

B İ Z İ M D Ü N Y A M İ Z

SORUNLU AİLELER

AİLE ARAŞTIRMA KURUMU



Prof. Dr. Kemal Çakmaklı

Gündelik Hayata Kılavuz Dizisi

T.C.
BAŞBAKANLIK
AİLE ARAŞTIRMA KURUMU YAYINLARI
Genel Yayın No: 47
Seri: **Eğitim Serisi**

TEKNİK DANIŞMAN
İRFAN ÇAYBOYLU

TEKNİK HAZIRLIK
YAZIEVİ İLETİŞİM HİZMETLERİ

DİZGİ
BİRİM TESİSLERİ

RENK AYRIMI
ÇALI GRAFİK

Başbakanlık Basımevi – 1997 ANKARA

SORUNLU AİLELER

Prof. Dr. Kemal Çakmaklı

T.C. BAŞBAKANLIK
AİLE ARAŞTIRMA KURUMU

EDİTÖR
AHMET KOT

YAYIN KURULU

BAŞKAN
PROF. DR. SUNA BAYKAN

ÜYELER
AHMET KOT
DR. EROL GÖKA
DR. AHMET ERDEM

BİLİMSEL DANIŞMA KURULU
PROF. DR. ALEV ARIK
PROF. DR. KEMAL ÇAKMAKLI
PROF. DR. AYLA OKTAY
DOÇ. DR. VEDAT BİLGİN
DR. BÜLENT ZÜLFİKAR

ÖNSÖZ

21. yüzyılın eşiğinde olduğumuz şu günlerde bütün dünyada her alanda önemli değişimler yaşanmaktadır. Bu değişimlerden en fazla etkilenen kurumların başında aile gelmektedir.

Bütün toplumların vazgeçilmez temel kurumu, toplumsal istikrarın ve kültürel sürekliliğin teminatı olan aile, aynı zamanda toplumun yenilenmesinin de itici gücü olabilmelidir. Ailenin bu görevi başarabilmesi için devletin desteğine ihtiyacı vardır. Devletin aileye yardım etmesi hususu Türkiye Cumhuriyeti Anayasası'nda açıkça ifade edilmiştir.

Aile Araştırma Kurumu, devletin aile konusundaki sorumluluğunun gereklerini yerine getirmek amacıyla kurulmuş- tur ve aileyle ilgili sosyal araştırmalardan sorumludur.

Elinizde bulunan yayın dizisi Aile Araştırma Kurumu'nun doğrudan Türk ailesinin hizmetine sunduğu çalışmalara bir örnektir. Çocuk eğitiminden sosyal güvenliğe kadar aile hayatının hemen her boyutunu kuşatan bu kitapların genç kuşakların eğitimine anlamlı bir katkı sağlayacağına inanıyorum.

Işıl Saygın
Devlet Bakanı

İÇİNDEKİLER

9

GİRİŞ

13

*SORUNLU AİLEYİ DOĞURAN ETKENLER
ÇOCUK*

15

BOŞANMA

17

*KÜLTÜR DEĞİŞİKLİĞİ VE AİLE SORUNLARI
Örnek Olaylar 18 / Boş Zaman Faaliyeti 24
Okul Fobisi 25 / Anne-Babadan Uzak Çocuklar 25*

26

EŞLERİN BİRBİRİNİ ALDATMASI

26

İÇKI, KUMAR, UYUŞTURUCU MADDE ALIŞKANLIKLARI

27

DAYAK

28

*PATOLOJİK BELİRTİLER GÖSTEREN AİLE BİREYİNİN ETKİ ALANI
Hasta-Aile İlişkisi 30*

31

BASTIRILMIŞ DUYGULAR GÜNLÜK HAYATI NASIL ETKİLER?

33

ÇEKİRDEK AİLENİN OLUMLU VE OLUMSUZ YÖNLERİ

35

GENİŞ AİLENİN OLUMLU VE OLUMSUZ YÖNLERİ

38

EKONOMİK SIKINTILAR VE RUH SAĞLIĞI

39

BOŞANMANIN ÇOCUK ÜZERİNDEKİ ETKİLERİ NASIL AZALTILIR

42

ÇEVRENİN AİLEYE ETKİLERİ

43

ÇOCUĞUN ERGENLİK BUHRANLARI VE AİLE

47

AİLE İÇİ İLİŞKİLER GERGINLEŞTİĞİNDE BİREYLERE DÜŞEN GÖREVLER

53

HAMİLE KADININ PSİKOLOJİK DURUMU
Koruyucu Tedbirler 59 / Bazı Hamilelik Sorunları 62

GİRİŞ

Bazı bilimsel sınıflandırmalarda dört tip aileden söz edilir. Biz Türkiye şartlarında, buna bir beşinci tipi de eklemek durumundayız. Aile modeline göre, çocuğun gelecekteki tutum ve davranışlarının, psiko-sosyal gelişiminin nasıl olacağını tahmin etmek mümkündür. Bu aile modellerini şöylece sıralayabiliriz:

- *Normal aile modeli*
- *İlgisiz, olumsuz aile modeli*
- *Titiz, baskıcı aile modeli*
- *Aşırı düşkün aile modeli*
- *Karmaşık tip aile modeli*

Normal aile modeli

Anne, çocuğun olmasını arzu etmiştir. Çocuğunu benimsemiştir ve sevmektedir. Çocuk, aile için bir mutluluk kaynağıdır. Aile, anlaşan bir ailedir.

Çocuk, bu ailede gönülden ve içtenlikle istenilen, beklenen bir bireydir. Önlem alınmasına rağmen, tesadüfen doğmuş değildir.

Onu sevmektedirler. Sevmek, hakkını vermektir. Çocuğun haklarını, ihtiyaçlarını görüp gözetmektir. Yoksa sevmek, kucakına alıp okşamaktan ibaret değildir. Aile çocuğu bir mutluluk kaynağı olarak görmektedir. Bu tip ailede aile bireyleri arasında sevgi, saygı

ve anlayış hâkimdir.

İşte böyle bir ailede yetişen çocuğun, gelecekte nasıl bir ruh haline sahip olacağını şöyle tahmin edebiliriz.

- Çocuk sevgi dolu bir ortamda büyümüştür.
- Çocuk dengeli-İlgili bir aile ortamı içerisinde olduğundan sağlıklı bir ruhsal gelişme gösterecektir.
- Çocuğun psiko-sosyal uyumu, aile ortamına paraleldir. Normal aile modelinde büyüyen çocuk da normal bir gelişim gösterecektir.

Ailedeki ruhsal uyumsuzlukların aynen çocuğa da geçtiği gözönünde bulundurulursa, bunun büyük bir nimet olduğu anlaşılacaktır.

İlgisiz, olumsuz aile modeli

Çocuk, vakitsiz ve tesadüfen doğmuştur. Anne, anneliğe hazır değildir. Dolayısıyla çocuğu benimseyememektedir. İşte bu üç cümle, bize ilgisiz, olumsuz aile modelini verir. Böyle bir ortamda yetişen çocuğun ilerdeki tutum ve davranışları şöyle olur:

- Benimsenmeyen çocuk, çok eleştiriye uğrar.
- Çocuk ihmal edilir.
- Çocuk kızgın veya sinik olur. Yani çocuk kızgın, agresif, saldırgan, kavgacı veya sinik, içe dönük, bastırılmış bir ruh haline sahip olur.
- Çocuklar eleştirilmeyi, nasihat dinlemeyi hiç sevmezler. Henüz psiko-motor güçleri, yani akîl melekeleri tam olarak gelişmediğinden eleştiriye yanlıı değerlendirirler.

Sevmek hakkını vermektir demiştik. Bu modelde çocuğun ihmali sözkonusudur. Gerek sevgi açısından gerekse ekonomik ihtiyaçları bakımından çocuğun hakkı verilmezse, bunun karşılığını görmeye hazır olunmalıdır. Bunun bedeli; asi, söz dinlemeyen, kaba davranışlar gösteren, anne-babasına öfke dolu veya sinmiş, korkak, i-

çe dönük, derdini anlatmaktan aciz bir çocuğa sahip olmaktır.

Titiz, baskıcı aile modeli

Anne çocuğu beğenmez. Sürekli eleştirir. Bitmez tükenmez nasihatler verir. Çocuk, aile bireyleri tarafından en üstün olmaya zorlanır.

Anne-çocuk ilişkisi, baba-çocuk ilişkisine göre daha hassas dengeler üzerine kuruludur. Anne, çocuğuyla sürekli beraberdir. Yaptığımız araştırmalar, sorunlu çocukların varlık sebebinin yüzde 40 oranında anne hatalarından kaynaklandığını gösteriyor.

Bu modelde yetişen çocuğun ilerdeki tutum ve davranış özellikleri şöyledir:

- Çocuk kendini başkalarından aşağı görür.
- Yetersizlik duygularına kapılır.
- Depresyon, yani ruhsal çöküntüye uğrar.
- Mutsuz olur. Maddî açıdan her şeyi olabilir ama bir türlü yüzü gülmez.
- Saldırgan davranışlar gösterebilir.

Aşırı düşkün aile modeli

Ailede çocuğa aşırı bakım vardır. Anne, çocuğa aşırı yardım eder. Çocuk, özellikle anne tarafından şımartılmıştır. Hep bebek muamelesi görür. Çocuğun her işini anne üstlenmiştir. Böyle bir ailede yetişen çocuk büyüyünce şu özellikleri gösterir:

- Çocuk yemekte, giyimde, derste destek bekleyecektir.
- Hiçbir derdini anlatamaz.
- Her istediği olsun ister.
- Bağımlı bir insan olur. Lider tipli olmaz. Silik bir şahsiyet gösterir.
- Ailesine öfke dolu olur. İntikam almak ister.

Karmaşık aile modeli

Bu modelde, yukarıda sayılan aile modellerinin özelliklerinin tamamı veya biri baskın olmak üzere bir kısmı vardır. Bu model Türkiye'ye özgü bir modeldir. Böyle bir ortamda yetişen çocuğun nasıl bir özellik geliştireceği tamamen tesadüflere bağlıdır. Karmaşık bir ruh haline sahip olabileceği gibi, sayılan modellerden birine uygun davranışlar da geliştirebilir.

SORUNLU AİLEYİ DOĞURAN ETKENLER



Çocuk

Aile ortamı içerisinde çocuk, ailede sorun olmasının veya olmamasının en önemli sebebidir. Gerçi çocuksuz ailelerin de sorunları vardır. Aile, bir tanıma göre "kadın ve erkekten oluşan birim" demektir. Fakat dünyada ailelerin çocuğunun olması daha yaygın bir haldir.

Sağlam karakterli, bağımsız kişilik sahibi çocuk yetiştirebilmenin bazı şartları:

- *Güvenli aile ortamı:* Çocuk, annesine babasına güvenebilmelidir. Yaşadığı ortamın kolay dağılmayacak; anlayışın, sevginin hakim olduğu bir yer olması, çocuğun temel ihtiyaçlarındandır.
- *Kendine güven:* Sağlam kişiliğin oluşumunda ikinci önemli öğe kendine güven duygusudur. Çocuk küçüklüğünden itibaren, kendine güven duyacak şekilde yetiştirilmelidir. Kendine güven duygusunu hazırlayan en önemli sebep sevgidir. Aile çocuğa, sevgi hakkını tamamen ödemelidir ki kendinden emin bir evlada sahip ol-

sunlar.

- *Atılım yeteneği*: Bu, çocuğun korkak, pasif, çekingen değil; derisinde başarılı, oyunda aktif ve aile menfaatine yardımcı olması demektir.
- *Yeterlilik duygusu*: Çocukta bu duygunun oluşabilmesi, ailenin mümkün olduğunca az sorunlu olmasına bağlıdır. Aile sorunlarının çocuğa yansıtılmaması gerekir. Çünkü altından kalkamayacağı sorunları hissetmesi çocuğun yeterlilik duygusunu önemli ölçüde zedeler.
- *Özümsemek, taklit etmek*: Sağlam kişilik edinebilmenin gerek şartı, çevrede örnek olabilecek yetenekte modellerin bulunmasıdır. Çocuk, o modele benzeyebilmek için çalışacaktır. Çevresinde sağlam kişilik sahibi modellerin bulunması çocuğu olumlu yönde etkileyecektir.
- *Çevreyi sevmek ve tanımak*: Çevreden kasıt; aile ortamı, akrabalar, komşular, mahalle ve giderek genişleyen bir ilgi alanıdır. Çocuk etrafını çevreleyen insan toplulukları hakkında bilgi, görgü sahibi olabilmeli, ilişki kurmanın yollarını öğrenmeli ve insanlarla birlikte yaşamaktan zevk duyabilmelidir.

İşte bu beş öge, sağlam kişilik oluşumunun temel unsurlarıdır. Aile bunları dikkate almalıdır. Bunlardan başka altıncı madde içerisinde toplayacağımız özellikler de vardır: Çevrenin getirdiği davranış tarzı; çevrede bulunan insanların çocuk üzerinde yaptığı etkiler; ailesinin ruh sağlığı, irsî faktörler yani anne-babadan iyi genlerle doğması, bu grupta sayılabilir.

