

Anthony E. Wolf

AMA BU HAKSIZLIK!

Jeremy Spencer'ın ana babası onun
bütün gece uyanık kalmasına izin veriyor!



Ana Babalığın Zor Anları İçin
Bir Rehber

SİSTEM YAYINCILIK

DR. ANTHONY E. WOLF

Dr. Anthony E. Wolf Klinik Psikolog derecesini New York City Üniversitesinden almış, Colombia College'de ise lisans eğitimi görmüştür. Son yirmi beş yıldır Amerika'nın Massachusetts eyaletindeki özel muayenehanesinde çocuk ve yetişkin danışanlarına hizmet vermektedir. Evli ve iki yetişkin çocuk babasıdır.

Dr.Wolf'un birçok saygın anababa ve çocuk yetiştirme dergisine yazdığı makale ve beş tane kitabı vardır. Dr.Wolf ulusal medyada anababalık ve çocuk yetiştirmede söz sahibi bir uzmandır. Sık sık verdiği konferanslar çok olumlu eleştirilmektedir. Fox Morning News, CBS Morning News, The Today Show gibi Amerikan ulusal televizyon programlarında misafir edilmiştir.

Dr.Wolf en çok, yazılarında ve konuşmalarında esprili ve yargılamayan üslubuyla, herkesin evinde gerçek çocukları ile olup bitenleri tasvir edebilmesiyle, günümüz anababalığı ve çocukları hakkındaki özgün bakış açısı ve pratik tavsiyeleriyle tanınır.

Bu kitap dışında,

Dr. Wolf'un kitaplarından *Hayatımdan Çık Git* (Get Out of My Life) Sistem Yayıncılık tarafından Ağustos 2001'de yayınlanmıştır. *Boşanmanız Şart mıydı* (Why Did You Have to get a Divorce?) ise yayına hazırlanmaktadır.

AMA BU HAKSIZLIK

*Jeremy Spencer'ın anababası
onun bütün gece uyanık kalmasına izin veriyor!*



**ANABABALIĞIN ZOR ANLARI İÇİN
BİR REHBER**

Anthony E. Wolf

İngilizceden çeviren: H. Betül Çelik

SİSTEM YAYINCILIK

Sistem Yayıncılık: 316
Geliştiren Kitaplar Dizisi

AMA BU HAKSIZLIK

Anthony E. Wolf

Kitabın Özgün Adı

*"It's not fair, Jeremy Spencer's parents
let him stay up all night!"*

İngilizceden Çeviren: H. Berül Çelik

Redaksiyon: Handan Hazar Ekin

Kapak İllüstrasyonu: Lee Lorenz

Yayına Hazırlayan: Çağlayan Erendağ

© Bu kitabın tüm yayın hakları Akçalı Ajans aracılığıyla
Sistem Yayıncılık A.Ş.'ye aittir.

Yayınevimizden yazılı izin alınmadan kısmen veya tamamen alıntı yapılamaz,
hiçbir şekilde kopya edilemez, çoğaltılamaz ve yayınlanamaz.

Birinci Basım: Aralık 2001/İstanbul – 2000 adet

ISBN: 975-322-216-5

Dizgi: Ebru Öner

Basım: Kurtiş Matbaacılık

Cilt: Güven Mücellithanesi

Yayın ve Dağıtım:

SİSTEM YAYINCILIK VE MAT.SAN.TİC.A.Ş.

Tünel, Nergis Sokak, Sistem Apartmanı, No:4 80050 Beyoğlu/İstanbul

Tel: (212) 293 83 72 - pbx Fax: (212) 245 66 14

e-mail: sistem@sistem.com.tr

<http://www.sistem.com.tr>

SİSTEM YAYINCILIK BAYİİ VE KİTABEVLERİ

ANKARA : Bilim Sanat Konur Sok. No: 11/A Kızılay/ANKARA
Tel/Faks: (312) 418 75 22

SİSTEM KİTABEVİ : 859 Sok. No: 5/A Konak/İZMİR
Tel: (232) 446 27 29 -pbx Faks: (232) 446 75 67

KONYA : Çizgi Kitabevi Minnar Muzaffer C. Koyuncu Pasajı 7 4/P21 KONYA
Tel/Faks: (332) 353 10 22

SİSTEM KİTABEVİ : Üçkuyular Cad. No: 3 Azmakbaşı/BODRUM
Tel: (252) 313 11 67

Margaret, Nick ve Mary Alice'e



Teşekkür

Bu kitabın editörlüğü Patty Bryan tarafından yapıldı. Becerisi ve sabrı için kendisine yürekten minnettarım.

Aynı zamanda Mike Bryan'a kitabın editörlüğüne olan katkıları, Farrar Straus ve Giroux'daki editörüm Elisabeth Kallick Dyssgaard'a bu kitabın yaratılışında varlığını hep hissettiren zekâsı ve desteği; Joe Spieler'a ise temsilciliğimi yaptığı için teşekkür etmek isterim. Onlar olmasaydı kitaplarımın hiçbiri var olamazdı.

Okumak ve dinlemek için zamanlarını cömertçe bana ayıran üç önemli okuyucum Hugh Conlon, Jane Lamson ve karım Mary Alice'e teşekkür etmek isterim. Bu kitabın versiyonlarını okuyup çok kıymetli öneri ve yorumlarla bana yardımda bulunan Mary Hurtg, Ana Wolf, Sarah Meiklejohn, Deborah Bergman ve Marsha Liberty'ye teşekkür ederim.

Son olarak bu eserin metninin çeşitli taslaklarının üretimindeki yardımları için Martha Cain, Rita Cormier ve Donna Deroche'a teşekkür etmek isterim.



Teşekkür vi
Giriş 1

BİRİNCİ KISIM

1 BÖLÜM: Bakım ve Bebek Kişilik 9

- Göbekli Bir Soba 9
- Sevgi Bağı 10
- Bağımsızlığa Doğru Gidiş 12
- Bebek Kişilik ve Olgun Kişilik 13
- İtirazların Arkasındaki Giz 15
- Bebek Kişiliğın Diğer Yolu 19
- Oğlanlar ve Kızlar 20
- Olgun Kişilik 22
- Bebek Kişilikle Kim Muhatap Olur? 25
- Olgunlaşma: Nasıl Bireyselleşiyorlar 29
 - Vicdan 29*
 - Empati 30*
 - Özdenetim/Özdisiplin 31*
- Bebek Kişiliğın Ne İyiliğı Vardır? 33
- Sorun ve Bu Konuda Yapılabilecekler 35
- Fevkalade Bir Anlaşma 36

2 BÖLÜM: Sorgulanabilir Kontroller 38

Makul Olmak ve Dinlemek 38

Adil Olmaya Çalışmak 41

Güç Mücadelesi – İradelerin Savaşı 43

Anababanın İçindeki Bebek Kişilik 47

Öğretmenin Tehlikeleri 50

Ödüllendirme 54

Sert Ceza 55

Daha Az Ceza 56

3 BÖLÜM: Yapabilecekleriniz 58

Farklı Bir Sertlik 58

Nasıl Yapılır 60

Bir Savaşa Hazır Değilseniz 63

Fikrinizi Değiştirebilirsiniz 65

Tutarlılık 67

Peki Ya Hatalysam? 68

Kararlarınızın Geçerli Olmasını Sağlamak 69

İlk Kontroller 69

Anababaların İstekleri – Anababaların Hoşnutsuzluğu 73

Suç 76

Kızmak 79

Anababa Kızgınlığı ve Anababa Şiddeti 81

Tenkitler – İsim Takmalar 83

Ayırma 83

Üstüne Gitme 85

İşadamı Anababa 89

Gizli Bir Silah: Yanıt Vermeme 90

Kendinizi Tutmak 97

İyi Dinleme 97

Hayatta Kalma Eğitimi 100

Nihai Soru 103

İKİNCİ KISIM

Anababalar ve Çocukların Klasik Sorunları

4 BÖLÜM: Her Yeni Gün 107

Sızlanma, Surat Asma ve Huysuzluklar 107

Sızlanma 107

Surat Asma 108

Huysuzluk Nöbeti 113

Huysuzluk Nöbetlerinde Ne Yapmamalı 114

Huysuzluk Nöbetlerinde Ne Yapılmalı 117

Çocuklar Anababalarına Kızdığında 118

Beni Sevmiyorsun 121

Yatma Zamanı 122

İyi Geceler Dilemek 125

Anababalarıyla Aynı Yatakta Yatan Çocuklar 127

Sabahleyin Kaldırmak ve Evden Çıkartmak 127

“Sonra Yaparım” 130

Yemek Zamanı 131

Yemek Kuralları 133

Yemek Seçenler 133

Başkalarının Yanında Yaramazlık Yapmak 135

Çarşıda Çirkin Davranma 135

Anababalığımızın Eleştirisi 139

Sorunlarını Size Getirme 143

“Kevin Beni Döveceğini Söylüyor” 143

“Sıkıldım.” 145

Hırçın Çocuklar 147

5 BÖLÜM: Aile Tartışmaları 151

Babalar ve Anneler - Kim Sorumlu 151

Anne ya da Babadan Birini Diğerine Karşı Kullanma 155

Anababanın Tartışmaları 157

Kardeş Kavgaları 159

Kızkardeşlerim ve Ben 160

<i>Bizim Yaptığımız</i>	160
<i>Kardeş Kavgaları Hakkındaki Gerçek</i>	162
<i>Kardeş Kavgaları İçin Kurallar</i>	162
<i>Bu Onların Tercihi</i>	163
<i>Kardeş Rekabeti</i>	164
<i>Kardeş Kavgası ve Bebek Kişilik</i>	165
<i>Koca Kabadayılar, Küçük Kurbanlar</i>	167
<i>Anababa Orada Değilse: Şahit Olunan Bir Sahne ve Bir Soru</i>	172
<i>Boşanma</i>	174
<i>Onlara Anlatmak</i>	174
<i>Taraf Tutan Çocuklar</i>	178
<i>Annesi ya da Babasında</i>	180
<i>Farklı Kurallar, Farklı Evler</i>	182
<i>"Gidip Babamda Yaşamak İstiyorum"</i>	183
<i>Eski Eşimde Son Derece Terbiyeli</i>	184
<i>Yalnız Yaşayan Anababalar</i>	185
<i>Aynı Cinsten Anababanın Yokluğu</i>	188
<i>Şartların Değişmesi Açısından Boşanma</i>	189
<i>Dengenin Kaybı</i>	190
<i>İlişkiler Üzerinde Uzun Vadeli Etkisi</i>	191

6 BÖLÜM: Sorun Olmayabilen Sorunlar 193

<i>Şımarık Çocuklar</i>	193
<i>Şımartan Büyükanne ve Büyükbabalar</i>	195
<i>Yalan Söyleme</i>	196
<i>"Onun Yaptıklarıyla İlgili Gerçeği Anlatmasını İstiyorum"</i>	200
<i>Dökülen Portakal Suyu mu, Yalan Söyleme mi?</i>	201
<i>Dürüstlüğü Öğretmek</i>	203
<i>Hikâyeler Uydurma</i>	204
<i>Karşılık Verme</i>	206
<i>Son Sözü Söylemek</i>	207
<i>Saldırgan Davranışlar</i>	208
<i>Saldırgan Oyun ve Fantezi</i>	209
<i>Çocuklarda Şiddete Ne Yol Açar - Anababa Bu Konuda Ne Yapabilir</i>	212
<i>Rekabet</i>	213

7 BÖLÜM: Daha Zor Sorunlar 217

Çok İyi Karşılama 217

Yaşamlarındaki Acı Veren Sorunlar 221

Hassas Çocuklar 224

Endişeli Çocuklar 226

Aşırı Endişeler 227

Erken Çocuklukta Kötü Deneyim-Sarsıntı (*Trauma*) 229

Zor Çocuklar 231

8 BÖLÜM: Korkutucu Anababalık Görevi 234

Sonuç: Çocukluğunu Yaşamak 239

AMA BU HAKSIZLIK

*Jeremy Spencer'ın anababası
onun bütün gece uyanık kalmasına izin veriyor!*



İki hayali –fakat kesinlikle mümkün– hikâye.

1990’lar. Sekiz yaşındaki Jimmy bir sabah sınıfa gelir. Yüzündeki belirgin el izi öğretmeninin dikkatini çeker.

“Yüzüne ne oldu Jimmy?”

“Annem vurdu.”

Bunun üzerine öğretmen, bugün Birleşik Devletler’in genelinde geçerli olan kanunlara uyarak, çocuğun taciz edildiği şüphesiyle ilgili zorunlu bir yazılı şikâyetle bulunur.

1940’lar. Sekiz yaşındaki Jimmy bir sabah sınıfa girer. Yüzündeki belirgin el izi öğretmeninin dikkatini çeker.

“Yüzüne ne oldu Jimmy?”

“Annem vurdu.”

“Öyle mi? Eminim hak etmişsindir.”

Son elli yılda, çocuk yetiştirme uygulamasında büyük çaplı bir değişim meydana geldi. Artık yalnızca dersin değil, dersin nasıl öğretildiğinin de çocukları şekillendirdiğine inanıyoruz. Geçmişte normal anababalık uygulaması olarak görülen davranışların çoğu, günümüzde taciz olarak kabul ediliyor. Yüze atılan sert tokatlar, tekrarlanan vuruşlar, kemer veya süpürge saplarıyla dövmeleler, uzun süre odaya kilitlemeler artık doğru davranışlar olarak görülüyor. Bu tür taktiklerin çocuklara ve olu-

şan kimliklerine zarar verdiği kabul ediliyor. Eski sert tarzın yerini, çocuklara önem vermeyi ve onları dinlemeyi esas alan yeni bir çocuk yetiştirme yöntemi alıyor. Bu değişimin bir sonucu olarak, bugünün çocukları daha önceki nesillerde olduğu gibi anababalarından korkmuyorlar, ki bu da iyi bir gelişme.

Fakat bu yeni çocuk yetiştirme yöntemiyle ilgili bir sorun var. Çocuklar anababalarından korkmadığında, onların söylediklerini yapmaları olasılığı azalıyor.

“Lynette boyalarını toplar mısın lütfen?”

“Neden?”

“Çünkü ben istiyorum.”

“Ama bu haksızlık. Kevin hiçbir zaman boyalarını toplamak zorunda kalmıyor.”

Bu yanıtı eski günlerde şu sözler izlerdi:

“Ben şimdi sana haksızlığı gösteririm.”

Lynette’in annesi hemen terliğini çıkarmak üzere harekete geçirdi. İşte bu yüzden eski günlerde Lynette “Neden” diye soramazdı bile, çünkü başına gelecekleri yani söyleneni hemen yapmazsa terliğin geleceğini bilirdi.

Fakat artık terlik bütünüyle ortadan kalktı. Onun yok olmasının ardından tamamen yeni bir nesil ortaya çıktı. Bu çocuklar, evde anababalarına önceki nesillerden farklı davranıyor ve onlarla farklı konuşuyor. (Bu kitapta daha sonra değinileceği gibi evin dışı ayrı bir meseledir.)

“Ben annem ve babamla asla bu şekilde konuşmazdım.”

Bugünün çocukları kesinlikle anababalarının kendi anababalarına karşı olduğundan daha az terbiyeliler. Ve anababalar bir yerde hata yaptıklarına inanıyorlar. Bir şekilde başarısız olmuşlardır, çünkü kendi anababaları kadar etkili olamadıkları ortadadır. Ama günümüzün anababaları gerçekten bir değişim olduğunu hesaba katmayı ihmal ediyor. Onların çocuk davranışı

konusundaki beklentileri, yalnızca sert ceza tehdidinin başara-bileceği şeyler üzerine kurulu.

Yanlış bir şey yapmıyorlar. Doğru bir şey yapıyorlar. Sadece kimse onlara iyi anababalığın ne gibi meyveler vereceğinden söz etmemiş. Anababalık cephanesinde sert cezalar olmaksızın çocuk büyütmek bambaşka bir hikâyedir.

“Jeremy lütfen tavşan kafesini odana geri götürür müsün?”

“Götüremem.”

“Ne demek götürmem?”

“Kolum acıyor.”

“Bunu ilk kez duyuyorum.”

“Acıyor işte.”

“Jeremy tavşan kafesini odana geri götürmeni istiyorum.”

“Neden hep ayak işlerini benim yapmamı istiyorsun?”

“Ayak işlerini hep senin yapmanı istemiyorum.”

“Evet istiyorsun. *Hep*. Ayak işlerini benim yapmamı istiyorsun ama Melissa’dan hiçbir şey yapmasını istemiyorsun.”

“Bunun doğru olmadığını biliyorsun Jeremy.”

“Evet doğru. Ondan hiçbir şey yapmasını istemiyorsun. Hep ben! Onu kayırıyorsun. Evet onu kayırıyorsun!”

Jeremy’nin gözleri dolmaya başlar.

Bu arada annesi de çileden çıkmaya başlamıştır.

“Jeremy tavşan kafesini odana geri götürmeni istiyorum.”

“Bana bağıryorsun.” Jeremy’nin gözlerinden şimdi gerçek yaşlar boşanmaktadır.

“Hep bağıryorsun zaten.”

“Sana bağırmıyorum.”

“Evet bağıırıyorsun.” Bu noktada Jeremy’nin annesi tabii ki bağıırıyordur. “Benden nefret ediyorsun.”

Artık çok sinirli olan anne, ilk ricasını ciddi ve kesin olarak tekrarlamak niyetiyle Jeremy’nin omzuna yapışır.

“Ah! Ah! Kolum! O benim ağrıyan kolum! Kolum!”

Kimse çocuk yetiştirmenin kolay olduğunu söylemedi.

Bu, çocuk yetiştirmenin bir parçası olarak kabul edilmiş sert cezanın saf dışı edilmesiyle gelen çocuk yetiştirme alanındaki dev fakat nasılsa dikkat çekmemiş devrimin yarattığı boşluğu kapamaya yönelen, çocuk yetiştirmeye ilgili bir kitaptır. Esas olarak, çocuk yetiştirmenin daha zor bir bölümü olan, çocuklarımıza sınır koymayı ve onlardan taleplerde bulunmayı dilediğimiz durumları ele alan bir kitaptır. Her anababanın bildiği gibi, bütün zamanımızı ve enerjimizi tüketen ve çocuk yetiştirmenin zevkini kaçıran da çoğunlukla bu kısımdır. Bu kitap, bu tür problemleri en aza indirgeyecek, bu yolla zamanınızın geri kalanını çocuklarınızdan keyif alarak geçirmek üzere sizi özgür bırakacak bir yöntem önermektedir. Bu, çocuk yetiştirmeyi kesinlikle daha kolay ve daha hoş hale getiren bir yöntemdir.

Yöntem, evlatların anababaya kendiliğinden olan sevgi bağları nedeniyle, anababanın çocuk üzerinde sahip olduğu gücü vurgular. Geleneksel olarak anababalar bu gücü kullanmayı öğrenememişlerdir. Kendi etkilerinin, evde yalnızca makul ölçüde terbiyeli, dışarda gerçekten de terbiyeli ve kesinlikle büyüyünce terbiyeli, iyi yetişkinler olacak çocuklar yetiştirmeye yeterli olacağına güvenmezler. Bu kitaptaki yöntemler, anababaların bu gücü deneyimlemesine olanak tanır. Bu deneyim çok memnuniyet verici olabilir. Anababalara, çocukları için çok önemli olduklarını hissettirebilir ve bu da sonuçta başka birinin değil, sadece kendilerinin bu iş için doğru insanlar oldukları konusunda güven duymalarını sağlayabilir.

I



Bakım ve Bebek Kişilik

Göbekli Bir Soba

Çocuk gelişiminin ilk dönemlerinde her şeyin başı ve sonu bakımdır. İşte bu kadar basit. Bakım, her şeyin üzerine inşa edildiği temeldir. Kişiliğin özünü ve gerçek özgüvenin temelini oluşturur. Sık sık gözümde bu hayati bakımı, psikolojik varlığımızın merkezinde duran, ısıdan kızarmış küçük ve göbekli bir soba olarak canlandırırım. Onda daima sırtınızı dayayabileceğiniz bir şey, bir sıcaklık, bir kendini iyi hissetme duygusu vardır. Onunla yaşama yeni katılan bir çocuk ilk adımlarında kendini rahat hissedecek, büyüüp geliştirecektir.

Bakım olmazsa, bir çocuğun sonsuza kadar doldurma çabasına saplanacağı içsel bir boşluk olacaktır. Bu bakılmamış kişiliğin özünde yeterlilikten ziyade “yetersizlik” duygusu oluşacaktır. O zaman kişilik sağlam olmayan bir temel üzerinde duracaktır. İyi bir bakım yapılmazsa, çocuklar bütün hastalıklara ve hayatın akışı içinde düzenli olarak insanların üzerine üzerine gelen sorunlara karşı çok daha korunmasız olurlar. İyi bakım olmazsa, hiç dolmayan bir boşluğu doldurmak için sürekli açlık çekerler.

Çocukların hoş bir yanı, oldukça esnek, oldukça uyumlu olmalarıdır. Büyümek ve gelişmek için bakımdan aldıkları besinlerini değişik tarzlarda, hatta değişik “miktarla” aldıkları görülmektedir. Meşhur bir çocuk psikoloğu olan D. W. Winnicott, gözlemlere dayanarak çocukların normal bir şekilde gelişmek için ihtiyaç duyduğu bakımın tam anlamıyla harika, besin yoğunluğunun da yüzde 100 olması gerekmediği gerçeğine işaret ederek “yeterince iyi annelik”ten söz etmiştir. “Yeterince” verildiğinde, çocukların kendi başlarına ihtiyaç duydukları kadarını alabildikleri görülmektedir. Erken yaşlarda ciddi ölçüde yoksunluk çekmiş çocuklar bile, kendilerine daha sonra sunulan iyi bakımı kendi içsel güçleriyle bütünleştirebildikleri zaman başarılı olmaktadır. Bununla birlikte, bir alt çizgi olduğuna şüphe yoktur. Bu sınırın altında kalmış bir bakımla büyümüş çocuklar her şeye rağmen büyük çapta bir zarar görmeksizin sınırlanabilirler, ama olasılıklar onların aleyhine dönmeye başlamıştır.

Neyse ki bakım ne karmaşık ne de zordur. Bakım dokunmaktır, kucaklamaktır, konuşmaktır, ilgilenmektir. Daimi sevgi dolu temastır. Bizlerin çocuklarımızla doğal olarak ve kolaylıkla yaptıklarımızdır. Çocuklarımızı severiz. Geçerken enselerine dokunur, hiçbir özel neden yokken kucaklar, yanlarına uzanıp televizyon seyrediriz. Kucağıma sığamayacak kadar büyümüş olan çocuğumuz yine de kucağıma oturur. Hepimizin bildiği bu harika sevgi, bu sıcak, şefkat dolu insan teması dünyadaki en iyi besindir.

Sevgi Bağı

Bakım aynı zamanda anababa ve çocuklar arasında önemli bir bağ oluşturur. Bu bağ kaçınılmaz ve kendiliğindendir, fakat bağlanma karıştırılmamalıdır. Aslında, anne-çocuk bağı kavramı zaman zaman yanlış anlaşılmıştır. Küçüğün görüş açısından, doğumun hemen ardından veya izleyen haftalarda anneye karşı güçlü, “olmazsa olmaz” denilebilecek bir bağ yoktur. Doğumun hemen ardından çocuk tarafından anneye karşı geliştirilen ve ilişkilerinin başarı ya da başarısızlığını etkileyen dönüm noktası ni-

telğinde bir ilişki olarak bağlanma fikri tam anlamıyla bir safstadır. Bağlanmanın ne insanların psikolojik gelişimiyle ne de bahsettiğim asıl bağla ilgisi yoktur.

Bakımla oluşan asıl önemli bağ yavaş yavaş ve bir zaman sürecinde oluşur. Çocukluğun ilk safhalarında, bir çocuk düzenli bakım rolünü üstlenen kişiye veya kişilere karşı özel bir bağ geliştirir. Bu bağ çok özel ve çok güçlüdür. Bir kez kurulunca, bakımı üstlenen kişiye büyük güç verir. Bu en temel duygusal besini sağlayabilen yalnızca o kişidir. Başkaları çocuğu besleyebilir, fakat bağ kurulunca yalnızca asıl bakan(lar) çocuğun kendisiyle ilgili sağlıklı bir duygu geliştirmesi için çok önemli olan duygusal besini sağlayabilir. Yalnızca bakan kişi çocuğun gelişen kişiliğinin özündeki küçük göbekli sobayı yeterli ölçüde yakabilir.

Neyse ki bu önemli bağların gelişiminde bile bir esneklik vardır. Örneğin, bir yıl aniden öksüz kalan bir çocuk anne ya da babasının ölümünün ardından acı çekecektir. Fakat kendisine bakılan yeni bir eve yerleştirildiğinde, çoğu çocuk yeni anabasına karşı güçlü bir bağ geliştirebilmektedir. Erken çağlarda iyi bakım sağlanır ve çocuğa iyi bakılmaya devam edilirse, bu özel bağ kendini yeniden oluşturabilir.

Bağlılık bir kez oluştuğunda, sergilenir: Bakan kişi ve çocuk karşılıklı bir yakınlık ve paylaşım içindedir, her ikisi de karşılık veren ve bulan, seven ve sevilendir. Bu ilk bağla birlikte çocuğa bakan kişi onun duyguları üzerinde büyük bir güç sahibi olur. Anababa gülümser ve çocuk sevinç içindedir, anababa kaşlarını çatar ve çocuğun dünyası paramparça olur. Kollarındayken çocukları endişeden arınmıştır. Anababalar her şeyi bilir ve her şeyi yapabilir. Çocuklarını karnı tok, sıcak ve güvende tutarlar. Anababası yalnız bırakacak olursa çocuk üzülür, dönmelerini ister. Bu kitabın ana konusu, temel bakımla oluşan bağın ve bunun sonucu olarak anababanın çocuklarının duyguları üzerinde sahip olduğu büyük gücün çocuk yetiştirmede en önemli kudret kaynağı oluşudur. Bu, anababaların çocuğu denetlerken en

büyük gücü aldığı yerdir. Anababa ve çocuk sonsuza kadar birbirine bağlıdır.

Aslında hepimiz, iyi veya kötü şekilde evden ayrıldıktan, yolumuza devam edip kendi yaşamlarımızı kurduktan sonra bile derinlerde bir yerde, duygularımızın merkezinde anababamızla hâlâ direkt bir hattımız olduğunu biliriz.

Ben olgun ve başarılı bir kadıyım. Annemle her konuşmadan sonra, onun benimle hâlâ nasıl bu kadar kolaylıkla başa çıkabildiğine şaşıyorum.

Bu kaynağın gücünü anlar ve çocuklarınız üzerindeki etkiye inanırsanız, özellikle gelecek yıllarda karşılaşacağınız bütün “bana ne”ler ve diğer itaatsizlikler karşısında çocuk yetiştirme konusunda etkili bir sistem için sağlam bir temeliniz olacaktır.

Bağımsızlığa Doğru Gidiş

Anababa ve çocuk arasında sevmek ve sevilme devam ederken, çocuklar yavaş yavaş kendilerini iyi hissetmek için kendi kendilerine bakma kapasitesi geliştirmeye, yalnızken kendilerini teskin edebilmeye başlar. Bazen bunu “iyi anababa”yı içselleştirmek olarak tanımlarız. Fakat gerçekte bu sevmek ve sevilmenin içselleştirilmesidir.

Küçük çocuklar genellikle bir parmak, özel bir battaniye ya da oyuncak ayı gibi kendilerine yardımcı olacak harici bir nesneye ihtiyaç duyar. Daha sonra hayali arkadaşlar yaratabilirler. Fakat sonunda bütün teskin etme sürecini kendi içlerinde sürdürebilecek duruma gelirler. Yalnızken kendilerini hoşnut ve rahat hissederler. Yaşamlarında kendilerini kötü hissetmelerine yol açacak bir şey olduğu zaman, örneğin anababaları oturma odasını darmadağın ettikleri için çılgına döndüğünde, bu kötü duyguyu eninde sonunda yok etmek için kendi içlerinde bir şey dayanabilirler. Olan bitenin iyi duygular vermesini sağlamak

için bütünüyle anababalarına bağımlı değildirler. Kendi başlarına bırakıldıklarında kötü duygularla başa çıkabilirler. Olgunlaşırlar. Bağımsızlığa doğru ilerlemeye başlarlar.

Normal gelişim çocuğu olgunluğa ve bağımsızlığa doğru ilerler. Yine de çocuklarda -aslında hepimizde- asla büyümeyen bir parça kalır. /

Bebek Kişilik ve Olgun Kişilik

Yedi yaşındaki Lance her gün okuldan eve gelir, paltosunu çıkarır, aslında asılması gereken duvar askısından bir metre kadar bile uzak olmayan bir noktada yere atar. Bunu her gün yapar ve her gün kendisine bağırlır.

“Eve geldiğinde paltonu asıp beni bir kez olsun şaşırtamaz mısın?”

Ama asla şaşırtmaz. Bir kez bile. Lance’ın sınıfında da çocukların paltolarını asmaları için duvar askıları vardır. Her gün okula gittiğinde mutlaka paltosunu çıkarıp kendi askısına asar. Her gün.

Lance evde başka davranır, okulda başka. Gerçek hayatta bu böyledir ve bu insan psikolojisiyle ilgili, anababaların anlaması gereken çok önemli bir fenomendir. Onsuz, çoğu çocuk ve yetişkin davranışı hiç mantıklı gelmeyecektir. Hepimiz gibi Lance’ın da gerçekte iki ayrı kişiliğe sahip olmaya benzeyen, iki farklı iş görme tarzı vardır. Bu iki farklı tarz, yaşamlarımızda vites değiştirir gibi bir ileri bir geri işler. Ben bu iki kişiliği bebek kişilik ve olgun kişilik olarak adlandırıyorum. Evde, Lance’ın bebek kişiliği istediğini hemen o anda ister. Yalnızca keyif almak ister ve tartışma istemez. Özellikle okuldaki zor günden sonra gevşemek ve iyi şeylerle meşgul olmak ister. Rahatlamak ve karnını doyurmak ister. Örneğin televizyonun karşısına oturup Doritos yemeyi çok sever. Fakat şimdi gelin bebek kişiliğe daha yakından bakalım.

Bebek kişilik strese hiçbir şekilde katlanmayacaktır. Hiçbir şey ya da hiç kimse tarafından canının sıkılmasından hoşlanmaz.

“Lance, bir kez olsun eve geldiğin zaman paltonu asar mısın lütfen? Basit bir el ve kol hareketi. Çok şey istemiyorum.”

Fakat Lance bunu asla yapmaz. Tam olarak bebek kişiliğın tesiri altındayken, ondan *canının istemediğı* herhangi bir şey istemek, yapabileceğinden fazlasını istemektir.

Bebek kişilik sadece o anda istediğini elde etmekle ilgilenir.

“Bana o Pokemonu alırsan bütün yıl boyunca odamı temizleyeceğime söz veriyorum.”

Bebek kişilik çok kolay söz verir; çünkü geleceğı tanımaz. Kendini hiçbir şeye mecbur hissetmez. Bebek kişilik “daha sonra” kelimesinden çok hoşlanır. Bebek kişilik tarafından kullanıldığında, “daha sonra” anababanın o an için surat asmasını önler.

Utanc nedir bilmez ve asla üzgün değildir.

“Lana hiç utanmıyor musun? Seni başka alamayacağını söyledikten hemen sonra ve gizlice lolipop aşırırken suçüstü yakaladım. Yaptığın şey için üzgün değil misin?”

Bebek kişilik üzgün değildir. Sadece yakalandığı için çok kızgındır.

O yaptıklarına bakmaz ve kendini hiç yargılamaz.

Lana sinsice ve asice davranmış olmasına aldırılmaz mı? Hayır. Bebek kişilik yaptıklarına bakmaz ve kendisiyle ilgili hiçbir duygusu yoktur. Dürüst ya da sahtekâr, zeki ya da aptal, güzel ya da çirkin değildir. Olduğı gibidir.

“Evdeyken yalnızca kendimim. Ne yaptığım önemli değil. Nasıl göründüğüm önemli değil. Yaptığım hiçbir şeyin bir önemi yok.”

Kendi eylemlerinin sorumluluğunu almaz. Davranışının başkaları üzerindeki etkilerine de aldırılmaz.

“Kız kardeşini kızdırmanın onun moralini nasıl bozduğunu göremiyor musun?”

“Fakat odama gelen oydu.”

Anababalar dahil.

Yedi yaşındaki kızgın Kevin şöyle der: “Sen dünyanın en kötü annesisin. Öylesin işte.”

Kevin bunun gerçekten çok sevdiği annesini incitebileceğinden endişe duymaz mı? O anda duymaz. Bebek kişiliğin bütün bildiği, ona izin vermediği için annesine kızgın olduğudur ve ona çatmak istemektedir.

Fakat daha sonra, annesinden ayrıyken ve olgun kişilik konumuna tekrar döndüğü zaman annesine kötü davrandığını fark eden Kevin pişmanlık hissedecek ve tüm çocukların çoğunlukla yaptığı gibi geri dönecektir.

“Üzgünüm anne. Duygularını incitmek istemedim. Bana çok kızgın mısın? İsteyerek yapmadım anneciğim. Seni seviyorum. Benim yüzümden kendini kötü hissetmeni istemiyorum.”

Bu pişmanlık gerçektir. Fakat bir dahaki sefere, istediğini elde edemediği zaman yine edepsizleşecektir. Bir kez daha bebek kişilik işbaşına geçecektir.

Fakat hepsinin ötesinde, bebek kişilik kendisine asıl bakanları, anneciğini ve babacığını ister ve onlarla olabildiğince çok, olabildiğince uzun süre birlikte olmak ister.

Bebek kişiliğin anababaya dayanma konusundaki tam teslimiyeti olan bu son karakteristiği, en sinir bozucu ve hayret uyandırıcı çocuk davranışlarının çoğunun sorumlusudur.

İtirazların Arkasındaki Giz

“André lütfen şu iki bardağı mutfığa götürür müsün?”

“O bardaklar benim değil.”

“Kimin bardağı olduklarının ne önemi var. Onları mutfığa götürmeni istiyorum.”

“Onları oraya ben bırakmadım. Stephen bıraktı.”

“Onları mutfğa götürmeni istediğimi söyledim.”

“Ama bu haksızlık! Her şeyi hep ben yapmak zorundayım. Stephen çok dağınık ve ne yapsa paçayı kurtarıyor.”

“BARDAKLARI GÖTÜR!”

“Bana bağırma, yanlış bir şey yapmadım.”

Bu sahnenin ardından düşüş gerçekleşir ve olay sekiz ya-şındaki André’nin gözyaşları içinde odasına koşmasıyla sona erer.

“Hep bana bağırıyorsun. Hep bağırıyorsun. Hep bağırıyorsun.”

Ve annesi öfkeli ve çaresiz kalakalmıştır.

“Bunu gerçekten istiyorsun André.”

Bardaklar oldukları yerde durmaktadır.

Düşündüğünüz zaman, bu hikâyenin bir anlamı yoktur. Neden André ilk etapta bardakları mutfğa götürüp bu sevim-siz sahneden kaçınmadı? Neden yalnızca küçük bir çabası bunu engelleyecekken uzun, çirkin bir sahneyi *kasıtlı olarak* yaratı-yormuş gibi göründü. Özellikle benzer sahneler geçmişte ke-sinlikle yer almışken bunun hiçbir mantığı yoktur. André bar-dakları mutfğa götürmemekte direnirse sonucun ne olacağını biliyordu; ama yine de kendini tek kelimeyle berbat hissetme-siyle son bulacak bir sahneye sebep oldu. Bebek kişiliğın kav-ranılamaz tembelliğini, herhangi bir iş yapmayı, herhangi bir rahatsızlık veya stresi deneyimlemeyi kesinlikle reddedişini saymazsak, neden yalnızca bardakları mutfğa götürüp “bu işi bitirmedim”?

Böyle sahneleri yaşamış anababalar, bunun çoğunlukla ço-çuğun tanımlanamaz şekilde tembel olması meselesinden çok daha öte olduğunu bilirler. Sanki çocukları kavgayı teşvik edi-yor, sürmesini ve tırmanmasını istiyordur. Sanki çocukları bir şeyin peşindedir, fakat ne olduğu belirsizdir. Anababanın bakış

açısından, çocuklar sanki suratlarına bir tokat istemektedir. Neden? Çocuk neyin peşindedir?

Önceki örneği değiştirmeme izin verin. André'nin annesinin aynı ricada bulunduğunu, fakat bu senaryoda hikâyenin geri kalanının biraz farklı geliştiğini farz edin.

“André şu bardakları oturma odasından mutfağa götürür müsün lütfen?”

“O bardaklar benim değil.”

“Kimin bardağı oldukları önemli değil. Senden onları mutfağa götürmeni istiyorum.”

“İyi, tamam.”

Belki de içten içe homurdanmakta olan André bardakları mutfağa götürür. Sonra ne olur? Genellikle André'nin annesinin bardakları mutfağa götürmesini istemeden önce yaptığı veya yapmayı planladığı her neyse onu yapmasını bekleriz. Belki odasındaki oyuncaklarla oynayacaktı ya da erkek kardeşini kızdıracaktı. Sonraki yarım saat boyunca André muhtemelen annesinden ayrı bir aktiviteyle meşgul olacaktı.

Şimdi ilk senaryoya dönelim. Bu örnekte André yarım saatlik bağımsız aktivitenin yerine haykırma, bağırma, ağlama ve surat asmanın yer aldığı uzun duygusal bir sahneyi tercih etti. Annesinden ayrı geçirilecek zaman yerine, annesiyle hararetli bir etkileşimle dolu kıymetli bir zaman sürecini tercih etti. André'nin içindeki bebek kişilik için bu nitelikli zamandı.

André, çocukluğunun ilk dönemlerinde yapmak istemediği bir şeyi yapma konusunda ilk kez inatlaştığı zaman bir şey keşfetmişti. İtiraz etmenin annesinden duygusal bir tepki getirebileceğini fark etmişti. Yalnızca itiraz etmeyi sürdürdüğü zaman annesini kendisi yılmadığı sürece devam edecek bir savaşın içine çekebilirdi.

“Beni azarlıyorsun. Hep beni azarlıyorsun.”

“Beni gerçekten bezdiriyorsun André.”

André savaşlardan hoşlandığını keşfetti.

Bir düzeyde, çocuğun morali hakikaten bozulmuş olabilir. André acı çektiğine gerçekten inanmıştı. Ani bir baskın yapsaydık, onu bir yalan makinesine bağlayıp “Bütün bunları kasıtlı mı yapıyorsun? Bundan hoşlanıyor musun?” diye sorsaydık, André kızgın bir şekilde hıçkırarak ağlayacak, “Hayır!” diyecek ve yalan makinesi onun doğruyu söylediğini gösterecekti. Bununla birlikte, başka bir düzeyde gösteriyi sürdüren bebek kişilik kesinlikle iyi vakit geçiriyordu.

Kızgınlık güçlü bir duygudur ve sınırları olmayan bebek kişilik sevgiye olduğu kadar kızgınlığa da açıktır. Derinde, André’nin bebek kişiliği keyif alıyordu. Savaşlar ve güçlü duyguların alışverişi bebek kişilik için olduğuça zevkli ve uyarıcı olabilir. Neredeyse aşıkların çekişmeleri gibidirler. Hararetli ve kızgın bir savaş, anababayla temasın güçlü bir dozudur ve karşı koyuş ne kadar duygu yüklü olursa o kadar iyidir.

Anababanın ilgisinin peşinde olan bebek kişiliğin oburluğunun, doyumsuzluğunun tarifi mümkün değildir. Size bütün anababaların kolayca tanıyabileceği klasik bir örnek vermeme izin verin.

Morris ve annesi odada birlikteedir. Morris mutlu bir şekilde kendi başına oynamakta, annesine kesinlikle hiç dikkatini vermemektedir. Ama daha sonra kız kardeşi Sasha sessizce, annesine fark ettirmeden odaya girer. Fakat Morris kesinlikle onun farkındadır ve mutlulukla yaptığı şeyden derhal vazgeçerek annesinden bir şey istemeye başlar. Bütün anababaların bildiği gibi, aynı şey Morris’in annesine bir telefon gelmiş olsaydı da olacaktı. Morris telefon konuşması boyunca annesinin başını ağrıtmak için yaptığı şeyi derhal bırakacaktı.

“Anne bunu yapmam için bana yardım eder misin?”

Sorun şudur: Bebek kişilik öyle oburdur ki, anababasını istemediği, başka bir şeyle ilgilendiği, geçici olarak bağımsız olgun konuma geçtiği zaman bile, annesini istediği anda onun

derhal ve bütünüyle hazır bulunmasını sağlamak için sürekli tetiktedir. Ve bebek kişilik *derhal ve bütünüyle* derken ciddidir.

Bebek Kişiliğın Diğer Yolu

Düşüncesiz ve obur bebek kişiliğın hikâyesi daha da karmaşık bir hale gelebilir. Hedefleri asla değişmese de, bebek kişiliğ bu amaçlara ulaştıran yollar gerçekten çok farklı olabilir. İstedikini almak için, André'nin yaptığı gibi cepheden taarruza kalkışmakla kalmayıp sinsi ve kurnazca yollara da başvuracaktır.

Helena ve annesi, arkadaşı Trish'e doğum günü hediyesi almak için alışverişe çıkmıştı. Helena içi doldurulmuş şirin bir unicorn* ve güzel deri bir kalemlik bulmuş, her ikisinden de çok hoşlanmıştı.

"Anne Trish'e hangisini alayım?"

"Bilmiyorum tatlım. Eminim Trish ikisinden de hoşlanır."

"Ama hangisini alayım?"

"Bilmiyorum tatlım. Bence ikisi de güzel."

"Ama hangisini alacağımı bilmiyorum."

"Birini alıver canım. Trish ikisinden de hoşlanır."

"Ama hangisinin daha iyi olduğunu bilmiyorum. Senin karar vermeni istiyorum."

"Of Allah aşkına Helena! Birini al gitsin."

"Ama Trish'in hangisinden hoşlanacağını bilmiyorum. Benim için birini seçmelisin."

Helena'nın kararsızlığı, bebek kişiliğın amaçlarına ulaşmak için seçtiğı pasif yoldan başka bir şey değildir. Bu yolu izleyen bebek kişilik işini şansa bırakmaz. Helena annesini idareyi ele almaya davet eder ve itaat yoluyla onunla bütünleşir. Annesi tercihi yapmazsa Helena karar vermeyi sonsuza kadar ertelemeye ve öyle ya da böyle karar vermesi için daha fazla baskı yapılırsa da oldukça isterik bir hale gelmeye hazırdır.

* Tek boynuzlu at şeklinde efsanevî bir hayvan (ç.n.).

Mesele nedir? Böyle küçük bir kararı vermekte nasıl bir zorluk vardır? İnsan ne istediğini bilirse sorun yoktur. Fakat emin değilse yanlış ya da doğru kararın hayali önünde dikilir. Bir tercih diğerinden sadece biraz daha iyi olabilir ve bu yüzden endişelerin en hafifleri içeri süzülebilir.

“Belki Trish pembe unicornu daha çok sevecekti. Belki de benim kadar sevmeydi.”

Bebek kişilik bunların hiçbirini istemez çünkü endişe stres demektir. Kişinin kesinlikle emin olmadığı yerde, en düşük düzeydeki bir belirsizlik bile bebek kişiliğin hoşgörü gösteremeyeceği bir durum yaratır. Mantıklı bir gözlemci, bu kadar küçük bir kararı vermenin ne kadar stres içerebileceğini sorabilir. Çok değil. Fakat anababalar mantıklı olmanın bebek kişiliğin nite-liklerinden biri olmadığını unutmamalıdır.

Oğlanlar ve Kızlar

André ve Helena’nın benzer amaçlar için farklı yollar seçmesi dikkate değer; çünkü bütün olarak bakıldığında oğlanların saldırgan, kızlarınsa pasif yolu tercih ettiği konusunda hiç şüphe yoktur. Aşağıdaki iki istatistik bunu oldukça net olarak göstermektedir.

1. Birleşik Devletler’de, buluş çağı öncesi kız çocuklarının dört beş katı sayıda oğlan çocuğu psikolojik sorunlar yüzünden uzmanlara başvurmuştur.
2. Ergenlik döneminde, zihinsel sağlık uzmanlarına başvuran kız ve erkeklerin oranı aşağı yukarı bire birdir.

Eğer ergenlik ve tabii yetişkinlik çağında kadınlar da erkekler kadar psikolojik sorunlar yaşıyorsa, geleceğin bu sorunlu kızları çocukluk yılları boyunca ne yapıyordu? Ne yapıyorlardı ki sorunları anababalarının veya başkalarının dikkatini çekmedi? *İyi çocuk oluyorlardı.* Eğer bebek kişiliğin amacı stresten kaçınmak ve beslenmekse, mücadelenin gün gibi ortada olan alternatifi çok çok iyi olmaktadır.

“Annemin istediklerini tam olarak yapacağım. Annemle her zaman arkadaş olmamızı sağlayacağım. Hatta annemin benden yapmamı isteyeceklerini önceden tahmin etmeye çalışacağım. Onun isteği benim isteğim olacak. Tabii ki, hiç karar vermeyeceğim; çünkü yanlış karar verebilirim. Bunları tamamen ona bırakacağım.”

“Bundan hoşlanır mıyım anne?”

“Allah aşkına Helena, neden hoşlandığını sen biliyorsun.”

“Hayır bilmiyorum anne. Sen bilirsin.”

İstemedi masayı hazırlar, üzerinde kalpler ve gülen yüzler olan sonsuz sayıda “Seni seviyorum anne” notları yazarlar.

“Sana yardımcı olmak için şimdi ne yapabilirim anne?”

Anababalar, çocuklarını nadiren çok iyi oldukları için zihinsel sağlık uzmanlarına götürürler. Şüphesiz, gençlikte bağımsız olunması *gerektiği* fermanıyla birlikte kurt geri döner. Ve pasif yolu anababasından çok şey almak ve onlara yakın kalmak için kullanmış olan çoğu kız aynı amacı korur, ama taktik değiştirir. Kendilerine bağımsız olduklarını hissettirmek için söz dinlemez, uyumsuz bir çizgiye geçerler.

“Annemin ve babamın söylediği her şeye karşı çıkarak bağımsızlık duygumu koruyacağım. Fakat karşı çıkmam ve tartışmam yine de onlar tarafından çok çok beslenmem için beni onlara yakın tutacak, çünkü bu beslenme sonsuza dek sürecek.”

Gençlikte oğlan çocukları da değişir, genellikle odalarına çekilip gözden kaybolurlar.

Tabii ki pasif yolu seçen birçok oğlan ve saldırgan yolu seçen birçok kız da vardır, ama genellikle durum tam tersidir. Ayrıca annesine sınıksız sarılan, “Seni seviyorum anne” notları yazan, karar vermeye direnen bütün çocukların duygusal sorunlarla dolu hayatlara mahkûm olmadığını söylemek gereksizdir. Onların davranışı normal gelişimin bir parçasıdır. Fakat çocuklara sürekli olarak en güvenli olanı seçtiren bebek kişiliğinin olaydaki parmağı göz ardı edilmemelidir. Bebek kişiliğinin bu görünümünün nasıl zarar verici olabileceğini daha sonra göreceğiz.

Olgun Kişilik

Neyse ki, bebek kişiliğın Lance'ı okulda paltosunu asmaya sevk eden bir karşıtı vardır: Olgun kişilik. Olgun kişilik, bebek kişiliğın olmadığı her şeydir. Olgun kişilik hazır memnuniyet beklemez. Hayal kırıklığına tahammül edebilir. Sabırlı olabilir. Kendini kontrol edebilir. Bağımlı bebek kişiliğın aksine, bir amaca doğru ilerlerken stresle başa çıkmaya isteklidir. Sorumluluk alır ve kaygıları yalnızca şu anla değil, gelecekle de ilgilidir. Bebek kişiliğın tam aksine çalışmayı arzular.

Olgun kişilik kendisinin farkındadır, kendine bakar ve gördükleriyle ilgili yargılarda bulunur. Güzel ya da çirkin, iyi ya da kötü, zeki ya da aptaldır. Ve olgun kişilik çevresindeki dünyayla etkileşime girer ve ilgilenirken yalnızca kendini yargılamakla kalmaz, başkaları tarafından sürekli yargılandığını da hisseder.

“Şişman olduğumu mu düşünüyorlar?”

“Aptal gibi davrandığımı mı düşünüyorlar?”

“İyi anal/baba olduğumu mu düşünüyorlar?”

Bağımsız olgun kişilik yalnızca budur: Bağımsız. Bir yolunu bulup bütün duygularla kendi kendine başa çıkmalıdır. En derin ve kapsamlı şekilde olgun kişilik sonuçta yalnızdır ve daima öyle olacaktır.

Olgun kişilik geçmişi ve geleceği tanıdığı için endişe duyabilir. Yaptıklarına bakıp kendini yargılayabildiği için utanç, suçluluk ve aşağılanma gibi kötü şeyler hissedebilir. Yalnız olduğu ve yalnız olduğunu bildiği için kendini zayıf hisseder. Ve yukarıdakilerin hepsinden dolayı olgun kişilik kendi eylemleri için sorumluluk hisseder ki, bu da büyük bir gurur veya korkunç bir yük kaynağı olabilir.

Olgun kişilik, bebek kişiliğın arzu duyduğu asıl bakımdan farklı ikinci bir bakım türünü izler. Olgun kişilik bakım için evin ve ailenin dışına yönelir.

Üç yaşındaki bir oğlan çocuğu, tahta küplerden bir kale yapmaya çalışır. Birkaç girişime rağmen iki küpten fazlasını üst üste dengede tutamaz. Onu izleyen annesi, yardımcı olmak amacıyla yanına gelir ve üçüncü bir küpü diğerlerinin üstüne koymaya çalışır. Çocuk annesinin elini iter.

Olgun kişilik, besinini anababa ve evden ayrı olan dünyayla başa çıkarkenki yeterlilik ve kabul duygusundan alır. Olgun kişilik çocuğun keşfeden ve yeni olanı arayan parçasıdır. Olgun kişilik keyif alan ve arkadaşlarla ilgilenen parçadır. Dolapların içine bakmak, kendi çorabını kendi giymek isteyen parçadır. Beceriler edinmek, sporda ve oyunlarda iyi, okulda başarılı olmak isteyen parçadır.

Önceleri, bebek kişiliğın temel bakımı kayıtsız şartsız en önemli şeydir. Fakat çocuklar büyüdükçe iyi olma duyguları giderek olgun kişiliğın beslenmesine daha çok bağılı olur. Başlangıçtaki besin giderek daha az her şeyin yolunda olmasını sağlar. Anababa sevgisinin sütü eskiden olduğı gibi besleyici değildir. Belirli bir yaşı geçtikten sonra, bir zamanlar ısıltılı gülümsemeye yol açan “Çok güzel görünüyorsun Sharon” veya “Stephen *biz* senin harika bir çocuk olduğunu düşünüyoruz” genellikle bir omuz silkme veya yüz buruşturmadan fazlasını getirmez.

“Tabii ki bunu söylemek zorundalar. Onlar benim annem ve babam.”

Olgun kişilik, çok önemli bir iş olan yaşamını tek başına sürdürmeyi öğrenmekle görevlendirilmiştir. Sonunda bir gün çocuk o kocaman dünyaya girer. Artık yeni sevgi ilişkileri bile kuracaktır; arkadaşlarla, sevgililerle, eşlerle ve en sonunda kendi çocuklarıyla.

“Seni seviyorum anne. Yalnızca Lorraine ve çocuklara öncelik vermeliyim. Bunu biliyorsun.”

Bu olgunlaşma dediğimiz şeydir. Olgun kişiliğın yaptığı budur.

Bebek kişilik ve olgun kişilik, iki tamamıyla ayrı ve bütünsel davranış sistemi olarak vardır. Her birinin kendine ait bir dizi kuralı, algısı ve hatta farklı duygu setleri vardır (örneğin bebek kişilik konumunda utanç yoktur). Tek sorun olgun kişiliği çok nadir olarak görebilmemizdir. Çünkü bebek kişiliğin hüküm sürdüğü bölge ev ve anababanın bulunduğu yerlerdir. Çocuklarımıza aşılama çalıştığımız iyi davranışlar sergilenir, ama genellikle evden uzakta, başkalarının evlerinde ve okulda.

Anaokuluna gelen üç yaşındaki bir çocuk ağlar; anne ya da babası orada kalmazsa diğer çocuklarla oynamayacaktır. Ama onlar gider gitmez ağlamayı keser ve mutlu bir şekilde diğer çocuklara katılır.

On yaşındaki bir kız çocuğu evde anababasına üzüntüden başka bir şey vermemekte, evdeki işlere yardım etmektense ölmeyi tercih etmektedir. Ama anneanesi, arada bir hafta sonlarında kendisini ziyarete gelen torununun daima memnuniyet verecek tarzda davrandığını ve sürekli olarak ev işlerine yardım etmeyi teklif ettiğini anlatır.

“Öyle mi yaptı? Bizim Tracy olduğundan emin misin?”

Ergenlik çağındaki bir kız, evdeyken kılıksız bir halde dolaşır. Fakat okula hazırlanırken görüntüsü için bir saatten fazla zaman ayırıp titizlenir.

Yedi yaşındaki bir oğlan çocuğu, anababası ve kardeşlerine karşı sert tabiatlıdır, fakat başkalarına karşı çok kibar, hatta utangaçtır.

Basit bir deyişle, biz çocuğumuzun dünyanın geri kalanından farklı bir görünümüyle karşı karşıyayızdır.

Anababalar olarak bu farklılıkları tutarsız ve şaşırtıcı buluruz.

“Nasıl oluyor da bizimleyken hiç böyle davranmıyorsun?”

Fakat çocuklar için bunların hepsi doğal görünür. Eğer dışarıda o koca dünyanın içinde düşünceli, dürüst, çalışkan olarak görülüyorlarsa, evde düşüncesiz, aldatıcı ve tembel oldukları gerçeği bir sorun yaratmaz. Zihinleriyle davranışlarının tutarsızlığını kabul etseler de bunu *hissedemezler*.

“Bunu açıklayamıyorum. Okulda veya başka bir yerde her şey çok farklı. Bilmiyorum. Evde hiçbir şeyin önemi yok ki.”

Farklı davranışlarını ifade etmek için yapabildiklerinin en iyisi budur. Çocuklar için iki alan arasındaki söz edilmeyen hat, yaşamlarının otomatik bir bölümüdür. Anababalarının bunu anlayacaklarını farz eder, anlamadıkları zaman da hayrete düşerler.

Ama daha sonra önemli soru gelir: Bu ikisinden hangisi, evdeki hali mi yoksa evin dışındaki hali mi çocuklarımızın gerçekte kim olduğunun ve nasıl yetişkinler olacaklarının daha sağlıklı göstergesidir? Zamanın istisnasız şekilde gösterdiği gibi, yanıt bebek kişiliğin değil, evden uzakta işlev gösteren bağımsız ve olgun kişiliğin davranışının geleceğin yetişkininin doğru bir yansıması olduğudur. Fakat anababalığa derin etkileri olan, genellikle anababanın görebildiği bebek kişiliktir. Çünkü anababalar çocuk yetiştirmenin bunaltıcı paradoksuyla karşı karşıya kalır: Gördüğün sahip olduğun değildir.

Bebek Kişilikle Kim Muhatap Olur?

Bebek kişiliğin nerede, ne zaman, kime görünmeyi seçeceğini anlamak her zaman kolay değildir. Farklı yerlerde farklı insanlara görünme ve görünmeme yeteneği büsbütün kafa karıştırıcıdır.

Yedi yaşındaki Luke ve annesi oturma odasındaydı. Bilimsel merakla kapılan Luke, ayarlı bir anahtarı olan bir lambayla oynamaya başladı. Hem lambanın üç konumuna, hem de ışığı ne kadar hızlı açıp kapatabildiğine bakıyordu. Annesi de aynı lambanın ışığında çalışıyordu.

“Luke şunu keser misin? Çok rahatsız edici. Okumaya çalışıyorum.”

Annesini hiç duymamış gibi görünen Luke deneyini sürdürdü.

“Luke beni duydun mu? Lambayla oynamayı bırakmanı söyledim.”

“Okuyabilirsin. Bu senin okumanı engellemez ki!” dedi Luke savının doğruluğunu göstermek istercesine anahtarı birçok kez açıp kapatarak.

“Luke lambayla oynamayı kes dedim!” Annesi kızdıkça sesi de yükseliyordu.

“Bana bağırarak zorunda değilsin. Her zaman bana bağırarak zorunda değilsin!” diye bağırdı artık kendisi de kızgın olan ve anahtarı açıp kapamayı sürdüren Luke.

Bu noktada, gürültüyü işiten babası içeriye girdi. Geniş adımlarla Luke’a doğru yürüdü.

“Luke kes şunu! Şimdi!”

Luke derhal lambadan elini çekti.

İçeri gelip sorunla uğraşmak için çalışmasını kesmiş olmaktan rahatsız olan babası “Barbara Luke’a karşı yeterince sert değilsin” dedi.

Kocasının yorumuna kırılmış olsa da, Luke’un annesi bir şey demedi. Aslında onun haklı olduğunu düşünüyordu. Böyle bir senaryo ilk kez oynanmıyordu. Açıkça görülüyordu ki, Luke babasının müdahalelerine kendisinininkilerden daha iyi yanıt veriyordu. Luke hemen her zaman onunla tartışıyor, onu suçluyordu, ama babasına hiç bu şekilde davranmıyordu. Babası ona hiç vurmuyor, gözünü korkutmuyordu ama Luke babasının komutlarıyla yerinden fırlarken, annesi ne yaparsa yapsın genellikle duymamazlıktan geliyor ya da itiraz ediyordu.

Luke’un annesi bunu kabul etmekten nefret etse de, kendisi açıkça ortada olduğu gibi Luke’la düzgün bir şekilde başa

çıkamazken babası bir şekilde doğru davranıyor olmalıydı. Buna anlam veremiyordu; çünkü kendisinin genellikle kocasından daha sert biri olduğunu biliyordu. Bununla birlikte, Luke'un her ikisine tepki veriş tarzına bakılınca durumun tam tersi olduğu görülüyordu.

İkinci bir hikâye:

Uzun yıllar boyunca Barbara ve Joseph'in iş saatleri, çocukların okulda olmadığı zamanların çoğunda Joseph'in evde olmasını gerektiriyordu. Aynı zamanda Joseph diğer şeylerin yanı sıra kızı Jennifer'in sonsuz ertelemesiyle her gece bir savaşa dönüşen yatma zamanında da görev başındaydı.

"Ama izlediğim program daha bitmedi."

Ve ikizler, Derek ve Dugan da bitmek tükenmek bilmez bir şekilde kavga ediyor ve yaygara koparıyorlardı.

"Baba Derek pijamamı aldı."

"Dugan benimkine tükürdü. Benim pijamamda tükürük var."

Yatma zamanı hep bir mücadeleleydi. Barbara'nın evde olup bu onura sahip olduğu sah geceleri dışında, üçü sonunda yatağa girdiği zaman Joseph tamamen tükenmiş oluyordu.

Jennifer tam yatma zamanında "Yatmaya hazırım anne!" diye seslenirdi. "Gelip bana iyi geceler öpücüğü verir misin?"

"Bak biz ne kadar usluuz" derdi ikizler; yıkanmış, dişlerini fırçalamış ve pijamalarını bir güzel giyinmiş halde kendilerini annelerine sunmadan önce.

Fakat ertesi gece babaları işbaşındayken, yatma zamanı her zamanki gibi kaos olurdu.

"Neden siz üçünüz ben yatırırken anneniz için yaptığınız gibi hemen yatmıyorsunuz?" diye sordu tükenmiş haldeki Joseph.

