



GENÇLİK, GELİŞİM ve DEĞERLER



SUNUŞ

Çok değerli okurlarımız,

KASAD-D Bahar Sempozyumlarının beşincisi olarak düzenlenen Gençlik, Gelişim ve Değerler Sempozyumunun konuşmalarından derlenen bu kitabın öncelikle faydalı olmasını temenni ediyor, emeği geçen tüm arkadaşlarıma teşekkürü bir borç biliyorum.

Ailenin toplum için ne kadar önemli olduğu bilincinden hareketle tüm aile bireyleri ile her bir sempozyumda sevgiyle tek tek kucaklaştık, onlar için daha iyiyi daha güzeli nasıl başarabiliriz konuştuk. Bu kitaba konu olan sempozyumda, çok deneyimli konuşmacılarımız gençlerimiz hakkında çok değerli bilgiler aktardılar, KASAD-D ailesinden çok değerli arkadaşlarımız sizler için titiz bir çalışma ile bu bilgileri bir araya getirdirdiler. Bu konuda başta konuşmacılarımız, sempozyum düzenleme kurulumuz olmak üzere emek veren tüm arkadaşlarımızı gönülden tebrik ve teşekkür ediyorum. Bu bilgilerin asıl biz büyükler için baş ucu kitabı niteliği taşıyacağına inanıyorum. Gençlerimizi ne kadar mükemmel yetiştirirsek, yarınlarımızı da o oranda güzel inşa edebiliriz.

KASAD-D ailesinin böyle nice güzel çalışmalara imza atmasını ve gençlerimizin gül yüzlerinden gülcüklerin eksik olmamasını tüm samimiyetimle diliyorum.

Editör:

Ecz. Ayşen Calayır
Uzm. Dr. Şemsi Nur Karabela

Tasarım & Baskı:

İkramat Ofset

Bu kitap 29 Mart 2015 tarihinde KASAD-D tarafından düzenlenen "Gençlik Gelişim ve Değerler" sempozyumunun konuşma metinlerinden oluşturulmuştur.

Prof. Dr. Ayşe Karan

KASAD-D
Gençlik, Gelişim ve Değerler
Sempozyum Başkanı

İÇİNDEKİLER

AÇILIŞ KONUŞMALARI

Dt. Gülnur ALPKAN	5 - 8
Prof. Dr. Ayşe KARAN	9 - 10

PANEL- 1:

GENÇLİKTE BİYOPSİKOSOSYAL GELİŞİM

Ergenlikte Psikososyal Değişim ve Gelişim

Ayşe Beyza BIÇAKCI	11 - 21
--------------------------	---------

Nesiller Arası Değişim, X-Y-Z Kuşağı

Uzm. Dr. Sema AKGÜN	22 - 25
---------------------------	---------

Sağlıklı Ailenin Temelleri ve Gençliğe Yaklaşım

Yrd. Doç. Dr. Şule SELMAN	26 - 45
---------------------------------	---------

PANEL- 2:

EFENDİMİZ (SAV) İN GENÇLERE YAKLAŞIMI

Peygamberimizin Gözünde Gençler, Gençlerin Gözünde Peygamberimiz

Yrd. Doç. Dr. Sevede DÜZGÜNER	48 - 58
-------------------------------------	---------

PANEL- 3:

GENÇLİK VE ÇOK YÖNLÜ EĞİTİMİ

Geçmişten Geleceğe Ergenlik ve Değerler Eğitimi

Prof. Dr. Kemal SAYAR	60 - 65
-----------------------------	---------

Gençlik ve Spor

Burcu ÇETİNKAYA	66 - 72
-----------------------	---------

PANEL- 4:

GENÇLER VE ÇEŞİTLİ ENGELLER

İltica ve Gençlik

Arş. Gör. Güler GÜNEŞ	74 - 85
-----------------------------	---------

Engelli Gençlik

Esin TÜCCAR	86 - 91
-------------------	---------

Şiddet, İstismar ve Gençlik

Deniz Işiker BEDİR	92 - 100
--------------------------	----------

PANEL- 5:

GENÇLİK - HAYAT - GELECEK

Tekno - Gençlik

Mehmet DİNÇ	102 - 107
-------------------	-----------

Çalışan Gençler İş Hayatı ve Sosyal Güvenlik

Prof. Dr. Ömer EKMEKÇİ	108 - 113
------------------------------	-----------

Bir Hazine Olarak Gençlik,

Ülkemizin Genç Nüfus Potansiyeli ve Gelecek Vizyonu

Serkan GÜR	114 - 117
------------------	-----------

SEMPOZYUMDAN BAZI ÖNEMLİ MESAJLAR	117 - 120
---	-----------

GENÇLİK, GELİŞİM VE DEĞERLER SEMPOZYUMU AÇILIŞ KONUŞMASI -1-

Dt. Gülnur ALPKAN

KASAD-D Yönetim Kurulu Başkanı

Değerli hocalarım, kıymetli misafirler, hanımefendiler, beyefendiler, “Gençlik, Gelişim ve Değerler” konulu KASAD-D 5. Bahar Sempozyumuna hoş geldiniz diyor saygıyla selamlıyorum.

Geçmiş 1986 yılına kadar dayanan Kadın Sağlıkçılar Dayanışma Derneği 2005 yılında sağlıkçılar arasında yardımlaşma ve dayanışmayı sağlamak, ülke çapında sağlıklı yaşama konusunda toplumsal bilinci geliştirmek ve bu doğrultuda çalışmalar yapmak, üyelerin mesleki bilgi ve tecrübelerini arttırmak ve mesleki sorunların çözümü için çalışmalar yapmak amacıyla kurulmuştur. Kurumumuz 2013 yılında kurumsal yapısını daha da güçlendirerek Kadın Sağlıkçılar Eğitim ve Dayanışma Vakfı'nı kurarak, aynı platformda ikinci bir sivil toplum kuruluşunu ülkemize kazandırmıştır.

Bildiğiniz gibi faaliyetlerimiz arasında sağlık çalışanlarına yönelik mesleki eğitim seminerlerinin yanı sıra halka yönelik ve öğrencilere yönelik sağlık konularında eğitim seminerleri bulunmaktadır. Bakanlıklar, yerel yönetimler, kurum ve kuruluşlarla çeşitli konularda işbirliği yaparak, projeler hazırlamak ve uygulamak, aile, çevre ve toplum odaklı her türlü bilimsel ve sosyal çalışmalar yaparak çalıştaylar ve Sempozyumlar düzenlemek diğer faaliyetlerimizdendir. 2010 yılında gerçekleştirdiğimiz “Yardımla Üreme Teknikleri Sempozyumu” her yıl gelenekselleşerek devam eden Bahar Sempozyumlarımızın ilkidir. Takip eden senelerde düzenlediğimiz değişen ve gelişen dünyamızda kadın, erkek ve çocuk kimliklerinin ve sorunlarının irdelendiği sempozyum üçlemeleri, aile birliğinin ve sürekliliğinin önemini göz önüne çıkaran önemli çalışmalarımızdandır. Bugün ise “Gençlik, Gelişim ve Değerler” konulu sempozyumumuzda gençliğin biyo-psikososyal gelişimi, değişimi, gençlere çok yönlü eğitimin getirdiği değerler, gençlerin karşılaştığı içsel ve dışsal problemler, tehditler, teknolojinin getirdikleri ve Peygamber Efendimizin örnek gençliği ve gençlere yaklaşımı konularını değerli konuşmacılarımız tarafından işleyeceğiz.