İrsiyet önemli bir faktördür. Çocuğun anne veya babasındaki ruhsal rahatsızlıkların, hastalıkların çocuğa geçme oranı yüzde 20'dir. Çocuğun bozuk-dengesiz bir kişilik sahibi olabilmesinin belirtileri vardır. Bunlar:

- Güvensiz, dağılıbilir ortam

- Güvensizlik, şüphe ve korku
 - Aileyi, çevreyi benimseyememek
 - Dağınıklık ve uyumsuz kişilik
 - Çok korunmak, aşırı sevilme, şımartılmak
 - Dinlenilmemek, anlaşılmamak
- ve sabırsız muameledir.

Çocuk, yaşamı süresince deneyerek, yanılarak öğrenecektir. Ona bu şansı tanımak lazımdır. Her hareketine engel olunursa çocuk tecrübe sahibi olamayacaktır.

Anne-baba çocuğuna uyguladığı yöntemi sık sık gözden geçirmelidir. Onun her hareketine engel olunması, çocuk yetenekli bile olsa, kendi yeteneklerinin altında bir seviye tutturmasına neden olabilir. Yanlış bir yöntem aile sorunlarının çoğalmasını sağlamaktan başka bir işe yaramaz. Kliniğimize başvuranların yüzde 90'ından fazlası çocuğunun sebep olduğu aile problemlerinden bahseder. Dengeli, sağlıklı bir kişilik geliştiren çocuk, aile için bir mutluluk kaynağı iken; bozuk kişilikli bir çocuk da başlı başına bir sorundur.

Çocuktaki davranış aksamalarının yüzde 60'ı çevreye ve ailesine bağlıdır. Doğuştan gelen ruhsal eğilimler, bunun yanında çok az bir orandadır.

Boşanma

Aile sorunlarının en önemli etkeni çocuk iken, ikincisi de boşanmadır. Boşanmanın çocuk üzerinde büyük etkisi vardır. Bununla ilgili klinik birkaç örnek üzerinde durabiliriz:

1. Olay:

Aile; mühendis bir baba, doktor bir anne ve iki çocuktan oluşmaktadır. Çocukların birisi ilkokula giderken, diğeri lise öğrencisidir. Bu öğrenci çok başarılıdır; okul birincisidir.

Anne-baba şiddetli geçimsizlik nedeniyle boşanırlar. Boşanmadan

sonra bu öğrenci sınıfta kalır. İkinci sene ikmale kalarak zorlukla, biraz da öğretmenlerin eski günlerin hatırı için tolerans göstermesiyle, mezun olur. İki kez üniversite sınavlarını kazanamaz. Halbuki bu çocuk anne-baba ayrılmadan önce başarısıyla gazetelere geçmişti. Ünlü bir kolejin giriş sınavlarında birinci olmuştu. Anne ve babasının ayrılması onu olumsuz yönde etkilemiştir.

Küçük çocuk ise -maalesef- psikiyatri kliniğinin devamlı hastalarından biri olmuştur. Anne ve babanın mutsuzluğu, boşanmakla sona ermemiştir. Özetle, arada çocuk var ise boşanma, üzerinde çok düşünülmesi gereken hassas bir konudur.

2. Olay:

Aile; anne, baba ve bir erkek çocuktan oluşmaktadır. Eşler boşanır ve anne birçok fedakârlıklarla çocuğun iyi bir eğitim almasını sağlar. Bu çocuk doktor olur. Doktorumuz, babasız büyümenin verdiği ezikliği halen de atabilmiş değildir. Çocukluğundan beri biriktirdiği ızdırapların gerilimi altında psikiyatrik bir tablo geliştirmiştir. Kliniğimize nakledilen hasta üzerinde yapılan uzun tetkikler bize şunları göstermiştir:

- Çocukta baba figürü gelişmemiştir.
- Çocuk, “baba yokluğu sendromu” denilen bir hastalığa yakalanmıştır. Zaten psikiyatrik hadiseler bir anda ortaya çıkmaz. Stresler, sıkıntılar birike birike bir yerde patlar. Çocuklu ailelerde boşanma, çok hassas bir konudur. Anne ve babanın ayrılması bu aşamadan sonra artık sadece kendilerini ilgilendiren bir mesele olmaktan çıkmıştır. Çocukların istikbali, psiko-sosyal gelişmelerinin selameti için üzerinde çok düşünülmesi gerekir.

3. Olay:

Kliniğimize yansıyan bu olayda, anne ve baba ayrılır. Orta 3. sınıf öğrencisi olan bir kızları vardır. Bu kız intihara teşebbüs eder. Gerekli bedensel tedaviden sonra, psikiyatri kliniğine sevk edilir. Bura-

da yapılan araştırmalar neticesinde kızın intihar sebebi şudur: Baba sevgisinden yoksun bir hayat yaşamak, bu çocuk üzerinde ağır baskılar oluşturmuştur. Psikolojik baskıları yenemeyen kız, şareyi ölümdede bulur.

Boşanmış ailelerin çocukları veya çocuk olmasa bile boşanan çiftler, sorunlu aileler içerisinde önemli bir yekûn tutmaktadır.

şüphesiz bazı hallerde boşanmak daha doğru olur. Aile sorunları içinden çıkılmaz bir hal aldıysa; bir arada bulunmak, ayrılmaktan daha kötü sonuçlar verecekse, boşanmak elbette daha uygundur.



Kültür Değişikliği ve Aile Sorunları

Ölkemizde köyden kente ve küçük kentlerden büyük kentlere yoğun bir göç vardır. Bunun yanında Türkiye'den yurt dışına işçi ailesi olarak gidip yerleşenler de unutulmamalıdır. Ayrıca kent kökenli de olsa çok hızlı seyreden sosyal değişikliğe ayak uyduramayan aileler vardır. Bütün bu aileler, sorunlu aileler kategorisine dahildir.

Kültür değişikliğine uğrayan aile sorunu sadece ölkemize has değildir. Bütün dünyanın ortak problemidir. Hızlı nüfus artışı ve mev-

cut tarıma elverişli toprakların bu artışa cevap verememesi göçlerin belki de en önemli sebebidir. İnsanlar yeni yeni iş sahaları açmak zorunda kalıyorlar. Sosyal yaşantı daha zorlaşıyor, karmaşıklaşıyor ve bunlar pek çok ruhsal sorunları ortaya çıkarıyor. Teknolojik gelişmenin hazırladığı hızlı ortam pek çok kurbanlar veriyor. Anne-baba ile çocuklar arasında aşılması güç duvarlar oluşuyor. Çocuklar ve ebeveyn başka tellerden çalıyorlar. Kliniğimize bu meydana pek çok başvurular olmaktadır: Bunlardan biri şöyledir:



1. Olay:

Öğretmen bir anne-baba, çocuklarıyla anlaşamamaktadırlar. Annesi ve babası çocuğu çok iyi eğitmişler, okutmuşlardır. Genç artık üniversite öğrencisidir. Bu aşamadan sonra çocuğun yaşantısı ile ailenin hayat tarzı çelişmeye başlamıştır. Anne-baba çocuklarının, kendilerinin istediği, benimsediği tarzda yaşamalarını isterken, çocuk buna karşı çıkmaktadır.

Bilhassa büyük şehirlerde bu tür sorunlara daha sık rastlanmaktadır. Geleneksel hayat tarzını

benimseyen ailelerle farklı düşünen çocukları arasında, uzlaşma kabul etmeyen bir çelişki vardır. Çocuğun giyiminden saç traşına kadar pek çok hali ailece istenmemekte, kendi alıştıkları gibi davranış modellerine sahip olması beklenmektedir.

Gençler, hatta çocuklar bile giyim kuşamlarında markaya dikkat etmekte; bu, ailenin bütçesini olumsuz etkilemekte ve bu sorunlar psikiyatri kliniklerine yansiyacak kadar büyümektedir. İşte bu, kültür değişikliğinden kaynaklanan sorunlardan sadece birisidir.

Aile dışında, çocuğun etkilendiği bir arkadaş grubu vardır. Çocuk moda uyarsa ailesiyle, uymazsa arkadaş grubuyla ters düşmektedir. Arkadaş grubuyla çatışmaktansa kolay yolu seçip ailesiyle çatışan çocuklar, sorunlu aileler kavramının en önemli unsuru durumundadırlar. Ailelerdeki sorunların yüzde 90'ı çocuktan kaynaklanmaktadır.

Bugün meydana gelen önemli bir değişiklik de "geniş aile" modelinden "çekirdek aile" modeline geçiştir. Geniş ailede büyükanne, büyükbaba, anne, baba ve çocuklar varken, çekirdek aile anne, baba ve çocuklardan oluşmaktadır. İki aile modeli de farklı özelliklere sahiptir ve her ikisinin de faydaları ve mahzurlu yönleri vardır. Geniş ailede çocukların eğitiminde, boş zaman değerlendirilmesinde anne ve babadan başka diğer aile bireylerinin katkıları da vardı. Çekirdek ailede babadan sonra annenin de iş hayatı

na girmesi çocukların başıboş kalmasına yol açmıştır. Annenin, babanın çalışmasıyla, çocuk okul dönüşünde kendi kendine yetmek zorunda kalmıştır. Kapıyı açacak; yemeğini ocağa koyacak; birşeyler yedikten sonra dersini çalışacak; sonra çıkıp oynayacak; akşam da anne-babasının dönüşünü bekleyecektir. Haliyle bu durumlarda, değişen sosyal şartlara bağlı olarak aile sorunları yeni boyutlar kazanacaktır. Çocuk bu yükün altından kalkabilecek midir? Olaylar her zaman yukarıda sıraladığımız gibi gelişecek midir?



2. Olay:

Kliniğimize akseden olayın kahramanı ortaokul öğrencisi bir kızdır. Kızın anne ve babası çalışmaktadır. Çocuk, ailesinden yeterli sevgi ve şefkat görememekte ve bu onda bir huzursuzluk doğurmaktadır. Neşesizdir; okulda başarısızdır. Kendisini yalnız hissetmektedir. Vardığımız teşhis "anne-baba yokluğu sendromu"dur. Bu durumdan, şüphesiz, aile de rahatsız olmaktadır. Akşam eve yorgun argın gelmekte ve

kızın kaprisleriyle karşılaşmaktadırlar. Kız, kaprislerini günden güne arttırmakta, ruhsal hastalık belirtileri vermektedir.

Çare, annenin istifa edip çocukla ve ev işleriyle daha çok ilgilenmesidir. Onlar da böyle yaparlar.



3. Olay:

Çalışan anne ve babanın biri orta 3. sınıf, diğeri lise 2. sınıf talebesi olan kızları vardır. Kızlar okuldan dönünce evde yalnız kalmaktadır. Bu uzun bir süre devam eder. İlgisizlik, başıboşluk onları erkek arkadaş edinmeye iter. Bu yaşlarda çocuklar kendilerini tahlil etmekte, kendi kendilerini yönetmekte her zaman başarılı olamazlar. Çünkü bedensel yönden gelişmelerine mukabil, ruhsal ve sosyal yönden henüz erginliğe ulaşmamışlardır. Büyük kız bir erkek tara-

fından iğfal edilmiş ve bunu ailesine anlatmamıştır. Sorununu bir psikiyatri uzmanına açar. Uzman, aileye problemi aktarmakta çok zorlanmıştır. Çünkü aile, bu tür olayları kaldıracabilecek durumda değildir.



4. Olay:

Baba, bir şirketin üst düzey yöneticisidir. Ailenin maddi durumu çok iyidir. Kızlarını "daha iyi okutabiliriz" düşüncesiyle yatılı bir okula verirler. Kız bu liseyi bitirir; üniversiteyi kazanır. Bir iki sene daha okuduktan sonra okulu bırakır. Artık okumak istememektedir. Bu, ailede büyük bir üzüntü sebebi olur. Psikiyatri kliniğinde yaptığımız analizin sonuçları şöyledir:

- *Kıza anne-baba sevgisi ve şefkati zamanında verilememiştir.*
- *Ergenlik dönemi gibi, ailesine, özellikle anne-*

sine en çok ihtiyaç duyduğu bir zamanda yalnız kalmıştır.

• *Bu dönemin buhranları üst üste birikerek çoğalmıştır.*

• *Çocuk bu gerilimin mamıştır. Yardımcı olacak, problemi çözecek birini de bulamamıştır.*

• *Nihayét bu birikim üniversite yıllarında patlamış ve kız okuldan soğumuş, belki de ailesine tepki olarak okulu bırakmıştır.*

Aileler, çocukları için düşündükleri planları tekrar tekrar gözden geçirmelid

özelliklerini, yeteneklerini gözönüne alıp kendi istedikleri değil, onun gidebileceği bir yol çizmelidirler. Unutulmamalıdır ki sevmek, hakkını vermektir.



Boş Zaman Faaliyeti

Çocuğun veya gencin iyi bir boş zaman faaliyetinin olması, yani bir hobisinin bulunması, onu çeşitli sıkıntılara düşmekten koruyucu bir faktördür. Anne-baba, çocuğuna küçük yaştan itibaren iyi bir boş zaman faaliyeti vermelidir. Çocuk veya genç boş zamanlarında resim, müzik gibi herhangi bir güzel sanat dalıyla uğraşabilir; lisan öğrenebilir; birşeyler üretebileceği uğraşlarla ilgilenebilir. Bu hem iyi hem de gereklidir. Bu tür uğraşlar, pek çok psikolojik sıkıntıya karşı koruyucu bir kalkandır. Her zaman hatırlanmalıdır ki sorunsuz çocuk, sorunsuz aile demektir.

