

Çocuk Şiddeti Unutmaz

Uzman Psikolog Zahide Çakır Çilesiz, "Çocuklar asla yaşadıklarını unutmaz."

Yayın Tarihi : 1 Aralık 2011 Perşembe (oluşturma : 15.10.2019)

Otobüs hınca hınç dolu ve trafik bir türlü ilerlemiyor. Gürültünün içinden bir bebek sesi duyuyoruz. Avazı çıktığı kadar bağıyor.

Dakikalar süren ağlamanın ardından yolcular üfleyip püflemeye, anneyi suçlamaya başlıyor. Anne çocuğu susturmak için kolay yolu seçiyor...

Bir ikindi namazı sonrası Valide-i Cedid Camii'nden çıkıyoruz. Hafif rüzgârlı hava kendini hissettiriyor. Mabedin avlusunda bir bebek arabası ilişiyor gözümüze. İçinde mavi gözlü dünya tatlısı iki üç yaşında bir çocuk hıçkırığa hıçkırığa ağlıyor.

Adımlarımızı o yöne çevirip ona bakmaya gidecekken annesinin bağıışıyla kendimize geliyoruz: "Sen benim isyanımı arşa mı çıkaracaksın? Hem emziğini düşürüp hem niye ağlıyorsun?"

Annesi bağırdıkça çocuğun sesi daha da yükseliyor. Etrafta bulunan camii cemaati kadını teskin etmeye çalışırken herkesi hayrete düşüren anne, çocuğun yanağına tokadı indiriyor. Tokatın etkisiyle sarsılan kalabalık dağılıyor.

Minik çocuksa susmayı beceremese de korkudan daha sessiz ağlamayı başarıyor. Hincını alamayan anneyse koşar adım uzaklaşıyor avludan.

Günlük hayatta buna benzer çocuğa yönelik şiddet hadiselerine ne yazık ki şahit oluyoruz. Alışveriş merkezi, sokak ya da misafirlikte çocukların davranışlarının şiddetle bastırıldığını görüyoruz. Bu olaylar içimize sinmese de annesinin çocuğu herkesten çok düşüneceğine kendimizi ikna edip uzaklaşıyoruz oradan.

"Kim bilir ne yaramazlıklar yaptı ki annesini çıldırttı?" deyip vicdanımızı rahatlatıyoruz bazen. Fakat çoğunlukla doğru bildiğimiz bir yanlışla açıklamaya çalışıyoruz her şeyi: "Çocuktur unuttur." Acaba gerçekten öyle mi?

Aslında bunun cevabını kendi çocukluk anılarımızı hatırladığımızda da verebiliriz. Ailemizden baskı görmesek de bize bağıran ya da kulağımızı çeken bir büyüğü hayatımız boyunca unutmayız mesela. İçimizde kalır hep yaşadığımız olayın tesiri. Lakin büyükler genelde "Bir tokat ya da ses yükseltme şiddet gösterisi değildir." tesellisinin kollarına bırakıyorlar vicdanlarını.

Onları destekleyen "Kızını dövmeyen kızını döver", "Nush ile uslanmayanı etmeli tekdir, tekdir ile uslanmayanın hakkı kötektir" şeklinde nam salan atasözlerimiz bile var. O zaman hangi davranışları

çocuğa yönelik şiddet olarak kabul etmemiz gerekiyor?

Dünya Sağlık Örgütü'ne göre çocuğun beden ve akıl sağlığını bozan, onun gelişmesine ve yaşamasına olumsuz etki yapan veya yapma olasılığı olan her türlü, fiziksel-duygusal davranış ile cinsel istismar veya ihmal olgularının tümü bu kapsamda değerlendiriliyor.

Kendimizi en güvende hissettiğimiz yer evimiz. Elbette dünyanın bütün kötülüklerinden korunduğumuzu bize hissettirense anne ve babamız.