İkizler patates kızartması peşinde mutfığa koşarken, bir ağızdan “Annem daha iyi” dediler.

Bebek kişiliğın ana karakteristiğı, çocukların yaşamındaki *birinci derecede* bakımı üstlenen kişiyle daha çok ortaya çıkmasıdır. İlgilenen fakat birinci derecede bakımı üstlenmeyenler, özsaygı isteyen, gurur duymak isteyen olgun kişilikle daha çok karşılaşma eğilimindedir. Çocuklar birinci derecede bakımı üstlenen kişilerin de gurur duymasına önem verir, fakat onların kendilerini koşulsuz şekilde sevmeleri daha önemlidir. Davranışları gurur duyulacak türden olmasa bile, bu sevgiyi her zaman orada bulabilmek isterler. Koşulsuz sevgi. Bunun için Luke kendini annesine bebek kişiliğıyle, babasına ise olgun kişiliğıyle sundu. Ama Barbara ve Joseph’in çocukları tam tersini yapıyor, yatma zamanında bebek kişilikleriyle babalarını kızdırıyorlardı, çünkü o ailede birinci derecede bakımı üstlenen oydu.

Günümüzün ailelerinde anababa rolleri sabit değildir. Babaların temel kişi olduğu, annelerin ise ya olmadığı ya da belirgin şekilde daha küçük bir rol üstlendiğı durumlarda, baba birinci derecede bakımı üstlenen kişi olacaktır. Babaların çocuk yetiştirmeyi anneler kadar üstlendiğı her durumda, *her iki cins de kolaylıkla bakan kişi olabilir. Ebeveynin cinsiyetinin çocuğunun hangi “görünümüyle” karşılaşacağıyla hiçbir ilgisi yoktur.* Bunu belirleyen çocuklarının yaşamındaki rolleridir. Birinci derecede bakan kişiyseniz, daha çok bebek kişilikle muhatap olursunuz. Her gün belirgin şekilde daha az yanında bulunuyorsanız, muhtemelen olgun kişiliğın daha iyi davranışlarını görürsünüz.

Orlando, arkadaşı Michael’ın evinde bulunduğu süre boyunca mükemmel şekilde davrandı. Fakat annesi gelip Michael’ın annesiyle çene çalmaya başladığında Orlando’nun davranışı gizemli bir şekilde bozuldu. Sızlanmaya ve yakınmaya başladı.

“Anlamıyorum” dedi Michael’ın annesi. “Sen gelene kadar öyle iyiydi ki!”

Olgunlaşma: Nasıl Bireyselleşiyorlar

Vicdan

Ancak, eğer olgun kişilik otokontrolden, çocuktan yapması bekleneni yapmaktan, bireyselleşmekten sorumlu olan parçaysa, o nereden gelir? Yoktan var olmaz. Çocuklar bireyselleşmeyi nasıl öğrenir?

Çocukluğun ilk çağlarında, olgun kişilik yola yeni koyulduğu zaman, çocuğun kontrolünde pek az rolü vardır. Bu anababanın işidir.

“Yapma!” der annesi Derek mısır gevreği kasesini yakalayıp kasten yere devirmeden hemen önce.

Fakat eğer çocuklar anne ya da babaya bağlanmışlarsa, kendilerini seven anne ya da babayı otomatik olarak kabul edip onun kendilerini besleyen parçası yapmakla kalmaz, anababalarının kuralları da dahil olmak üzere bütün paketi çekip alırlar. Elllerinden bir şey gelmez.

Ve böylece vicdan gelişmeye başlar. Başlangıçta, vicdan anne ya da babanın çocukların kafasının içinde uçuşan içselleştirilmiş sesidir.

“Odamı toplamazsam annem kızar.”

“Dişlerimi fırçalamazsam babam kızar.”

“Kevin’lardan hava kararmaya başladıktan sonra dönersem annem bana bağırır.”

Ve bu ses temel sevgi bağından dolayı büyük bir güce sahiptir. Bu sese karşı gelmek, söylediklerini yapmamak rahatsızlık yaratır ve buna *her zaman* bir huzursuzluk duygusu eşlik eder.

“Biliyorum hava kararıyor ve eve gitmem gerekiyor, ama oyunun ortasındayız ve yarıda bırakmak istemiyorum. Gitmeyeceğim. Annem kızarsa kızsın. Bu aptalca bir kural.”

Fakat huzursuzluk duygusu oradadır. Şüphesiz, vicdanın sesi her zaman itaat yaratmaya yeterli olmayabilir; çünkü bazı durumlarda vicdana karşı savaşılan güçler çok kuvvetli olabilir.

“Gitmeyeceğim. Çok iyi vakit geçiriyorum.”

Fakat çoğunlukla vicdanın sesi yani huzursuzluk kazanır.

“Gitmek zorundayım Kevin, yoksa annem çıldırır. Görüşürüz.”

Bu ses, yani vicdan tabii ki yalnızca olgun kişiliğin işittiği bir sestir. Bebek kişilik bu çağrıyı asla işitmez. Bu yüzden bu ses çocuk anababasından ayrıken, kendi odasında bile olsa, kapısını çalacaktır.

“Gerçekten anneme görgüsüz dememeliyim.”

Fakat bebek kişilik iş başındayken, annesinin yüzüne karşı bunu söylediği zaman, gerçekten bunu hak ediyor gibi görünüyordu.

Zamanla bu ses, gelişen vicdan, otomatik olarak bir dönüşüme uğrar. Anne ya da babanın sesi gibi gelmek yerine çocuğun kendi sesi olmaya başlar. “Odamı temizlemeliyim, yoksa annem kızar”, “Odamı temizlemeliyim, çok dağınık görünüyor” haline gelir.

Yavaş yavaş oluşan bu dönüşüm, anababanın arzu ve değerlerinin kendininmiş gibi kabul edilip içselleştirilmesidir. İşte burada, onlara koyduğumuz kurallar ve onlar için istediklerimiz, onların kendi kuralları ve kendileri için istedikleri haline gelir. Bu kendi yetişkin vicdanlarının oluşumudur.

Empati

Olgun kişiliğin vicdanının parçası haline gelen bir diğer önemli kontrol kaynağı empati dediğimiz şeydir.

Empati, diğerlerinin de tıpkı bizim gibi duyguları olduğunu bilmek ve onlara olanlar karşısında içtenlikle acı veya haz duymaktır. Bu, vicdanın en müşfik kısmıdır. Çocuklar empatiyi

doğru veya yanlış konusunda öğrenilmiş bir duyguyla değil, bizlerin insanlar olarak başkalarına gerçekten değer verdiğimiz duygusuyla geliştirir. Yalnızca bizim başımıza gelenlerle değil, başkalarının yaşadıklarıyla da acı veya haz duyarız. Bir çocuk sınıfın en aptalıyla eğlenemez, çünkü başkalarının acılarıyla eğlenmenin kendini nasıl rahatsız ettiğini ve edeceğini *bilir*. Uzun vadede, empati belki de en önemli davranış kontrolüdür.

Empati geliştirmenin temel gereği iyi bakımdır. Empati sevgiyle, ilgiyle ve kendinden önce karşıdakini ön planda tutmakla gelişir. Empati değer verilmekten ve duygularının dikkate alınmasından doğar. Sevgi dolu bir ilişkinin bir parçası olmakla doğar. Sevgi ve saygıyla büyütülen çocukların aynını başkalarına da verebildiği çocuk gelişiminin bir gerçeğidir.

Bununla birlikte, sevgi ve ilgi dolu ilişkiler içinde büyümeyen çocuklar da empati geliştirebilir. Kötü davranışa maruz kalan çocukların bazıları, etraflarındaki kendileriyle ilgilenen bir yetişkine, onlara karşı müşfik olan herhangi bir insana -öğretmenlerine, büyükanne ya da büyükbabalarına- bağlanır ve her nasılsa bu küçük miktardaki şefkati, kendilerinin başkalarına vereceği değerini temeli olarak kullanırlar.

Özdenetim/Özdisiplin

Bireyselleşmenin son önemli parçası, kendini fiilen denetleme yeteneğidir. Vicdanın gelişimiyle birlikte, olgun kişilik bu vicdanı dinlemek için özdisiplin oluşturmalıdır. Özdisiplinsiz bir çocuk, bunun yanlış olacağını bildiği için annesinin bir kütübü için sakladığı şekerlemeleri almak istemeyebilir, ama çok açtır ve canı şekerleme çekmiştir. Bu yüzden yine de onları alır ve yer. Bir insan neyin doğru olduğunu gerçekten bilebilir, bunu yapmak isteyebilir, yapmaya niyet edebilir, fakat arzu ettiği şekilde davranacak kapasite, özdisiplin ve olgunluktan yoksun olabilir. Dünyadaki en hoş insan olabilir, doğru olanı yapmayı gerçekten isteyebilirim, fakat hâlâ hayal kırıklığına pek az hoşgörüsü olan, istediğimi elde edemediğim durumlarla başa çıkma konusunda pek az yeteneği olan koca bir bebeksem, kötü bir şekilde davranırım.

“Daha önce söylediğim gibi partine gerçekten gelecektim, ama yolda arkadaşlarla karşılaştım, konuşmaya başladık ve sonuçta akşamı bir barda onlarla birlikte geçirdim.”

“Onu incitmeyi gerçekten istemedim, ama bana avaz avaz bağır-maya başladığı anda ben de çıldırdım. Kendimi tutamadım.”

“Liseyi bitirmek istiyordum. Annemi ve babamı hayal kırıklı-ğına uğratmak istemiyordum, ama bir türlü kendimi çalışmaya ik-na edemedim.”

Yani mükemmel empatik bir vicdana sahip olmak, kalpleri-mizde iyi insanlar olmak güzeldir, fakat aynı zamanda inançları-mızı destekleyecek eylemlerde bulunma gücüne de sahip ol-mamız gerekir.

Bunlar bireyselleşmenin temel öğeleridir. Anababaların de-ğerlerini içselleştirme, başkalarına içten ilgi gösterme ve özdisiplin yeteneği. Çocuklar bunları nasıl edinir? Bunlar nereden gelir?

Yanıt şudur: Anababalar kendi görevlerini yerine getiriyor, yani besleyip bakıyor ve ileride tartışılacağı gibi aynı zamanda taleplerde bulunup sınırlar koyuyorsa, olgun kişilik gerektiği gibi gelişmek için ihtiyaç duyduğu her şeye sahip demektir. Büyüyecek, güçlenecektir. Rolü artacaktır. Ve zamanla olgun kişilik yönetici bir rol üstlenecektir. İki kişiliğin de ne zaman ve neredesine karar verme sorumluluğunu üstlenecektir. Ne zaman olgun bir tavırla hareket etmeye ihtiyacımız olduğuna, ne zaman bebek kişiliği serbest bırakabileceğimize o karar ve-rir. Bebek kişiliği kendi köşesinde tutma işi olgun kişiliğe dü-şer. Sonunda olgun kişilik iki konum arasında gidiş gelişleri kontrol etmeye başlar.

Ofisteki Noel partisinde söylediklerime ve yaptıklarım dikkat etmek zorundayım. Fakat Harry ve Vivian’ın yılbaşı parti-sinde istediğim gibi kaba saba davranabilirim ve kimse bunu önemsemez, Lou-Anne bile.

Ofisten eve geldiğim zaman yarım saat boyunca herkes beni rahat bırakmalı. Hiç kimsenin gününün nasıl geçtiğini duymak istemediğim

bu zaman süresince dilediğim gibi dinlenip gevşeyebilirim. Fakat yarın saat sonra hazır hale gelip akşam yemeğini hazırlarım ve çocuklar bana istedikleri her şeyi anlatabilirler, onları dinlerim.

Bu kontrol asla mükemmel olmaz ama yetişkinlik çağında çoğumuzda yeterince iyi çalışır. Yani çalışmaya ihtiyaç duyduğumuzda çalışabilir, oynama ve rahatlatma zamanı geldiğinde oynayıp rahatlayabiliriz.

Bebek kişilik daima bebek kişilik gibi davranacaktır. O değişmez. Fakat olgun kişilik değişir. Çocukluk boyunca olgun kişilik büyümektedir. Bebek kişilik hiçbir yere doğru ilerlemeyi sürdürürken olgun kişilik güçlenmekte, sonunda tamamen gerçek yetişkin, olgun kişilik halini alıncaya kadar giderek artan sorumluluklar almaktadır.

Bebek Kişiliğin Ne İyiliği Vardır?

Olgun kişiliğin alanının aynı zamanda stres alanı olduğu, yaşamın bir gerçeğidir. Bu yüzden hem çocuklarda hem yetişkinlerde bebek kişilik gidip rahatlayabileceğimiz, gevşeyebileceğimiz ve günlük yaşamın tüm endişe ve streslerinden sıyrılabilen bir sığınağıdır. Tıpkı bir boks maçında raundlar arasındaki gibi ara verince çekileceğimiz, kendimize bakıp toparlanabileceğimiz ve kavganın içine yeniden dalabileceğimiz bir yerdir.

Hatta bu dış dünyadaki bizden ayrı, başardıklarımızdan ayrı, başkalarının bizi tanıdığından ayrı bir parçamız olabilir. İyi olmayan, kötü olmayan, başarılı olmayan, başarısız olmayan, yalnızca *olan* bir parçamız olabilir. Satış şefliğine terfi edebilen ya da edemeyen parçam değildir, okulda popüler olan ya da olmayan, işte başarılı olan ya da olmayan, sporda iyi olan ya da olmayan parçam değildir, Godzilla'yı seyretmeyi ya da bozyap yapmayı seven parçamdır.

Bebek kişiliğin aynı zamanda yetişkinler arasındaki sevgi ilişkilerinde de temel bir rolü vardır. Yetişkin hayatta, yalnızca beslenip bakıldığımızı hissettiğimiz ilişkilerde kendimiz olabili-

riz. Bu tür ilişkilerin zor çelişkisi budur. Sevdiklerimize iyi davranmak için en güzel şeyleri yapmak isteriz. Fakat bu ilişkinin bizim açımızdan da besleyici olması için, o ilişki içindeki hiçbir davranışta “mış gibi” yapmak zorunda olmadığımızı ve olması gerektiği gibi değil, içimizden geldiği gibi hareket edebileceğimizi hissetmemiz gerekir. Uzun vadeli ilişkilerde insanlar için asıl sınav, bebek kişilik için yeterli bir alan bırakırken, aynı zamanda saygılı davranmaktır. Çünkü bir sevgi ilişkisinde, bebek kişiliğimiz olmadan beslenemeyiz.

Çocuklarda, sağlıklı duygusal gelişim için bebek kişilik özellikle önemli ve gereklidir. Belki bunun en çarpıcı örneği, evlat edinilen çocuklarda çok sık görülen bir fenomen olabilir. Bu çocukların çoğu, yeni bir aileye katıldıklarında birkaç aylığına çok terbiyeli davranır. Fakat “balayı dönemi” bittiğinde kötü davranışlar başlar. Bunu çocuğu evlat edinen aileye uygulanan bir deneme sınavı izler. Üvey anababalar çocuk kendilerine sorun yarattığı halde sebat mı edecektir, yoksa çoğunlukla olduğu gibi ilgili kurumu arayıp çocuğu iade mi edecektir?

Fakat neden bu çocuklar aileyle ilişkileri iyi gidiyorsa iyi olmayı sürdüremiyorlar? İyi davranışlarının sonucu olarak kesinlikle bol miktarda olumlu geribildirim alıyor, ilgi ve bakım görüyorlar. Bu onların iyi davranışlarını sürdürmelerini sağlayamaz mı? Yanıt şudur: Bu çocuklar iyi muamele görmüş ve çok miktarda olumlu tepki almış olabilirler, fakat bir yandan da açıklıktan ölüyorlar. İyi davranışı sürdürmek demek, çoğu zaman bağımsız olgun kişilik konumunda işlev görmek demektir. Oysa bu yaşamla ilgili çoğu durumda iyi hatta gerekli olsa da, başlangıçtaki ilgi ve besini almak için hiç de elverişli bir durum değildir. Temel alınabilecek başlangıçtaki asıl beslenme olmadan, çocuğun bağımsız aktiviteye karşı ilgi ve hoşgörüsünün, dışarıya açılıp dünyayla başa çıkma kapasite ve arzusunun sürekliliği sağlanamaz.

Bebek kişilik doymak bilmez olsa da kötü değildir. Bütünüyle iyi olmak için çok gerekli temel bakımı yalnızca o alabilir. Eşlik eden bütün itici davranışlarla birlikte onun evde bizimle beraber olan varlığı, çocuğumuzun bir canavar olduğu anlamına

gelmez. Aslında anababa olarak iyi bir iş yapıyorsak, çocuğumuzun gayet iyi olgunlaştığını bilebiliriz. Bebek kişiliğinin bir yeri ve zamanı olmasını ve bu yerin ve zamanın bizimle olduğunu bilmesini isteriz. Çocuklarımıza çocukluklarını yaşatmak isteriz. Buna ihtiyaçları vardır. Fakat bebek kişiliğinin yerinin ve zamanının bizimle olmasına izin vermek demek, aynı zamanda anababanın, büyüme ve olgunlaşma yolunda sahip olması gereken özel besinleri almak için sürekli olarak şiddetli bir açlık içindeki düşüncesiz şişko, yani bebek kişilik haline geri dönebilecek, dönecek ve dönmek zorunda olan bir çocukla başa çıkmak zorunda kalması demektir.

Sorun ve Bu Konuda Yapılabilecekler

Kuşkusuz ortada bir sorun vardır. Sorun, istediğini elde edemediği zaman bebek kişiliğinin çok çetin bir muhalif olabilmesidir.

Anababa, olgun kişiliğinin gelişimini desteklemek için bebek kişiliğinin kesinlikle nefret edeceği sınırlar koymalı ve taleplerde bulunmalıdır. Bebek kişilik dişiyle tırnağıyla buna karşı savaşıacaktır. İşte burada ustalık isteyen kısım devreye girer. Çünkü bebek kişilik kazanamasa da, beslendiği ve anababayı olabildiğince daha fazla tepki vermeye tahrik ettiği için mutludur. Bu da anababayı tek bir seçenikle baş başa bırakır: *Sınırlar koyar ve taleplerde bulunurken bebek kişiliği beslemeyin.* Aksi takdirde daha çok yaygara ve çekişme dolu korkunç sahneler yaratması riski doğar. Bu sahneler bebek kişiliğe şiddetle arzuladığı yiyeceği sunar, fakat bu yiyecek beslemez. Bu yiyecek çocuğun bir yerde takılıp kalmasına, ilerleyememesine yol açar; onu yasak ama son derece lezzetli yiyecekten daha çok almak için istenmeyen davranışları tekrarlamaya iter.

Etkili çocuk yetiştirmenin bir anahtarı, çocuklarımızın evde ve bizimleyken bazen kötü davranmalarının bir sorun *olduğuna* gerçekten inanmaktır. Çocuk yetiştirmenin hedefi evdeki bütün kötü davranışları yok etmek, çocuklarımız bizimleyken davranışlarını bütünüyle şekillendirmek *değildir*. Hedef bü-

tün doğru malzemeleri içine katmaktır. İyi anababalık, çocuklara iyi davranmak, sınırlar koymak, taleplerde bulunmak ve sonra geri çekilip bu suretle gelişmeleri için içlerine yerleştirdiğimiz iyi süreçlere izin vermektir. Eğer onlara sevgi verirsek ve uygun sınırlar koyup uygun taleplerde bulunursak, onları taciz etmezsek gerekli olanı gerçekten yapmış oluruz.

Onların bebek kişilik davranışına çocuklarımızın hoşlanmayabileceği yollarla karşılık veriyor olsak da iki yüzümüz vardır. Yüzeyde tepki gösterir, gerekli olduğunu hissettiğimizi yaparız; fakat bu esnada bu davranışın çok da büyük bir mesele olmadığını biliriz. Bebek kişilik davranışının herhangi bir ciddi tepkiyi hak etmediğini anlarız. Buna gerçekten inanırsak, bu bize eyleme geçme, sonra bebek kişilikle bitmek bilmez ama yıkıcı savaşlara dalmamak için süratle gerileme özgürlüğü verir. Ve bundan hem çocuklarımız hem biz büyük fayda elde ederiz. Onlar çocukluklarını yaşar ve biz -çoğu zaman, her zaman değil- uslu ve mutlu, faydalı yetişkinler olarak büyüyen çocuklara sahip oluruz.

Fevkalade Bir Anlaşma

Onların çocukluklarını yaşamalarına izin vermek fevkalade anlaşmanın bir parçasıdır. Fevkalade anlaşma şudur: Çocuklarım ne yaparsa yapsın, sırf çocuklarım oldukları için verebileceğim her şeyi alırlar.

“Ne yaparsam yapayım kötü olduğum için hiçbir şey kaybetmez miyim? Ne yapmış olursam olayım zaten alacağım bütün iyi şeyleri yine de alır mıyım? Buna hakkım var mı? Yalnız ben ben olduğum, senin en sevgili sevgilin olduğum için mi? Jennifer benden daha terbiyeli olsa da, ben yine de her şeyi alır mıyım?”

Anlaşma budur. Fakat o zaman Jeremy'nin kız kardeşi konuşmaya dalar.

“Yani ben Jeremy'den çok daha terbiyeli davransam da mı? Ben ondan daha fazlasını almam, öyle mi?”

“Bu doğru.”

“O halde iyi olmaman ne yararı var?”

“Bu senin seçimin.”

“O halde kötü olacağım.”

“Nasıl istiyorsan öyle yap.”

“Ne yaparsam yapayım, iyi de olsa kötü de, zaten aynısını alacağım.”

“Anlaşma bu. Verebileceğimizin tamamını alırsın.”

“Yalnızca alırım. Nokta. Öyle mi?”

“Doğru.”

“Peki iyi olmanın karşılığında ne alırım?”

“Sana Jeremy’ye kızdığımız kadar sık kızmayız. Sana güvenilebileceğimiz için daha fazla özgürlüğün olur. Örneğin odanda boyaların olmasına izin verebiliriz fakat Jeremy’ye bu konuda güvenilemeyiz! Ama sanırım hepsi bu.”

“Hepsi bu mu? İyi olmanın karşılığında alacağımın hepsi bu mu?”

“Öyle. Tabii ki kızımız olduğun için hak ettiğin bütün iyi şeyleri de alırsın. Bunu otomatik olarak alırsın.”

“İyi de olabilirim, kötü de ve bu hiçbir fark yaratmaz mı?”

“Yaratmaz.”

“Bu garip bir anlaşma.”

“Evet.”

İşin püf noktası, çocukların bu anlaşmadan hoşlanmasıdır. Buna bayılırlar. Varlıklarının en derin düzeyinde, bunun iyi bir anlaşma olduğunu hissederek. İnsanlar, en azından annemle babam, yalnız vermek için veriyor. Benim için yaptıkları benden yapmam beklenen herhangi bir şeye bağlı değil. Yalnızca istedikleri ve beni sevdikleri için yapıyorlar. Bu fevkalade anlaşmanın muhatabı olmakla, koşulsuz olarak verilmek suretiyle, herkesten daima alabilecekleri her şeyi almanın peşinde olan insanlar olarak değil, eli açık olabilen insanlar olarak yetişirler. Kendilerine hiçbir şeye bağlı olmaksızın verildiği için, kendilerinden yararlanılıyor mu diye endişe etmez ve güvenirlir.

Sorgulanabilir Kontroller

Peki eğer sınırlar koyup taleplerde bulunduğumuz zaman bebek kişiliği beslemememiz gerekiyorsa, bu ne anlama geliyor? Bu, çoğu normal, sağlıklı, mantıklı ve en önemlisi kesinlikle iyi anababalık uygulamalarının belki de o kadar iyi uygulamalar *olmadığı* anlamına geliyor. Aslında başarmak istediğimizin tam tersini yaratarak çoğunlukla bize karşı çalışmaya başlarlar. Olumlu sonuçlar doğurmak yerine, daha fazlası için feryat eden bebek kişilik tarafından ağgözlülükle yenilip yutulurlar.

Makul Olmak ve Dinlemek

Günümüzde, çoğu anababa kendilerine iyi davranılan çocukların başarılı bir şekilde gelişeceğine katılır ve bu kesinlikle doğrudur. Çocukların isteklerine karşı çıkılması gerektiğinde, aynı çocukların kendilerine şefkatli, mantıklı ve anlayışlı davranıldığı için makul bir tavırla karşılık verecekleri şeklinde söze dökülmemiş bir varsayım bu felsefeye eşlik eder.

“Hayır Rochelle bir tane daha lolipop alamazsın.”

“Ama anne, gerçekten açım. Gerçekten.”

“Hayır üzgünüm. Yemeğe çok az kaldı. Bunun iştahını kaçıracağına biliyorsun.”

“Evet anlıyorum. Bir tane daha lolipop yemesem iyi olur.”

Ama asla böyle olmaz. Bizde durum biraz daha farklıdır.

“Hayır Rochelle bir tane daha lolipop alamazsın.”

“Ama anne, gerçekten açım. Gerçekten.”

“Hayır üzgünüm. Yemeğe çok az kaldı. Bunun iştahını kaçıracağına biliyorsun.”

“Ama anne, kaçırmaz. Daha yemeğe bir saatten fazla var.”

“Kusura bakma ama, beklemek zorundasın.”

“Ama bekleyemem. Midem gurulduyor. Anne gerçekten midem gurulduyor. Gurultusunu işitebilirsin. İnanmıyorsan kulağını daya.”

“Rochelle eğilip mideni dinlemeyeceğim.”

“Bak, hep böyle yapıyorsun. Söylediğim hiçbir şeye inanmıyorsun.”

“Bu çok saçma Rochelle.”

“Hayır değil. Dün sana Jenny’nin parmağını söylediğimde bana inanmadın ama doğrudu.”

“Bunun Jenny’nin parmağıyla ne ilgisi var?”

“Bak, dinlemiyorsun bile. Beni hiç dinlemediğinden bahsediyorum.”

Makul olmak, onları dinlemek ve “dinlenildiklerini” hissetmelerini sağlamak isteriz. Fakat makul olmanın ve dinlemenin yeri ve zamanı vardır ve bu yer ve zaman asla bebek kişiliğin işbaşında olduğu ve doyurulmak istediği yer ve zaman değildir. Bu şartlar altında dinlemeyi seçersek, bebek kişilik bize sonsuza kadar dinleyeceğimiz bir şey sunmaktan mutluluk duyacaktır.

Bununla birlikte, bazen onları dinlemek uygundur çünkü çocukların söyledikleri her zaman bebek kişiliğin saçmalıkları değildir. Bazen mantıklı olabilirler.

“Jackie derhal eve gel.”

“Lütfen baba. Üç gün boyunca yağmur yağdı ve ben şu anda çok eğleniyorum. Lütfen yirmi dakika daha. Henüz karanlık değil. Lütfen.”

“Tamam. Yirmi dakika. Ama daha fazla değil.”

Söyleyeceklerini bir kez dinlemek iyi bir kuraldır; o noktada isterseniz fikrinizi değiştirebilirsiniz. İlk tartışmanın sonrasında daha fazla dinlemek yalnızca sorunu davet etmektir. Gerçek şudur ki, hoşlanalım ya da hoşlanmayalım, haddinden fazla mantık yürütmek ve dinlemek ille de makul ve dinlenildiklerini hissedenden çocuklar yaratmaz. Daha çok, tartışma becerisi olan çocuklar yaratır.

“Okuldaki bütün çocuklar bu programı seyretmiş olacak ve ben seyretmediğim için budala olduğumu düşünecekler. Hep benim okuldan arkadaşlar edinmemi istediğinizden bahsedersiniz.”

Bu çok sinir bozucu olabilir. O mükemmel tezlerimiz, dinlenilecek ve üzerinde düşünülecek yerde, yalnızca kendi tezleri için bir atlama taşı olarak kullanılıyor. İstediklerini alamadıkları zaman çocuklarla mantık yürütmek sonuç verebilir, ama çok daha sık olarak giderek daha az mantıklı ve daha fazla çileden çıkarıcı olan daha çok neden ortaya çıkarır.

“Rochelle geçen haftayı hatırlıyor musun? Senin çok sevdiğin tavuk köftesinden yapmıştık ama sen hemen hiçbir şey yememiştin. Ve sonra Eva’larda koca bir kâse dolusu dondurma yediğin ortaya çıktı.”

“Ama dondurmayla lolipop aynı şey değil. Lolipop farklı.”

Rochelle’in annesi, ona lolipop vermemesinin mantıklı oluşuna onu asla ikna edemeyecektir.

Bir insanın çocuklarıyla mantık yürütmesinde başka bir sorun da şudur: Bu çabalar sıklıkla öyle başarısızlığa uğrar ki, insanın elinden kızmaktan, hayal kırıklığına uğramaktan ve kendi çocuklarından nefret etmekten başka bir şey gelmez. Bu Rochelle’in annesine de olabilir ve bu durumda o ya vazgeçecek ya da daha tipik olarak Rochelle’e çok kızacaktır.

“Bundan usandım Rochelle. Neden yalnızca söylediğimi kabul edemiyorsun. Bazen senden gerçekten bıkıyorum.”

Adil Olmaya Çalışmak

Bebek kişilik çok zeki bir kişilik olduğu için –daha olgun karşıtıyla tam olarak aynı beyni kullanır– istisnasız olarak anababaların çocukları üzerinde başarılı olmak istedikleri belirli bir tek zayıf noktaya odaklanır.

“Joseph hemen bütün oyuncakları toplamayı istiyorum.”

“Ama hepsi benim değil. Bazıları Richard’ın.”

“Kimin oldukları beni ilgilendirmiyor, hepsinin toplanmasını istiyorum.”

“Richard bir saate kadar gelecek, neden o zaman kendininkileri toplayamıyor?”

“Oyuncakların hepsinin şimdi toplanmasını istiyorum ve onları senin toplamayı istiyorum.”

“Richard hiç benim eşyalarımı toplamak zorunda kalmıyor.”

“Joseph, oyuncakları hemen topla!”

“AMA BU HAKSIZLIK.”

Adalet, çocuk yetiştirmenin büyük çelişkilerinden biridir. Diğer insanlarla ilişkilerimizde, çocuklarımızın da anlamasını gerçekten istediğimiz çok temel ve çok önemli bir prensiptir. Ama aynı zamanda sınır koyma zamanlarında çocukların anababalarının kafalarına vurduğu bir numaralı sopadır.

Çocuklarımıza adil davranmak isteriz ve onların da adil olmalarını isteriz, fakat adil olmanın bir konu olarak ortaya çıktığı herhangi bir durumda anababalar adil olma konusunda çok fazla endişe duymak istemezler. Anababaların kendilerine şunları sormaları daha iyidir: Bütünüyle adil miyim? Adil olmaya çalışıyor muyum? Yanıt evet ise, anababalar her an bütünüyle adil olma konusunda endişelenmekten kurtulmalıdır, çünkü bu yapılamaz ve her zaman önemli değildir.

Joseph’in erkek kardeşinin oyuncaklarını toplaması adil midir? Burada Joseph’in annesinin durumu için en uygun konu kesinlikle adil olmak değildir. O bütün oyuncakların derhal toplanmasını istiyordur. Richard eve gelene kadar bekleyip

sonra yeni baştan bir çocuğun oyuncaklarını toplamasını sağlama işine başlamak istemez. Onun için Joseph'in oyuncakları o anda toplaması daha uygun ve daha randımanlıdır. Ve Joseph'tan istediği çok zor bir şey değildir. Bazen anababaların verimliliği adaletten üstün tutmalarına izin vardır.

Hepsinden öte, anababalar adil olma tartışmalarının kapısına kısılmak istemezler. Bu tartışmaların başlangıcındaki gerçek mesele adalet olsa bile, "avukatlığın" arkasında gözden kaybolur ve anababa kendini bitmek tükenmek bilmez münakaşaların içine gömülmüş bulur.

"Ama dün Regina'nın su tabancasını kullanmasına izin verdin."

"Biliyorum ama etraf çok pislendi."

"Ama bu haksızlık. Regina onu kullandı."

"Pislik istemiyorum Justin. Regina'nın onu kullanmasına izin vermem bir hataydı."

"Ama benim pisleteceğimi ne biliyorsun? Bir şansı hak ediyorum."

"Hiçbirinizin su tabancasını kullanmasını istemiyorum."

"Ama bu haksızlık! Regina etrafı pislettiyse benim suçum ne ki?"

"Haklısın Justin. Sen hakkını kullanmadın. Ama etrafın yeniden kirlenmesine fırsat vermek istemiyorum."

"O halde ben aldatılmış oluyorum."

Justin'in annesi bir son vermezse bu tartışma sonsuza kadar devam edebilir. "Üzgünüm. Adil olmadığını biliyorum ama böyle olacak."

"Hayır! Adil olmak zorunda!" diye feryat eder güvensiz ve fena halde bozulmuş Justin. Davasını kazanacağına içtenlikle inandığı Anayasa Mahkemesi'ne götürmeye gerçekten hazırdır.

"Adil olmak zorundalar. Kanun böyle, değil mi?"

Eğer bir sav olarak adalet bebek kişilik için çok etkili bir araç haline gelirse, kendi hedefini kaçırarak bir şeye dönüşebilir. Adil olmak, ne pahasına olursa olsun, önemli olan şeylerle ilişkileri kopsa da -ki bu durumda ilişkilerini kopardıkları kendile-

riyle anlaşılan ve çözümler bulan insanlardır– sonsuza kadar uğrunda savaşılmaması gereken ve kendi doğruları içinde çok önemli olan o bebek kişilik prensiplerinden biri haline dönüşebilir.

Her zaman adil olmak isteriz, ama bunu yapmak sıkıntı verici hatta bazen imkânsızsa endişe duymak gereksizdir. Ne de olsa o büyük, gerçek dünyada her şey her zaman adil değildir ve çocuklarımızın bununla da başa çıkmasını isteriz.

Güç Mücadelesi – İradelerin Savaşı

Bazen yürümeye yeni başlayan çocuklar aşağıdaki deneyi yapmaya çalışır. Anababaları “Gel buraya” (veya benzeri bir komut) der ve çocuklar “Hayır” diye yanıtlar. Sonra bedenlerinin kimin komutlarına itaat edeceğini izlemeye koyulurlar ve anababalarına değil, kendilerine itaat ettiğini keşfederler. Genellikle çocuklar bu keşfi çok heyecan verici bulur ve kendileri için bu zevkli oyunu tekrarlar. Anababaları bunu biraz daha az zevkli bulabilir.

“Raphael buraya gel.”

“Hayır.” Raphael sevinç çığlıkları atarak diğer yöne doğru koşarak uzaklaşır.

Fakat bu deneyden önce Raphael ne olacağını ve kimin iradesinin galip geleceğini gerçekten bilmiyordur. Çocuklar kendi bedenlerini yönetenin yalnızca kendileri olduğunu görmekten çok keyif alır. Anababalar onları kucaklayıp taşıyabilir, ama aslında tek yapabildikleri kendi bedenlerini hareket ettirmektir. Raphael’i isteği dışında arabaya koymakla kendi başına arabaya binmesi için tehdit etmenin arasındaki fark budur. Dışarıdan emirlerle karşı içeriden emirler. İlkinde arabaya binmeye asla razı olmaz, ama ikincisinde Raphael’in iradesi kazanamaz ve bedeninin kontrolünü anababasının iradesine teslim eder.

Bu irade meselesi, yani kimin kimden sorumlu olduğu, bizim için son derece önemlidir. Doğamız itibarıyla bedenlerimizin ve yaptıklarımızın nihai patronları olmaya büyük önem veri-

riz. “Kendimin en büyük patronuyum” küçük çocuklar için çok önemli bir mesele haline gelir. Çoğu zaman çocuklar gerçekten de bedenlerinin patronu olduklarına yürekten inanır. Bazen yalnızca bunu yeniden doğrulamaya ihtiyaç hissederler.

“Raphael lütfen o boyaları toplar mısın?”

“Hayır.”

“Raphael!”

“Toplamayacağım.”

Raphael ricaları dinlemekte genellikle iyi olsa da, bu özel durumda fark edilir bir neden olmaksızın, ne olursa olsun, onları kesinlikle toplamayacaktır.

“Toplamayacağım.”

Raphael orada durup annesinin gözlerinin tam içine bakmaktadır. Bu kuşkusuz, bağımsızlığının yeniden ilanıdır. *“Belki unutmuşsundur, ben kendimin patronuyum.”* Buna saygı duymak isteriz. Dipnot şudur: Eğer çocuklarımız belirli bir neden olmaksızın yapmalarını istediğimiz bir şeyi yapmayı kesinlikle reddediyorsa, onları hizaya getirmek için büyük silahlarımızı çekmeyi istemeyiz. Bunu yapmalarını onlardan hâlâ istediğimizi, bunu yapmalarını beklediğimizi, yapmamalarından hoşlanmadığımızı ve yapmamalarının bazı sonuçları da olabileceğini bilmelerini sağlarız. Ama büyük silahlarımızı -çok kızmak ve çok uzun bir süre çok kızgın *kalmak* gibi büyük cezalar- onları itaat etmeye zorlamak için kullanmayız.

“Raphael o boyaları toplamazsan başına gelecek var.”

Hayır. Başına gelecekler ağır değil. Boyalarını toplamayı kesinlikle reddetmesi durumunda hoş olmayan sonuçlara katlanma riskini de göze alacağını söylemek istiyoruzdur, ama bu çok da korkunç bir şey olmayacaktır.

Sorun yalnızca anababalar çocuklarının ara sıra kendilerine kesin olarak karşı gelebileceklerini kabul edemediğinde ortaya

çıkar. Eğer anababalar çocuklarının kendilerinin patronu olma haklarına saygı duymazlarsa, o zaman bu aralarında süregiden bir mesele olacaktır; çünkü çocuklar bunun geçiştirilmesine asla izin vermeyecektir.

*“Tamam Raphael, odana gidiyorsun ve boyalarını toplama-
dan gelmiyorsun. Çok ciddiym.”*

Tehlike şudur: Şimdi Raphael’in kendi bedeninin tartışmasız hâkimi olma hakkı ciddi olarak tehdit edildiğinden, her rica bir diğer bağımsızlık ilanı için yeni bir ihtiyaç doğurabilir. Ya da savaş alanı başka bir yere kayabilir. Örneğin son sözü çocukların söylediği bağırsak hareketlerine veya yemeye. Veya hepsinden kötüsü, savaş derinlere inebilir ve başka bir zamanda, başka bir yerde çirkin şekillerde ifade edilecek derin bir kızgınlık ve dargınlık havuzu oluşturabilir. Fakat normalde çocuklar anababaları onların özerkliklerine saygı gösterdiğinde rahattırlar.

Aşağıdaki olay istemediğimiz şeylere çok tipik bir örnektir.

Tuzlukla oynayan Cecily kazara masaya tuz döker. Annesi müdahale eder.

“Cecily tuzlukla oynamayı kes. Her yeri tuz yaptın. Onu yerine koy.”

“Kimsenin canını acıtmıyorum.”

“Beni duydun Cecily. Tuzluğu yerine koy.”

“Ama istemiyorum.”

“Cecily onu yerine koy.”

“Hayır koymayacağım.” Cecily’nin yüzüne bir kararlılık ifadesi gelmiştir.

“Onu... Yerine... Koy!”

“Koymayacağım.”

“Aranıyorsun Cecily.”

Annesinin yüzü şimdi kızarmakta ve sözler sıkılmış dişlerin arasından çıkmaktadır.

Cecily de hâlâ aynı ölçüde kararlıdır, gözlerine dolan yaşlarla annesine bakar.

“Hayır.”

“Tamam Cecily, yemekten sonraki tatlıyı unut o zaman.”

Cecily, şimdi kendisi kıpkırmızı, gözlerinden yaşlar akarak ama hâlâ dimdik annesine bakar ve plastik tuzluğ u yere fırlatır.

“Gerçekten aranıyorsun.”

“Sen aranıyorsun!” Artık kendini tamamıyla savaşa vermiş olarak öfkeyle bakar Cecily.

İradelerin savaşında, ilk etapta mesele bedenlerini kimin idare edeceğidir. Fakat savaş bir kez başladığında “hayır” deyişlerinin yalnızca kendileri için değil, anababaları için de önemli olduğuna dikkat etmeden yapamazlar. Anababaları da buna çok önem veriyor ve kazanmak istiyordur. Çocuklar karşı koyuşlarının hem bir bağımsızlık savaşı olduğunu, hem de anababanın ta derinlerine dokunduğunu görür.

İrade savaşları yani güç savaşları, bebek kişilik için zengin bir besin kaynağı haline gelir. Bebek kişilik bu savaşlar anababayı kendi düzeyine indirdiği için değil, onu anababanın düzeyine yükselttiği için büyük güç hisseder. Savaşlar aynı zamanda birlikte var olamayacak iki ayrı iradenin varlığını da öğretecektir. Biri zaferi kazanmalıdır. Bu bebek kişilik için kötü bir derttir.

Anababalar için aradaki fark, patron olmakla -ki bu gereklidir- hükmedici olmak -çok gerekli değildir- arasındadır. Ayırıcı özellik, her şeyi kontrol etmek zorunda olduğumda kontrol etmek ile hâlâ sorumlu olduğum fakat çocuğun özerkliğine ve bağımsız iradesine izin verebileceğim durumda da kontrolü elimde tutmak arasındaki farkdır. Anababalarının kendi iradelelerine saygı gösterdiğinden emin olan çocuklar bu gerçeği sürekli olarak test etmek zorunda değildir. Bu yüzden işbirliği yapmaya açıktırlar -çoğu zaman. Çocukların anababalarının kendi yaşamlarından sorumlu olduğunu bilmeleri önemli olsa da, kendilerinin de kendi bedenlerini yönetmekten sorumlu olduklarını bilmeleri onlar için aynı oranda önemlidir.

Anababanın İçindeki Bebek Kişilik

Tıpkı çocuklarda olduğu gibi, yetişkinlerdeki bebek kişilik de her zaman kendi isteğiyle yerinde durmaz. Etkili anababalığın anahtarı, hızla hareket edip sonra işleri olurluna bırakabilmektir. Fakat şimdiye kadar öğrenmiş olacağınız gibi, yetişkinlerin içindeki bebek kişilik bile, asla işleri olurluna bırakmak istemez. Bebek kişiliğin bu asla-kendi-haline-bırakmak-isteme özelliği, yetişkin hayatlarımızda ve diğerlerinin yaşamlarında her şeyden çok tahribat yapar.

İçimizdeki bebek kişilik bir şeye tam anlamıyla bir nokta koyamaz, bir meseleden vazgeçip ilerleyemez; çünkü böyle yaparsa kendini tatmin olmamış ve eksik hisseder. Bunlar bebek kişilik için çok kötü duygulardır ve bebek kişilik asla kötü duyguları yalnızca kabul edip ilerleyemez. Onlardan kurtulmak için bir şey yapmak *zorundadır*. Daima daha fazlasını ister, daima alınması, ilgilenilmesi, bitirilmesi, çözümlenmesi, üzerinde çalışılması veya daha iyi anlaşılması gereken bir şey daha vardır. İşleri olurluna bırakmayacaktır.

Paranızı madeni parayla çalışan bir makineye kaptırdığınızı ve orada paranızı iade edecek kimsenin bulunmadığını hayal edin. Bebek kişilik asla bırakmayacaktır. Makineye güm güm vurmayı, tekmelemeyi, para iade yerini sarsmayı sürdürecektir. Asla gelmeyecek o şeyi bekleyecek, bekleyecektir.

“Benden özür dilemeni istiyorum.”

“Yanlış bir şey yaptığımı sanmıyorum.”

“Benden özür dilemeni istiyorum.”

“Ama dileyemem. Yanlış bir şey yaptığımı düşünmüyorum.”

“Dilemek zorundasın.”

Bebek kişilik, yetişkinlerde ve anababalarda hiçbir yere götürmeyen veya daha da kötüsü yıkıcı yerlere götüren meselelere takılır kalır. Bununla birlikte yaptığının önemli olduğuna, farkına varılmak ve çözülmek zorunda olduğuna içtenlikle inanır ve böyle hisseder. Fakat bütün bunlar yanılgıdır. Çözüm

için eksik olan tek şey kişinin kişiliğinde, olan biteni kabul etme ve yolunda ilerleme yeteneğindedir.

İçimizdeki bebek kişilik kaybetmeyi kabul edemez; ne yirmi yıl sonra bile hâlâ hayatının merkezinde olan bir aile üyesinin ölümü gibi bir kaybı, ne de aşağıdaki gibi bir kaybı.

Restoran kendi tercihi değildi. Gitmeyi özlediği bir yer de değildi. İsteddiğini yaptıramadığı için hayal kırıklığına uğramıştı ve bunu unutup dışarıda geçirilen bu akşamdan keyif alamıyordu. Bunun yerine suratını astı, hevesi kaçmış halde yemeğini ısmarladı ve yemek boyunca pek az konuştu.

İçimizdeki bebek kişilik tartışmalardan uzaklaşamaz. Daima kötü duygulardan kaçmasına imkân verecek bir çözüm ister.

“Fakat benim açımdan bakmalısın. Ne hissettiğimi anlamalısın.”

Veya;

“Haklı olduğumu görmek zorundasın. Haklı olduğumu görmeni sağlamalıyım.”

Anababalıkta, bebek kişiliğin varlığı felaket demek olabilir. Anababaların yapmaları gereken durmakken, devam etmelerine yol açabilir. Anababaların kafalarının içindeki ses çoğunlukla şöyle der:

“Bununla paçayı sıyırmasına izin veremem. Ona idarenin kimde olduğunu göstereceğim.”

“Onun...sı ile ilgili bir şey yapmalıyım.”

“Ona bunu öğretmem gerekiyor. Yoksa... Nasıl öğrenecek?”

Bebek kişiliğin idaresi altındayken, yalnızca müdahale edip sonra geri çekilemeyiz; onlara öğretmeli, öğrenmelerini ve anlamalarını sağlamalı, istediklerimizi yaptıklarından emin olmalıyız. Onları değiştirmek zorunda olduğumuzu hissederiz.

“Sana kaç kez söylemek zorundayım? Saat beşte saat beşte demektir. Kafanın içinde neler oluyor da o saate kadar evde olmamı

istediğimi anlamıyorsun? Sorun nedir Kevin? Zamanında gelmeyi ne zaman öğreneceksin? Bana cevap ver Kevin."

Anababalar böyle yapmayı sürdürdüklerinde, çocuklarının yararına davrandıklarına gerçekten inanırlar. Tehlikede olan belirli önemli prensiplerin olduğuna, bazı şeylerin çözümlenmesi gerektiğine inanırlar. Fakat bu tür prensipler, içlerindeki bebek kişiliğin bencil dürtüleri tarafından hazırlanmış tuzaklar ve yanılgılardan başka bir şey değildir. Anababalar bazı şeylere son vermeyi öğrenmelidir. Bunu yapmazlarsa bebek kişiliğin doymak bilmez arzularına teslim olmuş olurlar. Bazen işleri olurlarına bırakmamız gerekir. Bunu yapmazsak, bütün yaptığımız çocuklarımızın içindeki işleri asla olurlarına bırakmayacak bebek kişiliği çağırmak olur; çifte felaket.

Yapmaya çalıştığı bozyap yüzünden sinirleri bozulan Anna Marie, ödeme hesaplarıyla meşgul olan annesine gider ve annesinden bozyap yaparken kendisine yardımcı olmasını ister.

"Sana birazdan yardım edeceğim Anna Marie. Şu anda meşgulum."

Anna Marie beklemek istemez ve annesinin canını sıkmayı sürdürür. Annesi öyle rahatsız olur ki sonunda huysuz Anna Marie'yi odasına gönderir, fakat bundan önce Anna Marie oldukça edepsizleşmiştir.

"Sen çok kötüsün. Annelerin en kötüsüsün. Öylesin. Öylesin."

Anna Marie odasında bir süre iç çekerek ağlar, fakat sonra yatıştır. Yirmi dakika sonra annesinin yanına geri dönmüştür.

"Selam" der Anna Marie.

Annesi hiçbir şey demez.

Anna Marie için sanki güneşin önüne kapkara bir bulut gelmiş gibidir. Annesi ona hâlâ kızgındır.

Fakat Anna Marie şansını bir kez daha dener.

"Bir resim yaptım. Görmek ister misin?"

Annesi bu kez yanıt verir.

“Anna Marie, sen bir şey istediğinde her zaman insanların yaptıkları işi bırakıp sana hizmet etmelerini bekleyemeyeceğini öğrenmek zorundasın. Sen dünyanın merkezi değilsin.”

“Ama bana hiçbir zaman hiçbir şeyde yardım etmiyorsun. Hiç yardım etmiyorsun.”

“Bunun doğru olmadığını biliyorsun Anna Marie.”

“Bu doğru. Bana hiç yardım etmiyorsun.”

“Anna Marie sözlerine dikkat etsen iyi olur.”

Bu noktadan itibaren sahne bozulmaya başlar ve Anna Marie odasına geri gider. Annesi söylemiş olduğu çirkin sözler ve uygunsuz benmerkezci davranışından dolayı ona hâlâ kızgındır. Anna Marie’ye ne kadar bencil olduğunu söylemenin gerekli olduğunu da hissetmektedir. Fakat gerçekte meselenin peşini bıraksa çok daha iyi ederdi. Ona kızmak ve odasına göndermekle zaten ifade etmeye ihtiyaç duyduğu bütün noktaları ifade etmişti. Anababaların bir meseleyi sürdürmeyi seçmeden önce uzun uzun düşünmesi gerekir. Anna Marie’nin annesi kızgınlığını devam ettirmekle yalnızca bir şey başardı. Kızına şu mesajı verdi: Bazı şeyler ileriye gitmez, geriye gider.

Çocuklar kötü hareket edebilir. Anababalar müdahale etmek zorunda kalabilir. Çocuklar huysuzluk ve başka korkunç davranışlarla yanıt verebilir. Anababalar bu davranışa tepki göstermek zorunda kalabilir. Fakat sonra bu bütünüyle ve ebediyen sona ermelidir. Sona erdirmemek çocuk yetiştirmede büyük bir hatadır ve hem anababa hem de çocuklar bunu çok ağır öder. Anababalıkta taş a kazınması gereken bir kural varsa o da şu olacaktır: *Bazı şeyler sona ermelidir.*

Öğretmenin Tehlikeleri

Bir zamanlar bir kralla bir kraliçe varmış. Bu kral ve kraliçe mutlu değillermiş, çünkü ne kadar uğraşsalar da bir çocukları olmuyormuş. Fakat sonra bir gün kraliçe kocasına “Bir çocuğumuz olacak” demiş.

Ve böylece birkaç ay sonra kraliçe Prenses Zambakkokusu ismini verdikleri güzel bir kız doğurmuş. Herkes sevinçten uçuyor, bütün krallıkta kutlamalar yapılmış.

Saraydaki bu tür doğumlarda adet olduğu üzere, Prenses Zambakkokusu'nun doğumunun beşinci gününde, krallıktaki yakın ve uzak bütün önemli kişiler bebek prensesin doğumu için armağanlarını sunmak üzere saraya gelmiş. Gelenlerin arasında hepsinin içinde en önemli kişi olan Peri Dolcemina da varmış. Herkes onun armağanlarının elmas ve altından daha değerli olduğunu bilirmiş. Bu yüzden Peri Dolcemina'nın armağanlarını ilân etme zamanı geldiğinde kalabalık suspus olmuş.

“Prenses Zambakkokusu'na mükemmel bir güzellik veriyorum, ve en keskin zekâyı, bir de gerçek şefkati.”

Ne yazık ki Peri Dolcemina tam son armağanı ilân ederken kraliçe küçük bir öksürük krizine tutulmuş ve kızına güzellik ve zekânın yanı sıra şefkatin de verildiğini duyamamış.

Yıllar geçerken, Prenses Zambakkokusu tam da Peri'nin söylediği gibi büyüyormuş. Güzel ve zekiymiş. Fakat şefkatle ilgili bir sorun varmış.

Şefkatle ilgili kısmı işitmemiş olan kraliçe, iyi ve ilgili bir anne olduğu için zeki ve güzel kızının aynı zamanda şefkatli biri olarak da yetişmesini *sağlamak* istemiş. Mümkün olan her fırsatta kızına şefkatli olmayı *öğretmiş*.

“Pisiciği çok sert okşama tatlım. Onun canını acıtmak istemezsin değil mi?”

“Çatalımı masaya koyarken çok hızlı vurma. Çok gürültü çıkararak insanları rahatsız etmek istemezsin değil mi?”

“Ah hayır tatlım, meyve suyundan önce küçük arkadaşın Lugwella'ya koy. O da senin kadar susamıştır.”

Kraliçe kızının iyi kalpli bir insan olarak yetişmesini o kadar çok istemiş ki, bu arayış içerisinde -çok çabalayan harika bir anne olduğu için- biraz ileri gitmiş. Hatta birazdan da fazla. Annesi onun yaptıklarına öyle çabuk ve öyle çok müdahale

ediyormuş ki, Prenses Zambakkokusu iyi kalpli ya da başka bir şey olmak için çok az şansa sahipmiş.

“Şimdi Zambakkokusu, tatlım, yürürken ayağını sürümemeye çalış. Bu beni kızdırmaz ama başka birini kızdırabilir.”

Peri Dolcemina'nın şefkat armağanına rağmen annesinin onu sürekli düzeltmesinin bir sonucu olarak, Prenses Zambakkokusu annesinden nefret ederek büyümüş. Annesinden o kadar nefret etmiş ki, yirmi birinci yaş gününde trajik bir şekilde şu açıklamayı yapmış:

“Senden nefret ediyorum, babamdan nefret ediyorum ve herkesten nefret ediyorum. Ülkeyi dolaşıp küçük çocuklara ve şirin hayvanlara kötülük yapan ve pis cüceler ve çirkin cadılardan oluşan bir gruba katılarak buradan gitmeye karar verdim. Onlar beni olduğum gibi seviyor ve asla ne yapmam gerektiğini söylemiyor.”

Ve böylece Prenses Zambakkokusu şatoyu ve anababasını sonsuza kadar terk etmiş.

Ve onlar sonsuza kadar mutsuz yaşamışlar.

Ders 1: Çok fazla çabalama yoksa zaten kazanmış olduğun bir savaşı kaybedebilirsin.

Ders 2: Peri Dolcemina armağanlarını bağışlarken öksürmemeye çalış.

Anababalar çocuklarına neyin iyi neyin kötü olduğunu öğretmeye çalışır. Öğretmek iyidir. Çocuklarımıza neye inandığımızı ve ne düşündüğümüzü anlatır. Onlara, yaşama uygulanacak söze dökülmüş gerçek kurallar verir.

“Reggie keklerini arkadaşlarıyla paylaşmayı unutma.”

“Candace diğer çocuklarla dalga geçmek iyi değildir.”

“Bak Jordon, restoranlarda çok yüksek sesle konuşmak iyi bir davranış değildir. Bu insanları rahatsız eder.”

Bunların hepsi iyi derslerdir. Fakat bunu gereğinden fazla yaparsak, davranışlarımızın bütünü çok fazla kontrol eden bir anne ya da baba olma dersi haline gelir. Bu iyi değildir ve asıl yapmak istediğimiz de değildir.” Yolun her adımındaki her aktiviteyi yönetmek zorunda değiliz.

Öğretme arzumuz sonuçta çoğunlukla bizi olmak istemediğimiz bir yere getirir. İçimizdeki öğretmen kesinlikle iyi niyetli olsa da *“Onların bunu anlamasını sağlamalıyım”* sonsuza kadar devam eder.

“Beni dinlemiyorsun Jacob. Bana öyle bakma. Beni anlamıyorsun değil mi?”

Fakat anlıyor. Jacob annesini işitti. Annesi iyi anababalık başlığı altındaki bütün diğer parçaları sunduğu zaman Jacob’ın olgun kişiliği dinliyor ve tıpkı annesinin istediği gibi büyüyor. O anki davranışını kontrol eden ve annesine “ölüvermiş” gibi bakan yalnızca bebek kişiliği.

Bazen de hedefi şaşırabilir ve Prenses Zambakkokusu’nun hikâyesinde anlatıldığı gibi sonuçta hiç öğretmek istemediğimiz bir dersi öğretebiliriz.

Bu gerçeği asla gözden kaçırmamalıyız: Çocuklarımızın karakterlerini şekillendirirken, onlara nasıl davrandığımız ne söylediğimizden çok daha önemlidir.

“Candace bizim kekeme kızımız” der babası kızına, düşüncelerini ifade etmeye çalışırken bazen bazı kelimelere nasıl takıldığını ima ederek. Babası bunu kötü bir niyetle söylememiştir ama Candace utanır. Ona başkalarıyla dalga geçmenin kötü bir şey olduğu öğretilmiştir, ama onun öğrendiği bu değildir. Ne dersek diyelim, duyarsızlık duyarsızlığı doğurur.

Çocuklar anababalarının değerlerini, taleplerini ve sınırlamalarını kendilerine davranış olarak ifade edildiği şekilde, kendi parçaları olarak benimser. Bu gelişimle ilgili bir süreçtir. Bu “benimseme”, anababaların eylemlerin gerçekleşmesini sağla-

mak için gösterdikleri gayretten ve sözleri ile verdikleri terbiyenin çocuklarının içinde yer etmesini garantilemek için yaptıklarından *bağımsız olarak* gerçekleşecektir.

Bununla birlikte, çocuklarımız bizim değerlerimizi kendilerininmiş gibi benimseseler bile bu değerlerin onları koruyacağına dair bir garanti yoktur. Biz olgunlaştıkça yetişkin kişiliğimiz sürekli olarak anababamızdan aldığımız kural ve değerlere bakar, onları değerlendirir ve yeniden değerlendirir. Bu kurallar reddedilebilir, değiştirilebilir veya kendi yaşam şartlarımızda onlarla karşılaştığımızda yeniden kucaklanabilir.

“Annem her zaman insanlara karşı kibar olmanın çok önemli olduğunu söylerdi. Ama ben lisedeyken kibar olmanın yapmacıklık olduğunu düşünürdüm. Şimdi farklı düşünüyorum ve bunun ne kadar iyi bir şey olduğunu görebiliyorum.”

Öğretmek önemlidir. Çocuklarımıza yol göstermeye yardımcı olur. Fakat -biz iyi anababalar olmuştuk- zaman zaman kendi yollarını kendileri bulacaklardır.

Ödüllendirme

İstenilen davranışı oluşturmak için ödüllerin kullanımı çocuk yetiştirmenin zamanla eskimeyen bir parçasıdır.

“Sam, bütün havuçlarını yersen tatlı alabilirsin.”

“Belinda, bir dahaki karnede bütün notlarını iyi veya pekiyi yaparsan istediğin yavru köpeği almak konusunda düşüneceğiz.”

“Jacquelin ve John-John, Lenore Halalarda olduğumuz süre boyunca uslu durursanız daha sonra dışarı çıkıp dondurma ala cağız.”

Ben çocuk yetiştirme stratejisinin bir parçası olarak kullanılan maddi ödüllerden hoşlanmıyorum. Bu tür ödüllerin bütünüyle gereksiz olduğuna inanıyorum; çünkü maddi ödüller çocuğun kontrolünü bir şey alma üzerine odaklar. Ödüller yalnızca zevk arayan bebek kişiliğın sahasıdır. Bebek kişilik, ödül yoksa bir şey yapmak için bir neden de olmadığını çarçabuk

anlar. Biz olgun kişiliğe seslenmek isteriz ve ödül vaadi bu bağlantıyı sabote edebilir. Arzulanan davranış karşılığında verilen maddi ödül sorumlu çocuklar ortaya çıkarmaz. Bir şeyler isteyen çocuklar ortaya çıkarır.