Okul Fobisi

Her aile, çocuğunu en iyi şekilde eğitmek ister. Bazı çocuklarda okula karşı bir isteksizlik, hatta bir okul fobisi (korkusu) olabilir. Okula zorla gönderilen bu çocuklar bedensel rahatsızlıklar ileri sürebilirler. Baş ağrısı, karın ağrısı, bulantı görülebilir; gerçekten hasta olabilirler. Okula gitmediklerinde (mesela hafta sonlarında) hastalık görülmez. Örneğin, okula gidilecek zamanlar kusabilir; bu okulda da devam eder. Eve gönderilince bulantı durur.

Bu durum genellikle 5-8 ila 11-14 yaşları arasında görülebilir. Fizyolojik bir hastalık gibi görülürse de, sorun psikolojiktir. Böyle çocukları:

- İyice anlamak, dinlemek lazımdır. Onunla bol bol konuşmak gerekir.
- Okuldan niçin soğuduğunu teşhis etmek şarttır.
- Çocuk kesinlikle sıkıştırılmamalıdır.
- Öğretmenleriyle, arkadaşlarıyla konuşulmalıdır.
- Okulda bir arkadaşıyla kavga etmiş, ev ödevini yapmadığı için öğretmen kulağını çekmiş vs. olabilir. Bu öğrenilip, giderilmelidir.

Bu tip çocukların sınıfının veya öğretmenin de değiştirilmesi geçici bir süre iyi sonuç verir. Ama teşhis onun tembelliğini, derslerde pasif olduğunu ortaya çıkardıysa, bu bir çözüm değildir. Sevgiyle, çocuğa dersler ve okul hayatı benimsetilmeli; çocuk moral yönden takviye edilmeli; onun da başarabileceği telkin edilmelidir.

Anne-Babadan Uzak Çocuklar

Çocuğun yeri, anne ve babasının yanındır; asıl olan budur. Ama şartlar çocuğun bir akrabasının, bir aile büyüğünün yanında kalmasını gerektirebilir.

Anne ve babasından uzakta, bir yatılı okulda, bir akrabasının yanında kalan, okuyan çocuklar sorunlu çocuk olmaya adaydırlar.

Sevgi noksanlığı çok önemlidir. Çocukluk dönemi sevgi ve oyun yıllarıdır; ilgi ve şefkat yıllarıdır. Çocuk daha iyi okusun diye yatılı okula vermek, uzak bir şehre göndermek, mecbur kalınmadıkça yapılmamalıdır.

Eşlerin Birbirini Aldatması:

Günümüzde bütün dünyada olduğu gibi, maalesef ülkemizde de bu tür haberler gazete sütunlarını fazlaca işgal etmektedir. Kliniğimize yapılan, bu tip olaylarla ilgili çeşitli başvurular dikkate alındığında, olayın arka planında genellikle aynı sebebi görmekteyiz: *İhmal!* Eşin ilgisizliği uzun bir süre devam edip, çeşitli uyarılara rağmen ilgisizlik önlenemeyince uyarı yapan, eşini ikinci plana itmek zorunda kalmıştır. Ruhsal olaylarda hiçbir olay bir anda meydana gelmez; bir birikim neticesinde ortaya çıkar.

Eşlerin birbirlerine yeterli karılık-kocalık görevlerini yapamaması, bu ailenin sevgi bağlarının giderek zayıflamasına ve bir noktadan sonra kopmasına yol açar. Halbuki cinsellik, evlilik hayatında -herşey olmasa bile- önemli rol oynar. Aile bireyleri birbirinin madden ve mânen haklarını gözetmeli ve sevgi, saygı temelleri üzerine aile binalarını kurmalıdırlar. İhmal ve ilgisizliğin uzaması bu tür olayların başlıca sebebidir.

Bir de patolojik olaylar vardır. Eşler birbirlerine karşı görevlerini yapsalar da, birinde patolojik bir hal, bir hastalık hali varsa, diğer eş, mutluluğu, ilgiyi yine dışarıda aramak eğilimine girecektir. Bazı cinsel kökenli hastalıklar tek eşle yetineme halini doğurur. Bu tür hallere sık rastlanmasa bile varlıklarını gözardı etmemek gerekir.

İçki, Kumar, Uyuşturucu Madde Alışkanlıkları:

Bu tür alışkanlıklar aile saadetini alır, götürür. Bu tür alışkanlıklar normal tutum ve davranış gösterilmesini engeller. Kadın veya erkekte -ki genelde erkekte olur- bu tür alışkanlıklar varsa aile runlu aile olmaya adaydır.

Böyle hallerde eş, sabırla ve bilgiyle karşısındakine yardımcı olmalıdır. Eşin yardımcı olması bu tür alışkanlıkları yok edebilir. Kliniğimize içki veya uyuşturucu bağımlıları müracaat edince biz, hemen her zaman eşin yardımını isteriz ki bu en yapıcı yoldur. Bilinçli ve sabırlı bir eş, pek çok sorunu düzeltebilir.

Evlilik hayatı neşeli ve üzüntülü olaylarla doludur. Neşeli zamanda güzellikler paylaşıldığı gibi; üzüntü veren olaylarda da zorluklar paylaşılmalıdır. Örneğin eşlerden birisi sorun çıkarmışsa, diğeri daha sessiz; sakın kalarak o sorunun hafiflemesinde görev almalıdır. Yoksa o da olayın boyutlarını büyütecek olursa, evlilik mahremiyeti evin dışına, hatta mahkeme salonlarına taşar.

Dayak:

Bu sorun sadece ülkemizde değil, tüm dünyada yaygın bir meseledir. Yurt dışında, mesela Almanya'da "kadın sığınma evleri" vardır. Eşinden dayak yiyen kadınlara buralarda ücretsiz hizmet verilmektedir. Son yıllarda İstanbul'da da bu tür evler açılmıştır. Aslında böyle kurumlara ihtiyaç duyulması utanılacak bir haldir. Ne var ki artık günlük hayatın doğurduğu stres, önüne geçilemez bir hal almış, sosyal hayattaki değişiklikler bu tür olayların artmasına yol açmıştır. Unutmamak lazımdır ki dayak olayı sebepsiz ortaya çıkmaz. Kliniğimize yapılan başvurular göstermiştir ki eşlerden birinin gergin, sinirli anında, karşısındaki genellikle anlayışla, sevgiyle cevap vermemektedir. Bu tür başvuruların büyük kısmı yeterli eğitim görmemiş kesimden olmaktadır ve hata tek taraflı değildir.

Gerçi sebep ne olursa olsun dayak gibi ilkel bir yola başvurmak yine de hatadır; suçtur. En doğrusu, böyle bir ortamın hazırlanmaması için tedbir almaktır.



Patolojik Belirtiler Gösteren Aile Bireyinin Etki Alanı

Patolojik belirtiler gösteren aile bireyi, bu patolojisini yani hastalığını ailenin diğer üyelerine sirayet ettirebilir. Ama bu, bulaşıcı bedensel hastalıklar gibi değildir. Mesela nezle olan birey, ailenin diğer üyeleriyle teması kesmezse bu hastalığı onlara da bulaştırır. Bizim bahsettiğimiz sirayet, bu çeşit bir bulaşıcılık değildir. Aile sorunlarıyla ilgili bir patolojiden söz etmekteyiz.

Psiko-sosyal patoloji deyince, akla gelen örnekler şunlardır: Babanın veya annenin içe dönük olması, aşırı sinirli olması, nörotik bir yapıya sahip olması, zayıf bir kişiliğe sahip olması, aralarındaki geçimsizlikler, sürtüşmeler, aynı ideali paylaşmamaları, kalkınma hedeflerinin farklı olması, arada başka birisinin olması, akrabalık ilişkilerinin doğurduğu gerginlikler, gelin-kaynana sorunları, eşler arasındaki kültür farkı vs.

Kliniğimizde aile patolojilerini analiz ederken görürüz ki, genellikle olayın altında çok küçük bir farklılık yatmaktadır. Fakat bu küçük olay, zamanında önlem alınmadığı için giderek büyümüş ve klinik bir özellik arzeder hale gelmiştir. Bir tekne düşünelim; bunun yelkeninde küçük bir delik olsun; önemsenmeyen bu küçük yırtık zamanla, rüzgarın tesiriyle giderek büyüyecektir; öyle ki, bir an gelecek ve tekne bu yırtığın tesiriyle artık yürüyemez hale gelecektir. İşte aile sorunları da böyle başlar.

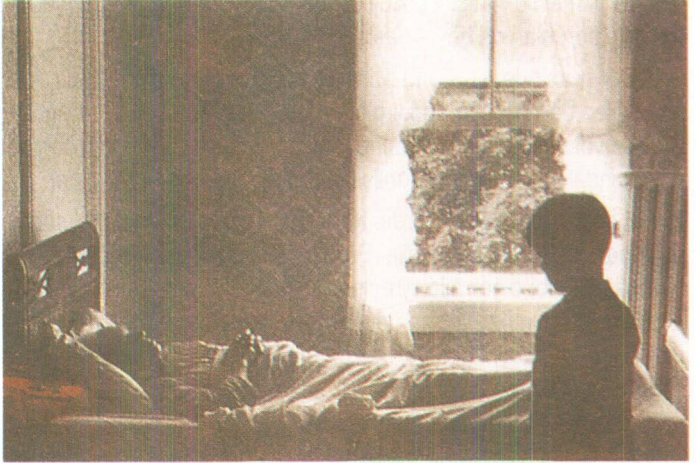
İstatistik biliminde bir "çan eğrisi" vardır. Bu, doğal bir eğridir. Aile patolojileri de tıpkı çan eğrisi gibi doğar, yükselir ve giderek söner. Sönme yokolma değildir; aksine yeni bir doğuştur. Patoloji, sönme noktasında yeniden doğar, gelişir ve bu sirkülasyon sürer gider.

Bir de gerçek patolojiler vardır. Karı veya koca alkolik, cinsel sapık, psikopat, paranoid vs. olabilir. Bu denli büyük patolojiler, bedensel bir hastalık gibi diğer aile bireylerine bulaşmaz ama, mutlaka etkiler. Bir atasözümüz: "Üzüm üzümüne baka baka kararır" der. Etki derecesi, karşıdaki bireyin akıl ve ruh sağlığı ile ters orantılıdır. Birey sağlıklı bir akıl ve ruh sahibi ise, az etkilenir; kişiliği zayıfsa, etkilenmesi daha büyük boyutlarda olacaktır.

Örneğin kliniğimize, irade melekesi bozuk, fobik belirtiler gösteren bir kadın başvurmuştu. Kadın sürekli elini yıkıyor ve temiz olduğuna inandığı halde tekrar yıkamaktan kendini alamıyordu. Uzun süre tedavi gördüğü, hatta elektro-şok yapıldığı halde bu saplantıdan kurtulamamıştı. Bir süre sonra kadının kocası da aynı dertten muztarip bir halde kliniğimize geldi. Koca, çok kısa bir tedaviden sonra sağlığına kavuştu. Bunun tersi de mümkündür; hasta aileden, son derece sağlıklı bireyler çıkabilir. Çocuk, anne-babasından o hastalığı göre göre nefret eder hale gelmiş ve güçlü bir savunma mekanizması geliştirerek hiç etkilenmemiştir.

Sonuç olarak diyebiliriz ki, psiko-sosyal sendromlar, iki kere ikinin dört ettiği matematiksel bir kesinlik arzetmezler. Bireyler arası etki-

leşim faktörleri, çok değişik sonuçlar verebilir. Aile bireyleri arasında etkileşim olur ama bu etkileşimin ne sonuç vereceği genellikle sürprizdir. Patolojik belirti gösteren bireyin etki alanındaki aile bireyleri, hastalık tablosu çizebileceği gibi; güçlü bir kişiliğin şemeresiyle karşı-etki de mümkün olabilir.



Hasta-Aile İlişkisi

Psiko-sosyal konular, teknik konulardır. Olayları etkileyen faktörler çok değişiktir. İnsanın psiko-sosyal özellikleri çok derindir. Bu alanda uzman olmadığı halde, herhangi bir şekilde edindiği bilgileri evindeki hastaya uygulamaya çalışan aile bireyi, ona yarardan çok zarar verecektir.

Aile patolojik belirtiler gösteriyorsa, bireylerin yapabilecekleri şunlardır:

1- Ailede hastalığı oluşturan birey tesbit edilir.