İlk gözyaşımız da gülüşümüz de onların kucağında gerçekleşir. Fakat ne yazık ki yuvamızdan kreşe okuldan sosyal çevreye kadar her ortamda şiddete maruz kalabiliyoruz. Bazı fiziksel şiddet olayları beklenmedik şekilde gerçekleşirken kimileri her gün aynı acıları duymak zorunda kalıyor. Sadece o ana hapsolmayan acılar ne yazık ki hayat boyu bir gölge gibi çocuğu takip ediyor.

Aslında hepimiz çocukluk gömleğini çıkardığımızda her şeyin geride kalacağını düşünüyoruz. Bu sebeple de onlara bağırmanın, ikaz etmenin ya da fiziksel şiddete başvurmanın bazı durumlarda meşru olduğunu düşünüyoruz. Hâlbuki beyin gelişimi ve hafızanın oluşumundan itibaren her türlü olay zihinde kayıt ediliyor. Anne karnından başlayan süreç hayat boyu devam ediyor.

Hafıza kayıtlarındaki bir olayın hatırlanabilir olması kayıt esnasında çocuğun duygularının yoğunluğu ile ilgili sadece. Yani fiziksel, sözlü, psikolojik şiddet veya ihmalin çocukların duygularına yansımaları ne kadar güçlüyse o kadar çok hatırlanıyor. Sanıldığı gibi yaşananların hatırlanmaması etki etmediğini göstermiyor maalesef.

Uzman Psikolog Zahide Çakır Çilesiz "Çocuktur, unuttur." düşüncesinin insan psikolojisiyle örtüşmeyen bir algı olduğu üzerinde duruyor: "Çocuklar asla yaşadıklarını unutmaz.

Özellikle küçük yaşlarda yaşanan travmalar diğer olaylardan farklı bir biçimde kayıt ediliyor. İlerleyen zamanlarda hatırlandığında bile canlı ve gerçek gibi tekrar tekrar yaşanıyor. Sözlü ve psikolojik şiddetin çocukların karakter gelişimine olan etkilerine baktığımızdaysa yaşam boyu yayılan etkilerden söz etmemiz mümkün."

Çocukluk mirasımız mutsuzluk

Minikler zarar gördüklerinde kendilerini dışarıdan gelecek tehlikelere karşı savunmaya çalışıyor. Annesinin veya kardeşlerinin üzüldüğünü anlayanlar da payına düşeni alıyor. Nitekim mağdur edilen veya başkalarının mağduriyetlerine tanık olan çocuklar insanlarla geçinmekte sorun yaşayabiliyor.

Bu tür çocuklara aşılınmış olan öfkenin kişilik yapılarına etkisi de söz konusu. Mutsuz bir çocukluk hayat boyu miniğin yakasını bırakmıyor.

Uzman Psikolog Çilesiz, şiddetin çocukların dünyalarında açtığı tahribatı şöyle tanımlıyor: "Zihinsel, duygusal, sosyal, cinsel, ahlakî ve bedenî gelişimin temellerinin bebeklik ve ilk çocukluk döneminde hatta prenatal dönemde atıldığını düşünürsek, onların deneyimlerinin hayatlarının her evresine

yayılarak etki oluşturabileceğini görebiliriz. Sağlık problemleri, örnek olarak beyin gelişiminde değişiklikler, yaralanma, sakatlık, çürük, kırık gibi sorunlar ortaya çıkabiliyor. Duygusal problemler, kaygı, korku, depresyon, agresyon, suçluluk, ajitasyon hissi, ürkeklik, saldırganlık, rahatsız edici düşünceler, asabiyet veya duygusal olarak uyuşma, çok ileri boyutlarda intihar teşebbüsleri olabilir. Bununla birlikte alkol, madde ve sigara kullanımı da erken yaşlarda başlar.”

Albümü her açtığımızda aile fotoğraflarımızla yeniden canlanan en masum yıllarımız ergenlik döneminde de kapımızı çalıyor. Anlaşılmadığımızı, sevilmediğimizi düşündüğümüz her anda o günlerin izleri vardır aslında. Zira erken çocukluk dönemi ve ebeveyn tutumları ergenlik dönemimizde de belirleyici rol oynuyor.

