beslemelerini sağlamaz. Ayrıca kendi irademizi zorla veya çocuklarımızla aramızda güçlü bir ilişki olmadan empoze etmemiz her zaman ters etki yaratır.

Çocuklarımızın iyi niyet beslemelerini teşvik etmek güvenli ve etkili bir ebeveynlik uygulamasıdır. Çocukların içten dışa doğru dönüşüm geçirmelerini sağlar. İyi niyetin teşvik edilmesiyle başarılamayan şeylerin farklı yöntemlere başvurulmasıyla başarılma olasılığı çok düşüktür.

Çocukları dürtüleri, hareketleri ve başarısızlıklarıyla tanımlamak yerine, iyi niyetlerini tasdik etmemiz önemlidir. Ebeveynlerin çocuklarını mümkün olduğunca desteklemeleri ve teşvik etmeleri gerekir: "Bunun olmasını istemediğini biliyorum", "Sorun değil, zamanla başarırsın", "Niyetinin bu olmadığına sevindim, bu çok önemli." Kaçınılmaz başarısızlıkların acısını azaltmazsak, çocuklar pes etmeye karar verebilir. İyi niyetin meyve vermesi için dikkatli bir şekilde beslenmesi gerekir.

Çocuğumuzun iyi niyet beslemesini sağlayamıyorsak ya çocuğumuz yeterince olgun değildir ya da ikna kabiliyetimiz yeterince gelişmemiştir – veya bağlanma ilişkimizde sorunlar vardır. Çocuğumuzla aramızdaki bağ zayıflamış –çocuğumuz bu bağa karşı savunmaya geçmiş– veya yeterince gelişip güçlenmemiş olabilir. Çocuğumuzun iyi niyet beslemesini sağla-

yamamak bizim için bir uyarı olmalı ve bizi bunun altında yatan sorunları çözmek için harekete geçirmelidir. Bu sayede, kısa vadede elde edilen başarısızlıklar bile, uzun vadeli amacımıza hizmet edebilir. İyi niyet beslemelerini sağlayamadığımız durumlarda bile çocuklarımızın "kötü" davranışlarına takılıp kalmamız doğru değildir.

Çocukların Dürtüsel Davranışlarına Son Vermeye Çalışmak Yerine Karışık Duygular Beslemelerini Sağlamaya Çalışın

"Ona vurmayı bırak", "Sözümü kesme", "Kes şunu!", "Beni yalnız bırak", "Bebek gibi davranmayı bırak artık", "Bu kadar kaba olma", "Kendine çekidüzen ver", "Bu kadar hareketli olma", "Aptal olma", "Onu rahatsız etme", "Bu kadar zalim olma." Dürtüsel davranışları durdurmaya çalışmak bir yük treninin önünde durup trene durmasını emretmeye benzer. Çocukların davranışları içgüdüleri ve duyguları tarafından yönetildiğinde, onlara meydan okuyarak veya emirler yağdırarak düzen sağlama ihtimalimiz çok düşüktür.

Psikoloji tarihinde çocukların beyinlerinin onları şu veya bu şekilde davranmaya iten iç kuvvetlerden bağımsız bir tabula rasa olarak algılandığı bir dönem oldu. Bu doğru olsaydı, çocukların davranışlarını, onlara yol göstererek veya onları davranışlarının yol açabileceği olası sonuçlar hakkında bilgilendirerek kontrol altında tutmamız daha kolay olurdu. Birçok ebeveyn ve eğitmen hâlâ bu yanılgının etkisiyle hareket etse de modern bilim tamamen farklı bir bakış açısı geliştirmiştir. İnsan beyni üzerinde araştırmalar yapan nöropsikologlar davranışların içgüdüsel kökenlerine ışık tutmaktadır. Çocukların verdikleri tepkilerin çoğu kendiliğinden oluşan içgüdüsel ve duygusal tepkilerdir ve çocukların bilinçli bir şekilde verdikleri kararlara dayanmazlar. Çoğu durumda, çocuklar (ve diğer olgunlaşmamış insanlar) içlerinden gelen talimatlar doğrultusunda belirli bir şekilde davranmaya programlanmıştır. Korkak çocuklar bazı etkenlerden kaçınmalarını emreden içgüdüsel komutlara uyar. Güvensiz çocuklar başkalarına sarılmak ve onlara tutunmak zorunda olduklarını hissedebilir. Hayal kırık-

lığı çocukların genelde taleplerde bulunmalarına, ağlamalarına veya saldırıya geçmelerine neden olur. Utangaç çocuklara saklanmaları veya göze batmamaları emredilir. İnatçı çocuklar otomatik bir şekilde diğer insanların iradelerine karşı gelir. Dürtüsel çocuklar içgüdüleri tarafından yönetilir. Evrende bir düzen vardır; tek sorun bunun görmek istediğimiz türden bir düzen olmamasıdır. Beyin yalnızca çocukları etkinleşen duygulara ve içgüdülere göre hareket ettirerek işini yapmaktadır.

Meydan okumanın alternatifi vardır. Kendini kontrol edebilme becerisinin anahtarı bir zamanlar sanıldığı gibi irade gücü değil, zihinde karışık duygular barındırabilme yeteneğine sahip olunmasıdır. Çelişen dürtüler karıştığında içgüdüsel komutlar birbirlerini etkisiz kılar ve deyim yerindeyse çocukları şoför koltuğuna oturtur. Davranışların kökeni dürtüler yerine niyetlere dayandığında ortaya yeni bir düzen çıkar. Bu tür davranışlar diğerleri kadar hırslı olmadığından, kontrol edilmeleri çok daha kolaydır. Bizim görevimiz çocuklarımızın bilinçdışında barındırdıkları çelişkili duyguları ve düşünceleri bilinçlerine taşımalarına yardımcı olmaktır. Bölüm 9'da, tavlama sözcüğünün kökeninin farklı unsurların karıştırılması anlamına geldiğine değindiğimizi hatırlayın – işte tam olarak bunu yapmamız gerekiyor! Davranışlara odaklanmaktansa, çocukların başını belaya sokan dürtüleri ıslah eden *tavlama unsurunu* faaliyete geçirmemiz gerekiyor.

Örneğin, zihinleri saldırgan hislerle dolu olan çocukların bilinçlerinde saldırganlıkla çelişen hisler, düşünceler ve dürtüler uyandırmalıyız. Bu hedefe çocuklarımıza meydan okuyarak ulaşamayız. Çocuklara meydan okumamız, en iyi ihtimalle bize boş bir şekilde itaat etmelerine veya savunmaya çekilmelerine sebep olacaktır. İçlerinde dürtülerini daha iyi kontrol etmelerini sağlayan herhangi bir değişim olmaz. Saldırganlığı ıslah etmeye yardımcı unsurlar ilgi, şefkat veya endişe hisleri olabilir. Çocuklar birilerine acı çektirebileceklerinden kaygılanabilir veya başlarının belaya girme olasılığından endişelenebilir. Çocuklar karşıt irade dürtülerinin güdümünde hareket ediyorsa, bilinçlerinde güçlü bağlanma duygularını, memnun etme

ve beklentileri karşılama arzularını uyandırmak isteriz. Bunun püf noktası çocukların karışık duyguları zihinlerinde aynı anda barındırmalarını sağlamaktır.

Çocukların zihinlerinde çelişen duygular uyandırmaya çalışırken, sorun çıkaran olayların dışında kalıp lider konumuna geçebileceğimiz ilişkinin içine girmeliyiz. Bu işe yalnızca yoğun duygular biraz yatıştıktan sonra kalkışılmalıdır.

Çocuklara ilk olarak başlarının belaya girmesine neden olan kontrolsüz duyguları yerine, ıslah edici dürtülerden bahsetmek daha faydalı olacaktır. Çocuklar arkadaşça ve sevecen davranışlar sergilemeye başladıklarında önceden yaşadıkları hayal kırıklığı hakkında konuşmaya dönebiliriz. "Şu anda beraber ne kadar iyi vakit geçiriyoruz. Sabah bana kızgın olduğunu hatırlıyorum. Hatta o kadar kızgındın ki, beni bir güzel azarladın." Çocukların zihinlerinde bu tür karışık duygular için yer açmamız gerekir. "Sevdiğimiz insanlara bu kadar kızmamız komik değil mi?" Aynı şey karşıt irade için de geçerlidir. "Şu anda dediklerimi yapmak hiç zoruna gitmiyor, ama birkaç saat önce sana patronluk tasladığımı düşünüyordun."

Çocuklarımızın sorunlu davranışlarını düzeltmek için ıslah edici unsurları akıllarına getirmek bağlanma dostu bir yaklaşımdır. Ebeveynler olarak çocuklarımızda "şunu" veya "bunu" görmek konusunda öncü olmalıyız. Çocuklarımızın içinde birbirleriyle çelişen unsurları bir arada var olmaya ve iletişim kurmaya davet etmeliyiz. Bu tür bir disiplin anlayışı çocuklarımızı bizden uzaklaştırmak yerine yanımıza çeker.

Çoğu zaman çocuklarımıza "Kes artık!" gibi sözler söyleriz – sanki kendi kendilerine ruhsal bir operasyon yapabilirlermiş gibi! Çocuklarımızın, kökenleri içgüdülerinin ve duygularının derinliklerine uzanan, davranış repertuvarlarını bir hamlede kesip atamayız. Dürtülerimiz yaşadığımız süre boyunca bizimle kalır. Duyarsızlaşmadığımız sürece utanç, güvensizlik, kıskançlık, sahip olma arzusu, korku, hayal kırıklığı, suçluluk, karşıt irade, nefret ve öfke gibi duygularla ilişkili dürtülerimizi hissetmeye devam ederiz. Tabiat bu sorunu herhangi bir şeyi kesip atarak değil, zihnimize söz konusu dürtüleri dizginleyecek

bir şeyler ekleyerek çözme yoluna gitmiştir.

Dürtüsel Çocuklardan Olgun Bir Şekilde Davranmalarını Talep Etmektense, Sergilemelerini İstediğiniz Davranışları Repliklerle Öğretmeyi Deneyin

Tüm çocuklar şu ana dek değindiğimiz, görece daha gelişmiş teşvik etme ve disiplin verme yöntemlerine hazır değildir. Örneğin, zihninde karışık duygular barındıramayan bir çocuk, ne kadar becerikli veya gayretli olursa olsun, tavlanmış veya ıslah edilmiş deneyimler yaşayamaz.

Kendilerini kontrol etmekte zorlanan çocuklar da davranışlarının yaratabileceği etkileri ve yol açabileceği olası sonuçları değerlendirme yeteneğine sahip değildir. Harekete geçmeden evvel iki kez düşünmekten veya hareketlerinin diğer insanları nasıl etkileyebileceğini düşünmekten acizdirler. Kendi düşünceleriyle başkalarının bakış açılarını aynı anda değerlendirme yeteneğine sahip değildirler. Bu çocuklar genelde duyarsızlıkla, bencillikle, işbirlikçi ve medeni olmamakla, hatta umursamazlıkla suçlanır. Ancak onları bu şekilde yargılamamız yalnızca sergiledikleri davranışlara öfkelenmemize ve onlardan karşılamaları mümkün olmayan taleplerde bulunmamıza yol açar. Tek boyutlu bir bilinçle kısıtlanmış olan çocuklar uslu ol, kaba olma, araya girme, kibar ol, adil ol, kibar ol, sabırlı ol, olay çıkartma, iyi geçinmeye çalış gibi basit talimatlarımızı – ya da onlara verdiğimiz sayısız farklı komutu– yerine getirmekten acizdir. Onlara "büyü artık" diye ne kadar ısrar edersek edelim, çocuklarımızın olduklarından daha olgun bir şekilde davranmalarını sağlayamayız. Onlardan imkânsızı gerçekleştirmelerini beklememiz bizde büyük bir hayal kırıklığı yaratır ve daha da kötüsü, onlara bir sorun daha verdiğimiz anlamına gelir. Çocuklar savunmaya geçmeden böyle bir utanç yaşamaya katlanamaz. Henüz olgun davranışlar sergileme yeteneğine sahip olmayan bir çocukla aramızdaki ilişkiyi korumak için, gerçekçi olmayan taleplerimizi ve beklentilerimizi bir kenara bırakmamız gerekir.

Olgunlaşmamış çocuklarla başa çıkmanın farklı bir yolu

daha vardır: Onlardan sürekli kendiliğinden olgun davranışlar sergilemelerini talep etmektense, onlara görmek istediğimiz davranışları repliklerle öğretebiliriz. Talimatlarımıza uymak çocukları olgunlaştırmaz, ancak gelişimlerinin bu safhasında hazır olmadıkları toplumsal durumlarda normal bir şekilde işlev görmelerine olanak tanır.

Çocuklarımıza nasıl davranmaları gerektiğini repliklerle öğretmek için onlara neyi ne zaman yapacaklarını belirten çeşitli ipuçları sunmamız gerekir. Çocuklar henüz kendi kendilerini idare edebilecek kabiliyete sahip değilse, hareketlerinin örnek aldıkları kişiler tarafından düzenlenmesi veya bu kişilerin onlar için bir tür koreografi oluşturulması gerekir: "Bebeği böyle tutmak lazım," "Sıra şimdi Matthew'da", "İçinden büyükanneye sarılmak geliyorsa, şimdi tam zamanı", "Kedileri bu şekilde sevmemiz lazım", "Konuşma sırası şimdi babada", "Şimdi kısık sesle konuşma vakti."

Replikli öğretimin başarılı olabilmesi için, yetişkinlerin kendilerini çocuklara örnek olabilecek şekilde konumlandırması gerekir. Burada işe yine temel şartları sağlayarak başlamamız gerekir: İlişkimizin lehine çalışabilmemiz için önce çocukları yanımıza çekmemiz gerekir. Bu, yavrularını yetiştiren anne ördeklerin uyguladığı yönteme benzer önce yavrular sıraya sokulur, sonra davranışlar hizaya. Çocuklar bizi izlemeye başladığında, onlara yol göstermeye başlayabiliriz. Elbette, çocukların davranışlarını etkileyebilme yeteneğine sahip olabilmemiz, onların bize ne kadar güçlü bir şekilde bağlandığına bağlıdır. Bu bağlar çok güçlü veya kırılgan olmak zorunda değil. Çocukların bize benzemek ve bizi taklit etmek istemelerini sağlayan içgüdülerini harekete geçirebilecek kadar güçlü olmaları yeterlidir.

Çocukları sağlıklı bir şekilde yönlendirebilmemiz için, neyi nasıl yapacaklarına ilişkin talimatları onlara kolayca uygulayabilecekleri şekilde vermemiz gerekir. Çocuklara negatif talimatlar vermek hiçbir işe yaramaz, çünkü bu tür talimatlar çocuklara ne yapmaları gerektiğini belirtmez. Hatta ciddi derecede takılıp kalmış ve olgunlaşamayan çocuklar, genelde yalnızca verdiğimiz talimatların eylem köklerini anlar! Örneğin, olum-

suzluk belirten "-ma, -me" ekleri genelde zihinlerinden silinir ve arzu edilen davranışların tam tersini sergilerler. Odak noktamızı sorun yaratan davranışlardan uzaklaştırıp, arzu edilen davranışlara çevirmemiz gerekir. Çocuklara sergilemelerini arzu ettiğimiz davranışların örneklerini sunmamız daha da etkili bir yöntemdir. Tıpkı oyuncularla çalışan bir yönetmen veya dansçılarla çalışan bir koreograf gibi, arzu edilen nihai sonuç önce yetişkinlerin zihinlerinde yaratılır.

Replikli öğretimin arzu edilen davranışların sergilenmesi için kullanılmasının iyi bir örneğine çocuklara kayak yapmayı öğretirken şahit oluruz. Sezgilerimizle anlama ihtimalimiz böyle bir örnekte daha yüksektir. Kayak öğretirken, çocuklarımıza... Bu durumda, çocuklarımıza, "Dengeni koru", "Düşme", "Yavaşla", "Kontrollü kay", "Dön" gibi sözler söylememizin hiçbir fayda sağlamayacağını iyi biliriz. Bu davranışlar düzgün bir şekilde verilen replikli eğitimin nihai ürünleridir, ama çocuklar kayak yapmayı öğrenmeden onlardan bu davranışları sergilemelerini talep edemeyiz. Bunun yerine, onlara önce kayaklarıyla kar sapanı yapmayı gösterip, daha sonra uyabilecekleri talimatlar vermeye geçebiliriz; örneğin, "Üçgen yap", "Sağ ayağına ağırlık ver", "Dizlerine dokun" vs. Çocuklar bunun sonucunda dengede durmayı, fren yapmayı ve dönmeyi öğrenir. Acemi kayakçılar kaymayı iyi biliyormuş gibi görünebilir, ama gerçekte bu hareketleri öğrenip nihayet kendi başlarına yapmaya başlayıncaya dek yalnızca verilen talimatlara uyarlar. Kayağın aksine, insan etkileşimlerinde uygun davranışlar sergileme ve tepkiler verme becerisini olgunlaşana dek kazanamayız.

Sosyal davranışlar söz konusu olduğunda, çocukların aralarında kurdukları ilişkilere odaklanmamamız gerekir. Yönlendirme süreci yalnızca yetişkinlerle çocuklar arasında işlemelidir. Replikle öğretme çocuklara sosyal beceriler kazandırmak için tasarlanmamıştır; bu zaten genel anlamda boş bir çabadır. Replikle öğretme çocuklar olgunlaşıp gerçek anlamda sosyalleşmeye başlayıncaya dek onların sosyal etkileşimlerini düzenlemek için tasarlanmıştır. Bu yüzden odaklanılması gereken konu çocukların aralarında kurdukları ilişkiler değil, yetişkinle-

rin talimatlarına nasıl uyduklarıdır.

Bir sonraki hikâye bana görevinin bir parçası olarak öğretmenleri denetlemekten sorumlu olan yakın bir arkadaşım tarafından anlatıldı. Bu olay, arkadaşım öğrencilerinde ilham verici yöntemler uygulamasıyla ünlü bir ikinci sınıf öğretmenini gözlemlerken yaşanmış. Özel eğitime ihtiyaç duyan bir öğrenci sınıftan çıkıp tuvalete gitmek istemiş. Sınıfa geri döndüğünde, işini bu sefer kendi başına halledebildiğini belirtmiş. Çocuk bunu söylerken pantolonunun ve iç çamaşırlarının hâlâ ayak bileklerinde olduğunun farkında değilmiş. Bunun ardından hayret verici bir şey olmuş. Sınıfta bu gibi durumlarda duymaya alışkın olduğumuz alaycı kahkahalar yükselmemiş, bunun yerine öğrenciler arkalarını dönüp öğretmenlerine bakmış. Öğretmenleri çocuğu takdir ederek alkışlamış, ardından da tüm öğrenciler öğretmenlerine katılmış.

Bu son derece medeni ve şaşırtıcı derecede zarif bir etkileşim. Başkalarının kırılganlığını hissedip onları korumak için harekete geçmek hem olgunluk hem de beceri ister. Ancak bu durumda gereken olgunluğa ve beceriye sahip olan öğrenciler değil, öğretmendi. Çocukların verdiği sosyal yetkinlik izlenimi de öğretmenlerinin kendilerine sunduğu ipuçlarını takip etmelerinden kaynaklanıyordu. Çözüm çocukların kendi aralarında kurdukları ilişkilerde değil, öğrencilerin öğretmenleriyle kurdukları bireysel ilişkilerde yatar. Olgunlaşmamış canlılar sosyal etkileşimler kurarken kendi hallerine bırakılmamalıdır.

Replikli öğretim birçok davranış için uygulanabilir; çocukların adil davranmalarını, başkalarına yardımcı olmalarını, paylaşmalarını, işbirliği yapmalarını, sohbet etmelerini, nazik ve düşünceli olmalarını ve birbirleriyle iyi geçinmelerini sağlayabilir. Çocukların olgun davranışlar sergilemeleri olgunlaştıkları anlamına gelmese de olgunlaşmalarının önündeki engeller ortadan kaldırılıp olgunlaşma süreci tekrar rayına oturana dek onları beladan uzak tutmamıza yardımcı olur. Replikli öğretimle çocukların başlarının belaya girmesini engellememiz aramızdaki bağları korur ve çocuklara fayda sağladığı kadar bize de fayda sağlar; onların bize, bizim de onlara bağlanmamıza

yardımcı olur.

Çocukları Değiştiremiyorsanız, Dünyalarını Değiştirmeyi Deneyin

Çocuklar disipline ne kadar az ihtiyaç duyarsa, uyguladığımız herhangi bir yöntemin onların üzerinde etkili olma olasılığı da o kadar yüksek olur. Bunun tersi de doğrudur: Çocuklar ne kadar disipline ihtiyaç duyarsa, yaygın bir şekilde öğretilen disiplin yöntemleri onların üzerinde o kadar etkisiz olur.

Davranışları doğal bir şekilde düzene sokan bu kılavuz ilkelerin uygulanabilmesi için gereken zemini hazırlayan etkenlerin eksik olması çocukların disipline sokulmasını zorlaştırır. Sorun çıkarma potansiyeli taşıyan dürtülerini kontrol altında tutmaya yardımcı olan duygu ve düşünceleri zihninde barındırmaya ve iyi niyet beslemeye kolayca teşvik edilemeyen, bazı çabalarının beyhude olduğunu kabullenemeyen ve kendisini yetiştiren kişilerin gözlerinde iyi bir birey olma arzusu duymayan bir çocuğu disipline sokmak kolay değildir. Bu gibi çocuklarla karşı karşıya olduğumuzda tavırlarımızı sertleştirme eğilimine gireriz. Ne yazık ki, tavırlarımızı sertleştirmemiz genelde çocukların disipline sokulmasını zorlaştıran aynı nedenler yüzünden ters teper: Zorlama, karşıt iradeyi kışkırtır, cezalandırma intikam duygularını alevlendirir, bağırma duymazdan gelinmemize neden olur, yaptırımlar saldırganlığı tetikler, mola verme yöntemi duygusal kopukluğa yol açar. Çocukları disipline sokmak için makul miktarda çaba sarf edip başarısızlığa uğradığımızda, çare daha sert bir disiplin yöntemi uygulamak değil, farklı bir disiplin yöntemi uygulamaktır.

Zor kullanarak uygulanan yöntemlerin nihayetinde niçin başarısızlığa uğramaya mahkûm olduklarını açıkladığımıza göre, sıra geldi ebeveynlerin alet çantalarında yer alması gereken ve en az diğerleri kadar önemli olan son doğal disiplin yöntemine: çocukların içinde bulundukları ortamların düzene sokulması. Burada asıl amacımız "kötü" davranışların kökünü kurutmaktan ziyade, bu tür davranışların ortaya çıkmasını sağlayan deneyimleri değiştirmektir. Bu vakalarda çocukları değiştirmeye çalışmak yerine gücümüz yettiğinde, sorunlu davranışları

tetikleyen durumları veya şartları değiştirmemiz daha verimli olacaktır.

Ebeveynlerin bu disiplin yaklaşımını başarıyla uygulayabilmek için üç özelliğe sahip olmaları gerekir: (1) Uygulanan diğer disiplin yöntemlerinin başarısızlığa uğradığını kabullenerek, işe yaramayan bu yöntemler üzerinde diretmekten vazgeçebilme yeteneğine sahip olmaları, (2) çocukların içinde bulundukları ortamlarda hangi etkenlerin sorunlu davranışlara yol açtığına ilişkin içgörüye sahip olmaları, ve (3) bu olumsuz etkenleri değiştirme veya kontrol etme becerisine sahip olmaları. Ebeveynlerin davranışlara odaklanarak değiştiremeyecekleri şeylere, bu durumda çocukların dürtüsel davranışlarına, sövüp saymalarının beyhude bir çaba olduğunu kabullenebilmeleri için adaptasyon becerilerinin gerçekten gelişmiş olması gerekir. Bilge ebeveynler çocukların tepki verdikleri etkenlere, içinde bulundukları ortamlara ve şartlara odaklanır. Başka bir deyişle, bu yöntemi uygulayan ebeveynlerin ilk olarak çocuklarını değiştirmeye çalışmaktan vazgeçmesi gerekir.

Bu işin püf noktası içgörü sahibi olmaktır. Sorunun ötesine geçebilmek ve çocukların nelere tepki verdiklerini görebilmektir. Sorunları nasıl gördüğümüz nihayetinde onları çözüme ulaştırmak için nasıl bir yol izlediğimizi belirler. Çocuklarımızın bencil ve inatçı olduklarını düşünürsek, dikkatimizi hoşumuza gitmeyen ve bizi sinirlendiren bu davranışlarını düzeltmeye düzeltme eğilimi gösteririz. Bunu yerine, çocuklarımızın yalnızca kendilerini dürtülerine kaptırdıklarını fark edebilirsek, bu dürtüleri tetikleyen durumları ve etkenleri değiştirme yoluna gidebiliriz. Tek gördüğümüz çocuklarımızın geçirdikleri öfke nöbetleri veya birilerine karşı sergiledikleri saldırgan tavırlar olduğunda, saldırgan davranışlara odaklanma olasılığımız yüksek olur. Ancak, çocuklarımızın yaşadıkları hayal kırıklıklarıyla başa çıkmakta zorlandıklarını fark edebilirsek, hayal kırıklığı yaşamalarına yol açan durumları ve şartları değiştirmeyi deneyebiliriz. Çocuklarımızın yatma vakti geldiğinde taleplerimize karşı çıkarak odalarına gitmemek için direndiklerini gördüğümüzde, bu durumun basit bir itaatsizlik va-

kası olduğunu düşünebiliriz. Ancak bu durumun genç bir çocuğun ayrılık ve karanlıktan kaynaklanan korkularıyla yüzleşmekten kaçınmasından kaynaklandığını fark edebilirsek, uyku vakti geldiğinde tehdit altında olmadıklarını hissetmelerini sağlamak için elimizden geleni yapabiliriz. Çocuklarımızın talimatlarımıza uymayı reddettiklerini gördüğümüzde, itaatsizliklerinin kökünü kazımak isteriz. Ancak, bunun yerine, karşıt iradelerinin hissettikleri baskı yüzünden devreye girdiğini anlayabilirsek, onlara yaptığımız baskıyı azaltma yoluna gidebiliriz. Yetişkinlerle iletişim kurmayı reddeden çocukların kabalık yaptıklarını düşünerek onları bu tür "kötü" davranışlar sergiledikleri için azarlayabiliriz. Ancak, çocukların doğuştan gelen utangaçlıklarının tanımadıkları kişilerle etkileşim kurmalarını engellediğini fark edebilirsek, böyle durumlarda çocukları rahatlatmak için elimizden geleni yaparız. Çocuklarımızın yalan söylerken gördüğümüzde, söyledikleri yalanları katı ve yargılayıcı bir tavırla yüzlerine vurma ihtimalimiz yüksek olur; ancak, gerçekleri yalnızca sevgimize yeterince güvenmedikleri, bu yüzden de bizi öfkelendirme veya hayal kırıklığına uğratma riskini göze alamadıkları için gizlediklerini fark edebilecek bilgeliğe sahip olduğumuzda, onlara güvende olduklarını hissettirmek için elimizden gelen her şeyi yaparız. Friedrich Nietzsche, "Yalan söyleyerek gerçeklerden kaçmak için kimin geçerli bir nedeni olabilir?" diye sorar. "Gerçeklerden mustarip olan birinin."

Bu durumların hepsinde, müdahalelerimizin ne kadar etkili olduğu, edindiğimiz içgörülerin ne kadar doğru olduğuna bağlıdır. Ancak çocuklarımızın içinde bulundukları ortamlar davranışlarını etkiliyorsa ve bu tür davranışlar hem bizim hem de çocuklarımızın kontrolünün dışında gerçekleşiyorsa, odak noktamızı çocuklarımızın davranışlarından, bu davranışların kaynağına çevirmemiz mantıklı olacaktır.

Peki ama çocuklarımızın yaşadıkları hayal kırıklıklarını ve maruz kaldıkları baskıları azaltabilmek için, içinde bulundukları ortamları sürekli olarak değiştirmemiz, dünyaya adapte olma becerilerinin gelişmesini riske atmaz mı? Bu durumda ço-

cuklarımızın bize sağlıklı olmayan bir şekilde bağımlı olmalarını teşvik etmiş olmaz mıyız? Bu çok yerinde bir sorudur. Ebeveynlere danışmanlık hizmeti verdiğim süre boyunca, bu yaklaşımı kullanırken aşırıya kaçan ve çocuklarının hayatlarına istemeden de olsa gereğinden fazla müdahale eden birçok hassas ve ilgili ebeveynle karşılaştım. Değiştirilmesi imkânsız olan veya değiştirilmemesi gereken şeylerle karşılaştığında, çocuğun harcayacağı çabanın beyhude olduğunu kabullenmesi gerektiğini söylemiştik. Bu yöntem, beyhudeliğin kabul edilmesi gibi diğer disiplin yöntemlerini gölgede bırakacak şekilde asla uygulanmamalıdır. Mümkün olduğunda, çocuklarımızın hayal kırıklıklarının üzüntüye dönüşmesine önayak olmalı, zihinlerinde karışık duygular barındırmalarını ve iyi niyet beslemelerini teşvik etmeliyiz. Eğer çocuklarımızda pozitif değişiklikler yaratabiliyorsak, bunun yerine dünyalarını değiştirmeye çalışmamalıyız.

Geçen bölümde bahsi geçen yapılara kısaca yeniden değinmek istiyorum. Yapılar ve rutin işler çocukların dünyalarını, dolayısıyla da davranışlarını düzene sokmak için kullanılabilecek güçlü araçlardır. Çocuklar diğer disiplin yöntemlerine tepki vermiyorsa, bunu yaşantılarını düzene sokarak telafi etmemiz gerekir. Yapılar çocukların hayatlarına gerek duyulan çeşitli ritüeller ve rutinler katarak ortamlarını öngörülebilir bir şekilde değiştirir. Bu, kültürün geleneksel işlevlerinden biri olmuştur, ancak gelenekler ve görenekler giderek yok olduğundan, yaşam da giderek daha da yapısız ve kaotik bir hal almaktadır. Böyle bir ortamda, gelişimsel açıdan geri kalan çocuklar genelde aileleriyle aralarındaki bağları kopartma eğilimine girer. Ebeveynler de buna genelde daha sert tavırlar takınıp daha fazla kural koyarak tepki verir. Bu bileşim olası felaketlere zemin hazırlar.

Yemek ve uyku saatlerinin düzene sokulması, ayrılık ve yeniden bir araya gelme süreçlerinin belirli kurallar dahilinde yürütülmesi, kişisel temizliğe dikkat edilmesi, eşyaların yerlerine kaldırılması, aile bireylerinin aralarında etkileşim ve yakınlık kurması, çeşitli egzersizlerin ve ev ödevlerinin yapılması, çocukların yalnız kalarak bireyselleşmelerine yardımcı olan

ve hayal güçlerini kullanmalarını gerektiren oyunlar oynaması için çeşitli yapılar oluşturulması gerekir. İyi yapılar kendilerine de, altlarında yatan hedeflere de dikkat çekmez, ayrıca ebeveynlerin çocuklarına karşı otoriter tavırlar sergileme ve onları zorlama gereksinimlerini asgari seviyeye indirirler. İyi yapılar yalnızca kısıtlamalardan ibaret değildir; aynı zamanda yaratıcılardır. Örneğin, önemli rutinlerden biri çocuklara kitap okuyacağımız özel bir zaman ve yer olmasıdır. Bu yapının en önemli amacı çocuklarımızla baş başa kalarak yakınlık ve bağlantı kurmamız için bir fırsat yaratmak ve onları zorlamadan edebiyata aşinalık kazanmalarını sağlamaktır.

Çocuklar ne kadar takılıp kalmışsa, yapıların oluşturulması o kadar önemli hale gelir. Yapılar oldukları yerde takılıp kalan çocuklara özlemini çektikleri aşinalığı sunar. Çocukların iyi alışkanlıklar oluşturmalarını sağlar. En önemlisi, ebeveynlerin çocuklarına karşı otoriter tavırlar sergileme ve onları zorlama gereksinimlerini azaltarak gereksiz yere anlaşmazlık çıkmasını engeller.

Bu bölümde çocuklarımızı bizden uzaklaştırabilecek yöntemlere değinmekten kaçındık. Bu yöntemlerin kullanılması eskiden ebeveynlerin yanına kâr kalabiliyordu, ama bunun nedeni onların günümüzdeki ebeveynler gibi rakip bağlardan korkmaları için herhangi bir nedenlerinin olmamasıydı. Geçmişte çocukları aile çevresinin dışına çeken akran yönelimi yoktu. Günümüzde çocuklarımızla aramızdaki bağı koruyan ve onların olgunlaşmalarını teşvik eden bir disiplin yöntemi uygulamaktan başka bir çaremiz yoktur. Olgunlaşma –disiplin sorunlarının nihai çözümü– bir gecede gerçekleşmez, ancak sabrımızın eninde sonunda ödüllendirileceğinden hiçbir şekilde şüphe duymamamız gerekir. Ebeveynler olarak çocuklarımızın üstüne gitmeyelim bari, zaten yeterince sorun var.

Bölüm Beş

Akran Yöneliminin Engellenmesi

17

Rakiplere Kur Yapmayın

Çocuklarımızın akranlarının yerimizi almalarını kolaylaştıran davranışlardan kaçınmamız gerekir, ancak bunu yaparken elbette düşmanımızın çocuklarımızın akranları değil, akran yönelimi olduğunu aklımızdan çıkarmamamız gerekir.

Biz de tıpkı antik Truva halkının Truva Atı'yla kandırılması gibi, akran yönelimi tarafından kandırıldık. Bu devasa ahşap atın tanrıların bir hediyesi olduğunu düşünen Truva halkı, onu şehirlerinin surlarının içine alarak düşmanlarının kendilerini yok etmesi için gereken zemini hazırlamıştı. Aynı şekilde, günümüz ebeveynleri ve öğretmenleri de erken yaşta başlayan yoğun akran etkileşimlerini olumlu bir gelişme olarak görmektedir. Yetişkinlerin herhangi bir şekilde söz sahibi olmadıkları ve gözetimleri altında gerçekleşmeyen bu etkileşimleri, oluşturdukları risklerin farkında olmadan teşvik ediyoruz. Yetişkinlerin kılavuzluğu altında kurulan bilinçli ve iyi huylu akran ilişkileriyle bağlanma boşluklarından doğan ilişkiler arasında ayrım yapmayı başaramıyoruz. İstemeden de olsa, akran yöneliminin çocuklarımızla aramızdaki bağları sabote etmesini teşvik ediyoruz. Truvalılar şehirlerine soktukları aldatıcı heykelin içindeki Yunan düşmanlarını görebilseydi, oyuna gelmezlerdi. Günümüzde karşı karşıya olduğumuz sorun da budur. Akran yönelimi adı altında sunulan Truva Atı bir tehdit olarak değil, bir armağan olarak görülmektedir.

Akran yöneliminin olumsuz yanlarını görememiz anlaşılır bir durumdur, çünkü ilk belirtileri bize hoş ve cazip gelir. Akran yönelimli çocuklar ilk bakışta daha bağımsız, daha az ilgi meraklısı, okula daha uyumlu, daha sosyal ve gelişmiş gibi görünür.

Buna neden olan mekanizmaların ve uzun vadede ödememiz gereken bedellerin farkında olmadığımız göz önünde bulundurulduğunda, akran yönelimine kanmamıza şaşırmamamız gerekir. Peki ama bu tuzağa düşmekten nasıl kaçınabiliriz?

AKRAN YÖNELİMİNİN İLK MEYVELERİNE KANMAYIN

Çocukların beraber vakit geçirmeleri ve birbirlerini eğlendirmeleri birçok yetişkin için özgürlük anlamına gelir. Akranlar görünürde en iyi çocuk bakıcılarıdır. Akranlar, özellikle de yetişkinlerin çocuk bakımı görevlerini paylaşmaları için artık büyükannelere ve büyükbabalara, diğer akrabalara veya topluma güvenemedikleri durumlarda, yorgun düşen ebeveynlere ve öğretmenlere bir mola verme imkânı tanıyan Tanrı vergisi bir armağanmış gibi görünebilir. Hangimiz çocuklarımızın bir arkadaşının daveti üzerine hafta sonu bir günümüzü özgür bir şekilde dinlenerek geçirdiğimiz veya diğer işlerimize gereken zamanı harcama fırsatı bulduğumuz için müteşekkir olmayız ki? Böyle durumlarda hem çocuklarımız mutlu görünür hem de sırtımızdaki yük hafifler. Bu deneyimlerin çocuklarımızın akranlarına yönelmelerine neden olması durumunda ilerleyen yıllarda bize ne kadar zamana, enerjiye, masrafa mal olabileceğini ve ebeveynlik görevlerimizi ne kadar zorlaştırabileceğini hayal bile edemeyiz.

Akran yönelimli çocuklar, yetişkin yönelimli çocuklarla kıyaslandıklarında daha bağımsız ve olgun görünürler. Akran yönelimli çocuklar bize onlarla beraber bir şeyler yapmamız, hayatlarına dahil olmamız, endişelerini dinlememiz veya sorunlarını çözmeye yardımcı olmamız için baskı yapmaz. Toplumumuz bağımsızlığa –hem kendimizin hem de çocuklarımızın bağımsızlığına– çok önem verdiğinden, akran yönelimi iyi bir şeymiş gibi algılanır. Büyümenin vakit aldığını unuturuz. Sanayi Devrimi sonrası kültürümüzde her şeyi aceleye getirme eğilimi oluşmuştur. Çocuklarımızın büyüdüklerini görmek için bu kadar sabırsız olmasak, büyük ihtimalle bu kadar yanlış bir izle-

nime kapılmazdık.

Bu çocukların bizi daha erken yaşta terk edebilmelerinin tek nedeni birbirlerine tutunmalarıdır. Uzun vadede psikolojik anlamda olgunlaşamadan gelişimlerinin bir evresinde takılıp kalma olasılıkları daha yüksektir. Kendi düşüncelerini oluşturabilme, kendi yollarını çizebilme, kendi kararlarını verebilme, kendi bakış açılarını kazanabilme ve kendileri gibi olabilme yeteneklerini kazanma olasılıkları ise daha düşüktür.

Buna boyun eğmemizi kolaylaştıran bir neden de akran yönelimli çocukların, en azından ilk etapta, okula gitmeye daha meyilliymiş gibi görünmeleridir. Bölüm 13'te de değindiğimiz gibi, böylesine yanlış bir izlenim edinmemiz, çocuklarımızın öğrenme yeteneklerini yitirmelerine mal olabilir. Akran yönelimi, ayrılığın öğrenme üzerinde yarattığı etkiler yüzünden, çocukları geçici olarak okul heveslisi yapabilir. Okul çocukların evden dışarı çıkmasını ve yetişkin yönelimli çocukların bağlı oldukları yetişkinlerden ayrı kalmasını sağlar. Bu gibi çocuklar okulda yoğun bir ayrılık endişesi duyar ve şiddetli bir yönelim bozukluğu yaşar. Çoğumuz yeni bir okula kaydolduğumuzda geçirdiğimiz ilk günü –karnımızdaki kramp hissini, kaybolduğumuzu düşünüp yaşadığımız şaşkınlığı, tanıdık bir insan veya bir şeyler bulmak için etrafı çaresizce taradığımızı– hatırlarız. Bu kafa karışıklığı küçük çocukların çoğu için dayanılmaz bir deneyimdir ve yarattığı endişe öğrenmelerini olumsuz yönde etkileyebilir. Endişe bizi aptallaştırır ve fonksiyonel IQ'muzu azaltır. Paniğe kapılmak odaklanma ve hatırlama yeteneğimizi de olumsuz etkiler. Ayrıca etrafta gördüğümüz ipuçlarını okumamızı ve talimatlara uymamızı zorlaştırır. Çocuklar kaybolduklarını hissettiklerinde ve endişeye kapıldıklarında öğrenme yetenekleri azalır.

