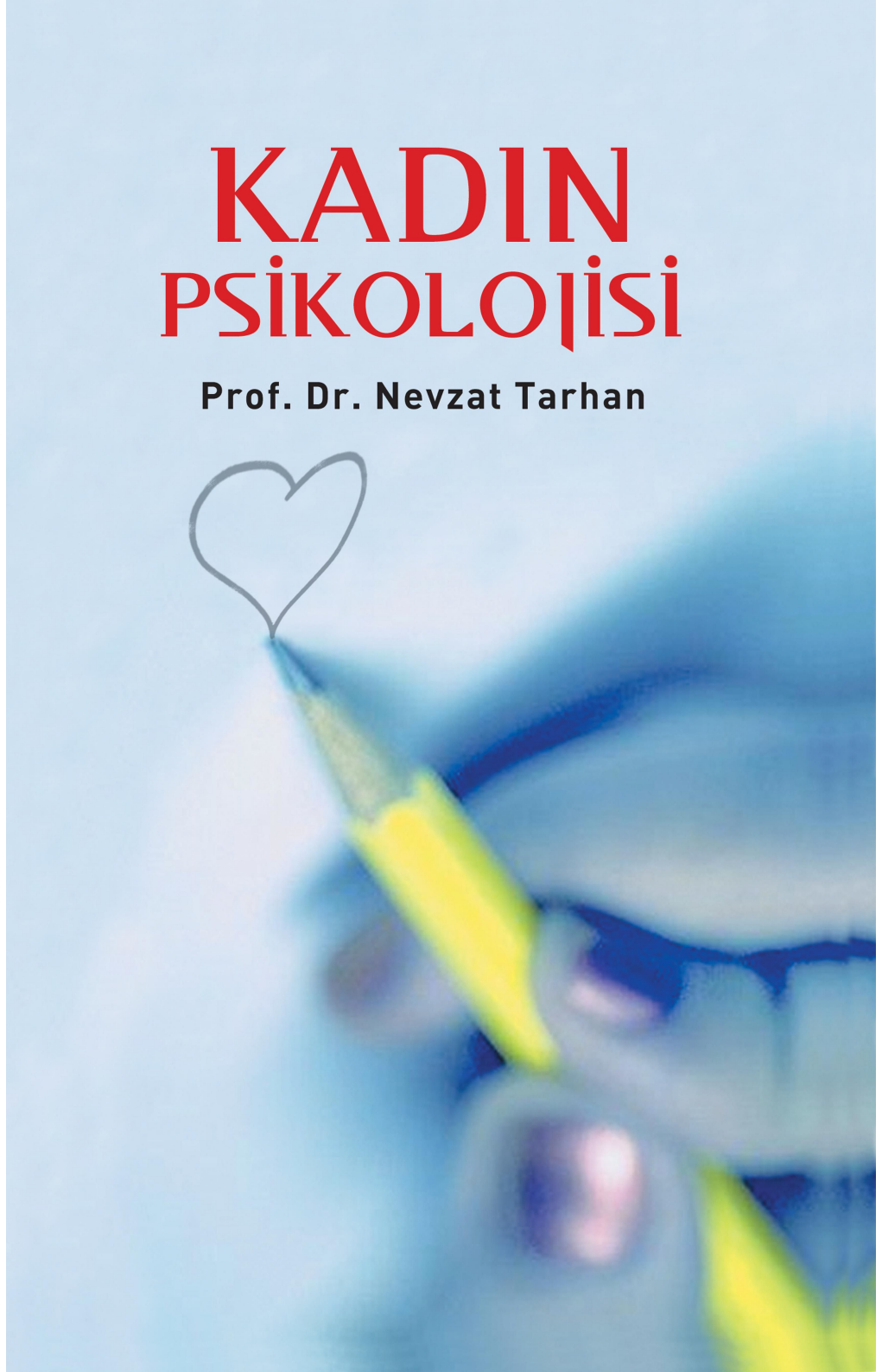
KADIN PSİKOLOJİSİ

Prof. Dr. Nevzat Tarhan



kadın psikolojisi

PROF. DR.
NEVZAT TARHAN

kadın psikolojisi

PROF. DR. NEVZAT TARHAN

Yayın Yönetmeni: Ekrem Altıntepe
Hazırlayan-Editör: Zahide Ülkü Bakiler
Tashih: Orhan Güler
İç Tasarım: Ahmet Ay
Kapak Tasarımı: Mesut San
ISBN: 978-975-269-073-8
Yayıncı Sertifika No: 12403
Matbaa Sertifika No: 12027
Baskı Tarihi: Ekim 2015
Baskı Cilt: Pasifik Ofset

Cihangir Mah. Güvercin Cad.
No:3/1 Baha İş Merkezi A Blok
34310 Haramidere / İstanbul
Tel: (0212) 412 17 00

NESİL

Sanayi Cad., Bilge Sk., No: 2 Yenibosna
34196 Bahçelievler / İstanbul
Tel: (0212) 551 32 25 www.nesilyayinlari.com
Faks: (0212) 551 26 59 nesil@nesilyayinlari.com

NESİL YAYIN GRUBU

Nesil olmasaydı birçoğu hep eksik kalacaktı...

© Fikir ve Sanat Eserleri Yasası gereğince bu eserin yayın hakkı anlaşmalı olarak **Nesil Basım Yayın Gıda Tic. ve San. A.Ş.**'ye aittir. İzinsiz, kısmen ya da tamamen çoğaltılıp yayınlanamaz.

kadın psikolojisi

PROF. DR.
NEVZAT TARHAN

NESİL

PROF. DR. NEVZAT TARHAN

e-mail: ntarhan@mcaturk.com ntarhan@uskudar.edu.tr ntarhan@gmail.com
web: www.npistanbul.com, www.nevzattarhan.com, www.ider.org

Merzifon'da 1952'de doğdu. 1969'da Kuleli Askeri Lisesini, 1975'te İÜ Cerrahpaşa Tıp Fakültesini bitirdi. GATA stajı, Kıbrıs ve Bursa kıta hizmetinden sonra, 1982'de GATA'da Psikiyatri uzmanı oldu. Erzincan ve Çorlu'da hastane hekimliği sonunda GATA Haydarpaşa'da yardımcı doçent (1988) ve doçent (1990) oldu. Klinik direktörlüğü yaptı. Albaylığa (1993) ve profesörlüğe (1996) yükseldi. 1996-1999 yılları arasında Yüzüncü Yıl Üniversitesinde öğretim üyeliği ve Adli Tıp Kurumunda bilirkişilik yaptı. Kendi isteğiyle emekli oldu. Halen Memory Center isimli Nöropsikiyatri Merkezi NPİSTANBUL Etiler Polikliniği'nin yöneticiliğini, Türkiye'nin ilk nöropsikiyatri hastanesi NPİSTANBUL Nöropsikiyatri Hastanesi'nin Yönetim Kurulu Başkanlığını ve Üsküdar Üniversitesi Rektörlüğünü yapmaktadır.
1989'da 'Stres,' 1991'de 'Psikofarmakolojide Yenilikler,' 1992'de 'Saldırganlık,' 1993'te 'Serotonin' konularında Türkiye'de uluslararası katılımlı ilk sempozyumları düzenledi. Altı yıl *Psikofarmakoloji* dergisinin editörlüğünü yaptı. Uzun yıllar *Sleep and Hypnosis* dergisi yayın kurulunda yer aldı. 1991'de Hollanda'da 'Destructive Drives and Impulse Control' konulu uluslararası kongrede 'En İyi Araştırmacı,' 2003'te STV'de yaptığı *Makul Çözüm* programı için RTGD En İyi Toplum Programı, 2007'de Türk müziğinin tedavide kullanımına sağladığı katkı nedeniyle Amasya Vakfı 'Altın Elma,' 2009'da 'Ambulansla Hasta Alımı ve Nakil Uygulamaları' nedeniyle OHSAD (Hasta Güvenliği Derneği) 'Hasta Güvenliği İyi Uygulama' ödüllerini aldı. 2005'te SkyTURK'te yaptığı *Psikoyorum* programı için Başbakanlık Aile ve Sosyal Araştırmalar Genel Müdürlüğünce 'Aile eğitimine verdiği destek ve topluma yaptığı koruyucu ruh sağlığı hizmetinden' dolayı ödüle layık görüldü.
SOSYAL SORUMLULUKLAR: İnsani Değerler ve Ruh Sağlığı Vakfı (İDER), Adaleti Savunanlar Derneği (ASDER), Mutlu Yuva Mutlu Yaşam Derneği ve Haydi Tut Elimi Derneği'nin Başkanlığını yapmaktadır.
ÜYELİKLER: American Psychiatry Assosiation (APA), New York Academy of Science, New York Academia Psychiatrie Foundation, International Psychogeriatric Association (IPA), EEG and Clinical Neuroscience Society (ECNS), International Society for Neuroimaging in Psychiatry (ISNIP), International Society of Neurofeedback and Research (ISNR), Anxiety Disorders Association of America (ADAA) ve National Geographic Society adlı uluslararası derneklerde aktif üyedir. 31'i uluslararası olmak üzere 100'ün üzerinde yayını vardır.
İngilizce ve Almanca bilmektedir. Evli ve iki çocuk babasıdır.

YAYINLANMIŞ ESERLERİ

- *Kan ve Dolaşım*, 1982
- *Stres ve Hastalıklar*, Sempozyum kitabı, 1989
- *Psikofarmakolojide Yenilikler*, Sempozyum kitabı, 1991
- *Şiddet (Biyopsikososyal Yönleri ile Şiddet)*, (Prof. Dr. İbrahim Balcıoğlu ile birlikte), 1998
- *Kendinizle Barışık Olmak*, 2001
- *Mutluluk Psikolojisi, Stresi Mutluluğa Dönüştürmek*, 2002
- *Psikolojik Savaş, Gri Propaganda*, 2002
- *Kadın Psikolojisi*, 2005
- *Evlilik Psikolojisi*, 2006
- *Duyguların Dili*, 2006
- *Hayata Dair* (Dr. Elif Ilgaz Aydınlar ile birlikte), 2008
- *İnanç Psikolojisi*, 2009
- *Var mı Beni Anlamak İsteyen?*, 2009
- *Toplum Psikolojisi*, 2010
- *Aile Okulu*, 2010
- *Son Sığınak Aile*, 2010
- *Bağımlılık*, (Dr. Serdar Nurmedov ile ortak yazar), 2011
- *Güzel İnsan Modeli*, 2011
- *Çağın Vicdanı Bediüzzaman*, 2012

İçindekiler

ÖN SÖZ 13
GİRİŞ 15

I. PSİKOLOJİK FARKLILIKLARIN ANALİZİ

Psikolojik Farklılıklarda Genel Ölçütler 19
Farklılık Bilinci 20
Aşk Kalıcı Olabilir mi? 20
Kadının Ego Doyumunu Ne Artırır? 21
Etkin Dinleyicilik 22
Kadın Üzüldüğünde 23
Kadının Motivasyonu 24
Erotik Duyguların Önemi 25
Kadınlar Neden Daha Çok Konuşur? 26
Konuşmada Zamanlama 27
Aşırı İlgi Güvensiz Yapar 27
Erkek Nasıl Konuşturulur? 28
Duygularda İniş Çıkışlar 28
Kadına Göre Para 29
Kadını Mutsuz Eden Kendisidir 31
Erkeklerden Çok Şikâyet Etme 31
Erkekleri İlk Yardım Çantası Gibi Görmek 31
Erkeğe Bağlanarak Kişilik Kazanmak 32
Erotizm ile Romantizmin Karıştırılması 32
Evlilik Öncesi Birlikte Yaşamanın Bedeli 32
Erkeğe Evde Taht Kurmak 33
Beklentiyi Yüksek Tutmak 33
Kendi Hayatınızın Başrolünde Olmak 34

II. KADIN ERKEK İLİŞKİLERİ

Düşünmeden Tepki Verme 35
Duygusal Farkındalık 35
Sonuç Bilinci 35
Duygusal İhmalin Sonuçları 36
Cinsellik 37
Cinselliğin Reddi 38
Cinsel Özgürlük 40
Bekâret Nasıl Algılanmalı? 42
Evlilik Dışı İlişkiler 43
Gereğinden Fazla Cinsellik 44
Çok İnsanla İlişkiye Girme [Poligami] 45
Cinsel İlişkinin Amacı 46
Cinselliğin Toplumsal Boyutu ve Konuşma Şekli 46
Eşcinsellik 47
Eşcinsellikte Ailenin Önemi 49
Kadın ile Erkeğin İlişkideki Rolü 49
Seçen Erkek, Seçilen Kadın 49
Duygusal İlişki Esnasında Kadının Yaşadığı Duygusal Zorluklar 50
Kişilik Yapısındaki Olumsuzluklar 57
Zaman Kullanımı Açısından Cinsler Arasındaki Farklar 61
Duygusal İlişkide Kadın ile Erkeğin Sorun Çözmedeki Farkları 63
Eş Duyum [Empati] İhtiyacı 64
Kin Duygusu 65
İnatçılık 67
Boş Hayaller 67
Kıskançlık 68
Cinsel Aldatmanın Altında Yatan Yanlış Düşünceler 69
Birinci Yanlış: Misilleme Yapmak 70
İkinci Yanlış: Duyguları Bastırmak 70
Üçüncü Yanlış: İşlenen Suçu Sopa Gibi Kullanmak 70
Dördüncü Yanlış: Ayrıntılara Dalmak 71
Beşinci Yanlış: Kendine Güveni Kaybetmek 71
Evlilikte Zarar Gören Psikolojik İhtiyaçlar 72
İlgisizliğin İlâcı İçtenlik 73
Boşanma Travması 73

III. KADINLARA HAS RUHSAL SORUNLAR

Cinsiyet ve Hastalık 75
Biyolojik Farklılıklar 76
Anatomik ve Fizyolojik Farklar 76
Genlerin ve Hormonların Rolü 77
Genetik Profil 77
Zihinsel Farklılıklar 79
Âdet Öncesi Gerilim [Premenstrüel Sendrom] 80
Dismenore 81
Âdet Kesilmeleri ve Kısırlık 81
Gebelik ve Emzirme 82
Annelik Hüznü 83
Kadın Cinselliği 84
Kadında Disparoni 85
Vaginismus 85
Azalmış Cinsellik ve Cinsel Tiksinti Hastalığı 87
Cinsel Uyarılma ve Orgazm Bozuklukları 89
Menopoz 89
Menopoz Belirtileri 90
Ruhsal Sağlık 91
Pornografi ve Cinsel Taciz 92
Kadına Karşı Şiddet 93
Boşanma 95
Kadınlarda Depresyon 96

IV. ROL KALIPLARI

Kadın ve Erkeğin Biyolojik Yapıları 99
Cinsiyet Rolü 101
Toplumsal Cinsiyet Rolü 108
Cinsel Kimliğin Oluşumunda Aile Faktörü 109
Psikoseksüel Gelişim 111
Modernizmin Dayattığı Cinsiyet Kimlikleri 113
Kadının Toplumdaki Rolü 114
Kadın Kimliğinin Sosyal Hayattaki Varlığı 115
Tarihte Kadının Toplumsal Konumu 118
Kadının Sömürülmesi 124
Örtünmenin Biyolojik Gerekliliği 126
Kadının Örtünmesi 127

Modernizm ve Kadın 129
Çok Kültürlü Dünyada Kadının Sosyal Konumu 130
Kadın Özgürleşmekten Korkar mı? 130
Özgürlük ve Disiplin 131
Üretim ve Tüketim Kültürü İçinde Kadın 133
Kadın, Toplum ve Siyaset 134
Sanal Dünyada Kadın 135
Kadının İdeal Erkek Tipi 136
Erkekler Niçin Ağlamaz? 137
Namus Konusundaki Toplumsal Yanlışlar 138

V. KİMLİK VE KİŞİLİK

Gençlik Dönemi 141
Kişilik Tipleri 142
Kadınlarda Görülen Başlıca Kişilik Tipleri: 143
Kişilik Özelliği ile Kişilik Bozukluğu Arasındaki Farklar 146
Kadınların Geçmiş ve Gelecek Algısı ve Alışkanlıklar 147
Kadınların Konuşma ve Dinleme Potansiyelleri 148
Hayal ve Kadın 149
Hobiler ve Kadın 149
Eleştiri ve Kadın 150
Sorunla Baş Edebilme Açısından Kadın Erkek Farkı 150
Sorun Çözme ve Benmerkezcilik 156
Sorun ve Sorumluluk 157
Göç ve Kadın 160
Göçün Duygusal Etkileri 161

VI. MODA GİYİM

Moda ve Kadın 163
Kadındaki Beğenilme Duygusu 164
Kuşak Çatışması 166
Kadın ve Giyim Şekli 167
Kadının Modernleşmesinin ve Özgürleşmesinin Sınırları Ne Olmalı? 167

VII. ÇALIŞMA HAYATI

Kadının Çalışma Hayatı İçindeki Rolü 169
Evde Çalışan İş Kadınları 171
İş Hayatının Psikolojik Yansımaları 172

Ev Hanımlığı Bir Kâbus mu? 176
Kadın Psikolojisinin Gösterdiği Meslek İbresi 178

VIII. ŞİDDET

Şiddet Nedir ve Neden Oluşur? 179
Şiddet, Öğrenilmiş Bir Davranış mıdır? 182
Şiddetin Toplumsal Yaygınlığı 185
Şiddet Uygulanan Kadında Görülen Rahatsızlıklar 187
Şiddet ve Öz Güven İlişkisi 188
Öfke ve Şiddet İlişkisi 189
Eğitim, Şiddeti Azaltır mı? 190
Otorite, Şiddet Gerektirir mi? 191

IX. EVLİLİK

Evliliğin Doğası 193
Kültürel Farklılığın Evlilik Üzerindeki Etkileri 195
Evlilik Bağı 198
Dostlukların En İyisi, Evlilik 201
Evliliğin Amaçları 201
Çocuk Yapmak Evliliğin Amaçlarından mıdır? 203
Evlilikte Yaş Farkı 205
Evlilikte İtaat Unsuru 206
Evli Çiftlerin Birbirlerine Karşı Görevleri 207
Evlilik ve Aşk İlişkisi 209
Evlilikte Eleştiri 211
Evliliğe Verilecek Doğru Anlam Nedir? 212
Evliliğin Bel Kemiği: "Biz" Duygusu 212
"Biz" Duygusunu Zedeleyen Unsurlar 212
Evlilikte Tanışma Usulleri 214
"Kaçmak" Niçin Bir Evlenme Modelidir? 215
Genç Kızların ve Genç Erkeklerin Evlilik Algıları 216
Gösterişli Düğünler Evliliğe Ne Katar? 218
Evlilikle İlgili Değişen Toplumsal Yargılar 219
Poligami [Çok Eşlilik] 219
Modern Dünyanın Poligamisi: Çok İlişkili Evlilikler 221
Evliliğin Düşmanı: Aldatma 223
Aldatmanın Sebepleri 227
Sadakat Neden Önemli? 228

Aldatmak Hayalde Başlar 232
Aldatmak Bir Davranış Bozukluğu mudur? 232
Yaygın Evlilik Sorunları 236
Boşanma 239
Boşanma Sebepleri 240
Boşanma Bulaşıcı mıdır? 242
Boşanmanın Genel Zorlukları 242
Boşanmanın Kadın ve Çocuk Açısından Zorlukları 244
Batı Toplumlarının Evliliğe Bakışı 245
Feminizmin Evlilik Üzerindeki Etkileri 246
"Dünya Kadınlar Günü"nün Kadınlara ve Evliliğe Getirileri 248

X. DUYGU VE FARKINDALIK

Duygu Nedir? 253
Duyguların Formülü 254
Duyguları Tanımanın Yolları 254
Akıl Nedir? 256
Aklın Önündeki Engeller 256
Vicdan Nedir? 258
Duygu Denetimi 259
Duygunun Merkezi Kalp mi, Beyin mi? 260
Sezgiler 260
Teknoloji ve Duygular 261
Duyguların Uyarılması 261
Terk Edilme Korkusu 262
İnsanın Terk Edilme Karşısındaki Tepkisi 265
Terk Edilmenin Öz Güven Üzerindeki Etkileri 266
Öz Güven Eksikliği Kıskançlığa Sebep Olur mu? 268
Kıskançlığın Kimyası 269
İnsanca Bir Duygu: Öfke 271
Öfke Anında Yapılan Hatalar 273
Kadınlardaki Merak Duygusu 274
Başka Hayatlara Yönelen Merak 277

XI. AŞK

Hoşlanma, Sevgi ve Aşk Arasındaki Farklar 281
Aşk Nedir? 282
Aşkın Ömrü 283

Aşkın Disiplini 284
"Ben Doğru İnsan mıyım?" 285
Aşktaki Başarı 285
Aşkta Kadın Erkek Farkı 286
Nitelikli Aşkın Özellikleri 287
Gerçek Aşk 287
Aşkın Kimyası 287
İyi Âşıklar 288
Aşkın Yaşı 288
Aşk ve Cinsellik 289
Aşk ve Güzellik 290
Aşkın Tek Doğru Sonu, Evlilik ya da Hüsran mıdır? 290
Aşkın Coğrafyası 290
Aşkın Matematiği 291
Aşkın Tuzakları 291
Aşksız Yaşamak 292
Aşkın Önüne Takılan Engeller 293
Aşka Zarar Veren Şeyler 294
Sevginin Genetik Yönü 295
Sevme Kapasitesi 296
Sevginin Ölçüsü 297
Sevginin İfadesi 297

XII. ANNELİK

Annelik Psikolojisi 301
Annelik Hissinin Diğer Hislerden Farkı 304
Anneliğin Kültürel Boyutu 306
Babalık ile Annelik Duygusu Arasındaki Farklar 308
Çocuğun Ailedeki Önemi 308
Çocuk Bakımı Neyi Gerektirir? 309
Çocuğun Temel İhtiyaçları Açısından Ailenin Önemi 311
Toplumların Erkek Çocuk Fenomeni 313
Doğurganlık Kadını Anneliğe Hapseder mi? 315
Yapay Anneler: Bakıcılar 317
Benmerkezciliğin Annelikteki Tezahürü 318
Anne Sevgisizliğinin Toplumsal Bedelleri 320
Abartılı Sevgiyle Büyütülen Tehlikeli Çocuklar 323
Anneler Disiplini Nasıl Sağlamalı? 327

XIII. DİN

Biyolojiden İnanca Kadın 329
Dinin Psikolojik Faydaları 331
Dinler Kadını Nerede Görürler? 333
Kadınların Dine Yatkınlığı 335
İslâm'da Çok Eşlilik 337

XIV. MİZAH

Kadına ve Erkeğe Mizahî Bir Bakış 343
Bilgisayarın Cinsiyeti 343
Kadınların Katılması Gereken Seminerler 343
Erkeklerin Katılması Gereken Seminerler 344
Sorular 344
Ne anlama gelir? 344
Mutluluk 345

KAYNAKLAR 347

ÖN SÖZ

Bu kitabı yazma fikri bir ihtiyaçtan doğdu.

Toplumda yanlış geleneksel yargılarla kadın ikinci sınıf bir varlık gibi görülürken, modernizm cinselliği kadın politikası olarak sunuyordu. Kadını toplumsal yaşamdan dışlayan geleneksel eğilim, feminist tepkiyle karşılaşınca kadın erkek savaşlarına dönüşüyordu. Bu tartışma içerisinde kadınlar, erkek egemen kültürün şekil değiştirmiş rolleri arasında kurban ediliyor, evlilikler ve çocuklar heba oluyordu. Erkek egemen anlayış üzerine kurulu geleneksel yapı kadını baskılayıp annelik rolüyle sınırlarken, erkek feministler feminizmi daha çok kadınla beraber olma ve cinsel özgürlüğü çıkarlarına göre kullanma eğilimindeydiler.

Peki bu ikilem kadının psikolojik doğasına nasıl tesir ediyordu? İşte bu soruya ve kadın psikolojisiyle ilgili diğer konulara ışık tutacağına inandığımız bu kitap, iki senelik bir çalışmanın ürünü olarak sizlere ulaştı.

İddialı konuşmayı sevmediğim hâlde şunu açık yürekliliklе söyleyebilirim ki, biyo-psiko-sosyo-spritüel ve politik sentezi olan böyle bir eseri ne yerli ne de yabancı yayınlar arasında bulacaksınız.

Dünyanın daha yaşanabilir olmasına, kadının özgürlüğüne ve konforuna bir nebze katkım olduysa ne mutlu bana!

Ayrıca bu kitaba katkılarından dolayı Zahide Ülkü Bâkiler'e teşekkür ediyorum.

Prof. Dr. Nevzat TARHAN
Feneryolu / İSTANBUL

GİRİŞ

Kadınların depresyona karşı duyarlılıkları, benliklerindeki güven eksikliği, kendilerini güçlü hissedememe duyguları, erkeklerden fiziksel ve psikolojik olarak ayrıldığı noktalar, tarihî tartışma konularıdır.

Bir taraftan toplum baskısı ve erkek egemen kültür, diğer taraftan cinsel özgürlük akımlarıyla zarar gören evliliğine iş yaşamındaki zor şartlar da eklenince, kadınla ilgili tartışmalar her gün yeni boyut kazanıyor.

Son 10-15 yıldır nörolojik bilimlerdeki devrim, genetik bilimlerdeki olağanüstü gelişmeler kadın erkek farklılıklarını yeniden ele almayı zorunlu hâle getirdi.

Bu çalışmada dört önermemiz oldu:

Birinci önermemiz, kadının biyolojisini göz önüne almadan onun için en uygun olanın tanımlanamayacağı gerçeği.

İkincisi, kültürel ve geleneksel aktarımların kadına biçtiği rollerin, günün verilerine göre yeniden tanımlanması gerektiği gerçeği.

Üçüncü önermemiz, modernizmin getirdiği sosyokültürel değerlere rağmen ruh sağlığımızdaki olumsuz gidişatın kadın psikolojisi üzerindeki sonuçlarını gözden geçirmek gerekliliği. Aynı zamanda kadının konforunun nerede olduğu konusunda beyin fırtınasını yapmak.

Dördüncüsü ise, kadına ikinci sınıf olmayı öneren erkek egemen kültüre karşı, kadın erkek savaşlarını teşvik eden feminizmin yanlışı yanlışla düzeltmeye çalıştığının kanıtlanması.

"Ortalama erkek, ortalama kadından daha üstündür." düşüncesi Aristoteles'in teziydi. Aynı tez materyalizmin teorisyenlerinden Nietzsche tarafından da savunuldu. "Peki günümüze gelindiğinde bu durumun alternatifi nedir? İnsanı üstün kılan, cinsiyetinin yetenekleri ve becerileri midir?" sorularının mutlaka sorulması gerektiğini düşündük. (*12, 57, 58*)

Kadın Politikaları

Kadın politikalarında zihniyet dönüşümü, cinsiyet odaklı sosyal politikalarda öz eleştiri yapma ihtiyacını ortaya çıkarıyor. "Gender Mainsteaming" (GM) olarak tanımlanan cinsel kimlik odaklı beyin fırtınaları, toplumun bütün kesimlerini ilgilendirir. Bunun için, siyasetçilerin bazı kültürleri yok etmek maksadıyla kadını kullanmalarına fırsat vermemek gerekir. Eğer sonuçta kadının mutluluğu ve konforu amaçlanıyorsa, bütünün diğer parçaları erkekler, çocuklar, yaşlılar ve hastalar göz önüne alınmalıdır. (*59*)

Feminizm, kadın hakları savunuculuğu anlamıyla ilk defa Paris'te 1892 yılında ifade edilmiştir. Fransız ihtilali dönemlerinde Fransa'da kadının insan olup olmadığı tartışılıyordu. Kötülüğün en derin şekilde yaşandığı yerde sosyal tepkilerin sarkaç etkisiyle aşırılıklara kolaylıkla kaçtığı bilinir. Ama günümüzde sarkacın pendulum etkisinin yavaş yavaş ortayı bulacağını söylersek fazla iyimser olmayız herhâlde.

Cinsel kimlikle ilgili beyin fırtınalarının bugün geldiği nokta, biyopsikososyal modeldir. Bugün geldiği noktada biyososyal siyaset de denilen bu nokta, "insanın doğasına uygun politikayı üretme" anlamına gelmektedir.

Kadın ve erkek cinsiyetleriyle ilgili imkân ve potansiyellerin açığa çıkarılması, dünyanın daha yaşanır hâle gelmesinde kimsenin itiraz etmeyeceği hususlardır.

Etkinlik, verimlilik politikası olarak her iki cinsin de güçlü ve zayıf taraflarıyla var olmaları, isabetli yönlendirmeler ve teşviklerle desteklenmeleri son derece önemlidir.

Feminist kadın politikalarının kadın erkek kimliğin arasını açtığı gibi biyolojinin kabul etmediği üçüncü transseksüel cinsel kimliğe zemin hazırlaması, bugün bilinen gerçeklerdendir. Boşanmaların artması, intihar hızının salgın düzeyine ulaşması, cinsel suçlardaki çoğalmalar, yeni kadın politikalarının belirlenmesini zorunlu kılmıştır. Yeni kadın politikaları da biyososyal modele uygun olmak zorundadır. Aksi hâlde gelecek kuşaklara yaşanması zor bir dünya bırakacağız.

Evlilik ve cinsel yaşamın günümüz dünyasında birbirinden ayrı yaşanabileceği söylemi, insanlıkla kumar oynamak anlamına gelir. ABD'de açık evlilikler, her iki eşin sevgililerinin olmasının güncel bir aldatma olduğu, yaşanarak görüldü. Çünkü böyle evlilikler yürümüyordu ve bedeli çocuklar ödüyordu.

Modernizm bize sadece bu dünyada özgürleşmeyi ve zevk peşinde koşmayı önerdi. Bunun sonucunda özgür, ama yalnız insanlar çoğaldı. Yalnızlığa karşı en duyarlı kişilik kadında vardı. Çünkü iletişimde erkek bilgi aktarımını önemserken kadın paylaşmayı ve yalnızlığı gidermeyi önemsiyordu. Kadının psikolojik ihtiyacını göz önüne almayan feminizm, kadının duygusal ihmaline zemin hazırlamış oldu.

Ayrıca aşkın erotik duygulardan ibaret olduğu vurgulanırken, romantik duygular ikinci plâna atıldı. Cinsel mutluluğu hayatın merkezine alma iddiası, romansa ihtiyacı olan kadına aykırıydı. Fakat bu durum, erkek egemen kültürün şekil değiştirerek daha çok kadınla beraber olmasını netice verdi.

Modernizm, kendinden başkasını önemsemeyen, kimse için fedakârlık yapmayan bireyleri çoğalttı. İletişim teknolojisi ve televizyon, psikososyal yaşamda devrim niteliğinde değişiklikler yaptı. TV izleyen çocuklar, büyüyünce ne olacaklarından ziyade ne alacaklarını düşünür oldular. Amaç-

sız, ego ideali olmayan, cinsellik ve parayla erken tanışan gençlik, insanlığı kimbilir nereye götürecek...

Bu konuda tarihteki medeniyetler, büyük bir ibret tablosu olarak karşımızda duruyorlar. Bilhassa Roma'nın son dönemlerindeki toplumsal yaşantı, ürpertici bir nitelik taşıyor. Roma, yaşadığı dönemin tek süper gücüydü. Bunu anlatmak için "Pax-Romania" deniliyordu. Fakat aristokratlar çok yiyorlardı. Taşlara açtıkları deliklere hindi tüyü koyuyorlar ve bununla yediklerini kusuyorlar ve tekrar yiyorlardı. Cinsellik sınırsızca yaşanıyordu. Ailenin çöküşü söz konusuydu. Bugün insanlık bu yöne gidiyorsa, kadın politikalarını gözden geçirmek gerekir.

Kadın erkek arasındaki güç çatışmasının bedelini daha fazla ödemek istemeyen kadınların, kendi kimliklerini koruyarak var olmayı sağlayan biyososyal modele ihtiyaçları var.

Kitabımızda, kadın erkek farklılıklarının biyolojik, psikolojik, sosyal özelliklerinden söz ederken ilerleyen bölümlerde kadın ruh sağlığında önemli ruhsal sorunları sizler için özetlemeye çalıştım. (*55-56*)

I. PSİKOLOJİK FARKLILIKLARIN ANALİZİ

Psikolojik Farklılıklarda Genel Ölçütler

İnsanlar bazen hayatın tatlarını ellerinin tersiyle itebilirler. Daha iyi bir dünyayı hak ettikleri hâlde zaman zaman savaşmak zorunda kalmaktadırlar. Sözlerini geçirmek için savaşmak zorunda duygusu taşımak, kronik gerilim demektir. Her iki tarafın da kaybettiği iletişimde kazan-kazan sistemini uygulamak mümkün müdür? Kaybedeni olmayan bir ilişkide ilk temel adım, karşı tarafın psikolojik ihtiyaçlarını, beklentilerini anlamak ve tanımaktır.

Bir kimsenin herkesi kendisi gibi bilmesi kadar saflık yoktur. Her insan farklı kişilik örüntüsüne sahiptir. Meslek hayatımızda, 50 yıl aynı yastığa baş koyduktan sonra birbirilerinin yeni huylarını keşfettiklerini söyleyen pek çok çifte rastlarız.

Düşünce Tarzları [Cognitive Style]: Her insanın çocukluğunda, beyninin derinliklerine yazılmış hayat senaryoları vardır. Kişi ileri yaşlarda bu senaryoları oynar. Ancak yeni roller ortaya çıktığında senaryoyu yeniden yazmak gerekir. Bunu yapamayan kişi çatışma içine düşer.

İletişim Tarzı [Communication Style]: Her insanın iletişim kurma biçimi farklıdır. Uyumlu, çatışmadan uzak, sağlıklı iletişim, beraberinde bilgi alış verişini getirdiği için taraflar yalnız olmadıklarını hissedeler. Çatışmanın yaşandığı iletişimde bilgi alış verişi noksan olmasına rağmen taraflar yalnızlıklarını giderirler. İletişimin en kötüsü, iletişimsizliktir. İletişimsizlikte hem bilgi alış verişi yoktur, hem de yalnızlık duygusu fazladır. İnsan sosyal bir varlık olduğu için

iletişimsizlik onun ruhunu en çok örseler. Meselâ ceza evlerinde 15 günden fazla hücre hapsi ve uyaransız bir ortam, akıl sağlığını ciddî bir şekilde tehdit eder.

Sorun Çözme Tarzı [Coping Style]: Her insanın problem karşısında aldığı tavır ve sorunu çözme şekli farklıdır. Kimi içine kapanır, kimi de çok konuşurken bazısı öfkelenir, bazısı da durumu inkar eder. (*54*)

Farklılık Bilinci

Kişilik yapılarındaki farklılıklar kadın erkek arasında oldukça belirgindir. Bu durum doğaldır ve genetik algoritmanın bir gereğidir. İki cinsin de karşı tarafın kendisinden farklı olması gerektiğini bilmesi, ilişkinin sağlıklı olması için ilk adımdır. Aksi takdirde bizim hissettiğimizi onun da hissetmesini veya bizim istediğimizi istemesini arzularız. Bu ise ne mümkündür, ne de doğru ve gerekli. Çünkü insanlar tek tip yaratılmamışlardır. Biz sevdiğimiz kişiye nasıl davranıyorsak karşı tarafın da bize öyle davranmasını beklemek, olgunlaşmamış bir kişilik belirtisidir. Sevgiyi kimileri konuşarak, kimileri de hediyeleşerek ifade ederler. Yine bazıları sevgilerini yardım davranışıyla, bazıları da fizikî temas, yani dokunma ile gösterirler. İşte bu farklılıkları bilmek, duygusal farkındalığı, dolayısıyla iyi ilişki kurmayı sonuç verir.

Aşk Kalıcı Olabilir mi?

Kadın erkek ilişkilerinde en kritik soru bu olsa gerektir. Evliliğin başlangıcında romantik duygular daha baskındır. İkinci dönemde kişilik ve güç çatışması yaşanmaya başlar. Taraflar akıllı veya şanslı iseler üçüncü dönem olan bağlılık aşamasına geçerler. Evlilikte aşkın yani romantik duyguların devam etmesi, iyi ilişki kurmaya bağlıdır. Bunun için aşk iyi ilişkinin sebebi değil, sonucudur.

Âşık olmak, sihirli bir duyguyu yaşamaktır. Bu, iki ayrı kişinin bir olması demektir. Bu duygu karşılıklı olarak beklentileri yükseltir. Erkek kadının kendisi gibi düşünüp davranmasını beklerken kadın da erkekten aynı şeyi ister. Âşık-

lar yara almaya başlayan bu ilişkiyi düzeltmek için birbirlerine gereken zamanı ayırmazlar veya iletişim biçimlerini düzeltmezlerse, beklentileri hayal kırıklığına dönüşür. Bunun sonucunda suçlayıcı, yargılayıcı, hoşgörüsüz, zorlayıcı ve bağışlaması olmayan çatışmalar yaşanır.

Her âşık, kendine aşkı kalıcı kılan kritik soruları sormalıdır. "Neden aramızda çatışma oluyor, bu çatışmanın arka plânında ne var?" türünden sorular cevap bekleyen sorulardır. Mutlu olamayan çiftler, karşı cinsin gizli kalmış farklarını anladığında sevgi ve iyi niyetin de yardımıyla sorunlarını kolaylıkla çözebilirler.

Kadının Ego Doyumunu Ne Artırır?

Kadınların erkekler konusunda en çok dile getirdikleri yakınma, erkeklerin onları dinlemediği ve anlamadığı hususudur. Kadının ilişkideki önceliği, paylaşmak ve yakınlık hissetmektir. Erkeğin önceliği ise yetenekli, yeterli ve güçlü olduğunu hissetmesidir. Erkekler doyumu başarıda ve sonuç almada bulurken, kadınlar paylaşma, değer verilme ve önemsemede yaşarlar. Bir kadın eşini sevdiğinde onun gelişmesine yardımcı olmayı, erkeğinin eksiklerini gidermeyi ve düzeltmeyi görev bilir ve bunun için çalışır. Bu, doğal bir eğilimdir. Kadın bunu yaparken eşini koruduğunu düşünür. Erkek ise karısını, kendisini yönettiğini düşünmeye başlar. Yeterli olduğunu kanıtlama çabasındaki bir erkeğe kadın yardım önerdiğinde erkek yetersiz ve eksik olarak algılandığını zanneder. Kadın, erkek istemeden öneride bulunursa bu, erkekte güçsüzlük ve beceriksizlik duygusu uyandırır. Bir erkekte ne yapacağını bilmediği duygusunu uyandıran bir kadın, erkeği anlamıyor demektir. Bir kadın erkeğe kendisini iyi ve yeterli hissettirir, "Kontrol bende!" duygusunu yaşatırsa o erkeğe çok şey yaptırabilir.

Kadının ego doyumunu destek görmek ve destek vermek, paylaşmak, yardımcı olmak hisleri sağlar. Kadın, erkekten çok daha fazla estetik kaygılara, sevgiye, iletişime, güzelliğe değer verir. Sevgi ve uyum onlar için daha önemlidir. Bir erkeğin yarışı kazanmaktan veya tuttuğu futbol ta-

kımının attığı golden aldığı zevki, kadın yakınlaşma ve paylaşma anında hisseder. Erkeğin kendisine yardım önerildiğinde bunu zayıflık olarak algılaması psikolojik konulara ilgisini de azaltır. Psikolojik yardımı kabul etmeyi zayıflık gibi telâkki eden erkek, içgüdüleriyle hareket eden bir davranış sergiler. Bu da onun kendisini aşamadığının işaretidir.

Bir kadının da erkeğe istemeden öğüt vermesi tenkit şeklinde anlaşılır. Erkeğin kendisini sorunlu, arızalı, yetersiz hissetmesine meydan vermeden ona öğüt vermenin yolunu bulan kadın, kendini aşmış demektir. Erkekler bu açıdan çocuk gibidirler. Kabullenip sonra yönlendirilirlerse düşünce yanılgısına düşmezler.

Eşlerin birbirlerine verecekleri en önemli armağan, güvenlerini hissettirmeleridir. Bu, aynı zamanda karşımızdakini onurlandırma yoludur. Bir kadın, erkeğin giydiği gömleğin pantolonuna uymadığını gördüğünde "Bu olmamış" derse erkek kendisini beceriksiz hisseder. Bunun yerine "Bence böyle olsa sana daha çok yakışır" demek, olumsuz duyguları bertaraf edecektir.

Ancak diğer taraftan kadın, fikrini söylemediğinde kendisini işe yaramaz gibi zannedebilir. Bu noktada erkek, kadının fikrine saygı duymayı bilmelidir. Farklı görüşü yapıcı olarak paylaşmayı becerebilmek, bir erkeğin kendisini aşmasıdır. Sorunun püf noktası, "Önce kabul et" düşüncesini alışkanlık hâline getirmektir.

Etkin Dinleyicilik

Kadının psikolojik ihtiyacı çözüm, değil dinlenilmektir. Erkeğinki ise güvenmek, takdir edilmektir. Seven ve iyi niyetli olan eşler karşı tarafın psikolojik ihtiyaçlarını giderirlerse sevgi çoğalır, güven artar, korku azalır ve ilişki iyi hâle gelir.

Kadının psikolojik ihtiyacında önceliği, duyguları anlamak, ifade etmek ve değiştirmek alır. Erkek ise hep çözüm odaklı düşünür ve kadının duygulara verdiği önemi algılayamaz. Kadında erkeğin bu kadar duygusuz olmasına bir anlam veremez. Ancak bunun sırrı, farklı genetik algorit-

mada saklıdır ve bu konuda gösterilecek çabayla düzeltilebilir. Erkeğin, kadının duygularını önemsediğini hissettirmesi için kadını dinlemesi gerekir. Çözüm önermeye hiç gerek yoktur. Erkeklerin yaptıkları en büyük hata, sorunu konuşurken hemen çözmek zorundaymış gibi davranmalarıdır.

Oysa kadın için, düşüncelerinin paylaşılması ve yakınlaşmak, çözümden daha önemlidir. Kadının duygularını anlamaya çalışan erkeğin, onu anlamasa da dinlemesi yeterlidir. Böyle davranmayı başarabilen erkek, karısının kendisini nasıl takdir ettiğini hayretle görecektir. Aynı durum kadınlar içinde geçerlidir. Onların kocalarına öneri ve eleştiriden uzak bir biçimde duygularını anlatmaları, erkeklerin kendilerine karşı daha açık ve ilgili olmalarını sağlayacaktır.

Neticede genetik yapıyı göz önüne alarak kişinin psikolojik doğasına uygun davranan insan, mutluluğu daha kolay yakalayacaktır.

Kadın Üzüldüğünde

Kadın bir şeye üzüldüğünde erkek onun duygularını göz önüne almadan önerilerde bulunmaya başlar. Erkek bir şeye üzüldüğünde de kadın, istenmeyen tavsiye ve eleştirilerde bulunarak onun kendisini yetersiz hissetmesine sebep olur. Erkek aslında kendisine akıl verilmesini değil, kabullenilmesini istemektedir.

Kadın üzüldüğünde sorunlardan söz ederek kendini rahatlatır. Erkek eşinin çok konuştuğunu söylemeye başladığında ise kadın ihmal edildiğini düşünmeye başlar.

Üzüntü anında erkeğin ve kadının beyni farklı çalışır. Erkek sessizleşir, kabuğuna çekilir, konuşmak yerine düşünmeyi tercih eder. Bir çözüm bulduğunda sessizliğini bozar. Kabuğa çekilme, gazete okuma, televizyon seyretme şeklinde olabilir. Bu arada kadın kendisinin dinlenilmediğini zanneder.

Oysa üzülen kadın, rahatlamayı, güvendiği birisini arayarak sorunlarını konuşmakta bulur. Kadınlar kendilerini

heyecanlandıran duyguları paylaştıklarında güven hissederler.

Kadın ve erkek bir problemle karşılaştıkları zaman muhataplarının direndiğini gördüklerinde kendilerine şu soruyu sormalıdırlar:

"Zamanlama ve yaklaşım biçimi doğru mu?"

Hızlı bir zihnî sorgulamayla bu sorulara cevap bulan çiftler, daha az hata yaparlar. Karşı tarafın duygularını anlamak, bu inceliklerin farkına varmakla mümkün olur.

Kadın için önemli olan, içini dökmek iken erkek için önemli olan, sonuç bulmaktır. Erkek kadına hiçbir şey yapmasa bile dinleyerek destek verebilir. Bir kadın da erkeğe çözüm önerisinde bulunmadan sadece onu kabullenerek yardımcı olabilir. Erkek kabul edildiğini, kadın da paylaşıldığını hissettiği zaman sevildiğini düşünür

Kadının Motivasyonu

Kadının ve erkeğin sorumluluk duygularını artırmak için psikolojik ihtiyaçlarını ayırt etmek gerekir. Farklılığa saygının olduğu yerde insanlar daha istekli olurlar. Erkeğin psikolojik ihtiyacı, kendisine ihtiyaç duyulmasıdır. Kendisine ihtiyaç duyulduğunu hissettiğinde enerjisi artar, güçlenir ve harekete geçer. Kadın ise sevilip değerli olma duygusu taşıdığında güçlenir.

Varlığına ihtiyaç duyulduğunu hissedememek, erkek için ağır ağır ölmek demektir. Sevilmemek de aynı şekilde kadını yıpratır.

Kadın ile erkeğin ilk karşılaşmadaki bakışları "Beni mutlu edecek kişi sen olabilirsin." anlamını taşır. İlişki ilerlediğinde kadın erkeğe bu bakışını göndermekten vazgeçerse erkek kendini çok kötü hisseder. "Eşimin mutlu olmak için bana ihtiyacı yok" duygusu, iki taraf için de örseleyici niteliktedir. Erkek eşini mutlu etmek adına "Her türlü zorluğa göğüs gerebilirim" duygusunu yaşıyorsa kendisi de mutlu olacaktır. "Kazan-kazan." felsefesi budur. İki taraf da bu anlayışla kaybedeni olmayan bir ilişkiye girmiş olur.

Erotik Duyguların Önemi

Cinsel mutluluk, kadın erkek ilişkilerinde en özel duygudur. Bu özel ve önemli duygu insanın özel ve önemli gördüğü kişiyle, yani eşiyle paylaşılmalıdır. Cinselliğin eşin dışında biriyle paylaşılması aile sadakatine zarar verdiği için insanın psikolojik doğasına aykırıdır. Bugün ABD'de açık evlilik kulüpleri kurulmuş, kadın ve erkek evliliklerine rağmen bir sevgili edinmelerine rağmen çocukları için bir arada olmayı sürdürmektedirler. Ancak bu tip evlilikler, ilerleyen yıllarda dağılmayla sonuçlanmıştır. Cinsel özgürlüğün güncel bir uydurma ve evliliğin doğasına aykırı olduğu, bugün acı tecrübelerle doğrulanmaktadır. Cinsel özgürlüğü çok önemseyen kişilerin evlenmemesi, arkasında mağdur ve mutsuz çocuklar bırakmaması için daha doğrudur.

Erotik duygular, sadakat sınırları içerisinde paylaşıldığında iki tarafa da özel olduğunu hissettirir. Kadının sevilmek ve okşanmak psikolojik ihtiyaçlarını giderirken, erkek de kabullenilmek, eşinin mutluluğuyla mutlu olmak, potansiyelini kanıtlamak ve iyi tarafını gösterme imkânları bularak doyuma ulaşır.

Kadını motive etmenin en iyi yollarından biri de ona saygıya değer olduğunu hissettirmektir. Saygıya lâyık olduğunu hisseden kadın, zorlayıcı olmaktan vazgeçer, gevşer. Çok konuşma ihtiyacı azalır. Hürmet görmek için aşırı bir gayrete gerek duymayacağından müdahalecilikten vazgeçer. Çünkü zaten kendini değerli hissediyordur.

Kadın vericidir, yumuşaktır, sıcaktır ve yuvarlaktır. Erkek alıcıdır, katıdır, köşelidir ve soğuktur. Bu özelikler iki cinsi birbirine çeker.

Erkek olgunlaştıkça almayı, değil vermeyi öğrenir ve vermekle başarılı olacağını görür. Duyguların önemini kavrar, estetik değerleri ciddiye alır. Böylece kendine dönük yaşamaktan vazgeçer. Karşısındakinin ihtiyacına duyarsızlığı azalırken, eşine saygı göstermeyi öğrenir.

Kadın olgunlaştıkça yeni verme stratejileri geliştirir. İstediklerini alabilmek için mantıklı yaklaşımlar ve zamanlamalar bulur. Hesaplama becerilerini artırır. Düşüncesiz

duygunun mutlu etmeyeceğini öğrenir. Ayrıca eşini memnun etmek için daha gönüllü olur.

Birbirlerini mutlu ederek yaşamanın tadını çıkaran çiftler olgunlaşma sürecinde ilerliyorlar demektir.

Kadınlar almaktan korktukları gibi erkekler de vermekten korkarlar. Erkeklerin temel psikolojik dinamiği, başarısız olma korkusudur. Verdiklerinde yetersiz kalacaklarını düşünürler. Eksik, yetersiz ve başarısız olma korkularını artıran kadınlardan nefret ederler. Doğal savunma tepkileri olan "Bana ne!" bencilliğine sığınırlar. İşte bu sebeple kadınlar, erkeklerin bencil olduklarını düşünürler. Aslında burada bencillikten çok, yetersizlik korkuları söz konusudur. Çocukluğundan itibaren başarılı olmaya şartlandırılmış bir insandan başka bir şey beklemek de zordur. Akıllı kadının, erkeğe acı veren bu duyguyu yaşatmaması gerekir. Erkeğe hata yapma fırsatı veren kadın, onun ilgisini ve sevgisini çeker.

Kadının almaktan korkmasının arka plânında, ilgiyi kaybetme endişesi yatar. Kadın hep şikâyetçi bir tavır takınıyor ve eşiyle sürekli olumsuz şeyleri paylaşıyorsa, erkek kendini yetersiz ve başarısız hisseder. Bu durumda da karısına karşı ilgisi azalır. Erkek içgüdüsel olarak kadının kahramanı olmak ister. Eğer bunu hissedemezse kadınla arasına psikolojik duvar örer. Evde farklı dışarıda farklı davranan pek çok erkeğin, eşiyle böyle bir ilişkisi vardır.

Kadınlar Neden Daha Çok Konuşur?

İnsan beynini en çok çalıştıran eylem, kelime üretmektir. Sözcüklerin linguistik özellikleri sol beyne, anlam bölümü sağ beyne, duygular ise beynin derinliklerine yazılıdır. Sözcük üretirken hepsi birden ortak çalışmalıdır. Kadınlarda ve dişi hayvanlarda bu özelliğin, biyolojik eğilim olarak üstün olduğunu görüyoruz.

Konuşmanın psikolojik dinamiğinin başlıca özellikleri şunlardır:

1. Kadın üzüntülü olduğunda kendini iyi hissetmek için konuşma eğilimindedir. Erkek ise susmayı tercih eder.

2. Kadın yüksek sesle düşünür. Ne söylemek istediğini yüksek sesle araştırır.

3. İçtenlik ve paylaşımcılık hisleri kadını konuşmaya iter. Yakınlık ve yalnız olmama isteği konuşma ihtiyacını artırır.

4. Kadın bilgi paylaşımı için konuşur. Erkek için ise konuşmak sadece bilgi aktarma işidir. (*10, 13, 25*)

Konuşmada Zamanlama

Karşı cinsle ilişkilerde herkesin sessiz bir zamanı olmalıdır. Kadın erkeği keyifsiz gördüğünde onu ısrarla konuşmaya zorlarsa beklemediği bir tepkiyle karşılaşabilir. Erkek kabuğuna çekilip sorununu kendi kendine çözmeye çalışırken eşinin ona yardım etmek istemesini yetersizlik gibi düşünebilir. Kadın üzüntülü iken gereksiz konuştuğunda erkek onu terslerse sevilmediğini ve değersiz olduğunu varsayacaktır. Oysa erkek, sadece eşini dinlediğinde onun gevşediğini görecektir.

Kadının üzüntülü iken eşine sessiz zaman tanıması, erkeğin de eşi üzüntülü iken onu anladığını hissettirmesi, iletişimi sağlıklı hâle getirmeye yeter.

Erkek suskun veya stresli, kadın çok konuşkan ya da üzüntülüyken onda "Yanlış yapıyorsun" hissini uyandırmak, en büyük iletişim hatasıdır.

Erkek ve kadın birbirlerini ego doyumlarının tek aracı hâline getirdiklerinde muhatapları, ruhlarının bile kontrol edildiği hissini duyabilir. Hâlbuki kendini özgür hissedemeyen kişinin mutlu olması çok zordur.

Aşırı İlgi Güvensiz Yapar

Bazı erkekler, eşlerinin her yaptığına karışırlar. Evin düzeninden yemeğin ve sofranın biçimine kadar hep son kararı veren taraf olmak isterler. Yahut bazı kadınlar, eşlerine annelik yaparlar. Diş fırçalamalarından "Cüzdanını aldın mı?" demeye kadar sürekli müdahale içindedirler. Bu iyi niyetli çabalar karşı tarafa kendisini güvensiz hissettirir ve onu rahatsız eder. Ev hayatında kadın, dışarıdaki yaşamda

da erkek, son karar veren kişi olmanın konforunu yaşamalıdır.

Erkek Nasıl Konuşturulur?

Erkeğin temel psikolojik ihtiyaçlarından bir tanesi, bağımsızlık ve özerk olma ihtiyacıdır. Erkek bir kadına yakınlaştığında birden bağımsızlığının gittiğini düşünmeye başlar ve kendisini geri çeker. Bu geri çekilişte kadın onun üzerine giderse geri çekilme kovalamacaya döner. Kadının kendisine fırsat tanıması hâlinde belli bir süre sonra eşinin sevgi ve yakınlığına yeniden ihtiyaç duyacağından geri gelecektir.

Erkekler konuşmak için konuşmazlar, konuşmak için bir nedenleri olmalıdır. Zamanlama ve yaklaşım biçimi uygun ise konuşmaya başlarlar. Konuşması için bir erkeğin ilgi alanını bulmak gerekir. Erkek konuştuğunda suçlandığını veya baskı altında olmadığını hissederse yavaş yavaş açılmaya ve iletişim kurmaya başlar. Erkeği olduğu gibi kabul eden ve bunu hissettiren kadın, eşinde olumsuz duygular uyandırmadığı için aranan eş olur.

Erkek geçici bir sessizlik ve yalnızlıktan sonra kadına döndüğünde kadın onu suçlar ve eleştirirse erkek gerçek duygularını bastırır ve iletişim bozulur. Cezalandırıldığını hisseden erkek, geri dönmek istemez, konuşmaktan, ilgi ve sevgi göstermekten kaçınır.

Duygularda İniş Çıkışlar

Kadınların iç dünyalarının gelişmiş olması, onları erkeklerden daha çok duygusal dalgalanmaya götürür. Kadınların duyguları, bahar mevsimi gibi özel ritm ve döngüye sahiptir. Erkekler bunu çoğunlukla anlayamazlar ve kendi davranışlarından kaynaklandığını zannederek onların hislerini değiştirmeye çalışırlar. Nasıl ilkbaharda hep güneş olmazsa kadının duygu dünyasında da hep neşe yoktur. Sebepsiz üzüntüler yaşar, basit şeyleri dert edebilirler. Herhangi bir konuyu uzatır, zihinlerinden atamaz ve günlerce düşünürler.

Kadının inişe geçtiği zaman erkek ona moral vermeye kalkıp düzeltmeye çalışırsa bir süre sonra tükenir. Kadının o anda ihtiyacı fikir değil, yanında birisini bulmak, o kişi tarafından dinlenmek ve anlayış görmektir. "Sev, değer ver, paylaş" desteği kadına yetecektir. Kadın olumsuz duygularını bastırdığında onları içinde biriktirir, ama bardağı neyin taşıracağını kestiremezsiniz. Menfî duygularını ifade edemeyen, hep neşeli roller oynayan kişinin güzel duyguları körelebilir. Bu durum da eşinin kendisini yanlış anlamasına sebebiyet verebilir. Doğal olmak, ama zamanlama ve yaklaşım biçimini çok iyi düzenlemek lâzımdır. Karşı tarafı gerçekçi olmayan beklenti içinde tutmak, ona evde bir taht hazırlayıp sonradan şikâyet etmek ne derece doğru olur?

Akıllı kadın eşine özgür olma hakkı tanırken akıllı erkek de eşine üzülme hakkı vermelidir. Böylece erkekler ilişkide nefes alırlar. Sessizlik zamanlarında zihinleri geviş getirir. Kadınlarda duygusallıkları sebebiyle anlaşıldıklarını hissettikleri için kendilerini güvende bulurlar. (*10, 25*)

Kadına Göre Para

Erkek bakışı genellikle paranın tüm sorunları çözeceği yönündedir. Yoksul kimseler bütün meseleleri ekonomik gerekçelere bağlayarak yıllarını geçirirler. Zengin olduklarında problemlerin farklı şekilde de olsa devam ettiğini görür, ancak buna bir anlam veremezler. "Her dediğini yapıyorum, yediği önünde yemediği arkasında bu kadına rahat batıyor!", erkeklerin çok sık söyledikleri sözlerdendir. Kadınlar maddî ihtiyaçları karşılanmadığında duygusal ihtiyaçlarını daha çok fark ederler. Duygusal ihtiyaçlar sevilmek, değer verilmek, önemsenmektir. Ancak böylece kendilerini mutlu ve güvende hissederler.

Erkeklerin anlamakta zorluk çektikleri bir konuda, kadınların duygusal dalgalanmalara, üzülme ve dertlenmeye psikolojik ihtiyaç hissetmeleridir. Bir kadının her zaman mutlu olmasını beklemek, gerçekçi ve mümkün değildir. Onlar bu hislerini yaşamak için erkeğe ihtiyaç duyarlar. Kendilerini güçsüz ve mutsuz hissettiklerinde dayanacak

omuz, kendilerini destekleyecek kollar ararlar. Kadının alış verişle kendini mutlu etmeye çalışması gerçekçi değildir. Bazen eşine kızıp onun parasını lüzumsuz şeylere harcayarak öç alır eşler. Ancak genellikle anlık doyum için yapılan alış veriş, geride paketleri hiç açmamış, sevgi ve ilgi açlığını yapay olarak gideren kadınlar bırakır.

Modern hayatın getirdiği tüketim hastalığının hedefi, kadınlar ve çocuklardır. Estetik kaygıları gelişmiş olan kadınların kontrolsüz alış verişleri, onların cinsel kimliklerinin ön plânda tutulmasıyla artmaktadır. Tüketimin bu derece teşvik edilmesi, günlük ihtiyaçların modanın da etkisiyle birden 20'ye çıkması sonucunu doğurmuş, bilhassa kozmetik sanayii popüler kültürle desteklenmiştir. Bu noktada geliriyle eşinin ihtiyaçlarını karşılayamayan erkek, kendisinde yetersizlik ve güçsüzlük duyguları hissetmektedir.

Ancak alış verişin sadece maddî şeylerden ibaret olmadığını, duygusal yaşantıda da alış veriş kurallarının geçerli olduğunu söyleyebiliriz. Psikolojiyasaları, sevgi cömerdi olan kişilerin, bu hislerine cömertçe karşılık göreceklerini söylüyor.

Cinsler, birbirlerinin duygusal ihtiyacını karşılamayı karşı taraftan beklememelidir. Tarafların konuya farklı açılardan bakmaları, ihtiyaçların tam manasıyla karşılanmasına engel olabilir. Meselâ kadının ilgi ihtiyacı aynı kalmasına rağmen erkek evlendikten sonra ilgisini işi üzerinde yoğunlaştırabilir. Bu da kadının alâka yoksunluğu yaşamasını netice verir. Ama kadın ilgi istemekten vazgeçmeyeceğine göre onu kişilik tipine göre farklı biçimde aramaya devam edecektir.

Akıllı kadınlar, erkeklerin savunma içgüdülerini harekete geçirmezler. Onların duygusal ihtiyacı olan güven, yeterlilik, başarı hislerine ihtimam gösterip bunları desteklerlerse kendilerine sevgi, ilgi, anlayış ve değer verildiğini görürler

Erkeğin kendine güveni, eşinin bitmeyen yakınmaları ve hiçbir şeyden memnun olmayan tavırları sebebiyle zarar görür. Bunu da kişiliğine göre tepki vererek cevaplar ve sonuçta iletişim kazaları ortaya çıkar.

Kadın, erkeğe takdir, onay ve övgü ile yaklaştığında erkekten de saygı ve anlayış ile cevap alacaktır.

Erkek, kadının üzüntülerine ve bundan kaynaklanan dertlenmesine hak verdiğinde kadının kendisine yöneltilen onay ve beğenilme hisleriyle karşılaşacaktır.

Hayat boyu eşinin desteğini yanında bulan kadın, erkeğin ihtiyacı olan teşvik, takdir ve sadakati fazlasıyla verecektir.

Kadını Mutsuz Eden Kendisidir

İnsanoğlu sorunlarını çözümlemede mucize aramaya çok yatkındır. Kolay ve zahmetsiz çareleri çok sever. Meselenin sorumluluğunu kendi dışında bir sebebe bağlar. Meselâ "büyü" der, "nazar" der, "sihir" der ve mes'uliyetten kaçar. Bilhassa mutsuz olan kadınlar, sorunu ekonomik problemler, eşinin anlayışsızlığı ve sevgisizliği gibi sebeplerde ararlar. Böylece hiçbir şey yapmamak için iyi bir özre sahip olurlar. Ancak bir insan kendini tanımayı başardıkça kendisine yardım edecek, böylece başı daha dik duracak, daha güçlü ve mutlu olacaktır. (*60*)

Erkeklerden Çok Şikâyet Etme

Kadınlar erkeklerden şikâyeti çok severler. Hatta bu mevzu, bir araya geldiklerinde en çok zevk aldıkları konulardandır. Talk-showların da en önemli malzemesidir. Bunun arka plânında, erkeklerin kendilerini beğenmesine olan ihtiyaçları yatar. Kadın, erkeği değiştirmek için hep yakınır. Oysa sızlanmak yerine plân yapıp adımlar atsa daha kolay bir dönüşüm olduğunu görecektir.

Erkekleri İlk Yardım Çantası Gibi Görmek

Kadınlar, yaralarının tedavisinde erkekleri acil tedavi ekibi gibi görerek bağımlılıklarını artırırlar. Kadın erkek ilişkilerinin eşit ve güvenli bir seviyede gitmesi için herkes kendi sorununu kendisi çözmeli ve en ufak bir meseleyi dahi eşine yansıtmaktan kaçınmalıdır.

Erkeğe Bağlanarak Kişilik Kazanmak

Bir kadın tarafından düşünülmek ve onun tarafından değer görmek, erkek için hoş bir durumdur. Fakat bu tek taraşı işlerse bir müddet sonra erkek, karısını yetersiz görmeye başlar. Kadın bir erkeğe bağlanarak değil, erkeğin eksiklerini tamamlayarak sevilir ve önem kazanır. Ama erkeğin de kendi eksiklerini tamamlamasına fırsat vermesi şartıyla... Kadın, eşine bağlanarak şahsiyet kazanmak yerine kendisi olarak, kendisini geliştirerek, sosyal ve eğitici bir rol üstlenerek kalıcı bir yer edinir. Çünkü bağlanmak kolaycılıktır. Zor olan, çaba sarf etmektir. Bu, hem kendisini iyi hissetmesi hem de evliliğinin geleceği için faydalıdır.

Erotizm ile Romantizmin Karıştırılması

Tek gecelik beraberliklerde erkekler sadece erotizmi düşünürler, ama kadın o kişiden ertesi gün telefon bekler. Bu durum kadını değersizleştirir, erkeğin efendiliğini bilmesini engeller. Aslında cinsel dürtü tüketicidir. İnsanın içinde dalga dalga yükselirken, çalışmayı ve düşünmeyi engeller. Fakat romantik duygu üretkendir. Şiir ve sanatın kaynağını oluşturur. Fakat kadın, güçlü silâhlarından birisi olan romantik duyguyu doğru ve yerinde kullanamazsa erkeğin gözünde değersizleşir. Kısa sürede cinsel ilişkiye giren kadına hiçbir erkek değer vermez. Romantik duygu ile erotik duyguyu karıştırmak—maalesef—kadını küçültür.

Evlilik Öncesi Birlikte Yaşamanın Bedeli

Evlilikten korkan ve evleneceği kişiye güvenmeyen bazı genç kızların, nikah olmaksızın bir erkekle yaşaması, günümüzde sık rastlanan durumlardan biridir. ABD'li psikolog Dr. David Emyers "Mutluluk Arayışı" kitabında, 13 bin yetişkinle yapılan bir çalışmayı aktarıyor. Evlilikten önce birlikte yaşayıp, uzunca bir dönem flört ettikten sonra evlenen çiftlerin 10 sene içinde üçte birinin boşandığını ve bunun ortalamanın çok üstünde olduğunu belirtiyor. Benzer

sonuçların Kanada ve İsveç çalışmalarında da doğrulandığını ifade ediyor. (Laura Shlessınger, 1997)

Kadınlar psikologlara, kendilerine saygı gösterilmesi için ne yapmaları gerektiğini sorarlar. Buna verilecek cevap, "Erkekten almanız gereken psikolojik ihtiyaçlarınızı almak için yollar bulun, onu kontrolsüz ve sorumsuz bırakmayın." şeklindedir.

Bir kadın hiç söz almadan bir erkeğin yanına taşınırsa, erkek onu kazanmak için fazla bir şey yapmasına gerek olmadığını düşünür. Bir müddet gönül eğlendirdikten sonra başka sevgililer bulabilir kendisine. Böylece kadın, kendisine saygı duyulacak zemini kaydırmış olur.

Erkeğe Evde Taht Kurmak

Hayattan korkan, özgüveni eksik kadınlar, eşlerinin her dediğine evet derler. Duygularını bastırırlar. Kendi kişilik sınırlarını yok sayarlar. Sabırlı olmayı "içine kapanık olmak" olarak algılarlar ve ruh sağlıkları bozulur. Erkekde hep almaya alıştığı için bencilleşir. Eşinin duygularını önemsememeye başlar. Başka arayışlara yönelir... Eşinin haklı ve mantıklı isteklerine karşı kendi fikrini söyleyebilmesi, kadının benlik saygısını artırır.

Beklentiyi Yüksek Tutmak

Herkesin çok başarılı olduğu bir aileden gelen veya mükemmelliyet duygusu yüksek bir kadın, eşinin eksiklerine odaklanır. Sürekli onun başarısızlıklarını vurguladığından, eşinin evi sığınak gibi görmesini engeller. Dürüst, çalışkan, şefkatli yönlerini göz ardı eder, parasının azlığından yakınır. Birçok evlilik bu yüzden yıkılmıştır. Erkekte güvensizlik ve yetersizlik, suçluluk duyguları oluşturan, tatmin edilemeyen kadın, "geçimsiz" olarak bilinir. Böyle bir zor kişilikte biriyle yaşayan erkeğin evlilik gemisini yürütmesi büyük beceri gerektirir.

Kendi Hayatınızın Başrolünde Olmak

Feminist gündem genellikle erkeği suçlar. Fakat çoğu zaman kadınlar, erkek egemen kültüre çanak tutarak kendi hayatlarını zorlaştırırlar. Kendi içindeki şeytanla yüzleşebilen ve onu taşlayabilen kadın, biraz yorulacaksa da sonunda mutlu ve saygıdeğer olacaktır.

II. KADIN ERKEK İLİŞKİLERİ

Düşünmeden Tepki Verme

Çocuklar ve olgunlaşmamış kişiler, herhangi bir konuda düşünerek davranmak yerine reaksiyon gösterme eğilimindedirler. Davranışın uzun vadeli sonuçlarını ve mantıklı seçeneklerini düşünmediklerinden, deneme yanılma yoluyla zaman, enerji ve kaynaklarını boşa harcarlar. Fevri kimseler, düşünmeden konuşur, akıllarına ilk geleni söylerler. Önce konuşup sonra düşündükleri için de istemedikleri şeyleri duyarlar... En son duyduğuna inanan, aklına ilk geleni söyleyen bu tipler zor kimselerdir. İstediklerini söyleyenlerin, istemediklerini duymaya alışkın olmaları gerekir. Bu kimselerin kişilikleri oturmadığından onlara farkındalık eğitimi gerekir.

Duygusal Farkındalık

Sıkıntınız, öfkeyle yer mi değiştirdi? Korkunuzun sebebi nedir? Gerçekte neye kızıyorsunuz? Böyle sorularla duyguların arka plânını anlayarak insan kendisini geliştirebilir.

Sonuç Bilinci

Düşünülen şeyin yapılması durumunda muhtemel sonuçları kendine sormak demektir. Hesap edilen ve edilemeyen riskleri tartabilmek, sonuç farkındalığıdır. Çözüm bilinci, muhtemel çözüm yollarını düşünüp, birine karar verip yola devam edebilmeyi gerektirir.

İnsanoğlu, sorunlarının sorumluluğunu kendi denetimi dışındaki olaylara ve insanlara yansıtmaktan hoşlanır; fakat

bu, hiçbir şeyi düzeltmez. Meselâ eşine karşı sevgisini belirtecek davranışlardan uzak bir erkek, onun kendisine bağlanmasını nazar-büyü gibi sebeplerle ilişkilendirerek sorumluluktan kurtulur; ama bu, problemi çözmeyeceği gibi yeni sorunlar vücuda getirir.

Duygusal İhmalin Sonuçları

Bazı insanlar, sevilmediklerini, değersiz olduklarını, özellikleri bulunmadığını hissederek büyürler. Bu tiplerin kendilerine güvenmeleri için hiçbir şey yapılmamıştır. Bu sebeple de dünyayla savaş hâlindedirler. Zor durumdaki insanlara karşı şefkat hissetmezler ve yardım etmezler. Muhalif çatışmaya eğilimli, hemen üstün taraf olmaya çalışan kimselerdir. Sürekli aşağılanmış olduklarını düşünür veya kendilerini hatalı hissederler. Kaybetmeye dayanamazlar. Her istediklerini almaya yemin etmiş gibidirler. Başkalarını incitilmekten korkar hâle getirirler. Hem incitici hem sihir bozucudurlar. Her şeyi kişiselleştirip üzerlerine alırlar. Sorunları genelleştirirler. X ile Y arasında kolayca bağlantı kurarlar.

Bu örnekte anlatılana benzer şekilde içinde nefret tohumu taşıyan bir kişi, sizi karizması ve kuvvetleriyle etkileyebilir. Kendinizi özel, önemli, âdeta bir kahraman gibi hissettirir. Bütün bu hislerinizi sömürerek iyi niyetinizi tam bir bozguna dönüştürebilir. Dikkatle yaklaşılması gereken böyle bir erkek, kadını depresyona sürükleyen bir kişilik tipidir. Peki böyle bir kişiye nasıl davranılmalıdır?

1. Onlarla savaşa girilmez. Kazanılsa bile başarının zevkini çıkarmaya izin vermeyecek tiplerdir.

2. Onlarla tartışma ve sürtüşmeye girilmez, onlar asla kaybetmeyecek insanlardır. En iyisi, çıkarlarınız doğrultusunda davranarak yolunuza devam etmeniz olur.

3. Onları değiştirmeye çalışmak, kediyle aynı çuvala girmeye benzer. Mesafeli olmak, değişmenin onların sorumluluğu olduğunu bilmek yeterlidir.

Cinsellik

İnsanın temel iç dürtülerinden biri "saldırganlık," diğeri "cinsellik"tir. Bir de "yaşama" dürtüsü vardır. Biyolojik ve genetik özellikler, kişinin doğal yapısından kaynaklanan zaruretleri meydana getirir. Bedenimizin değişik besin ve minerallere ihtiyaç duyması gibi... Şu anda vücudumuzda bulunan karbon, oksijen, hidrojen, azot gibi hücrenin yapı taşlarını oluşturan maddeler, altı ay sonra farklı maddelerle yenilenecektir. Kişiliğimiz aynen kalsa da, bedenimiz başkalaşmış olacaktır. İnsan vücudunda en hızlı değişen madde su, en geç değişen ise kalsiyumdur. Bu değişim esnasında vücudun demire, oksijene, kalsiyuma ihtiyaç duyması gibi ruhumuz da bazı psikolojik ihtiyaçlar içerisindedir. Hümanist psikologlardan Maslow, "psikososyal ihtiyaçlar" teorisinde, insanın sevmek ve sevilmek, değer vermek ve değer verilmek, önem vermek ve önem verilmek, toplumda kabul görmek, güvenilir olmak, kendini gerçekleştirmek gibi ihtiyaçları olduğundan bahseder. Bu ihtiyaçlardan birisi de cinsellikle ilgilidir.

Cinselliğin hem biyolojik hem de toplumsal boyutu vardır. Onu sadece sosyolojik, biyolojik ya da başlı başına psikolojik bir durum gibi değerlendirmek yanlış olur. Cinsellik, sosyobiyopsikolojik bir hadisedir. İnsanın, biyolojisi gereği, cinsellikle ilgili hormonları vardır. Bunun en büyük ispatı, prostat tümörüne yakalanmış yaşlı erkeklerin yaşadığı durumdur. Bir erkekte prostat tümörü tespit edildiği zaman, bu erkeğin testisleri çıkarılıyor. Eskiden prostat tümörünün kansere dönüşmemesi ya da kanser başlangıcı varsa ilerlememesi için prostat çıkarılırdı; şimdi testisler, yani yumurtalıklar alınıyor. Yumurtalıklar alındıktan sonra, daha önce kadınların yüzüne bakmayan, bir kadının elini tuttuğu zaman bile cinsel olarak etkilenen erkeklerin, gün toplantılarına gittiğini görüyoruz. Hormonların baskısı kalkınca insanın içindeki cinsel baskı da kalkıyor ve kişi kendini daha rahat hissediyor. Karşı cinsle daha insanî bir münasebet kurabiliyor. Osmanlı'da yumurtalıkları alınan harem ağalarının, içdürtüsel zorlamaları olmadığı için karşı cinsle

cinsel arzu duymadan rahatlıkla iletişim kurması, işin biyolojik boyutunu doğruluyor.

Kişilik gelişimde olduğu gibi cinselliğin yaşanmasında da %30-40 genetik, %60-70 oranında sosyal faktörler etkilidir. Toplumsal rolün çocuklara yansımasını araştırmak için yapılmış bir çalışma, oldukça dikkat çekicidir: Bir çocuğa ayrı ayrı zamanlarda erkek ve kız çocuk kıyafeti giydiriliyor ve çocuğun cinsiyetini hiç bilmeyen birisine veriliyor. Kız çocuğu kıyafeti giydiği zaman çocuğun eline oyuncak kediler, tavşanlar tutuşturulurken erkek çocuk kıyafeti giydiğinde aslan, kaplan gibi oyuncaklar veriliyor. Bu da bilinç altı şartlanması olduğunu gösteriyor. Aslında insanlar farkında olmadan "Erkeksen veya kızsan şöyle davranmalısın." koşuluyla hareket ediyorlar ki, bu da cinselliğin toplumsal boyutunu gösteriyor.

Cinselliğin biyopsikososyal bir olgu olduğunu ispatlayan önemli örneklerden birisi de, Avrupa'da tek yumurta ikizleri üzerinde yapılan bir çalışmadır. İkisi de erkek olan tek yumurta ikizlerinden birisi sünnet olurken, penisi ağır biçimde yaralanıyor. Aile, çocuğun cinsiyetini ameliyatla değiştirmeye, onu kız yapmaya karar veriyor ve kız çocuğu gibi büyütüyor. Fakat ergenlik dönemine geldiği zaman, içindeki his, ona erkek olmayı istediğini söylüyor. Ondan sonra da geçmişini öğreniyor. Demek ki kişi, toplumsal öğrenmeyle cinsel anlamda bazı sosyal beceriler kazansa da genetik boyut çok önemli. Arabayı park etmede zorlanma, şişe kapağını güçlükle açma, kadın beynindeki eğilimden kaynaklanan bazı şeyleri öğrendiği hâlde kendini erkek gibi hissetme eğilimi oluyor. Bu da gösteriyor ki, cinsellik biyolojik ya da toplumsal farklılıklarla sınırlandırılamayacak kadar geniş bir konudur. (*19, 40*)

Cinselliğin Reddi

Cinselliğin reddi, var olan biyolojik ihtiyacın reddedilmesi demektir. Yeme ihtiyacını görmezden gelmek ve sonuçta hastalanmak gibi... İnsanın cinsellikle ilgili psikolojik zorunluluğunu yok sayması ruh sağlığını bozar. Tabiî bu

genel bir kuraldır ve istisnaları vardır. Cinsel enerjiyi reddetme mekanizması gibi bir de onu yüceltme eğilimi vardır. Bir kimse cinsel arzularını kontrol altına alarak, onu sanat, müzik, resim ya da felsefe alanında harcayacağı enerjiye dönüştürebilir. Ancak bu, çok güçlü bir kişilik ve ego gerektirir. Niteliklerini etkin bir biçimde güçlendirmiş kişinin, bir insanla evlenmeden ve hasta da olmadan, libidinal enerjisini farklı noktalara yöneltmesi mümkündür. Ama bu, kural dışıdır ve sıradan insanların yapması ruh sağlıklarını zorlar. Bu dönüşümün ruh sağlığını bozmadan yapılabilmesi için cinsel enerjinin mutlaka disipline edilmesi gerekir. Bu enerjiyi kanalize etmezseniz kendine bir yol bulur. Çünkü tabiat, boşluklardan nefret eder. Cinsellikle ilgili alan boş bırakılırsa, başka alanlara yönelmeler ortaya çıkabilir. Şehvet, bir lokomotifin buhar kazanı gibidir. Buharı lokomotifi hareketе geçirmekte kullanabileceğiniz gibi bir başka işte de kullanabilirsiniz. Bu, insanın enerjisini iyi kullanmasına bağlıdır.

Ayrıca Hıristiyanlıkta, şövalye ve rahibelere öngörülen evliliği yasaklama uygulamasının günümüzde ne derece geçerli olduğu tartışmalıdır. Geçmişte Malta şövalyeleri ile Kudüs'e giden şövalyelerin evlenmemesi özendiriliyordu. Evet, evlenmiyorlar, ama yüksek bir ideal uğruna savaşarak kahraman oluyorlardı. Ancak bugünün yüksek idealden uzak ve zayıf kişilikli insanları evlenmemeye özendirildiğinde, eşcinsel eğilimler ortaya çıkıyor. Yurt dışında katıldığım bir kongrede karşılaştığım hadise, bu konudaki görüşlerimi iyice destekledi. Uyuşturucu konusunun konuşulduğu kongrede, Fransız bir katılımcı, uyuşturucuyla mücadelede eroin kullanan gençlerin AIDS kapma ihtimalinin yüksek olduğu için şehirlerde arabalarla plastik enjektör ve prezervatif dağıttıklarını söyledi. Tâ ki, bu hastalığa dönüşmesin... Bunun üzerine Fransız konuşmacıya şunu sordum:

"Sizin bu yaptığınız çok geçici bir tedbir. Gençlerin bu problemine çözüm üretmek için din bilimcilerden, ahlâkçılardan, sosyologlardan görüş alıyor musunuz?"

Soruma çok sinirlenen katılımcı, şu cevabı verdi:

"Siz şu anda Vatikan'ın durumunu biliyor musunuz? Oradaki insanların hemen hepsi eşcinsel!"

Bu olayla bir kez daha anladım ki, evliliği yasaklamak ya da evlilikte cinsellikle ilgili zincirleri kırmak yerine, onu kabul edilebilir sınırlar içinde tutmak gerekiyor.

Cinsel Özgürlük

Tarih perspektifinden bakıldığında cinsel özgürlük, kadın özgürlüğünün bir boyutunu teşkil eder. Kadının cinselliğini istediği şekilde yaşaması, özgürlüğünün bir parçası gibi yansıtılmıştır. Özellikle radikal feministler böyle düşünürler. Bu düşünceyi destekleyen ve daha çok kadınla beraber olmak için kullanan erkeklerin görüşleri de var tabiî. Kadını cinsel obje olarak ticarî amaçla kullanan ve bunu sektör hâline getiren erkeklerin şakayla karışık söyledikleri bir söz vardır: "Kadından feminist olmaz." Burada kastedilen şey, her istediği erkekle beraberlik yaşayan kadının gerçek feminist olacağıdır.

Psikiyatristlerin Freud'a dayanarak savundukları bir görüş, cinsel özgürlük konusunda bilimsel temel olarak kabul edildi. Bu fikre göre, nevrozların sebebi, cinsel dürtüyü bastırmaktı ve insanın ruh sağlığı, cinsel arzularından kaynaklanan enerjiyi boşaltamadığı için bozuluyordu. Ruh sağlığının iyi bir şekilde yürüyebilmesi için de, cinsellik istenilen şekilde yaşanmalıydı. Psikiyatri ofislerindeki uzmanlar bu düşünceyi halka tavsiye ettiler. Bu sav şimdilerde sorgulansa da evlilik kurumunun zayıflamasında ve Birleşmiş Milletler'in 1994 senesini "Aile Yılı" ilân etmesinde etkili olmuştur.

Esasında gerçek özgürlük, insanın kötü duygularından, cinsellik, saldırganlık gibi dürtülerinden uzak olmasıdır. Kişi bu dürtülerinin önünü açmak yerine onları denetleyebilir ve enerji hâlinde tutabilirse, hakikî serbestliğe kavuşur. İnsanın içdürtüleri at gibidir. At, insanı bir noktadan başka bir noktaya götürecek binektir. Ata ilk binildiği zaman hayvan, üzerindeki biniciyi atmaya çalışır ve "Kral benim!" der. Eğer binici onu doğru bir şekilde ehlîleştirirse at belli bir sü-

re sonra biniciyi kabul etmeye başlar. Ama evcilleştiren kişinin yetersizliği durumunda at, biniciyi kendi istediği yere götürür. İşte insanın da, atı ehlîleştiren bir binici gibi saldırganlık cinsellik ya da yaşam enerjisini yani temel içdürtülerini dizginleyip eğitmesi gerekiyor. Dürtülerimizin bizi bir amaca taşıması ancak bu şekilde mümkün olacaktır, yoksa cinselliği bir tabu gibi görüp kutsayarak değil.

Cinsel özgürlük konusunun yanlış anlaşılması ve cinselliğin abartılı şekilde yaşanmasının pek çok zararı olmasına karşın en ciddî zararı, evlilik kurumu görmüştür. Eskiden çok eşli evlilikler vardı. Tek eşli evliliğin ideal olduğu söylendi. Şu anda çok eşli evlilikler kalmasa da çok ilişkili evlilikler yaşanıyor. Evliliğin en önemli unsurları güven ve sadakattir ve evlilik bu kavramlar üzerine kurulur. Fakat pek çok insanla yaşanan cinsellik, sadakati zedelemiştir. "Cinsel özgürlüğümüz olsun, dilediğimiz kişiyle birlikte olalım, fakat aynı evde yaşayalım." düşüncesi kadının doğasına aykırıdır. Yaşanan, cinsel özgürlük değil, mizaçtan sapmadır. İdeal olan ise, ailede sadakatin devam etmesidir.

Kadın erkek ilişkisinde aile mefhumunu göz ardı ederek özgürlük sınırlarını genişletmek, evliliği yıpratıp cinsler arası ilişkiye zarar verir. Bu durumda "Evlilik kurumuna gerek yok!" diye düşünen kadın, sperm bankasından aldığı spermle hamile kalıyor. Neticede tek ebeveyn olarak pek çok zorlukla çocuk büyütüyor.

Cinsellik, sınırları belli olmadan yaşandığında, ailelerdeki boşanmalar da artıyor. 1955 yılında Amerika'daki boşanma oranı %10 civarındayken, 40 sene sonra 1990'larda %52'ye çıktı. Yani %400 oranında arttı.

Cinselliği dilediği şekilde yaşayan geyşa ya da fahişelerin serbest olması özgürlük gibi gözükse de, bu tür kadınlar "ideal kadın tipi"nden oldukça uzaktır. Üstün kadın, yatak odasında, mutfakta ya da salonda gerektiği biçimde davranabilen tiptir. Gerçek manada özgür kadın, bu nitelikleri kazanmış ve eşiyle her şeyi paylaşabilen kadındır. Geyşanın özgürlüğü, dağda yalnız gezmeye benzer. Her türlü tehlikeye karşı "Ben özgürüm!" diye yola çıkmak hürriyet de-

ğildir. Birileriyle beraber yürünüyorsa dağda, kişiyi dış tehlikelerden koruyan, ihtiyaçlarını temin eden birisi varsa, özgürlüğü kısıtlı gibi gözükse bile, hayatın zorluklarına karşı mücadele gücü üstün olur. Tek başına olmak kadının menfaatine mi, değil mi, ona bakmak icap eder. Fahişelerle ilgili yapılan araştırmalarda, hiçbirisinin yaşadığı hayattan memnun olmadıkları, bu yaşam tarzını onaylamadıkları görülüyor. Geleneksel aile tipini, özgür olduğunu düşündüğümüz hayat kadınları da istiyorlar. Hiç tanımadığı insanlarla cinsel beraberlik yaşayan kadının hayatına "özgürlük" demek hiç gerçekçi değildir. Ayrıca bu durum, kadınlığın kötüye kullanılmasıdır.

Bekâret Nasıl Algılanmalı?

Bekâret, evlilikte güveni sağlayan önemli bir bağdır. Cinsellik, özel bir ilişkidir ve özel olanla paylaşılmalıdır. Her iki cins için de cinsellik yaşanacak kişi, eşidir. İnsan, anne babasıyla dahi paylaşamadığı bu istisnaî münasebeti ancak eşiyle paylaşmalı ve ona sadık kalarak devam ettirmelidir. İdeal olanın bu olduğunu ve cinselliği bu hassasiyete uyarak yaşamak isteyen insanlara saygı duymayı bilmek gerekiyor. Cinsellik konusunda herkes ideal ölçüyü tutturamayabilir; ama insandan beklenen, genel kurallara uymak konusunda çaba harcamasıdır. Bu tıpkı idam cezası verilen mahkûmun durumuna benzer. Mahkûma idam cezası verilir ya da müebbet hapis verilir, ama mahkemeye çıktığı zaman ceza hafifletilir. O ceza onun caydırıcılığıdır.

Bekâret aynı zamanda cinselliğin sosyal yönüyle alâkalı bir durumdur. Son yıllarda bilhassa halk arasında şöyle bir söylenti dolaşmaktadır:

"Artık erkekler, evlenecekleri kızda bekâret şartı aramıyorlar."

Ancak bu konudaki çalışmalar bu söylentiyi doğrular nitelikte değildir. Üniversite öğrencileri arasında yapılan araştırmalar da, genç erkeklerin, evlenmeden önce karşı cinsle istedikleri gibi yaşadıkları, fakat evlenecekleri zaman, kim-

senin elinin dahi değmediği bekâr bir karşı cins istedikleri ortaya çıkmıştır.

Evlilik Dışı İlişkiler

Evrimsel psikoloji, erkeğin genetik olarak poligamik, kadının ise monogamik olduğunu söyler. Bu farklılığın sebebi, kadının doğurganlığı ile erkeğin doğurtabilme özelliğinin ayrı olmasıdır. Erkek bir ilişkide milyonlarca sperm bırakabilirken, kadının hayatı boyunca 400 tane yumurtası vardır. Bu anlamda kadının üretkenliği sınırlıdır. Erkeğin daha çok çocuk sahibi olmakla ilgili genetik yatkınlığı vardır. İnsanlık tarihinin ilk dönemlerinde çok çocuk sahibi olmak, önemli ve gerekliydi. Ama bugüne gelindikçe çok eşlilik, yerini tek eşliliğe bıraktı

İnsan, tekdüzelik ve monotonluktan hoşlanmayan bir yapıya sahiptir. Organizma geliştikçe çoğulculuk ve çeşitliliğe yönelir. Bu sebeple de durağanlık hissedilen şeyde usanç meydana gelir. Bu konuda sıkça söylenen bir söz vardır: "Değişmeyen tek şey, değişimdir." Bilhassa erkekte baskın olan çoğulculuk arayışı eşi tarafından karşılanmazsa, aldatmalar yaşanabilir. İnsanların fantezilerini süsleyen, gençlerin duvarlarını renklendiren, "dünyanın en güzel kadını" diyebileceğiniz kadın tipleri vardır. Fakat onunla evli olan erkek, karısını aldatır ve başka bir arayışa girer... Bu da göstermektedir ki, aldatılmanın sebebi, güzellik ya da çirkinlik değildir. Monotonlaşan ilişkiyi tamir edemeyen, hareketliliği sağlayamayan erkek ya da kadın, ilkel bir davranış sergileyerek başka insanlarla beraber olmaya başlar. Ancak çiftler karşılıklı çabayla sıkıcılığa son vererek, evlilikteki cinsel yaşamı heyecanlı hâle getirebilirler. Yüksek nitelikli evliliklerde çok ilişkiye gerek kalmaz ve eşiyle kaliteli birliktelik yaşayan erkek, başka insanlara yönelmez. Bu noktada kadının estetik, süs ve sanata olan düşkünlüğü ile bu hususta gayretleri, erkeğin bıkkınlığını da önlemiş olur.

Bir erkeğin veya kadının eşinden başka biriyle cinsel ilişki yaşaması, nitelik düşüklüğüdür. Böyle durumlarda insan ya kendini doyumsuz hisseder ya da beklentisi çok yüksek

olduğu için gerçekçi değildir. Gayrimeşru ilişkiler, ihtiyaçların tatmin edilememesi sonucunda ortaya çıkmaktadır. İlişkilerin en kuvvetlisi olan evliliğin temel problemi, cinsel aldatmalar yani aile sadakatine uymayan ilişkilerdir. Aldatan kişi, ihanetini örtmek için devamlı yalan söyler. O yalanı düzeltmek için bir başka yalan söylenir ve zincirleme şekilde giden yalanları aldatılan taraf fark ettiğinde güven zayıflar. Kaçınılmaz bir gerçektir ki, çok ilişkili evlilikler genellikle boşanmayla sonuçlanır.

Gereğinden Fazla Cinsellik

Cinsellik, kuyudan su çektikçe kuyunun açılmasına benzer ve ne kadar açılırsa o kadar alışılır. Bir müddet sonra da morfin, eroin ya da kokain bağımlılığı gibi seks bağımlılığı oluşur. İnsan beyninin sağ ön bölgesinde hazza ve zevke yönelmeyle ilgili hücreler, sol ön bölgesinde ise acı, elem ve kederden kaçmaya yönelik hücreler vardır. Cinsellik müptelası olan kişinin, zevke yönelmeyle ilgili alanları daha fazla çalışır. Seks bağımlısının beyninde haz tuzağı oluşmuştur ve cinselliği yaşamadan zevk alamaz hâle gelir. Sabah kalkar kalkmaz onu düşünmeye başlar ve hayatına bu zevk yön verir. Sürekli cinsellik yaşamak isteyen kimsenin mantığı "hayır" dese de o artık içgüdülerinin esiridir. Tutsak olmuş bir kişi özgür değildir.

İnsan, beynindeki "network"e kimyasal harflerle haz alanlarını yazar. Beyin birine, "Senin haz alanın sekstir." derken başka birisine "Sen kumardan zevk alırsın.", diğer birine "Budizmle ilgilenmelisin." diyor. Kişi beynine hangi alandan zevk almayı öğretirse, beyin ona göre çalışır. Seks bağımlısı olan kimse beynine cinselliği öğrettiği için ona bu alan zevk verir. Oysa insandan beklenen, değişik meşguliyetlerle de hoş vakit geçirmeyi bilmesidir. Duygusal rahatlamayı yalnız cinsellikte arayan kimse, tatmin olmuyor; tatmin olmak da mümkün değildir. İşletmecilikte şöyle bir kural vardır:

"Sermayenizi tek sepette toplamayın, farklı sepetlere dağıtın."

Bu kuralın insan hayatına yansıma şekli, haz alanlarının farklılığıdır. Cinsellikle ulaşılan zevke, araba kullanmak, tabiatla uğraşmak, metafizik konulara merak salmak ya da kitap okumakla da erişilebilir. İnsan, beynine çok zevkliliği öğrettiğinde, bir noktaya bağımlı olmayacak ve biri haz vermediğinde diğeri onun yerini dolduracaktır. Ayrıca duygusal ve bedensel tatmini yalnız cinsellikte arayanlar, hayatlarının ilerleyen yıllarında kolaylıkla yıkılabiliyorlar. Çünkü beyni tek zevk unsuru olarak seksi gördüğünden diğer zevk alma alanlarını geliştirmemiştir. Seks hayatı bittiğinde de kişi, yaşam sebebi kaybolmuş gibi hisseder. Buradan yola çıkarak şunu söyleyebiliriz:

Devamlı cinsellik peşinde koşan insan, beyinsel eğilimine uygun davranmamaktadır.

Çok İnsanla İlişkiye Girme [Poligami]

Erkeklerin potansiyel olarak poligamik eğilimleri vardır. Bu, onları yüzyıllar boyunca çok eşle evliliğe götürmüştür. Esasında çok eşlilik, cinsel dürtüsünü kontrol edemeyen insanların başvurduğu bir evlilik şeklidir. İkinci evlilik yapan insanlar arasında mutlu olanların oranı oldukça azdır. Erkek, cinsel zevkini gidermek isterken aslında pek çok zorlukla karşılaşmaktadır. Çünkü gelen ikinci eş, sorunlarını da beraberinde getirmiştir.

Çok ciddî bir mecburiyet olmadıkça erkeğin ikinci bir kişiyle evlenmesi akıllıca değildir. İnsanlık ilerledikçe görülmüştür ki, kadın ve erkek açısından en ideal evlilik şekli, tek eşliliktir. Eğer bir kişi cinsel konuda kendisini yetersiz hissediyorsa ikinci bir kimseyle beraber olmak yerine, var olan ilişkisini nitelikli hâle getirmeye çabalamalıdır. Aynı durum kadın için de söz konusudur. Ailenin bütünlüğü, cinsel sadakatin temini için her iki cinsin de gayret göstermesi gerekmektedir. Aksi takdirde ailenin uzun süre bir arada bulunması, hayaldir. Bu kuralların dışına çıkan tutumlar, amacından sapmış davranışlardır.

Cinsel İlişkinin Amacı

Cinsellik, azami sekiz dakikada doruk noktasına ulaşan bir aktivitedir. Sürekli doyum isteyen kişilerin cinsellikle tatmin olması mümkün olmaz. Cinsel ilişkideki zevki uzatmak için bulunan ilâçlar ve uyarıcılara her gün yenisi eklense de insan tabiatı bu hazzı kesintisiz şekilde sürdürmeye müsait değildir. Buna ilâveten sekiz dakikalık doyum noktası uzatılmaya çalışıldığında, depresif durumlar oluşma ihtimali yüksektir.

İnsanın cinsel zevk konusundaki doyumsuzluğu, yaratılışta kendisine verilen en yüksek haz duygusu olmasındandır. Bu sebeple içgüdüsel olarak zevkin devamı istense bile sınırları bilmek icap eder. Seksi en büyük zevk olarak gören kimse, sürekli heyecan arayışındadır. Oysa bu sadece belli hayvanlarda, o da muayyen mevsimlere özgü bir amaçtır. İnsanın yapması gereken, cinsel dürtüsünü eğitmek ve bu enerjisini soyut bir amaç için kullanmaktır. Cinsellik, bu amaca giderken karşılaştığımız bir araçtır sadece. Bu durum, değirmendeki atın yaşadığına benzer. At, değirmende gözü bağlanarak otu yakalamak için koşar. At, otu yakalamak için koştukça değirmen taşı döner, fakat bir türlü de otu yakalayamaz ve o sırada da öğütür. Cinsellik duygusu da, insana çocuk sahibi olmak, hayatın zorluklarına katlanmak için verilmiştir. İnsan o zevk için koşarken, nesil devam eder. Evrensel psikoloji içinde cinselliğin rolü bu kadardır. Bunun dışında bir fonksiyon yüklemek, biyolojiyi hırpalamaktır.

Cinselliğin Toplumsal Boyutu ve Konuşma Şekli

Cinsellik, erkeklerin zayıf alanlarından birisidir ve bu konuyu konuşma eğilimindedirler. Cinsellikte "uygun yer, uygun zaman, uygun insan" kuralı vardır, ama bu sadece insanlar için geçerlidir. Meselâ hayvanlar içgüdüleri ne isterse onu yaparlar. Kişinin cinselliği yaşayacağı uygun partneri seçmesi için akıl ve eğitim gerekmektedir. Aksi takdirde toplumda kimi zaman estirilen cinsel özgürlük fırtınası, eğitimsiz insanların kontrollerini kaybederek içgüdüleriyle hareket etmelerine ve sonradan pişman olacakları

şeyler yapmalarına sebep olabilir. Cinsellik, teşvik edilmeye ve özel hatırlatmalara gerek olmayan bir dürtüdür. İçgüdülerin fazla uyarılması cinselliğin sınırsız bir biçimde önünü açar ve bu da bizi bilhassa eğitimsiz insanların problemle karşılaşmaları sonucuna götürür. Eğitimsiz insanlar diyorum, çünkü eğitimli kişilerin erteleme duygusu daha baskın çalışır. Cinsellikle ilgili ölçülü davranmanın en önemli yolu, sosyal sınırların olmasıdır.

Ayrıca cinselliğin toplumsal kabul çizgilerini aşması ve bu konuya çok fazla vurgu yapılması, kadının cinsel kimliğine saygısızlıktır. Kadını kadın yapan, duyguları, düşünceleri, insanlığıdır; dişilik, çok sonra gelen bir özelliktir. Kadının toplumsal konumunu dişiliği üzerinden yürütmesi erkeklerin ilgisini çekip onların zevklerine hitap etse de kadına zarar verir. Fizikî cazibesi sebebiyle abartılı iltifatlar alan kadının iş verimi olumsuz yönde etkilenir. Kısacası, cinselliğin toplumsal ifadesi sınırsız değildir ve cinselliği ön plâna çıkaranların etik davranmaları gerekmektedir. (*42, 52, 55*)

Eşcinsellik

Eşcinsellik konusunda yapılan araştırmalar, şu soruya cevap bulmaya çalışmaktadır:

Eşcinsellik genetik bir eğilim midir? Eşcinsel insanların hiç mi hatası yoktur? Sosyal faktörler ne kadar etkilidir?...

Eski dönemlerde bir hastalık olarak kabul edilen eşcinsellik, son yıllarda sadece "cinsel kimlik tercihi" şeklinde algılanıyor.

Eşcinselliği yalnızca kişisel tercihler açısından ele alan kişilere, şunu sormak gerekir:

İnsanın neslini yok etme özgürlüğü var mıdır?

Tabii bu, eşcinsel olmak isteyen birisine heteroseksüelliği zorla dayatmak anlamına gelmemeli. Böyle bir empozenin psikolojik mantığı yoktur. Peki çare nedir? Çare, o insanın kişisel olarak neden böyle bir tercih yaptığını anlamak ve bu durumun toplumda niçin artış gösterdiğini kavramaya çalışmaktır.

Aslında bu konunun değerlendirilmesi gereken diğer tarafı da, olayın sosyal boyutudur. Kişi psikolojik olarak böyle bir tercih yapsa bile bu seçim sosyolojik düzlemde ne kadar doğrudur? Eşcinsellik bütün dünyada yayılma riski gösterirken, durum insanlığın geleceği açısından ciddî bir tehlikedir. Meselâ California'da yaşayanların %30'u kadın, %30'u erkek iken üçüncü cinsel kimlik de bu oranlarla başa baş gitmektedir—yaklaşık %30 civarındadır. Eşcinseller, evlerinin balkonlarına astıkları gök kuşağı şeklindeki bayraklarla cinsel kimlik tercihlerini ifade etmektedirler. Hatta Amerika ve Hollânda'da, seçimi etkileyecek derecede lobilere sahiptirler. Evlenebilmenin yasal yollarını arayan homoseksüeller, bununla da kalmayıp, evlâtlık olarak çocuk almak ve bu çocuğa bakabilmek için hukukî mücadelelere girişmişlerdir. Ayrıca bu mücadelelerini dünya parlamentolarına kabul ettirmek için uğraş vermektedirler.

Eşcinsellik, dünyanın değişik ülkelerinde olduğu gibi Türkiye'de de hızla yayılmaktadır. ODTÜ ve Boğaziçi üniversitelerindeki gay ya da lezbiyen kulüpleri, üniversite yönetimine, "Böyle bir kulübümüz var ve bize yer verin." şeklinde talepler iletmektedirler. Eşcinsellik, bilhassa gençler arasında özgürlük gibi zannedilse de, özgürlük değil, bazı değerlerin yok olmasıdır. Eğer böyle devam ederse, insan nesli bu durumdan ciddî şekilde zarar görebilir.

Cinsellikle ilgili ölçülerin ortadan kalkmasının sorumlusu, bilimdir. Cinsel özgürlük bilim adına desteklenirken, toplumsal ve psikolojik normların dışına çıkılmaması gerekir. Psikiyatri ofislerinde hâlâ "Bir insan eşcinsel olmak istiyorsa bırakın olsun. Eğer böyle mutluysa tercihlerine karışmayın!" deniliyor. O anda mutlu olacağını zanneden insan, 10 sene sonra "Doktor bey, niçin o zaman bu isteğime izin verdiniz?" diye de soruyor. Çünkü insanda biyolojik olarak eşcinsel eğilim yoktur ve eşcinsel kimlik, olması gereken cinsel kimlikten sapmadır. Bu sebeple eşcinsellik, toplumsal olarak onaylanmamalıdır. Böyle bir sapmayla karşılaşmamak için de kadın ve erkeğin biyolojik farklarına riayet edilmelidir. (*19, 34*)

Eşcinsellikte Ailenin Önemi

Eşcinsellik, öğrenme boyutu çok geniş olan bir konudur ve bu eğilim, eğitim hatasının bir sonucudur. Eşcinsellerin ailelerine baktığımızda, genellikle babanın pasif ve soğuk, annenin ise baskın ve fazla sevgi dolu olduğunu görürüz. Eşcinsel erkekler arasında abla, teyze, yenge gibi çok fazla kadın arasında büyüyenlerin oranı yüksektir. Küçüklüğünde kız çocuklarının oynadığı oyunları oynayarak büyüyen bir erkek çocuğu, bir süre sonra kendini kız gibi hissetmeye başlar ki, bu da onu olması gereken cinsel kimliğin tersine götürür.

Kadın ile Erkeğin İlişkideki Rolü

İlişkilerde kadınla erkek birbirlerini tamamlayan unsurlardır. Bu durum, bir iş bölümü gibi düşünülmelidir. İlişkinin duygusal boyutunda kadın, maddî tarafında ise erkeğin rolü ön plândadır. Çocuklarla ilgili konuda kadın, para işinde erkek önde görülür. Meselâ bir yönetici, hem resmî güce, hem de kişilik gücüne sahiptir. Kişilik gücü, yöneticinin güven uyandıran tarafıdır; bu güç, onun tutarlılığını oluşturur. Kişi ancak bu özelliğiyle ideal yönetici olarak gözükür.

Evlilik de buna benzer. Erkeğin fizik gücü vardır, kadın ise güven uyandırma ve ilişki kurabilme alanlarında başarılıdır. Aile içi ilişkilerde kadın daha baskınken, dış ilişkilerde erkek ön plâna çıkar. Güven uyandırma hususunda sevgi objesi anneyken, güven objesi babadır. Kadın erkek ilişkisinde de sevgi veren taraf kadın, güven veren taraf erkektir. Erkekteki güven zayıflığı, kadına göre evliliğe daha fazla zarar verirken kadındaki sevgi azalması, erkeğe göre daha zararlıdır. Zihin gücü açısından erkekle kadın birbirinin alternatifi değil, tamamlayıcı unsurlarıdır. Güç ve hâkimiyet, bilgi ve beyin gücünün elindedir.