Hatta ilk aile tecrübelerimiz o kadar önemlidir ki dinî hayatımızın şekillenmesine de etki eder. Uzman Psikolog Zahide Çakır, iman fikrinin de okulöncesi dönemde ailede yeşerdiğinin üzerinde duruyor. Çocuk, ceza ve mükâfatı gördüğü yuvasında dünyayı anlamaya çalışıyor.

Şiddete meyyal pek çok anne-baba çocuğuyla ilişkisini korkutma refleksi üzerine kurguladığı gibi, evladına Allah'ı haşa olumsuz ve cezalandırıcı bir vasıfta tanıtıyor. Bu sebeple onu özellikle de “Allah yakar.” ya da “Allah seni sevmeyecek.” gibi tehditlerle korkutarak susturmaya çalışmak oldukça yanlış.

Üç-yedi yaş arasında hayal gücümüz, jestlerimiz oluşup dinî hayatımızın temelleri atılıyor. Bu sebeple Çilesiz, çocuklarla doğru bir iletişim dili kullanılması gerektiğini vurguluyor: “Aile içinde aşığılanan, isim takılan, sözlü şiddete maruz kalan çocuklar bu dinî gelişim evresini sorunlu geçirmiş olurlar.

Beyinlerindeki din şeması zarar görür. Çocuklarda Allah inancı ve bu inancın göstergesi olan ibadet yalnızca bir çekirdek halinde bulunur. Sevgi, korku, bağlanma, kaygı, güven gibi ana duygular üzerinden temellenir. Şiddet ile zedelenen sevgi, güven, bağlanma duyguları inanç noktasında sorunlar yaşamalarına zemin hazırlayabilir.”

Çocuğa yönelik fiziksel şiddet olaylarında çevreye de düşenler var elbette. Çocukların bu mağduriyetinin giderilmesi için duyarlı davranıp gerekli kurumlara başvurmak vazifemiz. Çünkü bir çocuk yalnızca ailesine değil bize de emanet ediliyor.

Bununla birlikte istisnalar hariç tutulacak olursa çocuklara yönelik şiddetin en büyük sebebi öfkenin kontrol edilememesi şeklinde karşımıza çıkıyor. Birkaç dakika sonra yatışabilecek bir anne ya da baba bir anlık refleksle yavrusuna zarar verebiliyor. Evladımızın hayatı boyunca sırtında bizim öfkemizi taşımasını ve en önemlisi mutsuz olmasını istemiyorsak onun sahibi değil koruyucusu olduğumuzu hatırdan tutmak da elzem.

Öfkeyi sevgiyle yenmek için

Uzman Psikolog Zahide Çakır Çilesiz, minikleri bağışlamak için empati ve sevgiyle yaklaşmanın

şiddeti önlemenin ilk şartı olduğunu anlatıyor. Miniklerin sağlıklı gelişimi için sinirlenen ebeveynlere řu tavsiyelerde bulunuyor: Derin nefes alın. Diyaframdan göğse kadar değil daha da aşağıya inerek karından itibaren soluk alıp vermeye çalışın.

Sakinleřtirici sözcükleri (sakin ol, rahatla, her řey geçti, bir řey yok vb.) kendinize telkin etmek size rahatlatır.

Ona kızdığınızda hayal gücünüzü kullanın, rahatlatıcı bir anınızı hatırlayın.

Kendinizi güzel yerlerde hayal edin.

Yürüyüş gibi rahatlatıcı teknikler uygulayın.

Peygamberimiz'in (sallallahu aleyhi ve sellem) gibi abdest almak ve namaz kılmak da sinirlerinizi yatıştırarak evladınızı üzmenizi engeller.

Zaman

Bu dökümanı orjinal adreste göster

Çocuk şiddeti Unutmaz