

Bayan Perşembeler

Prof. Dr. Füsun AKKÖK

9. Baskı





Prof. Dr. Füsün AKKÖK

BAYAN PERŞEMBELER

ISBN 978-605-241-204-6

Kitap içeriğinin tüm sorumluluğu yazarına aittir.

© 2022, PEGEM AKADEMİ

Bu kitabın basım, yayım ve satış hakları Pegem Akademi Yay. Eğt. Dan. Hizm. Tic. AŞ'ye aittir. Anılan kuruluşun izni alınmadan kitabın tümü ya da bölümleri, kapak tasarımı; mekanik, elektronik, fotokopi, manyetik kayıt ya da başka yöntemlerle çoğaltılamaz, basılamaz ve dağıtılamaz. Bu kitap, T.C. Kültür ve Turizm Bakanlığı bandrolü ile satılmaktadır. Okuyucularımızın bandrolü olmayan kitaplar hakkında yayınevimize bilgi vermesini ve bandrolsüz yayınları satın almamasını diliyoruz.

Pegem Akademi Yayıncılık, 1998 yılından bugüne uluslararası düzeyde düzenli faaliyet yürüten **uluslararası akademik bir yayınev**idir. Yayımladığı kitaplar; Yükseköğretim Kurulunca tanınan yükseköğretim kurumlarının kataloglarında yer almaktadır. Dünyadaki en büyük çevrimiçi kamu erişim kataloğu olan **WorldCat** ve ayrıca Türkiye'de kurulan **Turcademy.com** tarafından yayınları taranmaktadır, indekslenmektedir. Aynı alanda farklı yazarlara ait 1000'in üzerinde yayını bulunmaktadır. Pegem Akademi Yayınları ile ilgili detaylı bilgilere <http://pegem.net> adresinden ulaşılabilir.

I. Baskı: 1997

9. Baskı: Aralık 2022, Ankara

Yayın-Proje: Şehriban Türüldür
Dizgi-Grafik Tasarım: Tuğba Kaplan
Kapak Tasarımı: Pegem Akademi

Baskı: Sonçağ Yayıncılık Matbaacılık Reklam San Tic. Ltd. Şti.
İstanbul Cad. İstanbul Çarşısı 48/48 İskitler/Ankara
Tel: (0312) 341 36 67

Yayıncı Sertifika No: 51818
Matbaa Sertifika No: 47865

İletişim

Macun Mah. 204. Cad. No: 141/A-33 Yenimahalle/ANKARA
Yayınevi: 0312 430 67 50
Dağıtım: 0312 434 54 24
Hazırlık Kursları: 0312 419 05 60
İnternet: www.pegem.net
E-ileti: pegem@pegem.net
WhatsApp Hattı: 0538 594 92 40

Canım anneme ve babama...

BAYAN PERŞEMBELER

Hüner Baydar

Zeliha Delikkulak

Aycıl Dizdar

Dilek Doğruyusever

Zeliha Gökçen

Nazire Kandemir

Leyla Keskin

Aynur Kılıç

Drita Komşuođlu

Zeliha Kütük

Necla Özbek

Berrin Özgün

Fügen Uslu

Aysel Yıldırım

DOKUZUNCU BASIMA ÖZEL

“Bayan Perşembeler”in dokuzuncu basımı benim için çok heyecan verici... Şimdiye kadar duygularımızı, deneyimlerimizi ve toplumdan beklentilerimizi paylaştığımız okuyucularımıza yenilerinin ekleneceğini düşünmek... Böylece toplumumuzun farklı özelliği olan aileleri ve çocuklarını tanımakta ve onlara karşı yapabileceklerini düşünmekte daha fazla yol alınacağına inanıyorum...