Sert Ceza

Sert cezaların -yüze vurulan sert tokatlar, tekrarlanan vuruşlar, kemerle veya ince ağaç dallarıyla atılan dayaklar, uzun süre çocukları odada kilitli tutmalar, temel olarak çocukların anababalarından korkmasına neden olacak her şey- çocuk yetiştirmede yeri yoktur. Günümüzde çoğu anababa bedensel cezayı kullanmasa bile, bunun çocuklar için neden böyle zararlı olduğunu açıklamak isterim.

Sert cezalarla ilgili bir sorun şudur: Çocukların içine aşıl原因an korku, onlara kötü davranış için hiçbir mazeret olmadığını söyler. Kötü davranışın daima sert tepkiyi hak ettiğini öğrenirler. Daha küçük, daha genç, daha güçsüz, daha zayıf, daha az sorumlu olduğu için, kısacası *bir çocuk olduğu için* herhangi bir özel muafiyet ya da sonucun en üst düzeyinin hafifletilmesi asla mevcut değildir. Sert ceza ve ona eşlik eden korkuyla çocuklar, yalnızca *insan* olmalarının, kendilerinde veya başkalarındaki pürüzler için asla mazeret olmayacağını öğrenirler.

Bebek kişiliğın birçok davranışını sert cezayı davet edecek bir kategoriye girer ki sert ceza aynı zamanda kaçınılmaz olarak bebek kişiliğe kötü olduğunu söyler. Çocukluğunda sert muamele görmüş birçok insan, içlerindeki bütünüyle normal ve sağlıklı bebek kişiliğın kötü olduğunu hisseder. İçlerindeki iyi ve duygusal sağlık için gerekli olanların çoğunu, yani çocuksu, eğlenceyi seven, düşünmeden hareket eden, kesinlikle budala ve yaramaz yanlarını kötü olarak görür. Kendi içlerinde yasak olan bunca şeyi görünce kendilerine yabancılaşırlar. Bütünüyle normalken, kötü olduklarını düşünürler.

Ve böylece kendilerini tamamen kapatıp terbiyeli üvey evlat gibi aılıktan ölürler. Çocukken mutsuz, yetişkin olunca bu-

nalımlı veya daha kötüsü başkalarına yönelik olarak uygulanmak üzere sertliğin kendisi sahneye çıkabilir. Geçmişte yaşadıkları acıyı dünyaya yöneltirler.

Sonuçta kendi zor çocukluklarının mirasıyla yetişkin hayata başladıkları zaman, çocuksuluğun ne kendilerinde ne de başkalarında -kendi çocukları dahil- ne zaman kabul edilebilir olduğuna dair hiçbir fikirleri yoktur. Çocukluklarını yaşamalarına asla izin verilmediği için, çocuk olmanın gerçekte ne olduğuyula ilgili sezgisel bir duyguya sahip değildirlir.

Daha Az Ceza

Jeanine'in babası, o günün ilerleyen saatlerinde yapılacak bir toplantı için küçük pandispanyalar almıştı. Onları mutfak tezgahının üzerine koydu ve Jeanine'e bir tane bile yememesi için talimat verdi; çünkü toplantı için onlara ihtiyacı vardı. Bir saat sonra şans eseri mutfağa baktı ve Jeanine'i ikinci pandispanyasını bitirirken gördü. Babası ona pandispanyaları yememesini söylemişti. Şimdi onun kaderi babasının ellerindeydi.

Bu tür bir suç verilebilecek tepki, her gün verilebilecek sıradan bir cezadır. Kız kardeşine sürekli vurduğu için en sevdiği oyuncak bir öğleden sonrası için elinden alınır; çarşıdaki korkunç davranışı yüzünden televizyon seyretmesine izin verilmez; yemek boyunca yaramazlık ettiği için tatlıdan mahrum kalır.

Böyle cezalar aşırı sert değildir ve hiçbir zaman mükemmel olmasa da, bazen işe yarar. Çocuklar bu tür hoş olmayan, ama katlanılabilir cezaların tehdidi altında bazen terbiyeli davranacak, bazen de davranmayacaktır.

"Televizyon seyredemeyeceğin konusunda seni uyarmıştım. İşte şimdi seyredemeyeceksin."

"Hiç umurumda değil."

Tabii ki umurundadır, fakat bu tehdit onun otomobil gezisi boyunca erkek kardeşini kızdırmasını engellemeye yetmez.

“Terbiyeli olmanızı yoksa McDonalds’a gitmeyeceğimizi her ikinize de söylemiştim. Şansınızı kaybettiniz.”

Fakat McDonalds’a gitmek isteseler ve bu tehdite inansalar bile yaramazlık yapmaktan kedilerini alamazlar.

Sert olmayan cezaları kullanan iyi ve ilgili anababaların çocuk yetiştirmeyle, sonradan terbiyeli yetişkinler olacak oldukça terbiyeli çocuklar ortaya çıkar. Bununla birlikte, bu kitap cezanın hiç kullanılmadığı bir çocuk yetiştirme yöntemi sunar ve bu da sonradan terbiyeli yetişkinler olacak oldukça terbiyeli çocuklar ortaya çıkarır. Çocuk yetiştirmede aşağı yukarı eşit düzeyde etkili sistemler. Aşırı sert olmayan cezalar kullanan birçok harika anababanın harika çocuklar yetiştirdiği açıktır. Yine de ben büyük bir ceza hayranı değilim.

Ceza, çocuğu kontrol etmek için kasıtlı olarak acı çekmesine neden olmaktır. İşte ceza budur. Sanırım bu olmadan da çocuk yetiştirebilirsiniz.

Çocuk yetiştirirken cezalandırmanın gerekmediği, çocuğu kontrol ederken aynı sonuçların ceza olmadan da yaratılmasının mümkün olduğu doğru mudur? Bunun doğruluğunu ancak yaşayanlar bilir. Ben böyle yetiştirildim. Çocuklarım da böyle yetiştirildi. Bu mümkün mü? Daha mı iyi? Sadece bunu denemek isteyen okurlarımın sonuca olumlu anlamda şaşıracaklarına inandığımı söyleyebilirim.

Yapabilecekleriniz

Farklı Bir Sertlik

Bilmiyorum, bu bana çok da sertlikmiş gibi gelmedi. Çocuklarımın beni tepelemesini istemem.

Sertliğin başka bir türü vardır; çok kesin olarak hem anabada hem de çocukta gücü harekete geçiren, “beni tepelemelemini” engelleyecek, ama hoş olmayan tehditlerle ilgisi olmayan bir tür. Bu farklı cins sertlik, bu kitapta savunduğum çocuk kontrol sisteminin bel kemiğidir.

Küçük Jimmy Barker pastel boyalarını sürekli kalemtraşla açıp bitiriyordu.

“Hayır. Bunu daha fazla yapamazsın. Onları harcıyorsun” dedi babası Tex.

Fakat küçük Jimmy boyalarını açarken iyi vakit geçiriyordu. Babasını duymazlıktan geldi.

Tex derhal kalktı, uzun adımlarla yürüdü ve açacağı oğlunun elinden aldı.

“Bugünlük bu kadar açma yeter” dedi ve açacağı Jimmy’nin erişemeyeceği yükseklikteki bir rafa kaldırdı.

“Hayır. Söz veriyorum. Lütfen. Onları harcamayacağım, söz veriyorum. Onu geri ver.”

Fakat Tex hiçbir şey söylemedi ve silahlarını yağlamakta olduğu masasının başına geri döndü.

“Ama bu haksızlık. Sen hiç adil değilsin. Sen kaba adamın tekisin!” diye haykırarak hıçkırdı öfkeli oğlu.

Fakat Tex sadece gülümsedi ve öndeki pencereden geniş kırlara bakmak için kısa bir ara verdikten sonra işine devam etti.

Başka bir hikâye:

Bir gün Tex ve küçük Jimmy atla kasabaya indiler. Özel bir ikram olarak, Tex'in Jimmy'ye dört tahta asker aldığı Ol' Pete's General Store'da durdular. Fakat eve geldiklerinde Jimmy askerlerinden birinin küçük tahta tüfeğini mağazada bıraktıklarını fark etti ve çılgına döndü.

“Mağazaya geri dönmeliyiz. Mağazaya geri dönmeliyiz. O tahta tüfeğe ihtiyacım var” diye hıçkırmaya başladı.

Kasabaya atla kırk dakikada gidiliyordu ve Tex ertesini gün zaten gidecekti. Ayrıca Tex'in daha yağlanacak bir sürü tüfeği vardı.

“Hayır, üzgünüm küçük dostum. Bugün gidemem. Onu yarın alırım.”

“Ama gitmek zorundasın!” diye haykırdı küçük Jimmy. “Gitmek zorundasın.”

Fakat Tex yalnızca üzgün bir şekilde kafasını salladı.

“Üzgünüm küçük dostum.”

“Hayır! Gitmek zorundasın! Gitmek zorundasın!”

Ve Jimmy ciğerlerinin yettiği kadar çığlıklar atmaya ve önüne geleni tekmelemeye başladı. Fakat Tex yalnızca tüfeklerini yağlamayı ve geniş kırlara bakmayı sürdürdü.

O, “Patron benim, idareyi elinde tutan benim. Ne olacağına ben karar veririm ve bunu değiştirmek için senin yapabileceğin *hiçbir şey* yok. Seni seviyorum ama senin gücünün bir sınırı var. Ben babayım, sen çocuksun” diyebilen sert bir baba.

Sanırım çoğu anababa, çocukları üzerindeki otoritelerinin esas temelinin *onların*, yani anababanın patron olduğu fikrine dayandığını göstermekten rahatsızlık duyar. Fakat bu noktada hatalılar. Anababalar daha akıllı oldukları için değil, bütün kararları doğru olduğu için değil, anababa oldukları için sorumludur. Çocuklarının karar vermelerine izin verebilirim, örneğin “Bu gece ne zaman yatacağına sen karar verebilirsin” diyebilirim. Fakat bu kararı vermesine müsaade eden benim. Bu geminin kaptanı benim. Bazen kolay bir kaptan. Bazen katı bir kaptan. Fakat sorumluluk hep bende.

Benim anne ya da baba olduğum ve sen yetişkin olana dek sorumlu kişi olarak bana bağlı olduğun gerçeğini görmezden gelmek için bir neden yok. Çocukların kesinlikle işitmek istediği hatta işitmeye ihtiyaç duydukları budur. Çocuklar kendilerinden çok daha fazla bildiğimize ikna oldukları için değil, her zaman bizimle hemfikir olmasalar da bizi sevdikleri ve yaşamalarında daha büyük, daha güçlü bir kişinin var olduğu gerçeğinde hatırı sayılır bir güvenlik hissi buldukları için onlara patronluk yapmamızı kabul eder. Çocuklar kendilerinin değil, anababalarının patron oluğunu hissetmeye ihtiyaç duyar.

Nasıl Yapılır

Tamam, ben patronum ve kararları ben veriyorum. Fakat bunu nasıl yapacağım?

İki temel kural vardır.

Bir: Eğer anababa olarak çocuğunuzun istekleriyle çelişecek bir karar verecek veya bir eylemde bulunacaksanız bunu *hızlı* yapın. “Evet” ya da “Hayır” deyin fakat uzatmayın. Uza-yıp gitme sürecine izin vererseniz bebek kişilik devreye girecektir. Bebek kişilik huysuzluklarla, tekrarlanan yalvarmalarla,

gurursuzca acındırmalarla veya bitmez tükenmez tartışmalarla bu süreci bir şekilde uzatmakta önemli ölçüde başarılı olduğu zaman sorunlar ortaya çıkar ve bu devamlı saldırının bir sonucu vardır. *Bu da felakettir.*

“Bu gece geç vakte kadar oturup bir program daha izleyebilir miyim?”

“Hayır sanmıyorum James. Bu gece olmaz.”

“Ama lütfen. Yalnızca bu defalık. Gerçekten iyi bir program.”

“Hayır üzgünüm James.”

“Söz veriyorum uzun bir süre böyle bir şey istemeyeceğim.”

“Hayır üzgünüm James. Uyumaya ihtiyacım var.”

“Hayır yok. Yorulmayacağım ki!”

“Bunu önce de söylemiştin. Ama ne kadar yorulabildiğini ben biliyorum.”

“Ama bu kez yorulmayacağım. Bu gerçekten özel bir program. Özel bir şey yapmama hiç izin vermiyorsunuz.”

“Bu doğru değil James.”

“Evet doğru. Son defa ne zaman özel bir şey yaptım?”

“Bilmiyorum James. Fakat bazen özel şeyler yapmana izin veriyoruz.”

“Birini söyle.”

“Of Tanrı aşkına James. Hiç vazgeçmez misin? Git o zaman. O programı izle. Sabah da yorgun kalk.”

Hayır. Çok fazla uzadı. Şöylesi daha iyi olurdu:

“Bu gece oturup bir program daha izleyebilir miyim?”

“Hayır sanmıyorum James. Bu gece olmaz.”

“Ama lütfen. Yalnızca bu defalık. Gerçekten iyi bir program.”

“Hayır James. Bu gece olmaz.”

“Ama lütfen. Bu gerçekten özel. Gerçekten. Özel bir şey yapmama hiç izin vermiyorsunuz.”

Fakat bu noktada James'in babasının tartışmayı tamamen bitirmiş olması gerekir.

Ya da oturmasına izin verin.

“Bu geceliğine oturup başka bir program izleyebilir miyim?”

“Evet, sanırım bunu yapabilirsin.”

Oturmasına izin verin. Oturmasına izin vermeyin. Bu önemli değil. Önemli olan neye karar verirsiniz verin, ne yaparsanız yapın, hızlı yapın.

Ama ya bir anne ya da baba çabuk karar veremiyorsa?

O halde bu kararı ertelemeye hızlı karar verin.

“Anne bir hamster alabilir miyiz?”*

“Bilmiyorum tatlım. Bu konuda düşünmeliyim.”

“Lütfen bir tane alabilir miyiz? Ona iyi bakacağım. Söz veriyorum sonuncusu gibi ölmesine izin vermeyeceğim. Lütfen.”

“İvan bu konuda düşüneceğimi söyledim.”

“Lütfen anne, lütfen. Alabilir miyiz? Alabilir miyiz?”

“Bu konuda düşüneceğimi söyledim.”

Bu iyi bir yanıttır. Kesindir. Bu bir karar vermektir; o anda karar vermeyeceğinin kararı. Hazır olmadığınız bir kararı vermek için sizi taciz etmelerine izin vermiyorsunuz ve bu, tam da sizin istediğiniz gibi karar verme sürecini hızla sonuçlandırmayı sağlıyor.

Seçimi yapacağınız bir zamanda bu soruya geri dönebilirsiniz. Fakat o an için konu çabucak kapanmıştır.

Ne yaparsanız yapın, hızlı yapın.

İkinci kural ve belki de ikisi arasında daha zor olanı şu: Kararınızı bir kez verdikten sonra ona sonuna kadar sadık kalmalısınız.

Bakkaldayken Justin sakız istedi.

“Hayır Justin, sakız yok.”

* Evde beslenebilen sıçan türünden kemirici bir hayvan (ç.n.).

“Lütfen, lütfen. Bir defalık.”

“Hayır, üzgünüm Justin.”

“Lütfen, lütfen. Bir defalık. Lütfen, lütfen.”

Ve sakızdan çok muhtemelen uykuya ihtiyaç duyan aşırı derecede yorgun Justin ağlayıp sızlamaya başladı ve sonuçta kendini annesinin yalnızca bir süre devam edebileceğini bildiği tamgaz bir huysuzluk durumuna soktu.

“Sakız istiyorum. Sakız istiyorum.” diye hıçkırarak ağlamaya başladı. Bu arada ümitsiz bir öfke içinde yerlerde yuvarlanıyordu.

Sağlam bir tutum almış olan annesi, bu durumda kararına sadık kalmalıdır. Bunlar önemli savaşlardır ve anababaların kazanması gerekir. Kararlarına sadık kalırlarsa kazanırlar. Justin ne kadar ileri giderse gitsin, annesinin bu huysuzluğa dayanma yeteneği ona şunu söyler: “Terbiyesizlik yapabilirsin ama bu davranışın seni bir yere götürmeyecek.” Önemli nokta budur: Onların davranışı bir kararı değiştiremez.

Bir Savaşa Hazır Değilseniz

Gerçekten bir tavır aldığınızda bebek kişilik asla kazanmamalı veya sizi yıpratmamalıdır. Bebek kişiliklerle bütün güçle yapılan savaşlar yıpratıcı olabilir, bu yüzden buna hazır değilseniz savaşmayın.

Dört yaşındaki Arnold’ın annesi yorgundu ve oğluyla mücadele etmek için enerjisi yoktu. Çok uzun ve zor bir gün geçirmişti. Yemekten hemen önce Arnold annesinin yanına geldi.

“Kurabiye istiyorum.”

Normalde annesi “Hayır” derdi. Yemekten önceki atıştırma- lar yemesini engelliyordu. Fakat bu kez derin bir iç çekti. Arnold’ı tanıyordu ve özellikle sesinin tonundan hayır derse uzayıp gidecek bir huysuzluğu davet edeceğini de biliyordu. Canı bu sahnelerden birini yaşamak istemedi. Bunun için sabrı ya da enerjisi yoktu.

“Yiyebilirsin tabii Arnold” dedi kurabiyeyi verirken sahte bir canlılıkla.

Fakat Arnold’ın annesi bir hata yapmadı mı? Potansiyel huysuzluk tehdidiyle kendisine zorbalık yapılmasına izin vermiyor mu? Bu şekilde doğrudan Arnold’ın bebek kişiliğinin çıkarı doğrultusunda davranmıyor mu? Kendi daimi kurallarının birine karşı gelmiyor mu?

Arnold’ın annesi kurabiyeye karşı bir tavır almış olsaydı, onun muazzam çığlıklı huysuzluklarına katlanmaya sabrı yetmeyebilirdi ve kurabiyeyi ona huysuzluğunun tam ortasında verebilirdi. O zaman huysuzluğu işe yaraymış olacaktı.

Ve daha da kötüsü, annesi Arnold’a patlayabilirdi.

“Bu huysuzluklarından bıktım. Ne zaman kabul etmeyi öğreneceksin. ‘Hayır’ bir cevaptır. Senden bıktım Arnold.”

Bebek kişilik dudaklarını yalayacak ve mutlaka başka bir gün daha fazlası için gelecektir. İstedığinin âlâsını elde etmiş ve hayran olduğu o özel ve heyecan verici yiyeceği almıştır.

Hazır olduğunuz zamanlarda katı tutumlarınızı koruyun. Katı tutumlar bazen gereklidir. Fakat hazırlıklı olduğunuz ve savaşı sonuna kadar götürebileceğiniz zamanları seçin. Ve koşulların uygun olduğu zamanları. Annesi, Arnold’ın bir huysuzluk çıkarmasını *gerçekten* istemediği yaşlı halanın evinde kurabiyeyi almasına izin verebilir.

Veya arabada, üç saatlik ürkütücü bir yolculuğun başında, huysuzluk yapanla kendi aranızda mesafe koymanın hiç yolu olmadığı bir yerde çocuğumuza

“Buraya kadar Arnold, in arabadan” diyemeyiz.

“Beni şehirlerarası yolda mı bırakacaksın?”

Kurabiyeyi almasına izin verin.

Veya Arnold’ın annesi bir yere yetişmek için büyük acele içindeyse ve huysuzluk ihtiyaç duyduğu son şeyse, zamanın sınırlı oluşu Arnold’a büyük güç verir. Ona kurabiyeyi verin.

Ve önemli olan tek şey zaman ve koşullar değildir.

Bazen onların davranışlarıyla sert bir tutum takınacak kadar ilgilenmeyiz.

“Elena perdelere dokunma!”

Elena duymamış gibi davranarak perdeyi çekiştirmeye devam eder.

Ve annesi kızına başka bir söz söylemeden kitabını okumaya devam eder.

Canımız her zaman ayağa kalkıp oraya giderek Elena’nın perdeyi çekmesine son vermek istemeyebilir. Bu çabaya değmeyeceğini düşünebiliriz. *Onu aşağı düşüremez. Kendi canını atamaz. Ve gerçekten canım kalkmak istemiyor.* Bazen kendi söylediklerimizin peşine düşmeyiz. Ve bu, Elena’nın perdeyi çekip çekmediğine gerçekten aldırmadığımız zaman iyidir. Bazen aldırış edebiliriz ama yeterince değil ve bu yüzden sıkı bir tavır almayı seçmeyiz; çünkü Elena’nın bir elektrik kablosunu çekmeye başlaması gibi daha çok aldıracağımız başka şeyler vardır.

Bunların tümü, anababaların hangi kararlarda kararlı olduklarını, ne zaman sabır ve enerjiye sahip olduklarını, ne zaman şartların buna izin verdiğini ve neye gerçekten aldındıklarını seçmek zorunda oldukları anlamına gelmektedir.

Fikrinizi Değıştirebilirsiniz

Anababalar bir karar vermek ve o karardan dönmemek ister, fakat bu kurallar ilk etapta düşünebileceğinizden daha esnektir. Örneğin fikrinizi *değıştirebilirsiniz* ama karar verme sürecindeki herhangi bir değışiklik erken olmalıdır ve süratle olmalıdır. Sonra, bu karar son karar *olmalıdır*. İşte birkaç örnek:

Anababaların bir kapris üzerine kararlarını değıştirmelerine izin vardır.

“Bir kurabiye daha alabilir miyim?”

“Hayır Helena, iki tane yeterli.”

“Lütfen!”

“Biliyor musun, bugün çok iyi bir ruh hali içindeyim, sanırım hiçbir şeye hayır demeyeceğim. Peki, bir tane daha al.”

“Hiçbir şeye hayır demeyecek misin?”

“I- ıh.”

“Bir midilli alabilir miyim?”

Dinleme konusunda daha önce söylediğimi tekrarlıyorum. Anababalar çocuklarının başlangıçtaki karşı tezi makul olduğu için fikirlerini değiştirebilirler.

“Bir kurabiye daha alabilir miyim?”

“Hayır Helena, iki tane yeterli.”

“Ama bugün yemeğin her zamankinden çok daha geç hazır olacağını söylemiştin ve ben gerçekten çok acıkacağım.”

“Peki, tamam Helena. Bir tane daha alabilirsin.”

Fakat size anababaların ilk tartışmadan sonra çocuklarını dinlemeleri durumunda başlarına geleceklerden kendilerinin sorumlu olacağını hatırlatırım.

Anababalar, istenenin çocukları için özel bir şey olduğunu algıladıkları zaman fikirlerini değiştirebilirler. Bir istisna yapabilirler; çünkü bu çocuklarının çok çok istediği bir şeydir.

“Tamam, fazladan bir yarım saat ayakta kalabilirsin. Bu programın senin için çok şey ifade ettiğini biliyorum.”

Bu tür istisnalar aslında özellikle güzeldir çünkü hoş bir mesaj verirler: “Senin için neyin özel olduğunu biliyor ve önemsiyorum ve seni mutlu eden şeylerin benim için öyle bir önceliği var ki, kurallarda bazı istisnalar yapabilirim.” Fikrinizi değiştirmeye gönüllü olunuz, çocuğunuzun duygularına aldırdığınızı ve söylediklerinin bir etkisi olduğunu anlatır. Fakat bir yere kadar. Anababalar son kararı verdikten sonra çocuklarının yapacağı ya da söyleyeceği *hiçbir şeyin* asla ve kesinlikle verdiği kararı değiştiremeyeceğini onlara iletmek ister.

Tutarlılık

Ne? Dilediğin gibi seçersen ve fikrini değiştirirsen nasıl tutarlı olabilirsin? Anababaların tutarlı olmaları gerekmiyor mu? Bu iyi anababaların bütün kurallarıyla çelişmez mi?

Hayır. Anababalar tutarlı olmak zorunda değildir ama tutarlı bir şekilde karar-verici olmak zorundadır. Ne her defasında aynı şeye karar vermek, ne de farklı yerler ve farklı kişiler için aynı kurallara sahip olmak konusunda tutarlı olmak zorunda değildirler.

Çocuklar daha en başında anne ya da babanın kurallarının durumdan duruma farklılık gösterdiğini oldukça doğru bir şekilde algılar. Ve yalnızca anne ya da babanın kuralları değil, her bir ebeveyn, farklı insanlar ve farklı yerler için farklı kurallar olduğunu bilirler.

“Annemin morali iyi olduğu zaman ondan bir şeyler isteyebilirim. Morali bozuksa, unut gitsin.”

“Davulunun tokmaklarıyla mobilyalara vurduğumda annem deliye döner. Babam hiç aldırmaz.”

“Anneanne Levin’lerde çok gürültü yaparsak başımız belaya girer. Fakat babaanne ve büyükbabalarda istediğimiz kadar yaramazlık yapabiliriz.”

Çocuklar aptal değildir. Onlara davranışları için birçok kural koyabilir, hangi davranışların kabul edilebilir olduğu ve hangilerinin olmadığıyla ilgili talimatlar verebiliriz. Fakat onların öğrendikleri gerçek kurallardır.

“Kız kardeşini sinirlendirmeni istemiyorum.”

Fakat gerçek şudur: “Eğer Tricia’yı sinirlendirirsem annem bana bunu yapmamamı söyler, ama hiçbir şey yapmaz; ama Tricia ve ben birbirimize bağırıma başladığımız anda annem ciddi şekilde kızar ve gerçekten bir şey yapar.”

Böylece gerçek kural şudur: “Bağırıma başlayana kadar Tricia’nın canını sıkabilirsin.” Bu çoğu anababanın kuralıdır ve

küçükler açısından gerçekten kusursuz denebilecek kadar iyi bir kuraldır.

Çocuklar, deneme ve yanılma yoluyla sizin kurallarınızın hakikatini ve müdahale etmeye karar vereceğiniz zamanın hakikatini öğrenir. Babamı ne kızdırır. Babamı ne çok kızdırır. Babamın yalnızca bağışlamak yerine kalkıp fiilen bir şey yapmasına ne yol açar. Ayırt etmeyi öğrenirler: Annenin sınırları. Babanın sınırları. Evdeki sınırlar. Lokantada bulunduğumuz zamanlardaki sınırlar. Okuldaki sınırlar. Arkadaşlarıyla kenki sınırlar. Çocuk bakıcısı Caroline ile sınırlar. Diğer çocuk bakıcısı Sherri ile farklı sınırlar. Kuşkusuz bu durum farklı sınırların, farklı insanlar ve farklı yerlerle ilgili farklı kuralların *olduğu* gerçek dünyaya benzemektedir.

Çocuk yetiştirmede önemli olan kararların daima tutarlı olması değil, karar verenin tutarlı bir şekilde anne ya da baba olması, çocuk olmamasıdır.

Peki Ya Hatalysam?

Fakat bütün kararları özellikle böyle hızlı bir şekilde veren bensem ve ya hata yaparsam? Sonuçta çocuğumu incitecek kararlar vermek istemem.

Çocuk yetiştirmenin günlük akışı içinde karar vermekle ilgili önemli bir gerçek, daima doğru şeyi yapmak zorunda olmayışımızdır. Hata yapabiliriz. Marifet karar vermek için doğru kişi olduğunuz konusunda kendinizi rahat hissetmektir. Bu da bazen hata yapmamıza izin olduğu anlamına gelir. Anababa olarak kontrolümüzün temeli hatasız oluşumuz değil, anne ya da baba olduğumuz gerçeğidir. Peki ya bizden daha zeki bir çocuğa sahipsek? Karar vermeyi ona devretmeli miyiz?

“Ama baba, geçen ayın New England Journal of Medicine dergisindeki bir makale yemekten önce çok miktarda kurabiye isteyen çocukların hipoglisemik (çok düşük kan şekeri) olabileceğini ve şekere normalden daha çok ihtiyaçları olduğunu söylüyordu. Benim hipoglisemik olmadığımı ne biliyorsun? Ve kesinlikle yemekten önce bana test yaptıramazsın.”

“Aman Tanrım, Marcus ne diyeceğimi bilemiyorum. Çok iyi bir noktaya işaret ettin. İşte sana bir torba dolusu kurabiye.”

“Teşekkürler baba. Sen mükemmel bir babasın.”

Anababalar olarak çocuklarımıza bir yaşam sunmanın sorumluluğuna sahibiz. Bu da her gün bin tane karar vermek anlamına gelir. Her şeyi bütünüyle düşünmek, herkesi dinlemek, kendimizden tümüyle akıllı ve bilge olmayı ve hata yapmamayı beklemek iyi netice vermez. Bu yapılamaz.

Çocuklarımız kararlarımızın bilgeliğiyle değil -biz yalnızca en iyi olduğunu düşündüğümüz şeyleri yapabiliriz- onların ane-ne veya babası ve karar verici olarak rolümüzdeki rahatlığımız ve güvenimizle bataabilir ya da çıkabilir.

Kararlarınızın Geçerli Olmasını Sağlamak

İlk Kontroller

“Jason arabaya bin.”

Jason güler ve aksi yöne doğru koşar. Jason’ın arabaya binmesini istiyorsak, onun peşinden koşmak, onu yakalayıp arabaya bindirmek zorundayız.

İlk çocuklukta, bir şeyin yapılmasını istiyorsanız siz kalkar, oraya gider ve yaparsınız. Bir şeyin olmasını gerçekten istiyorsanız, olmasını sağlamalısınız. Bir şeyin *olmamasını* gerçekten istiyorsanız, *olamayacağından* emin olmalısınız. Bir kararınızın eyleme dönüşmesini istiyorsanız, o halde hızlı davranın. Bir bebek sıcak fırına uzanır ve babası elini çeker; erkek kardeşe vurmak için kullanılan bir plastik çekiç elden alınır; caddeye çok yakın olan bir çocuk geri çekilir. İlk çocuklukta kontrolün temeli sözler değil, eylemdir. Bu, kontrollerin içinde en temel olanıdır.

En büyük önceliğimiz daima çocuklarımıza veya başkalarına ciddi zarar verme riski taşıyan şeyleri önlemektir. İlaçlar ve

kırılabilircek objeler ulaşamayacakları yerlere kaldırılır. Küçük çocuklar, çok sevdikleri ama yine de kafataslarındaki bingıldanın gerçekten ne kadar yumuşak olduğunu incelemeyi istedikleri yeni doğmuş kız kardeşlerinin yanında veya caddenin kenarında yalnız bırakılmaz.

İlk çocukluktaki iki temel kontrol şunlardır: Eylemden önce önleme ve fiili fiziksel önleme. Bir anne ya da babanın bütün ihtiyaç duyduğu ya da dayanabileceği bunlardan ibarettir. Çocuk yetiştirmenin ilk etabında bir numaralı hata, anababanın çocuğu kontrol etmek için sözlerinin yeterli olmasını istemesidir. Bu hiç işe yaramaz. Bir anne ya da baba olan bitenden hoşlanmıyorsa ve çocuk sözlerle *hemen* tepki vermiyorsa, olaya doğrudan müdahale edilmelidir.

Her zaman aklıda tutulması gereken şey şudur: Küçük çocukların bir şeye itaat etmesini istiyorsanız, eyleme geçmeye hazır olmanızda yarar vardır. Ve daha önce söylediğimiz gibi, gerçekten yerinizden kalkıp bir şey yapacak kadar önemsedığınızden emin değilseniz, (“Darryl, Daniel’ı gıdıklamayı kes”) hazırlıklı olmalısınız; size belki itaat edilecek, belki de edilmeyecektir.

Ama yapılan şeye aldırıyorsanız eyleme geçmelisiniz. Hem de hızla. Eyleme geçecek kadar aldırığınızı nasıl bilirsiniz? Rahatsız olmaya *başlarsanız*, eyleme geçme zamanıdır.

Çocuğunuzun yaptığı şeye bir son vermesini gerçekten istiyorsanız, *bir kez* söylemek iyi bir kuraldır. Hepsi budur. O anda her ne yapıyorsa yapmaya devam ederse, oraya gidip onu durdurun. Onu lambadan uzaklaştırın. Makası elinde alın. Ve bunu çabuk yapın.

Eğer anababalar “Sözümü dinlemen için neden üç dört kez söylemek zorundayım?” diye yakınıyorsa, hatalı olan kendileridir. Birinci defadan sonra eyleme geçmeliydiler. Veya, durum öyleyse, bu konuda herhangi bir şey yapmaya yetecek kadar alırdımadıklarını kabul etmeliydiler.

Bu stratejinin güzelliği -ve bu çocuk yetiştirmenin ilk etabındaki asıl ustalaktır- anababayı yıpranmaktan korumasıdır. Ve sonuç alınır. Çocuklar şunu öğrenir: “Eğer annem ciddiye, eyleme geçer, hem de hızlı bir şekilde.” Ve hemen her zaman isteğinize yanıt verirler.

“Jason masamın çekmecesinden uzak dur.”

“Tamam, tamam.”

Jason annesinin sandalyesinden kalkarak oraya gelip onu uzaklaştırmak üzere dikildiğini görünce masadan uzaklaşır.

Bu stratejideki sorun, sürekli fiziksel çaba gerektirmesidir. Yerine geçecek başka bir şey yoktur. Fakat anababalar bir şeyi önemsedikleri zaman hemen eyleme geçmeyi öğrenirse, sonuçta daha az harekete geçmek zorunda kaldıklarını keşfetmekten memnuniyet duyacaklardır.

“Fakat ya ben onları durdurduktan sonra da yapmayı sürdürürlerse? Ya çirkin davranmaya devam ederlerse?”

Fiziksel müdahalenin uç noktası, anababayla çocuğun ayrılmasıdır. Çoğunlukla “mola” olarak adlandırılan, çocuğun başka bir yere gönderilmesi durumu gerçekleşir. Ama bu ayrılık kesinlikle bir ceza değildir. Çocuklar kendilerini kontrol edebilecek duruma gelir gelmez geri dönebilir. Terbiyeli davranabilirlerse, hoş gelirler.

“Merhaba. Geri gelebilir miyim?”

“Tabii.”

Terbiyeli davranmazlarsa tekrar giderler. Fakat yine geri dönme şansları vardır. Yalnızca tekrar tekrar gelişlerde süren itirazlar veya kontrolden çıktıklarını gösteren durumlar yaşağı uzatmayı gerektirir.

“Hayır Matthew. Sanırım bir süre odanda kalmaya ihtiyacın var.”

“Hayır! Hayır!”

İsterik Matthew tekrar odasına taşınır. Fakat bu kez bir ceza olarak değil, bir gerçeğin ilânı olarak bir süre kalmak üzere oradadır: İtiraz etmeyi sürdürdüğün sürece, benim etrafımda olmayacaksın. Çocuklar bu farkı anlamayı öğrenebilir. Kendilerini kontrol edebilirlerse, tekrar gelebilirler. Aslında, farkı öğrendikleri zaman sadece gerçekten keyifsiz olduklarında savaşıacaklardır.

Peki ya ayrı durmayı reddederlerse? Ya geri gelmeyi sürdürürlerse?

Bu son aşama yani ayırma etkili çocuk yetiştirmenin uç noktasıdır. Bu yüzden yanıt, bunda ısrarlı olmanız gerektiğidir. Bu uzun ve yıpratıcı bir süreç olsa da, zaman ve çabanızı bu işe yatırmalısınız. Sonunda buna değecektir.

Bir gece, iki yaşından küçük olan oğlum Nick karyolasından nasıl çıkabileceğini keşfetti. Bu keşfinden dolayı heyecanlıydı ve genellikle yaptığı gibi karyolasında yatıp uyumak yerine, karyolasından inip paytak paytak yürüyerek Mary Alice ve beni görmeye geliyordu.

“Hayır Nick, artık yatmalısın” diyorduk ve ikimizden biri sürekli olarak onu alıp karyolasına geri götürüyordu. Ama o inmeyi sürdürüyordu, biz de geri götürmeyi.

“Hayır Nick, yatma zamanı.”

Sonunda vazgeçti. Sanırım ya yeni becerisinden sonunda sıkıldı ya da yoruldu. Fakat vazgeçene kadar on beş ya da yirmi kere yataktan inmişti. Ertesi gece aynı şey yine oldu. Belki bir önceki gece olduğu kadar gezinti yoktu ama yine de çoktu. Yaklaşık bir hafta boyunca karyolasından inip yanımıza gelen Nick’i yatağına geri götürmekle uğraştık. Küçük bir çocuğun anne ya da babası olmak sürekli fiziksel efor gerektirir ve bunun yerini tutacak hiçbir şey yoktur.

Bağırarak, tehdit etmek, kandırmak ya da uykusu gelen kadar onunla oturmak bir felaket olacaktır. Bu taktikler Nick’e sadece şunu öğretebilirdi: “Yatağımdan çıkarsam, annem ve

babamdan daha fazla ilgi görürüm,” ve kim bilir bu yataktan inişler daha kaç gece ve kaç yıl boyunca devam ederdi.

“*Susadım.*”

“*Uyuyamıyorum.*”

“*Dişim ağrıyor.*”

Anababaların İstekleri – Anababaların Hoşnutsuzluğu

Çocuklar büyüdükçe, yavaş yavaş başlıca kontrol kaynağı olarak kullanılan fiziksel müdahaleden sonunda artık hiçbir rolü kalmayana kadar uzaklaşırlar.

Armando’nun 1.52 boyunda, 50 kilo ağırlığındaki annesi on beş yaşında, 1.84 boyunda, 84 kilo ağırlığındaki oğluna “Armando arabaya bin” der. “Hayır mı? O halde ben seni arabaya bindirmesini bilirim.”

Bu tam olarak böyle işlemez.

Fiziksel müdahale, hepsinin ortak bir yanı olan bir dizi farklı çocuk kontrol yöntemiyle yer değiştirmiştir: Anababaların istekleri, onayları ve karşı çıkmaları bu kontrolün temelleridir. Daima bütünüyle güvenilir değillerdir, fakat güçlü kontrol yöntemleridirler ve yeterlidirler.

Üç yaşındaki Luke kasıtlı olarak annesini dinlemiyor, küvetinden banyonun zeminine su sıçratıyordu.

Pek eğlenmiş görünmeyen annesi onunla kızgın bir şekilde konuştu:

“Yapma Luke. Yeter. Küvette suyla oynayabilirsin ama yere su sıçratamazsın.”

Luke ne banyosunun geri kalan süresinde ne de bir dahaki sefer banyo yaptığında yere su sıçratmadı. Ve sonunda annesine, “Bak, yere su sıçratmıyorum. Ne usluyum değil mi?” dedi.

Sekiz yaşındaki Marcie babasının yanına oturmuş legolarıyla oynuyordu. Fakat bir süre sonra sıkıldığı için başka bir şey yapmaya başladı.

“Marcie, legolarınla oynamayı bitirdiğine göre neden onları kaldırmıyorsun?”

“Çok yorgunum.”

“Marcie legolarını kaldırmanı istiyorum.”

“Çok yorgunum.”

Marcie ne kadar yorgun olduğunu göstermek için yere devrildi.

“Marcie legolarını kaldırmanı istiyorum.”

“Çok yorgunum.”

Bu kez Marcie tam anlamıyla tükendiği iddiasını daha dokunaklı bir şekilde ortaya koymak için bedenini daha da fazla yıkarak aynı zamanda özellikle yorgun ve titrek bir sesle konuşmuştu.

Babası hiçbir şey demedi.

“Çok yorgunum.”

“Ben gerçekten *yorgunum*” dedi Marcie bu kez oldukça hırçın, sonradan güzelce kaldırdığı legolarına doğru kendisini sürükleyerek ayağa kalkmaya çalışırken.

“Teşekkür ederim Marcie” dedi babası.

Böyle durumların hepsinin bu ikisi gibi kolayca çözülme-yeceği açıktır. Bazen yöntemleriniz hiç işe yaramaz. Fakat yukarıdaki hikâyeler tamamen fanteziden ibaret değildir. Bir anne ya da baba yukarıdaki hikâyelerdeki anne ve babanın yaptıklarından farklı bir şey yapmazsa, çocuklar genelde bu şekilde tepki verir.

“Bir talebi bildirin, tekrarlayın ve daha fazla bir şey söylemeyin.”

Marcie’nin örneğine daha yakından bakalım. Canı legolarını kaldırmak istemedi, fakat babası bunu yapmasını istediğini söyledi. Hâlâ bunu yapmak istemiyordu, ama üzerinde babasının isteğinin yarattığı baskıyı hissediyordu. Babasının isteği, bu tatsız müdahale kafasının içine çöreklenmişti ve bu güzel öğleden

sonrası boyunca onu rahat bırakmayacaktı. Aslında toplanmamış legoları tamamen unutarak gidip başka bir şeyle oynamak onu oldukça hoşnut ederdi.

Bir yolunu bulup babasının ricasından muaf olmak için işe yarayacağına inanmasa da ilk aklına gelen şeye tutunarak “Yor-gunum” demişti.

Fakat bahanesi işe yaramadı. Özellikle inatçı ve tembel bir ruh halinde olsaydı, legoları toplamayı kesinlikle reddederek işi zorlaştırabilirdi. Fakat bu sefer Marcie silahları bıraktı ve legolarını topladı. Kafasının içinde babasının karşılanmamış talebinin doğuracağı hoşnutsuzluğu uzunca bir süre taşımaktansa, legoları toplamanın getirdiği nahoş gerilimi (aslında o kadar da nahoş denemez) yaşamayı seçti.

Bunun sonucunda nahoş duygular derhal ortadan kalkmıştı ve bu anlayışla belki de babasının takdirini kazanmıştı. Anne ya da babaya karşı bir bağ oluşturan çocuklarda kesin ve değişmez bir durum, onların söz konusu anne ya da babaya ve onun duygularına önem vermeleridir. Eğer anababa onlarla mutluysa, onlar da mutludur. Anababa onlardan memnun değilse, aksini söyleseler bile bu onların canını sıkar. Çoğunlukla önem vermediklerini söyleseler de önem verirler.

“Stephanie, senden hiç olmazsa bu defa oturma odasını dağıt-mamamı istedim ama sen dağıttın. Sana çok kızgınum.”

“Hiç umurumda değil.”

Ama umurundadır. Bütün olay budur. Umursamamak elinde değildir. *Her zaman umursarlar.*

Çocuklar, söyleneni önemsemedikleri için değil, daha çok içlerindeki şeytani, onaylamayan varlığı defetmek arzusuyla ya da kendilerini kötü hissetmelerine yol açtığı için şimdi kızgın oldukları anne ya da babalarından öç almak arzusuyla “Umurumda değil” der. Yalnızca zaman ya da anababalarının artık kızgın olmadığını söylemesi istenmeyen onaylamayan varlığı dağıtabilir.

Çocukların anababaların düşüncelerini önemsedikleri ve başka türlüünün ellerinden gelmediği gerçeği, anababaların çocukları denetlerken kullanacakları bir numaralı araçtır. Çocukların terbiyeli davranmalarının birinci nedeni, anababalarının hoşnutsuzluğunu göze almak istememeleridir. Çoğu anababanın farkına varmadığı veya büyük ölçüde hak ettiğinden az değer biçtiği şey, kendi isteklerinin çocukları üzerinde sahip olduğu son derece gerçek güçtür. Genellikle buna hiç şans tanımazlar. Bu sessiz ve şefkatli gücü tanıyamaz, deneyimleyemez ve çocuklarının onların isteklerini yerine getirmesini sağlamakta gerçek bir müttefik olduğunu anlayamazlar.

Babasının Marice'nin legolarını toplamasını sağlamaya çalışırken farklı bir yol izlediğini farz edelim.

"Marcie, legolarınla oynamayı bitirdiğine göre neden onları kaldırıyorsun?"

"Çok yorgunum."

"Marcie legolarını kaldırmayı istiyorum."

"Çok yorgunum."

"Marcie, ya legolarını kaldırırsın ya da günün geri kalan kısmında televizyon seyredemezsin."

Bu Marice'nin legoları kaldırmasını belki sağlayacak, belki de sağlamayacaktı. Fakat belki de babası tehdidi kullanmayıp hiçbir şey söylememeyi seçseydi, Marice legolarını kaldıracaktı. İkinci örnekte, Marice'nin babasının yalnızca talepte bulunmanın kendi başına istenen sonucu doğurup doğurmayacağını bilme şansı yoktur.

Birçok durumda, çoğu anababanın istediklerini bir kez ifade ettikten sonra yapmak zorunda oldukları hiçbir şey yoktur. Ve bazen bunu yapmak ve yalnızca çocuklarının belli bir şekilde davranmalarını istemenin çocukları üzerinde çok gerçek bir gücü olduğunu görmek, anababalar için değerli bir derstir.

Suç

Ruthy'nin annesi, birçok kez kızından televizyonun önündeki bozyapılarını toplamasını istemişti. Dışarı çıkacaklardı ve

annesi bu işin o anda yapılmasını istiyordu. Beklemek istemiyordu. Cevapsız kalan son ricadan sonra bozyapları kendi topladı.

Sonra kızına döndü ve kızgın bir şekilde:

“Bundan hoşlanmıyorum. Senden bir şey istediğim zaman bunu yapmanı beklerim. Senin bozyapları ben toplamak zorunda kaldım. Bu senin işindi, benim değil ve sen bunu yapmadın” dedi.

Bunları söyledikten sonra döndü ve odadan çıktı.

Peki ne oldu? Ruthy bozyapları toplamaktan kurtulmuş oldu.

Ruthy hiçbir şeyden kurtulmadı. Annesinin sözleri kaçınılmaz sevgi bağı nedeniyle kendini kötü hissetmesine yol açtı: Suçlu.

Tüm Ruthy’lerin böyle bir paylamadan sonra bile sessiz kalamaması bunun bir kanıtıdır.

“Toplayacaktım. Bana fırsat vermedin ki! Zaten hiç fırsat vermezsin.”

Annesinin sözleri kendini suçlu hissetmesine yol açtı. Ve suçun ateşinde yanmaya terk edildi. Belki bu çok uzun sürmeyebilir. Bir dahaki sefer bozyaplarını belki toplayacak belki toplamayacak. Ama toplamadığı zaman hissedeceği suçluluk, söyleneni yapmak üzere ona gerçek bir baskı uygulayacaktır.

Cezayı kullanmayan bir sistem, bir kontrol aracı olarak daha çok suçu kullanır. Çocukların yapmamaları gereken bir şey yaptıkları için rahatsızlık duymaları sağlanır.

Fakat sürekli kendilerini suçlu hissetmelerine neden olmak kötü değil mi? Bu çocukları sinir hastası yapmanın yolu değil mi?

Çocukların kendilerini suçlu hissetmesini *gerektiren* birçok durum vardır. Yukarıdaki örnek gibi. Veya eğer kasten ya da düşünmeden zarar verecek veya kızdıracak bir şey yapmışlarsa

ve sonuç olarak biri onlara sinirlenmişse, suçluluk hissetmelidirler. Örneğin, arkadaşınız sizi ziyaret ettiğinde sizin canınızı sıkıp kızdırdılarsa veya Noel ağacı süslemelerini kaldırmaya yardımcı olmaları istendi ve onlar inatla reddettiye ya da kanepede güreşmemeleri söylendiği halde yine güreştiler ve lambaya çarparak düşüp kırılmasına neden oldularsa, suçluluk hissetmeleri uygundur.

Böyle durumlarda çocuklar suçluluk *hissetmelidir*. Hissederlerse, bu suçluluk gelecekte aynı şeyi yapmamaları için onları etkileyecektir. Suçluluk duyarlarsa, suça karşı nasıl tavır alacaklarını öğrenmek zorunda kalacaklardır. Ne de olsa, o, yaşamın bize verdiği ve başa çıkmayı öğrenmek zorunda olduğumuz tatsız duygulardan biridir.

Bununla birlikte, çocukların başa çıkabileceği suçluluk miktarı sınırlıdır. Çok ağır suçluluk duygusu onlara yapıcı hiçbir şey öğretmez; çünkü bu onları ya bütünüyle kapatır ya da tamamen bunalıma sokar.

“Şu yaptığına bak. Senin yüzünden babanla kavga ediyoruz.”

Çok dehşet verici. *“Bir boşanmaya mı neden olacağım?”*

“Size kanepede güreşmemenizi söylemiştim. Şimdi bakın ne oldu.”

Bu kez kırılan lamba değil, erkek kardeşi Chad'ın masaya çarptığı, ortalığı kan gölüne çeviren burnuydu.

Yine çok dehşet verici. Ortalığı biraz yumuşatmak gerek.

“Size kanepede güreşmemenizi söylemiştim; işte böyle bir şey olabilir diye. Biliyorum, Chad'ın burnunun kırılmasını istemezdin. Bu sadece bir kaza.”

Bu yolla, kardeşinin burnunu kasıtlı olarak kırmadığı için suçun bir kısmı sonuçlara değil, kanepede güreşmeye yüklenmiştir. Çocuğun kırılan burun ve bütün o kanlar için sorumluluk hissetmemesi sağlanmıştır.

“İkinizden de oynarken sessiz olmaya çalışmanızı istedim ama beni dinlemediniz. Şimdi başım ağrıyor ve daha akşam yemeğini hazırlamak, çamaşırları yıkamak ve toplamak zorundayım. Bu yaptığınız gerçekten çok zalimce.”

Hayır. Değil. Yine abartılı. Anababaların rahatlığından sorumlu tutulmak çocuklar için çok fazla. Bu anababaların işidir.

Şöylesi çok daha iyi olurdu:

“İkinizden de sessizce oynamanızı istedim ama beni dinlemediniz. Şimdi başım ağrıyor. Bir kez olsun kavga etmeden oynamamaz mısınız?”

Suçluluk hissedebilirler, fakat ikinci senaryodaki anne kendi durumunu savunuyor. Bir yandan kızarken aynı zamanda baş ağrısından bahsediyor, kendi ıstırabının bütün sorumluluğunu çocuklarına yüklemiyor. Bu suçluluk *çok fazla* olurdu.

Fakat uygun şekilde kullanılan suçluluk, çocuğu denetlemede güçlü ve çok faydalı bir yoldur.

Kızmak

Annesi Jessica'ya un kutusuyla oynamamasını söylemişti. Fakat annesi dışarıdayken Jessica bunu yaptı ve bütün tezgâh una bulandı. Jessica'nın annesi dönüp bu pislği görür görmez avazı çıktığı kadar bağırmaya başladı.

“Şu pislğe bak. Una dokunmamamı söylemiştim. Sende hiç akıl yok mu? Sorun nedir Jessica? Sana una dokunma dedim. Şu pislğe bak. Yaptığını beğendin mi?”

Bu kızgın paylamayla morali bozulan Jessica ağlamaya başladı.

Randolph'ın babası mutfakta bir şeyler yapıyordu. Sıkılmış ve yapacak daha iyi bir şey bulamayan Randolph da babasının pantolonunun paçasını çekştirip duruyordu.

“Ne var Randolph?”

Randolph hiçbir şey söylemedi ama çekiştirmeye devam etti. Babası rahatsız olarak oğlunu niyet etmiş olabileceğinden biraz daha sertçe kavrayıp kızgın bir şekilde “*Randolph kes şu-nu!*” dedi.

Randolph ağlamaya başladı.

Bir insanın çocuklarına kızması doğru mudur? Anababanın kızgınlığı çocuklara zarar verebilir mi? Anababalar her zaman kızgınlıktan başka bir alternatif kullanmayı tercih edebilir mi? Örneğin aşağıdakine benzer şeyler söylemek her zaman daha mı iyidir?

“Jessica sana un kutusuna dokunmamamı söylemiştim. Beni dinlemedin ve şimdi temizlenmesi gereken büyük bir pislik var.”

Veya

“Randolph sıkıldığını biliyorum. Hadi yapabileceğin bir şeyler bulmaya çalışalım.”

Kızgınlık, hoş olmayan durumlara karşı normal ve sağlıklı bir tepkidir. İyi de olsa kötü de, insan olma paketinin parçası olarak içimizde yeri vardır. Uygun olan durumlarda kızgınlığı hissetme ve ifade etme kapasitesi, zihinsel sağlığın temel bir parçasıdır. Fakat gerçek dünyayla başarılı bir şekilde ilişki kurabilmek için *diğer insanların* kızgınlıklarıyla başa çıkmabilmenin de çok önemi vardır.

Anababanın kızgınlığı çocuğa zarar verir mi? Anababanın kızgınlığı çocukta iz bırakacak bir duygusal acıya neden olarak onu sarsabilir mi? Evet, eğer kızgınlık çok yoğun veya süreklilyse. Evet, eğer çocuk kızgınlığa maruz kalmak için çok küçükse. İnsan bebeklere avazı çıktığı kadar bağırır veya kasıtlı olarak sert bir şekilde tutmaz. Ve evet, kesinlikle evet, eğer kızgınlık fiziksel şiddete dönüşürse. O zaman her türlü kızgınlık zarar verici olur.

Fakat bebeklikten çıkmış çocuklar normal bir derecede –şiddet içermeyen aşırı olmayan- kızgın anababalarla başa çıkabilir mi? Evet. Kızgınlık onlara zarar verir mi? Sanmam.

Anababa Kızgınlığı ve Anababa Şiddeti

Altı yaşındaki Valerie sıkılmıştı ve annesine onunla oyun oynayıp oynamayacağını sordu. Annesi “Hayır” dedi; çünkü çok meşguldü. Fakat Valerie annesini iyice kızdırana kadar ısrar etti ve bir türlü buna bir son vermedi.

“Ama neden? Neden?”

“Valerie, hayır dedim ve ciddiylim.”

“Fakat benim için hiçbir şey yapmıyorsun. Hiç yapmıyorsun. Sen şişko ve kabasın.”

Annesi sonunda patladı. Yüzü kıpkırmızı olmuştu. Kızına avazı çıktığı kadar bağırmaya başladı.

“Valerie senin bu dilinden bıktım usandım. Bundan bıktım!”

Valerie’nin yüzüne iki tokat patlattı.

Hikâyenin başka bir şekli.

“Ama neden? Neden?”

“Valerie, hayır dedim ve ciddiylim.”

“Fakat benim için hiçbir şey yapmıyorsun. Hiç yapmıyorsun. Sen şişko ve kabasın.”

“Valerie senin bu dilinden bıktım usandım. Bundan bıktım. Anlıyor musun? Bundan bıktım. Bıktım. Canıma tak ettin. Terbiyeli olmayı ne zaman öğreneceksin? Biraz saygı göstermeyi ne zaman öğreneceksin? Bundan usandım. Usandım. Usandım.”

Bu hücum karşısında Valerie gözyaşlarına boğuldu ve odadan kaçtı.

Birinci ve ikinci senaryo ayrı dünyalardan parçalarıdır. İkinci senaryoda, Valerie’nin annesi kontrolünü kaybettiği halde, gözü dönmüş olduğu halde, kızgınlığını sözlerle sınırladı. Evet, o kadar kızmamalıydı. Valerie’yi daha önce, kızmaya ilk başladığı zaman göndererek bu sahneyi daha farklı şekilde idare etmeliydi. Fakat durumları her zaman gerektiği gibi idare edemeyiz,

özellikle bize diklenen çocuklarla. Bazen, çocuklarımızın hiçbir hatası olmasa da bizim sabrımız olmayabilir. Evet, çocuklarımızı za çılgınca bağırıp çağırmak hiçbir zaman iyi değildir. Fakat meselenin büyüğü, meselenin zorluğu davranışlarımızda sınırı nereye çizeceğimizdir. İkinci senaryoda, Valerie'nin annesi kızgın olduğu için öfkesine sınır koydu. Gözü dönmüş olabilirdi, ama şiddet uygulamadı. Feryat etmek, haykırmak ve fiziksel şiddet uygulamak arasında dünyalar kadar fark vardır. Asıl önemli mesele anababanın kızgınlığını gösterip göstermemesi değil, kızgınlığın şiddete dönüşüp dönüşmemesidir.

Annesi öfkesine bir sınır koyar ve bu sınırı her zaman koruyup hiçbir zaman ötesine geçmezse, Valerie annesinin öfkesinin korkunç olduğunu bildiği gibi bunun bir sınırının olduğunu da bilecektir: *Sana deli olsam da, bu çizgiyi geçmeyeceğim. Sana zarar vermeyeceğim. Vermeyeceğim.* Çocuklar öfkenin şiddete dönüşmeyeceğini, bu kızgınlığın çok uzun bir süre devam etmeyeceğini ve kendilerine sunulan sevgiyi kaybetmelerine neden olmayacağını; ve kızgınlığın “annem ve babam tabii ki beni seviyor; beni korumak için yapabilecekleri her şeyi yaparlar” çerçevesinin bir parçası olduğunu bildikleri sürece, anababanın öfkesi çocuğa zarar vermez. O an için morallerini bozar, fakat kalıcı hiçbir hasar almaksızın bunun üstesinden gelebilirler.

Çocukların, anababaların şiddet içermeyen, aşırıya kaçmayan, kin tutmayan kızgınlıklarından önemli bir şey öğrenme ihtimali bile vardır. Şiddete dönüşmediği zaman, diğer insanların kızgınlığının o kadar da korkunç bir şey olmayabileceğini öğrenebilirler. Kendinizi kötü hissetmenize yol açabilir, fakat bu tatsız duygu kısa bir süre içinde uzaklaşır. Çocuklar zamanla başka insanların kızgınlıklarıyla başa çıkmayı öğrenebilir.

Anababalar sinirlenmemek için kendilerini tutamadıkları zamanlarda genellikle başarısız olduklarını hissederler. “Biliyorum bu kadar sinirlenmemek için kendimi frenlemeliydim, ama bazen elimden gelmiyor. Bazen beni *öyle kızdırıyor ki!*” Fakat bu kaçınılmazdır. Anababalar çocuklarına kızar. Anababaların çocuklarına kızmaları *gerektiğini* söylemiyorum. Fakat çocukları-

na kızmaları ve bu kızgınlığın çocuk yetiştirmenin normal akışı içinde gerçekleşmesi durumunda bunun bir sorun teşkil etmediğini söylüyorum. Gerçek ve asıl önemli sorun, kızgınlığın şiddete dönüşmesidir.

Tenkitler – İsim Takmalar

“Germaine çok aptalsın. Bunu yaptığını inanamıyorum.”

Hiç kimse, ne yetişkinler ne de çocuklar kendilerine herhangi kötü bir sıfat yakıştırılmasından hoşlanmaz ve buna yalnızca kötü bir şekilde yanıt verebilir. İsim takmak, yaptıkları şeyden çok *onlar* hakkında olumsuz bir şey söylemektir.

Yaptığı şey aptalcaysa, *yaptığı şeyin* aptalca olduğunu söyleyin. *Onun* aptal olduğunu söylemeyin.

“Germaine dondurmayı dışarıda bıraktığına inanamıyorum. Bu çok aptalca.”

Bu önemsiz bir şeymiş gibi görünür, fakat değildir.

İnsanlara aptal dediğimiz zaman ne yapmaları beklenir ki?

Annem aptal olduğumu söylüyor. Ne yapmamı bekliyor, beynimi büyütmemi mi?

Yaptıklarının aptalca olduğunu söylediğimiz zaman, en azından gelecek defa -isterlerse- daha düşünceli olmaya çalışabilirler.

Kuşkusuz gündelik anababalık sürecinde bazen isim takarız. Çok sık olmaması şartıyla çocuklarımız bununla başa çıkabilir. Fakat bu kesinlikle ve hiçbir zaman doğru bir şey değildir.

Ayırma

Ayırma küçük yaştaki çocukların kontrolünde uç noktadır. Bir çocuk kabul edemeyeceğimiz bir tavır içinde davranmayı sürdürdüğü zaman, daha kabul edilebilir bir tavır edinene kadar başka bir yere gönderilebilir. Fakat ayırma daha büyük yaştaki

çocukların kontrolünde ve hatta yetişkin yaşamdaki çelişkilerde bile uç noktadır.

Ayırmanın özü, bakımı üstlenen ebeveynin artık tamamen orada olmaması, bebek kişiliğin doyurulması ve işlerin iyileştirilmesi için artık hazır bulunmamasıdır. Fakat çocuklar büyüdükçe, ayırmayı gerçekleştirmenin, ilk çocuklukta olduğu gibi onları başka bir yere göndermekten başka yolları vardır. Örneğin bırakan *siz* olabilirsiniz.