Seçen Erkek, Seçilen Kadın

Kadında beğenilme arzusu, erkekte güzelliği arama eğilimi vardır. İnsan cinsinde güzellik kadında olduğundan, o aranan; güzelliğe ulaşmak isteyen erkek olduğundan, o da

arayan durumundadır. Genetik birikim içerisinde kadın en iyi adayın gelmesini bekler, erkek ise en uygun adayı arama çabasındadır. Aranan ve seçilen olduğunu hissetmesi için, kadına saygı gösterilmelidir. Seçim olgusu, manavdan domates seçme gibi değil, değerli olduğu için kadının ayağına gidilme şeklindedir. Erkek aceleci ve sabırsızdır; kadın ise beklemeyi ve harcanmamayı tercih eder.

Duygusal İlişki Esnasında Kadının Yaşadığı Duygusal Zorluklar

Erkeklerde şiddete yatkınlık, sinirlilik, kurallara uymama, saldırganlık ve kabadayılık gibi özellikler hâkimken, kadınlarda rol yapma, tiyatral davranma, karşı tarafı duygusal olarak etkileme hususiyetleri daha fazladır. Kadın psikolojisini anlama açısından bu özellikleri bilmek son derece önemlidir. Yani kadınlarda oyuncu ruh hâline yatkınlık ve histerik kişilik özellikleri fazla iken, erkekler de antisosyal kişiliğe daha çok rastlanır.

Bazı kişilik tipleri vardır ki inciticidir. Bunlar çoğu zaman karşısındakini incittiğinin farkında olmazlar. Bu yapıdaki kimselere dikkatle yaklaşılmalıdır. Pek çok iletişim ve evlilik sorununun altında yatan temel sebep budur. "Kişiliklerimiz ve ruhsal yapımız uymadı!" diyenler, aslında bu şikâyeti dile getirirler.

İnciten insanları, farklı davranışlarına göre şöyle gruplandırabiliriz:

Bunların bir grubu, muhatabına kendini özel hissettirir. Fakat daha sonra avının kanını emer, onu duygusal olarak sömürür ve kullanır. Bu kişilik özelliği taşıyan kadınların, aslında karşısındaki insanı incitecek gücü yoktur. Erkeğin maganda duygularını harekete geçirerek, onun kendisini kahraman gibi hissetmesini sağlar. Sonra onu istediği yöne sevk eder. Kısacası, bu kişilik tipindeki insanlar, karşılarındakileri kullanırlar. Fakat işin garip tarafı, bunu çoğu zaman bilerek de yapmazlar. Ama bu durumdan iki taraf da memnundur.

İnciten insanların ikinci grubu, duygularını yöneteceği, hatta hislerini emeceği kişinin diğer insanlarla ilişkilerini bozar ve onu yakın çevresi içerisinde gülünç durumlara düşürür. Lâkin karşıdaki insan, içine düştüğü vaziyetin farkında değildir. Çünkü muhatabı, kendinin özel olduğunu hissettirmiştir ve o bu durumdan zevk alıyordur. Yani erkek, gücün kendinde olduğunu sanır, ama güç kadındadır. Kendini özel hissettirenler, lüzum gördüklerinde isteklerini yaptırmak için ağlarlar. Bu ağlama karşısında hemen yumuşayıp teslim olunursa, bundan sonra kadın erkeği istediği noktaya götürecektir. Bu tip kadınlarla karşılaşan erkekler, onlara nazikçe mendil uzatmalı, fakat kendileri doğru bildiklerini yapmalıdırlar.

İnciten insanların üçüncü grubu ise, sürekli savaş hâlindeki kişilerdir. Kendilerini de, karşılarındaki insanı da kontrollü gerilim hâlinde tutarlar. Bu insanlar genellikle çatışmaya eğilimli, öfke ve nefret duygularını fazla yaşayan, kronik muhalif tiplerdir. Rekabetçi özellikleri fazla olduğundan yarışmacı olurlar. "Bu tabak neden böyle değil de şöyle duruyor?" konusunu bile çatışmaya dönüştürürler. Her sorunda üstün taraf olma kaygıları vardır. Böyle insanlar karşısında kişi, kendini hatalı, eksik ve aşağılanmış hisseder; çünkü tarzları budur. Bu davranışla hedefledikleri, karşı tarafın kontrolünü ellerinde tutmaktır. Bu kadınlar, "Güç bende!" savaşı verirler ve kaybetmeye dayanamazlar. Her istediklerini almaya yemin etmiş gibidirler. Her zaman bu ön kabulle hareket eder ve alçak gönüllülüğü kişiliklerinden taviz vermek gibi algılarlar. Bu kadınlar, tuttuklarını koparan cinsten oldukları için çok iyi avukat olabilirler, ama asla iyi bir eş olamazlar. Bu kişilik yapısındaki kimseler, aile hayatı için çok tehlikelidir. Böyle biriyle evli olan erkek, eşine nasıl davranacağını mutlaka bilmelidir.

Aslında karşılarındaki kimseyi inciten bu insanlar, kırılmaktan korktukları için bu derece hassastırlar. Saldırganlığı, incitilmeye karşı kalkan olarak kullanırlar. Fakat bu kişilerin etrafındakiler, incitilmekten korkar hâle gelirler. Zihinlerini sürekli, "Şimdi nasıl davranacak, ne diyecek?" soruları meşgul eder.

İnciten insanlarla yaşayanlar, kendilerini karşı tarafın isteklerini yerine getirmeye ve fedakârlıkta bulunmaya mecbur hisseder, yaka silkerek de olsa kurallara uyarlar. İnciten insanlar, geçinmesi zor kişilerdir; kolaylıkla kin tutabilir, gerektiğinde misillemeye başvururlar, kötülük yapmaya yatkındırlar. Çünkü öçlerini almazlarsa, kendilerini kötü hissederler. Bu insanlarla yaşayanlar dikkatli olmak zorundadır. Bu kişilerin savaş stratejileri farklı olduğundan, mücadele için onlara uygun bir plân yapılmalıdır. İnciten insanın her dediğine "evet" denilirse onun esiri durumuna düşülür. Kavgayla beslenen insanlara, onları düşündürecek şekilde davranılmalıdır. "Ne yaparsam, bu kişiyi farklı biçimde düşündürürüm?" sorusuna cevap aranmalıdır.

Bu tiplerle çatışmaya girildiğinde muhatap bağırmaya başlarsa, "Yavaş konuş, seni anlamam lâzım!" denildiğinde, yavaş bağırmak mümkün olmadığına göre, o hemen duracaktır. "Karşımdaki insan beni anlamaya çalışıyorsa, benim düşmanım değildir." diyecek ve düşünmeye başlayacaktır. Bu insanlar, karşısındakini kendi yöntemleriyle savaşa çekmeye çalışırlar. Onunla mücadele için aynı kurallara başvurulsa, onun gibi bağırılıp çağırılsa bile, o alanda onun kadar başarılı olunması mümkün değildir. Erkek, bir müddet sonra pes edecek ve eşinin isteklerini yerine getirmeye mecbur kalacaktır. Muhatap, bu kişinin savaş alanına girmeden, ama ona onaylamadığını da hissettirerek, susup beklemelidir. Böylece saldırgan, suçluluk hissetmeye başlar. Karşıdakine, "Ben kendimi ezdirecek biri değilim. Benimle yaşamak istiyorsan, güzellik diliyle ilişkide bulunmalısın. Kimi insanlar baskı, tehdit, korku ve şiddetten; kimileri de nezaket ve yumuşaklıktan anlar. Ben ikinci gruptanım!" denildiğinde, agresif kişi anlaşma yolları bulmaya çalışacak, onda bir değişim başlayacaktır. Bu kişilikteki insanlara kılıç çekmek, savaşı baştan kaybetmek demektir.

Bir başka kişilik tipi ise, kırılganlardır. Bu tiplerle yaşayan insanlar, yumurta kabuklarının içinde dolaşıyor gibidirler. "Ben çok duygusalım." diyen bu insanlar, karşı taraftaki kişiye kendini hep suçlu hissettirirler. Öyle üzüntülüdürler ki, ufacık bir şeyden ağlamaya başlar, her şeyden incinirler.

En ufak bir şeyde kırıldıkları için, karşı taraftaki insan kendine sürekli, "Acaba yine ne hata yaptım?" der ve suçluluk duygusu içine girer, "Gülsem kırılacak, ağlasam kırılacak!" diye endişe ederler. Çok kırılgan insanlarla yaşayanlar, "Benim bu kişiyi neşelendirmem lâzım." gibi bir mecburiyet hissederler. Fakat bu çaba gösterildikçe, muhatap duygusal olarak beslenir ve bundan özel bir zevk alır; yani artık ona sürekli ödün verilmesi gerekecektir.

"Müzmin kırılgan" diyebileceğimiz bu kimseleri neşelendirmeye uğraşırsanız, "yandınız" demektir. Bu kişilikteki insanlar her olayı ya kişiselleştirir ya da genelleştirirler. "Gözlüğün eğri duruyor!" deseniz "Bu beni beğenmiyor!", "Sağdan değil, soldan gidelim." deseniz, "Bak, benim fikrime önem vermiyor!" diye düşünürler. Bir şey söylediğinizde onu her zaman öyle görüyormuşsunuz gibi davranırlar. "Bugün yüzün gülmüyor!" denildiğinde, "Beni suratsız buluyor!" genellemesine başvururlar. Sürekli sevilmedikleri ve değersiz olduklarını düşündüklerinden, alıngan olurlar. Ayrıca bu gibiler her konuyu abartırlar.

Kırılgan yapıdaki insanlar, etraşarındakileri yaptıkları işte desteklemez, ama onlara köstek de olmazlar. Yani faydaları da, zararları da yoktur. Ancak at sineği gibi yapışkan ve rahatsız edicidirler. Acıma duygularınızı harekete geçirecek şekilde içlerine kapanırlar. İnsanlar, onları neşelendirmek gibi bir görevleri olduğu hissine kapılırlar.

Böyle insanlarla yaşanıyorsa sınırlar netleştirilmeli, o kişinin beklentileri gerçeklik sınırına çekilmelidir. Meselâ söylediğiniz şeyden alınmışsa, fazla üstüne düşüp neşelendirmeye çalışmak yerine, "Benim için önemlisin, ama bu konudaki davranışın doğru değil!" diyerek, yönlendirme metodu uygulanmalıdır. İnsan ilişkilerinde her zaman doğru olanı ve üzerimize düşeni yapmalı, ama karşı tarafı değiştirmek gibi bir görevimiz de olmamalıdır. Değişmek, muhatabımızın sorumluluğudur. "Değiştireceğim." diye düşünülürse, karşı taraf savunmaya geçer ve kişilik çatışması daha fazla yaşanır. Doğru olan yapıldıktan sonra kenara çekilip

yola devam edilmelidir. Bu zor kişilik tiplerinin üçü de genel olarak baskın hâldedir.

Kadınların yaşadığı duygusal bir farklılıkda, geçmişe gereğinden fazla takılmalarıdır. "Annen bana 10 sene önce şunları söylemişti." demek için gece yarısı kocasını uyandıran kadınlar vardır. Geçmişle çok uğraşan insanlar beyin enerjilerini boşa harcarlar. Oysa insanoğluna verilen beyin enerjisisi yaşadığı günü mutlu ve başarılı geçirmesi içindir. Bugünkü enerji, geçmiş ve gelecek düşünülerek boşaltıldığında mutluluğu kaybederiz. Yaşadığımız anda geçmişi unutamayız, ama geçmişte yaşamamak gerekir. Geçmişe ağlamak, vakit kaybıdır; daha da önemlisi, sermayemizi boşa harcamaktır. Geçmişe çok takılan insanlara bunun faydasız bir şey olduğu söylenmeli, fakat üzerinde fazla durulmadan yola devam edilmelidir.

Kişilik tiplerinden bazılarında "zordan kaçma" eğilimi vardır. Bunlar, engellerin hayatın bir parçası olduğunu düşünmezler. Hâlbuki kötü olan engeller değil, tembellik ve zorluğu aşmak için çaba sarf etmemektir. Meselâ yol inşaatlarında, projesi çizilen çalışma devam ederken, umulmadık bir kaya ya da beklenmedik bir boşluk ortaya çıkabilir. Ama bu sebeple yol inşaatından vazgeçilmez, yeni bir proje hazırlanır. Önceki plânın sağından ya da solundan dolaşılarak, işe devam edilir.

İnsan da, eğer hayattaki hedefini çizdiyse, karşısına engel bile çıksa, pes edip vazgeçme yerine o engeli aşmayı düşünmelidir. Fakat bazıları bunu yapamazlar. Özellikle kadınlar, zorlukla mücadele konusunda erkeklere nazaran daha zayıftırlar. Genetik yapıları buna pek müsait değildir. Evrimsel psikoloji içinde erkek avcı, kadın ise çiftçi kişiliğe sahiptir. Sakin, bekleyen, soğukkanlı davranan, sabırlı özellikler gösteren B tipi kişilik özellikleri kadınlarda daha fazladır. Bu durum, kadınların annelik ve çocuklarını koruma içgüdüleriyle ilgilidir.

Kadınlar korkuya karşı daha az dirençlidirler. Bu hassasiyetleri sebebiyle zorluklara karşı mücadele özellikleri daha zayıftır. Bu da onların bazı başarılarını engeller. Kadınla-

rın askerlik ve politika gibi sahalarda daha az görülmesinin sebebi, fiziksel zayıflıklarından çok, risk alma konusunda erkeklere göre dirençlerinin daha az olmasındandır.

Kadın ve erkeğin genetik eğilimleri farklı özellikler göstermektedir. Yeniliği arama geni erkeklerde daha baskınken, kadınlarda daha azdır. Risk ve tehlikeyi seven "hiperaktivite," çocuklarda olduğu gibi yetişkinlerde de vardır ve bu davranış biçiminin görülme sıklığı erkeklerde, kadınlara oranla üç-dört kat fazladır.

Zorluklarla mücadele gücü yönünden kadınların daha fazla güçlük çektiklerini söyleyebiliriz. Onların daha çok fedakârlık yapmaları gerekir. Fakat kadınlar fedakârlıklarını risk alanlarına değil, koruma içgüdüsüyle ilgili alanlara, meselâ çocuklarına yöneltirler. Kadın, çocuğu için uyku ve rahatını, zevkle feda eder. Bu durum, annelik ve koruma içgüdüsüyle ilgilidir.

İnsandaki bazı yetenekler, ispatlanmaya mecbur kaldığında ortaya çıkar. Kişi, kendinde ne kabiliyetler saklı olduğunu, çoğu zaman kendi dahi bilemez. Hayat yolunda, bir plân doğrultusunda gidiyordur. Fakat önüne öyle bir zorluk çıkar ki, eğer yaşam felsefesi zorluklarla mücadeleye uygunsa bir alan bulup yeteneklerini geliştirir, eğer ispatlamaya gerek kalmazsa yeteneği de ortaya çıkmaz. İşte karizmalar böyle durumlarda sivrilir. "Bu adam ne kadar başarılı?" diye düşündüğümüz kişinin yeteneği bu şekilde belirir. Bu sebeple daima fikir üretip orijinal yollar bulmalı, yeteneklerin zorluklarla orantılı olarak geliştiği bilinmelidir.

Yetenekler, huzur ve istirahat içinde gelişmez. Psikolojik doğası gereği mücadeleci ve heyecanlı olan insanlar, istirahat ederek mutlu olamazlar; durgun bir yaşam, bu kişileri tatmin etmez. Mücadele etme ve tehlikeyi sevme, yaratılışları gereği daha çok erkek eğilimi olduğundan, onlar riski seven alanlarda kadınlara nazaran daha başarılı olabilirler. Kadınlar ise, yukarıda da ifade edildiği gibi, daha çok sevgi, şefkat ve koruma duyguları ön plâna çıktığından, fedakârlık yaptıkları duygu alanlarında daha başarılı olur, saklı yeteneklerini bu alanlarda gösterebilirler.

İnsanı mutluluğa götüren güç, zorlukları aşarak kazanılır. Mutluluğa giden yolda emek vermeden, çile çekmeden, güçlükleri alt etmeden ilerlemek mümkün değildir. Ancak yaşam felsefesi buna göre düzenlenirse, mutlu olunabilir. Zorluklarla mücadele etme becerisi yönünden kadınlarla erkeklerin farkı, cins atla adi atın farkı gibidir. Adi at hızlı koşar ve adım atamayacak duruma geldiğinde durur. Aynı şekilde cins at da koşar, ama adım atamayacak duruma geldiğinde bir adım daha atar. Bu, onun farkını ortaya koyar. Zorluklarla mücadele eden insanlar, cins atlar gibidir. Adım atamayacak hâle gelseler bile, adım atmanın bir yolunu bulur, amaçlarından soğumazlar.

Bir yatırım yapabilmek için önce istek, sonra güç, sonrasında tahammül lâzımdır. Bir işe azimle başlanır, sabırla bitirilir. Bu sabrı erkekler, "avcı karakter yapıları" sebebiyle dış dünyada, kadınlar ise çocuklarını eğitmek, onlarla ilgilenmek ve ev düzenini iyi kurmakta gösterirler. Kişi genetik olarak hangi alanda başarılıysa, düşünce yatırımlarını o alanda kullanmalıdır.

Motivasyon tekniklerinde katılımcılara "İnsan, yelkenli gibi mi olmalı, yoksa vapur gibi mi?" diye sorulur. Yelkenli dış etkilerle ilerlerken, vapur kendi iç enerjisiyle yol alır. Kişi yelkenli gibi olursa, rüzgar olmadığı zaman ortada kalır; ama vapur gibi iç enerjisiyle gidiyorsa, dış etkilerin olumsuzluklarıyla karşılaşmaz. Bu sebeple insanı iten gücün, içinden gelmesi önemlidir. Zaten hayattaki ödülleri, zorluklara dayanabilenler kazanır. Bu sabrı erkek dış dünyada, kadın ise iç dünyada daha iyi uygulamaktadır. İnsan, hedefini doğru koyduğu alanda başarılı olur.

Risk alma konusunda erkeklere göre zayıf olan kadın, yenilgiden korkma duygusu açısından da erkeklerden güçsüzdür. Yenilgiden korkma duygusunun fazlalığı, kadınların girişimciliğini azaltır. Riske girmemenin altında yatan, yenilgiden korkma duygusudur. Kadın, risk alanlarında kayba uğrarsa kayıpları fazla olacağından riske girmekten çekinir. Çünkü kaybederse, çocuğu da kaybedecektir. Depresyon geçiren kadın "Ben ölürsem çocuğum ne olacak?"

diye düşünürken, aynı şartlardaki erkek "Ölürsem işim ne olacak?" diye sorar. Burada iki cinsin duygusal önceliklerinin farklı olması hemen dikkati çekmektedir. Bu öncelikler farklı olunca, korku ve risk alanları da farklı olur.

Kişilik Yapısındaki Olumsuzluklar

Kadınların kişilik yapılarını olumsuz etkileyen psikolojik durumlardan biri de, "oyuncu ruh" hâlidir. "Oyuncu ruh" hâli, erkek ile kadın arasında önemli bir fark oluşturur. Erkekler arasında antisosyal, yani toplum normlarına uymayan tipler yaygınken; kadınlarda Histrionik, yani rol yapma eğilimindeki kişilik özellikleri baskındır. Bunun kadınlara mahsus bir özellik olduğu bile söylenebilir. "Oyuncu ruh" hâli öyle bir hâldir ki, ruhbiliminde bu kişiler "dış görünüş fetişisti" olarak tanımlanırlar. Bunlar estetik kaygıya olması gerekenden fazla önem verir ve dikkat çekmek için her şeyi yaparlar.

Maganda erkekler, bu tip ayartıcı kadınlara bayılırlar. Onlar bol makyajları ve aşırı şık giyimleriyle böyle erkeklerin gönüllerini fethederler. "Oyuncu ruh" hâlindeki kadınlar, erkekleri kolay hipnotize eden tipler olarak bilinirler. Erkeklerin hoşuna gittikleri için evlilikleri yıkan, tuzak kadınlardır. Lâkin bir müddet sonra beraber oldukları erkekleri de sıkarlar. Oyuncu ruh hâline sahip kadınlara genellikle maymun iştahlı erkekler ilgi gösterirler. Onlar böyle kadınlara çabucak gönül verir, ama bu kadınlar bir müddet sonra onları da aldatabilirler. Çünkü bu tip kadınlar, sıkça eş değiştirmekten büyük zevk alır, rol yapmayı ve ikiyüzlülüğü sever, erkekleri kendileri için kavga ettirmekten hoşlanırlar. Dedikodu yapmak, insanları birbirine düşürmek, onlara büyük keyif verir. Üzülür gibi gözüktükleri konularda bile içten değil, yapaydırlar.

Eşleri böyle olan politikacıların işleri bilhassa zordur. Bu kadınlar kendi kaprisleri için politik sonuçları etkileyebilirler. Siyasete bulaşan siyasetçi eşleri, genellikle bu tip kadınlardır. Bunlar kocalarını kolayca hipnotize ederler.

"Oyuncu ruh" hâline sahip kadınların davranışlarıyla egolarını tatmin eden, bu yüzden onlara sabreden, hatta bundan hoşlanan erkekler de vardır. "Oyuncu ruh" hâli gösteren kişiler, ilgi açlığı çeken insanlardır. Balık sudan çıktığında nasıl boğulursa, bu tipler de yeterince ilgi görmedikleri ortamlarda kendilerini boğulacak gibi hissederler. Psikolojik gıdaları övgüdür, bunu bulamazlarsa kendilerini kötü hissederler. Çok duygusaldırlar, hemen kırılırlar. Bu huyları bulaşıcıdır, çevreleri de kendileri gibi duygusal kimselerden oluşur.

Kendisine ilgisiz davrananlara düşman kesilirler. İstediklerini elde edemedikleri zaman depresyona girer, saldırganlaşır ve öç alırlar. Bu tipler kendilerine bağırılmasından, hatta hakaret edilmesinden bile keyif alırlar; çünkü o bile bir ilgidir. Böyle insanlara verilecek en büyük ceza, ilgisiz davranmaktır. Çünkü kendisine ilgi gösteren kişiye kim olduğuna bakmadan—sonucunu hiç düşünmeden—o insanla yakınlık kurar, dikkati çekmek için her şeyi yaparlar. İlgiden beslendikleri için, gülünç duruma düşmekten bile utanmazlar. Bu kadınlar, aynı zamanda girişken, neşeli ve heyecan vericidirler; bulundukları noktada iz bırakırlar. Sempatik oldukları için herkes onları konuşur. Fakat konuşmalarında hiçbir derinlik bulunmaz.

Modanın, bu tip insanların eseri olduğu söylenir. Ayrıca dansların vazgeçilmez elemanlarıdırlar. Bu meslek onların kişiliğine çok uygundur ve hayatlarının her anı rol yapmakla geçer. İşin garibi, bu yaşam onların doğal hâlidir; rol yapmadıklarında kendilerini yapay hisseder, rahatsız olurlar. Bir özellikleri de telkine açık olmalarıdır; kolayca yönlendirilirler. Böyle kimselerin aile hayatları uzun sürmez; sık sık evlenip boşanırlar.

"Oyuncu ruh" hâlini yaşayanlara erkekler arasında da rastlanır. Bunlar genel olarak dalkavuk tiplerdir. "Gelene ağam, gidene paşam!" diyebilen, her masada farklı konuşan, insanlar arasında söz taşıyan erkeklerdir. Bu kimseler, gerek ailede gerekse toplumda insanları birbirine düşüren ve kavga çıkaran tiplerdir.

Oyuncu ruh hâline sahip kişiler, ister erkek isterse kadın olsun, mantıklı davranamadıkları için çocuklarını narsist yetiştirirler. Onları sımsıkı kendilerine bağlar, her dediklerini yapar, hatta her şeyi onlara sorarlar. Çocuklar kendilerine bağımlı olduğu zaman müthiş keyif alırlar. Annesinin eteğine üçüncü bir bacak gibi yapışan çocuklar, onlara çok keyif verir. Fakat büyüdükçe çocuklar annelerinden uzaklaşmaya başlar ve ona düşman kesilirler. Çünkü çocuğun kişiliğini anlayamamışlardır. Çocuk, hep kendi istedikleri gibi davranırsa iyidir, yoksa kötüdür. Anneler bu durumu, "O küçükken bensiz yapamıyordu; şimdi büyüyünce neden bana düşman oldu?" diye sorarak, yorumlamada zorlanırlar. Bu tip annelerin tutarlı davranış kalıpları yoktur.

Bu kimseler, başkalarının her şeyini inceler, fakat kendi iç dünyalarıyla ilgilenmezler. Bu sebeple psikolojik olgunlukları bulunmaz. Bir film yıldızı ya da sanatçıyı çok iyi anlattıkları hâlde, kendilerini anlatamazlar. Çünkü kendilerini inceleme ihtiyacı hissetmez, kendi ruhlarını tanımazlar. Ayrıca çok kolay hastalık icat eder, onunla da rol yaparlar. Sıkıştıkları zaman bayılır ya da kusarlar. Birisine "Canım!" derken bile—sesi, jesti, mimiği—bütün tavırları abartılıdır. Yıldırım aşkına kolayca kapılır, karşısındakinin hemen kulu kölesi olurlar.

Bir özellikleri de kolayca rezalet çıkarmalarıdır. Bu yüzden onların oyununa gelinmemelidir. "Aman bir tatsızlık çıkmasın!" diyerek, taviz, hep karşı taraftan gelir. "Oyuncu ruh" hâlini yaşayan kadınlar, insanlarla oynamaya bayılırlar; cinsel olarak kendilerini cömertçe sergiledikleri hâlde vermeyen tipler olduklarından, cinsel tacize çok sık uğrarlar.

Kıskanç erkekler kesinlikle böyle tiplerle beraber olmamalıdır. Bu kadınlar, fiziksel çekiciliğe ve başkalarının ilgisine çok önem verirler. Karşıdaki erkeğin kıskançlık duygularını kamçıladıkları için, bağlı oldukları kişiyi ya kahrından öldürür ya da katil ederler. Bunların kötü evlilik yaşama ihtimalleri büyüktür. Bu ruh hâline sahip biriyle yaşayan insan, kararlı, tutarlı ve sabırlı olmalıdır. Bu tip insanlar ya si-

ze uyar ya da sizi terk ederler. Bu sebeple, sizi kendine uydurmasına fırsat verilmemelidir. Zaten kendisine uymadığınızda terk edileceğinizi bilmeli, hatta terk etmesine fırsat vermeli, üzülmemelisiniz.

Bu tipler, söylenilen sözü, kendi anlamak istedikleri gibi anlar, ifadelerinizi kolayca çarpıtır ve başkalarına da böyle anlatırlar. Onlara duygusal davranırsanız sizi çok kolay yönlendirirler. Bu sebeple bunlarla konuşurken çok dikkatli olunmalıdır. Büyü ve büyücülük takıntıları da fazladır. Bunlar büyücü ya da falcıların en büyük müşterileridirler.

Oyuncu ruh hâline sahip kadınlar karşı tarafın sabrını taşıran tipler oldukları için, kararlı olmalı, gerektiğinde sert davranmalı, tahrik edici tavırlarının onaylanmadığı kendilerine kesin bir şekilde gösterilmelidir. İyi şeyler yaptıklarında abartılı bir övgüyle yaklaşılmalıdır. Çünkü onlar psikolojik ihtiyaçlarını böyle sağlar, kendilerini iyi şeyler yapmaya böyle konsantre ederler. "Bu kişiye böyle davranırsam, bana çok ilgi gösteriyor." diye düşünüp, iyilik için çaba harcarlar.

Oyuncu ruh hâline sahip insanlar, egolarını kötü şeylerle değil, iyi şeylerle tatmin etmelidirler. Bu insanlar, yalan söylediğinizi ve kendilerini şımarttığınızı bildikleri hâlde, yine de övgü almaktan hoşlanırlar. Şımartıldıklarında son derece mutlu olurlar; ama onlar mutlaka pozitif davranışlarında şımartılmalıdır. Onların oyunculuk yetenekleri ezilmemeli, kabiliyetleri çocuklarla oynamak, anaokulu öğretmenliği yapmak gibi zararsız alanlara kaydırılmalıdır.

Bu tipler hırçın, ama sevimlidirler. Lâkin gözyaşlarına aldanarak, inandığınız doğrular değiştirilmemelidir. Kendilerine dedikodu ve yalan konusunda onaylanmadıkları bildirilmeli, ilgi çekmek maksadıyla yaptıkları hastalık rollerine inanılmadığı hissettirilmelidir. Yoksa onları her oyunlarında doktora götürmek gerekecektir.

Zaman Kullanımı Açısından Cinsler Arasındaki Farklar

Yaratıcının insanlara eşit olarak dağıttığı nimetlerden biri zamandır. Ancak zamanı doğru kullananlar başarılı olabilirler. Plân yapabilme, önem ve öncelikleri belirleme ve onları organize edebilme becerisi açısından erkeklerle kadınlar arasında birtakım farklar vardır. Hedefleri iyi belirleme ve yapılacak işlere ayrılacak zamanı paylaştırma, zaman yönetimi açısından önemlidir. İnsan, zamanı doğru plânlamayı alışkanlık hâline getirmelidir. Meselâ liste yapmadan alış verişe çıkmak yanlıştır. Bu konuda erkekler daha başarılıdır. Zamanı, yapacakları işlere göre daha iyi tanzim edebilirler. Dikkat açısından da erkekler daha ileridir; aynı ayda iki ya da üç işi birlikte götürebilecekleri bölünmüş bir dikkate sahiptirler. Meselâ araç kullanma hususunda yine erkekler yeteneklidir. Kadınlar ise tek konu üzerine daha iyi yoğunlaşırlar.

Erkeğin 10 dakikada yaptığı plânı, kadın 15 dakikada yapar. Kadın, plânlama yapma hususundaki eksiğini bilirse, bu alanda kendini eğitebilir. Bu durum, kadınların önem ve öncelik sırasını karıştırmalarından kaynaklanır. Meselâ kadın diş yaptırırken görünüşü önemser, fonksiyonelliği ikinci plâna atar. Ama erkek, ekmeği ne kadar rahat yiyeceğini düşünür. Meslek tercihiyle ilgili konularda da durum aynıdır. Kadınlar göz önündeki alanları tercih ederken, erkekler risk almanın, heyecanın ve içinde mücadelenin bulunduğu alanları seçme eğilimindedirler. Bu yüzden dünya politikasında kadınlardan ziyade erkekler yer alır.

Kadınlar plânlama yaparken, zevk anlayışlarındaki farklılık sebebiyle zaman tuzaklarına kolay kapılırlar. Meselâ alış veriş sırasında güzel bir elbise gördüklerinde, mağazanın önünde dakikalarca kalabilir, televizyon seyrederken spikerin anlattıklarına değil, giyindiklerine dikkat ederler. Bunlar hep öncelik karıştırmayla ilgilidir. Bu yüzden krizden krize, sorundan soruna atlamaları kolay olur. Hayata kuş bakışı bakmaları zordur. Uzun vadeli plân yapmada güçlük çekerler. Bütünü ya da ormanı görme yerine, sadece

ağacı görürler. Kadınların zamanı iyi kullanabilme becerisi kazanabilmeleri için daha fazla gayret göstermeleri gerekir.

İnsan bir otobüs yolculuğunda nasıl ki yolcu olduğunu unutmaz, otobüsün sadece kendine ait bir araç olmadığını bilir ve tek yolcu olmadığının farkında olarak seyahat ederse, evliliği sırasında da benzer bir durumla karşı karşıyadır. Erkek veya kadın, hayatı ve çocukları sadece kendine aitmiş gibi düşünürlerse, benmerkezcilik etmiş olurlar. A tipi kişilerle B tipi kişiler arasında bu noktada fark vardır. B tipi kişiler, yani çiftçi yapıdaki insanlar, zekâ ve yeteneklerini gereksiz yerde harcayıp zamanlarını yanlış noktada kullandıkları için istedikleri başarıyı elde edemezler. Ama A tipi, yani avcı karakterdeki insanlar, hedef piramidinde belirledikleri alanlarda daha başarılı olabilirler. Bu sebeple sosyal meslekler de kadın ve erkek arasındaki başarı farkı, kültürel etkilere değil, önceliklerine bağlanmalıdır. Meselâ hemşirelik ve halkla ilişkiler gibi alanlarla kadınlar daha başarılıyken, siyaset ve ekonomi alanında erkekler aktiftir. "Bu alanlarda neden erkekler kendilerine öncelik veriyor?" diye kızmak yersizdir. Bu durum, insanların psikolojik eğilimleriyle ilgilidir.

Fukuyama, ekonomik hareketliliği etkileyen faktörü araştırırken, arz talep dengesini ihtiyaçlardan çok, psikolojik etkenlerin belirlediğini ortaya koydu. 2002'de Nobel Ekonomi Ödülü, "risk yönetiminde psikolojik etkenler" konulu çalışması sayesinde ilk kez bir psikoloğa verildi.

Güven konusu ekonomiyi çok ciddî etkileyen bir faktördür. Artık "Bir yerde yiyecek olmazsa orada talep oluşur ve bunun sonrasında arz meydana gelir." diyemeyiz. Şimdi insanlar, ihtiyaçları olmadığı hâlde de alış veriş yapmaktadırlar. Meselâ elektriğe ihtiyaç yokken elektrik icat edildi, fonksiyonları bilindikçe de talep meydana geldi. Sonrasında ise elektrik üretimi ihtiyacı karşılamaz oldu.

Güven duygusu yüksek toplumlarla düşük toplumlar arasındaki refah farkı araştırıldığında, insanların birbirine güven duyduğu toplumlarda ekonomik hareketlilik ve alış veriş olduğu için refahın daha yüksek görülür. Güven zayıf-

layınca, insanlar yatırım yapmak ve riske girmekten kaçınıp savunmaya yöneldikleri için, ekonomik hareketlilik durur.

Aile içindeki güven duygusu da önemlidir. Kadın evinde kendini daha güvende hissederken, erkek dışarıda daha rahat ve güvenli olabilir. Fakat kadının evinde bile olsa ekonomik olarak kendini yeterli hissetmesi önemlidir.

İnsan ilişkilerinde takdir edilme arzusu da mühimdir. Ama erkeğin takdir edilmek istendiği alanlarla kadınlarınki birbirinden farklıdır. İnsanın takdir edilme arzusu ekonomiyi etkileyebilir. Birçok zengin, pek çok şeyi varken, sırf takdir edilme arzusu yüzünden daha fazla zengin olmak ister. Bu arzu insanda yapay bir ihtiyaç oluşturur; kişi doyumsuzluk yaşar ve bunun sonunda daha çok çalışır.

Duygusal İlişkide Kadın ile Erkeğin Sorun Çözmedeki Farkları

Kadın ve erkekler arasında problem çözme yöntemleri de birtakım farklılıklar gösterir. Karşılaştığımız olaylarda öncelikle yaklaşım biçimimiz ve düşünce kalıbımız oluşur, sonra tepki veririz. Meselâ insana bir eleştiri yöneldiği zaman onun yorum, yaklaşım ve değerlendirmesinde iki cins farklılık görülür. Kişinin, haklı bir eleştiri karşısında "Cezalandırıldım! İnsanlar karşısında küçük düştüm!" değerlendirmesi yanlıştır. Bu yanlış değerlendirme sonunda öfke, tepki ve bazı hatalı davranışlar ortaya çıkar. "Bütün kabahat bende mi? Bu adam beni ne sanıyor? Önce kendine baksın! Mahvoldum!" gibi tepkiler doğar ve insan karşıdakini suçlamaya başlar. Böyle düşünmek ve söylemek yerine, "Unutmuşum, ihmâl etmişim, işi zamanında bitirmeliydim." değerlendirmesi, gerçekçi ve doğrudur. Bu durumda da, belki ister istemez hayâl kırıklığı yaşanır, ama kişi hatâsını görmüş olduğundan kendine olan güveni kırılmaz. (*41, 60*)

"Mahvoldum!" şeklindeki kognitif bir yaklaşımda, kadının kendini yetersiz ve eksik hissetme eğilimi ön plâna çıkarken, erkekte saldırganlık meyli baş gösterir. Erkek suçu karşısındakine yüklerken, kadın daha depresif bir eğilim sergiler; çâresizlik hisseder ve sığınacak liman arar. Yıkıcı

eleştiriye tepkide cinsler arasında böyle bir farklılık söz konusudur. Eleştiri karşısında evli çiftler, "Bencilsin, beni incitmek sana zevk veriyor!" şeklinde suçlayıcı bir yargıyla "sen" diline başvururlar. Hâlbuki olaya "ben" diliyle yaklaşılır ve "Beni incittin; üzülüyorum!" mesajı verilirse karşı tarafta suçluluk duygusu uyanır. İletişim hatâlarında akıl okuma eğilimleri vardır. Kişi, karşıdaki insan bir şey söylediğinde hemen alınır ve "Bunu, beni aşağılamak için söylüyorsun!" diyerek bu sözde kötü niyet arar. Bunlar paranoid eğilimlerdir ve geçmişi sıkça gündeme getirirler; kadınlarda bu duruma sıkça rastlanır. Erkeklerde karşılaşılan problem ise kendini bütünüyle haklı gösterme eğilimidir. Erkekler davranışlarının sorumluluğunu almaz, bu suretle karşı tarafın kişiliğini ezerler. Hâlbuki "Öfkeme sâhip olamıyorum, bu benim zayıf tarafım; sen de haklısın!" diyebilseler, kadında ona karşı saygı uyanacaktır. Erkek "Güç bende!" kaygısıyla hareket ettiğinden, kontrolü kaybettiği hissine kapıldığı zaman hırçınlaşır. Karşı tarafa kendini suçlu ve yetersiz hissettirerek egosunu tatmin eder. Böyle yaklaşımlar, erkekte suçluluk duygusu uyandırmalıdır.

Pasif agresif kişilik özellikleri taşıyan kadınlarda ise işi yokuşa sürme, yapmama, savsaklama, erteleme ve erkeği sinirlendirecek şeylere çanak tutma özellikleri ön plândadır. Kocasına kızdığı için nezlesini ona bulaştırıp öç alan kadınlar vardır. Bir olay karşısında "İş işten geçti, artık geç kaldım!" deme yerine, "Geç de olsa durumu fark etmek beni mutlu etti." yaklaşımı daha doğrudur. Erkekler olaylar karşısında ses tonunu daha kolay yükseltirler, onlarda danışmanlık rolüne girme eğilimi daha fazladır. Yani sorunlarda erkek "bay mantık," kadın ise "bayan duygu" rolündedir. Erkekler olaya "Benim fikrimi çürüt!" diye yaklaşırken, kadın "Beni anla!" diye seslenir.

Eş Duyum [Empati] İhtiyacı

Empati, düşmanlıkları ortadan kaldıran değerlerden biridir. Muhatabının hislerini anlayan kişinin aynı anda o kimseye kızgınlık duyması imkânsızdır.

Temel bazı psikolojik ihtiyaçlar vardır. Sevgi, sevilmek, değer verilmek, beğenilmek, güvende olmak, kendini ifade edebilmek gibi... Bu ihtiyaçlar engellendiğinde acı, öfke, kızgınlık, nefret, korku, üzüntü gibi olumsuz duygular yaşanır. Eğer karşımızdaki insan bunları anlamazsa kendimizi çok kötü hissederiz.

Yanlış anlaşılmak çok can sıkıcıdır. "Beni anlamıyorsun" ifadesi, karşımızdakine yönelttiğimiz en sık suçlamalardan birisidir.

Öz güven ihtiyacı erkek için bağımsızlık isteği, mesleki konum ile karşılanırken, kadın için yakınlık kurma ve öz saygı gibi hislerle öz güven tamamlanır. Erkeğin işini kaybetme korkusu, küçük düşme endişesi sırasında yaşadığı değersizlik duygusunu kadın aşk ilişkisi bittiğinde ve terk edildiğinde yaşar.

İnsan anlaşılmadığını düşündüğünde eş duyum becerisini geliştirmek için kendi kendisine "Hissettiğim şeyi onun da hissetmesini nasıl sağlayabilirim? Hislerimi anlamasına nasıl yardımcı olurum?" sorularını sormalıdır. Bu soruları sorarken analoji [benzerlik] yöntemini kullanabilir. İnsanın şahsiyetine ve şartlarına uygun benzerlik, "Böyle bir durumla karşılaşsan ne hissederdin?" düşüncesini doğurur. Meselâ erkeğin asık suratlı olmasının aile ilişkisine ne denli zarar verdiğini anlatmak için şöyle bir örnek verilebilir:

"İşyerinde ekibinden birisi asık suratlı olarak müşteriler arasında dolaşsa ne hissedersin?"

Bu durum ürünün satışına ve dolayısıyla işine zarar vereceğinden erkek bunu onaylamadığını söyleyecektir. Böyle bir soruyu sormakla onda ev halkına karşı eş duyum bilinci uyandırılabilir.

Kin Duygusu

Unutmamak ve hatırlamayı sürdürmek, sürekli geçmişte yaşamak, kadınsı bir zaaf olarak sıkça söylenir. Çözüm, düşünen beyni devreye sokmaktır.

İnsanın geçmişinde yaşadığı psikolojik travmalar vardır. Bu travmalar beynin derinliklerine yazılır ve kişinin iradesi

dışında sürekli düşünce üretirler. Zaman zaman kişilikten bağımsız olarak ortaya çıkan düşünceleri kafasından atmayı başaramayan kimse, mutlaka tedavi olmalı ve ilâç kullanmalıdır.

Mazide olup biten bir hadiseyi unutmamak ve devamlı hatırlamak, sorunun çözülmediğini gösterir. Basit bir problem çözme yöntemi olan "Çare varsa gerekeni yaparsın, üzülmeye değmez; çare yoksa üzülsen de sonuç değişmeyeceği için yine üzülmeye değmez" formülünü çoğu zaman uygulayamayız. Sürekli geçmişte yaşayan bir kişi, kimseyi bağışlamaz ve hep suçlamaya devam eder. Suçlama bizi meselenin sorumluluğunu kendi dışımızda aramak gibi ilkel bir savunma mekanizmasına götürür. Öfke ve gerginliğe bir hedef bulunduğu için kişi kendi eksikliğini sahiplenmekten kurtulur. Fakat bu davranış insanı pasif duruma sokar. Çünkü kin, intikam, öç alma gibi olumsuz duygular, kişinin çözüme yönelik adımlarını engeller, hep alârm durumunda kalmasına sebebiyet verir. O insanla yaşayan ,onunla birlikte olmanın zorluğunu görür ve çok çaba gerektirdiğini düşünerek uzaklaşmayı tercih edebilir. Oysa çözüm, sorunun içindedir. Aynı durumun yeniden yaşanmaması için yapılması gereken şey anlaşıldığında menfîlikleri unutmak kolaylaşır.

Kin duygusu, mutluluğa zarar verir. Sevgiyi azaltır, zamanın ve enerjinin boşa harcanmasına sebep olur. Kin duygusu içindeki kişi, bağışlamayı başarabilir. Eğer kişi ve olaylar bağışlanması mümkün olmayan olaylarsa ve mağdur edenler pişmanlık duymuyorlarsa, bu acıyı yaşamanız gerektiğini düşünmek en akıllıca yoldur. Affetmemenin ve unutmamanın size neye mâl olduğunu hesap etmek gerekir. Aynı olayın tekrar etmemesi için neyi öğrenmek gerektiğini belirleyen kişi, sorunu kendisi için kazanıma dönüştürür.

İlerlemenin geçmişle hesaplaşmaktan daha önemli olduğunu düşünen insan, başkalarını suçlamadan, beyin enerjisini geçmişe ve geleceğe dağıtmadan yoluna devam eder. Akıllı kişi, potansiyellerini önemli amaçlara ulaşmak için kullanır.

İnatçılık

İnatçılık, kadın erkek ilişkilerinde iletişim kazasına en çok sebep olan duygulardan biridir.

İnatçı kişilerin temel psikolojik ihtiyaçları iki tanedir: Birincisi haklı olduklarını göstermek—çünkü hep kendilerinin haklı olduğunu düşünürler—ikincisi kontrolün ellerinde bulunduğunu hissetmeleridir. Bu tipler her karşıt fikri "kendilerine meydan okumak" şeklinde algılarlar. Çünkü çocukluk dönemlerinde fazla eleştirilerek büyütülmüşlerdir ve bu da onların kendilerini eksik hissetmelerine sebep olmuştur. İnatçıların beyinlerinin derinliklerinden "Eksiksin, kişilikli değilsin" mesajı gelir. Neticede sürekli varlıklarını ispatlamak ve haklılıklarını göstermek ihtiyacına düşerler. Bu kimseler kendilerini tanıyıp geliştirme olgunluğuna sahip olamamışlarsa çevrelerinde kibirli, küstah, saygısız olarak anılırlar.

İnatçı insanların keskin fikirleri ve düşünce katılıkları, kendilerini güçlü ve güvende hissetmelerini sağlar. Saldırıya uğramadıkları hâlde savunma pozisyonunda bulundukları için dışarıya yardıma kapalı oldukları görüntüsü verir ve yalnız kalırlar.

Ancak inatçı kişiler bilmelidirler ki, insanın her zaman haklı olması mümkün ve doğru değildir. Bir kimse her şeyi bilemez. Her şeyi bildiğini düşünen insan da öğrenmeye kapalı olduğu için gelişemez. Hatayı kabul etmek, kişiyi değersiz kılmaz, aksine daha cana yakın hâle getirir. Yoksa başkalarının haksız olduğunu hissettirmek, o kişileri sizden uzaklaştırır.

İnatçılığın cezası, insanların sizden uzaklaşmasıdır. Diğer cezası da kişinin kendisiyle savaş hâlinde olmasıdır.

Boş Hayaller

Hayalcilik, şahsî oluşumlar için çok önemli ve gerekli bir beceridir. Amaca yönelik hayaller, üretken düşünceyi doğurur. Zihinsel geviş getirme ve yeni fikir doğumlarının temelinde hayalcilik vardır.

Hayalci kişiler, beklenmedik durumlar için plân yapmazlar ve kendilerini duygusal yenilgiye hazırlamamışlardır. Ümitsiz bir duruma kesin gözüyle bakabilmeleri, hayal kırıklığı yaşamalarına sebep olur.

Hayalperestler, sahip olmayı istemek ile sahip olmayı arzuladıkları şeye duydukları ihtiyaç arasındaki mesafeyi koruyamazlar. Her isteklerini ihtiyaç gibi düşünür ve buna inanırlar. Sınırları bilemezler. Aslında çocuksu bir ruh hâline sahiptirler.

Kıskançlık

Kıskançlık duygusu, uranyum cevheri gibidir, kişide çatlak oluşturur. Oluşan çatlağı tamir çabası, enerji açığa çıkarır. Bu enerji yıkıcı veya yapıcı olarak kullanılabilir. Kişi yanlış davranırsa onu harap eder, motivasyonu kırılır, ateşin odunu yaktığı gibi onu yakar. Ama şikâyet etmek yerine cesaretle davranan insan, "Bunu ben de yapabilirim." diyerek harekete geçer. Benzemek istediğimiz başarılı kimselerin felsefeleri, değer yargıları, plânları bu yolla öğrenilir.

Kıskançlık yeterli kişide utanç uyandırır. Olgun bir insan kıskançlık duyduğunda kendini geri kalmış hisseder. Değersiz olduğunu düşünür.

Modern yaşam tüketimi artırmak için rekabeti teşvik etmiştir. Rekabet kıskançlığa, kıskançlık ise mutsuzluğa dönüşmüştür. Gerçekte memnuniyet ve şükür duygularından yoksun bir hayat, anlamlı değildir. Payına düşenden memnun olmayan insan kıskançlık duyar. O, fakirliktir. Aza kanaat etmeyip hep çoğu isteyen kişi, zengin de olsa yoksuldur. Gerçek zengin, elindekilere memnun olandır.

Kıskançlığın önemli boyutlarından birisi de kadın erkek ilişkilerinde yaşanır. İlişkilerin tehlikeli dünyasında kıskanç tipler ilişkiyi çekilmez hâle getirebilirler.

Kıskançlık ve kuşku fırtınasını, arkasında genelde sevgi ve ilgi isteği yatar.

Kıskançlık patlaması, suçlamayı doğurur. Suçlama, kavgaya dönüşür. Gece uykuda eşini uyandırıp "Rüyanda kimi

görüyordun?" diye soran eş, ilişkiye zarar verir. Amacı sevgiyi artırmak iken böyle bir davranışla hedefe giden yolu tıkar.

Bazı kıskançlık türleri beyindeki kıskançlık ve kuşkuculuktan sorumlu alanların kimyasının bozulmasıyla ilgidir ve ilâçla düzelebilir.

Kıskançlıkta seks yaşantısı önemlidir. Kadın cinsel etkileme gücünü artırırsa eşinin bağlılığını daha da kuvvetlendireceğini bilmelidir. Yatak odasındaki kimlikle mutfaktaki ya da salondaki kimlikler aynı olmamalıdır. Cinsel heyecanın ve çekiciliğin temelinde öz güven vardır. Güzel olandan ziyade öz güven sahibi kadın, erkeği kendisine çeker. Diğer önemli nokta da, eşlerin birbirlerine verecekleri en büyük hediyenin onlara güven olduğunu bilmeleridir. Kadın kocasına, ona inanmaktan daha büyük bir büyük armağan veremez. Kadın erkek ilişkisini sadece cinsel mutluluğa indirgemek gerçekçi değildir. Sevilen, değer verilen, paylaşılan ilişki, romantik duyguların büyüsü, iki tarafı da mutlu edecek güce sahiptir.

Cinsel Aldatmanın Altında Yatan Yanlış Düşünceler

"Güzel bir evliliğimiz vardı. Fakat şimdi eşimin ilgi duyduğu bir kadın var. Bunu neden yaptı? Üstelik ilgi duyduğu kişi benim kadar sevimli değil! Şimdi ben ne yapmalıyım?" soruları insanların psikolojik danışmana başvuru sebeplerinden bir tanesidir.

İstatistikler, ABD'de erkeklerin %70'i ile kadınların %25'inin, evli olmalarına rağmen başka birisiyle beraber olduğunu gösteriyor. Boşanmalar 1955'te %10 iken 1995'te %52'ye çıkmış durumdadır. Muhakkak ki boşanmaların bu kadar artmasında cinsel aldatmaların rolü büyüktür.

Aile saadetine zarar verecek böyle bir davranış, onaylanacak bir davranış değildir. Bir insan "Hem evli kalırım hem cinsel olarak istediğimi yaparım." diyorsa, evliliğin doğasına aykırı davranır. Bu yanlış yaşayışı yüzünden er ya da geç bedel ödemek zorunda kalacaktır. Fakat bir kimse

beşerî zaaf olarak böyle bir eylemde bulunuyor ve sonra pişman oluyorsa yapılacak şeyler vardır.

Bir ilişki, siz istemedikçe asla sona ermez. Ancak ilişkideki bazı hatalı tutumlar, haklı olan eşleri haksız duruma düşürebilir. Peki bunlar nelerdir?

Birinci Yanlış: Misilleme Yapmak

İnsandaki doğal dürtülerden biri olan öç alma hissi, aldatan tarafa acı çektirmek için yasak ilişkiye götürebilir kişiyi. İnsan bazen de bunu eşine istenilebilir ve beğenilebilir olduğunu ispatlamak ya da kıskanmasını sağlamak için yapabilir. Fakat sonuç iki sebepten ötürür yıkımla sonuçlanır. Yani ya sallantıda olan evlilik bitecek yahut da taraflardan biri ceza evine diğeri mezarlığa gidecektir.

İkinci Yanlış: Duyguları Bastırmak

İnsanın kendisini denetlemesi iyidir; ama bu, duygularını ifade etmemesi anlamına gelmez. Kişi, hislerini mutlaka doğru yöntemlerle açığa vurmalıdır. Kavga dili haklıda olsa kişiyi haksız duruma düşürebilir; karşı tarafı savunmaya iter. O sebeple karşı tarafın vicdanını rahatsız edecek anlatımlardan kaçınmak gerekir.

Üçüncü Yanlış: İşlenen Suçu Sopa Gibi Kullanmak

Bazı insanlar, sevdiklerinin hata yapmasından hoşlanırlar. Başkalarının hatası, kendi hatalarını bastırmalarına yardımcı olur. Bu tipler, yapılan yanlışı sevdikleri insanı denetlemek için sopa gibi kullanırlar. Ancak böyle uygulamalar doğru yöntemler değildir. Korkunun egemen olduğu bir ilişki, sevgiyi yıprattığı için iki tarafı da mutsuz edecektir.

Başkasının hatası yüzünden kalbi kırılan kimse "sen dili"yle değil, "ben dili"yle konuşmayı başarmalıdır. Semavî bağışlayıcılık idealdir, ancak herkes bunu başaramaz. Bağışlamayı zamana bırakan bir insan, karşı tarafı suçlayıp yargılamak gibi kolay bir yol yerine kendini sorgulamak, öz eleştiri yapmak yöntemlerini kullanmalıdır.

"Suçun bir bölümü benim üzerimde" diyebilen bir insan, gizlenmiş tehlikelerin oyununu bozacaktır.

Dördüncü Yanlış: Ayrıntılara Dalmak

Acı olayların sürekli sorgulanması, karşı tarafa kendini aşağılanmış hissettirir. Bazı insanlarda soru sorma ve merak dürtüsü çok gelişmiştir. Olayın ayrıntılarını dakikası dakikasına öğrenmek kötü niyetli bir dürtüdür. Halk arasında güzel bir söz vardır: "Pisliği karıştırıp sonra kokuyor demek." Hataların üzerine toprak örtmeyi başarabilmek zor, ama mutlu bir hayat için gereklidir. Hatasını kabul eden bir insana sürekli hesap sormak, onu aşağılayacak, muhtemelen kaçınmaya veya kavga diline sebebiyet verecektir. Ayrıca kendisinin kötü olduğu hissettirilen bir insan, diğer insanlara kolay kolay sevgi duymayacaktır.

Beşinci Yanlış: Kendine Güveni Kaybetmek

Hadiselerin çözümünde meseleleri ayrıştırabilmek çok önemlidir.

Eşiniz baştan mı çıkarıldı, yoksa sekse çok mu düşkün? Eşiniz sizin kötü bir eş olduğunuzu mu düşünüyor, yoksa zayıflık mı gösteriyor? Bu olay sizin çekici olmadığınız, sevilecek bir yanınızın bulunmadığı anlamına mı geliyor?...

Eğer bu sorular, cevapları düşünülmeden bir kanaat hâline gelirse insanı depresif kılar. Ancak problemleri analiz edebilen bir kişi, "Benim hatam varsa bile böyle davranması gerekmezdi" diyerek kendine olan güvenini muhafaza edebilir. Şu iyi bilinmelidir ki, insanın kendisine değer vermesi ayrı, öz eleştiri yapması ayrıdır. Bir insan kendine öz güveni kaybına uğramadan hatalarını sorgulayıp değişmenin yolunu bulabilir.

"Bu olay bana neyi öğretti?" diyebilmek, bilgece bir yaklaşımdır.

Evlilikte Zarar Gören Psikolojik İhtiyaçlar

İnsan nasıl midesi aç kalır, hava oksijensiz kalır, beden elbisesiz kalır ve sorunlar olursa, aşağıdaki ihtiyaçlarında zarar görmesi insanın mutluluğunu ve başarısını engeller.

1. Sevmek, sevilmek ihtiyacı.
2. Güvenmek, güvenilmek ihtiyacı.
3. İlgi ve destek görme, istendiğini hissetme ihtiyacı.
4. Terk edilmeyeceğine inanma ihtiyacı.
5. Önem ve değer verilme ihtiyacı.
6. Korunma ve güvenlik ihtiyacı.
7. Açık iletişim ihtiyacı.
8. Cinsel mutluluk ihtiyacı.
9. Kişisel özgürlük ihtiyacı.
10. Ana baba olma ihtiyacı.
11. Eğlenme ve finansal eşitlik ihtiyacı.
12. Kendini geliştirme ve manevî değerler ihtiyacı.

Aile terapileri sırasında kadın erkek ilişkilerinde cinsel mutluluk ve kişisel özgürlük ihtiyacını abartan bireylere, diğer ihtiyaçlarına zarar verebileceklerini ısrarla vurgularız. Özgürlük için evliliği kurban etmemek, doğru ve akla yakın bir yaklaşımdır.

Aldatmaların bunca arttığı dünyada konuyla ilgili bazı çözüm önerileri getirmek, insan psikolojisi için faydalı olacaktır:

1. Toplumda ahlâkî erdemler sür'atle zayıfladığından manevî değişime ihtiyaç duyulmaktadır. Buna yönelik çalışmaların artırılmalısı tüm insanlık için yarar sağlayacaktır.

2. Vicdanlarda yasak olmadıkça iki kişi arasındaki özeli yasalarla önlemek mümkün değildir. Önce vicdanlardaki uyarı sistemine hitap edecek sosyopsikolojik çalışmalar yapılmalıdır.

3. Aileyi korumak için ve cinsel aldatma [zina] eyleminin onaylanmadığını, vurgulamak maksadıyla—bu suçu işle-

yenlere—müeyyide olarak para cezası ve mağdura yüksek tazminat alabilmenin yolu açılmalıdır.

İlgisizliğin İlâcı İçtenlik

Çiftlerin birbirlerine zaman ayırmamaları, doğru bir şekilde tartışmayı bilmemeleri, evliliği monotonluktan kurtarma çabalarının yetersiz oluşu, tarafların birbirlerini değiştirmeye çalışmaları, cinsel problemlerini konuşamamaları, para sıkıntısı gibi sorunlar evlilikte mutluluk puanını düşüren durumlar gibi görünse de gerçek sebebin ilgi azlığı olduğunu söylemek yanlış değildir. Nasıl bir hane bakılmadığında, bir ateş ilgilenilmediğinde hasar görür ve sönerse evlilikte ilgi azlığı sebebiyle dağılmaya yüz tutar.

Aşk ateşini, ilgi alevlendirir. En iyi âşıklar, sanıldığı gibi duygusal insanlardan öte, zamanlarını sevdikleriyle geçirenlerdir. Birlikte iyi vakit geçirmenin yöntemi ise nitelikli beraberliktir. Sevgi dolu bakış, tebessüm, güzel birkaç söz, aşk ateşini hemen canlandırır. Bu güzellikleri tetikleyen unsur da temelde var olan içtenliktir.

Kadın erkek ilişkilerinde dostluk ve arkadaşlık boyutu, içtenliğin var oluşuyla mümkündür. İyi ve kötü günde beraber olma hâli, insanların kendilerini güvende hissetmeleriyle olur. Çıkara dayalı beraberlikte içtenlik ikinci plâna düşer. İnsan eşini değil, ondaki çıkarını sevmektedir. "Karşılıksız sevgi" dediğimiz şefkatin olmadığı bir beraberliğe evlilik demek gerçekçi olmayacaktır.

Boşanma Travması

Evliliğin sonlandırılmasıyla yapılan fayda zarar analizinde fatura çoğu zaman çocuklara çıkar. Çocuklar boşanmadan kendilerini sorumlu hissederler. Boşanma sonucu erkeklerde alkol ve sigara tüketimi artarken, kadınlarda depresyon oranı yükselir.

ABD'de bugün her üç çocuktan biri boşanmaya şahit olmaktadır. Nüfusun %50'den fazlasını, boşanmış çiftlerin oluşturur. Yaşanan psikolojik kopuş ve yalnızlığın, toplum-

daki depresyon hızını ve hatta intihar salgınını artırdığı biliniyor.

Evlenen çiftlerin boşanmayı bir seçenek olarak düşünmemeleri gerekir. Evlilikten önceki "Olmazsa boşanırız!" düşüncesi, kendini gerçekleştiren bir kehanete dönüşebilir.

Erkeğin ve kadının konforunu sağlayan ilişkilerde boşanmanın olması manasızdır. Eğer sorunlar kaçınılmaz bir noktaya geldiyse kısa, orta ve uzun vadeli kriz plânları olayı en az zararla aşmaya yardımcı olur. (*5, 11, 19, 27, 41, 48*)

III. KADINLARA HAS RUHSAL SORUNLAR

Cinsiyet ve Hastalık

Hem genel tıpta hem de psikiyatride belli hastalıklara yatkınlık konusunda kadın erkek arasında bazı farklılıklar vardır. Meselâ kadınlarda romatolojik hastalıklar, tiroid hastalıkları, migren, otoimmun denilen bağışıklık sistemi hastalıkları daha sık görülür. Ayrıca kadınların alkol toleransları az olduğundan alkolden daha çabuk etkilenirler. Erkeklerde ise kalp damar hastalıkları ve alkolizm daha yüksektir.

Erkeklerde madde bağımlılığı, cinsel kimlik bozuklukları, antisosyal kişilik bozukluğuyla karşılaşılırken, kadınlarda depresyon, kaygı bozuklukları, yeme bozuklukları, histrionik [histerik] kişilik bozukluğu, ağrı ve bedensel belirtiler, psikiyatrik [somatoform] hastalıklar, disosyatif bayılmalar iki-üç kat daha sıktır.

İki cinste görülen belirgin hastalıkların sebepleri üzerine yapılan araştırmalarda farklı görüşler ortaya çıkmıştır. Bu görüşlere göre, biyolojik eğilim, kadınların ruh sağlığı hizmetlerinden erkeklere oranla daha fazla yararlanmaları, çocukluk dönemlerinde daha çok cinsel istismarla karşılaşmaları ve sıkça geçirdikleri psikolojik travmalar, bu hastalıklara sebebiyet vermektedir.

Cinsler arasındaki farklar, depresyonun açık ve gizli formları ele alındığında, yani klinik görünüm açısından bakıldığı zaman da oldukça barizdir. Meselâ kadınlar depresyonu olduğu gibi yaşarken, erkeklerin sinirlilik, unutkanlık,

içki ve sigaraya yönelme belirtileri vererek depresyonu gizledikleri görüşü, tartışılması gereken bir mevzudur. (*38, 46*)

Biyolojik Farklılıklar

Bugün artık ruhsal hastalıkların oluşumunda ve tedavisinde beyin yapısının önemi bilinmektedir. Beyinsiz psikoloji olmadığı bilindiğine göre, beyin yapısındaki farklılıkların da ruh sağlığını etkileyeceği muhakkaktır.

California (L. A.) Üniversitesinden Profesör Richard Haier, zekâ ve öğrenme testlerinde eşit performans gösteren kadın ve erkeklerin beyinlerindeki gri ve ak madde dağılımını inceleyen araştırmasında, "erkeklerin beynindeki gri maddenin kadınlarınkinden 10 kat fazla olduğunu, kadınlardaki beyaz maddenin ise erkeklerinkinin 6,5 misli olduğu sonucuna varmıştır.

Gri madde beynin bilgi işlemesini, beyaz madde bilgiler arası bağlantı kurulmasını sağlıyor. Erkekler derin ve matematiksel düşüncede daha başarılı iken, kadınlar duygusal, dil-tarih gibi beyin faaliyetlerinde daha başarılıdır.

Kadının ruh sağlığını yönlendiren üç olay vardır. Birincisi âdet görmeye başlaması [menarş], ikincisi gebelik, üçüncüsü ise menapozdur. (*1, 9, 10, 14, 15, 31, 32*)

Anatomik ve Fizyolojik Farklar

Kız çocuğunun anatomik ve fizyolojik olarak belirgin farklılaşması 10 yaşlarında başlar. Erkek çocuklarda iki yıl kadar önce başlamıştır. Ergenliğin başlaması demek olan ikincil seks karakterleri belirgindir. Vücut hatlarının yuvarlaklaşması, göğüs ve kalça gelişimi kendine özgüdür. Ergenlik çağına girişte kızlar 10-20 cm, erkekler 30 cm birden uzarlar. Erişkin boy uzunluğunun %25'i bu dönemde kazanılır. Kızlarda boyca artış 8 cm/yıl, erkeklerde boyca artış 10 cm/yıldır. Boy uzamasının tepe yapması kızlarda 12-13 yaşında, erkeklerde 15-16 yaşında olur. Erkeklerde cilt altı yağ dokusu azalırken kızlarda cilt altı yağ dokusu artar. Kas dokusu da erkeklerde artış gösterir. Vücudun ağırlık mer-

kezinin kadınlarda aşağıda olması dengeli duruşu kolaylaştırırken, erkeklerde ağırlık merkezinin daha yukarıda olması atlamayı kolaylaştırır.

Kadınlarda daha küçük kalp ve daha küçük akciğer vardır. Daha küçük kalp ve daha küçük akciğer demek, oksijen tüketiminin ve kullanımının daha düşük olması demektir. Sporda bilhassa dayanıklılık gerektiren spor dallarında kadınların başarısı, bunun için erkeklerden daha düşüktür.

Kadınlarda vücutta ortalama dört litre kan varken erkeklerde ortalama altı litre kan vardır. Bu durum beyne, kaslara daha az oksijen taşınması anlamına gelir. Kadınların vücut ağırlıklarının %25-35'i yağ iken, erkeklerin %15-20'si yağdır. Yağ fazlalığı, su üzerinde durabilme, açlığa dayanma gibi avantajlar sağlar. Kadınların vücutları ve yağ dokuları daha elastikidir. Bu yüzden bale ve jimnastikte avantajlıdırlar. Ayrıca daha az terlemeleri, kadınlara nemli ortamda avantaj sağlar. (44)

Genlerin ve Hormonların Rolü

Tabiat, bir denge üzerine kuruludur. Biyolojik, psikolojik ve sosyal farklılıklar bu denge için gereklidir.

Genetik Profil

Yumurtadaki 23 tek kromozom ile spermdeki 23 tek kromozom, çiftleşmeyle birleşerek 46 tek kromozom oluşturur. Döllenmiş yumurtadaki 44 kromozom benzerken iki kromozom farklıdır. Vücut programımız, genlerde yazılıdır. XX kromozomları kadınlarda, XY kromozomu erkeklerde vardır ve cinsiyeti belirler. Üç-beş-yedinci haftada bebek beyni testesteron üretirse çocuk erkek, östrojen üretirse çocuk kız olur. Hatta çocuk erkek doğduktan sonra ona östrojen [kadınlık] hormonu sürekli verilirse kız çocuğu davranışları göstermeye başlar. Kız olarak doğan çocuğa erkeklik [testesteron] hormonu verilirse, çocuk halk arasındaki tabirle "erkek Fatma" olabilir. Erkekte kadınlık, kadında erkeklik hormonu düşük oranda da olsa hep vardır. Bu hormonu

yapay olarak artırdığımızda cinsiyet sınırları karışmaya başlar.

Hatta erkeğe benzemeye çalışan kadın veya kadına benzemeye çalışan erkeğin beyinlerindeki genetik programa belli sınırlarda müdahale edildiği için daha çok östrojen veya daha çok testesteron salgılatılabilmesi mümkündür. Kültürel şartlandırmalar, belli sınırlarda cinsiyetin biyolojik değişimini destekler. Erkeğin testisleri alınıp erkeklik hormonu üretimi kesildikten sonra kadınsı davranışlara girmesi, kadının menapozdan sonra erkeksi davranışlar içinde olması, sık rastlanan belirtilerdir.

Hormonlar davranışlarımızı belirleyici özelliklerine beyindeki program yoluyla ulaşırlar. Bebek anne karnında iken kız ise dudak hareketlerini erkek çocuğa göre iki misli fazla yapar. Beyin hücreleri arasındaki bağ oluşumu, ergenlik döneminde tepe noktaya çıkar. Sağ beyin heyecansı özellikleri, sol beyin mantıkî özellikleri organize eder. Ergenlik döneminde iki beyin arasındaki bağ oluşumunda Corpus Callosum isimli köprünün büyük rolü vardır. Bu köprü, cinsel davranışın belirlenmesinde de büyük önem taşır. Kız çocukları arasında büyüyen erkek çocuklarda kız davranışları, erkek çocukları arasında büyüyen kız çocuklarda ise erkeksi davranışların öğrenilip beyinde yapısal değişimler oluşması, ergenlikle doruk noktaya ulaşır. Bu mekanizma tersine de işleyebilir. Geçtiğimiz yıllarda basına yansıyan bir haberde, İngiltere'de beş kadın milletvekili, erkeklik hormonu alarak erkek meslektaşlarıyla daha kolay rekabet edebildiklerini açıklamışlardı. Böylece daha enerjik, atılgan ve hafızalarının güçlü olduğunu savunuyorlardı. Bilimsel araştırmalar da, vücutlarında erkeklik [testesteron] hormonu yüksek olan kadınların iş hayatında daha başarılı olduklarını desteklemektedir. Hatta ilâç firmaları, testesteron ihtiva eden jeller üreterek, çalışan kadınları desteklemeye başladılar. Fakat bu durumun kadının toplumdaki rolüne verdiği zararın dışında kanser riskini artırması, endişelere sebep olmaktadır.

Evrimsel psikoloji açısından kadın ve erkek genlerini yayma, başka kuşaklara aktarma, her iki cins için de geçerlidir.

Kadının biyolojik eğilimi dokuz ay gebeliğe, erkeğinki ise döllemeye odaklıdır. Bunun sonucunda cinsellik isteğinin psikolojik olarak erkekte daha fazla olması doğaldır. Kadının en iyi ve avantajlı geni bulması için kendini sergilemeye, erkeğin de en iyisini bulmak için hoşlandığını aramaya eğilimli olmasının biyopsikolojik kökeni bu olsa gerektir. Erkeğin çok eşliliğe yönelmesini, kadının neden bu kadar çok ayakkabıya ihtiyaç duyduğunu böylece anlayabiliyoruz. (*19, 28*)

Zihinsel Farklılıklar

İki cins arasındaki zihinsel farklılıklar, gündelik olaylara biraz dikkatle baktığımızda hemen kendini gösterir.

Meselâ "trafik canavarları" dediğimiz tiplerin daha çok erkekler arasından çıktığını, ama park yeri kazalarını en çok kadınların yaptığını genel olarak biliriz. Kadınların arabaları geri geri ve geri paralel park etmede başarısız olmaları, onların beyinlerinden kaynaklanır. Mekândaki algı becerisi, beyinde cismin uzaydaki yerini algılamayla ilgilidir.

Kadınlarla erkeklerin zihinsel farklarını anlatan bir test vardır: Ayna Testi. Bu testi yapmak için sağ omuza hafif bir cisim koyulur, kişi aynanın karşısına geçirilir. Cismi alması istenir. Erkekler bir-iki hamlede cismi alırken, kadın önce elini diğer omuza götürür ve ancak üç-dört hamleden sonra cismi alır.

Yine dokunma duyusu da, cildi erkeklere nazaran yumuşak ve duyarlı olan kadınlarda daha fazladır. Kız çocukları da dâhil olmak üzere kadınlar, kendi vücutlarına dokunmayı severler. Cinsel arzularının erkeğin fiziksel temasıyla artması, orgazmın geç olmasının bir nedenidir.

Ayrıca kadınların koku ve tat alma duyguları erkeklere göre daha gelişkindir. Hatta gebelik ve âdet dönemlerinde bu duyularının hassaslaştığı bilinir.

Kadınların empati [eş duyum] yeteneklerinin daha üstün olduğunu, bu nedenle de şefkatli olduklarından, acıma hislerinin belirginliğinden söz etmiştik. Duygusal zekâlarının daha yüksek olması anlamına gelen bu durumun biyolojik bir açıklaması da vardır. Oksitosin hormonu, sakinlik ve yu-

muşaklık veren bir hormondur. Testesteron yükseldiğinde bu hormon azalır.

Erkeklerin aksiyon filmlerini, marşları sevmesi, defalarca seyrettiği hâlde aynı zevki alabilmesi, kadınların romantik filmleri defalarca seyredip gözyaşı dökebilmeleri de biyolojik bir alt yapıya bağlıdır.

Disleksi [okuma güçlüğü], dikkat eksikliği, hiperaktivite bozukluğu, hastalıkların görülme sıklığı erkek çocuklarında kızlara göre üç-dört misli yüksektir. Aynı şekilde kekemelik gibi konuşma güçlükleri erkeklerde belirgin şekilde daha fazladır. Buna karşılık kadınların depresyon gibi ruhsal hastalıklara erkeklerden daha çok yakalanmalarının, beyindeki alt yapıyla ilgisi büyüktür. Bu durum, zihinsel farklılıktan kaynaklanmaktadır.

İntihar girişimi kadınlarda daha fazladır, ama girişimin ölümle sonlanması erkeklerde belirgin şekilde daha yüksektir.

Kadınların süreçle, erkeklerin sonuçla daha çok ilgilendiği bilinir. Hatta cinsellikte bile erkek iki defa orgazma girer: Biri boşalma olduğunda, ikincisi partneri övdüğünde. Erkek cinsel performansı ve sonucu önemser, kadın sevilmeyi önemser. Olgun kişiler karşı tarafın duygularını anladıkları için psikolojik ihtiyaçları vermeyi başarırlar ve iki tarafı mutlu eden birliktelik oluşur.

Kadının tahmin yeteneği, sevgisi, ayrıntıyı fark etmesi, erkeğe göre daha öndedir. İletişimde erkekler bilgi alış verişini önemserken, kadınlar paylaşarak yalnızlık duygusunu azaltmayı öne alırlar. Bu sebeple erkekler duygusal ihmale daha yatkındırlar. (*25, 28, 30*)

Âdet Öncesi Gerilim [Premenstrüel Sendrom]

Âdet öncesi gerginlik reglden 7-10 gün önce ortaya çıkar. Kadınların %40'ında şiddetli ve belirgin şekilde yaşanır. Baş ağrısı, mutsuzluk, gerginlik, sinirlilik, vücutta su tutma, öfke, huzursuzluk, değişken belirtilerle hissedilir. Bazı durumlarda dikkat ve konsantrasyon azalır. Kararsızlık, reddedilmeye duyarlılık ve ölüm düşünceleri görülebilir. Uy-

kusuzluk veya aşırı uyku, eklem, kas ağrıları, yeme alışkanlığında değişme, yorgunluk, cinsel istek azalması, midebağırsak bozulmaları, çarpıntı ve terleme rastlanabilir. Sivilceler artabilir. Baş dönmesi, titreme ve sakarlık sıkça görülür. Sonuçta bu dönemde kadın içe kapanır ve verimliliğinde azalma ortaya çıkar.

Evlilerde bu belirtilerin daha az olması anlamlıyken genç ve doğum yapmamış kadınlarda bulguların çokluğu, hormonal yapıyla ilgilidir. Tedavide çeşitli hormonlar kullanıldığı gibi, B6 vitamini gibi desteklerde yararlıdır. Antidepresan ilâçlar, "Premenstrüel Sendrom"da çoğu zaman fayda sağlar. Ayrıca diyet kısıtlamaları verilir. Şeker, kafein, alkol ve ara öğün atıştırmaları tavsiye edilmez.

Dismenore

"Sancılı âdet" olarak da bilinen bu durum daha farklıdır. Uterus [rahim] kramplarıyla ilgilidir. Endometriozis gibi jinekolojik bir nedene bağlı olup olmadığı araştırılmalıdır.

Kadın hastalıklarının önemli bir nedeni, enfeksiyonlarla ilgilidir. Kadın organları, çok temiz tutulması gereken organlardır. Kolayca mikrop üremeye müsaittirler. Hijyene dikkat eden kadınlarda birçok kadın hastalığına kesinlikle rastlanmaz. Batıda ileri yaşta kadınların vaginal ve anal bölgeleri hep problemlidir. Son yapılan araştırmalar, tuvalet temizliğinde su kullanılmamasının bu durumun en önemli sebebi olduğunu göstermektedir. Buna bağlı olarak son yıllarda üretilen ergonomik wc'lerde bol su kullanılması önerilir.

Âdet Kesilmeleri ve Kısırlık

İdiopatik amenore, sebebi bilinmeyen regl olmama hâlidir. Bütün organları sağlıklı olduğu hâlde âdetlerin olmamasında en önemli sebebin stres olduğu anlaşılmıştır.

Her beş evli çiftten birisi çocuk sahibi olamamaktadır. Kısırlık [infertilite] denilen bu durumun tedavisi için tüp bebek yöntemi başarıyla kullanılmaktadır. Mikroenjeksiyon

yönteminin başarısında çiftlerin psikolojik desteğinin, başarı şansını %30-50 artırdığı bilinmektedir.

İnsan beyninin cinsel fonksiyonlarını düzenleyen alanı, strese karşı en duyarlı bölgelerden birisidir. Bazı bireylerde bu alan bozulduğunda sperm üretimi azalır, kadınlarda östrojen hormonu üretiminde düşüş gözlenir. Vücudunuzun yönetiminde birinci derecede sorumlu organ beyin olduğuna göre, beyni rahat kullanabilmek beden sağlığına katkı sağlar. Eski bir söz vardır, "Sağlam kafa, sağlam vücutta bulunur" şeklinde. Bu sözün tersinden geçerli olduğu, şimdilerde anlaşılmıştır: "Sağlam vücut, sağlam kafada bulunur."

Gebelik ve Emzirme

Gebelik döneminde cinsiyet hormonları farklı çalışır. Âdet periyodunun ilk yarısında östrojen gibi dişilik hormonları salgılanırken ikinci yarısında luteinizan özellikteki annelik duygusuyla ilgili hormonlar salgılanır. Bu hormonlar gebelikte ön plâna çıkar. Luteinizan hormonların bir özelliği de antidepresan etkilerinin olmasıdır. Bu sebeple hafif depresyonlar hamilelik esnasında düzelir. Birçok anne, gebelikteki mutluluğu tekrar yaşamak için yeniden hamile kalmak ister.

Son yapılan araştırmalar, bebeklerin anne karnında iken duygusal hafızalarının çalıştığını, annesi tarafından istenen ve sevilen çocukların daha sağlıklı geliştiğini ve büyüdüğünü göstermektedir. Ayrıca doğum sonrası annenin bebeğe dokunması ve yakın olmasının çok önemli olduğu anlaşılmıştır. Darwin'in "Anne çocuk arasındaki savaşı anne kazanmalıdır; çocuk ağladığında kucağınıza almayınız" tezinin yanlışlığı bu bilgiler neticesinde ortaya çıkmıştır.

Gebelik ve emzirme döneminde bazı korkular vardır. Özellikle ilk çocukta annenin çocuğa bakamayacağı korkusu, doğum sonrası depresyonu artırır. Doğum sonrası lohusalık, kadının en zayıf dönemlerinden birisidir. Hormonları normal düzene geçiş yapmaya çalışır. Diğer taraftan aile desteği yoksa kronik gerilim hâli oluşur, uykusunu alamaz. Bazı bünyelerde "postpartum psikoz" dediğimiz

ciddî akıl hastalığı bulgularına rastlanır. Fakat bu durumun genelde genetik bir boyutu vardır.

Gebelik ve emzirme döneminde her ilâcın kullanılmaması duyarlılık gerektirir. Yakın hekim takibine ilâveten psikoterapi desteği bu dönemde önem taşır.

Gebelik, emzirme, ilk annelik korkularının giderilmesi, koruyucu ruh sağlığı açısından çok mühimdir. Bunun için bizim kültürümüz bazı yöntemler geliştirmiştir. Geleneksel köy kasaba yaşantısında bir gelin, evine gelmeden önce komşusunun evinde bir süre bekletilir. Bu komşu evi, bundan sonraki hayatında gelinin ikinci evi sayılır. İhtiyaç olduğunda dayanacağı, paylaşacağı bir kapı vardır. Evlilik, doğum gibi psikososyal yönü olan hadiselerin, günümüzde komşuluk bağlarının zayıflaması, akrabalık ilişkilerinin gevşemesi gibi sebeplerle daha zor atlatıldığını ve depresyon puanını artırdığını söyleyebiliriz.

Annelik Hüznü

Doğumdan sonraki iki haftada kadınların %70'inde hafif, orta ve şiddetli olmak üzere farklı oranlarda duygulanım değişiklikleri yaşanır. Hafif üzüntü, ağlamanın yanında artan korkular, bunun belirtileridir. Anne, aile üyelerinin yardımına ihtiyaç duyar.

"Annelik hüznü" olarak da tanımlanacak bu dönem doğaldır. Doğum gibi güç bir olayın vücutta yaptığı değişikliklerle ilgilidir. (Aynı duruma herhangi bir ameliyat sonrasında da rastlanır.) Kortizol gibi stres hormonlarının bu dönemde yükseldiği bilinir.

Stres hormonlarının yükselmesi, annelik hüznünü tetikleyip depresyona dönüştürme riskini taşır. Tabiî her doğumdan sonra depresyon görüleceği inancı yanlıştır; ama ilk doğumundan sonra depresyon yaşayan kadınların sonraki doğumlarında uyanık olmasında yarar vardır. Annenin psikolojik destek aldığı lohusalık döneminde üzüntü, ağlama gibi hüzün belirtileri kolaylıkla düzelir. Eğer annede sebepsiz suçluluk duygusu varsa ve çocuğa bakamayacağı

düşüncesiyle kendini suçluyorsa, psikoterapi almasının yararı olur.

Doğum sonrasında yaşanan yeni bir çocuktan sorumlu olma, çocuğu kaybetme ihtimali, istemeden de olsa ona zarar verme gibi korkular, aile işleyişini değiştirerek bazı uyum bozukluklarına yol açabilir. Ancak uyum bozuklukları aşırıya kaçarsa psikiyatrik yardım şarttır. Bu dönemin hafif geçmesi, annenin desteklenmesiyle mümkündür.

Kadın Cinselliği

Cinsellik, biyolojik ve psikolojik olduğu kadar kültürel boyutu da olan ve toplumdan etkilenen bir sağlık alanıdır. Hayvanlarda cinsellik üreme amacıyla sınırlı kalırken, insanlarda bunun dışına çıkmaktadır. Tarih boyunca cinsellikle ilgili tutumlar toplumdan topluma çeşitlilik göstermiştir.

Cinsel davranışı belirleyen etkenler fizyolojiyle beraber eğitimde düşünülmelidir. Kültürel öğrenme, sınırlı cinsellikten sınırsız cinselliğe kadar genişleyen bir yelpazede değişiklik gösterir. Hangi cinsel davranışın insanın psikolojik doğasına uygun olduğu, hangisinin genetik algoritmamıza aykırı düştüğü, bilimsel tartışma ve gözlemlerle belirlenmeye çalışılmaktadır.

Cinselliğin sibernetik modelinde istek ve organizmanın artırılması amaçlanır. Uyarılma ve ilişki sonrası arzulama, istek ve orgazmı [doruk doyum] artırırken istek ve orgazmın olması, uyarılmayı ve ilişki sonrası arzuları pekiştirir. Böylece bir döngü oluşur. Döngünün bir halkası eksik olduğunda cinsellik düşüşe geçer. Yahut bir halkada aşırı etkinlik olursa diğer halkalar hızlanır. Örnek vermek gerekirse, uyarılma, cinsel ilişki sonrası arzuları artırırken ona paralel olarak istek ve orgazmın yükselmesini gerektirir. Cinsel istekte doğal yollarla yükselme mümkün olmadığında doğal olmayan yollara başvurma ihtiyacı ortaya çıkar. Jigoloların esrar alarak yaşlı kadınlarla beraber olmaları veya alkol almadan cinselliği yaşayamayan insanlar, buna örnektir.

Cinselliği beynimizin "Sıngulate Gyrus" bölgesi düzenler. ABD'de "Sıngulata Gyrus" kürsüsü kurulmuş tıp fakülteleri vardır.

Cinsel davranışı etkileyen unsurlar dört tanedir: Birincisi istek, ikincisi uyarılma, üçüncüsü orgazm ve dördüncüsü ilişki sonrası arzulardır.

Kadında cinsel istek düşünceyle ortaya çıkarken, uyarılma fiziksel temasla olur. Orgazm daha geç gerçekleşir. Sonuçta cinsellik sonrası arzular belirir.

Erkekte ise istek ve uyarılma daha çok görseldir. İmajinasyonlarla oluşturulan hayaller, isteği artırır. Bu nedenle orgazma erken ulaşır. Erkekte orgazmın erken olması, kadında cinsel doyumsuzluğa neden olur. Orgazm sonrası oksitosin hormonu salgılandığı için cinsel soğuklukla birlikte gevşeme olur. Cinsellik esnasında hem kadında hem erkekte endorfin [iç morfinler] salgılandığı bilinmektedir.

İnsan cinselliğinin sadece üreme amaçlı olmaması, onu zevk ve ilgi alanı hâline getirebilir. Abartılı ve tekrarlayan cinsel deneyimler kalıcı zihinsel şartlanmalarla bağımlılık oluştururken, ihmal edilen veya soyut bir amaçla bastırılan cinsel yaşantı başka yaşam alanlarına dönüşebilir. (*29, 34*)

Kadında Disparoni

"Cinsel ilişki sırasında ağrı duyulması" olarak tanımlanan bir durumdur. Ağrılı cinsellikte öncelikle kadın doğum uzmanı, yapısal bozukluk, lokal enfeksiyon gibi iltihabî durumlar varsa onları tedavi eder. Eğer ağrı sendromu şeklinde değerlendirilirse genelde vajinal kasların spazmıyla ilgili bir sorun olduğu düşünülür. Genelde kadın cinsel organlarının ağrıya duyarlılığını düşüren şey, "vajina lubrikasyonu" denilen sıvı gelmesi durumunun olmamasıdır. Sıvı gelmemesi de cinsel istek azlığı veya korkularla ilgilidir. Korkular tedavi edildiğinde disparoni düzelir. (*65*)

Vaginismus

Cinsel ilişki denemesi öncesi vajinanın alt ve üst bir bölümünde istemsiz kasılmaların olması durumudur. Aynı

anda tüm bedende kasılmalar olur, bacaklar kasılır, korku ve kaçınma tepkisi oluşur.

Bu durumun en sık rastlanan sebepleri arasında cinsel korku, eğitimsizlik, kadının kendi cinsel organını tanımaması ve tabuların rolü vardır. Ayrıca eşin kadın cinselliğini bilmemesi ve eşinin gevşemesini sağlayamaması da en önemli etkenlerdendir.

Vaginismus, kadında suçluluk duygusu uyandırır. Kadın, cinselliği istediği hâlde durumun düzelmemesine anlam veremez ve sadece kendisinde bir sorun olduğunu düşünür. Vaginismus rahatsızlığı yaşayan kadın kendisinde eksiklik olduğunu düşünürse ruh sağlığını bozabilir. Erkek eğer bilinçsizse, bekâret konusunda şüphe, öfke, kızgınlık oluşturabilir. Böyle bir durum, şiddetin ciddî sebeplerinden birisidir ve adlî olaylara kadar gidebilir. Durumun ailelere ulaşması ise çoğu zaman sorunu daha da büyütür. Bu kadınların kadın doğum uzmanları tarafından muayene edilmeleri de çok zordur. Özel bujilerle sonuç almaya çalışırlar. Böyle bir kadına jinekoloğunun sağlam olduğunu söylemesi, sorunu daha da büyütecektir. Bu kişiler bedensel olarak sağlamdırlar ama sinirsel olarak tedavi gereken durumları vardır. Cinsel işlev bozukluğu olduğu için kızlık zarının [Hymen] ameliyatıyla düzelmez. Alkol, jel kullanımıyla veya narkozla yapılan cinsel ilişkiyle düzelmesi beklenmemelidir. Bu tip hastaların kısırlık tedavisi için başvurdukları esnada sorunun anlaşıldığı durumlar söz konusudur. Bu kadınlar kazara gebe kalsalar dahi normal doğum yapamazlar. Vajina normal doğum çıkışına izin vermez, sezaryen [sectio] gerekir.

Vaginismus, psikiyatride yüz güldürücü cinsel sorunlardan birisidir. İlk gece korkusu cinsel danışmanlıkla giderilebilir; ama vaginismus için hem ilâç, hem de psikoterapi gerekir. Narkoanalizle tedavi ettiğimiz, dokuz yıllık cinsel fonksiyon bozukluğu vak'ası yaşayan bir hastamın, abisinin düğüne gelmemesini takıntı yaptığı ve bu durumun travma şeklinde kendisine cinselliği yasaklayarak bilinç altı mekanizmayı çalıştırdığını öğrendiğimizde o da biz de çok şa-

şırmıştık. Hastam o görüşmeden sonra teşekkür için gelmişti.

Vaginismusta ilk araştırılacak konu, eşin reddinin olup olmadığıdır. Böyle durumlarda cinsel tedavi ahlâkî değildir. Evlilik sorgulanmalıdır.

Cinsel tedavinin birinci aşamasında cinsellik anlayışı, tabular, kadın ve erkeğin cinsel organları hakkında bilgi verilmesi gerekir. Cinsellik açısından en duyarlı organın beyin olduğu, zihinsel korkuların giderilmesiyle sorunun çözülebileceği anlatılmalıdır. İkinci aşamada uzman, parmak çalışması ödevi verir. Bir süre cinsel perhiz verilerek birleşme yasaklanır. İki tarafın izni olmadan cinsel birleşme olmayacağına dair ön anlaşma yapılır. Çıplaklık ve penis ile ilgili korkular, vaginismusu artırır. Terapi sürecinde bunlar çalışılır. (*16, 64, 65*)

Azalmış Cinsellik ve Cinsel Tiksinti Hastalığı

Cinsel isteği oluşturan biyopsikolojik süreçler tam olarak bilinmemektedir. Cinsel istek temel bir güdü olup beynin derinlikleri tarafından yönlendirilir. Hayvanlarda cinsel arzu, yumurtlama dönemiyle sınırlı iken insanda daha karmaşık özellikler gösterir. İnsan diğer varlıklardan farklı olarak cinsel isteğini erteleyebilme özelliğine de sahiptir.

Yapılan bilimsel çalışmalar, cinsel isteğin östrojen progesterondan daha çok testesteron tarafından belirlendiği yönündedir. Bu, kadın içinde geçerlidir.

Kadında cinsel isteği genel olarak uyaran oluşumlar: Rahat ve güvenilir bir mekân, çekici eş, duygusal ortam, hoş bir müzik olabilir.

Cinsel arzuyu genel olarak bastıran durumlar: İlişki çatışmaları, ekonomik güçlükler, yaşam zorlukları, çocuk sahibi olma, annelik duygusunun fazlalığı, kayıplar ve psikolojik travmalardır.

"Cinsel davranış" denildiğinde cinsel birleşme [coitus] sıklığı, cinsel düşünce ve fanteziler, orgazmla [doruk, doyum] sonlanan cinsel etkinlik sayıları ve kişinin subjektif olarak hissettiği ilgi ve istek temel alınır.

Azalmış cinsel istek bozukluğu hem ülkemizde hem de Batıda kadınlarda erkeklerden iki misli fazla görülmektedir. Batı toplumlarında yapılan çalışmalarda, kliniğe başvuran kadınların %30-40'ında cinsel istek azlığına rastlanmıştır. Orgazm olmadığı hâlde orgazm taklidi yapan kadın sayısı %60 civarındadır. Çoğu kendi istekleriyle cinselliği başlatmazlar. Kadınlar cinselliği bozmamak için görev gibi cinselliğe uyum sağlamaya çalışırlar. Hayat kadınlarının cinsel davranışı ayartıcı, baştan çıkarıcı, ateşli bir şekilde göstermeleri, birçok erkeğin cinsel aldatma sebebi olur. Kadınlar, erkeklerin bu cinsel ihtiyaçlarını çoğu zaman anlayamazlar.

Cinsel istek sıklığının normali veya standardı yoktur. Çiftin istek frekansının birbirine yakın olması yeterlidir. Cinsel istekte azalma sonradan olmuşsa örtülü bir depresyonu görülebilir. Eğer ergenlik çağından beri varsa bastırılmış duygular söz konusudur.

Mutlu ve çatışmasız bir ilişkide çoğu defa cinsel davranış normaldir. Evliliğin temel dinamikleri, kuruluş biçimi, ilişki çatışmaları, cinselliğe yaklaşım biliniyorsa sorunu çözmek daha kolay olur.

Cinsellikle ilgili yanlış beklentiler, cinsel fobi ve takıntılar, kadının kendi bedenine yabancılaşmasına neden olarak cinselliği olumsuz etkileyebilir.

Bazen bazı ilâçlar cinsel isteği azaltır. Bu durumda ilgili hekime başvurmak gerekir.

Cinsel istek azalmasının daha ileri safhası, "cinsel tiksinti bozukluğu"dur. Bu hastalıkta cinsel eşle ilişki fırsatı olduğunda korku, kaçınma, irkilme, iğrenme ve hatta panik hissi oluşur. Öpme ve dokunma dâhil her türlü cinsel uyarılarda yaygın bir iğrenme vardır.

Cinsel fobiler, obsesyonlar, posttravmatik stres bozukluğu ve depresyon olmadan da bu kişilerde cinsel tiksinti söz konusudur. Kişi isterse tedavi plânı yapılır. Temelde eş reddi olduğu için çift terapisi önem taşır. (*19, 32, 33, 65, 62*)

Cinsel Uyarılma ve Orgazm Bozuklukları

Kadınların cinsel uyarılmalarının geç olduğu bilinir. Onların cinsel uyarılmayı kendilerinden çok eşleri için istemeleri, uyarılmalarını geciktiren bir sebeptir. Erkeklerin cinsel ilişki süresini kısa tutmaları veya erken boşalma, eşler arasında sorun oluşturabilir.

Kadında ıslanma ve kabarma tepkisinin [lubrikasyon] sağlanamaması ve sürdürülememesi, bir uyarılma problemidir. Yeterli ön sevişme ve klitoral uyarı olmasına rağmen cinsel uyarılma olmadığında "sorun"dan söz edilir. Erkeklerde Viagra türü ilâçlar uyarılmayı çok kolaylaştırmışken kadınlarda henüz böyle bir ilâç bulunamamıştır.

Bazı antidepresan, alerji ve tansiyon ilâçları, kadınlarda uyarılmayı bastırabilir. Bazen şeker hastalığı, menopoz ya da mikrobik hastalıkların varlığı, uyarılma ve orgazmı etkiler. Altta yatan psikolojik sorun düzeldiğinde cinsel uyarılma ve orgazm bozukluğu da düzelir.

Kadınlarda cinsel uyarılmadan sonra doruk doyum olan orgazm gelir. Orgazmın sınırları erkekler kadar kesin değildir. Genelde vajinanın üçte bir alt kısmının kasılması olarak bilinir. Bazı görüşlere göre subjektif zevk alımını yeterli bulması orgazmdır.

Kadınlarda orgazm yaşla birlikte artar. Haz almak, beklenti düzeyiyle ilgilidir. Cinsellik kavramı ve haz almayı öğrenebilen kadınlarda orgazm yeteneği daha hızlı gelişir. Haz aldığı hâlde beklentisi yüksek kadınlar orgazm olamayabilirler. Her kadın kendine haz alma izni verdiğinde orgazm olabilir. Bunun için uygun zaman, uygun mekân ve uygun eş şartı vardır. (*16, 35, 65*)

Menopoz

"Menopoz" kelimesi tıpta son âdet kanamasını tanımlamaya verilen addır. Ancak genel manada kadında üreme çağının sona erdiği dönemi kastetmek amacıyla kullanılır.

Yumurtalıklar [over] kadında menopoz döneminde yavaşlamaya başlar. Östrojen salınımının kesilmesiyle âdet

kanaması durur. Menopozdan sonra yumurtalıklar az miktarda östrojen salgılarken, gittikçe artan miktarda androjen [erkeklik] hormonu üretmeye başlar.

Bu dönemi yaşayan kadının vücudunda bazı değişimler olur: Memelerde küçülme, vajinada kuruluk, kalça kaslarında gevşeme, deride incelme...

Doğurganlığını ve dişiliğini göstermedeki gerilemeyi "kadınlığını kaybetmek" olarak algılayan kadın, ruhsal belirtileri daha şiddetli yaşar.

Kadın 12 ay süreyle âdet görmezse menopoza girmiş sayılır. Doğal menopoz 45-55 yaşları arasında olandır. Cerrahi menopoz sadece rahimin [uterus] değil, yumurtalıkların alınmasıyla gerçekleşir. Menopoza girme yaşı genelde ırsi kabul edilir. Ancak spermdeki ölüm etkisini yumurtada da gösteren sigara, kadının menopoza girmesini hızlandırır. Günde bir paket sigara içen bir kadın, bir-iki yıl erken menopoza girer. Ayrıca zayıf ve yüksek yerlerde yaşayan kadınlar daha çabuk menopoza girerler. (*26*)

Menopoz Belirtileri

Menopozun en önemli belirtisi, sıcak basması, kızarma ve terlemedir. Vücut artık östrojen hormonu üretemediğinden gece terlemeleri—bilhassa vücudun üst kısmının terlemesi—kışın soğukta bile ateş basması, sinirlilik, yorgunluk gibi durumlar gözlenir. Ateş basmasının sebebi, östrojenle birlikte beyinde serotonin gibi kimyasal iletilerin azalmasıdır. Hormon replasman tedavisiyle bu belirtiler kaybolur. Bunlar kadınların %75'inde rastlanan türden belirtilerdir. Ancak bazıları bu dönemi çok hafif geçirirler. Birkaç saniyelik veya dakikalık ataklar şeklinde ateş, ter, kızarma nöbeti geçirerek atlatabilirler.

Menopoz süresi nadiren beş yıldan fazla sürer.

Ruhsal Sağlık

Menopoz döneminde sıkıntı, gerginlik, depresif olma gibi belirtiler sıktır. Östrojen hormonunun azalması, uyku kalitesini de bozar. Beyin kimyasındaki değişiklik belirtileri belirgin ise tedaviye antidepresan eklenir.

Bu dönemde ruh sağlığını en çok etkileyen unsur, kadınların menopoza yükledikleri anlamdır. Menopoza "yaşlanmanın başlangıcı, kadınlığın kaybedildiği dönem" olarak bakan, beden imajına çok önem veren kadınlar fazla sarsılırlar.

Fakat çocukluk, gençlik gibi hayatın doğal bir dönemi gibi görülür, kaybedilen yetilerle birlikte kazanılan yetilerinde olduğu düşünülürse süreç kolayca atlatılır.

Ancak depresyona eğilimli ve evlilikleri problemli kişilerde menopoz çok fırtınalı geçer. Uyumlu ve tatminkâr bir ruhsal ve cinsel yaşamı olanlar daha şanslıdırlar. Bu döneme giren kişi, kadınlığını ve dişiliğini koruma savaşına yönelebilir. Eski değerler yıkılırken yerine yeni doyumlar koyar ve süreci hoşgörüyle karşılarsa uyum sağlanır.

Bu dönemin korkusuyla bazı kadınlar 40 yaşında yeni çocuğa izin verir. Bazı kadınlarda "kız psikolojisi"ne girişi görürüz. Aşırı süslenme, açılıp saçılma, danslarda gençlerle görülme, çapkınlıklar, yakınların hayretle karşıladığı gönül ilişkileri gibi davranış değişiklikleri olabilir. Bu aslında cinsel istekte azalma duygusunu telafi için cinsel hayatı kanıtlama çabasıdır. Dört çocuklu bir anneyken evden kaçan, 40 yaşından sonra hoppalaşan bireyler olabilir.

Hekim hekim dolaşıp hastalık belirtileriyle uğraşan bazı kadınlara sık rastlanır. Yaşlanma korkusuyla aynanın karşısına geçip "İhtiyar cadıya döndüm!" diyen kadınlar çoktur. Bu durum onların manevî acılarını daha da artırır. Yaşlanmamak için aşırı sağlık kaygısı, hekim desteğiyle düzelir.

Bazı kadınlar erkek işleriyle uğraşmaya meyil ederler. Politikacılık, dernek, vakıf işleri, birdenbire ilgilerini çekmeye başlar.

Bazı kadınlarda dindarlaşma süreci yaşanır. Günahkârlık ve suçluluk duygusuyla inançlarına sığınıp kendilerine zihinsel bir sığınak oluştururlar ve yalnız olmadıklarını hissederler.

Esasında menopoz, ihtiyarlığın değil, olgunluğun başlangıcıdır. Erken yaşlanmayı önleyen, yaşlılığın bize hediye ettiği sükûnet döneminin ilk adımıdır. Olgun, uyumlu bir kadın, erotik duyguları zayıflasa bile romantik duyguları yükseliyorsa sevimliliğinden hiçbir şey kaybetmeyecektir. Tarihî kadınlar 45 yaşından sonra daha çekici ve sevimli olmayı başarabilmişlerdir.

Pornografi ve Cinsel Taciz

Pornografik-erotik materyal, cinsel suçlar ve toplumsal cinsiyet rol algıları üzerine son yıllarda önemli araştırmalar yapılmıştır.

Kritik soru, pornografik-erotik materyalin ilettiği mesajın, davranışlar ve tutumlar üzerine yaptığı etkinin ne olduğudur?

Campuwell ve arkadaşları, 1994 yılında yaptıkları bir araştırmada, pornografinin cinsiyet ayrımcılığı ve ırkçı olduğu sonucuna varmışlardır.

Pornografide eşitsizlik söz konusudur. Kadının, genç kızların cinsel sömürüsü ve aşağılanması olarak algılanmıştır. Erkek egemen toplum modelinin cinsel özgürlüğü savunurken pornografiği teşvik ederek daha çok kadınla beraber olmayı amaçladığı tezi haklılık kazanmaktadır.

Kadınlara yönelik saldırgan davranışlarda ve cinsel şiddet içeren olaylarda pornografinin rolünü araştıran ABD Başsavcıları Pornografi Komisyonu, "Cinsel şiddet içeren materyale maruz kalmakla kadınlara yönelik saldırgan davranışlar arasında sebebe bağlı bir ilişki vardır." kararını rapor etmiştir.

Cinsel şiddet içeren pornografinin potansiyel bir yıkıcı etkisi olduğu, genel kabul görmektedir. Pornografi kullanımı, tecavüz destekçiliğiyle eşlenmektedir. Allen, Emer,

Bebhart ve Qiery, 1995 yılında kadınlara yönelik şiddetin, şiddet içeren ya da içermeyen pornografiyle şiddete başvurma eğilimini artırıcı yönde etkisi olduğunu vurgulamışlardır.

Fakat pornografinin sansürünü savunanlara karşı çıkanlara göre bu durum, kültür emekçilerine karşı ayrımcılıktır ve kadının erkeğe bağımlılığını destekler. Peki kadının imajı aile merkezli mi, seks merkezli mi olmalıdır? Feministlerin çoğunluğu, kadın imajının cinsel merkezli olmasına öncelik vermektedirler. Cinsel özgürlük adına evliliğin kurban edilebileceğini söylerken kadının erkeğe bağımlı olmasının onu değersizleştirdiğini savunmaktadırlar. Öte yandan pornografinin kadını cinsel ve ekonomik yönden sömürmesi umurlarında bile değildir.

Bu eğilimin güçlendiği ortamlarda boşanmalar artmakta, kadının konforu ev dışında arandığından "annelik" duygusu önemsenmemektedir. Ayrıca kadının ileri yaşlardaki yalnızlığına zemin hazırlanmaktadır. Bu durumda kadın, biyolojik eğilimi gereği yalnızlığa erkeklerden daha tahammülsüz olduğu için daha kolay depresyona girebilmektedir. Ayrıca erkeklerin duygusal, fiziksel ve cinsel şiddetine maruz kaldıkları için ciddî şekilde mutsuz olmaktadırlar. Bu noktada modernizmin, geleneksel ahlâk çerçevesinden çıkarak kadının konforunu bozduğu söylenebilir.

Temel hak ve özgürlüklerin zarar görmemesi ile toplumsal yarar arasında dengeyi iyi kurmak gerekmektedir.

