

Direnen anne ve öfke nöbetleri



Geçen haftaki yazımdan sonra, köşeye niçin “Diren Anne” adını verdiğimi soranlar oldu. Direnmenin olumsuz çağrışımlarıyla anneliği bağdaştırmakta güçlük çekmişler haklı olarak. Köşemin adı “Diren Anne”, çünkü annelerin direnmesini gerektiren çok şey olduğunu düşünüyorum. Suçluluk duygularının ve vicdan azabının bizi ezmesine direnmeliyiz diyorum. Çocuklarımızı kendi değerlerimizle yetiştirebilmek için, çevrenin normlarına ve çocuklarımızın bu normlardan kaynaklanan taleplerine direnmeliyiz diyorum. Toplumsal kimlik olarak anneliğe direnmeliyiz diyorum. Çocukların sağlıklarının, fiziksel, duygusal ve zihinsel gelişimlerinin tek sorumlusunun anneler olmadığını, olmaması gerektiğini söylüyorum. Annelerin çocukları için saçlarını süpürge etmemeleri gerektiğini, hiç bir çocuğun süpürge saçlı bir anneyle mutlu olamayacağını söylüyorum.

Gözümün önüne annelere doğru sallanan parmaklar geliyor. Ortada bir çocuk olduğunda tanıdık tanımadık, konu komşu, vali, bakan, başbakan herkes bize öğreteceği şeyler olduğunu düşünüyor. Kimi zaman suçlamalar inanılmaz boyutlara varabiliyor. Yakın zamanlara kadar, otizmin* annelerin duygusal olarak mesafeli tutumlarından kaynaklandığı düşünülüyordu. Bu gelişimsel bozukluğun nedeni hâlâ tam olarak bilinmiyor, ama artık ortaya çıkış nedenlerinin nörobiyolojik ve kalıtsal olduğu düşünülüyor. Anneler bir konuda beraat etti yani.

Geçen yazımda söz ettiğim vicdan azabı ve suçluluk duyguları, biraz da bu sallanan parmaklardan kaynaklanıyor sanki. Küçük çocuğunun alış veriş sırasında öfke nöbeti geçirmesi düşüncesi bile bir çok anneyi dehşete düşürür. Çevredekilerin sanki hayatlarında ilk kez öfke nöbeti geçiren bir çocuk görmüşçesine şaşkın, yargılayıcı bakışları ve cık cıkları arasındaki zavallı anne, “yer yarılrsa da içine girsem, yok olsam, görünmez olsam” derken çocuğunu yatıştırma becerisini tamamen kaybeder ve çocuğu susturmak amacıyla muhtemelen ileride bu davranışı tekrarlamasına katkıda bulunacak bir şeyler yapar. Örneğin istediği oyuncak alınmadığı için kendisini





yerden yere atan çocuğunu susturmak ve olay yerinden kaşmak amacıyla o oyuncağı alır. Kriz atlatılmıştır, peki bu ikilinin bir sonraki alışverişleri sırasında neler yaşanacağını tahmin etmek için kâhin olmaya gerek var mı? Öfke nöbeti sonucunda istediğini elde etmiş yani ödüllendirilmiş çocuk, artık istediğini elde etmek için ne yapması gerektiğini öğrenmiştir. Üstelik anne bunalmış, sıkılmış ve bütün bunları yaşattığı için çocuğuna öfkelenmiştir. Eh, öfke dediğiniz şey de kendiliğinden buharlaşıp uçmaz. Bastırdıkça hem anneyi hem ilişkiyi zehirler.

Peki direnen anne bu durumda ne yapar? Her şeyden önce daha soğukkanlı ve sağduyulu davranabilir, çünkü öncelikli amacı krizi çözmek değildir, çünkü cık cıklar ve bakışlar umurunda değildir. Daha uzun vadeli ve kalıcı çözümler peşindedir. Bir de o yaş çocuklarının gelişimsel özelliklerini biraz olsun biliyorsa, çocuğun yaşı gereği tepkilerini kontrol etmekte güçlük çektiğini ve dürtüsel olduğunu, bu dönemde ebeveynlerinden doğru mesajları alan çocukların beyinlerindeki ilgili bölümler geliştikçe aşırı tepkilerini kontrol etmeyi öğreneceklerini farkındadır. Çocuğunun öfkesine anlayış gösterir, ama taviz vermez. Böylelikle bir yandan istediğini elde etmek için bu tür olumsuz davranışlara yönelmesinin bir işe yaramadığını gösterirken bir yandan da çocuğunun olumsuz duygularını kabul ettiği ve onu her koşulda sevdiği mesajını vermiş olur. Bundan sonraki alışverişleri çocuğun yorgun, aç, huzursuz olduğu zamanlara denk getirmemeye özen göstererek kontrolsüz davranışı besleyici faktörleri de yok ederse, benzeri sahnelerin tekrarlanması olasılığı iyice düşer.

Sen en iyisi diren anne!

* Son yıllarda “otizm yelpaze bozukluğu” olarak adlandırılıyor.

