

Mutlu Evlilik Psikolojisi

ÖNCESİYLE SONRASIYLA EVLİLİK

NEVZAT
TARHAN 

İÇİNDEKİLER

Birinci Bölüm

Evlilik Dedikleri / 11

Evliliğin Temelleri / 13

Modern Çağın Aileye Bakışı / 15

Evlilikten Beklentiler / 18

Farklılıklarda Uzlaşma (Mümkün mü?) / 22

İkinci Bölüm

Evlilik Öncesi Dönem / 27

Evlilik Öncesi Kendini Tanıma / 29

Kiminle Evleniyorum? / 34

Eş Seçiminde Ailenin Rolü / 38

Nişanlılık: Evlilik Kararının Test Edildiği Dönem / 41

Üçüncü Bölüm

Eşler Arası İletişim / 49

Evlilikte İlk Yıllar, Maskeler Düşüyor... / 51

Sevgi ve Aşk: Sonuç mu Sebep mi? / 55

Sevgi Dilleri / 59

Kıskançlık/Güven/Fedakârlık / 64

İletişimin Gücü / Ailede Kriz Yönetimi / 73

Yaygın İletişim Hataları / 81

Dördüncü Bölüm

Evlilikte Zor Anlar / 89

Mantığı Duyguların Önüne Koymak / 91

Aldatma / 92

Boşanma / 105

Gelin -Kayınvalide İlişkileri / 114

Aile İçi Şiddet / 121

Aile Terapisi / 126

Beşinci Bölüm

Ailede Yeni Bir Dönem: Hamilelik ve

Çocuk Sahibi Olmak / 133

Çocuk ama Ne Zaman? / 135

Hamilelik Psikolojisi / 139

Loğusa Psikolojisi / 144

Çalışan Anneler / 147

Eşinizi Yeterince Tanıyor Musunuz? / 151

Evlilikte Duygusal Zekânın Önemi Ve

Evliliğe Özel Duygusal Zekâ Testi / 156

Evlilikte Duygusal Zekâ Testi / 158

Kaynaklar / 160

EVLİLİĞİN TEMELLERİ

Evliliği yanan bir ateş benzetebiliriz. Ateşin devamlı yanması için sürekli beslenmesi gerekir, tıpkı bunun gibi, evliliğin sağlıklı yürüyebilmesi için de daima beslenmesi, yatırım yapılması icap eder. Söz konusu yatırım ancak kişinin, kadın erkek psikolojisi, eşler arası iletişim, çocuk ve ergen psikolojisi vs. gibi konularda bilgi sahibi olarak kendini geliştirmesiyle gerçekleşebilir. Evlilik, kendine ait sosyal ve psikolojik sınırları olan bir kurumdur. Bu sınırlar iyi öğrenildiği zaman, evlilik de iyi yürür. Bu nedenle bireylerin evlilik psikolojisinden haberdar olmaları, hayat boyu sürecek sağlıklı birliktelikler için önemli bir etken olacaktır.

Evlilik, kültürler arasında farklılıklar gösterse de tüm toplumlarda geleneksel olarak oturmuş ve resmi olarak kabul edilmiş tek birliktelik şeklidir. Bu birliktelik, toplumları ayakta tutan en önemli güçlerden biridir.

Evliliğin doğasını anlayabilmek için onun biyolojik, psikolojik, sosyal ve kültürel temellerini iyi bilmek gerekir.

Eşleşme biyolojiktir; insanın genetik algoritması, doğal yapısı evlenmeye yöneliktir. Kadın ve erkeğin birbirine cinsel eğilimi vardır. Bu eğilim, içgüdüsel ve insan soyunun devamı için gereklidir. Yani evlilik öncelikle insanın biyolojik

ihtiyacıdır denilebilir. Kadın erkek ilişkilerinde, erkek aşk verir, cinsellik ister; kadın da cinsellik verir, aşk ve sevgi ister. Kadınlar psikolojik doğaları gereği cinselliği ikinci planda tutarlar. Çünkü kadın sevilmeyi, değer verilmeyi, duygusal ihtiyaçlarının karşılanmasını daha çok önemser.

