

18
06

HANE

5

RÖPORTAJ

BABA OLMAK:
ERMAN ÇAĞLAR

BABALIK ROLÜ

B a B a L I K

ve

EBEVEYNLER ARASINDA Dengeleme | SEMPATİK GEBELİK SENDROMU |
İSMAİL HAKKI BALTAÇIOĞLU | İSİM ŞEHİR | KRAMER VS KRAMER |



18 Haziran | Sayı 5
Babalık

hazırlayanlar
EMRAH ÇELİK
BURAK UĞUR CANTEKİN
MİNESU KARAMAN
DİLARA BEYZA AKKAYA

ilgisi ve katkısı için
AYKAN
AYDIN'a
teşekkür ederiz



cocukbogazici.com



[hane.dergi](https://www.instagram.com/hane.dergi)

Görüş ve değerlendirmeleriniz bizim için oldukça önemli.
Yorum, öneri ya da şikayetleriniz için bize Instagram
adresimizden ulaşabilirsiniz.

Babalık Rolü

Babalık, günümüz toplumlarında geçmişe kıyasla daha az olsa da, hala ailenin reisi, ev dışı işleri yürüten ve dış dünya ile iletişimi sağlayan rol olarak görülmektedir. Bir statü göstergesi olan babalık, aynı zamanda erkek olmanın bir gereği ve erkekliğin aşamalarından biri olarak kabul görür. Topluma erkekliğini ispat etme baskısı içinde olan bireyler için babalık, sünnet, askerlik, iş sahibi olmak ve evlilik aşamalarının ardından gelen son aşamadır.

Michael Lamb “Babalığın Değişen Rolü” çalışmasında, günümüzde babalığın dört temel sorumluluk alanı olduğunu belirlemiştir. Bu sorumlulukların ilki, babalığın en yaygın şekilde kabul edilen görevi olarak ailenin geçimini sağlamaktır. İkincisi, eşin duygusal ve psikolojik ihtiyaçlarının karşılanmasıdır. Üçüncü sorumluluk alanı çocuğun bakımı ve yetiştirilmesidir. Dördüncü ve son alan ise çocukla etkileşiminin daha fazla olmasından dolayı anne tarafından verilen eğitimi denetlemek ve bir otorite figürü olmaktır. Baba rolünün geçmişten bugüne değişimine baktığımızda, günümüzde babaların çocuklarına karşı mesafeli bir baba rolü değil, çocuğun bakımını eşile paylaşan baba rolünü benimsediği görülmektedir. Kadın ve erkeğin cinsiyet rollerine ilişkin kalıp yargılar, kadınların ekonomik özgürlüğünü kazanır hale gelmesiyle birlikte değişmiştir. Bu değişim en çok ev işlerine ve çocuk bakımına yansımıştır.

Artık ekonomik gücü sayesinde karar sürecinin bir parçası olan kadın, ev işi ve çocuk bakım görevlerini paylaşmayı talep eder hale gelmiştir. Böylece erkeklerin, kadının sorumluluk alanı olarak görülen çocuk bakımı ve ev işlerine katılımı artmış ve cinsiyet eşitsizliği nispeten azalmaya başlamıştır. Kısacası kadının anneliği ev dışındaki işiyle birlikte yürütmesi, geleneksel baba rolüyle anne rolünün bir karışımı olan yeni bir babalık rolü yaratmıştır. Eski babalık anlayışının aksine yeni babalar, ev işleri ve çocuk bakımına daha çok zaman harcamaktadır.

Baba katılımını etkileyen faktörlerin ilki babanın eğitim seviyesidir. Eğitim seviyesi arttıkça, daha demokratik ve esnek bir cinsiyet rolüne sahip olan baba, aynı zamanda çocuk gelişimi konusunda kendini yeterli gördüğü için ebeveyn sorumluluğunu daha çok üstlenmektedir. Ayrıca, babanın iş hayatı da katılımı önemli bir faktördür. Çalışma saatleri uzunken, çalışma koşulları esnek olmayan babaların katılımı düşüktür. Çünkü iki ebeveynin de çalıştığı ailede babanın çalışma saati çok olduğu zaman, çocukla boş zaman etkinliklerine katılımı azalmakta, ancak çocuk bakımında değişiklik olmamaktadır. Babanın yaşı da katılımı etkilidir. Mesleklerinde belli bir noktaya gelmiş yetişkin babaların, genç baba olan erkeklere oranla çocuklarının gelişimine daha fazla katıldıkları belirlenmiştir.

Baba katılımında önemli bir diğer etken ise annenin cinsiyet rolüne ilişkin tutumudur. Geleneksel tutumlara sahip olmayan anneler baba katılımını arttırmaktadır. Annenin ev dışında çalışması ve iş programı da baba katılımını etkilemektedir. Kadının çalışma süresinin uzaması, erkeğin çocuğun bakımına katılma süresini uzatmaktadır. İki ebeveynin de çalıştığı ailede baba, bireysel tercihler konusunda özgür değildir, çünkü kadının çalışmasıyla oluşan ihtiyaç ve baskı erkeğin katılımını zorunlu kılar. Sadece babanın çalıştığı ailede ise, babanın katılımı kendi tercihine bağlıdır ve bu nedenle babanın eğitimi, motivasyonu ve kişilik özellikleri daha çok önem taşımaktadır.

