

Kadın

Psikolojisi

KİMLİK-KİŞİLİK-EVLİLİK-ANNELİK

NEVZAT
TARHAN



1.

PSİKOLOJİK FARKLILIKLARIN ANALİZİ

PSİKOLOJİK FARKLILIKLARDA GENEL ÖLÇÜLER

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

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

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

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

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

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

Farklılık Bilinci

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

Aşk Kalıcı Olabilir mi?

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

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

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

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

Kadının Ego Doyumunu Ne Artırır?

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

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

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

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

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

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

Etkin Dinleyicilik

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

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

zeltilebilir. Erkeğin, kadının duygularını önemseydiğini hissettirmesi için kadını dinlemesi gerekir. Çözüm önermeye hiç gerek yoktur. Erkeklerin yaptıkları en büyük hata, sorunu konuşurken hemen çözmek zorundaymış gibi davranmalarıdır.

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

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

Kadın Üzüldeğinde

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

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

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

Oysa üzülen kadın, rahatlatmayı, güvendiği birisini arayarak sorunlarını konuşmakta bulur. Kadınlar kendilerini heyecanlandıran duyguları paylaştıklarında güven hissederler.

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

“Zamanlama ve yaklaşım biçimi doğru mu?”

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

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

Kadının Motivasyonu

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

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

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

Erotik Duyguların Önemi

Cinsel mutluluk, kadın erkek ilişkilerinde en özel duygudur. Bu özel ve önemli duygu insanın özel ve önemli gördüğü kişiyle, yani eşile paylaşılmalıdır. Cinselliğin eşin dışında biriyle paylaşılması aile

sadakatine zarar verdiği için insanın psikolojik doğasına aykırıdır. Bugün ABD’de açık evlilik kulüpleri kurulmuş, kadın ve erkek evliliklerine rağmen bir sevgili edinmelerine rağmen çocukları için bir arada olmayı sürdürmektedirler. Ancak bu tip evlilikler, ilerleyen yıllarda dağılmayla sonuçlanmıştır. Cinsel özgürlüğün güncel bir uydurma ve evliliğin doğasına aykırı olduğu, bugün acı tecrübelerle doğrulanmaktadır. Cinsel özgürlüğü çok önemseye kişilerin evlenmemesi, arkasında mağdur ve mutsuz çocuklar bırakmaması için daha doğrudur.

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

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

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

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

Kadın olgunlaştıkça yeni verme stratejileri geliştirir. İstediklerini alabilmek için mantıklı yaklaşımlar ve zamanlamalar bulur. Hesaplama becerilerini artırır. Düşüncesiz duygunun mutlu etmeyeceğini öğrenir. Ayrıca eşini memnun etmek için daha gönüllü olur.

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

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

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

Kadınlar Neden Daha Çok Konuşur?

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

Konuşmanın psikolojik dinamiğinin başlıca özellikleri şunlardır:

1. Kadın üzüntülü olduğunda kendini iyi hissetmek için konuşma eğilimindedir. Erkek ise susmayı tercih eder.
2. Kadın yüksek sesle düşünür. Ne söylemek istediğini yüksek esele araştırır.
3. İçtenlik ve paylaşımcılık hisleri kadını konuşmaya iter. Yakınlık ve yalnız olmama isteği konuşma ihtiyacını artırır.

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

Konuşmada Zamanlama

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

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

Erkek suskun veya stresli, kadın çok konuşkan ya da üzüntülü iken onda “Yanlış yapıyorsun” hissini uyandırmak, en büyük iletişim hatasıdır.

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

Aşırı İlgi Güvensiz Yapar

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

Erkek Nasıl Konuşturulur?

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

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

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

Duygularda İniş Çıkışlar

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

Kadının inişe geçtiği zaman erkek ona moral vermeye kalkıp düzeltmeye çalışırsa bir süre sonra tükenir. Kadının o anda ihtiyacı fikir değil yanında birisini bulmak, o kişi tarafından dinlenmek ve

anlayış görmektir. “Sev, değer ver, paylaş” desteği kadına yetecektir. Kadın olumsuz duygularını bastırduğunda onları içinde biriktirir, ama bardağı neyin taşıracığını kestiremezsiniz. Menfi duygularını ifade edemeyen, hep neşeli roller oynayan kişinin güzel duyguları körelebilir. Bu durum da eşinin kendisini yanlış anlamasına sebebiyet verebilir. Doğal olmak, ama zamanlama ve yaklaşım biçimini çok iyi düzenlemek lazımdır. Karşı tarafı gerçekçi olmayan beklenti içinde tutmak, ona evde bir taht hazırlayıp sonradan şikayet etmek ne derece doğru olur?

Akıllı kadın eşine özgür olma hakkı tanırken akıllı erkek de eşine üzülmeye hakkı vermelidir. Böylece erkekler ilişkide nefes alırlar. Sessizlik zamanlarında zihinleri gevşetirir. Kadınlarda duygusal-lıkları sebebiyle anlaşıldıklarını hissettikleri için kendilerini güvende bulurlar. (10, 25)

Kadına Göre Para

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

Erkeklerin anlamakta zorluk çektiikleri bir konuda, kadınların duygusal dalgalanmalara, üzülmeye ve dertlenmeye psikolojik ihtiyaç hissetmeleridir. Bir kadının her zaman mutlu olmasını beklemek, gerçekçi ve mümkün değildir. Onlar bu hislerini yaşamak için erkeğe ihtiyaç duyarlar. Kendilerini güçsüz ve mutsuz hissettiklerinde dayanacak omuz, kendilerini destekleyecek kollar ararlar. Kadının alış verişle kendini mutlu etmeye çalışması gerçekçi değildir. Ba-

zen eşine kızıp onun parasını lüzumsuz şeylere harcayarak öç alır eşler. Ancak genellikle anlık doyum için yapılan alışveriş, geride paketleri hiç açmamış, sevgi ve ilgi açlığını yapay olarak gideren kadınlar bırakır.

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

Ancak alışverişin sadece maddi şeylerden ibaret olmadığını, duygusal yaşantıda da alışveriş kurallarının geçerli olduğunu söyleyebiliriz. Psikoloji yasaları, sevgi cömerdi olan kişilerin, bu hislerine cömertçe karşılık göreceklerini söylüyor.

Cinsler, birbirlerinin duygusal ihtiyacını karşılamayı karşı taraf-tan beklememelidir. Tarafların konuya farklı açılardan bakmaları, ihtiyaçların tam manasıyla karşılanmasına engel olabilir. Mese-la kadının ilgi ihtiyacı aynı kalmasına rağmen erkek evlendikten sonra ilgisini işi üzerinde yoğunlaştırabilir. Bu da kadının alaka yoksunluğu yaşamasına netice verir. Ama kadın ilgi istemekten vazgeçmeyeceğine göre onu kişilik tipine göre farklı biçimde ara-maya devam edecektir.

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

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

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

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

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

Kadını Mutsuz Eden Kendisidir

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

Erkeklerden Çok Şikâyet Etme

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

Erkekleri İlk Yardım Çantası Gibi Görmek

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

Erkeğe Bağlanarak Kişilik Kazanmak

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

Erotizm ile Romantizmin Karıştırılması

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

Evlilik Öncesi Birlikte Yaşamamanın Bedeli

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

belirtiyor. Benzer sonuçların Kanada ve İsveç çalışmalarında da doğrulandığını ifade ediyor. (Laura Shlessinger, 1997)

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

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

Erkeğe Evde Taht Kurmak

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

Beklentiyi Yüksek Tutmak

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

Kendi Hayatınızın Başrolünde Olmak

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