- 2- Hastanın tutum ve davranışları araştırılır.
- 3- Aile bireyleri, hastanın hassas olduğu konularda dikkatli olmalıdır.
- 4- Hastayı rahatsız edecek davranışlardan özellikle kaçınılmalıdır.
- 5- Yemeği, dinlenme zamanı vs. muntazam olmalıdır.
- 6- Hasta evdeyse, yapabileceği bir meşgale bulunmalıdır.
- 7- Herhangi bir işte çalışıyorsa, işyerinde huzurlu bir ortam sağlanmalıdır.
- 8- Hastanın evde veya dışarda yaptığı iş, kesinlikle sevdiği bir iş olmalıdır.
- 9- Hasta, zaman zaman da olsa bir uzmana gösterilmelidir.
- 10- Hasta, doktoru reddedebilir. Çünkü psikiyatrik sendromlar gösteren bireyler, genellikle hasta olduğunu kabul etmezler. Tedavi olabilmesi için hasta, doktor veya aile tarafından ikna edilmelidir.

Bastırılmış Duygular Günlük Hayatı Nasıl Etkiler?

İnsanların ruhsal gelişimleri çeşitli safhalarda olur. İnsan birdenbire ruhsal gelişim göstermez. İnsanın ruhsal gelişim süreci üç safhada gerçekleşir: İd, ego ve süper ego.

İd: İlkel benlik, demektir. Çocukluk döneminde görülür. 0-3 yaş çocuğu, id dönemini yaşar. Bu dönemde insan sadece kendi ilkel benliğini düşünür. Ortam farkı gözetmeden yer, uyur ve kakasını yapar. Bu işleri yaparken etrafa verdiği zararı düşünmez.

Ego: Benlik dönemi de denir. Çocuğun 3-4 yaşları arasındaki dönemdir. Bazen 5 yaşa kadar uzayabilir. Bu dönemde ilkel benlik, yerini benliğe bırakır; yani bir aşama kaydeder. Bu yaş grubundaki çocuk da kendi menfaatini çok düşünür ama artık kakasını herkesin içinde yapmaz. Tuvalete gitmek isterse annesine haber verebilir. İlkel benliği biraz aşmıştır.

Ego döneminin temel karakteristiği, çocuğun herşeye sahip çıkmasıdır: "Benim babam, benim annem, benim oyuncağım, benim yemeğim vs." gibi sözleri, onun ağzından sık sık duymak mümkündür. Çocuk bu dönemde paylaşma duygusunu bilmez. Bu yaşlarda iyi eğitilmeyen, paylaşma duygusu öğretilmeyen çocuklar, egoizmlerini yetişkinlik dönemine taşırlar. Hangi yaşa ve mevkiye gelirse gelsin artık o kendi çıkarını hep ön plana çıkaran bireydir. Toplumda, yetişkinler arasında böylelerini çok görürüz.

Süper ego: Bu dönem üst-benlik olarak da tanınır. Bu dönemde kişi menfaatini düşünürken başkalarını da düşünür. Süper ego, üçüncü buhran döneminde, yani 10,5-18 yaşları arasında teşekkül eder. Bu, bazı iklim şartlarında 26 yaşa kadar uzar. Süper ego devresi, menfaatten çok akıl ve vicdan devresidir. Birey sadece kendisini değil başkalarını da hesaba katar.

Süper ego döneminde bireyde çeşitli bastırılmış duygular olabilir. İnsan bu dönemde tüm duygularını dışarı aksettiremez; aksettirmemesi gerekir. Bu hal, süper egonun geliştiğinin işaretidir.

Her insanda bastırılmış duygular vardır. Aslında her türlü tahriklerin, üzücü durumların açığa vurulması eğitimsizliğin işareti sayılabilir. Tabiidir ki, ne olursa olsun tepkisiz kalınmalı demek istemiyoruz. Yerinde gösterilen tepki, sağlık işaretidir. Ama insanın bastırılmaya çalıştığı duygular genellikle cinsellik ve agresif (saldırganlık) dürtülerdir. Bunların açığa vurulması çok defa hoş karşılanmaz. Bu duyguların bastırılması günlük hayatı elbette etkileyecektir. Etkileme düzeyi, bireyin akıl ve ruh sağlığı melekelerinin kuvveti nisbetince az veya çok olabilir. İnsanın psiko-motor güçleri (zeka, muhakeme, hafıza, dikkat, oryantasyon, idrak, teessür ve irade) sağlıklı işliyorsa, etkilenme az olacaktır. Özellikle irade motoru (melekesi) iyi bir frenleyici olacaktır. Akıl ve ruh sağlığı melekeleri, insanı dengede tutmakta önemli rol oynar; dengeli insanın günlük hayatında ahenk ve nizam hakimdir.



Çekirdek Ailenin Olumlu ve Olumsuz Yönleri

Öncelikle çekirdek aile nedir, izah edelim: Çekirdek, "öz" demektir; çekirdek aile ise: öz aile, yani sadece anne, baba ve çocuklardan meydana gelmiş aile demektir. Çekirdek aile, ailenin en küçüğüdür. Bir de bunun karşıtı geniş aile tipi vardır. Buna geleneksel aile tipi de denir. Çekirdek ailenin olumlu yönleri çoktur. Faydalı bir aile tipidir. Çekirdek aile günümüzde en çok arzu edilen bir aile modelidir. Sebebi şudur: Bu aile anne, baba ve çocuklardan meydana gelmekte; anne-baba, çocuklarına dilediği şekilde, başka dış tesirler olmadan gerekli eğitimi verebilmektedir. Çocuklar da başkalarının tesiri olmadan, sadece anne-babalarını kendilerine örnek alabilmektedirler. Ayrıca gerek ekonomik, gerek sosyal, gerekse ruhsal yönlerden de ailenin stresleri, sıkıntıları daha az olmaktadır. Çekirdek ailenin olumsuz yönleri de vardır.

Ekonomik sıkıntılar, kazalar, hastalıklar gibi güç durumlarda, aile

daha çabuk paniğe düşebilir. Sözelimi evde bir hastalık durumu vardır. Çekirdek ailede baba ve belki anne de işe gidecektir. O zaman çocuklara kim bakacaktır. Ailenin hayatı aksamaktadır ve büyük sorunlar çıkmaktadır. Eğer günlük hayat normal giderse iyi, güzel; fakat herhangi bir aksaklık durumunda, mesela bir hastalık durumunda çekirdek aile çok kötü durumlara düşmektedir. Ondan sonra annesini babasını veya başka bir yakınlarını eve çağırmak veyahut da eve bir bakıcı tutmak gibi yollar aranmaktadır. Bunlar da ayrı masraflar gerektirmekte, aile bunları karşılayamamaktadır. Velhasıl zor günler olmasa çekirdek aile iyidir. Fakat zor günlerde çekirdek aile kendi kaderiyle başbaşa kalabilmekte, bu da türlü sıkıntılar yaratmaktadır. Çekirdek ailenin olumlu ve olumsuz yönleri vardır ama genelde çekirdek aile, istenilen bir aile türüdür. Çünkü günümüz şartlarında bunun aksi olan geleneksel geniş aile tipini sürdürmek daha çok sorunları beraberinde getirmektedir.

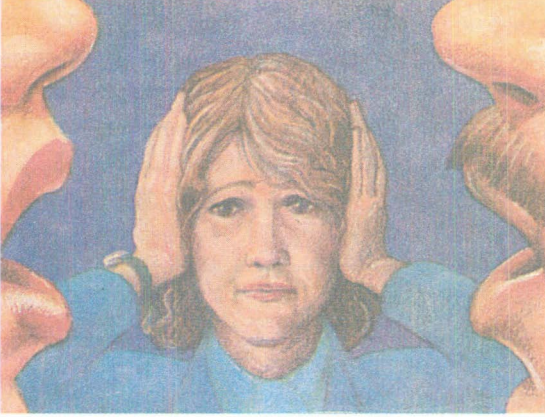


Geniş Ailenin Olumlu ve Olumsuz Yönleri

Geniş aile; anne, baba, çocuklar; annenin babası, annenin annesi; babanın babası, annesi; hala, dayı, teyze, yeğenler vs. gibi birinci kuşaktan, ikinci kuşaktan bazen de üçüncü kuşaktan, çoğunlukla kan bağı olan bireylerden oluşmuş bir aile tipidir. Yani geniş ailede sadece anne, baba, çocuklar yoktur. Annenin, babanın annesi ve babası ve çeşitli akrabalar da bulunabilmektedir. Geniş ailenin büyüklüğü de farklı olabilir. Bazı geniş ailelerde anne, baba ve çocukların dışında bir birey olabilir; bazılarında iki, bazılarında üç, bazılarında dört, bazılarında beş birey olabilir. Bunun sayısı belli değildir. Hatta bazen *aşiret hayatı* dediğimiz tipte yaşayan aileler de vardır. Yani hemen hemen akrabaların hepsi bir küme halinde yaşamaktadırlar; kapıları ayrı bile olsa yanyana komşudur. Buna aşiret tipi aile modeli diyoruz. Demek ki geniş aile modeli budur. Bu aile yapısının günümüz şartlarında olumsuz yönleri ağır basmaktadır. Çünkü ekonomik durum, giderek bütün dünyayı ve yurdumuzu dar bir boğaza sokmuştur. Toprak daima bölünmektedir, fakat yeni

topraklar gelmemektedir. Ekonomik sorunlar vardır. Geniş ailede bizim için en önemli sorun, konumuz psiko-sosyal olduğu için, çocukların eğitimi ve karı-koca mutluluğudur. Evde başka insanlar da olduğu için karı-koca hayatı normal bir şekilde yaşanmaz. Çocukların eğitimine evde bulunan bireylerin hepsi katılmaktadır. Örneğin, anne-baba çocuklarına biraz ders çalışmasını söylese, evde bulunan diğer bir birey: "Aman canım, küçücük çocuğu amma da zorluyorsun. Bırak çocuk biraz istirahat etsin. Hadi oğlum, hadi kızım, git biraz da dinlen." diyebilir. Anne-babanın çocuk eğitimine müdahaleler olur. Olmaması da mümkün değildir. Evde kaç tane yetişkin varsa, adeta o kadar da çocuğun patronu var sayılır. Çocuğun eğitimi sadece anneye, babaya kalmaz; evde bulunan bireylerin hepsi bu eğitime katılırlar. Hal böyle olunca, zaten çocuğun eğitiminde kendi aralarında anlaşamazlarken bir de evde bulunan başka bireyleri de devreye soktukları takdirde, bu hal büsbütün içinden çıkılmaz bir şekle bürünür. Bir mahzur da şudur. Geniş aile tipinde, evde haliyle yaşlılar olacaktır. Yani nine, dede olacaktır. Bunlara üçüncü nesil diyoruz. Birinci nesil çocuklar; ikinci nesil anneler, babalar; üçüncü nesil de nineler ve dedelerdir. Eğer evde üçüncü nesil var ise çocuğun eğitimi itibarıyla sakıncalar görülmektedir. Arada uzun yıllar olduğu için birinci nesil ile üçüncü nesil kolay kolay anlaşmamaktadır. Arada geniş yaş farkı vardır; torun ile nine, dede yeterli bir şekilde iletişim kuramamaktadır. Neden? Aralarında asgari bir 50 yıl fark vardır. Nine, dede kendi çocukluğunu daima torunlarında görmek ister. Halbuki değişen şartların, değişen tatmin imkanları vardır. Ortam çok değişmiştir. Bu nedenle nineler, dedeler kendilerine göre haklı olarak torunlarını çok eleştirirler: "bizim çocukluğumuzda biz şöyle yapardık, şimdi ne biçim iş olmuş bu, biz büyüklerimize hiç karşılık vermedik" vs. Tabii bu eleştirilerinde son derece haklı oldukları taraflar da vardır. Burada ortak bir lisan konuşmama hali vardır. Bu hal, çocukları da, üçüncü nesil olan nineyi ve dedeyi de sıkıntıya, strese sokmaktadır. Aslın-

da anneanne, babaanne uzun süreli olarak geniş ailede yaşamayı arzu etmez. Biz onların: “Aman efendim, benim kendi evim olsa da bir kafamı dinlesem. Ben zaten çocuklardan yorulmuşum, usanmışım. Tabii torunlarımı, çocuklarımı çok seviyorum; gayet tabii gelip gitmek isterim” dediklerini sık sık duymaktayız. Öyleyse geniş aile tipinin birincisi; çocuk eğitimiyle ilgili olarak, ikincisi; karı-kocanın birbirleriyle başbaşa kalabilmeleri, daha özgür, daha samimi olabilmeleri yönünden, üçüncüsü de ekonomik yönden olmak üzere başlıca üç yönden olumsuzlukları vardır. Bunun yanında zor günlerde geniş aile tipinin çok faydası vardır. Ayrıca anne-baba çalışıyorsa; çocuklar evde tamamen kendi hallerine kalmış ise; anne-babanın anaokuluna gönderebilecek ekonomik durumları yoksa; herhangi bir mecburiyet varsa; böyle durumlarda geniş aile tipi faydalı bir aile tipidir. Demek ki bazı durumlarda geniş aile, bir mecburiyet olarak karşımıza çıkmaktadır. İnsanın hayatını sürdürebilmesi için asgari geçim şartları vardır. Bu geçim şartlarını temin edebilmek gerekmektedir. Kişi kendi şartlarına uygun olarak en güzeli arayıp bulmak zorundadır. Kişinin şartları mümkün değilse bile en güzele taliptir. Bu da çeşitli sıkıntılara yol açar. Kişi kendi psiko-sosyal şartlarına uygun olarak aile modellerinde tercihini yapmalıdır.