Davranışlarımızın ve tutumlarımızın değişmesi, önce farkındalık geliştirmemizle başlar. Bize farklı gelen, daha önce deneyim ve bilgimizin olmadığı konular, kişiler ve yaşantılar her zaman için bilinmeyenlerle ve sorularla doludur. Anlamaya ve öğrenmeye başladığımızda ise tanımak ve benimsemek bir sonraki aşamalar olmaktadır. Farklı özelliği olan çocuklar ve ailelerini de tanımıyor ve ihtiyaçlarını bilemiyor olabiliriz... Ancak, tanıdığımız ve bilgilendığımız ölçüde de benzerliklerimizi, onlar için neler yapabileceğimizi ve nasıl kaynaşabileceğimizi düşünmeye ve bu konuda çaba sarf etmeye başlarız.

Bu kitap da toplumun değişik kesimlerinin bu çok özel ve farklı grup anneyi tanınması ve özünde ne kadar benzediğimizi fark etmesi için yazılmıştır. Toplumun ailelerin ihtiyaçlarını daha yakından tanımaları, doğru bir biçimde, çağdaş ve uygar toplumlarda olduğu gibi algılanması ve kabul etmesi temel hedeflerden biridir. Bu eserin bu yönde katkı sağladığını görmek beni çok mutlu etmekte... 1. basımı okuyan öğrencilerimden, çeşitli kişilerden aldığım tepkiler bana kitabın hedefine ulaşmakta olduğunu gösterdi... Bu sürecin devam etmesi

“Bayan Perşembeler”in daha fazla okuyucuyla buluşması ile mümkün olabileceğinden yedinci basımı da heyecan ve mutlulukla karşılıyorum.

Bu kitap, farklı özellikleri olan çocukların ve ailelerinin gelişimine, toplumun tutumlarının olumlu yönde gelişim ve değişimine katkı sağlayabilecekse, ne mutlu bize!

Prof. Dr. Füsun Akkök

Ankara, 2022

ÖN SÖZ

Çok uzun yıllar önce farklı özelliği olan çocukların aileleriyle ilk tanıştığım da, çok farklı bir grup ile birlikte olduğumu kalbimin ve beynimin derinliklerinde hissetmişim. Bir yanda çocuklarının farklılıklarını anladıklarında yaşadıkları o çaresizlik, güçsüzlük duyguları, öbür yanda ise bu durumla başa çıkabilmede ve kendilerini, ailelerini, yakın çevreyi ve toplumu geliştirme yönünde gösterdikleri büyük çabalar...

Uzun yıllardır sürdürdüğüm, ailelerle psikolojik danışma gruplarında, birçok annenin, babanın ve zaman zaman da kardeşlerin yaşadıklarını, fark ettikleri, fark edemedikleri duygularını, düşüncelerini, diğer ailelerle benzerlik ve farklılıklarını paylaştık. Onların kendilerine, çocuklarına özgü yaşadıkları mutlulukları, eşlerin, kardeşlerin ihtiyaç ve beklentilerini, toplumu, değiştirme, geliştirme çabalarını birlikte hissettik, yaşadık ve çok yol kat ettik.

Okuyacağınız bu kitap, sizi bu ailelerin dünyasına götürmek, onların hissettiklerini, geçtikleri aşamaları, vardıkları noktaları ve varmak, başarmak istediklerini anlatmak için hazırlanmıştır. Diğer bir deyişle, sizlerin “çok özel ve güçlü” bir grubu, farklı özellikleri olan çocuk ailelerini daha yakından tanımamız için yazılmıştır.

Düzenli aralıklarla yapılan bir anne grubunda annelerden, verilen alt başlıklara ilişkin paylaşmak istediklerini yazmaları istenmiş ve yaşadıkları, sizlere anlatmak istedikleri onların kaleminden kitaba konmuştur. Her alt bölüm, o bölümün alt başlığı, yazarın giriş yazısı ve annelerin yazdıklarından oluşmuştur. Kitabın adı da yine grup üyesi bir anne tarafından önerilmiştir.