Psikiyatristlerin çok iyi bildiği bir gerçek vardır ve araştırmalarda bu gerçeği doğruluyor: Cinsel taciz unutulmuyor. Cinsel tacizin meydana getirdiği kronik stres, birçok ruhsal hastalığa neden oluyor, psikolojik travma olarak beyinde yaşıyor. Psikosomatik hastalıklara, göğüs kanserine, kalp damar hastalıklarına neden olduğu, Psikosomatik Medicine dergisinin 2000 Kasım sayısında rapor edildi.

Kadına Karşı Şiddet

Şiddetin türleri biliniyor. Fiziksel, cinsel, duygusal, ekonomik şiddet gibi... Erkekler aşırı güvensizlik, otoriter görünme ihtiyacı veya ilk darbeyi indirme telaşları yüzünden

fiziksel şiddete sık başvururlar. Kontrolü kaybedeceği korkusu, erkeği çok rahatsız eder; eğer şiddeti hoş gören bir ortamda büyümüşse fiziksel şiddeti çok kullanır. Dışarıda melek evde canavar olan erkek tipleri az değildir.

Yapılan araştırmalar, kadınlara yönelik şiddetin %67'sinde alkolün sorumlu olduğunu göstermektedir.

2003 yılında Fransız Le Monde gazetesinde yayınlanan bir haber, Fransa'da her ay altı kadının koca dayağından öldüğünü yazıyordu. On Fransız kadından biri, eşi tarafından dövülüyordu. Ünlü Fransız bayan oyuncu Marie Trintignant'ın sevgilisi tarafından öldürülmesi, konuyu gündeme getirmişti. Fransa'da 18 yaşının üzerinde 1,5 milyon kadın, koca kurbanıdır. Yine ABD'de her yıl 1500 kadının eşi tarafından öldürüldüğü, 21 bin kadının hastahaneye yatırıldığı ve iki milyon kadının da dövülerek yaralandığı, konuyla ilgili basına yansıyan bilgilerdir.

Türkiye'de net rakamlar bilinmese de, aile içi şiddetin hem eğitimli hem eğitimsiz kesimlerde yüksek olması ilginçtir. Bu durum, kadının şiddeti sorun olarak görmemesiyle de alâkalıdır. Çekirdek ailelerde geniş ailelere göre şiddet daha fazla gözlenmektedir.

Yapılan araştırmalar, evde birlikte zaman geçirme, karar süreçlerine katılma, övgü, takdir sözcüklerinin çok kullanılması, kültürel ve dinî paylaşım gibi unsurların şiddetin azalttığını göstermektedir.

CEDAW [Kadınlara Karşı Her Türlü Ayrımcılığın Önlenmesi Uluslararası Sözleşmesi] Türkiye Komitesi, kadınlara karşı şiddetin Türkiye'de yüksek olduğunu ve 119 ülke içinde kadınların karar mekanizmasında yer almaları bakımından 106. sırada bulunduğumuzu belirtmiştir. Kadın haklarına bu derece önem veren cumhuriyet bilincinin kadına karşı şiddeti neden azaltamadığı, zihinlere "Aydınlar ile halk, farklı dilden mi konuşuyorlar?" sorusunu getirmektedir. Bu sorulara bilimsel araştırmalarla cevap istenmektedir.

Boşanma

Boşanma, aile birliğinin bozulmasıdır. Evlilik sözleşmesinin bitmesi anlık bir durum değildir, belli bir sürecin son noktasıdır. İstenilmediği hâlde yaşanan acı bir gerçektir.

Boşanmada en büyük bedeli çocuk öder. Öfkenin ve düşmanca tutumların çokça yaşanması, çocukta sevilmediği duygusunu uyandırır. Çoğu zaman da boşanmadan çocuklar kendilerini sorumlu tutarlar ve suçluluk duygusu geliştirirler.

Boşanmanın sebebi ve şekline göre çözümler değişir. İhanet ve sadakatsizlik söz konusu ise fırtına şiddetli yaşanır. Boşanma kaçınılmazsa kademeli geçişlerde fayda vardır. Çiftler, boşanmaya kesin karar vermeden önce şu soruları kendilerine sormalıdırlar:

- Evliliği kurtarmak için elimden gelen her şeyi yaptım mı?

- Mutsuzluğumun sebebinin evliliğim olduğuna emin miyim?

- Boşanma sonrası çıkacak yeni sorunlarla baş edebilir miyim?

- Çocuk yalnız birimize ait değil. Bunu kabulleniyor muyuz?

Çocuklar, boşanmanın kendisinden çok oluş biçiminden ve süreçte yaşananlardan etkilenirler. Çocuklar anne babayı beraber tanımışlardır ve onları birlikte isterler. Bu duyguya saygı beslemek gerekir. Çocukların bu durumdan sarsılmalarını en asgarî düzeye çekmek için çocuktan boşanmanın pek kötü olmayacağını anlatmak ve çocuğu ayrılığa alıştırmak gerekir.

Kadınlar, annelik duygularının ağırlığı sebebiyle, çocukların mağduriyetinden daha fazla etkilenirler. Boşanmadan ikinci derecede zarar görecek olan onlardır. Bu nedenle boşanmada duygularla değil, mantıkla hareket etmek, mümkünse el sıkışarak ayrılmanın yollarını bulmak daha doğru olur.

Kadını etkileyen diğer konu da toplumun kendisine bakışıdır. "Boşanmış kadın" imajı, taşınması zor bir yüktür. Onuruyla yaşayabilmek, emeğiyle geçinebilmek ve değer yargılarını savunabilmek için güçlü olması gerekir. Ancak kadına değer vermeyen, kendini yetersiz hissettiren ve sadakatten nasibi almamış bir erkekle yaşamanın da ne kadar onur verdiği tartışılır. Neticede boşanma, ne getirip ne götüreceğinin iyi hesaplanması gereken ciddî bir karardır. (*43, 45*)

Kadınlarda Depresyon

- Kendimi üzgün ve alıngan hissediyorum.
- Bana daha önce zevk veren şeylere karşı ilgim azaldı.
- Uyku düzenim, iştahım, kilom değişti.
- Enerjimin bittiğini ve yorgun olduğumu hissediyorum.
- Umutsuz, suçlu, değersiz ve kifayetsiz olduğumu düşünüyorum.
- Konsantre olamıyor, düşüncemi toplayamıyorum.
- Herhangi bir konuda karar vermekte güçlük çekiyorum.
- Arkadaşlarım değiştiğimi söylüyorlar.
- Çok sık bir şekilde ölümü arzuluyorum.

Bir insanda yukarıdaki belirtilerin üçü veya daha fazlası varsa, o kişi depresyon tanısı alır. Ancak yaşanan her üzüntü ya da hüzün, depresyon değildir. Bir kimseye bu teşhisin konulmasında stres, ailede depresyon geçirenlerin varlığı ve o kişinin—varsa—daha evvel atlattığı ruhsal hastalığın rolü büyüktür.

Depresyon, çağımıza damgasını vuran hastalıklardan biridir. İnsanın hayatla arasındaki en güçlü bağlarını kopma noktasına getiren, en azından zayıflatan bir rahatsızlıktır. En önemli özelliği ise "yeti yitimi" dediğimiz, kişiyi verimsizleştiren durumdur. Bu sebeple hayatî tehlikesi kalp hastalıkları kadar olmasa da bilhassa iş verimindeki düşüşün engellenmesi için mücadele gerektirir.

Erkeklerde depresyon görülme sıklığı, kadınlara nazaran daha azdır. Fakat erkeklerde depresyonun intiharla sonlanma oranı daha yüksektir. İntiharla ölen kişilerin beyin omurilik sıvılarındaki serotonin maddesinin 10-15 misli düşük çıkması, hastalığın tedavisinde ilâcın önemini göstermektedir.

Depresyondaki kadınların en büyük sıkıntısı, "anlaşılamamak"tır. Şeklen bakıldığında organları yerindedir. Hayatları gayet muntazam, maddî ve manevî refahları yerinde olduğundan âdeta rahatlığın onları sıktığı düşünülür. Depresyondaki bir kadının yakınları ona "Gez, dolaş, kafanı dağıt, takma kafana, kendi kendinin doktoru ol." gibi telkinlerde bulunurlar. Oysa hasta zaten bunları yapmaya çalışıyor, ama başaramıyordur. Çevresi rahatsızlığın istem dışı olduğunu bilmediği için depresyondaki kadının hastalığı daha da ağırlaşır.

Âdet döngüsü değişimleri, gebelik, düşük yapma, doğum sonrası zayıflık, menopoz gibi hormonal etkenler, kadınlarda depresyonu tetikleyen unsurlardır. Diğer taraftan çalışan kadının evdeki sorumluluklarının devam etmesi ve eşinin cinsel aldatmaları, ev hanımlarının çocuklarını yalnız başlarına yetiştirmeleri, yaşlı insanlara bakmaları ve yaptıkları işin o esnada somut bir şekilde gözükmemesi gibi durumlar, fazladan strese sebep olarak depresyonu tetikleyebilir.

Depresyon tedavisinde kadını tek olarak ele almak yeterli olmaz. İlaç, psikoterapi, elektromanyetik tedaviler dışında aile bireylerini de kapsayan tedavilere ihtiyaç vardır. (*7, 48*)

IV. ROL KALIPLARI

Kadın ve Erkeğin Biyolojik Yapıları

Kadının ve erkeğin cinsiyet rolünü anlayabilmek için, onun geçmişten gelen genlerini bilmek gerekir. Kadını kadın, erkeği erkek yapan özelliklerin bir kısmı genler, bir kısmı da sosyal öğrenme ile kazanılır. Her iki cinsin de toplumsal rolünün önemli bir bölümü, yaşadığı ortam ve kültürel öğrenme ile ilgilidir. Fakat cinsiyet kimliğini oluşturan özelliklerin büyük çoğunluğunun genetik olduğunu biliyoruz. Bu durum çocukluktan itibaren böyledir. Meselâ kız çocukları, sözlü anlatım konusunda erkek çocuklardan daha öndedir. Aynı zamanda, oyunu yapılandırma, iş birliği yapabilme konularında da erkek çocuklardan daha üstün oldukları, yapılan araştırmalarla ortaya çıkmıştır. Kızların "dişilik özellikleri" diyebileceğimiz, sevimli, sıcak kanlı olma, romantik duygularının baskın olması, fare, böcek ve yılan gibi hayvanlardan korkmaları, kalıtım sebebiyledir. Son yıllarda yapılan araştırmalarda bu konuyla alâkalı ilginç bir bulguyla karşılaşıldı: Kadınlarda yılan korkusunun genetik olduğuna dair bir gen bulundu. Hayatında hiç yılan görmemiş bir kadın bile yılandan korkuyor...

Erkek çocuklarının genlerine doğuştan yazılan sertlik, dikbaşlılık, kolay yola gelmeme ve heyecanlarına ket vurma gibi farklı özellikler görürüz. İncelemeler, kız ve erkek çocuklarındaki bu farklılıkların biyolojik yapıyla ilgili olduğunu ve buna bağlı olarak oyun çeşitlerinin de değiştiğini gösteriyor. Kız çocuklarının romantik duygularını daha çok ön plâna çıkaran bebeklerle evcilik oyunları oynamaları, er-

kek çocuklarının ise daha çok saldırganlık içeren oyunlar oynamaları, biyolojik faktörlerle açıklanmaktadır. Bu durum, evrimsel psikoloji açısından şöyle ifade edilmektedir:

İnsanlığın ilk çağlarında erkek ava çıkıp av etiyle ailesini beslemek zorundayken, kadın anne rolünde ve çocuklarını koruyup kollamak zorundaydı. Babanın evde olmadığı durumda annenin en ufak bir ses ve gürültüde tedbir alabilmesi için fazla cesaretli olmaması, hatta korku duygusunun gelişmiş olması gerekiyordu. Aksi takdirde çocuğu koruması mümkün değildi. Buna mukabil erkeğin saldırgan bir yapıya sahip olması, avcı karakterinin gereği olarak görülüyordu. Daha sonra kültürler oluştukça sosyal roller ortaya çıktı.

Biyolojik bir özellik olarak herhangi bir kültürel olguda erkeğin olaya ilk yaklaşımı mantıkî olurken, kadının bakış tarzını duyguları belirler. Erkeğin beynine duygusallığı ve estetiği katmayı öğretmesi gerekirken, kadın da kendisini geliştirerek, duygusallık ve estetik kaygısına mantık ve muhakeme ile ilgili veriler ilâve etmelidir. Beynin mantık ve his dengesi ancak böyle sağlanır. Kadın kendini geliştirmezse hep duygusal kalır, ki bu durumda mantıklı kararlar veremediği için hatalar yapacaktır. Erkekde mantık donanımına gereken duygu eklemesini yapmazsa, acımasız olur, fazla bencil hâle gelir ve kadını anlayamaz. Bu durum, her iki cins için de risktir. Mantık ve duygu konusunda kadın ve erkeğin genlerden gelen potansiyel yetenekle ve çabayla birbirini tamamlaması gerekiyor. Meselâ zekâ öyle değildir. İki cinsin başarılı oldukları zekâ alanları da birbirinden farklıdır. Kadının dil zekâsı ve sosyal zekâsı daha yüksekken erkeğin sayısal zekâsı daha gelişkindir. Bunlar genetik özelliklerdir, fakat geliştirilmesi şarttır. Herkes kendi yeteneğini ilerleterek aradaki uçurumları kapatabilir. Bu durum, boş bir kağıda yazı yazmaya benzer. Bu noktada biyolojik olarak kadın ve erkeğin eşit olduğunu söylemek yanlıştır. Fakat biri diğerinden üstün değil, iki cins birbirinden farklıdır. Bir elmanın iki yarısı gibi... Kadın kadın olduğu için aşağı, erkek de erkek olduğu için âlâ değildir. Bir bütünün

parçası gibi kadın ve erkek birbirinin tamamlayıcısıdır. (*17, 20*)

Cinsiyet Rolü

Cinsiyet rolünü ortaya çıkaran faktörlerin başında, genlerden gelen yazılımın etkili olduğunu anlatmıştık. Buna toplumun kültürel öğretileri ve kişinin kendisine kattığı birikimler de eklenerek cinsiyet rolü oluşur.

Burada akla şöyle bir soru gelebilir:

Cinsiyet rolü, üzerine başka roller oynanamayan sınırlı bir alan mıdır, yoksa değişkenlikten bahsedilebilir mi?

Bu konuda söylenecek en önemli şey, kadının toplumsal konumunda cinsiyet kimliğinin biyolojik boyutunu göz ardı etmemek gerektiğidir. Kadınsı davranışları, feminen özellikleri, sıcakkanlı olması, romantik ilgilerinin baskın çalışması kadının genetik yapısıyla ilgilidir. Fakat şu anda kadının toplumdaki başarısının erkekleşerek gerçekleşeceği inancı var. Oynadığı insanlık oyununda, başarının ona erkek rolünü en iyi şekilde oynadığı takdirde geleceği intibaı verilirken, dişi rolünün benimsenmesi vurulan bir sekte gibi görünüyor.

Kadının ve erkeğin cinsiyet rolleri oluşurken, kadının duygu, erkeğin mantık örgüsü içinde hareket etmesinin sebebi, akademik platformda yıllardır tartışılan bir konudur. Bu, öğrenilmiş bir şey midir, bize bu rolü toplumsal öğretiler mi öngörüyor, yoksa genlerimizden mi geliyor? Benzer soruları belki bizimde sormamız ve cevap vermemiz gerekecek. Kadını duygudan ibaretmiş gibi görmek ya da öyle yetiştirmek doğru mu? Annelik duygusu şefkat genlerinde varken, kişiliğini duygu teknesinde kalıba sokmak onu nereye götürür? Her şeyden önce kadının doğuştan getirdiği duygusal potansiyeli, olaylara bakışı bu yönde gerçekleşiyor. Kadın, herhangi bir şeyin işine yarayıp yaramadığından çok, hoşuna gidip gitmemesine, güzel olup olmamasına bakar. Kadının tabiatındaki duygusallığı desteklemek, onun sadece his tarafını gelişime açık tutacak, şuurunun mantık la ilgili kısmını sınırlayacaktır. Kadının yapması gereken,

uğraştığı işte sağlıklı düşünme, akıl yürütme ile ilgili bağlantılar kurmak ve beynine bunun yollarını öğretmektir.

Erkek ise kadından farklı olarak olaylara kâr zarar hesabıyla ve daha objektif baktığı için hadiselerin ruhsal hareketlerini anlamakta güçlük çeker. Bu noktada erkeğin de beynine duyguları öğretmesi gerekiyor. Böyle olursa kadın cinsi erkek cinsini, erkek cinsi de kadın cinsini anlayabilir. Çünkü insanın kendine ve başkalarına vukufiyeti için, mantıkla duygunun kol kola yürümesi gerekiyor. Beynimizin sağ tarafı estetik ve duygusal kaygılarla ilgilenirken, sol tarafı mantık, muhakeme, hesaplama gibi rasyonel alanlarla ilgilenir. İdeal olan, sağ ve sol tarafın dengeli çalışmasıdır. Bir otomobil düşünün ki, bu otomobilin direksiyonu mantığı, duygusu da motoru olsun. Motor iyi gider, ama mantık yani direksiyon ona nereye gideceğini söylemezse yanlış yola sapar. Ama duygu motor yoksa bir tek direksiyon işe yaramaz. Çünkü enerji, onu hayata bağlayan sevgi potansiyeli yoktur. İşte, kadın ve erkek bu noktada birbirini tamamlıyor. Bu husus, insan neslinin devamına göre düşünülmelidir. İlk yaratılıştan sonra Yaratıcı, kadın ve erkeği tek başına ele almamış, bu iki cinsi âdemoğlunun soyunu devam ettirecek unsurun ayakları olarak değerlendirmiştir. Her iki cinsin ilişkisinde bu düşünceden uzaklaşıp, salt bugünü düşünerek hareket edersek—ki, şu anda yaptığımız budur—bundan 50 sene sonra insanlık çözülmeye gidecektir. Bu konuya en büyük örnek, Batıda evliliklerin iyice azalması, cinsel kimliklerde gay ve lezbiyen kültürün yaygınlaşmasıdır. Bunların sonucunda kadında ve erkekte aile kavramı zarar gördüğü için insanlık devam edemeyecektir. Bu dejenerasyonun en büyük sebebi, kadın ve erkeğin, psikolojik doğalarına uygun davranmamasıdır.

Ergenlik döneminde kız ve erkek çocuklarında oluşan hormonal canlanma sonucunda cinsel dürtü ve güdüler ön plâna çıkıyor. Bulûğ çağındaki çocukta ruhsal yapı tam olarak oluşmadığı için iki tarafın da birbirine zarar verebileceği durumlar ortaya çıkabiliyor. Asırlardır gelen birikim neticesinde, olabilecek riskleri azaltmak maksadıyla korunması gereken psikolojik sınır mutlaka oluşturulmuştur. Kız ço-

cuklar ile erkek çocukları arasında herhangi bir sınırın bulunmamasından, en çok kız çocuklar zarar görmüştür. Meselâ aynı sınıfta okuyan kız ve erkek çocukları arasında, kız çocuklarının kendilerini istedikleri gibi ifade edemedikleri görülmüştür. Amerika'da yapılan bir araştırmada, karma sınıflarda okuyan kız öğrenciler, kendilerini baskı altında hissettiklerini söylüyorlar. Erkeklerin bakışlarından ve incelemelerinden rahatsız olup, duygularını bastırmak zorunda kalıyorlar. Fakat bu durum her iki cinsin birbirinden tamamen ayrı büyümeleri anlamını taşımıyor. Kızlarla erkeklerin belli alanlarda sınırlı bir şekilde bir araya gelmeleri, en doğru yöntem olacaktır. Bu konuda hassas çizgilerin olması, kız ve erkek çocukların kişilik sınırlarının birbirine karışmasına engel olacaktır. İki cinsin içgüdüsel olarak birbirlerine yönelme eğilimine bir de teşvik eklenirse, ilerde yaşanacak evlilik zedelenebilir. Çocuklar olgunlaşıncaya kadar ailelerin onlara "duygularını denetleme becerisi" kazandırması gerekir.

Başlangıçta çocuklarda cinsellik içermeyen bir merak duygusu vardır. Bu meraka televizyon, gazete gibi dış etkenler de katkıda bulunarak bu duyguyu artırırlar. Ergenlik dönemindeki çocuklar, bilmedikleri şeyleri öğrenmeye çalışırken, yaptıklarının nasıl netice vereceğini düşünemezler. Bulûğ çağında yaşanan en önemli sıkıntılardan birisi, ensesttir. Bu sebeple çocuklar ilköğretime başladıkları zaman, en geç 9-10 yaşına geldikten sonra anne babanın yattığı odadan ayrılmalıdır. Çocuklarda ilköğretim dönemi diyebileceğimiz yedi yaş civarında "kız" ve "erkek" olma duygusu başlıyor ki, bu çağlarda çocukların yataklarını da ayırmak gerekmektedir. Çocuklara hayatı öğretirken, ciddî bedeller ödemek zorunda kalmayacakları, deneme yanılma yapmadan doğru bilgiye ulaşmaları için anne babaların onları koruması, en doğru ve kestirme yoldur. Bu, insanlık tarihinin birikimi sonucunda oluşan bir kuraldır. Eğer meydana gelmesi muhtemel zorluklara karşı önlem alınmazsa, aile içinde ensest olgulara sık rastlanır. İleri yaştaki ruh sağlığı bozuk kişilere baktığımız zaman, geçmişlerinde cinsel travmalar olduğunu görüyoruz. Batının şu anda en büyük

sıkıntısı cinsel tacizlerdir ki, bunların çoğu aile içidir. Hatta Amerika Anayasa Başsavcılar Yüksek Kurulu, "Cinsel özgürlük ile cinsel suçlar arasında sebep sonuç ilişkisi vardır." kararını aldı. Büyük tartışmalar yaşansa da, bu sonuç, ciddî bir sosyal birikimin neticesinde varılan noktadır.

Bireyselleşme sürecinin büyük bir kısmı hormonlarla ilgilidir. Meselâ kadında annelik ve gebelik içgüdüsü vardır. Kadının aylık mensturasyon döneminin ilk 14 gününde östrojen [dişilik] hormonu salgılanır. Ondan sonraki 14 günde salgılanan hormonlar ise annelik duygusunu artırır. Gebelik esnasında da bu hormon salgılanır. Annelik duygusunu artıran hormon, aynı zamanda bir antidepresan, sıkıntı giderici, rahatlatıcıdır. O sebeple gebe kalmak, kadınların hoşuna gider. Hatta Anadolu'da sürekli gebe kalmak isteyenler de vardır. Annelik hormonunun olması, kadının kimlik oluşumunda biyolojik etkenlerin ne derece ciddî bir faktör olduğunu göz önüne koyuyor. Bu hususta gerek cinsiyet gerekse toplumsal kimlik açısından kadının genlerine saygı göstermemiz gerekiyor. Peki, biz yeterince saygı gösteriyor muyuz? Buna bir örnekle cevap verirsek, bir kadını inşaatta ya da maden ocağında çalıştırmak, onun genlerine saygısızlıktır. Kadına, yapmakta zorlanacağı işleri yüklemektir. Ama kadının öğretmenlik, hemşirelik gibi, duygularını iyi kullanabileceği ve şefkatini daha çok ortaya koyabileceği alanlarda aktif olması, onun kendini daha rahat ifade etmesine yardımcı olacaktır.

Türkiye'de kadınlarımız meslek olarak eczacılık, mimarlık gibi alanları yeğliyorlar. Öğretmenlik tercih edeceklerse bile, edebiyat öğretmenliğini matematik öğretmenliğine nazaran ilk sıralara oturtuyorlar. "Bu acaba öğrenilmiş bir davranış mıdır?" diye düşündüğümüzde pek de öyle olmadığını görüyoruz. Meselâ 100 sene önce matematik öğretmenliği yapan kadınlar yoktu. Bütün bunlar şunu gösteriyor:

Kadın, farkında olmadan genlerinin emrettiği gibi hareket ediyor ve genetik algoritmasına uygun davranıyor. Ya-

zılım nasıl yönlendiriyorsa ona eğilim gösteriyor. Kadının kişiliği ve bilhassa toplumsal rolü bu şekilde oluşuyor.

Ekonomik sahada yapılan araştırmalarda, 2002 Nobel Ödülünü "risk yönetiminde duygusal etkenler" konulu araştırma aldı. Böylece ilk defa bir psikolog, ekonomi sahasında psikolojinin etkileriyle ilgili bir araştırma yaptığı için Nobel Ödülü aldı. Demek ki ekonomik hareketlilikte, psikolojik etkenlerin önemli olduğunu söyleyebiliriz. Meslek seçiminde de "kişilik" ön plâna çıkıyor. On iki kişilik tip içinde kadınların ve erkeklerin yoğunlaştığı tipler vardır. Şahsiyet oluşumunda genetik algoritmaya göre yönelmeler söz konusudur. Kimlik oluşumunu teşkil eden unsurların %40 genler, %40 toplumsal öğretiler, %20'lik oranı da kişinin kendine kattığı birikimler sonucu meydana gelir. Çocuk, hayatı öğrenirken anne babayı gözlemler ve âdeta kamera gibi kaydeder. Bunun sonucunda genetik programın sosyal özellikleri biçimlenir. Ergenlik dönemiyle birlikte kendisi üretmeye başlar. İnsanın ruhî nitelikleri anneden, babadan ve toplumdan derlenen karışımın neticesidir.

Cinsiyet kimliğini oluşturan iki cins arasındaki farkların belirleyicilerinden birisi de kıyafettir. Kadın ve erkeğin ayırt edilemeyecek derecede birbirine benzer giysiler giymesi, rol çatışmasına sebep oluyor. İnsanlık şu anda böyle bir deneme yaşıyor. Bunun kötü sonuçları, sosyolojik süreçte 30-60-90 yıllık fazlar hâlinde kademeli olarak görülecektir. Yüzyılımızda yaşanan "unisex" akımının yanlış neticeleriyle karşılaştığında, "Asırlardır gelen alışkanlık doğruymuş." denilecektir. Buna benzer bir örneği, çocuk emzirme konusunda yaşadık. Geçen 10-15 senelik zaman zarfında "Çok güzel mamalar çıktı." gerekçesiyle annelerin çocuklarını emzirmesi âdeta ortadan kalktı. Ama daha sonra anne sütünün asla hazır mamalarla kıyaslanamayacağı, onun içindeki antikorların çocuğu altı ay hastalıklardan koruduğu tespit edildi ve anne sütüne geri dönüldü. İnsan, teknoloji konusunda gösterdiği büyük başarılar sebebiyle, kendisine gereğinden fazla güven duymaya başladı. "Ben her şeyi yaparım!" düşüncesi, insanlığı riske götürdü ve deneme yanılma yöntemiyle ona yaptığının yanlış olduğunu öğretti. Toplum

bu konudaki en büyük bedeli "aile kurumunun zarar görmesi" şeklinde ödüyor. Kıyafet konusundaki sınırlamalarda bu şekilde düşünülebilir. Asırlardır erkek ile kadın kıyafetlerinin birbirinden ayrılmasının şu anda tam olarak kavrayamadığımız sebepleri var. Bu noktada iki cinsin eşit olmasını sağlamak anlayışının çok riskli olduğunu bilmeli ve uygulamalarının ciddî tehlikeler meydana getireceğini de göz önünde bulundurmalıyız. Giyim konusunda kadın ve erkeği aynı biçimde görmek, "onları eşitlemek" şeklinde değerlendirilse de sanılanın aksine bir bütünün iki parçası oldukları duygusunu yıpratan bir düşüncedir. Elbise, insanın ilk evidir. Esasında kadın ve erkeğin cinsel kimliklerini belli eder tarzda giyinmesi, toplumsal bir ihtiyaçtan doğmaktadır. Giyinme ve örtünme, insan çağdaşlaştıkça ve medeniyete erdikçe gelişmiştir. Örtünme isteği insanın sosyal varlık olmasıyla ilgilidir. İlk insanların örtünmediğini hemen hepimiz biliriz. O hâlde açıldıkça ilkelleşiyor muyuz? Evet, âdemoğlu açıldıkça başlangıca, antik çağa dönüyor. Kıyafetin yanı sıra oyuncaklar da çocukta ego ideali oluşumuna katkıda bulunur.

Batı kültürü, salon kadınını yüceltiyor. Anne tipi kadın ortadan kalkıyor ve kadını erkeğin göz zevkine hitap eden bir varlığa dönüştürüyor. Bedeniyle değer bulduğunu düşünen kadın, estetik olarak kendini sürekli sorguluyor ve sonuçta zaten var olan güzellik kaygısı, gereğinden fazla besleniyor. Bunun neticesinde bayanlarda, "Güzelliğimle varım, güzel olmazsam yokum!" duygusu oluşuyor. Güzellik dürtüsü devamlı okşanan kadın, 100 hemcinsinden ancak 20'sinin sahip olabildiği ideal güzelliğe ulaşmaya çalışıyor ve %20'lik dilime giremediği zaman mutsuz oluyor. Batı kültüründe kadın, biyolojisinin imkânlarını beğenmemek dayatması sonucunda oluşturulan yeni toplumsal modelle karşı karşıya bırakılıyor. Buna bağlı olarak da çeşitli hastalık grupları ortaya çıkıyor. Kişilik güzelliğini göz ardı edip fizik güzelliği ön plâna çıkaran Batının kültürel vurgusu, belli bir yaşın üzerindeki kadınların yanı sıra ergenlik çağındaki kız çocuklarında da karşılaşılan bir durumdur. Beğendiği sanatçının fotoğrafını eline alıp, "Ben bunun gibi olmak isti-

yorum" diyerek estetik cerrahlara giden genç kızların sayısı, azımsanamayacak kadar çoktur. Batı kültürünün propagandası sonucu oluşan bu durum, esasında erkek egemen toplumun kadını kullanmasıdır. Fizikî niteliklerini kutsayıp, bu değer üzerinden kadınla ilişkide bulunan erkek, bir müddet sonra yine dış görünüş sebebiyle onu terk etmektedir. Bunun en büyük örneklerinden birisi, Japonya'daki geyşa kültürüdür. Fakat duygu, sevgi, paylaşım gibi kadın kimliğinin kültürel belirleyicilerini ön plâna çıkarmak, iki cins arasında arkadaşlığın doğmasını sağlar. Kadın ve erkek arasındaki arkadaşlık bağı, fiziksel kimliğin oluşturduğu ilişkiden daha önemlidir.

İnsanlığın gelişimi, kadına verilen toplumsal değerle paraleldir. Âdemoğlu olgunlaştıkça, kadınla erkek arasındaki roller netleşmiş ve iki cinsin birbirlerini tamamladıkları ortaya çıkmıştır. Bugün gelinen noktada, ne erkek ne de kadın, egemen toplum çağının doğrularına uymaktadır. Yapılması gereken şey, bir bütünün parçası olmaya çalışmaktır. Batı dünyası Orta Çağda "Kadın insan mıdır, değil midir?" diye tartışırken, İslâmiyet 1400 sene önce—insanlık tarihinde ilk kez—kadına toplumsal rol vererek bu soruyu cevaplandırmıştır. Kadını anne rolüyle sınırlamadan, onun yeteneklerini açmasını sağlamıştır. Buna en büyük örnek, bizzat Hz. Muhammed'in eşi Hz. Aişe'nin toplum içinde konferanslar veren bir eğitmen rolünde olmasıdır. Fakat ilerleyen yıllarda, insanlığın o dönemdeki olgunluğu kaybetmesi sonucu kadın yeniden baskılanmıştır.

Kadın ve erkek arasındaki fiziksel belirleyicilerin ön plânda olduğu ilişki biçimi, ilerleyen yıllarda yerini daha çok arkadaşlık ilişkisine bırakır. Kalbe karşı kalple iletişim içinde olunması, birbirlerine tutunan ihtiyarları çıkarır karşımıza. İnsanların 40'lı yaşlardan sonra, azalan taşkınlık yıllarının verdiği birikim sonucu, olgunlaşma devri başlar. Kırk yaşından sonra kadın duygusallığına mantık, erkek de akılcı keskinliğine his katar. İleri yaşlarda oluşan bu zihinsel ve duygusal uyum, kişilik bakımından iki tarafın birbirine yaklaşmasını sağlar. Fakat kişi kendini geliştirmez, toplumsal öğrenmeye kapalı kalırsa, yaşın herhangi bir etkisinden

söz edilemez. Kaç yaşında olursa olsun, duygu ve mantık dengesinden yoksun olabilir. Esasen ihtiyarlık döneminde yaşanacak olgunluk, biraz çabayla daha genç yaşta görüp geçirilebilir. İnsandaki tekâmülün en zararsız ve hızlı şekilde gerçekleşmesinde belirleyici faktör, ferdî gayretlerdir. Kadın erkek ilişkisini tayin eden unsurlar, fiziki görünüm, cinsellik ve insanî özellikler şeklinde sıralanabilir. Ayrı ayrı var olan kadın ve erkek benliği, evlendikten sonra birleşip evlilik egosunu oluşturmalıdır.

Toplumsal Cinsiyet Rolü

Genetik bilimindeki yeni gelişmeler, cinsiyet kimliğinin oluşumunda insan biyolojisinin önemini ortaya koymaktadır. Akademik platformlarda gerçekleştirilen tartışmalar, "kişinin genetik algoritmasına uygun davranmasının menfaatine olduğu, genlere rağmen oluşturulan öğretilerin insana zarar verdiği" tezini güçlendirmiştir.

Kadın ve erkeğin cinsel kimliğinin oluşması ve cinsiyet rolünün pekişmesinde genlerden gelen miras etkilidir. Genler kendisine yazılanın yapılmasını ister, hatta emreder. Bir insanın cinsiyet kimliği, biyolojik unsurların üstüne kültürel doktrinlerin eklenmesi sonucunda oluşur.

İnsanlarda cinsiyet kimliği ilköğretime başlamadan önceki yıllarda oluşur. Bunu çocukların zevklerinden ve oyunlarındaki farklardan anlarız. Meselâ transseksüeller [kendini karşı cins gibi görenler], fizikî görünüş itibarıyla erkek olsalar da, kendilerini kadın gibi hissederler. Onlara "Dünyaya yeniden gelseydin, hangi cinsel kimlikle doğmak isterdin?" diye sorulsa, eğer erkek ise kadın, kadın ise erkek olarak doğmak istediklerini söylerler.

Bazen küçük yaştaki erkek çocuklarına kız çocuğu kıyafetleri giydirilir, kızların oynayacağı oyuncaklar alınır. Anne bu hareketi sadece hoşuna gittiği için yapar ve çocuğunun geleceğini düşünmez. Ancak sonradan çocuğun zevkleri, kendini kadın gibi hissedeceği şekilde gelişir. Ne yazık ki bu durumu ilerleyen yaşlarda değiştirmek çok zordur. Çünkü eşcinselliğin veya transseksüelliğin genetik eğilim-

den çok, öğrenmeyle geçtiği bilinmektedir. Ve çocukken öğrenilenler kolay kolay unutulmaz.

Bir çocuğun cinsiyet kimliğinin sağlıklı biçimde gelişmesi için, sevme şekline çok dikkat etmek gerekmektedir. Bilhassa erkek çocukların poposu sevilmemeli, çocuğun o bölgesi bir zevk alanına dönüştürülmemelidir. Ana baba, çocuğa erkek kimliğinde olduğunu öğretirse, çocuk kadınlar arasında dahi büyüse, erkek kimliği kazanır. Ancak çocuğa kadınmış gibi davranılmışsa, erkekler arasında büyüse de eşcinsel eğilime sahip olabilir. Bu da anneye karşı aşırı düşkünlükten kaynaklanır. Sevgi objesi olarak sadece annesini gören bir çocuk, ona karşı erotik sevgi hisseder. Anneye yönelen bu erotik sevgiyi cinsel beraberlik şeklinde yaşayamayınca da cinsel sapmaya yönelir. Onun yerine başka kadın koyamayacak derecede annesine bağlı olan erkekler, sonunda kendi cinsleriyle beraber olmaya başlarlar.

Hâlbuki çocuk, gelişiminin belli bir safhasında anneden kopmalı, bağımlılığın tesirinden kurtularak, annesiyle ilişkisini "olması gereken" düzeyde tutmalıdır. Çünkü cinsel kimlik oluşumu çocuklukta başlar, evlilikle aşama geçirir. Anneyle eş ayrımı yapılmadığında, zihindeki eş imajı oluşturulamaz. Anne yerine gelen kadınla beraber olma, anneyle birlikte olma gibi algılanır. Bilinç altı, kendi cinsiyle beraberliğe yönelir ya da annesinin cinsi, yani karşı cins gibi yaşamak kişiyi daha çok mutlu ettiğinden böyle yaşar.

Birbirleriyle kardeş olan iki hastam vardı, erkek kıyafetleri içindeydiler. Erkeklik hormonları aldıkları için vücutları erkek vücudu gibi gelişmişti. Ama ikisi de erkek görünümlü kadınlardı. Bu da aile dinamiklerinin cinsiyet kimliğindeki önemini gösteriyordu.

Cinsel Kimliğin Oluşumunda Aile Faktörü

Genlerimizdeki yazılımlar, öğrenmeden koparıldığı zaman durur. İnsan beyninde âdeta sınırsız ve sonsuz diyebileceğimiz müthiş bir öğrenme potansiyeli vardır. Çocuk gülmeye başladığı andan itibaren her şeyi öğrenerek büyür. Bu da "bugünkü birikimlerimizin hep nesilden nesle aktarı-

lan bilgiler olduğu" tezini güçlendirmektedir. Asırlardan bu yana deneme yanılma sonucu oluşan birikimlerimiz çocuklarımıza aktarıldığında onlar bizden daha ileri bir seviyeye geçmektedirler.

İnsanın kişilik özelliklerinin bir kısmı cinsel kimlikle ilgilidir. Bunu kız çocuğunun anneden, erkek çocuğunun babadan alması gerekir. Anne ile baba arasındaki rol farklarını her çocuk anlar. Anne, çocuğunun yanında eşini rol alamayacak derecede küçümsüyorsa veya ona karşı bir nefreti varsa, erkek çocuk, babayla değil, anneyle cinsel özdeşim kurar.

Üç yaşına kadar çocukta cinsellikle ilgili bir merak ya da sorgulama isteği yoktur, ancak üç yaşından sonra başlar. Daha sonra çocuk ayrışma-bireyselleşme sürecine geçer ve bu zaman zarfında vücudundaki özel bölgeleri keşfeder. Bu keşfi annesinden öğrenir. Annenin bu noktadaki yanlış yaklaşımları, çocuğun cinsel organıyla fazla oynaması, ilgi ve dikkatini gereğinden fazla bir biçimde bu noktada toplaması, çocukta cinsellikle ilgili alana fazlaca yönelmeye sebep olur. Cinsel uyarılma erken olursa, ileri yıllarda eşcinsel eğilimlerin ortaya çıkma ihtimali yükselir. Cinsel ilgiyi, bu konudaki davranış biçimlerini beyin, çocukluk yıllarında kavrar.

Düzgün bir cinsiyet kimliğinin kazanılmasında ailenin çok ciddî etkisi vardır. Meselâ yedi yaşına kadarki dönemde babasız büyüyen bir erkek çocuğunda kız davranışları gözlemleriz. Ya da abla, anne gibi kadınların baskın olduğu, babanın pasif kaldığı bir evde erkek çocuk, kız çocuğunun davranışlarını sergiler. Ya da tam tersini düşünebiliriz. Eğer evde baba baskın, anne pasif ise o evde yetişen kız çocuğunda erkeksi özellikler ağır basar. Anne çocuğunu çok sevdiği hâlde bunu göstermiyorsa, kız çocuğu babayla daha çok özdeşim kurabilir. Babanın davranış kalıpları çocuğun olaylara tepkisini belirlerken, günlük hayata dönük pratiklerde hep baba gibidir. Demek ki çoğunluğu öğrenmeyle meydana gelen cinsel kimlik oluşumunda anne ne kadar ciddî bir yere sahipse baba da en az onun kadar mühimdir.

Tabii bu durumun öğrenme yoluyla oluştuğunu düşündüğümüzde, yanlış eğilimlerin farkına vardığımız zaman değiştirebileceğini de bilmeliyiz. Bireyselleşme sürecindeki bir çocuk, yedi yaşından sonra okula başlayıp, toplum hayatına atılmakla yeni şeyler öğreneceği için mevcut öğrendiklerinin eksiklerini bu şekilde tamamlayabilir.

Anne ile baba arasındaki iletişimin sağlıklı olması, çocuğun cinsel kimlik gelişimini olumlu yönde etkiler. Annelerin, erkek çocuklarına model olarak babalarını özendirmeleri gerekir. Çünkü her erkekte kadınsı, her kadında da erkeksi özelliklerin varlığı bir gerçektir. Hiçbir cinsiyet %100 oranında kendi cinsinin özelliklerini taşımaz. Ama önemli olan, oranların %50'den aşağı olup olmamasıdır. Çocukluk döneminde her insanın beynine kimyasal harflerle cinsiyet kimliğinin ne olacağı yazılır. Bu harfleri beynimize yazdıran ise, anne baba ve toplumdur. Genetik dürtülerin varlığını zaten biliyoruz. Meselâ yeni doğan bir kız çocuğunun biyolojik gücü erkek çocuğa oranla daha fazladır ve bu sebeple de daha hızlı büyür. Ama ergenlik döneminden sonra erkeğin biyolojik gücü ön plâna çıkar. Bu arada çocuk devamlı öğrenir. Bilhassa üç yaşına kadar canlı bir kamera gibi çevredekileri izler ve her şeyi kaydeder. Önce dinler, sonra konuşur. Tıpkı yetişkinlerin yabancı dil öğrenmesi gibi... İşte bu, her şeyi kaydettiği, (anneden) ayrılma ve bireyselleşme süreci içinde ebeveynlerinin ona düzgün bir cinsel kimlik kazandırmaları zamanıdır.

Psikoseksüel Gelişim

Psikoseksüel gelişim, cinsiyet kimliği ile ruhsal gelişimimizin birleşmesini ve bunun benliğin bütününe olan katkısını ifade eder. Psikoseksüel gelişimle ilgili ilk tartışmalar Freud'la başlamıştır. Freud, "libidinal enerji, libido" adını verdiği bir enerjiden bahseder ve bunun cinsel istek şeklinde kendini gösteren cinsel enerji olduğunu söyler. Freud, çocuğun üç yaşına kadarki dönemde parmağını ya da annesini emmesini, büyük abdestini kontrol etmesini, cinsel hazda özgürleşmek için ilk adım olarak görmüştür. Oral

[ağız] bölgesini ve anal bölgeyi [büyük abdestini tutup bırakma çabasını] haz alanı gibi düşünmüştür.

Üç yaşından sonra cinsellik, "ödipal electra kompleks" denilen döneme geçer. Bu dönemde cinsiyet rolü açısından kız çocuk babaya, erkek çocuk anneye karşı cinsel eğilim gösterir. Ona karşı kısırlaştırma korkusu gibi değişik korkuları oluşur. Bu korkuları bastırınca suçluluk hisseder.

Üç-beş yaş arası, "genital dönem" denilen, cinsellikle ilgili anne babaya ilginin yaşandığı bir dönem başlar.

Beş yaşından sonra da latent [gizli] dönem vardır. Bu dönemde çocuk, cinsellikle ilgili enerjisini gizleyerek ebeveynlerinden diğer kişilik özelliklerini alır. Bu, büyük ihtimalle hormonal bir eğilimdir. Bu korkunun yaşanıp yaşanmadığını bilimsel olarak ispat edemeyiz, ancak anne baba da iyiyse, çocukta suçluluk duygusu uyanmadan bu duygu atlatılabilir.

Freud'un insandaki genel yaşam enerjisini "cinsel enerji" olarak kabul etmesine, öğrencileri karşı çıkmıştır. Gerçekte de o, bir yaşam enerjisidir. Yaşam enerjisi, üç yaşından sonra kız çocuğunun anneyi, erkek çocuğunun babayı özdeşim modeli olarak kabul etmesiyle başlar. Anne baba, çocuğa sevgi ve güven verebiliyorlarsa çocuğun psikoseksüel ihtiyaçlarını gidermeleri mümkündür. Çocuk böylece sevgiye doymuş olur. Çünkü sevgi ihtiyacı bu dönemde karşılanır.

Esasında çocuk, yürümeye başladığı zaman her şeyi tanımaya da başlar. Cinsel kimliği tanıması da işte bu döneme rastlar. Ebeveynler, çocuğa o dönemde şunları öğretmelidirler:

"Senin cinsel organlarını senden başkasının ellemesine izin vermemelisin. Cinsellikle ilgili mahrem alanların vardır ve bu konu senin özelindir."

Bilhassa çocuğun cinsel organıyla çok fazla meşgul olmak, çocuğun organıyla gereğinden çok ilgilenmesine sebep olur ki, bunlar hep cinsel eğitimle ilgili yapılan hatalardır.

Eğer cinsellikle ilgili bu kurallar öğretilmezse, çocuk yanlış özdeşim modelleri benimseyebilir. Bu noktada aileler, "modernlik" diye düşünerek çocuklarının yanında çıplak

dolaşabilmektedirler. Ancak bu konudaki kuralsızlık, cinsiyet kimliğinden sapmaya sebep olur.

Ayrıca çocukla aynı yatakta yatmak, pornografi denilebilecek yayınları seyretmek, hem çocuk hem de yetişkinler açısından son derece sakıncalıdır. (34)

Modernizmin Dayattığı Cinsiyet Kimlikleri

Sosyal öğretiler çağlar içerisinde gelişip değişmektedir. Bu değişime paralel olarak iletişimin hızlı yaşandığı, insanların birbirleriyle kolayca haberleştiği bu yüzyılda, kadınla erkeğin çok yakın teması neticesinde cinsiyet rollerinin tartışma alanları da kaymıştır. Son bilimsel veriler ışığında bu mevzudaki sır alanları açılmış ve konuyla alâkalı akademik tartışmaların yönü değişmiştir.

Modernizm bize, erkek ve kadının cinsel kimlik sınırlarını kaldırmayı önermektedir. Bu önerme ciddî bir biçimde, "Gelecekte ne olacak?" tartışmasını gündeme getirir. "Kıyafette yaşanan unisex akımı, kadın erkek kimliklerine uyarlanır mı?" sorusunu sordurmaktadır. İnsanın psikolojik doğası, kadının kadın, erkeğin erkek kimliğine uygun bir şekilde yaşaması gerektiğini söyler. Evliliğin sağlığı için cinsel kimlik kesinlikle muhafaza edilmelidir. Yoksa evlilik kurumu bundan zarar görecek, bir müddet sonra karşı cinse olan ilgi azalacaktır. Çünkü karşı cinse ilgi, %60-70 oranında öğrenmeyle alâkalıdır. Kişi cinsel ihtiyacını bir şekilde karşılar ama psikolojik ihtiyacı karşılanamadığı için evlilik hayatı, dolayısıyla insanlığın geleceği bundan zarar görür.

İnsanlığın iyi bir gelecek yaşaması için, iki cinsin de cinsel kimliğinin sınırları netleşmelidir. Bu sınırlar çağlara göre farklılık gösterse de asgari sınır mutlaka korunmalıdır. Feminizm, kadının erkek gibi olmasını önerme hatasına düşse de, yapılması gereken, kadının her yönüyle kadın gibi olmasını sağlamaktır. Kadını erkeksileştirme arzusu, feministlerin aşağılık ve eksiklik duygularıyla ilgilidir. Feminist düşünce yapısı, erkekleri "doğal düşman" gibi algıladığı için "Onlara hükmedeceğim!" anlayışına sahiptir. Bu anlayış değişik kültürler ve milletler için de geçerlidir. Böyle bir dü-

şüncenin tezahürü ise, diğerini aşağılık duygusuna itmektir. Bir millette "Biz üstünüz ve daha iyiyiz!" duygusu uyandığında başkaları o topluma özenip onlara uymaya çalışırlarsa, bir müddet sonra asimile olmaları kaçınılmazdır.

Kadının Toplumdaki Rolü

Toplumsal rol, insanın sosyal hayattaki konumu, diğer insanlarla iletişimi esnasında sergilediği davranış, düşünce ve duygu kalıplarını ifade eder. İnsanoğluna çocukluğundan itibaren roller biçilir ve o, bu rolleri bilmeden oynayabilir. Meselâ hayatının ilk yıllarını yaşayan bir çocuk, ebeveynleri tarafından yapması öngörülen görevleri sorgular, geliştirir ya da değiştirebilir. Aynı şey erişkin erkek ve kadın için de geçerlidir. Toplum kadına bir rol biçer ve kadın bunu sorgular. Buna en büyük örnek, anne ile kızının birbirinden farklı roller üstlenmesi olabilir. Böylece nesiller arasında değişimler oluşur.

Rol, dinamik bir kavramdır. Sabit değil, gelişkendir. Ana çatısı genlerden oluşsa da kültürden gelen kısmı değişkendir. İnsanlık, rolünü öğrenmeyle ve birikim sonucunda elde eder. Bilginin çok hızlı gelişip değiştiği bu çağda pek çok kültürün 50 sene sonra yok olacağını farz edersek, özellikle kadının toplumdaki rolüyle ilgili sınırları iyi çizmek gerektiğini görürüz. Hatları çizerken de rol kalıplarına takılıp kalmadan rolün değişkenliğini, dinamizmini bilerek hareket etmek icap eder. Burada bilinmesi gereken nokta, genlerimizden gelen rol kalıpları dışındakileri değiştirebilecek olmamızdır. Fakat genlerdeki özelliklere ters düşmeyerek, çağın gereklerine uygun ve insanın menfaatini göz ardı etmeyecek şekilde... Çünkü mizacımıza rağmen yaptığımız bir değişiklik, psikolojik doğamıza aykırı olduğundan bir müddet sonra reddedilir. Meselâ kadının toplumdaki rolünün "genetik eğilimleri dikkate alınmadan" değiştirilmesi, ona zarar vermiş ve konforunu bozmuştur. Bu konuda evlilik kurumunun zedelenmesi sonucu kadının mağdur edilerek yalnızlığa itilmesi, ciddî bir sosyal problemdir. Böyle bir durumda ödenen bedellerin farkına varılması, bazen 50-60 senelik bir zamanı kapsayabilir.

Kadın Kimliğinin Sosyal Hayattaki Varlığı

İnsan geleneklerden, tarih ve coğrafyadan soyutlanamaz. Tarihî gelişim içinde gücün kol kuvvetiyle ölçüldüğü, bilginin güçten sayılmadığı dönemde kadın, erkek egemen kültür içinde sıkışıp kalmıştır. Halkların maddî ve manevî değerlerinin kadın üzerindeki etkisini bilmek, onu sosyal olarak açıklamakta önemli bir faktör. Kadının özgürleşme süreci, kolay oluşan bir süreç değil. Değişik kültürlerde kadının bugünkü toplumsal konumuna gelene dek neler yaşadığına şöyle bir göz attığımızda karşımıza farklı uygulamalar çıkıyor. Meselâ Roma kültüründe kadınlar köle olarak alınıp satılabiliyorlardı. Kadın, korunması gereken bir varlıktı. Roma'da, kız babası ile damat adayının tokalaşması, kızın babanın elinden damadın eline geçmesi anlamını taşıyordu. Baba damadına "Şu andan itibaren kızın koruması sana ait." diyor ve kız el değiştiriyordu. Kadının mirastan hakkı da yoktu. Bir kadının kocası öldüğü zaman mal, adamın kardeşlerine kalırdı. Aristo'nun, kadına sosyal rol verilmesine karşı çıkan ve "kadınların halk meclislerine alınmaması" gerektiği yönünde görüşleri vardır. Hocası Platon, kadın konusunda ondan daha ileri fikirlere sahipti.

Roma'da yaşanan haksızlıkların benzeri, geçmişte Şaman kültüründe de yaşanmıştır. Manas Destanında, doğacak çocuğun kız olması durumunda onun bir yer bulunup verilmesi vasiyet ediliyor. Evde kalana "bey," evi toplayana da "han" diyen bir kültür vardı. Erkeğin evin beyi olması düşüncesi, o zamandan gelmektedir. Evlilik, "baba evinden koca evine geçiş" olarak tanımlanır. Ancak Orta Asya'da hâkim olan bu kültür, 750'li yıllarda Türklerin Karahanlılar zamanında Müslüman olmaya başlamasıyla değişiyor, erkek kadın eşitsizliğine dayanan felsefe farklı bir şekilde yorumlanmaya başlanıyor. Yusuf Has Hacip, Kutadgu Bilig'de, "Kadını evden dışarı bırakma; çıkarsa doğru yoldan sapar! Ev, kadını kötülükten koruyan kaledir. Kadınlar, bilgi ve edep öğrenmelidir. Kadınlarda vefa yoktur; gözleri nereye bakarsa, gönülleri oraya kayar. Çocukların iyi veya kötü olmasına anne baba sebep olur" diyor. İlk Müslüman, devlet olan Karahanlılarda Ahmet Yesevî'nin çok büyük iz-

leri vardır. Yesevi Hazretlerinin sağlığında kızı Gevher Şehnaz Hanım, babasının Divan-ı Hikmet adlı eserini 40 kişilik, kadınlardan oluşan gruplarla düzenlediği "gün"lerde okuyarak, kadınların ilim tahsil etmesini sağlamıştır. Bu gelenek, kadınların eğitiminde ciddî bir dönüm noktası olmuştur. Şimdilerde hanımların yaptıkları "gün geleneği" de böyle sıra günleri şeklinde başlamıştır.

Türklerin Müslümanlıktan önceki hayatlarının anlatıldığı Dede Korkut hikâyelerine baktığımızda, o dönem Türk kadınının toplumsal rolünün, Roma ya da cahiliye Arap geleneklerine göre çok daha iyi durumda olduğunu görürüz. Bu hikâyelerde geçen bir öykü, konuyla ilgili açıklayıcı bilgi vermektedir: Bayındır beylerinden Dirse Han'ın çocuğu olmaz. Fakat o zamanki gelenek, "Çocuğu olmayan, kara otağa otursun!" deyişiyle, çocuksuz olanı bir nevi dışlar. Dirse Han bu duruma çok üzülür ve karısına gidip dertlenince, eşi ona, "İyilik yap, açları doyur, çıplakları giydir, çocuğumuz olur." der. Dirse Han bunları yapar ve kısa zaman sonra çocukları olur. O dönemin geleneklerine göre, erkek çocuğun, 15 yaşına geldiğinde, erkekliğe geçtiğini ispat etmesi için bir şeyler yapması gerekmektedir. Dirse Han'ın oğlu 15 yaşına geldiğinde boğayı öldürür ve adı Boğaçhan olur.

Bu hikâyede, bilge bir kadının kocasını nasıl yönlendirdiğini görüyoruz. Tabiî burada dikkat çekici olan, erkeğin karısına açılması ve onunla dertleşmesidir. Bu da, Oğuz boyları zamanında kadının toplumsal konumunun Batıdan çok daha ileride olduğunu gösteriyor. Sosyal hayatta gerçek belirleyici baba ve toplum gibi görünse de aile olgusuna yapılan vurgu, kadın ve erkeğe ayrı ayrı değer verildiğini gösteriyor.

Yine Dede Korkut Masallarında, "Kız anadan görmeyince öğüt almaz, oğul atadan görmeyince sofra çekmez." atasözü geçiyor. Kızın anneyi, erkeğin babayı model almasıyla ilgili çağdaş vurgulardan birisi o zamanda yapılıyor.

Bu arada, o dönemdeki Çin'de kadının, toplumsal konum açısından komşuları Türklere göre daha geride olduğunu görüyoruz. Meselâ Çin'de erkek çocuk doğduğu za-

man pahalı kumaşa, kız çocuk doğduğu zaman ucuz kumaşa sarılıyor. Çin'de çocuk doğar doğmaz büyücüye götürülüyor ve büyücü, çocuğun geleceğinin parlak olmadığını söylerse çocuk öldürülüyor. İtaat etmeyen çocuk, hiperaktif çocuk satılıyor. Kız çocukların 10 yaşından sonra sokağa çıkması yasaklanıyor. Uzak Doğunun önemli düşünürlerinden Konfüçyüs, kadına hiç değer vermiyor. Çin'de itaat kültürü içinden gelen, korkuya dayalı bir saygı var. İtaat kültürünün etkisiyle toplum, soğuk savaştan sonraki kapitalist sisteme çok rahat geçiş yaptı.

İslâmiyetin ilk dönemlerinde kadın, oldukça özgürdü. Fakat sonraları Arapların, İslâmiyetin kabulünden önce ki geleneksel Mezopotamya ve Sümer kültürüne dönmeleri sonucu kadın kimliği bir nevi gizlendi. Bu durum, ata binmenin, binalar inşa edip yollar yapmanın ya da tarlada çalışmanın önemli olduğu, kısacası erkek egemen kültürün yaşandığı yılların gerçeğiydi. O yıllarda kadının toplumsal konumu annelikle sınırlı kalmıştı. Fakat insanlık tarihinin ilerleyen yüzyıllarda yaşadığı değişim sonucu, gerçek gücün bilgi ve edep olduğu kabul edildi. Bu seyir içerisinde kadının toplumsal kimliği değişmeye başladı.

Şu anda kadının kendini ifade edebilmek için erkek egemenliğe ihtiyaç duymaması, bilginin üstün olmasına bağlıdır. Yaşadığımız çağda, kaba gücün ve kol kuvvetinin yerini alan zihinsel güç, kadının bilgisi, zekâsı ve aklıyla kendisini göstermesine imkân tanımış, bu konudaki engelleri ortadan kaldırmıştır. Erkekler "Sen kadınsın, şu işi yapamazsın!" diyemiyorlar artık. Cinsiyet, kadın için eksi puan olmaktan çıkmış ve kendisini iyi yetiştirdiği takdirde istediği alanda faaliyet gösterme imkânına kavuşmuştur. Önümüzdeki yıllarda bilgiyle birlikte duygunun önemi daha iyi anlaşılacak ve bu da kadına sosyal statüsünde farklı başarılar sağlayacaktır. "Duygusal zekâ" kavramından sonra, insanın duygularını yönetip isteklerine dur diyebilmesi için beynin hisle ilgili becerilerini geliştirmesi gerektiği öğrenildi. Bunu da, duygusal zenginlik ihtiva ettiği için, en iyi, kadınlar yapabilecek durumdalar. Kadınların sosyal hayatta daha fazla söz sahibi olacakları ve topluma hareketlilik sağlayacakları za-

manlar yaklaşıyor. "Cemiyet hayatında önemli kişilerin kadınlardan oluşacağı" beklentisine girmek, yanlış olmayacaktır. (2, 4)

Tarihte Kadının Toplumsal Konumu

Kadının toplumsal statüsü tarih boyunca çok fazla iniş çıkışlar yaşamış olmasına rağmen bu konuda ciddî bir gelişme olduğunu söylemek güçtür. Halkların kadına bakış açısı, sahip oldukları kültürel değerler ışığında farklılık göstermiştir. Kadının geçmiş toplumlardaki rolüne baktığımızda birbirinden çok farklı yaklaşımlar sergilendiğini görürüz. Meselâ Antik Yunan kadını cemiyet hayatında son derece aktif ve özgür olmuş, bilhassa eğlence hayatının içinde bulunmuştur. Bu dönem, genç kız, kadın ya da erkeklerin 25 yaşına kadar çıplak gezmelerinin önerildiği, kuralsızlığın hâkim olduğu bir süreçtir. Giyinme zorunluluğu 25 yaşından sonra söz konusudur. Antik Çağdaki heykellerde kadının cinsel kimliği ön plâna çıkarılmıştır. Fakat daha sonra Isparta ile Atina halkı arasında kadın konusu çokça tartışılmıştır. Meselâ Aristo'nun kadının ikinci sınıf görülmesiyle alâkalı fikirleri, kadın cinsiyle ilgili "kalıp yargılar"ın pekişmesini sağlamıştır. Hatta aklın gelişmesine çok önem veren Aristo, sahip ve efendilerden oluşan küçük bir topluluğun, kölelerden oluşan büyük bir topluluktan üstün olduğunu söyler. Böylece "aristokrat sınıf" denilen klas ortaya çıkar. Aristo, kölelerden oluşan topluluğun yönetilmesi gerektiğini düşünürken, kadını da erkeğin yardımcısı ve tamamlayıcısı olarak konumlandırır. Bu arada mirasta hak verilmemesi taraftarıdır. Öyle ki Aristo, Isparta ahalisini, kadınlara verdikleri haklar dolayısıyla gerici ve aşağılık olmakla suçlar. Ispartalılar ise savaşçı bir toplumdur ve kadın hakları konusunda Atinalıların tam aksini düşünmektedirler. Savaşa gittiklerinde ticarî işlerini, kendi yerlerine bakmaları için kadınlara devrederler. Sitede olmadıkları zaman tasarruf kadınlara bırakılır. Bu durum, Aristo gibi pek çok Atinalının onları eleştirme sebebi olmuştur. Ayrıca Yunan medeniyetinin zirvede olduğu dönemde, kadınla erkek arasında hiçbir mahremiyetin bulunmaması, iki cinsin fazla iç

içe olması ensesti yaygın hâle getirmiştir. "Odipus" ya da "Elektra" kompleksi, bu sürecin ürünüdür. Bu da literatürde efsane hâline gelmiş ve daha sonra birçok bilimsel verinin, özellikle Freudyen görüşün kaynağını oluşturmuştur. Neticede Yunan medeniyetinin benimsediği bu hayat tarzı, onları çözülüp yok olmaya götürmüştür.

Romalılarda sistem, erkek egemenlik üzerine kurulmuştur. Kadın Roma'da köle olarak kabul edildiği için hukuki ehliyeti yoktur. Bu sebeple de evlilikte ya da başka herhangi bir akitleşmede söz hakkına sahip değildir. Ayrıca mirastan mahrumdur. Hukukî hiçbir hakkı olmayan kadın, Şili ehliyette de vesayet altında kabul edilir. Çocuklar, bunamışlar, akıl hastaları kategorisinde yer alan kadın, kendi kendini yönetemeyeceği ve şahsî kararlarını veremeyeceği için onun adına karar verilmesi gerektiği düşünülür. Roma'da kadın, annelik konusunda da çok şanssızdır. Anne, doğurduğu çocuğu erkeğin ayağına bırakır. Eğer erkek o çocuğu kucağına alırsa evlât olarak kabul ediyor demektir. Ama çocuk olduğu yerde kalırsa, savaş tanrısına emanet edilmiştir ki, böyle bir çocuk ya insaflı bir insan yüreğini ya da ölümü bekler.

Hammurabi yasalarında ise kadın, mülk edinilmiş hayvan mesabesindedir.

Yüzyılların gizemli topluluğu Hintlilerde, kadın bütün hayatı boyunca noksan addedilir. Kocası öldüğü zaman, onun akrabasından bir erkeğe bağlanmak zorunluluğu vardır. Yada Hindistan'ın bazı yerlerinde hâlâ devam eden dul kalan kadının öldürülmesi geleneği, yüzyıllardan bu yana Hintli kadının, eşinin ölümünden sonra hayat hakkı olmadığının işaretidir.

Yahudilikte ise kadın, erkeğin hizmetçisidir. Kendi itikatlarından olmayan herkesi kendilerine hizmetçi gibi görme yaklaşımları, iki cins arasındaki ilişkiye de sirayet etmiştir. Yahudi inancına göre erkek kadından üstündür ve kadın ona hizmet etmelidir. Bunun gerekçesi de Âdem'i Havva'nın yoldan çıkardığına inanmalarıdır. Bu sebeple kadın lanetli kabul edilir. Tevrat'ta "Kadın, ölümden acıdır. Allah nezdinde iyi kimse, kadından kurtulandır. Binde bir erkek

arasından bir iyi adam buldum, kadınlar arasında tek bir iyi bulamadım." ibaresi yer alır. Antik Yunan felsefesi, Hammurabi yasalarından gelen fikirler, bu tahrif edilmiş Tevrat'ta işlenir.

Hıristiyanlığın kadına bakış açısı da Yahudilikten çok farklı değildir. Hıristiyanlık, kadını vesayete muhtaç kabul etmekle birlikte onu "pis varlık" sözleriyle nitelendirir. Bu sebeple de bekârlığın Allah katında evlilikten daha şerefli olduğu belirtilmektedir. Şövalyeler, rahibeler ve papazlar, bu inanışın gereği olarak evlenmezler. Çünkü evlenmek, "Şeytan'ın kapısına gitmektir." Bu da kadının güzelliğinden sakınılması gerektiği, onun fitne ve gururunun İblis'in silâhı olduğu teziyle güçlendirilir. Bu düşünce katılığına tepki olarak Hıristiyanlığın, hatta İslâm'ın gelişinden yüzyıllar sonra Rönesans ve Reform ortaya çıkmıştır. Ancak bu değişimler dahi Batıda kadının fert olarak tanınmasını ve sosyal haklarının iyileştirilmesini hemen sağlamamıştır. Yirminci yüzyılın başlarına kadar bekar bir kadının, velisinin izni olmadan akit yapmaya ehil olmadığı düşünülmüş ve tıpkı bir akıl hastası gibi kısıtlı olarak kabul edilmiştir. Batıda çok feci şekilde yaşanan kadın hakları ihlallerinin 1900'lerin başında İngiltere, Kanada ve Fransa gibi ülkelerde değişmeye başlamasıyla durum tersine dönmüştür. Meselâ Kanada'da kadının birey olarak kabul edilmesi 1929'larda gerçekleşir, ki bu, çok yakın bir tarihtir. Garpta kadın ferdiyetinin onaylanması ilk kez İngiltere'de, o da ilginç bir şekilde vuku bulur. Bilindiği gibi İngilizcede cinsler arasında ayırım yapmak için "he" [erkekler için kullanılan "o" zamiri] ve "she" [kadınlar için kullanılan "o" zamiri] kelimeleri kullanılır. 1900'lerin başında Kanada'da avukatlık yapan bir kadın, hâkim olduktan sonra kendisine birey olmadığı, yasalarda "he" değil, "she" yazdığı söylenir. Kadınlar bu olay üzerine başlattıkları hukukî mücadele sonrasında erkeklerle eşit haklara sahip olabilmişlerdir. Yirmi birinci yüzyıldan farklı olarak geçmiş çağlarda Batıda kadın, erkekler tarafından küçümsenmiştir. Erkekler, düşünce yeteneklerinin zayıf olduğunu düşündükleri karşı cinsi köleleştirmişlerdir. Özgür olmadığı için hakkını arayamayan kadının durumu, Fransa

gibi büyük bir devlette dahi ancak 1938'lerden sonra değişmiştir.

Son din İslâmiyette kadının sosyal konumunu incelersek, bilhassa Hz. Muhammed zamanında toplumda çok aktif olduklarını görürüz. Hz. Aişe, cemiyet içinde etkin biçimde insanlara hizmet etmiştir. İlimde, sanatta ve hukukî alanlarda erkekler gelip ona fikir danışmış ve o da toplumu yönlendirici konumda olmuştur. Kadın hakları açısından insanlığın zirveye ulaştığı bir dönemdir İslâmiyetin ilk yılları. 1400 sene önce İslâm coğrafyasında kadınla ilgili üç yenilik gerçekleşmiştir. Bu yenilikler Arap toplumunun o dönemde kadına yaptığı yanlışları değiştirir nitelikte haklardır. Bunlardan birincisi kadının fert olarak kabul edilmesi, söz hakkının olması, ikincisi ilim öğrenme hakkı ve üçüncüsü de miras hakkıdır. Bu hakların verilmesi sonucunda insanlık tarihinde kadının toplumdaki rolünün en hızlı gelişim dönemi başlar. Bu konuda bazı örnekler aydınlatıcı olacaktır: Hz. Ömer'in oğlu Abdullah, "Hz. Peygamber sağ iken biz kadınlara daha iyi davranırdık; çünkü ayet gelecek diye çekinirdik!" der. Demek ki o dönemde, "Kadınlara değer verin." izlenimi çok kuvvetli bir şekilde uyanmıştır. Abdullah'ın oğlu Bilal, karısını mescide göndermediğinde babası çıkışır ve "Hz. Muhammed böyle yapmamıştı." der.

Hz. Peygamber'in eşi Hz. Zeynep, deri işçiliği yaparmış. Yüce Resul, eşine bir oda tahsis etmiş, orada deri işleri yapmasına ve kazandığı parayı istediği gibi kullanmasına fırsat vermiş.

1400 sene önce Hz. Ömer, farklı bir uygulamayla, Medine çarşısında Şifa isimli bir hanımı zabıta müdürü yapmış. Fakat bu süreçten sonra kadının sosyal konumuyla ilgili kazanımlar geri dönmeye ve azalmaya başlamıştır. Demek ki gelenekler, dinin önüne geçmiştir. Çağımızda ise yeniden düzelme eğilimindedir. Ancak daha sonra Emevîlerle birlikte tabiî Arap toplumlarının erkek egemen bir yapıya sahip olmasının da etkisiyle, kadınlar son derece kısıtlanmıştır. Erkek egemen toplum yapısı Osmanlılarda da kısmen devam etmiştir. Fakat şu unutulmamalıdır ki, insanlık dinin

indirildiği çağdaki olgunluğa eriştiğinde, kadınlar da özgürlüklerine yeniden kavuşmuş olacaklardır.

Osmanlı zamanında kadın her zaman erkeğin yardımcısı olmuştur. Meselâ İstanbul'daki tarihi yapılarda Osmanlı hanımlarının imzasıyla karşılaşırız. Gevher Nesibe, Mihrimah Sultan, Bezm-i Âlem Valide Sultan Camileri gibi... Batıda olmayan bu gelenekler, o dönem kadınlarının cemiyet hayatındaki etkilerini göstermesi bakımından oldukça önemlidir. Osmanlıların kadını eve hapsettiğini düşünmek yanlıştır. Fakat geleneksel baskı bu çağda şekil değiştirerek devam etmektedir. Kadının cinsel kimliğiyle var olup, toplumsal konumunun bu şekilde belirlenmesi mi onun için avantajdır, yoksa imaretler, okullar, hastahaneler açarak toplumla ilgilenmesi mi daha iyi bir konum sayılır? Kadınların en büyük özelliklerinden birisi, empatik iletişimlerinin erkeklerden daha güçlü olmasıdır. Empati yeteneğinin kadında daha fazla olması, en çok onun çocuk eğitimi ve yardımlaşmada gösterdiği başarılara yansır. Osmanlı, kadının bu empati becerisini toplumsal dayanışma alanında kullanmış ve dinin infak kurumunu harekete geçirerek kadına bu alanda rol vermiştir. Fakat Batıda bilhassa Orta Çağda kadın sadece cinsel kimliğiyle anılmış, hiçbir şekilde diğer sosyal kimliklere sokulmamıştır. Orta Çağda ilim, kültür, sanat hayatında etkin kadınlar görmek güçtür. Buna tepki olarak da Batıda daha sonraki dönemlerde cinsel özgürlük akımı ortaya çıkmıştır.

İnsanlık tarihi, büyüyen bir insan gibidir. Bilhassa kültürel gelişim sürecinde toplumların hatalarıyla karşılaşmak ihtimali daha çoktur. Nasıl ki bir çocuğun yetişme çağında yaptığı hatalar erişkinlik sürecinde son bulursa, insanlığın yanlışları da olgunlaştıkça azalır. Şu esnada erişkinlik dönemini yaşayan insanlık, bugüne kadar edindiği kültürel birikimi göz önünde bulundurularak değerlendirilmelidir. Yüzyıllar boyunca kadının köleleştirilip, toplumların erkek egemen olmasındaki etkenlerin başında, milletlerin kendilerini yönetme zorluğu çekmelerini sayabiliriz. Hâkimiyetin güçlü olanın elinde bulunduğu yüzyıllarda kadın pasifize edilmiştir. Meselâ Orta Çağ dönemindeki feodal yapı, egemenliğe

dayalı bir sistem oluşmasına sebebiyet vermiştir. Fakat kentleşme ve endüstrileşme sayesinde kadına bakış açısı farklılaşmış, sosyal yaşamda aktif olma şansı doğmuştur. İçinde bulunduğumuz iletişim çağında ise kadın, eskiye nazaran kendini daha çok ifade etme hürriyeti kazanmıştır. Aynı zamanda bu dönem, kendiyle ilgili rolleri aynı cinsten olduğu düşünürler vasıtasıyla anlatma dönemidir.

Ancak kadının toplumsal rolünün bugünkü noktaya gelmesinde biyolojiyi de ihmal etmemek gerekir. Evrimsel psikoloji açısından baktığımızda, erkeğin doğuştan gelen avcı doğası gereği güçlü olduğunu görüyoruz. Erkek hakkında çağlardan beri var olan kalıp yargı, onun cesur, güçlü, saldırgan ve işi üstlenen kişi olduğu yönündedir. Bu bütün dünyada kabullenilen erkek imajı olduğu için hâkimiyete dayalı sistemler, erkek egemenliği biçiminde tezahür etmiştir. Kadına önerilen davranış beklentisi ise nazik, bağımlı ve sabırlı olması şeklindedir. Kadın verici, erkek alıcı; kadın durağan, erkek girişimci olmuştur. Genetik yazılım sonucu meydana geldiği düşünülen bu durum, insanlığın hükümranlıkla idare edildiği, yetkinlikten uzak olduğu dönemlerde kadınların mağduriyeti sonucunu doğurmuştur. Psikoloji sahasında konuyla ilgili yapılan metaanalizler, şu soruya cevap bulmaya çalışmaktadır:

"Kadının içinde bulunduğu toplumsal konum, kültürlerin birikimi midir, yoksa genetik bir eğilim midir? Her iki hâlde de sonuç değiştirilebilir mi?"

Konuyla ilgili ortaya çıkacak netice, kadınların rol beklentilerinin ve tercihlerinin belirlenmesine katkıda bulunacaktır. Aksi hâlde bu mevzudaki herhangi bir yanlış izlenim hatalı bir inanca, hatalı inanç ise haksız sonuçlara dönüşebilir.

Yaşadığımız dünya düzeninde içinde bulunduğumuz yüzyıl, adalet ve hukukun hâkim olduğu bir modeli temsil etmektedir. Bu modelin gereği olarak düzen, hâkimiyeti cinslerden önce insanın varlığıyla ilişkilendirir. Farlılıklar ancak insan olduktan sonra başlar. Adalete dayalı sistemlerde, farlılıkları yok etmek yerine onları vurgulayıp ta-

mamlamayı teşvik etmek vardır. Bu anlayış içinde kadının anatomik ayrıcalıklarının yanı sıra psikolojik bakımdan da başkalığı vurgulanmalıdır. Bu çağda tartışılan konu, "Kadın ve erkek birbirine benzesin mi? Eğer başarılı olmak istiyorsa ona benzemesi gerekir" noktasındadır. Bu düşünce tarzı, özellikle politikaya giren kadınlar için söz konusudur. "Siyasetle uğraşan bir kadın, ne kadar erkeksi görünürse o kadar başarılı olur." teziyle desteklenen görüşe göre, politikacı bir kadın evli değilse, "Erkek elde edemediği için politikayla uğraşıyor.", çocuğu yoksa "Kendini adayacağı birisi olmadığından politikanın içinde." olduğu kanaati hâkimdir. Toplumda kadınla ilgili bu yargıları kırmanın en iyi yolu ise, kadını erkeğe, erkeği kadına benzetmekten vazgeçip, her ikisinin de kendi cinsiyet özelliklerini pekiştirerek birbirini tamamlayan kimseler hâline getirmekten geçer.

Kadının Sömürülmesi

Kadının sömürülmesi çağlara göre farklılaşarak devam ediyor. Önceki yıllarda küçümsenerek, şiddet uygulanarak sömürülen kadından, şimdi övülerek ve iltifat edilerek çıkar sağlanmaya çalışılıyor. Bu anlamda çok sıkça gündeme gelen cinsel özgürlük konusu, onun daha fazla erkekle beraber olmasının kendisi için özgürlük olacağını ifade ediyor. İlk bakışta kadın haklarını savunmak gibi gözüken bu durum, aslında ona zarar veriyor. Oysa kadının sosyal hayattaki konumunu çok dar kalıplara sokmak, doğasına aykırı ve zaten psikolojisi bu durumu reddediyor. Sömürüyü ortadan kaldırmak için de kadının dişiliğini değil, kişiliğini kullanması gerekiyor. Çünkü şu anda kadını sömürmek isteyenler, onu kimliksizleştirerek cinsel cazibesini ön plâna çıkarıyorlar. Buna karşılık toplumsal statüsünde dişilik faktörünü ikinci plâna düşürüp şahsiyeti ve vasıflarıyla kendini var eden kadın, erkeklerin çıkarlarını hiçe saymış oluyor. Ancak burada, üzerinde önemle durulması gereken bir husus var: İnsanî değerleriyle anılmak isteyen modern kadın, aklın geliştirilmesine çok önem vererek onu kutsallaştırdı. Mantık ve muhakeme ile ilgili melekelerini yücelten kadın, biyolojik doğasına aykırı davranarak duygularla uğraşmayı zayıf-

lık şeklinde algıladı. Biyolojik doğasına aykırı davrandı; çünkü kadın beyninde daha çok, duygusallıkla ilgili hücre vardı. İşte, beyninin bu sahası aktif olarak çalıştığı hâlde hislerini görmezden gelen kadın, zor durumda kaldı. Bunun en büyük ispatı, son yıllarda duygularımızın yaşantımızdaki önemi anlaşıldıkça ortaya çıktı. Toplum aklı ile birlikte duygularına yaslanmayı da başardıkça, kadınların sosyal roldeki kıymeti artmaya başladı. Kadının sevgi veren, insanlığın sevilme ihtiyacını gideren bir unsur olarak vazgeçilmezliği kanıtlandı.

Bu durumun benzeri Antik Yunan Çağında da yaşanmış olmasına rağmen, insanlığın tam olgunlaşmamış olması ve iletişim eksikliği, kısa zamanda kazanılan hakların kaybedilmesi sonucunu vermiştir. Bu haklar, kadını cinselliğinin dışında "insan" kimliğiyle görebilirsek günümüzdeki hukuk modeli çerçevesinde de devam ettirilebilir. Eğer Antik Çağda Yunanlıların yaptığı hata yapılmazsa, yani kadın düşünürlerin varlıklarını hissettirmeleri suretiyle sosyal hayatta aile odaklı yaklaşımlar güçlenirse, her iki cinsin de mutlu olabileceği bir toplum oluşur. Kadın ve erkeğin bencil olmadan bağımsız kalabileceği, kimsenin kimseye üstünlük sergilemeyeceği bir beraberlik oluşabilir. Bunu yapmak, rol paylaşımlarını iyi bir biçimde gerçekleştirmekle mümkündür. İnsanlık şu anda bu olgunluk düzeyine sahiptir. Aslında konuyla alâkalı tartışmalar, insanlığı geliştireceği ve ileriye taşıyacağı için iyiye işarettir.

Bir kişinin insaniyetiyle cinsiyet kimliğinin doğru noktalarda değerlendirilmesi, topluma doğru şeyler kazandırır. Meselâ erkeklerin kadınları ne derece anladığıyla ilgili yapılan araştırmalarda, seks yaşamları kötü giden erkeklerin, kadınların cinsel niyetlerini abarttıkları ortaya çıkmıştır. Yani cinsel tatminlerinin eksiklikleri, kadınların cinsel niyetlerinin yanlış değerlendirilmesine sebep olmaktadır. Bu eksikliği yaşayan erkek, kadının basit bir gülüşünü ya da kendisine normal bir bakışını bile "cinsel davet" şeklinde algılayarak gerçek hayatta var olmayan bir şehveti görmeye çalışır. Oysa bu konuda yetkinliğe ulaşmış bir erkek, karşı cinsle olan münasebetinde cinsel dürtülerini abartmamayı

başarabilir. Bu noktada insanın şahsî istekleri belirleyici olurken, toplumsal pornografiye gereğinden fazla vurgu yapılması da böyle bir algılama bozukluğunu teşvik edebilir.

Egemenliğe dayalı modellerde kadının haklarından değil, görevlerinden bahsedilmiştir. İnsanın kendi kendini yönetebilmesi, kadın için geçerli sayılmamıştır. Kadının da bir çocuk gibi kendini yönetemediği ve vesayete muhtaç olduğu kabul edildiği için, onun kararlarını hep erkek vermiştir. Kadının kendi yönetimini gerçekleştirebilmesi için, kimliğinin farkına varması ve kendini, toplumu doğru tanıması gerekmektedir. Kadın kendini köle gibi algılarsa, ona köle gibi muamele eden insanlarla karşılaşacaktır. Bunu engellemek için de kişiliğinin zayıf ve güçlü yönlerini çok iyi bilmeli ve karşı cinsle olan ilişkisini savaş hâline getirmemelidir. İnsanlığın şu anda geldiği nokta, "kadın ve erkeğin birbiriyle savaşan değil, birbirini tamamlayan iki varlık olduğu" gerçeğidir.

Örtünmenin Biyolojik Gerekliliği

Yaşadığımız sürece kadın ve erkeğin iyi bir hayat yaşaması için biyolojik çıkarlarının gözetilmesi gerekir. Biyolojik çıkarın gerekliliğini ise "genetik yazılıma uygunluk" olarak düşünebiliriz. Bir erkeğin hayatı boyunca milyonlarca spermi varken, kadının hayat boyu 400 tane yumurtası olduğunu biliyoruz. Bu yumurtalardan her ay bir tanesini kullandığı zaman ortalama 25 senede biter. Kadının bu yumurtalarını korumasına ihtiyacı yoktur. Biyolojik menfaati her ay bir tanesini atması ve anne olarak ve çocuğunun çıkarını korumasıdır.

Erkeğin biyolojik çıkarı ise, tohumunu uzun vadede canlı tutmaktır. Onun için erkekte çok tohum olması ve erkeğin poligamiye [çok eşliliğe] yatkınlığı, genetik yazılımı gereğidir. Erkek tohumunu uzun süre canlı tutmayı amaçlarken, kadın kendini ve çocuklarını korumayı hedeflemiştir.

Kadının kendini koruması, "aile" kavramı ortaya çıktıktan sonra değişik bir kültürel boyut kazanmıştır. İnsanlık ta-

rihinin ilk zamanlarında öyle dönemler vardır ki neslin çoğalması için kardeşler arasında evlilikler vuku bulmuştur. Bunlar bir erkeğin tohumunun canlılığını devam ettirebilmesi için çok kadınla beraber olması sonucunu doğurmuş ve erkek birlikte olduktan sonra o kadını unutmuştur. Dolayısıyla aileyi kurmak ve devam ettirmek, kadınlara düşmüştür. Bu durum, içgüdüsel olarak hayvanlarda da böyledir. Hayvanlar aleminde aile kavramı istisnadır. Yavru dünyaya gelir ve onun her şeyini dişi, yani anne üstlenir. Tekrar ilk insanlara döndüğümüzde, erkeğin baba kimliğine sahip olmadığını ve neslinin devamı için sadece biyolojik bir çaba harcadığını görürüz. Babanın belli olmadığı yerde anne bilindiği için anaerkil toplumlar oluşmuş, ana kraliçeler ortaya çıkmıştır. Çünkü doğurgan olmak, kadını üstün yapar. Tohum belli olmasa da rahim bellidir. Bu sebeple insanlık tarihinin ilk zamanlarında güç, kadının elindedir. Anaerkil gelişim ve ana kraliçelerin varlığı o kadar belirginleşmiştir ki, pagan kültürde erkekler ana kraliçenin karşısında dans edip, törenlerle cinsel organlarını kesmişlerdir. Ama insanlık semavî mesajlar aldıkça ve kültürler geliştikçe aile kurumuna kavuşulur. İşte, ailenin varlığı, kadının cinsel açıdan korunmasını gerektirir. Bu korunma için de genel bir örtünme gerekir. Tabiî bu örtünmenin sınırlarını inanç sistemleri belirlemiştir. Meselâ Kuzey Kutbundaki örtünmeyle Nijerya'daki örtünme bir değildir. Ana hatlarını semavî mesajlar belirlese de aralarında kültürel özelliklerden doğan farklılıkların olması kaçınılmazdır.

Kadının Örtünmesi

Yakın geçmişe kadarki zaman diliminde dinler ve kültürler, kadının cinsel kimliğini bir kenara bırakıp, şahsiyetini ortaya koyması bakımından örtüyü önemsemişlerdir. Örtü, erkek ile kadının cinsiyet farklılığını vurgularken, toplumun kadına karşı yaklaşımını da belirlemiştir. Fakat daha geniş açıdan bakıldığında, tesettür, kadın ile erkeği eşitleyen bir unsurdur. Özellikle kadının şehvet uyandıran alanlarını gizleyip kişiliğini öne çıkardığı için, insanî düzlemde cinsler arasındaki ayırımı ortadan kaldırır. Semavî dinlerin

dışındaki öğretilerde örtünme, kadının baştan çıkarıcılığını önlemek gibi kültürel amaçlarla olmuştur. Ancak aynı düşünceyi İlâhî kaynaklı dinler içinde geçerli saymak yanlış olacaktır. Lahutî öğretiler, kadının kendisini daha güçlü hissetmesini sağlamak ve onu sadece insan vasfıyla değerlendirmekten yola çıkarak örtünmeyi emretmişlerdir. Zaten psikolojik açıdan baktığımızda, kadınların gelişmiş estetik kaygıları ve fizikî görünüme olan düşkünlükleri sebebiyle bu konuda hissettikleri en ufak bir eksikliğin güven zayıflığına dönüştüğünü görürüz. Hâlbuki düşünceleri ve herhangi bir mevzudaki fikirleriyle değer bulan kadın, dış görünüşüne olması gerektiği kadar kıymet verecektir. Bir kadının dişiliğine dikkat çekmek, onun kişiliğini geride bırakır. Bugüne kadar kadın bedeni üzerinden yapılan politik ve ekonomik sömürülerin hiçbiri tesadüfî, kendiliğinden olan bir şey değildir. Bu konunun toplumda oluşturduğu bilinç sapması, görüntüyle desteklenen teşhirin de yardımıyla kadının cinsel obje olma fikri güçlendirilmiştir. Bu da onun tüketim amaçlı kullanımını yaygınlaştırmış ve sistemli bir biçimde pornografik teşhir teşvik edilmiştir. Bunu önlemek için de kadının cinsel uyarıcılığını azaltmak icap eder. Bu konuda yasalardaki değişikliklerden çok, zihinlerde değişim olmalıdır. Ancak bakış farklılığı, birdenbire olacak bir şey değildir. Batıda bu değişim, on dokuzuncu yüzyılın başlarında gerçekleşmiş, fakat yasalarda farklılaşma olduğu hâlde pek çok kimse hafızasında değişiklik yapamamıştır. Bizim bu konuda yaşadığımız sorunlar, kadının kendi kimliğine bürünüp toplumda "Ben de varım!" demesiyle çözülebilir. Yani ön yargıların değişmesi, çözüm bulunmasını kolaylaştıracaktır.

Örtüden kastedilen şey, mutlak manada başörtüsü değil, genel bir örtüdür. Örtünün sınırını ise kültürler belirler. Ancak bu sınır çok aşağılara çekildiği, cinselliği aleniyete büründürecek şekilde yaşandığı zaman cinsel sapmalar başlar. Antik Yunan'da yaşanan, bir erkeğin—sevgili olarak—erkek çocuğu sevmesini yüceltecek boyutta bir kültür ortaya çıkar. İşte bu sapmaları önlemek örtünün yardımıyla olacaktır ki, bu da insan doğasının gereğidir. (*23, 50, 51*)

Modernizm ve Kadın

Medeniyetlerin birbiriyle çatıştığı başlıca alanlardan birisi, kadın kimliğidir. Modernizm, insanoğlunun yaşam tarzını etkilemiş ve kadın özgürlüğünü ciddî bir tartışma sahasına çevirmiştir. Kırılma ve münakaşanın çok fazla yaşandığı bu alan, kadının hayat tarzı üzerinde belirleyici olmuştur.

Kadının toplumsal rolüne baktığımız zaman, asırlardan bu yana iniş çıkışlar yaşadığını görürüz. Meselâ Orta Çağ Avrupa'sında kadının insan olup olmadığı tartışılmış, cinsel kimliği kapatılmaya çalışılmıştır. Daha sonra buna tepki olarak kadın özgürlüğü hareketleri ortaya çıkmıştır. Bu hareket içinde kadın kendini modernizmle ifade etmiştir. Modernizmin ifade sahası olarak da, gardırop modernciliği seçilmiştir. Gardırop modernciliği sonucu, kadının toplumsal rolü ciddî bir savaş alanı hâline gelmiştir. Modernizm, dış görünüş—bilhassa kıyafet—üzerinden uygulamaya konulmuştur. Bu da esasında Batı modernizmidir. Batılılaşmanın üç sacayağı var: Demokrasi, teknoloji ve kültür... Biz sahip olduğumuz demokratik değerleri, yani özgürlük anlayışını, çoğulculuk fikrini ve katılımcılığı Batıdan aldığımızı düşünsek de, aslında bunlar sadece Batının değil, insanlığın nihaî noktada kabul ettiği değerlerdir. Aynı şey teknoloji için de geçerlidir. Teknoloji, Batı icadı değil, insanlığın getirdiği teknik birikimin endüstri devrimiyle bu topraklarda hızlanmasıdır. Demek ki Batılılaşmak ayrı, modernleşmek ayrı şeydir. Batılılaşmak, Batı kültürünü benimsemek demektir. Onun müzik zevkini, mimarisini, eğlence şeklini de kabullenmeyi gerektirir. Oysa kültürel kimliğin bir parçası olan modernizm, milletlerin değerlerini korumasıyla da gerçekleşebilir. Meselâ Japonlar geleneksel hüviyetlerini koruyarak modernleşmeyi seçerken biz, değerlerimizi değiştirmek suretiyle modernleşmeyi tercih ettik. Japonlar enerjilerini gardırop, müzik gibi alanlara yöneltmek yerine, teknoloji alanında sarf ettiler. Bu da Uzak Doğu ülkelerini ileri noktalara taşıdı. Ancak biz, yapılmaması gerekeni yaptık: Batı modernizmini, sorgulamadan aldık. Bir gecede çıkarılan kanunlar, bize kendi kıymetlerimizi unutturdu. Demokrasi ve teknoloji alanlarında harcamamız gereken zihinsel

enerji ve plânlama, geride kaldı. Bunun telafisi—kavramları ayırt etmek suretiyle—o zaman yapılmayan adaptasyonun şimdi yapılmasıyla mümkündür.

Küreselleşme projesini yazanlar, bütün dünyaya bir tek kültürün propagandasını yapmaktadırlar. Çünkü kültürün aynîleşmesi, tüketim davranışını da benzer kılacaktır. Böylece herhangi bir konuda toplumu etkileme daha da kolaylaşır. Fakat son yıllarda tekilcilik yerine çoğulculuk ön plâna çıktı. Şu anda pek çok millet, yerelliği korumaktan yana. Çünkü tek tip olmak, âdemoğlunun doğasına aykırı bir durumdur. Yüzlerce yıllık insanlık tarihi içinde binlerce dil, binlerce kültür ortaya çıkmıştır. Bu da çoğulculuğun insan tabiatının gereği olduğunu gösterir. Bugün yeryüzünde yaşayan insan sayısı kadar kişilik tipi ve bir o kadar da fizik görünüm var demektir. İşte, bunun gibi, kültürel niteliklerin farklılığı da kaçınılmazdır. Demokratik değerler, çok kültürlülük içinde yeşerebilir.

Çok Kültürlü Dünyada Kadının Sosyal Konumu

Çok kültürlü dünyada kadını var kılan cinsiyet kimliği değil, insanî hususiyetleridir. Bir kadın hangi durumda daha çok saygı görür? Cinsel kimliğiyle erkekleri baştan çıkardığı zaman mı, yoksa fikirleriyle topluma yön verdiğinde mi?... Aslında ideal kadın modeli, bu sorunun cevabında gizlidir. Kadın, sosyal hayatta, düşünceleri ve ürettikleriyle kendisini göstermelidir. Yalnız, unutulmaması gereken nokta, ideal sosyal kimlik olarak kadına yakışan role, toplumun onu teşvik etmesi gerektiğidir. Çünkü erkekler, içgüdüsel zevklerini sürdürmek ve çok kadınla beraber olabilmek için, kadın özgürlüğünü cinsel özgürlük şekline büründürebilirler. Erkeklerin ilgisini çekmek için özel çaba sarf etmesine gerek olmayan kadın, bu oyuna gelmemeye dikkat etmelidir.

Kadın Özgürleşmekten Korkar mı?

Eric Fromm'un bir sözü vardır: "Çağdaşlaşmanın önündeki en büyük engel, özgürlük korkusudur." İnsan, özgür-

lük korkusu yaşamadan özgürleşmelidir. Özgürleşmekten korkan kişi, tutucu olur, yeteneklerini geliştiremez ve kendini gerçekleştirme zorluğu çeker. Eğer bir kadın, şahsî kabiliyetlerini tekâmül ettirerek serbestiyet kazanırsa, toplumsal role dâhil olmakta cinsel kimliğini kullanmaya hiç ihtiyaç duymayacaktır. Cinsellikle öne çıkmak, kadın için artı değer olmaktan çok, kolaycılıktır. Herhangi bir konuda kendini yetiştirmeyen, 300 kelimeyle konuşan bir kadın, aynı cinsiyetten diğer insanları temsil etmekten çok uzaktır, kadın kimliğini temsil edemez. Ayrıca fizikî görünümü gereğinden fazla yüceltmek, toplum sağlığı açısından doğru bir davranış değildir. Kadını ürettiği değerlerle toplumda var kılabilmek için, onu ikinci sınıf görme eğiliminden vazgeçilmesi gerekmektedir. 1980'lerin sonunda Anadolu'da görev yaptığım bir yerde "Eksik etekten doktor olmaz." diye düşünüp kadın doktora gitmek istemeyen hastalar vardı. Buradaki "eksik etek" tabiriyle kastedilen şey, aslında kadın kimliği ile cinsel kimliğin eşitlenmesiydi. Kadın yalnızca ev işi yapan, çocuk doğuran bir varlık gibi telâkki edildiğinde, toplumda etkin olan bir rolü üstlenmesinin kadın kimliğine aykırı olduğu düşünülür. Oysa kişiliğin oluşumunda cinsel kimlik, ancak %20-30 civarında etkilidir. Kişiliğin %70-80'i, insanî özellikler oluşturur.

Özgürlük ve Disiplin

Disiplin, toplumu ve dolayısıyla insanı bir rejim altına sokmak ve belli kurallarla zapturapt altına almak demektir. Disiplin, elde var olan potansiyeli en verimli şekilde kullanmak için sınırları belirlemektir. Hürriyet de para gibi sermaye ve potansiyeldir. Bu sebeple de belli bir rejime tâbi tutularak disipline edilmesi ve öyle kullanılması gerekir. Aksi hâlde harcanır gider... Özgürlüğün devamı için, sınırları iyi çizilmelidir. Yani özgürlük demek, sorumsuzluk demek değildir. Burada akla şöyle bir soru gelebilir:

"Bahsedilen bu sınırlar nerede başlayıp, nerede biter? Bir insanın, canının istediği her şeyi yapması özgürlük müdür?"

Özgürlüğünün sınırlarının çizilmesinde iki kural vardır: Birincisi insanların içgüdülerinin göz önüne alınması gerektiği, diğeri de toplum yaşamının kurallı bir ortam olmasıdır. Özgürlükle kuralsız bir ortamda yaşamayı birbirine karıştırmamak gerekir. Nasıl araç trafiğinin, futbol oyununun kuralları varsa, insan haklarının da gözetilmesi gereken kaideleri vardır. Meselâ bir futbolcu sahaya çıkıp "Ben istediğim gibi oynayacağım!" diyemez. Der ise kırmızı kart görür. İşte bunun gibi, insan da "Cinselliğimi ve dürtülerimi canımın istediği yaşayacağım!" dediği zaman kırmızı kart görür. Buradaki kırmızı kartın bedeli toplumsal ilişkilerde ortaya çıkar ve o kimse sosyal hayattan dışlanır. Fakat unutulmaması gereken şey, kültürlerin de insan gibi canlı olduğudur. Kişinin kendisiyle ilgili bu talepleri azalıp çoğalarak, deneme yanılmayla olgunluğa erecek, buna paralel olarak kültürlerin kendi içindeki sınırları da çizilmiş olacaktır.

Özgürlük konusunda farklı düşüncelere sahip millet ve grupların görüşleri değişiklik arz etmektedir. Meselâ liberalizmin ortaya çıkışından sonra İngiltere'de değişik özgürlük akımları doğmuştur. Semavî ahlâkı savunanlar "İnsanlar bireydir, özgürdür, ama aynı zamanda kuldur." derken, seküler ahlâk savunucuları "İnsan ferttir ve Tanrı'ya ihtiyacı yoktur!" fikrini ortaya atmışlardır. Freudyen akım ise libidinal özgürlükten bahsederek insanların istediklerinde sınırları kaldırıp duvarları yıkarak arzularını yaşaması gerektiğini söyler. Bir kimse içgüdüsünün sesini dinlerse, "Cinsellik konusunda sorumsuz davranabilirsin. Bir şey başkasına bile ait olsa eğer istiyorsan onu al!" dediğini duyacaktır. Hâlbuki dürtülerimizden gelen bu fısıldamalar, yani her hevesin tatmin edilmesi özgürlük değildir. Asıl özgürlük, kişinin içgüdülerinden bağımsız olmasıdır. Gerçek hürriyete kavuşmak için, abartılmış cinsel isteklerden ve bencillikten uzak durulması icap eder.

Geçmiş yüzyıllarda insandaki dürtülere sınır koyma işi topluma verilmişti. Yani sosyal baskı bizi frenleyecekti. Fakat beynimizin duyguları yöneten alanları bulundukça—ki "duygusal zekâ" kavramı buradan doğdu—hislerin belli bir

eğitime tâbi tutulması gerektiği, duyguların başıboş bırakılamayacağı sonucu ortaya çıktı.

Üretim ve Tüketim Kültürü İçinde Kadın

Üretimin iki ayağı vardır: Gelen ve giden... Ekonomi tıpkı bir havuza benzer. Havuzun belli bir su kapasitesi olduğu gibi ekonominin de üretim ve tüketim hazneleri vardır. Geleneksel aile tipinde evin kazancını sağlayan erkek, bu kazancın harcama plânını yapan ise kadındır. Bu sebeple bir kadının toplum ekonomisine en büyük katkısı, kaynağı boşa harcamamak, parayı israf etmemek şeklindedir. Kadın daha çok tüketen konumunda olduğu için, tasarruf bilinci onda iyi yerleşmelidir. Ayrıca geleneksel kültürümüzdeki "Yuvayı dişi kuş yapar." anlayışı, kadının tutumlu olması ve savurganlıktan kaçınmasına yapılan mecazî bir atıftır.

Köy kültüründe kadın çok üretkendir. Hatta Anadolu tipi ailelerimizde ona gereğinden fazla yüklenildiğini ve bu sebeple çabuk yıprandığını da söyleyebiliriz. Kırsaldaki kadın hem tarlada işçidir, hem annedir, hem eştir. Kısacası erkekten daha ön plândadır ve evin direği hükmündedir. Son yıllarda azalmış olsa da Anadolu'da kadınlar, kışlık yiyeceklerini yazdan hazırlayarak, meselâ kavurma yapıp erişte keserek ya da sebze kurutarak üretime katkıda bulunur. Yada Karadenizli erkeklerin kahvede otururken kadınlarının çalışması gibi... Demek ki kadının üretim konusunda topluma katkısı olmadığını düşünmek ve söylemek çok yanlış olacaktır.

Ancak kentleşmeyle beraber kadının sosyal konumu ciddî bir dönüşüm geçirmiştir. Bu değişim onu salon kadını rolüne büründürürken üretime olan katkısını da azaltmıştır. Yalnızca şekil üzerinden gerçekleştirilmeye çalışılan çağdaşlaşmanın, kadın ve toplum yararına neler getirdiğinin sorgulanmasına ihtiyaç duyulmuştur. Modernizmin biçtiği tek elbise olan salon kadınlığı, kozmetik ve moda aksesuvarlarıyla tamamlanmıştır. Neticede kadın, tüketim ekonomisinin, çıkarları için kullandığı hedef kitleye dönüşmüştür. Bu hedef kitleye gönderilen "Harca." mesajı, onu pazarlama

malzemesine çevirdiği gibi cinsiyet kimliğini de yanlış taraflara yönlendirmiştir.

Kadının tüketim alışkanlıkları, toplumun tüketim alışkanlıklarını da değiştirmiştir. Meselâ mutfak düzeninde kolaycılığı tercih etmesi, şimdilerde sanık sandalyesine oturttuğumuz fast food tarzı yemek geleneğini, o da sonuçta obeziteyi netice vermiştir. Esasında kadın, yemek yapmaktan zevk alırken kültürün değişmesiyle çabuk pişirilen, sağlıksız besinlere itibar etmiştir. Yemek sadece ağız tadına uygun bir şölene dönüştürülüp, sağlığa katkıları unutulduğunda hastalıkların baş göstermesi hiç şaşırtıcı değildir. Ancak yine de dünya ülkelerine bakıldığında bizim mutfak kültürümüzün çeşitliliği dikkat çekicidir. Böylesine zengin ve sıhhatli bir yemek adabına sahip oluşumuzun inkar edilemez en önemli sebebi, kadınlarımızın bu konudaki gayret ve bilinçleridir.

Kadın, Toplum ve Siyaset

Kadının toplumda bugünkünden daha etkin bir rol alamamasının önündeki en büyük engel, erkeklerin çıkarcı yaklaşımlarıdır. Pek çok konuda muhtelif düşüncelere sahip olan erkekler, kadınların avantajları olan sahalarda hemen birleşebiliyorlar. Politikada, şirket yönetiminde ya da toplumda söz sahibi olunacak herhangi bir mevzuda menfaat hesabı yapan ve egemenliği kadına bırakmak istemeyen erkeklerin uzlaşısına şahit oluyoruz. Öğrenciliğim esnasında Cerrahpaşa Tıp Fakültesinin diğer kliniklerinde kadın ve erkek öğretim üyeleri olduğu hâlde, kadın-doğum kliniğinde hiç kadın öğretim üyesi yoktu. Bu durum öğrenciler arasında ciddî bir tartışma konusu oldu ve durumun niçin böyle olduğunu hocalarımıza sorduk. Aldığımız cevap oldukça düşündürücüydü: "Eğer burada bir kadın doçent ya da profesör olursa, bütün hastalar ona gider." Demek ki aldıkları onca eğitimden sonra üniversitede profesör olan hocalar dahi kendi çıkarları için kadının sosyal gelişimini engelliyorlardı. Fakat sosyal hayattaki yarışa, erkek kadın ayırımı yapılmaksızın adil bir şekilde katılmak gerekiyor.

Bütün bunlara karşın genelde Doğu toplumları, özelde de bizim halkımız, bazı alanlarda ataerkil yapıya sahipken kimi yerlerde bu özellik esnemektedir. Meselâ Hindistan, Bangladeş gibi Doğulu ülkelerde ve bizim memleketimizde bir kadın, başkan olabilmiştir. Üstelik halkın onayı ve durumu hazmetmesi neticesinde... Ancak Batı toplumlarında böyle bir tercihe kolay kolay rastlanamaz. Bu, toplumun kadına ön yargısı olmadığını göstermesi bakımından önemlidir. Kadın başkanın da bir erkek başkan gibi tabiî karşılanması, Doğu halklarının bu manada Batılılardan daha üst bir olgunluk seviyesinde olduğunun ipucudur.