Okula başladıklarında halihazırda akranlarına yönelmiş çocuklar böyle ikilemlerle karşılaşmaz. Dışarıdan bakıldığında akran yönelimli çocuklar anaokulunun ilk gününde diğer çocuklardan daha akıllı, kendilerinden daha emin ve okul deneyiminden daha iyi faydalanabileceklermiş gibi görünür. Diğer ta-

raftan, ayrılık endişesi yüzünden kısıtlanan yetişkin yönelimli çocuklar, daha beceriksiz ve yardıma muhtaçmış gibi görünür; en azından öğretmenleriyle güçlü bir bağ oluşturana kadar. Akran yönelimli çocuklar yetişkinlerin az, akranlarının çok olduğu ortamlarda tüm avantajları elinde tutar. Akranları sayıca fazla olduğundan ve kolayca ayırt edilebildiklerinden, bu tür çocuklar hiçbir zaman kaybolduklarını veya takip edebilecekleri ipuçlarından mahrum kaldıklarını düşünmezler. Bu yüzden akran yönelimi kısa vadede Tanrı vergisi bir armağanmış gibi görünebilir. Akran etkileşimlerinin okulöncesi eğitime yaptığı katkıları inceleyen araştırmaların bu dinamiklere odaklandığından da şüphe yoktur.

Ancak uzun vadede, akran yöneliminin olumlu etkileri, elbette endişenin ve yönelim bozukluğunun azalmasının öğrenmeye yaptığı olumlu katkıları yavaşça yok edecektir. Bu yüzden sonradan yapılan araştırmalardan elde edilen bulgular akran etkileşimlerinin okulöncesi eğitime sağladıkları avantajların sürdürülebilir olmadığına işaret etmektedir.[1] Akran yönelimli çocuklar okula öğrenmek için değil, arkadaşlarıyla beraber olmak için gider. Arkadaşları da kendileri gibi öğrenmeye ilgi duymadıklarında, akademik performans gözle görülür bir şekilde düşer. Çocuklar yalnızca arkadaşlarıyla beraber olmak için okula gittiklerinde, yalnızca kendi yaşlarındaki çocukların arasında göze batmayacak kadar öğrenirler. Eğitim, bunun haricinde önemsizdir ve akran ilişkilerine engel teşkil edebilir.

Endişe de ilerleyen yıllarda geri gelerek akran yönelimli öğrencilere musallat olur. Akran bağları temelde güvensiz olduğu için, endişe genellikle kronik bir soruna dönüşür. Akran yönelimli çocuklar sürekli tedirgin, huzursuz ve endişeli olur. Akran yönelimli çocuklardan oluşan gruplara yakın olduğunuzda, havada aşırı bir heyecan olduğunu neredeyse hissedebilirsiniz. Endişe duymanın yarattığı kırılganlığı hissedemeyen akran yönelimli çocuklar, bunun yalnızca psikolojik etkilerini yaşar: gerginlik ve huzursuzluk. Endişe duymak bilincine varılsa da varılmasa da öğrenmeyi engeller. Akran yönelimi ilk etap-

ta performansı artırabilir, ancak en sonunda akademik başarıyı sabote eder. Çocukların akranlarıyla aralarında kurdukları bağlar güçlendikçe, zekâlarıyla başarılarının arasındaki mesafe daha da açılır. Bu çocukların genelde eğitim hayatlarına önde başlamalarını sağlayan etken, nihayetinde onlara çelme takar.

Artık evde eğitim gören çocuklar, ilginç bir şekilde, isim yapmış bazı köklü üniversitelerde tercih edilen adaylar arasına girmektedir.[2] California'daki Stanford Üniversitesi'nde öğrenci kabul görevlisi olarak çalışan Jon Reider'a göre, bu çocukların tercih edilen adaylar arasına girmelerinin nedeni, "evde eğitim gören çocukların genelde liselerin öğrencilerle kazandırmakta pek başarılı olamadığı –motivasyon, meraklılık, eğitimlerinin sorumluluğunu üstlenebilme kabiliyeti gibi– bazı özelliklere sahip olmalarıdır."[3] Başka bir deyişle, anaokuluna giden çocuklar eğitimlerine bir adım önde başlayabilir, ama evde eğitim gören çocuklar yarışı önde bitirir, çünkü eğitim sistemimiz bağlanmanın oynadığı önemli rolü göz ardı eder.

Anaokulları en önemli sorun, evde verilen eğitim de bunun esas cevabı değildir. Burada en önemli etken bağlanmadır. Çocukların akranlarına bağımlı olmalarını sağlayan deneyimlere maruz bırakılmalarının hiçbir işe yaramadığı açıktır. Çocukların eğitim deneyimlerinin yetişkinlerle aralarındaki bağları temel alması gerekir.

UTANGAÇLIK SANDIĞIMIZ KADAR BÜYÜK BİR SORUN DEĞİLDİR

Genelde utangaçlığı çocuklarımızın üstesinden gelmelerini istediğimiz olumsuz bir özellik olarak görürüz. Ancak bir özür gibi görünen bu özellik bile gelişim açısından faydalı bir işlev görür. Utangaçlık çocukların sosyal açıdan içlerine kapanmalarını ve güvenli bağlar kurdukları insanlar haricinde kimseyle etkileşim kurmamalarını sağlamak için tasarlanmış bir bağlanma gücüdür.

Utangaç çocuklar bağlanmadıkları kişilerin yanındayken gergin olur. Beklendiği üzere, yetişkin yönelimli çocuklar, en azından okula yeni başladıkları dönemde, akranlarının yanındayken sosyal açıdan beceriksiz ve uyumsuz olurlar. Diğer taraftan, akran yönelimli çocukların sosyal açıdan oldukça becerikli oldukları görülür. Bu onların güçlü yanlarıdır. Nelerin havalı olup nelerin olmadığını, nasıl giyinmeleri ve konuşmaları gerektiğini bilirler; zekâlarının büyük bir kısmını nasıl olmaları ve nasıl davranmaları gerektiğini öğrenmek için birbirlerinde gördükleri ipuçlarını yorumlamak için harcarlar.

Akran yönelimli çocukların sosyal açıdan nispeten daha başarılı olmalarının nedeni çoğunlukla utangaç olmamalarından kaynaklanır. Akranlar ebeveynlerin yerini aldığında, utangaçlığın kaynağı tersine döner. Bu tür çocuklar yetişkinlerin yanındayken utangaç, akranlarının yanındayken girişken olur. Akranlarının yanında kabuklarından çıktıklarını, daha konuşkan ve kendilerinden daha emin olduklarını görürüz. Kişiliklerindeki değişim etkileyicidir ve biz de bu değişimin akran etkileşimlerinden kaynaklanan olumlu bir gelişme olduğu düşünürüz. Kendimize böylesine iyi ve arzu edilen bir sonucun sorunlu bir ilişkiden çıkamayacağını söyleriz! Ancak gerçek sosyal bütünleşme ve sosyalleşme yeteneği –diğer insanlara değer verip tanımadıkları insanların duygularını dikkate almak– akran yönelimli çocukların uzun vadede sahip olabilecekleri özellikler değildir.

Yetişkin yönelimli çocuklar akranlarının yanında utangaçlıklarını üzerlerinden çok daha yavaş atar. Bu utangaçlığı nihayetinde ıslah eden şey akran yönelimi değil, onlara güçlü bir benlik duygusu kazandıran ve zihinlerinde karışık duygular barındırmalarına olanak tanıyan olgunluktur. Utangaçlıkla başa çıkmanın en iyi yolu çocukların bakımlarından ve eğitimlerinden sorumlu olan yetişkinlerle sıcak ilişkiler kurmalarını teşvik etmektir. Konuya bağlanma açısından bakacak olursak, günümüz çocuklarının çoğunda endişelenmemiz gereken şey utangaçlık değil, utangaçlığın eksikliğidir.

BAĞLANMA YOKLUĞUNDA YUVALARIN YARATTIĞI STRES

Günümüzde okulöncesi eğitimin geldiği nokta rakiplerimize istemeden de olsa nasıl kur yaptığımızı gözler önüne sermektedir. Dünya genelinde milyonlarca çocuk uyanık oldukları sürenin bir kısmını, hatta bazen çoğunu, evlerinin dışındaki gündüz bakım merkezlerinde geçirmektedir. Kısa süre önce derlenen istatistiklere göre, ABD'deki çalışan annelerin çoğu çocukların ilk doğum gününden önce yeniden işbaşı yapmaktadır.[4] Gündüz bakımı, özellikle de Amerika'da uygulandığı şekilde, oldukça riskli bir iştir. Yakın zamanda yapılan araştırmalar çocukların gündüz bakımını stresli bulduklarına işaret etmektedir. Gündüz bakımına verilen çocuklarda kortizol adı verilen stres hormonunun seviyelerinin evde kalan çocuklara oranla daha yüksek olduğu saptanmıştır.[5] Gündüz bakımının utangaç çocuklarda daha da fazla stres yarattığı görülmektedir. Daha önce de açıkladığımız üzere, utangaçlık duygusal bağ eksikliğini yansıtır. Çocuklar kendilerini rahat hissettiklerinde bakıcıların yanında utangaç davranışlar sergilemez. Sıcak bir bağın yokluğunda iki katı stres yaşarlar; hem ebeveynlerinden ayrı kaldıkları için hem de doğal içgüdülerinin uzak durmalarını emrettiği insanlarla vakit geçirmek zorunda kaldıkları için.

Bir dizi farklı araştırma, anaokulu öğrencilerinin akranlarıyla ne kadar fazla vakit geçirirlerse onlardan o kadar etkilendiklerini ortaya koymuştur.[6] Bu araştırmaların sonuçlarına göre bu etkiler birkaç aylık bir süre zarfında ölçülebilir boyutlara ulaşmaktadır. Erkek çocuklar, kız çocuklara oranla akran yönelimli olmaya daha meyillidir. Bu, erkeklerin genelde ebeveynlerine kızlar kadar bağlı olmadıklarına ilişkin gözlemleri doğrulayan bir bulgudur. Bu yüzden erkek çocukların ebeveynlerinin yerine akranlarını koymaya daha meyilli olduklarını söyleyebiliriz. Bu bulguların belki de en önemlisi, erkek çocukların kendilerini akranlarıyla ne kadar özdeşleştirirse, kendilerine bakmakla yükümlü olan yetişkinlerle etkileşim kurmaya o kadar direnç gösterdikleridir.

Akran yöneliminin tohumları gündüz bakımında ve anaokulunda ekilir ve çocuklar beş yaşına geldiklerinde meyve vermeye başlar. Konu üzerinde yapılan en kapsamlı araştırmalardan birinde binden fazla çocuğun gelişimi doğumdan anaokulu çağına kadar gözlemlenmiştir.[7] Bu araştırmadan elde edilen sonuçlar, çocukların gündüz bakımında daha fazla vakit geçirmelerinin, hem evde hem de anaokulunda, saldırgan ve isyankâr davranışlar sergileme olasılıklarını artırdığını ortaya koydu. Önceki bölümlerde de değindiğimiz gibi, saldırganlık ve itaatsizlik akran yöneliminin yan etkileridir.

Ayrıca çocuklar gündüz bakımında ne kadar fazla vakit geçirirse, karşıt iradelerinin o kadar güçlendiği ve bunu tartışma, sinsilik, çalışanlara sözle karşılık verme ve komutlara uymama şeklinde dışa vurdukları da gözlemlenmiş. Bu çocukların sıklıkla öfke nöbetleri geçirmeleri, kavga etmeleri, sağa sola vurmaları, diğer insanlara eziyet çektirmeleri ve kendi mallarına zarar vermeleri diğer çocuklara kıyasla daha fazla hayal kırklığı yaşadıklarına işaret eder. Ayrıca bağlanma ilişkileri sorunlu çocuklardan beklenen böbürlenmek, övünmek, aralıksız konuşmak ve sürekli dikkat çekmeye çalışmak gibi çaresizlikten kaynaklanan bağlanma davranışlarını daha fazla sergilemeye meyilli oldukları da görülmüş.

Çocuk-yetişkin bağlarını yıpratan tek unsur akran yönelimi değildir, ancak akran yönelimi çocuklarımızın dünyasında bu bağların yıpranmasına sebep olan en önemli unsurdur. Olaya bağlanma açısından baktığımızda, bu üç araştırma dizisinden elde edilen bulgular gündüz bakımının veya anaokullarının çocuklarımızın akranlarına yönelme riskini artırdığını çok açık bir şekilde ortaya koyar. Bu sorunun en bariz çözümü çocuklarımızı, özellikle de utangaç ve kırılgan olanları, ebeveynlerinden ayrılmanın yarattığı stresle başa çıkabilecek olgunluğa erişene dek evde tutmamızdır. Stanley Greenspan[8] ve Eleanor Maccoby[9] de dahil bir dizi uzman, bu araştırmalardan elde edilen bulgulara dayanarak maddi durumları elverişli olan ebeveynlere bunu yapmalarını tavsiye etmiştir. Bu tavsiyeler elde edi-

len veriler ışığında mantıklı görünse de önemli bir noktayı gözden kaçırmaktadırlar. Çocuklar evde durmaya değil, onlara bakmakla yükümlü olan yetişkinlerin yanlarındayken kendilerini rahat hissetmeye ihtiyaç duymaktadır. İnsanın kendini *evindeymiş gibi hissetmesi* bağlanmayla ilişkili bir konudur ve bağlar yaratabileceğimiz şeylerdir. Sorun, çocuklarla bakıcıların arasında *akrabalık ilişkileri* olmamasından değil, aralarında işlevsel bir *bağ* olmamasından kaynaklanmaktadır.

Çocukların belirli ortamlarda utangaç tavırlar sergilemeleri kendilerine bakılmasına izin verebilecekleri ortam şartlarının henüz sağlanmamış olduğuna işaret eder. Gereken ortam şartlarını ancak çocuklarla bağ kurarak sağlayabiliriz. Bunun kendi torunlarım için bile geçerli olduğunu görüyorum. Onlarla bir araya geldiğimde aşmam gereken ilk engel onları yanıma çekmek oluyor. Bunu yaptıktan sonra, utangaçlıkları bir anda yok oluyor ve onlara büyükbabalık yapmama izin veriyorlar.

Gündüz bakımı ve anaokulları her zaman bu kadar riskli olmayabilir, ama bu riski azaltabilmemiz için, bağlanma dinamiklerinin bilincinde olmamız lazım. Bunun için ilgili yetişkinlerin çocuklarımızla bağ kurmalarına önayak olabilecek uygun ortamlar yaratmaya istekli olmaları gerekir. Diğer taraftan, ebeveynlere de çeşitli görevler düşer, hem çocuklarımızın bulundukları ortamları iyi seçmemiz hem de çocuklarımızla onlara bakmakla yükümlü yetişkinlerin arasındaki bağları güçlendirmek için karşımıza çıkan her fırsatı değerlendirmeliyiz. Evet, bu sorunun çözümlerinden biri, çocuklarımızı fiziksel olarak ayrı kaldığımızda bizi duygusal anlamda yakın tutabilecek –veya bağlanma ilişkilerinin dışında bağımsız bir şekilde varlıklarını sürdürebilecek– kadar olgunlaşana dek evde tutmaktır. Başka bir çözüm de çocuklarımızın bakıcılarına ve öğretmenlerine bağlanmalarını sağlamaktır. Bunu yapmamız çocuklarımızı (ve bu yetişkinleri) strese karşı koruyacak, çocuklarımızın akranlarının zamanından evvel yerimizi kapmalarını engelleyecektir. Bunu nasıl yapabileceğimiz bir sonraki bölümde daha ayrıntılı bir şekilde açıklanmaktadır.

AKRAN ETKİLEŞİMLERİ ÇOCUKLARIMIZIN DİĞER İNSANLARLA İYİ GEÇİNMELERİNİ SAĞLAMAZ

Görüştüğüm bir baba yaşadığı deneyimleri anımsayarak, "Oğlum üç yaşındayken onu diğer çocuklarla beraber vakit geçirebileceği gruplara dahil etmemin ve ortamlara sokmamın çok önemli olduğunu düşünüyordum" dedi. "Arkadaş edinmekte ne kadar zorlanırsa, diğer çocuklarla etkileşim kurmasını teşvik etmek ve akranlarıyla oynayabileceği, onlarla ilişki kurabileceği ortamlar yaratmak için o kadar fazla çaba sarf ediyordum." Birçok ebeveyn kendilerini çocuklarını erken yaşta akran dünyasına sokmaya iten benzer bir dürtüye sahiptir. İçgüdüleri çocuklarına, onları akran etkilerine maruz bırakmadan evvel, daha uzun bir süre boyunca tutunmalarını emreden ebeveynler bile ailelerinin, arkadaşlarının veya ebeveynlik konusunda tavsiyeler veren profesyonellerin çocuklarının "bağlarını biraz gevşetmeleri" için yaptıkları yoğun baskılara maruz kalabilir.

Çocukların birbirleriyle iyi geçinmeyi ve çevrelerine uyum sağlamayı öğrenebilmeleri için erken yaşta akranlarıyla etkileşim kurmaları gerektiği inancı neredeyse evrenseldir. Birçok ebeveyn yeni yürümeye başlayan çocuklarını oyun gruplarına dahil etmek ister. Çocuklar anaokulu çağına geldiğinde, akranlarıyla etkileşim kurabilecekleri etkinliklerin düzenlenmesi çoğu zaman bir takıntı haline gelir. Anaokulu çağındaki çocuklara sahip olan birçok ebeveynin "İyi bir arkadaş olmayı öğrenmek her şeyden önemlidir. Bunun okula başlamadan öğrenilmesi büyük önem taşır" gibi tipik yorumlar yaptığını duyuyorum. Çocuğu henüz dört yaşında olan bir baba bana, "Ebeveynler olarak, çocuklarımızı sosyalleşmeleri için zorlamamız gerekiyor" iddiasında bulundu. "Anaokulları olmazsa çocuklarımız diğer çocuklarla insanlarla iyi geçinmeyi öğrenecek kadar kaynaşamaz." Bir okulöncesi eğitmeni bana, "Okulöncesi eğitimin temel hedefi çocuklara sosyal beceriler kazandırmaktır. Çocuklar anaokulu çağına gelmeden arkadaş edinemezse, ilerleyen yıllarda yalnızca sosyal becerileriyle değil, kendilerine duyduk-

ları güven ve öğrenme yetenekleriyle de ilişkili birçok sorunla karşılaşır" diye açıklamada bulundu. Çocuklar diğer insanlarla iyi geçinmek ve onlara uyum sağlamak konusunda ne kadar zorlanıyorsa, sorunlarının çözüme ulaştırılması için akranlarıyla etkileşime girmelerinin tavsiye edilme olasılığı o kadar yükselir. Toplumumuzda ebeveynler ve öğretmenler çoğu zaman çocukların ve öğrencilerin birbirleriyle sosyalleşmelerini sağlamak için binbir zahmete girer.

Sosyalleşmenin –çocukların birbirleriyle vakit geçirmelerinin– toplumsal uyuma yol açtığına veya çocukların diğer insanlarla başarılı ve olgun ilişkiler kurabilme becerilerini geliştirdiğine inanılır. Bu çok yaygın bir varsayım olmasına rağmen, şu ana dek doğruluğunu destekleyen herhangi bir bulgu elde edilmemiştir. Çocukların akranlarıyla sosyalleşmeleri toplumun uyumlu ve sorumluluk sahibi birer üyesi olmalarına yol açsaydı, çocuklar akranlarıyla daha çok vakit geçirdiklerinde, aralarındaki ilişkilerin giderek daha da güçlenmesi gerekirdi. Ancak gerçekte çocuklar birbirleriyle ne kadar fazla vakit geçirirse, birbirleriyle iyi geçinme ve topluma uyum sağlama olasılıkları o kadar azalır. Akranlarla sosyalleşmenin faydalı olduğu varsayımının aşırı uçlarına –yetimhanelerde büyüyen, sokaklarda yaşayan veya çetelere üye olan çocuklara– baktığımızda, bunun hatalı bir düşünce olduğu anlaşılır. Sosyalleşme toplumsal uyumun anahtarı olsaydı, çete üyeleri ve sokak çocukları örnek vatandaşlar olurdu.

Cornell Üniversitesi'nin New York, Ithaca yerleşkesinde görev yapan Dr. Urie Bronfenbrenner ve araştırma ekibi, boş vakitlerini akranlarıyla geçirmeyi tercih eden çocuklar ile ebeveynleriyle geçirmeyi tercih eden çocuklar arasında bir karşılaştırma yaptı. Altıncı sınıfa giden çocuklar üzerinde yapılan bu araştırmanın sonucunda boş vakitlerini ebeveynleriyle geçirmeyi tercih eden çocukların toplumsal uyumla ilişkilendirilen çok daha fazla olumlu özellik gösterdikleri ortaya çıktı. Vakitlerinin çoğunu birbirleriyle geçiren çocukların başlarını belaya sokma olasılığı diğer çocuklara oranla daha yüksek.[10]

Bu tür bulguların elde edilmesi şaşırtıcı bir durum değil-

dir. İnsan gelişiminin doğal düzeni hakkında daha derin bir anlayışa sahip olduğumuzda farklı bir sonuç beklememek gerekir. Bağlanma ve bireyselleşme olgunlaşmanın, olgunlaşma da gerçek toplumsal uyumun sağlanmasının önşartlarıdır. Toplumsal bütünleşme bireylerin birbirlerine uyum sağlamasından veya birbirleriyle iyi geçinmesinden çok daha fazlasını gerektirir; gerçek toplumsal bütünleşme bireylerin kendi bireyselliklerini veya kimliklerini kaybetmeden diğer insanlarla birleşmesini gerektirir.

Sosyalleşme elbette çocukların gerçek toplumsal bütünleşmeye hazırlanması açısından önemli bir rol oynar, ancak bu rol yalnızca son rötuşları yapmakla sınırlıdır. Çocuklar başta diğer insanlarla etkileşim kurarken kendilerine tutunabilmeyi ve diğer insanları ayrı birer birey olarak algılayabilmeyi öğrenmelidir. Bu yetişkinler için bile kolay bir iş değil. Çocuklar yalnızca kendi zihinlerini tanıdıklarında ve diğer insanları farklı kılan özelliklere değer verdiklerinde, diğer insanların benliklerine saygı duyarak kendi benliklerine tutunmaya hazır hale gelir. Bu gelişimsel kilometre taşına ulaşıldığında sosyal etkileşimler, çocukların bireyselliklerine ve ilişki kurma becerilerine ince ayar çeker.

Aşılması gereken en büyük zorluk, çocukların sosyalleşme deneyimlerinden faydalanabilecekleri noktaya gelene dek büyümelerine yardımcı olmaktır. Hazır hale gelen hammaddeyi rafine etmek için çok az miktarda sosyalleşme gerekir. Değerli olan ve nadir bulunan şey hammaddedir: Çocukların akran yöneliminin yıkıcı baskılarının altında ayakta kalmalarına yetecek kadar güçlü olan bir bireyselliktir. Ebeveynlerin birincil bağlanma figürleri olarak dahil olmadıkları durumlarda çocukların akranlarıyla zamanından önce serbestçe etkileşim kurmaları ya çocukların birbirlerine baskın çıkmaya veya birbirlerinin baskılarına direnmeye çalışmalarından dolayı anlaşmazlıklara ya da diğer çocukların kendilerini kabullenmeleri için bireselliklerini bastırmalarından dolayı klonlanmalarına sebep olur. Şu anda ergenlik çağındaki iki erkek çocuk babası Robert, görüşmemizde, "Çocuklarımızın küçükken diğer çocuklarla oy-

namalarının çok önemli olduğunu düşünüyorduk" dedi. "Büyük oğlumuz Frankie sürekli her oyunun onun istediği şekilde oynanmasını talep ediyor, oyun arkadaşlarını çileden çıkartıyordu. Dediklerini dinlemediklerinde öfke nöbetleri geçiriyordu, en sonunda onunla oynayacak arkadaş bulmamız çok zorlaştı. Küçük oğlumuz Rickie, bir takipçi oldu. Sürekli diğer çocukların yaptıklarını taklit ediyordu. Bir lider olmayı veya kendi başına oynamayı hiçbir zaman öğrenemedi."

Bu noktada birçok okuyucunun, "Peki ama çocukların diğer insanlarla iyi geçinmeyi öğrenmeleri önemli değil mi?" diye sorduğunu duyar gibiyim. Çocuklarımızın insanlarla iyi geçinmelerinin onlara çeşitli avantajlar sunduğunu inkâr etmiyorum; yalnızca bunu öncelik haline getirmemizin yanlış olacağını anlatmaya çalışıyorum. Geçimli olma hedefini olgunlaşmamış bireylerin gündemlerinin ilk sırasına yerleştirdiğimizde, onları aslında arkadaşlarına boyun eğmeye, onları taklit etmeye ve onların talimatlarına riayet etmeye itmiş oluruz. Çocukların bağlanma gereksinimleri güçlü olduğunda ve bu gereksinimleri karşılamak için akranlarına yöneldiklerinde, aralarındaki ilişkilerin pürüzsüz bir şekilde yürümesini sağlamak için kendilerini küçültme yoluna gidebilirler. Bu durumda bireyselliklerini kaybetme riskiyle karşı karşıya kalırlar. Çoğumuz yetişkin olmamıza rağmen diğer insanlarla aramızdaki ilişkileri korumak için benzer risklerle karşı karşıya kalabiliriz: Diğer insanların yanında kendimizi kaybedebiliriz, istemediğimiz şeylere kolayca razı olabiliriz, anlaşmazlık çıkmaması için geri adım atabiliriz ve sorun çıkartabilecek davranışlar sergilemekten kaçınabiliriz. Çocuklar diğer insanlarla etkileşim kurarken benliklerine tutunmakta bizden daha fazla zorlanır. Çocuklarda geçimlilik olarak algılanan ve övülen bu davranışlar yetişkinlerde kişinin kendinden ödün vermesi, kendini ucuza satması veya özüne sadık kalmaması olarak adlandırılır.

Gelişimin doğal yapısına gerçek anlamda uyum sağlamayı başarabilseydik, çocuklarımızın birbirleriyle iyi geçinmelerine bu kadar önem vermezdik. Bunun yerine çocuklarımızın diğer çocuklarla etkileşim kurduklarında kendi benliklerine tutuna-

bilmelerini önemli bulurduk. Çocuklar yalnızca sosyalleşerek bu noktaya ulaşamaz. Sadece sevgi dolu ebeveynlerle kurulan tutarlı ilişkiler gerçek bağımsızlığı ve bireyselliği doğurabilir. Bunlar ebeveynler olarak çocuklarımızın sahip olmasını istediğimiz en önemli özelliklerdir. Tam anlamıyla gelişmiş bir kişilik, kendine saygı duyan ve diğer insanların kişiliğine değer veren bir insan ancak bu şartlar altında ortaya çıkabilir.

ÇOCUKLARIN İHTİYACI ARKADAŞLARI DEĞİLDİR

Peki ama çocukların sosyal gereksinimleri yok mudur? Görüştüğüm ebeveynlerin ve eğitmenlerin en çok endişe duydukları ve en çok soru sordukları konular genelde çocukların arkadaşlara ihtiyaç duyduklarını düşünmeleriyle ilişkili. "Çocuklar arkadaşlara ihtiyaç duyar" muhtemelen çocukların akranlarıyla etkileşim kurabilecekleri ortamlara sokulmasını destekleyen, en sık dile getirilen iddiadır.

Arkadaşlık kavramı, olgunlaşmamış insanlar için hiçbir anlam ifade etmez. Birer yetişkin olarak, bize karşı düşünceli davranışlar sergilemeyen, sınırlarımıza ve bireyselliğimize saygı göstermeyen insanları gerçek bir dost olarak nitelendirmeyiz. Gerçek bir dost, ilişkimizi nasıl etkilerse etkilesin, gelişmemize ve büyümemize katkıda bulunan her şeyi destekler. Bu arkadaşlık kavramı karşılıklı saygı ve bireysellik üzerine kurulmuş sağlam temellere dayanır. Dolayısıyla da insanların belirli bir olgunluk seviyesine ulaşmadan ve toplumsal bütünleşme kapasitesine sahip olmadan gerçek arkadaşlık ilişkileri kurmaları imkânsızdır. Çocukların çoğu böyle arkadaşlık ilişkileri kurmanın yanına bile yaklaşabilecek niteliklere sahip değildir.

Çocuklar gerçek arkadaşlık ilişkileri kurabilecek vasıflara sahip olana dek arkadaşlara değil, yalnızca bağlara ihtiyaç duyarlar. Ve çocukların ihtiyaç duydukları bağlar aileleriyle ve kendilerine bakmakla sorumlu olan diğer yetişkinlerle kurdukları bağlardır. Çocukların asıl ihtiyaç duydukları şey gerçek arkadaşlık ilişkileri kurabilmelerine olanak tanıyan vasıfla-

ra sahip olmak ve yalnızca kendilerine değer veren yetişkinlerle kurdukları tutarlı ilişkiler sayesinde meydana gelebilecek olgunlaşmanın meyvelerinden faydalanmaktır. Vaktimizi çocuklarımızın kendi aralarında kurdukları ilişkilere kafamızı yorarak harcamaktansa, hayatlarındaki yetişkinlerle kurdukları ilişkileri geliştirmeye çalışarak harcamamız çok daha faydalı olacaktır.

Çocuklar akranlarını ebeveynlerinin yerine koyduklarında elbette arkadaşlarını gözlerinde ailelerinden daha önemli bir konuma oturturlar. Biz de bunun normal olduğunu düşünür ve mantıksız bir adım atarak bunun aynı zamanda doğal bir davranış olması gerektiği varsayımında bulunuruz. Daha sonra çocuklarımızın aileleriyle aralarındaki ilişkileri riske atarak onların "arkadaş" edinmeleri için elimizden gelen her şeyi yaparız. Bunun sonucunda giderek daha fazla akran ebeveynlerin yerini alır ve girdap dönmeye devam eder.

Arkadaşlık hakkında bir şey daha söylemek istiyorum. Gelişim açısından bakıldığında, çocuklar akranlarından çok kendileriyle ilişki kurmaya ihtiyaç duyar. Çocukların benlik duygularıyla iç deneyimlerinin arasında bir ayrım olması gerekir (bkz. Bölüm 9). İnsanların duygu ve düşünceleri hakkında derinlemesine düşünebilme yeteneğini kazanmaları gerekir. Bu yetenek yine olgunlaşmanın meyvelerinden biridir. Bir insan kendiyle ilişki kurduğunda, kendi başına vakit geçirmek hoşuna gidebilir, kendi fikirlerine katılabilir veya karşıt görüşte olabilir, kendini onaylayabilir veya onaylamayabilir vs. Diğer insanlarla kurulan ilişkiler genelde insanların kendileriyle kurdukları ilişkileri etkisiz kılar veya insanların kendileriyle kurdukları sağlam ilişkilerle doldurmaları gereken boşlukları doldururlar. Bir başlarınayken rahat olmayan insanların, başka insanlarla beraber vakit geçirmeyi arzulama –veya televizyon, ya da bilgisayar oyunları gibi eğlence teknolojilerine bağlanma– olasılıkları daha yüksek olur. Akran yönelimli ilişkiler, çok fazla TV izlemek gibi, insanın kendisiyle ilişki kurmasını engeller. Çocuklar kendileriyle ilişki kurduklarına işaret eden belirtiler sergilemeden, diğer çocuklarla gerçek bir ilişki kuramazlar. Bu yüzden çocuk-

ların vakitlerini sevgi dolu yetişkinlerle etkileşim kurarak, yaratıcı oyunlar oynayarak veya yalnız kalarak geçirmeleri kendileri için çok daha faydalıdır.

AKRANLAR CAN SIKINTISININ ÇÖZÜMÜ DEĞİLDİR

Kafayı akranla bozan dünyamızda, akranlar neredeyse çocukların her dertlerine deva olabilecek bir ilaç olarak görülmektedir. Akranların can sıkıntısının, alışılmışın dışında davranışlar sergilenmesinin ve özsaygı sorunlarının çözümü olduğu sıklıkla dile getirilmektedir. Görünüşe bakılırsa akranlar tek bir çocuğa sahip ebeveynler için birer kız veya erkek kardeş olarak da işlev görebilmektedir. Burada yine ahmak altını peşinde koşulduğu açıktır.

"Çok sıkıldım" veya "Çok sıkıcı" gibi ifadeler çocuklarımızdan sıklıkla duyduğumuz tanıdık sözlerdir. Birçok ebeveyn çocuklarının can sıkıntısını bir tür akran etkileşimi kurmalarını sağlayarak gidermeye çalışır. Bu çözüm geçici olarak işe yarayabilir, ama sorunun temelinde yatan dinamiğin etkilerini daha da şiddetlendirir; tıpkı emzik verilen aç bir bebeğin emziği emdikten sonra daha da acıkması veya üzüntülerini içkiyle unutmaya çalışan bir alkoliğin içtikten sonra daha da mutsuz olması gibi. İşin en kötü yanı, can sıkıntısını gidermek için akranları kullandığımızda, akran yönelimini daha da teşvik etmemizdir.

Can sıkıntısının gerçek nedenleri nelerdir? Can sıkıntısının yarattığı boşluk hissi sanıldığı gibi uyaran veya sosyal faaliyet eksikliğinden kaynaklanmaz. Çocuklar bağlanma içgüdüleri yeterince faal olmadığında ve benlik duyguları bu boşluğu doldurmadığında sıkılır. Bu durum rölantide durup hayatın başlamasını beklemeye benzer. Bu boşluğu hissedebilen çocukların yalnızlık, özlem ve ayrılığa ilişkin duygularını dile getirme olasılıkları daha yüksektir. Veya kullandıkları ifadeler bireyselleşme eksikliğine işaret eder: "Yapacak hiçbir şey bulamıyorum", "Şu anda hiçbir şey ilgimi çekmiyor", "Aklıma hiçbir

şey gelmiyor", "Şu anda hiç yaratıcı değilim." Bu boşluğu kırılgan bir şekilde fark edebilen çocuklar bezginlik ve bağlantı kopukluğu hissedip sıkıldıklarından bahsedebilir.

Başka bir deyişle, genellikle can sıkıntısı olarak tecrübe edilen boşluk bağlanma ve bireyselleşme gereksinimlerinin karşılanamamasından kaynaklanan çift yönlü bir boşluktur: Bir yandan çocukların bağlanabilecekleri ve yanlarında kendilerini rahat hissedebilecekleri insanlarla beraber olmamalarından, diğer yandan da kendi başlarına yaratıcı bir şekilde vakit geçirebilecek meraka ve hayal gücüne sahip olmamalarından kaynaklanır. Örneğin, sınıfta sıkılan öğrenciler öğretmenleriyle aralarındaki ilişkiyi iyi tutmayı önemsemediği gibi kendilerine sunulan bilgilerle de ilgilenmiyordur. Bu tür çocuklar hem öğretmenleriyle aralarında bir bağ kurmamıştır hem de içlerinden gelen bir öğrenme arzusuna ve meraka sahip değildir. Bu çocukların kırılganlığa karşı geliştirdikleri psikolojik savunma mekanizmaları bu boşluğu olduğu gibi görmelerini ve sıkıntılarının bundan kaynaklandığını anlamalarını engeller. Sıkıntılarının dışarıdan, içinde bulundukları ortamlardan veya şartlardan kaynaklandığına inanırlar. Okuldayken, "Okul çok sıkıcı" diye, evdeyken de, "Çok sıkıldım, yapacak hiçbir şey yok" diye yakınırlar.

Böyle boşluklar ideal şartlar altında çocukların bireyselleşmeye başlayan benlikleri tarafından doldurulur: girişimcilik, ilgi alanlarına eğilim, yalnız başına kalıp oyun oynamak, orijinal fikirler üretmek, hayal gücü, derin düşünceler, bağımsızlaşma gayretleri. Bu gerçekleşmediğinde, insanı bu boşluğu farklı bir şeyle doldurmaya iten güçlü bir dürtü oluşur. Bu boşluğun gerçekte neden kaynaklandığının farkına varamayan çocuklar veya yetişkinler can sıkıntısı hisseder. Bu boşluk dolaylı yollardan hissedildiğinden, doldurulması için geliştirilen çözümler de genelde sorunun esas kaynağına odaklanmaz. Sorunun kaynağını içimizde aramak yerine çözümü dışarıda ararız: yiyecek veya dikkatimizi dağıtacak bir şeyler, etkileşim kurabileceğimiz birileri. Bu genelde çocukların beyinlerinin sorunu çözüme ulaştırmak için uyarılara veya sosyal etkinliklere tutunduğu noktadır.

Televizyon, bilgisayar oyunları veya dışarıdan gelen diğer uyaranlar bu boşluğun üzerini geçici olarak örtebilir, ama hiçbir zaman dolduramaz. Dikkat dağıtan faaliyet sona erdiği an can sıkıntısı geri döner.

Bu dinamik, ergenlik çağının başlangıcında, özellikle de yetişkinlerle kurulan bağların yeterince güçlü olmadığı ve bağımsızlaşmaya başlayan benliğin yeterince gelişemediği durumlarda şiddetlenir. Ancak çocuğumuz ister üç yaşında olsun ister on üç yaşında, ebeveynler olarak bu boşluğu akranlarla doldurma eğilimine kapılırız. Akranlarıyla buluşup oyun oynayabilecekleri etkinlikler ayarlayıp onlarla vakit geçirmelerini teşvik ederiz. Onlara, "Bak bakalım falanca arkadaşın seninle oynayabilir miymiş?" gibi sözler söyleriz. Ancak çocukların canlarının sıkıldığı anlar tam da aramızdaki ilişkilere rakip olabilecek ilişkiler kurmaya en meyilli oldukları anlardır. Onlara bu tür sözler söylediğimizde aslında, "Bağlanma açlığını alıp arkadaşlarına götür, bakalım sana bu açlığını tatmin etmen için yardımcı olabilirler miymiş" veya "Yalnızlık hissine katlanamıyorsan, arkadaşlarına gidip bağlanma açlığını geçici olarak gider" veya "Bak bakalım eksik olan benlik duygunun yerini doldurabilecek birilerini bulabilecek misin" demiş oluruz. Can sıkıntısının tam olarak neden kaynaklandığını anlasaydık, bunu çocuklarımızın henüz diğer insanlarla etkileşim kurmaya hazır olmadıklarını gösteren bir işaret olarak algılardık. Çocuklarımız can sıkıntısı yaşamaya ne kadar meyilliyse, bize ve benliklerinin ortaya çıkmasına o kadar ihtiyaç duyarlar. Canları ne kadar çok sıkılıyorsa, akran etkileşimlerine o kadar hazır değillerdir. Bu durumda çocuklarımızın akranlarıyla etkileşim kurmalarını teşvik etmektense, yetişkinlerle aralarındaki bağları güçlendirecek ve yalnız kalmalarına olanak tanıyacak fırsatlar yaratmamız gerekir.

Akran yönelimi aslında can sıkıntısı sorununu daha da büyütür. Birbirlerine sıkıca bağlanmış çocuklar bir arada olmadıkları zaman hayatı çok monoton bir deneyim olarak tecrübe ederler. Çoğu çocuk, arkadaşlarıyla uzun bir süre beraber vakit geçirdikten sonra, örneğin evlerinde yatıya kaldıktan veya be-

raber kampa gittikten sonra, geri döndüklerinde büyük bir can sıkıntısı yaşar ve derhal akranlarıyla yeniden bir araya gelmek ister. Akran yönelimi, ayrıca çocukların olgunlaşma süreçlerini askıya alıp kırılganlıktan kaçınmalarını tetikleyerek hayat dolu, meraklı ve faaliyet halinde olan benliklerinin ortaya çıkmasını engeller. Ebeveynler duruma herhangi bir şekilde müdahale etme olanağına sahipse, çocuklarının sıkıldığı zamanlarda onları dizginlemeli ve oluşan bağlanma boşluğunu çocukların gerçekten ihtiyaç duydukları kişilerle, yani kendileriyle, doldurmalarını sağlamalıdır.