Evliliği yanan bir ateşe benzetebiliriz. Ateşin devamlı yanması için sürekli beslenmesi gerekir, tıpkı bunun gibi evliliğin sağlıklı yürüyebilmesi için de daima beslenmesi, yatırım yapılması icap eder.

Eşleşme biyolojik olsa da, evlilik kültürel bir olgudur. Kültürler, kadın ve erkek arasındaki içgüdüsel çekimi kurum haline getirir. Bir toplum için kültür, kabul edilebilir standartlar kümesi anlamına gelir ve kültürlerde evlilikle ilgili standartlar birbirinden farklılıklar gösterir. Evlilikteki standartları kültürler kadar, insanın kişiliğinde bulunan iletişim stili (communication style) ve sorun çözme tarzı (coping style), düşünce biçimi (cognitive style) de belirler. Bu üç unsur, sosyal bir kurum olan evliliği iki tarafın karşılıklı uzlaşısına dayalı işleyen bir birliktelik haline getirir.

MODERN ÇAĞIN AİLEYE BAKIŞI

Kadın ve erkek rollerindeki deĐiŐim, beklentilerin yükselmesi ve yoğun stres altında yaŐama gibi modern hayata eŐlik eden problemler, ailenin kendine ait psikolojik ve sosyal sınırlarını zorlamaktadır.

Modern hayat, tüketim ekonomisi ve rekabetin her alanda teŐvik edilmesi yönündeki tutumlar, bireylerin beklenti seviyesini yükseltti. Bu da küçük Őeylerden mutlu olmayan, sahip oldukları Őeylerin kıymetini bilmeyen insanlardan oluŐan toplumları ortaya çıkardı. İstatistiklere göre Batı toplumlarında alanında en iyi olan on kiŐiden ancak üçü kendisini “mutlu” hissediyor, geri kalan yedi kişi ise “mutsuz” olduğunu söylüyor. Materyalist düşünce ile birlikte maddi hedeflerin ön plana çıkması ise, insanların sadece kendilerini düşünmelerine, sadece kendilerini mutlu etmeye çalıŐmalarına yol açtı. Bu durum genel anlamda sosyal sorunlara neden olurken, aile kurumunu da temelden sarstı. Kapitalist sistem, aile kurumunu, erkek hâkimiyeti-kadın hâkimiyeti çatıŐması üzerine kurulan bir mücadele alanına sürükledi. Adeta, özgürleşme ve bireyselleŐme adına aile kurumu kurban edildi. 1960’larda tüm dünyada başlayan nikâh karşıtı akımlar, evlilik dışı beraber yaŐamaytı teŐvik etti ve “aile kurumuna ihtiyaç yok”

düşüncesini yaygınlaştırdı. Batı, bu düşüncenin karşılığını toplumsal dejenerasyon şeklinde ödedi; hâlâ da ödüyor. İnsanlık tarihinde, bu çağdaki kadar çok boşanmanın yaşandığı bir dönem görülmemiştir. Batıda her iki evlilikten birisi boşanmayla sonuçlanırken, Türkiye’de de boşanma oranları her geçen yıl artıyor. Boşanmaların bedelini ise daha çok çocuklar ve toplum ödüyor.

İnsanlığın gidişinde bir yozlaşma örneği

Kaliforniya’da katıldığım bir kongrede ilginç bir örneğe rastladım. Yaz döneminde ölen yaşlıların % 80’inin belediye tarafından defnedildiği ortaya çıkmış. Bu kişilerin tatilde olan çocuklarına telefon edildiğinde, “Eğer cenazeyi siz kaldırabilirseniz iyi olur” tarzında cevap alınmış. Çocuklar, tatili bırakıp anne babalarının cenazesine bile gelmiyorlar. Bu insanlığın gidişi açısından ciddi bir yozlaşmayla karşı karşıya olduğumuzu gösteren ilginç kanıtlardan sadece biri. Yine ABD’de, bazı kişiler yaz dönemlerinde, hasta olan anne babalarını hastaneye bırakıp tatile gidiyorlar.