KASAD D olarak gençlerin olumlu gelişmelerine katkıda bulunmak amacıyla hazırlayıp yürüttüğümüz projelerimize kısaca değinmek istiyorum:

2014 yılında hayata geçirdiğimiz “YÜZ YÜZE” Orta Öğretimde İnternet Bağımlılığı Önleme

Projesi. Geleceğin teminatı olan gençlerimizin ruh ve beden sağlığının korunması için, sosyal uyumlarının güçlendirilmesi ve geliştirilmesi, sağlıklı, mutlu, çalışkan, üretken, kendine ve ülkesine güvenen bireyler olarak, toplumsal yaşama etkin katılımlarını teşvik hedeflenmiştir. Bu doğrultuda gençlerin internet ve sosyal ağlar konusunda bilgilendirilmesi ile bu kaynakların güvenli ve verimli bir şekilde kullanımının sağlanması amacıyla Proje Gençlik ve Spor Bakanlığının desteği ile Fatih ilçesinde liselerde uygulanmış ve dört bin öğrenciye ulaşılmıştır. Bugün burada **“YÜZ YÜZE”** Projesinin detaylarını paylaşmak istiyorum. Proje kapsamında hedef kitemizi 15-18 yaş gençler olarak belirledik ve Fatih bölgesinde 4 liseyi seçtik. Alanda çalışacak 40 psikoloğa “İnternet Bağımlılığını Önleme Ve Tedavisi” eğitimi verdik. İnternet Bağımlılığı temalı 3 kısa film çektik. Hedef okullarda idareci ve öğretmenlere İnternet Bağımlılığı seminerleri verdik. Rehber öğretmenlere, bilgisayar ve internet kullanmada riskli davranışları fark etme ve değerlendirme kapasitelerini artırma seminerleri verdik. Velilere internet, teknolojik yenilikler, internet bağımlılığı seminerleri, ayrıca olumlu ebeveynlik grup çalışmaları” yaptık. Tüm öğrenciler için; internet ve oyun kullanım düzeyi ölçme ve tarama testi yaptık. İnternet Bağımlılığı konulu kısa filmler eşliğinde farkındalık eğitimleri verdik. Sosyal beceri geliştirme grup çalışmaları yaptık. Gençleri çeşitli spor, sanat ve kültürel faaliyetlere yönlendirdik. Proje sonunda internet ve sosyal ağlar konusunda bilgilendirilen gençlerin, kaynakların güvenli ve verimli bir şekilde kullanılması konusunda bilinçlenmesini amaçladık. “YÜZ YÜZE” projemizin sürdürülebilirliğini sağlamak ve daha büyük kitleye ulaşmak üzere 2015 yılı için İçişleri Bakanlığı’ndan tekrar destek aldık ve 100,000 öğrenciye ulaşma hedefiyle projemizin sürdürülebilirlik çalışmalarına başladık.

Şu an devam eden gençlerle ilgili ikinci projemiz ise **“GEÇ DEĞİL”** projesidir. Gençlik ve Spor Bakanlığı ve İstanbul Üniversitesi ile ortaklaşa yürüttüğümüz bir projede amacımız liseli gençlerin madde bağımlılığı hakkında farkındalık seviyesini arttırmak, gençlerle birlikte gençler için çalışarak bağımlılık konusunda bilinç kazanmalarını sağlamak, onlara aktif roller vererek otorite baskısı hissettirmeden olumlu davranış değişikliği oluşturmalarını sağlamaktır. “Geç değil” projesiyle İstanbul’da 25 ilçede 409 devlet lisesinde 192.433 gence ulaşmayı hedeflemekteyiz.

KASAD-D ve KASAV gençlere yönelik bu projelerinin yanı sıra diğer yaş grubundaki bireylere yönelik de projeler yapmış ve yapmaktadır. Şu ana kadar yürüttüğümüz projelerden de bahsetmek istiyorum:

“OKULA GEÇ KALMA” Projesi; Avrupa Birliği fonu ile hayata geçirdiğimiz özel eğitim gereksinimli çocuklarda okul öncesi eğitimin güçlendirilmesi projesidir. 3 aylık bir projedir.

Birinci ayağında; Fatih bölgesindeki tüm anaokullarındaki 124 anaokulu öğretmenine “Erken Özel Eğitim Ve Kaynaştırma” eğitimi verilmiştir.

İkinci ayağında; Fatih ilçesinin sosyoekonomik düzeyi düşük bölgelerinde, 14 mahallede 795 sokak dolaşılıp, 24786 hanede 3-6 yaş arasındaki 1195 çocuğa ulaşılarak çocuklara uzman psikolog ve pedagoglar tarafından “Gelişim Düzeyi Belirleme” taraması yapılmıştır. Tespit edilen 137 şüpheli ve 88 anomalili özel eğitim gereksinimli çocuk Milli Eğitim Bakanlığı’na bağlı Rehberlik Araştırma Merkezleri’ne yönlendirilmiştir.

Üçüncü ayağında; Fatih Engelli Okulu’nda okuyan 50 öğrenci velisine “Özel Çocuk Bakım Eğitimi” kursu düzenleyerek ebeveynlere Milli Eğitim Bakanlığı sertifikası verilmiştir.

Bir diğer tamamlanmış projemiz **“SAĞLIKLI ANNELERLE SAĞLIKLI NESİLLERE”** projesidir. İstanbul Halk Sağlığı Müdürlüğü ve Eyüp Belediyesi ortaklığında, nikâhlanacak çiftlere ve anne adaylarına eğitimler verilmiştir. 800 çifte ulaşılmış fakat sadece 30 çift bu eğitimi kabul etmiştir. Bu projeye 975 anne adayına ulaşılmış fakat 216 anne adayı eğitim almıştır.

Eğitim kapsamında, “Üreme Sağlığı”, “Cinsel Sağlık”, “Cinsel Yolla Bulaşan Hastalıklar”, “Gebelik Önleme Yöntemleri”, “Gebelik Ve Takibi Ve Güvenli Annelik” konularında eğitim verilmiştir. Aynı proje kapsamında lise 11. Sınıf 133 öğrenciye “Ergenlik Tanımı”, “Ergenlik Döneminin Önemi”, “Ergen Cinselliği Ve Riskli İlişkiler”, “Ergen Ve Akran İlişkileri”, “Ergenlikte Beslenme Ve Hijyen”, “Ergen Sağlığı Ve Güvenli Annelik” konularında eğitimler verilmiştir.