ÇOCUKLARIMIZIN AKRANLARIYLA ETKİLEŞİM KURMALARINA NE ZAMAN VE NE KADAR İZİN VERMELİYİZ

Bazı okuyucular, kitabın ilk kısımlarında aksini belirtmeme rağmen, çocukların diğer çocuklarla oynamalarına veya arkadaşlık etmelerine –olgunlaşmamış çocuklarla bile– karşı olduğuma dair yanlış bir izlenime kapılmış olabilir. Bunu engellememiz mümkün değildir ve bunu yapmamız zaten doğal düzene de tamamen aykırı olacaktır. Çocuklar her zaman yaşıtlarıyla oyun oynamıştır, ancak eskiden çoğu toplumda akran etkileşimlerinin akran yönelimine dönüşme riski günümüzle kıyaslandığında yok denecek kadar azdı. Çocukların aralarında kurdukları etkileşimler yetişkinlerle kurdukları güçlü bağların gölgesinde meydana geliyordu. Günümüzde ebeveynlerin çocuklarını akranlarından ayırmaları beklenemez, ancak çocuklarının akranlarıyla etkileşim kurmalarının oluşturduğu risklerin farkında olmaları gerekir.

Çocuklarımızın ne zaman ve hangi şartlar altında birbirleriyle etkileşim kurmalarını desteklemeliyiz? Çocukların gündüz bakımında, anaokullarında, oyun sahalarında ve okullarda bir araya gelmeleri olağandır. Çocuklarımızın bize sıkıca bağlı olduklarından emin olduğumuzda, beraber vakit geçirmelerinden korkmamamız gerekir, ancak beraber geçirdikleri vakti kısıtlamamız ve yakınlarında korumacı ve ilgili bir yetişkinin

bulunduğundan emin olmalıyız. Buradaki önemli nokta akran etkileşimlerini tamamen yasaklamak değil, makul beklentiler içinde olmamızdır: Çocuklar diğer çocuklarla oynadıklarında eğlenir ve tüm olay bundan ibarettir. Her oyun deneyiminin ardından çocuklarımızı tekrar yanımıza çektiğimizden emin olmalıyız. Çocuklarımız haftanın veya günlerinin büyük bir kısmını akranlarıyla beraber geçirdikten sonra, okul sonrası veya hafta sonlarında akranlarıyla yeniden buluşup oynamaları için fırsatlar yarattığımızda rakiplerimizin elini güçlendirmiş oluruz.

Çocukların ne tür arkadaşlıklar kurması uygundur? Önceden de açıkladığım üzere, çocukların gerçek anlamda arkadaşlık ilişkileri kurmaları zor olsa da arkadaş edinmek istemeleri gayet doğal bir durumdur. Hoş görebileceğimiz arkadaşlık ilişkileri çocuklarımızın bizden uzaklaşmalarını sağlamayan ilişkilerdir; ideal olanı, bizimle aynı değerleri paylaşan ve yetişkinlerle çocukların arasındaki bağların öneminin farkında olan yetişkinlerin çocuklarıyla kurdukları ilişkilerdir. Bu tür çocukların farkına varmadan bize rakip olma ihtimalleri çok daha düşüktür. Bu durumda daha aktif bir rol de oynayabiliriz; çocuklarımızın arkadaşlarını bizimle ilişki kurmaya da teşvik edebiliriz. Bu konuya son bölümde daha detaylı bir şekilde değineceğim.

Çocuklarımız akranlarıyla bir araya geldiklerinde ne tür oyunlar oynamalı? Konu oyun oynamak olduğunda teknolojiden uzak durulmasını tavsiye ederim, çünkü teknoloji orijinalliği ve yaratıcılığı engeller. Ancak çocuklarımıza nasıl oyunlar oynamaları gerektiğini söylemek zorunda kalmamalıyız; çocuklar nasıl oyun oynayacaklarını her zaman bilmiştir. Tek yapmamız gereken çocuklarımızla aramızdaki bağların akran yöneliminin bireyselliklerini, meraklarını, motivasyonlarını ve hayal güçlerini köreltmesine izin vermeyecek kadar güçlü olduğuna emin olmamızdır.

Son olarak, bu bölümde sürekli vurguladığım gibi, toplumumuzun asıl sorunu çocuklarımızın beraber vakit geçirmeleri değildir. Asıl sorun toplumumuzda çocukların akranlarıyla

aşırı derecede etkileşim kurmalarının sosyalleşme, can sıkıntısı veya biraz sonra daha detaylı bir şekilde değineceğim özsaygı vs. gibi sorunların çözümü olarak görülmesi ve teşvik edilmesidir.

AKRANLAR "TUHAFLIĞIN" ÇÖZÜMÜ DEĞİLDİR

Akran etkileşimleri farklı bir sorunun çözümü için de sürekli tavsiye edilir: Tuhaf olduğunu düşündüğümüz çocukların bu kusurlarını gidermek için. Görünen o ki, biz Kuzey Amerikalılar "normal" olmak ve uyum sağlamak konusunda biraz takıntılıyız. Belki de yetişkinler de akranlarına gereğinden fazla yöneldikleri için kendi bireyselliklerini ifade etmek yerine, nasıl olmaları ve nasıl davranmaları gerektiğini birbirlerinden aldıkları ipuçlarına göre belirliyorlardır. Belki de çocukluk dönemimizde farklı olan çocuklara karşı sergilenen tahammülsüzlüğü ve yapılan zulmü hatırlayarak çocuklarımızı böyle bir kaderden kurtarmaya çalışıyoruzdur. Belki de bireyselliğin ve bağımsızlığın ifade edilmesi bir şekilde tehdit altında olduğumuzu hissetmemize neden oluyordur. Bunun nedeni ne olursa olsun, bireysellik ve tuhaflık günümüzde sıcak bakılmayan özelliklerdir. Havalı olmak toplum tarafından kabul gören ve giderek daha da daralan bir görüntü ve davranış kalıbına uyum sağlanmasını gerektirir. Göze batmayarak utanç duymaktan korunmayı hedefleriz; çocuklarımızın da bu şekilde düşünmeleri hiç de şaşırtıcı bir durum değildir. Üzücü olan, biz yetişkinlerin bu homojenleştirici dinamiği kabullenip ona boyun eğmesidir.

Çocuklar kendilerini oldukları gibi kabullenen yetişkinlere ne kadar bağımlı olursa, benzersiz özelliklerinin ve bireselliklerinin ortaya çıkması için o kadar yer açılır ve akranlarının tahammülsüzlüklerine karşı daha güçlü bir yalıtım sağlanır. Çocuklarımızı akranlarının kollarına attığımızda, yetişkinlerle kurdukları, bir tür koruyucu kalkan işlevi gören bağları kaybetmelerine sebep oluruz. Bu durumda akranlarının tahammül-

süz davranışlarına karşı daha da kırılgan olurlar. Bizden ne kadar uzaklaşırlarsa, akranlarına o kadar çok uyum sağlamak zorunda kalırlar; dolayısıyla da umarsızca farklı olmaktan kaçınırlar. Böylece "tuhaf" olduğunu düşündüğümüz özellikleri kaybolabilir, ancak bize gelişim açısından olumlu bir ilerleme olarak görünen bu değişim, aslında kendilerini felce uğratan güvensizliklerinden kaynaklanır.

ÇOCUKLARIN ÖZSAYGILARINI KORUMAK İÇİN AKRANLARDAN MEDET UMMAYIN

Başka bir yaygın –ve tehlikeli– efsane de akran etkileşimlerinin özsaygıyı arttırdığıdır. Hepimiz çocuklarımızın kendileri hakkında olumlu düşünceler beslemesini isteriz. Hangimiz çocuklarının önemli ve değerli olduklarını, istendiklerini ve sevildiklerini düşünmelerini istemez ki? Popüler literatür bizi akranların çocukların özsaygılarını şekillendirmek konusunda önemli bir rol oynadıklarına inandırmaya çalışır. Verilmek istenen mesaj görünürde çocukların kendilerine saygı duyabilmeleri için onları seven bir grup arkadaşa sahip olmaları gerektiğidir. Aynı şekilde akranların çocukları görmezden gelmelerinin veya reddetmelerinin onları kendilerinden şüphe duymaya mahkûm ettiği de savunulmaktadır. Akranlarının aralarına kabul etmedikleri çocukların hayatlarının ne kadar büyük bir zarar gördüğünü açıklayan medya haberlerinin ve popüler dergi makalelerinin ardı arkası kesilmiyor. Hatta gelişim psikolojisini konu alan bir ders kitabının yazarı, çocukların özsaygılarının ebeveynlerin onları nasıl gördükleriyle pek fazla ilişkili olmadığını, çocukların akran gruplarının içindeki statülerine bağlı olduğunu iddia edecek kadar ileri gitti.[11]

Özsaygının çok önemli olduğu düşüncesi, akranların ise özsaygıyı şekillendirmek için güya önemli bir rol oynamaları, bizde de çocuklarımızın akranlarıyla arkadaşlık kurmalarını ve onlarla olumlu anlamda rekabet etmelerini sağlamak, onları birbirlerinin gözünde mümkün olduğunca çekici kılmak için

elimizden geleni yapmamızın doğru olacağı izlenimi uyandırmaktadır. Günümüz ebeveynleri çocuklarının dışlanma olasılığının yarattığı korkuyu yenememektedir. Birçok ebeveyn, çocuklarına yeni arkadaşlar edinmelerini ve bu arkadaşlarına tutunmalarını sağlayacak giysiler almakta, bu amaçla yapılan faaliyetleri desteklemekte ve bunun için gerekli olduğu düşünülen etkileşimlere zemin hazırlamaktadır. Bunlar görünürde doğru yaklaşımlardır, ama yalnızca görünürde doğrudurlar.

Akranlar gerçekten de birçok çocuğun özsaygısını şekillendirmekte önemli bir rol oynar. Akran yönelimli olmak tam da bu anlama gelir. Dünyaya uyum sağlamanın önemli bir kısmı insanların değerli ve önemli olduklarını hissetmelerinden geçer. Akranlar ebeveynlerin yerini aldıkça, çocukların ve diğer insanların hangi özelliklerine değer verdiklerini etkileyen bir konuma gelirler. Bu yüzden akranların çocukların özsaygılarını etkilemelerine pek de şaşırmamalı. Ancak bu durum eskiden beri böyle değildi ve böyle olmaması gerekiyor. Kökenleri akran etkileşimlerine dayanan bir özsaygı sağlıklı da değildir.[12]

İlk olarak, özsaygı kavramına ilişkin çok yüzeysel bir anlayışla karşı karşıyayız. Özsaygıyla ilgili en önemli konu, insanın kendisi hakkında ne kadar olumlu düşünceler beslediği değil, *insanın kendisini diğer insanların yargılarından bağımsız bir şekilde değerlendirebilmesidir.* Özsaygının insanların diğer insanlar tarafından hor görüldükleri durumlarda kendi varlıklarına değer vermelerini sağlaması, diğer insanların onlardan şüphe duydukları zamanlarda kendilerine güvenmelerini sağlaması ve diğer insanlar tarafından yargılandıklarında kendilerini oldukları gibi kabullenmelerini sağlaması gerekir. Özsaygının herhangi bir değere sahip olabilmesi için olgunlaşmanın sonucunda oluşması gerekir: İnsanın kendisiyle ilişki kurması, zihninde çelişen duyguları bir arada barındırma yeteneğine sahip olması ve çelişen duygular beslemesine rağmen bir şeyin doğru olduğuna inanabilmesi gerekir. Hatta sağlıklı özgüvenin özünde insanın bağımsız bir birey olarak ayakta durabileceğini bilmesi yatar. Çocukların kendi başlarına bir sorunu çözdüklerinde, kendilerini savunduklarında, bir şeyleri tek başlarına yapabildikle-

rini bildiklerinde kendileriyle ne kadar gurur duyduklarını görebiliriz. Dolayısıyla da, özsaygı, esasında insanın kendi varlığının meşruluğu ve değeri hakkında vardığı sonuçlarla ilişkilidir. Gerçek özsaygı yalnızca sorumluluk sahibi olan yetişkinlerle kurulan sıcak ve sevgi dolu ilişkiler sayesinde erişilebilen bir psikolojik olgunluk gerektirir.

Akran yönelimli çocuklar büyümekte zorlandıklarından, diğer insanların kendileri hakkında ne düşündüklerini umursamayacak kadar bağımsızlaşma ihtimalleri yetişkin yönelimli çocuklarla kıyaslandığında çok daha düşüktür. Akran yönelimli çocuklar hiçbir zaman gerçek özsaygıya sahip olmaz, özsaygıları kendi değerlendirmelerinden kaynaklanmaz. Koşulsuz değildir ve diğer insanların beğenilerine bağımlı olur. Dolayısıyla da sosyal başarı, dış görünüş veya para gibi harici ve fani unsurları temel alır. Bunlar özsaygının ölçütleri değildir. Gerçek özsaygıya sahip bir insan şunu veya bunu yapabiliyorum, onun için değerliyim demez. Öyle demek yerine, yapabilsem de yapamasam da değerliyim der.

Eğer bu özsaygı tanımı bazı insanlara tuhaf geliyorsa, bunun nedeni yalnızca içinde yaşadığımız kültürün diğer insanların gözünde nasıl göründüğümüze dayanan bir özsaygı anlayışını aşılamasından kaynaklanmaktadır. Hepimiz komşu aileye ayak uydurmak, yeni arabamızla, kız veya erkek arkadaşımızla hava atmak isteriz ve hepimiz diğer insanlar başarılarımızı takdir ettiğinde veya kıskandığında baş döndürücü bir gurur patlaması yaşarız. Peki ama bu durumda özümüze mi saygı göstermiş oluruz? Hayır, saygı gösterdiğimiz yalnızca başkalarının bizim hakkımızda besledikleri düşüncelerdir. Sizce bu çocuklarımıza aşılamak istediğimiz türden bir özsaygı mıdır?

Özsaygının merkezinde yer alması gereken bağımsızlığın eksik olması ancak dışarıdan doldurulabilen bir vakum yaratır. Bu bağımsız özsaygı boşluğunu olumlu sözler, statü ve başarılar gibi alternatiflerle doldurmaya çalışmak beyhude bir çabadır. Deneyimler ne kadar olumlu olursa olsun, hiçbir şey kalıcı olmaz: İnsan ne kadar takdir edilirse edilsin, daha fazla takdir edilmeye aç olur; ne kadar popüler olursa olsun, daha da po-

püler olmak için gayret gösterir; ne kadar fazla yarışma kazanırsa kazansın, daha rekabetçi olur. Bunlar hepimizin içgüdüsel olarak bildiği şeylerdir. Aşmamız gereken engel çocuklarımızın üzerindeki etkimizi kullanarak popülerliğe, dış görünüşe, ders notlarına veya başarılara bağımlılıklarını kırıp kendileri hakkında ne düşünüp ne hissettiklerine odaklanmalarını sağlamaktır.

Yalnızca bu tür şeylerden bağımsız olan bir özsaygı çocuklarımıza gerçek anlamda hizmet edebilir. Çocuklarımızın kendilerine nasıl değer biçtiklerinin belirlenmesi gibi önemli bir konuda akranlarının görüşlerine güvenmeleri felaketle sonuçlanabilir. Çocukların özsaygıları böylesine zayıf temeller üzerine kurulduğunda, ne kadar yüksek olursa, çocuklar o kadar güvensiz ve takıntılı olur. Çocuklar ilişkilerinde vefasız olmalarıyla ünlüdür. Başkalarının iyiliği için ruh hallerini değiştirmelerini veya herhangi bir yükümlülük altına girmelerini sağlayabilecek sorumluluk duygusuna sahip değillerdir. Çocukları bu şekilde öngörülemeyecek değerlendirmelere bağımlı kılmak, onları ömür boyu güvensizliğe mahkûm etmektir. Yalnızca yetişkinlerin sunabildiği koşulsuz sevgi ve kabullenme çocukları sevgi ve aidiyet işaretlerini takıntı haline getirmekten kurtarabilir.

Ebeveynler olarak görevimiz çocuklarımız kendilerini bağımsız bir şekilde değerlendirebilme yeteneğini kazanana dek onları başka bir yere bakmaya ihtiyaç duymayacakları kadar takdir etmek ve onlara değerli olduklarını hissettirecek olumlu sözler söylemektir. Bu sözler onları sevdiğimizi ve davranışlarını tasvip ettiğimizi belirten sözlerden çok daha derin anlamlar içermelidir; bu sözler içimizden gelmeli, çocuklarımızın özlerine nüfuz etmeli ve bize herhangi bir anda "iyi" veya "kötü" ne sunarlarsa sunsunlar, bizim tarafımızdan sevildiklerini, hoş karşılandıklarını, bize mutluluk verdiklerini ve varlıklarının bizi memnun ettiğini bilmelerini mümkün kılmalıdır. Çocukları akranlarının gözünde çekici kılmamız onların çıkarlarına hiçbir şekilde hizmet etmez. Akranların çocuklarımızın gözünde değer kaybetmelerini sağlamamızın tek yolu, çocuklarımızın

gözünde değer kazanmamızdır.

AKRANLAR KARDEŞLERİN YERİNİ TUTAMAZ

Akranların çözüm olarak tercih edildiği ve bazı insanlar tarafından sorun olarak algılanan bir diğer durum da tek çocukluluktur. Toplumumuzda çocukların gelişimlerini düzgün bir şekilde tamamlamaları için diğer çocukların etrafında bulunmaları gerektiği efsanesi zihinlerde yer etmiştir. Tek çocuklu ebeveynler genelde bu durumdan rahatsız olarak çocuklarının sözde yoksunluğunu telafi etmek için onların sosyal hayatlarını canlı tutmaya çalışır ve onlar için oyun buluşmaları ayarlayıp, diğer çocuklarla bir araya gelebilecekleri çeşitli fırsatlar yaratmaya gayret ederler. "Çocuklar oyun arkadaşları olmadan nasıl oyun oynayabilir veya arkadaşlarıyla iyi geçinmeyi nasıl öğrenebilir?" diye düşünürler.

Öncelikle, akranların kardeşlerle aynı kefeye koyulmaması gerektiğini ve kardeşlerin akranlardan çok daha fazlası olduğunu anlamamız gerekir. Kardeşler yönlerini tayin etmek için aynı pusula iğnesini paylaşır. Çocukların kardeşleriyle aralarındaki eşsiz bağ, ebeveynleriyle aralarındaki bağın doğal bir ürünüdür. Arada istisnalar olsa da kardeşlerle kurulan bağlar sorunsuz bir şekilde ebeveynlerle kurulan bağlarla bir arada var olabilmelidir. Kardeşlik ilişkileri aynı yıldızın etrafında dönen gezegenlerin aralarındaki ilişkilere benzemeli ve bu ilişkileri yalnızca her gezegenin o yıldızla kurduğu bireysel ilişkiler gölgede bırakabilmelidir. Kardeşlerin yerini akranların değil, kuzenlerin doldurması daha uygun olur. Çocuklarımızın pek fazla kuzeni yoksa, var olan kuzenlerine erişim sağlamakta zorlanıyorsak veya kuzenleri çocuklarımıza kötü örnek teşkil ediyorsa, birbirlerinin çocukları için amca veya teyze rolünü üstlenmeye gönüllü olan diğer yetişkinlerle aile dostlukları kurulması daha uygun olacaktır. Bu durumda yetişkinlerle kurulan ilişkiler çocukların birincil bağları olarak işlev görmelidir.

Konuya yeniden açıklık getirmek gerekirse, sorun çocukların birbirleriyle oynamalarından değil, temel bağlanma ihti-

yaçları kendilerine bakmakla yükümlü olan yetişkinler tarafından karşılanmayan çocukların birbirlerine muhtaç bırakılmalarından kaynaklanmaktadır. Bu gibi durumlarda çocuklarımızın aramızdaki bağlara rakip olabilecek bağlar kurma olasılığı en yüksek seviyeye ulaşır. Çocuklarla kendilerine bakmakla yükümlü yetişkinlerin aralarındaki bağlar ne kadar güçlü olursa, arkadaşlarıyla sosyalleşmelerini ve oynamalarını kısıtlamak konusunda o kadar az endişe duymamız gerekecektir.

Peki ama çocuklar birbirleriyle oynamaya ihtiyaç duymaz mı? Bu noktada çocukların istekleriyle ihtiyaçlarının arasındaki farkı görmemiz gerekir. Çocukların gelişimlerini sağlıklı bir şekilde tamamlamak için ihtiyaç duydukları oyunlar bireyselleştirici oyunlardır, sosyal oyunlar değil. Bireyselleştirici oyunlar (veya yaratıcı yalnızlık) diğer çocuklarla etkileşim kurmalarını gerektirmez. Küçük çocuklar bağlandıkları insanlarla kurdukları ilişkilere ve yakınlığa herhangi bir endişe duymayacak kadar güven duymalıdır. Bu güven duygusu çocukların hayal gücü ve yaratıcılık dünyasına adım atabilmelerine olanak tanır. Çocuklar illa arkadaşlarıyla oynamak istiyorsa, bu arkadaşlarını hayal güçlerini kullanarak yaratılmalıdırlar, tıpkı Calvin'in Hobbes'u veya Christopher Robin'in Pooh ve dostlarını yarattığı gibi. Bir tür bağlanma çapası olarak işlev gören ebeveynler her zaman için bu tür oyunlara zemin hazırlayabilecek en uygun adaylardır; ancak ebeveynler bireyselleştirici oyunların çocuklara daha az fayda sağlayan sosyal oyunlara dönüşmemesi için ölçüyü kaçırmamalıdır. Çocuklar birbirleri için birer bağlanma çapası olarak işlev göremezler, bu yüzden de oynadıkları bireyselleştirici oyunlar neredeyse her seferinde sosyal etkileşimler yüzünden yarıda kalır. Toplumumuzda akran etkileşimlerine gereğinden fazla önem verildiğinden, bireyselleştirici oyunlar –çocukların yaratıcılıklarını, hayal güçlerini ve dünyayla ilgili meraklarını kullanarak geliştirdikleri oyunlar– yok olmaya yüz tutmuştur.

Bu noktada sosyal oyunların çocukların gelişimlerine zarar verebileceğini ileri sürmediğimi bir kez daha vurgulamak istiyorum, ama gelişimlerine herhangi bir katkıda bulunmadık-

larını da belirtmem gerekiyor. Bir kez daha tekrarlıyorum, çocukların birbirleriyle vakit geçirmelerine karşı değilim, ama bu gibi oyunların en derin gereksinimlerini karşılamalarını bekleyemeyiz. Bunu yalnızca kendilerini çocuklarını en iyi şekilde yetiştirmeye adamış sevgi dolu ebeveynler yapabilir. Çocuklarımızın sosyalleşmeleri için ısrarla çaba sarf ederken, onlara bireyselleştirici oyunlar olarak adlandırdığım, yalnız kalarak yaratıcılıklarını kullanmalarını gerektiren oyunlar oynamaları için çok az yer bırakırız. Boş vakitlerini oyun buluşmalarıyla – videolarla, televizyon programlarıyla, bilgisayar oyunlarıyla– doldurmaya çalışırız. Ancak benliklerinin ortaya çıkabilmesi için çocuklarımıza çok daha geniş bir alan bırakmamız gerekir.

Bu da bizi akranların kardeşlerin yerine geçip geçemeyeceği konusuna geri getiriyor. Çocuklar yetişkinlere diğer çocuklara duyduklarından çok daha fazla ihtiyaç duyar. Tek çocuklu ebeveynlerin çocuklarının kardeşleri yok diye üzülmeleri ve bu boşluğu çocuklarının akranlarıyla doldurmaya çabalamaları yersizdir.

Akran yöneliminin gerçek etkilerini –karşıt iradenin güçlenmesi, otoriteye karşı duyulan saygının azalması, olgunlaşma sürecinin uzaması, saldırganlığın artması, duyguların katılaşması, ebeveynlere ve eğitime karşı tepkisizlik– hemen tecrübe edebilseydik, sorunu gidermek için hızla harekete geçerdik. Vakit kaybetmeden çocuklarımızın hayatlarında hak ettiğimiz konuma yeniden oturmak için çaba sarf ederdik. Ancak akran yöneliminin ilk belirtileri gözümüze çok olumlu göründüğünden, bizi nasıl bir sonun beklediğine dair en ufak bir fikrimiz bile olmaz. Akranların çocuklarımızı yetiştirirken karşılaştığımız birçok soruna çözüm olabileceğine inanırız. Bu inancın bedelini ağır bir şekilde öderiz. Truva Atı'nın cazibesine kapılıp onu surlarımızın içine davet etme isteğimize var gücümüzle direnmemiz gerekir.

18

Bağlanma Köyünün Yeniden Yaratılması

Günümüzde kırk yaşlarında veya daha yaşlı birçok yetişkin çocukluk dönemlerinde bağlanma köylerinin gerçekten var olduğunu hatırlar. O zamanlar komşular birbirini tanır, birbirlerinin evlerini ziyaret ederdi. Arkadaşlarımızın ebeveynleri başka çocuklara da ebeveynlik yapabilirdi. Çocuklar dostane ve koruyucu yetişkinlerin bakışlarının altında sokakta oynardı. İnsanların bakkaliye, alet edevat ve fırın mamulleri satın aldıkları yerel dükkânlar vardı ve bu dükkânlarda çalışan esnaf bir mağaza zinciri ortamında satılan seri üretim mallarının yüzsüz tedarikçilerinden çok daha fazlasıydı. Tıpkı Susam Sokağı'ndaki bakkal gibi, insanların tanıdıkları, hatta sevdikleri bireylerdi. Çekirdek ailenin dışındaki akrabalar –amcalar, teyzeler, kayınvalideler ve kayınpederler– birbirleriyle düzenli bir şekilde görüşür ve gerek duyulduğunda, ebeveynlere çocuk bakımı konusunda yardımcı olurdu. Her şey mükemmel değildi –insanlık tarihi boyunca hiçbir zaman da mükemmel olmadı– ama toplumda görünmez bir matris gibi işlev görerek çocukların olgunlaşmalarına ve içinde yaşadıkları dünyayı daha iyi anlamalarına yardımcı olan köklü gelenekler, aidiyet ve bağlanma hisleri vardı. Bağlanma köyü yetişkin yönelimliydi ve kültürle değer yargılarının, iyisiyle kötüsüyle, nesilden nesle dikey bir şekilde aktarıldığı, çocukların olgunlaşmış yetişkinlerin gösterdikleri yoldan ilerledikleri bir yerdi.

Böyle bir bağlanma köyü artık çoğumuzun hayatında varlığını sürdürmüyor. Eskiden geleneksel kültürlere temel oluşturan ve destek sağlayan sosyal ve ekonomik etkenler günümüzde büyük oranda yok oldu. Çekirdek aileyi oluşturan ai-

le fertlerinin dışındaki akrabalar birbirlerine yakın yerlerde yaşıyorlardı ve çocuklar evlerine yakın yerlerde çalışan yetişkin akıl hocalarının arasında, kültürel etkinliklerin farklı nesilleri bir araya getirdiği bir ortamda yetişiyordu. Günümüzde çoğumuz çocuk yetiştirme görevini hiç tanımadığımız, çocuklarımızın da hiç tanımadıkları yetişkinlerle paylaşmak zorunda kalıyoruz. Kuzey Amerika'da yaşayan çocukların büyük bir çoğunluğu her gün evlerinden çıkıp aralarında herhangi bir bağlanma ilişkisi olmayan yetişkinlerin sorumluluklarını üstlendikleri yerlere gidiyor. Çocuklarımızı evde tutmak, çoğumuz için geçerli bir seçenek değil. Çocuklarımızı akran yöneliminden kurtarıp yeniden yanımıza çekmek veya çocuklarımızın akran yönelmelerini engellemek için geriye tek bir seçeneğimiz kalıyor: Çocuklarımızı içinde yetiştirebileceğimiz bağlanma köylerini yeniden inşa etmek. Belki Humpty Dumpty'yi yeniden birleştiremeyebiliriz veya yok olmaya yüz tutmuş sosyal ve ekonomik yapıları yeniden inşa edemeyebiliriz, ama hem kendi işimizi hem de çocuklarımızın işini kolaylaştırmak için yapabileceğimiz birçok şey var.

Eskilerin dediği gibi, her ev bir yuva değildir. Akran yönelimli çocukların sorunu bizimle aynı evde oturmalarına rağmen, bizimle aynı yuvayı paylaşmamalarıdır. Evimizden çıkıp bir arada olabildikleri "yuvalarına" giderler. Bizim telefonlarımızı kullanarak "yuvalarını" ararlar. Arkadaşlarıyla aynı "yuvayı" paylaşmak için okula giderler. Birbirleriyle iletişim kuramadıklarında "yuvalarını" özlerler. Rayından çıkan yanlış içgüdüleri onları birbirleriyle yakınlaşmaya iter. Akran yönelimli ergenler ebeveynlerinin evlerinde kalmaktansa, göçebe hayatı yaşamayı, gruplar halinde sağa sola sürüklenmeyi veya alışveriş merkezlerinde vakit geçirmeyi tercih eder. Ait oldukları yer evleri olabilir, ama evlerini artık bir yuva olarak görmezler.

Yalnızca bağlanma köyü ortamında çocuklarımız için gerçek anlamda bir yuva oluşturabiliriz. Hem yuvamızı hem de köyümüzü yaratan bağlanmadır. Bir köyü köy yapan, içinde yaşayan insanların aralarında kurdukları bağlardır. Yuvaları oluşturan şey de bağlardır, hem evlerin yapısal elemanlarını hem de

içinde yaşayan insanları bir arada tutarlar. Yalnızca bağlı olduğumuz kişilerle beraberken gerçekten "yuvamızda" olduğumuzu hissederiz.

Yalnızca kendilerini yetiştirmekle sorumlu olan yetişkinlerle aynı çatı altında yaşayan çocuklar gelişimsel potansiyellerine tam anlamda ulaşabilir. Çocuklarımızın onlara bakmaları için güvendiğimiz yetişkinlerle beraberken kendilerini evlerindeymiş gibi hissetmelerine yardımcı olmamız, içinde büyüyebilecekleri bir bağlanma köyü oluşturmakla tamamen aynı şeydir. Geleneksel bağların korunduğu topluluklarda, çocuklar evlerini hiçbir zaman terk etmek zorunda kalmaz; bu çocuklar nereye giderse gitsin hep evlerindedir. Günümüz çocuklarının da en azından kendi gerçek benliklerini bulacak kadar olgunlaşana dek kendilerine bakmakla yükümlü sevgi dolu yetişkinlerle beraber yaşadıkları evleri terk etmek zorunda kalmamaları gerekir.

Gereken vizyona ve girişimciliğe sahip olabilirsek kendi bağlanma köylerimizi *yaratabiliriz*. Bağlanma köyünü yaratmak, tıpkı bağ kurmak gibi bilinçli bir şekilde yürütülen bir faaliyet olmalıdır. Artık var olmayan şeylerin hasretini çekmemiz anlamsızdır, ancak kaybettiğimiz şeyleri yeniden eski haline getirmek için birçok nedenimiz var.

BİR YARDIMCI OYUNCU KADROSU OLUŞTURUN

Çocuklarımıza ilgi gösteren yetişkin dostlarımıza gereken değeri vermemiz ve çocuklarımızla aralarındaki ilişkileri güçlendirmenin yollarını bulmamız gerekir. Ayrıca çocuklarımızla çekirdek ailemizin dışındaki akrabalarımızı bir araya getiren gelenekler ve görenekler yaratmaya da çok önem vermeliyiz. Akraba olmak yeterli değildir, arada gerçek bir ilişki olması gerekir. Ne yazık ki günümüzde birçok büyükanne ve büyükbaba da bağlanma hiyerarşisindeki doğal rollerini üstlenemeyecek kadar kendi akranlarına yönelmiştir. Bu insanların çoğu artık torunlarıyla vakit geçirmektense arkadaşlarıyla vakit geçirme-

yi tercih ediyor, ayrıca sürekli hareket halinde olan, bölünmüş toplumumuzda çoğu torunlarından uzakta yaşıyor. Çekirdek ailemizin dışındaki akrabalarımızla bir araya gelmemiz imkânsızsa veya herhangi bir nedenden ötürü çocuklarımızın çıkarlarına ters düşüyorsa, bu boşluğu doldurmak isteyebilecek başka yetişkinlerle ilişki kurmalıyız.

Sosyalleşme şeklimizin de değişmesi gerekiyor. Sosyalleşme, Kuzey Amerika'da genelde akran yönelimini teşvik etme eğilimi gösterir ve farklı nesillere üye olan bireyler genelde kendi aralarında sosyalleşmeyi tercih eder. Farklı nesillerden bireyler bir araya geldiğinde yürütülen faaliyetler bile genelde akranların birlikte vakit geçirmelerini teşvik eder: Çoğu zaman yetişkinler diğer yetişkinlerle, çocuklar da diğer çocuklarla takılır. Bağlanma köyleri oluşturabilmemiz için sosyalleşme davranışlarımızın bağlanma ilişkilerimizin doğal hiyerarşik düzenini desteklemesi gerekir. Provence Bölgesi'nde kaldığımız süre boyunca, yetişkinlerin sosyalleştiği nerdeyse her türlü ortama çocukların da dahil edildiğini gördük. Yemekler planlanırken, aktiviteler seçilirken ve buluşmalar ayarlanırken çocuklar hiçbir zaman göz ardı edilmiyordu. Yetişkinler çocuklarını yanlarına çekmek için onlara kılavuzluk yapıyordu. İlk etapta ailelerin bu şekilde sosyalleşmeleri bize şaşırtıcı geldi, ama olaya bağlanma açısından baktığımızda her şey yerli yerine oturdu. Çocukların hayatlarında kendilerine değer veren ne kadar çok yetişkin olursa, çocuklar akran yöneliminin olumsuz etkilerine o kadar duyarsız olur. Bulduğumuz her fırsatta, bağlanma köyünün yetişkin bireyleriyle bağ kurmalarına ve mevcut bağlarını güçlendirmelerine olanak tanıyan etkinliklere çocuklarımızla beraber katılmalıyız. Bunlar dini veya etnik merkezlerde düzenlenen etkinlikler, spor etkinlikleri, kültürel etkinlikler veya genel toplumsal etkinlikler olabilir.

Eşyazarımın evinin bulunduğu sokağın yan sokağında yaşayan ebeveynler "the little block that can" (kendi başının çaresine bakan mahalle) adını verdikleri bir etkinlik düzenliyorlar. Bu mahallede yaşayan aileler aralarındaki sosyal ilişkileri geliştirmek için bilfiil çaba sarf ediyorlar. Bazı evlerin önünde her

yaştan ebeveynin ve çocuğun toplandığı banklar ve piknik masaları yer alıyor. Çocuklar sokaklarındaki tüm yetişkinleri birer bağlanma figürü ya da amcalarının veya teyzelerinin yerine geçebilecek birer vekil olarak görmeyi öğrenmiş. Sokak senede bir gün trafiğe kapatılıyor ve bir tür köy festivali düzenleniyor. Oyunlar oynanıyor, yemekler yeniyor, hoparlörlerden müzik yayını yapılıyor. Yerel itfaiye ekipleri kırmızı bir itfaiye aracıyla sokağa gelip oynayan çocukları yangın hortumuyla ıslatıyor.

Her ebeveyn yardımcı oyunculara ihtiyaç duyar; halihazırda etraflarında böyle oyuncular yoksa, onları bilinçli bir şekilde arayıp bulmalıdır. Hepimiz zaman zaman yerimizi alabilecek ve ebeveynlik görevlerimizi paylaşabilecek birilerine ihtiyaç duyarız. Bu insanları dikkatli bir şekilde seçmeye ve çocuklarımızın bu yetişkinlere bağlanmalarını sağlamaya öncelik vermemiz gerekir. Bir dadının veya çocuk bakıcısının müsait, güvenilir ve gereken kursları başarıyla tamamlamış olması yeterli değildir. Önemli olan ebeveynlerin yerlerini alan kişilerin çocuklar için birer pusula iğnesi işlevi görmeleri ve çocukların onların yanlarındayken kendilerini evlerindeymiş gibi hissetmeleridir. Bu tür ilişkilerin dikkatlice hazırlanması ve işlenmesi gerekir. Bunun için potansiyel adayların bazı aile etkinliklerine davet edilmesi gerekebilir ve aile yemekleri bu tür bağların kurulması için gerek duyulan ideal ortamı sunabilir.

Günümüz şartlarında, birçok ailede her iki ebeveynin de çalışması gerekiyor, ayrıca tek ebeveynli ailelerin sayısı da giderek artıyor. Zamanı tersine çevirerek bir ebeveynin, genellikle annenin, çocuklar büyüyene veya en azından okula başlayana dek evde durduğu ideal dönemlere geri dönemeyiz. Artık ekonomik ve kültürel anlamda farklı bir safhaya ulaştık. Ancak çocuklarımızın –sonraki bölümde açıklayacağım nedenlerden ötürü– yerimizi almaları için güvendiğimiz yetişkinlerle güçlü ilişkiler kurduklarından emin olmamız gerekir.

Eşyazarım Gabor kısa bir süre önce hayatında ilk defa Meksika'ya gitti. Ziyaret ettiği yoksul Maya köylerinde yaşayan çocukların ne kadar mutlu olduklarını görmek onu çok etkilemişti. Gabor, "Çocukların yüzlerinden mutluluk akıyordu"

dedi, "Kuzey Amerika'da yaşayan çocuklarda görmeye alışkın olduğumuz yabancılaşma ve saldırganlık belirtilerinin hiçbirini gözlemlemedik. Ebeveynlerinin yaşantıları zor olsa da çocuklarda saf bir açıklık, bir masumiyet vardı." Maya halkı, dünyanın diğer bölgelerinde varlıklarını sürdüren diğer birçok yerli grup gibi, farkında olmadan "bağlanma ebeveynliği" yöntemlerini uygular. Çocuklarını hayatlarının ilk birkaç yılında sürekli yanlarında taşırlar ve onları genelde geleneksel bir bağlanma köyünün içinde yetiştirirler. Ebeveynlerin yürümeye yeni başlamış çocuklarından ayrı kalması fikri bu insanlara tuhaf gelir. Benzer bir şekilde, yakın zamanda yayımlanan bir gazete haberinde, Kenya'nın Nairobi şehrinde genç annelere bebek arabaları satmak için yeni bir dükkân açan bir girişimci, işlerinin niçin yolunda gitmediğini şöyle açıklamıştı: "Buradaki kadınlar çocuklarını iterek sağa sola götürmek için böyle bir tertibata ihtiyaç duymadıklarını düşünüyorlar. Nereye gitseler çocuklarını kucaklarında taşıyorlar." Afrika'yı ziyaret eden herkes, yine Afrikalı çocukların içlerinin neşe dolu olduğunu, doğal gülümsemelere sahip olduklarını ve vücut hareketlerinin serbest ve rahat olduğunu hemen fark eder. Bu özellikler bağlanma köyündeki sevgi dolu yetişkinlerle kurdukları yakın ilişkilerden kaynaklanır. Ne yazık ki bu kültür, günümüzde savaş ve kıtlık yüzünden yıkıma uğramaktadır.

Bu örnekleri vermemin nedeni kendi kültürümüzü suçlamak değil, bağlanmayı temel alan, içgüdüsel ebeveynlik tarzımızı kaybettiğimizi göstermek. Bu tür uygulamalara geri dönüş yapamayabiliriz, ancak bu kayıpları elimizden geldiğince telafi etmeye çalışmamız gerekir. Bağlanma köyünü imkânlarımız el verdiğince, elimizden gelen en iyi şekilde yeniden inşa etmemizin gerekli olduğu konusunda ısrar etmemin nedeni bu.