Çocuğun cinsiyeti de katılımı etkiler, baba oğlan çocuğunun yaşamına daha aktif şekilde katılmaktadır. Bebeklik dönemi boyunca baba, kız ve oğlan çocuklarına daha farklı davranmaktadır. Birçok çalışmada, babaların oğullarına daha çok dokundukları, daha fazla oyun oynadıkları, daha fazla iletişim kurdukları ve onlara daha fazla uyaran sağladıkları gözlemlenmiştir. Babanın bebekle ilişkisinde görülen bu davranışlar daha büyük yaştaki çocuklarla olan ilişkisinde de devam eder. Baba, oğluya daha çok fiziksel oyunlar oynamakta, daha çok yönlendirmekte, ona daha çok bilişsel girdi ve fonksiyonel bilgi sağlamaktadır. Bu durum, babaların oğlan çocuğunun cinsel kimlik gelişimi için özel bir sorumluluk hissetmesi ve benzer etkinlik ve ortak zevklere ilişkin daha geniş bir repertuara sahip olmasıyla açıklanmaktadır.



Babanın kendi babasıyla olan ilişkisi de katılımını etkilemektedir. Çocukluğunda babasından gördüğü hoşnutsuzluğu ifade eden erkeklerin çocuklarıyla daha fazla iletişime girdikleri bulunmuştur.

Özetle, baba katılımında etkili olan faktörler sadece babanın kişiliği ile ilgili değildir; annenin çalışıyor olması, çalışma saatleri ve cinsiyet rol tutumu, çocuğun cinsiyeti gibi faktörler de babanın katılımını etkiler.



BABA KATILIMININ ANNE VE BABA AÇISINDAN ÖNEMİ

Baba katılımı tüm aile bireylerini olumlu etkiler. Baba çocuk bakımına ve yetiştirilmesine aktif şekilde katılarak bireysel üretkenliğini artırır; diğer insanların mutluluğu için sorumluluk almayı öğrenir; duygusal açıdan gelişir, çocuğuyla daha sıcak bir ilişki kurar, ebeveyn olarak yeterlilik duygusu ve ebeveynlikten aldığı doyum artar. Bir erkek baba olduğunda yaşantısı büyük ölçüde değişmektedir; kendini algılayışı, sorumlulukları, öncelikleri, evlilik ve aile ilişkileri değişir. Baba olmanın yanında çocuğun yaşantısına aktif şekilde katılmak da erkeği olumlu etkilemektedir.

Artan baba katılımı sayesinde çalışan annenin bir tarafta çocuk ve ev işi, diğer yandan iş hayatı nedeniyle taşıdığı yükü hafiflemektedir. Anne böylece kariyerinde ilerleme ve diğer etkinliklere katılma fırsatı bulur. Erkeğin başarılı bir babalık performansı sergilemesi evliliği de olumlu yönde etkiler. Ebeveyn sorumluluğunu paylaşan çiftler, hem ebeveynliği hem de kariyerlerini dengelemektedir.

Ebeveynliğin ilk iki yılındaki babalarla yapılan bir çalışmada, eşleri yoğun şekilde çalışan babaların, ev ile iş arasında ikiye bölünmekten dolayı fiziksel ve duygusal yorgunluk yaşadıkları ve ev işlerini sıkıntı kaynağı olarak gördükleri, iş, ebeveyn ve eş rolleri arasında çatışma yaşadıkları belirlenmiştir. İki ebeveynin de çalıştığı ailede babanın çocuk bakımına aktif olarak katılan baba, kısa vadede zaman baskısı ve rol çatışması yaşayabilir. Ancak uzun vadede artan bir şekilde gerekli tutum ve becerileri geliştirmekte ve kendine saygısı artmaktadır.



Aykan Aydın



bilgilibaba



bilgilibaba.com

NEDEN BİLGİLİ BABA?

7 yaşında bir kız ve 5 yaşında bir erkek olmak üzere iki çocuk babasıyım. Hayatımın son 7 senesinde bebek ve çocuk bakımı konusunda yeterince bilgi sahibi olduğumu düşünüyorum. Hatta her gün yeni bir şey öğrenmeye de devam ediyorum.

Bu tamamen etrafımdaki ebeveynlere çocuklar hakkında kendimi sürekli bir şey anlatırken bulmamdan kaynaklanıyor. Sanırım tecrübelerim belirli bir doygunluğa gelmiş olacak ki artık etrafımda annelerin bile bazen bana danıştığı konular olmaya başladı. Bu noktada aslında benim bildiklerim merakımdan ve herkes gibi harika çocuklar yetiştirme isteğimden ileri geliyor. Çocuklarla ilgili konularda bazen eşimden daha meraklı ve araştırmacı olabiliyorum.

Bazı konularda önyargıları da kırmaya başlamak gerekiyor sanırım. Erkekler de en az kadınlar kadar çocuklarıyla ilgilenebilir! Ancak toplum çocuk bakımı konusunda o kadar çok anneye görev yüklemiş ki bir babanın en az anne kadar ilgili olabilmesini bünyeler kabul edemiyor sanırım.

Ebeveynler Arasında Dengeleme

Mükemmel hayatlar yok. Biz mükemmel değiliz ve kimse mükemmel değil.

SİZLERLE ÇOK GERÇEK BİR ŞEY PAYLAŞACAĞIM

Çocuklarımızın gelişim süreçlerinde anne baba olarak bazen bizlerin de çileden çıktığı ya da sinirlendiği zamanlar oluyor değil mi? (Ne olur oluyor deyin bir ben olmayayım ☹)

Böyle zamanları yönetebilmenin bir yolu olduğunu ya da çözebilmenin imkânı olduğunu söylesem? Hem de hiç zor değil. Sadece biraz empati ve fedakarlıkla konu çözülebiliyor.

