



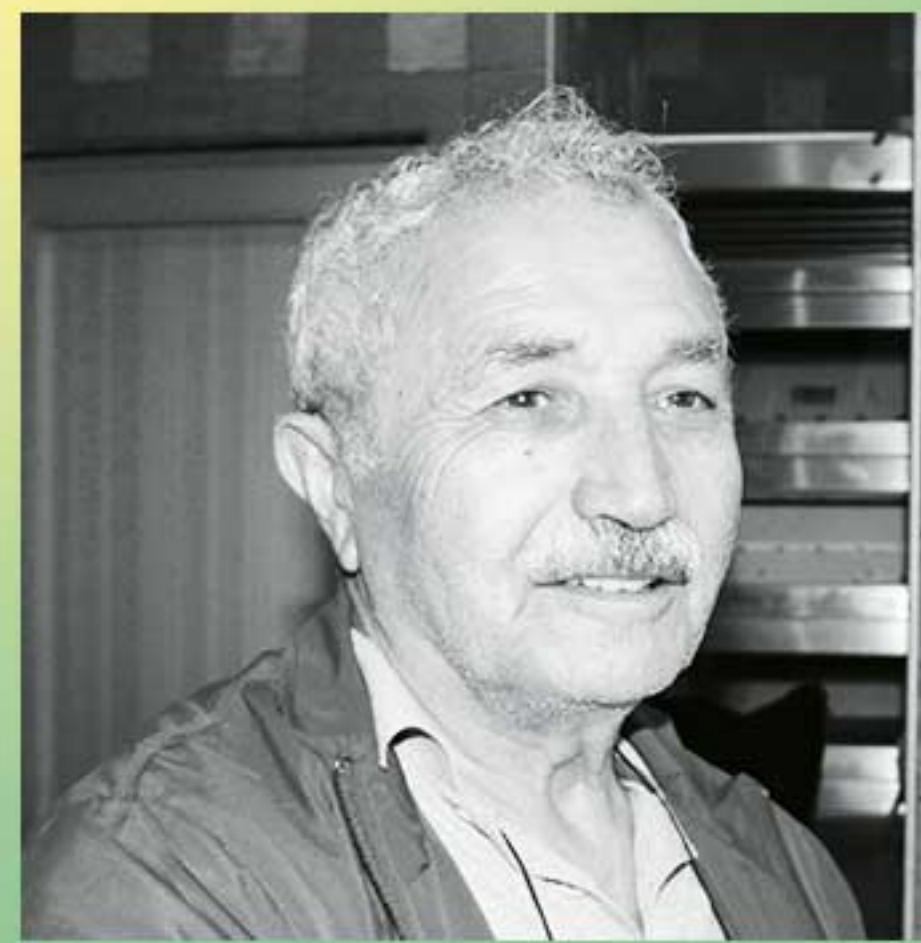
PROF. DR. KEMAL SAYAR
PROF. DR. NEVZAT TARHAN
PROF. DR. ÖZCAN KÖKNEL
PEDAGOG ALİ ÇANKIRILI

RÖPORTAJ:
SEVİLAY ACAR

VE
B
EN

B
B
A
M

TİMAŞ
T



ÇOCUK
BABASININ
SIRRIDIR



“İnsan ruh ve beden sağlığını korumak için neler yapılması gerektiğini elden geldiği kadar düşünmeli.”

Yaşadıklarınız canınızı hiç sıkmadı mı? Kendinizi nasıl motive ediyorsunuz. Hayatınızda anlayış, saygı, sevgi var... Mutsuz olduğunuz bir an olmadı mı?

Bunlar yaşandığı zaman gayet tabii sıkıntı ve öfke hissettim. Ama burada mesleğimin de etkisi var. Elden geldiği kadar başkalarının önerdiklerini ve okuduklarımı hayatıma uygulamaya çalıştım. İnsan ruh ve beden sağlığını korumak için neler yapılması gerektiğini elden geldiği kadar düşünmeli. Eşimin ailemize katkısı çok büyüktür. Ben elimden geleni yapsam da karşı taraf görmüyorsa faydalı olmazdı. Fakat bizde evdeki olumlu havadan çocuklar bile etkileniyor ve dayanışmayı öğreniyordu.