KASAD-D’nin İçişleri Bakanlığı desteğiyle hayata geçirdiği Şizofreni ile birlikte yaşamak için **“ELİMİ TUTAR MISIN?”** projesi Şizofreni hastalarına yönelik, ön yargılı ve ayrımcı tutumların yansımaları önlemek ve bu insanların yalnızlıklarını ve acılarını bir nebze azaltabilmek düşüncesiyle başlamış bir projedir. Proje kapsamında; Erenköy Ruh Sağlığı ve Hastalıkları Hastanesi’ne bağlı Beylerbeyi ve Sultanbeyli TRSM bölgelerinde hasta, hasta yakını ve komşu grubu olmak üzere toplam altı gruba psiko eğitim grup programı uygulanmış, bu TRSM’lerde çalışan sağlık personeline programın öğretilmesi sağlanmıştır. Projemizde hedefimiz olan Şizofreni hastalığına bağlı sorunların, ihtiyaçların ve yapılması gerekenlerin öneminin kavranması ve bu konuda farkındalık oluşturulması sağlanmıştır.

Devam eden bir diğer projemiz de “**SOMA DAYANIŞMA**” projesidir. Mayıs ayında Manisa Soma’da meydana gelen elim kaza sonrasında, acılı şehit ailelerine destek vermek amacıyla Türkiye çapında faaliyette bulunan 22 Sivil toplum kuruluşunun işbirliğiyle yürüttüğümüz bir çalışmadır. Projemizin amacı; yardım temelli çalışan sivil toplum kuruluşları ile Soma kazasından etkilenen aileleri tanıştırmak onlara bir yıl süreyle yerinde ve uzaktan sosyal, hukuki, psikolojik destek vermeyi sağlamaktır. Bu amaç doğrultusunda Soma Koordinasyon Ekibi olarak KASAV, uygulayıcı STK’lar, uzman STK’lar ve ailelerin karşılıklı işbirliği çerçevesinde projenin yürütülmesini sağlamaktadır. Şu anda 164 şehit ailesine ulaşarak çalışmalarımızı yürütmekteyiz.

Bugün “**Gençlik, Gelişim Ve Değerler**” konulu sempozyumumuz vesilesiyle bir araya geldik. Bu güzel çalışmanın mimarı sempozyum başkanımız Prof. Dr. Ayşe Karan’a, düzenleme ve yürütme kurulunda bulunan takım arkadaşlarımız Yrd. Doç. Dr. Gülhan Cengiz, Uzm. Dr. Ayşe Güney, Eczacı Ayşen Calayır, Kurumsal İletişim Müdürümüz Betül Büşra Aslan, Klinik Psikolog Ayşe Beyza Bıçakçı ve Uzman Psikolog Tuğba Saliha Yalman’a teşekkürlerimi sunarım. Pazar gününü bizimle paylaşan siz değerli misafirlerimize verdikleri destekten dolayı ayrıca teşekkür etmek isterim. Bir sonraki buluşmamızda insanlığa faydalı yeni bir çalışma ile nice güzel kazanımı paylaşabilmek dilekleriyle sizleri saygıyla selamlıyorum.

GENÇLİK, GELİŞİM VE DEĞERLER SEMPOZYUMU AÇILIŞ KONUŞMASI -2-

Prof. Dr. Ayşe KARAN

Sayın;

Bu sempozyuma emeği geçen düzenleme kurulu, oturma başkanları ve konuşmacılarımız başta olmak üzere her zaman yanımızda olan tüm çalışma arkadaşlarımız ve siz değerli katılımcılarımız, bu mümtaz günde hepinize hoş geldiniz diyor, bizleri yalnız bırakmadığınız ve desteklerinizden dolayı en samimi duygularıyla selamlıyor, saygılar sunuyorum.

Düzenleme kurulundaki arkadaşlarımız bu onurlu ancak bir o kadar da mesuliyetli görevi bana tevdi ettiler, dileğim Rabbimin rızasına uygun bir şekilde sempozyumu sonuçlandırmak ve gençlerimize faydalı olmaktır.

Bu yıl beşincisini yapmaktan mutluluk duyduğumuz sempozyumlarımızda ailenin bütünlüğünden yola çıktığımızdan dolayı, tüm aile fertlerini tek tek ele alıyoruz, bu yılda gençlerimizi konuşacağız, onları kucaklayacağız.

Öncelikle iki teşekkür borcumu yerine getirmek isterim. Tüm kararlarımız düzenleme kurulundaki arkadaşlarımızla ortak ve şeffaf bir şekilde alınmıştır ve arkadaşlarımızla büyük bir uyum ve elbirliği içinde çalıştık. Her birine ayrı ayrı teşekkür diyorum. Sn. Gülhan Cengiz, Sn. Gülnur Alpan, Sn. Ayşe Güney, Sn. Ayşen Calayır, Sn. Büşra Aslan, Sn. Ayşe Beyza Bıçakçı, Sn. Saliha Yalman Hanımefendi’ye bir kez daha huzurlarınızda ayrı ayrı teşekkür ediyorum. İkinci teşekkürüm oturma başkanı arkadaşlarımız ve çok değerli konuşmacılarımıza. Hepsini ilk teklifte kabul etme inceliğini gösterdiler, kendilerine minnettarız ve çok çok teşekkür ediyorum.

Gençlik, çocukluk ile erişkinliği bağlayan bir köprüdür. Genç için çocukluk dönemi geride kalmıştır, fakat genç henüz yetişkin olgunluğunda değildir, toplumda belli bir noktaya ulaşmış değildir. Bu yüzden gençlik çağı bir belirsizlik ve arayışlar devresidir. Bu çağ, hayat için bir yön ve hedefin arandığı, meslek ve ailevi rollerin üstlenilmesi için gerekli kişilik özelliklerinin kazanıldığı, ferdin daha müstakil ve problemleri bir kimse olarak hareket etmeye başladığı bir hazırlanma

dönemidir. İnsanın en heyecanlı ve dinamik olduğu zamanın da gençlik yılları olması, bu dönemde yanlışlara düşme ihtimalini doğrudan artırmaktadır.

Esasen terbiye çocukluk çağında ve ailede başlar. Sonrasında ise daha çok okul ve toplum yönlendirir.

Sevgili gençler, gözbebeği yavrularımız... Onları yönetmek, eğitmek isteyen o kadar kişi ve kural var ki, hangisine uyacağını şaşırılmış durumdalar. Dolayısıyla, sürekli eleştirip suçlayarak gençleri kendimizden koparmak yerine, en uygun araç ve üslubu kullanarak doğru ve güzel olana yöneltmek durumundayız. Garip olan bir diğer durum, asıl büyük yönlendirme çabasının “özgürleştirme” iddiası arkasına gizlenmiş olması.

Fahr-i Cihan (A.S.) Efendimiz’in “el-Emin” sıfatını, nübüvvet vazifesinden çok önce, genç yaşlarında kazanmış olması, ortam nasıl olursa olsun genç yaşlarda üstün vasıflar kazanılabileceğine bir işarettir. Günümüzde her yanlışta yalnızca ortamı suçlu bulan anlayış doğru değildir. Ortam elbette yönlendiricidir, fakat insanoğlunun kendi azmi ve iradesi de vardır.

Bu dönemde hayata hazırlık, yani eğitim son derece önemlidir.

İbn-i Sina eğitimi, taş üzerine nakışlar yapmaya, Gazali ise, yabancı ısırgan otlarını ayıklayan bir bahçıvanın faaliyetine benzetmektedir.