Duygusal yalnızlığın sonuçları

Almanya’da yaşanan ilginç bir örnek daha var. 70 yaşlarında intihar eden bir çift, geride bıraktıkları mektupta, üç buçuk aydır kapıcıdan başka kapılarını çalan kimsenin olmadığından şikâyet ediyorlar. Bu da gösteriyor ki, Batı’da çocuğunu duygusal yalnızlığa iten anne baba, ileri yaşlarda yalnız kalıyor. Bunun önüne geçecek tek şey, aile bağları ve aile içi iletişimidir.

Batılı ülkeler, aile kurumunun çökmesiyle toplumda meydana gelen dejenerasyonu önleyebilmek için 1994 yılını “Aile Yılı” ilan etmişlerdi. Çünkü sağlıklı bireylerin yetişmesi için aile kurumuna yatırım yapılması gerektiği artık iyice açıklık kazandı.

Başkasını mutlu etme yaklaşımı

Ülkemizde aile kurumunun güçlü gelenekler üzerine kurulu olması, inanç sistemimizdeki “başkasını mutlu et, kendini de mutlu etmiş olursun” yaklaşımı, modern hayatın aile kurumuna yaptığı tahribata bir dereceye kadar engel olmaktadır. Bununla beraber, ülkemizde de boşanma oranlarının her geçen yıl artması, aile facialarının sıradan hale gelmesi, evlilik dışı beraberliklerin artması modern hayatın aile kurumuna zarar verdiğini göstermektedir.

EVLİLİKTEN BEKLENTİLER

İnsanın hayatında iki önemli tasarruf vardır; bunlardan biri meslek seçimi, diğeri ise eş seçimidir. Kişinin bu iki konuda en doğru kararı vermesi, mutluluğu için hayati öneme sahiptir. Evlilikte doğru kişiyi bulmak kadar evliliğe nasıl bir anlam yüklendiği ve evlilikten nelerin beklendiği de son derece önemlidir. Çünkü eşler arasındaki uyumun belirleyicilerinden en önemlisi, evlilikten ne beklendiğidir. Beklentilerin gerçekçi olup olmadığı ve kadın ile erkeğin beklentilerinin birbirleriyle örtüşüp örtüşmediği evlilikteki uyumun kalitesini belirler. Beklentiler birbirine ne kadar yakın olursa, uyum da o kadar kolay gerçekleşir.

Evlilikte tarafların beklentileri farklıysa; örneğin erkek, çocuk düşünüyor ama kadın istemiyorsa ya da eşlerden biri daha romantik bir ilişki bekliyor, diğeri ise romantizmden hoşlanmıyorsa sorunların yaşanılması kaçınılmazdır.

Evlilik ortak bir projedir

Evlilikte eşlerin beklentilerinin birbirine uyumunu lazer ışınlarına benzetebiliriz. Lazer ışınları, normalde birbirinden ayrı olarak sağa sola dağılır ve bu nedenle ancak kısa bir mesafe kat edebilirler. Ama çeşitli yöntemlerle, elektronların

benzer şekilde hareket etmesi sağlandığı zaman, lazer ışını aynı enerjiyle kilometrelerce öteye gidebilir. Tıpkı bu örnekte olduğu gibi, eşler de enerjilerini benzer şekilde bir hedef için kullanabilirlerse, evlilik kaliteli olur. Eşler evliliği ortak beklentiler üzerine kurmalı ve ortak bir proje haline getirmelidir. Bunun yerine, iki taraf da kendi gemisinin kaptanı olmaya çalışırsa evlilikte sorunlar yaşanır.

Evlilikten beklentilerin ve amaçların ortak olması, erkek ve kadının yaşam felsefesiyle de ilgilidir. Farklı ortamlarda yetişmiş iki insanın düşünce kalıplarının farklı olması kaçınılmazdır. Dolayısıyla bu iki kişi, olaylar karşısında aynı tepkiyi vermez. Eşlerin dünyaya, hayata, kültürel değerlere, inanca, aileye yönelik konulara bakış açıları farklılık gösterdikçe, evlilikten beklentiler de farklılaşır ve ortak amaçlarda buluşmak zorlaşır.

Beklentilerin gerçekçi olup olmadığı ve kadın ile erkeğin beklentilerinin birbirleriyle örtüşüp örtüşmediği evlilikteki uyumun kalitesini belirler. Beklentiler birbirine ne kadar yakın olursa, uyum da o kadar kolay gerçekleşir.