Hastalardan da görüyorum ki ev içinde birlik, beraberlik varsa çocuklar daha mutlu oluyor. Daha sağlıklı kararlar veriyorlar. Kendi mutsuzluğumuzu çocuklarımıza yansıtmaya hakkımız yok. Çocukluk ve gençlik çağında onlara olumsuz mesajlar vermek, onları da mutsuz etmek demektir.

Vefa'lı Baba Oğul...

Babanızla olan birlikteliğiniz boyunca çocukluk yıllarınızı da göz önünde bulundurarak, “babamla ortak noktamız, ortak zevklerimiz, ortak yanlarımız...” diyebileceğiniz neler çıkar anılarınızın içinden?

İstanbul'a geldiğimizde babamla beraber maçlara giderdik. Babam Vefa Lisesini bitirmiş. Vefa futbol takımında oynamış.

İlk İstanbul'a geldiğimiz zaman, beni Şükrü Saraçoğlu Fenerbahçe Stadi'na, Vefa-Fenerbahçe maçına götürdü. 3-3 berabere kaldılar. O günden sonra Vefa takımını tuttum. Ne zaman maça gitsem hep bunları canlandırırım kafamda. Uğur Dündar, Haluk Yavuzer gibi tanıdıklarım Vefa Lisesinden mezunlar. Uğur Dündar'la konuşunca hep Vefa'yı anlatırdı. Sonra Fenerbahçe'ye geçti. O'na "Sizin gibi Vefalı bir insan nasıl Fenerbahçe'ye geçer?" dedim.

Babanız sizin her döneminizde sizin sadece babanız değil aynı zamanda da arkadaşınız olmuş. İyi anlaşılan ve birbiriyle anları paylaşmaktan keyif alan iki dost gibi... Peki, size hiç kızmaz mıydı? Hep iyi mi geçinirdiniz, tartıştığınız zamanlar olmadı mı?

Babam benimle arkadaşı gibi oturdu, konuştu, sohbet etti, doğruyu anlattı. Benimle iftihar ederdi. Birisinin benden bahsetmesi hoşuna giderdi.

Yalnız bir keresinde tatlı sert kızmıştı. Size boğulma tehlikesi geçirdiğimi anlatmıştım, işte aşağı yukarı o dönemlerdi. Derece alacak kadar başarılı olamamış, ama yüzmeyi öğrenmiştim. Arkadaşlarımın çoğunun madalyası vardı, benim de azmim... Bu yüzden madalya almak için tek şansımı kullanmaya karar verdim, onun koşulu da kışın yüzme. Yüzme İhtisas Kulübünün kış yarışlarına katılmaya karar verdim, ama evden saklıyordum. Yarışmadan bir gün önce gazetede kış yüzme yarışı diye haber yapmışlar ve bizim de isimlerimizi yazmışlar. Babam gazete okuyunca haberdar oldu. Bana biraz kızdı. "Nasıl olacak?" dedi. Ben, yasaklayacak, bu yüzden yarışmaya giremeyeceğim diye beklerken, "Şimdiye kadar başına bir şey gelmemiş, herhalde yarın da

gelmez” dedi. Ertesi gün yarışlara katıldım. Böyle tatlı sert bir şekilde konuşmuştu.

“Babam, bana ne zaman elini uzatacağını çok iyi bilirdi.”

Babanızı ne zaman kaybettiniz?

Babam 1900 doğumluydu, 1976 yılında vefat etti. Gayet sağlıklı bir insandı. Ama artık gezip dolaşması yavaşlamıştı. Bir anda bağırsak tıkanması yaşadı, bulantısı oldu. Çapa’da çalışan biri olarak, Çapa’ya yatırmak istedim, ama yatırmadım. Teşvikiye Sağlık Yurdu’nda Osman Bey’in yanına gittim. “Hemen getir,” dedi. Üç gün yattı ve dördüncü gün vefat etti. Ne olduğu tam açıklanamadı.