Hz. Ali (r.a.), “Çocuklarınızı kendi zamanınıza göre değil, onların yaşayacakları zamana göre yetiştiriniz” sözleri ile ileriye dönük eğitimin verilmesini tavsiye etmiştir.

İşte birbirinden değerli konuşmacılarımız bunun nasıl olacağını bize anlatacaklar. Sözü Betül Buşra Aslan’a veriyor, saygılar sunuyorum.

PANEL- 1 **GENÇLİKTE BİYOPSİKOSOSYAL GELİŞİM**

OTURUM BAŞKANI
Prof. Dr. Dilşad TÜRKDOĞAN

Konuşmacılar
Ayşe Beyza Bıçakçı
Dr. Sema Akgün
Yrd. Doç. Dr. Halime Şule Selman



ERGENLİKTE PSİKOSOSYAL DEĞİŞİM VE GELİŞİM

AYŞE BEYZA BIÇAKCI

Klinik Psikolog, KASAD-D YK Üyesi,
İstanbul Sabahattin Zaim Üniversitesi
Psikoloji Bölümü Araştırma Görevlisi

Herkes hoşgeldiniz demek istiyorum. Baharın ilk günlerini yaşadığımız bu Pazar gününde sempozyuma gelmeyi tercih etmeniz bizim için çok önemli; kıymet verip zaman ayırdığınız ve geldiğiniz için teşekkür ederiz.

Girişteki kapak resminde özellikle devekuşu figürünü kullanmak istedim. Şule Hanım'ın ergen çocukları olan bir anne olarak seslenişinin ardından ben de ergenliğin hem içinde hem de dışında biri olarak sizlere sesleniyorum. Ergenlik döneminden bahsedildiğinde, kendimi çoğunlukla ergenlerin tarafını tutarken buluyorum. Ergenlerle çalışmayı seviyorum; belki de bu hala bir miktar kendimi ergen saydığım içindir. Ergenlik denilince aklıma devekuşu geliyor; çünkü iki arada bir dereye olma hali bu bir yandan ve bizdeki deve misin kuş musun deyişini ergenlikle birlikte düşündüğümde çok örtüştürüyorum. Ergenlik dönemindeki kişiye bakacak olursak; çocuk deseniz değil, yetişkin deseniz değil, başka biri ergen. Bu yüzden bu kafasını kuma gömdükten sonra dışarıya bakan çizgi animasyonu özellikle sevdim ve sizlerle paylaşmak istedim. Evet, kafasını kuma gömdüğü zamanları olabilir bir ergenin; ancak resimdeki gibi dolaylı da olsa yüzü dışarıya bakmaktadır ve gelişimi için etrafı gözetlemekten geri durmaz. Gelişim ve değişim dedik ergenlikten bahsederken ve bu bağlamda ergenliği tanımlamak için nereden başlamak lazım diye düşünerek ergenliği kimler nasıl tanımlamış diye öncelikle etimolojik sözcüklere baktım. Çok çeşitli tanımlar var muhakkak; ben çok temel birkaç tane şeyi burada söylemek istiyorum.

Ergenlik dönemini; Stanley Hall, en genel haliyle “fırtına ve stres dönemi” olarak tanımlamıştır. Freud'un psikoseksüel gelişim bakış açısı doğrultusundaki tanımı ise, “Acı verici psikoseksüel çatışmaların bir yansıması”dır. Psikososyal gelişimden bahsediyoruz ve bu hususta Erik Eriksonda ergenlik dönemini “kimlik krizi” olarak adlandırmıştır. Ergenlikten bahsederken hep kriz, çatışma, fırtına, stres, geçiş dönemi kavramların kullanıldığını görüyoruz. Bu ifadeler için illa ki olumsuz demek doğru olmayacaktır ancak ergenlikle birlikte genelde çok da güzel, umutlu ifadelerin kullanıldığına rastlayamıyoruz. Ergenlikten bahsedilirken sık duyduğumuz ifadeler: “bir an önce

geçip gitsin de kurtulalım, ne zaman geçecek ergenlik, ne zaman ergenlikten çıkacak bu çocuk, ne zannediyor bu çocuk kendini, ne yapıyor bu çocuk...” şeklinde oluyor. İfadelerden de anlaşılacağı üzere ergenlik dönemindeki “genç” büyüdüğünü iddia etse de çocuk diye adlandırılmaya devam ediyor.

Tanımlara bakmaya devam ederek, gençlerin sıklıkla kullandığı ekşi sözlükten bir tanım almak istedim: “Çocuklukla ergenlik arasındaki alacakaranlık kuşağı... Narkoz etkisi... Şu anda bir şeyler görüyor, ama her şey bulanık. Şekilleri seçemiyor, her şey biçimsiz, belli belirsiz. Anlam veremiyor, kafası karışıyor, bu da sinirlerini bozuyor; bağırması ondan. İşte ergenlik, tam da böyle nereden geldiği anlaşılamayan bir ışık gerginliğidir. Etrafı saran; görülen, sezilen, ama tam görülemeyen, bir türlü anlamlandırılmayan dünyanın, hayat karşısında huzursuzlanmak, bağırma biraz.” Alacakaranlık kuşağı, narkoz etkisi ifadeleri çarpıcı geliyor; hakikaten de öyle -bedensel değişimin biyolojik değişimin temellerini çok iyi anlattığı için Şule Hanım ona istinaden rahat konuşabiliyorum- biyolojik olarak birden büyümenin olduğu, özellikle beyinde değişimin ve gelişimin çok fazla olduğu bir dönem ve buna uyum sağlamak çok da kolay değil. Mesela bedensel büyümenin hızlı olması dolayısıyla sakarlıklar çok sık görülebiliyor ve ergenlik dönemindeki gence bir de bu sebeple kızılabilir.

Önceki çağlara bakıldığında, ergenlik dönemi suçlayıcı bir faktör olarak görülüp; geçsin, bitsin, gitsin denirken şimdi artık tıbbi ve bilimsel gelişmelerle birlikte ergenler biraz daha aklanıyor gibi görünüyor. Tabii burada ebeveynleri zora sokan durumlarla da karşı karşıya kalınabiliyor. Ergenliğin kriz ve çatışmaları bu kadar gerekçelendirildiğinde anne babalar nasıl konumlanacaklarıyla ilgili kararsız kalabiliyorlar ve bu da çocukların elinde bir argüman olabiliyor ki burada denge kurmak çok önemli.

Biraz da gelişim alanlarına bakalım isterim, genel olarak bütün çocukluk dönemi ve insan hayatı boyunca gelişim gösterdiği alanlar bunlar: **Biyolojik gelişim**le başlıyor çok temel olarak, **ahlaki gelişim**, **zihinsel gelişim**le birlikte gidiyor. **Psikososyal gelişim**, hem kendini hem çevresini anlamlandırma sürecinde bu dönemdeki kritik alanlardan. Ben kimim, neyim, neydim, ne oluyorum ve nereye gidiyorum, önümde hangi modeller var gibi soruların ön plana çıktığını görürüz.