Sanal Dünyada Kadın

İnsanlar bilinç baskısı hissetmedikleri, kendilerini bir nevi çıplak düşündükleri, gözetlenmediklerini varsaydıkları bu alanda, şuur kontrolü olmaksızın düşündüklerini ifade ediyorlar. Hatta sanal dünya pek çok kimse için rahatlıkla yalan söyleyebildiği, rol yaptığı, içindeki menfî yönleri serbestçe dışa vurduğu bir saha gibi görülmektedir. Sanal dünyadaki kişi, bugüne kadar bastırdığı duygularını, hayalindeki ideal benliğini, hatta başkalarınca yanlış kabul edilebilecek eğilimlerini paylaşarak ego doyumu yaşar. Bu gerçek dışı dünyayı insan için ilginç ve çekici hâle getiren şey, daha önce kendi kendine düşündüğü, genel kabule sığmayacak pek çok fikri cevaplayan, buna karşılık veren birilerini bulmuş olmasıdır.

Sanal dünya kadınlar için olduğu kadar erkekler için de müthiş bir kültürel değişime sebep oldu. Bu ortamda gerçek kimliğini kullanmak zorunluluğunu hissetmeyen kadın, kendisine yönelik toplumsal baskılardan uzaklaşarak mutlu olmaya çalışmaktadır. Özellikle genç kızlar, bu farazî dünyanın en büyük tutkunu durumundalar. Bu tutkunun sebebi şöyle izah edilebilir:

Bir genç, çocukluktan gelen tazyiklerin olmadığı bu özgür alanda hem kendisi hem de başkaları hakkında dilediği gibi konuşma hürriyetine sahiptir. Sanal alemin kıyılarında

dolaşarak kendini mutlu hisseden kişinin, bu ortamda sahte bir kimlikle bulunuyor olması kuvvetli bir ihtimaldir.

Sanal dünyadaki ilişki şekli daha çok amaçsız kimselerin yaşadığı türdendir. Başlangıçta insanı mutlu eden sanal ilişkiler ilerleyip yüz yüze görüşme safhasına geldiğinde kişiyi hayal kırıklığına uğratabilir. Demek ki, farazî âlemin getirdiği sınırsız ve sorumsuz yaşantı, insanın mutluluğuna hizmet etmiyor. Ayrıca bu hayalî dünyadaki alışkanlıklar gerçek dünyaya da yansıyabilir. O sebeple sınırların iyi çizilmesi gerekmektedir. Bunu yapabilmek için de kişinin yalnız dış dünyadakini değil, iç dünyasındaki özgürlüğünü de disipline etmesi önerilebilir. Soyut hedeflerini somut hedeflerinin önünde götüren insan, sanal dünyaya girdiğinde bu ego idealine uygun hareket edecektir. "Kendime çizdiğim yol haritama uygun davranıyor muyum? Bu farazî dünyadaki ilişkilerim, hedeflerime nasıl hizmet ediyor?" sorularını soracak ve buna vereceği cevaplara göre ilişki şeklini belirleyecektir. Bu hassasiyet, kadın erkek ayırımı yapmadan herkesin sergilemesi gereken hassasiyettir.

Kadının İdeal Erkek Tipi

Kadında çeşitli duygusal eğilimler vardır. Meselâ "bağımsız, güçlü, koruyucu, karısı için kendini feda edebilen" şeklinde idealize edilen erkek tipine karşılık, korunma ve sevilme ihtiyacında olan, sevgi veren, çevresinde kendisini ona ait hissedeceği bir erkek görmek isteyen ideal bir kadın tipi çizilir. Bu tipler, asırlardır süregelen kültür birikimi ve genetik eğilimler sonucu ortaya çıkmıştır.

Çağımızın kadını, bir taraftan özgür olma, diğer taraftan korunma ve sevilme ihtiyacı hisseder. Fakat kadının, hem iş kadını, entelektüel düzeyi yüksek biri olma arzusu taşırken, hem de psikolojik ihtiyaçlarını karşılayamadığı görülür. Dolayısıyla ideal kadın, kendisine sahip çıkan bir erkek olursa mutlu olabilir. Kadının sevilmeye ihtiyacı, erkeğe göre daha fazladır.

Aslında kadının psikolojik ihtiyaçları, onun özgürleşmesiyle beraber daha da belirginleşir. Kadının özgürleştiği,

ama mutlu olamadığı görülür. Feminizmin savunucuları bile, bir erkekle sadakate dayalı birlikteliğinin kadını daha çok mutlu edeceğini söylemektedir. Burada yine "erkeğe bağlanma" duygusu göze çarpar. Toplumdaki sosyolojik gelişim içerisinde, psikolojik değişim sosyolojik değişime uyum sağlayamamıştır. Kişinin ruh dünyası, daha hızlı gelişen sosyolojik değişime uyum gösteremediğinden çelişki yaşanmış, bir ara form meydana gelmiştir.

Erkekler Niçin Ağlamaz?

Erkekteki duygu düzenleyici beyin faaliyeti ile kadındaki, aynı şekilde çalışmaz. Erkekler daha çok hesap ve matematik adamı, kadınlar ise daha çok sanat ve edebiyat insanı olurlar. Duygusal konularda ve duyguların ön plânda olduğu işlerde kadınlar daha başarılıdır. Erkekler ağlamayı güçsüzlük işareti kabul ettiklerinden, ağladıklarında erkek rolü ve kimliğine ters düşecekleri ön kabulüyle hareket ederler. "Ağladığın zaman erkek olmazsın!" baskısı altındaki biyolojik eğilim, toplumsal olarak da desteklenir. Asırlardan beri devam eden bu yaklaşım, yalnızca kültürel öğretilerle açıklanamaz. Burada biyolojik ve genetik boyutun varlığı da unutulmamalıdır. Öğretilerle desteklenmiş, hatta abartılmış ataerkil ve otoriter kültürlerde erkeğin avcı rolünü üstlenmesi, onun mücadele etmesini ve acılara katlanmasını gerektirir, o korkuya karşı daha dirençli olmalıdır. Ağladığında korkuya direnmesi güç olacağından, felsefe olarak erkeğe ağlamaması gerektiği telkin edilir.

Bu arada, "Kadının güçsüzlüğünü ya da duygularını ifade etmesi, kadınlığını güçlendirir." düşüncesi de ileri sürülmüştür. Erkekler, ağlayan kadınlardan daha çok hoşlanırlar. Çünkü kadın ağladığı zaman, onun kendisine sığındığını görüp, onu koruma ihtiyacını daha fazla hissederler ki, bu da erkeğin egosunu okşar. Özellikle feminist eğilimli kadınlar, ağladıkları zaman kendilerine çok kızarlar. Fakat "Ben nasıl ağlarım, erkek karşısında nasıl böyle âciz olabilirim?" diye düşündükleri hâlde, yine de ağlamaktan vazgeçemezler. Meselâ aile terapilerinde çiftler, yaşadıkları sorunları farklı şekilde belirtirler. Burada erkeğin tepkisi bağır-

mak, kadının tepkisi ağlamak biçimindedir. Ağlayan kadın çalışan, entelektüel seviyesi yüksek, kendisini bağımsız hisseden biri de olabilir. İş hayatında da durum aynıdır. Kadınlar, başbakan bile olsalar, iş hayatında bir şeyler ters gittiği zaman ağlayabilirler. Burada olayı, kadın erkek psikolojisinden çok, olaylara tepki tarzının biyolojik eğilimiyle açıklamak daha doğrudur. Genetik algoritma bunu gösterir. İnsanlık tarihine erkek egemen kültür hâkim olduğu için, kadınların ağlaması erkekler tarafından hoş karşılanmıştır. Fakat erkeğin ağlaması uygun görülmemiş, bu olguyu öğretiler de desteklemiştir.

Namus Konusundaki Toplumsal Yanlışlar

"Namus" kavramı, kültürümüzde çok ciddî bir kavramdır. Ceza evlerine bakıldığında, suçların önemli bir kısmının namus cinayetinden kaynaklandığı görülür. Dinî duyguları güçlü olmayan insanlarda da bu durum fazlasıyla göze çarpar. Namus düşüncesinin kuvvetli olması, kültürel öğretilerle yakından ilgilidir. Bir erkeğin, karısının namusu için savaşa gitmesi ya da namusuna dil uzatıldığında erkeğin kendini riske atması kadınların da hoşuna gitmiş, bu durum onlar tarafından da onaylanıp desteklenmiştir.

Sosyal Darwinizme inananlar, aile kavramında cinsel sadakatin çok önemli olmadığını ileri sürer, "Cinsel olarak insanlar daha özgür olmalı." şeklinde düşünürler. Bu durum, insanın anlık zevklerini tatmin edebilir, ama sosyolojik boyut içerisinde zararları ortaya çıkacaktır. Bir toplumun sağlıklı devam edebilmesi için, ensest ilişki [aile içi cinsel ilişki] olmamalı, bir anne veya baba doğan çocuğun kimden olduğunu bilmelidir. Cinsellik serbest bırakıldığında, onun en çarpık ya da yanlış uygulaması, kişinin en yakınları arasında yaşanacak, ensestin onaylanmasıyla cinsel ilişki en çok kız ve erkek kardeşler arasında görülecektir. Sosyolojik fazlar içerisinde en çok 100 veya 200 sene sonra DNA'lar insanların en yakınlarından oluşacak, uzun vadede pek çok hastalık tezahür edecektir.

Meselâ Amerikalı bir genç, herhangi biriyle evli yaşayacak, fakat kardeşinden ya da ağabeyinden de çocuk sahibi

olacaktır. Evrensel akıl bu gelişimi reddeder. Bu gelişim, insanlığın geleceği için çok büyük bir tehlikedir. Olaya sadece biyolojik açıdan yaklaşıldığında bile, DNA'lar birbirlerinden ne kadar uzak olursa, çoğulculuk ve çeşitlilik o kadar fazla olur, insanlığın geleceği açısından o derece doğru hareket edilir. Sosyolojik öğretiler bu sebeple aile içi cinselliği onaylamamıştır. Böyle bir gelişmeye kapı açılmamalıdır. Namus kavramının sosyolojik boyutu bu şekildedir.

Olayın psikolojik boyutunda ise, sadakat, ailedeki en önemli bağdır ve cinsel sadakat de bunun içindedir. Bir insanın, sevdiği birinin başka biriyle beraber olduğunu düşündüğünde rahatsız olmaması, psikolojik bir yozlaşmadır. Namus sadece kadınlara özgü değildir. Bu konuda kadın ile erkeğin hiçbir farkı yoktur. Bu durum her iki cins için de aynıdır. "Namus kadına yakışır, ama erkeğe olmasa da olur!" diye düşünülemez. Bu düşüncenin daha fazla kadın ağırlıklı olarak gündeme gelmesi, çocuğu karnında taşımasından kaynaklanır. Bu sebeple biyolojik eğilim, namus konusunda kadının daha çok sorumlu olmasını öğütler. "Kadın, her erkeği yanına yaklaştırılmamalı." düşüncesi bu sebeple ortaya çıkmıştır. Anneliği sebebiyle çocuğun, kadının genini taşıdığı kesindir. Fakat çocuğun kimin olduğu konusunda, erkeğin bilinmeme ihtimali fazladır. Erkek, yani baba konusunda daha hassas davranma eğilimi bu yüzden ortaya çıkmıştır.

Kadının namus konusunda erkekten daha çok dikkat etmesi, biyolojik eğilimlere daha uygundur. Fakat namus anlayışı açısından ideal olan, erkek ve kadın arasında hiçbir fark bulunmadığının bilinmesidir. Kadın, namus ve eşine sadakat konusunda ne derece hassasiyet gösterirse, erkek de aynısına sahip olmalıdır. Aksi hâlde kadının duyguları yaralanır, "eşim" diye sarıldığı, sığınacak liman olarak gördüğü erkeğinin başkasıyla beraber olduğunu düşünmesi ruhunu derinden incitir. "Eşini aldatma" olarak tanımlanan bu davranış doğru sorgulanmalıdır.

Namus öğretisi, insanlık tarihinde ilk defa Antik Yunan'da ortaya çıkmış, mitolojik ve yazılı olarak orada uygu-

lanmıştır. Kadın Antik Çağda da değersizdir. Pagan kültürde gerçek insanın erkek olduğu şeklinde bir inanış hâkimdir.

Evli kadın, on sekizinci yüzyılın ortalarına kadar para biriktiremiyor, mal sahibi olamıyordu. O, kocasına köle olmak zorundaydı. Hatta İskoçya'da 400 yıl içinde, cadı veya kötü insan oldukları ileri sürülerek dokuz milyon kadının kaynar yağa atılarak öldürüldüğü söylenir. "İçlerinde kötülük var, insanlığı yoldan çıkarırlar!" düşüncesiyle, kadınlar kaynar kazanlarda yakılmıştır.

Namus konusunda kadına biçilen rol, erkek egemenliğinin bir sonucudur. Kadın ve erkek, namus konusunda aynı duyarlılığı göstermelidir. Evlilikte ideal olan budur.

V. KİMLİK VE KİŞİLİK

Gençlik Dönemi

Erkek ve dişi, insanlığı bütünleyen iki cinstir. Bu iki cinsten hiçbiri diğerinden üstün değil, ancak farklıdırlar. Bu farklılığın tezahürü, genç kız ve erkeklerin cinsel kimliklerini arayıp buldukları ergenlik döneminde belirginleşir.

Cinsel kimlik kargaşasının yaşandığı bu süreçte genç kendisine "Ben kimim? Nereye, niçin yönelmeliyim?" sorularını sorar.

Periyodik bir vak'a olan ergenlik, erkeklerde sertlik, başkaldırı ve cinsel ilgide artış meydana getirirken kızlarda sevimlilik, cana yakınlık ve romantik duygularda çoğalma söz konusudur. Genetik özellikleri gereği, korkuya direnen ve riski seven erkeklerle karşılaşırken genç kızları ürkek ve çekingen eğilimlerde görürüz. Erkekler heyecanlarını bastırırken, genç kızlar böcek, fare ve yılandan korkarlar.

Yine mizaçtan kaynaklanan farklılıkla kızların iş birliği ve sözel anlatım becerileri güçlüdür. Genç erkekler ise tek başlarına daha uzun çalışır, ancak daha gürültücü davranırlar.

Kız çocukları sosyalleşmeyi seçerken, erkek çocuklar yalnız kalma isteğindedirler. Genç kızlar dille ilgili [linguistik] becerilerde, genç erkekler de bilgisayar, elektronik gibi teknik etkinliklerde daha öndedirler.

Ergenlikte genç kız sevimli, baştan çıkarıcı, büyüleyici, kendini sergileyen, estetik değerlere fazla önem veren ve çocuklara karşı çok şefkatli bir yapıdadır. Genç erkek ise de-

li fişek, korkusuz, pervasız, riski seven özellikleriyle ön plândadır. Dışardan bakıldığında birbirine çok zıt gibi gözüken bu hususiyetler, esasında iki tarafın da ötekinde aradığı niteliklerdir. Evrendeki bipolarite, yani "iki kutupluluk" kuralı burada da geçerlidir. Artı ve eksi birbirini şiddetle çeker.

Ergenlik devresinde gencin beyni kültürel sınırlar ve öz denetim becerisinden yoksun olduğu için, ciddî işleri yapmak, sorumluluk almak istemez. Liseli âşıklar bu konudaki en meşhur örneklerdir. Önce delicesine sevdiklerini söyler, sonra birdenbire unuturlar.

Bilhassa genç kızların romantik duygularının coştuğu bu dönemde aile içi iletişim, ailede rol modellerinin doğru işlenmesi, gencin bu evreyi sağlıklı atlatmasına yardımcı olacaktır.

"Hoşlandığım şey iyidir, hoşlanmadığım şey kötüdür!" diyen ergen, anne babayı silkeleyerek acımasız hatalar yapabilir. Benzer hataları önlemenin yolu, gence erteleme yetisi kazandırmak ve özgürlüğün sınırını öğretmektir.

Özgürlüğün sınırlarını esnek tutan ABD'de, 1970'li yıllarda kimi pilot okullar her şeye izin veren bir eğitim uyguladılar. Dersler evde ve okulda serbest bırakıldı. Ancak çalışmanın sonunda, çoğunluğu sınır tanımayan, sorumsuz, eğitim ve disiplini reddeden gençler ortaya çıktı.

Kişilik Tipleri

İnsan hangi kişilik tipine dâhilse o tipe özgü temel özellikleri yaşar. Meselâ kadının hisli olması, dâhil olduğu kişilik tipinin duygusal vurgusunu yaşayarak ortaya çıkıyor. Kişilik, "Alloplastik uyum" denilen bir şeydir. Kişilik bozukluğu olan insan, hadiselerin sorumluluğunu başkasına yükler. Pek çok yanlış yapmasına rağmen yanlışı kabul etmeyerek, "Ben doğruyu yapıyorum, herkes bana uymalı!" şeklinde düşünür. Bu düşünce tarzı, evlilikte de sorunların yaşanmasına sebep olur. Eş, kendisini hatasız bildiği için karşı tarafı değiştirmeye çalışır ve çatışma başlar. Hayatı

zindan eden kişilikler böyle tipler arasından çıkar. Esasında kişinin kendisini odak olarak kabul ettiği bu durum, kişilik tipinden çok ego kabarmasıdır. Eğer şahsiyet bozukluğuyla beraber bencillik de varsa, bu ciddî bir problem oluşturur.

Kadınlarda Görülen Başlıca Kişilik Tipleri:

Histrionik Kişilik Tipi: Bu kişilik tipi, kadınlarda erkeklere nazaran daha çok görülür. Yapıları gereği kadınların histerik, erkeklerin antisosyal olmaları doğaldır. Histrionik kişilik tipindeki insanlar, her şeyi abartır, dramatize eder ve olayları çarpıcı hâle getirirler. Öyle ki, seksten başka her şeyi seksüalize ederler. Çok ayartıcı, baştan çıkarıcı ve seksi gözükürler, ama seks konusunda başarısızdırlar. Oyuncu ruh hâlleriyle rol yapmaya çok eğilimlidirler. Dikkat çekmekten hoşlanan kadınlardır bu tiptekiler. Masal uydurmaya, hayal kurmaya çok eğilimlidirler. "Mitomani" dediğimiz özellikleri vardır. Mimik ve jestleri abartılıdır. Bencil ve narsist olurlar. Kendilerini çok severler. Gerçi kişilik bozukluğu olanlarda benmerkezcilik temel bir özelliktir. Bütün semavi dinlerde ve hatta Uzak Doğu felsefesinde bencillik insanın kendini tanımasında karşısına çıkan en büyük engel olarak görülmüştür ve kişinin benmerkezciliğini terk etmesi olgunlaşmada ilk aşama olarak anlatılır. Benmerkezci insan, dünyanın kendi etrafında döndüğünü zannettiği için kendini sorgulayamaz ve geliştiremez. İlişkilerinde yapaydır. Histrionik kişilik tipindeki kadınlar, her şeyi tiyatral bir şekilde ifade ederler. Telkine yatkındırlar ve bağımlıdırlar. Bunlara "psikoplastik" denir. Karşı taraftaki insanın kişiliği nasılsa ona hemen uyum sağlar ve onun gibi davranmaya başlar. A kişiye böyle davrandığı gibi, B kişiye de aynı biçimde davranır. Dışardan bakınca "Ne uyumlu bir insan..." diye imrendiğiniz bu kişi, aslında etrafındakileri kullanmaya çalışır. O sebeple olgun ve dengeli ilişki kuramazlar. Bu tipteki kişiler sürekli sevgi ve şefkat açlığı içindedirler. Etrafındaki insanlardan sevgi beklemek, onların en önemli özellikleridir. Ayrıca karşısındaki kişinin, onun tavırlarına aşırı derecede sinirlenmesi de bu tipteki insan için bir ilgidir ve egosunu besler. Histrionik kişilik tipindeki insanla yaşayan

bir ferdin yapacağı en önemli şey, onun bu tuzaklarına düşmemektir. Psikoplastik bir yapıda davrandığı için karşısındaki insanı kendi istediği gibi hareket etmeye sevk eder. Ego doyumuna öyle ulaşmaya çalışır. Eğer onun bu tavrı desteklenir ve ilgi gösterilirse onu devamlı yapmaya başlar. Meselâ Histrionik kişilik tipindeki yakınınız ağlıyor, yapmanız gereken şey uzatıp mendil vermek, onu dinlemek ve sonra da kendi işinize devam etmektir. "Farkındayım, ama onaylamıyorum!" mesajı verildiğinde, insanları kendisine benzetmek, duygularıyla onları yönetmek yerine, kendisini genel kurallara uymak zorunda hisseder. Bir müddet sonra da o sizin kurallarınıza uymaya başlar. Kişilik bozukluklarında genel olarak uygulanacak yöntem budur.

Pasif-Agresif Kişilik Tipi: Bu da kadınlarda çok sık rastlanan bir kişilik tipidir. Bu insanlar inatçıdırlar. Sık sık pasif direniş yaparlar, küserler. "Hayır" demezler, ama günlerce de konuşmazlar. Yapılacak bir işi uzatıp ertelerler. İşin yapıldığı zannedilir, ama o iş aksar. Karşısındaki insanın aksayan işten dolayı canı sıkılırken o zevk alır. Bu, bilmeyerek duyduğu bir zevktir. Pasif-agresif kişilik tipindeki insanlar genelde sessizdirler. Çok sakin görünmelerine karşın inatçılık en önemli özelliklerindendir. Öfkelerini küskünlükle ifade ederler. İnsanların kötü taraflarını uzun uzadıya sayıp dökerler. Kızdıkları birine direkt bir şey söylemeseler de arkalarından çok çekiştirirler. Dedikodu yapanlar genellikle bu kişilik tipindeki insanlardır. Bu tür kadınlarda mazoşistik özellikler vardır. Kocalarını bağırtıp, şiddet uygulamasına götürecek davranışlar sergiler ve dayaktan sonra da rahatlarlar.

Bağımlı Kişilik Tipi: Bağımlı kişilik tipindeki kadınlar tek başlarına karar veremezler. Girişim yapamazlar ve öz güvenleri eksiktir. Sorumluluk almaktan kaçınırlar. Vermeyi sevmezler, genelde almak taraftarıdırlar. Başkaları kendisine borçluymuş gibi bir duygu içindedirler. Bağımlı kişilik tipindeki insanlar, genelde çocuksudurlar. Özgür davranamazlar. Bağımsız olmadıkları için de sürekli sığınacak liman ararlar. Evde ebeveynine, evlendiği zaman da kocasına bağlanır. Bu kişilik tipindeki kadınlar, maço erkeklerin çok ho-

şuna gider. Karşısında kendisine bağımlı bir kadın vardır. Maço erkek, kadına bağırıp çağırır, hatta şiddet uygular, ama kadın sesini çıkarmaz; çünkü onsuz yapamaz. İtaat kültürüne sahip kadınlar, anne olduklarında sadece kız çocuklarını değil, erkek çocuklarını da bağımlı yetiştirirler. Özgürlük duyguları gelişmemiş bu çocuklar, ileride benmerkezci olur ve kendisi için çalışıp kendisi için yaşayan bir varlık hâline gelirler.

Avoidant [Utangaç-Çekingen] Kişilik Tipi: Kaçıngan tipteki bu insanlar, nasıl göründüklerini çok merak ederler. Sırf bu merak yüzünden başkalarının kendisini olumsuz değerlendirmesine açık olurlar. Zihinleri "Etraftaki insanlar benim hakkımda ne düşünüyorlar? Nasıl görünüyorum?" sorularıyla meşguldür. Korku duyguları fazladır. Sosyal fobi, bu kişilik tipindeki insanlar arasında oldukça yaygındır. Yanlış yapmaktan fazlasıyla çekinirler. Bu sebeple çok heyecanlanırlar. Hemen yüzleri kızarır, elleri titrer. Hiç istemedikleri hâlde kalabalıkların içinde yalnız kalırlar. Çünkü korkuları, onları topluluk içinde sessiz oturmaya mahkûm eder. Bu kişilik tipindeki insanlar, çocukluklarında çok eleştirilen, kendisini gerçekleştirmek için zemin hazırlanmayan, inisiyatif verilmeyen kişilerdir.

Obsesif Kişilik Tipi: Çok ayrıntıcıdırlar. Her şeyi en ince detayına kadar anlatma eğilimindedirler. Aşırı derecede saygılı ve düzgün konuşurlar. Çok nazik, hatta ölçüyü kaçırır biçimde kibardırlar. Bunun sebebi, içlerindeki kabalık dürtüsüyle mücadele etmeleridir. Obsesif kişilik tipindeki insanlar, titiz, tertipli ve düzenlidirler. Fakat konuşulduğu zaman esnek değil, katıdırlar. Mükemmelliyetçi, teferruatçıdırlar. Kararsızlıkları çok fazladır ve bu yüzden erteleme eğilimleri vardır. Kılı kırk yaran kişilerdir. Kolay kolay beğenmezler. Sorumluluk ve hak duyguları gelişmiştir. Meselâ bu özellikleri taşıyan hâkim, bir dosyayı saatlerce inceleyebilir ve çok adil olur. O sebeple yaptıkları en ufak bir haksızlıkta vicdanları sızlar. İhtiraslıdırlar, hedefleri vardır ve beklentileri yüksektir. Bu tipler çok iyi ikinci kişi olurlar. Çünkü birinci kişi oldukları zaman, çalıştıkları insanlara kan kustururlar. Çok çalışırlar ve yanlarındaki insanları ay-

rıntıya boğarlar. Cimridirler, eski eşyaları kolay kolay atamazlar. Evhamlı ve kuruntuludurlar. Aksidirler ve "hayır" demeye yatkındırlar. Bir şey konuşulduğu zaman önce reddedip, ardından kabul etme eğilimindedirler.

Sadomazoşist Kişilik Tipi: Erkeklere oranla kadınlarda daha sık karşılaşılan bir kişilik tipidir. Ezilerek, fazla baskıyla büyütülen kadınlarda çok görülen bir durumdur. Sadomazoşist insanlar, karşılarındaki kişiye eziyet çektirmekten zevk alırlar. Öyle ki acı çekerler, ama çıkış yolu aramazlar. Hatta acıya çanak tutarlar. Böylece ilgi ve sevgi açlıklarını gidermiş olurlar. Kendilerine hakaret ettirir, küçük düşürtürler. Bunları yapması için karşı tarafa zemin hazırlar ve onu harekete geçirip, suçlu konumuna düşürürler. Bu da sadomazoşist tipteki insanlara özel bir zevk verir.

Kişilik Özelliği ile Kişilik Bozukluğu Arasındaki Farklar

Burada akla şöyle bir soru gelebilir:

"Bu kişilik özelliklerinden biri ya da birkaçı bende var. O hâlde ben de kendimde şahsiyet bozukluğu olduğunu mu düşünmeliyim?"

Esasında bu kişilik özelliklerinin bazıları her insanda az çok olmakla birlikte bu bölümde anlatılmak istenen, kişilik bozukluklarının bilinmesi gereken özellikleridir. Kişilik özelliği ile kişilik bozukluğunu şöyle bir örnekle ayırt edebiliriz:

Kişi, sadomazoşistik özelliğinin olduğunu bilir ve bunun farkına vardığı zaman düzeltmeye çalışır. Bu, kişilik bozukluğu değil, kişilik özelliğidir. Oysa yukarıda anlatılan kişilik tiplerindeki insanlarla yaşamak oldukça zordur. Bu tip insanlarla yaşayanlar, o kişilere karşı nasıl davranacaklarını bilmezlerse ciddî zorluklarla karşılaşabilirler.

İnsan kendini geliştirdikçe ideal "ben"e doğru gider. "İdeal ben"e gitmek ise, ego idealini doğru çizmekle mümkündür. İç yolculuk sırasında büyük bir öğrenme aşkıyla kişinin kendisine yenilikler eklemesi ve bunu yaparken de sürekli okuyan, araştıran, sorgulayan bir yapıda olması ge-

rekmektedir. Aksi takdirde kişilik bozukluğunu telafi etmek mümkün değildir. Hayatında hiçbir konuda yol almamış kimselerle yaşamak, hakikaten çok zordur.

Kadınların Geçmiş ve Gelecek Algısı ve Alışkanlıklar

Beynin, hisleri düzenleyen sağ yarım küresi kadınlarda baskın şekilde çalışır. Bu da onları duygusal örselenmelere daha yatkın hâle getirir. Bu durum aynı zamanda kadınların sezgisel okur yazarlığının fazla olduğunu gösterir. Bayanlar genellikle duygusal körlük yaşamazlar. Duygusal körlük, beynin amiktal bölgesi çalışmadığı zaman oluşur. Kişi nötr bir ifadeyle, fakat çok güzel cümleler kullanarak konuşabilir. Bu cümlelerde sevgi, nefret ya da korku yoktur. Duygusal sağırlıkta ise empati yoksunluğu vardır ve birey karşı tarafın duygularını okuyamaz. Kadınların duygusal kulakları iyi işitir ve duygusal gözleri yeterince görürken, erkekler bu konuda körlük yaşarlar. Onlar hadiseleri matematik ve mantık çerçevesinde daha çabuk kavrama yeteneğine sahipler. Erkeklerde kol gücü nasıl üstünse, kadınlarda da duygu gücü üstündür.

Kadınlar duygusal travmalara meyilli oldukları için, geçmişte yaşadıkları haksızlıkları kolay kolay unutamazlar. Bu sebeple takıntı yapma eğilimleri fazladır. Bir erkek herhangi bir adaletsizlikle karşılaştığında, onun kâr zarar hesabını yapar. Olayı dünyasından çıkarıp, incinmeyi ikinci plâna atarak kolaylıkla işine devam edebilir. Oysa kadın, maruz kaldığı kötü muamelelerin tesirinden hemen sıyrılamaz. Bu yüzden de geçmişte yaşamaya çok yatkındır. Maziye bu derece bağlı kalmak, onun bugünü yaşamasına engel olacaktır. Çünkü beyin enerjisi akü gibidir ve geçmiş ya da gelecekle gerekenin ötesinde ilgilenen kadın, aküyü boşa harcamış gibi olur. Şunu söyleyebiliriz ki, kadınlar duygusallıkları sebebiyle—farkında olmadan—beyin enerjilerini gereksiz yerlere harcıyorlar. Bu yüzden de zaman yönetiminde çok kayıpları oluyor ve depresif ruh hâline bürünebiliyorlar.

Kadınların geri döndüremeyecekleri anlarda geçirdikleri zaman fazla olduğu için, alışkanlıkları da zor değişiyor. Alışkanlıklar şu şekilde oluşur:

Duygu+düşünce=inanç...

İnanç tekrar edildikçe alışkanlık hâline geliyor. Devam eden alışkanlıklar belli bir zaman sonra kişiliğe dönüşüyor. Davranışların değiştirilmesinde duygusal yük, önemli bir faktör. Kadınlar duygularını iyi yönetemezlerse, bir yerde takılıp kalabiliyorlar. Hedefe giderken önlerine engel çıkıyor. Fakat duygular iyi kullanılırsa büyük bir avantaj hâline de gelebilir. Meselâ kadınlarda sigara ya da içki bağımlılığı, erkeklere oranla daha azdır. Çünkü onlar bunun acısını duygusal olarak çok fazla yaşıyorlar ve bu noktada akıl ile duyguyu beraber yürütebilme başarısı gösteriyorlar. Ancak romantik eğilimleri geliştiği için erkeklerin tuzağına kolayca düşebiliyorlar.

Kadınların Konuşma ve Dinleme Potansiyelleri

Çocuklar üzerinde yapılan bir araştırmada, kız çocuklarının, erkek çocuklara oranla dikkatlerinin daha uzun sürdüğü sonucuyla karşılaştık. Fakat dikkat konusundaki bu farklılık, ergenlik döneminden sonra eşitleniyor. Dinlemek, konuşmanın bir parçasıdır ve dikkat işidir. Konuşma arttıkça dinleme azalır. Aktif dinleyici olabilme özelliğinin kadınlarda zayıf olduğu, bilinen bir gerçektir. Kadınların duygu ve düşüncelerini ifade etme yetileri, dinleme becerilerinden daha yüksektir. Erkekler ise anlamak için dinlemek zorundalar. Dişi kuşların bıcır bıcır ötmesi gibi kadının konuşkan olmasının da evrimsel psikoloji içerisinde bir açıklaması var. Evrim psikolojisi şöyle söyler:

Kadının konuşması, kendisine daha çok aday bulmasıyla ilgilidir. Estetik kaygı ve güzel görünme arzusu bu sebeple kadınlar için önemli bir konudur. Beğenilme talebinin fazlalığı, daha çok adayı kendisine çekip içinden birini seçmek istemesiyle alâkalıdır.

Hayal ve Kadın

Düşünmek ve hayal kurmak, insanın bireysel buluşçuluğunda önemli bir fonksiyondur. Kadın ve erkekler arasında hayal kurma açısından genel bir fark olmamakla beraber, iki cinsin düşünce alanlarının ayrı olduğunu söyleyebiliriz.

Hobiler ve Kadın

Evren çoğulculuk esasına göre yaratılmıştır. Yaratıcı, yarattıklarına çeşitlilik içinde pek çok nimet vermiştir. Kâinatta çoğulculuğun aksine tekdüzelik olsaydı, değişik türde bunca yiyeceğe ihtiyaç kalmaz, her şey hap şeklinde alınırdı. Birbirinden farklı özelliklere sahip binlerce çiçek yerine birkaç tür sunulabilirdi.

Monotonluk insan psikolojisine aykırı bir durumken, çeşitlilik arzulanan bir şeydir. İnsanoğlu arasında çoğulculuğu, zevklerinin çeşitliliğiyle kadınlar sağlıyor. Kadınların bu uğraşıları, genetik bir eğilim. Kadın bu eğilimini abartmadan ve savurganlık ölçülerine vardırmadan uygulayabilirse kendine ve evliliğine katkı sağlar. Çünkü Yaratıcı,—israf sınırlarına girmeden—yarattığı şeyi insanın üzerinde görmek ister.

Kadının çeşitli hobilerle uğraşması, erkeğin ona olan ilgisini kuvvetlendiriyor, demiştik. Fakat kadının bu özelliğini iyi biçimde kullanması gerekiyor. Hobilerin elbette bir sınırı vardır. Hobi, amaçların içinde duygusal bir çeşnidir. Meselâ evde pişen güzel bir yemek, özensiz bir sofrada tatsız hâle gelebilir. Fakat aynı yemek, restoranda titizlikle dizilmiş bir masada servis yapıldığında daha lezzetli görünür göze. Ancak şunu biliriz ki, insan sofraya masayı seyretmek için değil, yemek yemek için oturur. İşte bunun gibi, yaşadığımız hayatta, görünenlerin ötesinde soyut bir idealin mutlaka olması gerekiyor. Bir insan öldükten sonra nasıl anılmayı ve mezar taşına ne yazılmasını istiyorsa, yüksek ideali odur. Belli bir süre sonra bu hedefin yanında diğer idealler de yer almaya başlayacaktır. Temel gaye unutulmadıktan sonra, amaca giden yolları süslemek fayda sağlayacaktır. Çünkü hedefe gidişi kolaylaştırır. Hobi, "hayata renk ve süs kat-

mak" şeklinde algılanmalıdır. "Zaten yaşıyoruz. Hiç olmazsa zevk alarak yaşayalım!" düşüncesi, hobilerin oluşmasına kaynaklık eder. Yalnız öncelikleri ihmal edip, hobileri gereğinden fazla önemsemek, beyin enerjisinin boşa harcanması demektir.

Eleştiri ve Kadın

Eleştiri, kadın erkek ayırımı yapılmaksızın, kişilik boyutunun devreye girdiği bir durumdur. Obsesif, paranoid ve benmerkezci kişiler, çok eleştiren tiplerdir. Mükemmeliyetçi gruba girenler ise sıfır hata isterler. İdeal olan, insanın kendisine karşı yargılayıcı, başkalarına karşı bağışlayıcı olmasıdır. Varlıklarını odak noktası olarak görenler, başkalarını kritik ederler. Eleştiride kişilik özelliğinin ön plâna çıkmasıyla beraber, kadın ve erkeğin eleştiri alanları farklıdır. Cinsler tenkitlerini, ilgi sahalarında yoğunlaştırırlar.

Sorunla Baş Edebilme Açısından Kadın Erkek Farkı

Sorunlara yaklaşımda, kadınla erkeğin ortak düşünceleri ve ayrıştıkları yönler vardır. Bunu belirleyen faktör, her iki cinsin güçlü ve zayıf olduğu alanlardır. Hayat, kadın ve erkeğin tamlığına dayanır. İki cinsin biyolojik farklılığı, onların olayları değerlendirmelerine yansır. Bir insan burun burna geldiği tehlikeye, sahip olduğu donanımla, yani elindeki silâhla karşılık verir. Erkek gibi kadın da, sorunla mücadele ederken temel özellikleri aracılığıyla savaşını sürdürmektedir.

İnsanlık tarihi içinde endüstri devrimine kadarki süreçte fiziksel gücün önemli olduğunu görüyoruz. Kol kuvveti, askerlik, demircilik gibi mesleklerin değerli olması, fizikî gücü biyolojik olarak üstün olan erkeği toplumda egemen kılmıştır. Sanayi devriminden önceki dönemlerde erkek egemenliğinin sebebi, genetik algoritmadır. Kol gücünün önemli sayıldığı o yüzyıllarda biyolojik eğilimleri sebebiyle fiziksel gücü yeterli olmayan kadın, erkek egemen anlayışla yaşamıştır. Konfüçyüs'e göre, kadının erkek üzerinde gücü

olmamalıdır ve bu, insanlığın yararına değildir. Aynı düşünce Batı felsefesinde de görülmüştür. Spinoza, "Kadınlar hükümdar değil, uyruk olmalıdır" der. Varlıkların yaşam kavgası esasına dayanan ve güçlünün zayıf olanı eleyerek hayata devam etmesi gerektiğini düşünen, Darwin'le aynı görüşü savunup bunu felsefeye aktaran Niethizce, "Kadın özgürleşmek istiyor; fakat bu, Avrupa'yı çirkinleştirir. Çünkü kadın, hayatı boyunca büyük çocuk olarak kalır. Gerçek insanoğlu erkektir ve kadınlar ara aşamadır" diyor. Materyalist mantık, bu düşüncelere dayanarak kadının özgürleşmesine karşı çıkmıştır.

Kadın özgürlüğünün ortaya çıkışı, akıl, mantık ve muhakeme gibi zihinsel yeteneklerin insanlar arasında konuşulmaya başlandığı endüstri devrimine rast gelir. İnsanlığın gelişim aşamalarında fiziksel gücün saltanatına zihinsel güç oturunca toplumsal gerçekler de değişmiştir. Yirminci yüzyılda üstünlük atfedilen akıl ve bilime yirmi birinci yüzyılın gücü sayılan duygular eklenince durum değişti. Duygusal zekânın keşfi, his bakımından kadınların erkeklerden üstün olduğu sahayı ortaya çıkardı. Peki duygusal üstünlük kadınlara ne kazandırıyor? Duygusal üstünlük, onlara hislerini kullanma avantajı sağlıyor. Bu avantaj insanlık tarihi içinde kadının toplumsal rolünü güçlendirdi. İnsanlığın şu anda en çok ihtiyacı olan şey, aklı kutsallaştırma sonucunda artan kan, bencillik ve nefretin yerine sevginin yayılmasıdır. Yumuşak ve hoşgörülü eğilimler, insanlığı huzur ve barışa götürecektir. "Kadınlar sevgiyi yaygınlaştırmak için yaratılmıştır." tezi, bu eğilimlerin kadının fıtratında bulunduğunun delilidir. Sevgi ve hoşgörünün dünyaya hâkim olması, kadınların dünya yönetiminde daha çok söz sahibi olması demektir. Acımasızlığın ortadan kalkmasıyla ilgili duygusal eğilimleri karşılayabilecek talep, kadınlarda daha baskındır. Bu da kadınların sorunlara yaklaşma biçimini etkiliyor ve problemlere uzlaşmacı bir bakış açısı getirmelerini sağlıyor. Kadınlar bu becerilerini iyi yönde kullanabilirlerse, dünyanın içinde bulunduğu zor meselelere çözüm yolu bulabilirler. En iyi örneğini aile içi ilişkilerde gördüğümüz şekliyle kadınlar, sorunları duygusal yorumlarla çöz-

meye çalışıyorlar. Bu konuda aykırılıklar olmakla beraber, istisnalar kaideyi bozmaz. Bu cinsin romantik ilgilerinin fazla olması, sosyal becerilerine sevimlilik ve sıcakkanlılık özelliklerini katmıştır. Anaokulu çocukları üzerinde yapılan bir araştırmaya göre, kız çocukları erkek çocuklarına göre daha cana yakın ve şirin iken, erkek çocuklarının kızlara oranla saldırgan ve tek başına iş yapma özellikleri dikkat çekiyor. Esasında bu araştırma sonucu, genetik eğilimleri ortaya koyuyor; ama durum, toplumsal şartlanmalar ve öğrenmeyle değişebiliyor. Meselâ erkek çocukların arasında büyüyen bir kız çocuğunda saldırganlık eğilimi baş gösterirken, kız çocuklarıyla fazla zaman geçiren bir erkek çocukta da sıcakkanlı ve sevimli olma özellikleri artabilir. Burada şu sonuca varabiliriz ki, toplumsal öğrenme genetik eğilimi artırabilir.

Kadın herhangi bir soruna estetik ve duygusal paradigmalarla yaklaşırken, erkek mantık referansıyla hareket eder. Kadınlar duygusal ön yargıya çok yatkındırlar. Bu da sosyal hayatta, bilhassa evlilikte kadın erkek arasındaki problemlerin en önemli sebeplerindendir. Kadınlar sevmedikleri bir insana kötü diyebilirler. Hatta o insanı doğru dürüst tanımadan silip atabilirler. Fakat hoşa gitmeyen her şey yanlış değildir. Sevmek, ilişkilerde önemli bir etkendir, ama herhangi bir olayı değerlendirirken sevgi tek parametre olmamalıdır. En iyi insanda bile kötü özelliklerin varlığını, en sevimsiz insanın dahi iyi tarafları olduğunu bilerek ve hatırlayarak davranmak gerekir. İnsan herhangi bir olayı bir tek pencereden bakarak değerlendiriyorsa, hata yapma ihtimali yükseliyor demektir. Özellikle iş ve ülke yönetiminde duygusallığa yer yoktur.

İnsanların sorunlara yaklaşımlarını, eğitim sistemi, toplumsal kültür, aile yapısı ve hayat felsefesi belirler. Kadınlarda koruma içgüdüsü fazla olduğu için, eşi, çocuğu, kardeşi gibi çok yakın insanlarla ilgili sorunla karşılaştıklarında ilk tepkileri "yapılan hatayı ona yakıştırmamak" şeklindedir. Özellikle çocuğuyla alâkalı bir problem intikal ettiğinde, annelik içgüdüsüyle davranıp tarafsızlığını kaybederek, "Benim oğlum böyle yapmaz." şeklinde bir yaklaşıma gire-

bilir. Benzer bir tutum, kocasıyla ilişkilerinde de geçerlidir. Hatayı eşine yakıştırmaz ve bunu yaşayabilir.

Kadınların sorun karşısında duygularıyla hareket etmek gibi genetik bir eğilimleri vardır. O yüzden kadınlardaki acıma duygusu erkeklere oranla daha baskındır. Bu tesir sebebiyle kadınların zalim olması zordur ve onların zalim olması kural değil, bir istisnadır. Fakat hakkı olana hakkını vermemek şeklinde bir zalimlik yapabilir kadınlar. Meselâ kurt girer de bir sürüyü parçalarsa, o kurda şefkat beslemek, bir çeşit zulümdür. Bu durumda kurdu affetmek, başka kuzuların zarar görmesi demektir. Kadınlar, "şefkatin yanlış kullanılması" şeklinde bir haksızlık yapabilirler. Bilhassa bu, kadın yöneticilerin yapabileceği muhtemel hatalardandır. Fakat dünyanın sevgiye, sıcak ilişkilere ihtiyacı olduğu bir zamanda kadının müspet niteliklerinin öne çıkarılması ve toplum adına yararlanılması gerekmektedir.

Kadınlardaki acıma duygusu erkeklere oranla daha fazladır. Kadında annelik, erkekte avcı doğası vardır. Erkeğin avcı doğası, saldırgan ve dışa dönük tabiatıyla birleşince, onu korkuya karşı dayanıklı yapmıştır. Buna mukabil kadının, yaratılışı gereği korkuya karşı direncinin daha az olduğunu görürüz. Kadının korku eşiği düşük olmalıdır ki, en ufak bir tehlikeyi dahi algılayıp çocuklarını koruyabilsin. Kadındaki kaygı düzeyinin yüksek olması sonucu, koruma içgüdüsü harekete geçer ve çocuğa karşı fazla müdahaleci olmaya başlar; 60 dakikanın 59 dakikasını, çocuğunu düşünerek geçirir.

Erkeklerde sorunu küçültme, kadınlarda ise büyütme eğilimi vardır. Erkek sorunu küçültmek ister; çünkü sorun büyürse, kendini suçlu hisseder. Bu durum bilhassa çocuk eğitiminde ve evliliğin devamı konusundaki kararlarda geçerlidir. Erkek yeniliklere açılmamış ve kendisini geliştirmemişse, sorunları ertelemeye ya da kaçmaya çalışır ki bu da meselenin büyümesine sebep olur. O böyle davrandıkça kadın, sorunu "erkeğin yetersizliği" gibi yorumlar ve daha fazla ilgilenmeye başlar. Bunun sonucunda çatışmalar yaşanır.

Erkekler, özellikle çocukları hata yaptıklarında, önce kendilerini suçlu hissederler. Başlangıçta inanmazlar—ki bu şok dönemidir; inkâr yaşanır. Ardından kabullenme gelir. Arada bir kuluçka dönemi vardır. Kabullendikten sonra ise çözüm araştırır. Aslında erkeğin soruna yaklaşım tarzı ve problem çözme yöntemi genellikle budur. Ama bir erkek kendini geliştirmiş, hayatına duygusallık katmışsa, aynı şekilde kadın da hadiselere mantıklı yaklaşımlar sergileyebiliyorsa, soruna ilk tepki genetik faktörlerin etkisiyle olsa bile, sonrasında her iki taraf da daha iyi çözümler üretecektir. Erkekler istemedikleri bir durumla karşılaştıklarında, acımasızca davranıp, "Silip atarım!" şeklinde bir tepki gösterebilirler. Fakat sevgi kapasitesi gelişmiş bir erkek, daha sonra düşünür, şefkatle, yaptığından üzüntü duyarak, kaybetme ihtimali olan şeyi kurtarmaya çalışır. Bu tıpkı şuna benzer:

Bir yerde yara çıktığı zaman cerrah hemen kesip atmak ister. Ama dâhiliyeci onu ameliyatsız, ilâçla kurtarmaya çalışır. İç hastalıkları uzmanları dokulara saygılı bir yaklaşım biçimi sergilerken, cerrahlar daha agresif bir tutum takınırlar. Oysa hekimlikte agresif bir bakış açısı yerine, dokulara saygılı hekimlik anlayışı ağır basmaktadır.

Herhangi bir sorunla karşılaşıldığında gösterilen ilk reaksiyon duygusal da olsa, daha sonra "dur-düşün-tepki ver" formülüyle hareket edilmesi şarttır. Düşünmeden davranmak eğilimi, kemâle erememiş zihinlerin sergilediği bir tavırdır. Erkekte gelişmemiş duygusal tepki acımasızlık, kadında ise aşırı koruma şeklinde tezahür eder. Meselâ uyuşturucu bağımlısı çocuğuna "Aman o üzülmesin!" diye kendi eliyle esrar veren anneler var ki, çocuğunun ileriki safhalarını düşünmeyip, onun her istediğini yaptığı zaman annelik görevi yaptığını zannediyor. Bu, şefkat duygusunun suiistimâlidir. Çocuk böylece benmerkezci, zevk tuzaklarına düşkün, şımarık bir varlık hâline gelir. Annenin, yani kadının bu fazla korumacı tepkisine karşılık baba, "Madem böyle bir yol seçti, o hâlde ölsün gitsin daha iyi!" diye düşünür. Bu derece acımasız olabilir. Fakat daha sonra iç uyarı sistemi harekete geçer ve "Bu benim çocuğum. Benden bir parça, hata yaptıysa bu hatada mutlaka benim de payım var." di-

yerek vicdani sorgulamaya girer. Bu yaşantılar herkesin psikolojik gelişimine fayda sağlar.

Unutulmaması gereken şudur ki, insan bir konuda karara varırken, önündeki seçeneklerden eleme yaparak neticeye ulaşır. Bu sebeple iyi bir karar için eldeki veri sayısının fazla olması gerekmektedir. Yirmi-otuz verinin yardımıyla ulaşılacak yargı, beş-altı veriyle ulaşılacak yargıdan elbette farklı olacaktır. Muhakeme gücünü iyi kullanan insan, çok bilgi toplayarak karar verir ve böylece hata riski azalır. En isabetli kararlar profesyonel yardım almak, bilene danışmak, geçmiş tecrübelerden faydalanmak gibi yaklaşımlarla verilir.

Bu konuda şöyle bir soru akla gelebilir:

Karar mekanizması çalışırken, duygu ve akıl, terazinin kefesinde nasıl bir ağırlığa sahip olmalı?

Doğru hükümlere imza atmada his ve mantık oranı yarı yarıya, yani %50'lik dilimler hâlinde olursa, kişileri mutlu edecek sonuçlar ortaya çıkacaktır. Akıl ve duygu birbirine alternatif değil, hemen her olayda birbirini tamamlayan iki unsurdur. İnsanı duygusuz bir varlık gibi görürsek, kendi çıkarına tapmaya başlar. Hümanizm, bunun en açık örneğidir. Bu düşünce akımı insanı o kadar kutsallaştırdı ki sonunda kendisine tapmaya kadar götürdü. Duygudan yoksun olarak yalnızca mantık referansına dayanan materyalizmde, insanın yaşlandıktan sonra terk edilmesi gerektiği fikri ortaya çıkmıştır. Diyalektik materyalizmdeki çıkara dayalı, zayıfların yok edilip güçlülülerin ayakta kalması felsefesi kabul edildikten sonra, eksik ve zayıf doğan çocuklar ya da yaşlılar ölüme terk edilmeli, düşüncesi yerleşti. Bu, duyguların yok sayılıp, mantığın kâr zarar ilişkisiyle her şeyi görmesi demektir. Bu düşünce, geçmiş yüzyılın doğrusuydu ama bu yüzyılın sonlarına doğru bu görüş değişti, hatta çöktü. Aklın her şeyi halledeceği düşüncesi, yerini duygu ve mantık birlikteliğine bıraktı. Mesele, her iki melekenin de dengeli biçimde kullanılmasından geçiyor. Önümüzdeki on yıllar, hislerin insan hayatında daha önemli rol oynadığı yıllar olacak. Geçmiş çağlarda sadece duygunun

ön plâna çıktığı zamanlar oldu. Son 200 yılda ise akılla hareket etmek önemli sayılıyordu. Fakat görünen o ki, akıl ve kalbin birlikteliği önümüzdeki yıllarda belirginleşecek. Bunun sonucunda erkek ile dişinin tamlığı ortaya çıkacak ve insanlığın gelişiminde önceki nesillere göre ileri bir aşamaya geçilmiş olacak. Bu da âdemoğlunun daha az kan dökerek, şimdikinden olgun, kaliteli ve barışçıl bir dünyada yaşamasını sağlayacak.

Sorun Çözme ve Benmerkezcilik

İnsan doğuştan benmerkezcidir. Meselâ çocuk kendisini dünyanın odak noktası olarak görür. Önce "annem ve ben" der. Geliştikçe özellikle ergenlik döneminde "ben" demeye ve ebeveynini, yaşadığı çevreyi beğenmemeye başlar. Farklılığını vurgulamak ihtiyacındadır. Bunlar doğal süreç içinde gelişir. Kendisini kâinatın merkezinde gören insan, problemin kaynağını üstlenmez ve sıklıkla projeksiyon savunma mekanizmasını kullanır. Fakat hayatı tanıdıkça bütünün bir parçası olduğunu görür. İnsanoğlu, geçmiş çağlarda projeksiyon savunma mekanizmasını kullanmaksızın, sorunların kaynağını kendisinde arayabiliyordu. Bu çağdaki insanlara özellikle Freud'la birlikte bireysellik adı altında benmerkezcilik özendirildi. Sorunları dışa vurma, kendinde aramama eğilimi, daha çok benmerkezcilikten ve üstünlük duygusundan kaynaklanıyor. Teşvik edilen özseverlik, insanın kendisini kusursuz bir varlık olarak kabul etmesine yol açtı. Kendini tanıyıp geliştirmek yerine başkalarını, dolayısıyla dünyayı değiştirmeyi seçti. Çünkü insan yarışıyordu ve kendini kusursuz görecekti ki, bu yarışta başarılı olsun. Varlık, içgüdüsel eğilimleri, dürtüleri ve üstünlükleriyle vardı. "Bu ortamda kendini ahlâklı, yetersiz ve alçak gönüllü görmek zayıflıktır!" diye düşünüldü. Çünkü böyle bir insan, yarışmacı dünyada kaybetmeye mahkûmdu. Bu düşünce yapısı, ahlâkî değerlerin yozlaşmasına sebep oldu. Böylece problemlerin sorumluluğunu dışarıda, başkalarında arama eğilimi ortaya çıktı ve dünya barışı zarar gördü. Şiddet ve boşanmalar arttı. Eğer nükleer güç olmasa dünya savaşı çıkacaktı. Bu sorunları çözmek için bugüne kadar

psikanalizde çok fazla üzerinde durulmayan kavramlar ortaya atıldı. Öz bilinç, öz denetim, uzlaşma, ümit duygusu, empati yapabilme gibi... Başkasını değil, kişinin kendisini değiştirme süreci devreye girdi.

Bu çağda yaşayan insan, eski çağlara göre kendini çok daha üstün ve özel görmektedir. Narsistik eğilimler sonucu en iyi elbiseye, en iyi arabaya, en lüks yaşam standardına lâyık olduğunu düşünüyor. Fakat bu yüksek ideali elde edemeyince, narsistik yaralanma yaşıyor. Neticede depresyon ortaya çıkıyor. Bu çağda depresyonun altında yatan ilk sebep, beklentinin yüksek olmasıdır. Bir diğer psikolojik dinamik ise, ekonomik zorluklar karşısında dayanışmanın zayıflamasıdır. Ayrıca yalnızlık da depresyonun artışında ciddî rol oynamıştır. İşi kötü giden birisine, eskiden olduğu gibi aile, arkadaş ve dost çevresinden toplumsal destek gelmiyor. Batan bir tüccara herkesin arkasını dönüp gitmesi, sosyal dayanağın zayıflaması, insanlardaki yalnızlaşmayı artırdı. Yalnızlaşma konusunda dikkate alınması gereken bir diğer husus da, teknolojik yenilenmedir. Teknik gelişmelerin bu derece hızlı yaşanması, insanların sessizleşmesine ve içine kapanmasına sebep oldu. Bunlar, yaşadığımız çağın çözüm gerektiren, önemli psikolojik sorunlarıdır.

Sorun ve Sorumluluk

Yirmi birinci yüzyıl insanı, öz güven sahibi olmakla kibirli olmayı birbirine karıştırdı. Oysa öz güven ile gurur tamamen farklı şeylerdir. Kibirli insan, kendini başkalarından üstün, önemli ve özel görür. Bir yöneticinin bulunduğu iş yerinde gururlu olması, esasında gurur değil, vakardır. Bu, çalışma ahenginin kurulması ve işin disiplinli yürüyebilmesi için gereklidir. Ama aynı kişinin iş yerinde çalışanlarına sergilediği tutumu ev halkına da uyarlaması, gururdur. Sosyal hayatında alçak gönüllü olması gereken kişi, iş hayatında ve makamında işletmenin gereğine göre davranmak mecburiyetindedir. İş yaşamında fazla yufka yürekli olması hâlinde, düzeni sağlayamadığı için iyi bir yöneticilik yapamayacaktır. Farklı sosyal statüler, değişik davranış biçimlerini gerektirir. Bir şey basitken tek tiptir. Meselâ anne kar-

nındaki çocuk embriyo iken bütün hücreler birbirine benzer. Ama hücreler büyüyüp geliştikçe göz ve deri farklılaşır, kol ve bacak sinirleri belirmeye başlar. İnsanlık da böyledir. İlk insanlar birbirine benzer, ama toplum geliştikçe, çoğulculuk ve çeşitlilik ortaya çıkar. Daha çok zevk, daha çok renk, daha çok özellikle karşılaşılır. Rahatlıkla söyleyebiliriz ki, çok kültürlülük, gelişmişlik işaretidir. Çoğulculuğu tolere edebilmek, çağdaşlıktır. Çeşitliliğe tahammül etmemek ise, ilkellik... Toplumların gelişebilmesi için, çoğulculuğun teşvik edilmesi gerekiyor. Amerika'nın çok kültürlülüğü önermesinin sebebi de budur. Farklılıklara, "Siz bizim zenginliğimizsiniz." denilebilirse, çağın ritmine uygun davranılmış olur. İnsanların ve toplumların sorunlarını çözerken, iç ve dış dünyayla ilgili gözlem yapmaları, varlıklarını geliştirme çabası içinde olmaları, onların kendilerini tanımalarına da yardımcı olacaktır.

Paranoyada, projeksiyon savunma mekanizması kullanılır. Bu mekanizmada, bir mesele olduğu zaman onu dışarı yansıtarak kendini rahatlatma eğilimi vardır. Projeksiyon savunma mekanizmasını kullanan insan, sorunu önce inkâr eder. Ama ortada bir problem vardır ve bunun nereden kaynaklandığına cevap vermesi gerekmektedir. Neticede sorun başkasına projekte edilir ve kişi mes'uliyetin kendisinde olmadığını düşünür. Böylece, yaşanan olayda karşı tarafı sorumlu tutar. Hadiselerin yükümlülüğünü kendi davranışında aramaz. Bu savunma mekanizması kolay olduğu için her çağda kullanılmıştır.

İnsan var olduğu günden bu yana içinde yardımseverlik, fedâkârlık ve yaratılmışları sevmek gibi iyi; yalancılık, çıkarcılık, dedikodu yapmak gibi de kötülüğe meyilli güçler taşır. Fakat yaşadığımız çağda, insandaki kötücül güçler yok sayılmış ve onların dışarıdan geldiği, sonradan öğrenildiği düşüncesi geliştirilmiştir. Bu, insan beynindeki başkalarına zarar verecek nitelikte kuvvetleri inkâr etmektir. Kişi, hoşa gitmeyen taraflarını inkar ettiği ve "Ben iyi bir insanım." dediği zaman gurura kapılmış oluyor. Oysa düşünülmesi ve söylenmesi gereken şey, "İyi bir insan olmaya çalışıyorum, ama iyi miyim, değil miyim bilmiyorum. Be-

nim bulunduğum durumu, başkası daha tarafsız değerlendirir." demektir. Kendisinin iyi olduğunu düşünen insan, kusurlarını göremez ve hatalarının sorumluluğunu başkasına yansıtır. Ayrımcı davrandığı için de sonuçta çatışma çıkar.

İnsan özelinde böyle olan durum, toplum özelinde de farklı değildir. Meselâ erkeklerin %80'i karşı cinsten birisiyle zaman geçirirken, onu cinsel obje olarak düşünür ve çıplak şekilde hayal eder. Fakat beyne gelen bu dürtüyü bir başka erkekten duyduğu zaman, karşısındakini ayıplar ve bu düşünceyi toplum içinde ifade etmeyi kendisine yakıştıramaz. Kıskançlık duygusunda da benzer şeyler yaşanır. Kıskançlık, insanların çoğunda olmasına rağmen, kişide en çok suçluluk uyandıran hislerden birisidir. Bu sebeple, kimse kıskanç olduğunu söylemek istemez, hatta aleyhinde konuşur. Aynı şekilde, içinde sahtecilik eğilimi taşıyan kişi, bu dürtüyü bastırmak için her tarafta dürüstlük nutukları atar. Burada önemli olan bu meyillerin farkına varıp onları kontrol altına almaya çalışmaktır. Fakat Batının bize sunduğu değerler sisteminin etkisiyle içimizdeki menfilikleri inkâr etmek istiyoruz. Çünkü iyi olduğuna inanan insan kendisini güvende hissediyor. Fakat bu güvenin yapay olması, ilişkilerde düğümler meydana getiriyor. Yardımseverlik azalıyor, kendini üstün görmeler artıyor ve bunun sonucunda yalnız insanlar çoğalıyor. İnsanlardaki kendini beğenme ve "iyi olduğuna inanırsa iyi olacağını hissetme" felsefesi, onları yalnızlığa itmekle kalmıyor, aynı zamanda ruhsal bozuklukların artmasına da yol açıyor. Hâlbuki insan, içindeki kötücül güçleri kabul edip onunla savaşırsa iyi insan olur. Bu noktada orta yol, kişinin kendini diğer insanlardan üstün veya aşağı görmeden nesnel bir biçimde bakmasıdır. Bu bakış açısı, insanın gurur ve kibre kapılmasını engeller. Gerçek alçak gönüllülük budur. Çünkü her insan orijinaldir. Etrafımızda "gerizekâlı" gözüyle değerlendirdiğimiz, en debil, embesil insanın bile benzeri yoktur. Zaten orijinallik, eşi ve benzeri olmamaktır. O hâlde özgünlüğe saygı duyulmalıdır; çünkü herkes tektir. Bu bilinçle hareket eden kişi, insanî münasebetlerinde nesnel olur, ayırımcılık yapmaz

ve empatik davranabilir. İnsanın kendini tanıması, başkalarını da tanıması bakımından çok önemlidir.

Göç ve Kadın

Göç, psikososyal bir travmadır. Bir insanın bir yerden başka bir yere göç etmesi yaşam tarzında bir farklılaşma meydana getirir ve psikolojik düzeyde yaralanma yaşanır. Değişim, bu acı ve sıkıntının sonucunda ortaya çıkar. Göç yaşayan insanda, bir yakınını kaybetmiş veya sevdiği bir şey hayatından çıkmış gibi matem tepkisi oluşur. Bu tepkinin sonunda çektiği acı, onu değişime götürür.

Göç aynı zamanda sosyal bir acıdır. Yurt değiştirmeden sonra yaşanan kültürel farklılıklar dikkat çekicidir. Köyden şehre göç olgusuyla gerçekleşen şehirleşme süreci, modernizmle paralel bir biçimde yürür. Üstelik bu durum sadece Türkiye'de değil, bütün dünyada aynı şekilde gerçekleşmiştir. "Küçük yerin kanunu büyük olur." diye bir söz vardır. Küçük yerlerde, bilhassa köylerde toplumsal baskı fazladır ve âdeta kast sistemi vardır. İnsanlar, sunulan yaşam kalıplarının dışına çıkmakta zorlanırlar. Fakat kalabalık ortama gelindiğinde bu baskı üzerlerinden kalkar. Bu esnada yeni yere gösterilen alternatif uyum tepkisi gözlenir.

Göç, insan hayatında doğurduğu çelişkilerle de dikkat çeken bir olgudur. Bu durumun kendini gösterdiği alanlardan birisi de evlenme biçimleridir. Meselâ gecekonduda yaşayan kadınlar arasında kaçarak evlenme oranının köydekilere göre daha yüksek olması, yeni mekâna uyum sağlama döneminde yaşanan kimlik kargaşasıyla ilgilidir. Yeni bir kimlik bulma çabası, farklı yönelmelere sürükleyebilir insanı. Tabiî bu arada aile unsuru da önemli. Hep azarlanan, aşağılanan, kendisine değersiz olduğu hissettirilen ve sevgi ihtiyacı karşılanmadan büyütülen kişi, kendisi tarafından sevildiğini düşündüğü bir kişiye veya odağa yönelebilir. Bunun sonucunda yaşanan, kadının özgürleşmesi değildir. Bir kadının gerçek manada serbest olması, baba, eş ya da toplum baskısından kaçmak değil, kendini savunma ve onlarla mücadeleye hazır olmanın çabası içerisinde olmaktır. Çözüm olarak korku ve bastırılmış duygular yerine, cemi-

yet tarafından kabul edilebilir tepkilerin ortaya çıkması gerekiyor.

Ayrıca evlilikle sonuçlanacak kaçmalar, toplum tarafından gizli onay gören tutumlardır. Kaçan bir kız, ailesi tarafından benimsenmese de, çevre tarafından bir nevi onurlu, kimlik ve kişiliğe uygun davrandığı düşüncesiyle desteklenmektedir. Ancak halkın bu tutumu, kaçarak evlenmeyi teşvik etmektedir.

Göçün Duygusal Etkileri

Köyden şehre göç eden kadın, beraberinde getirdiği değerlerini muhafaza ederek ve kimliğini koruyarak şehirleşme çabası içine giriyor. Köy yaşamında erkek, babasının işini devam ettiriyor, komşu kızıyla evleniyordu. Hayat dış dünyaya kapalıydı ve belli kuralları vardı. Fakat bilgi ve iletişim çağındaki erkek, ailesinin kendisine sunduğu hayat tarzıyla televizyonda gördüğü yaşam biçimi arasında sıkışıyor. Küçük bir topluluğun yaşantısı yıldızlı bir şekilde sunulunca, kişi kendisinde yetersizlik ve eksiklik hissediyor. İnsan psikolojisinde bir insanı yönetmek için iki yol vardır: Birincisi onda eksiklik ve aşağılık duygusu uyandırmak, ikincisi de uyandırılan bu duygu neticesinde insanın kendisinden üstün olana benzemeye çalışmasıdır. Dünyadaki kültür propagandası bu şekilde yapılıyor ve insanlar nüfuzlu olana benzemeye çalışıyorlar. Genç bir kız, taşradan şehre geldiği zaman "Modernlik budur." propagandasıyla karşı karşıya kalıyor. Burada yapılması gereken şey, sunulan modeli sorgulamak ve alternatif geliştirmektir. Eskiden insanlar dayatılan örnekleri sorgulamadan kabul ediyordu. Bilhassa Yeşilçam filmlerinde izleyiciye, "Modern olmak istiyorsan bu şekilde olmalısın." diyen kalıplar yerleştirilmeye çalışıldı. Fakat modernizm, 1990'lardaki soğuk savaştan sonra tartışmaya açıldı. Kadınlar, kültürel kimliklerini koruyarak modernleşme yolunu seçtiler. Bu durum, köyden kente göç eden genç kız içinde geçerlidir. Genç kızlar, modernliği anneleri gibi yaşamak istemediler. Özellikle başörtülü kızlar, "Ben annem gibi giyinmek, örtümü onun gibi bağlamak istemiyorum!" dediler. Gençlerin bu isteklerine

siyasî bir anlam verildi, fakat farklı olma isteğinin sosyolojik ve psikolojik alt yapısı olduğu unutuldu. Oysa değişim arzusunun farkına varıldığında yapılması gereken şey, bireysel tercihlerini kişinin kendisine bırakmaktır. Bugün genç kızlara zorla yaşam baskısı yapılıyor. Toplumcu modellerde devlet, lojistik ve stratejik düşünür. Bunun sonucu olarak da insanları başöğretmen edasıyla yönetmek ister. Bunun geçmiş yıllardaki alternatifi aile, baba ya da Orta Çağ Avrupa'sında olduğu gibi kilise baskısı idi. Bizde de diğerlerine benzer şekilde dinî değerlerin baskısı vardır. Dindar birisi, açık birini gördüğünde "Niçin başını örtmüyorsun?" diye baskı oluşturuyor. Genç kız, kendisini o insana karşı eksik ve suçlu hissediyor. Bu da bir toplumsal baskı tarzıdır. Bütün bunlar tartışıla tartışıla insanlar kendilerini geliştiriyorlar. Bu sebeple yaşanan göç olgusundan sonraki kentleşme süreci içinde modernleşmeye verilen anlam ve kültürel kimlik değişti. Gecekonduda, varoşlarda oturan genç kızlar, anneleri gibi yaşamak istemiyorlar ve medyanın kendilerine sunduğu propagandayı da sorguluyorlar. Bununla beraber, ailelerinin dayattığı kimliği de gözden geçiriyor ve şahsî kimliklerini oluşturuyorlar. Gençler böyle bir süreci yaşarken ebeveyn evlâdına yol gösterir, şefkatle yaklaşırsa, değerlerini çocuğuna aktarabilir. Şayet bu tolerans tanınmazsa çocuğun farklı etkiler altında kalmasına şaşırmamak gerekir.

VI. MODA GİYİM

Moda ve Kadın

İnsanın yapısında diğer hiçbir canlıda olmayan bir özellik var ki, bu, giyinme ihtiyacıdır. İlk insandan bu yana örtünme, ayakkabı giyinme gibi ihtiyaçların olduğunu düşünürsek, giyinmek, genetik eğilimlerimizden birisidir, diyebiliriz. İşte bu sebeple insanın ilk evi, elbisesidir.

Hayvanlıktan insanlığa geçiş, elbiseyle olmuştur. Elbisenin türünü belirlemede çeşitli unsurlar olmakla birlikte en önemlisi, dinî değerlerdir. Hatta "kostüm" kelimesi, Fransızcada "gelenek" sözcüğünün karşılığıdır. Kıyafetle kültür arasında çok yakın bağlar vardır. Kıyafetin oluşmasında toplumun arz talep dengesi önemlidir. Meselâ şu anda dünyanın pek çok yerinde insanlar blûcin giymektedir. Blûcin, bir kültürün sembolü gibidir ve özellikle desteklenerek, dünyanın tek kültür olmasında bir yönlendirme aracıdır. Buna karşılık kültürel kimliğini korumak isteyenler, kendi değerlerine abartılı bir biçimde sarılmaktadırlar. Bu konuda kültürlerin yarıştığını söyleyebiliriz. Güçlü olan kültür, diğerlerini kendine benzetmeye çalışmaktadır. Ancak yapılması gereken şey, bir kimsenin kültürünü çağın getirdiği imkânları kullanarak devam ettirmesidir. Birey ve toplum, bu bağlılığı sağladığı zaman ayakta kalabilir.

Moda, kadının bir ilgi alanına hitap eder. Seçilme ve beğenilme duygusu, onun temel psikolojik ihtiyaçlarından bir tanesidir. İşte moda, bu içdürtüsel eğilime hitap eder.

Giyeceklerimizin nasıl olacağını kültürler belirliyor. Yaşadığımız dönemin hâkim moda anlayışı, kadının cinsel kimliğini ön plâna çıkarır biçimde tasarlanıyor. Fakat moda ile teşhirciliği ayırt etmek gerekiyor. Teşhircilik, bir hastalıktır ve kadının kişiliğine değil, dişiliğine dikkat çekmektir. Dişiliğini ön plâna çıkardığı zaman, toplumda var olacağını hissettirmektir. Bu da erotizm ve kadının cinselliğinden çıkar sağlamaktır. Bu sebeple bir kadının kadınsılığıyla dikkat çekmesi, onun toplumsal rolüne zarar veriyor.

Günümüzde modernleşme algısı erotizmle bir görülüyor. Moda unsuru, âdeta kadının "cinsel tüketim objesi" gibi düşünülmesi anlamını taşıyor. Kadının bedeni üzerinden ekonomik sömürü yapılmasını "modernleşme" olarak algılamak doğru değildir. Otomobil reklamlarındaki hedef kitle erkekler olmasına rağmen, tanıtımda kadınlar kullanılıyor. Demek ki kadının ekonomik olarak sömürülmesi söz konusudur. Kadın onuruna zarar veren bu davranışa, kadın hukukunu koruyan hareketlerin izin vermemesi gerekir. Erkeklerin hizmetine sunulan kadın imajı, onaylanması mümkün olmayan bir görüntüdür. Gazetelerin "arka sayfa güzelleri," toplumda kadına olan saygıyı azaltan bir unsurdur. Kadının cinsel kimliğinin kitlesel tüketime sunulması, kadın hakları açısından mutlaka tartışılmalıdır.

Kadındaki Beğenilme Duygusu

Antropolojik açıdan değerlendirildiğinde, insan dışındaki diğer canlılar arasında erkek olanlar daha süslüdür. Tavus kuşu ya da erkek aslanlar gibi... Fakat insanlardaki gösteriş ve çekicilik, dişide, yani kadında toplanmıştır. Bedensel olarak baktığımızda kadın yumurtası olan ovum sabittir. Binlerce sperm, ovumun etrafına gelir ve bir tanesi onu seçerek başarılı olur. Kadın seçen, erkek seçilen durumundadır, ama iki cins arasında bir yarış vardır. Yarışı, güçlü ve hareketli olan kazanır.

Evrimsel psikoloji penceresinden bakıldığı zaman kadının sevimli, çekici ve beğenilen olması, insan neslinin devamı için gerekli bir kuraldır. Kadının, alternatifleri arasın-

daki en iyi adaya ulaşması ve onu elde edebilmesi, güzel özelliklerinin ortaya çıkmasıyla mümkündür. Böyle olmazsa kaliteli adayı elde edemez. Kadının kendini güzelleştirmesiyle ilgili doğal bir eğilim vardır, fakat eğilimin sınırları önemlidir. Bu meylin doğurduğu ihtiyacı, uygun yerde, uygun zamanda ve uygun eşle karşılaması gerekiyor. Ayrıca bu arzunun devamlı değişikliklerle sürdürülmesi icap ediyor. Bu durumu, insan biyolojisinden örneklere benzetebiliriz. Meselâ embriyoda ilk hücreler birbirine benzer, fakat hücreler geliştikçe çeşitlilik artar. Üreme ve gelişim, çoğulculuğu da beraberinde getirir. İnsan psikolojisi de böyledir. Kişi lezzet duyduğu bir şeyi hep aynı şekilde alırsa usanç hisseder. Fakat zevk duyduğu şey farklı biçimlerde sunulduğu zaman, aynı haz devam edebilir. Moda, kişideki farklı dürtü ve ihtiyaçları gidermek amacıyla ortaya çıkmıştır. Yapılması gereken şey, modaya karşı çıkmak yerine onu doğru şekilde yönlendirmek olmalıdır.

Kültürlerin yaşaması ve doğru bir biçimde yarışı, her kültürün kendi stilist veya modelistini ortaya çıkarmasıyla oluşur. Bu aynı zamanda ülkelerin millî değerlerinin yaşamasını sağlayacaktır. Moda, kadınların giyinmek, güzel görünmek gibi duygusal ihtiyaçlarına hitap ettiği için onu hayattan çıkarmamız zordur. Ancak moda, belli kalıplar içinde tutulup iyi noktalara kanalize edildiği zaman, kişi, kimliğini koruyarak özgürleşmiş olacaktır. Hem toplumun kültürel kimliğini, hem şahsî değerlerini korur, hem de özgürleşir. Bu da herkesin kendi stilistini yetiştirmesiyle olabilir. Böyle bir yaklaşım, insanın ve toplumun kendisine saygısını da ifade eder. Geleneksel değerlerin izlerini taşımayan bir giyim tarzı, halkın eksiklik ve yetersizlik duygusu içine girerek asimile olmasına sebebiyet verir. Bilhassa öz güveni zayıf kişiler, daha güçlü olana benzemeye çalışarak kendi noksanını tamamlamak gayretindedir.

Burada unutulmaması gereken şey, değişim ile başkalaşım arasındaki farklılıktır. Değişim, insanın kendi kültürünü koruyarak yeni şartlara uyum sağlamasıyken başkalaşım, kişinin öz kimliğini değiştirip diğeri gibi olmasıdır. Tercih edilmesi gereken, başkalaşım değil, değişimdir.

Kuşak Çatışması

Kuşak çatışması, yüzyıllardır var olan bir kavramdır. Bundan binlerce yıl önce yazılan Mısır papirüslerinde bile baba oğul arasındaki kuşak çatışmasıyla karşılaşıyoruz. Kuşak çatışması, insanın öğrendiği doğruların, sosyolojik süreçte değişmesi ve sorgulanması sonucu ortaya çıkan bir şeydir.

Kuşak çatışmasını en az dozda yaşamak için, insanın değişebilme yeteneğinin olması gerekiyor. Bu çağın en büyük özelliği, zaman baskısı ve hızdır. Yüz sene önce elektrik olmadığı için hız da yoktu. Endüstri devrimiyle beraber, insanlık çok ciddî bir değişim yaşadı; öyle ki geceleri kullanmaya başladık. Böylece insanlar kendilerine daha az, çalışmaya daha çok vakit ayırdılar. Bunların sonucunda da toplumsal yapı değişti, stres düzeyi yükseldi ve kültür etkilendi. Değişim sürecinde yeni duruma ahenk sağlayabilenler ayakta kaldılar ve kalıyorlar. Uyum sağlayamayanlar ise, tarihin çöp sepetine atılıp gidecekler.

Bizim yaşadıklarımıza benzer bir durumu böceklerin dünyasında da görmek mümkün. Ormanlardaki böcekleri yok etmek için kullanılan zehirli ilâçlar, yeşil alanları kurutuyor. Tabiattaki denge içinde, orman zararlılarını kuşlar tüketiyor. Bir kuş yavrusu büyüyünceye kadar 15 bin civarında böcek yiyor. Bu da fazla böceklerin yok olmasını sağlıyor. Fakat kuşlar azaldığı zaman böcekler çoğalıyor ve orman zarar görüyor. Kuşların doğal biçimde yaptığını sağlamak için kullanılan ilâçlar, içme suyuna karışarak böceklerden daha fazla zarar veriyor. Ayrıca böcekler, kendilerine verilen kimyasallara karşı bir-iki nesil sonra genetik direnç kazanıyorlar ve ilâçlar artık tesir etmiyor. Böylece yetkililer ilâç dozunu yükseltiyorlar ve bir kısır döngü yaşanıyor. İşte, insan için de durum böyle. Kişi, kendisine dayatılana karşı savunma ve direnç geliştiriyor. Fakat bir şey özendirilerek sunulduğunda, baskıya gerek kalmadan değişim talebi oluşabiliyor. İnsanın elinde, sunulan değerlerin sahip olduğu kültürel kimliğe ne derece uyduğunu tespit etmek için başvuracağı kültür ölçeğinin olması önemlidir. Kimliğine müdahale edilen bir çocuk dahi olsa, kültürel bilinç yerleştiğinde

kendini koruyabilir. Fakat insanın varlığını tanımlayan nitelikler bütünü yoksa, inandığı doğrular rahatlıkla değiştirilip bir müddet sonra özendirilen topluluğun üyesi hâline getirilebilir.

Kadın ve Giyim Şekli

İnsanın giyim tarzı, savunduğu sosyal doğrularla yakından ilgilidir. Kadınlar, özgürleşme taleplerini kıyafetleriyle ifade ediyorlar. Kadın üniversite ortamında veya protokolün içinde giyineceği kıyafetin seçimini, kendisini konumlandırdığı nokta üzerinden yapıyor.

Modanın şekillenmesinde toplumsal arz talep dengesi rol oynar. Tabiî bireysel tercihlere tanınan şans sayesinde... Yalnız, giyimdeki çeşitliliğin tartışılıp konuşulabilir olması, "A giyim tarzı, B giyim tarzından üstündür." şeklinde bir dayatmayla karşılaşırsa, kadına saygısızlık edilmiş olur. Burada kadının, şahsî tercihini "başkasına zarar vermemek" titizliğiyle belirlemesi gerekiyor. Özgürlüğün sınırı, karşımızdakinin haklarına duyarlı olmaktan geçer. Kadın özgürleşirken erkeğe zararı dokunursa, yaşanan, özgürlük olmaz. Bu konuda şu ana kadar tartışılanlar, ortası bulunacak sürecin basamaklarıdır.

Kadının Modernleşmesinin ve Özgürleşmesinin Sınırları Ne Olmalı?

İnsanlığın genel manada özgürleşme isteği, kadının bu hususlaki taleplerine yansımıştır. Üzerinde durulması gereken konu, modern kadının serbest olma arzusunun nasıl şekilleneceğidir. Toplumsal kurallar, gelenekler ve dinî değerler, bu hususlaki belirleyicilerdir. Bütün bunlar ortaya bir kurallar sistemi çıkarıyor.

Modernizm kadına özgürlük getirirken, bazı risk alanları da ortaya çıkardı. Kadın üzerinden politik ve ekonomik sömürü yapıldı. Cumhuriyet projesinde kadın hem önemli bir aktör hem de modernleşme çerçevesinde öncü oldu. Mademki kadının toplumsal rolü bu kadar kuvvetlendi; iki cins arasında eşitsizlik olduğu söylemi nereden kaynaklanıyor? Bir kadın hem modern, hem dindar olmak isterse ne

yapabilir? Bir insanın modern olması için dinden vazgeçmesi mi gerekir? Dinden vazgeçmeden modern olabilir mi? Kişinin seçeceği yaşam tarzına kendisi mi, kastlar mı, yoksa bir cemaat mi karar verecek? Bu sorulara cevap bulmak için, kadının modernleşmedeki rolünü sosyolojik süreçler hâlinde değerlendirmek gerekecektir. Görünen o ki, insanlara yaşam tarzı sunulmaktadır.

Feodal yapıdaki toplumlarda insanın hangi yaşam tarzını seçeceğine, belli bir kültür grubu karar veriyordu. Kast baskısını, kadının özgürleşmesinin önünde ciddî bir engel olarak görmek mümkündür. Fakat şu anda kastların kararları yerine bireysel tercihlerini yaşayabiliyor kadın. Bu çağda dünyaya hâkim olan küreselleşmenin merkezine, daha önceki dönemlerde semavî dinlerin esintisi, ondan evvel de pagan kültürü oturmuştur. Küreselleşme, dünyanın önem sırasını değiştirdi, "Yerkürede bir tek medeniyetin olması kaçınılmaz mı?" tartışmasını doğurdu. Globalleşme dünyanın "üçüncü dalga"sı olarak kabul edilirken bu dalgaya "Yerel olmadan küresel olunmaz." teziyle karşı duruluyor. Evrensel olmanın yerel kimliği koruyarak gerçekleşeceğini savunan gruplar ortaya çıktı. Bu iki görüşün tartışma alanında temel aktör, "kadın"dır. Kadının özgürleşmesi, modernleşmenin en önemli dinamiği oldu. Bu sebeple, kültürel kimliğini koruyarak modernleşmek isteyen kadınlara aşırı derecede tepki gösterildi. Mutlaka bilinmelidir ki, temel modernleşme projesi kadın üzerine yerleştirilmiştir. Bu durumda dengeleri bozmamak için şu soruların tekrar sorulması gerekiyor:

Kadın erkek eşitsizliği geleneklerden mi, biyolojiden mi, psikolojiden mi, yoksa dinlerden mi kaynaklanıyor?

VII. ÇALIŞMA HAYATI

Kadının Çalışma Hayatı İçindeki Rolü

Tarihî açıdan bakıldığında, kadının en güvenli yerinin evi olduğu görülür. Meselâ Çin'de, 10 yaşına kadar kız çocukları dışarı çıkarılmazmış. Erkek çocuğu doğduğunda ipek bir kumaşa sarıldığı hâlde, kız çocuğu ucuz bir kumaşa sarılırmış. Manas Destanında, "Kız çocuk doğduğunda otağını ayırın. Erkek çocuk doğduğunda daha iyi bir otağa gitsin." tarzında, kız ve erkek çocuk ayrımı yapan pek çok ibare vardır. Bu ayrımın sebebi kültüreldir. Bu farklı bakışı kaldıran ilk kişi, Ahmet Yesevî Hazretleridir. Kadına toplumda öğretmenlik veya eğiticilik rolü o dönemde ilk defa, kızı Şehnaz Sultan'la verilmiştir. Orta Asya'daki Şaman kültürünün kadını dışlamasına karşı Yesevî Hazretleri durumu değiştiren bir akım başlatmış, bundan sonra kadının toplumdaki rolü giderek yaygınlaşmıştır.

Bilginin önemli olduğu alanlarda kadın ile erkeğin eşitlendiği görülür. Fizik gücü önemli olduğu yerde erkek, duyguların ön plânda olduğu alanda ise kadın öne çıkar. Meselâ öğretmenlik, öğretim üyeliği, hemşirelik ve sanatçılık gibi mesleklerde kadın daha başarılıdır. O, duygularını en iyi gerçekleştirdiği yerde kendini güvende hisseder. Fiziksel gücün olduğu yerde, meselâ sokak işçiliğinde kadın kendisini güvende hissetmez. Ya da regl ve gebelik dönemlerinde fiziksel ve ruhsal gücü ciddî biçimde zayıflar. Bu durumlar, kadının, erkeklere göre kendini daha güçsüz, yetersiz ve zayıf hissettiği alanlar ya da anlardır. Kadın böyle zamanlarda, biyolojisi sebebiyle bir nevi eksi duruma düşer.

Kadının kendisini en güvende hissettiği yer, evidir. Şu anda Amerika'da aile üzerindeki çalışmalarda, üzerinde en çok durulan konulardan biri, kadının evinden ve çocuklarının eğitiminden sorumlu olabilmesidir. En ideal aile tipi ise, kadının evinin hanımı ve çocuklarının annesi olduğu durumdur. Orada ekonomik kaygısı olmayan bir ev ortamının, kadının konforu olduğu anlatılır. Yoksa kadının eşiyle beraber sabah telaş içerisinde kalktığı, koşturmaca içinde çocuklara "Yumurta dolapta, börek fırında..." gibi notlar bıraktığı, onların tek başlarına okula gittikleri, akşam eve geldiklerinde annelerini bulamadıkları bir hayat değildir. Bu şartlarda yaşayan çocuklar, genellikle "Çalışan kadınla evlenmeyeceğim." şeklinde bir yaklaşıma sahip olur. Kadın eğer çalışmak zorundaysa, çocuğunu mağdur etmeden çalışmanın yolunu bulmalıdır. Çalışan kadınlar bu yüzden genel olarak tek çocuk ister ve hafif işleri tercih ederler. Çalışan kadın, kendini güvende hissedebileceği alanlara yönelmelidir, doğru olan budur.

Siyaset alanına gelince... Orada kadınların erkeklerden daha mücadeleci, eğer kararlı ve istekli iseler bu konuda daha aktif olmaları gerekir. Ayrıca toplum hayatına giren ve siyasete atılan kadın, bunun kendisine ne kazandırıp ne kaybettireceğini iyi hesap etmelidir. Kişinin, iyi bir belediye başkanı olma uğruna evliliğini kurban etmesi doğru mudur?

Meselâ siyasetçilerin bir kısmı bilerek ya da bilmeyerek, siyasî toplantıları hep akşam saatlerinde düzenler. Geç saatlere kadar süren bu toplantılara kadınların birçoğu katılamaz. Bu suretle, kadınlar hissettirilmeden dışlanmış olurlar. Bu, erkek egemen bir alan olan siyasete, kadınları almama uygulamasıdır.

Zaman zaman başarılı bir iş kadını olmak için evliliğini feda eden kadınlarla karşılaşılır. Böyle düşünenler, "Buna değer mi?" sorusunu ciddî biçimde cevaplandırmalıdır. Evlilik kurban edilmeden, çocuklar mağdur olmadan ve eşiyle fikir birliği içinde uygulanabilecek formüller bulunmalıdır; ideal olan budur. Yasalara göre, sakatlara ve zihinsel özür-

lülere her iş yerinde nasıl ki belli oranlarda kontenjan ayrılıyorsa, sanki kadın dernekleri de "Bize de kontenjan verilsin." diye mücadele etmektedir. Hâlbuki bu, liyakate göre olmalı, lâyık olan kadının önü kesilmemelidir. Fakat "Kadına, siyasette yüzde şu oranda kontenjan verilsin." tarzındaki yaklaşımlar doğru değildir. O zaman kişinin, "kadın olduğu için avantaj elde etmesi" gibi bir durum ortaya çıkmaktadır. Görev, kadın ve erkek ayrımı yapmadan kim lâyıksa o kişiye verilmelidir. Gerektiğinde, erkek, kadının evdeki rolünü üstlenebilirse, kadının çalışma hayatı toplumun geleceği açısından daha ciddî bir önem kazanacaktır.

Evde Çalışan İş Kadınları

Bilgisayar teknolojilerinin gelişmesi, gelecekte iş yerlerini "ev ofis"lerine çevirecek ve çevirmeye başladı. Bilgisayarların bağlanabilirliğinin kolay ve yaygın olması ve internet aracılığı, pek çok işte ev ofislerine imkân sağladı. Bu durum, kadınlar için de yeni bir kolaylık ortaya çıkardı. Bundan böyle kadın evinden kolayca plân, program ve bilgi takibi yapabilecektir. Artık büyük iş yerlerinde kurum içi iletişim, telefonla değil, özel bilgisayar programıyla, yani iç mesaj hattıyla sağlanmaktadır. Bizzat toplantı yapılan günler hariç, birçok iş bu şekilde yürütülebilmektedir. Kısaca, kadına yeni bir iş alanı çıkmıştır. Kadınlar bu tip alanlara yönelirse, işlerini, mesai ve zaman baskısını daha az yaşayarak yapabilirler. Burada önemli olan, çalışan kadının gereksiz yüklerinin üzerinden kalkması ve üretken olabilmesidir. Bir kadının üretken olması, mutlaka bir ofiste çalışması demek değildir. El işi ya da ev işi yapmak da üretkenliktir. Kadının örgü örmesi veya halı dokuması da, üretimde bulunmasıdır.

Ev hanımının en büyük sıkıntısı, yaptığı üretimin gözükmeyişidir. Bu durum, ev hanımlığının ağır bir işçilik olduğunu gösterir. Çünkü evde zaman kavramı yoktur. Bu hizmet 24 saat süren bir faaliyettir. Erkekler çoğu zaman bunu anlayamaz ve eşlerine "Ne yapıyorsun ki?... Bütün gün evdesin!" derler. Hâlbuki işlerin önemi, yerine getirilmediği zaman anlaşılır. Bazı görüşler, ev hanımlığının bir meslek

olarak kabul edilip sigortalanmasını öngörmektedir. Bunun amacı, evdeki kadının da "çalışıyor" kabul edilmesini sağlamaktır. Bu tarzdaki görüşler, ideal görüşlerdir. Çünkü ev hanımlığı da bir meslektir; aynen iş yerinde olduğu gibi ev hanımı da sigortalanmalı, onun da sosyal ihtiyaçları karşılanmalıdır. Bu hususta yasal olarak düşünülmesi gereken pek çok şey vardır. Ev hanımlığı meslek olarak özendirilmelidir. Her kadın, evde iyi çocuk yetiştirmenin, iyi bir sekreter ya da iyi bir iş kadını olmaktan daha basit olmadığını bilmelidir. İyi ev hanımlığı, asla küçümsenmemesi ve yıpratılmaması gereken bir kavramdır. Çünkü insanlığın geleceğini, iyi yetiştirilen çocuklar belirleyecektir. Bu unsuru zayıflatmak, insanlığın geleceğine hiçbir kazanç sağlamaz. Son yıllarda Batıda, "Annelik ve aile kavramını zayıflattığımız için toplumumuza zarar verdik, bunu yeniden güçlendirmeliyiz." düşüncesi hâkim olmaya başlamıştır. Artık bizler de annelik ve ev hanımlığı duygularını zayıflatacak ve çürütecek düşüncelere, "modası geçmiş yaklaşımlar" olarak bakmalıyız.

İş Hayatının Psikolojik Yansımaları

Osmanlı'nın son zamanlarında iş hayatına atılan Türk kadını çalışmayı tereddütle karşıladı, bu yüzden alçak gönüllü davranma ihtiyacı hissetti. Yaptığından emin olamamanın verdiği şüpheyi alçak gönüllülük olarak dışa yansıttı.

Modernitenin en büyük aktörü kadındır. Modernite, sadece Türkiye'de değil, bütün dünyada kadının rolü üzerinden gerçekleşti, birçok değişim topluma onun üzerinden kabul ettirilmeye çalışıldı. "Kadın evinden ne kadar uzaklaşırsa, o derece modern olur. Gerçek kadın kimliği, ev hanımlığı değildir." şeklindeki düşünceler, modernizmin sunduğu fikirlerin toplumda yaygınlaşmasıyla ilgilidir. Kadının çalışması, toplumdaki değişimin göstergelerinden biri olarak görülüp, onun çalışmasına propaganda unsurları açısından hep övgüyle yaklaşıldı. Bu durum, "modernist düşünce" olarak sunulunca, toplumdaki bazı değerlerde değişimler yaşandı. Bunun ailede, özellikle karı koca arasındaki

bağlar üzerinde zayıflatıcı etkisi olmuştur. Sonuçta kadının bu süreçten nasıl çıktığının hesabı iyi yapılmalıdır.

Meselâ kadın, eğer çalışırsa toplumsal statüsünün daha iyi olacağını hissetti. İnsanlar arasında daha fazla kabul gördü, çalışmaya özendirildi, çalışan kadına imrenildi. O, "Takdir ediliyor ve onaylanıyorum." şeklindeki düşünceyle çalışma hayatına girdi, fakat annelik ve ev hanımlığı rolünü de terk edemedi. Ayrıca bu yeni role erkek de uyum sağlayamadığından, kadının evdeki konumu da değişmedi. Erkek, "Bütün gün çalışıyorum, eve gittiğimde eşime yardım etmek zorunda değilim!" düşüncesiyle kadına yardım etmedi. Fakat eve geldiği zaman her şeyin yolunda gitmesini istedi. Böyle olunca kadının yükü daha da arttı. Bu durum, kadının zararına olmuştur.

Eğer kadını çalışmaya iten sebep yoksulluk kaygısı ve zaruret ise, buna kimsenin itirazı olamaz. Aile bağlarını güçlü tutarak, bunu başarabildiği kadar yapmak zorundadır. Köy gibi küçük yerlerde işlerin çoğunu zaten kadın görür. Anadolu'nun birçok yerinde tarlada çalışan ve suyu taşıyanlar, hep kadınlardır. Onlar evlerindeki yükün gerektirdiğini yapagelmektedir. Özellikle erkekler gurbete çalışmaya gittiği zaman, her şeyi kadın üstlenir. Fakat zaruret söz konusu değilse, ideal olan, kadının çocuk eğitimini ön plâna almasıdır. İyi çocuk yetiştirme kaygısı birinci plânda tutulmalı, yapılacak uygulama bu ideale zarar vermeden olmalıdır.

Toplumdaki statüsü sebebiyle kadın üzerinde psikolojik bir baskı oluşur. Kadının kendini güvende hissetmesi için bu baskı iyi değerlendirilmelidir. Kadının diploma sahibi veya eğitimli biri olması, mutlaka çalışmasını gerektirmez. Meselâ yüksek okul mezunu olup da çalışmayan ve "Çocuklarımı ben büyüteceğim." diyen bir kadın, toplumdaki statüsüne zarar vermiş olmaz. Aslında onun bu konumu, hem toplumdaki statüsünü güçlendirir, hem de güven duygusuna daha büyük katkılar sağlar. Şu anda Türkiye'deki kadınların üniversite okuma talebinin altında yatan psikolojik dinamiğin bu olduğu görülmektedir. Yani "Üniversiteyi

bitireyim, ama çalışmasam da olur. Diplomalı bir insan olarak ev hanımlığı yaparım. Ama gelecekte kendimi güvende hissetmezsem, nasıl olsa diplomam var..." düşüncesi, kadınların diplomayı bir sigorta gibi gördüklerini göstermektedir. Bazı insanlar genç kızlara, "Çalışmayacaksan niçin okuyorsun?" sorusunu sorarlar. Kadınlar, sadece bazı teorik bilgiler elde etmek için okumazlar. Bilinmesi gerekir ki, okumak sadece insanın mesaili bir işte çalışması için değildir. Eğitim almak, hayatı ve toplumu tanımak, sosyal beceriler kazanmak için de önemlidir. Burada ideal olan, kadının okuyup eğitim alması, ama anneliği de küçümsememesidir.

İngiltere'de, çalışan kadınlar arasında yapılan bir araştırma, "Mecbur kalmasaydım çalışmazdım." diyen kadınların çoğunlukta olduğunu göstermektedir. Onlarda, gelecek kaygısı ve ekonomik sebeplerle kendini zorunlu hissetmese, çalışmak istememe eğilimi görülmektedir. Kadın, evdeki fonksiyonunu yeteri derecede gerçekleştiremediği için suçluluk ve pişmanlık duymaktadır. Bu duygular kadının kendisini özgür hissetmesini engeller. Burada değişen, sadece evi ve çocuğu ile ilgili konularda üzerindeki yükün artması olmuştur.

Çalışan kadın, iş hayatının getirdiklerinin götürdüklerinden fazla olduğunu gördüğünde şöyle düşünecektir:

"Çalışmak özgürleşmek midir, yoksa sadece para için mi çalışıyorum?"

Para kaygısı yoksa, kadın çalışmakla özgür olacağını düşünebilir. Ama para için çalışan kadın, kendini özgür hissedemez; çünkü para, kadını özgürleştirmez. Çalışan insanın yükü artmıştır; insan yükü arttıkça özgür olamaz. Özgürlük subjektif ve göreceli bir kavramdır. Önemli olan, kadının kendini evinde özgür hissetmesi ve aile bağlarının kuvvetlenmesidir.

Kadın erkeğe göre, kırılganlık ve duygusal örselenme açısından iki kat daha duyarlıdır. Onun için depresyon ve panik bozukluk gibi birçok ruhsal rahatsızlık, kadınlarda erkeklere göre daha fazla görülür.

Genetik ve moleküler biyolojideki gelişmeler, kadın beynindeki genetik eğilimde duygular boyutunun, erkeklerde ise analitik boyutun ön plânda bulunduğunu ortaya çıkardı. Kadının korkuya daha az dirençli olduğu ve hatta iyi annelik yapabilmesi için bu şekilde yaratıldığı ileri sürüldü. Çünkü o, çocuklarını koruyabilmesi için, saldırgan değil, yumuşak ve korkuya daha duyarlı olmak zorundadır; beynindeki modüler eğilim bunu önerir. "Bu durumu DNA'ların istediği" tarzında görüşler de bulunmaktadır.

Bu bilgiler ışığında, insanın genlerine uygun davranmasının menfaati gereği olduğu görülür. Kadının da genlerine uygun davranması kendi menfaatinedir. O, duygusal açıdan kendisini rahat hissedeceği alanlara girmelidir. Kadın eğer duygularını incitecek iş alanlarına girerse, duygusal olarak zedelenir. Hislerinin örselendiği işler, psikolojik sağlığını bozar.

Kadın erkek ilişkilerinde kadını en çok inciten şey, duygusal ihmaldir. Kadınlar terapi esnasında, en çok duygularının ve içinde bulundukları ruh hâlinin anlaşılmadığından şikâyet ederler. Gerçekten çoğu erkek, kadınların duygusal ihtiyaçlarını anlayamaz. Olaylara, "Senin her ihtiyacını karşılıyorum; daha ne istiyorsun? Sana rahatlık batıyor!" şeklinde yaklaşırlar. Bu davranış, duygusal ihmali daha da derinleştirir.

Kadınlar iş alanlarını, duygusal travmalara yatkınlıklarını bilerek seçerlerse, daha doğru hareket etmiş olurlar. Duygusal bakımdan kendilerini daha rahat hissettikleri alanlar, halkla ilişkiler ve psikoloji gibi bölümlerdir. Bu alanlar, üniversite tercihinde kız öğrencilerin de tercih ettikleri alanlardır. Meselâ şu anda ülkemizde çocuk psikiyatrisi bölümündeki öğretim üyelerinin büyük çoğunluğu kadındır. Mühendislik sahasında ise erkekler baskındır. Kadın o mesleklerde kendisini daha çok göstereceğini hissederken, erkek bu meslekleri uygun bulur. Meselâ tıp alanında kadınlar, çocuk hekimliğini diğerlerine göre daha fazla tercih ederler. "Kadınlar bu bölüme girsinler." şeklinde özel bir

teşvik olmamasına rağmen, duygusal özellikleri onları bu alana yöneltmektedir.

Geleneksel erkek rolünü benimseyen öyle erkekler vardır ki, kadının değil bir yere çıkmasına, dışarı bakmasına bile izin vermez. Kadını hiçbir yere yalnız göndermez, ona güvenmez. Onu korunmaya muhtaç, kendisini savunamayan âciz biri olarak düşünür. Kadın böyle görüldüğü zaman, kendini korunmaya muhtaç zavallı bir varlık gibi hisseder. Bu durumun oluşmasında bizim geleneksel eğitim tarzımızın büyük rolü vardır.

Toplumda bulunmak erkek için ne kadar gerekliyse, kadın için de o kadar gereklidir. Bir erkeğin dışarıda lüzumsuz dolaşması ne kadar saçmaysa, aynı durum kadın için de geçerlidir. Gereksiz olma açısından kadın ile erkek arasında hiçbir fark yoktur. Fakat kadınların %80'inin, erkeklerin göz hapsinde bulunmaktan rahatsız olduğu da unutulmamalıdır. Kadın, erkeklerin çoğunlukta olduğu bir yerde, onların göz hapsinde bulunma sebebiyle kendisini özgür hissedemez. Hele onun kıyafeti ve bedeniyle ilgilenen erkeklerin fazlaca olduğu ortamlardaki kadına "özgür" diyemeyiz. Yapılan istatistiklerde, kadınların bu ortamlarda kendilerini özgür hissetmedikleri görülmüştür. Dikkat edildiğinde, büyük kokteyllerde kadın ve erkekler ayrı gruplar oluşturarak konuşurlar. Gerek erkekler gerekse kadınlar kendilerini bu şekilde daha özgür hissederler. Burada onların sohbet konularının farklı olmasının da büyük etkisi bulunur. Erkekler çoğunlukla spor ve siyaset, kadınlar ise moda ve giyim üzerine konuşurlar.

Ev Hanımlığı Bir Kâbus mu?

Kadının evdeki rutin işleri, her şeyin makineleşmesi ve otomatikleşmesiyle daha çabuk bitmektedir. Çocuk büyüten annelerin işi bile kolaylaşmış, kadının evdeki yükü hafiflemiştir. Kadın bir müddet ev gezmelerinde bulunduktan sonra, "kabul günleri"ne gitmekten de vazgeçer. Çoğu zaman dedikodu ve gösteriş toplantılarına dönüşen bu günler, kadına pek de fayda sağlamaz. Düşünen, üreten ve toplu-

mun sorunlarıyla ilgilenen kadını bu durum mutlu etmez, aksine rahatsız eder. Kadın evde kendisini yalnız ve işe yaramaz hissetmeye başlar. Hele çocukları büyüdüğü ve evleriyle ilgili sorumlulukları azaldığı zaman ne yapacağını düşünür. Sosyal bağları zayıflamış olan kadınlar, kendilerini çalışmaya yöneltir, iş yeri açma veya işe girme gibi yöntemler bulurlar. Bazı kadınlar ise dernekler ve kadın kuruluşları gibi kendilerini kolayca ifade edebilecekleri sosyal faaliyetlere yönelirler. Para kazanma gibi bir mecburiyetleri yoksa, sanat alanlarına kayarlar. Atölye çalışmaları, kadını dedikodu yapmaktan daha üretken alanlara sevk eder. Kadın isterse, toplumdaki sosyal rolünü güçlendirecek pek çok şey yapabilir.

Sevgisizliğin kötü sonuçları, insanlar arasındaki ilişkilerin her alanında görülmektedir. Topluma kadın sevgisi girmezse hayat çok anlamsız ve çekilmez olacaktır. Hayatın renkleri, kadının sunduğu sevgiyle artar ve kendisini gösterir. Kadının sevgi duygusuna yoksulların, zayıfların, yaşlıların, hastaların, toplumdaki bütün kesimlerin ihtiyacı vardır. Evdeki rolü kadını mutlu etmiyorsa, sosyal faaliyetlere yönelmelidir. Şu anda dünyanın birçok yerinde kadınların kurduğu binlerce dernek faaliyet göstermektedir. Meselâ Almanya'da üç kişi bir araya gelip dernek kurmakta, oradaki kadınlar sosyal faaliyetlere olan ihtiyaçlarını böylece gidermektedir.