Babanızı kaybetmiş olmak, sizi nasıl etkiledi, neler hissettiniz?

O, ne zaman ihtiyaç duysam arkamda olduğunu bildiğim bir gölge gibiydi. Ne zaman ortaya çıkacağını ve bana ne zaman elini uzatacağını çok iyi bilirdi. Her engelde, zorlukta “Babam olsaydı hiç değilse ona danışırdım,” diyorum. Bunun eksikliğini yaşıyorum. Ortak yaşadıklarımız var. Ne zaman maç izlesem babamı hatırlıyorum mesela...

Bizim ailenin türküsü, babamın en sevdiği sanatçı, ya da “Bu şarkı bana hep onu hatırlatır” dediğiniz bir şarkı var mı? Ve siz kimi dinlersiniz, hangi şarkıyı seversiniz?

Babam Safiye Ayla’nın “Neredesin Sen Gönlümün Nazlı Civani” adlı eserini severdi. Ben de Erol Evgin’i dinlemeyi çok severim. Bir dönem bir yazımda bundan bahsetmiştim. Haberdar olmuş, bana kasetini göndermişti. Erol Evgin’in tüm şarkılarını dinler ve yorumunu çok beğenirim.



Telefonunuzla
QR Kodu
Okutunuz

PROF. DR. ÖZCAN KÖKNEL BABALARA TAVSİYELER

Bir çocuğun gelişiminde, anne karnından ergenliğine kadar annenin önemi çok büyük. Çocuklarının dünyasında annenin ne anlama geldiğini, kadının görevlerini ve sorumluluklarını, psikolojik ve ruhsal durumunu babanın da iyi bilmesi, ilişkilerin için önemli adımlardan biri gibi görünüyor. Bu nedenle önce Türk toplumunda erkek ve kadın kavramlarını irdeleyip daha sonra ailede erkek ve kadının sorumlulukları ve rollerini anlatarak başlayalım isterseniz...

Öncelikle aile kavramına bakalım ve ailenin ne olduğunu hatırlayalım isterseniz... Aile, içinde bulunduğu bölgenin, çevrenin, doğal ve toplumsal özelliklerinden etkilenir. Bu özelliklerin etkisi altında oluşan kültür yapısıyla biçim ve renk kazanır. Kazandığı kültürü yetişen kuşaklara aktarır, böylece toplumun sürekliliğini sağlar. Ailenin bu işlevine “toplumsal bellek” denilebilir. Belleğin fiziksel ve kimyasal enerjisinin belirli kalıplar içinde depolanıp saklanması gibi bir iletişim grubu olan aile de, aile grubunun oluşturduğu enerjiyle toplumsal bellek işlevini sürdürür.

var mı ona bakıyoruz. En son değerlendirilecek boyut ise o kişinin toplumsal rolünü, görevini ve toplumsal rolünün sorumluluğunu yüklenip yüklenmemesi gibi tanı ölçütleri. Bu, bir insanın ruh sağlığı açısından çok önemli bir şey. Bana sorarsanız Türkiye'nin en büyük sorunu da bu, birçok kişi ne toplumsal görevini ne de toplumsal rolünü ve sorumluluğunu biliyor. Birçok sorun da buradan kaynaklanıyor. Aile içinde de aynı sorunlar var. Aile içindeki kadının bir anne olma rolü var -çocuğu varsa- kocasının eşi olma rolü var. Çalışıyorsa iş kadını olma rolü ve ayrıca, kendi anne-babası varsa onların kızı olma rolü var. Baba için de aynı durum geçerli.