Ekonomik Sıkıntılar ve Ruh Sağlığı

Ekonomik sıkıntılar ile ruh sağlığı arasında doğrudan bir ilişki vardır. Ekonomik sıkıntıları olan insanın ruh sağlığı tehlikededir. Bu nedenle çeşitli ruhsal rahatsızlıklarda bireyin ekonomik hayatını araştırmak adet haline gelmiştir. Örneğin evinin kirasını ödeyemeyen, doğru dürüst yemek yiyemeyen, istirahat imkanı bulamayan, borçlarını ödeyememiş, çocuklarının masraflarını karşılayamamış, bakkala borçlu bir insan düşününüz. Bu insandan nasıl bir ruh sağlığı bekleyebiliriz? Çünkü her an borçlarını nasıl ödeyeceğinin veya geçimini nasıl kazanacağını sıkıntıları içerisinde. Sürekli bir şekilde stres altındadır. Stres altında olan, o bireyin ruh sağlığıdır. Bu nedenle ekonomik sıkıntılar gayet tabii ruhta da bir sıkıntı yapacaktır. Zaten her sıkıntının bir de ruhsal yönü olduğunu unutmamak lazımdır. Biliyoruz ki sıkıntılar bedensel, ruhsal ve sosyal olmak üzere üçe ayrılır.

Her hastalık zordur, zahmetlidir ama ruh hastalığının da ayrı bir zorluğu, sıkıntısı vardır. Bir de sosyal sıkıntılar vardır ki insanlar arası ilişkilerin bozuk olmasıdır. İnsanların diğer insanlardan zevk

almaması, insanların birbirleri ile iyi geçinmemeleri, karşılıklı sevgi, saygı prensiplerinin sarsılmış olmasıdır. Böyle bir kişi de şüphesiz ki sıkıntılar içerisinde olacaktır. İnsanın üzerindeki ister ruhî, ister ekonomik, ister sosyal sıkıntı, isterse bedensel hastalıklardan doğmuş sıkıntılar olsun, bütün bunlar ruh sağlığını hiç şüphesiz etkiler. Ne derece etkilediği o olayın derinliğine, büyüklüğüne bağlıdır.

Boşanmanın Çocuk Üzerindeki Etkileri Nasıl Azaltılır?

Bu konuda konuşabilmek için çocuğun kaç yaşında olduğu önemlidir. Örneğin çocuk ilkokul çağında olsun, yani 7-12 yaş çocuğu olsun. Bütün bilgilerimizi buna göre sunmaya çalışalım. Mümkünse boşanma işlemi olmadan çok önce, kişiler boşanmaya karar verdiği aşamada: "Acaba bunu çocuğa nasıl anlatabiliriz?" diye kendi aralarında konuşmalıdırlar. Birinci aşama budur. Çocuğa, anne ve baba olgun bir tarzda evlilik nedir, boşanmak nedir, anlatmalıdır. Hiç boşanmaktan bahsetmeksizin denilmelidir ki: "İnsanlar evlenirler; düğünlerde şöyle merasimler olur; kız şöyle çeyiz getirir, erkek şöyle çeyiz yapar; baba dış işlerinde, anne iç işlerinde görevlidir" ... Aile konusu hakkında ta başından başlayarak, çocukla anlayabileceği tarzda sohbetler edilir. Daha sonra çocuğa şu anlatılır: "İnsanlar evlenirler. Fakat bazı nedenlerle insanlar birbirleriyle anlaşamıyorlar" denir. Örneğin çocuğa: "Sen okulda arkadaşlarının hepsiyle anlaşabiliyor musun?" denildiği zaman çocuk şüphesiz ki; "Hayır anlaşamıyorum; filanca çocuk geçen gün silgimi aldı; kızdım; öğretmene söyleyeceğim" gibi sözler söyleyebilir. O zaman, konu üzerinde yoğunlaşılabilir: "Demek ki insanlar bazı arkadaşlarıyla anlaşamıyorlar" dedikten sonra ordan kendisi için çıkarılması gereken derse yaklaşırlar ve derler ki: "İnsanlar bazen anlaşamıyorlar; işte anneler ve babalar da bazen böyle anlaşamazlar". Çevrede boşanan aileler varsa evvela onlardan örnek verilir ve çocuk bu konuda bilgilendirilir.

Unutmamak lazımdır ki çocuk evlilik olayını tanımıyor; tanımadığı halde birgün bakıyor ki baba eve gelmiyor veya anne evi terk etmiş. Bu, çocukta büyük bir şok yaratır. Bundan dolayı çocuklara aile kavramını mümkün olduğunca öğretmek lazımdır.

Bunların izahı ne kadar sürebilir?

Aile hemen boşanacak değildir. Hakim gün verir; şahitleri ister; birkaç celse olur ve belki boşanma olur, belki de olmaz; yani boşanma olayı anlık bir olay değildir. Öyleyse anne-baba çocuğa evvela evlilik konusunda, yuva kurma konusunda temel bilgileri vermeli. Daha sonra bu dönemde çocuğa normal bir sevginin biraz daha üstünde bir yakınlık duyulmalıdır. Böylelikle çocuğun sevgisi eşlerin üzerine çekilmelidir. Bu sayede çocukla arkadaşlık ilişkileri daha güzel kurulabilir. Arkadaşlık ilişkileri kurulursa ona bazı şeyleri anlatmak daha kolay olur. Çünkü insanlar ancak arkadaşlık ilişkileri kurduğu takdirde birbirleri ile iletişimleri çok daha güzel olur. Bu olmadığı takdirde kişi dinliyor görünür; dinlemeyebilir. En güzel etkileşim yolu arkadaşlık ilişkileri kurarak yapılanıdır. Anne-baba burada çocuklarıyla bir nevi arkadaş olmaya gayret sarfetmelidir. Çünkü arkadaşlık ilişkilerinde senli-benli diye tabir ettiğimiz teklifsiz bir görüşme vardır. Yani kişi sıkılmadan aklına gelen her şeyi arkadaşına sorabilir, söyleyebilir; arkadaşının kırılmayacağını bilir; çünkü o onun dostu, arkadaşı, yakınıdır. Demek ki bu aşamada boşanma gerçekleşmeden önce çocuğu aile konusunda bilinçlendirmek ve çocukla arkadaşlık ilişkileri kurmak gerekir. Daha sonra karı-koca kendi aralarında "boşandıktan sonra çocuğumuzun durumu ne olacak" sorusunu gündeme getirerek, bu probleme doğru bir hal çaresi aramalıdır. Çocuk şüphesiz anne veya babadan birisince büyütülecektir. Taraflardan diğeri çocuğu ne sıklıkla görecektir? Sonra, çocuğun ekonomik masraflarını kim karşılayacaktır? Adeta bir muharebe planı gibi aile bireyleri her şeyi ince ince hesap etmek zorundadır. Ama ne yazık ki pek çok aile boşan-

ma aşamasına geldikleri zaman son derece hissi davrandıkları için, bu tip sorunları akıl, mantık ve ilim yolu ile çözmeye çalışılmaktadır. Bunun zararını şüphesiz birinci planda çocuklar çekmektedir.

Boşanmak isteyen eşler, çocuğunun ıstıraplar içerisinde olacağını, okuyamayacağını, başarısız kalacağını, ruhsal problemler, davranış kusurları gösterebileceğini, hatta akıl ve ruh sağlığının tehlikeye girebileceğini düşünerek akıllı ve bilgili hareket etmektedir. Aksi takdirde, bir taraftan eşlerde boşanmış olmanın verdiği stres; bir taraftan çocuklarının ruh sıkıntıları; bir tarafta ekonomik sıkıntıları; bir tarafta yeni bir hayat kurma sıkıntıları üzerine bir yenisini daha eklemeyi kendi kendilerine yapmış olurlar. Boşanmanın çocuk üzerindeki etkilerini azaltmak için bunlardan başka bir diğer madde de şu olabilir: Çocuğun öğretmenleri ile temas sağlamak suretiyle, öğretmenin de çocuğa boşanma konusunda gerekli bilgileri vermesi istenebilir. Yani öğretmenden de yardım talep edilebilir. Unutmamak lazım ki çocuklar her zaman annelerinden, babalarından etkilenmezler; bazen de öğretmenlerinden ve sosyal çevreden etkilenirler. Hele ortaokul çağında artık anne-baba etkisinin çocuk üzerinde daha az olacağı bilinmektedir. Bu dönemde sosyal çevre ve öğretmenlerin etkisinin daha çok olacağı yönünde kuvvetli bir eğilim vardır. Bütün bunlara rağmen boşanmanın çocuk üzerindeki etkilerini azaltmış olmayız.

Önerdiğimiz çareler, onun ıstırap çekmesine maalesef mani olmaz. Onun içindir ki kişiler çocuk sahibi olmadan önce çok iyi düşünmelidirler. Ne kadar anlatırsak anlatalım çocuk, babanın eve gelmeyişi, annenin evi terk edişi kolay kolay hazmedemez; mutlaka yaralanır. Hatta bazı yayınlar diyor ki: "Boşanma, çocuğu adeta kılıçla ikiye kesmek gibidir". Son derece zor olmasına karşın boşanma olayı da hayatın bir gerçeğidir. Anne-baba, çocuk üzerinde boşanmanın maddî etkilerini azaltabilirler ama o gönül yarasını

yine de azaltamazlar. Boşanmanın olumsuz etkisi maalesef uzun süre devam eder.

Çevrenin Aileye Etkileri

İnsan sosyal bir yaratıktır; sosyal çevreden ayrı yaşayamaz. İnsanlar topluluk halinde yaşarlar. Bu şekilde yaşamaları onların fıtratlarına uygundur. İnsan bu şekilde yaratılmıştır. Evvela insan kendi yaratılışının özelliklerini bilmelidir. Çevrenin aileye olumlu ve olumsuz etkileri şüphesiz ki olacaktır. Burada en çok üzerinde durulması gereken konu şudur: Kişinin kendi çevresini seçerken dikkat etmesi gereken hususlar nelerdir? "Her kuş kendi alayı ile uçar" diye bir atasözümüz vardır. Bu söz son derece anlamlıdır. Herkes kendi anlayabileceği, sözünden-sohbetinden zevk alabileceği, mümkünse kendi meslek grubuyla veya kendi akranlarıyla, anlayabileceği kişilerle grup oluşturur. Böyle olmadığı takdirde kozmopolit muhitlerde gayet tabii ki sürtüşmeler daha çok olur.

Mesela bir şehrin temiz tutulması olayını ele alalım. Bazı insanlar var ki şehrin temiz tutulması için ellerinden geldiğince çalışmaktadırlar. Bazı insanlar da vardır ki adeta ellerinden geldiğince çevreyi kirletmeye çalışmaktadırlar. Bu iki grup bir arada yaşadığı takdirde herhalde fevkalade rahatsız olurlar; biri diğerini aşırı temizlikle suçlarken, diğeri de onu pis olmakla suçlayacaktır. Öyleyse buradan çıkan sonuç; mizac itibariyle, huy itibariyle anlaşılan insanların belli bir grubu oluşturması ve bu grup etrafında toplanmalarıdır. Beş parmağın beşi bir olmadığı gibi, toplumda son derece iyi niyetli müsbet insanlar olabileceği gibi, olumsuz insanlar da gayet tabii ki olacaktır. Zaten hayat, iyiler ile kötülerin mücadelesinden ibarettir. İnsan hayatı da ego ve süper egonun çatışmasından ibarettir. Yani vicdan ve nefis çarpışmasından ibarettir. Nefsin karşılığı ego, vicdanın karşılığı süper egodur. Sosyal cemiyet hayatı da, iyi insanlarla kötü, olumsuz insanların birbirleriyle mücadelesinden ibarettir. Bunlar kaçınılmaz olaylardır. Netice itibariyle insanı sosyal çev-

resi çok etkiler; iyi olarak etkiler; kötü olarak da etkiler. Bu nedenle insan kendi sosyal çevresini oluştururken anlaşabileceği ilişki kurabileceği, sözünden sohbetinden zevk aldığı insanlar içerisinde olabilmeye özen göstermelidir ve bu da mümkündür. Sosyal çevre insanın başarısına, ruh sağlığına, neşesine her şeyine yön veren çok esaslı bir unsurdur. Hatta bunu şuna benzetebiliriz: insan, bir tohumdur, sosyal çevresi de topraktır. Yani insan, çevresinde şekillenir. Toprak olmadan bir bitki yetişemez. İşte bir tohum için toprak nasıl son derece önemli ise, insan için de çevre o kadar önemlidir. İnsan sosyal çevresinde büyür, gelişir, hayat bulur. Toprak kaliteli olursa bitki de gür ve canlı olur.

Çocuğun Ergenlik Buhranları ve Aile

Ergenlik çağında olan çocuk fevkalade buhranlıdır, kaprislidir, sıkıntılıdır. Bu hal anneye babaya da haliyle sirayet eder. Çünkü ergen, anne-babanın sözlerine yeterince ilgi göstermez; anne-baba da bundan rahatsız olur.