Bizim geleneksel yapımız, kadını, evdeki rolü bittiği zaman komşusuyla dedikodu yapmaya yönlendirir. Toplumdaki bu olgu değişmeli, kadınlar örgütlenerek bulunduğu mahalleye, oturduğu apartmana ve sahip olduğu aileye neler katabileceği konusunda kafa yormalıdır. Kadınlar, oturdukları apartmandaki karı koca kavgalarının çözümüne bile yardımcı olabilirler. Onların sosyal hayata katılmasında pek çok fayda vardır. Kadınlar, şefkat duygularını kullanabilecekleri faaliyetlerin her çeşidine yönelmelidirler. Kadının kendisini özgür ve güvende hissetmesinin tek yolu, herhangi bir işte ücretli çalışması değildir.

Devlet tarafından dernek kurma işlemleri kolaylaştırılmalı, eğitimli kadınların sosyal aktiviteleri özellikle desteklenmeli, bu tip organizasyonlar teşvik edilmelidir. Mahallî derneklerin kurulma aşamasında ise devlet desteği şarttır.

Kadın Psikolojisinin Gösterdiği Meslek İbresi

Toplumumuzda, "Kadın, başarmak için erkek gibi olmalıdır." şeklinde bir ön kabul vardır. "Kadının, erkek gibi davranırsa başarılı olacağı" beklentisi, iş alanlarına göre değişir. Kadın, eğer yöneticilik yapacaksa, kadınsı özelliklerini ikinci plâna atabilmelidir. İşler yolunda gitmediğinde sulu gözlü olursa, otorite kurmakta zorlanır ve "İktidar bende!" mesajı veremez. Bu, zayıflık işaretidir. Kadın, duygusal olmamayı ve ağlamamayı gerektiren işlerde erkek gibi davranmak zorundadır. Erkeklerde ise tersine bir durum söz konusudur. Meselâ öğretmenlik gibi duygusal yönü ağır basan mesleklerde katı ve acımasız olmak, her iki cinsi de başarısızlığa uğratır. Duygusal hassasiyetleri sebebiyle, ilköğretimde kadın öğretmenler daha başarılıdır. Çocuğun okulu sevmesinde ona anne gibi tahammül edecek öğretmenler gerekir ki, o duygular genelde kadında bulunur. Erkek öğretmenler, çoğu zaman daha katı olabilir, öğrencilere sevgiyle değil, korkutarak yaklaşabilir. Bu durumda çocuk okula ve eğitime güvenle bakamaz. (*60, 63*)

VIII. ŞİDDET

Şiddet Nedir ve Neden Oluşur?

İnsanlık tarihindeki ilk şiddet, Habil ve Kabil kardeşler arasında eş seçimiyle ilgili olarak yaşanmıştır. Rivayet şu yöndedir:

Habil'in evleneceği kızla evlenme arzusunda olan Kabil'e Hz. Âdem, vahiy beklediğini ve gelen emre göre hareket edeceğini söyler. Daha sonra gelen vahiyde kız, Habil'e düşer. Halim selim, ağırbaşlı ve söz dinleyen biri olan Habil, evlendikten bir süre sonra Kabil tarafından öldürülür. Bu ilk şiddet, erkeğin erkeğe uyguladığı bir şiddet gibi görünse de, aslında kadın erkek ilişkileriyle alâkalı bir hadisedir.

Şiddet, insandaki iki temel duygudan birinin kapsamına girer ki, bu duygulardan bir tanesi cinsellik, diğeri saldırganlıktır. Saldırganlık, kişinin kendisini tehlikelerden koruması için verilmiş bir duygudur. Tehlikeyi uzaklaştırma hissi, aslında insanın kendini tehdit altında hissetme duygusuyla beraber yaşanır. İnsan kendini sözlü olarak ifade edemiyorsa, o zaman ortaya şiddet çıkar. Kadın, duygu ve düşüncelerini sözle ifade etmeye daha yatkındır. Bir sorun yaşadığında hislerini kolayca anlatabilir. Fakat erkeğin bu konudaki eğilimi, çok gelişkin değildir. Böyle olunca da, erkek öfke birikimini şiddet şeklinde ifade etme yoluna başvurur.

Erkekte saldırganlık, temel dürtüsel eğilimlerdendir. Fakat onun bunu eşine ya da evdeki sair unsurlara yöneltmesi yanlıştır. Aileye yönelik şiddette erkeğin buna daha yatkın

olduğu, kadının da farkında olmadan şiddete zemin hazırladığını görürüz. Öyle kadınlar vardır ki, eşini sinirlendirmekten özel bir zevk alır. Onu öfkelendirecek olaylara çanak tutar, eşi bağırdıkça kadın bu durumdan âdeta keyiflenir. Bu, "sadomazohistik" özellikte olan kadınların sergilediği bir davranış biçimidir. Kadın, erkeğin derinliklerinde var olan şiddet eğilimini ortaya çıkaracak şekilde davranır ve bu durumdan bilinç altında bir hoşlanma hissederse şiddet devam eder, hatta daha da artabilir. Şiddet, duygularını daha çok sözlü olarak ifade etme becerisi olmayan, aklıyla sonuç alamayan insanların uyguladığı bir yöntemdir. "Akıl" silâhını kullanan bir insanın şiddete yönelmesine gerek yoktur.

Şiddete yönelmekte olan kişinin, ilkel dürtülerini kontrol edememesi söz konusudur. Bu tür şiddet, yıllar ilerledikçe azalması gerekirken artmıştır. Meselâ Fransa'da, 18 yaşın altındaki bir buçuk milyon kadın, koca kurbanıdır; her ay altı kadın, kocası tarafından öldürülmekte, her 10 kadından biri fiziksel veya psikolojik şiddete maruz kalmaktadır.

Amerika'da yapılan bir araştırmada ise, her yıl bin 500 kadının eşi tarafından öldürüldüğü, iki milyon kadının dövülerek yaralandığı, 21 bin kadının da kocası tarafından tartaklandığı için hastahaneye yatırıldığı ortaya çıkmıştır. Şu anda Türkiye'de, eşi tarafından dayak yiyerek öldürülen kadınlarla ilgili bir istatistik bulunmamaktadır.

Şiddetin bu derece yüksek olmasının sebebi araştırıldığında, alkolün %60-70 oranında yer tuttuğu, ayrıca şiddet uygulayan eşlerde depresyon puanının yüksek çıktığı görülür. Kişiler, depresyon içinde bulunmalarına rağmen, durumlarının farkında olmadıkları için tedavi görememektedirler. Şiddetin başka bir sebebi de, "tarafların şiddetten hoşlanması" olarak açıklanabilir. Taraflardan biri öfkeden, bağırmaktan zevk alır (maganda erkek tipi), diğeri ise kendisine şiddet uygulanmasına çanak tutar ve bundan cinsel hazza benzer bir zevk alır. Böyle durumlarda şiddet artık bir iletişim biçimi hâline dönüşür.

Şiddet deyince, sadece el kaldırma ve yaralama biçiminde ortaya çıkan fiziksel şiddet anlaşılmamalıdır. Bunun dışında cinsel şiddet de vardır. Karı koca arasındaki cinsel şiddet, erkeğin kadına tecavüz etmesidir. Bilim çevrelerinde, "Kocası karısına tecavüz ederse, bu cinsel şiddet midir, değil midir?", "Erkek cinsel ilişki istiyor diye kadın "evet" demek zorunda mıdır?" tartışması sürmektedir. Fakat kadın istemediği hâlde erkek onunla birlikte oluyorsa, bu olay cinsel şiddet kapsamına girebilir. Bizde bu tür cinsel şiddet çok yaşanır. Geleneksel yapımızda birçok kadın cinselliği "vatanî görev" gibi düşündüğünden, bu işi herhangi bir arzu duymadan da uygular. Bu durum cinsel şiddeti önlüyorsa da, isteksiz biçimde yapılınca kadının diğer duyguları yıpranır.

Aslında kadının en büyük silâhı, cinsel etkileme gücüdür. Bunu eşine karşı uygun bir biçimde kullanmalıdır. Fakat bazı kadınlar bunu sopa gibi kullanır ve eşine kızdığında onu cinsel olarak kısıtlar. İşte o zaman iş, cinsel saldırıya kadar gider. Kadın erkek ilişkilerinde bunlar önemli sorun alanlarıdır ve genellikle kötü giden evliliklerde çok karşılaşılan durumlardandır. Eğer erkek kadının duygularını, kadın da erkeğin isteklerini anlayabiliyorsa, böyle bir durumla karşılaşılmaz.

Erkeğin beyni analitik çalıştığı için daha çok sonuçla, kadının beyni duygusal çalıştığı için sonuçtan ziyade süreçle ilgilenir. Kadınlar bir şeyin nasıl olacağına, sonuçtan daha fazla önem verirler. Bu, beyindeki bir eğilimdir. Yaptığı şeyi güzel yöntemlerle yapıp sonuca ulaştırma mahareti, kadına ait bir özelliktir. Erkek sadece sonuç almayı düşünürken, kadın bunun iyi ve güzel olmasını da ister; bu iki hâl birbirini tamamlar.

Meselâ çocuk yetiştirme açısından bu durum kadına avantaj sağlar. Çocuğun maddî ya da fiziksel ihtiyaçlarının karşılanması için erkeğin sonuçla, ruhunun ve fiziğinin incinmemesi için de kadının süreçle ilgilenmesi gerekir. Bu durum, annelik ve babalık duyguları açısından faydalıdır. Ancak karı koca ilişkileri açısından problem oluşturur.

Yukarıda belirtildiği gibi erkek, cinsellikte sonucu, kadın ise iyi ilişkiyi ve aradaki duyguları düşünür. Bu sebeple kadın erkek ilişkilerindeki duygularla, ana baba ilişkilerindeki duygular birbirine karıştırılmamalıdır. Şu var ki, evlendikten ve çocuk sahibi olduktan sonra kadın eşini eş gibi değil, çocuklarının babası, erkek de eşini karısı gibi değil, çocuklarının annesi olarak görür. Yatak odasındaki kimlikle çocuk odasındaki kimlik ayrı tutulmalı; kadın, kadınlık kimliğini unutmamalıdır. Aynı şekilde erkek de, baba kimliğini çok benimsediği zaman, karısının duygularını önemsemeyebilir.

Kimlikleri karıştırmak, şiddeti doğuran sebeplerden biridir ve evliliğin geleceğine zarar verir.

Şiddet, Öğrenilmiş Bir Davranış mıdır?

Ailesinde ve çevresinde şiddete maruz kalan çocuklar, şiddeti bir yöntem olarak benimseyebilirler. 1991 yılında Hollânda'da, "kendini kesen gençler" üzerine yaptığım ve daha sonra "en iyi araştırma" ödülü alan bir çalışmada, çocukluk dönemlerinde aileleri tarafından aşırı derecede şiddete maruz kalan gençlerin, ileri yaşlarda yoğun sıkıntı ve stres içine düştüklerinde kendilerini jiletle kestikleri sonucuna ulaşmıştık. Yani ebeveyninden şiddet gören çocuk, bunu bir davranış biçimi olarak benimsiyor ve ileride bu şiddeti başkasına yöneltemediği zaman kendi bedenine uyguluyor. Yani sorun, çocukluk yaralarıdır. Çocuğun ana babasından aldığı psikolojik yaralanmalar zamanla kabuk bağlar, fakat bu yaralar evlilik esnasında yeniden kaşınır ve sorun tekrar ortaya çıkar. Onun için insan, sürekli değişim ve yenilenme talebi içinde olmalıdır. Böyle yapılırsa, kişi yeni sorunlarla karşılaştığında çocukken öğrendiği zihni şartlanmaları ve düşünce kalıplarını sorgulayıp değiştirir. Bu değişime hazır olmayanlar evliliklerini yürütemezler. Kendini yenileme arzusu taşıyan kişiler, evlilik için iyi aday veya iyi eşlerdir.

Şiddeti "duyguların ifade yöntemi" olarak öğrenen insan, bu zihinsel şartlanmayı mutlaka değiştirmelidir. Ancak

herkesin bunu başarması zor olduğundan şiddet artış gösterir.

Şiddetin bir türü de "duygusal şiddet"tir. Şiddet denilince, mutlaka çevrede tabakların uçuşması veya kadına el kaldırılması gerekmez. Ses tonunun yükselmesi, azarlama ve bağırmayla gerçekleşen "sözlü şiddet"in dışında, erkek veya kadının birbirlerine sevgi göstermemesi de karşı tarafı duygusal olarak örseler. Duygusal şiddete maruz kalan insan, kendini değersiz ve yetersiz hisseder. Bu şiddet şekli, eleştirinin çok olduğu evliliklerde oluşur ve karşı tarafta suçluluk duyguları meydana getirir. Böyle kimseler, kendilerini hep suç işliyormuş gibi hissederler. İçinde bulundukları ruh hâlini, "Ne yapsam, nasıl davransam suç; sağa baksam suç, sola baksam suç!" diye ifade ederler.

Karşımızdaki insanda değersizlik duyguları uyandırmak, psikolojik şiddettir. Erkekler bu tarzda hareket etmeyi gayet normal kabul ederler, ama eşlerine psikolojik şiddet uyguladıklarının farkında değillerdir. Onlar, "Eğer bu kadar da bağırmazsak, evde hiç sözümüz geçmez!" diye düşünür ve evlilikte "Kontrol bende!" diyebilmek için sözlü şiddete daha fazla başvururlar. Zaman zaman kadınların da erkeklere duygusal şiddet uyguladığı görülür. Meselâ eşine kızdıklarında, erkeğin önem verdiği konulara—eve geldiği zaman yemeğin hazır olması gibi—hassasiyet göstermezler. Bu davranışta bir nevi "erkekten öç alma" hissi gizlidir. Eşini öfkelendirip, onun sinirlenmesinden özel bir zevk alma duygusu hâkimdir.

Şiddet uygulayan insanın bir özelliği de, karşıdakini çok sık eleştirmesidir. Bu da duygusal bir şiddet şeklidir. Tenkit eden kimse, karşıdakinde "Ben eleştirebilecek seviyede, üstün ve önemli bir kişiyim!" duygusu uyandırır. "Ne yapsam da eleştirecek bir şey bulsam?" diye bekleyen, eleştiriden özel bir keyif alan bazı tipler, "Ancak üstün kimseler eleştirebilir!" duygusuyla hareket ederler. Bu, gelişmiş bir duygu değildir. Böyle insanlar, tenkitlerine karşı çıkıldığında, üs-

tünlüklerine karşı çıkıldığını düşünür. Bu noktada kişilik çatışması başlar.

Eleştiriyi bir kusuru iyileştirmek, bir hatayı düzeltmek amacı dışında, sadece tenkit için yapan insanlarda genellikle ego kabarması vardır. Bu yüzden benmerkezci tipler, eleştirmeyi çok severler. Eleştiri ve kritikler, karşı tarafta hasar oluşturmayacak biçimde yapılmalıdır. Eleştiren kişi, tenkitlerinde eğer egosu adına değil de iyi niyetle hareket ediyorsa, eleştiri kişilik çatışması hâline dönüşmez. Başkalarını sık eleştiren insanlar, "Sen zaten önemli birisin." mesajını alırlarsa, eleştiriye olan ihtiyaçları azalır.

Kadın veya erkek, kendilerini birbirlerine iyi ya da değerli olarak hissettirebiliyorlarsa,—eleştiri de yapsalar—hatalarını bir süre sonra daha iyi sorgulayabilirler. Bu durumda şiddet de azalır.

Bununla birlikte kıskançlık da bir duygusal şiddet çeşididir. İnsan, sahip olduğu ve paylaşmak istemediği kişiyi kıskanarak ona acı çektirir, aşırı kontrol ve üzerine titreme ile, kıskandığı kimseyi üzer. Püriten ahlâk özellikleri taşıyan insanlarda bu davranış daha belirgindir. Böyle kimseler her şeye karışır, karşısındakinin neredeyse ruhunu bile kontrol etmek isterler. Hatta kişinin, "müdahalecilik" özelliği o kadar fazla olur ki, karşısındaki insanın "özel" denilebilecek hiçbir şeyi kalmaz. Meselâ eşi dalgın bir şekilde düşünüyorsa onu hemen öğrenmek ister, "Şimdi ne düşünüyorsun?" diye sorar. Oysa iki tarafın da, az da olsa özel hayatlarının bulunması tabiîdir. "Her şeyden haberdar olmalıyım!" düşüncesi, insanları duygusal şiddete götürür.

"Duygusal şiddet" olarak tanımlanan bir başka özellik ise, ihmaldir. Duygusal ihmal, "hislere değer vermemek" şeklinde ortaya çıkar. Sosyal ve maddî ihmaller de vardır. Meselâ insanın, evinin maddî ihtiyaçlarını karşılamaması, geçimini düşünmemesi de bir ihmaldir. Kadınlar arasında yapılan anketlerde, "Param olsa bu evliliği götürmem!" diyen pek çok kadın bulunmaktadır. Burada para, kadının kendini güçlü hissetmesine sebep olur. Evliliği güç mücadelesi hâline getirenler için bu durum çok önemlidir. Evlilik

aşkla başlar, bir müddet sonra güç mücadelesine dönüşür. Bu mücadele esnasında iki taraf da kendi kimliğini koruma çabasındadır. Bu durum, ortalama her evliliğin geçirdiği normal aşamalardandır. Ancak bu çekişme, tarafları şiddete de götürebilir. Eşler, eğer akıllı davranırlarsa bir süre sonra orta noktada buluşabilirler. Bu safhadan sonra evlilik bağları gelişmeye başlayacaktır. Evlilik asla şansa bırakılacak bir konu değildir.

Ekonomik bağımsızlık güç mücadelesinde önemli bir unsur olmakla birlikte, taraflar bunu duygusal şiddete sebep olacak bir silâh gibi kullanmamalıdır. Silâh olarak aklını kullanan insanlar, hem ezilmeden, hem de karşı tarafı ezmeden bu beraberlikten kazanımla çıkabilir. Böylece nitelikli bir evlilik oluşmaya başlar.

Özetleyecek olursak, erkeğin cinsel ihtiyacını gidermemek erkeğe, kadının sevilmek ve değer verilmek ihtiyacını umursamamak kadına yönelik bir şiddettir. Şiddet sadece fiziksel bir unsur olarak düşünülmemelidir.

Şiddetin Toplumsal Yaygınlığı

Eskiden toplumumuzdaki kadın erkek ilişkilerinde şiddeti simgeleyen çok klâsik bir örnek vardı: İçip içip gelen bir koca ve dayak yiyen zavallı bir kadın... Artık bu imaj değişmiştir; hiç ummadığınız, eğitimli insanlar da eşlerine şiddet uygulayabilmektedir. Bu açıdan bakıldığında şiddetin eğitimden çok kişilikle ilgili olduğu göze çarpmakta; eğitim, eğer insana birtakım artılar kazandırdıysa işe yaramaktadır. Yani sadece okumak ve iyi öğrenim almak, insanın eğitilmesi anlamına gelmemektedir.

Hak aramak veya sorun çözmek için şiddet kullanmak, tarih boyunca eğitimsiz ve ilkel insanların başvurduğu bir yöntemdir. İkna gücüne ve savunduğu fikre güvenen kişi, şiddete başvurmaz. Şiddet insan beyninde, sorun çözme seçenekleri arasında asla yer almamalıdır. Eğer böyle olursa, insan her sıkıştığında şiddete yönelecektir. Şiddet, erkekliği simgeleyen bir özellik değil, insanlık ayıbıdır; bu davranış biçimi mümkün olduğunca azaltılmalıdır. Kıyafetlerdeki

unisex akımı nasıl kadınla erkeği birbirlerine yaklaştırmışsa, kadının cinsel kimliğiyle erkeğinki de birbirine yaklaşmıştır. Çağımızda kadınlar erkek, erkekler kadın gibi davransalar bile, bunun da mutlaka bir sınırı olmalıdır.

Özellikle Anadolu geleneklerinde "El kaldırmayan ve azarlamayan erkek, erkek değildir!" yaklaşımı vardır. Hâlbuki erkeğin şiddetten kaçınması, kadına benzemek değildir. Bunun ilginç yanı, bu düşüncenin daha çok kadınlarda görülmesidir. "Erkek dediğin, döver!" diye düşünen kadınlar, elbette erkekler tarafından şiddete maruz kalacaklardır. Buna karşılık, kocasının kendisine bir defa el kaldırmasını bile hazmedemeyip boşanma davası açan kadınlar vardır. Erkek hem genetik hem de kültürel açıdan şiddete yatkındır. O, eşiyle ilgili olmayan birtakım sebeplerle gergin olabilir, evde terör havası estirebilir. Bu hâldeki erkek kendi hâline bırakılmalı, esip gürlemesine izin verilmelidir. Gerçekçi olmak gerekir ki, kadının da erkeğin de zaman zaman şiddetini ifade etmesine—onaylamaksızın—fırsat verilmelidir. Karşı tarafa bu hâlin onaylanmadığı hissettirilip tepki verilmezse onda bir suçluluk duygusu uyanır. Karşılık verildiğinde ise, tarafların şiddet duyguları kabardığından ikisi de kaybeder; fizik itibarıyla zayıf olduğu için, kadın bundan daha çok zarar görür.

İnsan mükemmel bir varlık değildir. Hiç arzu edilmese de, arada bir şiddet uygulayabilir. Onun için, bize aile içi sorunlarla başvuran hastalarımıza, son bir yıl içinde eşi tarafından fiziksel şiddete maruz kalıp kalmadığını sorarız. Evliliğin belirli zamanlarında şiddet yaşanmış olsa da, son bir yıl içinde bu durum ortaya çıkmadıysa, o evlilikte şiddet yaşanmamış kabul edilir. "Eşim hiç sinirlenmemeli, bağırmamalı." demek, hayalcilik olur ve böyle düşünmek evliliğe zarar verir.

Toplum içinde bazen çok garip, şaşırtıcı durumlarla karşılaşıldığı da vakidir. Meselâ kocası tarafından 10 ya da 15 yerinden bıçaklandığı hâlde ona dönen, onunla barışabilen kadınlar vardır. Erkek, eşini sevdiği için—bu nasıl sevgiy-

se—ona karşı şiddet uygulamış, eşini yaralamıştır. Fakat böyle ağır şiddet uygulamaları bile, bazı kadınların hoşuna gider. "Erkeğim, sevip kıskandığı için beni dövdü ya da yaraladı." diye düşünerek mutlu olur. Bu, iki taraf açısından da, asla kabul edilir bir durum değildir. İnsanlar konuşarak, ikna ederek kendilerini ifade etme yolunu seçmelidirler.

Şiddet Uygulanan Kadında Görülen Rahatsızlıklar

Şiddet uygulanan kadın, psikolojik olarak hasar görür, kendine olan güveni sarsılır ve öz güvenini kaybeder. Erkekler de çoğu zaman, kadına bunu hissettirmek için şiddete başvururlar. Oysa akıllı kadın, erkekte "İyi ki varsın!" duygusu uyandıracak şekilde davranır, yaşamda pozitife vurgu yaparsa, erkeği teslim alır ve onu istediği yöne sevk eder. Yani kadın böyle davranarak, sonunda istediği şeyleri gerçekleştirir; zaten önemli olan da, sonuç almaktır.

Eşler birbirlerinin zayıf ve güçlü yönlerini tanımalıdır. Otuz yıllık evliliğin sonrasında bile eşinin zayıf ve güçlü yönlerini anlayamayan, onun neden hoşlandığını bilmeyen çiftler vardır. "Eşinizi tanıyor musunuz?" testindeki, "Eşiniz hangi hediyeden hoşlanır? Tatilde veya yemekte neyi sever? Eşinize ağır gelen görev hangisidir?" gibi sorulara çoğu zaman doğru cevap verilmez. Eğer eşler birbirlerini iyi tanımıyorlarsa, duygusal hasar meydana gelir. Eşler konuşurken birbirlerinin yüzüne bakmalı, kalplerine hitap etmelidir.

İnsanlar, "Ben doğru sözlüyümdür, direkt konuşmayı severim." deyip bunu iyi bir meziyet gibi algılar ve en son söyleyeceklerini başta söylerlerse, hiç farkında olmadıkları hâlde muhataplarını kırabilirler. Her doğru her zaman söylenmez. Sözü ince ayar yaparak söylemeli, kötü sonuçlar doğuracak bir sözün incitici olacağı fark edilmelidir. Doğru sözlü olmak bir meziyettir, ama kaba olmamak, nazik olmak daha önemli bir meziyettir. Söz kurşun gibidir; onun açtığı yarayı onarmak, büyük bir çaba gerektirir.

Şiddet ve Öz Güven İlişkisi

Öz güven eksikliği, kadının kendine olan saygısını azaltır, kendisini yetersiz hissetmesine sebep olur. Eğer bu durum eşi tarafından telafi edilmez ve buna ümitsizlik duygusu da eklenirse, kadında depresyon oluşur. Bu, mutsuzluktan farklı bir şeydir. Düşünceleri bastırılan ve duygularını ifade edemeyen kişilerde, beyin bir müddet sonra stres hormonu salgılar. Beynin hayattan zevk almayla ilgili sağ ön alanıyla acı, elem ve kederle alâkalı olan diğer alanı arasındaki dengeler bozulur. Böylece mutsuz, enerjisi azalmış, yaşamayı sorgulayan ve her şeyin kendisine anlamsız geldiği bir insan tipi ortaya çıkar.

Depresyon, kötü evlilikler sonucu da ortaya çıkabilir. Bu bir hastalıktır ve nasihatle düzelmez; beyinde azalan serotonin sebebiyle ilâç tedavisi gerektirir. Şiddet, hangi şekilde olursa olsun bir müddet sonra kronik depresyona sebep olur. Bu noktada kadınların erkeklere göre üç misli fazla depresyon yaşadıklarını söyleyebiliriz. Suçluluk duygusu taşıyan kadın ümitsizliğe düşer ve bir süre sonra yaşam enerjisi azalır. Bazı kadınlar depresyonu öfke şeklinde yaşarlar. Devamlı çocuklarını döver, öfkelerini kontrol edemezler. Bazıları ise, temizlikten sorumlu beyin alanlarındaki serotoninin azalması sonucu, kendilerini işe verirler. Bu çeşit depresyon, "temizlik hastalığı" şeklinde ortaya çıkar. Erkekler ise depresyona girdiklerinde sigara ve içkiye dadanırlar. Unutkanlık da, kronik yorgunluk sonucu ortaya çıkan bir depresyon türüdür. Böyle kimseler, çok yaşlandıklarını hissettiklerinden enerjileri azalır ve hiçbir iş yapamazlar.

Biz bu tip durumlarda erkeklere, hastalık hastası olmayan, rol yapmayan bir eşle karşı karşıya olduğunu, kadının beyninde fizyolojik bozulmalar yaşandığını, kısacası eşinin depresyonda olduğunu anlatırız. Erkek, eğer eşini seviyorsa, "Eyvah! Ona zarar verdim..." diye düşünerek bunun telafisi için çalışır.

Erkekler, eşlerinin kafalarını yaraladıkları zaman suçluluk hisseder de, ruhlarını yaraladıklarında bunu fark etmezler. Onlara bu durumu anlatmaya çalışırız. Sonunda iki ta-

raf da kendini sorgulamaya başlar. Eğer birbirlerine sevgi ve iyi niyetleri varsa, evlilikte yaşanan sorunların çözümü kolaydır. Meselâ depresyon tedavisi gören entelektüel bir hastam, tedavisi sonundaki düşüncelerini şöyle özetlemişti:

"Bildiğiniz gibi, tarihte milâttan önce ve milâttan sonra şeklinde bir ayırım vardır. Ben de hayatımı tedaviden önce ve sonra, diye ikiye ayırıyorum. Şimdi evde herkesin yüzü gülüyor."

Bakınız, bir kişinin depresyonunun düzelmesi, evdeki dengeleri nasıl değiştiriyor...

Öfke ve Şiddet İlişkisi

İnsanlar öfkelenebilir; fakat önemli olan, öfkenin şiddete dönüşmeden ifade edilmesidir. Meselâ bir köpeğin saldırgan olmaması için, sahibinden korkması gerekir. Köpek eğitiminde buna çok dikkat edilir. Bu eğitimi yapanlar bilirler ki, ödül ve ceza birlikte verilir. Sahibinin "dur" ihtarı, köpeğin durması için yeterlidir. İşte bunun gibi, içimizdeki öfke duygusu kabardığında, bu duygu "ben"den, yani sahibinden korkmalı ve hemen farklı bir yöne kanalize edilmelidir. Bu durumda öfkenin en etkili ilâcı, ertelemektir. Eğer sahibi öfke konusunda dengeliyse, durum kolayca düzeltilebilir.

Öfkenin şiddete dönüşmemesinde bizim yaklaşımımız çok önemlidir. Meselâ itfaiyecinin yangını azaltması gibi, var olan öfkeyi söndürecek bir yaklaşım sergilenmelidir. Kişi, eşinin sinirli olmasından rahatsızlık duyuyorsa, kendine şu soruyu sorabilir:

"Ne yaptığım zaman eşimin öfkesi artıyor?"

Bu sorulduğunda, öfkenin verdiği duygusal hasar en aza indirilmiş olur. Böyle bir analizi doğru yapan insan, eşine onu sinirlendirmeyecek şekilde yaklaşır. Bir kalemi "buyur" diye vermekle fırlatmak arasında çok fark vardır. Eşler, birbirlerinin güçlü ve zayıf taraflarını bilip, halk tabiriyle "damarına basmadan" yaklaşırlarsa sonuç pozitif olacaktır.

Öfke, kadın ve erkeklerde farklı sonuçlar doğurur. Meselâ erkeklerde kalp krizini artırır. Kalp krizi, cinsiyet farkı

gözetmeksizin sabırsız, aceleci, hızlı hareket eden, riski seven, her şeye kızan ya da duygularını çok bastıran kişilerde, diğerlerine oranla üç misli fazla görülür. Bazı kimselerin çok sakin görüntülerinin altında fırtına öncesi sessizliği hâkimdir. Bu kimseler, bastırdıkları duygularının bedelini bedenleriyle, fiziksel olarak öderler ve alerji, astım, kalp gibi hastalıklara kolayca yakalanırlar.

Eğitim, Şiddeti Azaltır mı?

Şiddetin eğitimli insanlar tarafından uygulanması, eğitimsizlere göre insanı daha fazla şaşırtır. Eğitimli kesim arasında şiddetin artmasının sebebi, ego kabarmasıdır. Eğitimli kişi, eğitimin neticesi olan insanî erdemleri taşımayıp, "Ben özelim ve üstünüm!" duygusuyla hareket eder ve kendi fikirlerini karşı tarafa empoze etmeye kalkışırsa, sonuçta çatışma yaşanır. Eğer karşıdaki de eğitimliyse ve kendini ezdirmiyorsa, ilişki savaş hâlini alır. Eşler arasında şiddet yaşanmaması için, eğitim uygun ahlâkî erdemlerle birlikte gelişmelidir. "Her şey incelikten, insan kabalıktan kırılır." şeklinde bir atasözümüz vardır. Yani şiddet ve kabalıktan kırılma özelliği, sadece insana aittir. Bir başka atasözümüz de "Boğaz dokuz boğumdur." tarzındadır ve bu, "Söylemeden önce dokuz defa düşün." demektir. Dokuz defa değilse bile, üç defa düşündükten sonra konuşmayı öğrenmeliyiz. Dürtüsel hareket eden, aklına geleni hemen söyleyiveren insanlar vardır. Bu kimseler, "Dur, düşün, konuş!" ve "Dur, düşün, yap!" sözlerini slogan hâlinde çerçeveletip duvarlarına asmalıdırlar. İnsanlar, konuştuklarında karşılarındakine zarar vermemek için, "Acaba bunu söylersem karşımdaki ne düşünür?" sorusunu kendilerine sormalıdırlar.

Bazı kimseler, karşıdakinin hislerini önemsemeyip onu sinirlendirdiğinde, kendisini "gol" atmış gibi mutlu hisseder. İşte o zaman evlilik, eşler arasında bir iletişim olmaktan çıkıp bir maç ya da müsabaka hâline dönüşür.

Eğitimli kişinin uyguladığı şiddetin çözümü daha zordur. Kadın, eğitimli insanın davranışından daha çok zarar görür. Eğer eğitim almış kimse sosyal hayatındaki ilişkileri

iyi olmasına rağmen evde eşine kötü davranıyorsa, bu hareketini "Kontrol bende!" demek için yapıyordur. Burada eşini suçlamak yerine, kendi kimlik ve kişiliğini ezmeden, problemi nasıl çözebileceğini düşünmelidir.

Araştırmalar, banka hesabı olmayan evli kadınların, hesabı olanlara göre daha çok dayak yediklerini göstermekteyse de, ekonomik bağımsızlık sanıldığı gibi şiddeti azaltmaz. İnsanların olaylara yaklaşımları değişmedikçe,—ne kadar paraya sahip olunursa olunsun—şiddet, şekil değiştirerek devam eder. "Dayak, fakir ve cahil ailelere göredir." miti gerçek dışıdır.

Burada çözüm olarak düşünülen bir husus da, tarafların kültür düzeyini yükseltmektir. Bu sebeple aileler, kız çocuklarını okutmaya özen gösterip, "Kızımın bir mesleği olsun; kocası kendisine şiddet uygularsa, kendini daha kolay savunsun." diye düşünürler. İnsanın eğitim düzeyinin yüksek oluşu, ona elbette güven verir; ancak bunun faydası yanında şöyle bir sakıncasından da söz edilebilir:

Bu durumda kadın, kendini güvende hissettiğinden, en küçük bir sürtüşmeyi bile kısa sürede evlilik tartışması hâline getirebilir. Bunun dışında, eğitimsiz bir kadın da, kocasıyla pekala güzelce geçinebilmektedir. Bu yüzden insanın kişiliğini eğitmek, ona meslek kazandırmaktan; iletişimi öğretmek, ekonomik bağımsızlık sağlamaktan daha önemlidir.

Otorite, Şiddet Gerektirir mi?

Şiddet uygulayan erkeklerin bir kısmında öz güven eksikliği vardır. Bu tipler otoriter görünme ihtiyacındadır ve kendilerini ancak şiddet uygulayarak ifade ederler, kontrolü kaybedecekleri korkusuyla şiddete başvururlar. Hâlbuki otorite, şiddetle ölçülmez. Otoriter insan, kendi ortada görünmese de gölgesiyle iş yaptıran insandır. Meselâ ideal yöneticinin otoritesi, kurduğu sistemin işleyişinde görülür. Öfkenin dışa vurumu olan şiddet, otorite göstergesi değil, öz güven eksikliğinin işaretidir. Ayrıca çocukluğunda şiddet gören kimseler, yetiştiklerinde aynı yola başvururlar.

Evlilikte yapılması gereken, tarafların bencil hareket etmeden, kişiliklerini de ezdirmeden bağımsız birlikteliği oluşturmasıdır. Yoksa evlilik bir otorite mücadelesi değildir. Ayrıca doğrunun bir tane olmadığını bilmekte fayda vardır. Karşımızdaki insanın öfkesinin arka plânını ve sebebini anlayabilirsek, bu durumu evlilik tartışmasına dönüştürmeden çözebiliriz. Bunun içinde yapılması gereken şey, kişileri düşünmeye yöneltmek, yaptıkları hatalardan kendilerini suçlu hissetmelerini sağlamaya çalışmaktır. Burada önemli olan, kılıç çekmek değil, aklı kullanmaktır; eşinin, yaptığı hatayı telafi etmesine fırsat vermektir. Bazen "Sen haklısın!" diyebilmek, "Seni seviyorum." demekten daha önemli bir sözdür.

IX. EVLİLİK

Evliliğin Doğası

Eşleşme ve çiftleşme bütün canlılarda görülen biyolojik bir özellik, evlilik ise psikolojik ve kültürel bir olaydır. İlk insanın evliliğe verdiği anlamla şimdiki anlam aynı değildir. Fakat her kültür, evliliği kendine göre yaşar ve ifade eder. Bu sebeple evlilik kavramında tek doğru yoktur. Evliliğin kültürel boyutu, işin özünü anlamakta çok önemlidir. Evlilik, erkek ve kadın cinsinin belli amaçlar etrafında bir araya gelmesidir. Her insan, tek başına iken farklı amaç ve hareketler içinde bulunurken, evlenince ortak bir amaç ve benzer bir hareket içine girer. Bunun sağlanması için tarafların elinde iki veri vardır. Birisi hormonları, diğeri kültürleri...

Evlilikte kişilik ön plândadır. Eş olmak, küçük bir yöneticiliktir. Geleneksel evlilik anlayışında kadın evin iç, erkek dış yöneticisidir. Bir yöneticinin üç özelliği bulunur. Birincisi resmi konumu, ikincisi kişiliği, üçüncüsü ilişki gücüdür. Eğer bir yönetici, resmi konumuyla kişilik gücünü kullanırsa çevresinde güven oluşturarak görevini daha iyi yapar. İlişki gücü ise iyi iletişim kurabilme becerisidir.

Evrimsel psikoloji içinde erkekteki avcı özellik, ev halkının beslenme ve korunma gibi fiziksel ihtiyaçlarını sağlama ve onları tehlikelerden uzak tutmaktır. Kadının rolü ise çocuklarını besleme ve onları korumaktır. Onları koruyabilmesi için de korkuya karşı duyarlı olmalıdır. Bu, onu korkuya dirençli hâle getirir. Evlilikte eşler birbirlerini tamamlarlar. Evliliğin biyolojik boyutu budur.

Kişilik boyutunda ise şahsiyetin özellikleri ortaya çıkar. Bir insanın kişilik stilinde üç nitelik göze çarpar: Birincisi "kognitif stil" denilen düşünce kalıplarının ön plânda olduğu tarzdır. Meselâ insanın hayata ve kendine bakışı, çocukluğundan itibaren öğrendiği birtakım kalıplarla kendini gösterir. "Koping stil" denilen ikincisi, stresle baş etme ve sorun çözme kalıbıdır. Her insanın sorun çözme şekli farklıdır. Bunlar kişiliğin ayrılan özellikleridir. Kimi saldırganlıkla, kimi yumuşaklıkla yaklaşır. Üçüncü stil ise, iletişim ve ilişki kurmakla ilgilidir. Bazı insanlar çok sıcak ve sempatik, bazıları çok soğuk ve mesafeli olabilirler. Bunlar insanın parmak izleri gibidir ve karşıdaki insanın özelliklerini ortaya çıkarır.

Evlilikte bu üç stil beraber değerlendirilmeli ve çiftlerin özellikleri birbirlerine uymalıdır. Eğer tarafların sorun çözme yöntemleri farklıysa, ortak bir metot belirlenmelidir. Evlilikte, "Ben değişmem, sabitim, ben buyum." diyen bir insan başarılı olamaz. Evliliği, değişim talebi olan insanlar başarırlar. Gerçek hayatta da durum aynıdır. Gerçek öz güven, kişinin kendine saygısı olmakla birlikte, kendini hiçbir zaman yeterli görmemesidir. Kendini yeterli görmek, gerçekçi değildir ve gelişmeyi durdurur. İnsan, sürekli olarak gelişen ve yapısında "yeniliği arama" geni bulunan bir varlıktır. Bizler, sürekli yeniliği arama çabası içinde olacağız ki yeni kuşaklar bizden daha ileri olabilsinler. İnsanlığın geleceği inşa edebilmesi ve kuşaklar arasında bir fark oluşturabilmesi, yeniliği arama genini kullanmasıyla mümkündür. Bu bakış açısı, iyi bir evliliğin oluşmasında önemli bir unsurdur.

Kültür, kişinin kendine özgü duyuş, düşünüş ve davranış tarzıdır. Kişiliği oluşturan en önemli etken, kültürdür. Kültürü insanın içinde yetiştiği ortam, yani çevredir. İnsan hangi alt kültür grubunda ise, farkında olmadan onun özelliklerini alır. Öteden beri, bilgilerin genlerde biriktirildiği ve çocuğa böylece geçtiği ileri sürülür; kültürlerin, asırlardır genlerimiz vasıtasıyla dedelerden nesillere nakledildiği kabul edilirdi. Şimdi ise kişiliğin,—genetik bir alt yapının üzerine—öğrenmeyle oluştuğu tespit edildi. Kişilik gelişiminde

genetik eğilim %30-40 ise, bunun %60-70'inin öğrenmeyle gerçekleştiği anlaşıldı.

Binanın iskeleti, yani taşıyıcı kısmı genlerden meydana gelir; ama boya, duvar, sıva gibi donanım kısmı, yani kaba inşaat dışındaki kısımları öğrenmeyle oluşur. Bu sebeple insanın kültürel etkileri sorgulayarak kabul etmesi ve değişim içinde olması, onun kişiliğini geliştirir. Kişinin yeme içme, oturma kalkma, gülümseme, olaylara verdiği tepki, tatil zevki, kısacası "adab-ı muaşeret" denilen her şeyi kültürün içine girer.

Meselâ Genco Erkal'ın bir oyununda Türkiye'deki aydınlarla halkın aynı dili konuşmadığı konusu işlenmişti. Oyunun kurgusu şöyleydi:

Evin hizmetçisi hastalanmış, evin efendisi de temizlikçi kadının evine giderek ona çorba pişirmişti. Tam bu sırada temizlikçi kadının kocası çıkageldi ve, "Benim evimde senin ne işin var?" diyerek, kavgayı başlattı. Bu örnekte "efendi," iyi niyetle hareket etmesine rağmen, karşı kültürü bilmediği için zor durumda kalmaktadır. Görülüyor ki her şey öğrenmeyle elde edilir.

Size klâsik aile modelimizden bir örnek vereyim: Meselâ Belgrat ormanlarına gidenler, orada çizgili pijamasını giyip atletini üzerine çekerek, çocuğuyla top oynayan babalara çok rastlarlar. Bu sırada anne de küçük tüpün üzerinde yemek pişirmektedir.

Kültürel Farklılığın Evlilik Üzerindeki Etkileri

Aynı olaya, ayrı kültürlerde farklı tepkiler gösterilir. Fakat evlilikte olaylara bireysel değil, ortak tepkiler verilmelidir. Üzüntüye, sevince, yaşanan herhangi bir olaya, taraflar ne kadar benzer tepkiler verirlerse, evliliğin o kadar uyumlu olduğu söylenebilir. Fakat farklı kültürlerde yetişmiş insanlara bakıldığında, birinin üzüldüğüne diğeri sevinebilir, birinin kızdığını öbürü önemsemeyebilir. İnsanların yeme içme, arkadaşlık, barınma, kendini koruma tarzları, hatta cinsel doyum biçimleri bile kültürleriyle ilgilidir. Bu sebeple kültür, "toplum tarafından kabul edilebilen ve insan davra-

nışlarını belirleyen standartlar kümesi" olarak tarif edilir. Amerikalıların Hollywood'la kendi kültürlerini dünyaya ihraç etmeleri de bunun bir örneğidir. Dünyanın tek kültürlü hâle gelmesine çalışmaktır...

İnsanların yeme içme, giyim ve eğlence zevklerine çok büyük yatırımlar yapılarak, tüketim alışkanlıkları ve davranış kalıpları değiştirilmek istenmektedir. Bunlar değiştiği zaman, toplumun kültürel kimliği de değişecektir. İnsanların bireysel kimlikleri olduğu gibi, toplumların da kültürel kimlikleri vardır. Yerel olunmadan evrensel olunmaz. Yerellik yok edildiği zaman asimile olunur. Gerçek milliyetçilik, kültürel inanç sistemine ve kültürel kimliğe sahip çıkılmasıdır. İnsanların yabancı markalar peşinde koşarak milliyetçilik iddia etmeleri gerçekçi değildir. Toplumların kültürel kimliklerini koruyarak modernleşmeleri önemlidir. Modernleşmek mutlaka Batılılaşmak değildir; Japonya gibi, Batılılaşmadan da modern olunabilir. Biz de kendi kültür kimliğimizi koruyarak bunu başarabiliriz. Bu özellik evlilikte de çok önemlidir. Meselâ Doğulu bir erkekle Batılı bir kadının evliliğine ülkemizde çok rastlanır. Doğulu erkek, geniş bir aileden geldiği için evinden misafir eksik olmaz; öbürü ise misafiri sevmeyebilir. Bu yüzden ailelerde zaman zaman ciddî problemlerle karşılaşılır. Farklı kültürel kimlikteki insanlarla evlenenler, esnek davranmaya hazır olmalıdır.

Evlilikte hayata bakışın ve ilgi alanlarının ortak olması, kültürel değerlerin yakınlığı, karşılıklı uyum için önemlidir. Aynı kültür değerlerine sahip bir insan, eğer evli değilse, aynı ortamda aynı olaya farklı tepkiler verir. Ortak duyuş, düşünüş ve zevk alanları, ortak kültür değerlerine bağlıdır; bu birliktelik olmazsa, birinin hoşlanmadığından diğeri hoşlanabilir. Ama insanlar birbirlerini seviyorlarsa, yani arada sevgi varsa, bir müddet sonra orta noktada buluşabilirler. Kişilerin ortak değerlerinin fazlalığı, eğitim seviyesinin yakınlığı ve sevgi, anlaşmada önem taşır. Evlilik öncesi yapılan büyük hatalardan biri de, bu "Değiştiririm." fikridir. Kişi, "Değiştirebilirim de, değiştiremem de..." diye düşünmeli, A plânını uygulayamazsa zihninde mutlaka bir B plânı bulundurmalıdır.

Evlilikte yıkıcı davranmamak için taraflar birbirlerine uymak zorundadır. Birlikte yaşamak, beraber çalışmak ve paylaşılan birtakım ideallerin olması çok önemlidir. Meselâ erkek yorulunca evine gelip dinlenmek ister. Buna karşılık kadının ideali dışarıda gezmek olursa, bu çiftlerin uyum sağlaması zorlaşır. Böyle durumları çiftler, "Ruhlarımız birbirine uymuyor." diye ifade ederler. Bu yüzden evliliğin kültürel boyutu asla ihmal edilmemelidir.

İnsanlara nasıl davranacağımız, onların problemlerine ne şekilde karşılık vereceğimiz, hep kültürel aktarımlarla ortaya çıkar. Farklı kültürel referanslara sahip iki insan da, isterlerse ortak amaçla hareket edebilirler. Bir defasında kadın erkekle sinemaya giderse, başka bir defa erkek kadınla alış verişe çıkabilir. İletişim, çeşitliliği gerektirir. Eğer insanlar tek tip yaratılsaydı iletişim de olmazdı. Aralarında etkileşim ve iletişim olabilmesi için gruplar hâlinde yaratılmışlardır.

İletişimin iki türü vardır: Biri enformasyon [bilgi aktarımı], diğeri ise communication [etkileşim, yani iki taraşı bilgi aktarımı]... Enformasyon, otoriter toplumlarda olur ve emirleri tek taraf verir. Hâlbuki doğru olan, emretmek değil, fikir vermektir. İki tarafın karşılıklı fikri ortaya çıkarsa, beraber çözüm üretmek zor değildir.

Kültürel değerlerin aktarılması, kültürel sembollerle olur. Din, para, sanat, töre, kültürel sembollerdir. Meselâ Anadolu coğrafyasında yüzyıllar boyunca çok farklı medeniyetler yaşadığı hâlde töre cinayetleri engellenememiştir. Bunlar din kurumunun hatası değil, çağlar öncesinden bu yana grubun "kendini koruma" refleksidir. Fakat asırlar içinde, insanlığın gelişmesine paralel olarak bu yanlışın da değişmesi gerekirdi. Ama bu davranış biçimine bazı alt kültür gruplarında hâlâ rastlanmaktadır. Bu olguya ceza ya da baskıyla yaklaşmak yerine, onlara çağdaş değerler ile demokrasinin, farklı fikirlerin, iyi insan olmak için baskı ve şiddetten uzak durmanın yolları anlatılmalıdır. Kültürel değişim gerektiren bu olay, baskıyla çözülemez. İnsanlar, baskı yapıldığında kabuklarına çekilir, illegal yollara saparlar. Yani töre, savunmaya geçer...

Meselâ Kıbrıs'la Orta Asya, bu hâle güzel bir örnektir. Adı geçen iki yerde de kültürel değişim politikası uygulanmış, fakat Kıbrıs'ta İngilizler bunu özgürlük içinde uyguladıklarından orada Türk kimliği hemen hemen kalmamıştır. Şimdi adadaki insanların pek çoğu Rumlar gibi yaşamakta ve İngilizlere hayranlık duymaktadır. Buna karşılık Rusya'da değişim için baskı yolu seçildiğinden, insanlar savunmaya geçmiş, hiçbir dinî bilgi almadıkları hâlde bu duyguları devam etmiştir; serbestlik sağlandığında, inançlarına daha büyük bir arzuyla yeniden sarılmışlardır. Kısacası, baskı ve şiddetle sonuç alınmaz. Yanlış töreler, eğitim seferberliğiyle insanların bunu sorgulamasıyla düzelir. Yapılanların yanlışlığı, bu insanlara anladıkları dille anlatılmalıdır. Onların anladığı dil ise asla baskı ve şiddet dili değildir.

Evlilik Bağı

Evlilik insanın psikolojik doğasının gereğidir; hiç kimse tek başına mutlu olamaz. Kadının erkeğe, erkeğin kadına hem fizyolojik, hem de psikolojik olarak ihtiyacı vardır. Bu ihtiyaç, evlilikte psikolojik çekim ve gereklilik oluşturur. İnsanlar evlenmeseler bile birlikte yaşama ihtiyacı hisseder, yaşları ilerlediğinde evliliğin psikolojik doğa gereği olduğunu daha iyi anlarlar. Çünkü ileri yaşta en büyük zorluk, yalnızlıktır.

İnsanlara bağımlılık ve bağımsızlık eğitimi veren toplumlar vardır. Batı toplumları ve Japonya, çocuklarına bağımsızlık eğitimi vermektedir. Meselâ geçenlerde bir arkadaşım, Japonya'da rastladığı bir olayı anlatmıştı. Trende annesinin yanında oturan iki yaşındaki bir çocuğun burnu akıyor. Annesi burnunu silmesi için mendilini çıkarıp çocuğun eline tutuşturuyor. Oysa bizim toplumda anne, mendille çocuğun burnunu güzelce siler, üstelik bir de öper. Yani ülkemizdeki geleneksel yapı doğrultusunda hareket edilerek, çocuğa bağımsızlık eğitimi verilmez.

Bunun bir başka örneğini, çocuğun yürümeye başlaması sırasında görebiliriz. Çocuklar yürümeye çalıştıkları ilk zamanlarda yüksek yerlere, meselâ koltuk kenarlarına tırman-

maya çalışır; uzun bir süre uğraşıp tepeye çıktıktan sonra da muzaffer bir komutanın zafer kazanması gibi sevinirler. Böyle bir olayda Batılının tepkisi, "Bırak istediği gibi çıksın." şeklindedir. "Birey olsun, öz güveni gelişsin." düşüncesiyle, onunla ilgilenmemektir. Yani çocuğun öz güvenini geliştiren bir eğitim tarzıdır. Bağımlılık eğitiminde ise bir yetişkin, koltuğa tırmanmaya çalışan çocuğu, elinden tutarak çıkarır. O zaman çocuk, oraya çıkmayı öğrenmiş olsa dahi, kendinde muzaffer komutan hissi duyamaz. Bunlardan birinde çocuktaki öz güven güçlendirilirken, diğerinde yetişkin, çocuk ile arasındaki bağı güçlendirmektedir. Toplumumuzda sıcak bağlar, özellikle akrabalık ilişkileri çok güçlüdür. Bunu Batılılar kolayca anlayamıyorlar. Bu davranış, çocuklarımıza bağımlılık eğitimi vermemizle ilgilidir.

Burada ideal olan, çocuğun hem öz güvenini, hem de aradaki bağı güçlendirecek şekilde davranmaktır. Ona, "Çok güzel çıkıyorsun, bravo!" diyerek, bağı güçlendirecek sözler söylemek, çocuğun öz güvenini geliştirecektir. Geleneksel kültürümüzde bizler çocuğun yapması gerekeni, Batılılar ise tersini yapıyor. Bu yüzden şu anda Batıdaki en büyük sıkıntı yalnızlıktır. İnsanlar, "Bireyselleşeyim." derken bencil, "Öz güven sahibi olayım." derken yalnız oldular, toplumsal bağları zayıfladı.

Bizdeki toplumsal bağlar ise, insanları mahremiyet sınırlarını bozacak biçimde yakınlaştırmıştır! Yetişkinlerimiz, geleneksel değerlerle yetişmiş eski büyüklerimizin ruhsal olgunluğunu gösteremediği için tartışma çıkmakta, komşuluklarda eski samimiyet görülmemektedir.

Evlilikte de, bağımlılık ya da bağımsızlık eğitimi almış biriyle evlenmek arasında birtakım farklar vardır. Bağımsızlık eğitimi alan kişi, evlilik bağlarını fazla önemsemez, kendi çıkarlarına ters bir durum olduğunda evliliği terk edebilir. Bağımlılık eğitimi alan ise, evlilikte "kendini ezdirme" noktasına kadar gidebilir.

Bazı kimseler anne ve babalarına o derece bağımlı olurlar ki, eşleri kendilerini ikinci plânda hisseder. Hâlbuki anne babanın konumuyla eşin konumu farklıdır, bunlar birbiri-

nin alternatifi değildir. İnsan, aynı anda iki tarafı da sevebilir, tarafların hukukunu koruyup bu dengeyi kurarak ideal olanı başarabilir. Anneden kopmak, anneyi terk etmek ya da onu sevmemek değildir. Bir erkek evlendiği zaman annesini uzaktan sevmeyi başarmalıdır. Sevgi yatırımını annesinden alıp yeni alanlara yöneltmelidir. Yoksa karşı cinsle pek çok sorun yaşar. Evlilik sorunlarında kadınların en büyük şikâyeti, eşlerinin annelerinden kopamayışıdır. "Sevgi deyince eşim sadece annesini hatırlıyor. Annesi söz konusu olduğunda, evde akan sular duruyor. Kendimi eşya gibi hissediyorum!" diyor kadınlar. Böyle bir erkekle yaşamak, kadın için tam bir felâkettir ve çok zor bir duygudur. Erkek, anneden kopmamalı, sevgi ve saygısını devam ettirmeli, fakat uzaktan sevmelidir. Annesiyle eşinin yeri ve konumunu, yani bu ayrımı çok iyi yapmalıdır. Meselâ 44 yaşında ölen ve öldüğünde geride bir milyar dolar bırakan Amerikalı sanatçı Elvis Preistley, kendisine 1.60 boyunda, çok güzel ve 18 yaşından küçük kızlar getirildiğinde, uyuşturucu komalarından çıkıp onlarla ilgilenmez. Sonunda evlenir, eşinden bir çocuğu olur, fakat metres hayatı yaşamaktan da vazgeçmez. Bu ünlü, zengin ve yakışıklı sanatçının, kadınlarla olan ilişkilerinin tam bir felâket olduğu, herkesçe bilinen gerçektir. Preistley'in hayatı incelendiğinde şunu görüyoruz:

On bir yaşına kadar annesiyle aynı yatakta yatmış, 13 yaşına kadar okula annesi götürüp getirmiştir. Çok aşırı koruyucu bir annesi vardır. Presley annesini,—bir kediyi okşar gibi—okşayarak büyür ve ondan uzak kalmayı hiç başaramaz. Annesiyle olan sevgi ilişkisi, hayatı boyunca takıntı hâlinde kalmıştır.

Bir erkeğe bu duygularını nasıl düzene sokacağı öğretilmeli, bir genç kız da böyle bir erkekle karşılaştığı zaman ne yapacağını öğrenmiş olmalıdır. Burada doğru olan, evlendikten ve anne babasının ruhsal ve fiziksel ihtiyacını karşıladıktan sonra onları uzaktan sevmektir. Çünkü evlilikle birlikte kadın ve erkek, birbirlerini tamamlamışlardır.

Dostlukların En İyisi, Evlilik

Dostluğu biri mutlulukların, diğeri ise zorlukların paylaşıldığı dostluklar şeklinde iki ana gruba ayırabiliriz. İnsanlar arasında evlilik genellikle dert ortaklığı gibi görülür. Hâlbuki evlilikte insanî güzellikleri paylaşabilmek, kişilere cinsellikten daha büyük mutluluklar sağlar. Hatta bunun için doğal afrodizyaklar bile vardır. Doğal olmayanları ise, alkol ve uyuşturucu gibi keyif vericilerdir. Alkolikler bunu sadece alkolle başarırlar. İnsan, morfin ve şarabın verdiği mutluluğu beynine doğal yollarla salgılatmayı öğrenmelidir.

Bir kadın için doğal afrodizyak almış gibi beyninde mutluluk hormonları salgılatan bir diğer unsur, gebelik ve doğumdur. Mutluluk sağlayıcı doğal afrodizyaklar arasında sanat, müzik, oyun ve ritm de vardır. Tasavvuf, yoga ve meditasyondaki ritmler, farkında olmadan beyinde mutluluk hormonları salgılatır. Üretken çalışmak, yeni bilgiler keşfetmek de aynı etkiyi yapar. Yine İlâhî aşk, dinî duygular da mutluluk kimyasalı salgılatır. Bunların hepsi beyindeki mutluluğu ateşler. Beyninde mutluluk kimyasalı fazla salgılanan insanlara örnek vermek gerekirse, Mevlânâ gibi değerlerin ilk sıralarda yer aldıklarını görürüz.

Modernite bize, "mutluluğun sadece cinsellikte ve somut zevklerde olduğu" görüşünü sunmaktadır. Hâlbuki beynimizde mutluluğu ateşleyen birçok alan vardır. Yani zevk alanları çeşitlidir. Bunlar ihmal edilmemelidir. İleri yaşlarda fiziksel ve somut zevkler zayıfladığında ya da cinsellik kaybedildiğinde, kişi yeni bir hayat tarzı öğrenmediği için yaşam sebebinin ortadan kalktığını düşünür ve depresif olur. İleri yaş mutluluğu ve evlilik için önemli olan, bütün zevklerin dengeli bir biçimde götürülmesidir.

Evliliğin Amaçları

Biyolojik ihtiyacımız bizi evlenmeye yöneltir. Genlerimizin bizi evlenmeye sevk ettiğini bilmeliyiz. Bu olgu, insan neslinin devamı içindir. Genlerimizde, en iyi adayı bulmak,

onunla birlikte yaşamak ve çocuk meydana getirmek gibi bir talimatname vardır.

Ayrıca psikososyal ihtiyaçlar da ancak evlilikle karşılanabilir. Onun dışında bu ihtiyaçları tam olarak karşılamak mümkün değildir. Ancak doğa gereği olan evlenme kuralının da istisnası vardır. Evlilik, kültürel bir olgudur. Eğer kişi, ilgi ve zevk alanlarını çeşitli hâle getirebilir, hormonlarını %30-40 oranında kontrol edebilirse, kendini evlenmeden de mutlu edebilir.

İnsanlar modernitenin değerlerini ne derece benimserse, evlilik kurumuna olan bağları da o kadar zayıflar. Modernizm, evli çiftlere "Özgür yaşa, bağımsız ol, canının istediğini yap; çocuk seni engeller!" tarzında bir mesaj vermiştir.

Meselâ kadın, fizikî özelliklerinin aşırı yüceltilmesi sonucu, bu görüntüsünü kaybedince kendini çok kötü hisseder. Evlilik ise kadını fiziksel olarak yıpratır. O bu durumda, çocuk doğurması sonucunda oluşacak beden yıpranmasını düşünerek, kadınsı özelliklerini kaybetmemek ve aşınmamak maksadıyla annelik rolünden kaçınır. Meselâ bazı kadınlar, doğumdan sonra göğüslerinin bozulmaması için çocuklarını emzirmezler. Çocuk sahibi olmayı istememe de, aynı düşüncenin bir sonucu, modernitenin sunduğu modellerin birer uzantısıdır.

Hatta aileler, kız çocuklarının meslek sahibi olmasını, kocasıyla geçinemezse boşanabilmesi için istemektedir. Onların eğitimine bu kadar önem verilmesinin sebeplerinden biridir bu. Böyle bir düşüncenin arkasında da bencil olmaya yapılan özendirme söz konusudur. Savunma silâhı olarak düşünülen bu durumun evlilik kurumuna sağladığı fayda tartışılır. Bu niyet ve amaçlar evlilik bağını zayıflatmaktadır.

Gençlere, "Evlendikten sonra ne kendini ezdir, ne de karşı tarafı ez; evlilik bağlarını güçlendirmeye çalış!" fikri aşılanmalıdır. Bizim kültürümüzde, evlenilen insanın ailesine "kaim valide ve kaim peder" denilir. Bu tabir, "anne ya da baba yerine geçen" anlamına gelir. Kayınvalide ve kayınpeder, oğlunu evlendirdiği kişiyi "kızı" gibi görmelidir.

Büyükler, gelin ne kadar yanlış yaparsa yapsın, kendi kızında hissettiği duyguları hissetmeli, hak duygusunu elden bırakmamalıdır. Aksi hâlde, "Geçinemezse, bırakır gider!" düşüncesi, karşı tarafta kendini gerçekleştiren bir ön kabul olur. Şimdi bu insanların yerini, gelinini kızı, damadını oğlu yerine koyamayan aile büyükleri almaktadır. Bu bağlar zayıfladığından, evlilikler de zayıflamaktadır.

Psikolojinin gizli yasalarından bir tanesi, "İnsan, neye inanırsa ona göre davranır." kuralıdır.

Meselâ kişi, birini kötü kabul ettiği zaman, farkında olmadan ona kötü davranmaya başlar, karşıdaki de fark etmeden olumsuz tepkiler verir. İnsanlar kötü olmadığı hâlde ilişkiler kötüleşir, muhatabı birden kişinin düşmanı oluverir. Burada anne babanın, gelin ya da damadı kendi evlâtları yerine ikame edememesinin getirdiği hoşnutsuzluk vardır.

Bu noktada boşanmaların artması sadece bir sonuçtur. Bu olgular, pek çok kavramın zayıflamasının, toplumsal bağların ve insandaki erdemlerin azalmasının, ahlâkî çöküntünün ve kişilerin şekle fazla önem vermesinin neticesidir. İnsanlar çok güzel giyinmelerine rağmen, gönülleri zayıflamıştır. Öncelikler değişince de boşanmalar, evlilikten korkmalar ve çok eşliliklerin sayısı artmaktadır. İnsanımız Batının iyi değerlerini alırken maalesef hastalıklarını da almıştır.

Çocuk Yapmak Evliliğin Amaçlarından mıdır?

Kadının en önemli zevklerinden biri de evlât sevgisidir. Bu yüzden en büyük acılarından biri de onu kaybetmektir. Kadınlarda genetik olarak "çocukları koruma" dürtüsü bulunur; bu sebeple anne, kendini çocuklarına feda eder. Bu duygunun bir kadında olması kural, olmaması istisnadır. Bu eğilim, çocuk yapmayı ve onun fedakârlıklarına katlanmayı sağlar. Özellikle ilk iki sene çocuğa bakmak, büyük bir fedakârlık ister. Uykusuzluk ve yorgunluk gibi pek çok fedakârlığı, anneler zevkle yaparlar. Hiçbir rahatsızlık duymadan, "of" bile demeden bunca fedakârlığa göğüs germek, modüllerimizin isteğiyle gerçekleşir.

Hatta çocuk istemeyen bir kadın bile, çocuk gördüğünde onunla arasında duygusal bir çekim oluşur. Çocuğun masum ve sevimli hâlinde "kendini feda etme" duygusu gelişir. Bu sadece insanda değil, hayvanlarda da böyledir. Meselâ bir tavuk, yavrusu için aslana saldırabilir. Bu, sevginin farklı bir formudur. Karşılıksız, şartsız, "çünkü" ve "eğer" kelimelerinin olmadığı bir sevgidir. "Seni, eğer iyi olursan severim.", "Seni seviyorum, çünkü akıllısın." gibi ön şartların getirilemeyeceği bir histir. Bu, "şefkat" olarak da bilinir.

Allah, insanı yaratırken, kendi çocuğuyla ilgilenmenin getirdiği zahmetlere peşin bir zevk vermiştir. Beyin o esnada mutluluk kimyasalları salgılar ve müthiş bir keyif alır. Öyle anneler vardır ki, "İstanbul'daki gece hayatının bütün zevklerini bana verseniz, çocuğumla beraber olmanın yerini tutmaz." derler. Bunun keyfini çıkarmak çok önemlidir. İnsanlar, onun zahmetine değil, güzelliğine odaklandığı zaman, çocuklarını daha kolay büyütürler. Çocuğun her yaşının ayrı bir güzelliği vardır ve annenin bu tadı kaçırmaması gerekir. Meselâ çalışan anneler çocuğun ilk yürüdüğü ve ilk heceledigi zamanları kaçırırlar. Fakat çocuk büyümeye başladığında, ayakları üzerinde durabilmesi için,—anaç tavukların yavrularını itmesi gibi—biraz serbest bırakılmalıdır.

Tavuklar üzerinde yapılan bir deneyde, kendi yumurtalarından çıkan civcivleri mavi ve kırmızı olmak üzere iki ayrı renge boyayıp annelerine getiriyorlar. Neticede her civciv, onca karışıklığa rağmen kendi annesini buluyor. Arada sanki sevgi partikülleri ya da müzikal enerji varmış gibi, taraflarda karşılıklı olarak iletişim oluşuyor.

Küçük bir bağ, hatta annenin kokusu bile çocuğu rahatlatır. Bir anne ya da baba çocuğun başını okşadığında, onun beyninde mutluluk kimyasalı salgılanır. Çocukları mutlu etmek için fiziksel temas çok önemlidir. Eskiden çocuklar öz güvenlerinin gelişmesi için beşiğe konulurdu ve onlarla ilgilenilmezdi. Öğrencilik yıllarımda çocuk doktorları, "Çocuğu yüzükoyun yatırın, karışmayın." derlerdi. Şimdi ise, "Annesi çocuğu emzirmese bile kucağına almalı." deniliyor. Bu değişim, fiziksel temasın çocuğun beyninde mutluluk

kimyasalı salgıladığının ortaya çıkmasından sonra gerçekleşti. Bilim önceki yolun yanlışlığını anladı, ama o arada birçok çocuk bu ilgisizliğin bedelini ödemiş oldu.

Kısacası, çocuk yapmak ve çocuğu korumak, genlerimize kodlanmıştır.

Evlilikte Yaş Farkı

Hayat bir alış veriştir ve hiçbir şey dört dörtlük değildir. Evlenecek insanların birbirlerine %100 uymalarını beklemek yanlıştır. Tarafların özellikleri %80 uyuşuyorsa, o evliliğe engel olmak doğru değildir. Evlilikten iyi sonuç alınabilmesi için, sevginin karşılıklı ve hayata bakış açısının ortak olması, ruh ve kişiliklerin uyuşması lâzımdır. Evlilikte en büyük engel, insanın değişime kapalı olmasıdır. İnsan değişime açıksa, herkesle evlenebilir; bunun hiçbir sınırlaması yoktur.

Eşler arasındaki yaş farkının fazlalığı, başlangıç için sorun olmayabilir, ama yaş ilerledikçe bir tarafın fedakârlık yapması gereken durumların ortaya çıkacağı da gözden kaçırılmamalıdır. Eğer taraflar uzun vadede bu fedakârlığa, yani yaş farkının muhtemel sonuçlarını göğüslemeye hazırsa, evlilik açısından hiçbir sakınca yoktur. Kişiler, eşlerinin ileri yaşlarda fiziksel gücünü kaybedeceğini düşünerek bunu kabul ediyorlarsa, evlilik gerçekleşebilir. Evliliğin en büyük düşmanı, sabit fikirli olmaktır.

Piyasaya ilk çıktığında bilgisayarlara, "kişilerin kişiliklerini karşılaştıran" bir program yüklendi. İnsanlar, "kişilikleriniz birbirine uyuyor" diye sanal ortamda evlendirildiler. Fakat bu şekilde tanışıp evlenen insanların boşanma oranları, kişiliklerinin uyumlu olduğu görülmesine rağmen, diğerlerine göre değişmedi, aynı kaldı. Bu örnek gösterdi ki, önemli olan, insanların kişiliklerinden ve aradaki yaş farkından çok, uyum kapasiteleridir.

Evlilik, insanların esnek olmasını gerektirir. Bunu başaramayan kimse, hangi kişilikte olursa olsun karşıdakini kendi doğrularına çekmeye çalışacak, muhatabı hep veren

taraf olacağından bir süre sonra kendini değersiz ve kötü hissetmeye başlayacaktır.

Kişilikler ne kadar zıt olursa olsun insanlar iyi ilişkiler kurmayı başarabilirler. Evliliklerin problemi, kişilik uyumsuzluğundan çok, iletişim kurmayı becerememekten kaynaklanır. Bunu başarabilenler, sevgi, iyi niyet ve esnek olunması şartıyla, herkesle beraber olabilirler. Bir insanda bu üç özellik bulunuyorsa, bozulan ilişkilerin düzelmesi için uygulanabilir bir yol mutlaka vardır.

Evlilikte İtaat Unsuru

Evliliği yönetmek, bir şirketi yönetmekten çok farklı değildir. Şirketlerde bir otoriter, bir de demokratik işleyiş vardır. Otoriter işleyişte, "Burada benim sözüm geçer, kararları ben veririm, kuralları ben koyarım!" tarzı hâkimdir. Diğer ortakların kendisine uymak zorunda olduğunu düşünür. İnsan eğer böyle biriyle yaşamak zorundaysa, onun bakış açısını değiştirmesini beklemeyi başarmalıdır. Değişim ise bazı olaylar sonunda atılan adımlarla yaşanır. Demokratik işleyişte ortak kararlar alınır, adımlar beraber atılır.

Bir taraftan bağımlılık eğitimi verip itaati yüceltirken, diğer yandan da bağımsızlığı öğreterek öz güveni üstün tutmaya çalışan kültürler vardır. Birincisinde, aradaki sadakat ve itaat vurgulanır; o güçlendirilirken öz güven zayıflar. Öz güven zayıfladığı için de girişimcilik olmaz ve yeni şeyler ortaya çıkmaz. İnsanlar hep standart ve klâsik tipte kalırlar. Diğerinde ise, öz güven ve girişimcilik üzerinde durulur; öz güven güçlendirilirken bu defa da ilişki bağları zayıflar.

Burada yapılacak olan şey, hem itaat ve sadakati, hem de öz güven ve girişimi güçlü tutmaktır. Bağlılık, öz güven kaybettirmeyen, karşı tarafın kendini kişiliksiz hissetmeksizin duyduğu bir itaat olursa idealdir. Kişi karşıdakine kendisini yetersiz ve değersiz hissettiriyorsa, o itaat mahzurludur ve adı, "katlanmak"tır. Bu bağlılık kişiyi mutlu etmeyen bir bağlılık olduğundan, böyle ortamlarda yetişen çocuklar mutsuz olurlar. Kısaca itaat, iki taraf için de geçerlidir.

Daha önce de belirttiğim gibi, evlilikte, erkeğin sorumlu olduğu konularla kadınınkiler birbirinden farklıdır. Eğer kadın çalışıyorsa evdeki işler paylaşılmalı, bu işlere erkek de yardım etmelidir. Bu durumda kadın da eve para desteğinde bulunacaktır. Fakat erkek işten gelince televizyonun karşısına geçer, kadın gündüz iş yerinde çalıştığı gibi eve gelince de bir sürü işi tek başına yapmak zorunda kalırsa, kısa sürede yıpranır. Eğer bir erkek, karısının çalışmasını kabulleniyorsa, bulaşık yıkamayı da göze almalıdır. Diğer türlüsü bencilliktir. Bu durumun sakıncaları 50'li yaşlarda görülür. Aradan yıllar geçip aile belli bir ekonomik kazanca sahip olduğunda, kadın hem annelik, hem çalışma hayatı, hem de eş olmanın sorumluluğu ile çöker. Erkekse, "Dünyaya bir defa geldim. Bir daha mı geleceğim?" diyerek bir sevgili bulur ve evlilik çatırdamaya başlar. O zaman kadın, haksızlığa uğradığını ve kullanıldığını acı bir biçimde anlar, ama iş işten geçmiş olur. Kadın çalışmak zorundaysa çiftler hayatı paylaşmalı; çalışan kadınlar evliliğe, kocaları bu tavizi vermeden başlamamalıdır. Gelecekte zor bir durumla karşılaşmak istemeyen kadın, erkeğin hoşuna gitmese de bu şartı önceden konuşmalıdır.

Evli Çiftlerin Birbirlerine Karşı Görevleri

Evlilik ve insan ilişkilerinin temeli, sevgi, saygı ve güvene bağıdır. Bu bağlar aynı zamanda evliliğin temel ihtiyaçlarıdır. Bir erkeğin evde güven ortamı oluşturması, eve ekmek getirmesinden daha önemlidir. Evde sıcak bir atmosferin oluşması, iki tarafın da kendini değerli hissetmesine yol açar. Evlilik terapilerine gelen kadınların önemli şikâyetlerinden birisi, "Benim, evimdeki eşyalardan hiç farkım yok, evimde değerli değilim!" şeklindedir. Kendini böyle kıymetsiz hisseden bir insan, evliliği yürütemez. Bu bakımdan, "değerli olma" duygusu, evlilikteki temel ihtiyaçlardan biridir.

Evlilikte, yakınlık ve dayanışma duygusu da ön plândadır. "Sıkıntıya düştüğüm, hasta olduğum ya da güçsüzleştiğim zaman bana yardım edilebilir, sahip çıkılabilir; yalnız değilim." düşüncesi, kadına kendini güvende hissettirir.

Bunun yanı sıra sorumluluk duygusu, evlilikteki sorunların çözülmesine yardımcı olur. Eşlerde bireysel tepki yerine ortak tepki gelişmeli, "Eşimle beraber ne yapabiliriz?" düşüncesi yerleşmelidir. Evliliğe hazır olmayanlar, tek kişilik tatil plânları yapar, alış verişe gittiklerinde sadece kendileri için alış veriş yaparlar. Bu, "biz" olamamaktan kaynaklanan bir olgudur ve değişim gerektirir. Çiftler değerli olma, kendini güvende hissetme, paylaşma ve sorumluluk duygusu gibi, evlilikteki temel ihtiyaçların farkına varmalıdır. Çünkü evlilik sadece aynı ortamı değil, aynı duyguları da paylaşmaktır. Evlilikte fiziksel olduğu gibi psikolojik beraberlik de, fiziksel iletişim gibi psikolojik iletişim de vardır. Meselâ Don Quijote [Kişot] ile Sancho [Sançe) Panza, bütün dünyayı birlikte dolaştıkları ve fiziksel olarak çok yakın oldukları hâlde, ruhsal olarak birbirlerinden çok uzaktırlar. Birinin zevk, hayal ve düşünceleri başka, diğerininki başkadır. Evliliği evlilik yapan da, fiziksel olandan çok, psikolojik beraberliktir. Psikolojik beraberlik, kişilerin birbirine değil, aynı noktaya ve aynı hedefe bakması demektir. Eşlere bu bilinç yerleşirse, evlilik kaliteli ve uzun ömürlü olabilir.

Aslında ideal üretim, iyi çocuk yetiştirmektir. Bu, bir toplumun iyi fabrika kurmasından veya iyi sanatçı yetiştirmesinden önce gelen görevidir. Kadının evdeki rolü küçümsendiğinde, iyi nesiller yetiştirme de küçümsenmiş olur. Kadını kadın yapan rollerin güçlenmesi, kadını daha kuvvetli kılacaktır. Önemli olan, kadının erkek gibi davranması değil, aradaki farkların korunmasıdır. Bu sebeple evdeki işlerin yöneticisi kadın, dışarıdaki işlerin yöneticisi erkek olmalı, kararlar beraber alınmalıdır. Çiftlerin aileyi nerede ve nasıl temsil edeceği, aradaki anlaşmaya bağlı olarak değişebilmelidir.

Kültürel ve dinî değerlerimiz, evin ekonomik ve mali sorumluluğunu erkeğe vermiştir. Buna karşılık erkek, "Koltuklar nereye yerleşecek, yemek ne olacak, tablo nereye asılacak?" gibi konularda son sözü eşine bırakmalıdır. Böyle bir paylaşım, hem farklılıkları korur, hem de dengeyi sağlar.

Sonuç olarak, kadın erkek eşitliğinin gerektiği gibi yaşanabilmesinde, cinsel kimlik sınırlarının korunması önemlidir. Cinsel kimliği bozucu davranışlar, hem kişilerin psikolojik doğası hem de insanlığın geleceği açısından onaylanmamalıdır. Bu durum, insanın mutlu olmasını engelleyecek, uzun vadede olumsuz toplumsal sonuçlar doğuracaktır.

Evlilik ve Aşk İlişkisi

"Aşkla başlamış bir evliliğin birkaç yıl sonra neden tükendiği" sorusu, evlilikle ilgili insanların en fazla kafasını kurcalayan sorulardan birisidir. Kişilere göre değişmekle beraber, insanın ya kendisi ya da karşı taraf, aşkın tuzaklarına düşmüş olabilir. Bir de şanssız âşıklar vardır. Takıntılı bir eşe rastlanmışsa çözüm zordur. Takıntılı erkeğin aklına şöyle bir parazit düşünce gelebilir:

"Ben ona lâyık değilim; eşim bir başkasıyla evlenseydi daha mutlu bir evlilik yapabilirdi!"

Aynı durum kadın için de mümkündür: Bürosunda, sevimli ve bakımlı genç kızlarla beraber çalışan bir erkeğin takıntılı hanımı, "Bu kızlar, acaba eşime hangi gözle bakıyor? Eşim bir tuzağa düşebilir mi?" diye düşünür ve hemen senaryo yazmaya başlar. O zaman, senaryoya uygun olarak her şeyden şüphelenir ve güven zayıflaması yaşar. Bunun neticesi olarak da kocasının cep telefonunu incelemeye, ceplerini kurcalamaya yönelir. Kadın, aklına gelen bu duruma cinsel yaşamdan deliller bulmak eğilimindedir. Eğer cinsel yaşamları biraz gerilediyse, kocası kendisine eskisi gibi zaman ayırmıyor ya da sıkı sarılmıyorsa, "Demek ki başkası var!" diye düşünmeye başlar. Fakat erkek çoğu zaman bunları, iş yoğunluğundan yapamaz. İlgi, enerji ve zaman, evlendikten bir süre sonra kariyere yönelmiştir. Ancak bu azalma farklı şekillerde yorumlanır, iki taraf da mantık hatası yapar. Böyle olunca da, "Artık beni eskisi gibi sevmiyor; acaba hayatında başka biri mi var?" düşüncesi soru olmaktan çıkıp kalıp yargı hâlini alır. Böyle durumlarda kocanın tepkisine göre kriz aşılabilir. Fakat kadın, kendi yazdığı se-

naryolara inanmaya devam ederse evlilik felâkete sürüklenir. Âşık olduğu kişi bir müddet sonra elinden kayıp gider.

Çözüm odaklı düşünürsek, bu durumda, kıskanılan tarafın altta yatan duyguyu anlaması lâzımdır. Bu hissi anlayan karşı taraf, "Ben, çevresinde gördüğü ve beğendiği her insanla beraber olacak tiplerden değilim; bana güveniyorsan güven, güvenmiyorsan ilişkimiz biter!" demelidir. Taraflar, bu kararlılıkla konuşmalıdır. Fakat kıskanılan kişi takiye yapar gibi davranır, konu açıldığında gülüp geçer, işi alaya ve şakaya alırsa, içinde kaygı barındıran eşin endişeleri daha da kuvvetlenir. İlişki daha büyük zarar görür.

Taraflar, "İlişkimizi daha iyi duruma nasıl getirebiliriz?" sorusuna kafa yormalı; eşinin kendisini kaybetme korkusu taşıdığını fark eden kadın ya da erkek, ona sevdiğini gösteren bir yaklaşımı onun anladığı dille sergilemelidir. Bizim geleneğimizde, erkekler kadınlara kolaylıkla "Seni seviyorum." diyemezler. Fakat bu söz, dille ifade edilmese de, beden diliyle anlatılabilir. Meselâ eşine sevgi dolu bakışlar yöneltebilir erkek. Seven kadın, eşinin bakış ve davranışından bunu anlar. Sevgi dili, hizmet davranışı da olabilir. Hastalandığında eşiyle ilgilenmesi ya da onun ihtiyaçlarını düşünmesi, aradaki duyguyu ifade eder. Hediyeleşmek, hatta fiziksel temasta bulunmak, yani dokunmak da sevgi dilidir. Eşler bu dilin farklı ifade tarzlarını kullanarak ilişkilerini daha cazip hâle getirebilirler. Burada yapılması gereken, hemen ihanete uğradığına inanmak yerine, sorgulayıcı yaklaşıp, "İlişkiyi düzelterek bu sorunu nasıl atlatabilirim?" sorusuna cevap bulmaktır. Çiftlerin hedefi, "İlişkimizi nasıl düzeltiriz?" olursa, evlilik için fırtına sayılacak bir problemden evlilik bağları güçlenerek çıkılabilir. Doğru olan, fırtına çıktığı zaman gemiyi terk etmemektir. Zira kaliteli ilişkiler, emek verilmiş ilişkilerdir.

Eğitim sistemimizde tarih, coğrafya, trigonometri gibi birçok alanda ders vardır, fakat kadın erkek ilişkisinin nasıl olması gerektiği öğretilmez. Amerika'daki üniversitelerde bu konular üzerinde çalışan aile araştırma merkezleri kurulmuştur. Bu merkezlerde, "İyi evlilik nasıl kurulur, nasıl yü-

rütülür? Kimler daha iyi evlilik yaparlar?" sorularına cevap bulmak için, 10 ya da 20 bin ölçekli çalışmalar yapılır, evliliklerin yıkılmaması için neler yapılabileceğiyle ilgili araştırmalarda bulunulur. Kadın ve erkek psikolojisini iyi öğrenerek, onlara her yaşa uygun tavsiyeler verilmelidir.

Evlilikte Eleştiri

Bir insanın kişiliğini eleştirmekle hatalarını eleştirmek ayrı şeylerdir. Eğer eleştiri insanın şahsiyetine yönelikse, o kimse kendini değersiz hissettiğinden, savunmaya ihtiyaç duyar, ruhunda suçluluk ve pişmanlık duyguları uyanır. Fakat yaptıkları eleştirilirse, bu, faydalı bir harekettir. Aksi hâlde insanlar hatalarının farkına varamazlar. Kadınla erkek birbirlerini eleştirirken, "Sen benim için değerli ve önemlisin. Bu söylediğini şöyle değil de böyle yapsak, nasıl olur?" tarzında konuşmalıdır. Eleştirinin yöntemi de, kendisi de çok önemlidir. "Sen" diliyle eleştirmek yerine "ben" diliyle eleştirmek, çözüme daha yakındır.

Meselâ erkek eve gelip ortalığı dağınık gördüğünde, "Sen ne biçim kadınsın, bıktım evin bu hâlinden, gelmek bile istemiyorum!" dediğinde, bu davranışı aradaki sevgiyi örselediği gibi evliliği de olumsuz yönde etkileyecektir. Kadın belki erkeğin korkusundan evi toplar, ama bir müddet sonra kendini önemsiz göreceğinden sürekli varlığını ispata çalışır ve arada bir güç mücadelesi başlar. Hâlbuki aynı erkek, "Evi böyle dağınık gördüğüm zaman kendimi kötü hissediyorum!" dese ve "ben" dilini kullansa daha iyi sonuç alacaktır. O zaman karşı taraf "Demek ki, evin dağınıklığı eşimi incitiyor!" diyerek, savunma duygusu yerine içindeki sorumluluk hissini harekete geçirecektir. Eleştiri böyle olursa yararlı olur ve hataların düzelmesine imkân verir; yoksa kılıç çekme biçimindeki tenkit, köprünün üzerinde karşılaşan keçiler gibi iki tarafı da kaybettirir.

Ayrıca eleştirinin tarzı da önemlidir. İnsan kızarken ya da eleştirirken bile, sevgiyle kızıp eleştirmelidir. Fakat bunu başarabilmenin yolu, kâmil insan olmaktan geçer. Kısaca doğru evlilik, doğru kişi olmamıza bağlıdır. Eğer bizler

doğru kişi olabilirsek, evliliğimiz de doğru olacaktır. Bu sebeple başkalarını doğrultmadan önce kendimizi doğrultmaya çalışmalıyız.

Evliliğe Verilecek Doğru Anlam Nedir?

Eğer insanlar hayat yolundaki engelleri beraber aşma ön kabulüyle hareket ederlerse, evliliğe doğru anlam vermiş olurlar. Bu kabulün dışındaki anlamlar, evlilikte sorun meydana getirir.

Evliliğin Bel Kemiği: "Biz" Duygusu

Kadın ve erkeklerin eğilimlerinde farklılık vardır. Kadında duygusal kapasite daha güçlüdür. Korkuya direnci azdır. Erkeğe göre daha barışçı özelliklere sahiptir. Erkekte ise evrimsel psikoloji içinde değerlendirilebilecek avcı özelliklerin getirdiği agresif olma, tehlikelere daha çok göğüs germe söz konusudur. Stres oluşturan durumlarda erkek beyninde "Savaş ve kaç!" tepkisi ortaya çıkarken, kadında koruma ve korku duygusuyla ilgili alan harekete geçer. Kadınların beynine "çocuklarını koruma" eğilimi kodlanmıştır. Bazı feministler hoşlanmasa da, genetik biliminin bize sunduğu bilgi böyledir; bu bilgiye uymak da insanın menfaatinedir.

Bu hâlin kültürel bir boyutu olmakla birlikte, biyolojik yönü çok daha fazladır. Kadınlar, zihinsel yatırımlarını "ev" faktörüne yapıp, daha çok evlerinde mutlu olurlar. Erkeğin hoşuna giden şey ise, dışarıda bulunup üretmektir. Böyle bir paylaşım, insanın psikolojik doğasına da uygundur.

"Biz" Duygusunu Zedeleyen Unsurlar

Püriten ahlâk özelliği olan kişi, karşı tarafın kendisi gibi düşünüp hissetmesini ister. "Eşim benim gibi düşünmeli, benim gibi hissetmeli, benim dünya görüşümü taşımalı." şeklindeki düşünce, püriten ahlâkın bir göstergesidir. Meselâ "Ben kayığa binmeyi seviyorsam, o da sevmeli!" gibi düşünür bu tiptekiler.

Erkekler daha çok araba satın almaktan hoşlanırken, kadınlar ev eşyasını tercih ederler. Arabayı seven erkek ya da iyi bir eşya satın almak isteyen kadın küçümsenmemelidir. Bu davranışın kültürel bir boyutu olmakla beraber, kişilerin fiziksel ve genetik yapıları bunu gerektirir.

"Biz" duygusu, farklılıkları kabul ederek "birliktelik" yaşandığında dengelenir. İnsan bencil olmadan bağımsız, üstünlük kurmadan özgür olabilmelidir. Bunu elde etmek de emek ve yatırım ister.

Güzel piyano çalan birisine ne kadar çalıştığını sorduğumda, "Günde dokuz saat." cevabını almıştım. Bir piyanoya bu kadar zaman ve emek veriliyorsa, iyi bir evlilik için kimbilir ne fedakârlıklar yapılmalıdır... Bu sebeple, emek verilen ve yatırım yapılan evlilikler kaliteli olur. Bu yapılabilirse, farklılıklar içinde mutluluğa bir yol bulunabilir. Önemli olan karşı tarafı değiştirmeye çalışmak değil, esnek bir yaklaşım gösterebilmektir.

Meselâ erkekler duygusal olarak kadınlara göre daha fakirdirler. İnsan duygu fakiri olduğu zaman, karşı tarafın ne hissettiğini anlayamaz. Karşısındakinin duygularını anlamamak kadar bencilce bir şey yoktur. Kişi, "Kendimi onun yerine koymalıyım." veya "Onun yerinde olsam ne yapardım?" diye düşünmeyip sadece kendi penceresinden bakarsa, eş duyum yapamaz, doğru davranamaz.

Kadın ve erkeğin birbirlerinin farkında olmalarını sağlamak için, "aynalama" metodundan yararlanırız. Bu metotta, insan bir şey anlattığında, muhatabı kendisini anladığını ve onayladığını tasdik eder. Duyguların böyle bir yöntemler paylaşımı, eş duyumu güçlendirir, onaylama sürecini hızlandırır. Eş duyumun güçlenmesi demek, karşı tarafa "Düşünce tarzını ve ne demek istediğini anlıyorum." demektir. İki kişi arasında eş duyum modeli oluşturulduğunda, taraflar birbirine itaat etmiş ve birbirini tamamlamış olur.

Meselâ Hz. Peygamber, Hz. Fatma'ya, "Sen Ali'nin cariyesi ol ki Ali de senin kölen olsun." diyor. Bu, hiçbir şeyin tek taraşı olmadığı manasına gelir. Burada Hz. Peygamber, bencil olmadan bağımsız olmayı, karşı tarafın hakkını anla-

yarak ve kendimizi onun yerine koyarak "biz" duygusuyla davranmayı öğütlemektedir. Böyle bir ortamda mutlu bir evlilik gerçekleşecek, mutlu çocuklar yetişecektir.

Evlilikte Tanışma Usulleri

Bizdeki geleneksel modelde gençlerin tanışma şekli, "görücü" usulüdür. Bu usulde evlilik, gençler adına tarafların anne ve babasının adayı gördüğü ve onay verdiği biçimde gerçekleşir.

Modernitenin bize sunduğu modelde ise, bir flört döneminden geçilir. Evlenecek kişi değişik insanlarla görüşür ve hangisini beğenirse onunla evlenir. Ancak uygun adayı seçmede bizim kültürümüz, son yıllarda karma bir yol buldu. Hem tarafların birbirlerini gördüğü, hem de kızların mağdur edilmediği bir beraberlik modeli geliştirildi. Yani ailelerin bulduğu adaylar arasından gençlerin de onayıyla seçim yapılmaya başlandı, "yarı görücü" usulü denilebilecek bir model keşfedildi. Bu, şartların getirdiği bir değişimdir. Bu metodun oluşmasında, gençlerin flört döneminde aileyi olumsuz etkileyen korkuları yatmaktadır.

Genç erkekler kızlarla flört etmeyi onaylasa, hatta onun bu teklifini reddeden kızları modern olmamakla suçlayıp küçümseseler de, evlenecekleri kıza başka bir erkek elinin değmemesini isterler. Bu bir çelişkidir, ancak kızların aleyhine işlemektedir. Çünkü evlenme vaadiyle yapılan pek çok aldanma örneği ortaya çıkmıştır. Genç kızlar, flört döneminin sonunda çoğu zaman kendilerini kullanılmış gibi hisseder, ruhsal olarak yaralanırlar. Bu sebeple karşı cinsle olan ilişkilerde önüne gelenle flört etme davranışı, evliliğe yönelik bir anlam taşımaz. Böyle bir ilişki, kişinin ruh sağlığı açısından da ciddî sakıncalar doğuracaktır.

Kolay ulaşılabilen bir kız, erkek için değersizdir. Genç kızın cinsel olarak kendini sakınması, onunla birlikte olmak isteyen erkekleri ölçülü davranmaya, davranışlarına sınır çizmeye yöneltir. Böylece feminizmi "bir erkeğin daha çok kadınla beraber olması" gibi anlayan erkek feministlerin oyununa da gelinmez.

Bir erkeğin evlilikten önce karşı cinsle yaşamasını onaylayan kültürler olduğu gibi, buna karşı çıkan kültürler de vardır. Bizim geleneksel kültürümüz, bunu onaylamaz. Arkadaş grubu içinde tanışma onaylansa da, karşı cinsle evli gibi yaşama, kabul görmez. Bir anne baba, çocuğunun bu şekilde yaşamasını uygun görüyorsa, onun yaptığı yanlışların sonucuna katlanmalıdır.

Sık partner değiştiren erkekler, bir süre sonra beraber oldukları kadınları terk edebilir ya da onunla beraberken başka biriyle olabilirler. Çünkü kendilerini sadakat konusunda sorumlu hissetmezler. Kızlar genellikle partnerlerinin sadık olmasını isterken, erkekler "Sadık olmam gerekmez!" diye düşünür. Bu düşünceler ilişkiyi daha çok yaralar. Bir insanın kültür ve yaşam felsefesi evlilikten önce karşı cinsle beraber olmayı onaylıyorsa, ileri dönemde sadece bu kişiyle beraber olmak istemeyebilir. Bu yüzden, flört tarzındaki ilişkileri sorgulayıp kendi kültür değerlerimizle sentez yapmamız gerekir. Batı kültüründe son yıllardaki boşanmaların artmasında bu durumun da büyük rolü vardır.

Evlilik, sadakate dayalı bir ilişkidir. Her erkek, çocuğunun kendisinden olup olmadığını bilmek ister. Eşinin kolaylıkla başka biriyle beraber olacağını düşünen erkek, doğan çocuğun kendisinden olup olmadığı konusunda kaygı yaşar. Kişilerde flört, "Bu hâl, evlilikten sonra da devam edebilir." yaklaşımı doğurarak evlilik bağlarını zayıflatır. Özellikle Batı toplumlarında evli çiftler, birbirlerine karşı sevgi ve ilgileri azaldığında kendilerine bir sevgili bulup sevgi ihtiyaçlarını sevgilileriyle gidermeyi düşünür; önce de ifade ettiğim gibi, çocuklarını terk etmek istemedikleri için de bir arada kalırlar. Bu tip evlilikler genellikle boşanmayla sonuçlanır.

"Kaçmak" Niçin Bir Evlenme Modelidir?

Bizim geleneksel kültürümüzde yanlış bir anlayışla, anne ve babalar, çocuklarını kendi malı gibi görürler. Böyle durumlarda çocuklar, bir çare olarak kaçışa sığınır. Kaçmadaki

etkenlerin birincisi, evdeki baskıdan kurtulmaktır. Bu, anne babadan öç alma yaklaşımıyla oluşur. İkincisi ise, kişinin sevdiği kişiyi kaybetme korkusundan kaynaklanır. Ayrıca başlık parası gibi, evlilikle ilgili mali yetersizlikler ve gençlerin sabırsızlığı da kaçışı hızlandıran sebepler arasındadır.

Çocuklar başka çıkış yolu bulamadıklarında, anne babanın işi ağırdan almasına karşı bir tepki olarak da kaçarlar. Aile, kaçan gençlere başlangıçta karşı çıksa da, evlilik iyi gidiyorsa, bir müddet sonra onları onaylar. Kaçmak, evlenmeden birlikte olmaya göre çok masum bir davranıştır. Gençlerin, farklı bir şekilde de olsa evliliğe, karı koca olmaya değer verdiklerini gösterir.

Gençlerin romantik duyguları ve hayal dünyaları geniştir. Anne babalar genellikle gençleri anlayamazlar. Kaçma olayında, onların beklenti ve ihtiyaçlarını kavramamanın, duygu ve düşüncelerine önem vermemenin, eğitimsizliğin ve kültür anlayışının büyük rolü vardır. Ekonomik olarak anne babanın fazla bir şey verememesi ve gençlerin gelecek beklentilerinin iyi olmaması, onları kendi başlarının çaresine bakmaya itmektedir. Kaçma olaylarına daha çok ekonomik durumu zayıf ailelerde rastlanır.

Bu durumun gecekondu bölgelerinde daha sık görülmesi, burada yaşayan ailelerin ekonomik durumlarının zayıflığıyla açıklanmalıdır.

Genç Kızların ve Genç Erkeklerin Evlilik Algıları

Geleneksel aile eğitiminde özellikle kız çocukları iyi bir anne ve iyi bir eş olmaya göre hazırlanır. Bu, evlilik bağlarını güçlendirici bir yaklaşımdır. Aileler bu şekilde davranarak kız çocuklarına bağımlılık eğitimi verirler. Böylece babaya bağımlılıktan, eşe bağımlı olmaya doğru bir gidiş ortaya çıkar. Fakat kadın açısından bireyselleşme sıkıntısı yaşanır. Kadının devamlı "veren," kurallara uyan taraf olması, evlilik bağları açısından kendine güvensiz, söz hakkı olmayan bir annenin varlığını ortaya koyar ki, bu durum çocukların eğitimine yansır. Geleneksel yapımızda kadın, onu sevecek ve ihtiyaçlarını giderecek birini ister. Erkek de çeşitli

ihtiyaçlarını karşılayan, evinin yiyecek içecek, tertip ve düzenini ayarlayan birini arzu eder. Hatta erkekler hanımlarına, "çamaşır makinesi" diye takılırlar.

Erkekler evliliği fiziksel ihtiyaçlarını giderecek bir beraberlik gibi görürken, kadın psikolojik ihtiyaçlarının karşılanacağını düşünür. Burada erkek, kadının psikolojik ihtiyaçlarını, kadın da erkeğin fizyolojik ihtiyaçlarını anlamalıdır. Anneler kızlarını evlendirirken, "Aman kızım idareci ol, sabırla hareket et!" eğitimi verirler. Bu tavsiye bir noktaya kadar doğrudur, ama artık erkeklerin eşlerine karşı eskisi kadar sadık ve adil davranmadıkları da bir gerçektir. Erkekler eşlerinden daha güzel, daha çekici bir kadın gördükleri zaman, kadına sırtını dönebilme eğilimini eskiye göre daha fazla taşımaktadır. Böyle olunca evlilik bağları bir müddet sonra sarsılabilir. Bu eğitimi alan kadın mağdur olur. Çağımızda, kadının evlilikle ilgili geleneksel eğitim tarzında birtakım değişiklikler olmalıdır. Sabırlı olmak iyidir, ama hakkını savunmak da lâzımdır. "Benim fikrim budur." diyebilen, haklı ve mantıklı bir şekilde kendi düşüncesini savunabilen kadın kimliği ortaya çıkmalıdır. Anneler kız çocuklarını eğitirken, onları kocalarına körü körüne itaat eden robotlar tarzında değil, mantığıyla hareket eden, sorgulayıcı bir biçimde yetiştirmelidir.

"Bağımsız ol, istediğin gibi yaşa." yaklaşımı, evlilik bağlarını zayıflatır. Fakat kadın evliliğini, bağımsız davranarak da sağlıklı götürebilir. Yoksa erkeğin hata yapmasına engel olamaz.

Evde eşi tarafından ezilen, değer verilmeyen, önemsenmeyen, ama annesinden "Kocan ne derse desin idare et, katlan; yuvayı diş kuş yapar." diye öğrendiği için evlilikle ilgili sıkıntılarını yakınlarına dahi söyleyemeyen kadın, tavırlarını ayarlayamaz, davranışlarının sınırlarını çizemez. Böyle ruh sağlığı bozulmuş kadınlara tedavi sırasında sıkça rastlarız. Erkeğine evde taht kurmuş, ona kendisini özel hissettirmiş, fakat eşine kendisini özel hissettirememiştir.

Bizdeki erkek, evlendikten sonra eşini sadece "çocuklarının annesi" olarak görür, kendi eşi gibi görmez. Fakat ka-

dın da annesinden, evlendikten sonra sadece "çocuklarının annesi" gibi davranma eğitimi aldığından, dişiliğini, erkeğiyle mutlu olacağı paylaşımları unutur. Sadece anneliği ön plâna çıkarır. Bu arada erkek de "Çocuğa fazla zaman ayırıyor, benimle ilgilenmiyor!" tarzında düşünerek, bundan rahatsız olur. Kadınlar o zaman, "Çocukları kıskanıyor musun?" diye sorarlar. Hâlbuki yaşanan, kıskanma değil, kadının duygusal paylaşımının yanlış yöne sevk edilmesidir. Aileler çocuklarını yetiştirirken iyi eş ve iyi ebeveyn olma kavramlarını onlara ayrı ayrı anlatmalıdır. Yaşadığımız çağda kadınların eşlerini ellerinde tutabilmeleri için iyi anne olmaları yetmemektedir. Kadınlar, erkeğin psikolojik ihtiyaçlarının göz önüne alınması gerektiğini de bilmelidir. Bunu yapabilen kadınların evlilikleri daha kaliteli yürür.

Gösterişli Düğünler Evliliğe Ne Katar?

Gösterişli düğünler 1990'larda ortaya çıkmaya başladı. Prens Charles ve Prenses Diana, masallardaki gibi evlendiler, ama 11 sene sonra da boşandılar. Bu evlilik eğer 200 sene önce olsaydı, boşanmayla sonuçlanmazdı. Modernitenin sunduğu bazı itici etkiler, evliliği çok fazla sorgulanır hâle getirdi; evlilikle ilgili beklentilerin farklı olmasına, kadın ve erkeğin birbirlerinin duygularını fark etmemesine yol açtı. Böyle düğünler, önceki asırlarda da yapılır ve bir soyluluk gösterisi şeklinde algılanırdı. "Başkaları ne der?" düşüncesiyle eğitilen insanların davranışı olarak ortaya çıkardı. Yaşam felsefesini gösteriş üzerine kurmayan insanlar, "Toplumun geneline ters düşmeyecek bir evlilik yapmam lâzım." diye düşünür ve bu tip törenleri fazla abartmaz.

Bu davranış, aslında kültürel bir temele dayanır. İnsanın kendini pazarlama stratejisidir. Vergisini vermeyen birinin süper lüks otellerde düğün yapması çelişkidir. Sınırlı ekonomik imkânlara sahip bir memurun oğluna yaptığı düğün, birçok şüpheyi de beraberinde getirir. Bunlar, toplumun yozlaşmasının bir sonucudur. Böyle abartılı düğünler yapanlar, megaloman duygulara sahip kimselerdir. Toplum bu tip düğünlere ilgi gösterip onayladıkça da devam edecektir. Eğer halk, "Ülkemizde bu kadar yoksul varken böyle

gösterişli düğünler yapmak doğru değil." tarzında bir tavır sergilerse, bu insanlar kendilerini sorgulama fırsatı bulacaktır. Bu tip davranışların arkasında, medyada görünme, şan ve şöhret olma isteği yatmaktadır.

Evlilikle İlgili Değişen Toplumsal Yargılar

Evlilik açısından kadın ve erkek arasında çeşitli görüş farklılıkları vardır. Kadınlar genellikle anne olmak için evlenir, erkekler ise "Çocuğumuza bakamayız." gibi ekonomik birtakım endişeler taşırlar. Modernite, evlilere "Çocuğun olduğu zaman sorumluluğun artar. Sorumluluktan kaç, gençliğini ve hayatını yaşa!" der. Zevkleri peşinde koşmayı amaç edinen gençler de, bu söylemlerin etkisinde kalıp "Çocuk istemiyoruz, hayatımızı yaşayacağız!" diyor, çocukları olduktan sonra birçok şeyden vazgeçmeleri gerektiğini düşünüyorlar. Bu durum, toplumdaki bazı değer yargılarının değişmesiyle ilgilidir.

Bazı aile yakınları da, "Hemen çocuğu ne yapacaksınız? Biraz hayatınızı yaşayın!" demektedir. Bu telkinde bulunanların büyük kısmı, düşünmeden konuşan bazı tiplerin tesirinde kalarak, bu sözleri popüler kültürün etkisiyle söylemektedir. Bu durum, Batının bazı değerleriyle birlikte hastalıklarının da bize bulaşmasından kaynaklanır. Oradaki evlilerin çoğu 35 yaşına kadar çocuk edinmez, sonrasında ise tek çocukla yetinirler.