Sorduğunuz soruya bu bilgiler doğrultusunda bakacak olursak, ergenlik döneminde baba, baba rolü oynamalı. Eğer anne-baba kendi rolünün görevini ve kendi rolünün sorumluluğunu yüklenmiyor ise o zaman çocuk bu rolleri alıyor ve çocuk babaya dönüşüyor. Yani, çocuk egemen bir aile ortamı ortaya çıkıyor, yahut büyükanneyle büyükbaba anne-baba rolüne geçiyor. İşte biz buna “rol karmaşası” diyoruz. Bu karmaşa çocuğun gelişimini elbette etkiliyor. Özellikle erken gelişmesine neden oluyor.

Baba rolü ne demek? Babalar neler yapmalı?

Baba rolü ne demek; gayet tabii ki çocuğunu, yahut delikanlıyı oturup dinleyecek, delikanlılığının kimliğine, kişiliğine saygı gösterecek bir kişi olmak demek. Saygı baba içeri girdiğinde ayağa kalmak değildir. “Bu da bir insandır, kendine ve yaşına uygun fikirleri vardır,” diyerek genci mutlaka dinlemeli. Sağlıklı ilişki ve iletişim kurmalı. Karşı tarafın kimliğine, kişiliğine saldırı niteliğindeki jest ve mimikleri olmamalı. Gencin yerine geçerek empati yapmalı.

Çocuğuna ya da gence güven vermeli. Çocuğun herhangi bir hatasında ya da olumsuz davranışında, onu cezayla, hele hele sevmemekle asla tehdit etmemeli. “Bunu yapmazsan seni evlatlıktan reddederim”, “Seni istemiyorum, sevmiyorum,” gibi kırıcı cümleler kurmamalı. “Sen bebedsin,” “Çocuksun aklın ermez,” “Saçma sapan konuşma,” “Serseri,” “Aptal,” gibi onur kırıcı sözlerden kaçınılmalı.

Elden geldiği kadar çocuğuna iyi model olacak davranışlar sergilemeli. Alkol kullanıyorsa ölçülü içmeli, imkân varsa çocuğun yanında sigara içmemeli, çocuğun yanında bağırıp, çağırıp küfür etmemeli.

“Anne sen beni şu anda dinlemiyorsun!”

Alkol konusunda benim de bazı gözlemlerim var. Mesela alkol alan bir baba, masa hazırlığını çocuğuyla birlikte yapabiliyor ya da buzdolabındaki içkisini çocuktan isteyebiliyor. Bunlar doğru davranışlar mıdır?

Katiyen doğru değildir ve yapılmaması gerekir. Ebeveynler çocuklarını sigara, alkol almak için markete göndermeyecek. Babanın da eve geliş-gidiş saati belli olacak. Mesela “Arka daşlarımla şurada içtim, bunu yaptım,” demeyecek. Baba, ev içerisinde baba rolünü ne kadar iyi oynarsa, rolünün görevlerini ve sorumluluklarını yerine getirirse genç için o kadar iyi bir örnek olur. Bazı babalar çocuklarına maddi imkânlar sağlayarak bu rollerini gerçekleştirdiklerini düşünüyorlar. “Ne istiyorsa yerine getirdim, araba bile aldım” diyorlar ama baba manevi anlamda ortada yok. Çocuğunun baba eksikliğinin farkında değil. Çocuk babasına biraz imada bulunup şikâyet etse, yakınsa “Allah gözünü doyursun, araban altında, paran cebinde, benden daha ne bekliyorsun?” diyor.