Kişilikler mi uyumlu olmalı, beklentiler mi?

Evlilikte çiftlerin kişiliğinin uyumlu olması sanıldığı kadar önemli değildir. Bu konuda yapılan araştırmalar, çiftin ortak amaç ve hedeflere sahip olmasının kişilik uyumundan daha önemli olduğunu ortaya koymaktadır. “Hangi kişilikteki insanlar hangi kişilikteki insanlarla daha uyumlu evlilik yapıyor?” sorusunun cevabının arandığı bir araştırmada, birbirine uyumlu kişiliklere sahip eşlerin evlilikleri uzun yıllar takip edilmiştir. Sonuçta görülmüştür ki, bu çiftler arasındaki

boşanma oranı, toplumun genelinde görülen boşanma oranından pek farklı değil. Bu bize, evlilikte kişiliklerin uyumundan çok eşlerin kendi kişiliklerini yaşamasının ama aynı zamanda birlikte ortak hedeflere yönelmeyi başarmasının daha önemli olduğunu gösteriyor. Bu nedenle evlenmeyi düşünen biri, kendine “Evlilikten ne bekliyorum ve ne yapmalıyım?” diye sormalıdır. İnsan alışveriş yaparken bile düşünür, ölçüp biçer. Bir eşya alırken gösterilen özenin, hayatın en önemli kararlarından biri verilirken gösterilmemesi, evliliği şansa bırakmaktan başka bir şey değildir.

iyi eş olmak için kariyer yeterli mi?

Günümüzde özellikle gençler tozpembe hayallerle, gerçekçi olmayan beklentilerle evliliğe adım atıyorlar. Evlilik kararında, karşılarındaki insanın karakterinden, evlilikten ne beklediğinden, yaşam felsefesinden vs. daha çok, cüzdanına, kariyerine ya da fiziki görünümüne bakıyorlar. Halbuki insanın zengin olması, güzel olması ya da yüksek mevkilerde bulunması, o insanı iyi biri yapmayacağı gibi iyi bir eş de yapmaz. Evlilik kararı için gerçekçi olmayan parasal değerler, fiziki güzellik gibi nedenlerle temeli atılan birliktelikler gelişememeye mahkûmdur. Halbuki gerçekçi beklentilerin üzerine kurulan evliliklerde temel sağlam olduğu için, sorunlar yaşansa bile yeniden toparlanılır.

Evlilik uzun yolculuğa çıkmaktır

Beklentiler evliliğe yüklenen anlamı da belirler. Evlilikten beklenti seviyesinin yüksek olması, eşler arasında yaşanan sorunların en önemli nedenlerindedir. Çünkü yüksek beklentilerin karşılanmaması, kişinin hayal kırıklığı yaşamasına neden olur. Bu yüzden evlilik, uzun bir yolculuğa çıkmak gibi düşünülmeli, iyi ve kötü zamanların da olabileceği hesap edilmelidir. Önemli olan evliliğin paylaşım noktasında nasıl

yaşanabileceğinin bilinmesi ve ortak değerlere sahip olmaktır. Bununla beraber, evlilik kararında her şeyin insanın kontrolünde olması ve yüzde yüz uyum bulmak mümkün değildir. Kişiler, beklentileri ve amaçlarının % 70-80 birbirine uyduğunu, birbirlerini tanıma konusunda da yeterli bilgi sahibi olduklarını düşünüyorsa evlilik kararı alabilirler.

Ortak amaçlar ve beklentiler, eşlerden birinin diğerini tahakkümü altına almasına neden olmamalıdır. İki taraf da kendini özgür hissetmeli, kişiliğini yaşamalıdır.

Olaylara iki kişilik bakmak

Evlenecek çiftlerin annelik ve babalık yapacak kişiler olması önemlidir. Çünkü evlilik düşüncesini taşıyan insanlar genellikle çocuk sahibi de olmak isterler. Bu nedenle kadın ve erkek birbirlerini “Çocuğuma iyi bir model olabilir mi?” diye tartmalıdır. Kadın evleneceği kişinin karakter sahibi, babalık yapacak ve hayatı tek başına göğüsleyecek biri olmasını ister. Erkek ise, eşinden çocuğuna ve evine sahip çıkmasını bekler.