Çevreye baktığımızda, ev-aile-okul-öğretmenler-akranlar-sosyal yaşam gibi alanlar bulunuyor. Ergenlik döneminde genç, neredeyse vaktinin çoğunu okulda geçiriyor ve öğretmenlerinin,

özellikle de arkadaşlarının etkisi gencin üzerinde çok daha fazla oluyor. Bazı çocuklar ise çalışıyorlar. Çocuğun çalışması ayrı bir konu tabii ki; ancak çocuğun ya da ergenlik dönemindeki gencin çalışması meselesi, çocukluğunu yaşamasına, eğitimi ve potansiyellerini gerçekleştirmesine mani olmaması durumunda konuşulabilir. Sağlığını olumsuz etkilemeyecek çalışma koşulları bulunmalıdır ve bu çok kritik meseledir, buralarda ciddi kafa karışıklıkları ve tartışmalar olabiliyor.

Gelişim alanlarından **psikoseksüel gelişime** bakacak olursak; cinsel gelişim, ergenlik döneminde, özellikle biyolojik açıdan temel belirleyicilerden olmakla beraber cinsel kimlik gelişiminin de bu dönemde olması bakımından en önemli ergenlik meselelerindedir. Ergenlik dönemindeki gencin artık net bir şekilde hem kendi cinsel kimliğini anlamlandırması hem de karşı cinsi anlamlandırması ve hayatta kendinden beklenen cinsiyet rollerini anlamlandırması açısından kritik önem taşımaktadır.

Bilişsel gelişim dediğimizde ise, kişinin dünyayı, kendini anlamlandırmada zihninde oluşan şemalar, değer yargıları, kalıplar ve bunların iyileri, kötülere, doğruları, yanlışları derken ciddi bir gelişim sürecini ifade ediyoruz. Burada bahsi geçen kavramları, yazması söylemesi kolay ancak yaşaması çok da kolay değil. Çocuklukta güvenli bir limandan dünyaya bakılıyor; beslenmesi anneden hele ki ilk aylarda, okulda olduğu zamanlarda öğretmeni kolluyor, anne ya da baba okula getiriyor götürüyor, güvenli bir hayat var; fakat ergenlikten itibaren işler farklılaşıyor. Diyelim ki çocuğun okulu başka bir ilçede ve otobüse binip gidiyor, artık bu safhada tek başına ama tam anlamıyla yalnız değil, özgür değil; ergenlik çağındaki genç “ben otobüse binip falanca ilçeye gidip arkadaşlarımla sinemaya gideceğim” dese, annesi, babası ya da bakım vereni ona karışabiliyor ve izin vermeyebiliyor. Çocuğun bu noktada kafası oldukça karışık; “neyi kendim yapmalıyım, neyi yapmamalıyım, işinize gelince çocuk oluyorum işinize gelince artık büyüdün diyorsunuz” şeklinde serzenişleri oluyor. Hakikaten de şimdi çocukların anlamlandırmakta zorlandığı bir süreç var, anne babalarda bunu iyi yönetemediklerinde işler oldukça karışabiliyor.

Biraz daha ileride bahsetmeyi düşünüyorum ama aklıma gelmişken söylemek istediğim bir konu var; hem klinikte hem çevremde gördüğüm. Transaksiyonel analiz kuramından örnek vermek istiyorum burada, Transaksiyonel analizde ego durumlarından bahsedilir; bir insanın bir yetişkin tarafı vardır, ebeveynlerinden değerleri, kuralları öğrendiği bir ebeveyn tarafı vardır ve yine herkesin içinde bir de çocuk tarafı vardır. Kişinin dış dünyayla ilişki kurduğu, işini yürüttüğü, mantıklı tarafı yetişkin tarafıdır. Kişi zaman zaman bazı durumlar karşısında ani tepkiler verebilir

ya da duygusal değişimler karşısında içindeki çocuk tarafı ortaya çıkabilir, çocuk ego durumuyla davranış gösterebilir, kişiyi çocukluk yaşantılarına döndürebilir. Değer yargıları ya da daha kültürel yargıları ilgilendiren bir durum karşısında kişi ebeveyn moduna geçebilir ve tıpkı ebeveynleri gibi davranabilir. Burada ergenin ya da çocuğun, yani yetişkin olmayan bir bireyin yetişkin modunda davranmasını bekleyemeyiz, beklememeliyiz de çünkü haksızlık olur. Anneye, babaya ya da ilişki kurduğu öğretmene veya bir otorite figürüne bakıyoruz, orada da bir yetişkin yok. Orada bir yetişkin olsa aslında süreci idare edip kollayabilir. Yetişkinin, ebeveynin, bakım verenin, kimse çocukla muhatap olan onun görevi idare edebilmek krizi çözebilmek, kriz yönetimi. Çocuğun tam da öğrenmesi gereken şey bu; modele ihtiyacı var. Sizler de bundan sonra bir bakın bana da geri bildirim verirseniz çok memnun olurum, benim gördüğüm anne baba çocuk çatışmalarında, özellikle yetişkin anne baba -ergen arasında değil o çatışma, iki ergenin, iki ayrı gruptaki ergenin çatışması. Şöyle bir fark olabiliyor, anne-baba kendi neslinin ergeni, çocuk kendi neslinin ergeni-Sema hocam kuşaklardan, nesillerden bahsederken daha detaylı anlatacaktır ben de heyecanla bekliyorum. Anne babalar genellikle: “benim ergenlik dönemimde şöyleydi, biz ergenliğimizde böyle bir şey görmedik, biz ergenlik nedir bilmeyiz. Bizim ergenlikten anladığımız şudur şudur...” diyorlar; ancak çocuğun ergenliği farklı ve herkes çocuğu için kendi ergenliği ya da kendi tasarladığı gibi bir ergenlik yaşasın istiyor olabiliyor ama dünya değişiyor. O dönemde şimdiki çevresel koşullar olsaydı bilmiyorum bir önceki nesil nasıl bir ergenlik geçirirdi. Sıkıntılar buralarda gibi görünüyor, bu yüzden biraz buralara bakmamız gerektiğini düşünüyorum.

Çocukluktan yetişkinliğe doğru aslında köprü gibi ergenlik dönemi; hatta sallanan ve tahta, aralarda kırıkların çatlakların olduğu bir köprü. Ancak ip sağlam olursa, çok büyük bir hasar geçirmeden giderse de sallantılara rağmen, kırıklara rağmen köprü geçilmiş olur. Bütün bu sallantılar, kırılmalar olur; çünkü çok güzel, sorunsuz bir yol değildir bu, risklidir, köprüdür, en nihayetinde aşağısı boşluktur; ne kadar sağlam yapılırsa ve ne kadar sağlam olmayan malzemeden yapılırsa buna göre karşıya geçiş değişecektir. Bu malzemeler de okul faktörü, aile faktörü, akran faktörü gibi koruyucu faktörlerdir; bir köprüdür bu süreç, bir geçiştir o yüzden de aslında ergenin yaşadığı o kriz çok anlaşılabilir bir krizdir. Ergenlerin tarafından konuşuyor görüyorum ama yetişkinler olarak bunu düşünerek hareket etmek lazım. Bu yüzden ergenliğin başlangıç yaşına +/- 10 diyecek olsak, ben ergenlik için bir bitiş yaşı yazamadım. Biyolojik gelişim açısından bir yaş söylenebilir belki, ama ben yazamadım.