PROF. DR. KEMAL SAYAR

1966 yılında Ordu'da dünyaya gelen Kemal Sayar, ilk ve orta öğrenimini Zonguldak Hisarönü 27 Mayıs İlkokulunda ve Eskişehir Anadolu Lisesinde tamamladıktan sonra, 1989 yılında Hacettepe Üniversitesi (İngilizce) Tıp Fakültesinden mezun oldu. 1989-1995 yılları arasında Marmara Üniversitesi Psikiyatri Anabilim Dalında uzmanlık eğitimine devam etti. 2000 yılında psikiyatri doçenti oldu. 2000-2004 yılları arasında KTÜ Tıp Fakültesi Psikiyatri Anabilim Dalı'nda öğretim üyesi olarak bulundu. Çeşitli ulusal ve uluslararası dergilerde danışmanlık ve hakemlik yaptı. Psikiyatri konulu çok sayıda kongre ve sempozyumda yer aldı. 2002 yılında, Kanada Mc Gill Üniversitesi Transkültürel Psikiyatri Bölümünde konuk öğretim üyesi olarak çalıştı. Bakırköy ve Erenköy Ruh Sağlığı ve Sinir Hastalıkları Hastanelerinde klinik şefliği görevlerini yürüttü. 2008 yılında psikiyatri profesörü oldu.

Evli ve iki çocuk babasıdır.

“Hülyalı her adamın çocukluğunun ortasından ya da kıyısından bir tren geçmiştir,” sözü geçmişimize yani o çocukluk anlarımıza ulaşabilmemiz için kurulmuş bir ray gibi sanki. Cümleler unuttuklarımızı hatırlatan ulaşım yolları gibi değil midir? Hele bu kişi o yolları gösteren ve hatırlatan, çocukken hayallerini harflerin dünyasında dolaşarak geçiren bir yazarsa...

Uzak ülkeleri daha küçük bir çocukken hayal eden Kemal Sayar, hayatının büyük bir bölümünü, yoğunluğuna rağmen uzak ülkelerde geçirmiş. Bu yüzden anlatacağı pek çok hikâyede dinleyenler kendini bulmuş. Yolları ve hikâyeleri sevmesi boşuna değil. Çünkü o aynı zamanda insanların hikâyelerinin içinde yolculuk yapan bir ruh doktoru. Belki de gördüğü hikâyeler, ruhlara hangi yoldan ulaşılabileceğini gösterdi ona.

Sohbetimizi bir tren yolculuğu gibi hayal ediyorum. Biz de kurduğumuz çocukluk düşlerinin yanından yöresinden geçerken belki düşleyip de yapmadıklarımızı hatırlayacağız. Belki bir kısmını yanımıza alıp yaşımız kaç olursa olsun bir düş salıncağında sallanmanın keyfini tekrar yaşayacağız çocuklar gibi.

Hep doğumdan başlar sohbetler. Bu hikâyenin içinde ise bir son yok. Ve son demek yeniden başlamak demek. Hem, son demek, asıl sevgiliyle kavuşmak demek değil midir?

“Ölüm kavuşmadır; cefa etmek kin gütmek değil.”¹

“Ölürsem ben, öldü demeyin. Çünkü ölüydüm, dirildim; dost aldı, götürdü beni.”²

1' Rubailer, 38.

2' Rubailer, 100.

“Babalar çocukları için sırtlarını dayadıkları büyük bir payanda.”

“Senden Sonra” babanızın vefatından sonra yazdığınız bir yazı. Bir çocuğun babasının gidişinin ardından yaşadığı eksikliği, çaresizliği, kabullenışı, sessizliği içimizde hissediyoruz. Vedalara nasıl baktığınızı da görüyoruz. Bu nedenle sizinle sohbetimize sondan başlamak istiyorum. Çünkü son dediğimiz şey bir başlangıç; eve kavuşmak, sevgiliyle buluşmak... Tıpkı Mevlana'nın ölüm gününe “dügün gecesi/şeb-i arus” dediği gibi. Ancak böyle düşünseniz de yüreğiniz yandı ve bu duyguyla mücadele ettiniz. Babanızı kaybettiğiniz gün... Hissettiklerinizi anlatabilir misiniz, bir çocuk için yaşı ne olursa olsun babayı kaybetmek ne anlama gelir?