Ortak amaçlar ve beklentiler, eşlerden birinin diğerini tahakkümü altına almasına neden olmamalıdır. İki taraf da kendini özgür hissetmeli, kişiliğini yaşamalıdır. Eşler ortak beklentiler ve amaçlar için enerji harcarken, olaylara ve ilişkilere iki kişilik bakmayı becerebilmelidir.

FARKLILIKLARDA UZLAŞMA (MÜMKÜN MÜ?)

Geleneksel aile yapısında farklı kültürlerden bireylerin birbirleriyle evlenmesine pek rastlanmazdı. Son yıllarda iletişim imkânlarının artması, farklı kültürlerden insanların aynı ortamlarda buluşabilmelerinin de önünü açtı. Özellikle internetin yaygınlaşmasıyla farklı hatta zıt kültürel değerlere sahip insanların evliliklerine tanık olmaya başladık.

Eşlerin ana konularda denk olması, evlilik için ideal olandır. Olaylara, durumlara, insanlara aynı gözle bakabilmek; aynı olmasa bile benzer kültürel değerlere sahip olmak sağlıklı bir ilişki için gereklidir. Çünkü insanın düşünce kalıpları ve zihinsel şartlanmaları çocukken içinde yetiştiği kültürün etkisiyle şekillenir ve davranışlarına yansır. İnsanın oturmasını-kalkmasını, konuşmasını, yemesini-içmesini bile kültürü belirler. Yemek yerken, sohbet ederken vs. toplum içinde nasıl davranacağını bilmeyen biri ile bunları bilen birinin beraber yaşaması elbette zor olacaktır. Kültürel denklik bu açıdan önemlidir.

Evlilikle 'altın orta nokta' dediğimiz bir kural vardır. Her iki taraf da alışkanlıklarından taviz vererek birer adım atıp orta noktada buluşursa, kültürel farklılıklar evliliği pek fazla etkilemez.

Kişilik ve davranış kalıplarının farklılığı

Farklı kültürlerden kişilerin evlenmesi aslında bir bakıma zora talip olmaktır; çünkü kültürel farklılıklar eşlerin paylaşım alanlarını da azaltır. Farklı kültürlerin verdiği kişilik ve davranış kalıpları, olaylar, durumlar ve ilişkiler karşısında farklı tutum ve algılamaları da beraberinde getirir. Örneğin farklı kültürlerdeki eşlerden birinin güldüğüne diğeri tepki bile vermeyebilir ya da birinin canını sıkan durum diğerin hoşuna gidebilir. Benzer şekilde, hayata materyalist düşünceyle bakan biri ile maneviyatçı gözle bakan birinin sohbet edebilecek ortak bir alan bulması zordur.

Değişime açık olmak

Farklı kültürden kişilerin evliliklerinde göz önünde bulundurulması gereken nokta, kültürlerin birbirinden ne kadar farklı olduğu değil, tarafların değişime açık olup olmadığıdır. Bir taraf 'ben böyleyim değişmem' diyorsa, karşı taraf zor durumda kalır. Evlilikle 'altın orta nokta' dediğimiz bir kural vardır. Her iki taraf da alışkanlıklarından taviz vererek birer adım atıp orta noktada buluşursa, kültürel farklılıklar evliliği pek fazla etkilemez. Farklı kültürlerle sahip kişiler, değişime açıksalar, ortaya mükemmel evlilikler çıkabilir.

Erkeğin eğitim seviyesi düşükse

Yetişilen ortam ve ailesinin dışında, insanın kültür durumunu belirleyen önemli unsurlardan biri eğitimidir. Okula gitmeye başlayan bir çocuk sadece bilgi edinmez, hayatı da öğrenir ve sosyalleşir. Diploma bir etikettir ama kişi eğitim sürecinde insan ilişkilerini, sosyal temas kurmayı, dinlemeyi, konuşmayı, toplum içinde nasıl davranması gerektiğini de öğrenir. Dolayısıyla eşler arasında eğitim farkı varsa, bu durum kültürel farklılıkları belirginleştirerek sorunlara neden olabilir.