Yanlı hatırlamıyorsam Goethe'nin bir sözü vardı: *"Ortalama bir insanın ergenliği yirmi yaşında bitebilir ama dehaların bitmez, ömür boyu, ölüme kadar devam eder çünkü o kriz, zihnin gelişimi, sıkıntılı hal sürekli devam eder"*. Bugün buradan çıkarken hepimiz ergeniz diyebilmeyi bekliyorum. Bu dönemdeki en kritik nokta kimlik karmaşası diyebiliriz, Erikson'un psikososyal gelişim kuramındaki ergenlik dönemi görevlerinden en kritiği kimlik gelişimidir. Kimliğin en çok öne çıktığı, kimlik gelişiminin olduğu aynı zamanda karmaşanın da olduğu bir dönemdir ve kafa karıştırıcıdır. "Neyi seçmeliyim, önümde hangi modeller var" diye genç sürekli bir arayış içerisinde. Özellikle bu dönemde otoriter bir figür olduğu için ebeveyn ve okulda öğretmenlere karşı bir duruş olabilir, akranlar daha idealize edilebilir ya da kişinin modelleri arasında uçurum olabilir. Ergenlik dönemindeki bir gencin "nasıl bir kimlik geliştirmeliyim, ne yöne doğru yol almalıyım" gibi ciddi soruları vardır. Bu bir krizdir ama kriz fırsata çevrilmelidir; fırsata çevrildikten sonra da gelişme, büyüme olur.

Ergenlikteki kriz ve çatışma düşünülecek olursa, şöyle bir ergenlik hayal etmemeliyiz diye düşünüyorum, "Benim çok sakin, çok sessiz, çok güzel, çok uyumlu, her şeyle çok güzel baş edebilen, ne desek yapan bir çocuğum var. Benim çocuğum ergenlik geçirmedir" deyip bunu çok övünerek anlatan aileler var. Keşke geçirseymiş ve siz bununla baş edebilseymişsiniz ve büyüyerek gelişim basamağında bir adım atmış olsaydınız. Her kriz bir büyümeyi beraberinde getirir, travmatik yaşantılar, yaralar zordur insan hayatında ama baş etme gücünü, bağışıklığı arttırır. Aşı oluyoruz mesela, özellikle çocukluk dönemlerinde; bu yüzden bazı sorunlar, çatışmalar bir miktar bağışıklığın gelişmesi için gereklidir. Çok sessiz sakin bir çocuk, uyumlu, çok güzel ama çatışmalar, sorunlar her zaman olacak; çünkü hayat böyle ve bir sorunla hayatın neresinde karşılaşacağı çok önemli ve eğer gelişim süresinde karşılaşacak olursa bununla baş etmesi ve baş etme stratejileri, bağışıklık geliştirmesi çok daha kolay ve daha uygun. Yetişkinlikte karşılaşıldığında daha zorlanabilir. Ergenliğin biyolojik kanadı için bir yaş söylenebilir belki ama 30-40 yaşında psikososyal açıdan ergenlik dönemi yaşayan insanlar tanıyorum, geçirmesi daha zor. Kimlik oluşmasına baktığımızda; burada ergenlik çağı tabii ki çocukluk çağı olan geçmişten de yetişkinlik çağı olan gelecekte kopuk olarak ele alabileceğimiz bir dönem değil.

Çocukluk çağı özdeşimlerinin kabul veya reddi çok önemlidir. Kabul ettiğinde nasıl kabul ettiği, sorgulayıp sorgulamadığı; reddettiğinde nasıl reddettiği ve reddin üzerinden bir kimlik geliştirip geliştiremediği çok kritiktir. Tabii ki içinde yaşanan tarihi ve sosyal bağlamda çok önemli, kimlik

gelişimi bu iki kaynaktan aslında biraz daha fazla beslenir. Politik durum, içinde bulunulan kültür, ailenin kendi kültürü memleketin kendi kültürü çok etkili olabiliyor. Başka bir yerde, aynı biyolojik yapıyla o ergen, o çocuk konulsa farklı bir ergenlik süreci, farklı bir kimlik geliştirebilir. Başka bir yerde bambaşka bir tarihi ve sosyal bağlamda bambaşka bir kimlik geliştirebilir.

Kimlik duygusu ile aşağı yukarı neleri kastediyoruz diye baktığımız da esasen cinsiyet rolü tabii ki de ergenlikte geliştirilen cinsiyet rolleri kastediliyor; "kadın mıyım, erkek miyim, kadınlık ya da erkeklik rolleri nedir; bu toplumda, bu durumda, benim çağımda yetişkinlikte çocuklukta kadın ne yapar, erkek ne yapar ve ne yapmaz, ben ne yapmak istiyorum, ne yapmak istemiyorum; benden beklenenler, benim istediklerim ve istemediklerim" gibi bir sürü sorunun cinsiyet rolünün ve kimliğinin oluşmasında önemli faktörler olduğunu görüyoruz.

Mesleki tercih de bu dönem görevlerinden, hele ki bizim memleketimizde hepimizin geçtiği bir üniversiteye giriş dönemi var. Üniversiteye giriş dönemiyle sınırlı değil tabii ki, bu süreç çocuklukta başlıyor, ilkokuldan itibaren çok uzun bir süre mesleki tercih için yatırım yapılıyor. Yatırıma çok erken başladığı için kişinin üzerindeki baskı daha yoğun oluyor ve gerçekten mesleki bir tercih yapması gereken kendi ilgilerinin, alakalarının ve yeteneklerinin farkında olabileceği bir dönem geldiğinde iş olduğundan daha ağır bir yükü seyreliyor. Geçmişte ciddi bir yatırım var ve kişi o yatırımı düşünmek zorunda kalıyor. Belki bu kadar yüklü olmayabilirdi başka bir bağlamda; ama şu anda bakıldığında diyelim ki sayısal öğrencisi ve hep o yönde bir yatırım yapılmış ancak hevesi bambaşka bir alanda, sanatla ilgilenmek istiyor; diyor ki burada her anlamda hem maddi hem manevi yatırıma var, ne yapacağım. Zaten, mesela sanattan örnek verecek olursak, "sanatla ilgili işleri zaten yaparsın, bak işte elle tutulur bir mesleğin olsun" gibi yönlendirmeler çok sık görülüyor.