Biz yetişkinlerin yaşadığı bu hayat içinde stres yaratan çok fazla konu var ve birçok olumsuz olay yaşıyoruz, bu durumlar da hayatımızı ciddi etkiliyor. Bunların yanında bir de bazen çocukların bitmeyen ağlamaları, bir konuda ısrarcı olmaları, sürekli mızızlanma gibi davranışları ile gerçekten sabrımızı çok zorlayabiliyorlar. Konunun uzmanlarına sorduğunuzda bu davranışların altında mutlaka bir sebep yatıyor ve bu sebebin ortadan kaldırılması gerekiyor ancak o sebebi bulmanın kendisi de bir süreç.

Dolayısıyla bu ve benzeri birçok konuda bazen tahammüllerimiz azalabiliyor.

Tamam yeterince açıklama yaptığımı düşünüyorum. ☹

İşte çileden çıktığınız anlarda uygulayacağınız bir yöntemle rahatlıkla çözüm sağlayabileceğinizi düşünüyorum.

Bu çözüme: “Birbirini regüle etmek” deniyor. Regüle etmek kelime anlamıyla düzenlemek anlamına gelse de esasen anne babanın birbirini dengelemesi olarak kullanmak daha doğru.

Peki nasıl regüle edilir? Neden edilir?

Eğer anne ya da babadan biri o gün çocuğa karşı daha az tahammül gösteriyorsa ebeveynlerden diğ erinin bu durumu dengelemesi gerekiyor. Örneğin; anne ile çocuk arasında bir inatlaş ma başladığı durumda baba hemen annenin sakinleşmesini söylemeli ve gerekiyorsa annenin bir süre ortamdan uzaklaşmasını isteyerek çocukla da kendisinin ilgileneceğini söylemelidir. Böylece ortam gerilmeden yapılan bu müdahalenin hem çok sağlıklı bir yöntem hem de uygulanabilir olduğunu düşünüyorum. Ayrıca bunu yaparken babanın ya da annenin son derece sakin ve telkin edici olması çok kritik. Aynı zamanda çocuğa da sanki anne baba arasında bir problem varmış gibi göstermemek gerekiyor. Çocuğun olduğu ortamda regüle etme gerekçesiyle başka bir gerginliğ e sebebiyet vermemek gerekiyor özetle □

Bu konuyu ben ilk defa bir seminerde öğrenmiş ve eşimle paylaştığımda uygulama kararı almıştık. Birebir kendi hayatımızda tecrübe ettiğimiz bir konu olduğu için rahatlıkla söyleyebilirim ki kesinlikle bu yöntem iş e yarıyor. Karşı tarafın sırf sizi regüle etmek için davrandığını bilerseniz bile iş e yarıyor.

Örnek vermem gerekirse; bu aralar kızımın nedense uyku düzeni bozuldu ve artık normal uyku saatinden daha geç uyumaya başladı. 1 gün, 2 gün, 3 gün derken yaklaşık 10 gündür uyku düzenindeki bozulmayı çözemedik. Zaman zaman bunlar da olabilir, sabırla süreci çözmeye çalışıyoruz ama iş te bir akşam benim devreler yandı. □

Artık karanlık bir odada geçirdiğim 2 saatin sonunda kızım uyumadığı için sinirlenip, söylenmeye başladım. Eşim de odada olduğu için yumuşak bir ses tonuyla sakin olmamı eğer uzatacaksam odadan çıkmamı istedi. Önce dinlemedim ve kızımın inatlaşmaya devam ettim.Eşim baktı ki olacak gibi değil kalktı yerinden yanıma gelip elimi tuttu ve “hadi canım sen içeriye git ben uyuturum” dedi.

O an eşim olay daha da büyümeden hem beni hem de kızımı sakinleştirmiş oldu. Peki ben ne hissettim? Önce bir rahatlama geldi, bir süre sonra ise pişmanlık ile karışık olarak kendime çok kızdım ve sabah olur olmaz gidip kızımın sarıldım beraber uyandık güne □

Rahatlama duygusunu yaşamamın sebebi sanki o an bir yükten kurtulduğumu hissetmem. Pişmanlığım ise kızımın inatlaşmaya başlamam. Kızgınlığım ise sakin kalmamın gerektiğini bildiğim halde duygularımın yenik düşmüş olmamdan kaynaklanıyordu.

Bu yöntem nasıl uygulanmaz ondan da bahsetmek isterim:

Örneğin anne bir sebepten çocuğa bağırma başlamışsa baba salonda oturduğu yerden “bağırma yahu çocuğaaaa” diye seslenmemelidir. Bu regüle etmek değildir. Veya baba ile çocuk inatlaşmaya başladığında annenin “hep böyle yapıyorsun ama” deyip çocuğun elinden tutarak başka odaya götürmesi de değildir. Regüle etmek o anda patlak veren olayın içinde olarak karşı tarafın sakinleşmesini ve olayın daha da büyümeden sağlıklı bir şekilde krizin aşılmasını sağlamaya çalışmaktır. Çocuk değil, yetişkin kontrol altına alınır.

Burada benim açıklama çabasına girdiğim şey öfke kontrolü değil. Eğer bir evde sürekli çocuğa bağırılıp, kızılıyorsa söylediğim yöntemin de konuyla hiçbir alakası yok. Böyle durumlarda sorunu ve çözümü başka yerde aramak gerekiyor. Hatta sorun çocukta değil ebeveynlerdedir diyebilirim.