Babalar çocukları için sırtlarını dayadıkları büyük bir payanda... İnsan babasının ölümüyle birdenbire payandasız kalıyor. Sirtını yasladığı o büyük duvar çöküyor ve artık kendi başınıza var olmak zorunda kalıyorsunuz. Benim kendi babamla ilişkim de sevgi ve bağlılığa dayalı bir ilişkiydi. Babamı kaybetmek benim için o güne, o saate kadar kurduğum dünyanın neredeyse çökmesi anlamına geliyordu. Çünkü onunla beraber olmak, onunla bazı şeyleri paylaşmak bana çok özel bir mutluluk veriyordu. Ayrıca hayatımda eksik olan, yarım yamalak giden, benim yapamadığım, bazı şeyleri hep Hızır gibi yetişip tamamlayan bir kişiliği vardı. Benim o çocuk tarafım artık geçerli olamayacaktı dünyada. Yani başı sıkıştığında babasından yardım isteyen çocuk gidecek ve bir gecede büyüyüp kendi dertlerine kendisi çare bulması gereken bir adam gelecekti.



Telefonunuzla
QR Kodu
Okutunuz

Bu sadece bir bağımlılık ilişkisi değildi. Ben, bazen kendi yapabileceklerimi bile, onun hevesli olduğunu görünce ona bırakmaktan özel bir haz alırdım. Çünkü bizim babalarımız hakikaten çok fedakâr bir neslin üyeleriydiler.



(Kemal Sayar, babası Nuri Sayar ile birlikte.)

“Ölüm kalanların meselesidir, gidenlerin değil.”

Çocukken de böyle düşünür müydünüz?

Çocukken bütün bunların pek farkında değildim, ama yetişkin hayatıma geçtiğim ve baba olduğum zaman, kendi babam kadar fedakâr olamadığımı fark ettim. Kendimden o kadar veremediğimi fark ettim. O kuşak, hakikaten çocukları için saçlarını süpürge eden, zorluklar görmüş, zorluklara rağmen ayakta kalmış, tutumluluğu, çocuk yetiştirmeyi, aileyi önemseyen idealist bir kuşaktı.

Sizce bugün babalar çocuklarıyla yeterince zaman geçirebiliyorlar mı? Bu zamanı kaliteli bir şekilde kullanabiliyorlar mı?

Daha önce de söylediğim gibi, asıl önemli olan; babaların çocuklarıyla geçirdikleri süre değil, bu sürenin kalitesi. Günümüze, yoğun iş temposunda çalışan, eve yorgun gelen ebeveyn manzarası hâkim. Teknolojinin de hayatımıza girmesiyle, internet özellikli telefonlar, bilgisayar, televizyon, çocuklarla aileleri arasında bir boşluk oluşturuyor. Aynı odada birlikte zaman geçiren aile bireyleri, fakat her aile bireyinin elinde bilgisayar, odaklandıkları alan birbirlerinden bambaşka. Genel tablo bu. Fiziksel olarak birlikte zaman geçiriliyor, ama ruhsal olarak birbirlerinden uzak olabiliyorlar.

Öncelikle babaların kendilerine bir “babalık alanı” oluşturması büyük bir önem taşıyor. Çocuğuna zaman ayıran ve sadece fiziksel olarak değil, duygusal olarak da çocuğa temas edebilen bir babalık alanından söz ediyorum. Çocuğun duygusal ihtiyaçlarını görmek, duymak ve buna cevap vermek de büyük önem taşımakta. Çocuk büyüdükçe oyun oynamanın yanı sıra, beraber geçirilen zamanlarda onunla konuşabilmek, iletişime geçmek gerekiyor. Hafta sonları baba ile çocuğun ya da tüm aile bireylerinin isteyerek katıldığı aktivitelerde, aile bireyleri birbirleriyle geçirdikleri zamanın keyfine varabiliyorlar.

Babaların Çocukların Hayatındaki Önemi

“İlk üç ayı babalarıyla geçiren bebekler, daha mutlu ve sakin bir kişiliğe sahip oluyor.”

Çocuk Psikolojisi ve Psikiyatrisi Dergisi'nin yayımladığı bir çalışmanın sonuçlarına göre; doğumdan sonraki ilk üç ay babalarıyla iletişimi olmayan erkek bebeklerde 1 yaş sonrasında davranış problemleri görülmeye başlıyor. O halde, babayla bebeğin ilk iletişimi, bebeğin gelişiminin ilk temelleri diyebilir miyiz?