Bana sıklıkla ebeveynlerin çalışma hayatına dönmesi veya çocuklarını evde bırakarak tatile çıkması durumunda, çocukların ebeveynlerinden ayrı kalmalarının yarattığı stresle başa çıkmaya hangi yaşta hazır olurlar gibi sorular geliyor. Bu tür sorulara verdiğim cevaplar her zaman ebeveynlerin sahip oldukları

destek oyuncu kadrosunun durumuyla ilişkili oluyor. Ebeveynlerin yerini alabilecek bir vekili yalnızca bağlanma yaratabilir; bu yüzden de, bu tür bağları mümkün olduğunca güçlendirmemiz gerekir. Sosyal kültürümüz artık bu işi bizim yerimize üstlenmiyor. Bu dünyaya bir çocuk getirdiğimizde, kendi destek oyuncu kadromuzu oluşturma sorumluluğunu da otomatik olarak yüklenmiş oluyoruz. Eğer bağlanma dinamiklerinin yarattığı etkilerin farkına varır ve bu rolü üstlenirsek, şu tür sohbetlere kulak misafiri olabiliriz:

"Samantha için iyi bir bakıcı bulabildiniz mi?"

"Biri geldi, umut var. Şu anda, beraber mutfaktalar ve heyecanlı bir şekilde sohbet ediyorlar. Samantha'nın telefon numarasını aldı galiba. Onları yalnız başlarına bırakmadan beraber biraz vakit geçirmelerini ve Samantha'nın ona bağlanmasını istiyorum. Ondan sonrası, çocuk oyuncağı."

Yetişkinlerle kurulan bağlar özellikle de ergenlik çağında çok önemlidir. Olgunlaşmaya başlayan ergenler genelde ebeveynlerini itip uzaklaştırma eğilimi gösterir ve bunu yaptıklarında, etraflarında gerektiğinde yardım isteyebilecekleri alternatif bir yetişkinin bulunması onların akranlarına yönelmelerini engelleyebilir. Ancak bu amaca hizmet eden ilişkilerin çocukların ergenlik çağına gelmelerinden çok daha önce kurulup güçlendirilmesi gerekir. Birilerinin yerimizi alması kaçınılmazsa, vekilimiz olacak bu insanları önceden seçmemiz çok daha iyi olacaktır.

ÇOCUKLARINIZLA ONLARIN SORUMLULUKLARINI ÜSTLENEN İNSANLAR ARASINDA ÇÖPÇATANLIK YAPIN

Geleneksel köylerde, çocukların kurdukları bağlar ebeveynlerinin kurdukları bağların birer uzantısıdır. Günümüzde çoğu zaman çocuklarımızı kimlere emanet ettiğimizi –mesela çocuklarımızın öğretmenlerini– seçemeyiz. Bu gibi durumlarda, çocuklarımızla onların sorumluluklarını üstlenen yetişkinlerin arasında çöpçatanlık yapmamız biraz daha zor olabi-

lir. Çöpçatanlık iki kişinin birbirlerine bağlanma olasılıklarını yükseltecek şekilde hazırlamalarını gerektirir. Genelde çocuklarımızla kardeşlerinin veya büyükanneleri ya da büyükbabalarının arasında sıcak ilişkiler kurulmasını sağlamak için içgüdüsel olarak çöpçatanlık yaparız. Bir bağlanma köyü oluşturmak için bu içgüdüsel bağlanma dansını başka alanlarda da icra etmemiz gerekir.

Bazen çocuklarımızla onların sorumluluklarını üstlenen yetişkinlerin –gündüz bakımı görevlileri, öğretmenler, çocuk bakıcıları, büyükanneler ve büyükbabalar gibi– arasındaki bağlar kendiliğinden oluşur. Ancak bu bağların kendiliğinden oluşmadığı durumlarda, bir kenarda oturup hiçbir şey yapmadan bekleyemeyiz. Çocuklarımızla yerimizi alacak yetişkinlerin aralarında işlevsel bağların kurulabilmesi için yapabileceğimiz birçok şey vardır. Çöpçatanların genelde gerek duydukları zamanlarda kullanmak için hazırda tuttukları birkaç koz olur. Hedefimizi açıkça belirledikten sonra, geriye kalan taşlar şaşırtıcı derecede kolay bir şekilde yerlerine oturur.

En önemli araçlardan biri tanışma faslıdır. Tanışma, dostane bir ilk izlenim bırakmak için iyi bir fırsattır. Tanışma, ayrıca, kurulan bağları onaylamamızın doğal bir yöntemidir. Bunun için çocuklarımızın bayrağı devretmek üzere olduğumuz kişilerle –bu bir anaokulu öğretmeni, gündüz bakımı çalışanı, piyano öğretmeni, kayak öğretmeni, okul müdürü veya sınıf öğretmeni olabilir– dostane bir etkileşim kurduğumuzu görmeleri gerekir. İşin sırrı çocuklarımızı emanet ettiğimiz yetişkinlerle önceden tanışıp onları çocuklarımızla tanıştırırken kontrolü elimizde tutmaktır. Bu çöpçatanlık yapmak için harika bir fırsattır.

Gelişimin doğal tasarımıyla uyum içinde olan bir dünyada yaşıyor olsaydık, ilk olarak ebeveynlerle öğretmenlerin dostane ilişkiler kurmaları, daha sonra da ebeveynlerin çocuklarla öğretmenleri tanıştıran kişi olarak doğal rollerini üstlenmeleri gerekirdi. Okullarda düzenlenen tanışma etkinlikleri, çocukları akranlarıyla bir araya getirmek yerine, yetişkinlerden oluşan bağlanma ekibinin üyeleri arasında etkileşim kurulmasına

önayak olurdu. Çocuklarımızın bir yetişkinden diğerine pürüzsüz bir şekilde teslim edilebilmesi için gereken şartları sağlayan yapılar oluşturulurdu. Ancak günümüz gerçekleri bundan çok farklıdır. Kısa bir süre önce, eşyazarımla beraber bir British Columbia kasabasında düzenlenen profesyonellere yönelik bir semineri yönetmek için davet edildik. Seminerde oradaki lisenin o sene düzenlediği mezuniyet törenine ebeveynlerin katılmayacağını öğrenerek şaşırdık. Okul yönetimi gerekçe olarak kaydolan öğrenci sayısının çok fazla olduğunu ve öğrencilerle akrabalarını aynı anda ağırlayacak kadar geniş yerleri olmadığını ileri sürmüştü. Ancak kasaba geniş bir hokey sahası da dahil birçok büyük tesise ev sahipliği yapıyordu. Sorun yer eksikliği değil, farkındalık eksikliğiydi!

Çöpçatanların bir diğer önemli aracı da aralarında bağ olmayan tarafları birbirlerinin gözünde çekici kılmaktır. Çöpçatanların hedefi taraflar arasında yapılan iltifatları ileterek veya tarafların birbirlerini takdir ettiklerini gösteren işaretleri yorumlayarak, tarafların birbirlerini sevmesini kolaylaştırmaktır. Ebeveynler olarak bu adımı sıklıkla atlayıp endişelerimizi dile getirir ve yolunda gitmeyen şeylerden bahsederiz. İlişkiler bize çocuklarla çalışabilmemiz için gerek duyduğumuz ortamı sunar, bu yüzden de ilişkilere öncelik vermemiz gerekir. Çocuklarımızla ilgili yolunda gitmeyen herhangi bir şeyi düzeltmeye kalkışmadan önce onlarla ilişki kurmamız gerekir. Ebeveynler olarak bu konuda dizginleri elimize almamız şarttır. Tek yapmamız gereken hedefimizin bilincinde olmaktır. Bunu yaptıktan sonra, gerisi kendiliğinden gelecektir. Örneğin, öğretmenlere, "Kızımızın üzerinde çok iyi bir izlenim bıraktınız" veya "Oğlumuzun sizi sevdiğini ve sizi hayal kırıklığına uğratmak istemediğini görebiliyoruz" veya "Oğlumuz yokluğunuzda sizi sordu. Sizi gerçekten özlemişti" gibi sözler söylerken bulabiliriz. Çocuklarımıza, "Öğretmenin senin hakkında iyi sözler söyledi" veya "Öğretmeninin gözünde önemli olmasan sana bu kadar ilgi göstermezdi" veya "Öğretmenin seni özlediğini ve yakında iyileşmeni umduğunu söyledi" gibi sözler söyleyebiliriz. İnsan her zaman çocuklarıyla onlara bakmakla yükümlü ye-

tişkinlerin aralarında kurdukları ilişkileri güçlendirmek için olumlu bir şekilde yorumlanabilecek bir şeyler bulabilir.

Tüm çocuklar bağlanma çatlaklarının arasından düşmemek için yetişkinlerle kurulan bağlara ihtiyaç duyar. Etraflarında güvenebilecekleri yeterli miktarda yetişkin bulunan çocukların arasında, evden okula veya gündüz bakımından oyun alanına geçiş yaparken, akran yöneliminin kök salma ihtimali çok düşük olur. İşimiz çocuklarımızın yetişkinlerle aralarında her an işlevsel bir bağ olduğundan ve hayatlarındaki yetişkinlerin bir bayrak yarışı takımı gibi faaliyet gösterdiklerinden emin olmaktır. Çocuklarımızı bırakmadan önce bağlanma bayrağını başarılı bir şekilde diğer yetişkinlere aktardığımızdan emin olmalıyız. Bayrağı yere düşürdüğümüzde, çocuklarımızın başkaları tarafından ele geçirilme riski doğar.

Çöpçatanlık yapabileceğimiz vesilelerin sonu yoktur. Dr. Mel Shipman'ın önderliğinde yürütülen okul tabanlı bir program, 1980'lerde, Toronto'nun doğu yakasında eğitim veren bir ortaokulun öğrencileriyle yaşlı vatandaşları eşleştirmeye başladı. Program çocuklarla yaşlıların haftada yalnızca bir saat boyunca etkileşime girmelerini içeriyordu, ama nesillerarası etkileşimlerin olumlu etkileri dalgalar halinde okulun geneline yayıldı. Birçok öğrenci ve programa katılan birçok yaşlı vatandaş bu ilişkilerin hayatlarını değiştirdiğini düşünüyordu. Nesillerarası Riverdale Projesi kentin geneline yayılan bir hareket başlatarak günümüzde farklı nesiller arasında sevgi dolu ilişkiler kurulmasına önayak olan birkaç yüz kurumla ortaklaşa yürütülmektedir.[1] Bu popüler program ülkenin doğu kıyılarında yer alan birkaç farklı eyalete de yayılmıştır. Bu harika girişimi başlatan ve akran yöneliminden bihaber olan kişilerin bu programın niçin bu kadar başarılı olduğunu tam olarak açıklayamamaları ilginçtir. Akran yönelimini denkleme kattığımızda, nesillerarası etkileşimlerin faydalı etkilerini kolayca anlayabiliriz. Bu etkileşimler hem gençlerin hem de yaşlıların derinlerde yatan gereksinimlerini karşılar.

Bir öğrencisiyle işlevsel bir ilişki kurmuş olan bir öğret-

men, o çocuğun kendisinden sorumlu olan diğer öğretmenleriyle veya okul görevlileriyle –kütüphaneciyle, oyun alanı denetçileriyle, okul müdürüyle, danışman öğretmenlerle, en önemlisi bir üst sınıfın öğretmeniyle– ilişki kurmasını sağlamak için çöpçatanlık yapabilme gücüne sahip olur. Öğretmenlerin mevcut bağlanma güçlerini öğrencileriyle onlardan sorumlu olan yetişkinlerin arasında işlevsel ilişkiler kurmak için kullanması ne kadar büyük bir fark yaratırdı! Sevgili öğretmenim Bayan Ackerberg birinci sınıfta başıma gelebilecek en iyi şeydi, ama ikinci sınıf öğretmenim için çöpçatanlık yapıp bağlanma bayrağını ona devretseydi, başka bir öğretmenime bağlanmak için beşinci sınıfa kadar beklemek zorunda kalmazdım.

REKABETİ ETKİSİZ HALE GETİRİN

Bağlanma rekabetiyle dolu bir dünyada yaşıyoruz. Çocuklarımızın herhangi bir ilişki içinde olmadığımız insanlarla kurdukları her yeni bağ, potansiyel bir anlaşmazlık kaynağıdır. Boşanma ve yeniden evlenme birbirlerine rakip bağların kurulmasına sebep olur. Mevcut bağlanma köyleri genelde rakip bağların varlığında parçalanır ve çocukların akranlarına yönelme riski daha da artar. Birbirlerine rakip olan bağlar ister çocuklarla ebeveynlerinin ister hayatlarında yer alan farklı yetişkinlerin isterse de akranlarının arasında kurulsun, bu rekabeti elimizden geldiğince etkisiz hale getirmemiz gerekir.

Bazen farklı bir ebeveynle de –örneğin, boşanmış bir ebeveynle, üvey anne veya üvey babayla, koruyucu ebeveynle– rakip bağlar kurulabilir. Bu gibi durumlarda çocuklara bir ebeveyne yakın olmalarının diğer ebeveynden uzaklaşmalarını gerektirmediği mümkün olduğunca iyi bir şekilde anlatmamız çok önemlidir. Çocukları iki ilişki arasında seçim yapmaya zorlamaktansa, her iki ilişkiyi de bir arada yürütmelerini teşvik etmeliyiz. Bunu diğer ebeveyn hakkında iyi sözler söyleyerek ve diğer ebeveynle iletişim kurmalarını kolaylaştırarak yapabiliriz. Çocuklar ebeveynlerinin dostane bir şekilde etkileşim kurduklarını –örneğin, okul etkinliklerinde yan yana oturdukları-

nı, kendi oynadığı beysbol maçında anne babasının beraber tezahürat yaptıklarını veya kendi çaldığı konserini izlemeye gittiklerini– gördüklerinde bu rekabet bazen kendiliğinden azalabilir. Görüş ayrılıklarını bir kenara bırakmak bazen yetişkinlere zor gelebilse de elde ettikleri sonuç, sarf ettikleri çabaya değecektir. Çocuğun bir ebeveynine yakın olduğunda diğer ebeveyninden uzaklaşmak zorunda kalmaması, hem bağlanma köyünü korur hem de köyün genişlemesine olanak tanır.

Çoğu durumda gerçek veya potansiyel bir rekabet ortamı oluşturan bağlar diğer yetişkinlerle değil, akranlarla kurulan bağlardır. Bölünmeye neden olan bu unsurları etkisiz hale getirmenin yüzlerce yolu vardır. Öncelikle, biz de çocuklarımızın arkadaşlarıyla ilişkiler kurabilir, bu sayede hayatlarında bize de yer vermelerini ve kurdukları bağların arasına bizi de dahil etmelerini garanti altına alabiliriz. Bu, örneğin, telefonu açtığımızda çocuklarımızın arkadaşlarına isimleriyle hitap etmemizi, hatta onlarla biraz sohbet etmemizi gerektirebilir. Çocuklarımız akranlarına yeterince yöneldiklerinde, çoğu zaman bizi görmezden gelip ortada yokmuşuz gibi davranmayı tercih ederler. Bunu engellememizin tek yolu onlara ısrarla var olduğumuzu göstermektir – elbette dostane bir tavırla. Çocuklarımızın eve nasıl girip çıktıkları da önemlidir. Çocuklarımızın arkadaşlarının evimize arka veya yan kapıdan girmelerine izin vermemiz, onların aile fertleriyle selamlaşmak ve tanışmak gibi normal bağlanma ritüellerinden kaçabilmelerine olanak tanır. Aynı şekilde, evin içinde çocukların kendilerini soyutlayarak yalnız kalabilecekleri alanlar yaratmak da yapmak istediğimiz son şeylerden biridir. Onlarla aramızdaki bağı korumak ve onları iki ilişki arasında seçim yapmaya zorlayan bir düşünce yapısından kurtarmak için ortak yaşam alanlarında vakit geçirmelerini sağlamamız gerekir. Konu bağlanma olduğunda, ilişki kurmadığımız insanların bize rakip olma ihtimali daha fazladır. Bazen aile ortamında hep beraber yemek yememiz çocuklarla aramızdaki buzları eritip bizimle ilişki kurmalarını sağlayabilir. Çocuklarımızın hayatlarına bu tür müdahalelerde bulunmamızın kolay olmadığının farkındayım, ama kişisel deneyim-

lerime dayanarak şunu söyleyebilirim ki, elde ettiğiniz sonuçlar sarf ettiğiniz çabalara ve bunu denerken ilk etapta kendinizi biraz tuhaf hissetmenize değecek.

Çocuklar ergenlik çağına geldiklerinde, genelde akranlarıyla buluşmalarına ve partilere gitmelerine izin vermeleri için ebeveynlerine baskı yaparlar. Eğer havada akran yönelimi kokusu varsa, ebeveynlere açıkça veya dolaylı yolardan iletilen mesaj bu süreçte ayakaltında dolaşmayıp ortadan kaybolmalarıdır. Burada yine ebeveynlerin dizginleri ellerine almaları, kutuplaşmayı engellemeleri ve çocukları için bir örnek oluşturmaları oldukça önemlidir. Üçüncü kızımız Bria ergenlik çağına gelene kadar, bu konuda epeyce deneyim kazanmıştık. Kaçınılmaz gün geldiğinde, kızımızın ortadan kaybolmamızı istemesiyle dizginleri elimize aldık. Elbette parti vermesine izin verecektik. Ancak kesinlikle ortadan kaybolmayacaktık. Hatta, aktif bir şekilde ev sahipliği yaparak partide hiçbir arkadaşının reddedemeyeceği ikramlar sunacaktık. Ben misafirlerimize teker teker ne istediklerini ve nasıl istediklerini sorabilmek için barbekü yapmaya karar verdim. Bu arada, gizli gündemim çocuklarla dostane bir şekilde yüz yüze gelmek, mümkünse göz teması kurmak, gülümsemelerini ve başlarını eğerek selam vermelerini sağlamak, isimlerini öğrenip hatırlamaya çalışmak ve onlara kendimi tanıtmaktı. Bana bu işte yardımcı olmaları için Bria'nın küçük kardeşlerini de garson olarak görevlendirdim. Davetlilere gönderdiğimiz mesaj açıktı: Bria'yla ilişki kurmak için ailesiyle de ilişki kurmaları gerekiyordu. Kızımız ailesiyle beraber bir paket halinde geliyordu. Partide aktif ve görünür bir şekilde ev sahipliği yapma planımızı kızımıza açıkladığımızda, Bria'nın verdiği ilk tepki utanmak oldu! Bunun iyi bir şey olup olmadığından emin değildi. Hiçbir arkadaşının partiye gelmeyeceğinden, gelenlerin de onunla bir daha konuşmayacağından korkuyordu. Bu korkuları yersizdi. Partiye katılan her çocukla tabii ki samimiyet kuramadım, ama samimiyet kurmakta başarısız olduğum çocukların biz orada olmasak da bir daha evimize gelmek isteyeceklerini düşünmüyorum. İlerleme kaydedebildiğim çocukların kızımla kurmak istedikleri ilişkiler bizimle

arasındaki ilişkilere rakip olmayacak türden ilişkilerdi.

Potansiyel rakipleri etkisiz hale getirmenin bir diğer yolu da çocuklarımızın arkadaşlarının ebeveynleriyle ilişki kurmamızdır. Halihazırda var olan bir bağlanma köyünün içinde yaşıyor olsaydık, çocuklarımızın etkileşim kurdukları diğer çocukların ebeveynleriyle aramızda zaten bir bağ olurdu. Ancak böyle bir dünyada yaşamadığımızdan, tek seçeneğimiz bu köyü – çocuklarımızın akranlarından ebeveynlerine kadar herkesi dahil edecek şekilde– tepeden tırnağa inşa etmek. Bunu başaramazsak, çocuklarımızın bağlanma dünyaları kopuk, parçalanmış ve özünde rekabetle dolu kalır. Çocuklarımızın arkadaşlarının kim olduklarını kontrol edemeyebiliriz. Ancak arkadaşlarının ebeveynleriyle dostane ilişkiler kurarsak, bağlanma dünyalarına biraz uyum ve bütünlük kazandırmayı başarabiliriz. Bu konuda her zaman başarılı olabilir miyiz? Elbette hayır. Aramızdaki farklar anlamlı bir etkileşim kurmamızı engelleyecek kadar büyük olabilir. Ancak en azından bunu yapmayı denememiz gerekir. Karşımıza çıkan fırsatları değerlendirmemek bizim için çok riskli sonuçlar doğurabilir.

Eşim ve ben Bria'yı yetiştirirken bu konuda oldukça şanslıydık. En yakın iki arkadaşının ebeveynleri kızlarımızın dünyalarını birleştirmek için tasarlanmış bu tür ilişkiler kurma fikrini son derece olumlu karşıladılar. Biz Bria'nın arkadaşlarıyla zaten yakınlık kurmuştuk, diğer ebeveynler de ödevlerini yapmıştı. Amacım potansiyel rekabeti engellemek ve çocuklarımızın akranlarıyla kurdukları yakınlığın ebeveynleriyle aralarındaki ilişkileri tehdit etmediği bir dünya oluşturmaktı. Bağlanma köyünü inşa etmek için sarf ettiğimiz çabalar tahmin ettiğimden de iyi bir sonuç verdi. 2000 senesinin yılbaşı gecesinde yaşadıklarımız da cabasıydı. Etkinlikten önce, ailecek bir araya gelip birbirimize bu özel geceye dair hayal ettiklerimizi ve bu gecenin bizim için ne ifade ettiğine ilişkin düşüncelerimizi açıkladık. Bria'nın hayali, yılbaşı gecesini hem en iyi arkadaşlarıyla hem de arkadaşlarının ebeveynleri ve konuklarıyla beraber geçirmekti. Biz de herkesi evimize davet edip geceyi arkadaşlarımızla beraber eğlenerek geçirdik. Bize bağlanma köyü-

müzü tepeden tırnağa inşa etmemiz ve aksi halde var olmayacak bağlar kurmamız için ilham veren genç kızlarımıza kadeh kaldırdık. Bu etkinlik akranlarla ebeveynlerin rekabet halinde olmadıkları durumlarda çocukların her ikisiyle de beraber olabileceklerinin açık bir kanıtıydı.

Akranlarla ebeveynler yalnızca çocukların bağlanma dünyaları bölündüğünde farklı âlemlerde yaşamak zorunda kalır. Zor da olsa asıl başarmamız gereken şey, çocuklarımızla, onları ebeveynlerinden uzaklaştırmayan ve akranlarını da dahil edebileceğimiz türden bağlanma ilişkileri kurmak ve içinde yaşayabilecekleri bağlanma köyleri oluşturmaktır.

Çocuklarımız zamanında olgunlaşamadıklarından, çocukluk dönemi, toplumumuzda giderek daha da uzamaktadır. Aynı zamanda gerçek ebeveynlik, ilişkileri temel aldığından ve yalnızca çocuklarımızın bize etkin bir şekilde bağlandıkları durumlarda yapılabildiğinden, çocuklarımıza ebeveynlik yapabildiğimiz süre de hızla azalmaktadır. Bu noktada akran yönelimi devreye giriyor: Çocuklarımızla aramızdaki bağlar rayından çıktığında, ebeveynlik yapabilme gücümüzü kaybederiz. Ebeveynlik yapabilme gücümüzün çocukluk dönemi daha sona ermemişken yok olması hem ebeveynler hem de çocuklar için felaketle sonuçlanır. Ebeveynlik yapabilme gücümüz elimizden alındığında, çocuklarımız çocuk olmanın kendilerine kazandırdığı olumlu özellikleri yitirir. Olgunlaşmadan kalırlar, ama masumiyetlerini, kırılganlıklarını, ayrıca büyümek ve hayatın sunduğu güzelliklerin tadını özgürce çıkarabilmek için gerek duydukları çocuksu açıklıklarını yitirirler. İnsanlığın gerçek mirasından tam olarak faydalanamazlar.

Çocuklarımızı kimlerin yetiştirmesi gerekir? Bu sorunun bariz ve doğayla uyumlu olan tek cevabı, onlara akıl hocalığı ve bakıcılık yapmanın, kılavuzluk etmenin ve örnek olmanın bizim –ebeveynlerin ve çocuklarımızın bakımıyla ilgilenen diğer yetişkinlerin– görevimiz olduğudur. Ebeveynlik görevimizi tamamlayana dek çocuklarımıza tutunmamız gerekir. Çocuklarımıza bencilliğimizden değil, ileriye doğru adım atabilmele-

ri için; onları zapt etmek istediğimizden değil, gelişimlerini tamamlayabilmelerine imkân vermek için tutunmamız gerekir. Çocuklarımız kendilerine tutunmayı öğreninceye dek, onlara bizim tutunmamız gerekir.

Bölüm Altı

Dijital Çağ için Bir Dipnot
(çocuklarımıza internetin, cep telefonlarının ve bilgisayar oyunlarının hüküm sürdüğü bir çağda nasıl tutunabiliriz)

19

Raydan Çıkan Dijital Devrim

Çocuklarınıza Tutunun kitabının yayımlandığı ilk tarihten bu yana büyük bir değişim yaşandı. Geriye dönüp baktığımızda, bu kitabın aradan geçen yıllar içinde dünyamızda ve çocuklarımızın dünyasında hâkimiyet kuran dijital devrimin yarattığı, o dönemde tam anlamıyla zihinlerimizde canlandırmamızın imkânsız olduğu etkileri birçok açıdan öngörebildiğini söyleyebiliriz. Bu etkiler, en hafif deyimiyle, endişe vericidir. İnsanlığa büyük bir fayda sağlama potansiyeli olan teknolojik gelişmeler, bunun yerine, büyük ölçekli bir kültürel gerilemeye neden oldu. Aklımızı başımıza almazsak, bu dijital dönüşümün yankıları çocuklarımızın gelişimini nesiller boyunca olumsuz yönde etkileyecektir.

Bu arada ne oldu? Dijital devrimin bizi soktuğu yoldan nasıl bir anlam çıkarmamız gerekiyor? Dijital çağın ebeveynlik üzerinde yarattığı etkilerden ne gibi çıkarımlar yapmamız gerekiyor?

2010 senesinde, ergenlik çağındaki gençlerin yüzde 73'ü en az bir çevrimiçi sosyal ağa üyeydi; 2012 senesine geldiğimizde, dünya çapındaki Facebook kullanıcılarının sayısı bir milyara ulaşmıştı. Site on üç yaşından küçük kullanıcıların hesap açmalarını yasaklasa da, yapılan araştırmalar henüz ergenlik çağına gelmemiş milyonlarca çocuğun halihazırda Facebook'a üye olduklarını göstermektedir. Tipik bir ergen her ay üç binden fazla mesaj gönderiyor![1]

2010 senesinde, Pediatrics dergisinde yayımlanan bir makaleye göre, "Geçtiğimiz 5 yıl içinde, [sosyal medya] sitelerini kullanan

ergenlik öncesi çocukların ve ergenlerin sayısında dramatik bir artış oldu. Kısa süre önce yapılan bir ankete göre, ergenlik çağındaki gençlerin yüzde 22'si en sevdikleri sosyal medya sitesine her gün 10 kereden fazla giriş yapıyor ve ergenlerin yüzde ellisinden fazlası her gün en az bir sosyal medya sitesini ziyaret ediyor. Günümüzde ergenlerin yüzde 75'inden fazlasının bir cep telefonu var ve bu çocukların yüzde 25'i telefonlarını sosyal medyayı takip etmek, yüzde 54'ü metin mesajları alıp göndermek ve yüzde 24'ü de anlık mesajlaşma hizmetlerinden faydalanmak için kullanıyor." Bu prestijli yayında varılan kanaat bu araştırmaların sonuçlarının kaygı verici olduğuydu: "Dolayısıyla da, bu neslin sosyal ve duygusal gelişimlerinin büyük bir kısmı çocuklar internet ortamındayken veya cep telefonlarıyla oynarken gerçekleşiyor."[2]

Bu karışıma internette yayınlanan pornografik içeriklere ilişkin kaygı verici istatistikleri, sanal zorbalığın varlığını ve bilgisayar oyunlarının yaygın bir şekilde kullanılmasını da eklendiğimizde, sekiz ila on bir yaş arasındaki gençlerin teknolojinin bir türüyle haşir neşir olarak günde ortalama on saatten fazla vakit geçirmelerinden endişe duymak için birçok neden bulabiliriz.

Bu kitabın yazarları olarak, sıklıkla dijital medyanın çocuklar üzerinde yarattığı olumsuz etkilerden endişelenen ve çocuklarının bilgisayarlara, bilgisayar oyunlarına ve diğer elektronik cihazlara ne kadar erişim sağladıklarını nasıl kontrol altında tutabileceklerini ve çocuklarını bu tür teknolojilerle ne zaman tanıştırmaları gerektiğini soran birçok ebeveynle karşılaştık. Bu bölümleri ebeveynlerin bu tür endişelerini gidermek için kaleme aldık. Ancak ebeveynlikle ilgili diğer birçok konu gibi, bu konu da spesifik uygulamalarla veya tavsiyelerle çözüme ulaştırılamaz. Bu kitabın birçok yerinde ebeveynliğin yalnızca bir dizi beceriden ve davranıştan ibaret olmadığını, hepsinden önemlisi bir ilişki olduğunu defalarca vurguladık. Kitabın başında yer alan özdeyişte de ifade edildiği gibi, ilişkileri anlamadan atılan her adım yalnızca anlaşmazlıklara sebep olacak-

tır. Burada titizce uyulması gereken bir tarif değil, bir anlayış, bir açıklama ve pek fazla ayrıntıya girmeyen genel kılavuz ilkeler sunuyoruz. Bunların her çocuk ve aile üzerinde nasıl uygulanacağı ebeveynlerin çocuklarıyla aralarında gerek duydukları uygun ilişkiyi kurabilme yeteneklerine bağlıdır. Bu konu hakkında yaşa özel tavsiyeler vermek mümkün değildir; yapılması gerekenler çocukların ebeveynleriyle aralarındaki ilişkilere ve duygusal olgunluk seviyelerine göre farklılık gösterecektir. Bu konuda herkesin üzerinde uygulanabilecek katı kurallar tavsiye edilmesi doğru değildir.

Peki ama dijital devrimin çocuklarımızın hayatlarında ne gibi etkiler yarattığını nasıl anlayabiliriz? Bu kadar büyük ve hâlâ ortasında olduğumuz bir olayın sınırlarını belirlemeye çalışmamız, etrafımızı saran bir bulutun şeklini belirlemeye çalışmaya benzer. En baskın insan dürtüsü olan bağlanma dürtüsü hakkında bilgi sahibi olmadan, bunun ne olduğunu açıklayabilmemiz mümkün değildir.

Bağlanma hakkında bilgi sahibi olmamız dijital devrimin aldığı şekli açıklayabilmemizin anahtarıdır. Ayrıca ilgili verilerden ve rakamlardan anlam çıkartabilmemiz için akran yönelimi hakkında da bilgi sahibi olmamız gerekir. Böyle bir anlayışa sahip olmadan, değerlendirdiğimiz veriler ve rakamlar zihnimizi karıştırır. Aynı şekilde, bağlanmanın insan hayatının merkezinde yer aldığını anlamadan, sosyal medyanın niçin bu kadar popüler olduğunu, sanal zorbalığın dinamiklerini ve bilgisayar oyunlarıyla pornografik içeriklerin niçin bu kadar cezbedici olduğunu açıklayamayız; tüm bu konular dijital çağı konu alan bu iki bölümde daha ayrıntılı bir şekilde irdelenecektir.

Bu kitabı kaleme alırken içinde bulunduğumuz kültürel ortamda gençler akranlarına giderek daha da fazla yöneliyordu, ancak bu Facebook'un kurulmasından, Twitter'ın sahneye çıkmasından, bilgisayar oyunlarının gençlerimizi bu kadar meşgul etmesinden, pornografinin tüm çevrimiçi faaliyetlerin yüzde 30'unu oluşturmasından ve insanların birkaç yıl içinde sekiz ila on altı yaşları arasındaki çocukların yüzde 90'ının internet üzerinde yayımlanan pornografik içerikleri izlemiş olacağını hayal

edebilmesinden de önceydi. Doktorlar henüz fazla televizyon izlemenin çocukların sağlığı üzerinde yarattığı olumsuz etkiler hakkında endişelerini dile getirmemişti ve internet bağımlılığının artma eğilimi gösterdiğine dair herhangi bir uyarıda bulunmamıştı.

Pornografiyi bir kenara bırakırsak, bazı insanlar, "Gençlerin internette bu kadar vakit geçirerek bilgi edinmelerinin veya kafa dağıtmalarının ne zararı olabilir ki? Bu gerçekten bir sorun mu?" diye sorabilir.

Bilgi yönetimi için kullanılan dijital aygıtlar ilk ortaya çıktığında, bu aygıtların iş, eğitim veya eğlence amaçlı kullanılacağı düşünülmüştü. Bilim insanları Web'i karmaşık verileri hızlı ve verimli bir şekilde iletebilmek için kullanılan bir yol olarak geliştirmişti. Cep telefonlarının ilk hedef kitlesi iş çevreleriydi; bilgisayarların ilk hedef kitlesi ise okul çevreleriydi. Ne de olsa, bilimsel araştırmalar yapmak için bilgiye ihtiyacımız vardı, okulların temel amacı da öğrencilere bilgi aktarmaktı. Google dünyanın bilgisini düzenleyerek evrensel ölçekte erişilebilir ve kullanılabilir hale getirme misyonuyla, 2004 senesinde, halka arz edildi. Sonunda bilgi çağına geçilmişti. Dijital aygıtları çocuklarımızın ellerine bu ortamda verdik.

TEMEL HATA: BAĞLANMAYI GÖZ ARDI ETMEK

Dijital devrimin itici gücü olan varsayımlarda temel bir hata yapılmıştı. İnsanların varlıklarının temelinde dünya hakkında bilgi edinme veya eğlenme arzusu yatmaz. Bilgi de eğlence de beyinlerimizin dikkat mekanizmasını faaliyete geçiren en önemli unsurlar değildir. Hatta bilgi beyinlerimizin önem hiyerarşisinde çok düşük sıralarda yer alır: Bilgiye odaklanılması, bilginin göz ardı edilmesinden daha düşük bir ihtimaldir. Beyin her an önemli olan şeyleri gözden kaçırmamak için kendisine iletilen duyusal ve bilişsel verileri filtreler.

Bu kitapta birçok kez gördüğümüz gibi, baskın olan birincil ihtiyacımız birlikteliktir. Dünya hakkında bilgi edinmekten çok bağlantı kurmayı arzularız. İnsanlar –birçok yetişkin, özel-

likle de olgunlaşmamış çocuklar– dünya hakkında değil, bağlanma durumları hakkında bilgi edinmeye açtır. Ait olduğumuz yerin, önem verdiğimiz insanların yanı olduğuna dair güvence almak isteriz. Değer verdiğimiz kişilere benzemek, onlar tarafından sevildiğimizi hissetmek, onların bizi anladığını, istediğini ve önemsediğini bilmek isteriz. Karşımızdaki insanların bizi bir arada olmaya davet edip etmediklerini bilmek isteriz ve bu insanlara davet edilme ümidiyle yaklaşırız.

En önemli önceliğimiz iş, eğitim veya eğlence değildir. Yüz yüze, postayla, telefonla veya internet üzerinden yaptığımız etkileşimleri şekillendiren en önemli unsur bağlanmadır. Bunun için kullandığımız teknolojiler yeni olabilir, ama rol oynayan dinamikler insanlığın kökenleri kadar eskidir.

İlk etapta bilgi yönetimi için tasarlanmış olan bu hayret verici teknolojilerin bağlanma arzusuna hizmet edecek şekilde uyarlanması hem şaşırtıcı bir durum değildir hem de bu kitapta özetlenen bakış açısıyla uyumludur. Bu teknolojiler ayrıca çocuklarımızın dikkatlerini dağıtıp ilgilerini farklı yönlere çekerek bağlanma gereksinimlerini karşılayamamalarından kaynaklanan hayal kırıklıklarını telafi etmek için kullanılan bir araç haline de gelmiştir. Ancak temel sorunları bu şekilde telafi etmeye çalışmak yaşanan zorlukları hiçbir zaman gideremez; yalnızca daha da kötüleştirebilir. Dijital medya kırılgan insanlarda bağımlılık yapabilir. Çocuklarımız bu araçları öğrenmekten çok ilişki kurup, bu ilişkilerin sürekliliğini sağlamak, sorun çözmekten çok, sorunlarından kaçmak için kullanır.

Birlikte olmaya ihtiyaç duyduğumuzu anladığımızda, insanlığın karşı karşıya kaldığı temel ikilem netlik kazanır: *Birbirimizden ayrı kaldığımız zamanlarda birbirimize nasıl yakınlık duyabiliriz?* Bu soruna birçok farklı açıdan bakılabilir: Fiziksel olarak ayrı kaldığımız insanlarla aramızda bir bağ olduğunu nasıl hissedebiliriz; aslında istenmediğimizi hissettiğimizde karşımızdaki kişilere nasıl yakınlık duyabiliriz; onların gözünde önemli olduğumuzu nasıl hissedebiliriz; değer verdiğimiz kişilerin bize değer vermediğini düşündüğümüzde önemli olduğumuzu na-

sıl hissedebiliriz.

Bu sorunu Facebook'ta bizimle gerçek bir yakınlık kurmadan "beğenen" düzinelerce, hatta yüzlerce arkadaş edinerek "çözebiliriz." Bu senaryolar bize çok çekici gelir çünkü bize arzu ettiğimiz hisleri geçici olarak yaşatırlar. Bunlar Sirenlerin modern versiyonlarıdır. Bizi istediğimiz yere götürürler, ancak yolumuzun üzerinde karşı karşıya kalacağımız riskler veya zorluklar hakkında en ufak bir ipucu vermezler. Bağlanma ihtiyaçlarımızı geçici olarak gideren bu sanal etkileşimler gerçek hayattan daha cezbedici olabilir, hatta birçok genç için gerçek hayattan daha cezbedicidirler. Örneğin, genç ebeveynlerin mesajlaşırken veya farklı bir dijital iletişim platformunu kullanırken çocuklarını göz ardı etmeleri az karşılaşılan bir durum değildir.

Peki ama çocuklarımızı dijital çağın sunduğu avantajlarla tanıştırmamızın daha güvenli veya daha faydalı bir yolu yok mu? Bir sonraki bölümde açıklayacağımız üzere, bu bir zamanlama meselesidir. Çocuklar ve gençler teknolojiye güvenli bir şekilde erişim sağlayabilir. Ancak bunun için hazır olmaları gerekir. Yeterince olgunlaştıklarında teknoloji, gelişimlerini yavaşlatmak yerine hızlandırabilir. Görevimiz çocuklarımız yeterince olgunlaşana dek yollarına cezbedici engeller çıkartmamaktır.

Dijital dünya yeterince olgunlaşmayan gençlerin ihtiyaçlarını karşılayamaz; hatta bir sonraki bölümde göreceğimiz üzere, ihtiyaçlarını karşılamalarını engeller.

DİJİTAL BAĞLANTILAR AKRAN YÖNELİMLİ ÇOCUKLARIN AYRIYKEN BİLE BERABER OLMALARINA OLANAK TANIR

Geleneksel toplumlar akran ilişkilerinin değil, çok-kuşaklı, hiyerarşik bağların etrafında düzenlenirdi. Evler aileleri barındırır, köyler de bağlanılan yardımcı oyuncu kadrosunu sunardı. Bir tatilimizi geçirdiğimiz Provence Bölgesi'nde yer alan Rognes Köyü'nün sakinlerine köylerinde niçin pek fazla insanın sosyal medya araçlarını kullanmadığını sorduğumu hatırlıyo-

rum.* Aldığım cevap genelde, "Neden kullanalım ki, zaten hepimiz buradayız" gibi bir ifadenin herhangi bir türevi oluyordu. En çok değer verdiğiniz insanlarla beraber olduğunuzda, dijital bağlantılar kurma ihtiyacı da ortadan kalkar. Kısa bir süre önce Bali'de de benzer bir deneyim yaşadık.