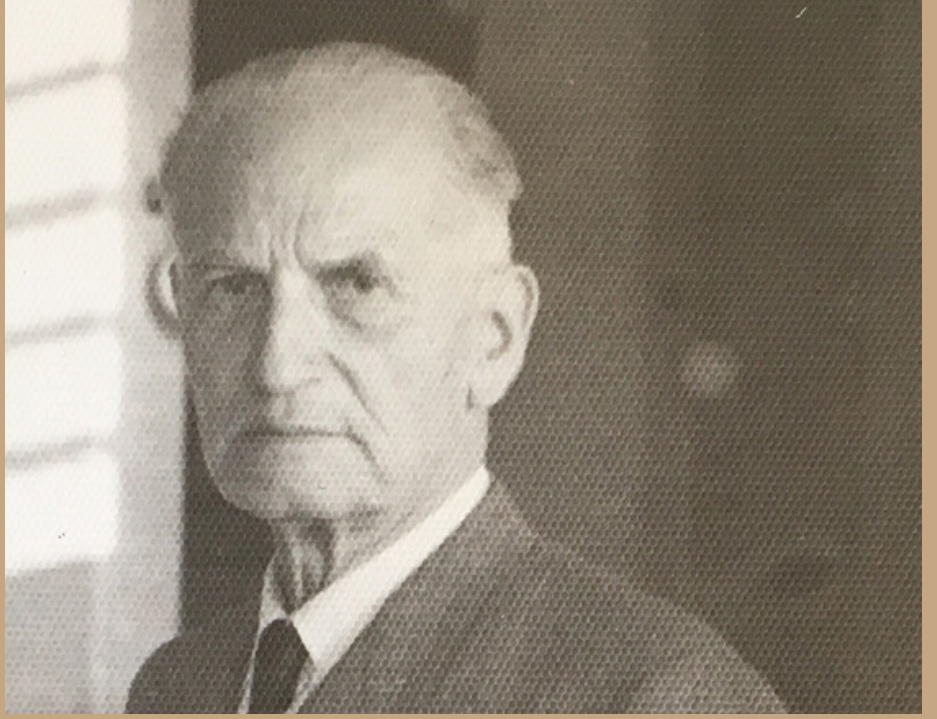
Sonuç olarak; bu yöntemi başarıyla uyguladığınızda çocuğunuzla olan iletişimi hem daha sağlıklı hale getirirken hem de anne baba olarak hayatınızda bir denge oluşturabilirsiniz diye düşünüyorum.

İsmail Hakkı Baltacıoğlu

İsmail Hakkı Baltacıoğlu, 28 Şubat 1886 tarihinde Osmanlı İmparatorluğu'nun başkenti İstanbul'da başlayan hayat serüveni 1 Nisan 1978 tarihinde Türkiye Cumhuriyeti'nin başkenti Ankara'da sona eren önemli bir Türk aydını, eğitimci, yazar, hattat ve siyasetçi.

1903 yılında Vefa Lisesi'nden mezun olurken lisede aldığı hat dersleri ve tiyatroların yaygınlaşması nedeniyle sanata olan ilgisi büyük ölçüde artmış olan İsmail Hakkı, mezun olduktan sonra İktidam Gazetesinde yayımlamaya başladığı yazılarla yazarlığa adım atmaya başladı. 1904'te Darülfünun (Günümüzde İstanbul Üniversitesi) Fen-Tıp bölümüne kaydoldu. Dört yıllık eğitimi süresince hat dersleri almayı sürdürürken aynı zamanda Divan-ı Hümayun Kâtipliğinde görev aldı. 1908 yılında mezun olduktan sonra Darümuallimin-i İbtidaiyye'de (İlköğretmen Okulu) öğretmenliğe başladı. 1910 yılında pedagoji ve el sanatları üzerine araştırma yapmak için gittiği Avrupa seyahatinden, teoriden çok uygulamaya ağırlık veren İngiliz eğitim sisteminden oldukça etkilenmiş bir şekilde 1911'de yurda döndü.

Eski görevine devam eden İsmail Hakkı Bey, okulu Avrupa'da gördüğü tarzda batılı sisteme göre yeniden düzenledi. Bu düzenlemeleri de yurt dışında konferanslar ve sergiler düzenleyerek tanıtmaya çalışıyordu. Bu dönemlerde kaleme aldığı "Talim ve Terbiyede İnkılap" (1912) eserinin devrimci görüşler içermesi yüzünden aldığı tepkiler üzerine, adı bakanlığın bastığı kitaplardan kaldırılmaya başlandı.



Balkan Savaşları patlak verdiğinde "Şems-ül Me-kâtip" isimli özel okulda geleneksel öğretim sistemine aykırı olarak karma eğitim, kır gezileri ve okul tiyatrosu gibi yenilikleri uygulamaya koydu. 1913 yılında Darülfünun'da kadın öğretmenler için vermeye başladığı pedagoji dersleriyle birlikte başladığı akademi kariyeri 1933 yılına kadar aralıksız şekilde devam etti. Bu dönemde kadınların da yükseköğrenim hakkına sahip olması gibi konularda çaba sarf etti.

Eş zamanlı olarak orta ve yükseköğretim müdürlükleri yaptı. Edebiyat Fakültesi dekanlığı ve Cumhuriyet'in ilanı sonrası Milli Eğitim Bakanlığı yönetim kurulunda görev yaparken üniversitede güzel sanatlar, teoloji, edebiyat, sosyoloji ve psikoloji gibi farklı bölümlerde dersler veriyordu. 1920-23 yıllarında Eğitim Fakültesi dekanı, 1923-25 yılları arasında da Darülfünun Emni (Üniversite Rektörü) olarak seçilmiştir. 1933 yılında üniversite reformu sonrası bu görevden ayrılan Baltacıoğlu, 1934 yılında Yeni Adam dergisini yayımlamaya başladı.

46 yıl gibi uzunca bir süre devam eden dergiyle birlikte "Cumhuriyetçi Muhafazakârlar" olarak adlandırılan grubun derginin etrafında bir araya gelmesini sağlamıştır. İsmet İnönü'nün talebiyle Ankara Üniversitesi Dil ve Tarih-Coğrafya Fakültesi'nin kurulmasına önyak olmuş ve 1942-1950 arasında CHP'de milletvekilliği yapmıştır.