Poligami [Çok Eşlilik]

Erkeğin genetik eğilimi, kendi neslini devam ettirebilmek için çok kişiyle beraber olma dürtüsüdür; onda DNA'sını daha çok kimseye yayma eğilimi vardır. Kadında ise evlendikten sonra çocuklarını iyi büyütme ve koruma içgüdüsü ön plâna çıkar; onda ikinci biriyle beraber olma dürtüsü bulunmaz. Bu durum, olayın biyolojik boyutudur ve kişinin yaşam felsefesiyle yakından ilgilidir. Bir insan, işin genetik boyutunu yaşam amacı gibi algılar, onu yalnızca içgüdüsel bir varlık gibi görürse, diğer hayvanlar gibi "Ye, iç, çoğal." yaklaşımı ortaya çıkar. Cinsellik ve çoğal-

mayı amaç gibi görme anlayışı, insanı "konuşan hayvan" gibi kabul etmektir. Böyle düşünülürse, bir erkeğin tek eşe sadakat göstermesi gerekmez. Fakat insanın var oluşu bu temellere dayanmaz; o, ruhen olgunlaşma sürecini yaşamak için yaratılmıştır. İnsanda soyut ve yüksek idealler de olmalıdır.

Modernite, sosyal Darwinizmde insanı mekanistik bir varlık gibi görmektedir. Darwin, "Toplum kendi çıkarını güden bireylerden oluşur. İnsanlar, kendi arzularını tatmin peşinde koşan bireylerdir." der. Bu düşünce, insan davranışlarını belirleyen faktörün "akılcılık ve cinsellik" olduğunu söylemektedir. Freud ise, insan davranışlarını sadece cinselliğin belirlediğini iddia eder.

Modernite, sosyal Darwinizmin, "Evrendeki düzen, kendiliğinden oluşmuştur." düşüncesini yaşam felsefesi olarak kabul ederek, şu anda evrende var olan durumun plânlanmamış bir vaziyet olduğunu söyler. İlk insandan itibaren herkesin kendi çıkarını güttüğünü, cinselliğin bütün davranışları belirlediğini, şu andaki düzenin bunun sonucunda oluştuğunu, evrendeki bu durumu Yaratıcı gücün plânlamadığını ileri sürer. Böyle düşünmek, insanları bencil olmaya, tekil sorumluluğa iterek, çoğul ve sosyal sorumluluğu göz ardı eder. "Ahlâk" kavramını bir nevi dışlar, ahlâk vurgusunu bir zayıflık olarak algılar. Ahlâkın temelsizlik ve yetersizlik olduğunu söyleyerek onun güncelliğini kaldırır.

İnsan kendi çıkarı peşinde koşan, kendi menfaatini düşünen bir varlık olarak algılandığı zaman, bencil ve yalnız bireyler oluşur ve evliliklerde sorunlar ortaya çıkar. Çağımızda yaşanan evlilik bağlarının zayıflamasında, onun doğasında olan zorluklardan kaçmada ve boşanmaların artmasında, yaşam felsefesindeki değişimin büyük rolü vardır. Beynimizin sağ ön bölgesi haz ve zevkle, sol ön bölgesi ise acı, elem ve kederle ilgilidir. Bu anlayış, insan beyninin sadece haz ve zevk alanlarını güçlendirmiş; acı, elem ve kederden kaçma eğilimini doğurmuştur. Böylece beynin acı ve kederle mücadeleyle ilgili sol ön alanı yavaşlamış, zevkle il-

gili sağ ön alanı teşvik edilmiştir. İnsanların beyin kimyaları bozulmuştur.

Ruhsal hastalıkların artma sebeplerinden biri de, yaşam felsefesindeki değişimlerdir. "İnsan davranışlarını belirleyen, cinsel güdülerdir." denince erkekler, "İstediğim kişiyle beraber olabilirim." yaklaşımı sergilemeye başlamıştır. Bu poligamik eğilim daha önce de vardı, ama "Arzularını belli kurallar içinde gider." denilirdi. Sunulan kurallar, eşler için onaylanan ikinci evlilikler tarzındaydı. Şu anda ise bir kuralsızlık yaşanmaktadır.

Modern Dünyanın Poligamisi: Çok İlişkili Evlilikler

Geleneksel değerlere en sıkı şekilde bağlı kadın bile, eşinin bir başkasıyla—kendisi öldükten sonra dahi—evlenmesini istemez. Hatta kadınlar, "Mezardan çıkar, boğarım seni!" gibi şakalar bile yaparlar. Kadının eşini başkasıyla paylaşmak istememesi, daha kaliteli evliliklerin ortaya çıkmasına yardımcı olur. Kadını sadece çocuklarına annelik yapan ve cinsel ihtiyaçlarını karşılayan biri gibi görme yaklaşımı, kadının duygusal yoğunluğunun hafife alınmasını ya da önemsenmemesini doğurur. Böyle durumlarda kadının egosunu tatmin eden tek şey, annelik duygusudur. Fakat modernite, kadına anneliğin yetmeyeceğini, eş duygularını da yaşaması gerektiğini söyler. Bu duygular paylaşılırsa, insanı mutlu eden sadakate dayalı bir ilişki kurulabilir.

Çok evliliğin sorumluluğu fazladır. İkinci evliliği yapanlar birtakım beklentilerle evlenir; ama aileye katılan kişi, sorunlarıyla beraber gelir. İkinci evliliği gerçekleştirip de "Ben çok mutluyum, her şey çok iyi gidiyor." diyen bir erkeğe pek az rastlanır. Fakat "Yağmurdan kaçarken doluya yakalandım!" diyenler çoktur. İkinci evlilik ilk anda iyi gitse de sonradan problemleri çoğalır. İnsan, tek eşlilikle yetinmeyi ilke edinmelidir. Prensip olarak tek eşlilik, insanı mutlu etmeye yeter.

Modernite, anneliği ve evlilik bağlarını zaafa uğratarak, kadını sadece bir süs ya da renk olarak görür. Kadını şov ya da gösteri unsuru gibi gösterir, manken gibi görünmeyi yü-

celtir. Hâlbuki "düşünen kadın" kimliğinin yücelmesi gerekir. Böylece kadına karşı bir ayrımcılık yapılmıştır.

Postmodernizm ise kadının dişilik özelliklerinin, cinsel ve manken kimliğinin aksine, düşünen kadın kimliğinin yükseltilmesi gerektiğini ortaya atarak bu eğilimi başlattı. "Kadın hakları" denilince akla gelmesi gerekenin, onun cinsel özgürlüğü değil, düşünen kadın özellikleri olduğunu ileri sürdü. Düşünen kadınların varlığı arttıkça, kadın erkek ayırımcılığı ortadan kalkacaktır. Kadın kendisini "cinsel obje" olarak sunmaktan vazgeçecek, düşünce olarak erkeklerden farklı olmadığı görülecektir.

Kadın erkek ayırımcılığına, sadece Doğuda değil, Batı kültüründe de çok rastlanır. Meselâ Amerika'da zenci, İspanyol kökenli ve fiziksel özürlü kadınlar dışlanır. İş yerlerinde erkek egemen bir sistem vardır ve kadınlar çalıştıkları ortamlarda ayrımcılığa uğrarlar. Bankacılık gibi birçok saygın meslekte kadınlar engellenir, cinsiyetlerinden dolayı ayrımcılığa tâbi tutulurlar. Bunun aşılması için kadınlar farklı davranmalı, "düşünen kadın" kimliğini öne çıkarmalıdır.

Kadınla erkeğin aynı iş yerinde çalışıyor olmasının kadına getirdiği bazı riskler vardır. Meselâ cinsel tacize uğramaları gibi... Kadın, çalıştığı iş yerinde cinsel çekiciliğini sergilerse, cinsel taciz konusunda ciddî bir riske girmiş olur. Erkeklerle aynı ortamı paylaştıklarında, kadının cinsel çekiciliği, çalışmalarını zorlaştıran bir unsurdur. Sözlü ya da basit bazı fiziksel tacizlere maruz kalabilir, bu tacizlere tepki gösterdiklerinde ise erkeklerin "Regl döneminde, bencil feminist, kendini beğenmiş!" gibi çeşitli söz ve alaylarıyla karşılaşabilirler. Kısaca, erkekler kadına karşı küçümseyici bir tavır sergileyebilirler. Bu davranış, kadını çok alçaltıcı, onun kendine olan saygısına zarar verici ve acı çektirici bir durumdur.

Kadınlar, cinsel tacize maruz kaldıkları için ayrımcılığa tâbi tutulduklarını düşünürler. Hâlbuki kadında "kendi güzelliğini sergileme" eğilimi vardır; o, bundan zevk alır. Erkek ise, kadının güzelliğine bakmaktan haz duyar. Bu davranışlar onların içgüdüsel eğilimidir ve bir şekilde birbirle-

rini tamamlar; erkeğin kadına ilgi duymasına, onu cinsel obje olarak görmesine sebep olur.

Cinsellik konusunda fazla cömert davranan kadınlar, erkeğe karşı daha ayartıcı olduklarından, cinsel tacize daha açıktır. Eğer kadın cinsel kimliğini ikinci plânda tutup, düşünen kadın kimliğini ön plâna koyabilirse tacize daha az maruz kalacaktır. "Ben kendimi sergiler erkekleri baktırırım, böylece onlarla dalgamı geçerim!" şeklindeki bir yaklaşımla erkeklere acı çektiren kadın tipleri daha çok tacize uğrar. Erkeklerle aynı ortamı paylaşan kadınlar, kendilerini sergileme konusunda daha dikkatli davranmalıdır. Bu, cinsel bir ayrımcılık değildir.

Önceki yıllarda erkekler, "Onlar bizi tahrik ediyor!" diyerek kadınların iş hayatına ya da sosyal hayata girmelerine karşı çıkarlardı. Çağımızda artık kadın da çalışmaktadır. Onlardan evlerine kapanmalarını istemek de mantıklı değildir. Erkekler bir asır öncekinden çok farklı şartlarda bulunduklarını bilmelidirler. Bu tip erkeklere söylenecek tek şey, "Nefsini terbiye et, tahrik olma!" demektir. Erkekler, dünyada iletişimin arttığı, kadınla erkeğin son derece içli dışlı olduğu bir çağda, nefislerini kadına zarar vermeyecek biçimde terbiye etmek zorundadır. Kadın da kendini sergileme konusunda dikkatli davranmalıdır. Erkekler duygularını denetleme, kadınlar kendilerini koruma konusunda hassasiyet göstermelidir. Eğer bu sınırlar iyi çizilirse, erkekle kadın arasındaki taciz en aza inecek, kadına karşı bir ayrımcılık da yapılmayacaktır.

Zaten kadına cinsel taciz, ayrımcılık amacıyla yapılmaz. Burada eğitilmemiş, ıslah edilmemiş içgüdülerin rolü vardır. Saldırganlık ve cinsellik, insanın vahşî duygularıdır, kişi bunları eğitmelidir. Aksi hâlde ne zaman, nerede patlayacağı belli olmaz.

Evliliğin Düşmanı: Aldatma

Eş aldatma, evlilik bağlarını zayıflatan, hatta ortadan kaldıran bir durumdur. Evliliğin en önemli aşamaları olan sevgi, saygı ve güven bağlarını zedeler. Bazı evliliklerdeki,

"Sen istediğinle beraber ol, ben de istediğimle...." yaklaşımı, evliliğin doğasına aykırıdır, sorunu çözmeyi de engeller. Çiftler arasında zaman zaman yaşanan tartışmalar, daha sonra söylenmeye dönüşür. Eşler evlenmeden önce mutlu ve iyi şeyleri paylaşırken, evlendikten sonra başta çocukların sorumluluğu olmak üzere birçok problemle karşılaşır. Konuşulanlar hep sorun olunca paylaşılan olumlu şeyler azalmaya başlar.

Meselâ aile terapilerinde eşlere, cinsel sadakatin önemi ve kişilerin geçici olarak zevklerini ertelemeleri gerektiği vurgulanır. Çiftlere, "Eşinle paylaştığın zaman seni mutlu eden 20 madde sıralar mısın?" denir. Hastalar ikinci seansa geldiklerinde, çoğu zaman bu 20 maddeden ancak altı-yedisini yazmış olurlar. Hâlbuki aynı soru evlilikten önce sorulsaydı, 20 maddeyi kolayca dolduracaklardı. Terapi esnasında bu paylaşımların sayısı artırılmaya, 20'ler 70'e, 80'e çıkarılmaya çalışılır.

Eşler beraber paylaştıkları güzellikleri ve karşı tarafın ihtiyaçlarını yeterince bilmediklerinden, ortaya suçlayıcı, yargılayıcı ve birbirlerinin kusurlarını ön plâna çıkarıcı bir tablo çıkar. Onlar, evlilikte karşılaştıkları meseleleri problem hâline getirmeden çözmenin yollarını bulamazlar. Karşıdakinin hoşlanmadığı bir konuyu duyguları yıkan bir biçimde çok sık tartışmak, ruhu acıtan bir şeydir, sizi karşı tarafın gözünde sevimsiz yapar. Çiftler böyle durumlarda birbirlerini mutlu eden alanlardan uzaklaşır. Evlilik terapilerinde kişileri suçlamak yerine, "duyguları açmak" üzerinde durulur. Karşıdakine, "Amacım seni incitmek değil, duygularımı açmak. Seni suçlamıyorum, birbirimizin ihtiyacını anlamaya çalışıyorum." mesajının önemi anlatılır. Karşı tarafa onu savunmaya itecek şekilde yaklaşmamak, evlilikteki fırtınaları büyük ölçüde çözecektir.

Böyle fırtınalı dönemlerde insanlar kolay yolu seçerler. Onlardan biri de, çalıştığı iş yerinde kendisine yaldızlı cümleler kuran, övgü sözcükleri kullanan, onun hoşuna gidecek biçimde davranan kişiye yönelmek ve onunla sevgili hayatı yaşamaya başlamaktır. Hâlbuki bunlar geçici mutluluklar-

dır. Burada eş de aynı şekilde düşünürse, taraflar arasında sevgi ve saygı kalmaz, evlilik boşanmayla noktalanır.

Boşanan birinin ikinci biriyle evlendikten sonra söylediği şu sözü hiç unutamam:

"Yeni eşime olan davranışlarımı düşündüğüm zaman, ona eski eşime yapmadığım fedakârlığı yaptığımı görüyorum. Önceki eşimle birbirimize gereken fedakârlığı gösterebilseydik, sanırım boşanmazdık."

Yani eski eşine vermediği değeri yeni eşine verdiğini itiraf etmektedir. Hâlbuki ilk evliliğinde de bu kadar verici davranabilse ve onu anlayabilseydi, fırtına aşılacak, ardından kaliteli bir evlilik ortaya çıkacaktı. İnsan, önüne hoşlanmadığı bir şey çıktığında hemen yolunu değiştiriyorsa, aynı şeyi evlilikte de yapabilir, ufak bir sorunda evliliğini bitirme yoluna gidebilir.

Amerikalıların eğlenmeye odaklı bir toplum hâlinde olmaları evlilikte de geçerlidir. Onlar, evlilikle ilgili sıkıntılar ortaya çıktığında, bu güçlükten kurtulmak için bir başkasına âşık olma ya da bir başka sevgiliyle yaşama yoluna gider; onunla sorun yaşandığında ise bir başkasına yönelirler. Bu zikzaklı hayatı seçmeleri sonunda, zengin ama mutsuz, sürekli psikolojik yardım alan insanlar ortaya çıkar. Hâlbuki evlilikte, "Eşimle nasıl mutlu olurum, birbirimizin ihtiyaçlarını nasıl anlar ve gideririz?" hususu yaşam felsefesi hâline gelirse, zorluklar aşılacak ve eşler güzel bir bedel ödeyerek yollarına devam edecektir.

Evrende, gizli psikolojik kanunlardan biri olan "karşılıklılık" ilkesi vardır. Bu ilkede, hiçbir şey bedel ödenmeden o insana ait olmaz. "İyilik yaparsan iyilik bulursun, sana yapılmasını istemediğin şeyi başkasına yapma, almak istiyorsan ver, tüketmek istiyorsan önce üretmelisin, her şeyin bir bedeli vardır." gibi atasözlerinde de bu durum açıkça belirtilir. İyi para kazanmak için nasıl çok çalışmak gerekirse, iyi bir evlilik için de ciddî bir bedel ödenmesi gerekir. Mutluluğu, karşılığını ödemeden elde etmek, evlilikte de mümkün değildir.

Evlilikte de zaman zaman sıkıntılı ve çileli dönemler yaşanır. Ancak bu dönemler sağlıklı bir biçimde aşıldıktan sonra, evliliğin meyveleri toplanabilir. "Karşılıklılık" ilkesi unutulur, eşler emek vermeden, yorulmadan, çile çekmeden mutlu bir evlilik yaşamak isterlerse, buna ulaşmaları mümkün olmayacaktır. Mutlu evlilikler, yatırım yapılmış, bedel ödenmiş, zorlukları aşmak için tarafların birbirlerini anlamaya çalıştıkları evliliklerdir. Böyle evliliklerde eşler, küçük bir sıkıntıyla karşılaştıklarında, "Bu kadın/adam beni mutlu etmiyor!" diyerek yeni bir arayışa girmezler.

Eşler, evlilikleri sırasında bir engelle karşılaşırlarsa, "Bu evliliği götüremiyorum!" yerine, "Bu engeli nasıl aşarım?" demeli, çözümü düşünmelidir. Bekledikleri mutlulukları yaşayamadıklarında,—aynı gemide olduklarını unutmayıp—hemen gemiyi terk etme hesabı yapmamalı, kendi kimlik ve kişiliklerini ezdirmeden, evliliği nasıl yürüteceklerini düşünmelidir. Her problemin mutlaka bir çözüm yolu vardır veya bulunabilir.

Deneme yanılma yöntemi pahalı bir yöntemdir. Elektriğin çarptığını anlamak için, prize parmak sokmak gerekmez. Evlilikte de profesyonel bir bakış açısına sahip olmalıdır. Çocuk yetiştirirken de buna benzer bir durum söz konusudur. Özellikle baskılı ailelerde yetişen bir çocuk, ileride ebeveyn olunca, "Ben çok çektim, çocuğum çekmesin." diyerek onun her dediğini yapar. Sonra sorunla karşılaştığında da, "Çocuğumun her dediğini yaptım; şimdi ne olacak?" diye çaresizlik içine düşer. Elbise alırken bile uzun süre düşünen insan, hayatıyla ilgili alacağı kararları geçiştirmemeli, iyi düşünüp tasarlamalıdır. Bu konuda duygularıyla hareket etmemeli, hayat tecrübelerinden ders almalıdır. Zevkçilik değil, akıl ve mantık ön plânda olmalıdır. Kişi, mantığıyla davrandığında, sonradan duygularının da ona uymaya başladığını görecektir. Fakat duygularının peşinde koşan insan, küçük bir tatminsizlik karşısında başka şeylere yönelir. Hayatta istikrarsız, zevklerinin peşinde koşan ve bu yüzden sık eş değiştiren kişilere de rastlanır. Bu tipler, üretken olamadıkları için, bir müddet sonra yalnızlık içinde yaşamaya mahkum olurlar.

Kişiler iyi niyetlerinin dışında doğru hedefe, doğru yöntemlerle gitmeye çalışmalıdır. İnsan karşıdakini, "kendisini mutlu eden biri" olarak gördüğü zaman, duyguları mutlu olacaktır; ama mantığının ne söylediğine de bakmalıdır. Kâr zarar analizi yaparak, yeni bir ilişkinin kendisine ne kazandırıp ne kaybettireceğini düşünmelidir. Bir an için "Bu kişiyle uzun süreli bir ilişki kurabilirim." diye düşünüp, fakat sonra o olmayınca bir başkasına yönelmemelidir. Burada doğru olan, "Onunla aramdaki ilişkiyi nasıl onarırım?" sorusuna kafa yormaktır; mantık bunu gerektirir.

Aldatmanın Sebepleri

Eşini aldatan erkeklere bu davranışlarının sebebi sorulduğunda, alınan cevap çoğu zaman, "bir çiçekle baharın geçmeyeceği"dir. Aslında bunun en önemli sebebi, eşiyle yaşadığı evliliğin monotonluğu ve renksizliğidir. Bir ilişkiyi en çok yıpratan şey, alışkanlıktır. Her evlilik de bir müddet sonra alışkanlık hâline gelir. Bir şeyin alışkanlık hâlini almaması için, farklı şekillerde sunulması gerekir. İnsan, eğer ilişkilerini renkli ve çeşitli hâle getirebilirse, alışkanlık tehlikesinden kurtulur. Toplumlarda her şeyi klâsik yaşayarak mutlu olan insanlar da vardır; ama yeni şeyler keşfetmenin mutluluğu ayrıdır. Evlilikte yaşına uygun davranabilmek önemlidir. Beyne sadece belli zevk alanları öğretilirse, o olmadığı zaman yaşam sebebinin ortadan kalkacağı düşünülür. Meselâ eşler, cinsellikleri zayıfladığında farklı zevk alanları keşfedebilirler.

Kadın erkek ilişkisinde üç aşama vardır. Birincisi arkadaşlık aşamasıdır. İnsanî ilişkiler içerisinde giden süreçtir. İkincisi sevgililik, üçüncüsü ise cinsel beraberliktir.

Yapılan bir dizi araştırmada, test amacıyla, birbirini hiç tanımayan insanlara, karşı cinse beş dakika gözlerini hiç ayırmadan bakmaları tavsiye edildi. Sonradan bu kişilerin bir kısmı evlenmeye karar verdiler. Karşılıklı bakışmanın, şu anda tam olarak bilinemeyen bir sebeple, âşık olmayı hızlandırma etkisi yaptığı gözlendi. Yakın arkadaşlık ilişkisi, insanların—cinsellik boyutu olmadan—birbirlerinden

hoşlanmalarıyla başlar, sevgiyle devam eder ve cinsellikle noktalanır. Bu aşamaları insan, daha çok sıkça görüştüğü ya da bütün gününü beraber geçirdiği insanlarla yaşar. Yani insan, iş yerinde birlikte çalıştığı kişinin bazı tutum ve davranışlarından etkilenerek ilişkisini derinleştirebilir.

Evliliği iyi giden kişilerin aldatmaları, macera düşüncesiyle olur. Kişiler bunun sonunda ciddî bir suçluluk ve pişmanlık hisseder. Aldatan eşler genellikle "Ben eşimi duygusal olarak değil, sadece cinsel olarak aldattım." iddiasında bulunur. Fakat cinsel beraberliğin devamı hâlinde duyguların buna katılmaması, beraber olunan kişiyle duygusal bağ oluşmaması mümkün değildir. Bunu erkek hissetmese de kadın hisseder. Cinselliği genel duygulardan ayırmak, ilkelliktir. Bu duygu, insan hayatında özel ve önemli biriyle paylaşacağı bir davranış olduğundan, böyle durumlarda kişi bunun suçluluğunu hissetmelidir.

Sadakat Neden Önemli?

Son yıllarda ABD'de "eşe sadakat" konusu ciddî biçimde tartışılmaktadır. Uniterion kilisesi "açık evlilik ve alternatif yaşam tarzı" iddiasıyla tek eşliliğe karşı çıkmakta, bazı psikologlar da tek eşliliği "kültürel nevroz" olarak yorumlamaktadır. Bunlar, "Evliliğe sadık kalmak, nevrotik ve hastalıklı bir durumdur; insanın, eşine sadık kalması gerekmez." diyerek, zinanın yasal olarak suç olmaktan çıkarılması için girişimde bulunmaktadır. ABD'de, eşini paylaşan çiftlerin oluşturduğu kulüpler bile kurulmuştur. Bu düşünce sahipleri, kulüplerde eşlerini birbirleriyle paylaşmakta, hatta bu işi organize etmektedir. İnsanlık şu anda bu alternatifi denemektedir. Bu davranışların yanlışlığı, ancak kötü sonuçları görüldükçe düzelecektir.

Böyle bir cinsel yaşam, evlilik kurumunun sonudur. Bu uygulama, ancak evliliğe gerek kalmadığı düşünülürse onaylanabilir, aksi hâlde kabul edilemez. Seks, insan yaşamındaki en büyük gaye değildir; insan, seksten fazlası için yaratılmıştır. Fakat şu anda insanlığa seksi kutsallaştıran bir yaklaşım hâkimdir. Cinsellik, herkesin uğraştığı ve ehlileş-

tirme konusunda mücadele verdiği bir dürtü olmuştur. Şu anda Amerika'daki erkeklerin 2/3'ü, evlilik dışı ilişki yaşamasa da bunu yapabileceğini söylemektedir ki, bu, çok yüksek bir rakamdır. Kadınların ise 1/3'ü evlilik dışı ilişkiyi onaylamakta veya bu hâli yaşamaktadır. Bu durum, gelecekte çok ciddî problemler ortaya çıkaracaktır.

Burada kilisenin tezi çok önemlidir. Kilise genel olarak, "Tanrı, bizim için yaşamın nerede olacağını en iyi bilecek yerdedir; o hâlde insanlığın geleceğiyle oynamayalım, Onun bize sunduğu doğruları yaşayalım." demektedir. Bu düşünce aslında bütün semavi dinlerde asıldır, hepsinde tek eşlilik teşvik edilir. Evlilik dışı ilişkiyi hiçbir semavi din onaylamaz. Kilise, doğrunun bu olduğunu, bir şeyin kötü olduğunu anlamak için onu denemek gerekmediğini söylemektedir.

"Evliliğe zarar vermeden, 'kararında' bir seks ilişkisi yaşanabileceği" tezi ise güncel bir uydurmadır. "Ben hem seks ilişkisi yaşarım, hem de evliliğimi zarar vermeden sürdürürüm." demek, insanın kendini aldatmasıdır. Adı geçen "açık evlilikler"de, bir müddet sonra ikinci eşlere ya da sevgililere âşık olunduğu görülmektedir. Bu noktadan sonra evlilik, arkasında hayatının sonuna kadar ağlayan çocuklar bırakarak bitmekte, topluma başka insanlar arasında büyüyen ve sadece kendini düşünen çocuklar eklenmektedir.

Bu konuda şahit olduğum çarpıcı bir olay, konuyla ilgili farklı düşünmemizi sağlayabilir: Annesiyle babası ayrıldıktan sonra annesi ve üvey babasıyla birlikte yaşamaya başlayan bir çocuk, öz babasının kendisine gönderdiği mektupları saklar. Fakat çocuğun annesi, bir süre sonra, saklanan mektupları bulur. Sonra da üvey babayla düzenlediği bir törenle, öz babadan gelen mektupları çocuğun yanında yakarlar. Böylece çocuğa "Artık senin baban yok, o bitti!" mesajı verilmek istenir. Bu olay, çocuğun ruhunda derin bir yara oluşturur. Mektuplardan bir-iki tanesini saklamayı başaran çocuk, sonradan onlara bakarak sürekli acı çeker. Artık örnekteki çocuğun, ileri yaşlarda mutlu bir evlilik yapması zordur. Onu, iniş çıkışlarla seyreden bir yaşantı bek-

lemektedir. Buna benzer durumlara evlilik dışı ilişkilerde de çok rastlanır.

Evlilik dışı ilişki yaşayan bir kadın, eşi de böyle bir ilişki yaşarsa, suçunun hafiflediğini hisseder. Ama eşinin geceyi dışarıda başka bir kadınla geçirmesinden de rahatsızdır. Kadın bu durumda bir iç çatışma içindedir ve sürekli olarak, "Acaba kiminle, neden o insanla beraber?" sorularını sorar. Yasak ilişki, hem yaşayan evliliğe, hem çocuklara, hem de kişinin hayal dünyasına zarar verir. Cinsel aldatma, eve patlayıcı yerleştirmek gibidir. Bunun nerede ve ne zaman patlayacağı belirsizdir. Evdeki aile bağlarını darmadağın eder.

ABD'deki evlilik dışı ilişki kuran kadınların %61'i, evliliklerinin çok iyi olduğunu söylemektedir. Bunlar, beraberliklerinde bir problem olduğundan değil, cinselliği isteyen biyolojik dürtüleri için aldatırlar. Bu biyolojik dürtü, karşı cinsten herkesi ona çekici gösterir. Böyle bir davranış, aslında insan neslinin devamı ve organizmanın üremesi için doğal görünse de, insanda hormonlarının dışında—diğer canlılardan farklı olarak—zihinsel bir dürtü de vardır. Bu duygu onları tek eşliliğe yöneltir. Sadece biyolojik dürtülerinin etkisinde kalan insanlar, zihinsel dürtülerini ikinci plâna iterler. Bunun sonunda da evlilik kurumu büyük zarar görür.

Biyolojik dürtülerin [tahrik edicilerin] çok fazla önemsenmesi, Darwinizmle başladı. Darwinizm bu dürtüleri var oluş amacı olarak görüp, ahlâkın güncelleşmesini dışladı ve kaldırdı. Cinsel dürtüler, zihnî dürtü ve kültürel öğrenmelerden önce gelince, gerek toplum, gerekse aile bağları zayıfladı. Meselâ hayvanlar arasında biyolojik dürtüler ön plândayken, insanda aklın gereği olarak zihnî dürtüler ağırlıktadır. Biyolojik dürtüleri erteleme ve geciktirme eğilimi baskındır.

Ailede sadakate zarar veren bir konu da, aile içi depresyon ve sıkıntıların yaygınlığıdır. Ruhsal bunalımdaki bir insan, kendini mutlu hissetmediği için sevgiye olan ihtiyacı çoğalır, kendini güvende hissetmek ister. Bu ihtiyacını eşin-

den karşılayamazsa farklı bir arayışa yönelecektir. Bu davranışın temelinde cinsel aldatma değil, bunalımdan kaçış vardır. Bu sadece depresyonun yarasını onarmak için harcanan bir çabadır. Burada eğlenceye, unutmayı sağlayacak şeylere yönelme söz konusudur. Fakat yaraların onarılması için çabalarken, farkında olmadan yeni yaralar açılır. "Sıkıntıdan kaçayım." derken, yasak ilişkilere girer; yeni sorunlar çıkar, mutsuzluklar katlanarak çoğalır. Buradaki yasak ilişki, cinsellikten çok, sıkıntıların ve depresyonun doğasından kaynaklanmaktadır. Bu iki davranış birbirine karıştırılmamalıdır.

Özellikle erkeklerde—hormonal olarak tam doğrulanamayan—orta yaş ya da andropoz depresif dönemlerde sevgiye ihtiyaç duyulur, kişiler kendilerini özel ve önemli hissetmek ister. Bu ihtiyacın içerisinde yasağın çekiciliği de vardır. Yanlışa yönelme sebeplerinden biri de budur. "Komşunun tavuğu, komşuya kaz görünür." ya da "Çitin arkasındaki çimen daha yeşildir." sözleri, yasağın çekiciliğini anlatır. Ayrıca depresif durumlarda kişi, kendine ihtiyaç duyulmasını arzu eder, "İyi ki varsın"" duygusuna daha çok ihtiyaç duyar. Eşi ve çocuklarıyla çok iyi giden bir evliliği olduğu hâlde, bir başkasıyla ilişki kuran insanlar, davranışlarını "Beni daha çok, onun beni çekici ve dayanılmaz bulması etkiledi." diye açıklarlar.

Bir filozofun şöyle bir sözü vardır:

"Erkekler seks için aşkı, kadınlar aşk için seksi verirler."

Bir kimse, sıkıntılarını eşiyle paylaşmayı gerçekleştiremediği zaman hatalar başlar. Meselâ bir evlilikte, sürekli cinsel beraberlik yaşadığı eşinin vücudu, kişi için artık heyecan verici olmayabilir. Bu durum aslında vücudun veya kişinin heyecanını kaybetmesinden çok, eşinin onunla daha az ilgilenmesinden kaynaklanır. Eşleri aslında evliliğin ilk yıllarında duyulan ilginin zamanla azalması yaralar. Fakat bunların hepsi, çözümü olan sorunlardır.

Aldatmak Hayalde Başlar

Fantezi dünyasındaki aldatma, gerçek aldatmanın ilk adımıdır ve genellikle böyle başlar. ABD'deki bir dinî liderin adı bir seks skandalına karıştığında halk buna inanmak istemez. Bu haber dinî liderin yakın bir arkadaşına sorulduğunda ise, o buna şaşırmadığını söyler. "Beraber seyahate çıktığımız zaman onun neyle ilgilendiğini biliyorum. Porno dergileri alır, kadınlara çok dikkatli bakardı." der. Bir insan hayal dünyasında karşı cinsle ilgili fazla fantezi kuruyor ve bu konuyla ilgili çok kitap okuyorsa, dış dünyada nasıl tanınırsa tanınsın, bir müddet sonra mutlaka fire verecektir. Çünkü kişinin önce hayal dünyası hazırlanır, sonra eyleme geçilir. Bu sebeple fanteziler, cinsel aldatmanın başındaki aşamalardır. Bu konuda çok konuşan ve gereğinden fazla hayal kuran eşlerin riski daha fazladır.

Aldatmak Bir Davranış Bozukluğu mudur?

Bir insanın davranışını belirleyen etkenler, akıl, duygu ve inançtır. Descartes, davranışların tek belirleyicisi olarak aklı kabul eder ve "Bir insanın hayatta başarılı olması için akıl yeter." der. Fakat son yıllarda "duygusal zekâ" kavramı keşfedilince, davranışların belirlenmesinde aklın yetmediği, bunda duyguların da etkin olduğu görüldü. Beyinde duyguları düzenleyen alanların bulunduğu, davranışları mutluluk kimyasıyla ilgili beyin alanlarının belirlediği ve ilâçlarla bunların düzeltilebileceği kabul edildi. "Nasıl düşünüyor, nasıl hissediyoruz?" gibi konuların iç yüzü anlaşıldıktan sonra, davranışları belirleyici diğer unsurun "duygular" olduğu anlaşıldı. Cinsellik ve âşık olma gibi duyguların, davranışlar üzerindeki etkisi bulundu.

Meselâ yaşlı ve zengin bir adam, hayatındaki her şey yolunda giderken torunu yaşındaki bir kıza âşık olabilir ve bütün malını onun üzerine geçirebilir. Aslında bunu, aklıyla hareket ederek yapmamıştır.

Meselâ televizyon izleyen insanlar, ailedeki bir mutsuzluğu ya da çocuğuyla ilgili bir sıkıntıyı oradaki popüler programlarla unutur, onu akıl modunda değil, duygu mo-

dunda seyreder. Bu kişilerde sıkıntılarını hafifleten bir terapi etkisi oluşur, onlar geçici olarak rahatlar. Meselâ dişi ağrıyan birinin ağrı kesici alması gibi bir ferahlık hisseder. Eğlence kültürü de bunun gibidir. O esnada sorunlar geçici olarak unutulur. Uyuşturucu ve alkolle de aynı şey yapılır. Fakat sonunda insanlar gerçeklerle yeniden yüz yüze gelirler.

Davranışları belirleyen üçüncü etken inanç, akıl ve duygunun birleşmesiyle oluşur. Akılla doğru denilen bir şeye duygular "Hoşuma gitti." der, sonra bu karar bilgisayardaki "enter" tuşuna basılmış gibi beyne yazılarak inanç hâline gelir. "Biyolojik bilgisayar" olan beyin böyle programlanır ve bu sisteme göre işler. Eğer beyin doğru bir şekilde programlanmazsa, dış etkenler tarafından yönetilir. Meselâ cinsellik konusunda doğru programlanmazsa, dış uyarıcıların etkisiyle "bugün böyle, yarın başka türlü" davranır.

Meselâ bir insan evlenirken kendine, "İleride karşı cinsten birine, yani yasak ilişkiye meyledersem ne yapmam lâzım?" diye sorabilirse, ne yapacağını önceden bildiği için, beynindeki program onu uyarır ve korur. Onun için beyne mutlaka bir inanç programı yazılmalıdır.

Kişi hangi kültürle bağlantılı ise beyninde onunla ilgili bir inanç oluşur. Bir insan evlenmeden önce, "Evlendiğim zaman arada bir eşimi aldatabilirim; ne olacak!" diyorsa evlenmemelidir. Çünkü bu davranış evliliğin doğasına aykırıdır. Evlenmemek, böyle düşünen insanlar için daha doğrudur. Eğer birliktelik sadakate dayalı bir beraberlik değilse ona evlilik denilmez ve hiç kimse bu durumdan mutlu olmaz. Böyle durumlarda özellikle çocuklar çok acı çeker. Hiçbir çift, çocuklarının ömür boyu ağlamasına razı olmamalı, yanlış hareketinin bu gerçeği doğuracağı gerçeğini fark etmelidir.

Kişiler mensup oldukları kültür ve inanç sistemi neyi gerektiriyorsa beynine ona göre bir program yazmalı, inançları cinsel yaşam konusunda neyi öneriyorsa ona sadık kalmak için beynine sınırlar çizmelidir. Bu sınırları çizenler, ileride bir sorunla karşılaştıklarında hata yapsalar da onu

düzeltme mekanizması geliştirebilirler. Eş aldatma hem evliliğe, hem de insanın psikolojik doğasına aykırı bir davranıştır.

Evlilikte bağları zayıflatan, sadakate zarar veren unsurlardan biri de, evlendikten bir süre sonra, "Eşimden sıkıldım!" demektir. Bazı eşler, "Hayatımda bir değişiklik olsun istiyorum." diyerek yeni bir cinsel eş arayışına girerler. Bu karar, sorunu çözecek midir? Bu durumda kişilere "Eşinden mi, yoksa kendinden mi sıkıldın?" sorusu yöneltilmelidir. Eşinden sıkıldığını söyleyen insanlar, aslında ya kendilerinden ya da monotonluktan sıkılmışlardır. Bu sorunu başka bir cinsel eş arayarak çözmek isteyenler, çözümü yanlış yerde aramaktadır. Bu durum, altını bakırcılar çarşısında aramaya benzer. Burada yapılması gereken, seyahatlere çıkmak ve yeni bir şeyler almak gibi, evlilikte bazı değişiklikler yaparak ona renk katmak, yani evliliği tadilata almaktır. Çiftler, değişiklik ihtiyacı hissettiklerinde, evliliklerine renk katmayı başarmalıdır. Mantıklı insan, "Eşimden değil, kendimden sıkıldım!" diye düşünmelidir. Kişiler hayatlarında bazı değişiklikler yaptıklarında, aynı eşle daha güzel bir ilişki de yaşayabilir. Bu yüzden, doğru zamanda değişiklik yapmak çok önemlidir.

Eskiden erkekler, var olan cinsel dürtülerinden dolayı kendilerini frenleyemiyor ve "Kadınlar evden çıkmasın, sokakta dolaşmasın." düşüncesiyle onları eve hapsediyorlardı. Fakat yaşadığımız dünyada kadın artık eve hapsedilemez. İnsanlık tarihinde bu dönem artık çok geride kalmıştır. Şimdinin çalışma dünyasında kadınla erkek, kaçınılmaz biçimde iç içedir. Burada yapılması gereken, erkeğin ve kadının kendi sınırlarını çizip nefislerini terbiye etmeleridir. Tasavvuftaki, "halk içinde Hak ile beraber olma" ilkesi yaşama geçirilecektir. Toplum hayatı içinde cinsel dürtülerini sınırlandırmak, bu ilkenin çağımızdaki açılımı olabilir. Bir erkek bir kadınla çalışıyorsa cinsel konuda kendini sınırlamayı bilmeli, cinsel bir heyecan hissettiği anda o ilişkiye sınır koymayı başarmalıdır. Bundan böyle beynimize, eski çağlardan daha fazla cinsel ölçü ve sınır öğretmemiz gerekir. "Kadınlar dışarı çıkmasın ya da çalışmasın; ben tahrik oluyorum!" diyen erkeklere,

"Kendini terbiye et." denilmelidir. Tabiî bu arada kadın da cinselliğini sınırsız bir biçimde sergilemekten kaçınmalıdır.

Osmanlı döneminde padişahlar, kadının giydiği feracenin omuz ölçüsünü belirtmek için bile ferman yayınlıyordu; o dönem kapanmıştır. Kılık kıyafete sınır getiren her düzenleme, en fazla bir-iki yıl sürecektir. Yasaklar hayatı yoksullaştırır, evliliğin gücünü zayıflatır. Asıl olan, insanın kendisini terbiye etmeye ağırlık vermesidir. Sosyal ortamlarda karşı cinsten çok fazla kişinin varlığına rağmen evliliğini sadakatle yürütebilmek, fırtınalı denizde yüzebilmek gibi kıymetlidir. Durgun denizde herkes yüzer. Dağ başında veli olmak kolaydır.

Bazı hatalar küçük gibi gözükebilir, ama büyük yangınlar küçük kıvılcımlarla başlar. Evlilikte de küçük hatalar, büyük acıları doğurabilir. Kişi birine karşı ilgi duysa ve "Bir telefon etsem ya da mesaj göndersem ne olur?" diye düşünse, dışarıdan bakınca bu küçük bir şeydir. Ama genellikle büyük acılara yol açacak küçük lezzetlerden biri olabilir. Bu küçük adımlar, insanı büyük sorumluluklara götürür. Esas olan, bu küçük adımları atmamaktır. İnsan kendine, "Hoşlandığım bu kişiyle cinsel beraberlik yaşamalı mıyım?" sorusunu sorduğunda zaten iş işten geçmiş demektir, bu aşamadan sonra kişinin cinsel dürtülerini durdurabilmesi zordur.

Çağımızda modernitenin bize sunduğu davranış, kişinin biyolojik dürtülerinin ön plâna çıkarılmasıdır. Cinsel biyolojik dürtüler içerisinde en heyecan verici olanı, orgazmdır, yani doyumun doruk noktasıdır. Orgazm, insan beyninin morfin benzeri bir madde salgıladığı en harika zevktir. Fakat seks, yaşam sebebi, tek ilgi ve zevk alanı gibi sunulduğu zaman, kişi onu kaybettiğinde yaşam sebebinin ortadan kalktığını düşünecek, çocuğu alınmış anne gibi kendisini gereksiz hissedecektir. Seks insanda böyle bir bağımlılık oluşturduğu zaman, cinsel gücün azalma dönemlerinde büyük bir depresyona girilir. Onun için beyne zevk alanı olarak sadece seks öğretilmemeli; kişiler beyinlerine sanatın, müziğin, seyahatin, çocuklarıyla beraber olmanın zevkini de yerleştirmelidir.

Yeri gelmişken size gerçek hayattan alınma şöyle bir örnek aktarayım:

Orta yaşlarda bir erkeğin, ürolojik bir rahatsızlık sonucu penisinin alınması gerekmişti. Bu tabiî büyük bir hadiseydi. Erkek karısına dönerek, "Şu anda benden boşanmaya karar verirsen, seni anlarım." dedi. Karısı gülerek şöyle cevap verdi:

"Benden kurtulmaya karar verdiysen, daha iyi bir mazeret bulmalısın! Herhangi biriyle yaşamaktansa, senin yarınla yaşarım."

Sonunda birbirlerine sarıldılar. Bu olay, çok kaliteli evliliklerin, cinsellik olmadan da yaşanabileceğini göstermektedir.

Evliliklerin yıkılma sebebi olarak çoğu zaman ekonomik sebepler gösterilir. Aslında o, işin görünen sebebidir; görünmeyen yanı, eşlerin iletişimsizliği ve evliliği bilmemesidir. Zira pek çok çift, paraları varken de geçinememektedir. Hayat devam ederken ekonomik sorunlar çıkabilir, birçok şey ters gidebilir. Eğer evlilik bağları zayıfsa her şey çatışma sebebi olur. Evliliklerde yaşanan sorunları, bazı çiftler çatışmaya, bazıları ise fırsata dönüştürürler. Eşler evlilikleri sırasında yaşanan sorunları kaynaşma fırsatı kabul edip beraber çözmeyi başarırlarsa, evlilik bağları güçlenecektir.

Yaygın Evlilik Sorunları

Evlilikte yaşanan sorunlarda bencilliğin rolü önemlidir. İnsandaki biyolojik dürtüler, kendisini bencil olmaya yöneltir; kişi, bu duygularını terbiye etmelidir. Terbiye, kendi biyolojik dürtüleriyle karşı tarafın duyguları arasındaki dengeyi kurmakla sağlanır. Bu da bencillik ve benmerkezcilikten fedakârlık ederek karşı tarafın mutluluğunu düşünmektir. "Seni seviyorum, sana ihtiyacım var!" demek, bencilce bir sevgidir; içinde çıkarcılık vardır, "İhtiyacı olmadığı zaman bırakabileceği" anlamını da taşır. Bencilliğin karşıtı olan fedakârlık ise, kişinin bazı isteklerini kurban edebilmesidir. Evlilikte yaşanan sevgi, seksten daha önemlidir.

Hamlet'te "Kocam beni seviyor mu?" diye soran kadına erkek, "Kocanın senin için yaptığı fedakârlıklara bak." diye karşılık verir. Sevginin ölçüsü budur. Erkek maddî imkânından veya istirahatinden fedakârlık ederek, sevdiğini gösterir. Sadece "Seni seviyorum." demek, ölçü değildir. Burada kişi, kendisiyle barışık olması ve kişisel bütünlüğü için, karşıdakine "Sevgine ihtiyacım var." demektedir. Bu ifade, evlilikte önemli bir duygudur, ama amaç olmamalıdır. İnsan karşındakini, kendisini mutlu ettiği için değil, kendi olduğu için sevmelidir; ideal olan budur.

Burada romantik sevgi ile erotik sevgi arasındaki farkı görüyoruz. Erotik sevgide cinsel bir tutku vardır, karşıdaki insanı hoşnut etme bencilliği vardır. Hayatı paylaşma sürecinde önemli olan, "Eşim beni mutlu ederken ben de onu mutlu edebiliyor muyum?" sorusunu sormaktır. Bu, evliliğe güç katar. Meselâ kariyer sahibi, finansman açısından erkeğe ihtiyacı olmayan pek çok kadın vardır. Onlar, "Dolu bir hayatım var; fakat hayatı paylaşacağım biri olsun istiyorum." derler. Çünkü kadında, akşam birlikte olacağı güçlü bir eş arayışı vardır.

Hayatı paylaşabilmek, evlilikteki en önemli unsurlarındandır. Yalnız ideal olan, tarafların bunu kendi kimliklerini koruyarak yapmalarıdır. Eşinin kimliğini terk ederek kendine uymasını istemek, bencilliktir. Ünlü psikolog Eric Ericson, "Yetişkin olma yolunda dostluktan önce, kimlik önemlidir." der. Kimliksiz insanın, iyi bir dostluk yapması zor olduğu gibi, iyi bir evlilik yapması da zordur. İnsan kimlik sahibi olmadığı ya da onu geliştiremediği, meselâ sürekli annesine bağımlı olduğu zaman iyi bir eş olamaz. Bir anne baba, çocuğunu kimliksiz, kendine bağımlı olarak yetiştirirse, o çocuktan iyi bir evlilik beklenmemelidir. Yetişkin olma yolunda bireyselleşen ve kimliğini bulanlar, kendini tanıdığı ve zayıf yönleriyle cesurca yüzleşebildiği için, iyi evlilik yapmaya adaydırlar. Kendini tanıyan bir insanın iyi ilişkiler kurma ihtimali yüksektir. Kimlik sahibi insanlar, kendini sürekli yeniden tanımlayan kişilerdir. Çünkü insanın, parmak izleri gibi, kişiliği de farklı yaratılmıştır.

Uzlaşma sanatının gelişebilmesi, farklı kişiliklerin varlığını gerektirir. Bir taraf diğerinin sergilediği kişilik tipine tamamen uyarsa, evlilik bir müddet sonra monotonlaşıp tatsızlaşır; bu durum, iki tarafı da mutsuz eder. Fakat iki farklı kimlikte zaman zaman tatsızlıklar, sıra dışı duygular, fırtınalar yaşansa da, bu durum evliliğe çeşitlilik katarak monotonluktan uzaklaştırır. Evrenin "çeşitlilik" ilkesiyle yaratılmasının ana sebebi, monotonluktan uzaklaşması ve iletişimi artırmasıdır. Bu, evlilikte de gereklidir; dolayısıyla kimlik sahibi kişilerle evlenilmelidir.

Eşlerin birbirlerine körü körüne bağlılığı da tehlike işaretidir. Bir müddet sonra taraflardan biri evliliği zevksiz bularak kendisini başka bir meşguliyete verebilir. Meselâ bazı "işkolik" erkekler vardır ki, gece 12'lere kadar çalışırlar. Bu kişilerin aşırı derece çalışması, çok çalışkan oldukları ya da işi çok sevdiklerinden değil, evindeki ortamdan kaçmaları sebebiyledir. Burada, evde mutlu olamayışın önemli rolü vardır. Tarafların ayrı birer kimliklerinin olması ve kendilerini özgürce ifade etmeleri, evlilikte istenen şey olmalıdır.

Geleneğimizde kadın kimliği genellikle önemsenmez; ondan, erkeğin kimliğine teslim olması istenir. Erkek patrondur; kadın, kimliği olmadan ona teslim olmalıdır. İnsanlarda, ideal evliliğin bu olduğu düşüncesi hâkimdir. Bu, geleneksel bir yanlıştır, evliliği monoton ve pasif hâle sokar. Kadın kendini, kimliğini ispatlama zorunda hissetmemelidir. Yoksa kendini gerçekleştirmek için evlilikle ilgili birçok sorun çıkarır, eleştiri yapar. Onun, fikirlerine değer verildiğini ve kararlarının göz önüne alındığını bilmesi, kimlik kazandığını gösterir. O zaman eşinin görmediği bir şeyi görebilir, bir hatasını bulup çıkarabilir; bu şekilde, birbirini tamamlayan birliktelikler ortaya çıkar. İdeal evlilikte devamlı yenilik ve değişim, eşlerin kimlik sahibi olmalarıyla mümkündür, hayat boyu kalite ancak bu şekilde yakalanabilir. İnsanlar o zaman başka ilgi alanlarına ihtiyaç hissetmezler. Sürekli değişim içinde olduğundan hayatlarına renk katılmış olur.

Evlilikte durgunluk, tehlikelidir. Bir evlilik çok durgun gidiyorsa, akla o evliliğin geleceğiyle ilgili soru işaretleri takılmalı, her an bir sorun çıkabileceği düşünülmelidir. Hayata ilgi duymak, hayatı ilgi çekici yapmakla mümkündür. Evliliklerde arada bir fırtına çıkması "faydalı"dır ve istenilmese de kaçınılmazdır. Aslında seyrek yaşanan bu fırtınalar, sağlıklı evliliğin işaretleridir. Sorun yaşanmayan, sıfır hatayla yürüyen evlilik yoktur. Çünkü insanın olduğu yerde sorun da vardır. Fakat bu sorunlar ya da fırtına üç günden fazla sürerse problem oluşturur.

Evlilikteki sorun alanlarından birisi de, yapışık ikizler gibi gereğinden fazla beraberliktir. Meselâ erkek sabah sporuna giderken, kadının da saatini kurup eşine takılması gibi... Her insanın hür düşünmesi için kendine özel, sessiz bir zamanı olmalıdır. Müdahaleci, "Kontrol bende olsun!" diyen kimseler, eşinin kendi kendine kurduğu hayalleri bile bilmek isterler. Karşı tarafın her fikrini öğrenmek isteyen, onun hayaline dahi karışan kişilere, "Eşinin dalıp gittiğini görürsen, sen de ona ne düşündüğünü sor; bakalım neler hissedecek?" demelidir. Hatta insan, kendisine, Yaratıcısıyla beraber olmak için dahi özel bir zaman ayırmalıdır. Onun için ayrılan zaman, kişiyi ayrıca mutlu edecektir.

Yapışık evlilikler, ilişkileri durgunluğa götürür. Çiftlerin evin dışında birtakım arkadaşlıklar kurması, evliliğin sağlıklı olduğuna işarettir. İnsan, bütün duygu ihtiyaçlarını eşiyle karşılaması, bütün duygusallığı eşiyle paylaşması, evliliğe baskı ve yük katar, evliliği inceldiği yerden kopacak hâle getirir. Bu yüzden kişiler, eşi dışında birtakım arkadaşlık ilişkileri de geliştirmelidir. (*17, 22, 23*)

Boşanma

Boşanmanın dünyada en çok yaşandığı ülkeler ABD ve Rusya'dan sonra Baltık ülkeleri, en az olduğu ülkeler ise Moğolistan ve Kolombiya'dır. Türkiye ise dünyada boşanmanın en az olduğu 10 ülke içerisinde yer alır. Ancak boşanmalar hem dünyada, hem de ülkemizin Batı bölgelerinde gitgide artmaktadır.

Dünyada boşanmalar hiçbir zaman çağımızdaki kadar yaygın değildi. Bunun en büyük sebebi, evlilik bağlarını zayıflatan modernitedir. Çünkü modern hayat, hem annelik duygusunu zaafa uğrattı, hem de "benmerkezciliği" ön plâna çıkararak, "kişinin her şeyden önce kendisini sevmesi gerektiğini, kutsallığın insanın kendi çıkarında olduğu"nu söyledi. Bu önerme, insanlık tarafından kabul görmeye başladıkça evlilik de sorgulanmaya başladı. "Açık evlilik ve cinsellik" kavramları, bu felsefi önermenin bir sonucu olarak ortaya çıkmıştır.

Boşanma Sebepleri

Boşanan insanlar, genellikle eşlerinin kişilikleri ve ruhlarının, kendilerininkinden farklı olduğunu söyler. Meselâ bazı insanlar, arabaları bir-iki arıza yaptığında onu hemen satar, yenisini alırlar. Evlilikte de durum böyledir; ufak tefek arızalarda hemen eş değiştirmek şeklinde kendini gösterir. "Buna nasıl sabrederim, bu gemiyi batırmadan nasıl götürürüm?" tarzında hareket etmek, büyük bir çaba gerektirir. İnsanlar eskiye göre daha bencil zevkler peşinde ve daha sabırsız olduklarından, zorluklara katlanma yönünde daha az verici davranmaktadır. Zevk peşinde koşmayı daha fazla sevdiklerinden, evlilik sorumluluğu onlara yük gibi gelmektedir. Buna bağlı olarak da boşanmalar artmıştır.

Boşanmalarda çocuklara yaklaşım çok önemlidir. Çocuklara, "İnsanlar nasıl evlenir ve beraber yaşamaya başlarlarsa, boşanabilirler de; bu, hayatın bir gerçeği. Biz eş olarak boşanıyoruz; ama insan, evlâdından boşanmaz. Annelik ve babalıktan boşanma olmaz. Bizler sizin anneniz ve babanızız." mesajı verilmelidir. Bazen öyle fırtınalı ve negatif evlilikler olur ki, çocuklar, ebeveynlerine "Artık boşanın; yapamıyorsunuz." derler. Eşler arasındaki sevgi, saygı ve güven bağı yıkıcı bir biçimde zedelenmişse, boşanma kaçınılmazdır. Bu konuda ideal olan, el sıkarak, çocukların geleceği için, aileden üçüncü bir kişinin hakemliğinde uzlaşarak, duygulardan ziyade mantığını kullanarak boşanmaktır.

Eşinin ağzı koktuğu için ya da göğsü küçük olduğu için boşanan çiftler vardır. "Senin göğsün küçük, beni tahrik etmiyorsun' diye eşine sürekli söylenen bir erkek, sonunda karısı tarafından terk edilmiştir. Bunların hepsi, insanın evliliğe verdiği anlamla, "Evlilikte ne, neden önemlidir? Öncelikler hangileridir?" sorularına verilen cevaplarla ilgilidir. Bir insanın dokuz iyi özelliği, ağız kokusu gibi bir kötü yanı varsa, böyle bir sebepten evlilik yıkılmaz. Burada meseleye çözüm yolu bulmak gerekir. Bu düşüncedeki bir insan, eşi trafik kazası geçirse ve ayağı sakatlansa, onu bırakacak demektir. Bu insan evliliğe hazır değildir, evliliği bilmiyor kabul edilir.

Boşanmada alkol kullanımı ve ona olan bağımlılık, karşımıza önemli bir sebep olarak çıkar. Sigaranın zararı kişinin daha ziyade kendi organlarına iken, alkolde insanın sosyal iletişimi ve bu arada evlilik bağları zayıflar. Alkol insanın akıl ve yargı gücünü zayıflattığı için, kişiye yanlış yaptırır. Bunun sonunda—bir süre sonra—evlilik devam edemez hâle gelir. Fakat bazı kişiler, evliliklerinin yıkıldığını gördüklerinde alkolden vazgeçebilirler. "Alkol aldığı zaman sakin oluyor." düşüncesiyle, eşlerine içmesini tavsiye eden kadınlar vardır. Ama bir müddet sonra kişi gittikçe alkole daha bağımlı hâle gelir. Kısa süre sonra da alkolizmin ileri boyutlarına ulaşır, çalışamaz olur, hatta akıl hastalıkları ortaya çıkar. Artık babalık görevi de yapılamaz.

Evlilikteki önemli boşanma sebeplerinden biri de, güven zayıflaması, sadakatsizlik ve cinsel ihanettir. Kişinin, önündeki uzun evlilik yolculuğunu eşiyle yapamayacağı kanaatine varması veya eşinin kendisine zarar verebileceği düşüncesi de çiftleri boşanmaya götürebilir. Boşanma, mantığın insana en lâzım olduğu zamanlardan biridir. Çünkü insan bu dönemde hep duygularıyla hareket eder. Mantık kullanıldığı zaman, kişi geleceğini akıllıca garanti altına alacak, sonra da herkes kendi hayatını yaşayacaktır.

Boşanma Bulaşıcı mıdır?

Boşanmış ailelerdeki çocukların boşanma oranları, diğer ailelerin çocuklarına göre daha yüksektir. Genellikle anne baba boşandıysa, kadın çocuğuna—özellikle kız çocuklarına—"Ben babandan çok çektim; sen oku, bir mesleğin olsun. Eğer kocanla geçinemezsen güçlü ol, kimseye muhtaç olma!" der. Bu durum aslında karı koca arasındaki güveni zayıflatır. Hâlbuki evlilikte "güven" çok önemlidir.

Psikolojide "kendini gerçekleştiren ön kabul" diye bir yasa vardır. Bir insanın herhangi bir konuda ön yargısı varsa, bir müddet sonra ön kabul oluşan yasa kendini gerçekleştirmeye başlar. Meselâ "Eşime güvenmiyorum, beni aldatabilir." düşüncesine sahip bir eşin güvensizliği, bir süre sonra davranışlarına yansır. Bunun üzerine eş de savunmaya geçer. Karşılıklı güvensizlik tepkisi verilir ve bağlar zayıflar. Burada anne, farkında olmadan çocuğun beynine evlilikle ilgili güvensizlik tohumu atmaktadır. Bunu yapmakla ona zarar vermekte, gelecekte boşanmasına zemin hazırlamaktadır. Bu gibi hatalar, insanın kendini tanımayışından kaynaklanır.

Bazen bunun tersi görüntüler de ortaya çıkabilir. Çocuk, "Annem boşandı, ben de boşanıp kendime geçimsiz dedirtmeyeyim." düşüncesiyle geçimsiz adamları düzeltmeye çalışır. Bunu başaran kadınlar az değildir. Bu davranış, kişinin hayattan alacağı dersle ilgilidir.

İnsan, hayatını, değişen bir varlık olduğunu bilerek ve kendini devamlı tanıyarak sürdürmelidir. Kendisini eksiksiz ve hatasız kabul eden insan bencildir, hayatı durgunlaştırır ve sorunlarla cesurca yüzleşemediği için hata yapar. Pek çok boşanma sebebinin arkasında bencilce bazı istek ve duygular vardır.

Boşanmanın Genel Zorlukları

Alkol ve madde bağımlılığının bazı türleri vardır ki, bunlar örtülü depresyondur. Kişi, dışarıdan bakıldığında gayet neşeli görünür. Depresyonun sebep olduğu hayattan zevk almama, mutsuzluk gibi belirtiler göstermez. Fakat davranış

bozukluğu ve kişilik değişimi şeklinde tezahür eden bir depresyon geçirebilir. Meselâ bu durum, erkeklerde alkol ve içkiye yönelme eğilimi, kadınlarda ise hastalık hastalığı, kronik - yorgunluk ve temizlik hastalığı olarak ortaya çıkar. Bunlar "maskeli depresyon" belirtileridir. Yapılan ölçümlerde, bu kişilerin beyinlerindeki serotonin maddesinin azaldığı, beynin elektriksel ve kimyevî enerjilerinin bozulduğu görülür.

Boşanmış kişilerin depresyon puanı çok yüksektir. Bu kişilerin antidepresif tedaviye ihtiyacı vardır. Bu sebeple boşanma düzeyinde olan kişilerin büyük çoğunluğunun psikiyatrik yardım alması gerekir. Böyle yaparlarsa daha sağlıklı karar verir, daha az hata yapar ve analitik düşünce yeteneklerinin bozulmasını önlerler.

Depresyonda beyin, sürekli stres hormonları salgıladığından hücreler arasındaki ileti ve "nöronal renerasyon," yani beyindeki hücre yenileme faaliyeti yavaşlar. Sinir hücreleri, hareketli ve devamlı gelişen hücrelerdir. Depresyon, bu hücrelerin sürekli genişlemesine engel olur. Meselâ beyne yeni bilgiler kaydedilmesini, insanın hayatında yeni ufuklar açılmasını engeller, kısaca beyne zarar verir. Bozulan alana göre herkesin hedef organında (mide-bağırsak, kalp-damar, tansiyon, astım, alerji) birçok psikosomatik hastalık görülür. Meselâ boşanmalardan altı ay ya da bir sene sonra kansere yakalanan pek çok kimse vardır. Çünkü beyin, salgıladığı stres hormonlarıyla kemik iliğini, dolayısıyla vücudun savunma sistemi zayıflatır. Böylece vücuttaki uyuyan hastalıklar açığa çıkar.

Herkesin vücudunda uyuyan birkaç kanserli hücre vardır. Vücut savunma sistemi onu bloke eder ve zararsız bir şekilde uyutur. Fakat stres altında olduğunda kişinin savunma sistemi zayıflar, uyuyan hastalık alevlenir. Özellikle ilerleyen yaşlarda vücuttaki kanser hücreleri artar, stres bunları harekete geçirir. Bu yüzden boşanma tatsız, istenmeyen ve herkesin bedel ödediği bir hadisedir. Kazananı olmayan, herkesin az veya çok kaybettiği bir durumdur. Âdeta savaş gibidir. Savaşta kazanan insan bile çok şey kaybeder.

Boşanmanın Kadın ve Çocuk Açısından Zorlukları

Boşanma, aile birliğinin bozulmasıdır. Evlilik sözleşmesinin bitmesi, anlık bir durum değildir, belli bir sürecin son noktasıdır; istenilmediği hâlde yaşanan acı bir gerçektir.

Boşanmada en büyük bedeli, çocuk öder. Öfkenin ve düşmanca tutumların çokça yaşanması, çocukta sevilmediği duygusunu uyandırır. Çoğu zaman da boşanmadan çocuklar kendilerini sorumlu tutarlar ve suçluluk duygusu geliştirirler.

Boşanmanın sebebi ve şekline göre çözümler değişir. İhanet ve sadakatsizlik söz konusu ise fırtına şiddetli yaşanır. Boşanma kaçınılmazsa kademeli geçişlerde fayda vardır. Çiftler, boşanmaya kesin karar vermeden önce şu soruları kendilerine sormalıdırlar:

* Evliliği kurtarmak için elimden gelen her şeyi yaptım mı?

* Mutsuzluğumun sebebinin evliliğim olduğuna emin miyim?

* Boşanma sonrası çıkacak yeni sorunlarla baş edebilir miyim?

* Çocuk yalnız birimize ait değil. Bunu kabulleniyor muyuz?

Çocuklar, boşanmanın kendisinden çok, oluş biçiminden ve süreçte yaşananlardan etkilenirler. Çocuklar anne babayı beraber tanımışlardır ve onları birlikte isterler. Bu duyguya saygı beslemek gerekir. Çocukların bu durumdan sarsılmalarını en asgarî düzeye çekmek için, çocuktan boşanmanın pek kötü olmayacağını anlatmak ve çocuğu ayrılığa alıştırmak gerekir.

Kadınlar, annelik duygularının ağırlığı sebebiyle çocukların mağduriyetinden daha fazla etkilenirler. Boşanmadan ikinci derecede zarar görecek olan, onlardır. Bu nedenle boşanmada duygularla değil, mantıkla hareket etmek, müm-

künse el sıkışarak ayrılmanın yollarını bulmak daha doğru olur.

Kadını etkileyen diğer konu da, toplumun kendisine bakışıdır. "Boşanmış kadın" imajı, taşınması zor bir yüktür. Onuruyla yaşayabilmek, emeğiyle geçinebilmek ve değer yargılarını savunabilmek için güçlü olması gerekir. Ancak kadına değer vermeyen, kendini yetersiz hissettiren ve sadakatten nasibi almamış bir erkekle yaşamanın da ne kadar onur verdiği tartışılır. Neticede boşanma, ne getirip ne götüreceğinin iyi hesaplanması gereken ciddî bir karardır.

Batı Toplumlarının Evliliğe Bakışı

Batıda evliliği "birliktelik" şeklinde yaşayan, 35 yaşına geldikten sonra evlenen, "Uyuşamıyoruz." diyerek sürekli eş değiştiren, evlense de bu biçimde evlenen çiftler vardır. Bu sebeple nüfus, Batı ülkelerinde ciddî biçimde gerilemektedir. Neredeyse hiçbir kuralın olmadığı bu düzensiz yaşama şekli, "özgürlük" gibi algılanmaktadır. Hâlbuki evliliğin anlamına zıt bir durumdur. Çünkü evlilik kurumunun da tıpkı futbol oyunu gibi kuralları vardır. Bir insan, "Hem evli, hem de özgür olacağım." diyemez. Meselâ şu anda Amerika'ya eğlence kültürüne dayalı bir sistem hâkimdir. Bütün hafta çalıştıktan sonra "weekend" dedikleri hafta sonunu eğlenceyle geçirirAmerikalılar. Bu eğlence, yaşamlarının amacı gibidir. Pazartesi geldiğinde de, hafta sonunu konuşarak vakit harcarlar. Kapitalist sistemin sunduğu "hedonizm [zevk peşinde koşma]" prensibi, insanlığı buna teşvik etmiştir.

Bu durum, insanlık tarihinde ilk değildir. Roma'nın yıkılışında da zevk ve eğlenceye aşırı düşkünlük dönemleri görülmüş, kaynaklar tükenmeye başlamış ve sonunda üreten değil, tüketen bir toplum oluşarak sistem çökmüştür. Tarihte Moğollar da buna örnek olarak gösterilebilir. Osmanlı'da da çöküş, saray ve toplumun lüks ve eğlence içine girmesiyle başlamıştır. Kısacası, sistemlerin çöküşünde eğlence odaklı yaşamın büyük rolü vardır.

Şu anda Amerika'nın yaşadığı vak'a da bundan farklı değildir. Ekonomi tüketime yetmemekte, bir Amerikalı beş dünya vatandaşı kadar kaynak harcamaktadır. Dünya nüfusunun %5'i Amerika'da yaşamakta, fakat bu insanlar dünya kaynaklarının %25'ini tüketmektedir. Bu durum, kanserli bir dokunun bencilce büyüdükten sonra vücudu öldürmesine benzer. Ancak Amerikalı aydınlar, bu durumu fark etmiş, gereken tedbirlerin alınması için ciddî ve yoğun bir çaba göstermeye başlamıştır. Büyük ihtimalle çöküşe gitmeden bu yanlış yoldan geri döneceklerdir. "Dünyada yaşanacak keyiflerin sadece eğlenceden ibaret olmadığı, hayatta soyut zevklerin de bulunduğu" gerçeği, son yıllarda sıkça ifade edilmektedir. Evliliğin cinsel hazların dışında fonksiyonları olduğu, karı kocanın birbirine eşlik etmeleri ve hayat arkadaşlıklarının farkında olmaları gerektiği söylenmektedir. Aile araştırmaları yapılmakta, aileler bu konuda sürekli bilgilendirilmektedir.

Feminizmin Evlilik Üzerindeki Etkileri

Evliliğin gerçekleşmesi, suyun oluşumuna benzer. Nasıl ki suyun oluşabilmesi için hidrojenle oksijenin birbirlerini tamamlaması ve molekül olması gerekirse, evlilik içinde kadın ile erkeğin bazı özgürlüklerinden fedakârlık yaparak, yeni bir özgürlük modeliyle hareket etmeleri gerekir. Bir insan, "Hem özgür olup istediğim gibi yaşayacağım, hem de evli olacağım." diyemez, bu şekilde bir evlilik mümkün değildir. Kadınların yüzyıllar sonra toplumsal statü olarak ön plâna geçmeleri, erkekleri rahatsız etmiş ve onların evliliğe soğuk bakmalarına sebep olmuştur. Asırların verdiği tecrübeyle, erkeğin evliliğe bakışıyla kadınınki incelenmeli ve yeniden değerlendirilmelidir.

Feminizm, kadını erkek gibi olmaya iterken, kadının cinsel kimliğine zarar vermektedir. Kadın, kadınlık özelliklerini ve farklılıklarını güçlendirdiği zaman kadındır. Psikolojik olarak iki cins birbirinden üstün değil, farklıdır. Bu farklılık, hukuki değer açısından da önemlidir. Kadın duygusal özellikler, estetik ve koruma içgüdüsü bakımından ileriyken, erkek dış ortamla savaşma, avcı özellikleri itibarıyla önde-

dir; böylece taraflar birbirlerini tamamlar. Kişilerin baskın olan bu yönlerini törpülemek, evliliğe zarar verir. Kadının ev hanımlığı rolü küçümsendiği zaman, bu rolden uzaklaşır. Hâlbuki ev hanımlığı, ağır bir işçilik, zor bir hizmettir. Üretiminin meyveleri ancak seneler sonra, iyi çocuk yetiştirme şeklinde kendini gösterir. Fakat yaptığı işin sonuçları hemen görülmediği için karşılıksız gibi düşünülür. Erkeğin işinin neticeleri ise maaş, ücret ya da kâr gibi somut bir şekilde geri döndüğünden önemsenir ve göze çarpar.

Bu konuyu inançlı insanlarda çözmek daha kolaydır. Meselâ Yaratıcı, insanı yaratırken, kadınla erkeği eş değer mi, yoksa farklı mı yarattı, bu, iyi bilinmelidir. Yaratıcı katında değer sıralaması neye göredir? Kadın mı öncedir, erkek mi?... Zenciler mi, beyazlar mı? Fakirler mi, zenginler mi? Yaratıcıyla olan ilişkide insanın kıymeti zengin fakir, beyaz siyah ya da kadın erkek oluşu değildir. Burada ölçü, kişinin Yaratıcıyla doğru ve yakın ilişki kurup kurmamasıyla—dini terminolojiyle—takvasıyla ilgilidir; takvası yüksek olan, Yaratıcı katında daha değerlidir. Yani kadın ya da erkek, Yaratıcı açısından eş değerdir. Her iki cinsin de birbirlerine karşı artıları ve eksileri vardır. Birbirlerini tamamlamak için yaratılmışlardır.

Eğer bu düşünceyle hareket edilirse, çiftler "özgürleşme" adına evliliklerini kurban etmemiş olurlar. Yoksa cinslerden birinin izole edildiği bir dünyada mutlu olmak mümkün değildir. Başka bir deyişle, tek başına yaşayan bir kadının ya da erkeğin dünyası, mutlu bir dünya değildir.

Bety Freadman'ın dediği gibi, "bir adamla ya da kadınla güzel ve sadakate dayalı bir ilişki, ancak birbirini tamamlama ve birbiriyle var olma bilinciyle yaşanabilir." Feminizmi, insanlığa kazandırdığı bazı değerleri koruyarak, ama kaybettirdiklerini de bilerek ve buna geçmişteki kültür ve inanç birikimimizi de katarak yeniden tanımladığımız zaman, kadın erkek mutluluğunu ve evlilik kavramını oturması gereken mecraya yerleştirmek mümkündür.

1960'ta kadınları erkeklere karşı silâhlanmaya çağıran bir kitabın sahibi olan, Amerikalı feminist yazar Bety Fread-

man, şu anda Manhattan'da tek başına yaşamaktadır. Yetmişinci yaşından sonra söylediği şu cümle ne kadar anlamlıdır:

"Bir erkekle güven ve sadakate dayalı bir ilişki içinde olmak beni ne kadar mutlu ederdi..."

"Dünya Kadınlar Günü"nün Kadınlara ve Evliliğe Getirileri

"Dünya Kadınlar Günü" gibi ayrımlar yapmak, aslında feministlerin bencilliğini göstermektedir. Bunun arkasında, "Kadınlar insanlıkta ikinci sınıf olarak algılanıyor." ön kabulü vardır. Kendine güveni olan, kendini rahatlıkla ifade eden ve hakkını arayabilen kadının böyle günlere ihtiyacı yoktur. Ama "Dünya Kadınlar Günü" şu şekilde de yorumlanabilir:

Erkeklerin kadınları ikinci sınıf görme eğilimine karşı bir var oluş sembolü...

Bu görüş, sosyokültürel bir durumdur.

"Kadınlar, erkeklerin arkasındadır." şeklinde geleneksel bir eğilim vardır. Üstelik bu sadece Doğu kültüründe değil, Batı kültüründe de böyledir; hatta Batı dünyasında daha da yoğundur. Orada asırlarca, "Kadın insan mıdır, değil midir?" tartışması yaşanmıştır. Kadının fert olduğunu yasalar dahi kabul etmezdi. Önceki yüzyıllarda fiziksel güç önemli olduğu için, dünya konjonktürü erkeğin egemen olmasını gerektiriyordu. Fakat çağımızda zihinsel güç ön plâna çıkınca bu güce ihtiyaç kalmadı. Zihinsel gücün önemi kavranınca kadın ve erkek arasındaki farklılıklar en aza indi.

Şartlar böyle gelişince, kadın erkek eşitliği yerine, kadın erkek farklılığı içinde güçlü iş birliği kurmaya öncelik verilmelidir. Bu tespit çerçevesinde iki cinsin farklılıklarının reddedildiği anlaşılmamalıdır. "Erkek erkekliğini, kadın kadınlığını değiştirsin ve dünya unisexe doğru gitsin." düşüncesi yanlıştır. Her iki cins de farklılıklarını koruyarak güçlü iş birliği esasına dayanan ilişkiler geliştirmelidir. De-

mokrasi ve çoğulculukta önemli olan da budur. Herkes kendi kültürel kimliğini korur, ama iletişim yoğunlaşır.

Meselâ evren çoğulculuk üzerine kurulmuş, tek tip yaratılmamıştır; binlerce çiçek, kuş ya da böcek türüyle var edilmiştir. Bu çeşitliliğin amacı, başta insanlar arasındaki iletişimi sağlamaktır; canlıların birbirleriyle kaynaşmaları, münasebet kurmaları ve birtakım güzellikleri ortaya çıkarmalarıdır. Bu sebeple tek tip kadın ya da erkek düşüncesi, evrendeki bütünlüğe uymaz. Bu bilinmeli ve çeşitliliğe alışılmalıdır. Tarafların haksızlığa uğramadığı, zihinsel başarısı üstün olanın önde ve ileride konumlandığı, kendini gerçekleştiren ve yaptıklarıyla değerini ortaya koyan kişinin cinsiyetinden dolayı ayrımcılık görmediği bir dünya oluşturulmalıdır. Cinsiyeti sebebiyle bir insanın başarısı ertelenmemelidir.

Meselâ erkek egemen meslekler vardır ki, burada cinsiyetinden dolayı kadınlara ayrımcılık yapılır; onlar farkında olmadan dışlanır. Kadınlar günü, belki bunların önlenmesi amacıyla düşünülebilir ya da bu tip tartışmaları başlatmak, bazı tabu ve dogmaları sorgulamak için konuşulabilir. Ama "Dünya Kadınlar Günü," feministlerin günü olmamalıdır. Feminizm, kadın erkek ilişkisini savaş hâline dönüştürmüştür. O açıdan bakıldığında kadın erkek ilişkisi zarar görmekte ve bir güç çatışması hâline getirilmektedir.

Hâlbuki evlilikte üç aşama vardır. Birincisi, romantik duygularla beslenen başlangıç aşaması. İkincisi, güç mücadelesinin olduğu dönem ki, bu dönemde iki taraf da birbirini tanıyacak ve akıllı çözümler üretecektir. Sonra da bağlılık dönemi... İnsanları dünyada, sadakate dayalı kadın erkek birlikteliğinden daha çok mutlu eden hiçbir şey yoktur.

Feminist akımlardan sonra, Amerika'daki boşanmalar %50'yi geçmiş, evlilik dışı doğumlar olağanüstü derecede artmıştır. Evli olanlar da, çocukları ve sevgilileriyle birlikte yaşamaya başlamıştır... Hayatlarını, "Biz evlendik, ama birbirimizi mutlu edemedik. Çocuklarımızın geleceği için bu tarzda da olsa, birlikte olalım." anlayışıyla sürdürmektedirler. Yani ortada, iki yabancının otel gibi kullandıkları bir ev

vardır. Anne ve baba, bu şartlar altında aynı evde bir arada bulunmakla, çocukların psikolojik ihtiyaçlarını ne derece karşılayabilirler? Bu da düşünülmesi gereken konulardandır.

Amerika'da şu anda yaşanan bu evlilik tipinin sorumlularından ilki, cinsel özgürlüğü yanlış anlamış kimselerdir. Mutlulukları paylaşmayı başaramamak, insanların boşanma sebeplerinden biri hâline gelmiştir. Yani kadınla erkek evlenmeden önce çok güzel anlaştıkları hâlde, evlenince sorumlulukları birbirlerine bırakıp, güzellikler yerine olumsuzlukları paylaşmaktadırlar. Kadınlara, eşiyle yaşadığı istenmeyen olaylar sorulduğunda, "Evde eşimle yaşıyorum, ama sorumluluk ve sıkıntı beni bezdiriyor. Ama sevgilimin yanında eğleniyor, gülüyor, buna olan ihtiyacımı gideriyorum." şeklinde cevaplar alınmaktadır.

Buradan çıkan sonuç şudur:

İnsanlar birbirleriyle sadece menfilikleri ve hayat yüklerini paylaşmamalıdır. Evlilikte mutluluk da, eğlence de olmalıdır. Eğer bu başarılabilirse, eşler başkalarına ilgi duymayacaktır. Aile terapilerinde çiftlere, eşleriyle birlikte yapmaktan hoşlandıkları şeyleri yazmalarını istiyoruz. Kimi yağmur yağarken yürümeyi, kimi beraber spor yapmayı arzu ettiğini söylüyor. Çiftlere, beraberken yapmaktan zevk aldıkları şeyleri artırmaları gerektiğini öneriyoruz. Evlilikte fırtınalı dönemler yaşandığında eşler bu tavsiyelere uymakta güçlük çekiyorlarsa, profesyonel yardım da alabilirler. Fırtınalar, ancak müspet özellikler pekiştirildiği zaman aşılır.

Evlilik, kadın ile erkeğin "Ben güçlüyüm." çatışmasının yaşandığı bir savaşa dönüşürse, taşıması gereken duygusallıktan uzaklaşır. Feministler, "Güç ve kontrol bende!" der. Erkek de—eğer maço özellikler varsa—"Kadın ikinci sınıftır." ön kabulüyle hareket eder. Böyle davranan erkek, "Benim eşim sürekli kendini ispata çalışıyor. Hâlbuki kadın, erkeğin arkasında olmalı; o, bunun farkında değil." diye düşünür. Bu zihinsel şartlanmaya sahip olan erkek, "zavallı" kabul edilmelidir.

Geleneksel yapımız içinde kadın, "çocuklara ve eve bakacak biri" olarak görülmektedir. Hatta bazı erkekler, "Kadınların aşağı olduklarına inanmalı." diye düşünürler. "Oğlum olmasını istemeseydim, evlenmezdim!" diyen erkekler bile vardır. Bu yüzden, evlenilen kadın kendini değersiz hisseder. Meselâ erkeklerden çok daha zeki ve üretken kadınlar vardır. Bu durumda kocası "Eşim kendini bana ispata çalışıyor, benim istediğimin tersine hareket ediyor." diyorsa, ailevî, kültürel veya psikolojik kaynaklı ön yargılara sahip demektir. Problemler, ön yargıların arkasındaki duygular aranıp bulunarak çözülür.

Böyle düşünen kimselerin, hayattan alacakları tadın yarısını ellerinin tersiyle ittiklerini düşünebiliriz. Kadını "yarım bir varlık" gibi düşünen erkek, aslında kendine kötülük yapmakta, onunla duygusal bağlar kuramamaktadır. Bir kadınla beraber olmada iki türlü sevgi vardır: Biri erotik sevgi, yani onun bedenini sevmektir; diğeri ise, dostluktur. Dostluk, ona eşlik etmenin, onunla beraber olmanın sevgisidir. Bu iki sevgi birbirine karıştırılmamalıdır. Meselâ Freud, bütün sevgileri "erotik sevgi" kapsamına alarak, beraber olmanın sevgisine cinsel anlam yüklemiştir. "Odipus kompleksi"ni yanlış yorumlamıştır. Böyle olunca, bir çocuğun annesine olan sevgisine de "erotik sevgi" demiştir. Hâlbuki anneyle erotik sevgi yaşanmaz. Çocuk, anneyle birbirine eşlik etmenin sevgisini yaşar. Bu yüzden, iyi âşıkların, annesini iyi seven erkekler olduğu da söylenir. Annesini seven erkekler, hem iyi âşık olabilirler, hem de evlendikten sonra annelerini uzaktan sevmeyi başarırlar.

Kadınla hayat arkadaşı olmanın, ona eşlik etmenin verdiği zevk ve sevgiyi tatmak, onun vücudunu sevmenin, yani cinsel heyecanın çok ötesindedir. Erkek o tadı, kadını ikinci sınıf görerek kaçırmaktadır. Yüce Yaratıcı, kadınla erkeği farklı yaratmış olsa da, hiçbirine üstünlük vermemiş, "Kadınlar bir tarafa, erkekler bir tarafa..." demeniş, insanları—öldükten sonra—takva derecelerine göre sınıflandırmış, sadece kendisine yakın olanları üstün tutmuştur. Eğer erkek, bütün evreni yaratan gücün yapmadığı bir cinsiyet ayrımcılığı yapıyorsa, evrendeki yasalara uymuyor demektir.

Bu yüzden davranışı gerçekçi değil, gelenekseldir; dinden de kaynaklanmaz. Evlilikte pek çok sorun, "farklı oluşu fark etmeme ve farklılıkları savaş sebebi sayma" eğiliminden oluşmaktadır.

X. DUYGU VE FARKINDALIK

Duygu Nedir?

Duyguları genel manada tasnif edersek, iki türlüdür. Bunlardan birincisi, hem insanlarda hem de diğer canlılarda bulunan yemek, içmek, barınmak, cinsellik, saldırganlık, korku gibi genetik eğilimimiz olan temel duygulardır. Diğeri ise sevgi, nefret, umut, güven gibi sadece âdemoğluna ait olanlardır. Esas duygulara yaklaşımla diğerlerine yaklaşım birbirinden farklıdır.

İnsanî duyguları, renklere benzetebiliriz. Bir resim nasıl çeşitli renklerin değişik oranlarda karışımıyla ortaya çıkıyorsa, insanı da duygusal çeşnisi meydana getirir. Renklerin armonisini oluşturan sınıflandırma gibi hisler de katmanlara ayrılır. Yani ana, ara, nötr renklerden her birinin bir duygumuza karşılık geldiğini düşünebiliriz. Ana renkler kırmızı, mavi ve sarı; ara renkler yeşil, turuncu ve mor; tarafsız [nötr] renkler ise beyaz, siyah ve gridir. Bu renklerden bazılarının duygularımızdan bir ya da birkaçını remzettiğini varsayabiliriz.

İnsana özgü en temel his, sevgidir. Duygular sevgiden doğar ve onun ölçüsüne göre şekillenirler. Bu his, diğer bütün renkleri içinde barındıran beyazla sembolize edilir. Beyazdan sonra ona en yakın olan kırmızı, güveni temsil eder. Kırmızı aynı zamanda insana dinamizm ve canlılık katar. Pembe, yani beyaza yakın kırmızı da, sevgiyi çağrıştırır. Denilebilir ki, sevinç, umut ve güven birleştiği zaman sevginin temelini oluştururlar. Sarı, öfkenin rengidir. İnsanın hiddetlendiği zaman sararması, bu çağrışımı doğurur. Tu-

runcu, güven ile sevgi karışımını ifade eder. Yeşil, korku ile sevginin bileşimini, yani huşuu anlatır. Mavi renk, sınırsızlık ve sorumsuzluğun sembolüdür. Bu sebeple mavi, merak ve hayret duygusuyla özdeşleşir. Fakat nefreti ve üzüntüyü en çok çağrıştıran renkler de mavinin tonlarıdır. Özellikle mavinin siyahla karışımından oluşan mor, üzüntüyü, hayal kırıklığını ve nefreti anlatır.

Duyguların Formülü

Sevginin ağırlığını en fazla hissettirdiği duygu güven, en az hissettirdiği ise korkudur. Sevgiyi bir tahterevalliye benzetirsek, ağırlık güven tarafında olduğu zaman korku, korku tarafında olduğu zaman da güven aşağıdadır. Bu sebeple korku içinde olan bir insana sevgi vermek, ondaki güven duygusunu artırır. Eğer korkunun içinde öfke varsa, saldırganlık gelişir. Eğer üzüntü varsa, kaçınma ve düşmanlık ortaya çıkar. Sevgi, umut, iyimserlik ve kabul edilmeyle birleştiğinde dostluk oluşur. Yani korku düşmanlığı, güven de dostluğu ortaya çıkarır. İnsanın hayata bakışında ve sosyal ilişkilerinde etkili olan şey, dostluk ya da düşmanlık hislerinin değişkenliğidir. Umut, güven ve üzüntü bir arada olursa, acıma duygusu ve empati meydana gelir. Bunun neticesinde kişi karşı tarafa şefkat beslemeye başlar ki bu da dostluğu artırıcı bir etkiye sahiptir. Nefret, "korku, üzüntü, öfke ve tiksinti" karışımı bir histir. Nefrette bencillik ve kıskançlık varsa sonuçta saldırganlık ortaya çıkar. Nefret, korku ve tükenme birlikte hissedilirse kaçınma oluşur. Bu sebeple pek çok olumsuz duygunun kaynağı olan korku mutlaka kontrol edilmelidir.

Duyguları Tanımanın Yolları

İnsanın duygularını tanıması ve onları geliştirebilmesi, "farkındalık" bilinciyle mümkündür. Ancak bu bilinç, özel bir çaba ister. Kişi başkalarının iç dünyasıyla ilgilendiğinden daha fazla kendi iç dünyasıyla ilgilenirse, duygularının tahlilini daha kolay yapar. Meselâ insan herhangi bir olay karşısında öfkeleniyorsa, o olaya ihtiyacı var demektir. "Bu hadise beni sinirlendirdiğine göre bu konuda yanlış bir zi-

hinsel şartlanmam var ki bende bir şeyleri harekete geçirdi." diye düşünmelidir. Yapılması gereken, korkuyla yüzleşmektir. Kişi bir şeyden korktuğunda ilk olarak kaçınma tepkisi verir. Bunun yerine korku listesi çıkarması, yararına olacaktır. "Korktuğum olayda başıma gelebilecek en kötü ihtimal nedir? Yaşayacağım muhtemel acı tecrübeler neler olabilir?" sorularını sorup, bunları alternatifleriyle düşünüp analizini yaptıktan sonra çözüm üretecektir. Korku iyi çözümlenir ve doğru analiz edilirse insanı duygusal olarak geliştirir. Duygusal zekâsı güçlü insanlar, hislerini iyi analiz edebilen kimselerdir.

Duygusal baskınlığın cinsiyet kimliğini dikkate alarak kadınla erkek arasında ayırıma tâbi tutulmasının ne derece doğru olduğu tartışılsa da, kadınların emotional [duygusal] bakımdan doğuştan şanslı olduklarını söyleyebiliriz. Bu konuda kadını erkeğe üstün kılan şey, beyninin duygulardan sorumlu alanının, yani sağ tarafının daha çok çalışma eğiliminde olmasıdır. Ancak bu durum, bir riski de beraberinde taşır. Hissî yoğunluğu fazla olan kadının sevgi ihtiyacı da erkeğe nispeten iki-üç misli fazladır. Ancak kadının duygu yoğunluğunun fazla olması, onun akıllı olmadığı anlamına gelmez. Aile terapilerinde kadınların en büyük şikâyetleri, "eşlerinin kendilerini sevmedikleri" üzerinedir. Bu yakınmayı doğuran husus, kadınların sevgi taleplerinin fazlalığına karşın erkeklerin böyle bir talebin farkına varamamalarıdır. Sevgi gibi, güven ve korkuyu da baskın şekilde yaşayan kadının korku karşısındaki direnci zayıftır. Ayrıca sevgi potansiyellerinin yüksek olması, kadınları tehlikelere karşı duyarlı kılar.

Ancak bütün bunlarla birlikte iki cins arasında duygusal açıdan tam bir genelleme yapmak mümkün değildir. Hisleri bir erkeğinki gibi zayıf işleyen kadınların varlığı ile bir kadın kadar duygusal olan erkeklerin varlığı da göz ardı edilemez. Bu durum, sevginin yoğunluğuyla ilgilidir.

Kadınlar duygularını doğru şekilde kullanır ve denetlemeyi başarırlarsa, bu onları çekim merkezi hâline getirir. Ayrıca duyguların beden diliyle ifadesi, alımlılığı artırır.

Tabiî bu, cinsel cazibeden ziyade duygusal çekim olacaktır. Cinsellik, duyguların katmanlarından sadece bir tanesidir.

Akıl Nedir?

Akıl, önemli ile önemsizi birbirinden ayıran, uzun vadeli düşünmemizi sağlayan kabiliyettir. Akıllı olmak, hadiseler karşısında tarafsız davranabilmektir. Ancak bazı ruh hâlleri, insanın tarafsız davranmasını engeller. Bu durum kadınlarda baskın içinde tarafsızlıkta zorlanabilirler. Tıpta "kognitif," yani "bilişsel uyumsuzluk [yanılgı içinde olmak]" diye bir tanım vardır. Kişi, akıl sağlığı yerinde olmasına rağmen zihinsel yanılgı içindedir ve muhakeme hatası yapar. Kognitif uyumsuzluk yaşayan kimse, olaylar karşısında yansız bir tavır sergileyemez.

Aklın Önündeki Engeller

İnsanın herhangi bir hadise karşısında akıllı davranmasını engelleyen bazı ruh hâlleri vardır. Bu ruh hâllerinden birincisi, duygusal bağımlılıktır. Duygusal bağımlılık, nesnelliği ve objektifliği bozar. Meselâ bir mahkeme reisi, kendi çocuğunu yargılayamaz. Çünkü evlâdıyla arasında yakın bir bağ vardır. Hissîlik, insanın aklını kapatan ve yargı gücünü zayıflatan bir olgudur. Öyle ki son derece açık bir doğruyu dahi reddettirir. Bu reddediş, duygusal bağlılıktan, savunma içgüdüsünden, ihtiyaçtan yahut da herhangi bir korkudan kaynaklanabilir.

Hissî özerkliği olmayan kişi, yönü belirsiz bir akıntıda sürükleniyor gibidir. Muhakemesi bozulmuştur. Etraşıca düşünemez ve sağlıklı bilgi toplamaktan âcizdir. Kıskandığı kimse de, iyi şeyler görmek istemeyeceği gibi sevdiği insana da kötü bir hastalığı veya bir felâketi yakıştırmaz. Meselâ çocuğu ölen pek çok anne, bu durumu kabul etmek istemez. Yavrusuna öyle bir bağlanmıştır ki, inkâr duygusu oluşur. Hatta çocuğunu kaybettiği hâlde sanki gelecekmiş gibi her gün onu bekleyen anneler vardır.

İnsanın aklını kullanmasını engelleyen ikinci durum ise, ihtiyaç içinde olmaktır. Kişinin herhangi bir konudaki mah-

rumiyeti, onun o hususta yanlış yapma ihtimalini yükseltir. Çok istek, çok hata getirir. Zaruret içinde kıvranan kimsenin etraşıca düşünme yetisi bozulmuş, akılla davranmaktan uzaklaşmıştır. Yoksunluk yaşayan kimse, duygularının etkisi altında kalarak çabuk tatmin yolunu seçebilir. Bilhassa açlık gibi, insan için katlanılması zor ihtiyaçlar, onu başka insanları düşünmekten alıkoyabilir. Meselâ "Açken alış verişe gitmeyin." denilmesinin sebebi budur. Çünkü açlık bazı duyguları coşturur. Buna ilâveten kadınlar, estetik kaygıları fazla olduğu için alış verişte zayıf davranırlar. Eşlerinin, aldıklarına itiraz etmesini önlemek için çabucak ve gereksiz şeyler alabilirler.

Akıllı davranmadaki üçüncü mâni, korkudur. Korku, insanı zihinsel olarak felce uğratan bir duygudur. Ancak doğru kullanılırsa, kişiyi harekete geçirip yeteneklerinin ortaya çıkmasına yardımcı olur. Fakat korku daha çok, acı, ölüm, ayrılık gibi durumlardan kaçınmak için oluşturulan, korunma içgüdüsüyle alâkalı bir histir. Eğer bir kimse gerektiği yerde kaygılanmazsa, ölüm, hastalık ya da doğal afet gibi kederli hadiselere karşı kayıtsız davranır. Sonuçta hem kendisi hem de nesli zarar görür. Bu sebeple az miktarda ve kontrol edilebilen stres, faydalıdır. Diğer yandan korkunun dozu kaçtığı zaman, kişi yanlış yönelimlere sapar, kilitlenir. Meselâ bazı anneler, çocuklarının her istediğini yaptıkları için onu disipline etmekte güçlük çekerler. Bu davranışın altında, "çocuğuna yabancılaşma ve onun sevgisini kaybetme" endişesi yatar. Bütün bunlarla beraber, korku, yönetildiği ve analiz edildiği takdirde telâfisi mümkün bir duygudur. İnsan korktuğu şeylerin listesini çıkarıp muhtemel risk alanlarını belirleyerek ona çözüm üretir ve korkusunu aşarsa, büyük bir beceri kazanır.

Aklı kullanmadaki dördüncü engel, savunma hâlinde olmaktır. Bir insan sürekli savunma psikolojisiyle hareket ederse muhakemesi bozulur. Tartışmaya ve saldırıya hazır bir hâli vardır. Bütün enerjisini kendini müdafaaya sarf ettiği içinde karşı tarafı dinleyemez ve yanlış veriler toplayıp yanlış tepkiler ortaya koyar. Savunma duygusu taşıyan

kimse, gereken kritik bilgiye ulaşmada güçlük çeker. Bir insan, karşılaştığı kötü olaylarla mücadele etmek istiyorsa, aklını kullanmak, zevklerini ve korkularını da ertelemek mecburiyetindedir. Korkulan şeye karşı verilecek en güzel cevap, başarı olacaktır. Bu arada bir kadın için korkudan uzaklaşmak demek, savunma psikolojisine girmeden ilgi alanlarını geliştirmek ve sonunda başarılı olmak demektir.

Vicdan Nedir?

Vicdan, kişinin sorumluluk hissiyle ilgili iç denetimini sağlayan duygu katmanlarından birisidir. Onun için "mes'uliyetin görünmeyen bekçisi" de diyebiliriz. Vicdan, insanda "zihinsel jüri" oluşturur. Böylece onu gizli kötülüklerden korur. Herkesin doğuştan gelen vicdanî özellikleri vardır. Nasıl ki sevgi bütün insanlar için ortak duygu ise, vicdan da her âdemoğluna armağan edilmiş temel bir yetidir. Ancak vicdan, mutlaka geliştirilmesi gereken bir melekedir. Zira benmerkezci bir vicdan da oluşabilir. Meselâ şahsî çıkarlarını vicdanına öncelik olarak oturtan kimse, yaptığı hatalardan dolayı kolay kolay suçluluk duymaz. İnsanlara kötülüğü dokunsa bile, başını yastığa koyduğunda rahatlıkla uyuyabilir. Bunu önlemek için, vicdanından onu uyaran bir ses gelmesi gerekir. Bu da kişinin kendisiyle alâkalı yargılarının doğru şekilde eğitilip insanı iyiliğe sevk etmesiyle mümkündür. Yaratılış itibarıyla insanda kendisine yapılmasını istemediği şeyi başkasına da yapamama meyli vardır. Birine zararı dokunan bir kimse, başkasından da kendisine zarar geleceğinden korkar. Vicdanındaki ses, "Ettiğin fenalığa karşılık, sende bir başkasından aynı muameleyi görebilirsin." der ve bu savunma psikolojisi içerisinde huzursuzluk hisseder.

Vicdanı oluşturan acıma, şefkat, merhamet gibi bazı duygular, kadınlarda erkeklere nazaran daha baskındır. Bu, günlük hayatta kadının yaşantısını kolaylaştıran bir durumdur. Evrimsel psikoloji açısından baktığımızda, kadındaki acıma duygusunun, anne olduğu zaman çocuğunun sıkıntılarına katlanmasındaki en büyük yardımcısı olduğu-

nu görürüz. Acıma hissi anneyi bir müddet çocuğunun kölesi yapsa da, yavrusu büyüdükçe bu duygu azalmaya başlayacaktır. Yine kadınlar, vicdanî kararlar verirken oldukça hassastırlar. Meselâ bir hâkime yargılanan sanık lehine karar vermeye hâkimden daha yatkındır. Oysa yapılması gereken, kadın ya da erkek kimliğini bir yana bırakıp toplumsal yararı ön plâna çıkaran bir tutum sergilemektir.

Duygu Denetimi

Freud'un "duyguların bastırılması sonucunda nevrozların ortaya çıktığı" teziyle, "insandaki temel duyguları bastırmanın, onun gelişimine engel olduğu" düşünüldü. Bu durum, "Duvarları yık, zincirleri kır, özgürlüklerini doya doya yaşa!" tarzında, temel duygulara karşı sınırsızlık ve sorumsuzluk anlayışını getirdi. Neticede zevkçiliği yaşam felsefesi olarak kabul eden, kendi çıkarından başka bir şey düşünmeyen, benmerkezci insan tipi ortaya çıktı. Nihayetinde gelinen nokta, "Biz arzulara özgürlük vermekle yanlış yapmışız. Yapılması gereken şey, arzulardan özgür olmakmış." denildi ve "duygusal zekâ" kavramıyla tanıştık. Beyinle ilgili gizler öğrenildikçe "duygusal okur yazarlık" kavramı herkesçe önemsenmeye başladı. Karşı tarafın hislerini gerektiğince anlamak için ortaya atılan bu hususiyetin, kadınlarda daha gelişkin olduğu tespit edildi. Bu özellikleri sebebiyle kadınlar hemşirelik, öğretmenlik, çocuk hekimliği gibi bazı mesleklerde erkeklere göre daha başarılı oldular.

İnsanın vahşî duygularını eğitebilmesi, bu işe zaman ve enerji harcamasıyla mümkündür. Meselâ çocuk hoşlandığı her nesneyi almak ister. "Güzel şeyler, hoşuma gidenlerdir; geriye kalanlar kötüdür!" diye düşünür. Erişkin insanların içinde de bir çocuk vardır. Kişi bu çocuksu duygulanımla, istediği her şeyi yapmak arzusundadır. Bu yaramaz çocuk, çabuk tatmin peşinde koşmayan, "uzun vadeli düşünme" zihniyetinin kazanıldığı bir eğitimle uslandırılabilir. İnsanın çocukluktan itibaren eğitilmesi gereken en önemli hususiyeti, duygularıdır. Hislerin terbiye edilmesinde denge unsurunun önemi göz ardı edilemeyecek kadar ciddîdir. Duygu-

lar, ne çok bastırmalı, ne de tamamen sınırsız bırakma yoluna gidilmelidir. Bu konudaki en iyi yardımcımız, kendi kendimize uyguladığımız bazı testlerdir. Meselâ "Hoşlandığım şeye hakikaten ihtiyacım var mı? Bu isteğim bana gerçek bir yarar sağlar mı?" gibi sorulara verilen makul cevaplar, insanı doğru menzile ulaştırır. Ayrıca unutulmamalıdır ki, her duygunun eğitimi farklıdır.

Duygunun Merkezi Kalp mi, Beyin mi?

Yüzyıllardan beri insan vücudunda duygulara ev sahipliği yapan yerin "kalp" olduğu düşünülüyordu. Ancak sonradan görüldü ki, kalp, sembolik bir kavram. Bir insanın kan dolaşımı ve solunumu çalışsa da, beyin ölümü gerçekleştiğinde o kimse ne korkuyor, ne seviyor, ne de duyabiliyor. Eğer duyguların merkezi kalp olarak kabul edilirse, kalbi çalışan kimsenin bunları yaşamaya devam etmesi gerekirdi. İşte bu noktada duyguların yönetiminden sorumlu beyin alanlarının varlığı ortaya çıkıyor. Meselâ konuşma sırasında gramerle ilgili özellikler beynin sol tarafında işlenirken, anlam özellikleri sağ tarafta gerçekleşiyor. Kalem dediğimizde, kalemin hangi harflerden oluştuğu beyindeki sol loba yazılırken, fonksiyonları sağ loba yazılıyor. Kalemle alâkalı duygular ise beynin amigdala bölgesine, yani daha iç ve daha derin taraflarına kaydediliyor. Demek oluyor ki, insan bir şey konuşurken, beyninin her alanı harekete geçiyor. İşte aslı beynin sağ tarafına kaydedilmiş duyguların analizi de yine bu bölümde gerçekleşiyor. Bazı epilepsi hastalarında beyindeki amigdala bölgesi çıkarıldığında bu hastalarda duygusal körlük oluşuyor. Böyle kimseler çok güzel cümleler kursalar da, robot gibi hiçbir şey hissetmeyen insanlar olup çıkıyorlar.

Sezgiler

Bir insanı doğruya götüren dört tane yol vardır. Birincisi pozitif bilim, deney ve gözlem, yani ampirik yaklaşımdır. "Ateş yakar, arsenik zehirler." gibi... Bundan sonra akıl yürütme yöntemleri gelir. Bu yöntemlerde, dağın ardından çıkan ateşi gördüğümüzde "Ateş olmayan yerden duman çık-

maz; duman çıktığına göre, ateşde vardır." diye düşünürüz. Üçüncüsü sezgilerdir ki, bu, doğuştan kadınlarda daha güçlüdür. Kadınların bazı şeyleri sezebilmesi, duygusal farkındalıkla ilgilidir. Meselâ romatizmalı bir kişi, eklemlerindeki duyarlılıkla yağmurun geleceğini birgün önceden nasıl hissederse, duygusal farkındalığı olan kadınlar da bazı sıkıntıları iç sesleriyle daha erken ve daha fazla hissedebilirler. Meselâ erkek bazen bir riske girer ve eşi bununla alâkalı korku hisseder; çoğu zaman da korktuğu konuda haklı çıkar.

Teknoloji ve Duygular

İnsandaki duyguların göz ardı edilmesi, ruhsal hastalıkların ortaya çıkmasına sebep oluyor. Bu çağın en büyük özelliği olan vakit sıkıntısı ve insanların kendilerini zaman fakiri gibi hissetmeleri, onları duygusal bakımdan mekanikliğe itiyor. Bazı kimseler duygularını moda, sergi, sanat faaliyetleri gibi değişik yöntemlerle ifade etmeye çalışsalar da bunu herkes yapamıyor. Elektriğin bulunmasıyla beraber gecelerin kullanılır olması ve gelişmiş teknoloji dahi hiçbirimizi zaman yoksunu olmaktan kurtaramıyor. Eskiden işlediği kilimin desenlerine, bir oyanın motiflerine, ördüğü bir kazağın ilmeklerine duygularını aktaran kadın, şu anda bunlardan uzak bir şekilde kendisine terapi yolları arıyor.