Ben bu kitaba ilişkin değişik beklentiler taşımaktayım. Bunların en önemlisi yukarıda belirtilmiştir. Başka önemli bir beklentim de toplumun bu ailelerin ve çocuklarının ihtiyaçlarını daha yakından tanıyarak, doğru bir biçimde, çağdaş ve uygar toplumlarda olduğu gibi algılanmaları ve kabul edilmeleri sürecine katkıda bulunmakta-

dır. Diğer bir deyişle, bu ailelerin gösterdikleri güç, çaba ve özveriye bağlı olarak diğer ailelerden “farklı” olduklarını, ancak diğer tüm ihtiyaçlar ve beklentileri yönünden (sevilme, sayılma, kabul görme, destek görme) toplumun diğer bireyleriyle benzer olduklarını da görmemize, fark etmemize ve bu konuda duyarlı olmamıza da katkıda bulunmak istedim.

Öğrencilerim yıllardır benim onlara naklettiklerimden aileleri tanımaya çalıştılar. Böyle bir kitapla aileleri doğrudan kendi kalemlerinden, yazdıklarından tanınmaları da çok heyecan verici bir diğer beklentim...

Biz “farklı çocuk aileleri” diyoruz, çünkü bu çocuklarımızın kendilerini farklı kılan özellikleri dışında, tüm diğer psikolojik, fizyolojik ve toplumsal ihtiyaçların yaşlılarıyla benzer olduğunu biliyoruz.

Bu kitap ortak bir çabanın ürünüdür... Kendilerini, yaşadıklarını paylaşan çok özel annelerin, grubu birlikte yürüttüğüm genç, yetenekli öğrencim ve meslektaşım Gülendam Sayın'ın, bu alanda yetişmeye başlayan ve kitabın yazımında çok emeği geçen, fikirleriyle de katkıda bulunan genç asistan arkadaşım Ezgi Özeke'nin katkılarıyla oluşmuştur. Kitabın kısa sürede yayına hazırlanıp sizlere ulaştırılmasını METU Press'e borçluyum. Sayın Hatice Kırbıyık'a da çabaları için en içten teşekkürlerimi sunuyorum.

Bu kitap, farklı özellikleri olan çocukların ve ailelerin gelişimine, toplumun tutumlarının olumlu yönde gelişim ve değişimine bir katkı yapabilecekse, ne mutlu bize!

Prof. Dr. Füsün Akkök

Ankara, 2022

BAYAN PERŞEMBELER

Haftanın dördüncü günü, tatile yaklaşmanın ilk heyecanı sevimli ve tatlı perşembe. İşte bu kadar kısa açıklanır. Bu kadar! Bir bizler biliriz, bir bizler yüreğimizde sınımsız sevgi ile besleriz perşembenin farkını, umudunu, özgürlüğünü ve sonsuz rahatlığını.

Sizin en yakınınız kim? Anneniz? Babanız? Eşiniz? Çocuğunuz? Ya da yine siz, kendinize daha yakınsınız... Ama bizler Perşembe günleri bu kuralları yıkıyoruz. On, yirmi belki daha çok, ama asla daha az olmamak koşulu ile bizler etten duvarlar ördük, yüreklerimizi birleştirip bir koca yüreğe sahip olduk ki ne sınırları var belirlemediğimiz, ne de büyüklüğünü tarif edebiliriz.

Adımız aynı ad ile anıldı, hepimize “ana” sözcüğünün o sıcaklığı, saflığı, o kutsallığı verildi. Ana denildi, anne denildi. Dertler, kederler, sıkıntılar aynı hamurla yoğruldu. Ya gözyaşlarımız? Onlar gökyüzüne kavuşup, yağmur taneleri olarak indiler yeryüzüne. Mutluluğumuz, yağmur sonrası gökkuşuğu gibi eşsiz bir tablo oluşturdu. Her renginde bir umudu, bir sevgiyi barındırdı.

Artık kimsenin bir çocuğu yok. Bizler on, on beş, yirmi çocuk annesiyiz. Sadece Sevim’in değil, Ömer’in, Gizem’in, Buket’in, Sonat’ın, Serhan’ın, Korhan’ın, Sebla’nın yani umutların anası, annesi ve daha nicelerinin yüreği, sevgisi, umudu olduk.