Bu tür evliliklerde daha çok erkeğin eğitim seviyesinin düşük olmasından kaynaklanan sorunlara tanık oluruz. Eğitim seviyesi kadından düşük olan erkek, kendini savunmada hissedip eşini sürekli eleştirebilir. Erkek çoğu zaman, “Eğitim görmüşsün ama ben senden daha olgunum” düşüncesiyle hareket eder ve bunu kanıtlamak için eşinin üzerinde hâkimiyet kurmak ister. Böyle olunca da doğal olarak ilişki bozulur. Örneğin bir tartışma anında, kadın eğitim seviyesiyle ilgili ağzından bir söz kaçırıldığı zaman erkek bundan son derece kötü etkilenir.

Eşler eğitim seviyesini aralarında bir savaş nedeni haline getirmemeye gayret etmelidir. Böyle bir durumda “evlilikte on denklik varsa bir tanesi hariç diğerleri uyuyor” diye düşünmek gerekir. Zaten dört dörtlük uyumu yakalamak çok zordur. Özellikle eğitim düzeyi açısından daha ileride olan taraf, aradaki farkı psikolojik olarak hissettirmemeli, bunu ima bile etmemelidir.

Çiftler evlenmeden önce de eğitimdeki seviye farkını açık açık konuşmalıdır. Tartışma anında ya da bir gerginlikte eğitim durumunu ön plana çıkarmama konusunda sözleşmek gerekir. Çünkü insanın psikolojik olgunluğunu, aldığı diploma belirlemez.

Diploma ambalajdır

Günümüzde kendi perspektifinde eşinin eğitim seviyesine dair büyük beklentiler taşımayan kişiler bile, “başkaları ne der düşüncesiyle” evlilikle ilgili bütün ana konuları bir kenara bırakarak “diploma evliliği” yapmayı tercih ediyorlar. 30 yaşlarında, eğitilmiş bir çevrede yetişen fakat lise mezunu bir tanıdığım vardı. Evlilik tekliflerinde kendisine hep üniversite diploması sorulmuştu. Bu yüzden de uzun süre evlenememişti. Aslına bakarsanız, evlenmek istediği kişiye üniversite diploması sorup da olmadığını öğrenince evlenmekten vazgeçen kişiyle hiç evlenmemek daha iyidir. Çünkü büyüklük duygusu taşıyan

bu kişilerle yaşamak zordur. İnsan eşya alırken bile sadece dış görünüşüne bakmaz, sağlamlığına, hangi malzemeden yapıldığına bakar. Diploma bir ambalajdır, ambalaja bakıp da öze önem vermeyen insanlarla yapılan evlilikler yürümez. Üstelik üniversite, eğitim değil, öğretim verir; yani insanın kişiliğini, ahlakını, alışkanlıklarını, davranışlarını daha iyi hale getirmez, sadece bilgi verir ve sistematik düşünmeyi öğretir. Kişi bunları kendi kendine de yapabilir. İlkokul mezunu olup da herkesin istifade ettiği çok insan vardır toplumumuzda. Bununla birlikte üniversite bitirmiş ama hayata tutunamamış ve kendisini geliştirememiş örneklere de çokça rastlarız.

Evlilikte ideal olan, yaş farkının az olması ya da erkeğin en fazla dört-beş yaş büyük olmasıdır. Çünkü her yaşın psikolojik ihtiyaçları, beklentileri farklıdır.

Psikolojik olgunluk ve yaş farkı

Evlenecek kişilerin psikolojik özelliklerini belirleyen biyolojik yaş değil, yetiştirme tarzı, eğitim durumu, yetiştiği aile vs. gibi unsurlardır. Bu nedenle evlilikte önemli olan kişilerin biyolojik değil, psikolojik yaşlarıdır. Aynı yaşta olup da eşlerden birinin çocuk karakterli, diğerinin ise olgun bir kişiliğe sahip olması mümkündür.