Duyguların Uyarılması

İnsan beyninde "yeniliği arama" geni vardır. Bu gen, fizikî görünüm noktasında da geçerlidir. Yenilik ihtiyacı kadındaki "estetik kaygı ve beğenilme" hissiyle birleştiğinde, ortaya "moda" denilen kavram çıkmıştır. Kadının duygusallığını okuyup analiz eden modacılar, duyguları modanın bir unsuru olarak kabul etmişlerdir. Tabiî burada, kent kültürünün etkisinden de bahsetmek gerekecektir. Köy kültüründe yetişmiş kimse için estetik kaygılar çok fazla önemli değilken, şehirli kadın, içinde yaşadığı sosyal çevrenin de etkisiyle işlevsellikten öte bir güzellik endişesi taşır. Bu düşünce, satın aldığı bir mendilde dahi kendini gösterir. Ancak köylü kadın da, tıpkı şehirde yaşayan kadın gibi, her

şeye zevkini yansıtmak ister. Yani yaratılış gereği erkek güzellik, kadın işlevsellik duygusundan uzaktır. Kadınlar bir şey alırken, "Ne kadar işe yarar, amaca ne derece hizmet eder?" düşüncesinden ziyade, hangi oranda güzel olduğuna bakarlar. Böyle düşündükleri için de alıp kullanılmadıkları pek çok eşyaları vardır. Erkekler ise, beyinlerindeki modülün uyarımı gereği, "Güzellik de neymiş! Mühim olan, bir şeyin ucuz ve kaliteli olması, işe yaramasıdır." diye düşünürler. Erkek aldığı bir nesnenin rengine, kadın da fiyatına bakmayı bilmez. Oysa duygusal farkındalığın oluşabilmesi için her ikisinin de bu öğelere dikkat etmesi gerekir. Çünkü hayatta sahip olduğumuz şeylerin fonksiyonel, kaliteli ve estetik olması esastır. Akıllı erkek yaptığı işe güzellik katmayı, akıllı kadın da mantık katmayı becerebilirse durum dengelenmiş olacaktır.

Terk Edilme Korkusu

Kadınlarda erkeklere oranla daha fazla görülen fobilerden birisi, terk edilme korkusudur. Bunda genetik faktörlerin etkisi büyüktür. Biyolojideki adalet, insanın adalet duygusundan farklıdır. Meselâ erkekte poligamik, girişken, seks düşkünü olma ve kadın ruhunu anlayamama, biyolojik bir eğilimdir. Kadında ise bu durum, yuvayı yapan kuş olma, duygusal desteğe erkekten daha çok önem verme ve tek eşliliğe olan eğilim olarak kendisini gösterir. Yine bir kadın, çocuk bakımı yapmama konusunda çok keskin fikirlere bile sahip olsa, bu konuda erkekten her zaman daha başarılı olur ve daha fazla zevk alır.

Kadın evrim psikolojisi içerisinde ele alındığında, eş seçimini önemsediği görülür. Kadınlarda zaman ve enerjiyi, eş seçme ve hayatta kalma dürtüsüne harcama eğilimi vardır; o, kendisine en uygun ve avantajlı adayı seçmek için büyük çaba harcar. Bu arada erkek daha çok seçen, kadın ise seçilen durumundadır. Kadının terk edilme korkuları bununla ilgilidir.

Kadın, yuvasını kurduktan sonra, gelecek kaygısı taşıma yerine, çocuğuna iyi bakmaya öncelik vermek ister. "Ekonomik olarak beni destekleyecek biri var ve ona güvenmem

gerekir." diye düşünür. Böyle düşününce de terk edilmeye daha duyarlı olur. Bu duyarlılık, evlilik bağlarını güçlendirir. Kadınla erkek bir evliliğe, maddî bağlardan ziyade manevî bağlarla bağlıdır. Meselâ evli çiftlerde az miktarda kıskançlık veya sevilmeme yahut belli bir dozda sevilmeyi kaybetme korkusu bulunmasında fayda vardır. Bu korkuların hiç olmaması, evlilik bağlarını zayıflatır; bu hâl ise evlilik açısından önemli bir eksidir.

Ünlü İngiliz şâir ve yazarı W. Shakespeare, korkularla ilgili şunları söyler:

"İnsanların çoğu kaybetmekten korktuğu için, sevmekten korkuyor. Kendisini sevilmeye lâyık görmediği için, sevilmekten korkuyor. Sorumluluk getireceği için, düşünmekten korkuyor. Eleştirilmekten korktuğu için, konuşmaktan korkuyor. Reddedilmekten korktuğu için, duygularını ifade etmekten korkuyor. Gençliğinin kıymetini bilmediği için, yaşlanmaktan korkuyor. Dünyaya iyi bir şey vermediği için, unutulmaktan korkuyor. Ve aslında yaşamayı bilmediği için, ölmekten korkuyor."

İşte, bu korkuların çeşitlerinden birisidir terk edilme korkusu. Böyle bir endişenin arkasında sevgiyi kaybetme ve yalnız kalma tedirginliği hâkimdir. Terk edilme korkusu kadınlarda daha fazla olduğu için, ayrılıklarda kadın, psikolojik olarak daha kırılgan olur ve daha çok yaralanır. Aşk yarası kadında daha derin izler bırakır. Erkekse durumu daha kolay kabullenebilmektedir.

Meselâ ayrılık acısı psikolojik bir travmadır ve psikiyatride "brevmant [kayıp]" olarak geçer; bu sevgi, objesinin kaybıdır. Kadın sevgi objesine daha çok yatırım yaptığı için, onu kaybettiği zaman kolunu ya da bacağını kaybetmiş gibi büyük bir eksiklik hisseder. Özellikle aşk yaralanmalarında kadınlara özel bir terapi uygulanması gerekir. Terk edilme korkusunu yenebilmesi için, psikoterapide kadına birkaç basamaklı bir uygulama yapılır. Kişinin, kaybettiği insanı düşünürken, "O seçimini yaptı ve onun seçiminde ben yokum!" fikrini beynine kazıması gerekir.

O hâlde gerçek aşk nedir? Gerçek aşk, insanın ayrıldığı kimseye mutluluk dilemesidir. Biz hastalarımıza, "Eğer gerçekten onu seviyorsan, tercihin yapılıp bittiği şu anda, sevdiğine sahip olmayı istemek yerine ona mutluluk dilemelisin." telkininde bulunuruz. Terk edilmek, nefsi acıtan bir şeydir; fakat bu acı hissedilip kabullenilmelidir. İnsanın gerçeği kabullenmesi, acıyı hissetmesiyle mümkün olur.

Bu durum, üzüntülere karşı gösterdiğimiz tepkilerde de belli eder kendini. Bizler ölenin yakınlarına, cenaze törenlerine katılmalarını tavsiye ederiz. Eğer böyle yapılmazsa, o kayıp beyne yazılmadığı için, kişide bir müddet sonra psikolojik savunma mekanizması harekete geçer ve bilinç altında "O kişi ölmedi." çağrışımları başlar. Beş duyuyla ölüm hissedilip, "O öldü ve gömüldü!" acısı yaşanmalıdır. İnsan bundan sonra yeni duruma daha kolay uyum sağlar.

Aynen bunun gibi, şayet âşıksak ve terk edilmişsek, önce o aşkı beynimizde öldürmemiz gerekir. Bu kabul edildikten ve kişi, "Artık yoluma devam etmeliyim." düşüncesiyle müspet şeyleri kafasına yerleştirdikten sonra hayatında değişiklikler görülür. "Bu benim için bir kayıp, ama ayrılık felâket değil. Bu, belki de yeni fırsatların, tecrübelerin ve başarıların başlangıcıdır." anlayışıyla olumluya vurgu yapmalıdır. Sorunu küçültmeli, karşısındaki insanın kusurlarını görmeye çalışarak, kendiyle ilgili güzel hayaller kurmalıdır. İnsan, beynine bu egzersizleri yaptırırken aceleci de olmamalıdır.

İnsanlar, terk edilme korkusuyla çok şiddetli ayrılık acıları bile yaşasa, yukarıda ifade ettiğim telkin basamaklarıyla ayrılık acısını kazanıma çevirebilir ve kişiliklerini güçlendirebilirler. Birini sevmek, sevgisiz yaşamaktan daha güzeldir. Burada sevgi objesinin A ya da B olmasından çok, sevebilmiş olmak önemlidir. Bu gibi zorluklar, insanı mecazî sevgiler yerine daha kuvvetli ve daimi sevgilere yöneltebilir. Duygusal dibe vurmalar, bazen insana bir üniversite bitirmiş gibi kazanımlar sağlamaktadır.

Nietzche'nin güzel bir sözü vardır: "Öldürmeyen darbeler, insanı güçlendirir." Ayrılık öldürmediyse, insan onun altından mutlaka kalkar.

Ömer Muhtar da, "Belimi kırmayan darbeler, beni güçlendirir." diyor. İşte hayat da böyledir.

İnsanın Terk Edilme Karşısındaki Tepkisi

İnsanlar, sevdiği kişiden ayrıldığında ya da terk edildiğinde tepkiler gösterirler. Böylesi durumlarda genellikle hemen başka biriyle arkadaşlık kurup, ayrıldığı kimseden öç alma ve onu unutma duygusu hâkimdir. Oysa bu, aceleci bir yaklaşımdır. İnsanın bağlanacağı kişi, aradığı doğru insan olmayabilir. Bu belki bir yöntem gibi gözükebilir, ama çok riskli bir çözümdür. Bununla birlikte insan konuyu düşünerek adım adım çözmeye çalışırsa, olaylardan sonuç çıkarma kazanımına ulaşır ve hadiseden güçlenerek çıkar.

Kısa zamanda rahatlayabilmek için, A'dan B'ye geçme ya da yeni birine bağlanma, eğer doğru insana rastlanmamışsa yeni bir maceradır. Sıkça âşık değiştiren kimselerin bu davranışlarının altında yatan gerçek, karşılaştıkları olaya "Neden?" sorusunu sorarak onu beyinlerinde çözememeleridir. Kişi eğer olayı bu şekilde çözemezse, deneme yanılma yoluna başvuracak, zamanını ve enerjisini boşa harcayacaktır. İnsan, olaylar karşısında zihinsel tembellik yapmamalıdır. Kişiye en çok zarar veren şey, düşünmekten korkması ve ondan kaçmasıdır.

Yaptığımız hataların temel sebebi, dürtülerimizle hareket etmektir. Bir karara varma noktasında yapılması gereken en doğru davranış, etraşıca düşünmek, yeterince veri toplamak ve sonuca bundan sonra varmaktır.

"Kadın erkek ilişkilerinde önemli olan, düşünce değil, duygudur." cümlesi kadar yanlış bir söz olamaz. Çünkü iyi duygu ve iyi aşk, ancak iyi bir ilişkinin sonucudur. İnsanın, iyi ilişki yaşayamayacağı birine âşık olması, onun âdeta uyuşturucu alması gibidir; sorunu çözmez, sadece unuttu-rur. Bu sebeple, terk edilen kişi, yeni bir aşkı çözüm olarak düşünmemelidir.

Aşk, özellikle kadının, hayatında en akıllıca kullanması gereken duygudur.

Terk Edilmenin Öz Güven Üzerindeki Etkileri

İnsanın öz güvenini sekteye uğratan en büyük etken, depresyondur. Depresyonun temeli, kişinin yaşamdan zevk alma duygusunun, yerini üzüntü ve keder hislerine bırakmasıdır. Artık o insana günlük rutin işler dahi zevk vermez olur, her şey boş gelir; ilgi alanları daralır. Bu kimselerde istek ve enerji azalması vardır; durgun ve neşesizdirler. Tükenmişlik duygusu yaşadıkları için, kendilerine karşı güven zayıflığı başlamıştır. Kendine güvenebileceği olumlu yönleri bulunmakla beraber, benlik algısı olarak kendini olduğundan aşağı görür.

Bu durum, beyindeki serotonin hormonunun azalması sonucunda meydana gelir. İnsanın beyninde mutluluk ve güven duygusunu sağlayan kimyevî maddeler azalırsa, kişi elinde olmadan kendini güvende hissedemez, geçmişe ve geleceğe karanlık bakar. Böylesi durumlarda ilâçlarla beyindeki serotonin yükseltilirse, depresyon geçiren insan her şeye daha güvenle yaklaşabilir; hatta aşk yarasının oluşturduğu depresyon bile birkaç aylık bir tedaviyle giderilebilir.

Toplumda, kedisi öldüğü için depresyona giren insanlar dahi vardır. Çünkü o kimse, sevgi yatırımını kediye yapmıştır.

Ünlü kardiyolog Dr. Mehmet Öz, kalp hastalıklarına bile psikolojik boyutta bakabilmeyi başarmış, psikolojik nosyonu yüksek bir kişidir. Bir defasında kendisinden şöyle bir çocukluk hatırası dinlemiştim:

İstanbul'da ailesiyle birlikte kalırken, evlerinde kendi hâllerinde bir bahçıvanları varmış. Yalnız yaşayan bu adamcağız, işini çok iyi yapar, fakat kendine ayırdığı zamanını çok sevdiği kedileriyle beraber geçirmekten hoşlanırmış. Bir gün doktorun anneannesi, bahçıvana "Bu kedileri burada görmek istemiyorum, bunları götür!" demiş. O güne kadar hiçbir şeye itiraz etmeyen bahçıvan, bu isteğe karşı çıkmış, direnmiş ve yaşlı kadını dinlememiş. Fakat bir za-

man sonra anneanne, kedileri zehirleyerek öldürmüş. Kedilerin ölümünden sonraki aylar içinde bahçıvan hızla çökmeye ve ihtiyarlamaya başlamış, kısa zaman sonra da ölmüş. Annesi, duruma çok üzülen Mehmet Öz'ü şöyle teselli etmeye çalışıyormuş:

"O, kalbi kırıldığı için öldü!"

Bu örnekteki bahçıvan için kediler bir hayat arkadaşı, onun ruhunu rahatlatan birer unsurdur. Kedileri elinden alınınca bahçıvanın yaşam sebebi ortadan kalkmış, kişi "Artık yaşamasam daha iyi!" diye düşünmüş ve beyindeki serotonin maddesi azalmıştır. Bu kimyevî maddenin azalmasıyla kemik iliği ve vücudun savunma sistemi zayıflamış, bedenin bir tarafında gizli olan hastalık ortaya çıkıvermiştir.

Çünkü herhangi bir şeye aşırı derecede üzülmek durumunda, vücutta uyuyan bir kanser ya da kalp hastalığı varsa ortaya çıkar ve anî ölümlere sebep olur. Stresin öldürme şekli budur. İnsanın kalbinin kırılması da, onu depresyona sokarak öldürebilir. Bizim inançlarımızda, kalp kırmak ile Kâbe yıkmak bir tutulur. Kişi birinin kalbini kırdığı zaman, onu ölüme sürükleyecek derecede yaralamış da olabilir. İnsanın sevdiği şeylere saygısızlık yapılırsa, aynen vücudunu kurşunla yaralamak gibi, ruhu da yaralanır. İnsanın ruhuna değer vermek, bedenine değer vermekten önemsiz değildir.

Kısacası, öz güven eksikliği, kişinin kendisini yetersizlik, zayıflık ve güçsüzlük duyguları içinde hissetmesi demektir. Böyle bir insanın eğer öz saygısı bozulmadıysa, öz güven problemini kendi kendine aşabilir. Ama öz güven ve öz saygı birlikte çöktükleri zaman, kişilik yapısına göre bir savunma mekanizması geliştirilir. İnsan şayet depresyona yatkınsa, içine kapanır ve hayatla bağlantısını keser. Ama eğer beyninde projeksiyon savunma mekanizması fazla kullanılıyorsa, yaşadığı olumsuz duyguların sorumluluğunu başkasında aramaya, "Ben kusursuzum, iyiyim; ama bu güvensizlik duygumun sebebi şu kişidir." diyerek başkalarını suçlamaya başlar ve sonuçta kimseye güvenmeyen biri ortaya çıkar.

Kimseye güvenmemenin altında yine öz güven azlığı vardır. Benlik algısının zayıflaması, yanlış bir savunmayla ortaya çıkmaktadır.

Paranoid kişiler kusuru başkalarında arar; narsist kişiler ise, ters bir savunma mekanizması sonucu yapay bir benlik kabarması oluşturarak, kendilerini herkesten üstün görürler. Mezarlıktan korkup oradan ıslık çalarak geçen birinin yaptığı şey nasıl cesaret rolü oynamaksa, öz güven eksikliği olan kişi de gurur ve kibir rolü oynamaktadır. Yani dışarıdan bakılınca, gururundan yanına yaklaşılmayacağını düşündüğümüz kişi, aslında kendini yetersiz görmektedir.

Öz Güven Eksikliği Kıskançlığa Sebep Olur mu?

Özgüven eksikliğinin bazı korkularla beraber yaşanması durumunda ise kıskançlık duygusu ortaya çıkar. Kıskançlık duygusu yaşayan insanlarda, sevgiyi kaybetme ve terk edilme korkusu da olur. Ayrıca zaman zaman bu korkuları tetikleyen olaylar meydana gelebilir. Meselâ eşinin kendisine olan ilgisinin, cinsel beraberlik sıklığının veya birlikte vakit geçirme oranının azalması gibi...

Kendisini güzel bulmayan bir kadın, eşinin güzel bir kadına biraz dikkatli bakmasını kıskanabilir veya bazen çok güzel olduğu hâlde kendini çirkin hissedebilir. Meselâ "anoreksia nervoza" hastaları böyledir. Otuz sekiz kilo olduğu hâlde kendini 150 kilo gibi algılayan kimseler vardır. Bu hastalarda, tıpta "Body Dysmorphic Disorder" denilen "vücut imajı bozukluğu" vardır. Bu bozukluk sebebiyle, aslında güzel biri olduğu hâlde kendini güzel görmez ve estetik kaygıları oluşur. Beden imajı bozukluğu olduğunu düşündüğü için de sık sık estetik cerrahlara gider, birtakım operasyonlar geçirir, fakat yapılan operasyonları da çoğu zaman beğenmez.

Kıskançlık negatif bir duygu olmakla birlikte, doğal bir histir. Özgüven sahibi bir insan da kıskançlık hisseder, fakat onu denetler. İnsanda kıskançlık ve öfke gibi duyguların olmaması da anormaldir. Bu duygular yaşanmazsa, kişi ken-

dini yanlış yapmaktan koruyamaz. İçimizde negatif ve pozitif duygular bulunmalı, ancak o duygulardan kendi kişiliğimize göre bir karışım oluşturabilmeliyiz.

Bu anlamda insanın duygu dünyasını, çeşitli renklerin karışımına benzetebiliriz. Nasıl ki her renk çeşitli renklerin karışımıysa, insanın duygu dünyası da pek çok rengin karışımıdır. İnsan, korku ve güvensizliği çağrıştıran renkler yerine, sevgi ve güveni hatırlatan renkleri çoğaltmalıdır.

Kıskançlığın Kimyası

İnsan kıskançlık hissettiği zaman, kendisine ilk olarak "Neden kıskandım?" sorusunu sormalıdır. Bu soruyla kıskançlık sebebi mutlaka ortaya çıkacaktır.

Eşini öldürmek isteyen paranoid bir kadın hastam vardı. Kendisini psikolojik açıdan incelediğimde, ortaya "Eşim beni aldatıyor!" düşüncesi çıktı. Aslında eşi kendisini aldatmıyordu. Onu bu düşünceye yönelten, eşinin cinsel ilgisinin eskisi gibi olmamasıydı. Bu hâlin, kendisinin aldatıldığını düşünmesi için geçerli bir sebep olmadığını söylediğimizde ise, "Beni aldatmıyorsa, cinsel açıdan neden bana eskisi gibi ilgi göstermiyor?" diye cevap verdi. Elindeki tek delil buydu.

İşte hasta, bu delilden hareketle oluşan şüphe sonunda eşinin her davranışını buna göre yorumlamaya başlamıştı. Küçük bir delili büyük bir kanıt gibi değerlendirmiş, eşine bir bayan selam verdiğinde bile "İşte bu olay da beni doğruluyor!" diye düşünmüştü. Eşinin cep telefonuna işiyle ilgili basit bir mesaj bile gelse, olayı hemen abartmıştı.

Bütün bunlar, beyindeki yargı mekanizmasının bozulması sonucunda oluşur. Erkek, eşine güvenmeyen ve her fırsatta saldıran bir kadın karşısında, "Bıktım bu kadından!" diyerek başka kadınlara yönelir. Aslında kadın, farkında olmadan eşini başka kadınlara ittiği hâlde, "Bak haklıymışım, bu adam zaten beni sevmiyordu!" diye düşünür. Fakat kadın daha başlangıçta, "Eşimin bana olan cinsel ilgisi azaldı; acaba bu neden oluyor?" diye sorabilir, yanlış bir yargı-

dan kaçınırsa ve kendinde değişiklikler yaparsa, olay başlamadan bitecektir.

Basit kıskançlıklar haset, gıpta gibi birtakım kavramlarla açıklanır. Fakat kıskançlıkta asıl önemli olan, sebebi bulabilmektir. Basit kıskançlıktaki savunma mekanizmalarını tanımalıdır. Meselâ karşı cinsle olan kıskançlıkta cinsel imaj öne çıkar. Fakat hemcinslerin birbirini kıskanmasında, değer verilen şeye özen ön plânda olur; sahip olduğu şeyi kaybetme korkusu vardır.

Bazı insanlar "Ben asla kıskanmam." der, ama asıl kıskanç olanlar onlardır. Çünkü kıskançlık, asla kabul edemeyecekleri ve kendilerine yakıştıramayacakları en olumsuz duygudur. Kıskanma, negatif duygular içinde en çok gizlenen ve utanılanıdır. Fakat rahatsızlık duyulması gereken şey, kıskanma değil, onun karşısında gösterilen davranışlardır. Bir insan başarılı birini kıskanıyorsa, bundan utanç duymamalıdır. Çünkü kişinin özen gösterdiği bir değer vardır ve kıskançlık onun bu değerle ilgili hassasiyetidir. Fakat insan, "Kıskançlık esnasında yaptığım doğru mu?" sorusunu kendisine ısrarla sormalıdır.

Meselâ iyi evliliği çok önemseyen biri, başkalarında gördüğü güzel evliliği kıskanabilir, ama sonradan bunu reddedip "Ben kıskanç değilim." diyebilir. Fakat "Ben iyi evliliğe önem veriyorum, o sebeple bu duyguları yaşamam normal." diye düşünmelidir. İnsanlar iyi şeylere lâyıktır; ancak iyi özellikler, lâyık olanlara gelir. Bunun için kişi, kendisini kötülüklerden arındırmalı ve sürekli gelişme çabası içinde bulunmalıdır. Gönlümüze güzelliklerin misafir olmasını istiyorsak, önce güzellikleri iten olumsuzlukları ortadan kaldırmalıyız.

İnsanın, gördüğü bir güzellik karşısındaki ilk tepkisi, özenmek ve "Benim de olsa..." diye bu özeni ifade etmektir. Kişi, kıskandığı kimsenin kişiliği ile kıskandığı "şey"i birbirinden ayırabilmelidir. Yani başkalarının kişiliği değil, kişiliğindeki iyi özellikler kıskanılabilir. Örneğin, kıskanılan insan çalışkansa, kıskanan kişi onun bu özelliğinden ders çıkarabilmelidir. Yani olayları ayrıştırarak düşünmeyi başar-

malıdır. Yoksa insan, kıskançlığı başkalarının kişiliğine indirgerse, ego çatışması yaşar.

Kıskançlığın basamaklarından biri de, gıpta duygusudur. Bu duygu, insanı olumsuza yaklaştırır. "Benim de olsa..." düşüncesi doğaldır, ama gıpta duygusunda "keşke" vardır. "Keşke benim de olsa... Ama artık olamayacak: O şanslı, ben şanssızım!..." Bu düşünce tarzı insana acı çektirir.

Ayrıca kıskançlık hisseden kişi, niçin kıskandığı konusunu aydınlatır ve alternatif çözüm yollarına yönelirse, kıskançlık gibi olumsuz bir duygu bile insanı geliştirir. Tabiî, kişinin bu kabiliyetini geliştirmesi için, düşünme yeteneğini de ilerletmesi lâzımdır. Günlük hayatımızda karşılaştığımız problemleri çoğu zaman düşünerek değil, çocukluğumuzda öğrendiğimiz tepkilerle çözmeye çalışırız. Oysaki insan, kendini analiz ederek kemale erer. Yapılması gereken, Yaratıcı tarafından insana verilen irade ve seçme yeteneğini gerektiği gibi kullanmaktır.

Hanefi mezhebinin kurucusu İmam Âzam'ın, yolda giderken karşısına bir öküz çıkar. Bunun üzerine imam, yolunu değiştirir. Kendisinin bu davranışını görenler şakayla karışık sorarlar: "Hocam, öküzden mi korktunuz?" İmam Âzam, "Onun boynuzları var, benim de aklım!..." diye cevaplar. İnsanın silâhı, akıldır. İnsanlar akıllarını yeterince kullanabilirlerse, pek çok yanlıştan kurtulabilirler.

İnsanca Bir Duygu: Öfke

Öfkede de kıskançlık için geçerli olan mekanizma geçerlidir. Bu duygu insanı tehlikelerden, yanlışlık ve kötülüklerden korumak için çok önemlidir. Öfke anında insana olumsuz duygular hücum ettiğinde, hemen "Neden?" sorusunu sorup hızlı sorgulama mekanizmasını harekete geçirmeli, "Bu durum böyle devam ederse ne kaybederim, ne kazanırım?" diye düşünmelidir. Öfke için, "kısa süreli delilik" denilir. İnsan o anda, belli bir süre denetimini yitirir. Kanunî öfkelendiğinde, "Şu anda karar vermeyeceğim, çünkü çok öfkeliyim!" dermiş. Fakat öfkeyi bastırmak da

doğru değildir. Çünkü öfke bastırıldığı zaman, depresyon artar. "Psikofizyolojik rahatsızlıklar" diyebileceğimiz kalp, mide ve bağırsak sorunları gelişir.

Rahmetli Ayhan Songar Hocanın başından geçen şöyle bir olay vardır:

Bir gün trafikte seyrederken, bir sürücü yanlış bir şey yapmış. Ayhan Hoca buna çok sinirlenip açık pencereyi kapatmış ve adama ağzına geleni söylemiş. Yanındaki arkadaşı, "Hocam çok sinirlendiniz; bu kadar öfke fazla olmadı mı?" deyince, "Eğer başın belâya girmeyecekse, öfkeni ifade edeceksin." diye cevap vermiş.

İnsanın uygun yer ve zeminde öfkesini ifade edebilmesi kendisini rahatlatır. Kişi kimseyi incitmeden, duvara konuşarak ya da yazıya dökerek, bu negatif enerjiyi bilinç altı baskısından kurtarabilir. Öfke olumsuz bir materyaldir; ancak bir apsenin boşalması gibi onu boşaltabilmek çok önemlidir. Bazı kişiler öfkelenir, sonra da küserler. Bu durum kronik stres oluşturur. Aynı evde yaşadıkları hâlde birbirlerine küs olan kimseler vardır. Oysaki mutsuz bir ortamda iki sene yaşayan kişinin vücut hücreleri hızla yaşlanıp yıpranır. Kronik stres, vücudu yıpratan baş etkendir ve insana yapılabilecek en büyük kötülüktür. O sebeple öfkelenince onu bastırmak yerine eyleme dönüştürmelidir. İnsanın kendini sakinleştirmeyi başarması idealdir, ama kolay da değildir. Ortam değiştirmek ve zaman tanımak bunu kolaylaştırır.

İnsan neye kızdığını, sakinleştikten sonra düşünmelidir. Öfkenin en büyük ilâcı, öfkelendiği sorunu ertelemek ve daha salim bir kafayla konuya çözüm aramaktır. Aslında olumsuz duyguların arka plânını öğrendiğinde, kişi bunlara ihtiyacı olduğunu görür ve "Niye kızdım bu adamın şu hareketine?" sorusunun ardında çiğnenen ilkesini bulursa, kendinde büyük bir keşif yapmış olur. Çiğnenen ilkeyi bulmak kaydıyla, zayıf olan ve geliştirilmesi gereken yönünü keşfedecektir.

Öfke Anında Yapılan Hatalar

Öfke anında kadınların yaptığı hata, karşıdakine misillemede bulunmaktır. Oysa karşılık verildiği zaman ilişkiler hemen bozulur, köprünün üzerinde inatlaşan keçiler gibi iki taraf da kaybeder. Zaten öfkeli kişi, sözden anlamayan, muhakemesi bozulmuş insandır. Böyle bir insana sözle karşılık vermek, yanlışa yanlışla mukabele etmektir. Savaşlarda zaman zaman geri çekilme yöntemleri de vardır. Meselâ biri kayığı salladığında sen de sallarsan nasıl ki kayık batarsa, aynen onun gibi, tarafların aynı tepkiyi vermesi, ilişkiyi yokuşa sürer. Önemli olan, kayık sallandığı esnada batırmamak, ama daha sonra sorunu mutlaka halletmektir.

Öfkelenen insana karşılık verilmemesi, öfkeli kişide müthiş bir suçluluk duygusu uyandırır. Eşine öfkelenip bağırdıktan sonra evi çiçek bahçesine çeviren çok erkek vardır.

Öfkeye küsmeyle karşılık vermek, kişinin kendisine zarar, misilleme yapmak ikinci bir zarardır. Bu iki davranış, kadın erkek ilişkilerinde maalesef en çok yapılan hatalar arasındadır. İnsan, tepkisini yerinde gösterdiği zaman, öfkeye sebep olan olaydan güçlü bir değer ortaya çıkarabilir. Denizaltı yolculuğu nasıl ki bir donanım gerektirirse, iç yolculuk için de bir hazırlık yapılmalıdır.

Öfke, nefret ya da kıskançlık duygusunda zarar, kıskanılandan çok, kıskanan kişiyedir. Ateşin odunu yediği gibi, kişinin ruh yapısını yer, kemirir. Bunun bir adım ilerisi, çekememezlik duygusudur. Bu duyguyu yaşayan insan, "Niçin onda var, bende yok?" diye düşünür. Bu düşünce, insanın ruhunda yaralar açar. Bunun altında, kişinin kendisini üstün görmesi gizlidir. Benmerkezci kimse "Benim hakkımdı, onda olması haksızlık!" diye düşünür ki, bu çeşit kıskançlık zararlıdır. Biraz özen, biraz gıptanın zararı yoktur ve eğer dozunda olursa, insanı çalışmaya sevk eder. "Onda var, bende yok, ama ben de çalışıp yapabilirim." duygusu ise insanı geliştirir. Fakat bu duygu haset hâline dönüşürse, bu defa enerji, icatçılıktan yok etmeye yönelir. "Bende olmuyorsa, onda da olmasın!" diye düşünerek, kıs-

kandığı insana kötülük yapmaya çalışır. İşte, negatif duygu buradan çıkar.

İnsanın, ruhundaki zayıf ve güçlü yönleri fark etme, kendini anlama noktasında, kıskançlık ve öfke iyi bir basamak olabilir. Aslında insanlara negatif duygularını gösterme, hata yapma ve saldırma hakkı da tanımalıdır; çünkü kimse sıfır hatalı değildir. İnsanların fırtınalarına fırsat verilmeli, fakat daha sonra bunun altında yatan sebepler öğrenilmelidir. İyi kadın erkek ilişkileri, psikolojik yatırım yapılmış ilişkilerdir. Bunu başarabilmek için, negatif duyguların farkına varıp onları yönetmelidir kişi.

Kadınlardaki Merak Duygusu

Merak, insanın temel duygularından biri, ilmin de hocasıdır. Eğer doğru yerde kullanılırsa, çok da faydalıdır. İnsanın öğrenme aşkını artırır, sorular sordurur. Kişi, egosunu merak ve hayret duygusuyla doyurur. Bu, psikolojik bir savunma mekanizmasıdır.

Meraksızlık ise, insanı renksiz ve sıradan yapar. İnsan merak ettiği zaman kendine, "Merak ettiğim şey, benim için ne derece önemli?" sorusunu sormalıdır. Çünkü başına gelen kötü olaylarda, gereksiz şeylere duyduğu merakın ve ilgisi olmayan mevzulara müdahalesinin etkisi büyüktür. Kişi, üzerine düşmeyen konulara karıştığı için zarar görebilir. Merak duygusu olumludur, ama bu duygunun gerekli alanlara yöneltilmesi gerekir. Eğer filtre edilmezse, insanlara pek çok yanlış yaptırır. Bu konuda Sokrates'in "üçlü filtre" örneğini uygulayabiliriz.

Bir gün büyük filozofa bir tanıdığı rastlar ve der ki:

"Arkadaşınla ilgili ne duyduğumu biliyor musun?"

Sokrates, "Bir dakika bekle." diye cevap verir, "Bana bir şey söylemeden evvel seni küçük bir testten geçirmek istiyorum. Arkadaşım hakkında konuşmaya başlamadan önce, ne söyleyeceğini filtre etmem, sanırım doğru bir düşünce olacak! Birinci filtrem şu: Gerçeklik... Bana birazdan söyle-

yeceğin şeyin tam anlamıyla gerçek olduğundan emin misin?" Adam,

"Hayır." der, "Aslında bunu sadece duydum ve..."

"Tamam." der Socretes, "Öyleyse, sen bunun gerçekten doğru olup olmadığını bilmiyorsun. Şimdi ikinci filtreyi deneyelim. Yani iyilik filtresini... Arkadaşım hakkında bana söylemek üzere olduğun şey güzel, iyi bir şey mi?"

"Hayır, tam tersi..."

"Öyleyse, onun hakkında bana kötü bir şey söylemek istiyorsun ve bunun doğru olduğuna emin de değilsin. Fakat yine de testi geçebilirsin, çünkü geriye bir filtre daha kaldı: İşe yararlılık filtresi... Arkadaşım hakkında bana söyleyeceğin şey işime yarar mı?"

"Hayır, yaramaz!"

"İyi." diye tamamlar sözünü Sokrates, "Eğer bana söyleyeceğin şey doğru, iyi ve işe yarar, yani faydalı değilse bana niye söyleyesin ki?..."

İnsan, merak duygusu üzerinde zihinsel bir sorgulama yapmalıdır. Meselâ komşusunun evine aldığı eşyayı merak eden bir kadın, "Bu bana ne kadar faydalı?" sorusunu kendine sormalıdır. Bu davranışını sadece duygularını tatmin için yapıyorsa, bunun cinsel bir duyguyu tatminden farkı yoktur. Meselâ hayvanlar, cinsel istek hissettiklerinde zaman ve mekâna dikkat etmeden bu duygularının tatmini için koşarlar. İnsanda ise yerinde kullanma ve erteleme duygusu vardır.

Batı toplumlarında bireysellik ön plâna çıktığı için, toplumsal yardımlaşma ve paylaşma azdır. Batılı insan, merak duygusunu başka şeylere, meselâ eğlence kültürüne ve felsefeye yöneltir. Doğu toplumlarında ise merak duygusunun fazlalığı, sosyal ilişkilerin sıcaklığından kaynaklanır. Bizde grup paylaşımı oldukça yüksektir; merak duygusu da bu paylaşımın bir uzantısıdır. Yani bizde merak yer değiştirir ve insan ilişkilerine yönelir. Meraklı olmak ayrıca misafirperverliği ve dostluk bağlarını da güçlendirir. Kısaca, bu

duyguya karşı çıkmak yerine onu doğru yerde kullanabilmek önemlidir.

İnsan beyninde zaman kavramıyla ilgili genler bulunur. Bu yüzden geçmiş ve geleceği merak edip öğrenme düşüncesi sadece insanda vardır. Hatta "Big Bang" teorisini ispatlayan iki kanıttan biri, yıldızların arkasındaki mor ışınlardır. Bütün yıldızlar, şişen bir balon gibi büyür ve evren gittikçe genişler. Astrofizikçiler bunu geriye doğru saydıklarında, evren de 15 milyar yıl geriye gidiyor. Bütün evrenin radyoaktif olan aynı esir maddesinden oluşması da bunun delilidir.

Eğer evren sıfır hacimli ise, başlangıç nasıl oldu?

Bu durumda, evrendeki patlamayı tetikleyen gücün iki özelliği bulunmalıdır. Birincisi, zamanla sınırlı olmamak; diğeri, madde cinsinden olmamak... Bütün bunlar, semavî dinlerde İlâhî sıfatlar olarak zamandan ve mekândan münezzeh olan Yaratıcının vasıflarıdır. Yani evrenin özellikleri, Yaratıcının özellikleridir. Fakat evrende insan dışında hiçbir canlı, Yaratıcının ve zamanın farkında değildir. İşte, insan zamanın farkında olunca, geçmişi ve geleceği hesaplama duygusu içine girer.

Depresyonu en çok tetikleyen unsurlardan birisi, beyin enerjisinin geçmişe ve geleceğe dağıtılmasıdır. İnsanda, onu içinde bulunduğu anda mutlu ve başarılı kılacak potansiyel vardır; ama o, bu enerjisini dağıtır. Geçmişi "keşke" şeklinde, geleceği "acaba" sorularıyla yaşar; fakat bugün yapılması gerekenleri yapmaz. Onun için bazı filozoflar, mermerin üzerine "bugün" diye yazıp duvara asmışlardır ki, geçmiş ya da geleceğe dağıldıklarında o gün yapmaları gerekenlere geri dönebilsinler...

İnsanlar, ancak gelecek kaygısıyla zamanın farkında olurlar. Bu, "Yarın ne olacağım?" tarzında bir duygudur. Bilinmeyeni merak etmek, insan beyninin ilettiği modüller sebebiyledir. Beynimizdeki zaman kavramıyla ilgili alanlar, "Geleceği öğren ve plân yap." diye emreder. Gelecek kaygısı, özellikle beklentisi yüksek, her şeyi kontrol altında tutmak isteyen kişilerde daha yüksektir. Bu kimseler kontrol

duygularını tatmin edemedikleri için, gelecek kaygısını daha çok yaşarlar.

Duyguları firavunlaşmış kişilerde, geleceğe hükmetme arzusu uyanır. Yanlış da olsa, geleceği öğrenebileceği tek seçenek, büyü ya da faldır. Bunun dışında seçeneği olmadığı için, insanda onlara inanma eğilimi görülür. Bazı insanlar zaten her zaman inanmaya hazırdırlar ve gelecekle ilgili iyi şeyler duymak isterler. Eğitimli kişiler ise, insan gücünün sınırlı olduğunu, kontrolün kendi elinde bulunmadığını ve doğaya hâkim olunamayacağını bilirler; kişinin kalbine ve midesine bile hükmedemediğini, evreni yaratan bir dış güç bulunduğunun farkındadırlar. İnsan, sorumluluğunda olanları yapıp, her şeyin anahtarı elinde olan güce sığınması gerektiğini kavradığında yükü hafifler. Kişinin istediğini yapabilmesi başarı, elde ettiklerini kabullenmesi ve bu başarıyla yetinmesi mutluluktur. İnsanoğlu, yaptıklarıyla yetinemediği ve kontrol duygusunu abartılı kullandığı zaman mutlu olamaz.

Toplumda, "Ancak aptallar mutludur." diyen insanlar vardır. Onlar, "Mutlu değilim, ama aptal olmadığım için!" tarzında bir savunma mekanizması geliştirirler. Her şeyi gördükleri, ama kontrol edemedikleri için mutsuzluk hissederler. Burada yapılması gereken şey, fark edilmesi gerekenleri farketmek, fakat gücünün sınırlarını da bilmektir. Aslında aşırı kontrol duygusu, insanın kendisini üstün görmesinden kaynaklanır. "Bir dış gücün ya da Yaratıcının gücüne müdahale etmek istiyorum, kendi sınırımı bilmem lâzım." diyemediği, yani teslim olamadığı için sıkıntı çeker. Çünkü iman tevhidi, tevhit teslimi, teslim tevekkülü, tevekkül iki dünya saadetini kazandırır. Önce tedbir, sonra tevekkül gösteren insan, sadece ölümden sonraki mutluluğu değil, bu dünyada da mutluluğu yaşar. Zaten önemli olan, dünyada da mutlu olabilmektir.

Başka Hayatlara Yönelen Merak

İnsanda çeşitli beklentiler, yaşayamadığı duygu ve gerçekleştiremediği istekler vardır. Kişi, zaman zaman bu is-

teklerini hayal dünyasında gerçekleştirmeye çalışır. Meselâ kendini televizyonda izlediği birinin yerine koyarak, elde edemediği şeyleri o kimse aracılığıyla gerçekleştirir ya da öyle farz eder. Yani magazin programlarında beğendiği insanlarla özdeşleşerek doyuma ulaşır. Bazıları ise böyle programları film gibi seyrederler. "Kim kiminle?" soruları ve buna verilen cevaplar onlar için eğlence olur. Olaylar gerçek yaşamla ilgili olduğundan, öğrendiklerini daha sonra özel sohbetlerde de konuşur, bunu insanlarla iletişim kurma malzemesi yaparlar.

Takım tutan fanatikler de böyledir; takımlarıyla kendilerini özdeşleştiren bu insanlar, hayal dünyalarında realist olmayan bir doyuma ulaşırlar. Takımları başarıya ulaştıkça, onlar arzularını elde etmiş gibi kendilerini mutlu hissederler. Futbol da erkeklerin magazinidir.

Bu davranışların arkasında, zordan kaçıp kolaya yönelmek, anlık zevkler peşinde koşmak hissiyatı vardır. Meselâ Batıda, çocuk büyütmekten kaçan insanlar, köpek büyütürler. Çünkü çocuklar, büyüdükten sonra anne babaya asi olabilirler, ama köpekler sadık hayvanlardır. Burada kişiye, "Köpek büyütmek, çocuk büyütmekten daha iyi!" tarzında bir düşünce hâkim olur. Kişinin egosunun zordan kaçması söz konusudur; kolaya meyletme, anlık doyumlar peşinde koşma fikri galiptir. İşte bu noktada zora talip olup, uzun vadeli başarılar yerine kısa zamanda küçük başarılar elde etme isteği ve zevk tuzakları vardır. Bu durumda insan uzun ömürlü ilişkiler yerine kısa süreli ilişkileri tercih eder.

Yine bir komşuyla iyi ilişki kurmak için yoğun çaba sarf etmek gerekir; fakat sonradan sorun yaşandığında, kişi çaresizlik hisseder. Bu sebeple de, kaybettiği zaman fazla acı çekmeyeceği kimselerle ilişki kurmayı tercih eder. Hayali birtakım ilişkiler kurar ve bununla tatmin olmaya çalışır ki, burada amaç, kaybettiğinde büyük acılar ve hayal kırıklıkları yaşamamaktır.

Bu davranışların sonunda toplumda insan ilişkileri zarar görür.

Meselâ evlilik zordur. Evlilik yerine daha kolay yolları tercih eder. Çağımızın insanı zevki kutsallaştırmış, Freud'un, insanın ruh sağlığını korumak için ortaya koyduğu tez, yanlış anlaşılmıştır. Yaşamın amacı "hedonizm [zevkçilik]" olmuştur. O zaman insan, uzun vadeli yatırımı gereksiz bulur. "Beş sene sonra mutlu olacağım bir şey için neden yatırım yapayım?" diye düşünür ve kısa vadeli hatta anlık mutluluklar plânlar. Bu durumda karşımıza, toplumsallık yerine bireysellik, bencillik ve egoizm çıkar. (*17, 18, 20, 21, 22, 25*)

XI. AŞK

Hoşlanma, Sevgi ve Aşk Arasındaki Farklar

Hoşlanmadan anlaşılan şey, tarafların algılamalarındaki benzerliktir. İnsan hoşlandığı kişi hakkında olumlu değerlendirmelerde bulunur ve hoşlanan iki insan arasında karşılıklı güven söz konusudur.

Sevgi ise şemsiye bir tanımdır. Hoşlanmayı da içinde barındırmakla birlikte sevginin karakteristik özelliği, bağlılıktır. Sevgi, "İlâhî sevgi," "insanî sevgi," "erotik sevgi" diye farklı gruplara ayrılabilir. İnsanın olgun özelliklere, güçsüz ve zayıf insanlara, hayvanlara olan sevgisi, bu alt grupları oluşturur.

Aşk, sevginin tutkulu ve derin biçimidir. Aşkın en önemli özellikleri, sadakat, bağlılık ve şefkattir. Bu üç hususiyet, aşk ile sevgi arasındaki farkı gösterir. Âşık olan kişide önceliği duygular almış ve muhakeme ikinci plâna düşmüştür. İhtirasla seven kişilere "delicesine âşık" denilmesinin sebebi de budur. Âşık, sevdiği için kendi çıkarını terk eden kişidir.

Aşkta hoşlanma ve sevgide yaşanandan farklı olarak şefkat vardır. Genel olarak aynı doğru üzerinde bulunduğu düşünülse de, sevgi ile şefkat birbirinden ayrı şeylerdir. Bir insanın âşık olup olmadığı, onun şefkatine bakarak anlaşılabilir. Ayrıca şefkat, karşılık beklemez ve şarta bağlı değildir. Şefkat hisseden kişi, âşık olduğu insanı ne pahasına olursa olsun mes'ut etmek ister.

Âşık, "Onu mutlu etmeliyim!" düşüncesiyle hareket eden, sevdiğine karşı her türlü fedakârlığa hazır insandır. Hakikî aşk, tanımlanarak yaşanan aşktır. Aşk, samimiyet ve

içtenlik taşıyan bir histir. Âşık, "Sevdiğime bütün sırlarımı anlatabilirim ve o, hayatımdaki en özel kişidir!" diye düşünür. Ayrıca aşkta mantığın ikinci plânda olduğu, tutkunun yaşandığı bir boyut vardır.

Aşk ile bağlılık arasında da yakın bir ilişkiden söz edilebilir; fakat her aşk bağlılık, her bağlılık da aşk demek değildir. Bazı insanlar birbirlerine bağlı olduklarını zannetseler de onları bir arada tutan, ortak menfaatleridir. Çıkar ortadan kalktığında sevgi ve aşk da uçar. Menfaat özellikle mecazî sevgilerde görülür. Meselâ bir insanı fizikî güzelliği için seven kimse, güzellik ortadan kalkınca sevmekten vazgeçer. Oysa gerçek aşkta, karşıdaki insanın kimliğini sevme duygusu hâkimdir. Bir kimse, sevdiği kimse için "Onunla beraber olmadığımda mutlu değilim!" diye düşünüyorsa, bu, aşktan kaynaklanan bağlılıktır. Ama vatanî görev gibi mecburen hissedilen bağlılıklar da vardır. Kadın erkeğe, erkek kadına sadıktır lâkin; sevmez ve öfkelene öfkelene bağlıdır. Pek çok evlilikte olduğu gibi itaat vardır; ancak bu, askerî görevden kaynaklanan bir itaate benzer.

Burada zaman zaman "bağlılık"la karıştırılan "bağımlılık" kavramını da açıklamakta fayda var: Bağlılıkta kişi, sevdiği insan tarafından psikolojik ihtiyaçları karşılandığı için tatmin duygusu yaşar. Oysa bağımlılık, çıkar ilişkisidir. Tıpkı başka şansı olmadığı için oluşan şirket ortaklığı gibi...

Aşk Nedir?

Prens Charles ile Lady Diana evlenirken, gazeteciler "Birbirinize âşık mısınız?" diye sorduklarında onlar "Aşk ne demekse biz oyuz." dediler. Bu cevap üzerine gazeteciler, "Aşkın ne olduğunu bilmiyorlar!" diye yazarak, yeni evli çiftle dalga geçtiler. Biraz politik bir cevap olmakla beraber Prens Charles'ın söylediği, doğruydu. Yani aşktan ne anlıyorsanız, aşk odur.

Aşk, yüzyıllardan beri sadece duygularla yaşandığı farz edilerek, filozoflar ve şairler tarafından tarif edilmiş, bilim adamları aşkın tarifiyle uğraşmamıştır. Çünkü "bilim" denilince insanların aklına analitik, soğuk, ciddî, sebep sonuç

ilişkilerine dayanan bir şey gelir. Fakat aşkın anlaşılmasında son 30-40 yılın bilimsel analizleri, ciddî bir yardımcı olmuştur. Atomdaki nötronla proton arasındaki çekim gücü, kadınla erkeğin ilişkisi, liseli âşıkların yaşadıkları duygu seli ya da Yaratıcıya olan bağlılık... Bunların hepsi aşk tanımı içinde açıklanmaktadır. Aşk, gerçekten hepsini kucaklayacak kadar geniş bir şemsiye midir?

Aşk, sevginin tutkulu ve derinlikli biçimidir. Aşkı sevgiden ayıran en önemli üç özellik, sadakat, bağlılık ve şefkattir. Sevdiğine delice bir tutkuyla bağlanan âşık, onun için kendi çıkarını terk eden kişidir. Âşık olan kişide muhakeme ikinci plâna düşmüş, öncelik duyguların olmuştur.

Aşk aynı zamanda gerçeklerin dışına çıkmış, hayal dünyasında yaşanan romantik bir duygudur. Aşktan anlaşılan şey, romanstır. Güzel bir aşk yaşamak için romansı mahveden ve artıran şeylerin iyi bir sentezi gerekir.

Aşkın Ömrü

Aşk, bir buçuk-üç sene arasında değişen bir ömre sahiptir. Ondan sonra buhar olup uçar. Süreç sevgi ve aşkla başlar, ama mantıkla devam eder. Mantık içermeyen aşk, bir müddet sonra yok olmaya mahkûmdur.

Aşk, uzun bir yolculuğa çıkmak ya da yanan bir ateşi seyretmek gibidir. İnsan ateşe şevkle bakar; fakat onu canlı tutmak için çabalaması gerekir. Ateş yanarken arada bir sönmeye yüz tutsa da gereken bakım ve ilgiyi gördüğünde tekrar alevlenir. Aşkın kısa sürmesinin sebebi, âşıkların aşk ateşinin içine atlayıp yanmak gerektiğini düşünmeleridir. Hâlbuki aşk, yönetilmesi icap eden bir ateştir. Ateşe dışardan takviye yapmak, onun ısı ve enerjisinden faydalanmayı sağlar. Âşıklar, birlikte alevlendirdikleri ateşi izleyerek mutlu olurlar. Fakat mantıksız bir biçimde alevlerin içine dalmak, onu iki senede sönen bir kül yığınına çevirir. Yani aşk, sebep değil, iyi bir ilişkinin sonucudur.

Burada akla şöyle bir soru gelebilir:

Aşk bir sonuç ise, başlangıçta yaşanan nedir?

Aşk merdiveninin ilk basamağında kadın ve erkek arasında cazibe meydana gelir. Birbirinin çekim alanına giren iki kişi, birbirlerinden hoşlanırlar. Eğer bu yakınlık iyi bir ilişkiye dönüşürse, aşka kapı aralanır. Aşkın oluşmasında başlangıç itibarıyla tarafların birbirinden nefret etmemesi yeterlidir. Tarafların birbirleri hakkında ciddî boyutlarda olumsuz değerlendirmeleri yoksa ve iyi bir ilişki yaşanıyorsa, bu, aşkı filizlendirebilir. Fakat her ilişki, aşkla başlamak zorunda değildir. Önemli olan, iki kişinin birbirini tanımasıdır.

Aşkın Disiplini

Aşkın kendine ait bir disiplini vardır. İnsanın aşk hakkında bilgilenmesi, "Aşk nedir, nasıl âşık olunur?" gibi soruların cevabını bulması gerekir. Çünkü aşk, vahşî bir ormanda gezmeye benzer. Kaliteli bir yolculuk için bilgi ve donanım gerekir. İnsan ormandan ancak hazırlıklı olduğu takdirde zevk alıp iyi vakit geçirebilir. "Ormanı seviyorum ve bir süre orada yaşamak istiyorum." diye tedbirsiz bir yola çıkış, bizi baş edemeyeceğimiz tehlikelerle karşı karşıya getirerek, mahvedebilir. Oysa aşk konusunda edinilen bilgi, yaşanan sorunları kazanca çevirmemizi sağlayacaktır. Aşklarını uzun yıllar devam ettiren çiftler, fırtınalı dönemler yaşasalar da gemiyi terk etmemiş ve bağlılıklarından taviz vermeden beraberliklerini sürdürmüşlerdir. Bu da ancak ilişkiye emek vermekle mümkündür. Bir insandan "Otuzkırk senedir aynı kişiye aşığım!" sözünü duymak, çiftlerin birbirlerini mutlu etme çabalarının sonucudur. Uzun süre devam eden aşklarda iyi niyet ve sevgi azalsa bile hiçbir zaman kaybolmamıştır. Çiftler, aşk ateşi sönmeye yüz tuttuğunda onu tekrar nasıl alevlendirecekleri konusunda çözüm aramış ve problemi ortadan kaldırmışlardır. Zamanla ilişkilerin heyecanını kaybedip insanların birbirlerinden sıkıldıkları da olabilir elbet. Bunun sebebi, birlikteliklerine ayırdıkları zamanın, enerjinin, ilginin azalmasıdır. Bir erkek "Eşimden sıkılıyorum!" diyorsa ilgisi işe, aynı şeyi kadın söylüyorsa ilgisi çocuğuna ya da ev işine yönelmiştir. Ancak bu, kalıcı bir durum değildir. Çiftler, karşılıklı olarak ilgile-

rinin azaldığını fark ediyorlarsa, sevdikleri insanı hoşnut etmeye çalıştıklarında aşk ateşi yeniden alevlenir. Pek çok ilişki ve evlilik, bu gayret gösterilmediği için bozuluyor.

"Ben Doğru İnsan mıyım?"

İnsanlar ilişkiye girerken ya da ilişki isterken doğru insanı arama çabası içindedirler. Bu esnada "Benim için doğru insan kimdir?" sorusunu sormalarına rağmen, "Acaba ben doğru kişi miyim?" sorusunu sormazlar. Karşı tarafı kendi yapılarına uydurmaya, başlangıçta çizdikleri prototipe münasip bir eş bulmaya çalışırlar. Hâlbuki insanın "Kendime uygun kişiyi arıyorum." derken, "Kendimi değiştirip, geliştirme çabasında mıyım?" sorusunu da sorması gerekiyor.

Evlilikte ve genel olarak kadın erkek ilişkilerinde rastladığımız en büyük problem, düşünce katılığıdır. Düşünce katılığı yaşayanlar, yani inatçılar, değişime kapalıdırlar. Böyle bir insan kendisini geliştirmemiş, bulunduğu yerde kalmıştır. Fakat ilerlemeye açık kişi, yerde gördüğü bir kağıt parçasından bile bir şey öğrenir. Sabit fikirli olmakta ısrar eden, "Ben yeterliyim, ben oldum." diye düşünen bir insanın gelişimi, farkındalık bilincinin oluşmasıyla mümkündür. "İyi yönlerinin olduğu muhakkak, ama bazı taraflarının da değişime ihtiyacı var." diyerek önce gelişim gerçeğini kabullenmesini sağlamak, bu hususta yapılabilecek en önemli noktadır. "Evlendiğinde nasıl bir eş olacağı" sorusunu kendine soran kişi, doğru ilişkinin ilk adımını da atmış demektir. Fakat böyle bir sorudan kaçıyorsa, karşı cinsle ilişkiye hazır değildir. Kendini mükemmel gören bir kimse, yalnız yaşamaya mahkumdur.

Aşktaki Başarı

Aşktaki başarı, kişilikle bağlantılıdır. İnsan, kapalı kutu gibidir. Biz onun dış görünüşüne bakarak, içinden bilgi almaya çalışırız. Bunun için de biraz zaman geçmesi lâzımdır ki kapalı kutu anlaşılabilsin. İnsanlar, âşık oldukları kimsenin kişiliğini yeterince tanımadan, "Delicesine sevdim!" diyorlar, ama âşık olunduğunda nasıl davranılacağını bilmi-

yorlar. İyi bir aşk için sevmek yetmez; önemli olan, onun kurallarını bilmek ve iyi yönetmektir.

Aşk, dünyayı döndürecek derecede etkili bir güçtür. Bir motorun dönmesi için nasıl hareket gerekiyorsa, dünyanın dönmesi için de aşkın etkileyici gücü gerekmektedir. Ayrıca aşk, iyileştirici bir güce, büyüleyici bir etkiye sahiptir. İnsanlık tarihinde bazen otorite, bazen de halk tarafından toplumsal hayattan uzaklaştırılmış, yalnız bırakılmış bilgeler vardır. Fakat onların kimisinde İlâhî, kimisinde insanî şekilde tezahür eden öyle bir aşk vardır ki, belli bir süre sonra insanları kendi etraşarına çekmişlerdir. Hz. Mevlâna, bunun en güzel örneğidir. Yaşadığı aşk, onu büyük bir cazibe merkezine dönüştürmüştür.

Aşkta Kadın Erkek Farkı

Aşk duygusu kadınlarda erkeklere nazaran daha güçlüdür ve kadınlar aşk kahramanıdırlar. Kadınlar kendilerine doğuştan verilmiş bu hususiyet sebebiyle bir çekim alanı oluştururlar ve bu çekim güçleriyle evliliklerini devam ettirirler. Evrimsel psikoloji açısından bakıldığında, türün devam edebilmesi için kadının cazibesi gerekir. İnsan neslinin devamında, beynimize yazılan bu program işlemektedir.

Aşkta insana tesir eden ilk şey, dış güzellik ve cinsel çekiciliktir. Fakat Sokrates'in söylediği gibi, "güzelliğin saltanatı kısa sürer." Fizikî güzellik, ilk etkileme gücü olduğundan kısadır. Ondan sonra da iç güzelliğin saltanatı başlar. İç güzellik, kapalı kutu gibidir. Katları açtıkça onu bilir ve bulursunuz. Ancak nazik davranmayıp duyguları incitirseniz aşk zarar görür. Kişinin aşktaki başarısı, kutudan çıkan özellikleri bozmamaya ve dağıtmamaya bağlıdır. Bundan sonra akıllıca sevmek, akıllıca vermek ve akıllıca almak gerekir. Bu da ancak insanoğlunun niteliklerini bilmesiyle gerçekleşir. Yalnız, karşı tarafı tanımak için, kendini tanımak esastır. Eğer karşımızdaki insanın vasıflarına tanıma ve anlama gayesiyle bakarsak, yeni yeni keşifler yapmak mümkün olacaktır. Çünkü insan ruhu engin bir deniz gibidir. Meselâ Kızıldeniz'e girenler bilirler ki, denizin etrafı kupku-

ru çöl olmasına rağmen suya daldığınızda rengarenk bir dünyayla karşılaşırsınız. Dışardan görünmez, ama içerde mercanlar, balıklar, birbirinden farklı deniz altı yaratıkları vardır. İşte, aşk da Kızıldeniz'de yüzmek gibidir. Yüzeyden baktığınızda görünmeyen bir dünya, içine girdiğinizde bütün renkliliğiyle karşınıza çıkar. Aynı kişiyle yıllar süren, mutlu bir beraberliğin sırrı budur.

Nitelikli Aşkın Özellikleri

Nitelikli bir aşk yaşamanın kuralı, duyguları ürkütmemek ve acıtmamaktır. İnsanın içinden geldiği gibi davranması güzel şeydir, ama nazik olmak daha da güzeldir. Bu, kişinin gelişmiş bir ruha sahip olduğunu gösterir. Sevdiğinin hislerini incitmemek kaygısıyla hareket eden, onun ruh hâlini anlamaya çalışan insan, iyi bir âşıktır. Meselâ sevdiği adamın kaza yaptığını duyan bir kadın, kazadan sağlam kurtulan ve durumu kendisine anlatan erkeğe, "Sen ne biçim adamsın! Hiç araba sürmeyi bilmiyorsun zaten..." derse, onun yaşadıklarını anlamamış demektir. Kadının söylemesi gereken şey, "Eyvah! Büyük bir tehlike atlattın. Nasıl oldu?" diye sormak ve onun yanında olduğunu erkeğe hissettirmektir. Bunu söylemeyen bir kadın, karşısındaki erkeği ne kadar severse sevsin yine de onu anlamamıştır. Var olan sevgi, bu manevî hasarı engelleyemez.

Gerçek Aşk

Hakikî aşk, romantik duyguların ön plâna çıktığı ergenlikle birlikte başlar.

Aşkın Kimyası

"Aşkın kimyası" kavramı, insanlara ilâç verilerek onlarda romantik duyguları uyandırmak ya da tam tersine, bir ilâçla bu duygusal eğilimlerin yok edilebileceğini anlatmak için kullanılan bir kavramdır. Burada akla şöyle bir soru gelebilir:

Aşkın ilâçlarla yönlendirilmesi, tıbbın insan duygularına bir müdahalesi değil midir?

Evet, duygusal bir müdahaledir ve bilimsel etik açısından da ciddî bir tartışma konusudur. "Kimyasal silâh" diye nitelendirdiğimiz bu ilâçların doğru şekilde kullanılması gerekir. Aksi hâlde bu ilâçları kullanan hasta, sonradan çok pişman olacağı birine âşık olabilir. Bilhassa antidepresan etkisi olan ilâçlar, beyinde manik uyarılmaya ve mutlulukla ilgili alanların fazla çalışmasına sebep olabilir. Neticede, evli olduğu hâlde, ilâçların tesiriyle rastgele birine âşık olan kimse, daha sonraki bir tedaviyle normal hâline dönebilir. Bu da gösteriyor ki, ilâçlarla yapay bir aşk oluşturulması mümkündür. (*20, 34, 63*)

İyi Âşıklar

Gerçek âşıklar, beyin sağlığı iyi olanlar arasından çıkar. Çünkü ruh, beyin vasıtasıyla kendini ifade eder. Bilhassa depresyon geçirenlerin doğru aşkı yaşamaları zordur. Zira depresyon, sağlıklı düşünme ve muhakemeyi bozarak yanlış yönelimler doğurur. Gizli depresyonlar da bu tip durumlara yol açmaktadır. Genç bir kadın hastam, kapısına gelen tüpçüye âşık olmuştu. Tedavi olduktan sonra, "Ben nasıl böyle bir şey yaptım?" diyordu. Olayı kadın hastamın eşi açısından düşündüğünüzde, eğer hastalığı yok sayarsanız evliliği hemen bitirmesi gerekirdi. Ancak bu, altta yatan bir depresyonu işaret ediyordu ve tedavi sonrasında her şey normale döndü.

Bu örneğe benzer şekilde liseli âşıkların yaşadığı hastalıklı aşklar vardır. Lise yıllarının yaşandığı devirler, psikolojide normal şizofrenik dönem periyotlarındandır. Hz. Muhammed'in "deliliğin bir şubesi" dediği gençler, bu dönemde çılgınca âşık olup, kısa bir süre sonra sevdiklerini söyledikleri insanı unutabilirler. Bunlar gerçekçi aşklar değildir. Hassaten ergenlik döneminde yaşanan aşklarda muhakkak büyüklerin yardımı gerekir.

Aşkın Yaşı

Aşkın yaşı yoktur. Bir insan 80 yaşına dahi gelse iyi bir âşık olabilir. Yalnız bu, aşkın hormonal yönünden ziyade

duyguların ağır bastığı bir boyutu olacaktır. Çünkü ilerleyen yaşlarda aşkın biyolojik yönü ve bununla beraber gelen cinsel beraberlik ikinci plâna düşer, ruhların uyuşması öne çıkar. Ancak ihtiyarlık, fiziksel temasa engel değildir. İleri yaştaki bir kimsenin sevdiği insanda mutluluk kimyasalını salgılatabilmesi—tıpkı gençlerde olduğu gibi—karşılıklı güzel sözlerin söylenmesi, duygusal çağrışımların harekete geçirilmesiyle mümkün olabilir. Eşinin ölümünden kısa zaman sonra kendisi de ölen pek çok insan duymuşuzdur. Her ne kadar çiftlerin birbirine alışma ve bağımlılık boyutu da olsa, kısa aralıklarla gerçekleşen bu ölüm, iki kişinin karşılık bulmuş aşkının tezahürüdür. Alzheimer hastası olup da kendini tanıyamayan, tuvaletini dahi tutamayan eşine, küçük bir çocuğa bakar gibi bakan âşıklar olduğunu, bu konudaki uzmanlık tecrübelerim neticesinde biliyorum. Böylesine seven insan, bu fedakârlığı da büyük bir zevkle yapmaktadır. İnsanın vefalı bir hayat arkadaşının olması kadar mutluluk verici başka bir şey yoktur. Seven kimse, sevdiği kişi öldüğünde kolu bacağı kopmuş gibi hisseder kendisini. İşte, gerçek aşk budur. O sebeple ileri yaşlarda varlık bulan aşk, gençlik dönemlerine göre daha kaliteli, psikolojik ihtiyaca daha fazla cevap verir tarzdadır.

Aşk ve Cinsellik

Aşkın üç sacayağı vardır. Bunlar dış görünüş, ruhî olgunluk ve cinselliktir. Fakat bu üç unsurdan hiçbirisi aşk için tek başına yetmez, ancak beraber olduğu zaman birbirini tamamlar. Çok güzel bir insanın sakat birisine âşık olması akıl yürütme yöntemleriyle açıklanamasa da, bağlılık ve mutluluğun getirdiği kaliteli bir beraberlik yaşanabilir. Kadın erkek ilişkisinde dış görünüşün önemi %20 oranındadır; geri kalanı, iç güzellikle alâkalıdır. Dikkat çekici bir fizikî güzellik, aşk için yeterli değildir. Önemli olan, içteki niteliklerin dışa doğru şekilde yansımasıdır. Meselâ fiziken çok güzel bir kadın, oturmasını, kalkmasını, giyinmesini, kendine bakmasını bilmez ve de buna mukabil ortalama güzelliğe sahip bir başka kadın, çok dengeli bir biçimde bunları yaparsa, diğerinden daha fazla beğenilebilir. Bu be-

ğeniyi sağlayan şey, zihinsel güzellik, kişinin kendine olan güveni ve kusurlarını cesaretle karşılayabilmesidir. Bunları yapabilen kadın, çok güzel olmasa da sevimli ve alımlı demektir.

Cinsel uyarılma kadında dokunmayla, erkekte görsel unsurlarla ortaya çıkar. Bu genetik eğilim sebebiyle erkek, kadının dış görünüşüyle çok ilgilenir. Erkek, iyi bir fiziksel temas sayesinde kadını cinsel açıdan etkileyebilir. Kadının cinsellik uyarısı, beyninin duygusal yönünün harekete geçmesiyle mümkündür. O da sevgiyle söylenmiş güzel sözcüklerle olabilir.

Aşk ve Güzellik

Aşk için fiziksel güzelliğin şart olmadığını söylemiştik. Hatta çok yakışıklı ya da çok güzel kimseler, iyi âşık olamayabilirler. Çünkü bu insanlar, başkaları tarafından çok iltifat gördükleri için önlerine yeni seçenekler çıkabileceğini düşünürler. Bu sebeple de sadakatleri zarar görür. Yakışıklı ya da güzel insanlarla evlenenler, kendilerini daha kıskanç olmak mecburiyetinde hissederler. Bu da doğal bir durum.

Aşkın Tek Doğru Sonu, Evlilik ya da Hüsran mıdır?

Bir insan "Evleneceğim kişiye mutlaka âşık olacağım." diye düşünüyorsa, o kişi aşkı da, evliliği de bilmiyor demektir. Evlilik, aşk olmadan yürüyebilir, ama kalitesiz olur. Aşk, evliliğe kalite katar. Bir bitkiyi ekip büyütmek gibi, evlilikte de aşkı büyütüp geliştirmemiz mümkündür.

Aşkın Coğrafyası

Aşk edebiyatı, belki kültürel yapı, belki kromozomal bir eğilim, belki de sebebi tam olarak açıklanamayan bir gerekçeyle, Akdeniz coğrafyasında dünyanın diğer bölgelerine nazaran daha fazla gelişmiştir. Kerem ile Aslı'lar, Leyla ile Mecnun'lar, Ferhat ile Şirin'ler, bilinen örneklerden bazıları. Şu bir gerçek ki, büyük aşklar Doğu dünyasında hep vardır. Buna mukabil Kuzey Avrupa gibi soğuk ülkelerde soğuk

insan özellikleri görüldüğü için buralarda aşkın yaşanması da, yazılması da Doğuya oranla daha azdır. Tabiî bunda kilisenin baskıcı tutumunu da göz ardı etmemek gerekiyor. Batıda aşk kavramı daha ziyade Orta Çağda kilise baskısı kalktıktan sonra canlanmaya başlamıştır.

Kainattaki en zor şey, insanı çözümlemektir. Âdemoğlunun analizi yalnız ilmî ölçeklerle yapılamaz. Bilimsel veriler geliştirerek bir standarda oturtsanız da, insanı çözümlemenin özel yetenekle yoğrulmuş bir sanat yönü vardır. Anlaşılması zaten güç olan insan, ilişkiler konusunda daha da müphemleşebilir. Meselâ birbirine âşık iki kişi, her zaman uyumlu bir ilişki yaşayamayabilirler. Kadınlar beraber yaşadıkları erkeklerin bir yandan olgun ve beyefendi olmasını isterken, diğer yandan da içlerinde yaramaz bir çocuk taşımasını beklerler. Bu konuda her iki tarafın da birbirini anlama çabası, ilişkiyi sekteye uğratan empati sağırlığını giderecektir.

Aşkın Matematiği

Aşkı bir spektrum olarak sayı doğrusu üzerinde düşünürsek; 1, hoşlanma duygusu; 2, sevgi; 3, aşktır. Nötrden, yani sıfır noktasından geriye doğru gidersek eğer, bu sefer de; -1, antipati; -2, nefret; -3, düşmanlıktır. Sayı doğrusu üzerine yerleştirildiğinde artı ucun üst noktası aşk, eksi ucun üst noktası ise nefret olarak karşımıza çıkıyor. Sıfır noktası, sevginin nötr derecesini ifade etmektedir. Sevginin derecesi, ona yüklenen anlam ve değer ile değişir. Bu kapsamda sevgi, düşünceyle yoğrulduğunda mertebesi yükselir. Sevgi, nefretten başlayıp aşka dönüşebilir ve aslında insan, nefret ettiği birine de âşık olabilir. Ya da âşık olduğu birisinden bir müddet sonra nefret edebilir. Bu da göstermektedir ki, sevgi değişken bir yapıdadır.

Aşkın Tuzakları

Aşkın tuzakları olduğunu, çok tutkulu âşıkların dahi birbirlerini öldürmeye kalkışmalarından görebiliriz. Aşk tanımını tekrar hatırlarsak, aşk, "bir insanın diğer bir insan için-

de kaybolması"dır. Yani kişinin, egosunu bir başka insanın ego havuzu içine atarak eritmesidir. Ancak gerçekçi olmayan aşklarda, seven benliğini sevilende erittikten bir süre sonra ona düşmanlık da besleyebilir. Bu problemin kaynağı, âşık olan kişinin karşısındakini değil, idealize ettiği bir kimliği, yani zihninde tasarladığı "onu" sevmesidir. Fakat sevdiğiyle yakınlaştığında, onun idealindeki insan olmadığını görerek hayal kırıklığına uğramaktadır ki, sonuçta nefret yaşanabilir. Delicesine büyük bir sevdayla başlayan aşkın bir süre sonra buhar olup uçmasının sebebi, aşığın her şeye pembe gözlükle bakmasıdır. Oysa gerçekçi tarzda yaşanan aşk, çiftin engelleri beraber aşıp, ilişkinin derinlik kazanmasıyla devam eder ve yok olma tehlikesiyle de karşılayamaz.

Aşkın tuzaklarından birisi, aşk nezlesidir. Tıpkı mide ya da burun nezlesi gibi... Aşk nezlesi, var olan bir ilişkiye başka tehlikeli ilişkiler karıştırmak demektir. Aşk nezlesi, insanı kısıtlar, huzursuz eder ve yakınlarına rahatsızlık verir. Gribin diğer insanlara zarar vermesi gibi... Aşkı nezleden kurtarmanın yolu, onu tehlikeye sokacak şeyler yapmamaktır.

Aşksız Yaşamak

Duygularını bastıran insanlar, hayatın en güzel anlarını kaçırırlar. Meselâ eşini ya da çocuğunu çok sevdiği hâlde "Küçük düşeceğim!" endişesiyle bu hissini zapturapt altına alanlar, o anda yaşanacak büyülü andan nasiplenemezler. Etraflarındaki insanlara sıkıntı verecek kadar düzenli, gereğinden fazla mükemmeliyetçi ve ayrıntıcı kimseler, diğer insanlara nazaran iç dünyalarını daha fazla gizler ve birçok güzelliği tatmadan yaşayıp giderler. Bu tip kişiler, her şeyin ölçülü ve net olmasını ister, belirsizliğe tahammül edemezler. Bunun sonucunda da duyguları hasar görür. İnsanın pasifleşmeden mahcup ve çekingen olması, sade yaşaması, bir noktaya kadar güzeldir. Ancak hareketsizleşmemek kaydıyla... Haddini bilen, kendinden emin, aynı zamanda da başkalarının hakkına saygı duyan bir kimse, hissettiklerini bastırmasına lüzum kalmadan da öz güven sahibi olabilir. Düşüncelerini makul sınırlarda ifade etmekten kaçınan-

lar, gergin, kendileriyle çatışan, mutsuz insanlardır. Bu tip kişilerin beyninde stres hormonu fazla salgılandığından devamlı olumsuz senaryo yazarlar ve bu da onları gerilime sürükler. Neticede ortaya çıkan negatif enerji, sevdikleri insanı kendilerinden uzaklaştırmalarına sebebiyet verir. Hâlbuki duyguları bastırmak yerine beden diliyle ifade etmek, böyle bir problemle karşılaşmayı önleyecektir.

Aşkın Önüne Takılan Engeller

İnsanın aşkla ilgili karşılaştığı en büyük sorun, yaşadığı aşkı devam ettirememesidir. Bilhassa çok kolay âşık olan genç kızlar, aşkın arızalarını bilip onları tamir edemedikleri için ziyan olabilirler. Aşk, deneme yanılma yöntemiyle sürdürülebilecek bir olgu değildir. Hayat tecrübesi olan büyüklerin, aşkın karşılaşılması muhtemel krizlerinde nasıl davranmaları gerektiğini gençlere öğretmeleri, onların daha az hatayla ilişki yaşamalarını sağlayacaktır. Böylece gençler, aşkı ders alacakları bir tecrübeye dönüştüreceklerdir.

Aşkın önüne takılan diğer büyük engel ise, karşıdaki insandan kabiliyetinin üstünde fedakârlıklar beklemektir. İnsanın, sevdiğinden kendisi için özveride bulunmasını istemesi son derece doğaldır. Ama bu talebin sınırlı ve mantık süzgecinden geçmiş olması şartıyla... Kişi sevdiğinin şahsiyetinden ve insanî ilişkilerinden vazgeçmesini istiyor, "Herkesi unut, sadece beni düşün ve benimle yaşa!" diyorsa hayal kırıklığına uğraması kaçınılmazdır. Seven kimse bunları bir müddet rahatlıkla yapar, ama daha sonra hayatın acı gerçekleriyle yüzleşir. Beklentilerin eskisi gibi cevaplanmadığı bu süreç, hastalığa tutulmuş bir ilişkinin ilk sinyallerini verir. Bir müddet sonra gerçeğin soğuk yüzüyle burun burna gelen taraflar, "Aşk karın doyurmuyormuş!" demeye başlarlar. Aşkla filizlenen bir ilişkinin, bu riskleri yaşamaması ve kalıcı olması için mutlaka düşünceyle yoğrulması lâzımdır.

Aşka Zarar Veren Şeyler

Feminizm, kadın erkek ilişkisini savaş alanına dönüştürdüğü için aşka zarar vermiştir. 1960'lardan sonra Amerika'da yaygınlaşan ve bütün dünyayı kaplayan bu akım, bilhassa çağımızda kendisine pek çok taraftar topladı. Feminizm, kadının özgürleşmesini savunmuş, fakat özgürleşme uğruna neleri kurban edeceğini hesaba katmamıştır. Bu süreçte pek çok evlilik zarar görmüştür. Kadın sosyal hak ve hürriyetler konusunda özgür olmalı, ama bunu evliliğini feda etmeden yapmalıdır. Feminizm öncesi psikiyatri ofislerine gelen çiftler, şöyle bir tablo sergiliyorlardı:

Yaşı 50'ye yaklaşmış, maddî kazancı artmış, "Eşime karşı bir şey hissetmiyorum. Dünyaya bir defa geldim, bari canımın istediği kişiyle yaşayayım!" diye düşünen, karısından boşanmaya hazır bir erkek ve bu durumun çaresizliğiyle kıvranan, ağlayan gözlerle psikiyatrdan medet uman bir kadın...

Feminizm etkisi taşımayan ailelerde bu tablo hâlâ sürmektedir. Ancak feminist akımın kuvvetli estiği hanelerde durum tersine dönmüş ve kadın da hayatında değişiklik yapmaya karar vermiştir. Duyarsız, otoriter bir erkekle karşılaşan kadın, erkeğin cinsel isteğini bir görev gibi yapmaktan bıkarak, "Bu adam beni sıkmaya başladı!" dedi. Eğer ekonomik anlamda kocasına bağımlılığı yoksa, yuvayı daha kolay terk edebileceğini düşündü. Tabiî bunun faturasını da çocuklar ödediler ve ödemeye de devam ediyorlar. Günümüzde, özgür olmak için yalvaran erkek ve değişim isteyen kadın modelleriyle karşı karşıyayız. Bu tabloyu sağlayan şey, feminist hareketin, ortaya çıkış noktasından saparak bir nevi erkekten nefret etmeye dönüşmesidir. Bununla beraber feminizmin, kadındaki romansı, yani âşık olma duygusunu yok ettiğini de söyleyebiliriz. Kadına "Erkeğe sadece cinsellik için ihtiyacın var, onun dışında kimseye bağımlı olmadan dilediğin gibi yaşayabilirsin!" mesajını verdiği için, nikâh karşıtı akımlar ortaya çıktı. "Kadın ve erkeğin birbirleri için var olduğu" gerçeği, feminizmin etkisiyle maalesef unutuldu. (*6, 18, 20, 28, 36, 38, 39*)

Sevginin Genetik Yönü

Sevgi, genetik bir eğilimdir. Beynimizde duygulardan sorumlu alan zenginleştikçe, bu his de gelişip aşka dönüşür. Kadını erkeğe, erkeği kadına yönlendiren bu meyil, yani aşk olmazsa, iki cins birbirine katlanması gerektiği zaman bunu yapamaz. Aşkta ideal olan, sadakate dayalı, sevgi, saygı ve güven bağlarıyla sarmalanmış bir ilişkidir. Bu ilişkinin, iyi olduğu kadar fırtınalı ve zor geçen günleri de olacaktır. Ancak sevginin gücü, bu zorlukları aşmaya yeter.

Beynin sevgiyle ilgili bölümü, çocukluğun ilk dört yılında gelişir. Bu sebeple anne çocuk arasındaki ilk dört senelik ilişki son derece önemlidir. Çocuğun bir bakış ya da dokunuşla bile olsa sevildiğini hissetmesi, bu alandaki hislerinin inkişafına yardımcı olur. Hayatının ilk zamanlarında sevgi görmeyen çocuk kendisini güvende hissetmeyecek ve beyin büyüme hormonu salgılamayacaktır. Büyümesi yavaşlayan çocuğun fizikî gelişimi de zayıflayacaktır. Meselâ Batıda bebek kutularına konulan, bizde ise cami önlerine bırakılan çocuklar vardır. Bu çocuklara yuvalarda çok iyi fiziksel imkânlarla bakılmasına rağmen, sık sık bakıcı değiştirdikleri için insanlarla teke tek, kararlı ve tutarlı iletişim kurmakta zorlanırlar. Yeterince sevgi alamayan çocuk, temel güven duygusunda eksiklik olduğu için dış dünyaya kapanır. İçe kapanıklık, başta anne yoksunluğundan kaynaklanan bir protesto dönemiyle başlar. Çocuk bu safhada, yanına yaklaşan her şeye ağlar. Daha sonra içe kapanma dönemi yaşar, dünyadan kopar ve âdeta otistik bir hayatın içine girer. Bunun belirtileri, okuma yazmayı öğrenemeyen, hayattan kopuk davranışlar sergilemesidir. Anne yoksunluğu yaşayan çocukların bir kısmında beyin, büyüme hormonu salgılayamaz. Çünkü sevgi, beynin nörofizyolojik ihtiyacıdır. Çocuk yuvalarında "hospitalization [yuva hastalığı]" şeklinde adlandırılan bir hastalık vardır. Bu sendromun gözlendiği çocuk çok sık rahatsızlanır ve anî ölümler yaşanır. Yuva hastalığını engellemenin yolu, bir enerji olarak çocuğun sevgiye olan ihtiyacı mutlaka karşılanmaktır.

Kadın beyninde duygusal alanlar gelişkin olduğundan sevgi ihtiyacı erkeğe nazaran birkaç misli daha fazladır. Er-

keğin ihtiyacı bir ise, kadının üç-dörttür. Ancak erkekler kadınları kendileriyle kıyasladıklarından onların bu taleplerini anlayamamaktadırlar. İşte, cinsler arası ilişkilerde en sık rastladığımız sorun da budur: Yani erkeklerin sevgilerini ifade etmemeleri sonucu kadınların, sevilmedikleri hissini fazla yaşamalarından kaynaklanan problemler... Erkek "Zaten seni seviyorum. Bunu yıldızlı laflarla söylemeye ne gerek var?" diye düşünürken, kadın sevilmediğini hissettiğinde erkeği çekmek için daha fazla sevgi verir. Böylece geri dönüşü olan bir yatırım yapar. Ama erkeklerin çoğu, verilen bu sevgiyi israf eder ve maalesef değerini de bilmez. Bu durumu "tarlaya buğday ekme"ye benzetebiliriz. Ekilen darının bir avucu kuşlar, bir avucu toprak ve ancak bir avucu buğday içindir. Bu misaldeki gibi bir bakış açısı, kadının mutsuzluğunu önler. Yani sevgi verirken üç koyan kadın erkekten bir beklerse hayal kırıklığına uğramamış olur. Zira erkekler, kadınlara nispeten duygusal bakımdan kör ve sağır sayılabilirler. Böyle bir insan, karşı tarafın hissîyatını anlayamadığı için sevgi ilişkisi kurmakta zorlanır. Yapılması gereken gönül işlerinde erkeklerin gözlerini ve kulaklarını açmaktır.

Sevme Kapasitesi

Aşk insandaki temel duygulardan birisidir ve bunun dengeli bir biçimde karşı cinsle paylaşılması gerekir. Tabiî aşk bir tek noktaya yönelirse diğer alanlar güdük bırakılmış olur. Meselâ insan mesleğine âşıksa onunla yatıp onunla kalkar. Erkeklerin aşkları genellikle mesleklerine yöneldiğinden, iyi bir iş adamı olsalar da iyi bir eş ya da iyi bir baba olamayabilirler. Benzer şey kadınlar için de geçerlidir. Onlar da çocuklarına olan aşırı bağlılıkları sebebiyle ilgilenmeleri gereken diğer tarafları atıl bırakabilirler. Demek ki, aşkın, önem ve öncelikler piramidi olması gerekmektedir. Bu piramit, kişinin kendisine soracağı şu sorular ve bunların cevaplarıyla belirlenebilir:

İnsan en şiddetli aşkı neye duymalıdır? Aşk piramidinin tepesine koyulması gereken, soyut idealler mi, karşı cins mi, yoksa var oluş gayesi midir? Bir hedef uğruna ölünmesi

icap etse, bu hedef ne olmalıdır? Soyut idealden sonra aşk şemsiyesi altına sırasıyla hangi sevgiler girebilir?...

İnsan kendisine bu ve benzeri soruları sormadan aşk yaşarsa, bu aşk, içinde acı tohumlar barındıran mecazî bir boyutta kalır.

Sevginin Ölçüsü

İnsan, sevgisini belli bir ölçüde tutup akıllıca yürütüyorsa, bu hem kendisi hem de sevdiği için avantajdır. Ama sevgisiyle karşı tarafı boğuyorsa, bir müddet sonra "Olmaz olsun böyle sevgi!" sözlerini duyacaktır. Bu sebeple sevgideki başarı, dengeden geçmektedir.

Fakat sevgisiz geçen bir ömür, çok yazık edilmiş bir ömürdür.

"İnsan hayatının anlamsızlaşması" demektir. Kişi sevdiğinin yanında olduğu zaman kendini güvende hisseder. Ondan aldığı destekle zorluklara dayanma gücü artar. İki gözle bakan kişi, bir anda dört gözle bakmaya başlar. Birinin göremediğini öbürü görür. Sevenler birbirleri adına düşünür ve kaygılanırlar. Bu tarzda yaşanan sevgi bolluğunun hiçbir sakıncası olmaz, çünkü iki taraf da sevgiyi kullanmayı biliyordur. Böyle bir evlilik, iki kişinin beraber yaşaması değil, birbirlerini tamamlaması demektir.

Sevginin İfadesi

Sevginin herkesçe farklılaşan bir ifade biçimi vardır. Bir insana aşkımızı anlatmak için mutlaka ona şiirler yazmamız, herkesin içerisinde "Seni seviyorum." dememiz gerekmez. Duygusal paylaşım için uzun uzun konuşmak da şart değildir. Sıcak bir tebessüm, birkaç güzel söz, onlarca kelimenin anlatamadığını anlatır. İki tarafın da en büyük ihtiyacı olan aşk, anlamlı bir bakışla bile karşımızdaki insanda yerini bulacaktır. Hatta bu bağlılığını beden diliyle ifade eden âşıkların aşkının daha gerçekçi olduğunu söylemek dahi mümkündür. Çünkü birbirini gerçekten seven iki kişi, hiç konuşmadan saatlerce bakışabilirler. Bulundukları mekânda o kadar yakın otururlar ki, vücut diliyle "Aramıza

kimse girmesin!" mesajını verirler. Bu, kadını ve erkeği rahatlatan bir sevgidir.

Sevgi, kalemdeki mürekkep gibidir. Mürekkebin varlığını anlamak için, yazmak kâfidir. Kalemin içini açıp baktığın zaman da mürekkebi görürsün, ama kaleme zarar verirsin. İşte, bunun gibi, kadında erkeğin sevgisini, kendisi için yaptığı fedakârlıktan anlayabilir. "Eşim beni seviyor mu?" diye kurcalayarak ilişkisine zarar vermek yerine, erkeğin ona olan muamelesinden bir sonuca varabilir. Erkeğin sevgisini izhar etme yolu, istirahatinden fedakârlık edip kadının mutluluğu için bazı sıkıntılara katlanmasıdır. Fakat kadın sevildiğini sözle duyma konusunda ısrar ederse, erkeğin hisleri savunmaya geçer ve kadından uzaklaşır. Kişi sevildiğini muhatabının davranışlarından anlayamıyorsa bazı testler uygulayabilir. Ancak bu testler, karşıdaki insanın olumsuz duygularını ortaya çıkarmak için yapılmamalıdır. Erkeği kıskanıp kızdırdıktan ve üstüne giderek en ağır sözleri söylettikten sonra "Düşündüğüm gibi; bu adam beni sevmiyor!" diyen kadın, evliliğiyle kumar oynuyor demektir. Hâlbuki evlilik, kumar oynanmayacak kadar ciddî bir iştir. Seven erkek zaten bellidir. Erkeğin eve zamanında gelmesi, evliliğinde mutlu bir atmosfer oluşturmak için çaba sarf etmesi, sevgisinin davranışlar aracılığıyla tezahürüdür. Kadının bu muameleden, sevildiği hükmüne varması en tabiî olanıdır.

Sevgi aynı zamanda psikolojide "psikolojik pain," yani "psikolojik ağrı" denilen korkunun ilâcıdır. Nasıl romatizma vücudumuzu kapladığı zaman her tarafımız ağrı çekerse, korku da bütün psikolojimizi etkileyen bir ağrıdır. Ancak sevgi öyle bir ateştir ki, o yandığı zaman endişe yok olur.

Korkunun yerini alan güven duygusu beyindeki stres hormonu salgısını azaltır ve mutluluk artar.

Beynin her hisle ilgili kimyasal bileşimi vardır. Kişi hangi duyguyu yaşıyorsa beyninde ona bağlı salınımlar olur. Âşık olmak, sarhoş edici bir duygudur. Aşkın kimyası üzerine yapılan araştırmalarda, aşk esnasında beyinde keyif ve-

rici, gevşetici, vücuttaki ağrıları giderici, morfin benzeri bir madde salgılandığı tespit edilmiştir. Tabiî bu, insanın sevgi ve mutlulukla ilgili zihnî melekelerini harekete geçirmesiyle mümkündür. Ayrıca böyle bir beceriyi kazanmak isteyen kimsenin elinde doğru ölçüler olması şarttır. Eğer bir insan, aşkı iyi tanımış ve sevgi yatırımını doğru kanala yapmışsa, bağlandığı kimse ya da sevdiği şey elinden alınsa bile bu muhabbetini onun hatırasına saygı duyarak devam ettirebilir. Neticede de uzun vadeli bir aşk ortaya çıkar. Bu konudaki en önemli örnek, Hz. Mevlâna'dır. Ölüme "düğün gecesi, vuslat" diyen Mevlâna, yaklaşık bin sene önce yaşadığı hâlde aşkının oluşturduğu çekim gücüyle sevilmeye devam ediyor. Onun söylediğine benzer fikirleri başka filozoflarda söylemesine rağmen, Rumî'deki İlâhî aşk, bir kara delik gibi onu cazibe merkezi kılmayı sürdürüyor. Üstelik yaşadığı hakikî aşkı kendisine bağlanan insanlara da tattırarak, güçlü bir frekans oluşturuyor.

Sevgi, olgunlaştırılması gereken ham duygulardan birisidir ve değişkendir. Sevgide eli açık davranmak ve bunu sevdiğine cömertçe dağıtmak, nitelikli bir ilişkiyle mümkündür. Ciğerlerini geliştiren bir yüzücünün iyi yüzmesi ya da kaslarını çalıştıran bir sporcunun hızlı koşması gibi, âşık da sevgisini renklendirip yenilediğinde sevdiği kimseyle kalitesi ispatlanmış bir münasebet kurar. Sevginin devamı için yapılacak uzun soluklu bir yatırım, ilişkinin ileride karşılaşacağı badireleri kolaylıkla atlatmasına yardımcı olur. (*28, 37, 47*)

XII. ANNELİK

Annelik Psikolojisi

Annelik duygusu, kadın psikolojisindeki temel duygulardan biridir. Canlılar içerisinde çok özel bir histir. Hatta bazı filozoflar, "İyilik duygusunun dünyaya girdiği kapı, annelik duygusudur." derler. Çünkü annelik duygusu içinde sevgi, şefkat, iyilik, doğruluk, merhamet gibi çok farklı duygu tabakaları vardır. Annelik, bu duygu katmanlarının hepsini içine alır. Onda bir insanın iyi olmasına yarayacak ve onu mutlu edecek her şeyi bulabiliriz.

Araştırmalar içerisinde annelik eğiliminin biyolojik olduğunu söyleyenler de vardır. Meselâ kırlangıçlar, yuvalarında yangın çıksa, ateşe dalıp yavrularını kurtarmaya çalışır. Tavuğun yavrularına vahşî bir hayvan saldırsa, o yavrularını tehlikeden kurtarmak için kendini feda eder, hayvanı üzerine çekmek için ona saldırır. Bu örnekler, annelik duygusunun temel bir duygu olduğunu gösterir.

Annelik duygularını tanımlamak için biyolojide "içgüdü" kavramı kullanılır. Fakat artık bu kavram tartışılmakta, "içgüdü"nün yerini "tandans" kelimesi almaktadır. Şimdilerde, anneliğin bir eğilim olduğu ve bunun sosyal eğilimler içerisindeki en önemlisi olduğu konuşulmaktadır. Hayvanlarda da sosyal eğilim ve duygular vardır. Sempati, sevgi ve annelik duyguları, bunlardan sadece bazılarıdır. Meselâ hayvanların beyinlerinde, anneleri etrafında toplanma eğilimi, annelik tandansı vardır. Aralarında bir bağ oluşturarak birbirlerini çekerler. Bu, elektromanyetik bir enerji tarzındadır.

Ses, koku, sevgi, hepsi birer elektromanyetik enerjidir. Meselâ bizim işitmede duyduğumuz spektrum, 16 bin ile 20 bin hz. arasındadır. Hatta beyin yıkama yapanlar, kişiye fark ettirmeden ve ne duyduğunu anlamadan, onun beynine, işitme spektrumunun hemen alt ve üst eşiğine yakın frekansta bilgiler verirler. Her frekans, ayrı bir iletişim oluşturur. Meselâ sevginin elektromanyetik dalga boyunda, yavru ile anne hayvan arasında bir iletişim ve bir bağ oluştuğunu görüyoruz. Bu bağın manevî olduğu söylenir, ama maddî boyutu da var. Nötron ile elektron arasındaki bağ ne kadar manevî ise, anne ile yavru arasındaki bağ da o kadar manevîdir. Nükleer enerji, elektron boşalımıdır. Sevgi bağında ise, maddeye yakın bir elektron transferi vardır.

Telepatiyi de bunun içinde sayabiliriz. Birbirini seven iki kişi arasında da elektron transferi oluşur. Bunun bir boyutu da ikiz kardeşler arasındadır. Meselâ ikiz kardeşlerden birisi Almanya'da, diğeri Antalya'da olsa ve birinin karnı ağrısa, hiçbir sebep yokken diğerinin de karnı ağrır. Farkında olmadan, telepatik iletişimle ikizinin hasta olduğunu hisseder. Meselâ anne, bazen sebepsiz yere içinde büyük bir sıkıntı duyar, sonra çocuğunu aradığında görür ki, o, zor durumdadır. Annelerin çoğu bu durumu yaşarlar. Sevgisi yoğun olan annelerin, duyu ötesi algıları vardır. Bu da beş duyuyu zorlayan, anneliğe özel bir konudur. Bilim, annelik duygusunu daha yakından incelerse, sanırım "altıncı duyu"nun formülünü de bulacaktır. Bu duyunun formülünün bulunması, insanların bunu kullanma becerisi kazanması demektir. Bu becerilerden yararlanma özel yetenek gerektirmeyecek, herkesin yapabileceği bir şey olacaktır.

Bir kimse, annelik duygusunun formülünü bulur ve kendisine o duygunun formülünü uygularsa, onda annenin çocuğuna yaptığı etkileşimi yapacaktır ki, hipnoz belki de budur. "Hipnotik transferas"ta da, enerji transferi oluşur. Bu yüzden, annelik duygusunun beş duyunun sınırındaki altıncı bir duyu olduğunu söylemek abartılı değildir. Annelik duygusu, insanlık içinde anneye özel bir yetenektir. O, çocuğu veya sevdiğiyle ilgili olarak beş duyunun tespit ede-

mediğini görmektedir. Bu, annenin erkeklere göre farkıdır. Annelik duygusunu anlamaya çalışırken, bu duyguyu biyolojik boyutuyla da kavramak gerekir.

Annelik tandansı [eğilimi] içinde, hem duygu hem de beyinde yazılı bir programın uygulanması vardır. Çocuk olduktan sonra annenin beyninde yazılı olan program devreye girer ve artık anne ona göre duygular yaşar. Meselâ bu dönemde lohusalık depresyonu oluşur. Bu süreç bazı kadınlarda daha belirgindir ki, onların beyinlerinde serotonin azalır. Serotonin, insanın ruh hâlini yöneten hücrelerin kimyasalıdır. Kişilerde bu madde azalırsa, ortaya depresif bir eğilim çıkar.

Yalnız kalan annelerde lohusalık psikozu, "Çocuğuma bakamayacağım!" korkusu oluşur. Bu sebeple bizim geleneklerimizde lohusa kadın 40 gün yalnız bırakılmaz. Bu sonuca, deneyerek ulaşılmıştır. Özellikle ilk çocuklarda anne, "Çocuğa bakamayacağım, ona iyi annelik yapamayacağım; çocuğun nefesi durursa?..." gibi korkular taşır. Hatta bu korkular yüzünden, uyuması gerektiği hâlde uyuyamaz. Ama yanında birisi olursa, "Çocuğuma bakan biri var." diye düşünerek rahatça uyuyabilir. Anneliğin ilk altı haftalık döneminde kadını yalnız bırakmamak çok önemlidir. Kadın, uyuyabilmesi şartıyla, kendini altı haftada toparlayabilir.

Annelik, beyinde kodlanmış bir programı harekete geçirdiği için, çocuğu aşırı bir koruma altına alır ve korkuya dirençli bir hâle gelir. Çocuğuna zarar geleceği düşüncesiyle, ufacık bir şeyden—uyumaktan bile—korkar, kendini uyumamak için zorlar. Uyumama hâlinde beyindeki serotonin daha da eksilir ve kişi kendini güvende hissedemez. Anneler bu dönemlerinde yavrusu için kolayca tehlikeye atılabilir. Bu, insanî annelerde olduğu gibi hayvanî annelerde de aynıdır. Bu duygunun, beyindeki genetik programın harekete geçmesiyle ilgili olduğu düşünülebilir.

Annelik Hissinin Diğer Hislerden Farkı

İnsanın yeme içme ve beslenme gibi organik duyguları yanında sosyal duyguları da vardır. Kişinin çocukluk aşamasında ortaya çıkan ilk duygu, egoizmdir. Bu, sosyal bir duygudur. Çocuk bir süre sonra, "ben, annem ve diğerleri," daha sonra annesiyle kendisi arasındaki farklılığı algılayınca "ben" demeye başlar. Çocukluk egoizmi tipik bir bencillik şeklindedir. O, kendisini dünyanın odak noktası gibi görür. Buna "primer narsisizm" deniyor ki, normal bir davranıştır. Çocuk bu dönemde sadece kendisini sever ve her şeyin kendisine hizmet etmesi gerektiğini düşünür. Fakat daha sonra "primer narsisizm"deki sevgi yatırımını diğer nesnelere kaydırmalıdır. Bu yatırımlar dağıtıldığı zaman, "ben ve toplum" demeye başlar. Birey sorumluluğundan sonra, ortaya sosyal sorumluluk çıkar.

Egoizmin kontrol edilmesinden sonra görülen ikinci duygu, "alturizm"dir. Bu kavramın dilimizdeki karşılığı "diğerkâmlık" olarak ifade edilebilir. Diğer insanlar hakkında da gam ve keder duyma anlamını ifade eder. Fedakârlığın aynı anlama geldiği düşünülse de, bu manayı tam olarak karşılamaz. Diğerkâmlık, insanlığın en önemli kriterlerinden biridir ve sadece "kendini düşünmeyiş"i anlatır.

Primer narsisizm dönemine takılıp kalmış egoist kişiler, yalnızca kendileri hakkında kaygılanır. Ama alturist, yani beynindeki sosyal duygularla ilgili alanları harekete geçiren kişiler, başkaları hakkında da endişe duyabilir ve "ben" ile "biz" arasındaki sınırı daha doğru çizebilirler. Egoizmin kontrol edilebilmesi, kişinin olgunlaştığının bir göstergesidir. Bu olgunlaşma süreci içerisinde, alturistik [sosyal] duygular ortaya çıkar. Bu duygular, başkalarını düşünmektir.

Evrim psikolojisi, ilk insanı hayvana çok yakın bir varlık gibi algılar. Eğer insan da hayvan gibi sadece yeme içme, barınma ve cinsellik için var olmuşsa, binlerce sene içindeki bu sosyal öğrenme nasıl oluştu? Meselâ bu sosyal öğrenme niye maymunlarda değil de, insanda oldu? Grup içinde yaşama, farklı insanlar tanıma, başkalarını düşünme, bir evin yapımını geliştirme, hep sosyal öğrenmenin bir sonucudur.

Bu durum insan beyninde, kişinin DNA'larında yazılı bir programdır ve insandaki bilgilerle harekete geçmektedir.

Meselâ bir maymuna, "Ensest yapma, cinayet işleme, yalan söyleme..." gibi kuralları anlatmaya çalışsanız, o ancak üç-beş şey öğrenir. Kendisi fikir üretmez, onda üretken düşünce yoktur; bu durum sadece insana özeldir. İnsan beyninde üç tane "meta-kognisyon" geni vardır. Bu genin birincisi zaman kavramıyla ilgilidir. İkincisi yeniliği arama, üçüncüsü ise anlamlılık genidir. Bu genler insan beyninin ön bölgesinde harekete geçtiği zaman kişi bilgi öğrenir, sorgular ve gelişir; bu çaba kişiyi geliştirir.

İnsanda menfaatine olan şeyleri çekme, ondan uzak olan şeyleri itme duygusu vardır. Meselâ sempati, temel duygulardan bir tanesidir. İnsan sempatik bulduğunu çeker, antipatik bulduğunu iter. Cazibe ve çekim oluşturan bu duygular içerisinde annelik çok önemli bir alan kaplar, evlât sevgisi ciddî bir yer tutar. İnsan beyninde evlât, memleket, meslek sevgisi, aidiyet gibi duygular vardır. Bunların hepsi insandaki zihinsel tandanslardır. Annelik duygusu içinde bu eğilimlerden ön plâna en çok çıkanı, şefkat ve acıma duygusudur. Annelik hissi güçlü olan kişilerde acıma ve merhametli olma duygusu baskındır. Şefkat de bir çeşit sevgidir, ama başkalarını düşünerek hissedilen bir sevgidir. Âşıklarınki ise, bencil bir sevgidir ve tek taraşıdır. Seven kişi, karşı tarafın sevip sevmeyişini fazla önemsemeden, yalnızca sevdiği için mutlu olur. Fakat şefkatte iki taraşı haz alış verişi vardır.

Erotik sevgi de bencilcedir. Kişinin kendi erotik ihtiyaçlarını karşılamasıyla ilgilidir. Fakat annelik sevgisi, ondan farklıdır, içinde şefkat ve acıma duygusunun olduğu bir sevgiyi barındırır. Meselâ anne, çocuğunu kendinden daha çok düşünür.

Sevgi, "kendi iyilik ve menfaatini başkasından daha yüce görme" şeklinde tarif edilir. Bu sebeple sevginin kriteri fedakârlık yapabilmek, kendi iyiliğini ikinci plâna atarak başkalarının menfaatini ön plâna çıkarmaktır. "Seviyorum." diyen kimsenin, uygulamasına bakılmalıdır. Meselâ erkek-

lerin çoğu, "Eşimi seviyorum, ona bir hediye alayım." dediklerinde, kendilerinin de kullanabilecekleri şeyleri alırlar. Bunun adı fedakârlık değil, bencilliktir. Fakat annelik sevgisi, içinde bu duyguyu barındırmaz. Buradaki sevgi, karşılıksızdır, bu sebeple ona "sevgi" değil, "şefkat" adı verilir. Yani annelik duygusundaki sevginin adı, şefkattir.

Şefkat, kişinin kendi iyilik ve çıkarını, karşılıksız bir biçimde karşıdakinden geri tutabilmektir. Bu sevgi türü, insanlığın ulaşabileceği en yüksek duygudur. Özellikle bencil insanlar bunu yapmakta zorlanırlar.

Alturistik duyguların en yoğun yaşandığı duygu tipi yine anneliktir. Çocuğunu kendinden fazla düşünmek sosyal bir duygudur ve alturizmin tipik örneklerindendir. İnsanlığın, annelik duygusunun zayıflatılmış şekline, bugün her zamankinden daha çok ihtiyacı vardır. Toplumun mutluluğu için, annelik duygusu kadar güçlü olmasa bile ona yakın bir duygu gelişmelidir.