Akran yönelimi Batı kültüründe yayılmaya başladığında, bir sorunu da beraberinde getirdi. Akran yönelimli çocukların buluşma yeri işlevi gören okullar akran yöneliminin üreme alanına dönüştü. Teneffüsler, öğle yemekleri ve akranlarla beraber katılınan okul sonrası aktiviteler aile yemeklerinin, aile fertleriyle beraber çıkılan yürüyüşlerin, oynanan oyunların ve kitap okuma seanslarının yerini alan bağlanma yapılarına dönüştü. Akran yönelimli çocukların çoğu artık okula içinde yaşadıkları dünya hakkında bilgi edinmek için değil, arkadaşlarıyla beraber olmak için gidiyor.

Peki ama akran yönelimli çocuklar akşamları, hafta sonlarında ve tatil günlerinde akranlarıyla aralarındaki yakınlığı nasıl koruyor? Okul dışındayken akranlarıyla nasıl iletişim kuruyorlar? Hepimizin bildiği ve tecrübe ettiği gibi, psikolojik açıdan baktığımızda, bağlandığımız kişilerden ayrı kalmak kadar zor bir şey yoktur. Bağlandığımız kişilerden ayrı kaldığımızda büyük bir panik yaşarız ve onlarla yakınlaşma arzumuz bize her şeyi göze aldırabilecek kadar kabarır. Aramızdaki mesafeyi kapatmak saplantı haline gelir.

Ben dijital devrimi rayından çıkartarak günümüzdeki hale gelmesine sebep olan gücün bu olduğuna inanıyorum. Bağlanmanın evrendeki en güçlü kuvvet olduğunu hatırlayın. Çeşitli okul ve iş ihtiyaçlarını karşılamak için tasarlanan dijital aygıtlar artık akran yönelimli çocuklar tarafından birbirleriyle sürekli iletişim halinde kalmak için kullanılıyor. Dijital devrim her açıdan bir sosyal bağlantı fenomeni haline geldi.

İstatistikler her şeyi gözler önüne seriyor. İnternet kullanımının on iki ila yirmi dört yaşlarındaki gençler arasında yüzde 100 seviyesine ulaştığı ve gençlerin internete girdikleri sürenin

* Birinci tekil şahıs zamiri ben, bu bölümde de, kitabın önceki bölümlerinde olduğu gibi, Gordon Neufeld'e atıfta bulunmak için kullanılmıştır.

yaklaşık yüzde 25'ini sosyal medya hesaplarında etkileşim kurarak geçirdikleri saptandı. Bu, sekiz ila on sekiz yaşları arasındaki gençlerin günde ortalama on saat kırk beş dakikalarını dijital bir cihaz kullanarak geçirdikleri göz önünde bulundurulduğunda, oldukça uzun bir süre.

Facebook ve Renren (Facebook'un Çin'de kullanılan muadili) özünde teneffüsün sonsuza dek sürmesine olanak tanımıştır; çocuklar artık birbirleriyle sürekli vakit geçirebilmektedir. Sosyal paylaşım siteleri ilk olarak üniversitelerde, akran yönelimli üniversite öğrencilerinin bağlanma ihtiyaçlarını karşılamak için geliştirildi ve günümüzde dünyanın dört bir yanındaki akran yönelimli insanların birincil bağlanma araçları haline geldi.

Bazen dijital devrim, akran yöneliminin bu kadar yaygınlaşmasından önce, insanların daha fazla yer değiştirmelerinden, iş olanakların azalmasından ve yükselen boşanma oranlarının bizi sevdiklerimizden ayırmasından sonra gerçekleşseydi ne olurdu merak ediyorum. Belki de akran yönelimi olmadan çocukları dijital ortamda ebeveynlerine, öğretmenlerine, amcalarına ve teyzelerine, büyükannelerine ve büyükbabalarına bağlayan bir kültür evrimleşirdi. Belki de ebeveynler evlerinde olmadıklarında çocuklarına bu araçları kullanarak uyku saatinden önce masallar anlatırdı; öğretmenler ve öğrenciler öğrenmeye katkıda bulunan bir bağlanma ortamı yaratırdı; büyükanneler ve büyükbabalar uzakta yaşayan torunlarıyla diledikleri zaman etkileşim kurardı.

Biz de eşimle beraber Bali'de mini tatilimizi yaparken, internete erişim sağlayabildiğimiz kısıtlı süreyi birkaç günde bir Skype uygulaması aracılığıyla torunlarımızla iletişim kurmak için kullandık. Kolay olmadı, çünkü kaldığımız sitede internete bağlanmamızı sağlayan anten sıklıkla üzerine konan kuşlar yüzünden devre dışı kalıyordu. Dünyanın öbür ucundaki torunlarımla bağlantı kurmaya kararlı olduğumdan, taş fırlatmakta uzmanlaştım. Bugün bile, Skype uygulamasının zil sesini her duyduğumda, uzakta yaşayan sevdiklerimle tatmin edici bir bağlantı kurma beklentisiyle sırtımı karıncalandıran hoş bir Pav-

lovcu tepki veriyorum. Dijital aygıtları ve sosyal medyayı bu amaçlar için kullanan birçok kişi var ve bence bu davranışları alkışı hak ediyor. Ancak toplanan veriler ve rakamlar bu fenomeni şekillendirenlerin sosyal iletişim ağlarını bu şekilde kullanan insanlar olmadığını ortaya koyuyor. İnternet âlemine hâkim olan kesim, akran yönelimli insanlar.

DİJİTAL DEVRİM AKRAN YÖNELİMİNİ DESTEKLEYİP GÜÇLENDİRİYOR

Dijital devrimi akran yönelimi şekillendiriyor; dijital devrim de akran yönelimini hem destekliyor hem de güçlendiriyor.

Her şeyden önce, dijital aygıtlara ve aygıtları kullanabilecek teknik beceriye sahip insanların bu aygıtları birbirleriyle bağ kurmak için kullanma olasılığı daha yüksektir. Eline karmaşık bir uzaktan kumanda alan, teknolojiye yatkın olmayan her yetişkinin onaylayacağı üzere, bu dinamik en çok gençlere ve aralarında kurdukları ilişkilere fayda sağlamaktadır. Öte yandan, yemeklerde bir araya gelmek tipik bir şekilde nesillerarası bağları güçlendirir.

İkincisi, sosyal paylaşım siteleri, teknolojinin kendisi gibi, kurulan bağların tabiatını belirleyerek duygusal ve psikolojik yakınlıktan ziyade yüzeysel etkileşimleri kayırır. Özellikle dijital aygıtlar ve genel anlamda sosyal medya kalplerimizde yatanları birbirimizle paylaşmak bir yana, duygularımızı karşımızdaki insanlara açmamızı bile kolaylaştırmaz. Mesajlaşarak karşımızdaki insanlarla iletişim kurmaktan haz aldığımızı ifade etmemiz oldukça zordur. Gözlerdeki parlamayı ve sıcak, davetkâr ses tonunu mesajlarla ifade edebilmemiz güçtür. Bu tür mesajlarda özümüzde kim olduğumuzdan ziyade, aramızdaki benzerliklerin yüzeysel dinamikleri –aynı şeyleri ve aynı insanları beğenip beğenmediğimiz– vurgulanır. Karşımızdaki insanların bizi gerçek anlamda tanımalarına olanak tanıyacak herhangi bir bilgiyi ifşa etmeyiz. Bağ kurmak istediğimiz insanların gözlerinde önemli olmak diğer insanların yanında olduğumuz gibi davranabilmek için kırılgan bir davet beklemekten

ziyade, onların zihinlerinde iyi bir izlenim bırakmakla ilişkili olur. Bu yüzden de teknoloji yüzeysel bağlar kuran insanları kayırır ve ödüllendirir: olgunlaşmamış, gelişmemiş ve akran yönelimli olan insanları.

MIT Üniversitesi'ne bağlı psikolog Sherry Turkle, *Alone Together [Birlikte Yalnız]* adlı kitabını yazmak için yüzlerce gençle internet kullanım alışkanlıkları hakkında konuştu. *Newsweek* dergisinde yayımlanan bir makaleye göre, "İnsanlar ona cep telefonlarının ve dizüstü bilgisayarlarının hayatlarında 'ümit doğuran... güzelliklerin kaynağı olan bir yer' olduğunu söyledi."

Üçüncüsü, eskiden aile içindeki ve kuşaklar arasındaki bağları koruyan gelenekler, ritüeller ve tabular artık dijital âlemde hüküm sürmemektedir. Geleneksel kültürler, nesillerarası ilişkilere hâlâ değer veren kültürler, kimlerin kimlerle konuşabileceğini, ne tür dokunuşlara izin verildiğini, kimlerin kimlerle yemek yiyebileceğini, sırların kimlerle paylaşabileceğini vs. belirleyen birçok geleneğe sahiptir. Bu faaliyetler bağlanmayı teşvik ettiklerinden kontrol altında tutulmalıdır. Bir kültürün kendini çoğaltabilmesi, yetenekli ve etkin çocuklar yetiştirebilmesi için, bağlanma hiyerarşisinin korunması gerekir. Dijital âlem aile bağlarını ve hiyerarşik ilişkileri koruyan geleneklerden, ritüellerden ve tabulardan nispeten daha yoksundur.

Bilgiler ne kadar önem arz ettiklerine veya geçerli olduklarına göre sıralanmış hiyerarşik bir düzene sahip değildir. Her şey doğrusal bir çizgi üzerinde yer alır: Eşitlik geçerli olan tek kuraldır. Hatta günümüzde büyük harflerin kullanımı bile giderek önemini yitirmektedir.

Bu yüzden, akran yönelimi hem dijital devrimin ve araçlarının itici gücü olarak işlev görmüş hem de nihai ürünü olmuştur. Dijital aygıtları çocuklarımızın ellerine geçerli nedenlerden ötürü vermiş olabiliriz, ama çocuklarımız bu aygıtları istenilen amaçlar doğrultusunda değil, hem bireysel hem de kitlesel ölçekte birbirleriyle bağlantı kurmak için kullanmaktadırlar. Bunun sonucunda sağlıklı insan gelişiminin temelleri daha da ileri boyutta aşınmıştır.

DİJİTAL YAKINLIĞIN BOŞLUĞU

Çocuklarımızın ve diğer gençlerin birbirleriyle dijital aygıtlar aracılığıyla iletişim kurmalarından niçin endişe etmeliyiz? Buna ihtiyaç duymasalar bile, hayatlarındaki yetişkinler gerçek gereksinimlerini karşılayabiliyorlarsa, bunun bir sorun teşkil etmemesi gerekmiyor mu? Dijital sosyal etkileşimler kurmak gibi farklı türden bağlanma faaliyetleri bir arada yürütülemez mi?

Bu bakış açısı ilk bakışta insana mantıklı gelebilir; keşke gerçekten öyle olsaydı. Sorun şu ki, çocuklarımızın yürüttükleri teknolojik bağlanma faaliyetleri, hızla yayılarak en sonunda tüm bahçeyi ele geçiren, aynı yerde kök salan diğer bitkileri yerinden eden arsız bir ot gibi davranır. Dijital ortamlarda kurulan sosyal etkileşimler, endişe verici bir şekilde, çocukların gerçek ihtiyaçlarını karşılamalarını engeller.

Bağlanmanın asıl amacı rahatlamak, ısrarla karşılamaya çalıştığımız bağlanma gereksinimlerimizi tatmin edip dinlenebilmektir. Büyümenin kaynağı bu rahatlıktır. Rahata eremediğimizde gelişimimiz duraklar. Yürüttüğümüz bağlanma faaliyetleri gereksinimlerimizi tatmin etmediğinde, olgunlaşma sürecimiz de duraklar: Kaygılarımız aşırı derecede artar, kırılganlığımız dayanılmaz bir hal alır. Duygusal anlamda gelişebilmek için çocukların kırılganlıklarını yitirmemeleri, kırılganlıklarını yitirmemeleri için de güvende olduklarını hissetmeleri gerekir.

Hissettikleri tatminsizlik duygusu, netice vermeyen arayışlar ve kurdukları yüzeysel bağlar yüzünden daha da şiddetlenir ve gereksinimleri zihinlerini daha da meşgul ederek saplantı haline gelir. Enerji vermeyen gıdalarla beslendiğimizde yiyecek tüketimimiz artar. Sosyal iletişim ağlarının da bu şekilde işlediğine inanıyorum. Facebook'un başarılı olmasının nedeni, çelişkili bir şekilde, bu konuda çok işe yaraması değil, tam tersine hiçbir işe yaramamasıdır. Facebook bağlanma gereksinimlerimizi, yakınlık kurma arzumuzu hiçbir zaman tatmin edip rahatlamamızı sağlayamaz. Tıp hekimi ve araştırmacı Vincent Felitti'nin ustaca ifade ettiği gibi, "Zar zor işleyen bir şeyin insanı

doyuma ulaştırması zordur." İnternet kendisine düşkün gençlerin bağlanma açlığını gideremez ve bu yüzden de bağımlılık yapabilir. Araştırmacılar internet bağımlılarının beyinlerinde uyuşturucu ve alkol bağımlılarının beyinlerinde gözlemlenen biyokimyasal ve beyaz madde değişikliklerine benzeyen değişiklikler olduğunu keşfetmiştir.[3]

Sorun dijital ortamda kurulan yakınlıkların insanları tatmin etmemesinden kaynaklanmamaktadır. Bu tür etkileşimler özünde bağlanma gereksinimlerimizi tatmin edebilecek unsurlardan yoksundur. Tıpkı bedenlerimizin ihtiyaç duyduğu besleyici maddelerden yoksun olan bir kurabiye gibi, bizi hem doyurmazlar hem de iştahımızı kapatarak ihtiyaç duyduğumuz besinleri almamızı engellerler.

DİJİTAL ORTAMLARDA KURULAN YAKINLIĞIN BOŞ OLMASININ ALTI NEDENİ

Dijital Etkileşimlerde Bağlanma Daveti Karşı Tarafa Ulaşmaz

Dijital yakınlığın boşluğu genç kızlar ve anneleri üzerinde yürütülen ve canlı sesle kurulan iletişim ile metin mesajları aracılığıyla kurulan iletişimin yarattığı fizyolojik etkilerin karşılaştırıldığı bir araştırma sayesinde eşsiz bir şekilde gözler önüne serildi.[4] Kızlar zor bir testten geçirilerek stres altına sokuldu; bunun ardından kendilerinden anneleriyle sesli olarak veya metin mesajlarıyla iletişim kurmaları istendi. Yalnızca anneleriyle sesli olarak iletişim kuran kızların stres hormonlarının seviyelerinde düşüş olduğu, buna ek olarak rahatlatıcı bağlanma hormonlarının salgılandığı gözlemlendi.

Peki ama dijital etkileşimler bu konuda niçin etkisizdir? Bu sorunun cevabı ne aradığımızla ilişkilidir: Hepimiz birbirimizin yanında olduğumuz gibi var olmaya davet edildiğimize dair güvence almak isteriz. Bu mesajı almamız özellikle de başarısızlığa uğradığımızı veya herhangi bir konuda yetersiz olduğumuzu düşündüğümüzde büyük önem taşır. Bu mesaj nor-

malde nasıl iletilir? Bu mesajı karşımızdaki insanlara iletmek için kullandığımız kelimeler, özellikle de mesajlaşırken sıklıkla kullanılan kopuk cümleler, göndermek istediğimiz mesajın ufak bir kısmını oluşturur ve bu mesajı karşımızdaki insanlara ulaştırabilmemiz için tek başlarına yeterli değillerdir. Bu daveti alıp almadığımızı normalde karşımızdaki insanların ses tonlarının sıcaklığına ve gözlerinde algıladığımız gülümsemeye göre değerlendiririz. Aradığımızı bulduktan sonra, ne olursa olsun, bu davetin güvence altında olduğunu bilerek dünyevi sorunlarımızla yüzleşmeye geri döneriz. Endişelerimiz yok olur, adrenalin ve kortizol hormonlarımızın seviyeleri düşer ve bağlanma devrelerimiz sevgi hormonu olarak bilinen oksitosin hormonunun akınına uğrar. Dijital ortamlar üzerinden kurulan iletişim, bize çoğu zaman bağlanmanın tatmin edici sıcaklığını hissettiremez, bu yüzden de sırtımızdaki yükü hafifletemez. Daha evvel değindiğim ve aşağıda daha net bir şekilde açıklayacağım üzere, dijital iletişimin bazı türleri (Skype gibi) sağlıklı bağlanma ilişkilerine de hizmet edebilir. Bu söz konusu teknolojileri kimin, hangi amaçla kullandığına bağlıdır. Ancak gerçek bağların yerini alması için dijital ortamlar üzerinden kurulan iletişim genel anlamda tatmin edici değildir.

Korunmasız Sosyal Etkileşimler Kurabilmek İçin Faaliyete Geçirilmesi Gereken Savunma Mekanizmaları Bu Tür Etkileşimlerin Tatmin Edici Yanlarını Etkisiz Kılar

Tatmin duygusu yalnızca başkalarının yanında olduğumuz gibi var olmaya davet edildiğimizin tam anlamıyla idrak edilmesiyle mümkün olur. Duygusal anlamda tatmin olmak, özünde kırılgan bir deneyimdir. Tatmin olduğumuzu hissetmemizi sağlayan mekanizma, aynı zamanda yaralandığımızı hissetmemizi de sağlar. Dolayısıyla da yaralanma olasılığına karşı savunmaya geçtiğimizde, tatmin olduğumuzu hissetme yeteneğimizi de kaybederiz.

Dijital ortamlarda kurulan yakınlığın hikâyesi budur. Özünde korumasızdır –korumasız olmasının nedeni yetişkinlerle kurulan besleyici ilişkilerden mahrum olmasıdır– ve bu

yüzden de dayanılmaz bir kırılganlık yaratır. Beynin bu tür yaralayıcı etkileşimlere karşı savunmaya geçmekten başka seçeneği yoktur.

Hedef psikolojik yakınlık kurmak –tanınmak ve anlaşılmak– olduğunda, yaralanma olasılığı o kadar büyüktür ki insanın bu yolda ilerlemeden önce güvende olduğundan emin olmak için elinden gelen her şeyi yapması gerekir. Psikolojik yakınlık bu açıdan cinsel yakınlığa benzer. Tarafların kendilerini birbirlerine adamış olduğu güvenli ilişkilerde bile çoğumuz paldır küldür cinsel ilişki kurmayı düşünmeyiz. Genelde farkında olmasak bile, bir yakınlaşma ve test etme sürecinden geçeriz. Karşımızdaki insanın gözlerinde davetkâr bir bakışın, yüzünde bir tebessümün belirdiğini veya başının bize onay verdiğini gösterecek şekilde eğildiği görmeden, içgüdüsel olarak devam etmemizin güvenli olmadığını anlarız. Günlük hayatlarımızda bile göz teması kurmadan, karşımızdaki insanların yüzlerinde bir gülümseme belirdiğini veya başlarının bize onay verdiklerini gösterecek şekilde eğildiği görmeden etkileşim kurmaya devam etmeyiz. Bunu yapmamız karşımızdaki insanların bağlanma içgüdülerini faaliyete geçirir ve bize iyi davranma, bize sahip çıkma, bize onay verme, bizimle iyi geçinme, bizim tarafımızda yer alma, sırlarımızı tutma ve iyiliğimizi isteme olasılığını büyük oranda artırır. Bu ısınma ritüelini atlamak belaya davetiye çıkarmaktır; kaba, kötü ve zalim davranışlara, yaralanmaya,ayıplanmaya ve elbette ki zorbalığın her türlü dışavurumuna davetiye çıkartmaktır.

Temel sorun, dijital ortamlarda herhangi bir ısınma sürecinden geçmeden yakınlık kurulmasıdır. Bu sahte bir yakınlıktır. Etkileşimden önce bir tür bağlanma ön sevişmesi gerçekleşmez ve ortamın devam etmek için güvenli olup olmadığı test edilmez. Bu durum insanların kendilerini yem olarak sunduğu sosyal medya platformlarına ek olarak, her gün gönderilen metin mesajlarında ve e-postalarda da karşımıza çıkar.

Bu denkleme kullanıcıların isimlerini gizleyebilme seçeneğine sahip olmaları da eklendiğinde, hiçbir güç bağlanmanın karanlık tarafını dizginlemeye yetmez. Unutmayın ki, çocuk-

ların çoğu kendilerine yeterince güvenmedikleri için başka seçenekleri kalmadığı durumlar haricinde, uslu ve uyumlu değildir. Çocuklar genelde bağlanma içgüdülerinin faaliyete geçmesiyle uslanırlar. İnternet bağlanma adabından veya beşeri etkileşim kurallarından büyük oranda yoksun bir ortamdır ve bunun yarattığı pisliğe şaşırmamamız gerekir. Lise koridorları internet ortamıyla kıyaslandığında bazen son derece zararsız görünebilir.

Peki ama çocuklar bu tür çevre şartlarına nasıl uyum sağlar? Çocukların beyinleri onları yara alabilecekleri ortamlara karşı korumak için bilinçsiz bir şekilde duyarsızlaşmalarını veya içinde bulundukları ortamdan kopmalarını sağlayan olağan savunma mekanizmalarını devreye sokar. Esas sorun bunun için belirli bir bedel ödemeleri gerektiğidir: Çocuklar duyarsızlaştıklarında veya içinde bulundukları ortamlardan koptuklarında, bağlanma gereksinimlerini tatmin edemezler. Çocukların beyinleri onları aynı anda hem koruyup hem de bağlanma gereksinimlerini tatmin etme kapasitelerini muhafaza edemez. Nihayetinde bu tür çocuklar ne kadar bağ kurarsa kursun bu bağlanma gereksinimlerini tatmin etmeye yetmez; amaçlarına ulaşamazlar, büyüyemezler ve rahatlayamazlar. Akran yönelimli çocuklarımız birbirlerini bulmak için çıktıkları dijital arayış tarafından rehin alınmış ve tatmin edilemeyen açlıklarının tutsağı olmuştur. Ne kadar hummalı bir arayış içine girerlerse, aradıklarını bulma ihtimalleri o kadar azalır.

İlerleyen bölümlerde göreceğimiz üzere, kırılganlığa karşı geliştirilen bu tür savunma mekanizmaları sanal zorbalığa, bilgisayar oyunu bağımlılığına ve pornografik içerik arayışına da neden olabilmektedir.

İnsanlar Kendilerini Yalnızca Yüz Yüze Birbirlerine Sunabilir

Facebook, özünde, gördüklerini beğenmelerini umut ederek kendimizi değer verdiğimiz insanlara sunmamıza olanak tanıyan bir araçtır. Bir şeyi bir kez sunmamız yeterli olduğundan –aynı bilgileri aynı anda birçok insana gönderebildiğimizden– son derece verimlidir. Sunumumuzu yaptıktan sonra izle-

yicilerin tepki vermesini bekleriz. Sorunun özü bu mükemmel verimlilikte yatar. Psikolojik yakınlık bu şekilde kurulamaz.

Tanınmak, yalnızca yoğun kişisel ilişkilerin kurulduğu ortamlarda mümkündür. İçimizden geçenleri bir kitapta, bir seminerde veya YouTube'da anlattığımızda tanındığımızı hissetmeyiz. Aynı şekilde kendimizi sunduğumuz veya duygularımızı ifşa ettiğimiz insanlar da belirli bir gruba yönelik açıklamalarımızı gördüklerinde özel olduklarını düşünmezler. Psikolojik yakınlık kurduğumuz insanlar, tıpkı cinsel partnerlerimiz gibi, özel olarak seçildiklerini ve benliğimizin kendilerine özel olarak armağan edildiğini hissetmelidir. Aksi halde aramızda kurulan etkileşim değerini kaybeder. Kendimizi yalnızca karşımızdaki insanlara kişisel olarak sunmamız, hem bizim hem de onlar için bir anlam ifade eder. Kendimizi yoğun bir kişisel ilişki içinde olmadığımız kişilere, duygularımızı açıp açmama kararını verme sürecinden geçmeden ifşa etmemiz hiçbir işe yaramaz.

Bu nedenle, psikolojik yakınlığa değer veren çoğu insan Facebook'a üye olmaz. Şahsen yetişkin çocuklarımın yaptıkları paylaşımları okumak veya onları bu şekilde tanımak istemem. *Onlar hakkında bilgi edinmek değil, onları gerçek anlamda tanımak isterim.* Arada dağlar kadar fark vardır. Onları gerçek anlamda tanıyabilmem için bana, yani babalarına duygularını kişisel olarak açmaları gerekir. Onlardan daha azını istemem ve beklemem. Bu süreç böyle işlemezse hepimiz boşlukta olduğumuzu hissederiz.

İşin İçine Manipülasyon Girdiğinde Tatmin Duygusu Yaşanmaz

Sosyal medya birçok çocuk ve genç için imajlarını iyi bir izlenim bırakacak şekilde yönetmek ve akranlarının arasındaki statülerini yükseltmekle ilişkilidir.

Bunun sonucunda *Newsweek* yazarı Tony Dokoupil'in bir yazısında, Sherry Turkle'ın çalışmalarından alıntı yaparak, "gerçek benliğin buharlaşması" olarak adlandırdığı olaya tanık oluruz. Dokoupil aynı yazıda, bir ergenin Dr. Turkle'a, "Lisede tek öğrendiğim şey profil, profil ve daha fazla profildi; aslında kendimi yeniden nasıl yaratabileceğimi öğrendim" dediğinden de

bahseder.

Elbette hepimiz sevilmek isteriz. Ancak insanların bizim hakkımızda verdikleri kararları etkilemek için ne kadar çok uğraşırsak, hakkımızda verdikleri kararlar bizi o kadar az tatmin eder. İnsanların hakkımızda olumlu kararlar vermelerini sağlayabilirsek, beğendikleri aslında gerçek benliklerimiz değil, yaptıklarımız veya yarattığımız izlenimler olacaktır. Dolayısıyla da güvensizliğimiz –bununla beraber imaj saplantımız– giderek daha da şiddetlenecektir. Bu sürekli tırmanan bir kısırdöngüdür. Çocuklarımızı böyle bir ruh hastalığına niçin bulaştırmak isteyelim ki?

Çocuklarımız eninde sonunda hedeflerine varacaktır, ancak hiçbir yere varmayan kestirme yolların cazibesine kapılmamayı öğrenmeleri için biraz olgunlaşmaları gerekir. Bulunduğu vaatler ve cezbediciliği bir yana, imaj yönetimi tam anlamıyla kaybedenlerin oyunudur. Arayışın kendisi, elde edilmek istenen sonucu engeller.

İnternette daha fazla vakit geçiren çocukların duygusal sorunlar yaşamaya daha meyilli olduklarını öğrenmek kimseye şaşırtıcı gelmeyecektir. California State Üniversitesi'nin Dominguez Hills yerleşkesinde psikoloji bölüm başkanlığı yapmış olan Prof. Dr. Larry Rosen'ın yürüttüğü araştırmalar, "ergenlerin internet kullanım alışkanlıkları, mesajlaşma, e-posta ve sohbet odaları aracılığıyla iletişim kurmaları" ayrıca, "bilgisayar oyunları oynayarak vakit geçirmeleriyle depresyon hastalığına yakalanma olasılıklarının arasında güçlü bir bağlantı" olabileceğine işaret etmektedir.

Çocuklarımız onlara bu imkânı sağlayabildiğimiz sürece masumiyetlerini korumaya ihtiyaç duyarlar. Sahte sosyalleşme –insanlara sonucunu umursamıyormuş gibi davranarak çeşitli görüntüler sunma veya "havalı olma hastalığı" olarak adlandırabileceğimiz bozukluk– çocuklarımızı olgunlaşmak için ihtiyaç duydukları duygusal "besinden" mahrum bırakır.

Arayış İçin Harcanan Enerjiden Daha Büyük Bir Getiri Elde Edilmezse Tatmin Duygusu Yaşanamaz

Daha evvel de değindiğim gibi, besleyici bağlanma etkileşimlerinin temel özelliklerinden biri elde edilmesi hedeflenen getirilerin arayış için harcanan enerjiden daha büyük olmasıdır. Tatmin duygusu eşitlikle, karşılık almakla veya talep edildiğinde iletişim kurmakla ilişkili değildir. Bir sarılmaya daha sıkı bir sarılmayla, "seni seviyorum" sözüne daha etkili bir sözle karşılık verilmediğinde ve onaylanma arzusu tatmin edilmediğinde etkileşim eksik ve sonuçsuz kalır. Ancak bu akran yönelimli etkileşimlerin, özellikle de internet ve dijital ortamlar üzerinden kurulan eşit, nötr ve havalı olma eğiliminin ön plana çıktığı etkileşimlerin doğasına aykırıdır. Çocuklara oldukları gibi davranmaları için sunulan davetler yalnızca onların sorumluluğunu üstlenen yetişkinlerin etki alanında varlığını sürdürür. Dijital ortamlarda kurulan sosyal etkileşimlerde bu tür davetler sunulmaz.

Dijital Yakınlık Çocukların Gerçek İhtiyaçlarını Gidermek İçin Duydukları İştahı Azaltır

Daha önce de belirttiğim gibi, dijital yakınlığın boşluğu kişiliği geliştiren bağlara duyulan iştahı azaltmasıyla daha da derinleşir. Akran yönelimini ve bağımlılık yapan arayışları teşvik ederek, yetişkinlerle kurulan sağlıklı bağların yerini alıp çocukların temel gereksinimlerinden biri olan insanlarla etkileşim kurma ihtiyaçlarını tatmin etmelerini engeller.

Ödüllendirme devreleri sürekli elektrikle uyarılan fareler yiyecek aramadıkları için aç kalarak ölür. Benzer bir şekilde, çocuklarımızın beyinlerinin dijital teknolojilerle uyarılması da onları kendilerini gerçek anlamda besleyebilecek etkenlerden uzaklaştırır.

Bilgisayar oyunlarının, pornografik içeriklerin ve dijital ortamlar aracılığıyla kurulan etkileşimlerin en olumsuz ve sinsi etkilerinin temelinde de bu dinamik yatar. Bu faaliyetler doğrudan çocuklarımızın beyinlerindeki ödüllendirme merkezlerini uyarır ve kendilerini gerçek anlamda tatmin edebilecek ve

doyuma ulaştırabilecek türden etkileşimlere ilgi duymamalarına neden olur. Facebook üzerinden yapılan sunumlar da aynı ödüllendirme devrelerini ateşleyerek bağlanma gereksinimlerinin karşılandığı izlenimini uyandırabilir.[4] Geçici olarak bağlanma gereksinimlerinin karşılandığı izlenimini uyandıran bu devreler, gerçek anlamda besleyici ve doyurucu olan etkileşimlere duyulan iştahı azaltabilir.

Aile fertlerinin bir araya gelerek geçirdikleri sürenin, önceki onyıllar boyunca sabit kalmasına rağmen, geçtiğimiz on yıl içinde üçte bir oranında azalmış olması[5] veya vakitlerinin daha büyük bir kısmını bilgisayar oyunu oynayarak geçiren çocukların diğer çocuklarla kıyaslandıklarında ebeveynlerine karşı daha olumsuz tavırlar sergilemeleri şaşırtıcı değil.[6] Avustralya'da yürütülen bir araştırmada Facebook kullanıcılarının aile bağlarının Facebook kullanmayan insanlara göre çok daha zayıf olduğunu düşündükleri ortaya çıkmıştır. Araştırmada Facebook kullanımının mı, yoksa aile bağlarının zayıflamasının mı önce gerçekleştiği belirtilmemiş olsa da bu sonuç bağların rekabetçi tabiatını yansıtmaktadır.[7]

Çoğumuz akranların çocuklarımızı bizden uzaklaştırdığını hissedebiliyoruz. Bunu araştırmalardan öğrenmeye ihtiyacımız yok. İhtiyacımız olan, akranların çocuklarımızın gerçek gereksinimlerini karşılayamayacaklarını bilmek. Onlar için en iyi çıkar yol, hâlâ biziz.

Yalnızlık konusunda dünyanın önde gelen uzmanlarından biri olan, hatta birçok kişi tarafından bu konuda en önemli otorite olarak kabul edilen John Cacioppo, 2008 senesinde yayımlanan, *Loneliness* [Yalnızlık] adlı kitabında farklı etkileşim yöntemlerinin yalnızlığı azaltma potansiyellerini karşılaştıran bir deneyden alıntı yapmıştır. Bu deneyden çıkan sonuç açıktır. Deneyde en çok yalnızlık çekenlerin sıklıkla çevrimiçi etkileşimler kuran insanlar arasından, en az yalnızlık çeken insanların ise yüz yüze etkileşim kurmayı tercih eden insanlar arasından çıktığı görüldü.

Sherry Turkle, *Alone Together* adlı kitabında dijital yakınlığın

niçin bu kadar boş olduğunu ustaca açıklamıştır. Turkle, kitabının başlığıyla hikâyeyi özetler ve sezgilerine dayanarak kavradığı sorunun özünü açıkça ifade eder. "Günümüzde, güven vermeyen ilişkiler kurduğumuzdan ve yakınlık kuramadığımız için endişe duyduğumuzdan, ilişki kurmanın, aynı zamanda kendimizi ilişkilerden korumanın yollarını bulmak için teknolojiden yardım bekleriz. İnternette kurduğumuz ilişkiler, nihayetinde bağlayıcı değildir. Bu ilişkiler bizi yalnızca meşgul tutar."

Tam anlamıyla yakınlık kuramamamız takıntı haline getirdiğimiz bu arayışa itici güç sağlar. On sekiz ila otuz dört yaşları arasındaki Facebook kullanıcılarının yaklaşık yarısının uyandıktan birkaç dakika sonra, hatta bazılarının yataktan kalkmadan Facebook'a giriş yapmaları bu amansız telaşı gözler önüne serer.[8] O halde, dijital etkileşimlerin sigaradan ve alkolden daha fazla bağımlılık yapabildiğini öğrenmemiz şaşırtıcı olmayacaktır.*

Dolayısıyla da en büyük ironi şudur: dijital aygıtlar görünürde en temel beşeri sorunumuzun –birbirimizden uzakken nasıl yakın kalabileceğimizin– çözümü olabilir, ancak bu bizi tatmin edecek ve amansız yakınlık kurma arayışımızdan vazgeçirmeye yetecek bir çözüm olamaz. Dijital bağlantılar, trajik bir şekilde, akran yönelimli insanların önem verdikleri insanlarla kırılganlık yaşamadan yakınlık kurmalarının yegâne yöntemi haline gelmiştir.

BAĞLANMA FENOMENLERİ OLARAK BİLGİSAYAR OYUNLARI, SANAL ZORBALIK VE PORNOGRAFİ

Bilgisayar oyunları dışarıdan bakıldığında masum bir uğraşmış gibi görünebilir, ancak bağlanma gereksinimlerini geçici olarak karşılayarak sahte bir tatmin duygusu yaşattıklarından, aşırı derecede bağımlılık yapabilirler.

Önemli olduğumuzu ve bize değer verildiğini hissedebilmemiz ve kendimize gerçek anlamda hâkim olabilmemiz için

*Karşıt irade kavramı Bölüm 6'da detaylı bir şekilde açıklanmıştır.

bize değer veren insanlarla besleyici ilişkiler kurmamız gerekir. Bunlar sağlıklı bağların yan ürünleridir. Bu gereksinimlerimiz karşılanmadığında, tıpkı akran yönelimli çocuklar gibi, bu eksikliğimizi hayal gücümüzle ve rol keserek telafi etme yoluna gideriz. Ancak bilgisayar oyunları hayal gücümüzü kullanmamızı gerektiren yaratıcı oyunlar veya kitapların aksine, aşırı derecede sürükleyici, ödüllendirici ve bağımlılık yapıcıdır. Yine karşılanmayan gereksinimlerimizden kaynaklanan, baskıladığımız saldırganlığımızın bir kısmını dışa vurabildiğimiz sanal âlemlerde "kendi kaderimizi yönlendirebilir" ve "kazananların" arasına katılabiliriz.

Bölüm 11'de değindiğimiz gibi, zorbalık da yanlış bir bağlanma fenomendir. Baskınlık kurma içgüdülerimiz –kurduğumuz ilişkilerde baskın çıkan taraf olma arzumuz– bizi kırılgan insanları korumak için dizginleri elimize almaya teşvik etmelidir. Ancak ilişkilerde baskın çıkan insanlar koruyucu rolünü üstlenmenin ve sorumluluk almanın yarattığı kırılganlığa karşı savunmaya geçtiğinde, bunun yerine insanların kırılganlıklarını istismar etmeye ve onlara karşı saldırıya geçmeye meyilli olur. Bu bozukluğa "alfa yanlışlığı" adını yakıştırdım. Bu bozukluğa sahip olanlar açıkta kalanlara kalkan olmak, kırılgan olanları korumak ve saf olanları savunmak yerine, onları ortada bırakmaya, utandırmaya ve aşağılayarak üstünlük kurmaya eğilimli olur. Günümüzde tam olarak buna tanık oluyoruz. İnternetin potansiyel zorbalara kimliklerini gizleme imkânı tanıması da bu duruma katkıda bulunuyor.

Zorbalık, cinselliğin ayıplanması ve eşcinsel düşmanlığı da dahil olmak üzere, sosyal paylaşım sitelerinde ve çevrimiçi iletişimlerde ne yazık ki çok yaygındır.

Çocuklar arasında kurulan etkileşimlerin çoğunun bağlanma dinamiklerinin –yakınlık kurma arayışının– etkilerini yansıttığını görüyoruz. Seks de yakınlık kurma arzusuyla ilişkilidir. Cinselliğimiz yakınlık kurma yeteneğimizden daha gelişmiş değildir. Bağlanma gelişimiyle ilgili sorunlar yaşadığımızda, cinsel hayatımızda da bununla ilişkili sorunlar ortaya çıkar. İdeal şartlar altında, sevişmek, taraflar arasında özel ve güvenli bir yakınlık kurulması için yapılan bir davete verilen bir tep-

ki olmalıdır. Aksi halde, bu etkileşimin sonucunda katlanamayacağımız kadar büyük bir yara alma potansiyeli oluşur.

Bağlanma akran yönelimli çocuklarda olduğu gibi vaktinden önce cinsellikle bağdaştırıldığında, bağlanma gereksinimlerimizi karşılamamızın çözümünün cinsel etkileşimler kurmakta yattığını düşünebiliriz, bu etkileşimleri hayallerimizde yaratsak bile.

Çocukların korumasız oldukları –ve kendilerini göz göre göre tehlikeye attıkları– sanal oyun alanlarında artık zorbalık sorunlarının cinsellikle vaktinden önce tanışmalarının yarattığı sorunlarla birleştiğine tanık oluyoruz. Zorbalar için kırılgan insanları istismar etme fırsatları geri çeviremeyecekleri kadar cezbedicidir. Bu şartlar altında insanın birine sahip veya ait olma arzusunu tatmin etmek için derin duygusal bağlar kurmak yerine seksi tercih etme olasılığı daha yüksek olur. Yakınlık kurmaya özlem duymaktansa, diğer insanlar üzerinde baskınlık kurma ve onların kırılganlıklarını istismar etmek için fantezilere başvurma ihtimalleri daha yüksek olur. Sanal cinsel zorbalığın çocukların ve ergenlerin, ayrıca pornografinin kırılganlık yaratmayan cazibesine kapılan yetişkinlerin arasında bu kadar yaygınlaşmasına şaşırmamamız gerekir. İnsanlar artık herhangi bir kırılganlık hissetmeden yoğun cinsel duygular yaşayabilmektedir. Bunu elbette dijital medya araçlarından faydalanmadan da yapmak mümkündür, ancak internet kişisellikten uzak olduğu, kolayca erişilebildiği ve insanlara kimliklerini gizleme imkânı sunduğu için bu tür dinamikleri daha da fazla teşvik etmektedir.

Çocuklarımızı sanal âleme kaptırdığımızda, onları artık kurtlara karşı koruyamayız.