On beş yaşındaki kızına “Hayır Yvette, bu akşam dışarıya çıkamazsın” der annesi. “Bunları daha önce konuştuk. Yarın okul var ve sen daha dün gece arkadaşına gittin. Cevap ‘Hayır’ ve bu konuda başka bir şey duymak istemiyorum.”

Fakat Yvette annesinin bu konuda daha çok şey duymasını istemektedir.

“Ama gitmek zorundayım. Çok mantıksız davranıyorsun.”

Annesi arkasını döner ve uzaklaşır ama Yvette onu takip eder. Annesi başka bir odaya girip Yvette’i uzak tutmak için aralarındaki kapıyı kilitlediği zaman bile peşini bırakmaz. Yüzünü kapıya dayar ve konuşmaya devam eder.

“İzin vermek *zorundasın*.”

Yvette vazgeçmemiştir ama ayırma gerçekleşmiştir. Yvette annesini bir kez daha yakalayıp bu konuda ısrar etmeyi sürdürme fırsatını bulamazsa ayırma işe yarar.

“Gerçekten mantıksız davranıyorsun!” diye haykırır Yvette. Fakat bunu söylerken arkadaşını arayıp ona kesinlikle anlayışsızca davranmış olan annesini şikâyet etmek için odasına doğru yürümeye başlamıştır bile. Yvette sadece ayrı olduğu zaman sakinleşmeye ve dışarı gidemeyeceği gerçeğini kabul etmeye başlayacaktır.

Bu kitaptaki asıl konumuz çocuklar olsa da, yetişkinler arasındaki tartışmalarda da ayırma durumunun ne kadar önemli olduğuna hızlıca bir göz atalım. Tartışma bebek kişiliklerin birbirlerini

altüst ettiği, her birinin diğerinden ya teslim olmasını ya da sözünü geri almasını istediği belirli bir duygusal düzeye ulaştığı zaman, ayrı durma meseleyi bitirmenin tek yoludur. Yalnızca çarpışanlar ayrılıp sakinleşerek durum hakkında net bir şekilde düşündükleri zaman çatışmalarının çözüme ulaşma şansı vardır.

“Haklı, bulaşıklara yardımcı olmamamı gerektiren gerçek bir neden yok. Ama yine de çok fazla dırdır ediyor.”

Ayırma gerçekleşmezse, genellikle kavga edenlerden biri ya da diğeri sonradan söylememiş olmayı dileycekleri çok incitici şeyler söyler veya daha da kötüsü tartışma şiddetle sona erer.

Ayırmanın son bir önemli formu daha vardır: Yanıt vermemek. Burada kişi herhangi bir kışkırtma girişimini üzerine almaz, belirli davranışları göz ardı eder. Özellikle anababalıkta yanıt vermeme öyle önemli bir araçtır ki, bu bölümde ayrı bir tartışma konusu olmayı hak eder. Fakat önce yanıt vermemenin tam tersi gibi görünen bir davranış kontrol şeklinden bahsetme izin verin.

Üstüne Gitme

Eğer çocuklarınızın yapmak istemedikleri bir şeyi yapmalarını istiyorsanız, pek çok seçenek vardır. Fakat ne yazık ki devamlı olarak iyi sonuç verecek pek çok seçenek yoktur. Zekice stratejiler deneyebilirsiniz.

“Hadi gel bir oyun oynayalım. Şimdi yetmiş üçe kadar sayacağım. Bakalım ben saymayı bitirmeden oyuncaklarını toplayabilecek misin? Bahse girerim toplayamazsın.”

Hemen işe girişmiş olan küçük Franz “Hi, hi, hi” diye bağıyordu. Bu esnada babası yavaşça sayıyordu, “On üç... On dört. Yapabileceğini sanmıyorum.”

Küçük Franz kazanacağını anlayınca bir daha bağırdı. “Hi, hi, hi,”

Yapılmasını istediğimiz iş çok büyükse bazen biz de katılmak isteyebiliriz.

“Erika odanı toplamamı istiyorum.”

“Toplayamam.”

“Erika odanı topla diyorum, hemen.”

“Toplayamam.”

Aslında altı yaşındaki Erika’nın odası tam anlamıyla dar-madağınıktı. Elbiseler, oyuncaklar ve bir sürü minik şey ortalığa saçılmış, yeri bütünüyle kaplamıştı. Bu büyük bir işti.

“Hadi Erika. Ben de yardım edeceğim.”

Erika’nın babası yere oturdu ve neyin nereye konacağını düşünerek bu dağınıklığı düzene sokma sürecine girdi. Erika ona katıldı ve yarım saat içinde odasını topladılar. Bu büyük bir işti. Gerçekten nereden başlayacağını bilmek bile Erika’nın gücünün ötesinde olabilirdi.

İstenmeyen işleri yapma çabalarını gerçekten desteklemek için çocuklarla çalışmak bazen yararlıdır. Fakat er geç acı gerçeklerle yüzleşmek zorunda kalabiliriz.

“Hadi Franz oyuncaklarını topla.”

Franz babasını duymazlıktan gelir.

“Hadi Franz, oyuncaklarını toplama zamanı.”

“Birazcık daha oynayamaz mıyım?”

“Franz oyuncaklarını toplamamı istiyorum. Hemen!”

“Yorgunum. Yor-gu-num.”

“Oyuncaklarını derhal topla.”

“Toplayamam.”

“Franz oyuncaklarını topla.”

“Of tamam.”

Ve küçük Franz mutsuz bir şekilde oyuncaklarını toplar.

Buna *üstüne gitme* denir ve çocuklarda sıkça rastlanan bir gerçek, üstüne gitmediğiniz zaman istediğinizin olmayacağıdır. Bir şeyi yeterince önemsiyorsanız üstüne gitmek iyi bir strateji-dir. Bazen kesinlikle reddedeceklerdir. Birazdan bu konudan bahsedeceğiz. Fakat çoğu zaman isteklerinizi yerine getirirler. Yalnızca sade bir reddedişle değil, sırf yapmak istemedikleri için bebek kişiliğin binbir taktığını kullanarak direnirler. Anababalarım oyalayabilmeyi umarlar. Fakat eğer anababa söylediğinde diretirse kazanır; çünkü sonuçta çocukların çoğu kendilerinden isteneni yapacaktır.

“Melanie sana çatalını düzgün tutmanı kaç kez söylemek zorundayım?”

Birçok kez. Birçok, birçok kez. Muntazam bir şekilde yapılmasını istediğiniz bir şey varsa sürekli olarak bunun üstüne gitmelisiniz. Eğer babası Melanie’nin çatalını doğru şekilde tutmasını istiyor ve Melanie ısrarla yanlış şekli tercih ediyorsa, babası bunu her yemekte tekrarlamak zorundadır. Eğer o ısrar ederse Melanie yavaş yavaş doğru çatal tutmaya geçiş yapacaktır. Bu geçiş uzun zaman alabilir, ama hiçbir şey söylememesi durumunda olacağından çok daha çabuk olacaktır.

Fakat ısrarla üstüne gitmek zaman ve enerji ister. Mary Alice ve ben, Nick ve Margaret’in bir enstrüman çalmayı öğrenmesini istedik. Her ikisi de piyano dersleri aldı, fakat bırakmamaları için gösterdiğimiz çabaya ve bütün ısrarlarımıza rağmen ikisi de dersi bıraktı. “Yaşlanınca bıraktığınız için pişman olacaksınız. Ben pişmanım.” (Benim de dişli bir bebek kişiliğim vardı ve topu topu bir piyano dersi almıştım.)

Tanıdığımız bir ailenin hepsi başarılı müzisyenler olan dört çocuğu vardı. Bizim başarısız olduğumuz yerde onlar nasıl başarılı oldu? Anababaları dört çocuklarının da çalmayı sürdürmelerini nasıl sağladı? Evet, onlar müzisyen bir aileydi ve müziği sevmeleri aileden geliyordu. Evet, müzisyen olmaya ailede özel bir saygı gösteriliyordu. Ve yine evet, anababaları çocuklarının devam etmesini sağlamak için çok fazla enerji ve zaman ayırdı.

Hiç kimse bir enstrüman çalmayı severek doğmaz. Bu anababa gerçekten Mary Alice ve benden çok daha fazla ısrarlı davrandı. Biz de ilgilendik. Biz de ısrar ettik. Biz de üzerinde durduk. Fakat görülen o ki, bütün bunlar yeterli değildi.

Aynı öneri yemek masasındaki görgü kuralları, kirli çamaşırları düzenli olarak çamaşır sepetine koyma, odadan çıkarken ışığı kapama ve çocuklarınızın yapmasını veya öğrenmesini istediğiniz bir milyon başka şey için de geçerlidir. Anababa gerçekten önem verirse, çocuklar sofra kurallarına uyacak ve kıyafetlerini düzenli olarak çamaşır sepetine koyacaktır. Yeterince önem vermezlerse, çocukları bunları yapmayacaktır. Ne kadar önem verdiğiniz ve netice itibarıyla ne kadar enerji vermeye istekli olduğunuz büyük bir fark yaratacaktır. Ve yine, çocuk yetiştirmenin çoğunda olduğu gibi, istediklerinizi seçmek durumundasınız; çünkü her şeyi başaramazsınız. Fakat bazen öyleymiş gibi görünseler bile, çocuklukları boyunca çocuklarımızdan beklediklerimiz ve talep ettiklerimizin hiçbirisi *önemsiz* değildir. Yıllar boyunca onlara verdiğimiz talimatlar sağlam bir şekilde kafalarında yer eder.

On üç yıl boyunca, dört yaşından on yedi yaşına kadar, Nigel kirli çamaşırlarını odasında yere bıraktı. Fakat bir gün babası Nigel'in kirli giysilerini bulamadı.

"Nigel kirlilerin nerede?"

"Çamaşır sepetinde."

"Öyle mi?"

"Evet. Ne oldu? Olmaları gereken yer orası değil mi?"

"Ama sen bunu hayatın boyunca hiç yapmadın."

"Eee? N'olmuş yani?"

O günden itibaren Nigel hemen her zaman kirlilerini sepete koydu. Ne olmuştu? Neden sonunda bunu yapmaya başlamıştı? Çünkü bu ona daima söylendi. O artık bunu biliyor ve yapması gerektiğine içtenlikle inanıyordu. Ancak şimdi, on yedi yaşına geldiğinde yeterince olgunlaşmıştı.

İşadamı Anababa

Fakat üstüne gitme yani bir talebi sürekli tekrarlama sizin “bir kez söyle” önerinize uymaz. Daha da önemlisi, yalnızca anababanın tepkileriyle beslenen bebek kişiliğin çıkarına hizmet edecekmiş gibi görünüyor. Bize ne kadar alırsa o kadar dibimizden ayrılmak istemeyeceğini söyleyip duruyorsunuz. Üstüne gitmenin iyi sonuç verebilmesi mümkün mü?

Üzerinde durmanın bir kurnazlığı vardır. Bebek kişiliğin besini anababanın tepkisidir. Fakat bu tepkinin bebek kişiliğe zevkli gelmesi için içinde biraz duygu olması gerekir. Bebek kişilik duyguları ister: Kızgınlık, yalvarma, sinir bozukluğu, şaşkınlık, herhangi bir şey.

Bebek kişiliğin hiç zevkli bulmadığı şey, soğuk, robot gibi anababalardır.

“Justin hemen odanı toplamamı istiyorum.”

“Toplayacağım. Söz veriyorum. Daha sonra.”

“Justin odanı şimdi toplamamı istiyorum.”

“Neden? Dağınık değil ki!”

“Justin odanı şimdi toplamamı istiyorum.”

“Hep böyle işler yapmamı istiyorsun. Hiç eğlenemiyorum. Hiç.”

“Justin odanı şimdi toplamamı istiyorum.”

Soğukkanlı. Amansız. Soğuk. Duygusuz. Sakin. Hiç de zevkli değil. Bebek kişiliğin ölümcül düşmanı. *İşadamı Anababa*. İşadamı Anababa’da bebek kişiliğin tutunabileceği bir şey yoktur. Yiyebileceği hiçbir şey yok. Bebek kişilik İşadamı Anababa’dan nefret eder.

İşadamı Anababa hiç anababa gibi değildir. Daha çok sanki anababanın yokluğu gibidir. O anda onun yerinde Justin’in odası toplanana kadar gitmeyecek bir robot vardır. Anababa bebek kişiliğe müstahak bir düşmandır.

Gizli Bir Silah: Yanıt Vermeme

İşadamaı Anababa daima istediğini elde etmez ama genel-likle galip gelecektir; çünkü *yanıt vermeme* yani bebek kişiliğe yanıt vermeme denilen gizli silahı geliştirmiştir.

Birkaç yıl önce bir bankada şu sahneyi gözledim.

İki yaşındaki bir kız, annesi kuyrukta beklerken mutlu bir şekilde mevduat sliplerinin üzerini karalıyordu. Banka işlemle-rini bitiren anne kızını alıp çıkışa doğru yürümeye başladı ve kızı birden gözyaşlarına boğuldu. Mevduat sliplerini bırakmak istemiyordu. Kızın annesi ağlamasını durdurmak için hiçbir şey yapmadı. Yalnızca hıçkırarak ağlayan kızını taşıyarak bankanın çıkışına doğru yürümeyi sürdürdü. Kapıya vardıklarında kız bankanın dışında neler olup bittiğine bakmak için başını çevir-di. Ağlamayı kesti. Annesine benim duyamadığım bir soru sor-du. Sonra bankadan çıktılar ve caddede yürümeye başladılar. Küçük kız artık ağlamıyordu.

Yanıt vermemek, bebek kişiliğin en az arzu edilebilecek yönlerine etkisinden dolayı çocuk yetiştirmede özellikle etkili bir araçtır. Çoğu durumda olumlu sonuçlara ulaştırabilecek tek yanıt türüdür. Bununla birlikte yanıt vermemenin etkili kulla-nımı bir sanattır. Fakat mükemmel hale geldiğinde mucizevi-dir.

En iyi halinde yanıt vermeme sanatı çocuğu değil, yalnızca çocuğun istenmeyen davranışını göz ardı eder. Bu sanatın sırrı, istenmeyen davranış hiç olmuyor olsaydı olacak olanın normal akışını sürdürmektir. Surat asma, sızlanma ve huysuzluk gibi -özel olarak Dördüncü Bölüm'de değineceğim konular- en na-hoş çocuk davranışlarının bazılarında bilhassa etkilidir.

Bu bölümde, size bebek kişilikle farklı karşılaşmalarda ya-nıt vermeme sanatının nasıl kullanılabileceği konusunda seçme örnekler vereceğim. Her karşılaşma anababanın iki tür yanıtını tasvir eder; biri çocuğun içindeki bebek kişiliği işe katmakta, diğeri katmamaktadır. Bunları yüksek sesle okursanız farkı ger-çekten hissedebilirsiniz.

Bebek Kişiliği İşe Katan

"Bu güveç çok tuzlu. Bunu yiyemem."

"Ama tatlım, akşam yemeğimiz bu."

"Ama bunu yiyemem."

"Haydi, akşam yemeğimiz bu."

"Ama ben bu yemeği yiyemem. Başka bir şey istiyorum."

"Sana başka bir şey yapmayacağım. Hoşlanmadığın şeyleri de yemeyi öğreneceksin."

"Ama bunun yiyemem. Çok tuzlu. Yediğim zaman kusmak istiyorum. Başka bir şey istiyorum."

"Sana başka bir şey yapmayacağım."

"O halde aç kalacağım. Bu güveçten nefret ediyorum."

Bebek Kişiliği İşe Katmayan

"Bu güveç çok tuzlu. Bunu yiyemem."

"Güveçten hoşlanmadığın için üzgünüm tatlım."

"Ama ben bunu yiyemem."

"Hay Allah! Demek bu durumda güveci yemeyeceksin."

"Ama ben başka bir şey istiyorum. Bunu yiyemem."

"Pekâlâ eğer başka bir şey bulursan tabii hafif şeyler dışında, elbette yiyebilirsin tatlım."

"Ama başka hiçbir şey yok. Sen bana bir şey yap."

"Hay Allah! Sanırım kötü bir yemekle başın belada."

"Ama ben bunu yiyemem. Bundan nefret ediyorum."

"Hay Allah! O halde aç kalacaksın."

Katan

"Anne, J.J. salyalarını akıtıp duruyor."

"Salyanı akıtma J.J."

"Ben salyayı akıtmıyorum. Carla yalan söylüyor."

"Salyası akıyor. Bak."

"J.J. kız kardeşini kızdırmayı kes."

"Ben hiçbir şey yapmıyorum. O bir yalancı."

"Değilim. Salyasını akıtıyordu."

*Katmayan**"Anne, J.J. salyasını akıtıp duruyor."**"Ah!"**"Onu durdur."**Sessizlik**"Onu durdur."**Sessizlik**"Ben de ona salyamı akıtacağım."**Daha fazla sessizlik.**Katan**"Anne, ayakkabılarımın nerede olduğunu bilmiyorum."**"Aradın mı?"**"Evet ama bulamıyorum."**"Pekâla, onları en son nerede bıraktın?"**"Bilmiyorum. Hatırlamıyorum. Nerede olduklarını bilmiyorum."**"Jeremy on dakika içinde çıkmak zorundayız. Şimdi git ve ayakkabılarını bulmaya çalış."**"Nerede olduklarını bilmiyorum."**"Jeremy, senden gerçekten bıktım. On dakika içinde gitmeliyiz ve ben senin ayakkabılarının peşinde koşmak zorundayım."**"Nerede olduklarını bilmiyorum."**"Ayakkabılarını ayaklarına yapıştıracağım."**"Hayır, bu canımı acıtır."**"Yalnızca takılıyorum Jeremy."**"Bu canımı acıtır."**Katmayan**"Anne, ayakkabılarımın nerede olduğunu bilmiyorum."**"Ya, demek ayakkabılarını bulamıyorsun."**"Nerede olduklarını bilmiyorum."**"Hay Allah! Bu bir sorun. Yakında çıkacağız."**"Onları bulamıyorum."**"Pekâlâ, gitme zamanı gelmeden onları bulacağını umuyorum."*

Katan

"Anne!"

"Ne var tatlım?"

"Neden bu parmak diğerinden daha uzun?"

"Öyle yapıldığı için."

"Ama niye daha uzun?"

"Çünkü öyle. Bilmiyorum tatlım. Herkesinki öyledir. Bak, benimki de öyle."

"Ama neden öyle?"

"Sence neden tatlım?"

"Neden olduğunu bilmiyorum. Bunun için sana soruyorum. Neden?"

"Bilmiyorum canım. İnsanlar böyle yapılmış."

"Ama neden? Bak, diğerinden daha kısa."

"Vinnie, ne söyleyeceğimi bilmiyorum. Öyle işte."

"Ama neden?"

"Bilmiyorum tatlım. Belki bütün parmaklarını birden kullanabilmek içindir."

"Anlamıyorum. Bütün parmakları kullanabilmek içindir demekle ne kastediyorsun?"

"Vinnie bu çok sinir bozucu olmaya başlıyor."

"Yalnızca bilmek istiyorum."

Katmayan

"Anne!"

"Ne var tatlım?"

"Neden bu parmak diğerinden daha uzun?"

"Öyle yapılmış."

"Ama neden daha uzun."

"Çünkü öyle. Bilmiyorum canım. Herkesinki öyle. Bak, benimki de öyle."

"Ama neden?"

"Gerçekten bilmiyorum tatlım."

"Ama neden olduğunu düşünüyorsun?"

"Eh, bilmiyorum."

Katan

“Anne Becky parti için hazırlanan böreklerden birkaç tane yedi.”

“Becky! Gel buraya”

Ve sonra annesi Becky’ye girer. (Bu esnada kız kardeşinin bebek kişiliği “İŞLER YOLUNDA” demektir.)

Katmayan

“Anne Becky parti için hazırlanan böreklerden birkaç tane yedi.”

Yasak bilgi. Kendisi veya başkaları için tehlike söz konusu değilse, gerçek olsa bile Becky aleyhinde böyle bir şey söylemesi doğru değil.

“Ya, bu çok kötü.”

“Börekleri yedi. Yenmemesi gerektiğini sen söyledin.”

“Bu doğru.”

“Tamam işte, Becky böreklerin bir kısmını yedi.”

“Evet, yememesi gerekiyordu.”

“Bir şey yapmayacak mısın?”

“Umarım daha fazla yemez. Umarım sen de yemezsin.”

“Ama ben yemedim. Becky yedi.”

“Ya, bu hiç hoş değil.”

“Ama yememesi gerekiyordu.”

“Evet.”

Katan

“Eduardo aletlerimi kullanmamamı söylemiştim.”

“Ben kullanmadım. Maria kullandı.”

“Eduardo bana yalan söyleme.”

“Ben kullanmadım. Onları Maria kullandı. Neden hep benim kullandığımı zannediyorsun?”

“Çünkü hep sen kullanıyorsun Eduardo. Maria aletleri asla kullanmaz.”

“Evet kullanır.”

“Eduardo yalan söylemeyi kes.”

“Yalan söylemiyorum. Aletleri kullanmadım. Kimin kullandığını bilmiyorum.”

“Eduardo aletleri kimin kullandığını çözene dek odana gitmeyi ister misin?”

“Onları ben kullanmadım. Hep ben kullanmıyorum. Yalan söylemiyorum. Söylemiyorum.”

Katmayan

“Eduardo sana aletlerimi kullanmamamı söylemiştim.”

“Ben kullanmadım. Maria kullandı.”

“Eduardo aletlerimi kullanma.”

“Ama ben kullanmadım. Maria kullandı. Neden hep benim kullandığımı zannediyorsun.”

“Aletlerimi bir daha kullanmamı istemiyorum.”

“Ben kullanmadım.”

“Beni duydun Eduardo.”

Ve Eduardo’nun babası çıkar.

BJ ve Cheryl’in Burger Boy’dan aldıkları eğlence kutularının içinden iki farklı oyuncak çıktı.

Katan

“Cheryl’in oyuncacı benimkinden daha güzel ve benimkiyle değiştiriyor. Bu haksızlık.”

“Oyuncağından hoşlanmadığın için üzgünüm BJ.”

“Ama bu haksızlık. Onun oyuncacı daha iyi.”

“İyi ama gidip başka bir eğlence kutusu alamayız.”

“Ama bu haksızlık.”

“Ne yazık ki işler her zaman olmasını istediğin şekilde olmaz.”

“Ama bu haksızlık. O daha iyi bir oyuncak aldı.”

“Ama her şey her zaman adil değildir BJ. Bunu öğrenmek zorundasın. Başka bir zaman da sen ondan daha iyisini alırsın. Belki gelecek sefere.”

“Hayır, hiçbir zaman almayacağım. Bu haksızlık. Ben onun oyuncacı istiyorum.”

"Onunkini alamazsın BJ. Kendininkiyle yetinmek zorundasın."

"Değilim. Benimkinden nefret ediyorum. Ondan nefret ediyorum." BJ oyuncağını yere atar.

"BJ o kırılırsa yeni bir tane almayacaksın."

"Bana ne! Benimkinden nefret ediyorum."

Katmayan

"Cheryl'in oyuncağı benimkinden daha güzel ve benimkiyle değiştirmiyor."

"Hay Allah! Bu çok kötü."

"Ama bu haksızlık. Onun oyuncağı daha güzel."

"Ya, evet... Ben de olsam kızardım."

"Ama ben farklı bir tane istiyorum. Bu haksızlık."

"Ne söyleyeceğimi bilmiyorum tatlım."

"Bana farklı bir tane almak zorundasın."

"Oyuncağından hoşlanmadığından emin misin?"

"Bu haksızlık. Ben farklı bir tane istiyorum."

Sessizlik.

BJ hırçın bir şekilde kız kardeşinin oyuncağına bakar ama başka hiçbir şey söylemez.

Anababanın bu iki tür yanıtı arasındaki bütünsel farkları tanımlamanın en iyi yolu şu olabilir: Bebek kişiliği için içine katma yönelimi olan yanıtta, kendi çocuklarına doğru hareket etme arzusu, onları sınırsız kavrama ve onlarla bir şey yapma isteği vardır. Bebek kişiliği işe katmayan yanıtlarda da işi olurlarına bırakma veya yumuşakça yolundan çevirme görülür. Bunu, size atılan bir plaj topunu karşılamamanın farklı yolları olarak düşünebilirsiniz. Onu yakalayabilir, sıkabilir, inceleyebilir veya dirsek vurabilirsiniz. Veya her nereye isabet ederse size çarpıp sıçramasına izin verebilir, dikkat etmeyebilir, kendi işinizi sürdürebilirsiniz. Veya topun size her gelişinde hafifçe vurabilir, yalamayıp yalnızca hafifçe vurarak geri gönderebilirsiniz. Kasıtsız olarak bebek kişiliği için içine katan diyaloglarla çocuğun

eline oynayabileceği ve duygusal olarak üzerine inşa edebileceği bir şey verilir. Bebek kişiliği katmayan diyaloglarla da, anababanın yanıtı bebek kişiliğin potansiyel duygusal besininin içini boşaltır ve çocuk çok fazla yol alamaz. Bir yol ortaya çıkarır, diğeri söndürür. Kullanmayı öğrenebildiğiniz takdirde, bebek kişiliğe yanıt vermeme sanatı anababa olarak sizin için en güvenilirdir ve en çok başvurduğunuz strateji haline gelebilir.

Kendinizi Tutmak

Yanıt vermemeye ilgili bir sorun, bunu yapmanın bazen zor oluşudur. Çoğunlukla bizi belki en iyi olandan daha fazlasını söylemeye, daha fazlasını yapmaya yönelten doğal eğilimlerimize aykırıdır. Yani etkili anababa olma sanatının bir parçası da kendini tutmaktır. Bunun iyi bir örneği dinlemektir. İyi bir dinleyici olmak kesinlikle hem beceri hem de kendini tutmayı içerir.

İyi Dinleme

Dinlememe zamanları hakkında konuştuk; ama anababaların çocuklarını dinlemeye ve dinlemekten başka *hiçbir şey* yapmamaya ihtiyaç duyduğu zamanlar çoğunluktadır. Dinleme çocuk yetiştirmenin çok özel bir parçasıdır. Dinlemeye ilgili özellikle iyi olan taraf, çocuklara kafanızdaki boşluğu kendileriyle, kendi düşündükleriyle, önem verdikleri konularla, görüşleriyle, kendi hikâyeleriyle doldurma şansı vermesidir. İşitilmek kendilerini önemli hissetmelerini sağlar ve kendilerini onaylama sürecinin ileri bir düzeyidir.

Dinleme sanatı sadece karşımızdakinin söylediklerinin üzerinde durmak ve yardımcı olabileceğini hissetsek bile konuşmayı farklı bir yöne *çekmemektir*. 1950 ve 60'larda sözü geçen bir psikoterapist olan Carl Rogers iyi bir dinleme ustasıydı. Müşterilerine yanıt verdiği zaman, onların söylediklerinin kısaltılmış, bazen hafifçe değiştirilmiş ama çoğunlukla tam olarak söylediklerinin bir versiyonunu yinelerdi. Bunun tipik bir örneği şöyle olurdu:

“Mağazaya gittim ve korkunç bir zaman geçirdim. İstedğim hiçbir şeyi bulamadım.”

“Mağazada korkunç bir zaman geçirdin. İstedğin hiçbir şeyi bulamadın.”

“Doğru. Bazen dışarı çıkmaya değmiyormuş gibi görünüyor. Hiçbir şey başaramıyorsun.”

“Bazen dışarı çıkmanın bir zaman kaybı olduğunu hissediyorsun; çünkü hiçbir şey başaramıyorsun.”

“Aynen söylediğin gibi. Bazı zamanlar çok can sıkıcı oluyor.”

“Bazen çok can sıkıcı olduğunu hissediyorsun.”

“Evet öyle hissediyorum. Geçen perşembe Harold’la olduğu gibi...”

Bir keresinde Carl Rogers’ın bir müşterisiyle bir filmini görmüştüm ve tam olarak onun söylediklerini tekrarlıyordu. Bu aptalca görünebilir, fakat her psikoterapistin bildiği gibi gerçek şu ki, insanların söyleyeceklerini söylemelerine bütünüyle izin vermek dikkat çekecek derecede etkilidir. Sonuç çok yararlıdır: Dinlenildiklerini hissederler.

Çok sık olarak anababalık yapma arzumuz iyi dinlemenin önünü keser. Doğuştan gelen anababalık içgüdülerimiz çocuklarımızın sahnede olma şansını kullanabilmelerini engeller. Bazen onlar yardımımıza ihtiyaç duymadıkları halde yardımcı olmak isteriz.

Carole Ann annesine şöyle dedi:

“Anne Kristin Wuhlmeyer’dan hoşlanmıyorum.”

“Neden tatlım?”

“Görgüsüzün teki. Bana hiç sıra vermedi. Hulahopu elimden kapıp durdu.”

“Ondan kibar bir şekilde istedin mi tatlım?”

“Evet. Hiç bırakmadı. O bir domuz.”

“Belki de biraz daha beklemen gerekiyordu.”

“O bana onu asla vermez. O görgüsüz.”

“İyi ama o onun hulahopu. Belki o biraz ara verene kadar beklemeli, sonra ona bir kez çevirmekten ne kadar hoşlanacağını söylemeliydin.”

“O koca bir domuz. Bana asla oyun sırası vermez.”

“Belki de vermez. Bazen insanlar ne kadar istersen iste paylaşmaktan hoşlanmazlar.”

“O bir domuz.”

“Bazen gidip kendi başına yapacağın bir şey bulmak zorundasın.”

“Domuz Kristin Wuhlmeyer’la değil.”

Carole Ann’in annesinin söylediklerinin hepsi iyi ve yardımcıydı. Sözleri çocuğunun hayal kırıcı bir durumla başa çıkması için uygundu. Fakat Carole Ann yalnızca annesine Kristin Wuhlmeyer’in koca bir domuz olduğunu anlatmak istemişti. Sohbetin sonunda Carole Ann sonuçtan tatmin değildi.

“Annem Kristin Wuhlmeyer’in koca bir domuz olduğunu anlamıyor.”

Şöylesi daha iyi bir dinleme olurdu:

“Kristin Wuhlmeyer’dan hoşlanmıyorum.”

“Öyle mi?”

“Evet, o çok kaba.”

“Neden? Ne yaptı?”

“Bana oyun sırası vermedi. Hulahopu elimden kapıp durdu.”

“Bu çok bencilce.”

“Evet, o koca bir domuz. Burnunun üzerine bir yumruk atmak istedim.”

“Çok kızdın.”

“Burnunun üstüne iki yumruk atmak isterdim. Dünyanın en koca domuzu o.”

“Gerçekten çok kızdın.”

“Evet. Akşam yemeğinde ne var?”

Carole Anne kızgındı çünkü Kristin Wuhlmeyer hulahopu açgözlülükle kapmıştı. Annesine bunu ve Kristin Wuhlmeyer’a ne

kadar kızdığını anlatmak istemişti. Annesine Kristin hakkındaki *kendi* hikâyesini anlatarak kendisinin bir parçasını, başına gelen bir şeyi ve bu konuda ne düşündüğünü ifade edebilmişti. Bunu annesine anlatmakla Carole Ann istediğine ulaşmış, dinlenildiğini hissetmiş ve artık söyleyecek bir şeyi kalmamıştı. Annesi onun hikâyesini duymuş, anlamış ve değerini bilmişti. Carole Ann mutluydu.

Anababalar olarak bunun olmasına izin vermek için kendimizi tutmalı, dinlemeli ve yalnızca dinlemeliyiz. Carole Ann annesine çözmesini istediği bir sorunla gelmemişti çünkü çözülecek bir sorun yoktu. Bir sorun olsaydı öyle söylerdi. “Kristin Wuhlmeyer’in hulahopuyla oynamama izin vermesi için ne yapabilirim?”

Hayatta Kalma Eğitimi

Fakat çocuk yetiştirmede yanıt vermemenin yalnızca işlerin daha pürüzsüz şekilde gitmesini sağlayan bir sanat olmakla kalmayıp bir gereklilik olduğu birçok durum vardır. Çünkü çocuklarımızın yaşamlarındaki boşlukları her zaman dolduramayız. Büyümeleri, olgunlaşmaları için işlerin çoğunun onlar tarafından yapılması *zorunludur*.

Çocuklarımız büyüdükçe, gündelik yaşamlarında karşılaştıkları her ne ise onunla başa çıkmayı öğrenmeleri için onlara alan bırakmak *zorundayız*. Çocuklar gerçek sarsıntılar, ciddi bozgunlar veya hayal kırıklıkları için şefkat ve anlayışa ihtiyaç duyar. Fakat diğer hayal kırıklıkları ve üzüntülerde kötü duygulardan kurtulma işi kendilerine bırakılmalıdır.

Bunu yapabilirler, ama kesinlikle uygulamaya ihtiyaçları vardır. Belki de sizi ıssız bir adada yalnızca bir çakı ve bir kutu kibritle bırakıp bir hafta boyunca hayatta kalmanızı bekledikleri hayatta kalma eğitiminin erken-çocukluk eşdeğeridir bu. Bu deneyimin sizin için iyi olduğu düşünülür; yardım alacağınız hiç kimse olmadan, kendi başınıza hayatta kalabildiğiniz için size güven vermesi beklenir. Kendi başlarına bırakılan çocuklar çok kesin ve çok önemli bir hayatta kalma eğitiminden geçer. Anababaları

karışmadığı ve bu sürecin önünü kesmediği sürece duygusal olarak kendi başlarına ayakta kalabileceklerini öğrenirler. Kendi içlerine yerleşmiş ve bir parçaları olmuş terbiyeden dolayı, kendi küçük bedenlerinde kötü duyguların uzaklaşmasını sağlayacak vasıtalarla sahip olduklarını öğrenirler. Nispeten kısa bir zaman içinde kötü duygularını bütünüyle kendi başlarına hallederler. Bütün yapmaları gereken kısa bir süre beklemektir ve yavaş yavaş bu gerçekleşir.

Çocukların bu beceriyi öğrenmeleri için anababaların çocuklarının ıstırap çekişlerini izlemeleri gerekecektir. Anababalar bunu yapmak istemez; çünkü genellikle ıstırabın nedeni kendileridir. En yumuşak ve mütevazı çocuklarla bile bizim ve onların isteklerinin çatışacağı, onların ıstırabının nedeni olacağımız ve kötü duygular hissetmelerini sağlayacağımız zamanlar olacaktır. En azından bir süre için bir yolunu bulup biz olmadan ayakta kalmayı öğrenmeleri gereklidir.

“Hayır, artık televizyon seyredemezsin. Bu kadar yeter.”

“Ama bu haksızlık. Neden seyredemiyorum? Neden?”

“Hayır, bu konuda daha fazla bir şey duymak istemiyorum.”

“Ama bu haksızlık. BU HAKSIZLIK!”

“Çık dışarı Corey.”

“Hayır, sen adil değilsin. Senden nefret ediyorum!”

Bar bar bağırarak Corey sonuç olarak odasında yatağının üzerine bırakıldı. Uzun koridora, aradaki kapalı kapıya ve iki oda ötede olmasına rağmen annesi onu hâlâ duyabiliyordu.

Fakat daha sonra, annesi hiçbir şey yapmaz ve Corey’i odasında bağırırken yalnız bırakırsa komik bir şey olabilir.

“SEN ADİL DEĞİLSİN. SENDEN NEFRET EDİYORUM. EVET EDİYORUM.”

Annemden nefret ediyorum. Evet. Annemden nefret ediyorum. O adil değil. Hiç değil. Ondan nefret ediyorum. Keşke başka bir ailem olsaydı. O olmasaydı. O kötü. Benim duygularımı hiç önemsemiyor...

Kimse benim duygularıma önem vermiyor. Yalnızca ben kendi duygularıma önem veriyorum. Kimse bana önem vermiyor. Hiç kimse. İyi olan hiçbir şey benim başıma gelmiyor. Hep kötü şeyler...

Billy Soloman'a hiç kötü şeyler olmaz. İsteddiği her şeyi alır o. Benden daha iyi bir bisikleti var. Keşke onun evinde yaşasaydım.

Hayır, keşke bir sarayda yaşasaydım ve her şeye sahip olsaydım, her şeye. Bir kaplan beslerdim o zaman. Hoşlanmadığım insanlarınları yerd. Acaba kaplanlar insandan başka ne yer? Acaba mısır gevreği yerler mi? Biraz acıktım. Ama canım mısır gevreği istemiyor. Acaba akşam yemeğinde ne var?

"ANNE, akşam yemeğinde ne var?"

Çok büyük bir ihtimalle on beş dakika önce odasında çıkıncıırken bırakılan öfkeli Corey, annesi tarafından hiçbir müdahale olmaksızın hiçbir şey olmamış gibi bütünüyle iyi bir ruh hali içinde ortaya çıkacaktır.

Çocukların bu beceriyi öğrenmeleri kesinlikle çok önemlidir. Kötü duygularla kendi başına savaşılabilmeyi ve onları yenmeyi öğrenmek zihinsel sağlığın temellerinden biridir. Bunu yapamayan çocuklar bu durumda takılıp kalırlar. Hayal kırıklığıyla asla başa çıkamaz, durumları sırtlarında taşır da taşır, asla elde edemeyecekleri sonuçları ararlar; bir kaybı kabul edip yollarına devam edemezler. Veya böyle duygularla başa çıkmak için tamamıyla başkalarına bağımlıdırlar. Buluş çağında ve yetişkinlik döneminde kötü duygularından kurtulmak için hayatın kendilerine sunduğu uyuşturucu ve içkiyi kesinlikle içeren her türlü kaçışı aramaya çok daha açık olabilirler. Neyse ki çocukların çoğu, anababaları ne yaparsa yapsın bu beceriyi genellikle geliştirir.

Çocukların bu durumla, yani anne veya baba ve çocuğun karşı karşıya gelmesiyle başa çıkmayı öğrenmesi ve bunu deneyimlemesinin öneminden dolayı, daima anlayışlı olmaya, rahatlatmaya çalışan anababalardan sakınırım. Anababalar kötü duyguları yumuşatmada, özellikle o duygular günlük yaşantının bir sonucu olduğu zaman fazla yardımcı olmayı istememelidir.

Dikkatli olmak zorundadırlar. Onların çocuklarının gözünde bir canavar olmasının kesinlikle uygun olduğu zamanlar vardır; asıl suçlarının onların isteklerine karşı gelmek olduğu zamanlar. Çocuklar kötü duygularla kendi kendilerine başa çıkmayı öğrenmelidir. Fakat çocuklarımızın bunu ve daha birçok gündelik yaşam becerilerini başarmaları için uygulama yapmalarına izin vermeli, yani onları serbest bırakmalıyız.

Nihai Soru

İlk çocuğumuz Nick hastaneden eve geldiği zaman, ilk birkaç gün odamızdaki karyolasında uyudu. Fakat daha sonra kısa bir koridorla bizim odamıza bağlanan kendi odasında uymasına karar verdik. O gece çoktan uyumuş olan Nick'i odasına götürdük ve yatmaya gittik. Bu çok büyük bir adımdı çünkü çok kısa zaman süreçleri hariç ondan hiç ayrılmamıştık. Hayatta kalabilecek miydi?

Onu beslemek için gece saat üç ya da dörtte kalktığımı hatırlıyorum. Aradaki dört saat boyunca hiç sesi çıkmamıştı. Odasına “Hâlâ hayatta mı?” diye merak ederek bile değil, “Ölmüş oğlumu almak için oraya gidiyorum” diye düşünerek girmiştim.

Yeni doğanlar naziktir. İlk olarak bizim bakımımıza verdiklerinde, var olduklarından bu yana çok zaman geçmemiştir. Doğumlarına çok yakın bir zamandadırlar; henüz dünyaya gelmemiş olmaya daha yakın olduklarını hissetmeden edemeyiz. Onlara baktığımız ilk dönemler boyunca sadece onlarla olduğumuz, onlara göz kulak olduğumuz zaman hayatta kalabileceklermiş gibi göründüklerini düşünürüz.

Nick'in biz uyurken dört saat boyunca diğer odada yalnız başına hayatta kaldığı o gece ve onu izleyen geceler, ayrı kaldığımız için onun ölümünü beklemekle hatalı olduğum konusunda beni ikna edemedi. Fakat en azından Nick'in gerçekten -aslında şans eseri de olsa- ben ya da annesi yanında olmadan da önemli zaman dilimleri boyunca hayatta kalabileceği ihtimalini zihnimde barındırmaya başladım.

Bu duygu her zaman devam ettiği için önemli bir konudur. Çocuğumuza bizden başka birinin bakmasına izin veriyor muyuz? Çocuğumuzu bakmaları için tanımadığımız insanlara –bebek bakıcıları gibi- teslim ediyor muyuz? Ve bir çocuk büyüdüğüce bu temel soru “Çocuğum bensiz hayatta kalabilir mi?” çocuk yetiştirmenin önemli konularından biri haline gelir. Çocuğumun yaşamında benim kontrolümün olmadığı bölümlerin olmasına izin verebilir miyim? Binanın etrafında bisikletini sürmesine izin verebilir miyim? (Hatırlıyorum da, Nick’in ilk kez bisikletini sürerek gözden kayboluşunu izlediğimde ona bir arabanın çarpıp çarpmayacağını merak bile etmeden öylece oturarak sirenlerin sesini duymayı beklemiştim.) Onun anababasını pek tanımadığım bir arkadaşının evine gitmesine izin verebiliyor muyum? Başında kimse olmadan çocuk bahçesinde durabileceğine ve yabancılarla gitmeyeceğine güvenebiliyor muyum?

Dünyanın çok tehlikeli, onun çok kırılgan, muhakemesinin çok zayıf olmadığına, benim her an onu denetlemem, her şeyi izlemem gerekmediğine güvenebilir miyim? Bir gün kendi başına hayatta kalma yeteneğine sahip olacak mı? Anababalık inanç ister; hem kendimize, hem *çocuklarımıza*.

Bebek kişiliğin çoğunlukla bunu tam tersini gösteriyor olmasına rağmen -o ihtiyaç duymadığında da ister- iyi ve sevgi dolu anababalar olduğumuz zaman yeterince bakılmış olacaklarına güvenmeliyiz.

Risk alsak da ki kesinlikle alırız, bu risklerin çok büyük olmadığına, ama aynı zamanda kesinlikle gerekli olduğuna inanmalıyız.

Anababalığın ilk kısmı bakımdır. Ama ikinci kısmı serbest bırakmaktır.

II



Anababalar ve Çocukların Klasik Sorunları

Her Yeni Gün

Bu bölüm her gün yaşananlarla, anababaların karşı karşıya kaldığı gerçek durumlarla ilgilidir. Bu bölümde, bu sayfalarda daha önce tartışılmış olan kuralların, işlerin çok daha kolaylaşmasını sağlamakta ne kadar büyük bir etkisi olabileceğini görebilirsiniz.

Sızlanma, Surat Asma ve Huysuzluklar

Bölüm Üç'te yanıt vermemenin gücüne bir göz atmıştık. Fakat çocuk yetiştirmenin hiçbir alanında yanıt vermemenin gücü şu en sevilen çocuk davranışlarında olduğu kadar net ve kesin değildir: Sızlanma, surat asma ve huysuzluk. Dilerseniz kendiniz bir bakın.

Sızlanma

“Anne kollarımı ilikleyemiyorum” diye sızlanır Darryl.

Buradaki sızlanmayı yanıtlamak için temel olarak üç seçenek vardır:

(1) Sanki sızlanarak değil de normal bir şekilde konuşuyorlarmış gibi yanıtlamak.

“Gel buraya Darryl. Bakalım yardım edebilecek miyim?”

(2) Çocuğa bir şekilde sızlanmaması için talimat vermek.

“Sızlanmayı kes! Sızlanmadan ne kadar nefret ettiğimi biliyorsun.”

“Sızlandığın zaman seni dinlemeyeceğim.”

“Sızlanmadan söyle, o zaman belki yardım edebilirim.”

Veya–

(3) Sanki çocuk hiç konuşmuyormuş gibi sızlanmayı tamamen duymazdan gelmek.

1. ve 2. yanıtlarla, sızlanma çocuğun davranışının bir parçası olmayı sürdürecektir. Yanıt 3’le, kesinlikle, daima ve istisnasız olarak bu yöntemle bağlı kalındığı zaman çocuklar sızlanmayacaktır. Sızlanma Kuralı bu kadar basittir.

Yanıt vermeme sızlanmada çok etkilidir; çünkü sızlanma adeta bebek kişiliğin tam kalbinden gelmektedir. Bebek kişiliğin yemek olarak seçtiği anababa olduğuna göre, sızlanma hiçbir şey üretmiyorsa, anababa üzerinde hiçbir etki yaratmıyorsa yavaş yavaş yok olacaktır. Sızlanmayı durdurmak için çok çalışmış ama başarısız olmuş her anababa yanıt vermemenin gücünü gerçekten takdir edecektir.

Surat Asma

Robert McDonalds’a gitmek istedi. Jennifer ise Burger King’e gitmek istedi. Bütün aile Burger King’e gitti. Burger King’deki yemek boyunca Robert somurtup durdu. Hemen hemen hiç konuşmadı ve sandalyesine arkasındaki çardağı görecektir. Sızlanma Kuralı bu kadar basittir. Anababası, dönüşümlü olarak tehditler ve dostça sözler kullanarak ne kadar denedilerse de Robert’ı bu kötü ruh halinden çekip çıkaramadılar.

Robert Burger King'den çıktıktan sonra da somurtmaktan vazgeçmedi. Eve döndükten sonra dolu dolu bir saat boyunca surat asmayı sürdürdü. Aslında en sevdiği televizyon programı başlayınca kadar surat asmaya devam etti; program başlayınca buna artık son verdi.

Sanırım yukarıdaki örnek çoğu okura klasik bir surat asma olarak tanındık gelecektir. Bütün surat asışlarda olduğu gibi, amacı anababayla süregidecek yoğun duygusal bir ilişkiyi teşvik etmek veya sürdürmektir. Bebek kişilik için daha önce tartışıldığı gibi özellikle tatlı bir besin olan -ama besleyici olmayan- bir ilişki.

Robert'ın surat asmasına karşılık *hatalı* yanıtlar şunlar olabildi:

1. Ona çok kızmak, nutuk çekmek, tehdit etmek.

“Kes şu surat asmayı Robert, yoksa suratını astırarak bir şey yapacağım.”

“Her konuda bir bebek gibi davranmandan bıktım. İsteddiğini elde edemeyince surat asıyorsun. Biraz büyümek zorundasın.”

Her surat asanın anababasının bildiği gibi bu yanıtlar yalnızca surat asmayı yoğunlaştıracaktır.

2. Robert'ı neşelendirerek bu ruh halinden çıkarmaya çalışmak.

“Hadi, bir gülücük ver bakalım. Gel hadi.”

Bu, surat asanın surat asmayı sürdürmesi için direkt bir meydan okumadır. Yalnızca surat asan çocuğu daha çok hiddetlendirir. Bazen yapmacık bir gülümseme takınabilir -başka tür-lüsü elinden gelmiyorsa- fakat sonra surat asma gayretini iki katına çıkaracaktır.

Veya-

3. Anlayışlı olmaya çalışmak.

“Ne oldu Robert? Kızgın olduğunu biliyorum. Fakat bazen istediğin şeyler olmaz. Bunun kendini kötü hissetmene yol açtığına farkındayım.”

Bu yanıt aslında iyi bir yanıt olabilir. Robert şöyle cevaplayabilir:

“Ama bu haksızlık. Hep Jennifer’ın istediği oluyor. Hiç benim istediğimi yapmıyorsunuz. Jennifer, Jennifer. Benim istediklerim hiç olmuyor.”

Robert’ın anababası yanıt verme girişiminden kesinlikle kaçınarak onun surat asmasına ve hayal kırıklığını (McDonalds’a gitmek isterken Burger King’e gitmek hayal kırıklığı sebebidir) ifade etmesine izin verseler, onunla tartışmaya girmeselerdi Robert’ın hayal kırıklığı dağılabilir ve surat asma sona erebilirdi.

Anlayışlı olmakla ilgili tek sorun işe yaramayabileceğidir. Robert öfke içinde bağırıp çağırabilir ama sonra surat asmayı yine sürdürebilir. Veya birçok profesyonel somurtkanın durumunda olduğu gibi; ne kadar anlayışlı olursanız olun, konuşarak onun surat asmasına son vermenizi istemeyecektir. Surat asmayı sürdürmek isteyecek ve sürdürecektir.

Eğer anababa surat asan bir çocuğa karşı anlayışlı davranma yolunu seçerse, bu girişimin başarısızlıkla sonuçlanması ihtimalini de düşünerek surat asmaya son verme çabalarına çok fazla yatırım yapmamaya hazır olmalıdırlar. İyi anababa olma girişimleri böyle kötü şekilde sonuçlandığı için surat asanı suçlamamalıdır.

Bazı anababalar surat asanları görmezden gelir, fakat bebek kişiliğe yanıt vermemekle çocuğu görmezden gelmek aynı şey değildir ve surat asan bir çocuğu görmezden gelmek faydalı bir taktik değildir. Bazı anababalar bir karşı saldırı, surat asmaya bir misilleme olarak surat asanı görmezden geldikleri zaman bunu net bir şekilde görebilirsiniz.

“Pekâlâ, bu oyunu iki kişi oynayabilir. Sen surat asacaksın. Tamam, seni görmezden gelmemin nasıl bir duygu verdiğine bir bak.” Yüksek sesle söylenmesi şart değildir.

Bu işe yaramaz. Bütün yaptığı, anne veya babayı hiç istemedikleri bir şekilde surat asanla duygusal bir savaş içine sokmaktır. Daha önce bahsettiğimiz diğer yanıtlar da benzer bir sorun yaratır. Surat asana yanıtlayacak bir şey verirler. Surat asanın tek amacı duygusal bir etkileşimi sürdürmek olduğuna göre (“Onların kendilerini kötü hissetmelerini sağlamak istiyorum. Affetmem için bana yalvarmalarını sağlamak istiyorum”) şimdiye dek değindiğimiz bütün yanıtlar potansiyel cephanelik sağlar. Aslında surat asmaya yönelik her yanıt, surat asanın karşılık olarak surat asmasına yol açar. O halde anababalar ne yapmalıdır?

Robert’ın Burger King’de surat asmasına karşılık anababası hiçbir şey yapmamalıdır. Surat asmasına izin vermeliler. Ona o anda her nasılsa kötü bir ruh hali içinde bulunan ve konuşmamaı seçen sevgili çocukları olarak davranmalılar.

“Robert Martha Hala’yı görmek hoşuna gitti mi? Onu bir süredir görmemiştin.”

Surat asma.

“Ben hoşlandım. Çok iyi vakit geçirdim.”

“Robert Martha Hala’ya gitmek için çıkarken televizyonu kapatıp kapatmadığını hatırlıyor musun?”

Surat asma.

“Pekâlâ, eve gidince anlarız.”

“Robert oturduğu yerden saati görebiliyor musun?”

Surat asma.

“Ah, uzanırsam ben de görebilirim.”

Surat asandan gelecek bir yanıtı ihtiyacınız varsa da onu zorlamayın. Bunun yerine muhtemelen neye karar vereceği konusunda en iyi tahminlerinize dayanan bir karar verin. Böyle yapmayı seçtiği takdirde her zaman görüşünü ifade etme seçeneğine sahiptir.

“Ne yemek istersin Robert?”

Surat asma.

“Pekâlâ, sana peynirli bir Whopper, küçük bir patates kızartması ve orta boy bir kola alacağım. Bu iyi mi? Farklı bir şey istiyorsan söyle.”

Bu yol aşağıdakine tercih edilir:

“Ne istersin Robert?”

Surat asma.

“Peki o zaman, sanırım hiçbir şey istemiyorsun.”

Bir yanıt alabilirsiniz, “Peynirli Bir Whopper istiyorum” ama alamayabilirsiniz de. Savaş sürecektir ve Robert konuşmak istemediği halde kendisini konuşmaya zorladıkları için anabasına kızacaktır. Anababanın yapmak istediği, surat asanın surat asmasına izin verip zaten yapacaklarını yapmayı sürdürmektir.

Surat asana şöyle demek isterler:

“İstediğin sürece suratını asabilirsin. Benim için hiçbir sakıncası yok. Seni yine her zaman sevdiğim gibi seviyorum. Seni bundan vazgeçirmeye çalışmayacağım, ama sana özel bir ilgi de sarfetmeyeceğim. Fakat eğer olanların akışını herhangi bir şekilde sekteye uğratmak istiyorsan, bu kesinlikle olmayacak.”

Sonuçta davranışımız şunu anlatmak ister:

“Sen kötü bir ruh hali içinde olabilirsin ama ben değilim. Senin kötü ruh haline yanıt vermek yerine iyi ruh halimi sürdüreceğim. Suratını asmak istiyorsan, sakıncası yok. Ben kendi normal işlerime devam edeceğim; buna seni çok sevmek de dahil.”

Huysuzluk Nöbeti

Bir cumartesi sabahı, Alex'in babası yıkanacakların yanına koymak üzere Alex'in kirli çamaşırlarını odasından alıyordu.

“Hayır, köpekli gömleğimi alma. Bugün köpekli gömleğimi giymek istiyorum.”

“Üzgünüm Alex, yıkanması gerek.”

“Ama ben köpekli gömleğimi giymek istiyorum.”

“Üzgünüm Alex, yıkanmaya ihtiyacı var ve bu sabah çamaşırları ben yıkıyorum. Başka bir şey giymek zorundasın.”

Babası kolları kirli çamaşırlarla dolu bir halde çamaşırhaneye götürülmeleri gereken çamaşırları topladığı yere gitmek üzere Alex'in odasından çıktı. Alex babasını izledi.

“Köpekli gömleğimi alma! Köpekli gömleğimi giymek istiyorum!”

Alex babasının taşımakta olduğu yığından köpekli gömleğini çekmeye çalışıyordu.

“Hayır Alex” dedi babası çamaşırları onun uzanamayacağı bir yüksekliğe kaldırarak. “Köpekli gömleği alamazsın. Yıkaması gerekiyor.”

Alex babasını itmeye, aynı zamanda da “Köpekli gömleğimi istiyorum! Onu istiyorum!” diye bağırmaya başladı.

“Hayır Alex!”

Alex ağlamaya ve tekmelemeye başladı.

“Köpekli gömleğimi istiyorum! Köpekli gömleğimi istiyorum!”

Bu huysuzluk nöbeti diye bildiğimiz şeydir. Huysuzluk nöbetleri, çocuğun “İstediğimi yaptıramıyorum, bu yüzden mutlu değilim ve bunun hemen değişmesini istiyorum!” demesinin bir yoludur.

Üzerinde düşündüğünüz zaman, çocuğun huysuzluk yapması gerçeği mutlaka kötü bir işaret değildir. Huysuzluk nöbetleri genellikle anababanın işini gerektiği gibi yaptığının bir belirtisidir. Uygun bir şekilde bir sınır koymuşlar ve netice olarak -ama kasti olarak değil- çocuklarını hayal kırıklığına uğratmışlardır. Huysuzluk nöbeti çocuklarının bu sınırı kabulü ve bu konudaki hoşnutsuzluğudur.

Huysuzluk Nöbetlerinde Ne Yapmamalı

Anababalar huysuzluk nöbetlerine tepkileriyle bir zaferi yenilgiye dönüştürmemeye son derece dikkat etmelidir. Huysuzluğa son vermeye çalıştıkları zaman büyük bir hata yaparlar çünkü gayretleri yalnızca bebek kişiliği beslemekle sonuçlanabilir, huysuzluğa son vermekten ziyade durumu daha da kötüleştirir ve bu tür nöbetlerin tekrarlanmasını kesinleştirir. Huysuzluğa son vermeyi amaçlayan yanlış girişimler birçok şekil alabilir:

1. Hemen teslim olmak.

Bu yalnızca daha önce tartışıldığı gibi özel bir durum veya kişinin kendini o ruh halinde hissetmemesinin hemen teslim olmayı stratejik olarak akıllıca kıldığı durumlarda kabul edilebilir. Fakat bir anne veya baba huysuzlukların veya huysuzluk tehditlerinin daimi bir şekilde fikirlerini değiştirmeye zorlamasına izin vermemelidir.

“Yarım saat daha oturmasına izin vereceğim. İzin vermediğim zaman hep huysuzluk yapıyor.”

2. Kızgınlık veya tehditler.

“Şunu şimdi kessen iyi olur yoksa başına gelecek var.”

Kızgınlık ve tehdit bir huysuzluğa verilecek *en kötü* yanıttır. Kızgınlığa hemen hemen aynı şekilde tepki verir ve siz yalnızca huysuzluğu körüklemiş olursunuz. Huysuzluk yapan çocuk anababasının fikrini değiştirmekle kalmayıp kesinlikle büyük bir tepki de almış olur. Huysuzluk büyük bir başarıyla *sonuçlanmıştır*. Bu durumda huysuzluklar sürecek ve gittikçe daha büyük olacaktır.

3. Açıklamaya Çalışma

“Bak Alex, bu huysuzluk nöbetin sana hiçbir şey kazandırmayacak. Fikrimi değiştirmeyeceğim. Sen balıklı gömleğini de çok seversin ve o temiz. Göreceksin bak onu giymek de o kadar eğlenceli olacak.”

Bu bir yanıt olarak hoştur ama çoğunlukla işe yaramayacaktır. Şimdiye kadar bildiğiniz gibi bebek kişilik çözümlere pek az, tartışmayı sürdürmeye ise çok ilgi duyar.

“Ama ben balıklı gömleğimden nefret ediyorum.”

“Fakat sen hep balıklı gömleğini sevdiğini söyledin.”

“Sevmiyorum. Ondan nefret ediyorum. Ben köpekli gömleğimi istiyorum.”

“Dinle Alex, ben çamaşırı bitirir bitirmez yani öğleden sonra köpekli gömleğine sahip olabilirsin.”

“Köpekli gömleğimi şimdi istiyorum.”

“Fakat Alex, o çok kirli.”

“Umurumda değil. Ben köpekli gömleğimi istiyorum.”

Babasından yanıt almayı sürdürdükçe huysuzluğuna sonuza kadar devam edecektir. Bu huysuzluk başarıya ulaşmıştır ve daha bir çoğunun yolunu açmıştır.

4. Sevgi

“Gel buraya tatlım, bir kucak ister misin?”

Gerçekte, bu mükemmel bir yanıttır. Bazen huysuzluk çıkaran çocuk özellikle yorgunsa bir kucaklamaya, kendisini yatıştırma için kullanılan sevecen bir temasa yanıt verir. Fakat sevgi göstermenin de sınırları vardır; çünkü huysuzluk çıkaran çocuğun istediği şey çoğunlukla kucaklanmak değildir. Bu yüzden kucaklamalar, sunulan sevginin reddedilebileceğini ve bunun da normal olduğunu anlayan anababalar tarafından ve “eğer istersen, burada hazır” temelinde sunulmalıdır.

Fakat kucaklama bebek kişiliği besleyip bu yolla da huysuzluğu ödüllendirmez mi?

Belki bunu yapar ama belli ki iyi bir şekilde. Çünkü kucaklama kabul edildiğinde bebek kişiliğin ihtiyaç duymadığı halde her şeyi isteyen kısmına değil, sevgiye *ihtiyaç duyan* ve gerçekten beslenen kısmına hitap edeceği açıktır.

5. Anlayış

“Hayal kırıklığına uğradığını biliyorum tatlım. Bugün köpekli gömleğini giymeyi gerçekten çok istiyorsun. Üzgünsün ve onu giyemediğin için kızsınsın. Fakat başka zaman onu istediğin kadar giyebilirsin.”