Araştırmacılar, bebeklerin kurduğu erken sosyal ilişkileri incelediklerinde, bebeklerin çok güçlü kişisel bağlar kurduğunu fark etmişlerdir. Bebeklerin erken dönemde kendisine bakım veren kişilere bağlandığını ve kişilerarası kurulan bu ilk ilişkinin henüz bebek 2 aylıkken oluştuğunu belirtmişlerdir. Yapılan araştırmalara bakıldığında, bebeğin ilk öteki nesnesi olan anneye kurduğu bağlanma şeklinin yanı sıra, bebeğin babayla kurduğu ilişkinin de çok önemli olduğu görülmektedir. Yapılan birçok çalışma sonucunda, bebeğin anneden ayrıldığında gösterdiği ayrılık kaygısını, babadan ayrıldığında da gösterdiği ortaya çıkmıştır. Bu nedenle, bebeğin hem anneye hem de babayla kurduğu ilişki, dış dünya ile kurduğu ilk temas olduğundan, ötekine, yani dış dünyaya dair bebeğin bilgi sahibi olmasına neden olmaktadır. Ve doğumdan itibaren babayla kurulan temas bebeğin gelişimini şekillendirmektedir.

Daha önce de söylediğim gibi, bebek annesiyle fiziksel ihtiyaçlarını, güvenilir alanını karşılarken, babasıyla oyuna dayalı bir ilişki kurmaktadır. Bu nedenle çocuğun anne ve babadan farklı beklentileri, farklı ihtiyaçları oluşmaktadır. Bir babanın daha oyuncu yapıdaki etkileşim biçimi, çocuğa duygusal özdenetimi öğreten bir alan olabilir. Baba-çocuk etkileşimi, çocuğun ileriki hayatında da kendisini güçlü ve etkin hissetmesini sağlayacak bir anahtardır. Fakat babalık davranışını, annenin yöntemlerinden ayırmak o kadar da

kolay bir mesele değildir. Baba-çocuk bağlanmasının özü farklıdır. Özsaygısı düşük olan babaların, çocukları üzerinde gösterdikleri olumsuz etki, kendiyle barışık olmayan annelerin olumsuz etkisinden daha fazladır.

“Bebeklerle daha çok anneler ilgilenir,” “Erkekler ağlamaz” gibi kalıplaşmış yargılarımızdan nasıl kurtulabiliriz? Babalar hakkında alışlagelmiş bu yargıları değiştirebilmek mümkün mü? Babalar bu konuda nasıl bilinçlenmelidir?

Aslında bu kalıplar yavaş yavaş değişmeye başlıyor. “Bebeklerle daha çok anneler ilgilenir” kavramı, yerini iş bölümüne, sorumluluk paylaşımına bırakmakta. Artık babalar da çocuklarının farklı ihtiyaçlarını karşılamaya çalışmakta. Tabii ki Türkiye’de “Baba Katılımı” ile ilgili çalışmalar son yıllarda yapılmaya başlandı. AÇEV’in babaları bilinçlendirme amacıyla başlattığı Baba Destek Programı da buna bir örnek. Bu gibi programlar sayesinde babalık rolünün ne olduğu öğrenilip, babanın çocuğun gelişimine dair bilgisi desteklenmektedir.

Babalar ve Oğullar

“Babalar, çocuklarının, anne-çocuk ilişkisi dışındaki dış dünyaya hazırlanmalarını sağlar.”

Erkek çocukların babalarıyla kurduğu bağı geliştiren, oluşturan etkenler neler?

Babalar çocuklarıyla oyun oynarken kovalamaca, güreş gibi fiziksel etkileşimlere başvururlar; anneler ise oyuncaklarla etkileşim ve sözel değiş tokuşlar gibi iletişim türlerini