20

Zamanlama Meselesi

Dijital aygıtlar tabiatları gereği kötü müdür? Çocuklarımızın dijital aygıtları kullanmalarını engellememiz gerekir mi? Elbette ki hayır, ayrıca denesek de başarılı olamayız muhtemelen. Dijital devrimi geri çevirmemiz mümkün değildir. Bu cihazlar tabiatları gereği kötü değildir; esas sorun, özellikle de çocuklarımızın ellerine geçtiklerinde, nasıl kullanıldıklarıyla ilişkilidir. Çocuklarımızı bu tür cihazlarla ne zaman tanıştırmamız ve bu cihazların kullanımını ne zaman kısıtlamamız gerektiğini bilmemiz gerekir.

Toplumun büyük teknolojik gelişmelere ayak uydurması, bu gelişmelerden elde edilen faydaların azami seviyeye çıkarılmasını ve tehlikeleri asgari seviyeye indirilmesini sağlayan ritüellerin, rutinlerin ve kısıtlamaların geliştirilmesi uzun bir zaman alır. Bu konuda cep telefonları, bilgisayarlar, Google ve sosyal paylaşım siteleri bir yana, kendimizi henüz sinema filmlerine ve televizyona karşı bile koruma altına almayı başaramadık.

Geçmişte birçok sefer çocuklarımızı kaçınılmaz sorunlardan, hatta iyi şeylerden korumaya çalışırken onlara büyük zararlar verdiğimiz oldu. Mesela, seks konusunu ele alalım. Seks yetişkinler için iyi bir şeydir, ama çocuklar için değildir. Seks beyinde kuvvetli bir tutkal işlevi gören kimyasalların salgılanmasına yol açan, üreyebilmemiz ve ardından gelen ebeveynlik görevlerini yerine getirebilmemiz için eşleşmemizi sağlayan, önemli bir bağlanma deneyimidir. Hafife alınmaması gerekir, özellikle de çocuklar tarafından. Çocuklarımız en azından gelişip olgunlaşmaya hazır olana dek cinsel faaliyetlerini kontrol altında tutmamız gerekir.

Alkol çeşitli ritüellerin ve ziyafetlerin parçası olarak sosyalleşmemizi kolaylaştıran bir işlev görebilir, ama yine çocuklar için sakıncalıdır. Başımızı beladan uzak tutmamızı sağlayan alarm sistemini uyuşturur. Alkol her yerdedir, ancak sorumlu ebeveynler olarak çocuklarımız alkolü kaldırabilecek kadar olgunlaşana dek ona erişimlerini kontrol altında tutmaya çalışırız.

Kurabiyeler de iyidir. Çoğu tatlı gibi iştahımızı kabartırlar. Çocukların dünyaları şekerlemeler, kurabiyeler ve tatlılarla doludur. Çoğu zaman çocuklarımızın tatlılara ne kadar erişim sağlayabildiklerini kontrol altında tutmak konusunda iyi bir iş çıkarırız. Pek besleyici olmamalarına rağmen, çocuklarımızın tatlı yemelerini yasaklamayız. Yalnızca tatlı tüketimlerinin zamanlamasını kontrol ederiz. Tatlıların yalnızca *akşam yemeklerinden sonra* yenilebilmesine olanak tanıyan kurallar koyarız, en azından çocuklarımız sağlıklı yaşamaya niyet edene ve dürtülerini kontrol edebilecek kadar olgunlaşana dek. Başka bir deyişle, çocuklarımız düzgün beslendikten sonra, arada bir kurabiye yemeleri herhangi bir sorun oluşturmaz. Çocuklar kurabiye yemeye ne kadar az ihtiyaç duyarlarsa, boş yiyecekler onlara o kadar az zarar verir.

Sağlıklı gelişim açısından en önemli unsur her zaman zamanlama olmuştur. Her şeyin bir mevsimi vardır. Çocuklarımıza zarar verme potansiyeli olan deneyimlerin kontrol altında tutulmasının sırrı, çoğu zaman hiçbir işe yaramayan ve karşıt iradenin güçlenmesini tetikleyebilen yasaklar değildir.[1]

Olası zararların asgari seviyeye indirilmesinin sırrı zamanlamadır. Çocuklarımızın gerçek gereksinimlerini tatmin etmek için duydukları iştahı kapatan şeylere erişim sağlamalarından evvel bu gereksinimlerini tatmin ettiklerinden emin olmak isteriz.

İlişki kurma kapasitesi tam anlamıyla gelişmediyse, yani iki kişi arasında duygusal ve psikolojik yakınlığın tecrübe edildiği özel bir ilişki kurulamıyorsa, bağlanma sözü verilemiyor, verilse dahil tutma yeteneğinin henüz kazanılmadıysa, seks için doğru zaman henüz kesinlikle gelmemiştir. Vaktinden önce ku-

rulan cinsel ilişkiler, vaktinden önce yenen kurabiyeler gibi, gerçek gereksinimler –tarafların kendilerini birbirlerine adadıkları ilişkilerde hissettikleri derin sevgi– için duyulan iştahı kapatır.

Alkol tüketimi için doğru zaman ancak korkularımızla yüzleşecek cesaretimiz olduğunda ve alkol tüketimini düzenleyen ritüelleri kabullenip bu ritüellere sadık kalmayı öğrenmemizden sonra gelir. Alkol kırılganlık hissini azaltır ve istismar edilmeye çok müsaittir. İnsan gerçekleri tüm çıplaklığıyla kabullenmeyi, boşluğa düştüğünde ve kayıp yaşadığında duygularıyla yüzleşmeyi öğrenmeden evvel alkolün cezbediciliği karşı konulmaz bir çekim gücü yaratabilir. Alkolün vaktinden önce kullanılmasının yarattığı asıl sorun gerçeklere duyulan iştahı kapatmasıdır.

Bu tür tehlikelerle başa çıkmaya çalışırken, bütünleşme yolunda ilerleyen çocuklarımızı baştan çıkarabilecek potansiyel etkenlerle tanıştırırken göz önünde bulundurmamız gereken iki temel prensip vardır. *Çocuklar bu etkenlerle yalnızca gerçek gereksinimlerini tam anlamıyla karşıladıktan ve gerek duyulduğunda doğru kararları verebilecek olgunluğa eriştikten sonra tanıştırılmalıdır.* Bu dansı kurabiyelerle ve diğer tatlılarla binlerce yıldır yapıyoruz. Zaten binlerce yıldır tatlılarla beraber yaşıyoruz. Tekerleği yeniden icat etmek için vaktimiz yok. Daha evvel öğrendiklerimizi karşımıza çıkan yeni engelleri aşmak için uyarlayıp, kullanmamız gerekiyor.

Zamanlamayı kontrol edebilmek için, fırsat varken çocuklarımızın dijital dünyaya nasıl erişim sağladıklarını kontrol altında tutmamız şarttır. Boş umutlar verip onları baştan çıkarabilecek etkenlerden veya Sirenlerden uzak tutmamız gerekir. Çocuklarımıza gerçek gereksinimlerini tatmin eden etkileşimler kurmaları için ihtiyaç duydukları alanı ve süreyi tanıyana dek ve çocuklarımız dünyayla nasıl yüzleştiklerine ilişkin doğru kararlar verebilecek olgunluğa erişene dek, dijital dünyaya erişim sağlamalarını kısıtlayan, işleri bir şekilde yavaşlatan ve geciktiren bir tampon görevi görmemiz gerekir.

Ebeveynlerin ve öğretmenlerin çoğu bu bilince hâlâ ulaşamamıştır. Southern California Üniversitesi'nin düzenlediği bir ankete göre, günümüzde ebeveynlerin yüzde 89'u çocuklarının internette vakit geçirmelerinin herhangi bir sorun teşkil ettiğini düşünmemektedir.[2]

Jean-Jacques Rousseau, ebeveynlerin en önemli sorumluluklarından birinin çocuklarla toplum arasında bir tür tampon görevi görmeleri olduğunu söylemiştir. Bu 18. yüzyılda bile önemliyse, günümüzde daha da fazla önem arz etmesi gerekmez mi? Günümüzde ebeveynler toplumla çocukların arasında bir tampon işlevi görmek yerine toplumun elçileri olarak işlev görmektedir. Ebeveynlerin çoğu çocuklarının akranlarıyla bağ kurmalarının, sıkılmamaları için eğlenmelerinin ve bilgiye anında ulaşabilmelerinin gerekli olduğunu varsayar. Söz konusu ankete katılan ebeveynlerin yüzde 10'u çocuklarının internette yeterince vakit geçirmediklerinden endişelendiklerini dile getirmiştir.[3] Bu ebeveynler çocuklarının geri kalmasından endişe duyduklarını açıklamıştır. Günümüz ebeveynleri çocuklarını doğanın gelişimsel tasarımı yerine dijital topluma emanet etmeye daha sıcak bakmaktadır.

Bir tür tampon olarak işlev görme özelliğimizi kaybedip toplumun elçileri olarak hizmet etmeye başladığımızda, çocuklarımızın önüne doğal gelişimlerini engelleyebilecek cezbedici etkenler çıkarma olasılığımız yükselir. Kurabiyeleri masanın üzerine serpiştirip, alkollü içecekleri dolaptan çıkarıp, cinsel etkileşimlerle ilişkili tüm sınırlamaları kaldırsaydık ne olurdu bir düşünün. Buna rağmen, çocuklarımızın yatak odalarına televizyon koymakta, ceplerinde telefon taşımalarına izin vermekte ve kişisel dijital aygıtlara diledikleri kadar erişim sağlayabilmelerine izin vermekte herhangi bir sakınca görmüyoruz.

Çok az sayıda yetişkin interneti düzgün bir şekilde kullanmayı başarabiliyorken, çocuklarımızdan bunu başarmalarını nasıl bekleyebiliriz?

Gwenn Schurgin O'Keeffe tarafından 2010 senesinde ka-

leme alınan bir rapor geçim sıkıntısı yaşayan ailelerin bile "toplumun bir parçası olmalarını istedikleri için çocuklarına dijital aygıtlar satın aldıklarını" ortaya koymuştur.[4]

Ebeveynler çocuklarının dijital teknolojilerle içlidışlı olmazlarsa topluma ayak uydurmakta zorlanabileceklerinden endişelenmektedir. Aslında en çok üzerine düşmemiz gereken konu çocuklarımızın tam potansiyellerine ulaşmalarına yardımcı olmaktır.

Dijital teknolojilere karşı sergilenen vurdumduymazlık, akran yönelimine karşı sergilenen vurdumduymazlığa benzer. Herhangi bir şeyin normal olduğuna kanaat getirilmesi için doğal veya sağlıklı olması gerekmez, bunun için geniş bir kitle tarafından benimsenmiş olması yeterlidir. Bu vurdumduymazlık teknolojiyle aramızdaki aşk ilişkisi ve yetişkinler için faydalı olan şeylerin çocuklar için de faydalı olması gerektiğine dair saf varsayımlarımız yüzünden daha da ileri boyutlara taşınmaktadır.

Peki ama insanların gerçekleri görmelerini nasıl sağlayabiliriz? Çoğu insan dijital teknolojilere karşı çıkan insanların ya mesleklerini makinelere kaptırmaktan korktuklarından ya da gerici olduklarından şüphelenir. Muhalifler genelde etrafı telaşa vermekle suçlanarak göz ardı edilir. O halde, ebeveynleri ve öğretmenleri çocukların olgunlaşmak için bu tür etkenlerden uzak kalabilecekleri bir alana ihtiyaç duyduklarına nasıl ikna edebiliriz? Günümüz toplumu bunu bizim adımıza yapıyor. Bu konuda yalnız başımızayız. Bu yüzden ortak bir bilince ve birbirimizle iletişim kurabilmek için ortak bir dile ihtiyacımız var.

DİJİTAL SOSYAL ETKİLEŞİMLERİN BELİRLİ BİR YERİ VE ZAMANI VARDIR

Bu *zaman* çocukların yetişkinlerle bağlanma gereksinimlerini karşılayacak kadar temas kurup doyuma ulaşmalarından sonra gelir.

Çocukların mideleri besleyici gıdalarla dolduktan sonra, tatlılar zararsız bir zevke dönüşür. Bu noktada kontrolü biraz elden bırakmayı göze alabiliriz. Aynı şey bağlanma açlığı için de geçerlidir. Yapabileceğimiz en kötü şeylerden biri çocuğumuzu yanımızdan aç göndermektir. Bunun yapmamız hem akran yönelimi hem de olgunlaşmamış gençlerin akranlarıyla irtibat halinde kalmalarına olanak tanıyan dijital teknolojilerin kullanımının yaygınlaşması için gereken zemini hazırlar.

Bu noktada çocuklarımızı doyurmak ve arkadaşlarını esir alan bağlanma bağımlılıklarına karşı korumak için bakışlarını üzerimize çekmemize, gülümsemelerini ve başlarını eğmelerini sağlamamıza olanak tanıyan ritüeller, rutinler ve etkinlikler geliştirmemizin ne kadar önemli olduğunu yeniden vurgulamak istiyorum. Çocuklarımız sabahları okula gitmeden önce bu tatmin edici bağlantıdan bir doz almaya ihtiyaç duyar. Buna okuldan eve gelince de ihtiyaç duyarlar. Aile yemeklerinde ve aile fertleriyle beraber geçirdikleri özel zamanlarda da. Her gece yatmadan önce de. Görevimiz çocuklarımızı yanımızda oldukları gibi davranıp var olmaya davet etmek ve bu ihtiyaçlarını gidermek için başka yerlere bakmalarını engellemektir. Çocuklarımızın sosyal etkileşimler kurmak için dijital aygıtlardan medet ummalarını engellememizin en iyi yolu onların bağlanma gereksinimlerini tatmin ederek doyuma ulaşmalarını sağlamamızdır.

Çocukların dijital etkileşimler kurmalarının zamanı kendi kişiliklerini koruyabilecek kadar gelişip olgunlaşınca gelir. Bunun tam olarak ne zaman gerçekleşeceğini belirlemek, ebeveynlerin çocukları hakkında edindikleri sezgisel bilgilere bağlıdır ve bunun için kullanabileceğimiz bir formül yoktur.

Çocuklarımızla ne kadar derin ilişkiler kurarsak, fiziksel olarak ayrı kaldığımızda bize o kadar sıkı tutunabilirler. Çocuklarımız bize daha derinden tutunabildiklerinde dijital bağlantılara o kadar ihtiyaç duymazlar. Bu da, sosyal paylaşım sitelerini büyük oranda anlamsız kılar. Fiziksel olarak ayrı kaldığımızda birbirimize tutunabilme sorununu doğal yollardan çözerek dijital etkileşim kurma gereksinimini hafifletebiliriz. Hatırlaya-

cağımız üzere, doğa fiziksel olarak ayrı kaldığımızda aramızdaki yakınlığı korumanın yöntemlerini bize sunar: sevilmek, ait olmak, aynı tarafta yer almak, sadık olmak, değer vermek, kalpten bağlanmak ve son olarak, tanınmak. Ancak doğal bağlanma yöntemlerinin uygulanması hem vakit alır hem de uygulanabilmeleri için doğru şartların sağlanması gerekir. Bu, sabır gerektiren bir süreçtir. Çocuklarımız yanlarında olmadığımız zamanlarda bize tutunabildiklerinde, endişelenmemizi gerektirecek pek fazla bir şey kalmaz.

Aynı şey çocuklarımızın arkadaşları için de geçerlidir. Çocuklarımızın ilişki kurma yetenekleri yeterince geliştiğinde, kendi kendilerine aynı düzeyde samimiyet kurabilen arkadaşlar seçme eğilimine girerler. Kalpten bağlanabilen çocuklar için kendilerine karşılık verebilecek arkadaşlar edinmek daha çekici olur. Tanınmayı arzulayan çocuklar arkadaşlarını bu şekilde yakınlık kurmayı tercih eden çocuklar arasından seçme eğiliminde olur. Çocuklar aralarında daha derin bağlar kurabildiklerinde, ayrı olduklarında da birbirlerine tutunabilirler. Bu durum sosyal iletişim ağlarının cazibesini ve bağımlılık yapma olasılığını azaltır.

Yakınlık kurma kapasitesiyle Facebook kullanımının arasındaki ters orantı Buffalo ve Georgia Üniversitelerinin ortaklaşa yürüttükleri bir araştırma sayesinde gözler önüne serilmiştir. Bu araştırmanın sonucunda elde edilen temel bulgu, daha derin bağlar kurabilen insanların, Facebook'ta daha az zaman geçirdikleridir.[5] Sosyal iletişim ağlarının temel işlevinin ne olduğunu göz önünde bulundurduğumuzda bu bulgu son derece mantıklıdır. Yüzeysel etkileşimler kurmak derin bağlar kurabilen insanlar için gerekli ve cezbedici değildir. Çocuklar ne kadar gelişirse, dijital etkileşim kurma arzuları da o kadar körelir. Dolayısıyla dijital ortamlarda yakınlık kurma arzusunun takıntı haline gelmesini engellemenin açık ara farkla en iyi yöntemi sağlıklı ilişkiler kurulmasıdır. Dijital bağlantılar kurmanın uygun bir zamanı vardır, ama bu zaman genelde doğanın çocuklarımızı şekillendirmesinden sonra gelir. Bizim görevimiz bu sü-

recin işlemesine yardımcı olmak ve çocuklarımızın bize bağlanmalarını mümkün olduğunca kolaylaştırmaktır.

Bağlanma gereksinimlerimizi tatmin etme arzumuzun takıntı haline gelmesini engellemek için en iyi çözüm, kurduğumuz bağlara çok bağımlı olmadan yaşamaktır. Bunu başarmanın tek yolu, insanın ayrı bir varlık olarak kendi ayaklarının üzerinde durabilecek konuma gelmesidir. Bu gelişimin nihai hedefidir, ancak bunun gerçekleşebilmesi için yine uzun bir zamana ve uygun şartlara ihtiyaç duyulur. Çocuklar bireyselleşme yolunda ne kadar ilerleme kaydederlerse, duygusal açıdan kendi kendilerine o kadar yetebilir ve çözülmekte olan toplum tarafından icat edilen dijital çözümlere daha az ihtiyaç duyarlar.

Bireyselleşmenin kısa yolu yoktur. Bireysellik olgusunun zamanla büyütülüp geliştirilmesi gerekir. Kendileri gibi olmak isteyen ve akranlarının yanındayken kendi kişiliklerine gerçek anlamda tutunabilen ergenler normal işlevlerini yerine getirebilmek için sosyal iletişim ağlarına ihtiyaç duymaz. Çocuklar sosyal iletişim ağlarına ne kadar az ihtiyaç duyarsa, sosyal iletişim ağlarının onlara zarar verme olasılığı o kadar düşük olur. Ancak gençleri gelişimlerinin bu safhasına ulaştırabilmemiz için ilk önce onlara tutunmamız gerekir. Daha evvel üzerinde durduğum bir noktayı yeniden vurgulamam gerekirse; *bağımsızlığı teşvik etmek için, bağımlılığı davet etmeliyiz.*

BU SÜREÇTE DİJİTAL ERİŞİMİ KONTROL ALTINDA TUTMAK İÇİN TAVSİYELER

Çocuklara besleyici etkileşimler kurabilmeleri için alan bırakmak ve çocuklarımız dijital ortamlar üzerinden etkileşim kurmaya ihtiyaç duymayacak kadar olgunlaşana dek zaman kazanmak için onları cezbedici etkenlerden uzak tutmaya çalışmalıyız.

Buna erkenden başlamamız faydalı olacaktır. Tıpkı kendi çocuklarımın televizyon izlemelerini günde yarım saatle kısıtladığım gibi, çocukların dijital ortamlara erişim sağlamaları-

nı kontrol altına almamıza yardımcı olacak yapılar ve ritüeller oluşturmalıyız.

Bunun kolay bir çözümü olup olmadığını bilmiyorum. Gördüğüm kadarıyla bu noktada her ebeveynin bu engeli aşmak için kendi yolunu çizmesi gerekiyor. Ancak ebeveynler olarak kendimizi geliştirebileceğimiz birçok konu olduğu da kesin. Hatta çoğumuzun televizyon konusunda sergilediği tavırları bile geliştirmesi gerekiyor. İstatistiklere bakılırsa ebeveynlik görevlerimizi yerine getirirken çok da başarılı olamıyoruz. Evlerin yüzde 64'ünde televizyon yemek saatlerinde açık kalıyor. Evlerin yüzde 45'inde ise televizyon nadiren kapatılıyor. Çocukların yüzde 71'i odalarında bir televizyon olduğunu, yüzde 50'si ise bir oyun konsolu olduğunu belirtiyor. Çocukların yalnızca yüzde 28'i ila yüzde 30'u ebeveynlerinin televizyon izlemelerini veya bilgisayar oyunu oynamalarını düzenleyen kurallar koyduğunu ifade ediyor. İstatistiklere göre ebeveynlerin yalnızca yüzde 30'u çocuklarının bilgisayar başında geçirdikleri süreyi kısıtlıyor.[6]

Çocuklarımızın dijital ortamlarda etkileşim kurmaları için en iyi zaman, yine, tatmin edici, sıcak bağlantılar kurmalarından sonradır. Bu davranışlarının temelinde yatan gereksinimleri karşılamadan etkileşim kurmalarını kısıtlamamız herhangi bir fayda sağlamayacaktır. Tatmin edici bağlantıların kurulduğu zamanları koruma altına almak için evlerimizde ve çizelgelerimizde dijital aygıtlardan arındırılmış alanlar oluşturmamız gerekir. Yemek saatlerinin, aile fertlerinin bir araya gelerek beraber vakit geçirdikleri zamanların, akşamların ve yatma vakitlerinin dijital aygıtlardan arındırılması, hem çocuklarımızın gerçekten ihtiyaç duydukları bağlantıları kurabilmeleri hem de bu takıntılarının şiddetlenmesini engellememiz açısından çok önemlidir.

Daha büyük yaştaki çocuklar söz konusu olduğunda, onların çıkarlarını gözettiğimiz için getirdiğimiz kısıtlamalara ve oluşturduğumuz yapılara saygı göstermelerini sağlamak için onları iyi niyetli olmaya teşvik etmemiz önem arz eder. (Hatırlarsanız çocuklarımızı iyi niyetli olmaya nasıl teşvik edebilece-

ğimizi Bölüm 16'da detaylı bir şekilde açıklamıştık.) İnternetin yapısı gereği ve birçok çocuk internete çok kolay bir şekilde erişim sağlayabildiği için bu konularda çocuklarımızın bizimle işbirliği yapmalarına ihtiyaç duyarız. Çocuklarımızı iyi niyetli olmaya teşvik ederken aramızdaki ilişkinin ve üzerlerinde yarattığımız etkinin en güçlü olduğu anları seçmemiz ve çocuklarımızın hayal kırıklığı veya sorun yaşadıkları anlarda herhangi bir girişimde bulunmaktan çekinmemiz gerekir. Ebeveynlerin çocuklarının iyi niyet beslemelerini sağlayabilmeleri, sorunun çok da büyük olmadığını gösterir, en azından şimdilik.

Çocuklar iyi niyet beslemekte zorlanıyorsa veya bu konuda içten pazarlıklı davranışlar sergiliyorsa, bu durum ebeveynleriyle aralarındaki ilişkinin daha derinlerinde yatan bir soruna işaret eder ve mutlaka çözüme ulaştırılmalıdır. Böyle bir durumda şaşırmamalıyız. Bu tür bağlanma bağımlılıkları çocuklarımızın kontrolden çıktıklarını ve yardımımıza ihtiyaç duyduklarını gösterir, onlara daha fazla bağırmamız gerektiğini değil.

Çocuklar kontrolden çıktıklarında, onlara baskı yapmak veya hareketlerinin çeşitli "sonuçlar" doğurabileceğini ima etmek, soruna karşıt irade ve hayal kırıklığı katmanlarını ekleyerek içinden çıkılmasını daha da zorlaştırır. Kendini kontrol etmekten aciz olan bir çocuğu kontrol edemeyiz. Bu sorunu ancak dijital faaliyetlerin yerlerini çocuklarımızı bize bağlayan faaliyetlerle doldurarak çözüme ulaştırabiliriz. Onlara her fırsatta ekranlarla veya aygıtlarla ilişkili olmayan meşgaleler sunarak dijital teknolojilere erişim sağlamalarını dolaylı yollardan kısıtlamamız gerekir. Bu önlemlerin amacı ilişkimizin kapısını aralamak için biraz vakit kazanmaktır. Canlandırılması ve beslenmesi gereken şey çocuklarımızın bizimle kurdukları bağlardır. Çocuklarımızın bağlanma açlıklarını gidermeden dijital bağlantılar kurmak için duydukları arzuyu hafifletemeyiz.

Bağımlılık seviyesine erişen bağlanma davranışlarıyla yüzleşirken, çocuklarımızın sergiledikleri belirtilere karşı verdiğimiz mücadelelere takılıp kalmamamız, bunun yerine sorunun kökenine inmemiz önemlidir. Her zamanki gibi, ele almamız gereken ilk konu aramızdaki ilişkidir; uygulanacak taktik-

ler ve yöntemler bundan sonra belirlenmelidir. Aşağıda bu konuya daha ayrıntılı bir şekilde değineceğiz.

ÇOCUKLAR BİLGİSAYAR OYUNLARIYLA NE ZAMAN TANIŞTIRILMALIDIR?

Bilgisayar oyunlarının bazı bilişsel motor becerilerinin gelişimine katkıda bulunduğunu savunanlar olsa da kaydedilen bu istisnai gelişmelerin bilgisayar oyunlarından kaynaklandığını veya normal gelişim sürecinin sonucunda elde edilmeyeceğini gösteren kesin kanıtlar yoktur. Daha da önemlisi, bilgisayar oyunlarının beyin gücünü artırdığına, beyin gelişimini hızlandırdığına veya psikolojik olgunluğa katkıda bulunduğuna işaret eden herhangi bir bulgu da elde edilmemiştir. Diğer taraftan, ekran başında vakit geçirmenin çeşitli fizyolojik yan etkilere sebep olduğuna ve gelişimi engellediğine dair birçok endişe dile getirilmiştir. Her ay ekran başında vakit geçirmenin uyku döngüleri, gözlerin gelişimi, fiziksel gelişim vs. üzerinde olumsuz etkiler yarattığını gösteren yeni bulgular elde edilmektedir.

Daha önce de söylediğimiz gibi, bilgisayar oyunları bir bağlanma faaliyetini temsil eder. Bilgisayar oyunlarının beyinde faaliyete geçirdiği ödüllendirme merkezleri çocukları ilişki kurmaya yöneltmek için tasarlanan ödüllendirme merkezlerinin aynısıdır. Bağlanma altyapısını oluşturmak geleneksel olarak kültürün işlevi olmuştur. Ancak oyunculuk kültürü, ebeveynlik görevlerini göz önünde bulundurarak evrimleşmemiştir. Dolayısıyla da, bilgisayar oyunları, yapıları gereği, ebeveynlerle çocukların arasında kurulan bağlarla rekabet eden bir bağlanma faaliyetidir. Çocuklar bilgisayar oyunu oynarken aileleriyle yakınlık kurma arayışına girmezler; daha da kötüsü, bilgisayar oyunları aile bağları kurmak için duydukları arzuyu zayıflatır.

Oyunlar her zaman gelişim açısından önemli olmuştur. Ancak yalnızca bazı tür oyunlar gelişime katkıda bulunur: Vücudu çalıştıran, çocukların yaşam becerilerinde ustalaşmaları-

nı sağlayan, farklı nesilleri bir araya getiren ve işbirliğini teşvik eden oyunlar. Günümüzde bilgisayar oyunlarının bu işlevleri görebildiğini iddia edemeyiz.

Oyunların başka bir önemli işlevi de çocuklara kaybetme, kayıp yaşama ve eksiklik hissetme deneyimleriyle başa çıkabilmelerine olanak tanıyan dayanıklılığı kazandırmalarıdır. Yaşam başarısızlıklarla ve yenilgilerle doludur ve oyunlar çocukların bu tür deneyimlere bizzat zarar görmeden adapte olabilme fırsatı sunar. Çocukların bir iskambil oyununda, kelime oyununda, futbol maçında veya bowling oyununda kaybetmeleri, onları yaşamlarında ve ilişkilerinde yaşayacakları diğer kayıplarla ve eksikliklerle başa çıkabilmeleri için hazırlar.

Hayatın karşımıza çıkardığı kaçınılmaz kayıplarla ve mağlubiyetlerle başa çıkabilmek adına antrenman yapabilmemiz –adaptasyon geçirebilmemiz– için bu tür deneyimleri yaşamamış olmayı dileyerek yaşadığımız kayıptan ötürü hissettiğimiz üzüntüyü ve kırılganlığı tecrübe edip kabullenmemiz gerekir. Günümüzde bilgisayar oyunları bu açıdan çok yetersizdir. Bu oyunların yarattığı kırılganlık hissedilebilecek kadar uzun sürmemekte, dolayısıyla da çocukların adaptasyon geçirme ve dayanıklılık kazanma ihtiyaçlarını karşılayabilecek uygun zemini oluşturamamaktadır. Bunun yerine, çocuklar bir sonraki bölüme geçmeye, bir sonraki seviyeye atlamaya veya bir sonraki engeli aşmaya odaklanmaktadır. Bilgisayar oyunu oynamak genel olarak gözyaşı dökmemize neden olmayan bir aktivitedir, bu yüzden de çocukları hayat oyununa hazırlamak adına herhangi bir katkı sağlamazlar. Bilgisayar oyunlarında üstesinden gelinemeyecek bir kayıp, telafi edilemeyecek bir başarısızlık yoktur; dolayısıyla da öğrenme ve adaptasyon gerçekleşmez.

Peki ama bilgisayar oyunları oyundan sayılmıyor mu ve çocukların oyun oynamaya ihtiyaçları yok mu? Çocuklar kesinlikle oyun oynamaya ihtiyaç duyar. Her geçen gün oyun oynamanın sağlıklı gelişim açısından çok önemli rol oynadığını gösteren yeni bulgular elde ediliyor. Hem genç memelilerin tümü oyun oynar hem de oyun oynamaları büyük bir önem taşır. Gelişim bilimcileri artık oyun oynamanın beyin gelişiminin en

önemli itici gücü olduğuna ve olgunlaşma sürecinin genişleyen köşelerini temsil ettiğine inanmaktadır. Etkenlik hissinin ilk defa tecrübe edilmesi; uyumsuzluklarla ilk defa karşılaşılması; adaptasyon için yapılan ilk hazırlıklar oyun oynarken gerçekleşir. Bu yüzden oyun oynamak sağlıklı gelişim için kesinlikle hayati önem taşımaktadır.

Esas sorun da burada yatmaktadır. Bilgisayar oyunları, adlarında oyun kelimesinin geçmesine ve tabii ki bizzat oynanmalarına rağmen, beyinlerimiz için diğer oyunlarla aynı işlevi görmezler. Bir faaliyetin gerçek bir oyun olarak nitelendirilebilmesi için sonuç odaklı olmaması gerekir. Gerçek bir oyunda, *eğlence aktivitenin kendisidir*, nihai sonuç değil. Gerçek oyunlar eğlenmek için oynanır, kazanmak veya skor yapmak için değil. Bazı bilgisayar oyunları bu tanıma uyar, ama bunların sayıları oldukça azdır. Oyuncuları başka birini yenmeye yönlendirmeden büyülü bir maceraya çıkartan, *Myst* adındaki oyun, gerçek bir oyun olarak nitelendirilebileceğimiz bilgisayar oyunlarına verilebilecek örneklerden biridir.

Bilgisayar oyunları giderek çocukların hayatlarının bir parçası olması gereken gerçek oyunların yerini almaktadır. Olaya gelişim açısından bakıldığında en önemli oyun türü bireyselleştirici oyunlardır; çocukların yaratıcılıklarını, meraklarını ve özgüvenlerini geliştiren ve ortaya çıkartan oyunlar. Bu genelde yalnızca tatmin edici bağlanma faaliyetlerinin ardından oynanan harika ve geliştirici bir oyun türüdür. Çocukların ve gençlerin bol miktarda bireyselleştirici oyun oynamaları, dolayısıyla da bol miktarda doyurucu bağlanma faaliyetleri yürütmeleri gerekir.

Yarattıkları olumsuz etkiler göz önünde bulundurulduğunda, çocukların bilgisayar oyunlarını ancak kendilerine fayda sağlayan oyunlar oynadıktan sonra oynamalarının uygun olacağını söyleyebiliriz. Konu oyunlar ve oyun oynamak olduğunda, bilgisayar oyunları hiçbir zaman ana çekim nesnesi olmamalarıdır. Eğer ana çekim nesnesi bilgisayar oyunlarıysa, çocuğunuzun başı derttedir. Çocuklar bilgisayar oyunları oynamaya ne kadar az ihtiyaç duyarsa, ruhsal dengeleri ve gelişimle-

ri hakkında o kadar az endişelenmemiz gerekir.

Gerçeklikten kaçmanın da bir yeri ve zamanı vardır; ancak bu tür kaçışların geri dönüşümüzde bizi gerçekleri kabullenmeye hazırlaması gerekir. Çoğu çocuk bilgisayar oyunlarıyla kendileri gibi olmayı seçmeden veya gerçekliğin ideal varoluş hali olduğunu kabullenmeden tanışır. Sinema filmlerinden ve dijital devrimden önceki zamanlarda, çocukların arada sırada gerçeklikten kaçmak için gerek duydukları tek şey hayal güçleriydi. O dönemde çocukların beyinleri nelerin gerçek olup, nelerin gerçek olmadığını kolayca ayırt edebiliyordu. Ancak günümüzde dijital devrim sayesinde bu sınırlar eskisi kadar belirgin değildir; artık her şey gerçekmiş gibi görünüp hissedilebilmektedir. Çocukların hayal güçlerini çocuklar yerine ticari işletmeler çalıştırmaktadır. Çocuklar en azından uzun bir süre boyunca gerçekliğe dönmeye gerek duymaz, çünkü bir sonraki kaçış bir tıklama ötelerindedir. Görünüşe bakılırsa gerçeklerden kaçma ihtiyacımız gerçek hayata adapte olma becerimizle ters orantılıdır.

Çocuklar kendileri gibi olmayı tercih edecek, gerçekleri kabullenecek ve kendilerini kontrol edebilecek kadar olgunlaşana dek, onların bilgisayar oyunları oynayarak veya diğer dijital eğlence araçlarıyla kendilerini kaybetmelerine izin vermememiz yerinde olacaktır. Gerçeklik her zaman ana çekim nesnesi, gerçeklerden kaçmanın faydasız olduğu da çıkartılan ana ders olmalıdır. Çocuklar gerçekliği beklentileri doğrultusunda şekillendiremeyeceklerini anlayarak gözyaşı dökebilmelidir. Bu konuda boşa çaba harcadıklarını anladıklarında, zaman zaman gerçeklerden kaçmak eğlenceli ve zararsız bir meşgaleye dönüşecektir.

Bazı ebeveynler, normlara karşı gelerek, çocuklarının bilgisayar oyunu oynamalarını veya internete girmelerini yasaklamalarının, akranlarının çocuklarıyla alay etmelerine ve onları dışlamalarına neden olabileceklerinden endişelenir. Bu gerçekten de çocuklar için rahatsızlık verici bir durum olabilir. Ancak yeniden tekrarlamak gerekirse, olgunlaşmamış akranların sataşmalarına hedef olmaktan çok daha kötü şeyler de vardır. Ye-

tişkinlerle aralarında sıkı bağlar kurmuş çocuklar bu tür sataşmalara zarar görmeden tahammül edebilir, çünkü bu çocuklar yeterli miktarda özgüvene ve duygusal güvenceye sahip olduklarından akranlarının görüşlerine bel bağlamazlar. Sağlıklı gelişimin uzun vadeli hedefleri her zaman çocukların akranları tarafından dışlanmalarının yarattığı kısa vadeli incinme hissini gölgede bırakmalıdır.

ÇOCUKLARA ÇEVRİMİÇİ BİLGİLERE KONTROLSÜZ ERİŞİM SAĞLAMALARI İÇİN İZİN VERİLMESİNİN BİR YERİ VE ZAMANI VARDIR

Bilgi çağının temelinde derin ve endişe verici bir çelişki yatar. İnsanlar, özellikle de çocuklar, günümüzde, hatta dijital devrimden önce, maruz kaldıkları miktarda bilginin üstesinden gelebilecek şekilde tasarlanmamıştır. Beyinlerimizin bu kadar çok bilgiyi işleyebilmesinin tek yolu duyusal girdilerin yüzde 95 ila 98'ini görmezden gelmektir. İnsanların sorunu yeterince bilgiye sahip olmamaları değil, kullanabileceklerinden çok daha fazla bilgiye sahip olmalarıdır. Bilgiye erişim sağlamamızın kolaylaşmasının büyük bir tezat oluşturan nihai etkisi, bu durumun bilgi bolluğuna karşı geliştirdiğimiz savunma mekanizmalarını daha da güçlendirmemize yol açmasıdır.

Günümüzde çocuklar arasında sıklıkla görülen dikkat bozukluklarının salgın bir hastalık gibi yayılmasının, çocukların maruz kaldıkları bilginin miktarında görülen hızlı artışla aynı döneme denk gelmesinin bir tesadüf olduğuna inanmıyorum. Dikkat mekanizmalarımız, özellikle de olgunlaşmamışken, bu boyutlara ulaşan bir aşırı bilgi yüklemesini kaldırabilecek şekilde tasarlanmamıştır. Böyle bir aşırı yüklemenin konsantrasyonla, hafızayla ve depolanan bilgilerin geri çağırılmasıyla ilişkili sorunlara ve dikkat dağınıklığına sebep olduğu bilinmektedir. Sürekli bu miktarda bilgi akışına maruz kalan dikkat sistemleri düzgün bir şekilde gelişemez. Konu hakkında yapılan araştırmalar edindiğimiz bilgileri zihnimizde bütünleştirebilmek için arada bir mola vermeye, uyarı bombardımanına maruz kalmadan

vakit geçirmeye ihtiyaç duyduğumuzu ortaya koymaktadır. Sürekli medya araçlarına maruz kalmamız bilgi edinebilme yeteneğimizi güçlendirmek yerine zayıflatmaktadır.

Bu bir açıdan sindirebileceğimizden fazla yemek yememe-mize benzer. İnsanlar sindirebileceklerinden fazla yemek yememelidir. Bebekleri beslerken uymamız gereken temel kurallardan biridir bu. Bebeklerin yemekleri sindirebilme yetenekleri geliştiğinde, kontrolümüzü gevşetiriz. Ancak ben bir yetişkin olarak bile, rahat bir şekilde sindirebileceğimden fazla yemek yediğimde bunun yarattığı zehirleyici etkileri hissedebiliyorum. Aynı prensip, edindiğimiz bilgiler için de geçerlidir. Çocuklar sindirebileceklerinden fazla bilgi edindiklerinde, dikkat mekanizmaları stres altına girer ve bunun sonucunda düzgün bir şekilde gelişemezler. Stres altında olan veya yeterince olgunlaşamayan dikkat mekanizmalarının belirtileri arasında odaklanma, hafıza ve dikkat dağınıklığı sorunları, ayrıca edinilen bilgilerin geri çağırılmasına ilişkin sorunlar yer alır. Beyinlerimizi işleyebileceklerinden fazla bilgiye maruz bıraktığımızda, çoğumuz bu tür dikkat bozukluğu belirtileri sergileriz. Bugünlerde, hazmedebileceğimden fazla bilgiye maruz kalmadığım ortamlarda bulunmaya özlem duyduğumu fark ediyorum. İşin garip yanı, bilgiyi düzgün bir şekilde işleyip kullanamadığımız zaman, ihtiyacımız olan şey daha fazla bilgi değil, daha az bilgidir.