Bu da mükemmel bir yanıttır. Alex işitildiğini bilir ve çoğunlukla bütün istediği ve bütün ihtiyaç duyduğu budur. Huysuzluk biter.

“İstiyorum. İstiyorum. Köpekli gömleğimi giymeyi istiyorum. Köpekli gömleğimi seviyorum. Seviyorum. O en sevdiğim gömlek. Balıklı gömleğim temiz mi?”

Fakat çoğu kez işe yaramayacaktır. Anlayış sevgi gibidir. Huysuzluk yapan çocuğa yalnızca her zaman çocuğa verilecek hoş bir şey olduğu için sunulmalıdır fakat yine anababa bunun işe yaramayabileceğinin farkında olmalıdır.

6. Kuralın bir istisnası -fiziksel tehdit

“Hayır Jimmy, beni tekmelemene izin vermeyeceğim.” Ve Jimmy uzaklaştırılmalı -eğer mümkünse- veya tekmelemeye

çalışmayı kesene kadar tutulmalıdır. (Açıkça görüldüğü gibi yaşça ve cüsse olarak daha büyük çocuklarda bu bütünüyle farklı ve çok daha çetin bir sorun haline gelir.) Yine anababalar huysuzlukları değil, sadece potansiyel olarak zarar verici kısmını durdurmaya çalışmalıdır.

Huysuzluk Nöbetlerinde Ne Yapılmalı

Huysuzluklar sağlıklı ve gerekli olabilir fakat çevrenizde olması hoşnutsuzluk yaratır. Huysuzluk nöbetlerinin mümkün olduğunca etkisiz kılınması gerektiği için huysuzluğa en iyi yanıt kayıtsız kalmaktır. Fakat çoğu kez huysuzluklar bütünüyle nahoştur veya kayıtsız kalınamayacak kadar uzun sürer. Bu durumda huysuzluk bitene kadar başka bir yere uzaklaştırmak yani ayırma uygun bir tepki olur. Bir huysuzluğun sizi kızdırdığını hissetmeye başlar başlamaz sizinle huysuzluk yapan arasına mesafe koymak iyi bir kuraldır. Bu genelde huysuzluk yapan çocuğu alıp kendi odasına, başka bir odaya veya bir teneffüs yerine taşımak anlamına gelir. Eğer anababa bunu hızla ve düzenli bir şekilde yaparsa çocuklar çoğunlukla taşınmak zorunda kalmadan kendiliklerinden gider, çünkü bunu yapmadıklarında taşınacaklarını bilirler.

“*Güle güle Kevin*” ve Kevin hâlâ bağırır halde odasına doğru yola çıkar çünkü bunu yapmazsa derhal oraya götürüleceğini bilir. Bu anababa için önemli bir sınır çizgisidir: Eğer bir huysuzluk nöbeti kayıtsız kalınamayacak kadar nahoşsa, anababa ve çocuğun ayrılması çabuk ve kaçınılmaz bir akıbet olacaktır. Ayırma gönüllü veya gönülsüz olabilir.

Fakat uzaklaştırma bir ceza değildir; huysuzluk biter bitmez huysuzluk yapan çocuğun dönüşü memnuniyetle karşılanır. Eğer döner ve yaygara yapmaya devam ederse, huysuzluk gerçekten sona erene kadar tekrar uzaklaştırılır. “Huysuzluk yapabilirsin ama benim çevremde değil.”

Akıllı anababalar şunu da söylemek ister: “Huysuzluk yapabilirsin, fakat bununla hiçbir yere varmayacaksın. Fikrimi değiştirmeyeceğim veya sana fazladan ilgi göstermeyeceğim.

Diğer yandan, huysuzluklarını sana karşı kullanmayacağım. Huysuzluk yaptığın zaman ne bir şey kaybedersin ne de bir şey kazanırsın.”

Huysuzluklar sürekli olarak etkisiz kılınırsa bu yola daha az başvurulur ve bütünsel olarak sıklığı, süresi ve yoğunluğu kesinlikle azalır. Bununla birlikte huysuzluk tamamıyla ortadan kalkmaz; çünkü çocuk olmanın ayrılmaz bir parçasıdır.

Çocuklar Anababalarına Kızdığında

“Senden Nefret Ediyorum”

Tara annesine şöyle der:

“Senden nefret ediyorum, babamdan da nefret ediyorum, bu evden de nefret ediyorum, herkesten de nefret ediyorum. Şaka yapmıyorum. Artık burada yaşamak istemiyorum.”

“Buradan çık ve ben seni götürmeden odana git.”

“Senden nefret ediyorum.”

Tara odasında yalnızken annesi hakkında çok kötü şeyler düşünebilir. “O dünyanın en kötü annesi. Ondandır nefret ediyorum. Suratına gerçekten sert bir tokat atmak isterdim; belki burnu kanardı. Keşke annem olmasaydı. Bahse girerim değildir. Bahse girerim *gerçek* bir annem vardır ve bahse girerim o bana asla böyle davranmazdı.”

Bununla beraber zaman geçer ve annesi onu yalnız bırakırsa yavaş yavaş kızgınlığı azalır ve artık hiç kızgınlık duymadığı noktaya gelir. Fakat kızgınlığı dağılmış olsa da, Tara kızgınlığının sonuçları hakkında endişe duymaktadır.

Her şey normale döndü mü? Anneme o kadar kızdığım için kötü bir şey oldu mu?

İşte çocuklar böyle *endişe duyar*. Kendi kızgınlıklarının sonuçlarından korkarlar.

Gerçekten annemin suratına bir tokat atmak istedim. Acaba annem iyi mi?

Veya belki daha da kötüsü, Tara kızgın sözlerinden dolayı annesinin onu reddedebileceğinden endişe duyar.

“Benden nefret ettiğini mi söylüyorsun Tara? O halde artık burada yaşamaman gerektiğini sanmıyorum. Becky’nin annesini daha çok mu seviyorsun? O halde artık onunla yaşayabilirsin. Hemen Bayan Porter’ı arıyorum.”

Bunlar küçük meselelerdir. Çocuklar anababalarına duydukları öfkenin tehlikeli bir şey olmadığını hissetmelidir. Anababalarına kızabilirler, bununla birlikte çok küçük oldukları ve anababalarına bağları çok sıkı olduğu için bunun hiçbir kötü sonucu olmayacaktır. Bu faydalı ve güven tazeleyecek bir derstir. Onların ve kızgınlıklarının çocukluğun küçük dünyasının bir parçası olduğu ve anne ile babaya ait olan ve çocuklarının bütünüyle bağlı olduğu büyük, yetişkin dünyayı ciddi olarak tehdit edemeyeceği gerçeğini kuvvetlendirir. Bunun alternatifi çok korkutucudur.

Demek istiyorum ki, ben yalnızca küçük bir çocuğum. Bazen başka bir yerde yaşamayı dilerim ama gerçekten değil. Annemi ve babamı istiyorum. Onlar olmasaydı ben ne yapardım?

Anababaların çocuğun kızgınlığının büyük bir mesele olmadığını anlamaları eşit derecede önemlidir. Fakat “Senden nefret ediyorum. Artık burada yaşamak istemiyorum” gibi ifadeler çirkin sözlerdir ve eğer anababalar bu sözleri ciddiye alırsa bu onların kendilerini yalnız, reddedilmiş ve çocuklarıyla ilişkilerinin ayarı kaçmış hissetmelerine yol açar. İnsan bunun yalnızca bir an süreceğinin farkına varsa da acı duyar. Anababa kendilerini durumu düzeltmeye mecbur hissedebilir çünkü sözler iğne gibi batar ve normal, sıcak, samimi ilişkilerine, “Annen seni seviyor, sen de anneni seviyorsun” a geri dönmek isterler. Tara’nın annesi onun odasına gidip uzlaşma girişiminde bulunabilir.

“Bana hâlâ kızgın mısın Tara? Seni sevdiğimi biliyorsun. Kendini kötü hissetmene neden olmak istemediğimi biliyorsun.”

Fakat annesi işleri düzeltmeye çalıştığı zaman Tara kızgınlığının annesini tedirgin ettiğini, kendisinin güçlü ve bu yüzden korkutucu olduğunu öğrenir. Bebek kişiliği bunun annesini idare etmek için mükemmel bir yol olduğunu sezer. Yukarıdakilerden hiçbirinin ne Tara’ya ne de annesine yararı vardır.

Fakat belki Tara tam olarak söylediğini kastediyordur. Tara için her şeyi yaparım. Önem verdiğim tek şey onun mutlu olması. Bana bütün bunları nasıl söyleyebilir? Tara başka bir yerde yaşamak istiyor mu? Bazen de olsa bunu istiyor mu?

“Hayır, tabii ki annemden nefret etmiyorum. Yalnızca bazen ona deli oluyorum. Çünkü bazen bana kötü davranıyor. Ama onu seviyorum. Başka hiç kimseyi istemiyorum. Yalnızca kızgın olduğum için bu şeyleri söylediğimi annem biliyor. Annem bunu biliyor. *Değil mi?*”

Eğer büyük ölçüde bakımını üstlenen kişiyseniz, çocuğunuzun gerçek, derin bağı sizedir ve başka kimseye değildir. Bunu unutmak bir hatadır. Onun sevdiği sizsiniz ve daima siz olacaksınız.

Çocukların kötü sözlerini kişisel olarak alırsak, büyük bir hata yaparız. Bunlar bize bir yetişkin tarafından söylenmiş olsaydı, duygularımızı gerçekten ve haklı olarak incitebilirdi. Onlar çocuktur; bizden korkmayan, bize kızdıkları zaman sevgimizin güvencesinde olan, canlarının istediğini söyleyen bizim çocuklarımızdır. Fakat söyledikleri gerçekte söylemek istedikleri değildir. Kaldı ki, çoğu kez yalnızca kısa bir süre sonra bunu bize kendileri anlatacaklardır.

“Senden nefret etmiyorum anne. Seni seviyorum. Beni hâlâ seviyor musun?”

Beni Sevmiyorsun

“Beni sevmiyorsun” diye hıçkırarak ağladı Winston oturma odasının girişinde. Gözyaşları dökülürken ağzından salyaları da akıyordu.

“Bunu nasıl söyleyebilirsin?” dedi babası. “Seni sevdiğimi biliyorsun.”

“Beni sevmiyorsun” diye tekrar hıçkırdı Winston ağlarken nefesi kesilerek.

Çocukların büyük çoğunluğu –eğer hepsi değilse– *tamı tamına* yukarıdaki cümleyi söylerler çünkü anababalarının kendilerini sevdiğini bilirler. Bu sevgiyi bildikleri ve “Beni sevmiyorsun” demelerinin anababalarını altüst edeceğini öğrendikleri için bunu söylerler. Ve o özel anda yapmak istedikleri tam olarak budur, çünkü kızgındırlar.

“Beni sevmiyorsun” a has ironi şudur: Bir düzeyde gerçekten ciddi olarak anababalarının kendilerini sevmeyebileceğini düşünen çocuklar bunu *asla* söylemez. Çocuğun zihnindeki anababasının kendisini sevmeyebileceği düşüncesi doğrudan ortaya koyulamayacak kadar çok harap edici ve korkutucudur.

Buradan hareketle, “Beni sevmiyorsun” gerçekte şu demektir:

“Beni sevdiğini biliyorum, bu yüzden aksini söylüyorum çünkü bunun seni altüst edeceğini biliyorum. Zaten benim yapmak istediğim de bu; çünkü sana kızgıyım.

Çocuklar anababalarına kızgın oldukları zaman her türlü şeyi söylerler. Fakat bu, bu sözlerin doğru olduğu anlamına gelmez. Eğer anababa çocuğun sözleri yüzünden endişe duyuyorsa, daha sakın bir zamanda bunu çocuğuna sormalıdır. Fakat çocukların –bizim aksimize– herhangi bir anda o an hissettiklerini söyleyebildikleri ve bunun onların –veya bizim– gerçekte bütün zamanları kapsayan duygularımız olmayabileceği gerçeği saklıdır.

Yatma Zamanı

Bu gürültü de ne? Orada biri varmış gibi sesler geliyor. Annem “evin oturduğunu” söylüyor. Bunun ne anlama geldiğini bile bilmiyorum. Yani orada gerçekten biri olmadığını biliyorum. Hırsız yok, canavarlar yok.

Acaba ben doğmadan önce ölen büyükbabam beni izleyebilir mi?

Acaba onun ruhu geri gelebilir mi? Benim odama? Şimdiki gibi. Karanlıkken?

Acaba Suzy Kramer yarın benimle alay eder mi? Benimle alay etmesinden nefret ediyorum. Keşke ölseydi. Hayır, ölmesini istemem. Birinin ölmesini istemek kötü bir şey. Ahh şimdi belki bana kötü bir şey olacak.

Şimdi asla uyuyamayacağım. Keşke annem burada olsaydı.

Bir şey mi kıpırdadı?

“Anne! Susadım.”

Yatma zamanı çocuğun yaşamında yalnız olduğu bir numaralı zamandır ve bu yüzden anababadan büyük ayrılık zamanı haline gelir.

“Anne bana biraz daha oku.”

“Baba dişim ağrıyor.”

Yatma zamanı anababanın güvenliğini bırakıp sonsuz dehşetlerin bilinmezliğine düşmektir.

“Ve eğer uyanmadan ölürsem diye Tanrı’ya ruhumu alması için dua ediyorum. Ya ölürsem?”

“Anne burnum tıkanı.”

Fakat yatma vaktindeki ayrılma bebek kişilik tarafından nefret edilen bir şey olsa da, aynı ayrılık anababa için önemlidir. Çoğu anababanın kendi başlarına kalabildikleri veya istediklerini yapabildikleri tek zaman çocukları yattıktan sonraki zamandır. Bu onların tek bebek kişilik zamanları olabilir. Anababalar

bu zamanı hak eder ve ihtiyaç duyarlar. Çocuğun bu zamanı işgali anababaya çok zor gelebilir.

“Pijamalarını giymeni daha kaç kez söyleyeceğim? Yatma vaktim çoktan geçti. Tavşan alıp alamayacağımızı sabah konuşuruz.”

Esnek olunabilse de, belirli bir yatma vakti olması faydalıdır.

“*Grown-Up Kids*’i* izlemek için bir kerecik geç yatamaz mıyım?”

“Olur.”

Fakat daha da önemlisi, anababaların yatma zamanı konusunda katı olmaları gerekir. Yani yatma zamanı gelmişse gelmiştir.

Fakat yatma zamanı nedir?

Bu ne biçim soru? Yatma zamanı ışıkların söndürülüp çocukların yatağa girdiği, belki gece lambasının açık bırakıldığı ve konuşmanın bittiği zamandır.

Bu yatma zamanının muhtemel bir tanımıdır. Fakat yatma zamanının sırrı farklı bir yatma zamanı tanımı kullanır. *Yatma zamanı anababayla etkileşimin sonudur.* Yatma zamanı, bakıp besleyen anababanın ertesi sabaha kadar terk ettikleri, geriye kalan tek şeyin robot gibi İşadamı Anababalar olduğu zamandır.

“Yatağına git Stephen.”

“Ama uyuyamıyorum. Yılanları düşünüp duruyorum.”

“Yatağına git Stephen.”

Ve eğer sizi çağırırlarsa yanıtlamayın.

“Anne. Anne. Anne. Anne. Anne. Anne.”

* Yetişkin çocuklar (E.N.).

Eğer yanlarına gidilmez ve cevap verilmezse duracaklardır.

Fakat eğer...

Eğer gerçekten önemli bir şey varsa; gerçekten hastalarsa, gerçekten kan varsa, odalarında duman varsa bunu bilirsiniz.

Aksi takdirde mazeretleri yalnızca ayrılmak istemeyen bebek kişiliktir.

“Baba. Baba. Teddy Gray’i bulamıyorum.”

Ve eğer kalkarlarsa, onlar tekrar yatağa yollayın.

“Yatağına git Stephen.”

Banyoya gitmek zorundalarsa gidebilirler. Neden izin almak zorundalar ki?

“Anne. Anne. Anne. Banyoya gitmek zorundayım.”

Eğer küçüklerse ve yataktan kalkarlarsa onları çabucak tekrar yatağına koyun.

“Merhaba” der dört yaşındaki Jeffrey içeriye dalarak.

“Yatağına git Jeffrey.”

“Yatmak istemiyorum.”

Olaylar dizisinin bu erken aşamasında, Jeffrey’nin anababası onu alıp yatağına götürmelidir. Eğer çocuklar taşınamayacak kadar büyükseler veya bir kavga çıkarabilirlerse onlara yatağına gitmelerini söyleyin. Şu sözlerden fazlasını israf etmeyin.

“Yatağına git Stephen.”

Eğer gitmezse ona istenmeyen kişi olarak davranın. Ona bir mobilyadan daha fazla itibar etmeyin. Ona bağırmayın, onunla hiçbir şey tartışmayın ya da ona konferans vermeyin. Anababayla etkileşim yalnızca anne ya da baba gibi görünen, dostça ama tepki göstermeyen bir şeyle etkileşime dönerse yatma zamanından sonra ayakta olmak cazibesini kaybedecektir. Bunu daha az yapacaklardır.

“Yatağına git Irina.”

“Ama çok kaşındırıyor.”

“Yatağına git Irina.”

Şunu yapmayın:

“Yatağımda kum var. Çok kaşındırıyor.”

“Silkele de gitsin o zaman.”

Bunu kendileri de bulabilir.

Bazı anababalara yukarıdaki yanıt biraz sert gelebilir. Çocuklarının güvenli bir şekilde uykunun kollarına girene kadar bu yalnız zamanı, bu geçiş dönemini atlatmak için kendilerine ihtiyaç duyabileceğini hissederek. Fakat bu yeterince iyi bakım görmüş çocukların kendi başlarının çaresine bakabilecekleri zamanlardan biridir. Böyle zamanlarda kendilerini ayakta tutacak “Ben iyiyim” duygusunu içselleştirmişlerdir ve ihtiyaç duydukları zaman uykuya dalana kadar bunu oyuncak ayıya, battaniyeye, Mr. Huggles’a veya başparmaklarına transfer edebilirler.

Çocuklar geceleyin anababalarına ihtiyaç duyarlar. Onların ulaşılabilir, el altında ve daima gözetir durumda olmalarına ihtiyaç duyarlar. Fakat hemen yanlarında olup kendileriyle konuşmalarına gereksinim duymazlar. “İyi geceler” dilenip yatağa girdikten sonra belki de çocukların anababalarından istediği ay gibi olmalarıdır. O yukarıdadır, daima izler, dosttur ama pek fazla bir şey yapmaz.

Ama bu onları daha fazlasını istemekten alıkoymaz.

“Baba. Baba. Sanırım yatağımın içinde bir böcek var.”

İyi Geceler Dilemek

Onlarla ne kadar oturmak, ne kadar süreyle kitap okumak, ne zaman iyi geceler dilemek uygundur? Keyif aldığınız sürece, istediğiniz sürece. Fakat bittiğine karar verdiğiniz an, yatma

zamanıdır –çocukla anababanın ayrılma zamanı– ve etkileşimin ertesi sabaha kadar kesilmesi gereklidir.

“Ve sonra Tavşan Amca bahçe aletlerini yerine koyup içeri geldi. Ektiği bonbon şekeri yarına filiz verecek miydi? Öyle umuyordu! İyi geceler canımın içi.”

“Lütfen anne, birazcık daha. Birazcık.”

“İyi geceler canımın içi.”

Ve çıkar.

Her zamanki gibi dört kez kucaklanmıştı.

“Lütfen bir kere daha kucakla.”

“İyi geceler Jessie.” Ve çıkar.

“Bir kere daha. Lütfen. Sadece bu gecelik.”

Peki ya çocuklar uyumak yerine ayakta kalırsa? Ya ışığı yakarlarsa? Ya yataktan çıkıp oynarlarsa?

Eğer yatma zamanı anababayla etkileşimin sonu olarak tanımlandıysa, o halde anababa buna bağlı kalmalıdır. “Evelyn ışığı kapat ve yatağa gir” anababaya has bir etkileşimdir. Belli ki, ışığı yakmayı veya yatağından çıkmayı sürdürmesi durumunda Evelyn’in alabileceği çok şey vardır. Anababalar yatma zamanının ne anlama geldiğine karar vermelidir.

Eğer çocuklar yüksek sesle oynuyorsa, evet, anababanın müdahale etmesi gerekir. Veya odalarındaki televizyonu izliyorlarsa ve anababa yatma zamanından sonra televizyon seyretmeyi yasaklamak istiyorsa o halde kesinlikle “Yatma zamanından sonra televizyon seyrederseniz bu televizyon odanızdan çıkar.” veya aynı odadaki iki erkek kardeşin konuşmaları odalarının dışından duyulabiliyorsa “Siz ikiniz, sessiz olun” diyerek müdahale edebilir.

Gerçekte bazı çocukların diğerlerinden daha az uykuya ihtiyaç duyduğu görülür. Kimsenin canını sıkmadıkları sürece

uykuları gelip yataklarına tek başlarına gidene kadar odalarında sessizce oynamalarına izin vermenin nesi kötüdür?

Anababalarıyla Aynı Yatakta Yatan Çocuklar

Zorunluluk yüzünden –sınırlı mekân– anababa ve çocuk aynı yatağı paylaşmak zorundaysa sorun yoktur. Fakat yatağı paylaşma *çocuğun uykuya dalmasına yardımcı olmak içinse* sorunlar olabilir. Bu hiç gerekli değildir.

Çocuklar anababalarının onlarla uyumasından hoşlanırlar çünkü böylece yatakta açık gözlerle ve yalnız yatmak zorunda kalmazlar. Fakat anababalar çocuklarını böyle zamanlarla başa çıkma şansından yoksun bırakarak hata ederler.

Bu gece bu canavarlar beni yiyecek. Onların kokusunu duyabiliyorum. Benim uykuya dalmamı bekliyorlar... Bu gece olacak...

Yatağın altındaki canavarlarla ilgili en önemli şey, onların var olmamasıdır. Ürkütücü canavarların hiçbir gece gelmediği gerçeği, çocuklar yataklarında yalnızken hiçbir şey olmadığının en güçlü teminatıdır.

Hayatta kalabiliyorum. Tamamen kendi başıma.

Fakat eğer anababa çocuk uyuyana kadar onun yanında yatmakla kasıtlı olarak bu köprüyü sunarsa çocuk bunu tek başına yapmayı nerede öğrenebilir? Anne ya da baba olmadan gulyabaniyi hiç cesaretle karşılamamışsa, bunu yapabileceğini öğrenemez.

Sabahleyin Kaldırmak ve Evden Çıkartmak

“Buna katlanamıyorum. Yedi elli’de çocukları nihayet kapının dışına çıkardığımda tam bir sinir küpü haline gelmiş oluyorum. Ve genellikle kendimi çok suçlu hissediyorum. Sabahları evin içinde o kadar telaş oluyor ki, okula hep kötü bir ruh haliyle gidiyorlar.

“Bildiğiniz gibi değil, oğlum Robby ağırdan almayı bir sanat haline dönüştürdü. Odasına gidip duruyorum ve her defasında biraz daha soyunmuş oluyor. Yere uzanıp aptal arabalarıyla oynuyor. Sanki on dakika içinde evden çıkmak zorunda olan biz değilmişiz gibi. Akıl bir karış havada.”

“Kızım Geraldine’le her sabah çığlık çığlıgıyız. Her şey yüzünden kriz geçiriyor. Donunu bulamaz. Gömleğinin üzerinde bir leke vardır. Tostu çok kızarmıştır. Evden gidene kadar onu boğmak istiyorum.”

Kalkmak ve çıkmak, sabahları evi terk etmek, bebek kişiliğın savunduğu her şeye doğrudan karşı çıkar ve o bunların hiçbirini istemez. Sabahları en sevdiği zamanlar değildir; çünkü bebek kişilikten olgun kişiliğe geçişi gerektirir ki, bebek kişilik buna izin vermeyi asla istemez. Çocuklar ağırdan almak ve anababanın yakınında olmak için yapabilecekleri her şeyi yapacaklardır. Bebek kişilik sonsuz sorunlar ve şikâyetler icat edecek ve her şey için tartışacaktır.

“Ama basket topumu neden okula götüremiyorum?”

Anababa için sabahlar, çocuklarının dışarı çıkmak üzere hazırlanmaları sürecinin bütününde aktif katılımcılar olup olmama seçimine gelip dayanır.

“Hadi Sybil. Şu haline bak. Yemeye nasıl zamanın kalacak?”

“Austin ayakkabının teki nerede? Yalnızca bir tek ayakkabıyla okula gidemezsin. Diğer ayakkabını ne yaptın?”

Veya, kaosun içine girmek için son ana kadar beklemek. İlk yol daha çok kızdırmakla kalmayıp gerçekten aleyhinize de çalışır. Bebek kişilikle çatışmaktasınız ve kaybetmek kaderinizdir.

Çocuklarım beni sabahlarla başa çıkma konusunda eğitti. Kalkma ve giyinme konusunda yol alışları onların peşlerinde ne kadar koştuğumla ters orantılıydı. Benim dırdır etmem bir yana (“Hadi Nicky, gömleğini giy”) varlığım bile onları hazırlamanın

kıyısına itelemekten ziyade ağırdan almak için ilham verirmiş gibi görünüyordu.

Sonunda başka bir yerde, genellikle kahvaltıyı hazırlamak için mutfakta olmayı öğrendim. Odalarına gitmek yerine onları uzaktan çağırıyordum. (Bu sırada Mary Alice neredeydi? O hep onları kaldırıp kahvaltılarını yaptıranın ben değil kendisi olduğunu söyler.)

“Giyindin mi?”

“Hu.”

“On dakika sonra çıkıyoruz.”

“Bağırarak zorunda değilsin. Neredeyse hazırım.”

Sabahların sırrı çok fazla çabalamamaktadır. Etkileşimi –hiçbir şey başarmaya çalışmayan hoş şeyler hariç– tam olarak minimumda tutmalısınız. Bunun yolu durmadan onları azarlamak değildir. Aksi takdirde olacak tek şey, onların ağırdan almaya ve tartışmaya devam etmesi ve anababanın öfkelenmesidir. Ağırdan alanlar için, en ciddi anlamda ağırdan alanlar, hiç hazırlanmayacaklar, herkesi geç bırakarak gerçek sorunlar yaratabilenler için iki seçeneğiniz vardır: Yolun her aşamasında onları dikkatle izleyebilir, başının etini yiyebilir, tehdit edebilir, tatlı sözle kandırabilirsiniz –ki bu işe yaramayacaktır. Veya bunun yerine işe yarayan bir şey yapabilirsiniz.

1. Uyanık olduklarından emin olun ve şöyle söyleyin: “Tamam, şimdi kalkıp giyinme zamanı.”
2. Periyodik olarak neşeli bir şekilde onlara “Saat yedi yirmi beş” gibi sözlerle seslenin.
“Bu kahvaltıyı kaçırmak istemezsiniz balkabakları. En sevdiğiniz şey var; gözleme.”
3. Gitmeleri gereken zamana on dakika kalıncaya kadar başka hiçbir şey yapmayın. Bu noktada, ne durumda olduklarına bakmaksızın, ister bütünüyle çıplak ister yatağa uzanmış tavandaki benekleri sayıyor olsunlar onlara ses-

lenin: “Beş dakika!” (Diğer beş dakikayı 4. basamak için saklıyorsunuz.)

4. Eğer beş dakika doldu ve onlar hâlâ görünmediyse bulundukları yere gider ve onları çabucak –özellikle sevgi göstererek değil– giydirirsiniz. (*Herkesi* geç bırakmaktan kaçınmak için yeterince zaman ayırmanız gereklidir.) Okul için ihtiyaçlarını hazırlayın, kahvaltı edememişlerse yanlarına kahvaltılık bir şeyler verin ve onları kapıdan dışarıya itin. (İşadamı Anababa için bulunabilecekleri en güzel yer evin dışıdır.)

Sonuçta bu prosedür çocuklara şunu anlatır: Dilersen bütün sabah işleri ağırdan alabilirsin ama sonunda giyinecek ve kapıdan dışarı çıkacaksın. Benim bunu kendi yöntemlerimle yapmama neden olabilirsin veya kendin yapabilirsin. Bu senin tercihin.

Bu tercih hakkı verildiğinde çocukların çoğu genellikle kendileri giyinecek ve sizin devamlı azarlamanız olmaksızın kahvaltılarını yapacaktır. Belki yine son anda yapacaklardır fakat siz “Beş dakika” dediğiniz zaman ya kendi başlarına giyinmeye ya da sizin işleri devralmanıza beş dakika kaldığını bildiklerinden bunu yapacaklardır. İlerlemeleri için onları sürüklemek gibi daha aktif çabalar kesinlikle hiçbir başarı sağlamayacaktır.

“Sonra Yaparım”

“Richard ıslak havluları dışarıya, verandadaki parmaklıklara asar mısın lütfen?”

“Bunu bitirdiğim zaman” dedi beyzbol kartlarını ayırmakla meşgul olan Richard.

“Richard havluları verandaya asmanı istedim.”

“Asacağım” dedi televizyon izlemekte olan Richard. “Bu program biter bitmez.”

“Richard havluları dışarı çıkarmanı sana kaç kez söylemek zorundayım?”

“Bana bağırarak zorunda değilsin. Bunu yapacağım” dedi hâlâ televizyonu ama kesinlikle farklı bir programı izleyen Richard.

“Hayır Richard. Şimdi.”

Daha sonranın asla gerçekleşmeyeceği olasılığını kabule hazırlıklı değil isek, “daha sonra,” biz anababalar için pek iyi bir fikir değildir.

Yemek Zamanı

Ben çocukken, ailece her gece herkesin masa başında olduğu yemekler yedik. Bu yemekleri hatırlıyorum ama çocukluğumun özellikle değer verdiğim parçaları oldukları için değil (oldukça tombul bir çocuk olarak yemeye özel bir düşkünlüğüm olduğu halde). Bu yemeklerle ilgili esas hatırladığım –yiyeceklerin yanı sıra– ablam Ellen’la birlikte bu zamanı küçük kız kardeşimiz Mary’ye kötü şeyler söylemek için kullandığımızdı. “Bugün kız kardeşimizi gördüm” diye rasgele yorumda bulunurdum Ellen’a, ki bu da daima Mary’nin bağırmaya başlamasına yol açardı. Benim takılmamın altında yatan, ailemizdeki tek sarışın olan Mary’nin hastanede kazara değiştirildiğini ve anababamızın gerçek çocuğu olmadığını ima etmekte. Bunu kaç kez tekrar edersek edelim sonuç hiç değişmezdi.

Mary Alice’in ve benim iş programlarımız çoğu kez çocuklarımızla oturup akşam yemeği yememizi engellerdi. Akşam karın doyurmalarımızın çoğu özellikle benim sevdiğim gibi televizyonun önünde yapıldı. Ben aile yemeklerinin kutsallığından bahsedebilecek biri sayılmam. Fakat açıkça görülüyor ki, bu çoğu ailede herkes tarafından paylaşılan ve keyif alınan özel bir zaman olabiliyor. Birlikte yenen yemekler katlanılması gereken büyük bir sıkıntı olmamalıdır.

Yedi yaşındaki Lynette akşam yemeğinde birbiri ardına anababasını kızdıracak şeyler yapıp durdu.

“Neden hiç benim hoşuma giden bir şey yemiyoruz? Ay bu iğrenç. Ööö, bu tiksindirici.”

“Sevmediysen yemek zorunda değilsin” dedi annesi.

“Çek ellerini tabağımdan” dedi Lynette hiç de yakınında olmayan erkek kardeşinin eline sert bir tokat atarak.

“Vurma Lyle. O bir şey yapmıyordu” dedi babası. Bunun üzerine Lynette masanın altını tekmelemeye başladı.

“Masayı tekmelemeyi kes!” dedi annesi.

Bunun üzerine Lynette sandalyesinde ileri geri sallanmaya başladı.

“Öff bu yemekten nefret ediyorum. Nefret ediyorum. İğrenç. İğrenç” Bir yandan ileri geri sallanırken bir yandan mızıldanıyordu.

Eğer belirli bir aile üyesi diğerleri için yemeğin tadını önemli ölçüde kaçırıyorsa, ayırma uygun bir yöntemdir. Eğer biri yemeklerde çirkin davranıyor ve çirkin davranmayı sürdürmeye de niyetli görünüyorsa, masada olmasının bir anlamı yoktur. Başka bir yerde veya başka bir zamanda yemenin onlara zararı dokunmaz.

“Güle güle Lynette.”

“Hayır. Ben bir şey yapmıyorum.”

“Güle güle Lynette.”

Ayrılma kuralı hatırlanarak, çocuğun uzaklaşmasından sonra terbiyeli davranmaya başladığı sürece geri gelmesi memnuniyetle karşılanır. Eğer aile yemekleri katılmaktan hoşlandığı bir şeyse uzaklaştırılan çocuk dönmek isteyecektir –çocuk gerçekten kötü bir ruh hali içinde ve kıpır kıpır değilse; çünkü bu durumda dönmek istemeyebilir. Bu durumda geri dönmesini biz

de istemeyiz. Bu yöntemin başarılı bir şekilde uygulanması sonucunda kendilerine çeki düzen verip dönmeyi istemekle kalmayıp, genel olarak yemeklerdeki davranışlarında da biraz daha kontrollü olmayı öğreneceklerdir.

Yemek Kuralları

1. Yemeklerde ne düzeyde kaosu sizin için kabul edilebilir olduğuna karar verin.
2. Kabul edilebilirlik sınırlarının içinde kalan huysuzluk ve budalalıkları göz ardı edin. Yani sürekli olarak çocuğunuza müdahale etmeyin. Çocuklarla yemek yiyecekseniz, hatalı davranışları mutlaka olacaktır.
3. Eğer bir çocuk diğer insanların yemek zamanını berbat etme noktasına gelmişse, hızlı bir şekilde makul ölçüde güzel davranarak dönünceye kadar uzaklaştırılmalıdır.

Aile yemeklerinin -belirli bir üye geçici bir süre için uzaklaştırılsa da- hoş zamanlar olması beklenir.

“Güle güle Edward.”

“Ama ben babayım. Beni uzaklaştıramazsınız.”

“Güle güle Edward.”

“Dur bir dakika. Yetişkinleri kastetmiyordu.”

“Güle güle Edward.”

“Hadi anne.”

“Yetişkinleri kastetmiyor Ruth.”

Yemek Seçenler

“Sekiz taze fasulye yersem tatlı alabileceğimi söylemiştin. Peki ya altı tane yersem?”

“Sekiz.”

“Yedi?”

Fıstık ezmesi ve marmelatlı sandviç yiyor, bazen havuç, bazen de sosisli sandviç, hepsi bu. Ve tabii her türlü işe yaramaz yiyeceği de yiyor.

Anababalar olarak hepimizin istediği, her gün çocuklarımızın bedenine uygun miktarda besleyici gıdanın girmesidir. Çok fazla şey istemeyiz, ama onların yemeklerini yeyiş tarzı sizi çılgına çevirebilir.

“Conrad lütfen yemeğinle oynamayı kesip yer misin?”

“Ama aç değilim, ayrıca bu tavuğun derisi çok iğrenç.”

“Pekâlâ, onu kesip alacağım.”

“Hayır. Bu iğrenç deri tavuğa zaten değmiş durumda.”

Fakat yemek yeme kesinlikle savaşa girmememiz gereken bir alandır, çünkü savaşlar yeme alanına duygusal konular getirirler. Yemek yemenin duygunun dışında olmasını isteriz. Ona kontrol savaşları veya sevgi gibi konuları bulaştırmamalıyız.

“Şu sekiz fasulyeyi benim için ye.”

“Bu seni mutlu eder mi?”

“Evet bu beni mutlu eder.”

“O halde yemeyeceğim.”

Öyleyse anababalar ne yapmalı? Ana kural, ne genel olarak “Hadi Simone. Bir şeyler yemek zorundasın” diyerek, ne de özel olarak “Taze fasulyeni ye” diyerek çocukları yemeye zorlamamaktır.

Herhangi bir durumda, bir çocuğu yemeye zorlama sonuç verebilir. Fakat bütünsel olarak, çabaladığınız her defa gelecekteki sorun potansiyeline katkıda bulunur. Yemeyi potansiyel anababa avına girişmenin bir yolu olarak kullanabileceklerini öğrenecek ve kullanacaklardır.

Bir yemeğe oturmadan önce yemek kurallarının bilinmesine ve bu kuralların açık ve net olmasına ihtiyaç vardır. Gündelik müzakereler yoktur, tartışacak hiçbir şey yoktur.

Çok fazla yemeyen çocuklar için yapılabilecek şey, öğün kaçırmamak ve onlar için yemek hazırlamamaktır. Yemek boyunca yemeklerini yeyip yememeleri konusunda tartışmayın. Yemeklerini yemek yerine onunla oynuyorlarsa yemek zama-

nını sınırlayın. Yemek zamanı bitince masayı terk edebilirler. Yeterli olduğunu düşündüğünüz miktarı yiyene kadar masada oturtmayı unutun gitsin.

Yemek seçenler için standart politika sofradan kalktıktan sonra yiyeceklere ulaşip ulaşamayacaklarını, alternatif bir yiyecek yemelerine (fıstık ezmesi sandviç ya da mısır gevreği) izin olup olmadığını, hangi koşullar altında tatlı yiyebileceklerini vs. içermelidir. Bu sizin tercihinizdir ve belirlediğiniz politika ne olursa olsun uygundur; çünkü sizin tercihinizdir, standart bir politikadır ve bu konuda hiçbir müzakere olmayacaktır. Bununla birlikte bu çocuklar için özel ve farklı yemekler yapmak iyi bir politika değildir. Bu sadece onları özel yiyecek ikramını aramayı sürdürmeye davet eder.

Ne kadar çok ya da az yedikleri konusunda endişe duyuyorsanız, sağlıklı olup olmadıklarını doktorlarına sorun. Sağlıklı larsa ne kadar yiyor oldukları ne ölçüde bir problem yaratabilir ki? Bir sorun varsa doktorları size bildirecektir. Yeterli miktarda yiyeceğin mevcut olduğu evlerde yaşayan pek az çocuk iyi beslenmemiştir. Özellikle yemeye duygusal bir boyut katılmamışsa çocukların büyük çoğunluğu kendi beslenmeleri için yeteri kadar yer.

Başkalarının Yanında Yaramazlık Yapmak

Çarşıda Çirkin Davranma

Yedi yaşındaki Brittany'nin ailesinin çarşıda yapılması gereken birçok işi vardı. Fakat oraya gider gitmez Brittany korkunç davranmaya başladı. Davranışını düzeltme yolundaki bütün girişimler başarısızlığa uğradı.

Çocuklar topluluk içinde yaramazlık yapmayı sürdürdükleri zaman ne yapıp ne yapmayacağınıza karar vermek nispeten kolaydır çünkü *yapabileceğiniz* pek fazla şey yoktur. Aşağıdakiler gibi iyimser ve makul yöntemlerin hepsinin başarısızlığa uğradığını varsayarsak:

“Hadi gel Brittany, bakalım en güzel süsleri hangi mağaza satıyor.”

Veya–

“Lütfen Brittany, yapmamız gereken birçok iş var. Burada olmak istemediğini biliyorum, ama huysuzluk yapmamaya çalışman annene ve bana çok yardımcı olacaktır.”

Hatta–

“BRITTANY ÇENENİ KAPASAN İYİ OLACAK!”

Geriye ne kalır?

Toplum içinde çirkin davranan, yaygara yapan, taleplerde bulunan veya huysuzluk yapan ve hiçbir şeyin fayda vermediği bir çocukla dışarıda olduğunuz zaman bu nahoş zamanı elinizden gelen en iyi şekilde geçirmelisiniz. Sonuçta buna katlanmak zorundasınız.

Yani çocuklarım toplum içindeyken yaramazlık yaparsa ve eğer güzel davranma, ikna etme ve bağırma yöntemlerinin hiçbirisi işe yaramazsa (ki nadiren işe yararlar) yapabileceğim hiçbir şey yok mu demek istiyorsunuz. Dışarıda olduğumuz zaman boyunca yalnızca buna katlanmalıyım, öyle mi?

Evet. Kişinin bütün yapması gerekenin ötesinde huysuzluk nöbetlerinde olduğu gibi yapmaması gereken birçok şey vardır. Bunların arasında:

1. Herhangi bir zaman süreci boyunca çocuğu azarlamak.

“Brittany neden daima her şey senin istediğin şekilde olmalı? Hepimiz için her şeyi berbat ediyorsun. Şunu öğrenmen gerekiyor ki...”

Bu tepki göstermek için makul ve uygun bir yol, ama bu kitapta defalarca değinildiği gibi yalnızca bebek kişiliği işe katacak ve işleri olduğundan daha kötü hale getirecektir.

2. Eve dönmek.

Bu tepki ailenin planlarını bozacaktır. Eve dönmek ailenin geri kalan üyelerine haksızlıktır, genellikle çok uygun değildir ve çocuğun yaygarasına, huysuzluğuna çok fazla güç kazandırır. *Huysuzluklarım yaptıklarımızı kontrol edebiliyor. Bunu yapmaya hep devam edeceğime inansanız iyi edersiniz.*

3. Ödül veya rüşvet önermek

“Şimdi kendini kontrol edersen ve burada bulunduğumuz sürece iyi bir çocuk olursan baba sana bir sürpriz alacak.”

Daha önce de değindiğim gibi ödüllerden hoşlanmıyorum, üstelik korkunç çocukları susturma aracı olarak kullanılan ödüllerden özellikle hoşlanmıyorum. Vaat edilen bir ödül herhangi bir zamanda biraz sükûnet satın alabilir, fakat uzun dönemde iyi olan hiçbir şey elde edilmeyecektir.

4. Cezayla gözdağı vermek

“Brittany terbiyeli davranmazsan döndüğümüzde Leslie’yi eve çağırmayı unutabilirsin.”

Bu vaat edilen ödüllerden daha kötüdür. Herhangi bir durumda işe yarayabilse de, toplum içindeki davranışın genel olarak iyileşmesi için hiçbir yararı olmayacaktır. Daha çok yepyeni bir yaygara seansı ortaya çıkaracak ve çok kötü davranışın süresini uzatacaktır ki, bu da bir tepki olarak kaybetmeye mahkûm olmasının nedenidir.

“Ama neden? Neden Leslie’yi çağıramıyorum?”

“Neden olduğunu biliyorsun.”

“Ama söz verdin. Leslie’nin gelebileceğini söyledin. Bu haksızlık.”

“Seni ikaz ettim. Şansın vardı ama sen terbiyeli davranmadın.”

“Ama bu haksızlık. İyi olacağım. Söz veriyorum.”

Ve saire. Yalnızca bu değil, cezanın uygulanmasının zamanı geldiğinde yapılacak bütün olası huysuzlukların da yolu açılmıştır.

Öyleyse ne yapabilirsiniz?

Çok şey değil. Ve bu bazen işlerinizi hallederken huysuzluk yapan bir çocuğu yanınız sıra sürüklemek anlamına da gelebilir. Daima değil ama genellikle huysuzluk hiç tepki almadığı zaman somurtmaya dönüşebilir.

Ve eğer dilerseniz, arabaya dönünce veya eve ulaşınca hoşnutsuzluğunuzu ifade edebilirsiniz.

“Brittany, büyük bir hayal kırıklığına uğramış durumdayım. Çarşıda korkunçtun. Herkesin gününü berbat ettin. Bu çok bencilceydi. Umarım gelecek defa daha iyi davranırsın.”

Bunun söylenmesi gerekse de, ne yazık ki gelecek defaya çocuğun davranışına belki etkisi olur, belki de olmaz. Eğer bir çocuk toplum içinde sürekli olarak korkunçsa, anababa onu yanlarında götürmenin alternatif planlarını yapmalıdır. Fakat çocuğu almamak her zaman mümkün değildir ve anababanın kötü davranan bir çocukla başa çıkmasının evdeki bir numaralı seçeneği olan ayırma burada söz konusu değildir.

“Tamam Brittany. Haylazlık yapmak mı istiyorsun. Buyur yap! Yarım saat içinde geri gelip seni Cookies R Us’ın önünden alırlar. Hoşça kal.”

Bu kesinlikle bir seçenek değildir. Çocuk için çok korkutucudur ve kuşkusuz bir çocuğu umumi yerlerde terk etmenin içerdiği belli riskleri taşır.

Çocuk yetiştirmenin bir gerçeği:

Bazı durumlar kötüdür ve iyileştirmek için yapabileceğiniz hiçbir şey yoktur. Fakat kötüleştirmek için yapabileceğiniz pek çok şey vardır. En iyisi yalnızca geçip gitmelerine izin vermektir.

Anababalığımızın Eleştirisi

Bir süpermarkette.

Yedi yaşındaki Christina ve annesi kasanın önündeki uzun kuyrukta bekliyordu. Önlerinde ve arkalarında insanlar vardı.

“Anne bana bunu alır mısın?”

Christina’nın elinde üzerine şirin ördek resimleri çizilmiş plastik, sarı bir yumurta vardı.

“Hayır Christina. Her süpermarkete geldiğimizde sana bir şey almayacağım.”

“Ama anne çok şirin. Lütfen?”

“Hayır Christina, üzgünüm ama her süpermarkete geldiğimizde sana bir oyuncak almayacağım.”

“Lütfen anne? Lütfen?”

“Hayır Christina.”

“Ama neden anne? Lütfen? Çok şirin.”

Christina’nın ses tonu tizleşmiş ve mızızlaşmıştı. Kuyruktaki insanlar şimdi Christina ve annesine pek de dostça sayılmayacak şekilde bakıyordu.

“Anne lütfen. Lütfen. Lütfen. Neden almıyorsun anne? Lütfen. Lütfen. Neden almıyorsun anne?” Ve Christina feryat etmeye başladı. “Lütfen! Lütfen! Lütfen!”

“Christina cevap ‘Hayır’.”

Tavrını almış olan annesi daha fazla bir şey söylemedi. Deneyimleriyle biliyordu ki, bu noktada Christina’ya teslim olmak bir hata olurdu ve gelecek süpermarket ziyaretlerinde bunun bedelini öderdi. Christina’nın annesi buna kesinlikle dayanmak istedi. Fakat Christina feryat etmeyi sürdürüyordu.

Şimdi kuyruktaki herkes Christina’nın annesine belirgin şekilde “Şu çocuğun çenesini kapatacak bir şey yapamaz mısın?

Şu aptal yumurtayı al. Onu tokatla. Ne yaparsan yap, fakat ÇENESİNİ KAPA!” diyen bakışlarla bakıyordu.

Christina’nın annesi, ayaklarının dibinde huysuzluk eden bir çocuk, önünde ve arkasında düşman süpermarket müşterileriyle kendisini yoğun trafikte sola dönmek isteyen, ama bir boşluk bulamayan ve arkasında yığılmış arabaların sürekli korna çaldığı biri gibi hissediyordu.

Sonra bütün bunların üstüne önündeki kadın yararlı bir öğütte bulunmayı tercih etti.

“Biliyor musunuz, eğer benim çocuğum olsaydı bu şekilde davranmasına izin vermezdim.”

Bu noktada Christina’nın annesi aynı ölçüde çekici üç seçenek arasında karar veremedi:

1. Önündeki bayanı boğmak.
2. Christina’yı boğmak.
3. Hepsinin içinde en çekici olanı, bir delik bulup içinde ölmek.

Başka bir hikâye:

Karyn, Ricky, Vicki ve Charlie ile birlikte annesinde.

“Biliyor musun Karyn, sen ve Leo hiç bu şekilde davranmazdınız. Baban ve ben asla bu tarzda davranmanıza izin vermezdik.”

“Anne anlamıyorsun. Şimdi her şey farklı. Leo ve benim çocuk olduğumuz zamanlarla aynı değil.”

“Evet tabii, haklısın tatlım.”

Çocuk yetiştirmek kolay değildir. Ancak onu özellikle güç kılan, bunu hiç kimsenin olmadığı bir boşlukta yapmıyor olmamızdır. Ne yaptığımızı gören, bu konuda kendi fikirleri olan ve hatta bazı şeyler söyleyen bütün o diğer insanlar vardır. Çoğu kez bu diğer insanlar, aksini yapmayı dilesek de görüşlerine özellikle önem verdiğimiz akrabalarımızdır.

Yalnızca bizim ve çocuklarımız için doğru olanı yapmaya çalışmakla kalmayıp diğer insanların ne düşündükleri konusunda da endişe etmek işimizi çok daha zorlaştırır. Başka tür-lüsü elimizden gelmez. Bu insan olmanın bir parçasıdır. Bu sorun olabilir; çünkü çocuklarımızla başa çıkmakta güveni-mizi zayıflatır.

Şöyle düşünürüz.

Anlamıyorlar. Her gün burada değiller. Çocuklarımı benim kadar tanımıyorlar. Benim kim olduğumu bilmiyorlar. Benim için neyin işe yaradığını, ne yapmaya çalıştığımı bilmiyorlar. (Bazen gerçekten sempati duyup anlasalar da, kendi çocukları olsa da ve birçok kez benzer durumlarla karşılaşmış olsalar da.)

Böylece açıklamaya çalışırız ama öyle görünüyor ki, onları asla ikna edemeyiz. Ancak bir çözüm vardır ve bu çözüm ken-diniz için bir dizi soruyu yanıtlamakta yatar:

Çocuğumun hayatında günbegün kararları kim ver-melidir?

Çocuğum hakkında kim daha çok şey bilir?

Çocuğuma kim daha fazla önem verir?

Çocuğumla yaptıklarımın sonuçlarıyla yaşayacak olan kimdir?

Çocuğumun hayatıyla ilgili kararları –doğru veya yanlış– en çok kimin vermesini isterdim?

Gerçekte bir seçeneğimiz vardır. Çocuklarımız için en iyi olduğunu düşündüğümüz, yaparken en rahat olduğumuz şeyi yapabilir veya başkalarına nasıl görünmesi gerektiğine ve onla-rın ne söyleyeceğine teslim olabiliriz. Bu bir tercihtir. Benim birinci derecedeki önceliğim nedir: Ben ve çocuklar mı, başka-larının ne söyleyeceği veya ne düşüneceği mi? Eğer anababalar en çetin anlarda kendilerine bu soruyu sorabilirse, doğru cevabı bulmaları kolaylaşır.

Christina'nın annesi ne kadar nahoş bir durum yaratsa da fırtınaya göğüs gerer. *Bu benim çocuğum, onların değil ve dünyada onların süpermarkette geçirdikleri zamanın keyfini kaçınacak çocuklar olduğu için üzgünüm. Ne yapalım ki ben o çocuklardan birine sahibim.*

Sevdiklerimizin önünde ilk güçlü tavrı aldıktan sonra bunun gerçekten o kadar zor olmadığı ortaya çıkar.

“Üzgünüm anne ama ben böyle yapmak istiyorum.”

“Ama Helena, onu gerçekten şımartacaksın. Bunun acısını çekeceksin. Görürsün.”

“Anne gerçekten bu konuda konuşmak istemiyorum. Ben böyle yapacağım.”

“Pekâlâ, bu kadar sert çıkmana gerek yok. Sadece yardımcı olmaya çalışıyordum.”

“Bunu biliyorum anne, fakat yalnızca işleri kendi tarzımda yürütmeye ihtiyacım var.”

“İyi de benim duygularımı incitmek zorunda değildin.”

“Üzgünüm anne.”

Eğer anababa buna bağlı kalırsa, diğerleri de hâlâ kendi kendilerine homurdansalar bile şaşırtacak kadar hızlı bir şekilde onların otoritesine saygı duymaya başlayacaktır. Ne de olsa o sizin çocuğunuzdur, onların değil.

“Çocuğu gerçekten şımartıyor.”

Ve bir kez bunu yapmaya başladığınızda hoş bir gurur ve güçlü olma duygusu gelir ki, bu kendinizi güçsüz hissetmenize yol açabilecek diğer sesleri susturur.

Her zaman haklı olmayabilirim, çocuklarımla annesi (veya babası) olan ve onları dünyadaki herkesten daha fazla seven kişi olarak benim fikrimce –ki bu kendimden isteyebileceğimin en fazlasıdır– doğru olduğunu düşündüğüm şeyi yapıyorum. Hem kim onların yaşamlarındaki bütün bu kararları benden daha doğru bir şekilde verebilir ki?

Sorunlarını Size Getirme

“Kevin Beni Döveceğini Söylüyor”

Altı yaşındaki Conrad bir gün okuldan sonra babasıyla konuşur:

“Kevin beni döveceğini söylüyor, çünkü ben onun için şişko demişim. Ben ona şişko demedim ama o bana inanmıyor ve beni döveceğini söylüyor.”

“Conrad, biliyorsun ki bazen çocuklar kendilerini güçlü göstermek için bazı şeyler söyler. Fakat bu gerçekten bunu yapacakları anlamına gelmez.”

“Ama beni döveceğini söyledi.”

“Peki bu konuda gerçekten endişe duyuyorsan ne yapabileceğini düşünüyorsun?”

“Bilmiyorum.”

“Pekâlâ, bu konuda düşün o halde.”

“Ne yapacağımı bilmiyorum. Dövülmek istemiyorum.”

“Belki Bayan Pritchard’a anlatıp ondan ikinizle birlikte konuşmasını isteyebilirsin ve bu meseleyi çözebilir.”

“Bunun işe yarayacağını düşünüyor musun?”

“Kesin olarak bilmiyorum Conrad ama iyi bir fikir olabilir.”

“Tamam.”

Bir baba oğluna bir sorununda yardımcı olur. Fakat günlük yaşamın bir çocuğun üzerine yüklediği sorunlar da ne kadar yardımcı olmalıyız. Conrad’ın babasının yaptığı gibi çözümler sunar mıyız? İlk etapta Conrad’ın babasının yaptığı gibi çözüm bulmalarına yardımcı olmak için onlarla birlikte düşünür müyüz? Yoksa o kadar da yardımcı olmaya çalışmaz mıyız? Yalnızca dinler miyiz?

“Kevin ona şişko dediğim için beni döveceğini söylüyor. Ben ona şişko demedim ama o bana inanmıyor ve beni döveceğini söylüyor.”

“Bu büyük bir sorun gibi görünüyor.”

“Evet, dövölmek istemiyorum.”

“Umarım dövölmeyzin.”

“Fakat ne yapacağımı bilmiyorum.”

“Evet bu gerçekten bir sorun.”

“Ama sen bana yardımcı olmalısın. Kevin beni dövöcek.”

“Hay Allah, sana ne söyleyeceğimi bilmiyorum Conrad. Umarım işler düzelir.”

“Ama ya düzelmezse.”

“Bu pek de iyi olmaz.”

“Ama senin bana yardımcı olman gerekir. Kevin beni dövöcek.”

“Hımm, her şeyin bir çözöümü vardır. Eğer sorun büyöyse tabii ki yardım ederim.”

“Ama Kevin beni yarın dövöceğini söylüyor. Bu büyük bir sorun. Bana hiç yardımcı olmuyorsun. Eğer dövöerse bu senin hatan olacak.”

“Eh umarım dövmez.”

“Bütün gece endişe edeceğim.”

“Umarım etmezsin.”

“Edeceğim.”

Gerçekte ne olabilir?

(1) Belki Kevin onu dövö ve eğer bu sürekli bir hal alacak olursa Conrad’ın babası müdahale etmek isteyebilir. Fakat babası Conrad’ın birinci sınıftaki arkadaşı tarafından bir kere dövölmesine müdahale etmeli midir?

(2) Kevin sonuçta –herhangi bir nedenle– onu dövmez.

(3) Conrad kendi başına bir çözöüm yolu bulur –yine de bu bizim isteyebileceğimiz türde bir çözöüm olmayabilir.

“Kevin.”

“Ne?”

“Sana şişko diyen ben değöldim, Brian’dı. Onu duydum. Bu doğru.”

“Ne? Onu dövöceğim.”

“İyi. Bunu hak ediyor.”

Soru şudur: Çocuğumuzun günlük sorunları konusunda yapılabilecek en iyi şey nedir?

Onlara çözümleri vermek mi? Sorun çözme *süreci* için bir model oluşturmak mı?

Yoksa bunu onlara bırakmak mı?

İlk iki seçenek iyidir fakat üçüncü seçeneğin bazı yararları hakkında bir iki söz söylememe izin verin; çünkü bu bazı önemli dersler taşımaktadır. Sorunu onlara geri atmak, çocuklara kendilerine ait bir sorunla birlikte yaşama ve onunla boğuşma yükünü verir. Bir soruna eşlik eden rahatsızlık, mücadele ve belirsizliği deneyimlemek zorunda kalırlar. Belki bir çözüm bulurlar, belki bulamazlar. Bu deneyimle çocuklar günlük sorunların, hatta büyük problemlerin, hayal ettikleri kadar korkunç olmadan bir geçip gidiş ve kendi kendilerine çözülüş tarzı olduğunu öğrenir. Şimdiden o zamana geçebileceklerini –aşılamaz bir sorun gibi görünen şeyin boşluğu üzerine köprü kurabileceklerini– ve diğer tarafa yine parçalanmadan geçebileceklerini öğrenirler.

“Sıkıldım.”

“Merhaba Jason.”

“Sıkıldım.”

“Ya?”

“Sıkıldım. Yapacak hiçbir şey yok.”

“Boyama yapmayı düşündün mü?”

“Boyama sıkıcı.”

“Evet ama bazen hoşlanıyorsun.”

“Hayır hoşlanmıyorum. Boyama sıkıcı. Yapacak hiçbir şey yok. Benimle bir şeyler yap.”

“Şimdi yapamam Jason meşgulüm. Kendi başına yapacak bir şey düşünmelisin.”

“Ama yapacak bir şey yok.”

“Peki ya bozyapların? Onlarla bir süredir bir şey yapmadın. Geçen defayı hatırlıyor musun? O harika kaleyi yapmıştın. Bahse girerim inşa etmek için onun gibi bir şey düşünebilirsin.”

“İstemiyorum. Benimle bir şey yapmanı istiyorum.”

“Yapamam Jason, meşgulüm.”

“Ama o zaman benim yapacak hiçbir şeyim yok. Çok sıkıldım.”

Sıkılmış olma durumu, ıssız bir adada hayatta kalma eğitimi andıran o örneklerden bir diğeridir. Bir yolunu bulup bu zaman diliminde kendi başınıza ayakta kalmak zorundasınızdır. Eğer çocuklar zaman geçirme uygulaması yapmamışlarsa, zaman geçirmek için bütünüyle başkalarına bağımlı hale gelirler. Nasıl bir çözümle ortaya çıkacaklarını kim bilir? Fakat kendi hallerine bırakılırlarsa bir şey bulacaklardır. Zaman geçecektir.

“Merhaba Jason.”

“Sıkıldım.”

“Ya?”

“Sıkıldım. Yapacak bir şey yok.”

Burada Jason'ın babası istiyorsa bazı önerilerde bulunabilir. Fakat bu ilk aşamada topu tekrar Jason'a da atabilir.

“Sahi mi?”

“Ama sıkıldım. Benimle bir şeyler yapmalısın.”

“Hayır, meşgulüm. Sanırım kendin bir şey bulmalısın.”

“Ama hiçbir şey yok. Ne yapmalıyım? Sıkıldım.”

“Ya! Bu çok kötü.”

“Ama benimle bir şey yapmalısın.”

“Üzgünüm Jason. Yaptığım işe geri dönmeliyim.”

“Ama dönemezsin. Benimle bir şey yapmalısın. Sıkıldım. Ne yapmalıyım? Sıkıldım. Sıkıldım.”

Eğer babası gerçekten bunun dışında kalırsa Jason kendi başının çaresine bakacak ve yapacak bir şey bulacaktır. Belki bu babasının kafasındaki şey olmayacaktır.

“Kedi neden bağıırıyor Jason?”

Yap-bozlarla yapacak iyi bir fikir buldum. Tinkerbelle için bir kafes yaptım.”