Mesleki tercih, bunun ülkemizdeki tezahürü ve tabii ki toplumsal roller, ergenliğin en riskli konularından biri haline geliyor; klinikte de psikopatolojilerin, sıkıntıların yoğun olmasında çok tetikleyici bir stres faktörü. Ergenliği Erikson bir askıya alma dönemi olarak nitelendirmiş. Ben en yakın kendimden örnek vereyim. Bu sunumu hazırlamak için araştırmalarımı, okumalarımı uzun sürede yaptım ama sunumu hazırlama kısmını askıya ala ala, erteleye erteleye en son güne bıraktım. Esasen askıya alma döneminden kasıt biraz da şu: ergenlikte; çocuklukta gibi çok net roller yok, yetişkinlikteki gibi direkt sorumluluklar yok ve içinde bulunulan durumda alınması

gereken sorumlulukları, yapılması gerekenleri ertelemeye ve ötelemeye yönelik bir sistem tanıyor. Bunun iyi tarafı şu olabilir, deneme şansı var; farklı görüşleri deneye deneye bulması için fırsatı var. O yüzden askıya alma dönemidir. Erikson'un kastı burada tabii ki belli bir kültür için değil, daha kültürler üstü bir teorem çerçevesinde bunu söylüyor. Bu askıya alma, gencin hemen bir karar verip o yolda gitmek zorunda olmaması, mesuliyetinin olmaması açısından bir şanstır; şansız olabilecek tarafı şu olabilir, çok daldan dala gezinirken kişi savrulabilir. Bu yüzden bu dönemin kritik olarak ele alınmasında bir faktör de budur. Burada kimlik bunalımı denilirken, gerçekten kendinizden de bilirsiniz aramızda ergen arkadaşlarımızda var, yetişkinler de var, kimlik bunalımıdır bu ve bir krizdir. Bu bunalımı yaşamak da, yine tekrar ediyorum ve çok olumluyorum gibi, ama iyidir, eğer bu bunalımdan çıkacak olumlu bir rol bulabilirseniz. Burada, sonucunda uyum sağlayacağınız bir model bulmanız beklenen ve iyi geliştirici şeydir. Uyumsuzluk olduğunda da riskli durumlar ortaya çıkabilir, ondan sonra risklere bakmak gerekir.

Riskli davranışlar gösteren çocuklar ve ergenlerle ilgili Kültegin Ögel'in editörlüğünü yaptığı bir kitapta gördüm risk ağacı kavramını ve çok hoşuma gitti, burada bunu sizinle paylaşmak istiyorum. Bir ağaç metaforuyla bunu anlatıyorlar ve böyle kavramsallaştırdıklarında şu tabloyu görürüz:

Toprak olarak zeminde çevresel etmenler, kültürel, ekonomik, politik etkenler, sosyoekonomik düzey gibi zeminde çevresel etmenler vardır.

Ağacın kendisine baktığımızda; *Kökler*: okul, aile, akran, sosyal ilişkiler, arkadaşlıklar... Buralardan nasıl, ne kadar beslendiğinde, sağlıklı bir veri geldiğinde, bunlar: aileden alınan eğitim, değerler, okuldan alınan eğitim, akranlarıyla kurduğu güzel ilişkiler gibi köklerden iyi şeyler geliyorsa o ölçüde güçlü olacaktır.

Gövde, artık bağlantıdır ve vereceği sonuçla ilgili bağlantılarla, tutumla alakalı becerileri, kişinin güçlü ve zayıf yanları, yetenekleri ve koruyucu faktörleri devreye girecektir. Herkesin biyolojik yapısı kadar psikolojik yapısı da, becerileri de farklıdır, bağışıklığı farklı yönlerde, zaafı, hassas yönleri da daha farklı olabilir. Bunlar da bir bağlantı sağlarlar.

Dallar, uyumlu ya da riskli davranış olarak gelişebilir. Her ne kadar iyiye toprak, köklerden ne kadar iyi geçiş sağlamaya müsaitse, gövdede yani bağlantıda çok temelde bir sıkıntı yoksa dallar iyi gelişecek ve meyve verecektir ki bu uyum olabilir; ne kadar sıkıntılı olursa da riskli davranışlar dediğimiz, riskli cinsel davranışlar, madde kullanımı, suç işleme, okuldan kaçma ve intihar gibi sonuçlarla karşı karşıya kalınır.

Ergenliğin bu kadar belirsiz ve kaygan zemininde, gençlerin iyi rehberlik alamadığı durumlarda riskli davranışlara gitmesi çok olasıdır. Bunu, genci tutalım, şuraya ayağını bağlayalım gibi aşırı korumacı bir yaklaşımla değil, bir çember halinde düşünerek ele almak gerekir. Merkezinde bizlerin olduğu, mesela ergenlerin ailesinin, sosyal çevresinin olduğu ve ergenin esnek uzayıp kısılabilen rahat bir belinden rahat bir ipe bağlı olduğu bir sistem olması gerekir. İsteddiği kadar uzağa gidebilen ama nereye dönebileceğini bilen; bir yerde onu tutan, sıkıntıya düşeceği zaman, uçurumdan düşeceği zaman kendini çekebilecek birilerinin ve arada bağın olduğunu bilmesi önemlidir.

Eğer ergen kendisine, ailesine, okuluna, akranlarına ne kadar güvenirse hataya düştüğünde, yanlış bir şey yaptığında, dönebilecek bir yer olduğunu, onu koruyan kollayan birinin olduğunu bilirse o kadar da keşfe açık olur. Keşfetmeye açık olması demek, dünyayı daha rahat anlayıp kimliğini kurmada daha rahat verisinin olması demektir.

Bahçıvanı atlardım, yaprak ve meyve veren ağacın bahçıvanı da aslında sizlersiniz, bizleriz. Bu hem ağacın tamamı, çevresel etmenleri geliştirmesi gereken kural koyucular, politikacılar, uzmanlar, konuya ilgililer... Bahçıvanın rolü kritik, toprakta bir sıkıntı varsa bahçıvan bunu bilir; çünkü uzmanıdır, ona göre gübresini verir vs. dalları budanacak yerleri varsa ki burada riskli davranışlar bunlar, budar, aşısı yapılacaksa aşılarda, ziraatla ilgili yanlış bir şey söylemek istemem ama üç aşağı beş yukarı anladığım bunlar. Burada bahçıvan çok kritiktir ve evet çocuk ailenindir ama riskli durumlarda, ailenin bakmadığı ya da yanlış hareket ettiği durumlarda da müdahale edebilecek bir mekanizma olmalıdır.

Ergen-ebeveyn ilişkisine diğer ilişkilerden bir parça daha fazla değinmek istiyorum. İhtiyaçlar var; hem ailenin ihtiyacı var bunu sadece aile olarak okumamak lazım ama en fazla ergen ebeveyn ilişkisi ön plana çıktığı için bu dönemde kriz olarak bunu getirmek istedim. Ailenin ihtiyaçları var, gencin ihtiyaçları var. Burada ihtiyaçların çatışması noktasında aslında kriz ortaya çıkıyor. İhtiyaçlara sahip çıkmak çok kritiktir, bunu hemen hemen her konu için söyleyebiliriz.

Her insanın kendi ihtiyacına sahip çıkması çok önemlidir. Bizler belki kültürel olarak, doğu kültürü olarak ihtiyacımıza sahip çıkmaktansa başkası odaklı, diğeri odaklı yaşayabiliyoruz. Aslında aile kendi ihtiyacına sahip çıktığında, çatışılabilir bu süreçte, genç de kendi ihtiyacına sahip çıktığında ve bu konuşulduğunda uzlaşamayacak bir nokta çok da kalmayacaktır. Uzlaşamayacak noktalar tabii ki olabilir ama beş meselede uzlaşmazsanız da üçünde uzlaşırsınız; sekiz meseleden dolayı kavga etmektense bu bir kardır.