1950 yılında emekli olduktan sonra Yeni Adam Dergisi'ni yayımlamaya ve konferanslar verip, kitaplar yayınlamaya devam etti. 1942 Yılında üstlendiği Türk Dil Kurumu Terim Kolu Başkanlığı görevini 1957'ye kadar devam ettirdi. Esasında doktor olmasına karşın Cumhuriyet'in ilk aydınlarından birisi olan ve edebiyat, siyaset bilimi ve tiyatro alanlarında çalışmaları da olan İsmail Hakkı Baltacıoğlu'nun bir başkentte başlayan hayatı yine bir başkentte 1 Nisan 1978'de sona erdi.



Bize kısaca kendinizden bahsedermisiniz?

Merhabalar, ben Erman Çağlar, 1984 İstanbul doğumluyum, 2006 senesinde Uludağ Üniversitesi Psikoloji Bölümü'nden mezun oldum. Yaklaşık on beş senedir çeşitli mizah dergilerinde yazarlık ve reklam ajanslarında metin yazarlığı yapıyorum. Son üç yıldır da kendi kurduğumuz KALT isimli oluşumla videolar, podcastler ve dijital yayınlar üretiyorum.

Baba olacağınızı öğrendiğiniz zaman hissettiğiniz duyguları bizimle paylaşır mısınız?

Filmlerdeki gibi sokağa çıkıp “baba oluyorum” diye bağırma gibi bir durum olmadı. Az çok bekliyor ve ümit ediyorduk ama öğrendiğiniz an için gerçeğiyle yüzleştirdiğiniz an oluyor. Sevinçle birlikte aynı ölçüde kaygı da vardı, “şimdi ne nasıl olacak, neyi nasıl yapacağız” endişesi o anda başladı.

Baba olmak size ne gibi sorumluluklar yükledi?

Yaşam tarzımı ve çalışma şeklimi yeniden tanımlamam gerekti. Eskiden bir yazı başında sabaha kadar oturabiliyor, iş bitmeden masanın başından kalkmamaya cesaret edebiliyordum. Baba olduktan sonra bütün işlerimi Ferhan'ın uyku - yemek - oyun saatlerine göre düzenlemem gerektiğini fark ettim.

“İyi baba” tanımınız var mı?

Tanımım yok ama yapmaya uğraştığım şeyler var. Sabırlı ve anlayışlı olmaya çalışıyorum. Ferhan’ın içinde olduğu yaş aralığında ne gibi aşamalardan geçtiğini, nelere ihtiyacı olduğunu araştırıyorum, okuyorum. En çok da birlikte geçirdiğimiz zamanın kıymetini bilmeye, birlikte eğlenmeye odaklanıyorum.

Çocuğunuzla nasıl vakit geçiriyorsunuz?

Birlikte iyi, kötü ve çirkin vakit geçiriyoruz. Evden çalıştığım için çoğunlukla birlikteyiz. Oyun vaktimiz, boğuşma vaktimiz, müzik dinleyip dans etme vaktimiz, dışarıyı izleme vaktimiz, alt değiştirme vaktimiz, yemek vaktimiz, ağlama vaktimiz, uyku vaktimiz, uykuya dalamayıp evin içinde gezinme vaktimiz bunların dışında her gün yenisi eklenen vakitlerimiz var. Hepsi güzel ve kolay değil ama bu kadar yanında olabildiğim ve büyümesine tanıklık edebildiğim için mutluyum.

Ekleme istediğiniz bir şey var mı?

Bebeklerini severken bir yandan kaka var mı diye popo koklayan babalara selam olsun.

Ev içinde, baba olmak dışında ne gibi sorumluluklar üstleniyorsunuz?

Yemek ve alışveriş gibi işleri üstleniyorum ama asıl sorumluluğum eşim Ebru’ya alan ve zaman sağlamak. Elimizden geldiğince Ferhan’ın sorumluluklarını paylaşmaya çalışıyoruz.

Toplumda yaygın kanı olan “çocuk bakımı kadın işidir” düşüncesi hakkında ne düşünüyorsunuz? Bu şekilde düşünen babalara bir şey söylemek ister misiniz?

Çocuk bakımı gerçekten tek bir kişinin üstüne yıkılmayacak kadar büyük bir mesai. İşin içine girince fark ediyorsunuz. Hele ki şehirde, geleneksel geniş ailenin desteğinden uzaktaysanız kesinlikle dengeli bir iş bölümü yapmak zorundasınız. Anne mutlu olduğunda bebek de mutlu oluyor, evdeki herkes mutlu olursa siz de mutlu oluyorsunuz.

Babalar çocuk bakımına- eğitime ne şekilde katkı sağlayabilir/sağlamalı?

Anne baba olarak çok ayrımı yok sanırım. İşin en korkutucu ve yorucu tarafı bebeğin gelişimiyle ilgili safhaları bilmemek. Ağlamasından korkuyorsunuz, yememesinden korkuyorsunuz, birçok şey endişe sebebi oluyor. Vakit yaratıp okuyup araştırmak, çoğu şeyin normal ve yolunda olduğunu bilmek insanı çok rahatlatıyor. Bir de yaşayarak öğrendiğimiz şey oyunun çok önemli olduğu. Oyun oynadıkça bebeğimizi tanıyıp öğreniyorsunuz.

Baba olmak isteyip çekinen erkeklere ne demek istersiniz?