Hırçın Çocuklar

Mesele sabahlarla ve kahvaltıyla ilgiliydi. İşin özü, sabahları genellikle neşeli bir ruh halindeydim (muhtemelen kafeinin kamçılmasıyla). Diğer yandan Nick ve Margaret kahvaltıya çoğu kez hırçın bir halde gelirdi. Fakat ben iyi bir ruh halinde olurdum. Rakip ruh halleri.

Ben iyi bir ruh halinde olduğum için, onların çlgınlıklarına katılmayı reddederdim. Neşeli olmayı sürdürmek isterdim; benim ruh halim buydu ve bu hoş bir ruh haliydi.

Sonuç olarak kahvaltıda bir düet ortaya çıkardı. Uyumsuz bir düet. Onlar hırçın bir melodi söylerdi, bense neşeli melodimi. Sonradan hep düşündüğüm gibi, “rakip melodiler”.

Kurgusal bir örnek:

James’ın babası henüz kahvaltı etmiştir. Kız kardeşi Karen hâlâ masada yemeğini yiyordur. James mutfığa girer ve güzel bir şekilde yapılmış Fransız tostunun önünde kendini sandalyesine bırakır.

“Fransız tostundan nefret ederim.”

“Günaydın sevgilim” der babası.

“Bak, sırsıklam.”

Babası yanına gelir ve James’ın hafiften omuz silktiği bir kucak ve bir öpücük verir. “Sen benim en iyi ve en kocaman aslanımsın” der.

James tostunu yemeye başlar.

“Baba Karen bana şurubu uzatmıyor.”

Babası tekrar yanına gelip onu tekrar kucaklar ve öper. James tekrar omuz silker. “Seni kesinlikle seviyorum” der babası.

“Ah” der James, kazara hafifçe dirseğini masaya çarparak.

“Fransız tostuna bayılırım. Kesinlikle en sevdiğim şeydir. Fransız tostı kraldır” diye şarkı söyler babası belirli bir melodi olmadan.

“Baba sen koca bir ahmaksın” der James bu kez gülerек ve kahvaltının geri kalanı hoş bir şekilde geçer.

Aslında onların huysuzluklarını ve bizi kendi kâbuslarının içine çekme girişimlerini göz ardı etmeyi sürdürmeliyiz. Örneğin şunu yapmamalıyız:

“Fransız tostundan nefret ederim.”

“Oysa ben sevdiğini sanıyordum.”

“Sevmiyorum, iğrenç görünüyor.”

“Pekâlâ, sana başka bir şey yapmayacağım.”

“Ben bunu yemeyeceğim.”

Ve saire.

Bunun yerine James’ın babasının yaptığı gibi mutlu melodimizi onlarınkiyle doğrudan rekabet ederek sürdürdüğümüz durumda *gerçekten* çirkin bir ruh hali içinde değillerse genellikle kendilerininkini bırakıp bize katılacaklardır. Bu şekilde herkes kazanır.

Bu, bebek kişilikle başa çıkmanın özellikle hoş ve genel olarak başarılı bir yoludur. Gerekli olan temel şey, bunu başara-cak kadar iyi bir ruh hali içinde olmanızdır. Kesinlikle işe yarar.

Surat asma için tanımladığım tepkilere bir şekilde benze-yen bir yöntemdir bu. Bir çocuk bebek kişilik haline bürünmek ister ama anababa buna katılmayacak, bunun yerine yaşamları-nın neşeli akışını sürdürecektir, onları hırçınlığının içine çekmeye çalışan bebek kişiliğin girişimlerine bütünüyle kayıtsız kalacaktır. İşte bazı örnekler:

“Anne Erik beni itip duruyor.”

“Bir fikrim var. Hadi araba plakası oyunu oynayalım.”

“İstemiyorum. Of kes şunu Erik. Anne yine yaptı.”

Sessizlik. “Bende New York ve Virginia var.”

“Anne beni itip duruyor.”

Daha çok sessizlik. “New York, Virginia ve New Jersey. Üç etti.”

“Ama bu haksızlık! Sen önce başladın. Hey bende New York ve Connecticut var.”

Clement mutfığa gelir.

“Ama neden bir *gerbil** alamıyorum?” Milyar kere sormuş, yarım milyar kere açıklama yapılmıştı.

“Selam Clement. Bana yardımcı olmak ister misin?”

“Ama neden? Neden bir gerbil alamıyorum?”

“Kereviz doğruyorum. Ama istersen bunu sen yapabilirsin. Ne büyüklükte kestiğime bir bak. Tavuğu doldurmak için malzeme hazırlıyorum.”

“Soruma cevap vermiyorsun. Neden alamam?”

“Soğanları da henüz doğramadım. Bunu yapmak ister misin? Sana bir bıçakla doğrama tahtası vereceğim.”

“Büyük bıçağı kullanabilir miyim?”

“Anne benim için boyalarımı çıkarır mısınız?”

“Hayır, üzgünüm Evan. Gerçekten şimdi bunu yapmayı canım istemiyor.”

* Garbillinae familyasından kemiriciler takımından arka bacakları uzun olan tüylü kuyruklu ufak bir hayvan (ç.n.).

“Fakat resim yapmak istiyorum.”

“İstersen sana bir kucak verebilirim.”

“Ben kucak istemiyorum. Resim yapmak istiyorum.”

“İstersen kucağıma oturabilirsin *ve* sana sarılabilirim.”

“Peki” Evan annesinin kucağına tırmanır ve parmağını emmeye başlar.

“Anne midem hâlâ ağrıyor. Yarın okula gidebileceğimi sanmıyorum.” Midesi daima ağırır ve pazar geceleri daima bunu söyler.

“Sana bu gece ne okumamı istersin?”

“Midem ağrıyor.”

“Sanırım *Stanley and His Pet Prune*’u okumak istiyorum. Sen ne dersin?”

“Midem ağrıyor.”

“Hayır belki de *Magic Galoshes*. Onu bir süredir okumuyoruz.”

“Hayır, *Stanley and His Pet Prune*’u istiyorum.”

Aile Tartışmaları

Anababalık sanatı, çocukla ne zaman meşgul olunacağını, ne zaman geri durulacağını bilmekte yatar ve geri durmanın içten gelenden çok daha fazla yapılmasını içerir. Bütün bunlar, meselelerin yalnızca çocuğumuzla bizim aramızda olmadığı, işin içinde başka aile üyelerinin de olduğu zaman daha da karmaşık hale gelebilir. Göreceğimiz gibi temel kurallar aynı kalır, fakat aile hayatının karmaşık dokusu içinde bunu görebilmek bazen daha güçtür.

Babalar ve Anneler - Kim Sorumlu

Altı yaşındaki Elliot'ın annesi ve babası kanepede yan yana oturuyordu. Elliot eski gazeteleri kesiyordu ve artık oldukça büyük bir pislik yaratmaya başlamıştı.

“Bu kadar yeter Elliot. Bütün gazeteleri toplamanı ve makası da kaldırmanı istiyorum. Çok fazla pislik yapıyorsun” dedi babası.

“Ama gazetelerle oynamak istiyorum.”

“Elliot her şeyi hemen toplamanı istiyorum.”

“Ama ben istemiyorum. Ben pislik yapmıyorum.”

“Pislik yapıyorsun. Sana toplamanı söyledim.”

“Bu haksızlık. Ben pislik yapmıyorum. Yapmıyorum.”

“Elliot beni duydun. Bela arıyorsun.”

“Ama bu haksızlık.”

“Of Allah aşkına Rusty. Bırak gazetelerle oynasın. Hiç kimseye zararı yok. Şimdi ne kadar üzüldü” dedi annesi gözünün önünde yaşanan sahne yüzünden kızgın bir şekilde.

“Sen buna karışma Angie. Sürekli Elliot’ın yanında bana karşı çıkıyorsun. Huysuzluk yaptığı zaman koşarak gelip onun tarafını tutacağını biliyor.”

“Bu doğru değil Rusty. Yalnızca ondan çok mantıksız taleplerde bulunuyorsun. Sonra da böyle kavga ediyorsunuz. Sizi dinlemek zorunda kalmak çok korkunç.”

“İyi, peki. Beni dinlemek zorunda kalmayacaksın. Sen kazandın Elliot. Annen seni yine kurtardı” dedi ve odadan fırtına gibi çıktı.

İki kişinin birlikte anababalık yapmasında temel kural şudur:

Eğer anne veya babadan biri sınır koyma işiyle ilgileniyorsa, diğeri bunun dışında kalmalıdır.

İkinci ebeveyn ilk ebeveynin yaptığıнын kesinlikle yanlış olduğunu düşünse dahi ortada bir zarar verme riski yoksa olaya müdahale etmemelidir. Sadece davet edildiğiniz zaman araya girin.

“Bununla sen uğraşır mısın Angie?” Angie kabul ederse sorunlu o olacaktır.

Fakat anababa asla çocuğun davetiyle işe karışmamalıdır:

“Anne oynamayı sürdürebilirim değil mi? Hiçbir şeye zarar vermiyorum değil mi?”

“Bak bana soruyor Rusty ve bence bir sakıncası yok.”

Elliot’ın ricasıyla Angie’nin müdahalesi yalnızca babasının otoritesini zayıflatacaktır. Angie’nin Elliot’ın ricasına tek yanıtı şu olmalıdır:

“Hayır. Baban ‘Hayır’ diyor. İşte bu kadar.”

Veya belki de, “Bu babanla senin aranda”.

Anne ve baba birbirini desteklemelidir.

Ve Angie idareyi ele alması için davet edilmedikçe, sonucuna aldırmadan sahnenin kendi katılımı olmaksızın oynanmasına izin vermelidir.

“Bana bağıryorsun. Her zaman bütün yaptığın bu.”

“Senden bıktım Elliot.”

Bu sahne ne kadar berbat şekilde biterse bitsin Angie müdahale etmiş ve kocasına karşı çıkmış olsaydı bu davranışı net bir şekilde Elliot’a “Nihai otorite baban değil, benim” demiş olacaktı.

Bu derhal birkaç gerçek sorun yaratır. Şöyle ki:

1. Anababa arasında anlaşmazlık.

“Ben Elliot’la ilgilenirken sen neden işin dışında kalmıyorsun. O benim de çocuğum, biliyorsun.”

“Ona her zaman böyle mantıksız davranmasaydın kalırdım.”

2. Müdahale edilen anne ya da babanın çocuğa karşı kaçınılmaz gücenişi.

“Hep ona koşuyor. Tabii o da onun tarafını tutuyor.”

3. Ebeveynlerden birinin saf dışı edilmesi.

“Babamla isimi halletmek zorunda değilim. Onunla benim aramda hoşlanmadığım bir şey olursa anneme gidebilirim.”

Angie rutin bir şekilde Rusty’nin otoritesini zayıflattığı zaman, Rusty ile oğlu arasındaki ilişki kendiliğinden olarak zarar görür. Dışarıdan bir müdahale olmadığında Rusty ve Elliot ilişkilerinin kaderini kendi başlarına çizme konusunda özgürdür. Rusty aralarında olan bitenden başka bir şey için Elliot’a dış bilemeyecektir. İlişkinin en azından daha iyiye veya daha kötüye giderek gelişme şansı vardır. Fakat bu ancak Elliot ve babasının ilişkilerin başkası engellemeden sınayabilecekleri noktada olabilir.

Belki bundan en çok Elliot fayda görecektir. Birçok baba ve oğlu için zor bir arena olan baba-oğul ilişkilerinde gücü kendinden almayı öğrenmek zorunda kalacaktır ve babası gerçekten taciz etmediği sürece, hayatta kalacaktır. Elliot babasından hoşlanmaya başlayabilir ve onunla ilişkisi yaşamının başlıca ilişkilerinden biri olabilir. Fakat babasından hoşlanmamaya da başlayabilir ve hoş olmayan bir babadan hoşlanmamak mutlaka kötü değildir.

İlişkinin nihai kaderini bir yana bırakırsak, Elliot baba ve oğula ait bu özel alanda tamamen kendi gücüyle idare ettiğini hissedecek ve kendine saygı duyacaktır.

“Babamla başa çıkabilirim. Onunla olabilir, bana fırlattığı ne olursa olsun karşılayabilir ve diğer uçtan hâlâ kendim olarak çıkabilirim. Bazen kendimi kötü hissetmeme neden olabilir, ama bununla başa çıkabilirim. Ben güçlüyüm.”

Fiziksel taciz söz konusu olduğu zaman, diğer ebeveyn çoğu korumak için müdahale etmelidir. Böyle bir müdahale çocukla taciz eden ebeveyn arasındaki ilişkiyi kötü bir kadere mahkûm ediyorsa da, varsın olsun. Fakat tacizin yalnızca sert sözler olarak ortaya çıktığı durumlarda, diğer ebeveynin çocu-

ğün hayrı için müdahalesine duyulan gereksinim o kadar net değildir. Sözel taciz zarar verebilir fakat çocukların neyle başa çıkabileceklerini, neyle çıkamayacaklarını bilmek zordur. Bu yüzden de müdahale edip etmeyeceğinizi anlamak güçtür. Artı, her iki kararın da riskleri vardır: Çocuğa zarar vermek ve sözel olarak tacizde bulunan ebeveynle ilişkilerine zarar vermek.

Fakat bir anne ya da baba doğrudan müdahale etmemeyi seçse de, yine yararı dokunabilir.

“Seni küçük salak. Sende hiç akıl yok mu?” der annesi Isabel’e.

“Baba ben salak mıyım? Annem bana hep salak diyor.”

“Hayır salak değilsin. Annen kızgın olduğu için böyle söylüyor, ama sen salak değilsin.”

Yalnızca bu birkaç kelime özsaygıyı tamir etmekte çok iş görebilir. Çocuğa sözel olarak tacizde bulunan ebeveyn doğrudan bir müdahale olmaksızın önemli bir destek verilmiştir.

“Ben salak değilim. Yalnızca o benim salak olduğumu *söylüyor*. Benim salak olduğumu söylediği için asıl o salak.”

Bu acının çoğunu alabilir.

Anne ya da Babadan Birini Diğerine Karşı Kullanma

“Ama babam dışarıya gitmek zorunda olmadığımı söyledi” der Quinland annesine. Yalan söylüyordur, ama o sırada babası bir işle meşguldür ve doğrulamak için orada yoktur.

Çocuklar işlerin istedikleri gibi gitmesini sağlamak için anababalarını şeytani yollarla kullandıkları zaman, normal çocuklar gibi davranmaktadırlar. Çocukların yaptıkları budur ancak anababaların endişe duymasına gerek yoktur; çünkü bu kurnazlığa verilecek oldukça basit ve etkili bir yanıt vardır.

1. Eğer doğruluğunu araştırmanız için eşiniz orada bulunmuyorsa, bu durumda çocuğunuz size mahkûmdur.

“Üzgünüm Quinlan ama baban burada değil ve ben dışarı gitmeni istiyorum.”

“Ama bu haksızlık. Babam gitmek zorunda olmadığını söyledi. O gelene kadar bekle. Bu haksızlık.”

“Üzgünüm, ben buradayım ve dışarı gitmeni istiyorum.”

“Hayır, bu haksızlık.”

“Dışarı! Şimdi Quinlan!”

2. Eşiniz oradaysa doğru olup olmadığını sorun.

“Quinlan’ın dışarı gitmek zorunda olmadığını söyledin mi?”

“Evet, biraz çamurlu da.”

Bu noktada ikinci ebeveynin kendini geri çekme seçeneği vardır.

“Tamam Quinlan. Sanırım dışarı çıkmak zorunda değilsin.”

“Harika. Sen harika bir annesin.”

Veya aynı fikirde olmama.

“Hayır, dışarı çıkması gerektiğini düşünüyorum. Aksi takdirde bütün gün evde oturup televizyon seyredecek.”

Bu durumda anababa kısa bir müzakerede bulunabilir. Anababaya ait karar verme kurallarına müracaat ettikleri ve ne yönde olursa olsun çabuk karar verdikleri sürece vardıkları kararın ne olduğu önemli değildir:

“Hayır, sanırım annen haklı. Dışarı çıkmalısın.”

“Hayır baba. Hayır. Ona teslim olma. Kendi görüşünü savun. Sen haklısın. Dışarısı çamurlu.”

“Dışarı Quinlan.”

“İkinizden de nefret ediyorum. Öhö. Öhö. Sanırım üşütmüşüm. Eminim daha kötü hastalanacağım.”

3. Eğer bir çocuk çevirdiği dolap anlaşılmadan yakayı sıyıırırsa ve sonradan durum anlaşırsa onu kurnazlığıyla yüzleştirin.

“Baban içerde kalabileceğini söylememiş. Yalan söyledin Quinlan ve ben bundan hoşlanmıyorum.”

“Yalan söylemedim. Öyle dedi. Hatırlamıyor.”

“Böyle sinsi olmadan hoşlanmıyorum.”

Quinlan için bu yüzleşmenin ana fikri annesinin ve babasının iletişim içinde olmasıdır. Kurnazlığın başarısının bir sınırı olduğunu görür. Onun sinsiliğini, dürüst olmayışını, yalan söylemesini büyük bir mesele haline getirmeliler mi? Hayır. Fakat bu birazdan bütünüyle ele alacağım önemli bir konudur. Yukarıda tanımlanan türde bir kurnazlık konusunda anababanın yapması gereken mümkün olduğunca bunun dışında kalmaktır. Ya arada bir sinsilik başarıya ulaşır ve Quinlan’ın kurnazlığı ödüllendirilse ne olur?

Anababanın Tartışmaları

Peki ya anababa arasındaki tartışmalar? Onların tartışması, hatta sadece tartışıyor olmaları fikri bile çocuklar için kötü olmaz mı? Belki ama muhtemelen olmaz. Anababanın tartışması insanın çocukluğunun kaçınılmaz bir parçasıdır ve bu tartışmalar çok gürültülü olsa bile aşağıdakiler gerçekleşmediği sürece kötü değildir:

1. Bu tartışmalar şiddete dönüşmezse.
2. Ayrılmaya veya anne ya da babanın evden taşınmasına yol açmazsa.
3. Sürekli değilse.
4. Aşırı derecede küçültücü değilse -bir ebeveynin diğerini küçültmesi gibi.
5. Çocukları katılımcı veya uzlaştırmacı olarak işin içine katmıyorsa.

“Anne, anne kavga etmeyi kesin lütfen. Boşanmayın. Lütfen kavga etmeyin” diye hıçkırır küçük Jenny ve anababası kavgalarının onu ne kadar altüst ettiğini görüp tartışmayı keserler.

Yukarıdaki sahne doğru değildir. Anababa kavga ettiği zaman çocuklar kendilerini güçsüz hisseder. Olan biteni etkileyemez veya durduramazlar. Bunun onların ötesinde, onların üzerinde, kendilerinin giremediği büyük yetişkin dünyasındaki bir düzeyde oluştuğunu hissetmeleri gerekir. Bebek kişilik için hayli çekici bir besin olsa da (beslemeyen bir besin), yetişkinlerin dünyasına girmek sonuçta korkutucudur da. Onların yetişkinlerin dünyasına girmelerine izin verildiği zaman, başa çıkabileceklerinin çok ötesindeki sorumluluklarla karşı karşıya kalırlar. Fakat söylediklerinin ve yaptıklarının anababayı derinden etkileyemediğini veya değiştiremediğini bildikleri zaman kendilerini zaten oldukları gibi çocuk hissedebilirler.

“Çık buradan Jenny. Bu annenle benim aramda.”

“Ama çok korkuyorum. Kavga etmenizden nefret ediyorum. Çok korkuyorum.”

“Güle güle Jenny.”

Jenny dışarıya çıkıp anababasının kavgası süresince dışarıda yalnız beklemelidir. O hayatta kalacaktır. Güvendedir ve herhangi ciddi bir şey olması durumunda anababası oradadır.

Anababa yukarıda önerdiğim sınırlar içinde tartışırsa, tartışmaları çocukları tarafından belki gürültülü ve nahoş olarak görülecek ama özellikle kendileriyle ilgili bir şey olarak görülmeyecektir. Anababa belirli sınırlar içinde tartışabilir; çocuklar anababanın tartışabileceğini ve korkunç hiçbir şeyin olmayacağını öğrenirler. İnsanlar kavga edebilir, bu bittiği zaman her şey normale döner. Çocuklar için anababalarının kavgası gerçekten büyük bir mesele olmayabilir.

Keşke kavgayı bitirseler de televizyon odasına geri dönebilsem.

“Affedersiniz. Affedersiniz.”

“Ne var Jenny?”

“Siz ikiniz lütfen mutfakta kavga edebilir misiniz?”

Kardeş Kavgaları

Kanepede kimin daha fazla yer kapladığıyla ilgili bir kavga patlak verdiğinde, dokuz yaşındaki Donald'la yedi yaşındaki Daniel oturma odasında televizyon seyrediyordu. Az sonra Daniel peşinde ağabeyi olduğu halde ağlayarak odadan çıktı. Daniel doğrudan babasına koştu.

“Donald kanepede oturmama izin vermiyor, bana vurup duruyor. Kolumu gerçekten çok sert bükte ve sanırım kırıldı.”

“Danny çok yalancı. O beni tekmeleyip durdu. Ben hiçbir şey yapmıyordum.”

“Tekmelemedim. Yalan söyleyen Donald.”

“Sana bir vuracağım Danny.”

“Bak baba, bak.”

Mükemmel bir baba bu noktada şöyle söyler:

“Sakin olun çocuklar. Şimdi her birinizin bana neler olup bittiğini anlatmanızı istiyorum. Her biriniz sırayla, söz kesmek yok. Donald ilk olarak sen anlat.”

Sonra baba iki tarafı da sessizce dinler, her çocuğu tam olarak işitir. Söylediklerini düşündükten sonra, ikisi için de adil görünen ancak, ikisinin de biraz ödün vermesini gerektirecek bir çözüm önerir. Bu prosedürle baba çocukların dinlemeyi öğrenmelerine ve günlük sorunlarla adil ve mantıklı bir tarzda başa çıkmalarına yardımcı olur. Yalnızca o anki meseleye bir çözüm sunmakla kalmaz, aynı zamanda gelecekteki sorunları çözmek için de bir model oluşturur.

Her iki oğlan da ihtiyaçlarının karşılandığını, dinlenildiklerini ve bütünüyle hoşlanmasalar da babalarının çözümüyle yaşayabileceklerini hissederek televizyon izlemeye geri dönerler.

Bu küçük hikâye kuşkusuz yalnızca Protus Alfa Yıldız Sisteminde Trilgon III gezegenindeki Phalniler (90 cm. boyunda-

ki yabanarısına benzer yaratıklar) arasında geçebilir. Bilinen evrenin başka hiçbir yerinde gerçek olamaz.

Kızkardeşlerim ve Ben

Virginia'daki Shenandoah araba yolunda ailemle yaptığımız bir araba yolculuğunu hatırlıyorum. 300 mil boyunca manzarayı karartan yoğun sis içinde yolculuk yaptık. Bu 300 mil boyunca hiç dinlenme molası olmadığını da hatırlıyorum! (Bu mümkün mü?) Orada olan herkes hemfikirdi ki, hepimizin katkısıyla yeryüzündeki cehennem hayata geçişi gerçekleşmişti. Bununla birlikte, olanlar iki kızkardeşim Marry ve Ellen ile benim aramda her gün yaşananlardan çok daha kötü değildi. Çekişmeler, tartışmalar, bağırımlar, suçlama ve savunmalar ve rezilce haylazlıklar gerekli ve normaldi. Ellen ve ben çok fazla savaştık, ama bu yalnızca ailenin bebeği Mary ile çok fazla meşgul olduğumuzdandı. Mary'nin üçlü avantajı vardı: Yaşı daha küçüktü, fiziksel olarak daha küçük ve incedi ve kolaylıkla ağlayabiliyordu. Birçok yetişkin kardeş gibi, üçümüz şimdi oldukça yakın ve ilişkimizde kavga gürtültü yok.

Çocukken üçümüzün arasında geçen kavgalardan bahsediyorum; çünkü bu tür kavgalar benim çocuklarımın arasında da söz konusu olmaya yüz tuttuğunda, bana bunun önünü kesecek bir plan düşünme ve buna bağlı kalma konusundaki güçlü kararlılığı veren şey, zeki ve ilgili anababamızın tüm çabalarına rağmen kardeşlerimle giriştiğim korkunç ve bitmek bilmeyen çekişmeler oldu. Karım Mary Alice ve ben, anababamın yaptıklarının tam tersini yapmalıydık.

Bizim Yaptığımız

Ortaya çıkardığımız plan -ve başlangıçtan itibaren bu planı izledik- şöyleydi: Nick veya Margaret gerçek bir zarar görme tehlikesi içinde olmadığı sürece hiçbir tarafa müdahalede bulunmayacaktık. Bir tartışmadan dolayı bize geldikleri zaman *asla* dinlemeyecektik. Özellikle dinlememe konusunda çok katıydık.

“Bu konuda hiçbir şey duymak istemiyorum.”

Müdahale ettiğimiz zaman durumları ne olursa olsun her ikisinin de başı belada demektir. Müdahale yalnızca bir çocuğun diğerini yaralayabileceği durumlarda yapıyordu. “Hayır, onun gözünü oyamazsın.” Bu iyi bir mesajdı. Müdahale edilebilecek kadar kötü ve riskli olan *tek* suç diğerine zarar vermektir.

Fakat bu müdahaleler yaralanmayı önlemek içindi, acıyı değil.

“Nicky bana vurdu.”

“Bu konuda bir şey duymak istemiyorum.”

Yaralanma riskinin söz konusu olduğu zamanlarda kavgayı kimin başlattığı kesinlikle önemli değildir.

“Margaret’in gözüne vuramazsın.”

“Ama o beni tekmeledi ve beyzbol kartlarımı karıştırdı.”

“Margaret’in gözüne vuramazsın.”

Onların kavgası bizi çok rahatsız ettiği zaman da müdahalede bulunuluyordu. Bu durumda sonuçlarına her ikisi de katlanmak zorunda kalıyordu; bu da genellikle bağırılmak ve kavgayı kesmeyi başaramadıkları zaman ayrı ayrı yerlere uzaklaştırılmak anlamına geliyordu. Yine kimin hatalı olduğunu hiç önemsemiyorduk ve bize karşı davalarını savunmaya çalıştıklarında da kesinlikle dinlemiyorduk.

Hatta benim bir kuralım vardı (Mary Alice’in benzer bir kuralı olup olmadığından emin değilim). Biri diğerini şikâyet ettiğinde (“Nicky sütünü lavaboya döktü”) işlenen suç normal olarak Nicky’ye bağırma gerektirir bile hiçbir şey yapmazdım. Kaynağına bakarak bu bilgiyi kabul olunmayacak şahitlik olarak kabul ederdim.

Daha sonra başka bir kuralım daha oldu: Biri diğerini şikâyet ettiği zaman *şikâyet edilen* beş sent alıyordu. Bundan hoşlandığım ve bu yüzden Nick ve Margaret’a uyguladığımı söyleme-

nin ötesinde bu kuralı savunmayacağım veya önermeyeceğim; çünkü ben de bunu bir ya da iki kez uyguladım.

Zamanla Nick ve Margaret bize kavgayı kimin başlattığını, kimin hatası olduğunu anlatmaya çalışmaktan vazgeçtiler; çünkü kendilerini *asla* dinletememişlerdi. Aslında Nick ve Margaret da diğer çocuklar kadar kavga etmiştir. Onlarda olmayan sürekli çekişme ve bizi sürekli olarak kavgalarının içine çekmeydi -kimin hatasıymış, biz nasıl adil değilmışiz, nasıl daima birinin tarafını tutuyormuşuz gibi. Nick ve Margaret'ın çocuklukları boyunca Mary Alice ve ben bu tür çekişmelere katlanmak zorunda kalmadık ve bu büyük bir fark yarattı. Onların ikisiyle birlikte olmak hep eğlenceliydi.

Kardeş Kavgaları Hakkındaki Gerçek

Kardeş kavgalarıyla ilgili gerçek şudur: Kişi çocuğunu bu tür sorunlarını kendi kendine çözmesi konusunda ya da çözüm için anne ya da babasına güvenmemesi konusunda eğitebilir. Anababalar tartışmaları çözüme ulaştıranlar konumuna geldiğinde, tartışmaların nadiren çözüme ulaştığını keşfederler. Bunun yerine, kendilerini bitmek bilmeyen hadiselerin içinde bulurlar; sağlıklı ve tatminkâr çözümler ise olağandışı istisnalardır. Çocukların öğreneceği tek şey, savunma ve suçlamada uzmanlaşmaktır.

Kardeş kavgaları sorununun bir çözümü *vardır*; ama bu, kavgaların sıklığını ve yoğunluğunu azaltsa da tamamen ortadan kaldıracak bir çözüm değildir. Fakat anababaların yıpranmasını büyük ölçüde azaltır ve kardeşler arasındaki duyguları bariz şekilde iyiye doğru değiştirir.

Kardeş Kavgaları İçin Kurallar

Kurallar şöyledir:

Birinin gerçekten zarar görme riski olmadığı zamanlarda anne ya da baba hiçbir taraf lehine müdahalede bulunmamalıdır -asla.

Anne ya da baba taraf tutmayacağı için anlaşmazlıklarda yargıç olarak da rol almamalıdır -asla.

En önemlisi, anababa yargıç olarak rol almayacağı için çocuklar bir tartışmanın kızgınlığı içinde çelişkili hikâyelerle koşarak geldiğinde dinlememelidir -asla.

“James legolarla yaptığım kaleyi parçaladı. Onu yapmak için iki saat harcamıştım.”

“Parçalamadım. Carly beni çimdikliyordu, hem de tam acıyan dirseğimin oradan.”

“Bunları dinlemek istemiyorum.”

“Ama dirseğim çok kötü acıyor.”

“Onun dirseğine dokunmadım.”

“Bunları dinlemek istemiyorum.”

Bu Onların Tercih

Yukarıdaki uygulamanın sonucu, çocukların sorunlarını kendi başlarına çözmesini sağlamasıdır. Eğer çözemezlerse anababa müdahale etmelidir; ama bu durumda işin içinde olan herkes kaybedecektir.

“Kavga etmeden televizyon izleyemiyor musunuz? O halde hiç kimse televizyon izlemeyecek.”

Bir seçenekleri vardır. Bir yolunu bulup işleri çözmek ya da anababanın öfkesinin ve sonuçlarının riskini almak. Bu strateji, yükü çocukların üzerine atar. Bir yolunu bulup meselelerin kontrolden çıkmasına engel olmaları gerekir, yoksa acısını herkes çekecektir. “Sorunu çözemezsek annemle babama gideriz” seçeneğini bertaraf eder. Anababa aradan çekildiğinde çocuklar kendi meselelerini çözer. Bütünüyle başarılı olamasalar da birbirlerini hangi sınırların ötesine zorlamamaları gerektiğini öğrenirler. Çoğu zaman yine de kontrolden çıkarlar ve anababa müdahale etmek zorunda kalır. Fakat müdahale kurallarına uyulması durumunda bu daha az olacaktır.

Politikamızın doğru olup olmadığını denemenin fırsatlarından biri, cumartesi sabahı izlenen çizgi filmlerle oldu. O zamanlar bir tane televizyonumuz vardı ve Nick ile Margaret o değişmez kurala uyar, aynı programı izlemeyi hiç istemezlerdi. Fakat bizim işin içine girip paylaşım için adil bir program yapmamızdansa (ki bunu yapan anababalara hiçbir itirazım yok) onların bunu kendi başlarına çözmelerini seçtik. Tek kural şuydu: Bizi rahatsız edecek kadar kavga gürültü olursa televizyon olmayacaktı. Nasıl çözdüklerini bilmiyorum. Bütün bildiğim, hatırlayamadığım nadir istisnalar dışında bir çözüm bulduklarıydı; çünkü her cumartesi televizyonu birlikte izliyorlardı. Kavga oluyorduydu da ben bundan habersizdim.

Kardeş Rekabeti

Yukarıdaki uygulamanın belki de en önemli sonucu, kardeşler arasındaki duygular üzerinde oluşturduğu etkidir. Kardeş kavgaları anababayı yargıç ve jüri rollerine çekerse aralarındaki ilişkinin bütün doğası değişir. Değişimin doğası çok basittir. Diyelim ki bir kız ve erkek kardeş arasında televizyon programını kimin seçeceği konusunda bir tartışma var. Anababa bu tartışmaya katılmadığı ve tartışma gürültü ve şiddet sınırları içinde kaldığı zaman olabilecek en kötü şey, bir çocuğun istediği programı seyredememesidir. Ancak anababa hakem olarak işe karışır her şey değişir. Artık hangi programının izleneceği tartışmasına anababanın kimin tarafını tutacağı sorusu eklenmiştir.

Sorun, anababalarının kimin tarafını tutacağının çocuklar için çok güçlü bir mesele olmasıdır. Sade ve basit olarak, bebek kişilik için direkt bir besin çağrısıdır. Aslında bu çağrı öyle güçlüdür ki asıl konu olan istenen programın izlenmesi ona kıyasla sönük kalır. O zaman kardeşler arasındaki çatışma kendi arenasını bırakıp anababalarını kendi yanlarına çekmek için savaşımlara dönüşür. Bebek kişiliğin istekleri öylesine güçlüdür ki, kardeşlerarası tartışmayı yerle bir eder. Geriye kalan yalnızca bir sonrakı avını arayan iki doymak bilmez bebek kişiliktir. Düello eden bebek kişilikler.

“Hiç de öyle yapmadım anne. Yalan söylüyor.”

“Yaptı anne, onu aldı. Yalan söyleyen o.”

Bunun başka yolu yoktur: Anababanın taraf tutması, kardeşler arasındaki günlük alışverişlere, çok güçlü bir konu olan anababanın himayesini kazanmayı enjekte eder. Artık belirli bir televizyon programını kimin seyredeceği üzerine kapışmıyorlardır, bunlar küçük meselelerdir. Şimdi anababalarının desteği için savaşıyorlardır. Bu onlar için gerçekten çok önemlidir. Meselenin özü şu ki, kardeşler arasındaki mevcut gerçek kötü niyetin büyük kısmı, sürekli olarak anababalarının kayırması için birbirleriyle kapışmalarının direkt bir ürünüdür.

Çocuklukları süresince şiddetli biçimde kavga eden ve hatta birbirlerinden samimi olarak nefret eden (ya da en azından o anda hissedebildikleri tek duygu budur) çocukların, anababalarının evinden ayrıldıktan sonra artık uğruna rekabet edecekleri bir anababa olmadığı için birden çok iyi anlaşmaya başladıklarını hayretle keşfetmeleri çok yaygın bir fenomendir. Bütün çocuklukları boyunca rekabet çok yoğun olmuş olsa bile.

Kardeş Kavgası ve Bebek Kişilik

Anababasından mümkün olduğunca çok ve yoğun ilgi görme arayışı süregelen bebek kişiliğın önemli ve özellikle başarılı araçlarından biri, kardeş kavgalarını teşvik etmektir. Bebek kişilik bu amaca hizmet için son derece kurnaz ve tezcanlıdır.

Canı sıkılan Delbert bir Mega Man III'e duyduğu sürekli ihtiyaç için annesine sızlanmaya başlamıştı; fakat asıl umudu uzun soluklu bir huysuzlukla annesini meşgul edebilmektir.

“Ama bir Mega Man III'e ihtiyacım var. Bana bir tane almıyorsunuz.”

“Hayır Delbert, bu konuda canımı sıkıp durma.”

Ve annesine yönelik bu belirli provokasyon gıdasının işe yaramadığını hisseden Delbert'ın bebek kişiliği derhal gidip kendi başına sessizce oynayan erkek kardeşinin canını sıkmaya başladı. "Anne Delbert kâğıdımı yırttı."

"Yırtmadım. D.J. fosforlu kalemini kullanmama izin vermiyor."

"Delbert D.J.'yi yalnız bırak."

Delbert'ın bebek kişiliği olası bir galibiyet sezinler.

"Ama fosforlu kalemini paylaşmıyor anne, bu haksızlık."

"Çabuk onu rahat bırak."

"Ama anne... Hiçbir şeyini paylaşmıyor."

"Paylaşıyorum" diye araya girer D.J. Delbert'ın bebek kişiliğinin sevinç çığlıkları arasında kargaşaya katılarak.

"Hayır anne D.J. yalan söylüyor, asla bir şeyini paylaşmaz o."

"Siz ikiniz paylaşmayı öğrenmek zorundasınız."

Kardeş kavgaları ve adil olma (daha önce tartışıldığı gibi bebek kişiliğin cephaneliğindeki en kıymetli kalemlerden biri) alanında bebek kişilik doruğa yükselir.

James ve Jeanine'nin babası bir paket M&M şekerlemesini eşit olarak pay etmişti. Çocukların her biri otuz altı tane almış ve babaları da kalan bir taneyi yemişti.

"Bu haksızlık. James sarılardan daha çok aldı."

O anda Jeanine'le röportaj yapıyor olsaydık ve "James'in sarılardan iki tane fazla almasına gerçekten çok fazla önem veriyor musun?" diye sorsaydık "Evet" diyecekti kabına sığmaz bir öfkeyle kızarak, "Bu haksızlık". Ve yalan makinemiz onun doğruyu söylediğini gösterecekti. Bununla birlikte M&M'lerin paylaşılma anından önce sarıları tercih ettiğini bilmiyordu bile.

Gerçekte, samimi olarak adil olmaya çalışan anababalar çok sık olarak kendilerini sonuçta hiçbir şeyin çözülmediği ve herkesin kızgın olduğu kardeş davalarının bataklığında gittikçe

daha derine çekilirken bulurlar. Piknikte mükemmel yiyeceklerin keyfini beraber çıkaran bebek kişilikler bunun dışındadır.

Kendi başlarına bırakıldıklarında çocuklar çoğu zaman meseleleri kendi başlarına çözümlerler. Fakat çözümlerinin temeli çoğunlukla adaletten çok “neyle yetinebilirim”dir. Bu çözümler her zaman bizim seçeceğimiz çözümler olmaz; ama çocukları gerçek hayata hazırlayacak fedakârlıklar ve kurallar içerirler.

“Aslında Kevin’a geri zekâlı diyebildiğim sürece beni yumruklamasına aldırmiyorum.”

“Sarah’ya vurabildiğim ve gerçekten hoşlandığım bir şeyi berbat ettiği zaman onu ağılatabildiğim sürece elbiselerimi bana sormadan almasına ve onları bazen kötü kullanmasına aldırmiyorum.”

“Evet, Sherri bazen beni döver; ama ben de onun kıyafetlerini giyebiliyorum.”

Adaletin katı kurallarının dünyada yeri vardır, ama çoğunlukla başka yerlerde öğrenilirler.

Koca Kabadayılar, Küçük Kurbanlar

Kardeşler meseleleri kendi başlarına halletmeye terk edildiği zaman fizik ve yaş olarak büyük olan istisnasız olarak küçük olana zorbaca davranmaz mı ve bunun daha küçük olan üzerinde kötü bir etkisi olmaz mı?

Bu, burada savunulan kardeş kavgalarıyla başa çıkma sistemiyle ilgili en temel ve en geçerli endişedir.

Dokuz yaşındaki Isaiah, yedi yaşındaki erkek kardeşi Joshua’dan çok daha iri ve güçlüdür. Isaiah’nın küçük kardeşini yaralama riski olabileceği veya çok fazla gürültü yaptıkları zamanlar haricinde anababaları hiç müdahalede bulunmuyorsa, Isaiah’yı sürekli Joshua’ya zorbalık yapmaktan ne alıkoyabilir?

“İkinize de söylüyorum, bu kadar yeter.”

“Ama Isaiah beni dövüyor.”

“Şunu kesin diyorum yoksa odalarınıza gidirsiniz.”

Eğer mesele buysa, neden İsaiah canı istediği her zaman Joshua'ya vurmuyor, kardeşine sürekli zalimlik yapmıyor, Joshua'nın nesini isterse izin almadan kullanmıyor ve her defasında fiziksel olarak gözünü korkutarak Joshua'ya söylediklerini yaptırmıyor? Yanıt basit: Kardeşler arasındaki bu savaşta anababanın taraf tutması ihtimali yoksa, birbirlerinden hoşlanmamak için hiçbir köklü nedenleri olmayacaktır. Kavgaya edecekler, birbirlerini rahatsız edecekler, birbirlerinin işlerine burunlarını sokacaklar; ama ilişkilerinde sevgiye de, olgun yanlarına da, gerçek adalet ve saygı duygularına da yer olacaktır.

Zaman zaman İsaiah Joshua'ya kabadayılık yapacak, kişisel sıkıntılarının acısını kardeşini döverek çıkaracaktır. Zaman zaman kendi üstünlüğünü ve kuvvetini küçük kardeşine gözdağı vermek için kullanacaktır. Fakat eğer Joshua asla ağlayarak anababasına koşup “İsaiah bana vurdu” demez ve anne ya da babası İsaiah'ı azarlamazsa (“Kaç kere söylemek zorundayım? Joshua'yla uğraşmayı kes!”); eğer Joshua şikâyet ettiği zaman şikâyeti duymazlıktan gelinirse; eğer İsaiah ve Joshua kontrolden çıkan bir kavgaya tutuştuğu ve İsaiah'nın kesinlikle üstün geldiği fakat kardeşini yaralamadığı zaman hata veya suçlama peşinde olmayan anababa tarafından eşit derecede azarlanırlarsa; eğer bütün bunlar uygulanırsa büyük kardeşin küçüğünden hoşlanmasının ve bazı zamanlar olgun şekilde davranmasının önündeki en büyük engel kalkmış olacaktır. İsaiah küçük kardeşinin yalnızca daha küçük ve daha zayıf olduğu için anababasını kendi yanına çekemeyeceğine ikna olduğunda İsaiah'nın Joshua'dan hoşlanmasının ve zaman zaman ona karşı olgun davranmasının yolu açılır.

İsaiah istediği zaman daha iri cüssesini küçük kardeşine karşı üstünlük olarak kullanabileceğini anlayacak ve kendini iyi hissedecektir. Zaten İsaiah Joshua'dan *daha* büyük, *daha* cüsseli ve *daha* güçlüdür. Neden kendisini bu yüzden iyi hissetmeyecekmiş ki? İsaiah'nın kendini Joshua'dan daha güçlü hissetmesine izin verildiği için canı istediğinde kardeşine karşı yardımsever davranmakta da özgürdür.

Isaiah Joshua'ya kabadayılık yapacak ama aynı zamanda Joshua'dan hoşlanacaktır da. Hakkı yenen bebek kişilik meseleleri yoktur orada ve kabadayılık küçük kardeşine duyduğu sevgi ve zaman zaman ön plana çıkabilen olgun kişiliğin müdahalesiyle kontrol altına alınacak; ancak durdurulmayacaktır. Gerçek hayatta bu sahiden de bu şekilde işler.

Peki ya Joshua? O bir kurban değil mi? Bundan dolayı acı çekmeyecek mi? Zarar görmeyecek mi?

Pek değil. Joshua bütünüyle savunmasız olmayacaktır. O da kendine göre fırsatlar yakalayacaktır. Eğer çoğu küçük kardeş gibiyse, Isaiah'yı sinirlendirecek ve kızdıracak yolları keşfedecektir. Yumruklanma riski olsa da zaman zaman bunu yapacaktır. Büyük ihtimalle en azından koşup arkasına saklanabileceği anne ya da babanın yakınlarda olduğu zamanları tercih edecektir.

Yine de zaman zaman Joshua'ya gerçekten intikam için başvurabileceği hiçbir imkân olmadan kabadayılık edilecektir. Ara sıra ağabeyinin merhametine sığınacaktır. Zorbalık yapılması eğlenceli değildir. Joshua'nın ağabeyine çaresizce gücendiği ve daha küçük ve zayıf olduğu gerçeğine esef ettiği zamanlar olacaktır; ama Isaiah'nın Joshua'ya zorbalık etme gücü sınırlıdır. Anne babası Joshua'yı ciddi zararlardan korumak için müdahale edecektir. Kendine hakim olma ve saygı gibi büyük derslerin verildiği kaynak olan gerçek güç, kuşkusuz annebabalarının elindedir.

Joshua kocaman ağabeyine nazaran kendini daha az güçlü hissetse de, anne babası tarafından birazcık olsun daha az sevildiğini ve daha az kayırıldığını hissetmeyecektir. Anne babası tarafından sevildiğini hissetmesi, Joshua'ya her şeyden çok özdeğer duygusu verecektir. Özellikle durmadan uğraşıldığı zamanlar Joshua Isaiah'tan daha küçük olmaktan nefret edebilir; fakat aynı zamanda anababalarının gözünde Isaiah'la kendinin eşit boyda olduklarını da hissedecektir. Her ikisi de değerlidir ve sevilmektedir.

Fakat Joshua için ona zorbalık yapılmasının ciddi bir sorun olmamasının temel nedeni insan doğasının bir gerçeğinde, ana-babaların sürekli gözlemlendiği bir olguda yatar. Küçüklerde abla ve ağabeylerine tapma, onları çok sevmeye eğilimi vardır. Küçükler kendileriyle uğraşılmasından samimi olarak nefret eder ve samimi olarak ıstırap çekerler; fakat bu, yine de onları abla ve ağabeylerini sevmekten alıkoymaz, nahoş hadise sona erermez büyük kardeşlerine hemen yaklaşımdan vazgeçirmez. Bu özellikle büyük kardeşin iyi olduğu ve küçük kardeşinden hoşlandığı zamanlarda geçerlidir. Büyük kardeşin küçüğüne karşı "Joshua küçük olduğu için daima annemi kendi tarafına çekiyor" türünde derin kederleri yoksa, bu neredeyse her zaman oluşur.

Çoğu anababa, yakın geçmişte hırpalanıp alay edilerek kalp kırıklığı içinde ümitsizliğe düşmüş küçük kardeşin ne kadar hızla iyileşip yeniden ilişki kurmaya çalıştığına şahit olmuştur.

"İsaiah, benimle bir oyun oynar mısın?"

Aslında İsaiah da buna istekli olabilir. Daha birkaç dakika önce kardeşini gözyaşlarına boğmuştu; ama artık ondan şikâyet edecek bir nedeni kalmadığından kardeşiyle oynamaya hevesli olabilir.

Küçükler yara mı alıyor, yoksa yalnızca moralleri mi bozuluyor? Kendilerine kabadayılık yapılmasından dolayı zarar mı görüyorlar yoksa bundan hoşlanmıyorlar mı? Bununla başa çıkabilirler mi? Gerçekten yeniden toparlanabilir ve zarar görmeyebilirler mi? Onlara eylem içindeyken şahit olunca, kesinlikle bunu yapabileceklermiş gibi görünüyor.

Fakat tacizi benliklerinin parçası haline getirmezler mi? Özsaygıları zarar görmez mi?

Çoğunlukla sinirli olan dokuz yaşındaki Ingrid kötü ruh hallerinin hincını çok sık olarak beş yaşındaki kızkardeşi Sonya'dan çıkarmaya eğilimlidir.

“Bu resim berbat. Resim yapmayı öğrenmek zorundasın. Çok aptalsın.”

Ve böyle zamanlarda, annesi tarafından “kibar küçük lokum” olarak tanımlanan Sonya hiçbir şey söylemeden öylece oturup sineye çeker ama sonra alt dudağı titremeye başlar ve hıçkırıklara boğulur.

“Ingrid’in onu böyle tenkit etmesi çok üzücü” der Sonya’nın annesi. “Çünkü Sonya Ingrid’e gerçekten hayrandır. Sonya çok fazla etkileniyor.”

Sonya etkileniyor mu? Bu onun kendisiyle ilgili düşüncüklerinin bir parçası haline geliyor mu? *“Ben çok kötü resim yapıyorum. Ben kafasızım.”*

Yoksa diğer kardeş tarafından yapılan tenkitler biraz farklı nitelikte midir? Kardeş tacizinde çocukların sonuçta çok ciddiye almamayı öğrendikleri bir alan var mıdır? İlk etapta ablalarının sözleriyle incinseler bile, dünyanın Sonyaları ablalarına tapsalar bile onların sözlerinin kendilerinin moralini bozmak için söylenmiş asılsız girişimlerden başka bir şey olmayabileceğini öğrenirler. Usta bir eleştirmenin gerçek ifadesi değil, yalnızca kendisinden başka bir anlamı olmayan bir çimdik ve bir saç çekmeye benzer bu kızdıran saldırılar. Zamanla, yavaş yavaş, Sonyalar kendini savunmayı öğrenirler.

“Ben kötü çizmiyorum. Sen kötü çiziyorsun.”

Eğer onlara yönelik bu saldırıları engellemeye çalışmazsak, çocuklarımız eleştirel saldırılarla başa çıkmalarını, daima kurban olmamalarını, günlük yaşamın *normal* nahoşluğuyla incinmemelerini sağlayan belirli bir dayanıklılık, belirli bir karşı yumruklama geliştirebilecekleri bir öğrenme süreci yaşar. Bu dayanıklılık -her şeyden etkilenmemek ve her şeyi kişisel olarak almak gibi- günlük yaşamla başa çıkmak için gereklidir. Kendi haklarını savunan, zorluklar karşısında ümitsizlik içinde yıkılmayan çocuklar yetiştirmeliyiz. Sonya’nın annesi bu yeteneği geliştirmek için yapabileceği her şeyi yapmak isterdi. Sonya’nın

böyle bir eğitim almasını isterdi. Bu tür beceriler geliştirmek için sözleriyle inciten bir ablayı başından savma çabasından daha iyi bir eğitim olabilir mi?

“Sonya ağzın kokuyor.”

“Seninki daha kötü kokuyor.”

Kardeşler arasındaki günlük tacizler fiziksel olarak yaralayıcı olmasa da, birbirlerine gerçekten zarar verici hale geldiği zaman müdahale etmelisiniz. Söz konusu tacizler yaralayıcı değilse belki zamanla başa çıkmayı öğrenebilirler; çünkü her ikisi de birbirini cezalandıran iki bebek kişiliğın alanındadır ve her iki bebek kişilik de bunların hiçbirinin önemli olmadığını, hiçbirinin ciddi olmadığını bilir.

“Sen kuş beyinlisin.”

“Kuş beyinli sensin.”

Anababa Orada Değilse:

Şahit Olunan Bir Sahne ve Bir Soru

Bu bölüm üzerinde çalışırken, on iki yaşlarında iki kız ve görünüşe göre kızlardan birinin kardeşi olan bir oğlan çocuk motel odamın dışında shuffleboard* oynamaya başladı. Hiçbirinin anababası ortalarda görünmüyordu.

“Bana nasıl oynanacağını gösterin” dedi oğlan.

“Hayır, izlersen öğrenirsin” dedi ablası.

“Bana öğret”

“Yalnızca izle.”

* Tahta veya plastikten yapılmış diskleri bir istekayla yere çizilmiş farklı puanlardaki bölgelere göndermek suretiyle oynanan bir çeşit salon veya güverte oyunu (ç.n.).

Tatmin olmayan oğlan gidip shuffleboard disklerinden birini kaptı.

“Peki. Biz de onsuz oynarız. Bebek gibisin.”

Oğlan diski aldı ve yakınlardaki alçak bir duvarın üzerine oturdu. Kızlar oynamaya başladı.

Oğlan diski kızlardan uzak bir yöne doğru fırlattı.

“Bana öğretmek *zorundasınız*.”

“Yalnızca izlersen öğrenirsin” dedi ablası.

Oğlan gidip diski getirdi ve kızkardeşine doğru attı.

“Yakala.”

Sonra shuffleboard sahasına yakın oturdu ve kızların oyununu izledi.

Belki on dakika sonra tekrar dikkatimi çektiler. Görünüşe göre kızlar oynamış, oğlan onların oyununu izlemişti.

“Üç tur demiştiniz, o zaman bu benim sıramdı. Siz dört oynadınız.”

“Hayır oynamadık.”

“Evet oynadınız. Bu dördüncü.”

“Biri ısınmak içindi. *Bu* üçüncü” dedi ablası.

Oğlan buna kanmayarak sandalyesinden atladı disklerin dördünü de aldı ve bağırarak uzaklaştı: “Onları geri vermeyeceğim.”

Sonra onları yüzme havuzuna atmakla tehdit etti.

“Başın belaya girer.”

Oğlan diskleri havuza atmadı ama ablasına ateş püsküren gözlerle baktı. Kızlar yürüyerek uzaklaştılar. Oğlan diskler elinde onları izledi.

Kızlar durup arkalarına döndüler.

“Diskleri bize verecek misin?”

“Bir tur daha o kadar” dedi diskleri onlara geri fırlatırken.

Soru: Anababaları oralarda olsaydı ne olurdu?

Yanıtı okurlarımın hayal gücüne bırakıyorum.

Boşanma

İyi ya da kötü, evliliklerin çoğu kez boşanmayla sonuçlandığı bir dünyada yaşıyoruz. Boşanma günümüzün çocukları için hayatın bir gerçeğidir. Anne ve baba boşanıyorsa veya zaten boşanmışsa ne yapmalıdır? Boşanmanın çocuklar üzerinde nasıl bir etkisi vardır? Bu büyük ve karmaşık bir konudur. Aşağıdaki tartışma, kapsadığı bütün konulara değinemez. Bana göre, anne ve baba boşandığında çocuklarda ortaya çıkan önemli kaygılardan bazalarına odaklandım.

Onlara Anlatmak

Boşanmayı düşünüyorsanız; ama yalnızca düşünüyorsanız, bu ihtimali çocuklarınızla tartışmak yararlı değildir. Bunu onlarla konuşmanın tek sonucu, gündelik yaşamlarını işgal edecek ve engellemeleri olanaksız daimi bir endişe oluşturmaktır.

Anababa ancak boşanma veya ayrılma kesinleştiği zaman bunu çocuklarına söylemelidir.

Anababalarının boşanacağı fikri çocuklar için çok korkutucudur. Yaşam zeminlerinin ayaklarının altından kayması gibidir; sabit olan ne varsa serbest düşüşe geçmiştir. Boşanma, bildikleri dünyanın dağılmasıdır. Bu yüzden, çocuklara yaşamlarını karışıklığa itecek bir şeyin gerçekleşeceği söylendiği zaman, bu bilinmedik dehşetin neye benzeyeceğini de bilmeye ihtiyaçları vardır. Çocukların her şeyden önce bilmeye önem verdikleri ve ihtiyaç duydukları şudur:

Ne olacak? Bana ne olacak? Nerede yaşayacağım? Annem ve babam nerede yaşayacak? Onları görebilecek miyim? Kardeşlerim nerede yaşayacak? Bu iş ne zaman olacak?

Temel konuları mümkün olduğunca doğru olarak anlatın. Ne olacağını ve ne zaman olacağını anlatın. Yaşamla ilgili yeni ayarlamaların nasıl olacağını anlatın. Anne ya da babasını görmesi için olası düzenlemeleri anlatın ve eğer ne olacağı konusunda emin değilseniz bunu onlara söyleyin.

“Boşanıyoruz ama yaşamımızla ilgili yeni düzenlemelerin tam olarak nasıl olacağından emin değiliz. Bunun üzerinde biraz düşünmek zorundayız. Fakat kesin olarak herhangi bir şey bilince size söyleyeceğiz.”

İlk zamanlarda onlarla yapacağınız tartışmaları kısa tutun çünkü duydukları onlara ağır gelebilir. Temel konuları anlatmalı, sonra tepki göstermelerine ve şimdilik yapabilecekleri kadarıyla bu tedirgin edici haberi hazmetmelerine izin vermelisiniz.

Anababalar, ayrılma veya boşanmanın neden kaynaklandığı konusunda uzun tartışmalara girmemelidir. Çoğu durum için nedenlerin kısa ve basit müzakeresi yeterli olacaktır.

“Babanız ve ben uzun süredir anlaşıyoruz ve artık ikimiz de bunun en iyisi olduğunu düşünüyoruz.”

“Annenizle benim her zaman nasıl tartıştığımız biliyorsunuz. Her ikimiz de artık birlikte yaşayamayacağımızı düşünüyoruz.”

Anababalar, aşikâr olan gerçeklerin ifadesi hariç asla niçinler, nedenler, diğer ebeveynin zayıflıkları, yanlışları, hataları, sorunları, yetersizlikleri ve sahtekârlıklarıyla ilgili tartışmalara çocukları dahil etmemelidir.

“Babam seni Vivian için mi terk etti?” Babalarının annelerini Vivian için terk ettiği açıktır.

“Evet öyle.”

Ama çok fazla detay yok. Tartışmalar ve yanıtlar daima dü-rüst, basit, açık sözlü ve olabildiğince yetişkinlerin ilgi alanları-nın dışında olmalıdır.

Fakat bazı çocuklar konunun içine girmek, anababalarının ayrılmalarının saklı nedenlerini öğrenmek için yapabileceği her şeyi yapacaktır.

“Babam seni ona yeterince iyi davranmadığın için mi terk ediyor?”

“Neler olup bittiği babanla ikimizin arasında.”

Çocukların bu düzeyde işin içine girmelerine izin vermek onların yararına değildir. Boşanma yetişkinlerin dünyasında yer almaktadır ve çocukların başa çıkabileceklerinin ötesindedir. Bazen bu dünyaya yoğun meraklarına rağmen, bu ilgileri ancak yaşamlarının normal, sağlıklı işleyişine zarar vermeye hizmet edebilir.

Fakat ailenin parçalanması konusunda çocukların bilmeye gerçekten ihtiyaç duyduğu bazı konular vardır. Sormadıkları za-man sizin onları sorgulamanız incitici olmaz.

“Arthur, annenle benim ayrılmamızla senin bir ilgin olabi-leceği bazen aklından geçiyor mu?”

Çocuklar genellikle gerçekte ilgisi olmadığı halde olan bi-tenin sorumluluğunu üzerlerine alır ve bu konuda endişe du-yarlar. Bunun nasıl böyle olduğunu görmeniz zor değildir.

“Evet, seninle ilgili çok tartışmalarımız oldu; ama ayrılma nedenimiz bu değil. Ayrıldık çünkü anlaşılamadık. Sen mü-kemmел olsaydın bile, ki öyle olman gerekmiyor, babanla yine sorumlarımız olurdu.”

Bu konuyu açmak onlara endişelerini dile getirme fırsatı verir ve bu onlarda büyük bir rahatlama sağlayabilir. Artık bir suçluluk sırrı barındırmak zorunda değildirler:

“Annemle babamın boşanma nedeni bendim.”

İlerleyen günler, haftalar ve aylarda soruları olduğu zaman seve seve dinlemeye hazır olun. Ara sıra onlara sorun. Size gelmelerini beklemeyin, çünkü bazı çocuklar gelir, bazılarıysa gelmeyebilir.

“Jeremy, benimle konuşmak veya babanla benim boşanmamızla ilgili bana sormak istediğin herhangi bir şey var mı?”

İlgilenmiyor görünseler bile bunu düzenli olarak sorun.

“Hayır, hiçbir şey yok.”

Fakat sormayı sürdürün ki, bunun açık bir davet olduğunu bilsinler.

Söylediğim gibi, kimse çocuklarının uzun bir süre boyunca anababasının boşanma *ihtimali* konusunda endişe etmesini arzu etmez, fakat bazen bu kaçınılmazdır. Örneğin boşanma gerçekleşecek bir ihtimalse ve çocuklar boşanma tehditleri ve tartışmaların yer aldığı büyük münakaşalara kulak misafiri oluyorsa, sonuçta gerçek ve apaçık olabilecek bir şeyden kaçınmak yararlı değildir.

“Hayır, bu konuda endişelenme canım” sözlerinin daha derin bir endişe yaratması çok daha olasıdır. Anababanın inkârı kesinlikle inandırıcı olmayacaktır. Bunun yerine, böyle durumlarda şunu söylemek en iyisidir:

“Bilmiyorum, umarım olmaz. Fakat boşanırsak bile sen endişelenmemelisin. Daima bizimle birlikte olacaksın.”