Ergen çocuk, aile yaşantısından bir an evvel kurtulup kendi bağımsız hayatını kurmaya doğru son derece heveslidir. Bu da aileyi rahatsız ve tedirgin eder. Çünkü, ergen çocuk tek başına bir ev açacak maddi manevi imkanlara sahip değildir. Henüz okulu bitmemiştir; para kazanacak durumda değildir; bütün bunlar olsa bile bir aileyi yürütebilecek tecrübesi yoktur. Çocuğa müstakil bir ev vermeniz bütün masraflarını da karşılasanız yine ergen çocuk kendi başına yaşayabilecek yeterli becerilere sahip değildir. Tabii bunda yetişmesinin de önemli bir rolü var ama, genelde yeterli değildir. Anne-baba ergen çocuğun yine geceleri üzerini örterler, yemeğini hazırlarlar; elbiselerini yıkar, ütülerler vs... O henüz daha tam olarak çocukluğundan çıkmış değildir. Fakat çocukluktan çıkmak üzeredir. Yani çocuklukla-yetişkinlik arasında bir dönemde, bir köprü üzerindedir. Bu nedenle ergenlik çağında anne-baba da zaman

zaman çocuk kadar sıkıntılara düşebilir. "Ergen" ne demek, "ergenlik" ne demek bunu bir miktar hatırlatmakta yarar vardır. Ergenlik, buhran demektir. İnsanlar erişkin yaşa gelene kadar nasıl ki bir bedensel gelişme süreci geçiriyorlarsa; ruhsal ve sosyal yölerden, kısaca psiko-sosyal yönlerden de çeşitli gelişim evreleri geçirirler. Bunlar doğumdan sonra üç dönemdir. Birincisi, egosantrik dönem; ikincisi, sosyal benliğe geçiş dönemi; üçüncüsü, kişinin cinsel kimliğine kavuşma buhran dönemidir. Birinci, ikinci dönemlerde kişi, çocuktur ve çocukluk psikolojisi bilgileri gündemdedir. Ergenlik çağında ise, yani kişinin doğduktan sonra, ruhsal ve sosyal ergenliğe ve olgunluğa kavuşabilmesi için geçirmekte olduğu son psiko-sosyal buhran döneminde ise gençlik psikolojisi önem kazanır. Bu ergenlik çağında -ki delikanlılık çağı, bulûğ çağı, fırtınalar çağı, üçüncü kaprisler çağı da denmektedir- kişi, kendi cinsel kimliğine adaptasyon sancıları çeker. Çocukluktan çıkıp genç kızlık veya genç erkeklik psikolojisine uyum sancıları içerisinde. Bilim adamları bu dönem için buhran, kapris, sıkıntı, sancılı ifadelerini kullanırlar. Zaten erişkin insanlar da bu yaşlarını hatırlarlarsa gerçekten o dönemde bazı buhranları olduğunu, yaşları ne kadar ilerlemiş olursa olsun, hatırlayabilirler.

Bu çağ kişinin hürriyete karşı üçüncü atılımıdır, son atılımıdır. Genç anne, baba ve öğretmeninden kurtularak kendi hayatını tek başına devam ettirebilecek hale gelmesi için hürriyete karşı üçüncü ve son atılım dönemidir. Bunu bir savaşa benzetebilirsek, savaşın hücum dönemidir. Birey kendi cinsel kimliğine adapte olmayı, yani kendi kendine yeterli olabilmeyi öğrenecektir. Evlenip yuva kurabilmenin nihaî temelleri bu dönemlerde atılacaktır. Çocuklar ergenlik çağına Türkiye şartlarında 10,5 yaşında girebilirler ve 18 yaşında çıkabilirler. Son durak da 26 yaştır. Bu yaşlar içerisinde çocuk, buhran, sıkıntı içerisinde. Kendisine doğru bir laf söylenirse bile yanlış anlayıp sinirlenebilir. Mesela annesinin, babasının:

"Televizyonun sesini biraz kısar mısın" demesi, çocuğun sert bir cevap vermesine neden olabilir. Bu, çocuğun içindeki buhran nedeniyledir. Aslında kötü niyetli değildir, ama buhranlar insanı böyle yapar. Mesela bir insan sıkıntı içindeyse, derdi varsa, siz o insandan fazla kibarlık bekleyemezsiniz. Çünkü derdi vardır; acı çekiyordur. Bu nedenle ergenlik çağının evvela çocuk üzerinde önemli bir sorun teşkil ettiğini hatırlamak lazımdır. Ergenlik çağı sıkıntıdır, huzursuzluktur, kapristir, bunalımdır. Bunun tesiri altında olan ilk insan da çocuğun kendisidir. Anne-baba, hiçbir zaman çocuk kadar sıkıntı ve buhran içinde olamaz. Çocuğun ergenlik buhranları aileyi olumsuz olarak etkiler; aileyi sıkar, üzer. Eğer aile bu konularda bilgili değilse o zaman sıkıntıları daha çok artar.

Aile kendisini, çocuk daha küçükken: "Çocuğum büyüyecek; ergenlik çağına gelecek; ben şimdiden bunun için gerekli tedbirleri alayım" diye hazırlamışsa o zaman ergenlik çağı çocuk için de, aile için de çok rahat atlatılabilir. İlimin amacı kolaylıktır. İlim bu konuda birçok kolaylıklar getirmiştir. Aile, ergenlik çağı çocuklarının psikososyal özellikleri ve başarılı uyum esasları konusunu, çocuk o yaşta gelmeden yavaş yavaş öğrenmelidir. İkincisi: "Çocuğum ergenlik çağına geldiği zaman ben ne yapacağım" diye soruyu kendisine sorar ve onun yanıtlarını da daha çocuk küçükken, kendi kendisine verir. Dolayısıyla aile hazırlanmış olur. Çocuğun sorunları, kaprisleri karşısında paniğe kapılmaz. Mesela ergenlik çağının karakteristik özelliklerinden bir tanesi de şudur: Çocuğun orijinal olma hevesi vardır. O yaşta çocuklar, herhangi bir şeyde orijinal olmak, toplum tarafından ilgi görmek, toplumun odağı olmak ister. Bu, onun bir ihtiyacıdır. Çocuğun orijinal olma isteği, bu çağdaki özelliklerinden sadece bir tanesidir. Aile bunu bilirse; çocuk orijinal olma konusunda bazı girişimlerde bulunurken: "Tamam, bizim çocuğun orijinal olma hevesi var ya, bak şimdi o özellikten dolayı böyle yapıyor" diye anlayışla karşılayabilir; ona zorluk çıkarmaz. Eğer çocu-

ğün yaptığı orijinallik kötü bir şeyse o zaman aile, bunu daha evvelden düşünerek tedbirini almalıdır. Aile, çocuğu herhangi bir sanat kolunda küçüklüğünden itibaren yetiştirebilir. Mesela ergen çocuk çok iyi müzik veya resim eğitimi almış olabilir. O takdirde çocuk bu haliyle arkadaşları arasında orijinal olur. Çocuk belli bir sanat kazanmış olur. Bu onun ruh sağlığı yönünden de son derece değerlidir. Aynı zamanda da çocuk orijinal olma hevesini, arzusunun, ihtiyacını ergenlik çağına gelince başka şeylerle karşılamaya kalkmamış olur. Bu önemli bir sorundur. Şöyle ki: Orijinal olmak kolay bir şey değildir. Bir insanın orijinal olabilmesi gençlik döneminde çok zor birşeydir. Uzun eğitim ister. Eğer böyle bir eğitim verilmezse çocuk, kısa yoldan orijinal olmaya, ilgi çekmeye kalkar: İçki içer; sigara içer; kumar oynar; külhanbeylik yapar; saçını değiştirir; pantolonunu dizinden yırtar; kötü sözler kullanır...

Ergenlik çağının, sadece orijinal olma hevesini, aile yıllar önce düşünmüş olsa ne kadar rahat edecektir. Herşey bilgi ile olur. Kaliteli, başarılı bir çocuk yetiştirilmek isteniyorsa onun bedelini hemen nakden ödemekle bu gerçekleştirilemez. Çocuğu küçüklükten itibaren düşünmelidir. "5 yıl sonra bu çocuk hangi döneme girecek, o zaman ben ne yapabilirim. 5 yıl sonrası için şimdiden yatırım yapmam gerekir mi" diye düşünmek gerekir.

Hiçbir şey kolay olmamaktadır. Kaliteli, başarılı, seviyeli, erdemli çocuklar yetiştirilmek isteniyorsa, gayet tabii çok önceden gelecekte olabilecekleri öğrenmeli, ona göre nasıl hareket edileceği tayin edilmelidir. Bütün bunları yapmak zor değildir. Bunlar bir inanç, bir sevgi meselesidir.

Bu çağda çocuğa mümkün olduğunca kızılmamalıdır; gücenilmemelidir. Mümkün olduğu ölçüde yardımcı olunmalıdır. Konuşulmalı, arkadaşlık ilişkileri kurulmayı çalışılmalıdır. Yapılanların onun iyiliği için olduğu hissettirilmelidir.

Çocuk bu dönemde anne-babayla fazla ilgilenmiyorsa, bunu da

normal karşılamak lazımdır. Çocuk her zaman anne-babasına aynı derecede bağlı olsaydı, o zaman gelişme olmazdı. Çocuk, hep çocuk olarak kalırdı. Çocuğun aileden kopması onun sağlığı, mutluluğu için lüzumlu ve faydalıdır. Bunları da gözönünde bulundurarak çocuğun kopmasına, kendileriyle beraber aile gezilerine gitmeyişine aile aldirmamalı ve evde sorun çıkarmamalıdır. Eğer rehber, sevgi olursa bunların çözümünü bulmak daha da kolaylaşır.

Aile İçi İlişkiler Gerginleştiğinde Bireylere Düşün Görevler

Aile içerisinde iyi anlar da olabilir; istenmeyen, kötü anlar da.... Aile hayatı bir bütündür. Hiçbir zaman bir aile içerisinde herşey günlük güneşlik olmaz. Bazen acı, bazen keder, bazen mutluluk, bazen mutsuzluk olur. Bunlar yaşamının bir gereğidir.

İklimlere bakılırsa, yağmurlu günler görülür; bazen güneş açar; bazen kar yağar, bazen dolu, bazen de fırtına.... Bu değişiklikler insanın ruh sağlığı yönünden de aynıdır. Bunlar aile hayatı için de söylenebilir. O zaman yapılacak iş doğal ile doğal olmayanı ayırdetmek ve evreni kafamızda inşa edebilmektir.

Bu gibi durumlar her ailede böyle mi oluyor, yoksa sadece benim ailemde mi; genel durum nedir, benim özel durumum nedir? Bu gibi soruları kavramak çok önemlidir. Aksi takdirde insanlar güneşi batıdan doğurmaya çalışmak gibi yanlış bir yol üzerinde bir ömür harcayabilir.

Gerçekler ne ise, onları bilmek, gerçeklere göre hal ve hareketi tayin etmek lazımdır. Bir insan, okyanusu hiçbir zaman yüzerek geçemez. Halbuki bir gemi ile pekala geçebilir. Herşeyin bir yolu vardır; usulü vardır. Bu yol ve usulde bilim, insan için ışıktır, aydınlıktır. Öyleyse ailenin iyi zamanı da olacaktır, tatsız geçen sevimsiz anları da... Zaten cemiyet içerisinde de bir toplumun iyiliğini anlatmak için, kırıcı bir olay olsa: "Biz aile gibiyiz, bu tür kırıcı olaylar olabilir"

denir. Ne demektir “aile gibiyiz ?” . Yani aile, yapılanları unuttur. Ailenin bu özelliğinden dolayı bu söz söylenir. Hakikaten ailede üzüntü veren haller unutulur. Unutulması da gerekir. Çünkü ailedeki insanlar kan bağı ile, can bağı ile birbirlerine bağlıdır. Hayatta birbirlerine en yakın insanlar annedir, babadır ve onlardan olan çocuklardır. Aile, birbirine en yakın insanların oluşturduğu bir topluluktur. Gayet tabii bu insanlar birbirlerine karşı hoşgörülü, affedici olurlar.

Biz aile içi ilişkilerin gerginleşmesinden ne anlıyoruz, bunu izah edelim:

Anne-baba veya çocuklar veyahut da evde bulunan diğer bireyler tatsız bir konu açmış olabilirler veya bir hata yapmış olabilirler ve bu hata, evde bulunan bireylerin bir kısmını rahatsız etmiş olabilir. İşte bu hale aile içi ilişkilerde gerginlik diyebiliriz. Çünkü orada bir rahatsız eden, bir de rahatsız edilen vardır. Rahatsız eden ve edilenin bir arada olduğu yerde gerginlik vardır.

Diyelim ki baba akşam eve gelmiştir. Evde yemek hazır değildir. Üstelik baba o gün öğle yemeği de yememiştir; fevkalâde karnı açtır.

Anne, yemek yapması gerektiği halde yapmamıştır. Bu durumda babanın tepkisi farklı farklı olabilir. Bazı babalar normal karşılar: “Olabilir, haydi gelin hep beraber dışarıda yiyelim” diyebilir. “Olabilir, hiç önemli değil; sen çocukları doyur; ben kendimi idare edebilirim” diyen babalar vardır. Baba sert bir tepki de gösterebilir: “Ben sizin için çalışıp kazanıyorum ve eve yiyecek getiriyorum; fakat ö-nüme bir yemek gelmiyor” diye büyük bir sorun haline de getirebilir.