Edinilen bilgilerden faydalanılabilmesi için bol miktarda gelişimsel hazırlık yapılması gerekir. Bu hazırlığın çocukluk döneminde yapılır. Yetişkinler olarak bilgi çağında yaşıyor olsak da çocuklarımızın bilgi çağında yaşamalarına gerek yoktur. Dünyayı tanımanın herhangi bir kısa yolu yoktur ve bu konuda gereğinden fazla acele etmemiz ileride ağır bedeller ödememize neden olabilir. Çocukluk dönemi öncelikle çocukluğun dışa vurulmasıyla ilişkilidir, bilgilerin içe alınmasıyla değil. İçeri doğru yoğun bir bilgi akışının olması çocukların normalde olması gerektiği gibi ilk başta bağımsızlıklarını kazanmalarına yardımcı olan fikirler geliştirmelerini engeller. Çocukların ilk başta merak duymaları, öğrenmeye ve bilgi edinmeye istekli

olmaları, daha sonra bilgi edinmeleri gerekir.

Çocukların sıkılmaları bağımsızlaşma yolunda ilerleme kaydedemediklerini gösteren en önemli işaretlerden biridir. *Sıkılma* kelimesi bir tür baskıya maruz kalındığını ima eder. Çocuklar bağımsızlaşma arzularını dışa vuramadıklarında –herhangi bir şeye karşı ilgi, merak veya arzu duymadıklarında, ya da herhangi bir girişimde bulunmaya istekli olmadıklarında– oluşan baskıyı can sıkıntısı olarak tecrübe ederler. Bu durum yalnızca altta yatan sorunu şiddetlendirmeye yarar ve bu korkunç döngü devam eder. Bize daha evvel hiç olmadığı kadar çok bilgi ve eğlence sunan çağımızda, çocuklarımızın giderek daha da sıkıldıklarını gösteren işaretlerle karşılaşıyoruz. Can sıkıntısı çocukların bağımsızlaşma süreçlerinin olması gerektiği gibi işlemediğini ve içinde yaşadıkları dünyaya anlam verebilmeleri için gerek duydukları bilgilerden yoksun olduklarını gösteren bir işarettir.

O halde çocukların dünyayı içlerine almaları için en uygun zaman kendilerine ait fikirler ve düşünceler geliştirmelerinden ve kendilerine özgü bir anlayışa ve görüşe sahip olmalarından sonradır. Bu gelişim sürecinin doğal işleyişiyle de uyumludur: Önce çıkış, sonra giriş olması gerekmektedir.

BİLGİ SUNUCUSU ROLÜNÜ KORUMANIN ZORLUKLARI

Bilgi çağının ebeveynler ve çocuklar açısından rahatsız edici bir yanı daha vardır. Geçmişte çocukları bilgilendirmek her zaman yetişkinlerin görevi olmuştur. Çocuklara ne zaman, hangi şartlar altında ve hangi çerçeveler dahilinde bilgi sunulduğu, sunulan bilgilerin içeriği kadar önemlidir.

Çocuklara kafalarında herhangi bir soru oluşmadan cevaplar sunulması onları bilginin fayda sağlama gücüne karşı duyarsızlaştırır. Onlara ilişkilerinin sonsuza dek süreceğini hissetmeleri için fırsat vermeden, varlığımızın güvence altında olmadığı hakkında bilgilendirmemiz –kendilerinin, annelerinin veya babalarının her an ölebileceklerini açıklamamız– düpedüz

zalimliktir. Onları cinsellik konusunda vaktinden önce bilgilendirmemiz gelişimlerine zarar verecektir.

Bilgi her zaman çocuklarımızı yetiştirirken kullandığımız en önemli araçlardan biri olmuştur. Çocuklarımıza gerek duydukları bilgilerin yalnızca ihtiyaç duydukları kadarını, ihtiyaç duydukları zaman, bu bilgilerle başa çıkabileceklerinden emin olduktan sonra sunarız. Ebeveynlerin ve eğitmenlerin görevlerinin büyük bir kısmının, çocukların bazı bilgileri edinmelerinin edinmemelerinden daha faydalı olacağına kanaat getirene dek, onlardan sır saklamalarını kapsadığını söyleyebiliriz. Ebeveynler ve öğretmenler her zaman çocukların hangi konular hakkında, ne zaman ve nasıl bilgi edinecekleri konusunda karar verme hakkına sahip olmuştur. Ancak bu durum artık değişti.

Bilgi çağı tüm bunları değiştirdi. Artık çocuklarımızın edindikleri bilgilerin içeriği, zamanlaması ve bu bilgileri hangi şartlar altında edindiklerine ilişkin önemli kararlar veremiyoruz. Gerçekleri çocuklarımızın iyiliği için çarpıtmaya karar verdiğimizde, birkaç saniye içinde haksız çıkarılabiliyoruz. Peki ama bu durum ebeveynler, öğretmenler ve çocuklar için ne gibi sonuçlar doğuruyor?

Çocuklarımıza gereken yerlerde ve zamanlarda bilgi sunmamız bilgi sunucusu olarak üstlendiğimiz rolün önemli bir parçasıdır. Çocuklarımız birçok konu hakkında bizden daha fazla bilgi sahibi olduklarından, bilgiye çoğu zaman bizden daha hızlı bir şekilde erişebildiklerinden, bizi artık önemli bir bilgi kaynağı olarak görmemeye başlamıştır. Bu durum hayatlarında bir pusula iğnesi işlevi görmemizi büyük oranda tehlikeye sokar. Çocuklarımız bizi bir pusula iğnesi olarak kullanmadıklarında, yönlerini tayin etmek, kendi değer yargılarını oluşturmak ve doğruyu yanlışı birbirinden ayırt etmek için kendilerine kılavuzluk etmemize ve yol göstermemize de ihtiyaç duymazlar. Onların hayatlarında bir pusula iğnesi işlevi görmediğimizde, onlara bakmakla yükümlü yetişkinlerin kendilerine sunabilecekleri olanakların çoğunu kaybederler. Sağlıklı gelişimleri tehlike altına girer. Neil Postman yetişkinlerin çocuklarından saklayacak sırları kalmadığında, çocukluğun kendisinin

tehlikeye girdiğini ileri sürer.

Postman bu iddiasını şu şekilde ifade eder: "Ebeveynler çocuklarının çocukluğunu korumak istiyorsa, ebeveynliği kültüre karşı yapılan bir başkaldırı olarak algılamaları gerekir."[7] Ebeveynlerin toplumun elçileri olarak hareket etmemeleri, aksine toplumla çocuklarının arasında bir tür tampon işlevi görmeleri gerekir. Bir tampon işlevi görerek çocuklarımızın bilgiye erişim sağlamalarını engellemek konusunda ne kadar etkili olabilirsek, o kadar iyidir. Ancak bunu başaramasak bile, umudumuzu yitirmiş sayılmayız.

Bilgi aktarımı konusunda Google ile rekabet edemesek de neyse ki, bunu yapmaya ihtiyacımız da yoktur. Çocuklarımızın dünyada en çok bilgi edinmeye ihtiyaç duydukları konu, içinde yaşadıkları dünya değil, kendileridir. Çocuklarımız ne kadar değerli olduklarının ve önemli olduklarının bakışlarımızdan yansıdığını, ses tonumuzla doğrulandığını ve hareketlerimizle ifade edildiğini görmeye ihtiyaç duyarlar. En çok ihtiyaç duydukları ve internetin kendilerine sunamayacağı şey, yanımızda oldukları gibi var olmaları için sunduğumuz davetlerdir. Çocuklarımıza bu yüzden tutunmamız gerekir.

Akran yönelimli çocuklar bu tür davetlerin artık mesajlaşarak ve sosyal iletişim ağları üzerinden anında erişebildikleri akranlarından gelmesini beklemektedir. Ben bilgi sunucusu rolümüze vurulan bu darbeden çok fazla zarar almadan kurtulabileceğimize inanıyorum. Çocuklarımıza cevap vermek konusunda rekabetle boy ölçüşemiyorsak, çocuklarımıza cevap olmak için daha fazla çaba sarf etmemiz gerekiyor. Çocuklarımız artık bilgiye dünyanın her yerinden, anında erişim sağlayabilme olanağına sahip olsa da onlara hâlâ yalnızca bizim sunabileceğimiz çeşitli bilgiler var.

Bilgi sunucusu olarak üstlendiğimiz rolün elimizden alınmasını telafi etmemizin başka yolları da vardır. Bu rol geçmişte bağımlılığın temel kaynağını oluşturuyordu. Artık çocuklarımızı bize bağımlı olmaya davet edebileceğimiz farklı alanlar

bulmamız gerekiyor. Çoğumuz çocuklarımıza fayda sağlayabilecek çeşitli becerilere ve hobilere sahibiz. Lider-bağımlı dansının önemli bir parçası da bu becerilerin bağımlı olan tarafa aktarılmasıdır. Günümüzde birçok ebeveyn bisiklete binmek, uçurtma uçurmak, marangozluk, örgü örmek, yüzmek, ve top oynamak gibi becerileri çocuklara öğretme görevini başka insanlara devretmektedir. Artık bu becerileri edinmeleri için çocuklarımızı genelde halkevlerine, gündüz kamplarına ve yaz kamplarına gönderiyoruz. Bunun yerine bu tür fırsatları değerlendirerek çocuklarımızı bize bağımlı olmaya davet etmek için kullanmamız gerekiyor. Bu tür etkileşimlerin sonucunda çocuklarımızla aramızdaki ilişkilerin gelişmesi çocuklarımızın kazandığı becerilerden çok daha önemlidir. Artık çocuklarımızın doğal bilgi sunucuları ve sır saklayıcıları olarak işlev görmediğimiz göz önünde bulundurulduğunda, etkimizi daha fazla kaybetmeyi göze alamayacağımız açıktır.

"KAYIP" ÇOCUKLARIN GERİ KAZANILMASI

Çoğu insan çocuklarının dikkatlerini üzerlerine çekebilmek için dijital aygıtlarla ve internetle rekabet edebileceklerine dair tüm umutlarını yitirmiştir. Bu genelde akran yönelimli çocukların ebeveynlerinin karşılaştığı ciddi ve aşılması neredeyse imkânsız olan bir engeldir.

Bu engeli dolaylı yollardan aşma şansımız yoktur. Bunun için sabırlı, titiz ve kendimizden emin bir şekilde doğrudan sorunun özüne inmemiz gerekir. Daha evvel de belirttiğimiz gibi, bu engeli aşmak için önce çocuklarımızı geri kazanmamız gerekebilir. Çocuklarımız masamıza oturup yemek yemediğinde onları besleyemeyiz. Çocuklarımızın dünyaları akranlarının etrafında döndüğünde, evdeki en önemli meşgaleleri mesajlaşmak ve Facebook'a girmek olacaktır. Bu tür dijital bağlantı sorularını çözüme ulaştırabilmek için çok geç kalmış olabiliriz, ancak bu sorunların temelinde yatan akran yöneliminin üzerine gitmek için hiçbir zaman geç kalmış sayılmayız. Bu bir ilişki sorunudur ve bu konuda ilerleme kaydedebilmemizin tek yolu

çocuklarımızı sosyal etkileşimler kurmaya iten ilgili dürtülerin zayıflatılmasıdır. Akran yönelimi olmasaydı Facebook'un da olmayacağını unutmayın. Bu yüzden üzerine düşülmesi gereken en önemli konu akran yönelimidir.

Çocuklarımız takıntılı veya sinsi davranışlar sergiliyorsa, onları kontrol etmeye çalışmaktan vazgeçmemizin çok önemli olduğunu yeniden tekrarlamak istiyorum. Bu gibi işaretler bilgisayar oyunlarının, dijital eğlencelerin ve etkileşimlerin çocuklarımızın hayatlarında olması gerekenden farklı bir işlev gördüklerine işaret eder. Bu tür çocuklar yardımımıza ihtiyaç duyar, onları daha fazla strese sokacak etkileşimlere değil. Dijital teknolojilere bağımlı olan çocuklara açıkça meydan okuyup davranışlarını kontrol etmeye çalışmamamız gerekir.

Çocuklarımızla aramızdaki ilişkilerin dışında kurulan dijital etkileşimlerin yarattığı tehdidi ortadan kaldırmamızın bir yolu yoktur; çocuklarımızın dijital teknolojilere erişim sağlamalarını engellemek, yasaklamak veya kısıtlamak için sarf ettiğimiz tüm çabalar "bağlanma gücü" olarak adlandırdığımız olgunun yokluğunda başarısızlıkla sonuçlanmaya mahkûmdur. Bu durumda bağrımıza taş basıp, üzüntümüze katlanmak, ebeveyn-çocuk ilişkilerini daha da yıpratan baskıcı yaklaşımların hiçbir işe yaramayacağını fark edip, kabullenmek çok daha iyi olacaktır. Yaşadığımız hayal kırıklıkları ve duyduğumuz endişeler bizi çocuklarımızın hayatlarına daha da sert bir şekilde müdahale etmeye ittiğinden –ve birçok uzman bu gibi durumlarda daha otoriter davranmamız gerektiği savunduğundan– son derece zor olacaktır. Ancak bu gibi durumlarda tavsiye ettiğimiz sabırlı, sevgi dolu yaklaşımın yerine alabilecek herhangi bir yöntem yoktur. Marshall McLuhan teknolojik gelişmelerin içeriklerine göre değil, toplumu nasıl değiştirdiklerine göre değerlendirilmeleri gerektiğini savunmuştur. Yeni bir teknoloji geliştirdiğimizde, köklü değişimler geçiririz. Ve elde ettiğimiz her kazanç için, her zaman benzer bir kayıp yaşarız.

Dijital aygıtlar çocukların birbirlerine erişim sağlamalarını kolaylaştırmıştır, ancak bu yüzden yetişkinlerle kurdukları, hayati önem taşıyan bağları kaybetmektedirler. Teknoloji bir

taraftan erişim alanımızı genişletirken, diğer taraftan köklerimizi yerinden oynatmıştır.

Günümüzde sosyal etkileşimler kurmak için dijital teknolojilerin kullanımı gençler arasında çok yaygınlaşmıştır ve lise öğrencileriyle üniversite öğrencilerinin dörtte üçünden fazlası cep telefonlarıyla tercih ettikleri sosyal paylaşım sitelerinin üzerinden bağlantı kurmaktadır. Bu onları bir arada tutan tutkaldır, ancak aynı zamanda hem kendi aralarında kurdukları ilişkilerin hem de bağlanma açlıklarını giderebilecek ve olgunlaşmaları için gereken ortamı sağlayabilecek insanlarla kurdukları sevgi dolu ilişkilerin önüne set çekmektedir.

Çoğumuz oğullarımızın ve kızlarımızın (hatta eşlerimizin), bağlanma çatlaklarının arasından kayıp düşmemek için yanımızdayken cep telefonlarına uzanmalarıyla, mesajlaşmaya, e-posta göndermeye veya sosyal paylaşım ağlarına geri dönmek için yemeklerini hızla yiyip bitirmeleriyle veya aile fertleriyle geçirdikleri özel zamanları yarıda kesmeleriyle, aile bağlarımızın bir anda zayıfladığını tecrübe etmişizdir. Artık beraber vakit geçirmek aramızda bağ kurulması için yeterli değildir. Eskiden çocuklarımız okuldan veya gündüz bakımından çıkıp eve geldiklerinde en azından bizimle vakit geçirmek zorunda kalıyordu ve akranları diledikleri zaman onlara erişim sağlayamıyordu. Onları yeniden yanımıza çekmek, ebeveynlik yapabilmemize olanak tanıyan bağları yeniden güçlendirmek için fırsatımız oluyordu. Ancak gelişen teknoloji yüzünden artık akranlar çocuklarımızın hayatlarından hiçbir zaman çıkmıyor.

Ebeveynler olarak görevimiz çocuklarımıza daha önce hiç olmadığı kadar sıkı bir şekilde tutunmaktır. Çocuklarımıza tutunmayı başarabilirsek, onları dijital devrimin karanlık yüzünden koruyabiliriz. Onlara olgunlaşarak bu yeni araçların kölesi değil, efendisi olmaları için bir fırsat sunmamız gerekiyor.

Teşekkürler

Bu kitabın tasarlanma ve hazırlanma sürecinde yedi kişi kıymetli vakitlerini ayırarak, çok önemli, pratik katkılarda bulundu: Gail Carney, Christine Dearing, Sheldon Klein, Joy Neufeld, Kate Taschereau, Suzanne Walker ve Elaine Wynne. Bu insanlar sonradan toplu olarak, Salı Gecesi Grubu olarak anılmaya başladı. Kitabı yazmaya başladığımız ilk andan, nihai taslağı teslim edene kadar haftada bir gece bizimle buluşarak çalıştılar. Kitapta sunulan kavramlar üzerinde düşünüp, tartışıp, eleştirilerini sundular ve bunun sonucunda, *Çocuklarınıza Tutunun kitabı* bölüm bölüm ortaya çıktı. Bu grup, mesajımızın kitabın amacına uygun bir şekilde kaleme alınmasına, aynı zamanda da okuyucuların gereksinimlerinin ve hassasiyetlerinin ihmal edilmemesine odaklandı. Kitabın yazarları olarak bu coşkulu ve verimli toplantıları iple çeker hale geldik; kitabın taslağını teslim ettiğimizdeyse düzenli toplantılarımızın sona ermesi içimizde bir kayıp ve pişmanlık hissi uyandırdı. Salı Gecesi Grubu'na kitaptaki tüm katkılarından dolayı minnettarız: Onların desteği olmasaydı kitabı çok daha yavaş tamamlardık, elde ettiğimiz sonuç da bu kadar tatmin edici olamazdı.

adapte olmak/adaptasyon/adaptasyon süreci

Adaptasyon süreci çocukların değiştiremeyecekleri şeylerle karşılaşmalarının sonucunda kendilerinin değişim geçirmelerini –duygusal anlamda olgunlaşmalarını veya yeni bir gerçekliği öğrenmelerini– sağlayan doğal bir gelişim kuvvetidir. Bu çocukların hatalarından ders almayı ve başarısızlıklarından fayda sağlamayı öğrenmelerine yol açan süreçtir. Ayrıca olumsuzlukların çocukları olumlu yönde değişmeye yönlendirdiği bir süreçtir.

anaokulu çağı sendromu

Bu terim çocukların bütünleyici işlevselliklerinin eksikliklerden kaynaklanan bir dizi karakter özelliğine ve soruna atıfta bulunmak için kullanılmıştır. Bu tür karakter özelliklerinin ve sorunların anaokulu çağındaki çocuklarda ve ergenlerde görülmesi normal olsa da, bazı gençler anaokulu çağını geride bırakmalarına rağmen bu gelişimsel eksikliği giderebilecek kadar olgunlaşamaz. Kültürümüzde, bu gibi gelişimsel eksikliklerin en yaygın nedeni akran yönelimidir.

bağlanma

Bağlanma, bilimsel anlamda, yakınlık arayışıyla ilişkilendirilen veya kurulan yakınlığı korumayı hedefleyen bir dürtü veya ilişkidir. İnsanlar söz konusu olduğunda bağlanma fiziksel, duygusal ve psikolojik anlamda yakınlık kurmak için atılan her türlü adımı kapsar.

bağlanma alarmı

İnsan beyni, sahibinin bağlı olduğu insanlardan ayrılma olasılığı doğduğunda bir tür alarm işlevi görmek için program-

lanmıştır. Bağlanma alarmı birçok farklı seviyede işlev görür: İçgüdüleri, duyguları, davranışları, kimyayı ve hisleri etkiler. Alarm hissedildiğinde, korku, endişe, farkındalık, heyecan veya kaygı olarak tecrübe edilebilir ve genelde çocukları temkinli davranmaya yöneltir. Bu alarm bilinçli bir şekilde hissedilmediğinde, gerginlik veya telaş olarak dışa vurulur.

bağlanma baskınlığı

Bağlanma, bağımlılığa zemin hazırlamak için insanları otomatik olarak bakıma muhtaç ve bağımlı oldukları bir konuma veya bakıcılık yaptıkları ve baskın oldukları bir konuma yerleştirir. Bu özellikle de çocuklar –hatta büyüyememiş yetişkinler– gibi olgunlaşmamış canlılar için geçerlidir. Çocukların kendilerine bakmakla yükümlü yetişkinlere bağımlı olmaları gerekir.

bağlanma beyni

Bağlanma beyni, beynin ve sinir sisteminin bağlanmaya hizmet eden kısımlarını ifade etmek için kullanılan bir terimdir. Bu terim beynin belirli bir kısmına atıfta bulunmak için değil, birkaç farklı beyin alanının paylaştığı belirli bir işleve atıfta bulunmak için kullanılır. Birçok farklı canlının bağlanma işlevlerini yerine getiren bu beyin donanımına sahiptir, ancak yalnızca insanlar bağlanma sürecinin bilincine varabilecek kapasitededir.

bağlanma boşluğu

İnsanların bağlı olmaları gereken kişilerle aralarında bağlanma hissi olmaması.

bağlanma bilinci

Bağlanma bilinci insanların –özellikle de çocukların– bağlı oldukları kişilerin onaylamayacağını, onları uzaklaştıracağını veya hayal kırıklığına uğratacağını düşündükleri davranışlar sergilemeleri veya sergilemeyi düşünmeleri durumunda tetiklenen kötü duygulara atıfta bulunmak için kullanılan bir te-

rimdir. Bağlanma bilinci çocukları, bağlanma figürlerine –ideal şartlar altında ebeveynlerine– yakın tutmaya yardımcı olur. Çocuklar akranlarına yöneldiklerinde, bağlanma bilinci akran ilişkilerine hizmet eder.

bağlanma dansı
Bkz. yakınlaşma dansı.

bağlanma ilişkisi (aldatması)
Bu terimin çağrıştırdığı cinsel anlamlar bir kenara koyulduğunda bu benzetme akran yöneliminin dinamiklerini iyi bir şekilde tasvir eder. Evli çiftlerin birbirlerini aldatmalarının temelinde evlilik dışındaki bağların eşlerin arasında kurulan bağlara ve yakınlığa rakip olması veya zarar vermesi yatar. Akran yönelimi çocukları ebeveynlerinden uzaklaştırdığında, gelişimlerine de zarar verir.

bağlanma köyü
Bağlanma köyü çocukların yetiştirilmesi için uygun ortamı sunan bağlardan oluşan bir ağdır. Geleneksel toplumlarda, bağlanma köyü insanların içinde doğup büyüdükleri köylere karşılık gelir. Bizim toplumumuzda ise bağlanma köylerini kendi kendimize yaratmamız gerekmektedir.

bağlanma refleksi
Duyular aracılığıyla yakınlığı korumamıza hizmet eden birçok ilkel bağlanma refleksi vardır. Bebeklerin ebeveynlerinin parmaklarını kavramaları bunun bir örneğini oluşturur.

bağlanma uyumsuzluğu
Çocuklar aynı anda iki ilişkide kurdukları yakınlığı koruyamadıklarında bağlar uyumsuzluk oluşturur. Örneğin, çocuklar hem ebeveynlerinden hem de akranlarından nasıl davranmaları ve ne yapmaları gerektiğini gösteren zıt ipuçları aldıklarında uyumsuzluk oluşur. Bağlar ne kadar uyumsuzsa, kutuplaşma ihtimalleri o kadar artar.

bağlanmadan kaynaklanan hayal kırıklığı

Bağlar koptuğunda, bağ kurulması engellendiğinde veya bağlanma hissi kaybolduğunda yaşanan hayal kırıklığı.

bağlanmanın çift kutuplu doğası

Bağlanma, tıpkı mıknatıs gibi çift kutupludur. Bir insanla veya bir grupla yakınlık kurmak istediğimizde, diğerleriyle temas veya yakınlık kurmaktan kaçınırız. Çocuklar etkin bir şekilde bağlanmak istedikleri insanlara rakip olduğunu düşündükleri insanlara karşı özellikle direnç gösterir. Çocuklar akranlarına yöneldiklerinde, ebeveynlerine ve kendilerini yetiştiren diğer yetişkinlere direnç gösterirler.

bağımsızlaşma

Bkz. bağımsızlaşma süreci.

bağımsızlaşma enerjisi

Bkz. bağımsızlaşma süreci.

bağımsızlaşma süreci

Çocukların ayrı birer birey olarak kendi ayaklarının üzerinde durabilmelerini hedefleyen farklılaşma süreci. Gelişmekte olan çocukların içlerinden gelen ve atılım yapmalarını sağlayan bir enerjiyle karakterize edilir. Bu enerji genelde yürümeye yeni başlayan çocuklarda görülür. Bu süreç kendiliğinden işler, ama gerçekleşmesi şart değildir; sürecin işlemesi için çocukların bağlanma gereksinimlerinin karşılanması gerekir. Bağımsızlaşma süreci çocuklara birçok istenilen özellik kazandırır: sorumluluk duygusu, hesap verebilirlik, merak, ilgi, sınırlar, diğer insanlara saygı duyulması, bireysellik, kişiliğin gelişmesi.

baskınlık

Bkz. bağlanma baskınlığı.

bireycilik

Bu terim sıklıkla bireysellik terimiyle karıştırılır ve bireyselliğe kötü bir şöhret kazandırır. Bireycilik bireylerin gereksi-

nimlerinin dahil oldukları grubun veya toplumun gereksinimlerinden daha önemli olduğu fikrine dayanır. Bu karışıklık bazen insanların bireyselleşmenin gerçek bir toplumun oluşturmanın önşartı değil, toplumun karşıtı olduğunu düşünmelerine sebep olur.

bireyselleşme
Diğer insanlardan farklı ve eşsiz bir birey olma ve kendi ayaklarının üzerinde durabilecek konuma gelme süreci. Bu kavram genelde yukarıda tanımlanan bireycilik kavramıyla karıştırılır.

bireysellik
Kişiliğin bölünemeyen ve diğer insanlarla paylaşılamayan kısmı. Bireysellik insanın eşsiz yanlarının ortaya çıkmasıyla psikolojik açıdan farklı bir bireye dönüşme süreci. İnsanın bir birey olabilmesi için kendi fikirlerine ve tanımlarına sahip olması ve kendi sınırlarını belirlemesi gerekir. Bireysellik insanın kendi tercihlerine, ilkelerine, niyetlerine, bakış açılarına ve hedeflerine değer vermesidir. Başka bir insanın işgal etmediği bir konumda yer almaktır.

bütünleyici işlevsellik
Bkz. bütünleştirme süreci.

bütünleyici zihin
Bütünleştirme süreci işlerken, zihin odaklanılan konuyla çelişki oluşturan düşünceler ve duygular toplar. Bu insana denge ve bakış açısı kazandırır.

bütünleştirme süreci
Farklı oluşumların karıştırılmasını içeren doğal gelişim kuvveti. Bu terim bu kitap dahilinde kişiliğin farklı öğelerinin bir araya gelip yeni bir bütün oluşturmasını –örneğin, saldırgan duyguların merhamet veya endişe gibi duygularla bütünleştirilerek saldırganlığın yatıştırılmasını– sağlayan gelişim sürecine

atıfta bulunmak için kullanılmıştır. Bu karışım insana yeni bir bakış açısı, denge, duygusal denge ve toplumsal olgunluk kazandırır. Bütünleştirmenin özü, sosyalleşme açısından bakıldığında, harmanlanmadan karışmak veya farklılığı kaybetmeden beraber olmaktır. Bunun için insanın verimli bir farklılaşma sürecinden geçmesi gerekir.

çaresizlik gözyaşları

Ağlamak insanların çaresizliklerinin bilincine vardıklarında gösterdikleri bir reflekstir, özellikle de büyük bir hayal kırıklığı yaşadıklarında. Çaresizlik üzüntü ve hayal kırıklığı hissetmemize neden olur. İşlerimiz dilediğimiz gibi gitmediğinde veya gidemediğinde çaresizliğe kapılırız. Çaresizliğimizi duygusal olarak kabullendiğimizde, gözyaşı bezlerine sinyaller gönderilir ve gözlerimiz sulanır. Bu gözyaşları hayal kırıklığı yaşadığımızda dökülen gözyaşlarından farklıdır. Boşa çaba sarf edildiğinin anlaşılmasıyla hissedilen üzüntü ve bu çabalardan vazgeçilmesi çocukların gelişimi için önemlidir. Akran yönelimli çocuklar çaresizliğe düştüklerinde genelde gözyaşı dökemezler.

duygular

Duygular çocukları harekete geçiren etkendir, en azından niyetleri davranışlarını belirleyecek kadar güçlenene dek. Limbik sisteme, beynin duygularla ilişkili bölümüne, sahip olan tüm canlılar duygulara sahiptir, ancak yalnızca insanlar duygularının farkına varabilir. Bilincine vardığımız duyguları hisler olarak tanımlarız. Duygular birçok özelliğe sahiptir: kimyasal, fizyolojik ve güdüsel. Duyguların bizi harekete geçirmesi için onları hissetmemize gerek yoktur; bizi çoğu zaman bilincine varmadığımız duygularımız yönlendirir.

duygusal yakınlık

Duygusal olarak hissedilen yakınlık ve bağlantı.

ebeveynlik

Ebeveynlik kelimesiyle ebeveynlik makamına atıfta bulunuyorum, Antik Romalıların kullandıkları anlamda, bir insana atanan özel bir görev, vazife veya konum. Romalılar bu tür özel görevlere hükümet tarafından atanıyordu. Ebeveynler bu özel göreve yalnızca çocuklarının kendilerine bağlanmasıyla atanabilir. Çocuk sahibi olmak, evlat edinmek veya üvey ebeveyn olmak insanlara ebeveynlik görevinin otomatik bir şekilde atanmasına yol açmaz; bu makama yalnızca çocukların kendilerine bağlanmasıyla oturulabilir.

ebeveynlerin acizliği

Bu terimi *yeterli güce sahip olamamak anlamında kullanıyorum. Ebeveynler* ebeveynlik görevlerini yerine getirebilmeleri için çocuklarının kendileriyle kurdukları bağlardan kaynaklanan güce ihtiyaç duyarlar. Bu bağlar ne kadar zayıf olursa, ebeveynler o kadar aciz olur.

ebeveynlik yapabilme gücü

Birçok insan kuvvetle gücü birbirine karıştırır. Güç kelimesiyle uygulanan baskılara veya verilen cezalara değil, ebeveynlerin çocuklarının kendilerine aktif bir şekilde bağlanması ve nasıl olmaları, nasıl davranmaları ve hangi değerleri benimsemeleri gerektiği konusunda kendilerini örnek almalarıyla elde ettikleri doğal otoriteye atıfta bulunuyorum. Hatta, ebeveynler ne kadar çok güce sahip olursa, kuvvet gösterilerine başvurma ihtiyaçları o kadar azalır; tabii bunun tersi de geçerlidir.

ergenlik

Ergenlik terimini çocukluk ve yetişkinlik dönemlerinin arasında köprü vazifesi gören döneme atıfta bulunmak için kullanıyorum. Bu terim genelde buluğ çağının başlangıcıyla toplumda yetişkinlere özgü sorumlulukların üstlenilmesine kadar geçen süreyi ifade etmek için kullanılır.

etkenlik hissi

Etkenlik hissine sahip olmak hayatta şoför koltuğuna oturmuş gibi hissetmektir; bu durumda insanın önünde seçenekler belirir ve tercih yapma olanağı doğar. Çocuklar doğuştan etkenlik hissine sahip değildir; bu olgunlaşma sürecinin veya bireyselleşmenin bir yan ürünüdür.

farklılaşma

Bu terim ayrılma veya bireyselleşme sürecine atıfta bulunmak için kullanılmıştır. Koruyucu ebeveynlerle kurulan bağlar gelişimin ilk safhasıysa, farklılaşma ikinci safhasıdır. Varlıklar veya oluşumlar yeterince farklılaşmadan evvel bütünleştirilemezler. Bu yüzden, insanlar sosyalleşmeden evvel sağlıklı bir farklılaşma sürecinden geçmelidir, aksi halde benlik duygularını kaybetmeden birliktelik duygusunu tecrübe edemezler.

geriye çekilerek bağ kurmak

Diğer insanlardan uzaklaşarak veya onları yabancılaştırarak benzerlik oluşturulması veya bağ kurulması. Örneğin, iki çocuğun üçüncü bir çocuğa hakaret ederek veya küçümseyerek yakınlaşması.

ıslah edici unsur

Uygunsuz davranışlar sergilememize yol açan dürtüleri baskılayan düşünceler, duygular veya niyetler; örneğin, sevgi bir insana acı çektirme isteğimizi ıslah eder, hareketlerimizin olası sonuçlarından korkmamız tahripkâr davranışlar sergilememizi engeller veya olayları başka insanların bakış açılarından görebilme yeteneği inatçılık yapmamızı engeller. Bu tür ıslah edici unsurlar kişiliğimizi dengeler ve bize farklı bakış açıları kazandırır.

ıslah edilmemiş

Zihinde aynı anda birbirleriyle çelişen birden fazla duygunun ve düşüncenin karışımını barındırmaya tahammül edebil-

me yeteneğine sahip olmamaktır. Islah edilmemiş olmak iç diyaloglardan, çelişkilerden ve uyumsuzluk bilincinden yoksun olmaktır. Duygusal ve sosyal açılardan olgunlaşamamanın en önemli işareti ıslah edilmemiş hareketler ve tavırlardır. Islah edilmemiş insanlar hiçbir şey hakkında karışık duygular besleyemez. Ayrıca bkz. tavlamak.

içgüdü

İçgüdüler tüm insanların sahip olduğu ve paylaştığı derin dürtülerdir. Bağlanma baskın güdümüz olduğundan, içgüdülerimizin çoğu bağlanmaya hizmet eder. Harekete geçmemizi sağlayan bu dürtülerin kaynağı insan beynindeki limbik sistemin derinlikleridir. İnsanların ve diğer canlıların içgüdülerinin düzgün bir şekilde tetiklenebilmesi için doğru ortam şartlarının sağlanması gerekir. İçgüdüler her zaman otomatik bir şekilde tetiklenmez.

ilişki

Bkz. bağlanma ilişkisi.

ivedilik ilkesi

Öğrenme teorisinin çocukların davranışlarını değiştirebilmemiz için, uygun olmayan davranışlar sergilediklerinde onlara anında müdahale edilmesi gerektiğini savunan ilkesi. Bu ilke güvercinlerin ve sıçanların üzerinde yürütülen araştırmaların sonuçlarına dayanarak türetilmiştir.

karşıt irade

Bu terim insanların baskıya ve zorlamaya karşı koyma içgüdülerini ifade eder. Bu içgüdü çocukların bağlı olmadıkları kişiler tarafından etkilenmelerini engelleyerek bağlanmaya hizmet eder. Karşıt irade, akran yönelimi veya diğer etkenler yüzünden şiddetlenmediğinde, çocukların diğer insanların isteklerine uymalarını engelleyerek ve kendi iradelerinin oluşmasına zemin hazırlayarak gelişimlerine de katkıda bulunur.

kırılgan/kırılganlık

Kırılgan olmak yara alma yeteneğine sahip olmaktır. İnsanlar hem yara aldıklarını, hem de kırılgan olduklarını hissedebilir. İnsan beyni kendini bunaltıcı hale gelen kırılganlık hissine karşı koruyacak şekilde tasarlanmıştır. Ayrıca bkz. *kırılganlığa karşı savunmaya geçmek.*

kırılganlığa karşı savunmaya geçmek

İnsan beyni insanları kırılganlık hissinin bunaltıcı etkilerine karşı koruma sağlayacak şekilde tasarlanmıştır. Bu koruma mekanizmaları sürekli faaliyet halinde olduğunda, kırılganlığa karşı savunmaya geçmeye neden olurlar. Bu koruyucu mekanizmalara insanların yaralayıcı veya acı verici buldukları bilgileri eleyen duygusal ve algısal filtreler de dahildir.

kırılganlıktan kaçınmak

Bkz. kırılganlığa karşı savunmaya geçmek

kopma

Bu terim yakınlığa karşı gösterilen direnci ifade eder; bu direnç kırılganlığa karşı geliştirilen savunma mekanizmalarından biridir. Yakınlığa ve temas kurmaya karşı direnç gösterilmesinin nedeni, çoğu zaman ayrılığın yarattığı acılara karşı korunmaktır. Bu içgüdüsel tepki olağan bir savunma mekanizmasıdır, ama takıntı haline geldiğinde, ebeveynlik görevlerinin yerine getirilmesi ve sağlıklı gelişim için gerek duyulan ortamı yok eder.

kültürün ölümü

Geleneklerin ve göreneklerin nesilden nesle dikey bir şekilde aktarıldığı geleneksel kültürün kaybolması.

olgunlaşma

Çocukların beşeri potansiyellerine ulaşmalarını sağlayan süreç. Psikolojik gelişim kendiliğinden meydana gelse de, kaçınılmaz değildir. Gereken şartlar sağlanmadığında, çocuklar hiç-

bir zaman tam anlamıyla büyüyemeden yaşlanabilir. Çocukların olgunlaşmalarını sağlayan üç süreç bağımsızlaşma, adaptasyon ve bütünleştirme süreçleridir.

öğretilebilirlik

Öğretilebilirlik öğrenmeye açık ve istekli olmaktır. Öğretilebilirlik katsayısı öğrenme denkleminde ilişkileri temel alan, psikolojik ve duygusal etkenlerle ilişkilidir. Öğretilebilirlik zekâyla ilişkili değildir. Çocuklar çok zeki olup öğretilebilir olmayabilir ve bunun tersi de geçerlidir.

özdeşim

İnsanların bağlandıkları kişilerle veya şeylerle aynı olmalarını sağlayan bir bağlanma türü. Örneğin, bir role bağlanmak bir rolle özdeşleşmekle aynı şeydir.

psikolojik anlamda olgunlaşamamak

Bkz. *olgunluk*.

psikolojik yakınlık

Görülmenin ve duyulmanın, tanınmanın ve anlaşılmanın sonucunda oluşan yakınlık hissi veya bağ.

pusula iğnesi

Pusula iğnesi terimi burada, bağlanma sayesinde oluşan ve çocukların yönlerini bulmak ve nasıl davranmaları gerektiğine dair çeşitli ipuçları almak için kullandıkları beşeri referans noktalarına atıfta bulunmak için kullanılmıştır. Her çocuk pusula iğnesi olarak işlev gören bir insana ihtiyaç duyar.

rakip bağlar

Bkz. bağlanma uyumsuzluğu.

replikle öğretme

Replik benzetmesi oyunculuk mesleğinden ödünç alınmıştır. Aktörlere içlerinde olmayan bazı duyguların ve davra-

nışların canlandırılarak gösterilmesini temel alır. Bu yöntem olgunlaşmamış çocuklar üzerinde de kullanılabilir. İçinde bulunulan sosyal durumlar çocukların henüz erişemedikleri bir olgunlukla davranmalarını gerektirebilir. Çocuklarımızı komutlarımızla büyütemeyiz, ama bazı durumlarda onlara ne yapmaları ve nasıl davranmaları gerektiğini gösteren çeşitli ipuçları vererek olgun davranışlar sergilemelerini sağlayabiliriz. Çocukların bu tür talimatlara uymayı kabul etmeleri için, ipuçları veren yetişkini örnek almaları gerekir ve bu da çocukların ebeveynleriyle kurdukları bağların bir yan ürünüdür. Replikle öğretme başarılı bir şekilde uygulandığında, ne yapılmaması gerektiğine değil, ne yapılması gerektiğine odaklanır ve çocuklara kolayca anlayıp uygulayabilecekleri ipuçları sunar.

savunma amaçlı kopma
Bkz. *kopma*.

sezgi
Bu terimi kullandığımda, genellikle bilinenden ziyade hissedilen, bilincimizde değil bilinçdışımızda yatan bilgilere atıfta bulunuyorum. Ancak sezgilerimiz, sahip olduğumuz içgörüler kadar güçlü olabilir. Algılarımız ne kadar doğru olursa, sezgilerimize o kadar güvenebiliriz.

sosyalleşme
Sosyalleşme topluma uygun bir birey haline gelme sürecidir. Bu geleneksel olarak tekil bir süreç olarak görülmüş, bağlanma ve bireyselleşmeden ayrı ve farklı bir süreç olduğu düşünülmüştür. Ancak, daha yakından bakıldığında, sosyalleşmenin çoğunlukla bağlanma ve bağlanmaya hizmet eden süreçlerin aracılığıyla gerçekleştiği görülür: özdeşim, taklit, başkalarının gözünde önem arz etme arayışı, yakınlığı koruma arzusu. İşleyen ilk gelişim süreci bağlanma, ikincisi farklılaşmadır. Bu iki süreç normal bir şekilde işlerse, sosyalleşme kendiliğinden gerçekleşir.

tavlamak

Bu terimi karışım anlamında kullanıyorum. Romalılar bu terimi eskiden kil yapımında kullanılan malzemelerin karışımına atıfta bulunmak için kullanılıyordu. İnsanlar medeni davranışlar sergileyebilmek ve kendilerini kontrol edebilmek için zihinlerinde karışık duygular barındırabilme yeteneğine sahip olmalıdır. Dolayısıyla da, insanların çileden çıkarak kendilerini kaybetmelerinin nedeni, zihinlerinde kendilerini kontrol edebilmelerini sağlayan çelişen dürtüleri ve duyguları aynı anda barındırabilme yeteneğini kaybetmeleridir.

telaş

Bkz. bağlanma telaşı.

yakınlaşma dansı

Yakınlaşma dansı insanların diğer insanlarla bağ kurmalarını sağlayan kur yapma içgüdülerine atıfta bulunmak için kullanılan bir terimdir. Bu terimde kur yapmanın çağrıştırdığı cinsel anlamlardan arındırmak için *yakınlaşma* kelimesini kullanmayı tercih ettim. "Dans" kelimesi bu sürecin etkileşimli tabiatına atıfta bulunmaktadır.

yönelim/yönelme/yönlendirme

Yönelim, insanların yönlerini tayin edip, kendilerine bir yol çizmelerini ve çevrelerini tanımalarını sağlayan dürtüdür. Bunun için insanların nerede olduklarını, kim olduklarını ve ne kadar önem arz ettiklerini bilmeleri gerekir. İnsanın etrafında olup bitenlere anlam vermesini de içerir. Yönelimin önemli bir bölümü insanın kim olması ve nasıl davranması gerektiğine, nelerin önemli olup, kendilerinden nelerin beklendiğine ilişkin ipuçları toplamasını içerir. Çocuklar kendi yollarını çizemedikleri sürece bağlandıkları insanlar tarafından yönlendirilir. Akran yönelimli çocuklar kendilerine bir yol çizmek, nasıl davranmaları, nasıl görünmeleri ve hangi değerlere önem vermeleri gerektiğini belirlemek için yetişkinler yerine akranlarından gelen ipuçlarına güvenirler.

yönelme boşluğu

Çocuklar bağlandıkları kişiler tarafından yönlendirildiklerinden, o kişilerle aralarındaki bağlar koptuğunda boşluğa düşer ve yönlerini kaybederler. Çoğu çocuk, ipucu ve anlam eksikliğinden kaynaklanan bu boşluğa dayanamaz ve genelde başka birine veya başka bir şeye bağlanma eğilimi gösterir – kültürümüzde boşluğa düşen çocuklar genellikle akranlarına yeniden bağlanırlar.