Anababa boşandığı zaman profesyonel bir danışmana başvurmak yararlı olabilir. Danışmak, anababaların boşanma ile ilgili sorularında çocuklarına daha iyi yaklaşımlarını sağlayabilir. Böylece çocuklar korku ve endişelerini ifade edebilecekleri ve yaşamlarının zor bir dönemine uyum göstermeleri için yardım alabilecekleri tarafsız bir kişi bulmuş olurlar.

Taraf Tutan Çocuklar

Bir tür anababa:

“Annem dedi ki, sen Cecily ile bir ilişkin olduğu için evliliğinizi bitiriyormuşsun ve eğer bu olmasaymış ikiniz hâlâ evli olabilirdiniz.”

Anneleri beni deli ediyor. Öyle yalancı ki! Üç yıl önce Fred Dirkner’la yaşadığı ilişkiden bahsetmiyor. Evliliğimizin son iki yılında benimle seks yapmadığından bahsetmiyor. (Bunu söylemem gerektiğini biliyorum ama...) Giderek ve her konuda bana nasıl daha çok kızar olduğundan bahsetmiyor ki gerçek sorun, hat-ta ayrılmamızın nedeni buydu.

Evet, Cecily ile ilişkim oldu ama; bu Jill ve ben ayrılmaya karar verdikten sonraydı. Cecily ile bundan önce birbirimize ilgi göstermeye başlamıştık ama evet, o zaman bile Jill’le aramdaki her şey çoktan bitmişti.

Başka bir tür anababa:

“Babam diyor ki, sen gezip tozmaya çok meraklıymışsın ve anneliğe yeterince zaman ayırmıyormuşsun; sizin boşanmanızın nedeni buymuş. Aynı zamanda cumartesi geceleri çok sık dışarı çıkıp bizi bakıcılarla bırakmaman gerektiğini de söylüyor.”

Aşağılık herif! Asla çocuklarına önem vermedi tabii bana da. Tek önem verdiği düzenli bir ev ve eve geldiğinde sessiz duracak çocuklardı.

Çocuklar taraf tutmak istemez. Onların istediği ve kesinlikle yararlanılabilecek olan, hem anne hem de babaları tarafından sevildiklerini, iyi olduklarını ve sevgiyi hak ettiklerini düşünmeyi sürdürmek için özgür bırakılmaktır. Anababadan biri veya diğeri onlara kötü davrandığı zaman -taciz hariç- o anne ya da babayla ilişkileri hakkında kendi hükümlerini vereceklerdir: Babam ve ben. Annem ve ben.

Babamlarda olanları anneme rapor etmek zorunda olmak istemiyorum. Söylediğimi bilirse babam kızacak diye kendimi annemde söylediklerime dikkat etmeye mecbur hissetmek istemiyorum.

İkisini ayrı tutmak istiyorum. Birinin diğeri hakkında ne düşündüğünü duymak istemiyorum. Taraf tutmak zorunda olmak istemiyorum.

Bazen çocuklarımızı savaşın içine çekmeye direnmek çok zor olabilir, özellikle diğer eş bu kurallara hiç uyar gibi görünmüyorsa. İnsan doğruları açıklamayı çok çok istiyor. Fakat söylediğim gibi, anababalar çocukları için içine katmaktan kaçınmalıdır. Kesinlikle yanıt vermeniz gerektiğini hissediyorsanız, bu durumda kısa, en fazla bir cümlelik konuyu kapatıcı ifadeler kullanabilirsiniz:

“Hayır, evlilik ben ve Cecily yüzünden bitmedi.”

Fakat meselenin içine hiç girmemek en iyisidir.

“Annen böyle hissettiği için üzgünüm.”

“Ama sen ve Cecily yüzünden mi bitti?”

“Bu konuda konuşmak istemiyorum.”

Anababalar çocukların olanları kabul etmesini garip bulur ama ederler. Onlar babalarının evlilik bitmeden Cecily ile bir ilişki yaşamasına aldırmaz. Aldırdıkları tek şey evliliğin sona ermesi ve anababalarının tekrar birleşip birleşmeyeceğidir. Onların peşinde olduğu şey hatanın kimde olduğu değildir. Babaları en azından kendi görüşünce onların “konunun dışında” olduğunu açıklığa kavuşturduğu zaman, bu davadan azledilmelerini mutluluk ve minnettarlıkla kabul edip kendi çocukluk meselelerine geri dönerler.

Çocuklar da anababaları arasında bilgi aktaran kanallar, ulaklar olmaktan hoşlanmaz; çünkü bu durumda anababaları arasındaki ilişkiye geri çekilirler ve bu onların olmak istediği yer değildir.

“Annem çocuk-destek çekinin bu ay gecikeceğini söylüyor ama onu on beşine kadar alabilirmişsin.”

Çocuklarını bütün bunların dışında tutabilenler için kesin bir teselli vardır. Çoğu boşanmada, genellikle çocuklar bulduğu çağına geldiklerinde veya genç yetişkinler olduklarında bir hesap günü gelir. Değişmiş, yetişkin gözleriyle bütün olan biteni ve olup bitmiş olan her şeyi görmeye başlarlar ve yaşananlar bu bakış açısından çok farklı görünebilir.

“Güçlü olanın sen olduğunu şimdi görüyorum. Beni annemle aranızdaki bütün meselelerin dışında tutabildin. Ben bu meselelere karışmaktan nefret ederdim; ama annem sürekli beni de işin içine karıştırıyordu. Bunu yaptığı için ona çok kızdığımı hissediyorum. Belki annem konusunda kendimi kötü hissediyorum; ama sana beni bunun dışında tuttuğun için saygı duyuyorum.”

Annesi ya da Babasında

Babaları hiç büyümedi. Bütünüyle sorumsuz. Çocukları aldığı zaman ne olduğunu bilmiyorum. Onlara nasıl göz kulak olduğunu bilmiyorum. Çocukların oraya gelen bazı insanlardan nasıl bahsettiğini duydum. Babalarında oldukları zaman boyunca onlar için endişe duyuyorum.

Farklı bir baba:

Anneleri boşandıktan sonra son derece dindar oldu. Çocuklar gittiği zaman kendisinin uyguladığı bütün din kurallarını onların da izlemesini istiyor ve onlara vaaz veriyor Hiç inanmadığım, onların da kendilerini inanmak zorunda hissetmesini istemediğim bir yığın safsata.

Boşanmayla ilgili çok gerçek bir sorun, çocuklarınızın anne ya da babasının artık hakkında iyi şeyler düşünmediğiniz biri olabilmesidir. Yine de bu kişi halen çocuğunuzun tamamen yasal anne ya da babasıdır ve çocuklarınızın eski eşinizle olduğu ve bütünüyle onun kontrolü ve etkisi altında bulunduğu zamanlar vardır. Aslında eski eşiniz fiziksel bakımı üstlenmiş kişiye, bu zamanlar çoğunlukta olacaktır. Ve siz anne ya da baba-

sının yapma ihtimali olan şeylerin çocuğa zarar verebileceğini hissedersiniz.

“Anne, babam okumadan kötü not aldığım için aptal olduğumu söylüyor.”

Şeytan der ki bu işe burnunu sokmalısın.

“Harry, James’e kötü not aldığı için aptal olduğunu mu söyledin? Okuldan onun özsaygısının ne kadar zayıf olduğunu söylediklerini biliyorsun.”

“Aman Tanrım. Phyllis bu konuya dikkatimi çektiğin çok iyi oldu. James’la konuşurken ona karşı daha düşünceli olmaya çalışacağım. Teşekkürler.”

Gerçek hayatta tabii ki bu böyle olmaz. “Baban bunu söylememeliydi” gibi yorumlar dahi dikkat ister. Eski eşi kötülemek taraf tutmaya girer. Şöylesi çok daha iyi olurdu:

“Sen aptal olduğunu düşünüyor musun?”

“Bilmiyorum,”

“Ben senin aptal olduğunu düşünmüyorum. Çabaladığınızı biliyorum. Önemli olan da bu.”

Hoşlansanız da hoşlanmasanız da, eski eşinizin de çocuğunuz üzerinde bir etkisi olacaktır. Bundan kaçış yoktur. Anababa için en iyi yol, çocuklarıyla birlikteyken olabildiğince iyi anne ya da baba olmaktır.

Fakat babaları bazen zalim olabiliyor.

Füilen taciz veya gerçek bir ihmalden şüphe etmeniz için neden yoksa, ki bu durumda da yasal kanallar yoluyla müdahale edilmelidir, gerçekten yapabileceğiniz veya yapmanız gereken pek az şey vardır.

Fakat Juan sürekli hafta sonları babasıyla üvey annesine gitmekten hoşlanmadığını; çünkü ona hiç ilgi göstermediklerini ve orada çok sıkıldığını söylüyor. Ayrıca ona karşı çok da katı-larmış.

Gerçekte ne olup bittiğini çocuğun söylediklerinden anlamak bile çoğunlukla güçtür. Juan annesinin duymak istediğini düşündüğü şeyleri mi söylüyor? Annesinin sempatisini ve fazladan şekerleme mi istiyor? Fakat diyelim ki Juan babasına her gidişinde kötü zaman geçiriyor. Eski eşin evindeki bu tür tatsız zamanlar çocuğu *incitir* mi?

Burada kural, evin içindeki anne ya da baba olarak yapacağınızın benzeridir; taciz yoksa geri çekilmek ve kendi kaderlerini yaratmalarına izin vermek. Bu zaman onlar için genellikle hoş değilse, bunu geçirmekten dolayı kazanılmış bir bağımsızlık ve kuvvet olacaktır. Bir tişörtün üzerindeki yazı gibi: Babam ve kötü Sylvia'daki sıkıcı bir hafta sonunu daha sağsalim atlattım.

Farklı Kurallar, Farklı Evler

Fakat onlarla yaptıklarını kabul etmiyorum. Orada bütünüyle farklı kurallar var. Sonra Gregory ile Jeannette burada da onlara aynı şekilde davranmamı bekliyorlar. Gregory beni deli ediyor. "Babam dokuz buçuğa kadar ayakta kalabileceğimizi söylüyor. Neden burada kalamıyoruz? Sen çok katırsın."

Bütün bunlar kesinlikle bir sorun değildir. Daha önce tartışıldığı gibi, çocuklar için herkesin ve her yerin kurallarının aynı olması gerekmez. Bu, çocukların seve seve öğrendiği ve kabul ettiği hayatın bir gerçeğidir. Fakat bu, kuralları yine de test etmeyecekleri anlamına gelmez.

"Ama babam dokuz buçuğa dek ayakta kalacak kadar büyük *olduğumuzu* söylüyor."

"Gregory babanda dokuz buçuğa kadar ayakta kalabilmen senin için çok hoş; ama burada yatma zamanı sekiz buçuk."

"ANNE!"

Annesinin yatma zamanını değiştirmesini sağlamak için yaptığı manevranın net bir şekilde etkisiz olduğunu görünce onu bir daha kullanmayacaktır.

“Gidip Babamda Yaşamak İstiyorum”

J.J. kötü bir akşam geçirmişti. İlk olarak köpeği dışarı bıraktığı için annesi ona avaz avaz bağırıyordu. Sonra sütü dolaba koymadığı için bağırıyordu. Şimdi de duş almayı ve yatmak üzere hazırlanmayı geciktirdiği için bağırıyordu ve aslında içeri gelip izlediği programın tam ortasında televizyonu kapamıştı.

“Bıktım senden J.J., Banyoya gir ve duşunu al.”

J.J. ağlamaya başladı. “Buradan nefret ediyorum. Babamlar-da yaşamak istiyorum.”

Bebek kişilik eyleme geçmiştir ve o tarafsız oynamaz. Boşanmış anababanın özellikle incinebilir olduğu o noktalara tam isabet eder: En çok hangi ebeveynin sevildiği, çocuğun kiminle yaşamak istediği ve hatta boşanmanın etkisi.

“Boşanmanız hayatımı mahvetti” diye ekler hıçkıran J.J.

Burada vurgulamak istediğim basit ve tek bir noktadır, bütün çocuk şikâyetlerinde olduğu gibi, anababa şikâyetin *ne zaman* dile getirildiğinin farkında olmalıdır. Yalnızca çocuğun kızgının olduğu, istediğini elde edemediği zamanlarda ortaya çıkıyor ve diğer zamanlarda dile getirilmiyorsa belki de pek fazla şey ifade etmiyordur.

Peki ya bunu gerçekten kazanacak hiçbir şeyi olmadığı ve bana kızgın olmadığı zamanlarda da söylerse?

Çocuklar bir ebeveynde kalmaktan diğer ebeveynde kalmaya geçebilirler ve bazen böyle bir değişim iyi bir fikir de olabilir. Fakat bu değişim, onlar için en iyisinin ne olduğu enine boyuna düşünüldükten sonra yapılmalıdır. Diğer anne ya da babayla gerçekten daha mı mutlu olacaklar? Yine de, J.J.’ye odasını toplamadığı için sayısız kere bağırıldıktan sonra onun “Buradan nefret ediyorum. Babamlarda yaşamak istiyorum” diye feryat etmesi bambaşka ve kesinlikle çok ayrı bir konudur.

Ve belki şanslıysa babasında odasını toplamak zorunda olmayacaktır.

Eski Eşimde Son Derece Terbiyeli

Pazar akşamı saat altıydı. Kevin ve Judith babalarına iki haftada bir yaptıkları hafta sonu ziyaretinden annelerine dönüyorlardı. Çocukların anababası dört yıl önce boşanmıştı. Babaları şimdi çocukları bırakmak için arabayı park ediyordu. Arabanın içinden güçlükle çıkan Kevin ve Judith birbirlerine avazları çıktığı kadar bağırmağa başladılar.

“Kes şunu! İtmesene.”

“Sen kes görgüsüz!”

“Anne Judith beni itip duruyor.”

Bir yandan bağırışmayı sürdürürken, onları karşılamak üzere kapıda duran annelerini geçip koşarak evin içine daldılar. Her zamanki gibi babaları hafta sonu hakkında kısa bir rapor vermek için kapıya geldi.

“Görünüşe göre Kevin hâlâ öksürüyor. Ona ilaç verdim. Her ikisi de gayet iyiydi. İyi vakit geçirdik. Çarşamba gecesi her zamanki gibi geleceğim. Hoşçakal Elizabeth.”

“Güle güle Ronald.”

Her zamanki gibi babalarında çok iyi oldukları gerçektir. Bununla birlikte, babalarındaki her hafta sonundan sonra Kevin ve Judith genellikle bütün akşam birbirlerine bağırıp dururlardı.

“Anne! Anne! Ona durmasını söyle.”

“Hafta sonu anne ya da babasının evinde iyi olma” sendromu, boşanmış çiftlerin çoğu tarafından iyi bilinen bir fenomendir. En azından, onlarla daha çok birlikte olan ebeveyn tarafından iyi bilinir. Onlarla bariz bir şekilde daha kısa süre beraber olan diğer ebeveynin evindeyken uslu davranırlar.

Bazen, birbirlerini didiklemeden duramayan kardeşler bile iyi davranış gösterir.

“Kevin ve Judith benimleyken birbirleriyle iyi geçiniyorlar.”

Fakat tam-zamanlı ebeveyne döndükleri anda hiç vakit kaybetmeden eski hallerine dönerler. Döndükten hemen sonra ve hatta çoğu kez ertesi güne kadar özellikle korkunçturlar. Bu insanı çılgına çevirebilir çünkü şöyle düşünmek kolaydır:

Yanlıı bir şey yapıyor olmalıyım. Ne de olsa onunlayken iyiler ama benimleyken değiller.

Veya-

Döndüklerinden sonraki gün daima böylesine kötü bir patlama yaşadığıma göre, babalarına gitmek onlar için kötü olmalı.

Ama kuşkusuz, bu klasik bir bebek kişilik davranışıdır. Gözlemlemesi çok can sıkıcı bir fenomen olabilir; ama kesinlikle hatalı hiçbir şeyin işareti *değildir*.

Genellikle bu durumla ilgili olarak biraz da olsa ödeşilir. Diyelim ki Kevin’le Judith’in babası onları uzun bir dönem için almış olsun -örneğin yazın bir ay. Bu olgun kişiliğin kaldıramayacağı kadar uzun bir süredir. Bebek kişilikleri ortaya çıkacak ve korkunç olmaya başlayacaklardır. Babaları, onlarla daha az vakit geçiren ebeveyn olarak annelerinin hep maruz kaldığı doza maruz kalacaktır.

Yalnız Yaşayan Anababalar

Suda, çocuklarıyla ateşin kıyısında otururken erkeğı Og’un mağaraya girişini görmek için yukarıya baktı. Omuzlarında bir *batuk*’un, antilop benzeri küçük bir hayvanın gövdesi asılıydı. Og hayvanın cansız bedenini mağaranın zeminine attı.

“Nush da [Onu pişir]” dedi Og ve yoldaşlarına katılıp o günün avını tartışmak üzere mağarayı terk etti.

Suda bir yandan çocuklarına göz kulak olurken yemeği hazırladı.

Daha sonra Og közde pişmiş *pala*'nın da yer aldığı (mısıra benzeyen vahşi bir sebze) yemeğini yemek üzere döndü. Yemekten sonra Og çocuklarının huzuruna getirilmesini istedi.

"Trandish tara fang graka samban [Bugün önemli ne yaptın?]" diye sordu her bir çocuğuna. Her biri o gün yaşadıkları bir olayın kısa özetiyle yanıtladı. Bundan sonra Og çocuklarının gitmesine izin verdi ve *faroo* (mayalanmış lissa köklerinden yapılan alkollü bir içki) ile dolu bir sukabağını kaptı ve çok çok içti. Sonra uyuyakaldı.

Og güneşle birlikte doğruldu ve avla geçecek yeni bir gün için yola koyuldu. Suda köyün diğer kadınlarıyla birlikte yenibilir otlar ve yumru kökler aramaya gitti. Çocuklar Og'un annesi İki Dişli Lila'nın bakımına bırakılmıştı.

Og'un çocukların yetiştirilmesine çok yardımcı olmuş muydu?

Yukarıdaki hikâyeyle vurgulamak istediğim, babalar uzun süredir evin parçası olmuş olsalar da, geleneksel olarak özellikle çocuk yetiştirmeye katılmamışlardır. Bu görevin çoğu başka birine, genellikle anneye düşmüştür. Biraz yardım eden olmuştusa, bu genellikle eş olmayan akrabalarından gelir -büyükanne, büyükbaba, abla ve ağabeyler. Aslında giderek daha çok babanın gündelik çocuk bakımına katıldığı Amerika Birleşik Devletleri'nde halihazırdaki eğilim esas olarak yeni bir olgudur ve bu çocuklar için harikadır. Fakat tipik olarak anneler tarafından tek başına yapılan anababalık yeni değildir.

Anababadan her ikisinin de evde olması, hem anababa hem de çocuklar için iyidir. Anababa için iyi olmasının sebebi paylaşımdır. İlk olarak, çocuk yetiştirmeyi daha kolay ve daha az stresli kılabilen çocuk bakımı kapsamında bir paylaşım olabilir. Sorumluluğun paylaşımı olabilir. *Tüm kararların çocuklarla ilgili her şeyin bütün sorumluluğunu almak zorunda değilim. Yardımını isteyebileceğim bir kişi daha var.*

Anababanın birlikte yaşamayı sürdürdüğü ailelerde önemi küçümsenmeyecek özel bir keyif olan paylaşılan deneyim de vardır. *Jack dünyada çocuklara benim önem verdiği kadar önem veren, benim ilgilendiğim kadar ilgilenen tek insan. Başka kim Trisha'nın ilk kez dişlerini fırçalamasına gerçekten önem verirdi?*

Evde hem anne hem de babaya sahip olmak çocuklar için de iyidir çünkü ikincisi bir tampon olabilir. Anababadan biri, çocuğun kendisini diğeriyle olan ilişkisine tamamen kaptırmasını önler. Birlikte yaşayan anababalar, çocuk ile aralarında yeterince sağlıklı, normal bir uzaklık ve ayrılığın olmasını garanti eden bir emniyet sübabı işlevi sürdürürler.

Fakat çocuklar için evde hem anne hem de babaya sahip olmanın asıl artısı, bunun çocukluk deneyimine katkıda bulunmasıdır. Çocuklar iki çok farklı insanla iki çok farklı ilişki kurar. Her ilişki çocuğa ilişki içinde kim olduğu, anne ve babasının kimler olduğu ve kendisiyle ilgili farklı deneyimler sunar. Kuşkusuz, iki yetişkin farklı cinsiyetten olduğunda çocuklar farklı cinsiyetle ilişkinin nasıl bir şey olabileceğini de deneyimler.

Çocuklar için hem annenin hem de babanın evde olması daha hoş mudur? Sanırım yanıt kesinlikle evet. Ama *gerekli* midir? Çocuklar anne ve babadan sadece biriyle de son derece güzel, hatta harika bir çocukluk geçirebilir mi? Sanırım bunun yanıtı da evettir.

Büyük sorunlar anababa rolünde kimin ya da kaç tane yetişkinin olduğundan doğmaz. Sorunlar, anababanın çocuklarına lâyıkıyla sunacağı yeterli zaman, enerji, sabır olmadığı zaman ve bütünüyle yanlarında olamadıkları için ortaya çıkar. Bu, özellikle ekonomik gerçeklikler anababayı çocuklarıyla daha az zaman geçirmeye zorladığı zaman sorun olur.

Önemli olan ailedir fakat bir aile birçok biçim alabilir; birlikteğili sürdüren anababa, yalnız yaşayan ana veya baba, başkasıyla evlenmiş anababa, büyükanne ve büyükbaba, hatta daha başkaları. Çocuk için en önemli şey ailenin fiilen nasıl oluştuğu

değildir. Çocuk için aile, hep orada olan ve daima orada olacağına güvenilebilen insanlardır.

Aynı Cinsten Anababanın Yokluğu

Peki ya evde aynı cinsiyetten bir anne/baba olmaksızın yetiştirilen çocuklar? Kendilerini özdeşleştirebilecekleri aynı cinsten bir modele ihtiyaç duymazlar mı? Bu onların homoseksüel olmalarını daha muhtemel kılabilir mi?

Bildiğim kadarıyla, kişinin cinsiyetiyle ilgili kimliği evdeki anababaların cinsiyetiyle bağlantılı değildir. Bunun ötesinde, cinsiyet kimliği -iyi de olsa kötü de, kişinin kendi cinsiyetinin insanı olmaya yaklaşımı- evden çok kültür tarafından belirlenir. Arkadaşlar, televizyon ve çocuğun yaşadığı yer ve zamandaki cinsiyetine uygun davranışlar sergileyen yetişkinler en büyük etkiye sahiptir. Anababanın önemli etkisi vardır; fakat nasıl bir cinsiyet modeli oluşturdukları temsil ettikleri cinsiyetin ne olduğundan çok daha önemlidir.

“Büyüyünce babam gibi olmak istiyorum: Güçlü -o “Hayır” dediği zaman “Hayır”dır; sevgi dolu -beni hep kucaklar ve benimle olmaktan hep mutlu görünür; ve düşünceli -daha ben söylemeden benim önem verdiğim şeyleri düşünür.”

Fakat aşağıdakine sahip olmaktansa hiçbir modele sahip olmamak tercih edilebilir:

“Büyüyünce babam gibi olmak istiyorum; kadınları (anne-me yaptığı gibi) taciz eden, sarhoş olduğunda çocuğunu taciz eden biri.”

“Büyüyünce babam gibi olmak, işten eve gelip televizyon seyretmek ve saat sekizde kanepede uyuyakalmak istiyorum.”

Tabii ki modeller yalnızca aynı cinsiyetten olan çocuklar için değildir.

“Büyüyünce babam gibi biriyle evlenmek istiyorum; beni dinleyen, bana önem veren ve benimle olmak için daima zaman ayıran biriyle.”

Şartların Değişmesi Açısından Boşanma

Ayrılık ve boşanmanın çocuklar üzerindeki en büyük etkilerinden biri, çoğu kez eskisinden daha kötü şartlarda yaşamaya zorlanmaktır. Çocuklar boşanan anababadan biriyle birlikte farklı bir eve taşınmak zorunda kalabilir. Bu taşınmayla birlikte hemen hemen her zaman komşuların değişmesi ve arkadaşların kaybı gelir. Çocuklar okullarını değiştirmek ve çok daha fazla değişikliği icap ettirecek yeni bir okula başlamak zorunda kalabilir. Meselenin özü, sahip olduklarını kaybeder ve yeni baştan başlamaya zorlanırlar. Bütün bu değişikliklerle başa çıkabilen ve çok fazla sorun yaşamadan yeni bir başlangıç yapabilen çocuklar vardır. Fakat bazıları için söz konusu değişiklikler gerçek bir sorun olabilir.

Boşanmayla birlikte gelen çok gerçek bir diğer sorun da, artık daha az para olmasıdır. Anababa, önceden bir evi geçindirdikleri parayla şimdi iki ev geçindirmek zorundadır. Çoğu aile için bu, bütçelerinin elverdiği şeylerde gerçek bir düşüş anlamına gelebilir. Alışılmış şeylerden vazgeçmek zorunda kalınabilir.

“Neden artık McDonalds’a gidemiyoruz?”

“Neden yeni tenis ayakkabıları alamıyoruz?”

“Şimdi fakiriz, değil mi?”

“Hayır fakat annenizle benim birlikte olduğumuz zamanlara göre harcamalarımıza daha çok dikkat etmek zorundayız.”

Yine bazı çocuklar için bu büyük bir sorun değildir. Fakat diğerleri, özellikle endişeciler için sorun olabilir. Evvelce hiç düşünmemiş oldukları para hakkında endişelenmeye başlarlar.

Boşanmayla birlikte gelen bir diğer değişiklik de, önceden mutlu, en azından duygusal anlamda dengeli bir ebeveynin morali son derece bozuk, ne yazık ki asla tekrar toparlanamayan birine dönüşebilmesidir. Çocuğun şimdi daha bozuk moralli, duygusal olarak daha hassas anne ya da baba olarak daha az etkili bir ebeveyni ve bu yüzden endişe duyacak daha çok şeyi vardır.

Çocuklar üzerinde bunun talihsiz bir etkisi vardır: Çoğu kez zayıf düşmüş anne ya da babaya, özellikle velayeti almış kişiye daha çok baskı yaparlar. Üzgün anne ya da babanın karşısında geri çekilmektense, orada daha önce var olan ve şimdi şiddetle özledikleri kuvveti bulma umuduyla boş yere zorlarlar. Veya güçlü bir kollayıcının yokluğunda, kendileri kollayan kişiler haline gelip anneye olmuş veya babalaşmış bir çocuğa döner ve çocukluklarını büyük ölçüde yitirirler.

Sonuncusu ve en önemlisi, önceden iyi veya kötü evde olan, düzenli bir şekilde etkileşimde bulunulan ve çocuğun hayatının sürekli ve önemli bir parçası olan anne ya da babanın - çok sıklıkla babanın- önem taşıyan kaybıyla gelebilir. Boşanmayla anne ya da baba giderek daha zor ulaşılabilir olur, hatta bazen anababadan biri oldukça uzağa taşınıp artık onun hayatında pek yer almayabilir.

Demek istiyorum ki, hâlâ bir babam var ve onu seviyorum. Fakat yazları iki haftanın dışında onu hiç göremiyorum. Bir de telefon konuşmaları var, ama bunu pek sık yapmıyoruz.

Yukarıdakilerin hepsi gerçektir ve boşanmayla karşı karşıya kalan çocuklar için potansiyel olarak zarar verici konulardır. Hepsinin çözümü yoktur. Kaçış yolları yoktur. Yalnızca boşanmanın sonuçlarıdır ve çoğu zaman iyiden çok kötüdür.

Dengenin Kaybı

Boşanmadan sonra ortaya çıkması muhtemel uzun vadeli sonuçlar, çocuklar için göründükleri kadar sorun olmayabilir. Evin orijinal yapısı yitirilse ve çocuklar yeni bir intibak süreciyle karşı karşıya kalsalar da, yaşamlarındaki denge duygusu kaybolmayabilir. Yaşamlarının tamamen değişmesi de dahil olmak üzere birçok değişiklik olabilir -Annenin erkek arkadaşı, yeni üvey kardeşler, yeni bir şehirde yaşamak, iki farklı yerde büyük zaman dilimleri geçirmek- fakat bunların en önemlisi gökyüzündeki güneşin yerinde durup durmadığıdır. Dayandıkları kişi ya da kişiler hâlâ orada mı? Orada olmayı sürdür-

cekler mi? Yanıt evetse, o en önemli dengenin tamamına sahiptirler.

Hem anne hem babanın çocuğun yaşamının ayrılmaz bir parçası olduğu ailelerdeki çocuklar, boşanmanın ardından hem anne hem de babayla devamlı gerçek bir teması çoğunlukla sürdürürler. Genellikle anne ya da babaları ile yaşar ama diğerini düzenli olarak ziyaret eder ve telefonla çok sık irtibat kurarlar. Düzenli olarak gördükleri anababayla büyüyen çocuklar, durumlarını normal ve mükemmel şekilde işleyebilen bir düzenleme olarak görme noktasına gelirler.

Beş yıl sonra:

“Annemle yaşıyorum ama hafta sonları genellikle babama gidiyorum ve onu istediğim her zaman görüyorum.”

“Nereyi daha çok seviyorsun?”

“Bilmiyorum. Her iki tarafı da seviyorum.”

Daha farklı olmasını ister miydin?

“Hayır, pek değil.”

Annenle babanın tekrar birleşmesini ister miydin?

“Evet.”

Birleşeceklerini düşünüyor musun?

“Hayır.”

Bu konuyu çok fazla düşünüyor müsün?

“Pek değil. Bu şekilde olmasından hoşlanıyorum.”

İlişkiler Üzerinde Uzun Vadeli Etkisi

Son olarak, boşanmanın çocukların uzun vadede sağlam ve kalıcı yetişkin ilişkileri kurma yeteneklerine etkisi nedir? Ana-

babalarının başarısızlığa uğramış ilişkisiyle ilgili çocukluk deneyimleri, gelecekte kendilerine ait güçlü, kalıcı ilişkiler kurma yeteneklerini ve arzularını zayıflatır mı?

Bu konuda farklı fikirler vardır. Benim görüşüm oldukça basittir ve bu sayfalarda daha önce tartışılanların çerçevesi içindedir.

Boşanmayı deneyimlemenin çocuğun daha sonraki ilişkilerini etkileyeceğine kuşku yoktur. Fakat aynı zamanda yetişkin yaşamda güçlü ve uzun vadeli ilişkiler kurma yetenek ve arzusunu şekillendiren en büyük faktörün anababanın birbirleriyle olan ilişkilerinin doğası değil, *kişinin* anababasıyla olan *kendi* ilişkisinin doğası olduğunu düşünüyorum.

Eğer çocuk ve anababası arasındaki ilişki kötüyse, hem anne hem baba sert, bencil, kontrolcü, sevgisiz veya yalnızca koşullu olarak seven insanlarsa, bu durumda çocuk aşk ilişkilerine yukarıda yer alan her şeyin potansiyeline sahip olarak bakacak ve bu tür ilişkilere güvensiz olacaktır. Daha da ötesi, kusurlu bir sevginin alıcısı olduğu ve bu da kendisinin bir parçası haline geldiği için, başarılı uzun vadeli ilişkiler için gerekli sevgi ve hoşgörüyü göstermesi güçleşecektir.

Fakat eğer çocuk terk edilmemişse ve çocukluğu boyunca yanında tutarlı, onu *koşulsuz* seven anne ya da babası ya da her ikisi de olduysa bu gerçek çocuğun ve gelecekteki yetişkinin içinde böyle bir ilişki kurma yeteneğini ve arzusunu oluşturmaya yetecektir. Bu şekilde sevilmiş bir kişi sevgiyi alabilmeyi ve verebilmeyi ister ve bunu yapabileceğine güvenir.

Sorun Olmayabilen Sorunlar

Çocuk yetiştirmeyeyle ilgili iyi bir haber, anababanın gerekli olmadığı halde birçok konu için endişe ederek çok fazla zaman ve enerji harcadığıdır. Bu konuların çoğu, anababa sıradan olaylara aşırı önem yüklediğinde ortaya çıkar.

“Daha yeni bir oyuncak almışken istediği bir oyuncuğa evet dersem şımarık bir çocuk yaratmaz mıyım?”

“Yalan söylemesini şimdi ezip yok etmezsem -mutfağa bütün o kumların nasıl girdiğiyle ilgili daha yeni yalan söyledi- sahtekâr bir insan olmaz mı?”

“Action Man ile oyunları çok şiddet içeriyorsa şiddet kullanan bir insan olarak yetişeceğinden endişe duymamalı mıyım?”

Bu bölüm, çocuklarımızla gündelik ilişkilerimizde ortaya çıkan ve aslında düşündüğümüz kadar tehlikeli olmayabilecek bu tür bir takım konularla ilgilidir.

Şımarık Çocuklar

Anababalar sık sık bir yolunu bulup çocuklarını şımartacaklarından endişe duyar. Sonuçta “şımarık bir çocuk” ortaya çıkarabilecek herhangi bir şey yapmak istemezler. Fakat gerçekten neyin şımarık çocuklar ortaya çıkardığına bakılınca, anababaların endişe duyduğu şeylerin çoğu yersizdir.

Hepimiz şımarık çocukları tanımlayabiliriz. Asla tatmin olmazlar ve daima hakları olandan fazlasını ister ve talep ederler. Kendileri için her şeyin yapılmasını, her şeyin ayaklarına gelmesini bekler; fakat kendileri en ufak bir enerji sarf etmeyi hiç istemezler. Üstüne üstlük, bunun böyle olması gerektiğini farz ederler.

“Anne.”

“Ne var Egbert?”

“Lütfen bana bir fıstık ezmeli sandviç getirir misin? Kenarları kesilmiş olsun. Kenarlara taşmamak koşuluyla iki tane de reçelli kraker koy” der otuz altı yaşındaki Egbert yastıklarının üzerine uzanmış iki televizyonunu birden seyrederken.

“Tabii Egbert” der annesi.

“Reçelli krakerlerin kenarlarına kadar sürmemeye dikkat et. Geçende biri elimi kirletti.”

“Biliyorum. Affedersin Egbert. Bu sefer daha iyi yapmaya çalışacağım” der mutfağa yönelen ve ilerlemiş mafsallı iltihabından dolayı attığı her adımla acı duymaktan ürken annesi.

Şımarık Egbert’in durumunda olduğu gibi bir ömür sürebilir; fakat şımarmanın vermekten veya evet demekten gelmeyeceği çocuk gelişimin bir gerçeğidir.

Kyle’in babası şans eseri bir mağazada Kyle’in bayılacağını düşündüğü, özellikle şeytani görünümlü iki Action Man karakteri Lizardus ve Tenagraya rastladı. Onları oracıkta satın almak ve akşam eve gidince Kyle’a vermek istedi; ama daha geçen hafta iki tane almıştı ve Kyle’ın çok değer verdiği ve durmadan oynadığı *çok* geniş bir koleksiyonu zaten vardı. Daha fazlasına kesinlikle *ihtiyacı* yoktu. Kyle’ın babası ona iki tane daha vermenin onu şımartacağından korkuyordu. Belki de onları şimdi satın alıp ona başka bir zaman verebilirdi. Fakat o beklemek istemiyordu. Onları Kyle’a o gün vermek istiyordu. Kyle’ın bu iki canavar adamı almaktan ne kadar heyecan duyacağını gözünde canlandırabiliyordu.

Vermek her zaman iyidir. Gereğinden fazla veremeyiz. Çocuk yetiştirmenin normal akışı içinde bol bol hayır deriz. Hiçbir zaman çok fazla evet dediğimiz için korkarak hayır dememeliyiz. Karakter, prensip olarak hayır demekten, hayır demiş olmak için hayır demekten oluşmaz. Bunu hayatın sunduğu bol miktarda ‘hayır’ yapacaktır.

Otuz altı yaşındaki Egbert’ta kolaylıkla teşhis edilebildiği gibi, şımarıklık bütünüyle farklı kaynaklardan gelir. Şımarıklık yerinde taleplerde bulunmayı başaramamaktan gelir: “Hayır, ayakkabı bağcıklarını bağlamayacağım. Nasıl bağlanacağını sen biliyorsun.” Hepsinin ötesinde, şımarıklık anababanın bebek kişilik tarafından, yapmak istemediği şeyleri kabadayılık yoluyla yapmaya zorlanmasına izin vermesinden gelir.

“Fakat Egbert, mutfağa geri gitmenin benim için zor olduğunu biliyorsun.”

“Nefesimi tutuyorum. Reçeli temizlemezsen nefes almaya-
cağım. Nefes almıyorum. Şimdi başlıyorum.”

“Peki, tamam canım.”

Şımartan Büyükanne ve Büyükbabalar

“Çocuklar ne zaman annem ve babamda kalsa şımarıyor. Büyükanne ve büyükbabaları her şeyi yapmalarına izin veriyor. Her şeyden yakayı sıyrıyorlar ve sonra eve gelince aynı muameleyi bekliyorlar.”

Hayır, bunu yapmazlar. Denerler; ama eğer evde kuralların büyükanne ve büyükbabanınkinden farklı olduğunu biliyorlarsa ve eğer anababa kurallarını açıkça ortaya koyuyorsa çok fazla denemeyeceklerdir. Bu, farklı yerlerin farklı kuralları olduğuna mükemmel bir örnektir.

Eğer çocukların yaşamlarında yalnızca uygun taleplerin değil sürekli keyiflerin yaşandığı özel bir yer varsa ve bu yer bazen gidilen bir yerse, ‘bu onlar için hoş bir şey değil midir? Daima geriye dönüp büyük bir sevgiyle bakacakları özel bir şey değil

midir? Bunun yanı sıra, eğer büyükanne ve büyükbaba asıl bakımı üstlenen kişiler değilse ne onların kattıkları çocuğu şekillendirecek ne de şımartmaları sorunlara veya karakterlerinde pürüzlere yol açacaktır.

Yalan Söyleme

Sam, Bobo ve Tracy'nin anneleri Susan mutfağa girdi ve buzdolabının önünde bir portakal suyu göletiyle karşılaştı. Son kez mutfağa geldiğinden beri Sam ve Tracy gözünün önünde olduğu için bunun Bobo'nun pisliği olduğunu anladı.

“Bobo! Bobo!”

“Ne?” dedi Bobo mutfağa gelerek.

“Portakal suyunu sen mi döktün?”

“Hayır” dedi Bobo.

“Bobo, senin döktüğünü biliyorum. Tracy ve Sam benimle birlikteydi.”

“Onu döken ben değilim. Portakal suyunu ben dökmedim.”

“Bana yalan söyleme Bobo.”

“Yalan söylemiyorum. Başka biri yapmıştır. Kimin yaptığını bilmiyorum. Ben yapmadım anne. Sahiden.” Göz göre göre yalan söyleyen Bobo çok içten görünüyordu.

“Şimdi sana bir şans daha vereceğim Bobo. Bana gerçeği söylemeni istiyorum. Portakal suyunu sen mi döktün?”

“Hayır anne. Ben dökmedim. Nasıl döküldüğünü bilmiyorum.”

“Yalan söylediğini biliyorum Bobo.”

“Söylemiyorum anne, söylemiyorum. Yalan söylemiyorum.”

“Bobo portakal suyunu döküp orada bırakmak bir şey...”

“Ben dökmedim anne.”

“Ama şimdi bir de yalan söylüyorsun ve hâlâ yalan söylemeyi sürdürüyorsun. Sana son bir şans vereceğim, sonra başın belada demektir.”

“Eğer ben döktüysem ve bunu şimdi söylersem ne olur? Döktüğümünden değil ya.”

“Bilmiyorum Bobo. Zaten öyle çok yalan söyledin ki sana yeterince kızmış durumdayım.”

“Tamam, ben döktüm. Bir kazaydı ve çok miktarda döküldüğünü fark etmedim.”

“Hâlâ yalan söylüyorsun. Fark ettin. Yalnızca temizlemeyecek kadar tembelsin.”

“Hayır anne, bu kadar büyük bir birikinti oluştuğunu görmedim.”

“Şu yalan söylemeyi kes tamam mı? Odana git Bobo. Bu akşam televizyon yok.”

“Ama anne, bu bir kazaydı. Böyle bir pislik yaptığını fark etmedim.”

“Çık dışarı Bobo.”

“Sen adil değilsin. Bana asla inanmazsın.”

“Gerçeği söylemeye başlarsan inanacağım.”

“Gerçeği söylüyorum.”

“Git buradan Bobo.”

Çocuklar yalan söyler ve bunu muhtemel bir suçla yüzleştirdikleri zaman çok sık yaparlar.

“Jason lavaboda suyu açık bırakan sen miydin?”

“Hayır.”

“Anna Lee ellerini yıkadın mı?”

“Evet.”

“Sissy bütün fındıklı çikolatalı kurabiyeleri sen mi yedin?”

“Yalnızca bir tane yedim.”

* * *

Çocuklar suçlanacakları hiçbir şey olmadığı zaman da sık sık yalan söyler. Yalan söylemeye başlamak için çocukların *en küçük* bir suç ihtimalini algılamaları yeterlidir.

“Sondra az önce odanda mıydın?”

“Hayır.” Aslında odasındaydı.

“Örgümü orada mı bıraktım diye merak ettim.”

“Hayır, benim odamda değil.”

Sondra neyle suçlanmaktan korkmuştu. Bunu o bile bilmiyordu. Onu tedbirli olmaya zorlayan yalnızca sorunun ifade edilişiydi.

Çocuklar suçlu oldukları garip bir biçimde ortada olduğu zaman yalan söyler.

“Holden Nicholas’ın mor trolünü sen mi aldın?”

“Hayır.” Onu sağ elinde tutmaktadır.

“O nedir?”

“Bilmiyorum.”

Çocukların yalan söylemesi ne iyidir, ne de kötü. Bunu suç savuşturmanın hızlı bir yolu olarak yaparlar. Suçlanmaktan hoşlanmazlar. Anababanın sert, kötü, sevgi dolu ve kibar olmaları önemli görünmemektedir. Suçlanma korkusu gelişmekte olan vicdanlarının karanlık yüzü olarak çocukların kafalarına yerleşmiştir. Suçun kızgın yüzü.

“İşte şimdi başın belada. Hem de *büyük* belada.”

Ve kaçmak için yalan söylerler. Çocuk oldukları için o kızgının intikam tanrıçasına karşı duramayacak kadar küçüktürler. Sadece henüz gerekli olan psikolojik güce sahip değildirler. Bir çoğumuz bu güce daha sonraları bile sahip olmayız.

Bütünüyle dürüst olmak kolay değildir.

“Sissy bütün fındıklı çikolatalı kurabiyeleri yedin mi?”

“Evet yedim. Yememem gerektiğini biliyorum ama; öyle güzellerdi ki kendimi tutamadım. Bu yüzden hepsini yedim.”

Bu çocukların vereceği bir yanıt değildir. Bu kesin gerçektir. Fakat böyle bir yanıt onların kendilerini dayanılmaz bir suçlamaya açık hissetmesine yol açar. Kafasının içindeki annesinin hayalî suçlamasından ürker.

“Sissy bunu nasıl yapabildin? Ne korkunç, ne bencilce bir şey bu!”

Bunu böylesine açık bir şekilde kabul edemez. Hiçbir çocuk bunu yapamaz.

Öyleyse anababalar yalan konusunda ne yapmalıdır?

“Bobo! Bobo!”

“Ne?” dedi Bobo mutfağa gelerek

“Bobo lütfen şu portakal suyunu temizler misin?”

“Ben dökmedim.”

“Bobo lütfen portakal suyunu temizler misin?” Bobo’nun inkârına hiç değinilmez. “Bir şeyi döktüğün zaman onu öylece bırakmak iyi değildir. Biri ona basıp kayabilir veya bastıktan sonra bütün eve ayak izlerini bırakabilir.”

“Ama onu ben dökmedim.”

“Bobo portakal suyunu temizle.”

Bobo’nun annesi onun portakal suyunu temizlemesini belki sağlayabilir, belki sağlayamaz. Ama annesinin odaklanmayı

seçtiği şey temizliktir, yalan söyleme değil. Anababaların bir seçeneği vardır. Ya yalan söylemeye ya da elde mevcut olan konuya odaklanabilirler. Ben ikici yolu öneririm.

“Jason lavabodaki suyu açık bırakan sen miydin?”

“Hayır.”

“Onu ben kapatmak zorunda kaldım. Su boşa harcanıyor. Lavaboyu kullandıktan sonra suyu kapamayı hatırlamaya çalış.”

“Anna Lee ellerini yıkadın mı?”

“Evet.”

“Sanmıyorum. Gidip yıka. Hemen!”

“Sissy bütün fındıklı çikolatalı kurabiyeleri sen mi yedin?”

“Ben yalnızca bir tane yedim.”

“Sissy ben sana bütün kurabiyeleri yememeni söylemiştim. Senden bunu yapmamamı istemiştim. Şimdi bu beni çok kızdırdı. Artık sana güvenip kurabiye torbalarını ortada bırakabileceğimi sanmıyorum.”

Bu temiz ve basittir ve konuya odaklı kalır. Ne de olsa yalan söylemeyi bir mesele haline getirmek çok da yararlı değildir.

“Onun Yaptıklarıyla İlgili Gerçeği Anlatmasını İstiyorum”

Yalan söylemeye benim yaklaşımım ile ilgili bir sorun, ne olduğuna karar verme sorumluluğunu anababaya bırakmasıdır. Anababanın ara sıra kötü bir hareketten dolayı çocuğu yanlış yere suçlama ihtimali olduğu açıktır. Fakat bu, cezaya başvurma belirsiz bir avantaj sağladığı yerlerden biridir. Ceza olmadığı için, çocuğa olabilecek en kötü şey başka birinin pislüğünü temizlemek veya haksız yere anababasının öfkesini hissetmek zorunda kalmaktır.

“Ama ben yapmadım anne.”

“Bunu dinlemek istemiyorum Justin.”

“Ama ben YAPMADIM.”

“Çık buradan!”

Justin bozulacak, çok kızacak ve altüst olacaktır. Fakat çocuk ceza görmediği ve bütünsel olarak bakılınca anababasının kendisini sevdiğini ve adil olmaya çalıştığını bildiği zaman ara sıra bir şeyden dolayı haksız yere suçlanmak ne kadar kötü olabilir?

Bunun alternatifi, yani anababanın sorgu yargıcı rolünde olması çok daha kötüdür. Anababa yalan söylemeyi büyük bir mesele haline getirirse, her defa çocuğun yalan söyleyip söylemediğine karar vermek önemli hale gelir. Anababa ağır silahlarını ortaya çıkarmaya zorlanır ve gerçeği bulma arayışında gerçekten dehşetli sahneler yaratılabilir. Bu büyük bir hataya dönüşebilir.

“Bana söylemeni istiyorum Sissy. *Garajdaki pislği sen mi yaptın?*”

“Hayır anne, yemin ederim.”

“Sissy yalan söylemesen iyi olur. Gerçeği bilmek istiyorum. O pislği sen mi yaptın?”

“Hayır anne ben yapmadım. Ben yapmadım.”

Bunun yerine, anababalar tıpkı Bobo’nun annesi gibi, suçlanan ve şartlarla ilgili mevcut bilgiye dayanarak en isabetli tahminlerini yürürlüğe koymalıdır. Çocuklarının yalan söylediğini düşünüyorlarsa az önce anlatıldığı şekilde yol alabilirler.

Dökülen Portakal Suyu mu, Yalan Söyleme mi?

Bobo’yla ilgili örnekte tasvir edildiği gibi belki de yalan söylemeyle ilgili en büyük sorun konudan çıkılması ve eldeki sorundan uzaklaşılmasıdır. Bobo’nun durumunda dökülen por-

takal suyu unutulmuştur. Çok daha ciddi bir konu ortaya çıkmıştır: dürüstlüğün öğretilmesi ve karakterdeki pürüzlerin düzeltilmesi. Bu konu değişikliği çocuk yetiştirmedeki bir diğer önemli hatadır.

Yalan söyleme üzerinde odaklanmak için bir dürtü hissederseniz, çocuklarda kötü karakter özellikleri bulunmasının büyük bir anlam taşımadığını hatırlayın. Yalan söylemek bebek kişilik davranışıdır. Gelecekteki pürüzlerin belirtisi değildir. Bebek kişilik en ufak bir suçlama ihtimalini sezinlediğinde *daima* yalan söyleyecektir. Aslında çocuklukta, özellikle evde ve anababaya karşı yalan söylemenin dürüst bir insan olmakla pek az ilgisi vardır.

Son bir örnek vermeme izin verin.

James Earl annesinin ispirtolu kalemlerini arkadaşı Bennett'in evine götürmesine izin vermeyeceğine dair yanlış bir fikir edinmişti (annesini bir kez kalemlerini her yere taşımamasını yoksa kaybedebileceğini söylemişti). Sonuç olarak James Earl, Bennett'in annesinin ispirtolu kalemleri getirmesini özel olarak nasıl rica ettiğine ve onları görmeyi ne kadar istediğine dair ince işlenmiş bir hikâyeye uydurdu.

Fakat annesi bu hikâyenin uydurma olduğunu hemen anladı.

"James Earl bunların hiçbirini doğru değil. Bayan Wilson böyle bir şey söylememiştir."

"Söyledi anne."

"Yalan söylememelisin. İspirtolu kalemlerini Bennetlere götürmenin benim için hiçbir sakıncası yok. Onları ne kadar sevdiğini ve arkadaşlarına göstermeyi ne kadar istediğini biliyorum. Benim için sorun yok."

"Öyle mi?"

"Evet."

"Ya?"

James Earl'ün annesi hata yapmıyor mu? Yalan söylemeyi ödüllendirmiyor mu? James Earl'e "Yalan söylediğin halde yakayı sıyrabilirsin" mesajı vermiyor mu?

Ana fikir gerçekte bu değildir. James Earl'ün annesinin verdiği mesaj şudur: Yalan söylemen ya da söylememen verdiğim karara etki etmez. Kararlarımı her zaman yaptığım gibi senin için istediklerim ve senin için iyi olduğunu düşündüklerim konusundaki hükümlerime dayanarak veririm. Senin davranışın benim kararlarımı kontrol etmez. Bana göre çocukluğunun bir parçası olarak yalan söyleyebilirsin veya söylemeyebilirsin, bu önemli değil. Yalan söylemen dışarıda, benden ayrı olduğun zaman önemli hale gelir ve orada riske girmek zorunda kalırsın. Ben seni dışarıdaki davranışlarının sonuçlarından koruyamam. Fakat benim sana ve senin çocukluğuna armağanım, benim yanımda yaptıklarının önemli olmamasıdır.

Bu her zamanki gibi harika bir anlaşmadır.

Dürüstlüğü Öğretmek

Ama yalan söylemeyi öylece göz ardı edemezsiniz. Yalan söylemek kötüdür. Anababaların çocuklarına yalan söylememeyi öğretmeleri beklenmez mi? Dürüst olmayı nasıl öğrenecekler?

Evet, çocuklarımıza yalan söylememeyi ve dürüst olarak yetişmeyi öğretmeliyiz. Öyleyse nasıl dürüst çocuklar ortaya çıkarabiliriz?

1. Çocuğunuzla dürüst ilişki kurun. Hiçbir şey daha önemli olamaz.
2. Çocuğunuza örnek olarak başkalarıyla ilişkinizde dürüst olun.
3. Çocuğunuza bakın, onu besleyin.
4. Çocuk yetiştirmenin akışı içinde sınırlar koyun ve uygun taleplerde bulunun.
5. Çocuğunuza aşırı sert davranmayın.

Son üç önerinin dürüstlikle çok az ilgisi varmış gibi görünebilir. Ancak vardır çünkü, dürüst olmak için kendi hatalarınızı sahiplenmek zorundasınız ve bu dünyada sahtekâr olmadan da yaşamınızı sürdürebileceğinize güvenmek zorundasınız. Bunların her ikisini yapmak için kendinize ve dünyada yaşamınızı sürdürme yeteneğinize güvenmek zorundasınız. Son üç öneri bu güveni oluşturur.

Dikkat edebileceğiniz gibi bu listede eksik olan şey, insanın çocuğuna yalanın kötü olduğunu söylemesidir. Gerçekte bunun biraz etkisi vardır fakat rolü gerçekten küçüktür. Çocuk yetiştiren her anababanın bildiği gibi, yalan söylediği için çocuğu paylamanın ve belki cezalandırmanın çocuğun tekrar yalan söyleyip söylemeyeceği üzerindeki etkisi sıfırdır. Aslında bunu büyük bir mesele haline getirmenin veya bunun için çocuğu cezalandırmanın asıl etkisi, çocukları yalanlarının yakalanmaması konusunda fazladan dikkatli hale getirmektir. Bir de korkunç sahnelerle yol açar.

Hikâyeler Uydurma

Nate'in annesi, oğlunun arkadaşı Danny'ye anlattıklarına kulak misafiri oldu.

“Geçen hafta sonu büyükbabamı ziyarete gittik. O çok zengin. Bir malikânede yaşıyor. Bir sürü atı var ve oraya her gittiğimizde ata binebiliyorum. İnanmıyorsan kolumdaki morluğa bak. Bu yüzden morardı. Onun atlarından birinden düştüm. Henüz iyi bir binici değilim, ama olacağım.”

Yukarıdakilerin bir kelimesi bile doğru değildi.

Hikâye uydurmak yalan söylemekten tamamen farklı bir türdür. Yalan söylemek suçlanmaktan kaçmaktır. Fakat hikâye uydurmak hayal gücü ile esaslı bir tablo çizmektir. “Altı köpeğimiz var biliyor musun?” Başkalarının gözünde saygı kazanmak veya ün salmak içindir. “Dün yerde öylece duran yirmi dolarlık bir banknot buldum. Orada öylece duruyordu.”

Nate'in anababasının hikâye uydurmayla ilgili yapabileceği hiçbir şey yoktur. Hikâye bir arkadaşla anlatılıyorsa, anababa buna müdahale etmemelidir. Bu Nate'le arkadaşları arasındadır. Büyüdükçe, onun anlattıklarından daha çok şüphe duymaya başlayacaklardır. "Saçmalıyorsun Nate." Deneyim Nate'e hikâye uydurmaya son vermeyi öğretir.

Fakat hikâye uydurmayla ilgili sorunlar *olabilir*.

"Okuldaki şu çocuk var ya, Jamie. Sürekli benimle uğraşıp duruyor ve Bayan Jenkis bu konuda hiçbir şey yapmıyor. Te-neffüste hiç neden yokken beni tekmeledi. Bu yüzden ikimiz büyük bir kavgaya tutuştuk. Ona gününü gösterdim."

Alex babasına Jamie'nin onunla uğraşması, onunla diğer kavgalar ve Bayan Jenkins'in bu konuda bir şey yapmamasıyla ilgili hikâyeler sıralamaya devam eder. Hikâyeleri sonunda babasını Bayan Jenkins'i aramaya teşvik eder.

"Hayır, Alex ve Jamie hiç kavga etmedi. İyi geçiniyorlar. Hayır, Alex'in neden bunları anlattığıyla ilgili hiçbir fikrim yok."

Alex'in babası onun bu hikâyeleri neden anlattığını çözebilir veya çözemeyebilir. Bununla birlikte bir daha hiç olmamış olaylar için okula sıkıntı verici telefonlar etmeyi kesinlikle istemez.

"Alex, bugün okulu aradım çünkü senin Jamie'yle sürekli olarak kavga etmeden endişe duyuyordum. Kavga etmediğini söylüyorlar. Sırf senin için kaygı duymaktan Bayan Jenkins'i arayıp, ters giden hiçbir şey olmadığını öğrenmekten hoşlanmıyorum."

Bu örnekte, Alex'in babası oğluna hikâyeler uydurmanın niyet edilmemiş sonuçları olabileceğini, bu yüzden söylediklerine dikkat etmesi gerektiğini açıkça söylemiştir. Yapabileceği daha fazla bir şey yoktur. Çocuklukta yaygın olarak hikâyeler uydurmak çocuğun güven eksikliği çekebileceğinin bir işareti midir? Belki, bu yüzden anababa çocuklarında güven eksikliği

olup olmadığını gösteren başka işaretlerin varlığını araştırmalıdır. Aslında meselenin özü şudur: Hikâye uydurmak, hatta çok fazla hikâye uydurmak çocukluk standartlarına oldukça uygun düşer. Bu, çocuğun büyüdükçe vazgeçeceği bir şeydir. Yani esasında anababaların hikâye uydurma konusunda endişe etmemekten başka bir şey yapmaları gerekmez.

Karşılık Verme

“Hayır Aaron, televizyon hemen kapanıyor ve daha fazla sızlanma istemiyorum.”

“Sızlanan sensin.”

Karşılık verme. Karşılık vermeye ilgili iki temel gerçek vardır. İlki bebek kişilikle ilgilidir.

Karşılık verme bebek kişilikten gelir; konuşan bebek kişiliktir. Bu sayfalarda tekrar tekrar tartışıldığı gibi, bebek kişilik anababanın tepkisiyle beslenir ve bu tepkinin nasıl olduğunun hiçbir önemi yoktur. Ve bebek kişilik anababanın tepkisiyle beslendiği için, haşin cezalar ve yüze atılan sert tokatlar hariç anababanın karşılık vermeye göstereceği her türlü acil tepki karşılık vermeyi azaltma değil, yalnızca artırmaya yarayacaktır. Buradan hareketle “Ağzından çıkana dikkat etsen iyi olur” gibi azarlamalar veya “Tamam o halde. Yarım saat erken yatıyor-sun” gibi ceza tehditlerinin karşılık vermeyi azaltmayacağı söylenebilir.

Gerçek 1: Anababanın amacı karşılık vermeyi en aza indirmekse, en etkili acil tepki -yine ağır ceza ve sert tokatlar hariç- tepki vermemektir.

“Hayır Aaron, televizyon hemen kapanıyor ve daha fazla sızlanma istemiyorum.”

“Sızlanan sensin.”

“Televizyonu kapat.”

Daha sonra, eğer isterseniz, ama kesinlikle daha sonra:

“Aaron bana karşılık vermenden hoşlanmıyorum. Televizyonu kapamanı istedim ve karşılık vermenden hoşlanmıyorum.”

Maksadınızı ortaya koyduktan sonra daha fazla söylenecek bir şey yoktur.

Gerçek 2: Haşin cezaları ve yüze atılan sert tokatları çocuk yetiştirme uygulamasının bir parçası olarak kullanmayan anababalar karşılık vermeye izin *verirler*. Fakat izin vermekle onaylamak aynı şey değildir. Anababa çocuğun karşılık vermesini onaylamadığını onun anlayabileceği bir şekilde göstermelidir.

Son Sözü Söylemek

“Ojeme dokunmanı istemiyorum, hepsi bu kadar.”

“Ama etrafı kirletmeyeceğim.”

“Hayır bunları daha önce konuştuk. Hayır.”

“Ama bu haksızlık.”

“Hayır Carly, hepsi bu kadar.”

“Hayır, değil. Beni hiç dinlemiyorsun.”

“Carly kes şunu.”

“Sen kötüsün. Kötüsün.”

“Sözlerine dikkat etsen iyi olur Carly.”

“Sen dikkat etsen iyi olur.”

Çocuklar son sözü söylemekten hoşlanır. Biz de son sözü söylemekten hoşlanırsınız. Stratejik olarak, anababanın durduğu noktadan “son sözü kim söyleyecek” savaşına girmek genellikle iyi sonuç vermez. Fakat stratejik düşünceler bir yana, anababa olarak bizler hangisinin daha yetiştikince bir davranış olduğuna karar vermeliyiz: Son sözü söylemek mi, son sözü onların söylemesine izin vermek mi? Bu bizim tercihimiz.