Toplumumuzda, yaşla birlikte insanların olgunlaştığı şeklinde bir kanaat vardır. Bu kanaat ne tam olarak doğru ne de bütünüyle yanlıştır. Yaşın ilerlemesiyle birlikte kişinin olgunlaştığı söylenebilir, ancak “büyümek” her zaman psikolojik olgunluğu beraberinde getirmez. Evliliklerde genellikle erkeğin kadından yaşça büyük olması tercih edilir. Bu hem kadın ve erkeğin biyolojisiyle ilgilidir hem de erkeğin psikolojik olarak daha olgun olmasının evliliğin yürümesini kolaylaştıracağı için

düşünülmesindedir. Buna göre, kadın içgüdüsel olarak korunmayı ve sahiplenilmeyi; erkek de korumayı, sahip olmayı ister. Kadından yaşça büyük olan erkek, böyle bir ilişkiyi daha rahat yürütecektir.

Evlilikte ideal olan, yaş farkının az olması ya da erkeğin en fazla dört-beş yaş büyük olmasıdır. Çünkü her yaşın psikolojik ihtiyaçları, beklentileri farklıdır. Yaş farkı arttıkça psikolojik ihtiyaçlar ve beklentilerdeki farklar artacak ve bu durum evlilikte uyumu zorlaştıracaktır. Aslında evlenecek çiftler evlilikle ilgili psikolojik olgunluğa eriştikten sonra, aralarındaki yaş farkının çok da büyük önemi yoktur.

Farklılıklar ve ortak noktalar

Evlenmeye hazırlanan çiftlerin, kültür, eğitim, yaş, hayata bakış açısı, ekonomik durum gibi farklılıkların ileride sorun olmaması için birbirini olduğu gibi kabul etmesi, farklılıklar yerine ortak noktaları ön plana çıkarması gerekir. Çünkü eş seçiminde insanın yüzde yüz kendisine uyan birini bulması mümkün değildir. En uyumlu çiftlerin bile sahip oldukları özellikleri madde madde yazdığımız zaman mutlaka eksiler olacaktır. Yüzde yüz kendisine uyan birini arayan kişi, muhtemelen evlilik trenini kaçıır. Önemli olan, benzerliklerin yani artıların fazla olmasıdır. Daha önce de belirttiğimiz gibi taraflar arasında %70-80 uyum varsa, evlilik kararı verilebilir. Yalnız iki tarafın, söz konusu farklılıkların uzun vadede sorun olmayacağı konusunda uzlaşması gerekir. Evlilik birbirini seven iki kişinin bir araya gelmesi demek değildir. Uzun bir yolculuğa çıkmak ve bu yolculukta ortaya çıkan farklılıkları bir noktada uzlaştırmaktır.

Özetle söylersek, önemli olan evlenecek kişilerin birbirini tamamlayabilmesidir

İkinci Bölüm

EVLİLİK ÖNCESİ DÖNEM

EVLİLİK ÖNCESİ KENDİNİ TANIMA

Evlilikte kişilik ve yaşam felsefesi önemlidir. Evliliğe, aileye önem veren kişilikte biriyle evlenmek, evliliğin sıhhatini artırır. İnsanın hedef piramidinin en tepesinde soyut hedefler olmalıdır. Maddi hedeflerinse ikinci veya üçüncü planda yer alması gerekir. İnançlı birisinin soyut hedefi, Yaratıcısının rızası ve memnuniyetidir. Hatta kariyer koçları bu hedefi şöyle verirler: “Hayatının sonuna geldiğinde nasıl anılmak istiyorsan, mezar taşına ne yazılmasını istiyorsan, idealin bu olmalı.” Evlenilecek kişinin ideallerinin ne olduğu mutlaka dikkate alınmalıdır.

Ben kimim?

Evlilik kararı almak karmaşık bir süreçtir, kişinin hem kendisini hem de evleneceği kişiyi tanımasını gerektirir. “Ben kiminle evleniyorum, onunla anlaşabilecek miyim?” şeklindeki sorulara kişinin vereceği cevaplar, önce kendini tanımasına bağlıdır. Evlenecek kişiler genelde karşı tarafın nasıl biri olduğu üzerinde durur; ancak kendilerini analiz etmedikleri için onunla anlaşıp anlaşamayacaklarının cevabını sağlıklı veremezler. Dolayısıyla evlilikte kişinin kendisini tanıması, evleneceği kişiyi tanımasından önce gelir.