Anneliğin Kültürel Boyutu

Annelik duygusu biyolojik, fakat ifade tarzı kültüreldir; yani annelik, öğrenilebilir. Fakat çağımızda gerek Batıda, gerekse Türkiye'de sosyal bağlar, eskiye göre çok zayıflamıştır. Yaşlılar annelik tecrübelerini gençlere aktaramamakta, genç anne bu bilgileri başka kaynaklardan öğrenmeye çalışmaktadır. Oysa ideal olan, anneliğin eğitim sistemi içerisinde bilimsel olarak öğretilmesidir. Buradaki ihmal, "Annelik duygusu temel bir duygudur, insanda zaten vardır, öğretilmesine gerek yok." anlayışından kaynaklanır. Aynı düşünce ahlâk konusu için de geçerlidir. "İnsan ahlâklı olmalıdır. Bu duygu insanın doğasında var olduğu için öğretilmesi ve anlatılmasına gerek yoktur." diye düşünülür. Modernitenin sunduğu bu görüşün eğitim sistemi tarafından onaylanması böyle bir sonuç doğurmuştur.

Yirminci yüzyılın hastalığı olan modernizm, hayat kanunu olarak sadece yaşam kavgasını kabul eder. "İnsan egoisttir, ondaki en temel duygu bencilliktir. Varlıkların yaşam mücadelesinde her zaman güçlü olan kazanır." düşüncesiyle biyolojideki bazı kurallara olması gerekenden fazla

önem verir. Hâlbuki aslan aç olduğu zaman parçalar, tok olduğunda yanında bile olsa geyiğe zarar vermez. Varlıkların yaşam kavgası içinde oldukları düşüncesi o kadar abartıldı ki, meselâ Hitler, bunu politikaya uygulayıp kendi ırkının üstünlüğünü kabul etti. Bunun devam edebilmesi için "Biz üstünüz, diğerlerini yutabiliriz!" görüşüyle savaş başlattı.

Bunun aileye yansıması feminizm şeklindedir. Feministler, "Güçlü olan ayakta kalır; bu sebeple kadın, erkekten güçlü olmalı." derler. Kadınların kendini ezdirmeyişi ve erkekler üzerinde hâkimiyet kurması anlayışıyla hareket ederek, evliliği bir savaş alanı hâline dönüştürürler. Modernitenin sunduğu bu hastalıklar sonucu boşanmalar arttı, annelik duygusu zarar gördü. Kadınlar, annelik duygusunun—içgüdüsel kısmı dışında—öğrenmeyle ilgili kısmını öğrenemediler. Oysaki annelik duygusunun, çocuğu için hastalanma ve yorulma, onun için uykusuz kalma gibi acı ve elem dolu ağır bir bedeli vardır. Kadınlar, modernitenin telkiniyle acı ve elemden kaçarak, bu bedeli ödemediler.

Hayatın gizli kanunu olan "karşılıklılık" ilkesi, "annelik duygusu ve sevgisi" için de geçerlidir. Sevmenin fiyatı verici olmak, gerekirse acı ve elem çekmektir. O fiyatı ödemedikleri için insanlarda bencilce bir sevgi oluştu. Modern eğitim sistemi de, modernitenin etkisinde kalarak, annelik duygusunun öğretilmesine gerek olmadığını düşündü. Fakat bu fikrin yanlışlığı görülmüştür. Çünkü boşanmalar artmış, fatura çocuklar tarafından ödenmeye başlamıştır. Bu bedel, yakın bir gelecekte toplumun bütün kesimlerine dağılacaktır.

Toplumdaki gençler, anneliği sadece kendi araştırmalarıyla öğrenmektedir. Hâlbuki bu bilgiler, hayata atılmadan önce, klâsik eğitim sistemi içinde kazanılmalıdır. Çünkü bilgi, korkuları azaltır. Kadın bilgiyle anne olursa, çocuğunu daha kolay ve rahat büyütecektir. Çocuğun iyi eğitilmesi tesadüflere bırakılmamalıdır.

Babalık ile Annelik Duygusu Arasındaki Farklar

Erkekler anne olamadıkları için daha bencildir. Özellikle evlilikte bu, daha da çoğalır. Annelik duygusu içindeki özel zevki tatmadıklarından, bunun insana mutluluk şeklinde geri döndüğünün de farkında olmazlar. Annelik, biyolojik bir dürtüdür. Bu duyguda kadına zevk olarak sunulan peşin bir ücret vardır. Erkekte evlât sevgisinin bulunmadığı söylenemez. Ancak babalık, biraz da öğrenilmesi gereken bir olgudur. Erkekte koruma duygusu hâkimdir; onda çocuğu koruma ve ihtiyaçlarını gidermeyle ilgili bağlılık duygusu ön plândadır. Annelik eğilimi, babada da bulunmakla birlikte, biraz daha çözümlenmiş ve sulanmıştır. Kısaca anneye oranla daha zayıftır.

Çocuğun Ailedeki Önemi

Kadınlar, anneliğin bedelini ödemekten kaçındıkları için, çocuk da önemini kaybetti. Hatta Batıda yeni gelişen bir akım, kadının hiç evlenmeden, spermi "sperm bankası"ndan alarak çocuk sahibi olmasıdır. Hâlbuki çocuğu babasız büyütmek, anne için zor olduğu gibi, çocuk açısından da doğru değildir. Yetişme sürecinde çocuğun babaya da ihtiyacı vardır, o bir özdeşim modelidir. Kişinin ondan öğreneceği kişilik ve kimlik özellikleri vardır.

Bu yanlış davranışların zararını en çok çocuklar görmekte, bu yüzden dünyada talebi en çok artan meslek, "çocuk psikiyatristliği" olmaktadır. Dünya Sağlık Örgütü, eğer önlem alınmazsa, depresyonun 2020 yılında, kanserin bile önüne geçebileceğini, kalp hastalıklarından sonra dünyadaki ikinci büyük hastalık olacağını söylemektedir. İnsanların zenginlik ve refah düzeyleri artmış, fakat mutlulukları azalmıştır. Bunun sebeplerinden biri de, şüphesiz, annelik duygusunun zaafa uğramasıdır.

Çiftler evlendiği zaman, genellikle kadın hemen çocuk ister, erkek ise biraz ertelemek niyetindedir. Bu erteleme neticesinde,—belli bir süre sonra—anne de çocuk istemez. Fakat çıkabilecek sorunlar, evliliği daha kolay sarsar.

Bazı evliliklerde, "Çocuk olursa düzelir." denilerek, yaşanan sorunların, olacak çocukla düzeleceği inancı vardır. Çocuk, evlilikteki anlayışları değiştirmelidir. Eğer bazı anlayışları, birtakım düşünce kalıplarını değiştirmezse, bu defa ortaya yeni sorunlar çıkar. Ama bunu başarırsa evliliğe renk ve heyecan katar, olumlu katkıda bulunur. Çocuk bazen de sorunların ertelenmesine sebep olur. Bazı problemler yıllarca ertelenir; ama eşler, ileri bir yaştan—50 yaş gibi—sonra, erteledikleri sorunları ortaya dökebilir ve her şeye rağmen evlilik krizi çıkar. Bu yüzden, sorunları ertelemek iyidir, ama dozu kaçırıldığı zaman daha büyük problemler doğurabilir.

Çocuğun olması, her şeye rağmen evlilik için pozitif bir değerdir; var olan sorunların telafi edilmesini ve evlilik bağlarının güçlenmesini sağlar. Zaten evlilikteki karı koca sorunlarının çoğu, aslında yapay sorunlardır, ertelendikleri zaman kendiliğinden düzelir. Meselâ eşler çocukları olduğunda, sorun ettikleri birçok şeyi, "Boşuna kafama takmışım!" diyerek tebessümle geçiştirirler.

Çocuk Bakımı Neyi Gerektirir?

Çocuk bakımında duygular çok önemlidir. Sevgi olmazsa acı ve elem çekilmez, fedakârlık yapılmaz. Kadında beynin duyguları düzenleyen alanları daha güçlü çalışır. Tehlike anında ondaki ilk tepki, çocukları korumaya yöneliktir. Erkeklerde ise aynı tepki, "Ya savaş, ya kaç!" olarak görülür. Bu genetik eğilimler, beyin, kadın ile erkeği farklı şekillerde uyarır. "Savaş ya da kaç!" tepkisi eğer kadında da olsaydı ve o da savaşsaydı, çocuk ortada kalırdı. Hâlbuki çocuk, mutlaka biri tarafından himaye edilmelidir. Bu durum, insanın psikolojik doğasının kendisine sunduğu bir görevdir.

Modernite, "İnsan, doğadan daha akıllıdır." tezini ileri sürdü. İnsan bundan hareketle, "Evrenin içerisinde en akıllı varlık biz olduğumuza göre, en iyisini biz biliriz!" anlayışıyla ortaya çıkan aşırı öz güvenle doğadaki dengeyi bozmaya kalktı. Böylece ortaya çevre bozulması çıktı. Doğaya saygı-

sızlık, modernist görüşlerin sonucudur. Sanayi toplumlarına, "Çıkarımız ağacı kesmeyi gerektiriyorsa keseriz!" düşüncesi hâkim oldu. Kişilere, "İnsan, gücü varsa, yani kesebiliyorsa, bütün ağaçları kesebilir ve fabrikasını kurabilir!" anlayışı yerleşti. Temel yaşam kanunu, "hayat kavgası" olarak algılandı.

Modernizm, temel yaşam kanunlarından ikisini göz ardı etti. Bunlardan biri, ortak yaşamaktır. Meselâ bağırsaklarımızda simbiyotik hücreler vardır. Farkında olmadan biz o hücreleri, o da K vitamini üreterek bizi besler. O bakteri vücuttan çıktığı zaman ölür, biz de besinsiz kalırız. Aynı şey, anne çocuk ilişkisi için de geçerlidir. Annelik duygusunda da simbiyotik, yani ortak yaşama duygusu vardır. Bu duygu, "Yaşam mücadeledir." kanununa zıttır. Eğer yaşam bir mücadele ve bu en büyük kavga olsaydı, anne çocuğun menfaatini düşünmezdi. Hâlbuki yaşam kanunundaki simbiyotik eğilim, bu düşünceyi reddetmektedir. Bu duygunun dünyadaki bütün annelerde bulunması, onun temel bir duygu olduğunu gösterir. "Yaşam mücadelesi" fikri, küçük olayları genelleştirmek ve onlara fazla önem vermektir.

İnsandaki temel sosyal duygunun diğeri, kooperasyon eğilimidir. Simbiyotide ortak yaşama, kooperasyonda ortak çalışma eğilimi vardır. Bu yöntemde kişiler bilgi ve menfaat alış verişi içindedirler. İnsan bir sosyal varlıktır; hiç kimse evrende tek başına yaşayamaz. Meselâ kişilerin yiyecek ve giyeceğe olan ihtiyacı, kooperasyon meylini ortaya çıkarır. Bu durumda annenin çocuğa, çocuğun anneye; erkeğin kadına, kadının erkeğe ihtiyacı vardır. Bütün bunlar, kooperasyon eğilimiyle ilgilidir. Beraber yaşama meyli, temel sosyal duygular arasındadır ve temel kanunun "yaşam kavgası" olmadığını gösterir. En çok annede bulunan bu duygu, "Hayat mücadeledir." kavramına büyük bir soru işareti koymaktadır. Çünkü onda yardımlaşma, kendinden çok başkalarını düşünme duygusu vardır.

Çocuğun Temel İhtiyaçları Açısından Ailenin Önemi

Doğumunun ilk aylarında çocuğun en büyük ihtiyacı güvendir. Çocukta güven duygusu oluşmalıdır. Burada anne ile çocuğun ihtiyacı birleşmekte, beraberlikten haz duyan bir ikili meydana gelmektedir. Çocuğun 0-3 yaş arasındaki döneminde, onun için çok önemli olan bir davranış biçimi ortaya çıkar: Fiziksel temas... Anne çocuğa, çocuk anneye dokunacaktır. Hatta bu sebeple annelere, "Çocuğunuzu emzirmiyorsanız bile, kucağınıza alın." denilir. Çünkü anne ile çocuk arasındaki ten uyumu, fiziksel temas esnasında oluşur. Bu temas, çocuğa kendini güvende hissettirir.

Çocukta temel duygular oluşurken, onu en sevindireni güven, en korkutanı güvensizliktir. Güvenden sonra bireysellik oluşur. Üç yaşından sonra ise özerklik dönemi başlar. Önceleri "ben" der, zaman ilerledikçe "biz" kavramı yerleşir. Tekil sorumluluktan çoğul sorumluluğa geçer. Özerklik, yürümeyle birlikte, özellikle üç yaşından sonra ön plâna daha fazla çıkar. Bu duygunun gelişimi için de annenin rolü çok önemlidir. Meselâ zayıf, yetersiz, süreksiz annelik tipleri, çocuğun gelecekteki ruh sağlığını etkiler. Eğer anneyle olan duygusal alış verişin hazzı kaliteli bir biçimde yaşanırsa, çocuğun ruhunda sevgi tohumları atılır. Aksi hâlde çocuk korku, güvensizlik ve nefret duyguları içinde büyüyecektir. Meselâ anneyle iyi iletişim kuramamış çocuk, sevgi açlığı hisseder. "Annem bana yeterince sevgi vermedi." diye düşünür, öç alma duyguları harekete geçer. Bunun arkasından suçluluk duyguları gelişir ve bir iç çatışma yaşanır. Bu çatışma sırasında çocuk devamlı kaygılı ve mutsuzdur.

Annelik döneminin kaliteli ve doyumlu geçmesi çok önemlidir. Fakat çocuk, annesiyle ilişkisinin iyi olmadığının farkına varırsa bunu düzeltebilir. Onu olduğu gibi kabul etme yoluna gidebilir, duygularını eğitip durumu onarabilir. Bu durumda kendinde suçluluk hissetmeden daha güçlü duygular da ortaya çıkabilir.

Modernitede anne, çocuğu kabul etmez. O, çalışma hayatını birinci plâna aldığı için, çocuğu kendisine ayak bağı, ka-

riyerini engelleyen kişi gibi görür. Bu durumda "benmerkezci" anneliğin faturasını çocuk ödemektedir. Anne, sosyal ilişkileri iyi kuramadığı için, çocuk güven ortamında büyüyemez.

Anne ile çocuğun her zaman konuşması gerekmez. Aralarında "sözsüz iletişim" denilen çok önemli bir iletişim şekli vardır. Birbirlerine bakışma ve dokunmalarıyla kurdukları sözsüz iletişim, anne ile çocuk arasında duygu ve bilgi alış verişi meydana gelmesini sağlar. Annelikte bu, çok önemlidir. Çocuk, zayıf anneyle veya anneliği reddeden bir kadınla karşılaşması hâlinde "yoksun annelik" durumu yaşar. Çocukta ilk anda "çocukluk depresyonu" oluşur. Annelik yokluğunu, bu ilgi ve sevgisizliği ağlayarak protesto eder. Buna rağmen anneden sevgi alış verişi gelmezse, bu defa ümitsizlik dönemine girer, artık anne gelse de ağlar. Hatta kendisine yaklaşan her şey, bebeğin yüzünde mutsuzluk olarak belirir. Her şeye ağlamaya başladığı ve anne gelse bile susmadığı dönem, depresyonda ümitsizlik dönemine geçildiğinin işaretidir. Daha sonra içe kapanma ve çözülme dönemine geçilir. Bu dönemde çocuğun bedenindeki büyüme durur, iştah azalır. Çocuk dünyaya kapılarını kapar, şizofreniye doğru gider.

Bir de süreksiz annelikler vardır ki, bunlar özellikle üç ilâ beş yaş arasında çok önemlidir. Bu dönemde anne yerine geçecek kişi, kararlı ve tutarlı olmalıdır. Bazen anne yerine aynı sevgiyi veren bir başkası da—anneanne ya da babaanne gibi—geçebilir. Çocuğun anne ihtiyacını karşılayarak ona "anne yoksunluğu" hissettirmez; ama bu kişi, çok sık değişmemelidir.

Anne baba arasındaki bozuk ilişki de çocuğa yansır. Evdeki alkol ve şiddet, çocuk büyüdükçe davranış problemleri şeklinde kendini gösterir.

Anneyle çocuk arasında disiplinsiz, yanlış bir ilişki oluştuğunda, meselâ neyin iyi neyin kötü olduğunun bilinmediği, annenin bir gün "evet" dediğine başka gün "hayır" dediği durumlarda, çocukta güven duygusu oluşmaz. Anne çocuğa duygu, sevgi ve genel olarak iç gerçekliği, hatta ken-

diyle barışık ve mutlu olmayı öğretir. Baba ise dış dünyanın gerçekliğini anlatır. Bu yüzden anne ve babanın yeri farklıdır.

İyi anne olabilmek için, annelik duygusu çağın değerleriyle birleştirilerek çocuğa sunulmalıdır.

Toplumların Erkek Çocuk Fenomeni

Eski toplumlarda aşırı biçimde görülün erkek çocuk sahibi olma isteği, insanlar arasındaki güç mücadelesinin bir sonucudur. Bu mücadele, güçlü olanın ayakta kalması tarzındadır. Bunun arkasında ekonomik ve siyasî güçlülük talebi vardır. Feodal sistemi yöneten kimsenin, kudretini devam ettirebilmesi için erkek gücüne, yani savaşçı güce ihtiyacı vardır. Meselâ eski Yunan'da iyi eğitilmiş bir köpekle yetişmiş bir genç aynı değerde kabul edilirdi. İkisi de, hâkimiyeti devam ettirmede sonuç almayı sağlayan unsurlardı. Çok sayıda erkek çocuk, çok sayıda savaşçı demekti. Bu, erkek egemen toplumların bir özelliğidir. Yani insanlık, fizik gücün çok önemli olduğu bir dönem yaşadı.

Anadolu geleneğinde erkek çocuğun bu kadar çok istenmesinin sebebi, onu jandarma gibi görmektir. Bu yüzden kadınlar, elden geldiğince erkek çocuk doğurarak aileye jandarma ve koruyucu yetiştirmiş olurlar. Bu durum aile için ayrıca bir sigortadır. Aileler, "Ne kadar çok erkek çocuğum olursa, gelecekte bana o kadar çok sahip çıkılır." diye düşünürler.

İnsanlığın bireysel ve psikolojik gelişimi açısından üç önemli dönem vardır: Birincisi, kölelik dönemidir. Bu dönemde erkek gücü üstündür. Erkeğe aşırı önem vermek, bu dönemin bir sonucudur. Kölelik döneminden sonra endüstri devrimiyle birlikte işçilik dönemi ortaya çıktı. Endüstri devrimi üzerindeki en etkili ideoloji, sosyal Darwinizmdir. Bu ideoloji içinde, Nietzche'nin, "Kadın özgürlük istiyor; fakat bu, Avrupa'yı çirkinleştirir." sözü de vardı. Darwinizme göre, "güçlü olan ayakta kalacağı için erkek güçlüdür, soyu erkek devam ettirecektir." Sonuç olarak erkek odaklı toplumu sosyal Darwinizm pekiştirdi. Meselâ Hitler, da-

mızlık erkek çoğaltma düşüncesine girmiştir. Bu düşünce, pagan kültürün yirminci yüzyıldaki devamıdır. Endüstri devrimiyle birlikte fizik güç şekil değiştirmiş, kölelik işçiliğe dönüşmüştür.

Bilgi ve iletişim çağında ise, insan özgürdür. Bu dönemde üstün güç, bilgi ve iletişimdir. Artık fizik güç ikinci plâna düştü; zekâ, düşünce ve beyin gücü ön plâna çıktı. Kadına köle gibi davranmanın sosyal nedenleri de ortadan kalktı. Kadın ve erkek, insanlık tarihinde konjonktür olarak ilk defa eşit hâle geldi. Tarihteki erkek egemenliğine dayalı modellerde ise, güçlü olmaya önem verilince, kadın—bir nevi—ikinci sınıf olma durumuna düşmüştür.

Kadına verilen haklar konusunda insanlık tarihinin en çok yol alınan dönemi, Hz. Peygamber'in yaşadığı dönemdir. O dönemde kadın, erkeklere göre bin senede elde edemeyeceği bir yere hızla yükseldi. Kadının hem toplumda, hem de ailedeki rolü artarak değer kazandı. Ama Peygamberimizin vefatından sonra, kazanılan bu ivme sür'atle geriye gitmiş, topluma tekrar Mezopotamya kültürü, yani ataerkil ve otoriter kültür hâkim olmuş, bu düşünce çağımıza kadar süregelmiştir. Kadın, 1400 sene önce kazandığı ve daha sonra kaybettiği hakları, şimdi yeniden kazanma yolundadır. Bu sebeple modernitede kadın birinci plândadır ve onun en önemli aktörüdür. Kadın, kendisine hak ve özgürlük verilmesi konusunda, gerek modernitede gerek cumhuriyet projesinde her zaman en önemli aktör olmuştur.

Şimdilerde kadın konusuna yeniden kafa yormak, yaşanan postmodernizmin bir sonucudur. Modernizmin geldiği noktada, toplumsal barış ve mutluluk için kadınla erkek arasındaki ilişkiler yeniden düzenlenip tasarlanmalıdır.

Eski çağlarda kadına baskı yapılması ve onun sadece erkek çocuk doğuran bir makine gibi görülmesi, insanlığın gelişme süreciyle ilgilidir.

Doğurganlık Kadını Anneliğe Hapseder mi?

Aile içi problemlerin en önemli sebeplerinden biri, kişinin eşini—sadece—çocuğunun annesi ya da babası olarak kabul etmesidir. Evlendikten sonra erkeklerin büyük kısmı, eşlerini yalnızca çocuklarının annesi gibi görür. Bu da, çocuk olmadığı zaman kadının evde kendisini değersiz hissetmesine sebep olur. Hâlbuki kadına, çocukların annesi olduğu için değil, evin iki ayağından birisi olduğu için değer verilmelidir. Bizim geleneksel yapımızda, erkek üstün ve hâkimdir, kadın erkeğe itaat etmek zorundadır. "Kadının söz hakkı mı olurmuş?" düşüncesi yerleşiktir. Ama bu çağdaki yeni bilgi ve gelişmeler, geleneksel bakış açısını sorgulayıp, çağa uygun olanlarını yeniden sentez etmeye doğru gitmektedir. Bu konudaki yorumların temel yaratılış kuralları içerisinde yapılması, kişinin psikolojik doğasına daha uygundur. Kadının tabiatına ve psikolojik yapısına uygun davranılması çok önemlidir ve insanlığın menfaatinedir.

Geleneksel yapımızda durum böyle iken, Batı kültüründe kadının annelik statüsü, çocuklar evlendikten sonra birdenbire kaybolur. İki tarafın da annesi yok sayılıp unutulur. Bir erkek çocuk öldüğü zaman, mirasından annesine hiç pay kalmaz. Çocuğu yetiştiren annenin birdenbire unutulması, Batının handikaplarından biridir. Bu durum, anneye saygısızlığa sebep olur. Batılı erkek evlendikten sonra, "Sadece kadın vardır, anne yoktur!" gibi düşünmektedir.

Bir tarafta evlendikten sonra anneyi hiç unutmayan ve evliliğin sorumluluğunu taşıyamayan "anasının kuzusu" erkek çocuklar, diğer tarafta evlendikten sonra anneyi yok sayan hâkim bakış açısı... İkisinin ortası bulunmalı, evlendikten sonra anne uzaktan sevilmelidir. Kadın annelik, ev hanımlığı ve eş olma rollerini beraberce yürütmeli, kısacası evden, çocuklardan ve aileden sorumlu olmalıdır.

Bazı kültürler bu üç rolden sadece anneliği önemsemekte, evlendikten sonra kadının eş rolünü ikinci plâna atmaktadır. Bu durum, kadınların ileri yaşlarda—annelik rolünden de dışlanmaları sebebiyle—mutsuzluğuna sebep olur. Bu yüzden, Batı kültüründe yaşlanan kadın acı çeker, bakım

evlerine gitmek zorunda kalır. Alzheimer hastalığının ve ileri yaşlılık depresyonlarının yaygınlaşmasında bu bakış açısının önemli rolü vardır. Çünkü yaşlıların en büyük psikososyal sorunu, yalnızlıktır. Batıdaki yaşlı kesimde intiharların çokluğu, ciddî bir sorundur. Bu durum, yanlış kültürel anlayıştan kaynaklanır. Burada kadının üç rolü, yani evinin hanımı, çocuklarının annesi ve evin eşi olması beraberce düşünülmeli, birlikte değerlendirilmelidir.

Kadın kendini evinde mutlu hissetmesini sağlayacak role sahip olmalıdır. Ama çalışmak zorundaysa, o zaman erkek, eşinin evdeki rolünü paylaşmalı, sorumluluğun bir kısmını alabilmelidir. Ya da kadın, "Ekonomik sorumluluk sana ait; ben iyi çocuk yetiştireceğim, evdeki ortamı iyi hâle getireceğim." diyerek ailede farklı bir paylaşım gerçekleştirebilir.

Hollânda'da, çalışmayan ve eşi tarafından şiddete maruz kalan kadın, kendisinin sokakta bırakıldığını hissederse, devlet ona sahip çıkarak destek verir. Onu çocuğuyla birlikte, eşinin ulaşamayacağı bir bakım evine yerleştirir, maaş bağlar. Bu dönemde eşi kendisini arayıp rahatsız ederse hapse girer. Kadın kendini ekonomik olarak muhtaç hissetmez. Onda, "Bu adam bana ekmek getirmezse ne yaparım? Ne olursa olsun bu adama katlanmak zorundayım!" gibi bir duygu oluşmaz.

Bu devlet desteğinin artıları olduğu gibi, eksileri de vardır. Devlet kadını korumakta, güvence altına almaktadır. Fakat bu durum, boşanmaları artırıcı etki yaparak aile bağlarını zayıflatır. Batı, mesleği olmayan kadını devlet güvencesiyle koruyarak bu meseleyi halletmiştir. Ekonomik olarak erkeğe muhtaç olan kadın ezilmemelidir, yoksa köle durumuna düşer. Evlilikte tek taraşı kölelik olmaz. İtaat tek taraşı olursa, olay ezen ve ezilen şeklinde gelişir ve haksızlık söz konusu olur. İdeal evlilik iki tarafın birbirine saygı duyup itaat etmeleri hâlinde gerçekleşir. Karşılıklı saygının doğru bir biçimde yaşanması, problemleri çözecektir.

Bizim kültürümüzde,—tek taraşı olarak—kadının erkeğe itaat etmesi gerektiği vurgulanır. Hâlbuki kadın erkeğe, er-

kek de kadına itaat edecek ve bir orta noktada buluşulacaktır.

Yapay Anneler: Bakıcılar

Bakıcılar, çalışan kadının en önemli yardımcısıdır. Fakat ideal olan, ilk üç yıl çocuğu annenin büyütmesidir. Çünkü çocuğun kişilik gelişiminde ilk üç yıl, altın standarttır. Bu sürede beynin korku ve güven duygularını düzenleyen alanları gelişir. Bu dönem, çocuğun bir nevi kişilik çatısının belirdiği, kolon ve kirişlerin atıldığı, şahsiyetin kaba çizgilerinin oluştuğu dönemdir. Bu aşamada çocukla teke tek, kararlı ve tutarlı ilişki çok önemlidir. Eğer anne yoksa, o zaman onun yerine geçecek kişi, çocukla tutarlı ve devamlı bir ilişki içinde olmalıdır. Kararlı, tutarlı ve devamlı olmak, çocuk bakımı konusunda çok önemli üç kelimedir. Çok sık bakıcı değiştirmek ya da bakımı üstlenen akrabanın sıkça değiştirilmesi, çocuğun kendisini güvende hissetmesine engel olur.

Yapılan araştırmalar, bebeklik depresyonu geçiren çocuklarda, anne yoksunluğu olduğunu göstermektedir. Bu çocukların beyninde mutlulukla ilgili kimyasallar salgılanmadığı için, beyin büyüme hormonu üretemez ve çocuğun büyümesi yavaşlar. Fizikî olarak çok iyi bakılsa da, sıkça bakıcı değiştiren çocuklar, sevgi gıdasını alamadıkları için büyüyemez; hatta bazen anî ölümler bile meydana gelebilir. Bakıcı eğer çocuğa sevgi veriyor ve ona öz annesi gibi bakıyorsa, bu büyük bir imkândır. Bazen de çocuklar ilgi gördükleri bakıcılarına öylesine alışırlar ki, korktuğu bir olayda bakıcı ile annesi yan yana bulunsa, çocuk bakıcıya gider. Çocuk onu sığınacak liman görür, biyolojik anneye değil, bakıcı anneye koşar. Onun sevgi ve duygu alış verişini yaptığı kişi, bakıcı annedir. Bu bakıcı, çocuğun anneanne ya da babaannesi de olabilir.

Bizim kültürümüzde birçok yerde aile bağları hâlâ güçlü olduğundan, çocuğa anneanne ya da babaanneler bakar. Fakat bu durum onlar için kolay bir iş de değildir. Onlar bir dönem kendi çocuklarının bakım zorluğunu üstlendikleri

gibi, şimdi de torun bakımının sıkıntılarına göğüs germektedirler.

Eğer anneanne ya da babaanne, torununa bakmaktan mutluysa, bu durum çocuk için büyük bir avantajdır. Çünkü yaşlıların da bir yaştan sonra rahat etmeye hakları vardır. Genç kadınlar bencil olmamalı, "Çocuğu doğurayım, nasıl olsa annem bakar!" diye düşünmemelidir. Belli yaşlardan sonra çocuğa bakmanın külfeti ağırdır. Yaşlılar çocuğu zahmetine katlanmadan sevmek ister, çocuklar da sevilmekten ve kendileriyle ilgilenilmesinden hoşlanırlar.

Bir defasında, ileri yaşta çocuk sahibi olan bir aile, çocuklarının hiperaktif olduğunu düşünerek kliniğimize gelmişti. Çocuğu incelediğimizde davranışlarının normal olduğu görüldü. O, yaşının gereğini yapıyor, fakat davranışları anne babaya hiperaktif geliyordu. Çünkü çiftler geç yaşta çocuk sahibi olduklarından, artık istirahat edecekleri bir dönemi yaşamaktaydılar. Çocuğa yetişemiyor, sakinlik arıyorlardı. Bu yüzden çocuklar, anneanne ya da babaannelerine hiperaktif gibi gelir. Çünkü onlar o yaşta daha sakin bir hayat arar, daha az sorunla karşılaşmak isterler. Genç erkek ve kadınlar, çocuk yapmaya karar verirken "Annem bakar." ön şartıyla hareket etmemelidir.

Benmerkezciliğin Annelikteki Tezahürü

Çağımızın en önemli hastalığı, benmerkezciliktir. "Bireysellik" adı altında insanların egoları şişmiş, Batı sorunun farkına vardığından "duygusal zekâ" kavramı ortaya çıkmıştır. Duygusal zekâda en büyük vurgu, empatik iletişim üzerinedir. Empati, kişinin olaylara sadece kendi penceresinden değil, karşı tarafın açısından da bakması, muhatabının duygularını anlayabilmesidir. Empatinin bizim kültürümüzdeki karşılığı, "diğerkâmlık"tır. Bir çocuk doğduğunda karşılaştığı ilk duygu, bencilliktir. Kişiliği geliştikçe bencilliğin yerini, alturistik duygular alır. Sevgisini başka nesnelere de dağıtır, farklı eşyaları da sevmeye başlar.

Bir genç kadın, çocuk sahibi olduktan sonra onu ya anneanne ya da babaanneye verir. Aile büyükleri o çocuğa bakmak zorundaymış gibi düşünür. Hâlbuki büyükler, sev-

gi ve fedakârlıkları dolayısıyla torunlarına bakarlar. Oysa anne ya da kayınvalideler, böyle davranmadıkları zaman, genç anneler tarafından suçlanır. Burada ciddî bir bencillik, objektif olamayış vardır. Anne, sevgi paylaşımlarını sadece kendisine yöneltmektedir. Bir insan kendisini çok seviyor, başkalarını sevmiyorsa, burada sevginin bencil bir noktada toplandığı söylenebilir.

Anneler, doğurdukları çocuğa kendileri bakmalıdır. Eğer aile büyükleri fedakârlık gösterir ve çocuğa bakmayı kabul ederse, problem kendiliğinden çözülür; ancak kabul etmezse, o zaman kadın üç yaşına kadar çocuğunu kendi büyütmenin yollarını aramalıdır. Şu anda yasalarımız, annelere altı aya kadar ücretsiz izin getirdi. Aslında bu süre üç yıla çıkarılmalıdır. Anne ücretsiz izne çıkıp çocuğuna üç yaşına kadar baktıktan sonra, işine kaldığı yerden devam edebilme hakkını elde etmelidir. Çocuğu üç yaşını bitirdikten sonra da, eğitimsiz bir bakıcıya teslim etmek yerine kreşe vermek daha faydalıdır. Çünkü çocukla kreşte eğitimli kişiler ilgilenir, oyun çağına girdiği için orada sosyal birtakım beceriler kazanır. Bakıcılar çoğu zaman işin kolayına kaçıp çocuğu televizyonun karşısına oturturlar. Çocuklar bu durumda tek taraflı bir iletişime maruz kaldığı ve konuşma alış verişi olmadığı için, gecikmiş konuşma vak'aları ortaya çıkar. Dört yaşına geldiği hâlde konuşmayı öğrenemeyen çocuklar vardır. Bu tip çocukların durumu incelendiğinde, zamanını bakıcısıyla beraber televizyonun karşısında geçirdiklerinden, beyinlerindeki konuşmayla ilgili alanların gelişmediği görülür.

Meselâ anne sesi çok önemlidir. Çocuk anne baba konuşurken onların dudak hareketlerini izleyerek yeni şeyler öğrenir. Fakat televizyon karşısında zaman geçiren çocuk, tek taraflı iletişime maruz kaldığı için devamlı alır, fakat veremez. Böyle olunca hep dinleyen taraf olur, öğrenme becerisi gelişmez. Kısacası, ideal olanı, çocuğu bakıcılara teslim etme yerine, üç yaşından sonra kreşlere ya da profesyonellere baktırmadır. Eğer eğitimli ve çocukla birebir ilgilenecek bir bakıcı bulunamazsa, eve bakıcı getirilmesi çok yanlıştır.

Anne Sevgisizliğinin Toplumsal Bedelleri

Çocuğun ilk tanıştığı duygulardan biri de, annenin sevgi duygusudur. Bu duygu onda, iyilik ve sevginin duygusal çağrışımlarını yaptırır. İnsanlar annelik denildiğinde iyi, hoş ve mutlu olacağı bir ortamın varlığını hissederler. Bu duygu, erkek çocuklarda daha da önemlidir. İyi ve güzel şeyleri onlar da annelerinden öğrenir, kişilik özelliklerinin çoğunu anneden alırlar. Anne erkek çocuğunun yetişmesinde %70-80'lik bir paya, baba ise geri kalan %20-30'luk kısma sahiptir. Annelik, gelecek nesillerin yetişmesinde bu bakımdan da büyük önem arz eder.

Modernite, annelik duygusunu zayıflatarak, sadece bencil istekleri peşinde koşan bir nesil oluşturdu. Böylece zevkleri peşinde koşan, yalnızca hoşlandığı şeyleri yapan ve anlık zevkleri düşünen nesiller yetişti. Hâlbuki anne, özellikle okul çağına kadar, anne çocuk ilişkisini doyasıya yaşarsa, çocuğun temel kişilik örgüsü sağlam olacaktır. Çocuk, kişiliğinin temelini anneden aldığı için, annelik zaafa uğrayınca, bunu çok farklı etkenlerden almaktadır. Modernizm, kadını özgürleştirirken, bunu onun annelik bağını zayıflatarak gerçekleştirmiştir.

Annesini seven erkek, aynı zamanda ideal bir eştir. Evlendikten sonra annesini uzak sevmeye devam ederek iyi bir koca olur. Aynı durum, babasını seven kız çocuğu için de geçerlidir. O da erkekleri sevmesini bilir, hayat senaryolarında baba yerine eşini koyarak, erkekle duygu alış verişini iyi kurar, ilişkisine sadece eşiyle ilgili yenilikler katar. Babasıyla arasındaki iletişimi iyi olan bir genç kız, iyi eş olma konusunda da şanslı bir adaydır. Eğer akıllıysa eksiklerini kısa sürede tamamlar ve geliştirir. Eğer bir kız çocuğu babasıyla iyi ilişkiler kuramadıysa, fakat kişisel gelişime açıksa, eksiklerini evlendikten sonra da tamamlayabilir.

Kişiliğimizin %60-70'i beynimizdeki programlara uyum sağlayıp, gelişen şartlara ayak uydurarak değişir. Bunun tek şartı, değişimi istemektir. Ayrıca insanın amaçlı davranması da önemlidir. Kişi beynine, uyum ve sorun çözme yeteneğini kazandırırsa, problemleri çözebilir. İnsan, gerek problemleri çözmede kullandığı kognitif stil, gerek iletişim tarzı di-

yebileceğimiz communication ve gerekse coping stil yani stresle baş etmeyi çocuklukta öğrenir. Kişi bunların 1/3'ünü çocuklukta öğrenirken, diğer kısmını sonradan kazanır. İnsan bu üç stilde de kendisini geliştirmelidir.

Bir kadın evde çocuklarını perişan etse, ama çok iyi bir iş kadını olsa, bu kişiye akıllı, bu davranışa akıllılık denebilir mi? Oysaki asıl önemli ve öncelikli olan, iyi çocuk yetiştirmektir. Bu iş, fabrika kurmaktan daha değerlidir. Bir kadın, çocuk yetiştirmeyi değil, bir şirkette sekreter olmayı önemsiyorsa, bu, doğru ve akıllıca bir hareket değildir. Ancak ikisini beraber yürütebiliyorsa, ideali gerçekleştirdiği söylenebilir. Bir kadın iyi bir iş kadını olmayı, güzel bir kariyer yapmayı hedefliyorsa, evliliği ikinci plâna atmak zorundadır. Evliliğini ikinci plâna attığında da, uzun vadede bu kararının sonuçlarıyla yüzleşmek zorundadır.

Batıda kadınlar, ya 35 yaşına kadar evlenmez ve evlendikten sonra da sadece bir çocukları olur ya da hiç evlenmezler ve tek başına yaşarlar. Bu durum çocuk üzerinde ciddî bir problem oluşturur. Çünkü onlar, ergenlik çağına girdikten sonra oluşan yeni bireysel kimlikleriyle bir karmaşa yaşayıp ebeveynlerine kafa tutarlar. Çocukların nankörlüğüyle karşılaşan ebeveynlerde ise, çocuk yapmaya karşı tepkiler oluşur. Bunun sonunda ailede çocukların yerini köpekler almaktadır. Kısacası, kadının önceliklerini değiştirmesi, akıllıca bir davranış değildir.

Çağımızda sevgi dağıtımı yanlış yapıldı. Kişi egosuna yönelerek narsisizm teşvik edildi. Meselâ çocuk doğduğu zaman primer narsisttir, sadece kendisini sever. Dünyanın odak noktasında olduğunu zanneder ki, bu, onun doğal narsisizmidir. Ama büyüdükçe anne babasını, oyuncaklarını ve yaşadığı toplumu da sevmeye başlar. Fakat insanlar, benmerkezciliği çok teşvik eden bir kültür propagandası altında olduklarından, narsisizmi diğer "şey"lere dağıtmayı başaramayıp, kendilerini sevmeyi sürdürdüler.

Meselâ şizofrenin dünyasıyla çocuğun dünyası birbirlerine çok benzer. Şizofrenide sekonder narsisizm oluşur; hasta otistik yaşama girer, dış dünyaya kapanır ve sadece ken-

dini sever. Ayna karşısında saatlerce kendini seyreder, kendisiyle olmaktan çok mutludur. Yeme içme ve barınma ihtiyacı karşılandıktan sonra şizofrenden daha mutlu insan yoktur. Bazı şizofreni hastalarını tedavi ettiğimiz zaman üzülür, "Ne güzel, farklı bir dünyada yaşıyordu; ama biz mutluluğunu elinden aldık, onu hayatın gerçekleriyle yüzleştirdik." diye düşünürüz. Bu duruma, "otistik düşünce" ya da "dereistik yaşam" tarzı denilir. Bu, gerçeklerden kopuk ve içe dönük bir yaşam şeklidir. Fakat insanlar şimdi şizofren olmadan narsist olmaktadırlar. Şizofreni, hayattan koptuğu için çevreye zarar vermez; ama narsist öyle değildir.

Meselâ Hitler, gelmiş geçmiş en büyük narsistlerdendir. Onun oldukça entelektüel, laik bir babası ve kendisini aşırı seven bir annesi vardı. Annesi, hem kocasına çok itaat eden, hem de "Dünyada en büyük sensin, senin eşin benzerin yok!" diyerek, çocuğuna kul köle olan biriydi. Kendini özel ve önemli hissettirilerek büyütülen Hitler, tam bir firavun gibi yetişmişti. O ilk olarak sanat dünyasına atıldı, fakat bencilliği sebebiyle dışlandı, başarısız oldu. Daha sonra benmerkezci özelliklerinin ve liderlik vasfının katkısıyla siyasete girdi, propagandayı çok iyi kullandı ve bu defa başarılı oldu. Narsist olduğu için sosyal Darwinizmden çok etkilendi. Alman ırkını özel ve üstün ırk olarak gördü. Meselâ Yahudi ve Fransızlara "mantarlaşmış ırk," Türk ve Japonlara "kültür taşıyıcıları" dedi. Darwin'den etkilendiği, bu düşüncelerinden de bellidir. Artık narsist bir birey ortaya çıkmıştır.

Birinci ve İkinci Dünya Savaşları, modernitenin iki acı meyvesidir. Bu savaşlarda, narsisizmin firavunluğu—bir nevi—teşviki vardır. İnsanları "yeryüzü tanrısı" olmaya yöneltmiştir. Hitler de Tanrı'ya inanmaz, kendini Tanrı görürdü. O Hıristiyanlığı sadece bir kültür olarak kabul etmiş ve kullanmıştır.

Gelin kaynana ve karı koca ilişkilerinde de aynı durum yaşandı, kadın bencilleşti. O bu bencilliğin sonunda, anne ya da kayınvalidesine "Çocuğuma bakmak zorundasın!"

diyebilmektedir. Mutlu bir aile olabilmek için öncelikle bu bencillik aşılmalı, erkek ile kadın "biz" diyebilmelidir.

Eve gelen temizlikçiye, komşu kızına, Ayşe ya da Fatma Hanıma çocuk baktırmak, çocuğa karşı onarılmaz bir haksızlıktır. Böylece annelik sorumluluğundan kaçılmış, bu görev yerine getirilmemiş olur.

Eğer anne çocuğunu bakması için kendisinden önceki nesle veriyorsa, oradan gelecek mesajlara da açık olmalıdır. Çocuk, kişiliğinin bazı özelliklerini elbette kendisine bakan kimselerden alacaktır.

Annelerin çocukların yaşadığı ilkleri görebilmesi, onların yanında olmalarıyla mümkündür. Meselâ çalışan anneler, çocuklarının ilk yürümesini göremezler. Çocuk yetiştirmek, anneye son derece mutluluk kazandıran bir hâdisedir. Sevgi, anneden çocuğa tek taraşı olarak gitmez. Anne çocuk ilişkisi, tarafların birbirini mutlu ettiği bir ilişkidir ve Yaratıcı tarafından kadınlara verilmiş özel bir duygudur. Tiyatro sanatçısı Haluk Bilginer, "Doğuran kadınları kıskanıyorum!" demektedir. Bu görüş, kadınlarla empati yapabilen bir bakış tarzıdır, doğru ve güzeldir.

Abartılı Sevgiyle Büyütülen Tehlikeli Çocuklar

Kendisine çok özel ve önemli olduğu hissettirilerek, ailenin tek erkek çocuğu gibi büyütülen biriyle evlenecek kadın, çok dikkatli olmalıdır. Şehzade gibi büyütülmüş bir erkekle özgürlüğüne düşkün bir kadın arasında yapılan evlilik kolay yürümez. Meselâ Prens Charles ile Prenses Diana'nın evliliği de, büyük bir ihtimalle bu yüzden bitmiştir. Diana kişiliksiz biri değil, özgür bir kadındı ve kendi olmak istiyordu. Diğeri ise prens olarak büyütülmüştü. Leydi Di, eğer o ailedeki her şeye "evet" deyip bütün kurallara uysaydı, kraliçe olarak devam ederdi. Çünkü kraliyet ailesi asırlardır böyle devam etmişti. Gelinler, ailedeki bütün kurallara uyup her şeye "evet" diyerek, sarayda kraliçe olarak yaşayıp gitmişler, yani var olan sisteme ayak uydurmuşlardı.

Diana ile Charles, 1990'larda peri masallarındaki gibi bir düğünle evlendiler ve o düğünden neredeyse kusursuz iki çocuk doğdu. Her şey yolunda gidiyor gibiydi, fakat evliliklerinin on birinci yılında boşandılar. Çünkü kadının özgürleşme talebi vardı. Bu isteği kraliyet ailesi anlayamadı ve geleneksel düşüncesini devam ettirdi. Fakat çağımızda kadın, özgür olmayı istemektedir. İki tarafın da temel kurallar içerisinde kendisi olabilmeyi başarması gerekirdi. Kraliyet ailesinin gelenekleri, modernizme uyum sağlayamamıştır. Bu aile, geleneklerini gözden geçirmelidir. Burada, kadının özgürleşme talebi göz önüne alınarak orta noktada buluşulmaydı.

Kadınların özgürlük talebi çok iyi değerlendirilmeli, aile odaklı ve aile özgürlüğü şeklinde olmalıdır. Burada ailenin babaannenin (ana kraliçenin) emrinde oluşu, Prens Charles'ın kişilikli davranamayışı ve büyük ihtimalle anne ve babasına karşı "hayır" diyemeyişinin büyük rolü vardır. Prensin kişiliğinin çok silik olduğu da açıkça görülmektedir. O, karısını sahiplenememiş, çünkü öyle yetiştirilmişti. Aile de dominant bir anne vardır, kraliçe baskındır; hatta ortada kral bile görülmez. Ana kraliçe İngiltere'nin kraliçesidir, ama hiç olmaması gerektiği hâlde, evde ve özel hayatlarında da onlara kraliçelik yapmıştır. Annesiz büyüyen iki çocuğun ruh sağlığı açısından da durum travmatiktir; bu gelişme onların geleceklerini de mutlaka etkileyecektir.

Meselâ Kraliçe Elizabeth'in kocası, silik kalmayı başararak mutlu olabilmiştir. Fakat Prenses Diana, bu rolü kabullenememiş, bunun için de dünya kadınlarından çok ilgi görmüştür. Bu durum pek çok dinamiğin gözden geçirilmesi açısından önemlidir. Eğer Prenses Di, diplomatik düşünseydi, Prens Charles'ın her şeyine "evet" diyerek onu avucunun içine alır, sonuçta ona istediği her şeyi yaptırabilirdi. Ama Prenses Diana, bunu yapmadı, özgür davrandı. Özel yetiştirilen erkeklerle "Ben özgür ve bağımsız olacağım." diyen kadınlar evlenmemeli, damat arayanlar da kızlarını, bu şekilde yetişen erkeklerle evlendirmemelidir. Böyle kimseyle evlenecek kızın, kendi kişiliğini ikinci plâna itip, yeni bir kişiliğe bürünmesi ve bu yeni rolü benimsemesi gerekir.

Bu tip ailelerde ancak, köle olmayı kabul edecek kişiler mutlu olabilir. Genç kız, "Ben aileye girdiğimde onu değiştirebilirim." diye düşünmemelidir; çünkü değiştiremeyebilir. Büyük ihtimalle Prenses Diana da Prens Charles'ı "değiştiririm" diye düşünmüştür.

Çok övgüyle yetiştirilen kız çocuklarında da aynı problemler görülür. Pamuk üzerinde yetiştirilen, yani çok şımartılarak büyütülen kızlarla evlenmek de zordur. Hatta buna örnek teşkil eden şöyle bir hikâye vardır:

Birbirine çok benzeyen iki kızdan hangisinin prenses olduğunu anlamak için, üst üste yataklar konur ve yatakların en altına da birer fasulye yerleştirilir. Gerçek prenses, o fasulyeden rahatsız olur ve uyuyamaz. Diğeri ise horul horul uyuduğu için prensesliği kaybeder.

Özel yetiştirilen biriyle evlenen erkek, kendisini yumurta kabukları arasında dolaşıyor gibi kabul etmelidir; ne yapsa, eşi incinecektir. Eğer erkek, bu narin kadını neşelendirmek gibi bir sorumluluk hissederse, yine "mahvoldu" demektir. Böyle bir kadınla evlenen erkek, kendi kişiliğini yok saymak zorundadır. Erkeğin bu durumda Prens Charles'ın babası gibi davranması gerekir. Kraliçelik ev hayatında da sürecek, erkek anaerkil bir ailede yaşamayı kabul edecektir. Çiftlerin anlaşabilmesi, tarafların "Ben bu şekilde yetiştim, ama ikimiz de ayrı bireyleriz. Bir adım ben, bir adım o atıp, ortada buluşacağız." diye düşünüp mutabakat yapmalarıyla mümkündür ki, ego esnekliğini gerektirir. Bunlar düşünce katılığı ve inatçılık olmadan yapılacak şeylerdir. Çiftler birbirlerini seviyor ve aynı zamanda iyi niyetli iseler, yaşanabilecek sorunlar karşısında güç mücadelesinden çözüm üretimine veya bağlılık dönemine geçilebilir. Eğer akıllı davranırlarsa yürüyen, aksi hâlde kopan bir evlilik oluşur. Kişiler arasında güç mücadelesi yaşanırken, sevgi ve içtenlik varsa, çözüm üretilebilir. Bunun şartı, tarafların bencillikten uzaklaşıp empati yapabilmeleridir. Empati yapamayan kimseyle bir arada yaşamak, insanın kişiliğinden sürekli ödün vermesi demektir.

Meselâ bencil bir erkekle evlenen kadın, evliliğinin ilk yıllarında daima ödün verir; zaten böyle yapmasa geçinemez. Eşine evde âdeta bir taht kurar. Fakat özellikle çocuklar büyüdükten ve evden ayrılmaya başladıktan sonra, bu yükü taşıyamaz, artık kocasının her şeyi kadına "batmaya" başlar. Çünkü erkek, su isteyeceği zaman bile eşinin bunu yüzünden anlamasını ister. Kadının bunu anlaması güzel şeydir, ama erkek de kadının isteklerini anlayabilmelidir. Fakat erkek, eşinin yüzüne bakmadığı için onun ruh hâlinin çoğu zaman farkında olmaz.

Dışarıda ezilen bir erkek, eve geldiğinde krallığını ilân eder, kendini kral gibi hisseder ve egosunu bu şekilde tatmin eder. Kadın ise ancak çocuklarıyla huzur bulur. Duygularını senelerce bastıran bir kadın, sonunda ya hasta olur ya da psikiyatri kliniklerine başvurur. Çünkü kocası ancak hasta olduğu zaman kendisiyle ilgilenmektedir. Çoğu zaman "Neden kadınlar bu kadar çok hasta oluyor?" diye sorulur; ama aslında bu, bir iletişim sorunudur. Erkeklerin eşlerini hasta olduğu zaman fark edişi ve diğer zamanlarda yeterli alâkayı göstermeyişiyle ilgilidir. Kadın, sadece hasta olduğu zaman ona değer verildiğini hissettiği için, kendinde küçük bir hastalık gördüğünde, bilinç altında ona sevinir. Doktor çok dikkatli olmalı, psikosomatik bir hastalıkla kendisine gelen kadının ruh hâlini anlamalıdır. Yoksa ona "Senin hiçbir şeyin yok." denirse, erkek büyük bir koz yakalayacak, ve kadına "Bak zaten senin bir şeyin yokmuş." diyerek, onu iyice ilgisizliğe terk edebilecektir. Hekim, "Senin şöyle bir rahatsızlığın var, çok acı çekiyorsun; ama bunun çözümü hastalıkta değil. Eşinin ilgilenmesini sağlaman lâzım." diyerek onu yönlendirmelidir. Kadının ruh sağlığı bozulduğunda ya da hastalandığında, o güne kadar sürekli verici olduğu için, çocuklar anneye sahip çıkarlar; anne de çocukların bu ilgisiyle kendisini tatmin eder, kocasından alamadığı sevgiyi çocuğundan almaya çalışır. Ama çocuk ergenlik dönemine girdiğinde, annenin bu sevgisi onu rahatsız etmeye başlar. Aslında anneler, bazen egolarını tatmin etmek, kendilerini rahatlatmak için çocuklarını severler. Bunun altında

yatan sebep, erkeğin kadını anlamayışıdır; ancak fatura çocuğa kesilir, anne çocuk ilişkisi bozulur.

Anneler Disiplini Nasıl Sağlamalı?

Tanıdığım bir genç, 19 yaşına gelmesine rağmen, çocukluğunda kendisini banyoya hapseden bakıcısının, yıllar önce üzerinde bıraktığı etkinin ruhsal bozukluğunu yaşıyordu. Üvey anneler böyle şeyleri çok yaparlar. Fakat öz anne çocuğuna kızsa bile, severek kızar. Böyle olduğu için de, o kızma çocukta yaralayıcı olmaz, onu etkilemez. Çocuk severek dövüldüğü için ruhu ezilmez. Ama bakıcı veya üvey anne çocuğu dövdüğü zaman, ruhunu da dövmüş olur.

Anadolu kadınlarının bir elleri hep havadadır. Çocuk en küçük bir şey yaptığı zaman, dayak yediği için artık annesini umursamaz. Kendisini dövülüyor gibi algılamaz, anne dayağını annesinin bir özelliği gibi düşünür. Toplumumuzda çocuğun annenin tehditlerini umursamayışı, onun bu kişiliğiyle ilgilidir. Böyle olunca, anne çocuk üzerinde disiplin kuramaz, kural koymakta güçlük çeker. Baba ise disiplin uyguladığı için korkulan kişidir. Bu defa çocuklar, anne yanında farklı, baba yanında farklı, okulda ise daha farklı davranırlar.

Evde disiplin kurulmasında en önemli özellik, kurallarının iyi bilinmesidir. Ailede ilk kural koyucu, anne olmalıdır. Hâlbuki bizim geleneklerimizde annelik kuralsızlık gibi anlaşılır, kişileri kurallı sevgilerin mutlu edeceği düşünülmez. Aslında el kaldırmaya gerek olmaksızın, annenin üzülmesi veya yüzünün asıldığını görmesi, çocuk için büyük bir ceza olmalıdır. Her şeye bağırıp çağıran, bıkkınlığını ifade eden, fakat beş dakika sonra da öpüp okşayan anneler vardır. Böyle davranılırsa, çocuk neyin iyi neyin kötü ve neyin doğru neyin yanlış olduğunu, nerede durması gerektiğini öğrenemez.

Bazı anneler de sabah farklı, akşam farklı davranır. Çocuk, bir gün "Makarna güzel." derken, ertesi gün makarnadan nefret ettiğini söyleyen bir anneden farklı mesajlar aldığı için anneyi yok kabul etmeye başlar, sadece kendi içgü-

dülerine göre davranır. Hoşlandığı şeyleri yapar, istemediklerini yapmaz. Bu da çocuğu bencilliğe ve sorumsuzluğa iter. Hâlbuki sevgi, disiplinli ve kurallı bir ortam içinde verilmelidir. Çocuk, annenin kızıp bağırmasına gerek kalmadan, onun üzüldüğünü gördüğünde, yanlış hareketini düzeltmelidir. Çocuğa el kaldırmadan, ona vermek istediği mesajı sadece üzüntüsüyle iletebilen anne, doğru annelik yapmaktadır. Baba için de aynı şey geçerlidir.

Aile içinde en çok rastlanan şey, annenin yüz göz olup disiplin kuramadığı ortamlarda, çocuğu eşine şikâyet etmesidir. Bunun sonucunda, baba çoğu zaman fiziksel şiddet uygular ve çocuk siner. Burada baba, sopa gibi kullanılarak çocuk nazarında korku imajı oluşturulmuştur. Anne bu davranışıyla çocuğa bir zarar daha vermiş olur. Disiplin kuramayışı ve evi kurallı bir ortam hâline getiremeyişi sonunda, babayı öcü gibi göstererek baba ile çocuk arasında korku üzerine kurulu bir iletişim meydana getirmiştir. Bunların hepsi, aile içi sağlıksız iletişim problemleridir. Yanlış disiplin uygulamaya çalışan insanlar, bu davranışlarının yanlış bir tavır olduğunu düşünmeyebilir ve kendilerini, "Babamdan böyle gördüm, hiçbir yanlışlığına da şahit olmadım." diyerek savunurlar. Fakat insanlık değişmekte ve gelişmektedir.

Anne ve babamızın değerini bilerek, fakat onların bildiklerine bir şeyler ilâve edip yanlışlarını düzelterek, kendimiz olmaya çalışmalıyız. İnsanın önemli özelliklerinden biri de kendini geliştirebilmesidir.

XIII. DİN

Biyolojiden İnanca Kadın

İnsanı diğer canlılardan ayıran en önemli özellik, zaman kavramı, yeniliği arama davranışı, anlamlılık ve var oluşunu fark etmesine yarayan metakognisyon genlerinin mevcudiyetidir. Bu genetik program, insanın diğer canlılardan farklı bir sorumluluk duyduğunu gösterirken aynı zamanda kişinin kendini bir bütünün parçası olarak algılamasını sağlar. Böylece insan yalnız olmadığını, yaşamın tesadüfi olamayacağını, her şeyin kontrolsüzlükten uzak, belli bir düzen içerisinde işlediğine inanır. Bu duygu da kişiyi güçlü ve mutlu kılar.

Eric Fromm "İnsanın ontolojik yapısından ve içtimai bir varlık olmasından kaynaklanan din ihtiyacı, gelişmişlik düzeyine bağlı olarak artar. Kişinin kendini inşa etmesinde din önemli bir araçtır." der.

"İnanma" ihtiyacıyla ilgili genetik programın varlığı, son yıllarda yapılan genom çalışmalarının da katkısıyla doğrulanmıştır. Amerikalı genetikçi Dr. Dean Hames, "Tanrı'ya inanç" geninden söz etmektedir. 2004 yılında Time dergisinde yer alan bir habere göre, 1001 ikiz kardeş üzerinde yapılan bir çalışma neticesinde, VMAT-2 adlı genin, insanın kendini ve evreni fark edebilme kabiliyetiyle ilgili olduğu görülmüştür. Ayrıca beynimizin biyokimyasal şifresi olan "cytonsine" isimli nükleik asit geninin moleküler yapısı hâlâ incelenmektedir.

Günümüzde din ve bilim, kendi alanlarına saygı gösterme yönünde ilerlemektedirler. Bilim evrenin nasıl yaratıldığıyla ilgilenirken, din evrenin neden yaratıldığıyla alâkadardır. Dünyanın ve insanlığının daha yaşanabilir olması için ikisinin beraberliğine ve birbirini tamamlamasına şiddetle ihtiyaç vardır. Ayrıca bilimin elde ettiği gücün doğru kullanımı için, doğru insanlara yönelmek şartı doğmuştur.

Bilhassa din alanındaki yeniden yapılanmaya—semavî mesajın özünü korumak kaydıyla—kadınların herkesten fazla ihtiyacı vardır. Kadınlarda doğuştan var olan duygusal yoğunluk, onların inanma ihtiyacını artırmaktadır. Özellikle (sevginin şartsız şekli olan) şefkatin kadınların üstün özelliği olması, dinlerdeki benzer hislerle örtüşmesi ilginçtir.

Acıma duygusu arttığında saldırganlık azalır. Saldırganlık daha çok erkeklere özgüdür. Acıma duygusu ise kadınların üstün yönlerinden birisidir. Yine eş uyum [empati] duygusunun kadınlarda erkeklerden daha doğal şekilde var olması, kadınları dine daha yakın kılar.

Kadınlarda bulunan diğer bir özellik de, iletişimde paylaşma ihtiyacı ve yardım etmeyi teşviktir. Erkekler iletişimde bilgi alış verişini önemli sayarken, kadınlar paylaşımı ve yalnızlığı gidermeyi önemserler. Kadınların bu özelliği, yardım etme eğilimi şeklinde ortaya çıkar. Bu sebeple dinlerdeki yardımlaşma ve paylaşım [infak] kavramı, kadınların psikolojik doğasıyla örtüşmektedir.

İslâm dini, siyasî meseleleri insana bırakmıştır. Tevhit, peygamberlik, ölümden sonraki yaşam ve adalet gibi kavramlar, Kur'an'ın temel konseptini oluşturur. Bu sebeple de "Sen çalış ben yiyeyim; başkası açlıktan ölse de bana ne!" gibi, bencilliği ve tembelliği yasaklayan uyarıları dikkat çekicidir. Bu çerçevede siyasî tartışma alanında kadınlar argüman olarak kullanılmaktadır. Bazıları kadını ikinci sınıf varlık gibi görürken, bazıları da cinselliği kadın politikası diye savunmaktadırlar. Bu duruma çözüm bulacak kişilerse yine kadınlardır. Kadınların "hüzünlü prenses" olmayı bırakıp "bilge kadın" olmaya ihtiyaçları vardır. Okumak, dü-

şünmek, fikirleriyle var olmak, günümüzün kadınlarının temel görevi olmalıdır.

Dinin Psikolojik Faydaları

Modernistler, dinin insanlık hayatındaki etkisini yitirdiğini, laikleştikçe insanlığın dine ihtiyacı kalmadığını ileri sürerler. Fakat postmodernizm, dinin insan davranışlarının belirlenmesinde merkezî bir rol oynadığını göstermiş, din öğretilerinin en ateist insanın davranışlarında bile belirleyici rolü olduğu görülmüştür. Meselâ yalan söylememek, verilen sözü tutmak gibi öğretiler, kültürel olarak intikal eden dinî miraslardır. "İnsanî değerler" denilen birçok şey, din kaynaklıdır ve asırlardır insanlığa öğretilmeye çalışılmaktadır. Antik Yunan'daki pagan kültürde, insanların birbirini ezdiğini ve yalan söylendiğini görüyoruz. Meselâ Antik Yunan Isparta'sında, "Yakalanmadığın sürece hırsızlık yapabilirsin!" denilmiştir.

İnsanın içindeki kötü güçler, yalanı, bencilliği, çıkarcılığı ve zayıfı ezmeyi ister. "Bu güçlerle mücadele etmek için iyi özelliklerinizi harekete geçirin." telkinini asırlardan bu yana dinler vermiştir. Hıristiyanlık, Roma'nın zulmüne karşı, Hz. İsa'nın kısa yaşamasına ve çok az kişiye ulaşabilmesine rağmen çok hızlı yayıldı ve tutuldu. Roma kültürünün insanları aslanlara parçalatması ve derilerini kemik taraklarla yüzdürmesine rağmen onlar Hıristiyanlaşmayı başardılar. Bu dinin "İyilik yap, yardımsever ol." öğretilerini insanlar kabul ettiler. Hz. İsa kısa bir süre yaşadığı ve Hıristiyanlığa sonradan sapkın fikirler girdiği için, bu din "kilisenin diktatörlüğü" hâline dönüştü ve kilise adına kadına pek çok baskı yapıldı. Avrupa'daki kadın hakları hareketleri, bunun üzerine başlamıştır. Bu hareketin Hıristiyan coğrafyada başlamasının sebepleri sorgulandığında, kadınların orada daha fazla ezildikleri görülür. "Kadın insan mıdır, değil midir?" tartışmalarının yaşandığı Hıristiyan Avrupa'da, kadın daha çok ezildiği için daha fazla hak talebinde bulunmuştur.

Doğu kültüründe ise, kadının önemli haklara sahip olduğu göze çarpar. Kadın insanlık tarihinde, ilim öğrenme

ve miras haklarına ilk defa İslâm diniyle kavuştu. Katoliklerde kadınların vaiz olmaları yasaklanmışken, Hz. Ayşe vaazlar verdi, konferanslarda konuştu. Bu haklar kadını özgür kıldı. Fakat kadınların Asr-ı Saadet'le elde ettikleri kazanımlar, Mezopotamya kültürünün etkisiyle gittikçe geriledi. Çağımızda kadın hakları, İslâm'ın kaynağındaki saflığa dönme yolundadır.

Din, insanın psikolojik ihtiyaçlarına, daha doğrusu ruhaniyat eğilimine cevap verir. Ateist olmak, insanı mutlu etmez. Bu durumdaki insan, özgür gibi görünse de, karşılaştığı temel soru ve sorunları çözemez. Meselâ "Ben kimim, hayatın anlamı ve evrenin amacı nedir? Evrendeki düzen kim tarafından kuruldu? Ölümden sonra yaşam var mı? İyilik nedir?..." gibi soruların cevapları, din merkezlidir. Bu temel soruların cevabı verilmedikçe, din merkezli yaşantı dışlanamaz.

Kişiler birçok davranışı, dinden aldığı değerlerle belirler. Meselâ insanın iyi kötü ya da değerli değersiz olmasıyla ilgili ilkeler, dinden alınmıştır. Bu sebeple dinin, insanın günlük yaşamında merkezî bir rol üstlendiği kolayca söylenebilir. Özetle, dini insan psikolojisinden soyutlamak gerçekçi değildir. Empati yapmak, dürüst olmak, yalan söylememek, koruyucu ruh sağlığının bütün özellikleri, insana dinin kazandırdığı ahlâkî erdemlerdir. Ölüm, acı, ihanet, kaza gibi hayatta yaşanan zor durumlarda insanı ancak din ve inanç merkezli çözümler rahatlatabilir. Hayatında dine hiç yer vermeyen kişiler bile, kendisini güçsüz ve yetersiz hissettiklerinde, kiliseye ya da namaza sığınır. Meselâ 99'daki deprem felâketinde insanların bilinç altındaki "dine yönelme" eğilimi yeniden canlanmıştır.

İnsanda hayatı ve hatta her şeyi kontrol eğilimi vardır. Bu eğilim, insanda var olan irade yeteneğiyle ilgilidir ve başka hiçbir canlıda bulunmaz. Onda, kendi dışındaki şeyleri kontrol isteği yoktur. Her canlı, kendisine kaydedilen genlerinin gereklerini yapar. Fakat eşini, tabiatını, organlarını kontrol etme ve anlama duygusu sadece insanda vardır. Kişi bu duygusunu kaybettiği anda, devreye din duygusu girer. İnsandaki kontrol eğilimiyle din duygusu birbirlerine yakın duygulardır. İnsan, kontrol duygusu zayıfladığında

din, yani "aşkın" merkezli bir çözüm üretemezse kendisini âciz ve güçsüz hissettiği için ruhsal bakımdan yaralanır. Kontrolü kaybetmemesi için, "Ben şu anda çaresiz ve âcizim! Fakat her şeyi bilen ve her şeye gücü yeten bir Güç var. Bu doğaüstü güç, bana yardım edecektir." tarzında düşünmelidir. Bu, onu rahatlatacaktır.

Sığınma duygusu çocukta da vardır. Çocuk, bir şeyden korktuğu zaman annesine sığınır. Hatta annesinden korksa bile yine ona sığınır. Kontrol duygusuyla ilgili olan bu duygu, çocuğu mutlu eder. İnsan da, "Beni koruyacak bir güç var." dediği zaman, ruhunda bir güven duygusu oluşur. Kişinin kendisine güven duyabilmesi için, kontrol duygusu belirsizleşmemelidir ki, bu da Yaratıcıya olan inançla ilgilidir. Bu inanç, kontrol duygusunu desteklemelidir. Bu sebeple dinî değerler insana güç verir.

Stresle ilgili araştırmalarda, inancı sağlam kişilerin buna daha dayanıklı oldukları ortaya çıktı. Meselâ kalp veya kanser gibi ölümcül bir hastalığa yakalanmış bir hasta, Yaratıcıya çok inanan ve çok dua eden biriyse daha huzurlu ve daha güçlüdür. Böyle biri kendisini teselli edebildiği için, gerek sinir sistemi gerekse vücudundaki savunma potansiyeli daha iyi çalışır. Yaratıcıya inancı sağlam olan hastalar, hekimin işini de kolaylaştırırlar. Bu sebeple Batı ülkelerindeki hastahanelerde din adamı bulunması teşvik edilmektedir. Hastahane koridorlarında sadece hastaların moral bulması amacıyla din adamları dolaşır. Bu konudaki araştırmalar, inanan insanlardaki tedavi başarısının daha yüksek olduğunu göstermektedir. Din duygusu, insanın psikolojik doğasında var olan bir duygudur.

Dinler Kadını Nerede Görürler?

Çağımızdaki Tevrat ve İncil nüshalarına bakıldığında, onların kadına değer vermediği, hatta onu aşağıladığı görülür. Çağımıza yüzyıllar öncesinden intikal eden, insanlığın sadece güce önem verdiği ve savaşların insan gücüyle yaşandığı dönemlerden gelen bu kitapların, zaman içinde tahrif edilip bozuldukları söylenebilir. Ayrıca insanlığın gelişme süreci içinde yaşanan kültürel eğilimler de, büyük ihti-

malle o kitapların bu hâle dönüşmesine sebep olmuştur. Fakat kadına, "ahir zaman dini" denilen İslâmiyette 23 senede, insanlık tarihinde binlerce senede elde ettiği hakların çok daha fazlası verilmiştir. Tevrat'ta erkeğin, kadın olmadığı için yaptığı şükür duası, Hıristiyanlıkta da vardır. Hatta onlar, Hz. Âdem'i yoldan çıkardığını düşündükleri için Hz. Havva'yı kötülük sembolü olarak görür, bütün kadınları, "erkekleri yoldan çıkaran kötü varlıklar" olarak telâkki ederler. Bu görüşleri desteklemeyen tek din, İslâmiyettir. Bu konuda İslâm dininin insanlığın gelişimine uygun mesajlar verdiği görülür. Hıristiyanlıkta görülen, "Havva kötülükleri temsil ediyor, erkekleri baştan çıkarıyor!" şeklindeki yaklaşım, kadınların ezilmesine sebep olmuştur. Bunun yanında, ayet geleceği endişesiyle kadınlara iyi davranan İslâmiyet mensupları vardır (Hz. Ömer'in oğlunun söylediği gibi). Kadınlara kötü davranılmaması ve haksızlık edilmemesi hususunda Hz. Muhammed'in ciddî mesajları vardır. Hz. Ayşe'ye,—1400 yıl öncesinin—ilâhiyat profesörlüğü görevi verilmiştir. İslâm dini, kadına, insanlık tarihinde o asra kadar kimsenin aklına gelmeyen haklar getirmiştir. Kadın para ve mülk sahibi olur, vergi verir, söz hakkı kullanır. Bunlar, kadına verilen son derece ciddî haklardır.

"İslâm dini, kadını eziyor, ona kötü davranıyor!" şeklindeki eleştiriler, yanlış ve bu dine yapılacak en büyük haksızlıktır. Hıristiyanlık ve Musevîlikte ataerkil dinî inancın büyük etkileri görülür. Bu inançlar, erkek egemenliği teşvik etmiştir. Aynı teşvike Şamanizmde de rastlanır. Meselâ erkek çocuk doğduğunda içine konulan çadırla kız çocuğununki aynı değildir. Çinlilerde de, Japonlarda da durum böyledir. Kadın bütün gün çalışıp akşam erkeğine hizmet ettiği hâlde hiçbir sosyal kimliği yoktur. Japonya'da kadına sadece geyşalık rolü biçilmiştir; ona hâlâ, erkeklere yemek pişirme ve ev işi dersleri verilir. Bunların hepsi, dinle ilgisi olmayan ataerkil inançların asırlardır getirdiği birikimlerdir. Bu ülkeler, çağa uymayan bu yanlışları düzeltmek için farklı yöntemler geliştirmeye çalışmaktadır.

İslâm dininin kadına verdiği olağanüstü haklar, ataerkil kültürün etkisiyle sonradan etkisini kaybeder. Çağımızda,

aslına uygun bir biçimde, tekrar güçlenme durumundadır. İnsanlar kadın ya da erkek oldukları için dışlanmamalı, yaptıkları işlere, icraat ve düşüncelerine göre değerlendirilmelidir.

Modernizm, kadını "özgürleştirme" adı altında ticari bir unsur olarak görmüş, onun cinsel özelliklerini ticarette kullanmayı tercih etmiştir. Kadının cinsel obje ve reklam unsuru olarak kullanılması, ataerkil kültürün modern hâle gelmesinin bir başka görüntüsüdür. Düşünen değil, cinsel çekiciliği olan kadın ön plâna çıkarılmış, erkekler kadınları överek daha çok kadınla birlikte olmayı amaçlamıştır. Bu davranışlar, erkek egemen kültürün şekil değiştirmiş ifadesidir. Kadın haklarını savunanlar, düşünen ve kişiliğiyle ön plâna çıkan kadına dikkat çekmeli, ama bu hareketleri "erkek kimliğine tavır koyma" şeklinde olmamalıdır.

Çağımızda bu konuda birçok çarpık ve marjinal olay yaşanmaktadır. Fakat bu durum, sarkacın salınması gibidir. Sarkaç bir süre sağa ve sola hareket ettikten sonra ortada kararlanır. İnsanlığın gelişim süreci içerisinde, kadın haklarında birçok uç dönem yaşanmış olsa da, çağımızda daha gerçekçi bir noktaya gelindiği söylenebilir.

Kadınların Dine Yatkınlığı

Kadınların erkeğe göre güçsüzlüğü, fiziksel olarak kendilerini zayıf hissetmeleri ve olaylar karşısında korkuya dirençlerinin az olması, kontrol duygularını çabuk zayıflatır. "Karşılıksız sevgi" olarak bilinen şefkat duygusu, kadınlarda dinin önerdiği merhamet duygusuyla örtüştüğü için kadınların psikolojik doğası dindarlığa daha yatkındır. Zorluklarla mücadelede direnme güçlerinin az oluşu, onların kendilerini kolayca kontrolsüz ve güçsüz hissetmelerine sebep olur. Bunun için kadında "aşkın" bir güce, bir otoriteye sığınma duygusu oluşur. Bu duygu sebebiyle, kadınların dindarlaşma eğilimleri fazladır. Özellikle yaşlı kadınların inançları daha saf ve temizdir.

Din duygusunun psikolojik ihtiyacını daha çok hissettikleri için, kadınların daha dindar oldukları söylenebilir. Ça-

resiz kaldıklarında bir otoriteye sığınma ihtiyacı onları mutlu ettiğinden, dinî konular kadınlar için daha çekicidir. Fakat erkeklerin egolarına fazla güvenme, sınırsız ve sorumsuz davranma eğilimleri, onları hesap verme ve kontrol edilme açısından rahatsız ve huzursuz etmektedir.

Bu asırda, inanç konusunda kadınların fikrini değiştiren şey, moderniteyle beraber aydınların dine soğuk bakmaları oldu. Din, toplumu uyuşturan bir afyon olarak sunuldu. Hâlbuki insanın ahlâkî bütünlüğünü koruması ve olaylar karşısında teselli bulmasında dinin rolü büyüktü. Zulüm ya da haksızlığa karşı durabilmede kişiye inancı güç vermekte, inançsız insanlar haksızlığa daha çabuk teslim olmaktaydı. Modernite, bu düşüncelere inandırıcı bir cevap veremedi. Bu görüş, "dinin eğitimsiz, zekâsı düşük, batıl inançları olan insanlar arasında yayılabileceği" düşüncesini savundu. "İnsan, zekâ seviyesi yüksek ve öz güven sahibi ise ve batıl inançları da yoksa dindar olması yanlıştır!" tarzında bir eğilim oluştu.

Postmodernizm ise, bir insanın hem güçlü hem zeki hem de dindar olabileceğini, ahlâkın bütünlüğünü korumak için dinin önemli olduğunu ve insanın doğaya hiçbir zaman hâkim olamadığını ve olamayacağını söylemektedir. Gerçekten insanlar değil doğaya, midesine, tansiyonuna ve bağırsaklarına dahi hâkim değildir. Hasta olup tek mikroba yenik düşmekte, sindirme esnasında sadece çiğneme fonksiyonuna sahip bulunmaktadır. Kalp, karaciğer ve benzeri organları kendi kontrolünde olmadığına göre, doğaya da hâkim değildir.

Bu noktada, kendini göstermeyen bir dış gücün varlığına inanma, insana teselli verir. "Kontrol bende değil, ama evren kontrolsüz ve başıboş da değil." düşüncesi, kişiyi güçlendirir. İnsanın sorumluluk altına girmesi, hesap verme zorunluluğunu da beraberinde getirmiştir. Fakat "Evrenin Yaratıcısı, benden bir şeyler istiyor olabilir." fikri ve hesap verme duygusu insanın hoşuna gitmemiş, bu eğilim özgürleşme sürecindeki insanın,—bir nevi—firavunlaşmasına sebep olmuştur. Ancak insanın evreni yaratan bir "dış güç"

olduğunu bilerek bu güce karşı hesap verebileceğini düşünmesi, gizli kötülük yapmasını engeller. Bu duygu, insanın vicdanlı ve insaflı davranması, güçlü olanın haksızlık yapmaması için gereklidir. Yaratıcıya inanmanın insana verdiği en büyük kazanç budur. Kişideki utanma duygusu da, kişinin toplumda açıkça kötülük yapmasına mani olur.

Evrenin sırlarını sadece beş duyumuz ya da salt zekâmızla anlayamayız. Bunun için, insan ruhunu zenginleştiren inanç da gerekir. Aksi hâlde insan ruhu sadece yiyen, içen, barınan ve cinselliği yaşayan bir varlık olurdu.

İslâm'da Çok Eşlilik

İnsanlık tarihi hep güç merkezli olmuş, asırlardır güçlü olanın zayıfı ezdiği görülmüştür. Meselâ Mısır ve Roma gibi medeniyetler hep güçle yönetilmiştir. Kur'an ise, adalet merkezli bir kitaptır. "Adalet" paradigmasını çok vurgular. Güç merkezli yönetimlerin, eğer adil değillerse, zulüm ettiklerini ve haksızlık yaptıklarını söyler.

Güç merkezli kültür, erkek egemen kültürdür. Burada erkeğin kadına haksızlığı söz konusudur. Hz. Muhammed, Veda Hutbesinde, kadının istismarını engellemek amacıyla, "kadınların erkekler, erkeklerin de kadınlar üzerinde hakları olduğunu" belirtir. Daha önceki kültürel mesajlar, erkeklerin kadınlar üzerinde hakları olduğu, ama kadınların erkeklerle ilgili hiçbir hakları olmadığı yönündeydi. Toplumda, "Kadın çocukken babasına, evlendiği zaman kocasına itaat etmelidir." eğilimi varken, İslâmiyet kadın haklarından bahseder. Burada, Kur'an'ın kadına bakışındaki adalet vurgusu görünür. Yine Kur'an'da, "İyilik yapana iyilik yapın, kötülük yapana haksızlık yapmayın." kavramı vardır. Orada insana, kadın olduğu için farklı davranılmaması gerektiği anlatılır.

Kur'an, kız çocuklarının diri diri gömüldüğü, kadınların hiçbir değerinin bulunmadığı ve erkeklerin sınırsız evlilik yapabildiği dönemde bunu dörde indirir, ama ideal olanın tek evlilik olduğunu söyler. Bu durum, Hz. Peygamber'in özel hayatında da görülür. Yirmi beş yaşındayken, kendi-

sinden 15 yaş büyük birisiyle 15 yıl evli kalır. Kırk yaşından sonra ise, daha çok, dini öğretmek ihtiyacıyla birden fazla evlilik yapar, dinin yarısını kadınların öğreteceğini söyler ve "Kur'an, güzel ahlâktan ibarettir." der. O, cinsellik peşinde koşan bir insan değildir.

Erkeklerde biyolojik olarak saldırganlık ve vericilik, kadınlarda ise çekicilik ve alıcılık eğilimi vardır. Bu durumda güçlü olan, zayıfı ezebilir. Hem kadının, hem de erkeğin menfaatine uygun bir mantıkla düşünüldüğünde, kadın, erkeğin saldırganlığından korunmalıdır. Kur'an, kadınların erkekler tarafından korunmasını emretmez. Yani "Erkek, kadını örtsün." demez. Onun kendi tarafından korunmasını ister. Örtünme, kadına verilen bir sorumluluktur. Bunun sonucunda kadın, kendini rahatsız eden erkeklerin göz hapsinden kurtulur. İş hayatındaki bir kadının, bedeniyle ilgilenen erkeklerle bir arada olması, onun fonksiyonlarını azaltacaktır.

Kız ve erkek öğrencilerin bir arada olduğu okullarda kız öğrencilerin kendilerini ifade edemedikleri, psikolojik baskı altında oldukları, fakat kız ve erkeklerin ayrı okudukları okullarda kızların daha başarılı oldukları öne sürülmektedir. Araştırmalar, birçok başarılı kadının Kandilli ve Çamlıca Kız Liseleriyle Amerikan Kız Kolejinden mezun olduklarını, onların bu ve benzeri okullarda daha özgür yetiştiklerini göstermektedir. Şu anda Almanya'da bu konuyla ilgili ciddî çalışmalar yapılmaktadır. Bunlar, tartışılması gereken paradigmalardır.

Bu konuda sosyolojik ve psikolojik analizler yapılıp, kadının kendisini özgür ve mutlu hissettiği şekilde yaşaması sağlanmalıdır. Erkek egemen bir düşünceyle kadın adına "Bu doğrudur." tarzında teoriler geliştirip farklı cinsleri bir arada bulundurmanın, kadının menfaatine olduğu söylenemez. Uygulamalar, kadının istekleri yönünde geliştirilmelidir. Meselâ bin öğrencinin eğitim gördüğü bir okulda, kız ve erkek öğrenciler arasında anketler düzenlenmelidir. İnsanların başarı yüzdelerini artırmaları, bulundukları ortamda kendilerini daha rahat ve güvende hissetmeleriyle

mümkündür. Kişiler, psikolojik doğaları ve biyolojik eğilimlerine uygun hareket ettikleri takdirde mutlu olurlar.

Yüce Kitabımız, kadınlara, onların lehine olan şeyleri tavsiye eder. Meselâ kadının ziynetini kapatması, onu erkeklerin göz hapsinden korumak ve gerçek özgürlüğe kavuşturmak için konulmuş bir kuraldır. Fakat diğer taraftan kadın, teşhir ve beğenilme duygusuyla bu durumdan hoşlanır. Erkeklerde kadına bakma arzu ve isteği, kadında ise erkekleri ayartma ve çekici olma eğilimi vardır. Bu yüzden kadın, vaktinin çoğunu ayna karşısında geçirme duygusundadır.

Kadınlar arasında güzellikle ilgili bir araştırma yapılsa, ancak %10'u bütün erkekler tarafından güzel kabul edilir. Erkekler tarafından beğenilmek ve şımartılmak bu güzel ve çekici kadınların çok hoşuna gider, ama büyük çoğunluktaki diğer kadınların ruhunu acı şekilde yaralar. Onlarda eksiklik ve yetersizlik duygusu uyandırır. Bu yüzden, kadının kendini teşhir etmesini teşvik eden anlayışlar ona zarar verir. Kadının, cinsel özellikleri değil, insanî özellikleri teşvik edilmelidir.

Meselâ Japon toplumunun en büyük hastalığı, anoreksia ve bulimia nevrozadır. Bir genç kız, 40 kilo olduğu hâlde kendini 150 kilo gibi hissederek, zayıflamak için doktorları gezmektedir. Bu, Batı kültüründe de yaygın bir hastalıktır. Meselâ bazı kadınlar, eline güzel bir manken ya da sanatçının resmini alıp estetik cerrahlara taşınır. Kadın kendini yeterli miktarda güzel hissetmediği zaman, ruhunda bulunan "erkekler tarafından sevilme ve beğenilme" duygusu sebebiyle, kimsenin onu sevmediğini ve sevemeyeceğini düşünür. Bazı erkekler ise, "Yeterince güzel değilsin." diyerek kadınları incitebilir ve bundan hoşlanırlar.

Dış görünüşü ön plâna çıkarma duygusu ilkel bir duygudur ve hayvanlarda da bulunur. Kadın bu duyguyla değil, kişiliği ve düşünceleriyle var olmayı başarmalıdır. Kur'an'da kadın, teşhir duygusunu kontrol etmeye teşvik edilir. Böylece, teşhirin kadına yaşattığı incinme ve örselenmeyi en aza indirmeyi hedefler. Bu yüzden örtünmeyi

tavsiye, kadının psikolojisine çok uygundur. Kadın, cinsel kimliğiyle değil, kendini geliştirmesiyle gündemde olmalıdır.

İslâm inancında, Musevîlik ve Hıristiyanlıkta olduğu gibi, "kadının kötülüğü temsil ettiği veya erkeği baştan çıkardığı" şeklinde bir düşünce yoktur. Kur'an, bütün suç ve sorumluluğu Hz. Havva'ya yüklemek yerine bundan Hz. Âdem'i de sorumlu tutar, yapılan hatada tahrik edenle birlikte tahrik olanın da sorumlu olduğunu vurgular. Bu konuya daha adalet merkezli bir çözüm getirir. Aynı hatayı tekrar etmeme duygusu yerleştirir...

Kadında cinsel olarak erkeği etkileme, erkekte ise etkilenme eğilimi vardır. Bu eğilimler, törpülenmesi gereken vahşî duygulardır, temel kurallar içinde çözümlenmelidir. Saldırganlık, şiddet, cinsellik, yeme içme, insanların zayıf alanları ve temel dürtüleridir. Kur'an'da bu dürtülerin, vahşî bir atın ıslahı gibi eğitilmesi gerektiği mesajı verilir. İnsanların, içlerindeki vahşî dürtülerin farkına varıp arzularını kontrol etmeleri, erkeğin cinsel olarak aldanmama, kadının da aldatmama konusunda kendini denetlemesi gerektiği vurgulanır. Dinin bu mesajı, "nefis terbiyesi" olarak ifade edilir.

Bu terbiye, 1995'ten sonra "duygusal zekâ" kavramıyla beraber modern bilimin de kabul ettiği bir mesajdır. İnsanda, özellikle duygularından sorumlu beyin alanlarının varlığı bilindikten ve cinsel duygular gibi birçok eğilimin genetik olduğu anlaşıldıktan sonra, beynin bu bölgelerinin eğitilmesi gerektiği ortaya çıktı. Cinselliğin sorumsuz ve kontrolsüz bir biçimde, sadece başkalarının baskısıyla durdurulmayıp kişinin kendi iç denetim mekanizmasını kullanması gerektiği üzerinde duruldu.

Darwinizmden etkilenen Freudyen anlayışa göre ise, insanların dürtüleri serbest bırakılmalıdır. Özellikle modernizm, kişilerin bedeni arzuları peşinde koşmasının insanlık için doğru bir gelişme olduğunu ileri sürdü. İnsan, tıpkı diğer hayvanlar gibi dürtülerinin peşinde koşacak, güçlü olan ayakta kalırken zayıf olan gidecekti. Bu durum, kadının

aleyhine oldu. Bu düşünceden etkilenen Nietzsche, "Güçlü olan üstündür, erkek güçlü olduğu için o üstündür. Kadının özgürlüğü, Avrupa'yı çirkinleştirir. Gerçek insan, erkektir." dedi. "Cinsel dürtüleri serbest bırakmak, insanın ruh sağlığının gereğidir." diyen Freud'e, daha sonra talebeleri bile karşı çıktı. Freud, "İnsan sadece cinsel dürtülerden ibaret değildir, insanın var oluş amacı bu olamaz." diyerek eleştirildi. Fakat Freud'un yaklaşımıyla, cinsel dürtülerin özgür ve sorumsuz bir şekilde kullanılmasının bilimsel bir doğru olduğuna inanmak, insanların hoşuna gitti. Bunun sonucunda şu anda Amerika'da yaşanan "California Sendromu" ortaya çıktı. Bu sendrom, "Kutsal olan, ruh ve kişilik değil, beden ve güzelliktir." düşüncesini savunur. Dış güzelliğin kutsallaştırıldığı bu akımda, narsisizm ve hedonizm pekiştirilir. Sonunda çıkarcı, bencil ve yalnızlığa mahkum olan insanlar ortaya çıktı. Freud 1937'de öldü, fakat ölümünden neredeyse 70 yıl sonra bu düşüncenin meyvelerini toplamaya başladı. "California Sendromu" patolojisinin yaygınlaşması, Freud'un ve ondan çok şey alan modernitenin "Dürtüleri serbest bırak." öğretisinin sosyolojik sonuçlarıdır.

Dinlerin öğretileri asırlardır insanların dürtülerinin serbest bırakılmasını değil, onların denetlenmesini söyler. Bunlar tasavvufun nefis terbiyesi anlamında ve Kur'an-ı Kerim çerçevesinde sunduğu öğretilerdir. Çağımızda bu öğretilerin ön plâna çıkması ve insandaki "ölümlülük" gerçeği, dine olan ihtiyacı artırmaktadır. Eğer ölüm olmasa ve bu çaresizlik hissedilmeseydi, dine bu kadar ihtiyaç duyulmayabilirdi. Çünkü insanın sorduğu pek çok temel soruya, "ölümlülük" cevap verir.

Hile, yalan, entrika gibi kötü duyguları insan doğası kabul etmez. İnsandaki iyilik ve saflık eğilimi, onu dine sevk eder. Tıpkı evrendeki gibi, suyun, altının, madenin saf olması nasıl iyiyse, insanın saflığı da iyidir. Ayrıca kişideki kontrol duygusunun güçlü olması da onu dine yöneltmekte, bu duygu yeterli cevabı ancak inançlar çerçevesinde bulabilmektedir. (*3, 4, 17, 24, 47, 51, 59, 63*)

XIV. MİZAH

Kadına ve Erkeğe Mizahî Bir Bakış

Bilgisayarın Cinsiyeti

Öğretmen, öğrencilere sorar: "Bilgisayar erkek midir, dişi mi?"

Kız öğrenciler: "Bilgisayar, erkektir. Çünkü soruları çözmek için yapılmalarına rağmen ömürlerinin dörtte üçünü problem çıkararak geçirirler. Daha da önemlisi, bir tane aldığınız zaman biraz daha sabretseydiniz daha gelişmiş modeline sahip olabileceğinizi görüp pişman olursunuz ve sık sık kilitlenirler."

Erkek öğrenciler: "Bilgisayar dişidir, çünkü onun mantığını yapıcısından başkasının anlaması mümkün değildir. Yaptığınız en ufak hatayı hafızasına kaydeder, unutmaz, tekrar tekrar önümüze koyar. Ayrıca bilgisayar aldıktan sonra asıl parayı aksesuarlarının tuttuğunu görürsünüz."

Kadınların Katılması Gereken Seminerler

1. Orta düzeyde harita okuma.
2. Üç saatten az zamanda alış veriş.
3. Araba kullanırken otomatik vitesi değiştirme.
4. Araba kullanırken dikiz aynasının işlevleri.
5. İleri düzey araba kullanma: Boş otoparkta araba parkı.
6. İleri ekonomi: Kredi kartı ile oyuncak arasındaki farkı.
7. Felsefeye giriş: Az ayakkabıyla yaşayabilme becerisi.

8. Ne giyeceğine karar verme teknikleri.

9. Fıkralara zamanında gülme becerisi.

10. İleri düzeyde matematik: Para üstü sayma teknikleri.

Erkeklerin Katılması Gereken Seminerler

1. Orta düzeyde renk bilgisi, iki şey arasında farkı bulma.

2. Psikolojiye giriş: Bencilliğin doruklarında yaşama.

3. Araba kullanırken bilinci yerinde tutabilme teknikleri.

4. Tuvalet kağıdı değiştirme sanatı.

5. Patavatsızlık yapmadan bir saat geçirme becerisi.

6. Cinsellik içermeyen fıkralar anlatma sanatı.

7. Sifon çekme makinesini kullanma becerisi.

8. Hediye seçiminde danışman kullanma dersi.

9. Evlilikte baba olduğunu unutmama dersleri.

10. Özel günleri not etme, hatırlama, ajanda kullanma teknikleri.

Sorular

Soru: Yoğurt ile erkek arasında ne fark vardır?

Cevap: Yoğurdun kültürü vardır.

S: Sol şeritten ısrarla yavaş gidenler kimlerdir?

C: Yüzde 80'i kadın, %20'si buffalo.

S: Erkek, kadının elini neden tutar?

C: Bıraktığı zaman alış verişe gideceği için.

S: Düşünme yeteneklerinin %90'ını kaybetmiş erkeğe ne denir?

C: Dul.

Ne anlama gelir?

Kadınlar:

Konuşmaya ihtiyacım var. (Gizli anlam: Onaylanmaya ihtiyacım var veya şikâyet edeceğim.)

Sinirli değilim. (Elbette sinirliyim, aptal değilim!)

Beni seviyor musun? (Pahalı bir şeyler istemek üzereyim.)

Bir dakika içinde hazırım. (Kalın bir kitaba başlayabilirsin.)

Vücudum nasıl? ("Bana 'Güzelsin.' de.")

Erkekler:

Karnım aç: (Gizli anlamı: "Karnım aç.")

Uykum var: (Gizli anlamı: "Uykum var.")

Sıkıldım: (Cinsellik istiyorum.)

Seni seviyorum: (Cinsellik istiyorum.)

Sessizlik sana çok yakışıyor. (Az konuştuğun için teşekkürler.)

Mutluluk

Bir erkekle mutlu olmak için onu çok iyi anlamak, az sevmek gerekir.

Bir kadınla çok mutlu olmak için onu çok sevmek, anlamaya çalışmamak gerekir.

KAYNAKLAR

1. Andreasen, N. C.: Cesur Yeni Beyin (Çev.: Yıldırım B.Doğan), Okuyan Us Yayınları, İSTANBUL, 2003.

2. Arsel, İ.: Şeriat ve Kadın (yayın evi yazılmamış), İSTANBUL, 1994.

3. Atasoy, İ.: Peygamberimiz Neden Çok Evlendi? (Ezvac-ı Tahirat Okulu), Nesil Yayınları, İSTANBUL, 2002.

4. Ateş, S.: İslâm Toplumunda Kadının Yeri, Yeni Ufuklar Neşriyat, İSTANBUL, 1999.

5. Baker, C.—Silva, P.: The Relationship Between Male Sexuel Dysfunction and Blief in Zibelgerd's Myths. World Behavior Theray Congress 5-10 Eept. 1988, Edinburgh.

6. Bıreda, M.R.: Aşk Bağımlılığı (Çev.: Meltem Erkmen), Epsilon Yay, İSTANBUL, 2001.

7. Cooper, C.L.: Stres, Medicine and Health, Handbook CRP Press, Inc. 1996, Boca Raton, New York, London, Tokyo.

8. Crenshaw, Tl, Goldberg Jp, Sexual Aspects of Neurochemistry, Crenshow.Tl, Goldberg Jp (Ed.) Sexuel Pharmacology, Newyork W.W:Norten, Comp.1996.

9. Damasio AR.etal: Unıty of Kneowledge, the Convergence of Natural and Human Science, Annals of the New York Academiy of Sciences Volume 935, New York, 2001,

10. Damasio, A. R.: Descartes Error: Emotion, Reason and the Human Brain, G.P.Putnamis Sons, New York 1994.

11. Damasio, A. R.: The Feeling of What Happens: Body and Emotion in the Making of Consciousness. Harcout Brace, New York, 2000.

12. Demir, Z.: Modern ve Postmodern Feminizm, İz Yayıncılık, İSTANBUL,1997.

13. Dökmen, Ü.: İletişim Çatışmaları ve Empati, Sistem Yay., İSTANBUL, 1994.

14. DSM IV: Diagnostıca and Statistical Manuel of Mental Disorders, Fourth Edition, Washington, American Psychiatric Association, 1994.

15. Edelman, G.: Neural Darwinism, Basic Boks, New York, 1987.

16. Erbıyık, H. İ.: Cinsel Hayat, Nesil Yayınları, İSTABUL.

17. Freud, S.: Cinsiyet ve Psikanaliz (Çev.: Selahattin Hilav), Varlık Yayıncılık, İSTANBUL, 1967.

18. Fromm, E.: Sevme Sanatı (Çev.: Gündüz Işıtan), Say. Yayıncılık, İSTANBUL, 1982.

19. Gıllan, Petrıicia, Cinsel Sorunlar ve Tedavileri El Kitabı (Çev.: E. Eker—M. Özmen—E. Özmen), Menteş Yay, İSTANBUL, 1993.

20. Glenn, D.-W., Chris M.: Aşk Bilimi (Çev.: Tülin Er), Çitlembik Yay, İSTANBUL, 2000.

21. Goleman, D.: Duygusal Zekâ (Çev.: Banu Seçkin Yüksel), Varlık-Bilim Yay, İSTANBUL, 1998.

22. Gou'sten, M-Goldberg P.: Kendi Yolunuzdan Çekilin (Çev.: Çelik Betül-Özyayla İlkin), Sistem Yay, İSTANBUL, 20002.

23. Göle, N.: Modern Mahrem (Medeniyet ve Örtünme), Metis Yayıncılık, İSTANBUL, 1991.

24. Graf, S.: Kozmik Oyun (İnsan Şuurunun Yeniden Keşfi) (Çev.: Kartal Levent), Ege-Meta Yay, İZMİR, 2000.

25. Gray, J.: Erkekler Marstan, Kadınlar Venüsten (Çev.: Gülden Şen), Altın Kitaplar, İSTANBUL.

26. Graziottion, A.: Sexuality and Menapause, in Studd J.(Ed) The Management of Menapause. Annuel Review, 1998, London, 1998, 49-59 02.

27. Heiman Jr, Lo Piccolo, J: Becoming Orgasmic: Asexual and Personal Growth Program for Women, New York, Prentic Hall Press, 1988.

28. Herbert, N.: Temel Bilinç, Ayna Yay, İSTANBUL, 1999.

29. Howells, K.: The Psychology of Sexual Diversity, Basil Blockwell Lt, 1984.

30. Kanakos, Aydın-Özdemir, Özesmi: Multidisipliner Yaklaşımla Beyin ve Kognisyon, Çizgi Tıp Yay, ANKARA, 2000.

31. Kagan, J.: Biological Constraint, Cultural Variety, and Psychological Structures.

(Damasio'dan kaynak No:9, PP: 176-190) Kaplan H.S. (Ed): The Evaluation of Sexual Disorders, New York, Brunner/Mazel, İnc, 1983, PP: 23-25.

32. Kaplan, H. S.: Anatomy and Physidogy of the Sexual Responce, Kaplan Hs(Ed.), The New Sex Therapy, New York, Brunne/Mazel, 1974, 27-56.

33. Kaplan, H.S.: Hipoactive Sexuel Desire, Journal of Sex Marital Therapy, 1997.

34. Kaplan, H.S.: The Evaluation of Sexual Disorders, New York, Brunner/Mazel, Inc, 1983, P.P:23-25.

35. Kayır, A.: Cinsellik ve Cinsel İşlev Bozuklukları, Adam E, Tükel MR., Ayıcı O: (Ed.) Psikiyatri İst. Tıp Fakültesi, 1995:228-239.

36. Kernberg, F. O.: Love Relations, Normality and Pathology, Yale University Press, New York, 1995.

37. Kıngma, R. D.: Gerçek Aşk (Çev.: Nalan Uysal), HYB Yayıncılık, ANKARA, 1984.

38. Kınsey, A-C.: Sexual Behaviors in the Human Female, Philadelphia, W-B. Saunders, 1953.

39. Köknel, Ö.: Kaygıdan Mutluluğa Kişilik, Altın Kitapları Yay, İSTANBUL, 1982.

40. Laumann Eo, Gagnon Jlt, Michael Rt, : The Social Organization of Sexuality: Sexuel Practions in the United States. Chicago, University of Chicago Press, 1994.

41. Lipson, L.: Uygarlığın Ahlâkî Bunalımları, Manevî Bir Erime mi, Yoksa İlerleme mi? (Çev.: Jale Çam Yeşiltaş), Kültür Yay, Türkiye İş Bankası, İSTANBUL, 2003.

42. Massey, D. E.: Sex Education, The Challenge For the Educators, Sexuel and Marital Therapy, 1994, 9 (2), 111-114.

43. Massey, D. E.: School Sex Education: Why, What and How? London Family Planning Associatien, 1992.

44. Masters, Wlt-Johnson, V. E.: Human Sexual Response Boston, Litte Brown, 1966, Chapter 10.

45. Mc Ginnis, L. A.: Sevginin Gücü (Çev.: Fulden Çetin), Beyaz Yay, İSTANBUL, 1999.

46. Motovallı, N.-Nücel, B.-Kayır, A.-Üçok, A.: Üç Grup Evli Kadının Cinsel İnanış ve Yaşantılarının Değerlendirilmesi. Nöropsikiyatri Arşivi, 1991, 28(2-4): 94-98.

47. Muhammed, S.: İslâm ve Diğer Geleneklerde Kadın: Önemli Bir Yanlışı Tashih, Yeni Ümit Dergisi, Ocak-Mart, İZMİR, 2002.

48. Mumcu, C.-Saner, S.-Gökalp, P.: Kadın ve Depresyon, Okuyan-Us, İSTANBUL, 2002.

49. Nebster, R. A.-Jordan, C. C.: Neurotransmitters, Drugs and Disease.

50. Nurbaki, H.: Nurdan Anneler, Damla Yay., İSTANBUL, 2003.

51. Nursî, B.S.: Lem'alar, Söz Basım Yayın, s. 314-328, İSTANBUL, 2004.

52. Öztürk, O.: Ruh Sağlığı Bozuklukları, Evrim Yay., İstanbul, 1989.

53. Posner, M. I.-Rothbart, M. K.-Gerrand Caultan, G : (Ed) Damasio A.R: Unity of Knowledge, Annual of the New York Academy of Sciences Volume 935, New York, 2001 PP: 208-217.

54. Rowland, L. D.: The Psychobiology Of Sexuel Arousal and Behavior, Diament L.Mc Anulty Rd(Ed.),The Psychobilogy of Sexual Arousal and Behavior, Diament L. Mc Anulty RD (Ed) the Psychology of Sexual Orientation, Behavior and Identity, Green Wood Press, London, 1995, 19-42.

55. Sanford, L. T.-Donovan, E. L.: Kadınlar ve Benlik Saygısı, HYB Yayıncılık (Çev.: Semra Kurt), ANKARA, 1999.

56. Sautet, M.: Kadınların Özgürleşmesi Üzerine (Çev.: Selcan Serdaroğlu), Telos Yay., İSTANBUL, 1998.

57. Savaş, R.: Hz. Muhammed Devrinde Kadın, Gelenek Yay., İSTANBUL, 2004.

58. Schlessınger, L.: Kadınların Hayatlarını Mahvetmek İçin Yaptıkları On Aptalca Hata, (Çev.: Ayşe Güran), HBY Yayıncılık, ANKARA, 1997.

59. Seyyar, A.: Feminist Kadın Politikalarının Alternatif Olarak Fıtrî Cinsiyetler Politikalarının Doğuşu, Sivil Toplum Düşünce ve Araştırma dergisi, "Türkiye'de Kadın" sayısı, Ekim-Aralık, İSTANBUL, 2004.

60. Sıbai, M.: İslâm'a ve Garplılara Göre Kadın (Çev.: Toksarı İhsan), Nida Yay., İSTANBUL, 1969.

61. Stock, E. W.: Sex Roles And Sexual Dysfunction. Widom C-S. (Ed): Sex Roles and Psychopathology, New York, Plenium Press, 1984, 249-75.

62. Sungur, M. Z.: Seksterapi Uygulamaları Sırasında Karşılaşılan Güçlükler, 3P Psikiyatri Psikoloji Psikofarmakoloji dergisi, 1994, 2 (Ek 3), 37-44.

63. Wilson, E. O.: Doğanın Gizli Bahçesi (Çev.: Aslı Biçen), Popüler Bilim Kitapları TÜBİTAK, ANKARA, 2003.

64. Yargıç, İ.-Kayır, A.: Vajinismus (Bir Grup Psikoterapisi Sunumu), Düşünen Adam, 1996, 9 (1): 31-33.

65. Yetkin, N.-Mumcu, C.: Cinsel İşlev Bozuklukları, Roche Müstahzar Yay., İSTANBUL, 2001.