Saldırgan Davranışlar

Dört yaşındaki Tanya anaokulunda Stephen'ın yeni bazı tahta küplerle oynadığını gördü. Onlarla oynamak istediğine karar verdi, bu yüzden oraya gitti ve hiçbir şey söylemeden küpleri Stephen'dan almaya başladı.

“Dur” dedi Stephen küpleri tutmaya çalışarak.

“Hayır” dedi Tanya ve Stephen'ın kolunu oldukça sert biçimde yumrukladı. Stephen ağlamaya başladı.

Saldırgan davranış hoş bir şey değil, ama belki de her zaman görüldüğü kadar kötü de değildir.

Şiddet -bir başkasına kasten zarar vermek- daima kötüdür. Ancak saldırganlık -bir başkasını hedefleyen zorlayıcı eylem-şiddetle aynı şey değildir. Saldırganlık birinin yüzüne sert bir şekilde vurmaktır. Aynı zamanda bir beyzbol topuna elinden geldiğince sert vurmaktır. Saldırganlık doğuştan gelen çirkin bir iz yüzünden sınıf arkadaşını kötü niyetle kızdırmaktır. Ama aynı zamanda yirmi dakikadır ihmal edildiği kalabalık bir restoranda siparişini vermek için garsonu çağırmasıdır. Saldırganlık başka bir çocuğun oyuncakını sormadan almaktır. Ama aynı zamanda can sıkıcı bir matematik problemini çözmeye çalışmaya geri dönmek ve çözüm arayışında can sıkıntısıyla da fiilen savaşmaktır. Saldırganlık psikolojik yapımızın normal, sağlıklı ve gerekli bir parçasıdır. Aslında saldırganlık yapıcı şekilde yönlendirildiğinde başarmanın, istediğini elde etmenin gerekli bir parçasıdır ve bu yüzden başarılı ve mutlu bir hayatın da gerekli bir parçasıdır. Saldırgan davranış kötü değildir.

Başkalarına zarar veren saldırgan davranış kötüdür. Anababanın görevi saldırgan davranışı bastırmak değil, zararlı olabileceği yerde çizgiyi çekmektir. Anababa, bir kardeşin merdivenden inerken itilmesi veya oyun kavgası esnasında taş atmak gibi ciddi zarara yol açacak saldırgan davranışı önlemenin yollarını aramalıdır. Mesaj şu olmalıdır: Kendine ve başkalarına ciddi zarar verebilecek davranışa izin yok. Fakat

“Ama Lawrence Adam korkmaz.”

Ve Lawrence hulahopunu çubuklardan oluşan gruba doğru itelemeye başladı. Onları yamyassı etti.

“Bunların hepsi gözleme oldu” dedi Lawrence gülerek.

Lawrence sonra sistemli bir şekilde bütün çubukları tekrar ayağa dikti.

“Hayır. Lütfen bizi bağışla. Sana zarar vermeyeceğiz” dedi yüksek ve komik bir sesle.

“Sanmıyorum” dedi Lawrence normal sesiyle ayaktaki çubuklar ordusunu hulahopuyla yeniden dümdüz ederken.

“Lapalı insan gözlemeleri” dedi gülerek.

Lawrence bu gösteriyi birçok defa yineledi. Fakat sonunda bu oyundan bıktı.

“Lütfen. Hayır. Lütfen” dedi Lawrence komik sesiyle bir kez daha dümdüz edilmiş çubukların tepesine dikilirken.

“Şimdi ölün” dedi Lawrence ve çubukları ezmeye başladı. “Ölün. Ölün!” dedi sonunda çubuklar tamamen yere gömülene kadar üzerlerinde tepinerek.

Lawrence’ın annesi oğlu tarafından sunulan bu şiddet dolu gösteriyi izlemişti. Endişeliydi. *Oğlunun nesi vardı?*

Yanıt şudur: Lawrence’ın hiçbir şeyi yoktur. Yaşamın erken dönemlerinde, çocuklar içindeki hiçbir şeyin gerçek olmadığı bir alem olduğunu fark eder. Bu taklit dünyası, fantezi dünyasıdır. Bu alemde her şey olabilir ve bununla birlikte olanlar “sahiden” olmaz.

Bu çok önemli bir alemdir çünkü gerçek dünyada dışa vurulduğunda gerçekten ciddi sorun olacak kötü düşünce ve duygular burada bütünüyle zararsız şekilde ifade edilebilir ve hatta iyi duygular bile verebilir. Aslında, fanteziyi kullanabilen insanların kızgınlıklarını dışarı vurmaları olasılığı fiilen daha çok de-

ğil, daha azdır. Bu “yalancık” olaylar dünyası, insanın içinde tıkanıp kalacak, giderek büyüyecek ve gidecek hiçbir yeri olmayacak, sonuçta da gerçek eylemden başka ifade yolu bulamayacak kötü duygular için sağlıklı bir çıkış yolu sunar.

Fantezi yoluyla her tür duygudan kurtulabiliriz. Bunu biz yetişkinler de yaparız.

“Patronumdan nefret ediyorum. Bazen onu gerçekten boğmak istiyorum. Gerçekten.”

“Seni çok iyi anlıyorum. Ben de hep Howard’ı boğmak isterim. Belki gelecek perşembe yaparım.”

Her iki kadın da gerçekten hiçbir şey yapmayacağını bilir. Ama yine de bunu düşünmek iyi gelir.

Bazı çocuklar fantezilerle daha içli dışlı olabilir. Genellikle bu, söz konusu çocukların daha fazla oyunculuk yeteneğine ve daha geniş bir hayal gücüne sahip oldukları anlamına gelir. Ortaya koydukları şeyler altüst edici olsa da, bu ifade ettiklerini yapmalarının daha olası olduğu anlamına gelmez.

“Jamie okulda üzerine on üç ok saplanmış bir adam resmi çizmiş, tabii akan kanları da.” Bu çizim büyük ihtimalle sınıf arkadaşlarının kışkırdığı bir şeydi. “Onun için endişeleniyorum.”

Kötü şeyler dilemek, ifade etmek ve hayalini kurmak bir sorun değildir. Bu çok normaldir. Hayal potansiyel olarak zararlı eylemlere *yol açabilir mi?* Hayalin böyle eylemlere şekil verebileceğine kuşku yoktur. Fakat şiddeti teşvik eden hayal *değildir*. Şiddet, şiddet içeren fantezilerden gelmez. Hayal kurma şiddete şekil verebilir fakat şiddet, kızgınlık ve dürtülerin kontrolünün zayıflığından gelir. Bunların her ikisi de burada defalarca ifade edildiği gibi her şeyden çok çocuğa karşı şiddet kullanılmasından ve sınır konmamasından kaynaklanır. Bütünsel olarak bakılınca, fantezinin kullanımı şiddeti sınırlar, şiddete yol açmaz.

Çocuklarda Şiddete Ne Yol Açar - Anababa Bu Konuda Ne Yapabilir

Yedi yaşındaki Lyle'nin babası tesadüfen çocuklarının televizyon izlemekte olduğu odanın önünden geçiyordu.

“Sen ve senin gibiler, hepiniz öleceksiniz” dedi televizyondaki silah tutan adam, sonra silahını dört kez ateşledi ve diğer adam muhtemelen ölmüş olarak yere düştü.

Lyle'nin babası gidip televizyonu kapadı.

“Lyle çizgi film izlediğini zannediyordum.”

“Sıkıldım” dedi Lyle.

“Bu zırvaları seyretmene izin olmadığını biliyorsun.”

“Biliyorum” dedi Lyle.

O günün ilerleyen saatlerinde, Lyle iki ev ötede oturan kendi yaşındaki bir oğlanla, Clark'la dışarıda oynuyordu.

“Sen ve senin gibiler, hepiniz öleceksiniz” dedi Lyle elindeki sopayı arkadaşına doğru tutarak, “Kh... kh... kh...” dedi ve sonra sopayı atarak var hızıyla Clark'a koştu, ona çarpıp yere devirdi.

“Sen öldün” dedi Lyle.

Dünyamızdaki şiddetin, bu dünyanın özellikle televizyon kanalıyla evlerimize ulaşan sunumları dahil, çocuklarımız üzerinde kesinlikle bir etkisi vardır. Televizyonda şiddet görmek genç zihinler için korkutucu ve/veya teşvik edici olabilir, özellikle bu şiddet soğukkanlı, komik ve gıpta edilecek bir şey olarak tasvir edildiği zaman. Bununla birlikte, bu imajlar en önemli olana, bizim anababalar olarak çocuklarımızla yaptıklarımıza kıyasla görece olarak önemsiz kalırlar.

Eğer çocuklarımızı dünyamızdaki şiddetin parçası olarak yetiştirmek istemiyorsak, çocuklarımıza karşı şiddet uygulamayız. Eğer sevecen ve düşünceliyse ve şiddete asla başvuru-

muyorsak, eğer özdenetim uygulayabiliyorsak, o zaman dünya onlara ne sunarsa sunsun, bu şiddetin bir parçası olmayacaklarını temin etmede çok yol kat etmiş oluruz.

Bunun bir istisnası, çocukların sefalet ve ümitsizlik içinde yetiştirildiği, günlük güvenliklerinin gerçekten belirsizlik içinde olduğu ve onların gelecekte hiçbir umut görmediği durumlardır. Böyle durumlarda, şiddet karşıtı pek çok destek ortadan kaldırılmıştır. Evin etkisi hâlâ çok güçlüdür, ancak bu etki acımasız gerçekliği evlatlarımızı sakınabileceğimizin çok üstünde olan bir dünyaya yenik düşebilir.

Rekabet

Rekabet, saldırgan bir biçimde insanları yenmeye çalışmanızdır. Kazanırsınız. Kaybedersiniz. Rekabet saldırganlığı sağlıklı amaçlara kanallize edilebilir mi? Yoksa yalnızca saldırgan insanların istediklerini başkalarını ezme pahasına elde etmeyi öğrenmelerinin bir başka yolu mu?

Sekiz yaşındaki Jimmy'nin arkadaşı Brian onlara gelmişti ve dama oynuyorlardı. Jimmy kaybetmişti ve kriz geçiriyordu. Kıpırmızı oldu ve avazı çıktığı kadar bağırmağa başladı, "Bir daha asla seninle oynamayacağım. Damadan nefret ediyorum." Davranışı bu noktadan itibaren az çok bir düşüş gösterdi. Arkadaşı Brian oturdu ve izledi.

Aynı zamanda bu sahneyi gözlemekte olan Jimmy'nin babası da oğlunun davranışı karşısında dehşete düşmüştü. *Jimmy kaybetmekle başa çıkamıyor. Bu korkunç bir şey.*

Daha sonra babası Jimmy'ye kazanmaya bu kadar önem vermesinin ne kadar yanlış olduğu, oyunların amacının kazanmak değil, eğlenmek olduğuyla ilgili bir konuşma yaptı.

"Ama ben kazanmak *istiyorum*" dedi Jimmy.

Rekabet -kazanmak uğruna kazanmaya çalışmak- çocuklar için kötü mü?

Rekabet, yani net olarak bir kazanan ve bir kaybedenin olduğu durumlar, şu noktalarda eleştirilir.

(1) Çocuklar kaybettiği zaman moralleri yerle bir olur, öz-saygılarının zarar görmesi de imkân dahilindedir.

Veya belki de daha kötüsü, (2) Kazanmak her şeydir yaklaşımı geliştirirler, ki bu noktada bütün önem verdikleri kazanmaktır ve süreç içinde başkalarının duygu ve ihtiyaçlarına karşı duyarsızlaşırlar; rekabetçilik ve başkalarına karşı duyarlılık birbirine zıt şeyler haline gelir.

Damada, beyzbolda, ata binmede, okulda en iyi haliyle rekabet, meydan okuyacağınız bir ortamda son hadde kadar çabalamak, kendinizi sonuna kadar geliştirmek, elinizden gelenin en iyisini yapmaktır. Bu güçlü bir motive edicidir ve bunu başaran çocuklar çok rekabetçi olma eğilimindedir. Fakat rekabet hem kazanmayı hem kaybetmeyi içerir.

Küçük çocuklar rekabetin kaybetme bölümünü pek hoş karşılamaz. Fakat büyüdükçe birçok çocuk kaybettikleri zaman dengelerini kontrol etmeyi ve kazanmayla kaybetme konusundaki bakış açılarını değiştirmeyi öğrenir.

“Kazanmak istiyorum. Her zaman istediğim kadar. Ama bu her şey değil. Kaybetsem de eğlenebilirim, bu beni kızdırsa da. Aynı zamanda gidip tekrar deneme konusunda beni mücadele-ye davet eder.”

Çocuklar kendileriyle de rekabet etmeyi öğrenirler.

“Harikaydım. Çoğu zaman olduğu gibi üçüncü geldim; ama şimdiye kadar hiç bu kadar iyi olmamıştım.”

“Her zamanki gibi Rodney’ye yenildim ama altı-dört, yedi-beşti. Gerçekten topa iyi vurma konusunda kusursuz hale geliyorum.”

Bunların hiçbirisi başkalarına önem vermeye ters düşmez. Eğer bir çocuk ilgili bir insan olarak gelişıyorsa, rekabet bu ortama uyum sağlar. Çabalamak ve kazanmak eğlenceli ama aynı

zamanda benim karşımda cesaretle durabilecek rakipler de isterim. Ne pahasına olursa olsun kazanmak istemem, başkalarının istırap çekmesine yol açan şey lânetlidir.

Yetişkinler kuşkusuz, gayenin eğlenmek ve elinden gelenin en iyisini başarmaktan ziyade kazanmak olduğunu söyleyerek çocuklara rekabeti yanlış izah edebilirler.

Bazen yarışmalar mutlu sonla biter. Herkes herkesi bütün varlıklarıyla katıldıkları ve asıl onur duyulacak şey bu olduğu için kutlar. Denemek. Kaybedenlerin bir şekilde daha az iyi, daha az itibarlı görünmesi felakettir. Fakat sağlıklı rekabet -böyle bir şey *vardır*- kesinlikle yaşamı zenginleştirir.

Benim Nick on yaşlarındayken, bir yaz günü arka bahçede bahçeyle ilgili bazı işler yapıyordum. Nick, bizim icabında saha haline de gelebilen araba yolunda iki arkadaşıyla basketbol oynuyordu. Arkada çalışırken basketbol oyunlarını duyabiliyordum zıplayan veya çembere ya da tahtaya çarpan topun sesini değil, daha çok yüksek sesle tartışmaları ve çok miktarda küfrü. Ara sıra onları izlemek için evin diğer tarafına gidiyordum; orada gerçekten basketbol oynandığına bin şahit isterdi. Daha çok tartışma ve küfürleşme vardı. Bu bir faul müydü? Topu sürmüş müydü? Aslında, bir saat süresince ancak beş dakikalık gerçek oyun oynanmış olabilirdi.

Fakat tartışma da oyunun bir parçasıydı. Oynayan herkesin bildiği gibi, basketbolun önemli bir parçası, üzerinde anlaşmaya varılmış kuralların yerleştirilmesidir ki, böylece oyun engellenmeden devam edebilsin. Bound ve rebound nedir? Top nasıl sürülür? Ne kadar saldırganlığa (faule) izin verilecek, ne kadarına verilmeyecektir? Buluş çağındaki biri ya da bir yetişkin bir hakemin olmadığı resmi olmayan bir sahada basketbol oynadığı zaman, oyuncular zaten üzerinde mutabık kalınmış kurallarla yeniden müzakere etmek zorunda kalmaksızın oynamayı bilmeli ve bunu yapabilmelidir ki oyun devam edebilsin ve eğlenceli olabilsin.

Bu kuralların bilgisi ve onlara sadık kalarak oynama yeteneği sihirli bir şekilde hiç yoktan ortaya çıkmaz. Bu beceriler, tıpkı Nick ve arkadaşlarının yaptığı gibi, çocukluk boyunca oynanan birçok basketbol oyununda tartışılarak oluşturulmuştur.

Genç bir yetişkin olarak Nick basketbol oynamayı sever ve sürekli oynar. Fakat bazı insanlar kanının son damlasına kadar süren rekabet ve oyuna eşlik eden kaçınılmaz tartışmalar için gerekli yaradılışa sahip değildir ve sonuçta basketboldan vazgeçerler. Veya daha az duygu yüklü bir tarzda oynamalarına izin veren, daha az ciddi, daha heyecansız bir stil geliştirirler. Fakat hiçbir zaman oyundan daha rekabetçi olanların aldığı kadar haz almazlar.

Vurgulamak istediğim nokta nedir? Katılma, deneme ve a-sılmanın hayatta gerçek yaraları vardır. Fakat denemenin içinde sinir bozukluğu ve hayal kırıklığı da örülüdür ki, bunlar acı verir. Ancak ödülleri kıymetlidir. Anababalar bu çabaları teşvik eder ve destek olurlarsa iyi ederler. Ve anababalar zaferlerin değil denemenin ve çaba göstermenin üzerinde durursa, çocuklarına çok daha fazla faydaları dokunacaktır.

Daha Zor Sorunlar

Çok İyi Karşılama

Yeterince atak olmamak ciddi bir sorun olabilir. Saldırganlık gibi göze çarpmayan, buna rağmen tehlikeli bir konudur. “Onların” ne düşüneceğine çok fazla önem verirsem, eylemlerimin sonuçları hakkında çok fazla endişe duyarsam, sonuç olarak kişiliğimin iyi, normal atak parçalarına mani olabilirim. Kendimi çok fazla emniyete alabilir ve sonuçta çok kararsız ve eylem yapamaz hale gelebilirim. Ne yazık ki sonunda bebek kişiliğin daha sinsi ve sakatlayıcı entrikalarından birini ortaya koyabilirim (Bölüm 1’de tartışıldığı gibi).

“Anne küçük turtalarından bir tane daha alabilir miyim?”

“Hayır Jessica. Akşam yemeğine çok az kaldı.”

“Lütfen anne. Gerçekten açım.”

“Hayır dedim Jessica.”

Ve Jessica iç çeker, gözlerini devirir, döner ve mahzun bir şekilde mutfağı terk eder. Yalnız başına kaldığında, küçük turtayı elde edemediği için kendini kötü hisseder. Onu gerçekten istemiştir.

“İstediğimi asla elde edemiyorum. Asla ve asla.”

Biraz zaman ve birkaç gözyaşından sonra, Jessica tekrar kendini iyi hissetmeye başlar.

Büyük bir yaygara çıkarmadan annesinin başka bir küçük turta isteğini reddedişini kabul etmiş, bir süre için kendini üzgün hissetmiş, sonra bu geçmişti. Her zaman koca yumrukları hazır olan, çok sevdikleri halde varlığı anababasının felaketi olan erkek kardeşi Malcolm'a hiç benzemiyordu.

“Neden hiç olmazsa bazen Jessica'ya biraz olsun benzemiyor?”

Hayal kırıklığını kabul edebilmeliyiz. Fakat Jessica fazladan bir turtayı gerçekten istemişti. Aslında, erkek kardeşinin birkaç gün önce benzer bir durumdayken tipik büyük krizlerinden birini geçirdiği zamanki kadar çok istemişti. Jessica yalnızca hayal kırıklığına uğramıştı. O, erkek kardeşinin tersine, annesinin fikrini değiştirmesini sağlamak için büyük bir zorluk çıkarmamıştı. Bununla birlikte, Malcolm'ın huysuzluğu da annesini bir turta daha vermeye ikna edememişti.

Kabulün altında, atak olmayışın altında, bebek kişilik kendi pasif görüntüsünde gizlenerek pusuya yatabilir. Bu pasif hale bürünen bebek kişilik atak davranışı hor görür; çünkü atak davranış risk alır: Zarar görebilirsiniz, insanlar sizden hoşlanmayabilir. Pasif kılıfının içinde bebek kişilik daima emniyette olmak ister. Fakat onun arzularını önemseyemediğimiz zaman başımıza gelenlerin sorumluluğunu alma konusunda isteksizleşir ve sonunda istediğimizi alamayacak hale geliriz ve artık kendi yaşamlarımızda etkili aktörler değilizdir. Kaderimizin kendi ellerimizde olmadığını hissederiz. Filozofça bir hüznün, bir teslimiyet geliştiririz; dünyadaki hiçbir şeyin bizim istediğimiz şekilde gitmediğine ve bu konuda yapabileceğimiz pek az şey olduğuna inanırız. Yaşamlarımız büyük ölçüde o koca dünyanın ellerindedir ve bu dünya çok sık olarak şefkatsiz davranabilir. Sonuçta kurban haline geliriz ve bunun başka bir yolu olmadığına gerçekten inanırız. Kendi yaşamımızda oynayabileceğimiz rolleri en aza indirgeriz.

Ama ne yapabilirim? Dünya çok büyük ve güçlü, bense küçük ve güçsüzüm. Hayatım başkaları tarafından şekillendiriliyor. Ve ben bunu kabul etmek zorundayım; çünkü dünyanın hali böyle.

Hayata bu şekilde yaklaşmanın özellikle sinsi olan tarafı, büyük bir avantaja sahip olmasıdır. Avantajı şudur: Acı çeksem de, kendimi bunalımda, hatta çok bunalmış hissetsem de kendi hayatımın sorumluluklarından ve karar vermenin bütün *endişelerinden* uzağım. Birçok insan çoğu zaman endişe yerine bunalımı tercih eder. Bunalım acı verebilir; ama yine de rahatlatıcı bir yanı vardır. Endişe ise hiçbir zaman öyle değildir. Ben kendi sorumluluğumu başkalarına, kadere devrettim; onlar küçük ve etkisiz olan benden çok daha güçlüler.

Çocuklarda, pasif kılıfı içindeki bebek kişilik anneye yaslanmaktan ve her şeyi onun ellerine bırakmaktan hoşlanır (Bunu daha önce tanımlamıştım). *Her şeyin* sorumluluğunu kolayca başkalarına yükleyen pasif bebek kişilik, anababa için, çocuğun vermesi gereken kararların dışında kalmayı zorlaştırır.

“Neli doldurma istersin tatlım?”

“Bilmiyorum, sen karar ver anne. Neden hoşlandığımı biliyorsun.”

Fakat bu çocuklar, uzun vadede, tek başlarına ayakta durabilmek için gereken karar verme yeteneğinden kendilerini yoksun bırakırlar.

Bütün bu karar verme, bütün bu sorumluluk çok stresli.

Hayal kırıklığını kabul etme yeteneği, olgunluğun can alıcı bir parçasıdır. Fakat çok fazla kabul, kişinin kendi hayatının önemli bir oyuncusu olarak rolünden bütünüyle feragati hiç de olgunluk değildir. İlk olarak, normal sağlıklı ataklıkla risk alma arasında bir ilişki vardır. İkisi el ele gider, bu nedenle anababalar olarak bizler saldırganlığa dönüşmemiş ataklığa mani olma konusunda dikkatli olmalıyız. İkinci olarak, anababaların bebek kişiliğin bu pasif yolu seçebileceğinin farkında olması

gerekir. Sonuç olarak da tedbirsizce davranarak çocuklarımızın hayatından risk almayı kaldırmadığımızdan emin olmalıyız. Çocuklarımız adına karar vermek çok kolaydır; özellikle kararsız görünüyor ve samimi olarak bizim onlar adına bunu yapmamızı istiyorlarsa. Birçok karar uygun bir şekilde bizim hâkimiyetimiz altındadır. Fakat birçok kararı da kendileri için onların vermesi zorunludur.

“Anne bugün fırfırlı gömleğimi mi giyeyim yoksa kırmızı olanı mı?”

“Sen bilirsin tatlım.”

“Ama hangisini giyeceğimi bilmiyorum.”

“Sanırım buna sen karar vermelisin.”

“Ama veremiyorum.”

“Ne söyleyeceğimi bilmiyorum Lila.”

“Hangisi olduğunu söyle.”

“Üzgünüm Lila. Bu senin seçimin.”

“Ama seçemiyorum. Sen seçmelisin.”

“Kakvaltıya gecikme. İş için eşyalarımı hazırlamak zorundayım.”

“Okula gitmeyeceğim.”

“Hayır, bu bir seçenek değil.”

“Gitmeyeceğim.”

Sessizlik

“Hangisi daha iyi? Bana söylemek zorundasın.”

Fakat artık annesi odada bile değildi.

Lila gerçekte okula gitmek istiyordu. Dersi kaçırmaktan hiç mi hiç hoşlanmıyordu ve okula gitmemek gibi bir niyeti yoktu. Ama aynı zamanda hangi gömleği giyeceğine gerçekten karar veremiyordu. Bu giderek daha sıkıntılı hale geliyordu.

“HANGİSİ?” diye bağırdı annesine.

Lila odasını arşınlamaya başladı. “Hangisi?” diye tekrar bağırdı.

“Neredeyse otobüsün gelme zamanı” diye seslendi annesi.

Şimdi iyice ümitsizliğe düşen, oda soğuk olduğu halde hakikaten terleyen Lila fırfırlı gömleği kaptı ve giydi. Merdivenlerden aşağı koştu ve annesine bağırdı.

“Bana yardım etmedin. Hiç de iyi görünmüyor. Herkes benden nefret edecek.”

Fakat Lila kararını vermişti. Böyle yapmakla, her neye karar vermiş olursa olsun, sonuçta kazançlı olan oydu. Duyduğu dehşete, yanlış karar verme korkusuna rağmen karar vermişti. Yalnızca bu karar, kendi hayatının saldırgan ve güçlü bir oyuncusu olmanın bu ufak parçası bile onun kendini daha büyük, daha güçlü, daha iyi hissetmesini sağlar. Ve tabii ki okuldaki herkes fırfırlı gömleğin gayet hoş olduğunu düşündü.

Yaşamlarındaki Acı Veren Sorunlar

Sekiz yaşındaki Jackie okuldan eve ağlayarak geldi. Hiçkırarak ağlarken, kendisinden hoşlanmayan Debbie Prokowski’nin sınıftaki herkesi doğum günü partisine davet ettiğini, onu ise kasten dışladığını anlatıyordu.

Jackie’nin kalbi kırılmıştı.

O gece annesi onu yatırırken Jackie tekrar ağlamaya başladı.

“Hiç kimse benden hoşlanmıyor. Okuldan nefret ediyorum. Debbie Prokowski’den nefret ediyorum. Neden böyle şeyler hep bana oluyor?” Sonra hiçkırarmaya devam etti.

Jackie’nin annesi kendini korkunç hissediyordu. Muhtemelen Jackie’den de kötü hissediyordu. Ne yapabilirdi?

Çocuklarımızın gerçek üzüntüleriyle başa çıkmanın *çok* zor olduğunu düşünürüz. İçimiz parçalanabilir. Ancak burada çok önemli bir rolümüz vardır ve çocuklarımıza gerçekten yararlı olabiliriz. Fakat onların acılarına boğulmamamız şartıyla.

“Ama ben onun için çok üzülüyorum.”

Çocuklarımızın deneyimlediği gerçek acılara yardımcı olmanın ilk adımı çok özel bir adımdır. Onların acılarıyla, onlardan ayrı olarak, *kendi* başımıza başa çıkmalıyız. Her gerçek acıyla üzülmeli ama çocuklarımızın yaşamlarını bazı gerçek acılar, gerçek hayal kırıklıkları olmadan sürdüremeyeceğini, onlar için ummuş olduğumuz bütünüyle mükemmel bir çocukluğun pek de olmayacağını kabul etmeliyiz. Onları gerçek dünyanın getirdiği acılardan bütünüyle koruyamayacağımızı kabul etmeliyiz.

Biz anababalar, sadece onların acıları için üzüntü duymamıza ve onların yaşamlarını olduğu gibi kabul etmemize izin verdiğimiz zaman onlara yardım edebiliriz.

“Hiç kimse beni sevmiyor. Okuldan nefret ediyorum. Debbie Prokowski’den nefret ediyorum. Neden böyle şeyler hep bana oluyor?”

Jackie hıçkırıklar içinde ağladıkça annesi yalnızca orada oturur. Belki Jackie’yi tutar. Belki “Biliyorum, biliyorum” gibi rahatlatıcı şeyler söyler. Fakat gerçekten yaptığı Jackie’nin acısının kendi içine akmasına izin vermektir. Eğer Jackie’nin annesi zaten üzülmüşse, bunun olmasına izin verebilir. Kızının üzüntüsü onu boğmayacak ve bunu kabul edebilecektir. Yalnızca Jackie’nin yanında, orada olabilecektir. Kendisi de üzülmüşse, Jackie’nin acısını başka yöne çevirmek zorunda değildir. Şöyle şeyler söylemeye ihtiyaç duymayacaktır:

“Bu çok büyütülecek bir mesele değil. Göreceksin. Başka doğum günü partileri olacak.”

“Bu o kadar da kötü bir şey değil. Muhtemelen aptal bir parti olacaktır.”

“O Debbie Prokowski denen kızdan nefret ediyorum. Sorunu ne bilmiyorum.”

Ne de kızıyla beraber hıçkırır.

Eğer Jackie’nin annesi yalnızca orada oturup Jackie’nin moralinin bozulmasına izin verirse, Jackie’nin acısını kim onunla paylaşır ve bunu kabul etmekten başka hiçbir şey yapmazsa

ve bu yüzden çok fazla altüst olmazsa, Jackie daha iyi hissetmeye başlayacak ve yavaş yavaş başka bir gerçeklik ortaya çıkacaktır.

“Annem beni hâlâ seviyor. *O fazla üzülmeydi.* Ben hâlâ benim. Hiçbir şey gerçekten değişmedi.”

Anababalar çocuklarının gerçek acılarıyla başa çıkabilir ve acılara yenilmezlerse, çocuklarına çok büyük yardımları dukaabilir. O zaman çocuklarının acısı bütün hayatlarını etkileyen bir trajediden o kadar korkunç olmayan bir şeye doğru gizli bir değişim geçirir. Şimdilik hâlâ bir yaradır, ama daha küçük bir yara, geçeceğini bildikleri bir yara.

Fakat sonuçta biz ve onlar ayrı insanlarız. Ve özellikle çocuklar büyüdükçe onların acısı yüzünden bizim ıstırap çekmemiz onlara giderek daha az yararlı hale gelir. Hatta bir yük bile olabilir.

“Bunu anneme asla anlatamam. Onu ne kadar altüst edeceğini biliyorum.”

Sonuçta, onların isteyebileceği anlayıştır, bizim onlarla birlikte ıstırap çekmemiz değil.

Bir keresinde oğlum Nick hastaydı. Sanırım midesinde bir virüs vardı. Onun acısını azaltmak için yapabileceğim her şeyi yapmış olarak odasında olduğumu hatırlıyorum, fakat o hâlâ o anda bana anlattığı gibi ciddi bir rahatsızlık içindeydi. Ona şunu söylediğimi hatırlıyorum: “Senin acınla ilgili iyi olan nedir biliyor musun?”

“Ne?” dedi Nick.

“Onu çeken ben değilim.”

Ve Nick güldü.

Bu bir şakaydı. Çünkü sen ve ben gerçekten iki ayrı insanız; her ikimiz de biliyoruz ki, ben senin acını dindirmek için hiçbir şey yapamam. Hiçbir şey. Bu bebek kişiliğin hiç duymak

istemediği bir şey olsa da, olgun kişilik bundan hoşlanır. Bu kıymetini yeniden teyit eder.

Bununla sen başa çıkabilirsin. Kendi başına. Çünkü işin doğrusu, ben senin için tek bir şey bile yapamam.

Hassas Çocuklar

Bir akşam, yedi yaşındaki Dexter'in ailesi Benji's Soft-Serve'e dondurma yemeye gitmeyi planlamıştı. Dexter bunu dörtgözle bekliyordu. Fakat araba çalışmadı, tamir edildiğinde ise artık gitmek için çok geç olmuştu. Dexter'in kalbi kırılmıştı. Hıçkırığa hıçkırığa ağladı, ağladı.

"Neden? Neden? Neden gidemiyoruz? Neden?" Gözyaşları yağmur gibi yüzünden aşağı iniyordu; ağlaması dinmek bilmiyordu.

Babası onu kucakladı, salladı, onunla konuştu, dondurmanın yerine geçecek şeyler önerdi.

"Patlamış mısıra ne dersin? Dolapta patlamış mısırımız olacak."

Fakat Dexter avutulamıyordu. Ne yapıldıysa, ağlaması daha da arttı. "Hayır. Benji'se gitmek istiyorum."

Sonunda Dexter sakinleşti, ama bu babasının oğlunu avutmak için düşünebildiği her şeyi yaptığı tam bir saatini aldı.

"Dexter olanlardan çok fazla etkileniyor. Diğer çocukların canını sıkmayan küçük şeyler onu harap ediyor. Çok hassas."

Bazı çocukların Tanrı vergisi mizaçlarından ötürü daha asabî olduklarına, diğerlerine göre morallerinin daha çabuk bozulduğuna kuşku yoktur. Fakat anababaların, gerçekte bir trajedinin var olmadığı zamanlarda kalbi kırık çocuklarına gösterdikleri tepkilerde *çok* dikkatli olmaları gerekir. Çocukları incinme konusunda diğerlerinden gerçekten daha hassas olsun ya da olmasın, anababa bu hassaslığı beslememelidir. Başlangıçtaki

üzüntü gerçek üzüntü olabilir, fakat bitmeyen trajedi bebek kişiliğin isteklerine dönüşür.

Dexter hiç kimsenin bir trajedi olarak görmeyeceği dondurma gezisinin iptalinden dolayı altüst olduğu için anababadan epeyce tepki ve özel ilgi gördü. Aldığı mesaj, kendisinin çok hassas olduğu ve normal acılar ve hayal kırıklıkları ile başa çıkmak için daha çok teselliye *ihtiyaç* duyduğuydu. Aynı gerçek hayat yaraları söz konusu olduğunda onun acıları -o, kendisi olduğu için- diğer insanlarınkinden daha büyüktü. Kötü bir mesaj. Çünkü bu mesaj çocuğun kendi ıstırabının diğerlerinin ıstırabından daha büyük ve önemli olduğuna; bu yüzden diğer insanlardan çok daha fazla ilgiye muhtaç olduğuna inanmasına yol açar.

Anababaların çocuklarının acılarıyla ilgili yapmaları gereken, belli düzeydeki moral bozukluğuna değil de, kendi yetişkin muhakemelerince, gerçek acı düzeyine uygun karşılık vermektir. Ben bütün hafta dörtgözle beklediği lunapark gezisinden son dakikada vazgeçilen çocuğa dondurma gezisi iptal edilen çocuktan daha fazla anlayış gösterirdim.

Dexter'in babası ne yapmalıydı? Çocuğunu avutması ve anlayışlı olması gerekiyordu, ama bir dereceye kadar. Bu hiç-kırıklı ağlayış iptal edilen dondurma gezisi için uygun görülen bir süreden sonra da devam ettiği ve onu teselli etmeye çalışmaktan hiçbir sonuç alamadığı zaman geri çekilmesi gerekiyordu.

"Ama neden? Benji dondurmacısına gitmek istiyorum." Dexter'in babası artık onu teselli etmez, kucaklamaz ve alternatif çözümler sunmaya çalışmaz. Gerçekte, artık anlayışlı değildir. İptal edilmiş bir dondurma gezisinin yalnızca belli bir dereceye kadar üzülmeye değdiğini, bunu aştığında artık anlayışlı olmayacağını söylemektedir. Çok sık olarak üzülen kişi üzüntüsü görmezlikten gelindiğinde buna kızacaktır. Bu da yaşananın bir trajedi olmadığının, daha çok her zamanki gibi taleplerde bulunan bebek kişiliğin yine sahne aldığının kesin ispatıdır.

Endişeli Çocuklar

Küçükken, her gece yatmadan önce içine bir hırsızın saklanmadığından emin olmak için dolabıma ve şifonyerimin çekmecelerine bakardım. Hırsızların çekmeceye sığmayacağını bilirdim ama yine de emin olmak kendimi daha iyi hissetmemi sağlıyordu.

Endişe duymak çocukluğun bir parçasıdır. Büyük endişeler. Küçük endişeler. Gerçek endişeler. Mantıksız endişeler.

“Anne hırsızlar benim odama girer mi?”

“Baba ben ölecek miyim?”

“Korkuyorum. Ev yanacak diye korkuyorum.”

“Jennifer’ın evine gitmek istemiyorum çünkü en son gittiğimde bir cam kırmıştım. Biliyorum, annesi bana çok kızacak.”

Endişe duymak yaşamın kaçınılmaz bir parçasıdır. Çocukların endişe duyması hem bütünüyle normal, hem de gerçekten iyidir. Endişe duymak ve sorumluluk ayrılmaz bir bütündür. Endişe duymak kademe kademe bağımsızlaşmanın ve kişinin kendi yaşamı için gerçekten sorumluluk almasının bedelidir. Yalnız olmanın bedelidir. Anababadan ayrılmanın bedelidir.

Anababa olarak rolümüz rahatlatmaktır:

“Endişelenme canım, seni korumak için hep burada olacağız.”

Rolümüz gerçek olanı gerçek olmayandan ayırmalarına yardımcı olmaktır:

“Hayır, hayalet diye bir şey yoktur.”

Onların güvenini tazelemek için oradayızdır.

“Hiçbir zaman çekmecene bir hırsız saklanmayacak.”

Ve hepsinin ötesinde, yalnızca orada olmamız gereklidir:

“Kucağımda oturmak ister misin?”

Endişe duydukları zamanlarda tek ihtiyaç duydukları budur. Fakat çocukluğa ait çoğu sorunda olduğu gibi güven tazelemeli, rahatlatmalı ve orada olmalıyız –ama yalnızca bir noktaya kadar.

Aşırı Endişeler

“Anne.”

“Ne var Chad?”

“Beni alma zamamı gelince okulun önünde olacaksın değil mi?”

“Biliyorsun ki her zaman o saatte seni bekliyor oluyorum Chad.”

“Ama ya başına bir kaza gelirse?”

“Bunları daha önce konuşmuştuk. Çok fazla beklediğini düşünürsen tekrar okula dönüp ofiste beklersin.”

“Ama ya okul kapalıysa?”

“Kapalı olmayacağını sana söyledim. Bütün çocukların alındığından emin olmak için ofiste daima biri geç vakte kadar kalır.”

“Ama ya kazara okulun kapısını kilitlemişlerse?”

“Chad böyle bir şey olmayacak. Bir sorun çıkmayacak.”

“Ama olmayacağını nereden biliyorsun? Daima her şeyin olabileceğini söylersin. Ya başına bir kaza gelirse ve okulun kapısı da kilitliyse? O zaman ben ne yapacağım?”

“Chad bu mantıklı bir endişe değil.”

“Ama ne yapacağım? Ben ciddiym, bilmek zorundayım yoksa bütün gün bunları merak edeceğim. Edeceğimi biliyorsun.”

Ve muhtemelen yine geçmişte olduğu gibi Chad’in annesi oğluna gerçekten endişe edecek hiçbir şey olmadığı konusunda boş yere güven vermeye çalışacaktır. Ve muhtemelen yine çoğu gün olduğu gibi Chad bütünüyle tatmin olmamış bir halde okulun yolunu tutacaktır.

“Çok endişe duyuyor. Sanki söylediğimiz hiçbir şey ona gerçekten güven vermiyor.”

Her kronik endişelinin anababası güven tazelemenin yardımı olmadığını bilir. Asla tatmin olmuş görünmezler. Daima

karşı tezler ve yeni endişelerle ortaya çıkarlar. Sanki ikna olmak istemiyor gibidirler. Bununla birlikte yalan makinemizi takıp “Chad, gerçekten güveninin tazelenmesini istiyor musun, yoksa bu bir tür rol mü?” diye sorsak, “Hayır, gerçekten korkuyorum, gerçekten endişe duyuyorum” diyecektir. Ve yalan makinesi de gerçeği söylediğini gösterecektir. Endişeli çocuklar gerçekten ıstırap çekerler.

Fakat gösteriyi sürdüren başka bir oyuncudur; bebek kişiliktir kuşkusuz. Ve istediği güveninin tazelenmesi değil, güveninin sonsuza kadar tazelenmesidir. Üstelik, istediğini elde ettiği zaman dışarı çıkıp dünyayla uğraşmak zorunda kalmayacaktır.

“Ama bu gerçekten doğru olsaydı, yani ben okula gitseydim ve korkunç bir şey gerçekleşecek olsaydı benim okula gitmemi istemedin değil mi? O zaman evde seninle kalmam gerekirdi değil mi? Ve eğer her zaman korkunç şeyler olacak olsaydı, daima seninle evde kalmam gerekirdi, sonsuza kadar, değil mi?”

Bebek kişilik bu kadar açık konuşmayacak kadar zekidir. Ama hedefi budur.

Fakat gösteriyi yöneten bebek kişilik olduğu için anababasının benimseyeceği en iyi strateji, çok kesin olarak, güven tazelemeye çok çabalamamaktır. Çünkü bu işe yaramaz.

Bu yüzden ilk baştaki güven tazeleme girişiminden sonra işe yarasın veya yaramasın- geri çekilmek en iyisidir. Ve aslında sonuçta zaten sunabilecekleri çok daha büyük bir teminat vardır.

Gerçek teminat nedenlerde değil, anababalarının endişeli olmadığı gerçeğinde yatar. Söze dökülmemiş fakat gerçek teminat şudur: Endişe edilecek gerçek bir mesele olsaydı ben de endişeli olurum ama ortada endişelenecek bir şey yok, bu yüzden endişeli değilim.

Aslında, anababaları sonsuz teminatların içine sıkışıp kalmayı reddederler. Gerçek endişelerde, istediğini elde edeme-

mekten çok hoşnutsuz olan bebek kişilik sinirlidir. Ve çoğunlukla endişe kızgınlığa dönüşür. Endişenin arkasına saklanan bebek kişilik gerçek yüzünü gösterir.

“Beni alma zamanı geldiğinde tam okulun önünde olacaksın değil mi?”

“Evet orada olacağım Chad.”

“Ya başına bir kaza gelirse?”

“Başıma bir kaza gelmeyecek.”

“Ama ya gelirse? Bu olabilir.”

“Sana ne söyleyeceğimi bilmiyorum Chad. Bunları daha önce konuşmuştuk.”

“Ama ya okul kapalı olursa?”

“Sana ne diyeceğimi bilmiyorum.”

“Ama bana söylemek zorundasın. Okulun kapısı kilitli olabilir. Bu durumda ne yapacağımı bilmiyorum. Bütün gün merak içinde olacağım.”

“Endişe edeceğin için üzgünüm Chad.”

“Ama bana bir şey söylemelisin. Ne yapacağımı söylemelisin.”

Bu noktada Chad’in annesinin hiçbir şey söylememesi en iyisidir.

“Ama ne yapacağımı söylemelisin.”

Bebek kişilik ağzından köpükler saçıyordur. Fakat eğer en aşırı endişecilerle bu tarzla başa çıkılırsa, endişeler azalacaktır. Bu, bu şekilde işler.

Erken Çocuklukta Kötü Deneyim-*Sarsıntı (Travma)*

Çocukların başa çıkma kapasitelerinin ötesinde bir şey olduğu zaman, çoğunlukla *duygusal sarsıntı* yaşarlar. Sarsıntı ne ona karşı savunma yapılabilen ne de kolaylıkla tedavi edilebi-

len çok ağır bir duygusal acıdır. Sarsıntı fiziksel taciz, cinsel taciz, sevilen bir yakının ölümü gibi iz bırakan bir acıdır. Sarsıntılar çocukluk boyunca vahşice dövülmek gibi büyük, aniden sevgili kedisinin cesedini keşfetmek gibi küçük şeylerden kaynaklanabilir. Açıktır ki sarsıntı ne kadar küçükse sorun o kadar az, sarsıntı ne kadar büyük ve süresi ne kadar uzunsa sorun da o kadar büyüktür.

Büyük sarsıntı deneyimleri, çocuğun içinde bir türlü gitmeyen yoğun kötü duyguların acı dolu damgasını saklar. Tekrar tekrar ortaya çıkan korkunç anılar veya duygular büyük bir acının sürekli bir kaynağıdır. Çok sık olarak, kötü duygular bir başkasının üzerinde etkisini gösterir –taciz edilenin taciz eden haline gelmesi gibi. Ya da, bir kişilik kabullenmesi bile bir felâket olan acı bölgesinden geçmemek için kendisini şekilden şekle sokabilir. Korkunç hatıralar girilmeyen bir odaya, kesinlikle yasak olan bir yere yerleştirilir. Bununla birlikte kötü duygular yine de sızıntı yapar ve kurbanlar kendi içlerindeki kaynağını anlayamadıkları garip kötü güçlerle şaşkın kalakalırlar.

Hepsi değil ama bazı sarsıntılar zamanla iyileşebilir. Anababandan birinin ölümü, özellikle diğeri sağ ise ve hâlâ anababalık yapan bir kişilik ise, yavaş yavaş genelde olumlu geçmiş bir çocukluğun üzücü ve asla unutulmayan bir parçası haline gelir.

Ciddi taciz kurbanlarında bile, sürekli bakım ve güzel yaşam deneyimleri tahammül edilemez bir geçmişin keskin uçlarını köreltir. Ama her zaman değil.

Neyse ki, çoğu kötü deneyim sarsıcı değil, yalnızca oldukça nahoştur ve çocukların kalıcı bir hasar görmeksizin başa çıkabildikleri pek çok nahoş durum vardır.

“Jeremy seninle değil mi? Ayakkabı mağazasına onu da götürdüğünü sanmıştım.”

“Ben de seninle süpermarkette olduğunu zannediyordum.”

Bunun üzerine Jeremy'nin anne ve babası aceleyle park yerine geri gider, beş dakikadır arabada yalnız olduğu için paniğe kapılmış halde hıçkırarak ağlayan iki yaşındaki çocuklarını bulurlar.

Bu tür deneyimler, bir çocuk için son derece moral bozucu olması anlamında sarsıcıdır. Fakat böyle deneyimlerin izleri silinmez mi? Yaşamı değiştirirler mi? Kesinlikle hayır. Çoğunlukla kişiliği asıl şekillendiren bütünsel olarak yaşam deneyimidir, tek tek olaylar değil. Çocukların bütünsel olarak mutlu bir yaşamı olduğu ve kötü deneyimlerinin ne çok kötü ne de uzun süreli olduğu durumlarda, anababalar çocuklarının yaşam boyu bir yara izi taşımayacaklarından emin olabilirler.

Zor Çocuklar

Uydurulmuş bir hikâye.

Bir anne ve oğlu McDonalds'dalar. Karşılarındaki bölmede yaşları bir ila altı arasında değişen beş çocukla bir kadın var. Beş çocuğun annesi durumundan çok rahatsız gibi görünür.

İlk anne diğeriyle konuşur ve bir takas önerir. Beş çocuğun annesi kendi çocuğunu alırsa, o da beş çocuklununkileri alacaktır. Kendisine tanınan bu şansla sevince boğulan beş çocuğun annesi takas teklifini kabul eder. Çocuklar yeni anneleriyle evlerine giderler.

Dört gün sonra beş çocuğun annesi ilk anneyi telefonla arar. Çileden çıkmış bir haldedir: "Beş çocuğumu geri istiyorum, senin Jamie çok fazla oldu."

Bu, herkesinkinden çok daha zor bir çocuğa sahip birkaç anababaya anlattığım bir hikâyedir. Taşıdığı gerçeği ve yalnızca kendilerinininkine benzer bir çocuğa sahip anababaların bunun gerçek olabileceğine inanacaklarını bildikleri için bu hikâyeden hoşlanırlar.

Bazı çocuklar yaradılışları bakımından -kesinlikle anababalarının hataları dolayısıyla değil- diğerlerinden büyük ölçüde

zordur. Bu çocukların çoğu şimdi ADHD'ye sahip olarak tanımlanıyor. (Attention Deficit Hyperactivity Disorder -dikkat eksikliği hiperaktivite bozukluğu- varlığı ilk olarak 1980'de ortaya çıkan bir tıbbî teşhis kategorisi)

Bu kitapta ele alınanların tümü aynı zamanda zor çocuklara da uygulanır. Ancak o kadar iyi sonuç vermeyebilir. Fakat bu tür çocukların anabalarının, çocuklarının onlara yönelteceği bebek kişilikten kaynaklanan karşılık vermeye, tartışmaya, tutturmaya teslim olmamaları çok önemlidir. Diğerlerine oranla zayıf kontrollü ve zor çocuklar, çift bebek kişiliğe sahiptir. Daha çetin ve daha uzun tartışırlar. Bu yüzden, anababaları duygusal olarak yıpranmayı göze almak istemiyorlarsa, daha çok iş yaşamındaki gibi davranmak *zorundalar*. Uzun açıklamalardan, öğretme amaçlı uzun konferanslardan (zaten bu tür çocuklar hepsini dinleyemez), kısacası uzun olan her şeyden kaçınmaları gerekir. Böyle çocuklara yapılan bütün müdahaleler hızlı, net ve sıkı olmazsa, hem çocuk hem de ebeveyn boğulacaktır.

Müdahaleler konusunda bahsedildiği gibi, özellikle zor çocuklarda anababa seçimini hemen o anda yapmalıdır. Kanepedeki ayak izlerini, oturma odasında yemek yenmesini, telli kapının çarpılmasını görmezden gelebilir, ama yayları zaten zayıf olan kanepede zıplamaya müdahale edebilir.

Fakat yukarıda söylenenler aynı aile içinde farklı kurallar anlamına da gelebilir.

“Araba koltuğunu tekmelediği için Reggie’ye hiç bağırmyorsun, ama bana hep bağırıyorsun. Bu haksızlık.”

Çocuklarla ilgili kurallar aynı olmak zorunda değildir.

“Bu doğru. Reggie’ye bağırmyorum ama şimdi sana bağır-makta haklıyım. Koltuğunu tekmeleme!”

En son ve en önemlisi, zor bir çocuğun anababası ne olursa olsun çocuğun bakımı sağlayan kişi olarak asıl rolünü unutmamalıdır. Bu çocuklar, nasıl davrandıklarına bakılmaksızın sevil-

diklerini ve bütün çileden çıkarıcı davranışlarına rağmen, anababalarının gözünde bütün diğer çocuklar kadar iyi olduklarını bilmelidirler.

“Yaramaz olduğumu biliyorum. Keşke daha iyi davranabilseydim. Fakat kötü şeyler yapmaktan kendimi alıkoyamıyorum. İyi olmak isterdim. Gerçekten. Kötü olmak istemiyorum. Bir sürü kötü şey yapıyorum.”

Böyle çocuklar, iyi kalpli oldukları gerçeği anababaları tarafından anlaşıldığı zaman müthiş hoşnut olur ve rahatlarlar. Çünkü bunu gözden kaçırmak hem anababa hem de çocuklar için kolaydır. Gözden kaçırırlarsa, bu her şeyden çok gelecekteki sorunlara yol açar. Gözden kaçırmaktansa, şunu bilmelerini isteriz:

Ben iyiyim. Sadece çoğu zaman öyle davranmıyorum.

Eğer zor çocukların anababaları, evlatlarının çocukluk dönemini atlatıp, onlara kuşkusuz zor çocuklar oldukları halde, bu yüzden ne daha az iyi, ne daha az sevilen olmadıklarını iletebilmişlerse, çok başarılı olmuşlardır.

Korkutucu Anababalık Görevi

Otuz dört yaşındaki Barbara annesiyle yüzleşir:

“Biliyor musun bütün yetişkinlik hayatım boyunca mutsuz oldum.”

“Evet tatlım. Ve bu beni gerçekten üzüyor.”

“Biliyorsun üç evlilik geçirdim, sağlam bir ilişki oluşturamıyorum, çocuklarımı sefil ettim ve sürekli bir işte tutunamıyorum.”

“Biliyorum tatlım. Senin sorunların benim için her zaman büyük bir acı kaynağı olmuştur.”

“Son altı aydır psikoterapiye gittiğimi biliyor musun?”

“Evet tatlım. Buna memnun oldum ve bunun sana yardımcı olacağını umuyorum.”

“Güzel, ben ve Dr. Schnedinger bunun senin hatan olduğuna karar verdik.”

“Aman Tanrım!”

“Ve ben sana çok kızgıyım. Asla vermeyi bilemedin. Her şey yüzeyseldi. Her şey güzel olmalıydı. Bir çocuk değil, giydirip süsleyeceğin bir oyuncak bebek istedin. Babamla yaptığın içi boş evlilikten ve korkunç anababandan dolayı yaşadığın depresyonu gizlemek için kendini toplamaya ihtiyacın vardı. Ve sonuçta beni had safhada yoksun bıraktın. Bu yüzden bütün hayatım boyunca muhtaç durumdaydım ve girdiğim her ilişkiyi mahvettim.”

“Aman Tanrım! Ama denedim. İyi olduğunu düşündüğüm şeyleri yaptım.”

“Sen istediğin şeyleri yaptın. Senin bir çocuğun olmama-lıydı.”

“Aman Tanrım! Aman Tanrım! Kendimi iyi hissetmiyorum. Ahh! Sanırım kalbim.”

“Anne. İyi misin? Anne?”

Bu her anababanın kâbusudur.

Veya belki daha basit, ama aynı derecede korkunç bir hikâye:

“Benim ikinci sınıfı tekrarlamama nasıl karar verdiğini hatırlıyor musun?”

“Evet?”

“Bir hataydı. Hayatımı mahvetti.”

Sonuçta biz elimizden gelenin en iyisini yaparız. Bizden daha fazlası istenebilir mi, emin değilim. Bir şeyin önemini sonradan anlamak çok kolaydır.

“Anton’a ikinci sınıfı tekrarlatmalarına nasıl izin verebildim?”

Fakat çoğu kez o zaman, bulunduğumuz noktada, gördüklerimize bakarken, bunun yapılacak en iyi şey olarak görüldüğünü unuturuz. Geriye baktığımızda, belki de yapılacak en iyi şey bu değildi diye düşünürüz.

“Neden Beverly’nin annesi gibi olamıyorsun? O hep Beverly’yle oynuyor.”

Belki de gerçekten Beverly’nin annesi kadar iyi bir anne değim. Belki benim iki çocuğum onun çocukları olsaydı gerçekten daha iyi olacaktı.

Kim bilir? Belki Beverly’nin annesi tarafından yetiştirilse-lerdi daha iyi olurlardı. Ama belki de yanıt, bizim çocuklarımızın başka insanların çocukları olmadığıdır. Onlar bizim çocuklarımızdır. İyi de olsa kötü de, bu onların kaderidir. Ve biz yalnızca elimizden gelenin en iyisini yapabiliriz. Fakat iyi haber şudur ki, yeterince iyi şey vardır.

“Ben elimden gelenin en iyisini yaptım ve Leonard’ım Zedco Corporation’da yönetim kurulu başkanı. Senin Jeffrey hâlâ hapishanede mi? Ona hafta sonunda izin verdiklerini duydum.”

Meselenin diğer yarısı, kuşkusuz, bütün hikâyenin bizim çocuklarımızla yaptıklarımızdan ibaret olmamasıdır. Anababalık görevi şekilsiz bir çamur topağıyla karşı karşıya olan bir heykeltraşın durumuna benzemez. Kesinlikle çok farklıdır.

“İki oğlum, Reggie ve Ronnie’nin arasında iki yaş var ve onlar birbirinden gündüzle gece kadar farklıdır. Reggy her zaman coşkuludur. Enerji dolu. Karşılık vermede atik. Her konuda için söyleyecek bir şeyi vardır. Fakat Ronnie daima tam tersi olmuştur. Sakin. Rahat. Hiçbir şey onu telaşlandıramaz. Sakın bana bunun onları farklı yetiştirmemden kaynaklandığını söylemeyin. Doğdukları günden itibaren öylelerdi.”

Çocuk gelişimi alanındaki araştırmacılar tarafından giderek daha fazla gösterildiği gibi, çocuklar değişiklik gösteren psikolojik karakteristiklerle doğarlar. Çocuklarımızı bütünüyle biz şekillendirmeyiz. Çoğu şeyi beraberlerinde getirirler.

Gerçekte, çocuklarımız şekil verilecek bir çamur olmaktan çok bir tohumdurlar. Anababalar olarak kendi payımızı ilave edebilir, anababalığa özel malzemeleri katabiliriz -sevgi, ilgi,

cesaret, sınır koyma, taleplerde bulunma- fakat onları dilediğimiz gibi şekillendiremeyiz. İşler böyle yürümez. Anababalar olarak yaptıklarımız önemlidir, kesinlikle çok önemlidir ama aynı zamanda sınırlıdır. Bizim girdilerimizin toplamının -iyi veya kötü- ötesinde onların kim olacağını belirleyen ve üzerlerinde hiçbir kontrolümüz olmayan güçler durmaktadır. Onlar kendi biçimlerini alırlar. Biz yalnızca gelişmeleri için en iyi olduğunu düşündüğümüz malzemeleri katabilir ve sonra beklemeye koyulabiliriz.



Sonuç: *Çocukluğunu Yaşamak*

Çocuklarım için ne istiyorum? Bir çocuklukları olsun. Hiç kimse incinmediği sürece, onların olan bir yer olsun. Daima iyi oldukları bir yer.

Onları durdurabilirim. Onlara ne kadar çirkin davrandıklarının söyleyebilirim. Zaman zaman onları bir yerde bile bırakabilirim. Fakat daha fazlasını yapmam. Ve eğer kalbimin içinde, yaptıklarından hoşlanmadığım ve bunu net bir şekilde ifade ettiğim zaman bile, yaptıkları her neyse bunun uygun olduğuna gerçekten, derinden inanıyorsam bunu da işiteceklerdir. Benimleyken, sahip olmalarını istediğim bu yerin, çocukluklarının, onların asla kötü olmadığı bir yerin, daima güvende ve endişeden arınmış olacakları bir yerin var olduğunu işiteceklerdir; kayıtsız şartsız besleyen bir yerin.

Ve kendilerine bu yerin sunulduğu çocuklar vahşi, saygısız veya başkalarından yararlanan bireyler olarak yetişmez. Tam tersi olur. Vermeyi bilen, başkalarına önem veren ve yaşadıkları dünyayı içinde yaşanacak daha iyi bir yer haline getirebilen insanlar olurlar.

AMA BU HAKSIZLIK!

Jeremy Spencer'in ana babası onun bütün gece uyanık kalmasına izin veriyor!

Anthony E. Wolf

Dr. Anthony E. Wolf çok ses getiren bu kitabında çocukluktan çıkmış, ama henüz ergenliğe girmemiş çocukların ana babalarını bekleyen çözümü en zor ikileme odaklanıyor: **Hudut çizmek ve istekler.**

Dr. Wolf ana babalığın klasikleşmiş sorunlarını oluşturan tüm alanlara değiniyor: Aile içi münakaşa, kardeşler arasında kavga, boşanma, yatma saati, toplum içinde huysuzluk nöbeti... Ayrıca, saldırganlık, yalan söylemek, şımarmak gibi hiç olmamasını dilediğiniz sorunlar...

Bu olumlu, sevgi dolu kitap ana babalara en çok istedikleri şeyi sunuyor:

ÇOCUKLARIYLA KEYİF İÇİNDE GEÇİREBİLECEKLERİ DAHA ÇOK ZAMAN

"Kitabın sayfalarında yer alan anekdotlar o kadar gerçek ki, okurken ya kendi sesinizi ya da çocuğunuzun sesini duyar gibi olacaksınız."

Pamela Abrams, *Parents* dergisi yayın yönetmeni

"Ana babalar için, hayatım boyunca okuduğum **en iyi** yol gösterici kitap."

Louise Bates, İnsan Gelişimi Enstitüsü yardımcı müdürü

"Sistem Yayıncılık,
bilgi ve sevginin
temel değerler olduğu
bir öğrenme ortamı
oluşturmak için vardır."



ISBN 975-322-216-5



9 789753 222167

Sistem Yayıncılık, Tünel, Nergis Sk., Sistem Ap., No: 4 80050 Beyoğlu-İSTANBUL
Tel: (212) 293 83 72-bpx Faks: (212) 245 66 14 E-posta: sistem@sistem.com.tr
<http://www.sistem.com.tr>