Burada kadın psikolojisi devreye girer. Kadın psikolojisi genellikle hissî yönden daha ağır basar. Kadın davranışlarını yönlendiren etken, daha çok histir. Nitekim kadın hissî davranarak: “Ne olmuş

yani, bütün bir ömür boyu yemek yaptım; bugün yapmadım diye kıyamet kopmadı ya” diye sert bir karşılık verebilir.

Halbuki normalde, eve yorgun gelen kocasına karşı olayı aşağıdan alması gerekirdi: “Çok afedersin, hakikaten şöyle bir durum oldu; yemek yapamadım; telefon edip bildirmeye de fırsat bulamadım; ben şimdi birşeyler yaparım” gibi gayet nazikâne cevap vermesi çok daha uygunken, verdiği aksi cevaplarla olayı daha çok büyütmesi de mümkündür. Ne yazık ki bu tür olaylar kültür düzeyi yüksek ailelerde de yaşanmaktadır.

Baba hizmetini yapmış, çalışmış, yorulmuş, evinin ihtiyacını da görmüştür. Bu olayda baba görevini yapmış, anne ise yapmamıştır. Normal olarak annenin aşağıdan alması, özür dilemesi ve mutlaka kocasını sakinleştirmesi, kibar söz ve davranışlarda bulunması gerekirdi. Bu olmadığı takdirde ailede bir gerginlik doğması mümkündür. Çünkü koca eve geldiği anda yorgunluğu zirvededir. Her insan böyledir. Bütün gün kendine göre çalışmış, yorulmuştur. Hele büyük şehirlerde bir de trafik karmaşasından kurtulup eve gelebilmek, hakikaten meseledir. Hal böyle olunca aile reisinin eve geldiği zaman, kızmaya en müsait olduğu zamandır. Neden? Çünkü yorgunluk vardır; açlık vardır; günün gerginliği vardır...

Ailenin normalde babayı güler yüzle, çocuklarla beraber: “Aaa, babamız gelmiş” diye kapıda karşılaması gerekirdi. Böyle olmamış; yemek hazırlanmamış; üstelik özür de dilenmemiştir.

Kadın: “Artık ben yemek yapmaktan bıktım. Hayat müşterektir. Bundan sonra yemeği biraz da sen yap” dese ve bunu kocasıyla oturup tartışsalar, bazı konularda fikir birliğine varıp ona göre davransalar, o başka.... Ama burada bir anlaşma da yoktur. Bütün sorun bir görevin ihmal edilmesidir. Her ailenin bazı kuralları olur. O kurallara baba da, anne de, çocuklar da uymalıdır. Kurallara uyulmazsa bu çeşit münakaşalar eksik olmaz.

Demek ki aile içi gerginliklerin azalması için bireyler üzerlerine düşen görevleri yapmalıdır. Bir yerde hata varsa, orada çeşitli düzeylerde gerginlikler bulmak mümkündür. Aile bireyleri baba olsun, anne olsun, çocuklar olsun hatadan kaçınmak durumundadır. Tüm çabalara rağmen -insanlık hali- hata olduysa, tekrarından özenle uzak durmalıdır.

Bu çeşit gergin ortamlarda mümkünse hata yapanın özür dilemesi temin edilmelidir. Ortamı yumuşatabilmek için başka bir konuya geçilmesi sağlanmalıdır. Yangına körükle gitmekten bilhassa kaçınmak gerekir. Tabî ki en güzeli böyle bir ortama meydan vermemektir.

Unutmamak gerekir ki aile bireylerini yönlendiren asıl temel histir. His ise çok defa insanı yanıltır. Öyleyse aile içi ilişkilerde, olayları his yerine mümkün olduğu kadar mantıkla değerlendirmeye çalışmalıdır.

Aile ilişkileri çok sıkı gibi görünmesine rağmen her insanın temelde yalnız olduğu bilinmelidir. Bu yalnızlığın giderilmesi hiçbir şekilde mümkün değildir. Aile ilişkileri, bu bilginin ışığı altında bir dereceye kadar "resmî" olmalıdır. Bireyler açısından bu tutumun çok yararı olabilir. Biraz resmiyet, ilişkilerin sağlığı açısından son derece yararlı olur. Örneğin dış çevrede hiç tanımadığınız insanlara karşı nazik davranmak için elimizden geleni yapıyoruz. Aksi takdirde sorunlar çıktığını gözlemlemek mümkündür. Bu tavır mecburiyetten kaynaklanıyor; ama ilişkiler gayet güzel de yürüyor. Aynı gayreti hiç kimse evinde göstermiyor. Aile içi bireyler arasında pek çok sorun aslında -halk tabiriyle- yüzgöz olmaktan kaynaklanıyor. Halbuki aynı gayret evde de gösterilse, görülecektir ki ilişkiler gayet sağlıklı yürüyor; her birey ailenin kurallarına uyuyor ve pek sorun da çıkmıyor. Hatta evde bu gayretin daha fazlası gösterilmelidir. Çünkü insan en nazik davranışları kendi ailesine göstermeyecek de kim gösterecektir? En güzel sözleri kendi ailemize söylemeyeceğiz

de kime söyleyeceğiz?

Sonuç olarak şunları söyleyebiliriz: Bireyler egoist davranmamalıdır. Her bireyin kendine göre işi vardır. Herkes akşama kadar o işlerle uğraşmış ve yorulmuştur. Baba işinde, anne evde, çocuklar da okulda yorulmuş, sıkılmışlardır. Ev içi ilişkilerde anlayış ve saygı hakim olmalıdır. Evdeki iş bölümü adil bir şekilde dağıtılmalı ve bireyler kendi üzerlerine düşeni ihmal etmemelidir. Bu şekilde herşey daha güzel olur.



Hamile Kadının Psikolojik Durumu

Bir insanın sağlıklı olabilmesinin ilk şartı, annesinin iyi bir hamilelik dönemi yaşamasıdır. Bir binanın sağlamlığı için temel ne kadar önemliyse, hamilelik devresi de o kadar önemlidir.

Önce ruh sağlığının tanımını hatırlatmakta fayda vardır. Ruh sağlığı, bireylerin çevrelerine akıl ve his-heyecan bakımından ahenkli bir şekilde uyum göstermeleridir.

Ruh sağlığının bir diğer tanımı da şöyledir: Bireyin zihin, ruh ve heyecan bakımından en iyi bir şekilde gelişmesidir. Toplumdaki her birey bu tanıma girerse hoşgörölü, iyi ve yükselmiş bir cemiyet oluşur. İnsanın hem sosyal çevresiyle, hem de kendisiyle uyum içerisinde olması esastır. İnsan sağlığının oluşmasında, tutum ve davranışlarımıza yön vermesi itibariyle ruh sağlığımızın çok önemli bir yeri olduğu şüphesizdir.

Ruhsal bozuklukları üç kategoride incelemek mümkündür:

- 1- Psikozlar (akıl bozuklukları, mesela şizofreni)
- 2- Nevrozlar (şahsiyet bozuklukları, mesela sinirlilik)
- 3- Zeka yetersizlikleri

İşte hamilelik döneminde iyi bir bakım olmazsa ortaya pekçok ruhsal bozukluklar çıkabilir.

Gelişmiş Batı ülkelerinde, mesela İngiltere ve Danimarka'da hastahaneye başvuran insanların yüzde 25'i ruhsal bozukluk belirtileri göstermektedir. Gelişen teknoloji insanî ilişkileri zayıflatmış, insanı

yalnızlığa itmiştir. Aile ilişkilerinin, komşuluk ilişkilerinin zayıflaması insanı yalnızlığa mahkum ederken; yalnızlık da birçok psikolojik sorun doğurmuştur. Ülkemizde hekime gelen hastaların yüzde 50'sinde çözülmesi gereken ruhsal problemler bulunmaktadır. Bu rakam A.B.D.'de yüzde 60'a tırmanmaktadır. Yetişkinlerde ruhsal bozuklukları teşhis etmek çok güçtür. Bu, çocuklarda nispeten daha kolay olmaktadır. Ülkemizde insan ömrü geçen yıllara göre artış göstermektedir. Erkekler 54 yaş ortalamasına sahipken bu rakam kadınlarda 56'ya çıkmaktadır. Kadınlar erkeklerden yüzde 5 daha fazla yaşarken; doğumlarda erkeklerin yüzde 5'lik üstünlüğünü görmekteyiz. Yaş ortalamasının artması, ruh hastalıklarının da artmasına yol açmıştır.

Bir diğer faktör kentleşme ve kentlerin büyümesidir. Kentler büyüdükçe ruhsal bozukluklar da artmaktadır. Sadece trafik sorununun çalışan nüfus üzerindeki etkisi araştırılsa, kaba bir tahminle yüzde 50'sinin bu dertten muztarip olduğu görülecektir.

Hayat gittikçe daha karmaşıklaşmakta ve bu hale intibak edemeyenler sürekli artmaktadır. İntibaksızlık, ruhsal bozukluk demektir.

Bir insanın karakterinin oluşmasında hamilelik dönemi son derece önemlidir. Karakter, kişinin çevresine karşı takındığı tavır ve ruhî durumdur. Karakter, insanın olduğu ve olmak istediği arasındaki mücadele sonunda belirir. Hamilelik dönemi koruyucu ruh sağlığı tedbirleri kesinlikle ihmal edilmemelidir. Biz, koruyucu ruh sağlığı tedbirlerini üç bölümde inceliyoruz:

- 1- Doğum öncesi
- 2- Doğum anı
- 3- Doğum sonrası

Bizim bahis konumuz, doğum öncesi koruyucu ruh sağlığı tedbirleridir. Buna "antenatal faktörler" denilmektedir. Bu tedbirleri inceleyelim:

Kalıtım sağlığı tedbirleri iyi bir şekilde bilinmeli ve alınmalıdır. İrsiyetle geçebilecek hastalıkları varsa, bu bireyler birbirleriyle evlenmemelidir. Hangi ruh hastalığının genetikle geçtiği araştırılmalıdır. Birey, evleneceği insanın soyunda bu tür hastalıklar varsa evlenmemelidir. Çünkü tedbirler esastır. Hastalığın ailede, yakın akrabalarda, özellikle ikizlerde toplandığı gözönünde bulundurulmalıdır.

Kalıtımla ilgili ruh sağlığı tedbirleri alınmazsa, doğacak çocukta görülebilecek bazı hastalıkları sıralayalım:

1- *Afektif psikozlar (siklofreni, yaş dönemi melankolisi)*: Bu hastalık kalıtımla geçer. Böyle hastalar kesinlikle birbirleriyle evlenmemelidir.

2- *Şizofreni*: Şizofrenik hastalıklar kan akrabalığıyla geçer. Akrabalar arasında bu hastalık daha sık geçiş sağlar.

3- *Epilepsi*: Halkın sara dediği hastalıktır. Bu hastalık da irsiyetle geçer.

4- *Zihnî yetersizlikler, zeka geriliği, oligofreni* (zekanın olmayışı) de yine kalıtımla geçmektedir. Toplumda yüzde 1 ila 3 sıklığında görülür ki bunun yüzde 10'u ağır vakalardır. Bu çocukların yaşama şansı hemen hemen hiç yoktur. Normal zeka düzeyi 100-110 iken memleketimizde 70 zeka düzeyinin altında yaklaşık 300 bin hasta vardır. Maalesef bu çocuklara gerekli bakım ve tedavi hizmetleri götürülememektedir.

Zihnî yetersizliklerde kalıtımla geçiş olduğunu söylemiştik. Bunları *monozigot kalıtımla ilgili ve kromozom anomileriyle ilgili* olmak üzere iki bölümde ele alıp incelemek mümkündür.

Monojenik kalıtımla ilgili zihnî yetersizlikler "fölling hastalığı"na yol açar. Hamile kadın bir kan tahlili yaptırmak suretiyle doğacak çocuğun geri zekalı olup olmadığını kolayca anlayabilir. Ülkemizde bu çeşit bir tahlil sadece Ankara'da Hacettepe Üniversitesi'nde, İstanbul'da Cerrahpaşa Tıp Fakültesi'nde yapılabilmektedir. Ancak

mesela Ağrı'da veya Edirne'de oturan birey, yakınındaki bir doktora başvurarak biraz kan verir. O kan, kağıda (herhangi bir kağıt değil, özel bir kağıt) emdirilmek suretiyle bu merkezlere gönderilir. Bu şekilde yapılan tahlil sonucunda çocuğun zeka düzeyi tesbit edilebilmektedir.

Hamile kadının tükettiği besinler vücut tarafından değerlendirilmektedir. Bu besinlerle ilgili olarak vücutta çeşitli metabolizmalar vardır. Bu metabolizmalardan birinin veya birkaçının bozulması doğacak çocuğun zeka düzeyini olumsuz yönde etkiler. Bu çeşit hastalıklardan birisi de *galaktozemidir*. Galaktoz eksikliğinden meydana gelir ve çocukta sarılık ve kataraktla birlikte zihni yetersizlikler yapar.