NOTLAR

BÖLÜM 1: EBEVEYNLER GÜNÜMÜZDE NEDEN HER ZAMANKİNDEN DAHA ÖNEMLİ?

1. Judith Harris, The Nuture Assumption, Simon & Schuster, New York, 1999.
2. Michael Rutter ve David J. Smith, ed., Psychosocial Disorders in Young People: Time Trends and Their Causes, John Wiley and Sons, Inc., New York, 1995.
3. Gelişimsel psikoloji alanında önde gelen araştırmacılardan ve ders kitabı yazarlarından biri olan Profesör David Shaffer, akran yöneliminin etkileri hakkındaki literatürü gözden geçirdikten sonra bu sonuca varmıştır. Yapılan araştırmalar hakkında yorum yapan Shaffer şu satırlara yer vermiştir: " 'Ben kimim?' türünden soruların cevaplanması için öncelikle akranlardan yardım beklendiğini söyleyebiliriz." (David R. Shaffer, Developmental Psychology: Childhood and Adolescence, 2. Baskı, Brooks/Cole Publishers, Pacific Grove, Californa, 1989, s. 65.)
4. İntihar istatistikleri ABD merkezli National Center for Injury Prevention ve Kanada merkezli McCreary Centre Society'den alınmıştır. İntihar teşebbüslerine ilişkin istatistikler daha da endişe vericidir. Urie Bronfenbrenner, 1955 ve 1975 seneleri arasında, ergenler arasında intihar girişimlerinin yaklaşık üç kat arttığını gösteren istatistiklerden alıntı yapmıştır. (Urie Bronfenbrenner, "The Challenges of Social Change to Public Policy and Development Research", Society for Research and Child Development'ın yıl-

lık toplantısında sunulan makale, Denver, Colorado, Nisan 1975).

5. Harper's, Aralık 2003.
6. Profesör James Coleman, elde ettiği bulguları The Adolescent Society, Free Press, New York, 1961) adlı kitabında yayımlamıştır.

BÖLÜM 3: ÇOCUKLARIMIZIN GÖZÜNDE DEĞERİMİZİ NİÇİN YİTİRDİK

1. John Bowlby, Attachment, 2. Baskı, Basic Books, New York, 1982, s. 46.
2. Robert Bly, The Sibling Society, Vintage Books, New York, 1977, s. 132.
3. Bunlar iki akademisyenin on üç bin çocuk üzerinde yürütülen doksan iki araştırmanın sonuçlarını inceleyerek elde ettikleri bulgulardır. Bu çocuklar okulda ve davranışlarını kontrol etmek konusunda daha fazla sorun yaşamalarına ek olarak, kendi benlikleri hakkında daha olumsuz düşüncelere sahipti ve ebeveynleriyle iyi geçinmek konusunda da daha çok zorlanıyordu. Bu bulgular Psychological Bulletin 110 (1991), s. 26-46'da yayımlandı. Makalenin adı: "Parental Divorce and the Well-being of Children: A Meta-analysis." 1996 senesinde Statistics Canada tarafından yayımlanan, tek ebeveynli çocukların sınıfta kalma, bu çocuklara davranış bozukluğu tanısı konma veya endişe, depresyon ve saldırganlık bozuklukları sergileme olasılıklarının daha yüksek olduğuna ilişkin bulgular da konuyla dolaylı yoldan ilişkilidir.
4. Britanyalı psikiyatrist Sör Michael Rutter'ın araştırmaları bu konuyu açık bir şekilde gözler önüne serer. Rutter boşanmamış ama uyumsuz olan ebeveynlere sahip çocukların, ebeveynleri ayrı olan ama nispeten daha uyumlu evlerde yaşayan çocuklarla kıyaslandıklarında davranış sorunları sergileme olasılıklarının daha yüksek olduğunu keşfetmiştir. (Michael Rutter, "Parent-Child Separation: Psychological Effects on the Children," Journal of Child Psycho-

logy and Psychiatry 12 [1971], s. 233-256.)
5. Robert Bly, a.g.e., s. 36.
6. Erik Erikson, Childhood and Society, W.W. Norton, New York, 1985.

BÖLÜM 5: YARDIMCI OLMAKTAN ENGEL TEŞKİL ETMEYE: BAĞLANMA ALEYHİMİZE İŞLEDİĞİNDE

1. John Bowlby, Attachment, Basic Books, 2. Baskı, New York, 1982, s. 377.

BÖLÜM 6: KARŞIT İRADE: ÇOCUKLAR NEDEN İSYANKÂR OLUR

1. M.R. Lepper, D. Greene, ve R.E. Nisbett, "Undermining Children's Intrinsic Interest with Extrinsic Rewards: A Test of the Over–justification Hypothesis," Journal of Personality and Social Psychology, cilt 28, 1973, s. 129-137.
2. Edward Deci, Why We Do What We Do: Understanding Self-Motivation, Penguin Books, New York, 1995, s. 18 ve 25.

BÖLÜM 7: KÜLTÜRÜN ÖLÜMÜ

1. Howard Gardner, Developmental Psychology, Little, Brown & Company, 2. Baskı, New York, 1982.
2. The Globe and Mail, 12 Nisan 2004.
3. Vancouver Sun, 30 Ağustos 2003.

BÖLÜM 8: HİSLERDEN TEHLİKELİ KAÇIŞ

1. Bu tür araştırmalara verilebilecek örnekler:
   J.D. Coie ve A.N. Gillessen, "Peer Rejection: Origins and Effects on Children's Development," Current Directions in Psychological Science, cilt 2, 1993, s. 89-92.
   P.L. East, L.E. Hess ve R.M. Lerner, "Peer Social Support and Adjustment of Early Adolescent Peer Groups," Journal of Early Adolescence, cilt 7, 1987, s. 153–163.
   K.A. Dodge, G.S. Pettit, C.L. McClaskey ve M.M. Brown, "Social Competence in Children," Monographs of the Society for Research in Child Development,

cilt 51, 1986.

2. Bu konu hakkında en kapsamlı araştırma ABD merkezli National Longitudinal Study of Adolescent Health tarafından yürütüldü ve araştırmaya yaklaşık doksan bin çocuk katıldı. Psikolog Michael Resnick'in bir düzine meslektaşıyla beraber yürüttüğü "Protecting Adolescents from Harm: Findings from the National Longitudinal Study on Adolescent Health" adlı araştırma Journal of the American Medical Association'ın Eylül 1997 sayısında yayımlandı. Dayanıklılık konusunda yapılan araştırmaların öncülerinden olan rahmetli Julius Segal'ın ve Raising Resilient Children adlı kitabın yazarlarının vardığı sonuç da aynıdır. Raising Resilient Children, Robert Brooks ve Sam Goldstein. (R. Brooks ve S. Goldstein, Raising Resilient Children, Contemporary Books, New York, 2001.)
3. Harvard Tıp Fakültesi'nden Robert Brooks, Ph.D., "Self-worth, Resilience and Hope: The Search for Islands of Competence" adlı makalesinde Segal'ın çalışmalarından alıntı yapmıştır. Bu makaleye Center for Development & Learning'in elektronik okuma odasından ulaşılabilir. www.cdl.org/resources/reading_room/self_worth.html.
4. John Bowlby, Loss, Basic Books, New York, 1980, s. 20.

BÖLÜM 9: TOYLUĞA TAKILIP KALMAK

1. Robert Bly, The Sibling Society, Vintage Books, New York, 1977, s. vii.
2. İnsanlarda beyin gelişiminin fizyolojik özellikleri ve bunların psikolojik gelişim üzerinde yarattığı etkiler hakkında daha fazla bilgi edinmek için, bkz. Geraldine Dawson ve Kurt W. Fischer, Human Behavior and the Developing Brain, Guildford Press, New York, 1994, özellikle Bölüm 10.
3. Carl Rogers, On Becoming a Person, Houghton Mifflin, New York, 1995, s. 283.

BÖLÜM 10: SALDIRGANLIK GELENEĞİ

1. Bu istatistikler New York City Eğitim Kurulu üyesi Linda

Clark tarafından, Amerikan Psikoloji Derneği'nin 10. yıllık toplantısında yapılan bir konuşmada alıntılanmıştır.

2. Bu istatistikler, Building Moral Intelligence adlı kitabın yazarı olan Michelle Borba tarafından 19 Şubat 2001 tarihinde Burnaby, British Columbia'da düzenlenen, okullarda güvenlik konusunun irdelendiği ulusal bir konferansta alıntılanmıştır.
3. Barbara Cottrell tarafından kaleme alınan rapor: Parent Abuse: The Abuse of Parents by Their Teenage Children. Bu rapor 2001 senesinde Health Canada tarafından yayımlanmıştır.
4. Bu anket British Columbia'daki Simon Fraser Üniversitesi bünyesinde görev yapan David Lyon ve Kevin Douglas tarafından Ekim 1999'da düzenlenmiştir.
5. İntihar istatistikleri ABD merkezli National Center for Injury Prevention and Control ve Kanada merkezli McCreary Centre Society'den alınmıştır.
6. W. Craig ve D. Pepler, Naturalistic Observations of Bullying and Victimization on the Playground (1997), LaMarsh Centre for Research on Violence and Conflict Resolution, York University, Barbara Coloroso, The Bully, the Bullied, and the Bystander, HarperCollins, Toronto, 2002, s. 66'da alıntılanmıştır.
7. ABD devlet istatistiklerine göre, kasıtsız adam öldürme olaylarının yüzde 68'inde, darp olaylarının yüzde 62'sinde, cinayet ve cinayete teşebbüs olaylarının yüzde 54'ünde, hırsızlık olaylarının yüzde 48'inde ve tecavüz olaylarının yüzde 42'sinde alkol tüketimi söz konusudur. Bu istatistiklere www.health.org/govpubs/m1002 adresinden ulaşabilirsiniz.

BÖLÜM 11: ZORBALARIN VE KURBANLARIN OLUŞUMU

1. Natalie Angier, "When Push Comes to Shove," New York Times, 20 Mayıs 2001.
2. S.H. Verhovek, "Can Bullying Be Outlawed," New York Ti-

mes, 11 Mayıs 2001.

3. W. Craig ve D. Pepler, Naturalistic Observations of Bullying and Victimization on the Playground (1997), LaMarsh Centre for Research on Violence and Conflict Resolution, York University, Barbara Coloroso, The Bully, the Bullied, and the Bystander, HarperCollins, Toronto, 2002, s. 66'da alıntılanmıştır.
4. Stephen Suomi Maryland'daki National Institute of Child Health and Human Development bünyesinde bir primatolog olarak görev yapmaktadır. Suomi burada genç makak maymunlarının yetiştirildikleri ortamların yarattığı etkiler hakkında araştırmalar yürütmüştür. Elde ettiği bulgular S.J. Suomie, "Early Determinants of Behaviour. Evidence from Primate Studies," British Medical Bulletin 53 (1997), s. 170-184'te yayımlanmıştır. Araştırmaları ayrıca Karen Wright tarafından kaleme alınan ve Discover Dergisi'nin, Ekim 1997 sayısında yayımlanan "Babies, Bonds and Brains" adlı makalede incelenmiştir.
5. Natalie Armstrong, "Study Finds Boys Get Rewards for Poor Behaviour," Vancouver Sun, 17 Ocak 2000.
6. Angier, "When Push Comes to Shove."

BÖLÜM 12: CİNSEL BİR DÖNEMEÇ

1. Canadian Journal of Human Sexuality dergisinde yayımlanan ve Macleans Magazine adlı derginin 9 Nisan 2001 sayısında yer verilen makale.
2. The Globe and Mail, 24 Nisan 2004, s. A6.
3. Barbara Kantrowitz ve Pat Wingert, "The Truth About Tweens," Newsweek, 18 Ekim 1999.
4. Bunun için başvurulan kaynak Dr. Helen Fisher'ın Anatomy of Love (Ballantine Books, New York, 1992) adlı kitabıdır. Dr. Fisher Amerikan Doğal Tarih Müzesi'nde görev yapan bir antropologdur ve çalışmaları çok sayıda prestijli ödül kazanmıştır.
5. Bunlar McMaster Üniversitesi bünyesinde görev yapan Dr.Alba DiCenso'nun ve meslektaşlarının 1970 ila 2000 se-

neleri arasında yürütülen yirmi altı araştırmanın sonuçlarını inceleyerek vardıkları sonuçlardır (G. Guyatt, A. Willan, and L. Griffith). Bu araştırma Haziran 2002'de British Medical Journal'da (cilt 324) "Intervention to Reduce Unintended Pregnancies Among Adolescents: Systematic Review of Randomized Controlled Trials" başlığıyla yayımlanmıştır.

BÖLÜM 13: EĞİTİLEMEYEN ÖĞRENCİLER

1. Örneğin, bunun örneklerinden biri bu kitabın yazarlarının yaşadığı ve eğitimcilerle okul yöneticilerinin 2003 tarihinde yürütülen bir araştırmanın benzer bir düşüşe işaret eden sonuçları karşısında şaşkına döndüğü British Columbia vilayetidir.
2. Akranlardan öğrenme modelinin eğitimciler arasında yaygın bir şekilde benimsenmesi İsviçreli meşhur gelişim uzmanı Jean Piaget'in işbirlikçi öğrenme üzerinde yürüttüğü araştırmalarının yanlış anlaşılmasından kaynaklanmaktadır. Piaget çalışmalarında çocukların birbirleriyle etkileşime girdiklerinde daha iyi öğrendiklerini belirtmiştir. Ancak bu teoriyi ileri sürerken sahip olduğu gelişimsel bakış açısı –akran etkileşimlerinin gerçek öğrenmeye olanak tanıması için önceden güçlü bir benlik duygusunun gelişmesi gerektiği görüşü– göz ardı edilmektedir. Piaget'e göre, yalnızca kendi zihinlerini tanıyan çocuklar birbirleriyle etkileşim kurduklarında anlayışlarını geliştirip derinleştirebilir. Piaget otoriter öğretmenlerin bu bilişsel bireyselleşme sürecini baskıladığını düşünüyordu, en azından eşitliğin daha ön plana çıktığı akran ilişkileriyle kıyaslandığında. Piaget teorilerini kırk yıl önce, çocukların çoğunlukla yetişkin yönelimli, eğitim sisteminin de hiyerarşik bir düzene sahip olduğu bir dönemde Avrupa'da geliştirmiştir. Piaget'in yetişkin yönelimli çocukları temel alarak geliştirdiği fikirleri Kuzey Amerika'da çarpıtılarak farklı bir sosyal ortama uyarlanmış ve akran etkileşimlerine odaklanan eğitim modeli eğitim teorisyenleri arasında popülerlik kazan-

mıştır.

Doğru şartlar sağlandığında Piaget'in fikri yanlış çıkmaz: işbirlikçi öğrenme düşünmeyi teşvik eder, ama yalnızca herhangi bir konu hakkında kendi fikirlerine sahip olan ve aynı anda iki farklı bakış açısına sahip olabilen çocuklarda. Aksi halde, kurulan etkileşimler ortaya çıkmaya başlayan bireyselliği baskılar, orijinalliği köreltir ve akran bağımlılığını teşvik eder.

BÖLÜM 14: ÇOCUKLARIMIZI YANIMIZA ÇEKMEK

1. Allan Schore, Affect Regulation and the Origin of the Self: The Neurobiology of Emotional Development, Lawrence Erlbaum Associates, Hillsdale, N.J., 1994, s. 199-200.
2. Stanley Greenspan, The Growth of the Mind, Addison-Wesley, Reading, Mass., 1996.

BÖLÜM 17: RAKİPLERE KUR YAPMAYIN

1. Konu hakkında yürütülen çok sayıda farklı araştırmanın sonucunda aynı bulgular elde edilmiştir. Bu araştırmaların bir örneği için, bkz. R.E. Marcon, "Moving Up the Grades: Relationship Between Preschool Model and Later School Success," Early Childhood Research & Practice, cilt 4, sayı 1 (Bahar 2002).
2. Time dergisinin 27 Ağustos 2001 tarihli sayısında yayımlanan ve evde eğitim gören çocukları konu alan bir makalede böyle yazar. Görünüşe bakılırsa bunun iyi bir nedeni var. Evde eğitim gören çocuklar standartlaştırılmış testlerde ve Scholastic Aptitude Test (SAT) gibi üniversite giriş sınavlarında en yüksek puanları almaktadır.
3. Alıntılayan: G.A. Clowes, "Home-Educated Students Rack Up Honours," School Reform News, Temmuz 2000.
4. Bureau of Labor Statistics, U.S. Department of Labor, Washington, D.C., 2000.
5. Sarah E. Watamura, Bonny Donzella, Jan Alwin, Megan R. Gunnar, "Morning-to-Afternoon Increases in Cortisol Concentrations for Infants and Toddlers at Child Care: Age Differences and Behavioural Correlates," Child Deve-

lopment, cilt 74, 2003, s. 1006-1021.

6. Carol Lynn Martin ve Richard A. Fabes, "The Stability and Consequences of Young Children's Same–Sex Peer Interactions," Developmental Psychology, cilt 37, 2001, s. 431-446.
7. Early Child Care Research Network, National Institute of Child Health and Human Development, "Does Amount of Time Spent in Child Care Predict Socioemotional Adjustment During the Transition of Kindergarten?" Child Development, cilt 74, 2003, s. 976-1005.
8. Stanley I. Greenspan, "Child Care Research: A Clinical Perspective," Child Development, cilt 74, 2003, s. 1064-1068.
9. Susan Gilbert, New York Times'ta, 22 Temmuz 2003 tarihinde yayımlanan "Turning a Mass of Data on Child Care into Advice for Parents," adlı makalesi için Stanford Üniversitesi'nden emekli olan gelişim psikoloğu Eleanor Maccoby'yle röportaj yapmıştır.
10. Bu araştırmanın sonuçları Cornell Üniversitesi profesörü Urie Bronfenbrenner'in Two Worlds of Childhood (Russel Sage Foundation, New York, 1970) adlı kitabında incelenmektedir.
11. Eski ders kitabı yazarı Judith Harris'tir ve bu iddiayı, The Nuture Assumption (Simon & Schuster, New York, 1999) adlı kitabında defalarca dile getirmektedir.
12. Özsaygı konusunda literatüre katılan ilk çalışmalarda ebeveynlerin oynadığı rolün öneminin üzerinde duruluyordu. Carl Rogers ve Dorothy Briggs –diğer birçok insan gibi– çocukların kendilerini nasıl gördüklerinin en çok ebeveynlerin çocukları hakkında sahip oldukları görüşlerden etkilendiği görüşünü savunuyordu. Ne yazık ki çocuklar artık kendi yansımalarını görmek için baktıkları birer ayna olarak ebeveynlerinin yerine başkalarını koymaktadır.

Geleneksel literatür ve araştırmalar yalnızca olması gerekenlere veya olabileceklere değil, olanlara odaklanmaktadır. Çocuklar hakkında bilgi edinmeye çalışan araştırmacılar onla-

ra kendilerine neye dayanarak değer biçtiklerini ve kimlere değer verdiklerini sormuştur. Çocuklar akranlarına ne kadar fazla yönelirse, akranlarına o kadar değer verdikleri görülmüştür. Bu dönemde akran yönelimli çocukların üzerinde yürütülen araştırmalardan elde edilen sonuçların normal olduğu düşünülmüş ve o dönemdeki tarihi veya gelişimsel etkenlerin sonuçlar üzerinde yarattığı etkiler hesaba katılmamıştır. Dahası, özgüven testlerinde çoğunlukla akran ilişkilerine odaklanan soruların sorulması sorunu daha da karmaşıklaştırıp mantıksızlık çemberini tamamlamıştır. Bu yüzden, psikologlar inceledikleri çocukların yanlış içgüdüleri tarafından yanlış yönlendirilmektedir. Akran yöneliminin dinamikleri bu gibi araştırmalardan elde edilen sonuçları ve bu sonuçlardan türetilen tavsiyeleri geçersiz kılmakta ve araştırmacıların ilk etapta çözmeye çalıştıkları sorunu daha da derinleştirmektedir!

BÖLÜM 18: BAĞLANMA KÖYÜNÜN YENİDEN YARATILMASI

1. The Historical Chronology of Intergeneration Programming in Ontario, United Generations tarafından internet üzerinden yayımlanmaktadır.

BÖLÜM 19: RAYINDAN ÇIKAN DİJİTAL DEVRİM

1. Bu ve bir sonraki bölümde sunulan veriler ve rakamlar çoğunlukla USC Annenberg Center for the Digital Future ve Kaiser Family Foundation'dan alınmıştır. Diğer kaynakların arasında Wikipedia yazıları, Nielsen anketleri ve medya kullanım istatistikleri yer almaktadır.
2. Gwenn Schurgin O'Keeffe, M.D. ve Kathleen Clarke-Pearson, M.D., Council on Communications and Media, "The Impact of Social Media on Children, Adolescents, and Families," Pediatrics, cilt 124, sayı 4, 2011, s. 800–804.
3. Fuchun Lin, Yan Zhou, Yasong Du, Lindi Qin, Zhimin Zhao vd., "Abnormal White Matter Integrity in Adolescents with Internet Addiction Disorder: A Tract-Based Spatial Statistics Study," PLoS ONE, cilt 7, sayı 1, 2012, plosone.

org/article/info:doi/10.1371/journal.pone.0030253; Haifeng Hou, Shaowe Jia, Shu Hu, vd., "Reduced Striatal Dopamine Transporters in People with Internet Addiction Disorder," Journal of Biomedicine and Biotechnology, 2012, hindawi.com/journals/bmri/2012/854524.

4. Leslie J. Seltzer, Ashley R. Prososki, Toni E. Ziegler, ve Seth D. Pollak, "Instant Messages vs. Speech: Hormones and Why We Still Need to Hear Each Other," Evolution & Human Behavior, cilt 33, sayı 1, Ocak 2012, s. 42-45.
5. Diana I. Tamir ve Jason P. Mitchell, "Disclosing Information About the Self Is Intrinsically Rewarding," PNAS, cilt 109, sayı 21, Mayıs 2012, s. 8038-8043.
6. Yakın zamanda yapılan anketler, daha önce USC Annenberg Center for the Digital Future tarafından yayınlanan raporu doğrular niteliktedir. Söz konusu rapora göre, aile fertlerinin bir araya gelerek geçirdikleri vakit 2007 senesinden itibaren keskin bir şekilde azalmıştır. Aile fertleri onyılın ilk yarısında haftada ortalama yirmi altı saat beraber vakit geçirirken, bu sayı 2010 senesine gelindiğinde haftada ortalama on sekiz saatin biraz altına düşmüştür. Annenberg Center'ın direktörü, Dr. Jeffrey Cole, önceki onyıllarda aile fertlerinin bir arada geçirdikleri sürenin hep sabit kaldığını açıklamıştır.
7. Linda A. Jackson, Alexander von Eye, Hiram E. Fitzgerald, Edward A. Witt, ve Yong Zhao, "Internet Use, Videogame Playing and Cell Phone Use as Predictors of Children's Body Mass Index (BMI), Body Weight, Academic Performance, and Social and Overall Self–esteem," Computers in Human Behavior, cilt 27, sayı 1, 2011, s. 599-604.
8. Denekler on sekiz ila kırk dört yaşları arasında, gönüllü olan 1.324 Avustralyalı internet kullanıcısından oluşuyordu (1.158 Facebook kullanıcısı ve 166 Facebook kullanmayan denek). Yazarlara göre, Facebook kullanıcılarının, Facebook kullanmayan deneklerle kıyaslandıklarında, ailelerinden çok daha kopuk olduğu ortaya çıkmıştır. Tracii Ryan ve Sophia Xenos, "Who Uses Facebook? An Investigation in-

to the Relationship Between the Big Five, Shyness, Narcissism, Loneliness, and Facebook Usage," Computers in Human Behavior, cilt 27, sayı 5, 2011, s. 1658-1664.

9. Bu rakamlar Stephen Marche tarafından kaleme alınan ve Mayıs 2012'de The Atlantic dergisinde yayımlanan, "Is Facebook Making Us Lonely?" adlı makaleden alınmıştır.
10. Wilhelm Hofmann, Kathleen D. Vohs ve Roy F. Baumeister, "What People Desire, Feel Conflicted About, and Try to Resist in Everyday Life," Psychological Science, cilt 23, sayı 6, 2012, s. 582-588.

BÖLÜM 20: ZAMANLAMA MESELESİ

1. USC Annenberg Center for the Digital Future tarafından düzenlenen yıllık anketin dokuzuncusu.
2. Bu rakamlar Donald Shifrin tarafından, 2010 senesinde, American Academy of Pediatrics için yürütülen bir araştırmanın sonucunda elde edilmiştir. Dr. Shifrin Washington State bünyesinde görev yapan bir çocuk doktorudur.
3. Gwenn Schurgin O'Keeffe, Doug Brunk tarafından kaleme alınan, "Social Media Confuses, Concerns Parents," adlı makalede bu rapor hakkında görüş bildirmektedir. Pediatric News, cilt 45, sayı 2, Şubat 2011.
4. Michael A. Stefanone, Derek Lackaff ve Devan Rosen, "Contingencies of Self-Worth and Social-Networking-Site Behavior," Cyberpsychology, Behavior, and Social Networking, cilt 14, sayı 1-2, Ocak-Şubat 2011, s. 41-49.
5. Victoria J. Rideout, Ulla G. Foehr ve Donald F. Roberts, Generation M2: Media in the Lives of 8- to 18-Year-Olds: A Kaiser Family Foundation Study, Ocak 2010.
6. Neil Postman, Building a Bridge to the 18th Century: How the Past Can Improve Our Future, Alfred A. Knopf, New York, 1999.

DİZİN

1-2-3 Magic 325, 477

A

adaptasyon 59, 91, 207, 209, 210, 225, 261, 263, 264, 266, 267, 268, 328, 329, 339, 340, 352, 438, 439, 451, 460, 477
aidiyet 46, 141, 181, 203, 252, 383, 387, 477
aile hekimleri 477
akıl hocaları 20, 33, 64, 477
alarm 115, 134, 213, 214, 428, 451, 452, 477
alkol tüketimi 469, 477
Alone Together (Turkle) 477
altkültürler 146, 147, 477
Amerikan Psikoloji Derneği 220, 469, 477
anaokulu çağı sendromu 173, 174, 451, 477
Attachment (Bowlby 477
Ayrıca bkz. zorbalar, zorbalık 477
ayrılık 115, 116, 182, 204, 246, 250, 277, 278, 287, 306, 307, 331, 333, 352, 354, 361, 362, 477

B

bağımsızlaşma 263, 266, 267, 268, 329, 375, 382, 442, 443, 454, 460, 477
bağımsızlık 89, 129, 131, 142, 193, 224, 286, 288, 477
bağlanma baskınlığı 225, 452, 454, 477
bağlanma beyni 39, 50, 58, 66, 102, 221, 452, 477
bağlanma bilinci 115, 116, 117, 452, 453, 477
bağlanma boşlukları 65, 66, 76, 477
bağlanma köyü 62, 65, 74, 268, 388, 389, 394, 453, 477
bağlanma refleksi 453, 477
bağların korunması 318, 477
Bali 411, 412, 477
baskınlık 100, 101, 224, 227, 228, 252, 426, 454, 477
Batı Yakası Hikâyesi 140, 477

beklentiler 378, 477
Benigni 157, 477
benmerkezcilik 174, 477
Bernstein 140, 477
bilgisayar oyunları 18, 314, 373, 376, 421, 425, 437, 438, 439, 440, 477
bireyselleşme 56, 126, 132, 179, 180, 193, 194, 195, 196, 370, 374, 375, 434, 455, 458, 471, 478
bireysellik 56, 142, 166, 185, 187, 193, 195, 196, 372, 379, 454, 455, 478
Bly, Robert 478
boşanma 67, 84, 412, 478
Bowlby, John 478
Bronfenbrenner, Urie 478
Brumberg, Joan Jacobs 478
bütünleştirme 175, 260, 263, 264, 266, 267, 268, 329, 455, 460, 478

C

Cacioppo 423, 478, 480
Campbell, Joseph 478
can sıkıntısı 169, 375, 376, 377, 379, 443, 478
Centers for Disease Control 478
Childhood and Society (Erikson) 478
cinayet 200, 469, 478
cinsellik 166, 240, 243, 245, 443, 478
Coleman, James 478
Cottrell, Barbara 478
çocuk suçları 478

D

Deci, Edward 478
depresyon 20, 167, 171, 204, 241, 421, 466, 478
dikkat eksikliği bozukluğu (DEB) 95, 478
Dokoupil, Tony 478
Don Juan sendromu 478
doyuma ulaşmak 478
duyular 47, 244, 281, 478
dürtüler 52, 178, 345, 478

E

ebeveynlik yapabilme gücü 457, 478
ekonomi 64, 478
emzirme 68, 478
ergenlik çağı 161, 275, 478
Erikson, Erik H. 478
evde eğitim gören çocuklar 363, 478

F

Facebook 405, 407, 410, 412, 415, 419, 420, 422, 423, 424, 433, 446, 475, 476, 478
Fareler ve İnsanlar (Steinbeck) 479
farklılaşma 176, 193, 454, 456, 458, 479
Felitti, Vincent 479

G

Gardner, Howard 479
gelenekler 27, 61, 70, 144, 316, 354, 387, 389, 414, 479
Goethe, Johann Wolfgang von 479
Golding, William 479
Google 408, 427, 445, 479
göçmenler 77, 290, 479
görenekler 70, 71, 144, 354, 389, 479
Greenspan, Stanley 479
Güney Afrika 145, 218, 479
güvenlik 64, 67, 171, 268, 469, 479

H

hapishane 163, 479
Health Canada 469, 479
Hersch, Patricia 479
hippi karşıt kültürü 479
huzursuzluk 186, 362, 479

I

İkinci Dünya Savaşı 26, 27, 30, 44, 60, 479
intihar 29, 30, 199, 205, 236, 237, 465, 479

işbirliği 12, 84, 131, 144, 184, 193, 207, 350, 436, 479
iyilik 479

J

Japonya 29, 77, 268, 479
John 59, 102, 166, 167, 168, 423, 465, 466, 467, 468, 478, 481
Jung, Carl 479

K

kabalık 184, 262, 353, 479
kabileleşme 147, 479
kabullenme 75, 165, 195, 225, 282, 299, 383, 479
kardeşler 213, 335, 479
karşıt irade 121, 122, 124, 125, 126, 127, 128, 130, 131, 132, 134, 136, 137, 138, 337, 345, 346, 436, 459, 479
Kaufman, Gershon 479
kısıtlamalar 61, 206, 253, 312, 313, 314, 321, 322, 323, 479
kişilik 56, 106, 175, 258, 372, 479
korku 42, 153, 154, 164, 178, 205, 213, 227, 252, 346, 452, 479
kurbanlar, bkz. zorbalar, zorbalık 479
küreselleşme 479

L

Leonard 140, 477
Life Is Beautiful 480
Loneliness (Cacioppo) 480

M

Maccoby, Eleanor 480
maddiyatçılık 480
Maté, Rae 480
Maticka-Tyndale, Eleanor 480
McLuhan, Marshall 480
Meksika 391, 480
merak 63, 98, 109, 148, 179, 184, 193, 195, 237, 257, 412, 442, 443, 454, 480
Mokwena, Steve 480

mola verme yöntemi 325, 351, 480
motivasyon 50, 110, 114, 118, 119, 122, 129, 136, 158, 170, 202, 212, 264, 313, 363, 480
MTV 141, 146, 480
mühürleme 25, 480
müzik 77, 143, 144, 145, 147, 148, 168, 205, 290, 391, 480

N

Nairobi 392, 480
Neufeld, Bria 480
Neufeld, Joy 480
Neufeld, Tamara 480
Neufeld, Tasha 480
Newsweek 19, 244, 414, 420, 470, 480
New York Times 77, 216, 217, 221, 469, 473, 480
Nietzsche, Friedrich 480

O

onaylanma 186, 422, 480
ödüller 19, 119, 135, 253, 326, 480
özdeşim 461, 462, 480
özgüven 165, 324, 474, 480

P

Pediatrics 405, 474, 476, 480
Provence 71, 72, 73, 277, 313, 316, 317, 390, 410, 480
pusula iğneleri 289, 480

R

Rank, Otto 480
Rawlings, Marjorie Kinnan 480
reddedilme 36, 203, 230, 232, 302, 480
Reider, Jon 480
rekabet 23, 36, 37, 50, 53, 57, 61, 66, 309, 314, 316, 320, 380, 398, 401, 437, 445, 446, 480
replikle öğretme 461, 481
Roberto 157, 477

Rodkin, Philip 481
Rogers, Carl 481
Romeo ve Juliet (Shakespeare) 481
Rosen, Larry 481
Rousseau, Jean-Jacques 481
Rutter, Sir Michael 481
rüşvet 84, 119, 135, 481

S

sabır 14, 100, 433, 481
sadakat 46, 252, 266, 267, 481
saldırganlık 20, 101, 201, 202, 203, 204, 207, 209, 212, 214, 218, 252, 253, 366, 392, 466, 481
Segal, Julius 481
Seinfeld, Jerry 481
selamlaşma ritüelleri 481
Separation (Bowlby) 481
Shakespeare, William 481
Shipman, Mel 481
sıfır tolerans politikaları 481
Sineklerin Tanrısı (Golding) 481
Skype 412, 417, 481
sorumluluklar 84, 481
Spice Girls 143, 481
Steinbeck, John 481
stres 20, 66, 142, 156, 167, 225, 269, 365, 416, 442, 481
suçluluk 95, 105, 116, 223, 242, 346, 481
Susam Sokağı 64, 387, 477

T

Takıntı 321, 481
taklit 31, 44, 45, 54, 56, 110, 111, 142, 143, 224, 232, 264, 268, 269, 348, 371, 462, 481
teknoloji, bkz. dijital medya 481
The Body Project (Brumberg) 481
The Boxcar Children (Warner) 481
The Sibling Society (Bly) 481
The Yearling (Rawlings) 481

Tom Brown's School Days (Hughes) 481
travmalar 155, 237, 481
Turkle, Sherry 481

U

Ulusal Sağlık Enstitüleri 216, 218, 481
utangaçlık 364, 365, 482
uyum sağlamak 196, 205, 230, 239, 369, 379, 380, 482
uyuşturucu kullanımı 482
ültimatomlar 303, 304, 482
üvey ebeveynler 285, 482

V

Virk, Reena 482

W

Warner, Gertrude Chandler 482
Winnicott, D.W. 482
Wynne, Elaine 482

Y

yabancılar 126, 482
yabancılaşma 167, 392, 482
yaratıcılık 142, 193, 311, 385, 482
yemekler 317, 318, 391, 482
yeni yürümeye başlayan çocuklar 482
York Üniversitesi 217, 482
yönelme boşlukları 482
Yüzüklerin Efendisi 234, 482

Z

zıtlaşma bozukluğu 95, 125, 482
Zorbalar 220, 223, 224, 226, 227, 228, 229, 232, 235, 426, 482

Dr. Gordon Neufeld, faaliyetlerini Vancouver'da sürdüren bir klinik psikolog ve çocuk gelişimi konusunda uluslararası çapta ün yapmış önemli bir otoritedir. Kurucusu olduğu Neufeld Enstitüsü'nde birkaç kıtada ebeveynler, eğitimciler ve yardımcı profesyoneller için oluşturduğu birçok kurs verilmektedir. Kendisi çocuk yetiştirme ve çocuk eğitimi konularında çeşitli ipuçlarını birleştirerek karmaşık gibi görünen sorunları çözebilmesine olanak tanıyan eşsiz yeteneğiyle tanınır.

Dr. Gabor Maté, bir hekim ve When the Body Says No [Beden Hayır Dediğinde], Scattered Minds [Dağınık Zihinler] ve In the Realm of Hungry Ghosts [Aç Hayaletler Diyarında]adlı çok satan kitapların yazarıdır. Stres, ruh-beden sağlığı, dikkat eksikliği, hiperaktivite bozukluğu, ebeveynlik ve bağımlılık konularında popüler bir otorite olan Maté, Kuzey Amerika kıtasının genelinde ve dünya çapında yoğun bir şekilde seyahat ederek sağlık personellerinin, öğretmenlerin ve diğer seyircilerin katıldığı seminerlerde konuşmalar yapmaktadır.

Çağımızın en zor ebeveynlik sorunlarından biri çocukların değerlerini, kimliklerini ve davranışlarını şekillendirirken arkadaşlarına yönelmeleri. Bu "akran yönelimi" aile bağlarını zayıflatıyor, çocukların sağlıklı gelişimini engelliyor ve öfkeli bir genç nesil yaratıyor.

Çocuklarınıza Tutunun ebeveynlerin etkilerini ne zaman kaybettiğini açıklıyor ve çocuğunuzla yeniden bağ kurmanızın, evde onları güvende hissettirecek doğru hiyerarşiyi oluşturmanızın yollarını gösteriyor. Bunu yaparken günümüzde sosyal medya ve teknolojinin ebeveynlikte yarattığı zorluklara da değiniyor. Çocuklarınız için güvenin, iletişimin ve sevginin doğru kaynağı sizden başka kim olabilir ki?



ISBN 978-605-192-348-2



hep kitap