Çekinceler, kaygılar hep olacaktır. Karar verirken de oluyor, büyütürken de. İnsanın bütün hayatını değiştiren bir karar olduğu için “düşünmeyin, yapın gitsin” denilecek bir şey de değil. Acele etmesinler ve çocuk sahibi insanlarla iletişim içinde olsunlar, insan yeni bebek sahibi insanları gözleyerek çok fazla şey öğrenebiliyor.

İlgisi ve bize vakit ayırıp sorularımızı içtenlikle cevapladığı için Erman Çağlar'a teşekkür ederiz.



SEMPATİK GEBELİK SENDROMU

Çocuk sahibi olmak anne ve baba adaylarını gebelik sürecinden itibaren etkileyen ve birçok psikolojik ve fiziksel sonuçlar doğuran uzun bir süreçtir. Kadınlar gebelikte ve doğum sonrasında çeşitli semptomlar gösterirler. Yalnızca kadınlarda olduğunu düşündüğümüz semptomlar erkeklerde de eşi gebe olduktan sonra baş gösterebilir. Bazı baba adayları anne adayının gebelik sürecinde yaşadığı kaygı ve endişeyi deneyimleyip içselleştirebilir ve ilk olarak ruhsal, sonrasında da bedensel bazı semptomlar gösterebilir. Bu semptomların birleşmesiyle meydana gelen ve az anlaşılabilen bu sendroma "Sempatik Gebelik Sendromu" ya da tıbbi adıyla "Kuvad Sendromu" denilmektedir.

Fransız Bask dilinde 'kuluçkaya yatmak, yumurtadan çıkmak' anlamına gelen "Couver" kelimesinden türetilen Kuvad (Couvade) sendromu en hafif şekliyle erkeğin eşiyile birlikte gebelik belirtilerini yaşamasıdır. Eşinin yaşadığı hislerin bir dışavurumu olarak görülen bu sendromun gösterdiği semptomlar:

- GIS (gastro intestinal/mide, bağırsak sistemi) hastalıkları,
- karın büyümesi,
- iştahta değişme,
- kokuya duyarlılık,
- sırt ağrıları,
- bacak krampları,
- halsizlik,
- uyku yakınmaları,
- dış ağrısı,
- deride isilik,
- bayılma ve kilo almadır.

Kuvad sendromunun psikolojik semptomları; anksiyete, depresyon, stres, sinirlilik, ruhsal çalkalanma, vücut bütünlüğü ile ilgili kaygı ve vücudun algılanmasında değişikliklerdir. Genellikle son 3 ayda beliren semptomlar başlangıçtan itibaren giderek azalır ancak doğumdan hemen önce veya doğum sırasında ikinci bir yükselişe uğrayabilir. 1982'de 267 çift üzerinde yapılan bir çalışmada erkeklerin%22,5'inin bu sendromu deneyimledikleri bulunmuştur.

Kuvad sendromunun sebepleri, hem psikodinamik hem de biyolojik zeminde araştırılrsa da nedeni ve kökeni tam olarak belirlenememiştir. Bununla beraber günümüzdeki bilgiler ışığında olası birçok sebebi de bulunmaktadır. Psikonodinamik bağlamda bakıldığında baba adayının bilinç dışı doğuma imrenmesi, anne adayıyla özdeşim, babalığa ilişkin karışık duygular yaşama gibi bazı unsurların etkilediği düşünülmektedir.

Bunlara ek olarak erkeğin baba olmanın getirdiği sorumluluk düzeyinin artışından kaynaklı kaygıların, baba kimliğiyle ilgili endişelerin, kendi babasıyla özdeşleşmesinin, bebeği isteyip istememe konusunda yaşadığı iç çatışmaların Kuvad sendromuna neden olabileceğine dikkat çekilmiştir.

Anne ve baba adaylarının yaşadıkları semptomları rapor ettiklerinde kadınların gebelik sürecindeki semptomları erkeklere kıyasla çok daha fazla gösterdiği belirlenmiştir. Bunun sebebinin anne ve baba adaylarının doğumdan sonraki süreçteki rollerindeki beklentilerin farklılık göstermesi olmuştur. Erkeklerin bu semptomları yaşaması da toplum tarafından hoş karşılanmamaktadır. Ayrıca erkeklerin bu semptomları deneyimleme yatkınlığı ve şiddeti de değişiklik göstermektedir. Kadın ya da erkeğin kısırlık tecrübesi varsa veya evlat edindikleri bir çocukları varsa erkeğin Kuvad sendromuna yakalanma ihtimali artmaktadır. Ayrıca Kuvad sendromuna yakalanmış erkeklerin daha yaşlı ve annelerine daha bağlı oldukları tanımlanmıştır. Çiftin çocuk sayısı, gelir durumu, içinde bulunduğu etnik ve kültürel yapı, stres düzeyi ve son sağlık durumunun da sendromun oluşmasında ve şiddetinde önemli bir etkisi olduğu da saptanmıştır.

Gebelik sürecinin sadece anneyi değil babayı da etkilediği göz önünde bulundurulmalıdır. Çocuk sahibi olmanın getirdiği sorumluluğun artışı her iki kişi için de geçerlidir. Annenin gebelik sürecindeki semptomlarının yanı sıra babanın yaşayabileceği bu semptomlar da dikkate alınmalı, süreç bütüncül ve kapsayıcı bir şekilde ele alınmalıdır.