Bu sınıfa dahil hastalıklardan biri de *histidinemidir*. Histidaz eksikliğinden oluşur. Hamilelik döneminde teşhis edilirse tedavisi de mümkün olur.

Bir diğer hastalık da *hiperprolinemidir*. Bu hastalık böbrek bozukluğu ve epilepsi ile birlikte zihni yetersizlik yapar.

Bunlardan başka kan akrabalıklarıyla geçen ve musevilerde çok görülen *amoratik idyasi* ve *tay Sachs* hastalıkları vardır. Ne yazık ki yurdumuzda akraba evlilikleri çok fazladır. Tüm evliliklerin yüzde 25'i akraba evlilikleridir.

Monojenik kalıtımla ilgili bu hastalıklardan başka, bir de kromozom anomalileriyle ilgili hastalıklar vardır. Bunlardan birisi *mongolizm*dir. Buna *down sendromu* da denir. Bir tür zeka geriliğidir.

Hamilelik döneminde kalıtımla ilgili koruyucu ruh sağlığı tedbirleri alınmadığı takdirde, doğacak çocukta görülebilecek hastalıklardan birisi de *kedi sesi sendromu*dur. Bu hastalık da ağır zihni yetersizlik yapar.

Bir başka hastalık *kinetifeller sendromu* olarak bilinir. İleri derecede zeka geriliğine sebep olur. Kalıtımla geçen hastalıklardan bir di-

ğeri *Huntington Koresi*dir. Bu hastalık doğar doğmaz oluşmaz. Mesela 70 yıllık bir ömrün 40. yılında başlar. Çocuğa geçme ihtimali çok kuvvetlidir. Bu hastalığa yakalanan çiftlerin çocuk yapmaması yerinde bir davranıştır. Başlangıçta şizofreniye benzer belirtiler gösterir. Birey, 40 yaşından sonra zeka geriliğine yakalanır. Kalıtımla ilgili koruyucu tedbirler alınmadığı takdirde görülebilecek hastalıklardan birisi de *yaşlılık demansı*dır. Buna *senildemans* denir. Yaşlılıkta bunama yapar. Kalıtımla geçer. Bir de *Pick* hastalığı vardır. Buna *Presenil demanslar* da denir. Ayrıca nevrozlar ve kişilik bozuklukları da görülebilir. Bu tür ruhsal arızalar kalıtımla çocuğa geçebilir. Hırçınlık, sinirlilik, davranış kusurları kalıtımla geçebildiği gibi, bunların oluşumunda çevrenin de rolü büyüktür. Dolayısıyla çocukta bu tür bir arıza görülürse bunun kalıtımla mı, yoksa çevrenin etkisiyle mi oluştuğunu tesbit etmek güçtür.

Bu saydığımız hastalıklar hamilelik döneminde, kalıtımla ilgili koruyucu tedbirler alındığı takdirde hiç görülmeyebilir. Bu hastalıkların oluşumunda çocuğun hiç payı yoktur. Burada çocuk kurbandır. Koruyucu tedbirleri ihmal etmemek gerekir.



Bazı Hamilelik Sorunları

Hamilelik kadın için strestir. Taşdığı yük onu sıkmaktadır. Vücudunda bir canlı daha büyümekte, beslemektedir. Üstelik “aşerme” hali olur, yani bazı yiyeceklere aşırı istek duyar.

Aşeren kadınların toprak yemek istedikleri bile görülmüştür. Benim bir hastam hamilelik döneminde Arap ülkelerinden birisinde oturuyormuş. Anlattığına göre canı şeftali istemiş. O ülkede şeftali olmadığı için, sırf bu yüzden İstanbul'a gelmek için kocasına baskı yapıyormuş. Adam bir turistik otelden çok büyük paralar ödeyerek bir kasa şeftali almış. Hamile kadın, bir kasa şeftaliyi oturup tek başına yediğini söyledi.

Çocuğun babasının ve diğer hane halkının hamile kadına davranış biçimi son derece önemlidir. Bu, kadının psikolojisini direkt etkiler. Aile bireyleri sevgi, şefkat ve anlayışla davranmalı ve kadına yardımcı olmalıdır. Hamilenin prestiji korunmalıdır. Hamile kadının, hamile olmayanlara göre daha hassas olduğu unutulmamalıdır.

Hamile kadın normal görevlerini aksatmaz ama herhangi bir aksatma sözkonusu olursa bu, anlayışla karşılanmalıdır. Doğum kolay mı, yoksa zor mu olacaktır; doğacak çocuk kız mı, erkek mi olacaktır, gibi sorular onu sıkıntıya sokabilir. Bu türden sıkıntıların doğurduğu huzursuzluklar anlayışla karşılanmalıdır.

Bir de sosyal sıkıntılar vardır. Hamile kadın herkesin kendisine baktığı kanaatine kapılabilir. Toplum içine çıkmaktan pek hoşlanmayabilir. Hamile olduğunu mümkün olduğu kadar gizlemek ister. Bol elbiseler giyerek bu hali kapatmaya çalışır. “Kimbilir benim hakkımda ne düşünüyorlar” vehmine kapılır ve bu doğal halden utanabilir. Doktora görünmek istemeyebilir. Özellikle eğitim düzeyi nispeten düşük olanlarda bu hal daha çok görülür. Öyleyse bu dö-

nemde kocasına büyük görevler düşmektedir. Onun okuması, araştırması, dönemin özelliklerini öğrenip hanımına aktarması gerekir.

Hamilelik iyice ilerleyip, gizlenemez hale gelince kadın kendisini zorlayarak toplum içine çıkar. Bu dönemde etrafından anlayış ve koruma görmesi gerekir.

Hamile kadın normal görevlerini yerine getirebilir. Ağır işlerden ise kaçınmalıdır. Özellikle hamileliğin ilk dönemlerinde düşük yapma riski çok daha yüksektir. Bu bilinmeli ve ona zor işler verilmemelidir. Gerçi düşük her zaman mümkündür ama bilhassa ilk zamanlarda daha dikkatli olmak şarttır. Düşük, bebeğin ölümüne yolaçtığı gibi kadını da tehlikeye düşürür.

Eğer kadın dışarda çalışıyorsa, çalıştığı işin stresinden kendisini korumalıdır. İş arkadaşları ona karşı tutum ve davranışlarında dikkatli olmalıdır. Onu kıracak, üzecek davranışlardan şiddetle kaçınmalıdırlar.

Doğum zamanı iyi hesaplanıp, uygunsuz bir ortamda doğum yapmak zorunda kalınmamalıdır. Bu hem annenin, hem de çocuğun hayatını tehlikeye sokar. Mümkünse iyi bir hastahannede doğum yapılmalıdır. Bu imkan yoksa, doğum ehliyetli bir ebe nezaretinde gerçekleştirilmelidir.

Hamilelik dönemi çok iyi bir bakım ister. Hem çocuğun, hem de annenin selâmeti için ihmalkâr olunmamalıdır.

Koruyucu tedbirler

1- Sağlam bir kişi, hasta bireyle evlenmemelidir.

2- Hastalar birbirleriyle evlenmemelidir.

3- Bu evlilikler gerçekleştiği takdirde çocuk sahibi olunmamalıdır.

4- Aile bireyleri arasında bu tür hastalıklar bulunan bireyler evlenmemelidir.

5- Anne yaşlı olmamalı, ileri yaşta çocuk doğurmamalıdır. Bu hem anne için tehlikelidir, hem de doğacak çocukta mongolizm görülebilir. Bunun riski şöyledir: 30 yaşından küçük bir kadının doğurduğu çocuğun mongolizme yakalanma şansı 2000'de bir iken; anne 30-40 yaşlarında ise bu oran 300'de bir yükselir. 40 ila 50 yaşları arasında doğurulan çocuğun bu hastalığa yakalanma riski 50'de birdir. Görüldüğü gibi yaş büyüdükçe hastalık riski de yükselmektedir.

6- Bu hastalıkların bir kısmının çocuğa geçme oranı yüzde 100'dür. Bu hastalığa yakalanan bireyler kısırlaştırılmalıdır.

7- Hamile kadın sıcaktan korunmalıdır. Çocuğun bulunduğu yer zaten sıcaktır. Buna

bir de dış çevrenin sıcaklığı eklenirse çocukta beyin arızaları görülebilir.

8- Gebe kadın iyi beslenmelidir. Unutmamalıdır ki artık o iki can taşımaktadır. Bebeğin beyin gelişimi için bu şarttır.

9- İyot eksikliğine bilhassa dikkat edilmelidir. Eğer gebe kadın yeterli iyot alamazsa doğacak çocukta kretinizm denilen bir hastalık oluşur ki bu da zeka geriliğidir.

10- Gebe kadın yeterli vitamin almalıdır. Bilhassa B grubu vitaminler yeterli alınmazsa zeka yetersizlikleri görülür.

11- Gebe kadın hastalanmamaya dikkat etmelidir. Hamile, enfeksiyon hastalıklarına yakalanırsa, doğacak çocukta ruhsal arızalar görülebilir.

12- Kızamıkçık ve sifilis hastalıkları doğacak çocuğu olumsuz etkiler.

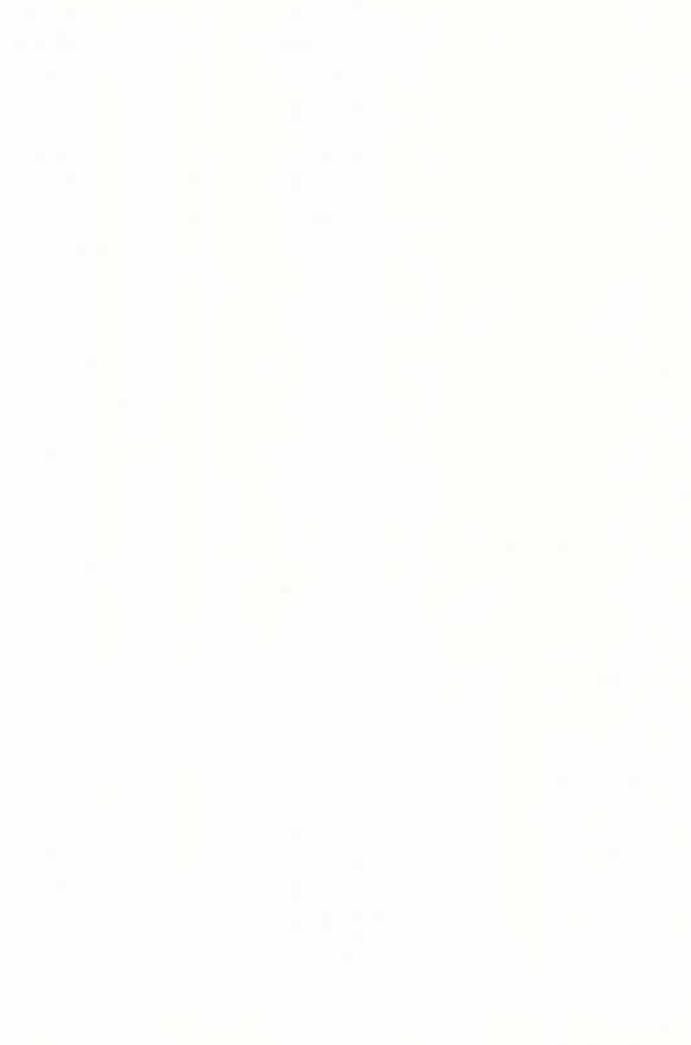
13- Gıda zehirlenmeleri, uyuşturucular ve alkol, doğacak çocuğun ansefalopati denilen bir hastalığa yakalanmasına yolaçar. Bu, çocuğun beyninde hasar yapan bir hastalıktır. Ayrıca doğacak çocuk saralı olabilir.

14- Evlenecek bireyler arasında kandaki Rh faktörü uyumsuzluğu olmamalıdır. Rh faktörü uyumsuzluğu evyetroblastosis foetalis isimli bir hastalığa yolaçar. Kan uyumsuzluğu çocukta ruhsal bozukluk yapar.

15- Hamile kadın heyecanlardan, bunalımlardan, sıkıntılardan uzak kalmalıdır.

16- Hamile kadın düşmelere karşı dikkatli olmalıdır. Özellikle karnını travmalardan korumalıdır. Aksi takdirde çocuk düşebilir. Düşme bile sakat kalır.

17- Annede üremi ve diyabet varsa bu, çocukta endogen zehirlenmelere yol açar. Yani annede şeker hastalığı ve üre fazlalığı olmamalıdır.



AİLE EĞİTİMİ DİZİSİ

20

SORUNLU AİLELER

Bu dizi, Aile Araştırma Kurumu'nun
doğrudan doğruya
Türk ailesinin hizmetine sunduğu
çalışmalardan biridir.
Dizide yer alan kitaplar, geçmişimizi,
bugünümüzü ve yarınımızı kuşatan
geniş açılı bir perspektifle hazırlanmıştır.
Çocuk eğitiminden görgü kurallarına,
çalışan annenin sorunlarından
beslenme konularına kadar
aile hayatının
hemen her boyutunu kapsayan bu dizinin
tüm aileler için yararlı bir başvuru kaynağı
olacağına inanıyoruz.

ISBN 975 19 0499 4