Burada anlaşılacak çok önemli; nesiller arası fark var ister istemez, anne ve babayla çocuk, iki taraf da şunu söylüyor: “anlamıyor, beni anlamıyor, söylediğimi anlamıyor, ne hissettiğimi anlamıyor, ya da beni anlamıyorsunuz, ne yaşadığımı bilmiyorsunuz”... Çok haklılar. Anlıyor olabilirsiniz ancak çocuk bunu görmedikten sonra ya da anne baba çocuğun her söylediğini anlayıp idrak ettiğini görmedikten sonra bilemez, bu anlamıyorsunuzdur. Sizin ne kadar anladığınızı anlattığınız kadar olur; bunu o yüzden konuşmak lazım. İsteddiğiniz şeyden vazgeçmeyin, orta yola gelecek kadar esnek olun ve bunu iyi ifade edebilmeye çalışın deriz genelde. Çatışmanın kaynağı da biraz buralardan geliyor. Anne babanın, ailenin güvenli liman rolünü hissettirmesi ergenlikte çok önem arz ediyor. Anne baba bazen sevgi gösterebilir; ergenlik dönemindeki genç ise “ben çocuk muyum” diyerek itip reddedebilir; ama biliriz ki çocuk onu aslında ister. İlgi, sevgi gördüğünde hoşuna gider, ne kadar sizi bedeniyle reddediyor görünse de bir yandan, “hala anne babam yanımda, ben onların çocuğuyum, zorda olduğumda benim yardımına koşacaklar” diye düşünür. O yüzden rol model ve rehber olarak anne babanın gencin yanında olması iyidir. Bu manada anne babanın yetişkinlerin rehberliği iyi idrak etmesi gerekir diye düşünüyorum: rehberlik alıp elini tutup götürmek değildir. Yolu açmaktır belki tarif etmektir, alternatifleri göstermektir hatta ara bul, bir bak bakalım, ben sana tarif edeyim demektir. Bu bir yol tarifi gibidir, yolda eğer çalı çırpı engel varsa bunları belki biraz temizlemektir. Rehberlik, kontrol olarak algılandığında çocuk tarafından tepki gösterilir.

Genç: “ben bir yetişkin olacağım, ben bir birey olacağım, kendimi ortaya koymam lazım; ama anne babamın egosuyla hareket ediyorsam, anne babamın kimliğiyle hareket ediyorsam ben kendiminkini ortaya çıkaramam; kimliğimin ortaya çıktığını görmem lazım, benim bunu hakikaten yapıp yapamadığımı bilmem lazım” diyecektir. Bu yüzden genci cesaretlendirmek fakat boş bırakmamak, kontrol değil buradaki kriter, cesaretlendirmek, rehberlik etmek ve takip etmek.

Ergenlikle ilgili düşündüğümde birkaç soru var aklımda, konuşurken de net cevabını veremiyorum sizlerle o yüzden bunu paylaşmak istiyorum. Ben ergenliğin, bir spektrum, bir yelpaze olarak ele alınması gerektiğini düşünüyorum; bugün gelinen noktada kendi alanımızla ilgili gerek psikolojik gerekse psikopatolojik meseleleri konuşurken birçok konuyu spekturum olarak ele alıyoruz. İki tarafının da olduğu arada geçişlerin olduğu şekilde.

Ergenlik sürecinde tek bir ergen tanımı yapamıyoruz, yapmıyoruz ve yapmamalıyız diye düşünüyorum. Ergenliğini, uyumlu ve uyumsuzluğu ele alalım, iki uçta geçiren ve arada geçiren kişiler vardır. Baktığımızda hepsini toplasak muhtemelen normal bir dağılım gösterir işte ortalama

krizde geçiren insan sayısı daha fazladır gibi. Aslında iki uç olarak da baktığımızda birçok meseleler için psikolojik meseleler için de her özelliğin her insanda olduğunu varsayabiliriz. Diyelim ki çok sakin olmak ve çok öfkeli olmak iki kutup olsun, bu iki kutup da her insanda vardır. Her zaman sakin olmak ya da her zaman öfkeli olmak genelde işlev bozucudur. Sağlıklı olanı ikisi arasında yer değiştiren, gerekli yerde gerekli davranışı göstermektir. Ergen bir bireyi ele aldığımızda da bu özelliklerin arasında gidip gelmesi, zaman zaman daha artıp yüksek özellik neyse o özellik göstermesi, zaman zaman biraz daha düşmesi beklenebilir. Onun dışında da ergenlik dediğimiz dönem, genç dediğimiz insan tek bir biçimde tanımlanamaz iki tarafada yakın iki kutba da yakın ergenliğini çok ağır geçirenler, orta halli ara ara gidip gelenler, daha sakin geçirenler vardır. O yüzden ergenliği yaşla sınırlandırmak ne kadar doğrudur ve mümkündür, nesiller arası ergenliğe bakmak bize ne kadar veri sağlar şeklindeki kafamdaki soruları sizinle paylaşmak istiyorum; çünkü tek bir ergenlik tanımı yok, hala kuramlara bakarak eski bir ergenlik tanımı yapıyoruz.

Nesil değişti, nesillerle ilgili ayrı ayrı ergenlik tanımlarına ihtiyacımız var; çünkü aynı uyaranlara maruz değil şimdiki nesil ve nesli belki daha yüksek aralıklarla tanımlarken şimdi birkaç yaşla 2-3 yaşla çok farklı özellikler görülebiliyor. Bunlar benim gözlemim ve bunlarla ilgili bilimsel bir veri sunamıyorum. Ayrıca ergenlikten bahsederken problemlerin daha çok konuşulduğunu görüyoruz. Bu kavramsallaştırmayı problem olarak mı ele alalım yoksa büyüme olarak mı; nasıl ele almalıyız? Daha yapıcı olarak düşündüğümüzde problemleri görüp büyümeyi fırsat olarak düşünme ve büyüme olarak ele almak daha iyi bir çıkış yolu gibi geliyor bana. Bu konuşmayı hazırlarken de, ilk burada konuşmaya başlarken de Yusuf Nalkesen’in “gitmek mi zor, kalmak mı zor, o sabahı gel bana sor” şarkısını anımsadım. Ergenlik için “girmek mi, zor çıkmak mı zor onu bir de ailelere, etraftakilere sor, ergene sor” şeklinde bir çağırışımı oldu bende.

Ergenlik dönemini, biraz daha gündemimize almamız gereken ve üzerinde düşünmemiz, yeni şeyler söylememiz gereken bir mesele olarak düşünüyorum. Reha Erdem’in Beş Vakit filminde şöyle bir tanım vardı, ben son söz niyetine onu aktarayım: “Ergenlik; kaybedilen çocukluğun yasıdır, ergenlik birey olabilmek için, var olabilmek için ebeveynlerle yaşanan savaştır, ergenlik değişimdir, dönüşümdür, ikinci bir doğumdur.” İkinci bir doğum ifadesinin güzel bir özet olduğunu düşünüyorum ve son olarak ergen ne demektir diye baktığımızda ermek fiilinden geliyor, olgunlaşmak, olmak diye düşünecek olursak ergenlik bahsini “Olmak ya da olmamak, işte bütün mesele bu” diyerek Shakespeare ile bitirebilirim. Çok teşekkürler ilgiyle dinlediğiniz için.