Aile sağlığını etkileyen bu konu psikososyal açıdan ebeveynlerin yeni deneyimlerine uyum sağlayabilmesi için oldukça önemlidir. Bu sendroma yakalanan baba adaylarının çoğu için tedavi gerekmez, çünkü rahatsızlıklarını şiddetli şekilde yaşamazlar hatta bu süreç bazen fark edilemeyecek kadar hafif geçmektedir. Kuvad sendromunu şiddetli bir şekilde yaşayan erkekler ise psikoterapi tedavisi alabilirler. Kaygı ve endişeyi azaltmaya yönelik rahatlama ve destekleyici seanslar sendromun etkilerini hafifletebilir. Seyri genel olarak iyi ve hafif olan bu sendromun gelecek gebelik durumlarında da tekrarlanmasına kesin gözüyle bakılmaz. Ancak baba adayının eşinin bir sonraki gebeliğinde de bu durum tekrarlanıyorsa ve zarar verici etkileri gözlemleniyorsa vakit kaybedilmeden bir uzmana danışılmalıdır.

İsim-Şehir

Günümüzde bilinen pek çok sanatçının aksine uzun süre kıymeti ve hatta varlığı dahi önemli bir iz bırakamamış bir kompozitör ve müzisyendi **Antonio Vivaldi**. 3. Sayımızda Floransa'yı anlatırken Venedik'le birlikte Rönesans'ın başladığı iki şehirden birisi olduğunu yazmıştık. İşte Floransa'da Da Vinci, Dante ve Michelangelo gibi siyaset, mühendislik, resim ve heykeltcilik alanlarında ilerlemenin önünü açan sanatçılar varken Venedik ise mimari alandaki yeniliklerle öne çıkmıştır. Bu dönemde sivriyen bir sanatçısı olmayan şehirde Vivaldi, 1678 yılının 4 Mart'ında büyük bir depremin yaşandığı bir günde dünyaya geldi. Ailesinin depremin verdiği şok nedeniyle kendilerini ruhbanlığa adanması kendisinin de büyüyünce Roman Katolik Rahibi olmasının ana sebebi olduğu düşünülür. Kendisinin "Kızıl Rahip" lakabı kızıl saçlı ve rahip olmasından kaynaklanmaktadır. 1703 yılında başlayıp 1,5 yıl sonra bıraktığı rahiplik döneminin ardından kızlar yetimhanesi – müzik okuluna "Maestro Di Violino" yani keman ustası olarak atandı. Bu dönemde çocuklara konçerto yazmakla görevli olan ve her ay iki konçerto yazan Vivaldi bir besteci olarak tanınmaya başladı.

1905 yılında Op. 1 Sonat'ını yayınlayan ve 1709 yılında görevinden ayrılan Vivaldi aynı yıl Danimarka Kralına hediye ettiği Op. 2 Sonat'ını yazmıştır. Bu noktadan sonra kişisel konçertolarını yazmaya başlayan Vivaldi yine de 1737 yılına kadar aralıklarla kilise adına çalışmaya devam etmiştir. 1728 yılında Kutsal Roma-Cermen İmparatoru 6. Charles'la tanışmış ve onun destekleriyle eserlerini üretmeye devam etmiştir. Bilinen 230 konçertosunun en ünlüsü olan Dört Mevsim (İt. **Le quattro stagioni**, İn. **The Four Seasons**) konçertosunu 1716-17 yılları arasında yazmış ve 1725 yılında Amsterdam'da yayınlamıştır. Kendi ifadesine göre 94 opera ve 500 kadar konçerto bestelediği söylenen ancak günümüze yazdığı sadece 50 opera, 100 konçerto ve 40 sonat ulaşabilen Vivaldi, İmparatorun ölümü sonrası maddi desteklerini yitirmiş ve sağlık durumu kötüleşmeye başlamıştır. 1741 yılında ilişkisi olduğu opera sanatçısı Anna Giraud'u izlemek için gittiği Viyana'da vefat edip kimsesizler mezarlığına gömülmüştür.



Vivaldi Venedik'in, Venedik ise İtalya'nın müzikal karakterini oluşturan ana etmenlerdir. Kanallar Şehri veya "La Serenissima" 1100 yıl gibi uzunca bir süre adından da anlaşılacağı üzere Venedik Cumhuriyeti'nin başkentiydi. Osmanlılar yükselene kadar Akdeniz ticaretinin Cenovalılar ile birlikte tartışmasız lideri olan ülkenin başkenti de doğal olarak bir ticaret ve refah kentiydi. Ancak bir ticaret ve deniz ülkesi olmanın dezavantajı olarak görece zayıf ordusu olan ve İtalya Yarımadası'nın girişinde bir ova üzerinde kurulan bu ülkenin başkenti güçlü ordular karşısında savunmasızdı. Bu sebeple şehrin önemli yapılarını Lagün (Denizkulağı) ile dalgalardan korunan bir adaya taşıyarak bu tehditleri bertaraf ettiler. Günümüzde kanallarıyla tanınan tarihî ve yüzen Venedik işte bu Venedik'tir. Kendine ait bir devleti, bir dili ve kültürü olan bu kent 1866 yılında İtalya'ya katılarak devletini kaybetmiş olsa da kültürü, dili ve tarihi korunagelmıştır. "Canal Grande" üzerinde Türk ve Alman hanları, Düka ve Dandolo Sarayları'nın olduğu 4 kilometrelik ana kanaldır. 150 kanal ve 118 adadan oluşan ve uzunca süre İstanbul'un Akdeniz'deki tek rakibi (İstanbul için söylenen Dersaadet ile Venedik için söylenen La Serenissima refah, esenlik ve sükûnet gibi ortak manalara çıkabilmektedir) olan bu kent Vivaldi, Marco Polo, kanallar, köprüler, meydanlar ve tarihiyle İtalya'nın kendisinden de eski bir başkent olarak milyonlarca turisti ağırlamaya ve suya batmaya devam etmektedir.



KRAMER VS KRAMER

Yazan ve Yöneten: Robert Benton

Ülke: ABD

Tür: Dram

Yapım Yılı: 1979

Süre: 1 saat 45 dakika

Oyuncular: Dustin Hoffman, Meryl Streep, Justin Henry



Aile kavramının bileşenlerinin işlendiği bol Oscar ödüllü bu filmde bir boşanma ve velayet sürecine ve bu süreçte birçok konunun titizlikle işlendiği, izlerken düşündürten dramatik sahnelere tanık oluyoruz. Film boyunca bu zorlu sürece nelerin sebep olduğuna hem annenin hem babanın gözünden bakabileceğimiz anlar da epey bol.

Ted Kramer işini ön planda tutan, kariyerinde yükselbilmek için ailesini ihmal eden bir babadır. Joanna Kramer ise evliliğinde kocası ile duygusal bağı kopmuş, kendine olan saygısını ve benliğini kaybetme aşamasına gelmiş bir annedir. Joanna evlendikten sonra da çalışmak isteyen fakat ne zaman kocası ile konuşmak istese her defasında geçiştirilmiş ve fark edilmemiştir. Joanna kendisini öylesine kaybetmiştir ki oğlu için iyi bir anne olmadığını düşünme aşamasına gelmiştir. Henüz kendisini keşfetmemiş olan Joanna kendini bulmak için evden uzaklaşmak ister ve evi terk eder fakat aslında bunu oğlu için yapmıştır. Bu bağlamda aile içindeki rollerin nasıl paylaşıldığı da film içinde işlenen bir konu haline geliyor.

Baba para kazanmaktan yükümlü, eve geldiği zaman huzur isteyen, kararlar alan ve baskın bir karakterdir. Anne ise evi geçindiren, çocuğuna bakan, kocasına ilgi ve sevgi göstermekle sorumlu bir role sahip. Bu roller filmdeki karakterlerde öylesine keskin işleniyor ki iki eş arasındaki duygusal bağ ve iş birliği kopma aşamasına geliyor. Birbirleriyle vakit geçiremeyen, hissettiklerini paylaşmayı başaramayan ve birbirlerini anlamlandıramayan bir çift ortaya çıkıyor.



Joanna'nın evi terk edişinin ardından Ted afallamış ve aslında oğlu Billy'yi çok da tanımadığını fark etmiştir. Oğlunun kaçınıcı sınıfa gittiğini dahi bilmeyen Ted, ilk zamanlarda oğluyula çok sevdiği işi arasında bir denge oluşturmaya çalışırken çok bocalıyor. Billy ilk zamanlarda annesinin özlemiyle başa çıkamadığından Ted ile aralarındaki iletişim biraz daha zorlaşıyor. Ted ise bu süreçte yaşanan tüm olayları gerçekçi ve mantıklı bir şekilde oğluna anlatıyor. Belki de baba ile oğlun aralarındaki bağ burada kuvvetleniyor ve birbirlerini anlamaya başlıyorlar, ilerleyen zamanlarda aralarındaki bağ gittikçe daha kuvvetli ve sevgi dolu hale geliyor. Hatta Ted oğluna öylesine değer vermeye başlıyor ki hayatında hep birinci planda tuttuğu işini dahi aksatıp kaybediyor.

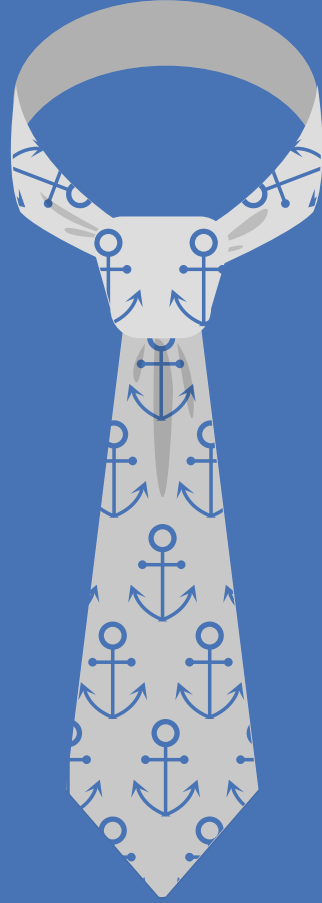
Filmin en can alıcı sahnesi olan mahkeme duruşmasının işlendiği kısımda, kadın ve erkek rollerinin de yer yer işlendiğini ve bazı basmakalıp düşüncelerin yerildiğini de görüyoruz.

Ted alkolik olmadığı, eşini aldatmadığı ve evin maddi ihtiyaçlarını giderdiği için Joanna'nın Ted'den ayrılmak istemesi gereksiz görülüyor. Aslında evliliği bu kadar maddeselleştirmenin bu ayrılığa ve bireylerin tükenmesine sebep olması ise ironik. Mahkemede velayetin anneye verilme ihtimalinin yüksek olmasını sağlayan en büyük etmenin de çocuğun anne sevgisine ve bakımına hemen her koşulda daha fazla ihtiyaç duyması olarak gösteriliyor. Baba Ted ise bu fikri kabul etmeyip neden bir kanunun kadını cinsiyeti nedeniyle daha iyi bir ebeveyn yaptığını sorarak bize bu düşüncelyi de sorguluyor.

Film, bir insanın ebeveyn olmaktan önce bir birey olarak var olmasının önemli olduğunu vurguluyor. Ted ve Joanna'nın evlilikleri boyunca büyümeye çalışan ve kendilerini tam olarak anlamlandıramamış bireyler olmasından kaynaklanan tüm bu sorunlar bizlere iki ebeveynin kendilerini keşfinin bir aileyi ve çocuğu kurtarışının özü olduğunu anlatıyor.







Babalar Gününüz kutlu olsun.