Burada kadınlar var, mücadele var. Savaşın en tatlısı var. Fakat bu kadar kadın, kendi hakları için değil, çocuklarının hakları için savaşıyor. Önce onlar, önce CANANLAR sonra CANLAR diyorlar.

Kimisi evini, kimisi işini, kimisi çocuğunu bir yere bırakıp koşup geliyorlar, geldikleri gün PERŞEMBE.

Bizler perşembe günleri ağlıyoruz. Belki kimselerin yanında dökemediğimiz, belki de dökmeye kıyamadığımız yaşları boşaltıyoruz. Hiç ama hiç gocunmadan, utanmadan, sıkılmadan. Bizler biliyoruz ki gözyaşlarımıza uzanan on omuz, on yürek var.

Perşembe günleri gülüyoruz. Daha önce gülmediğimiz kadar rahat ve içten. Yürekler birleşmiş, bir gülümseme bin kahkaha olmuş. Sevgi ve dostluk dolu.

Haykırıyor, bağılıyor belki de sorgularımız yıllar yıllar öncesine gidiyor ve susuyoruz!!! Nefetimizi kimselere zarar vermeden kusuyoruz.

Bizler perşembeleri, bir şövalye gibi mağrur, güçlü ve yenilmez oluyoruz.

Belki yeldeğirmenlerine isyanımız, belki de sorumsuzları SORGULUYORUZ!..

Bizler hep birlikte emeklemeyi, yürümeyi öğrendik! Şimdi maratonlara hazırlanıyoruz.

Onlarca yürek perşembe günlerini bekliyor, biliyor ve birbirini anlıyor. Çünkü onlar özel, hatta çok özel; çünkü onlar “Bayan Perşembeler”.

Onlar gelecek güzel günlerin umudu, Füsun Hanım'ın dediği gibi gönüllü “toplum liderleri”, elleri öpülesi analar, analarımız!

... Ve “Bayan Perşembeler” gibi perşembe günlerini seviyor, sayıyoruz. Savaşlarında sonuna kadar yanlarında olmaya yeminliyiz. Buna bir perşembe teyzesi olarak ben de destek ve söz veriyorum.

Sizleri ve sizler kadar güzel çocuklarınızı çok ama çok seviyorum.

İÇİNDEKİLER

Dokuzuncu Basıma Özel	v
Ön Söz.....	vii
Bayan Perşembeler	ix

BÖLÜM 1

Çocuğunuzun Farklı Özellikleri Olduğunu İlk Öğrendiğinizde Yaşadığınız Duygular.....	1
-----------------------------------------------------------------------------------------	---

BÖLÜM 2

Farklı Özelliklere Sahip Bir Çocuk Kendimizde ve Yaşantımızda Ne Gibi Değişiklikler Meydana Getirdi?.....	19
-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------	----

BÖLÜM 3

İlk Günleri, Yılları ve Bugünleri Karşılaştırdığımızda Çocuğumuzda Ne Gibi Değişiklikler Gözlüyoruz?	47
------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	----

BÖLÜM 4

Farklı Bir Çocuk Anne-Babası Olarak Çevrenizden ve Uzmanlardan Nasıl Bir Yardım Aldınız?	61
------------------------------------------------------------------------------------------------------	----

BÖLÜM 5

Siz Benzer Durumdaki Anne-Babalara Nasıl Bir Yardım Yaptınız? Nasıl ve Ne Yönde Yardım Almak İstersiniz?	73
----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	----

BÖLÜM 6

Oturumlardan Sonra Hissettikleriniz.....	89
------------------------------------------	----

BÖLÜM 7

Yeni Yılda Çocuğunuzla ve Kendinizle İlgili Gerçekleştirmek İstedikleriniz	117
Kuyuya Düşmek	123
Son Sözler	125
Tanımlar.....	126

1. BÖLÜM

ÇOCUĞUNUZUN FARKLI ÖZELLİKLERİ OLDUĞUNU İLK ÖĞRENDİĞİNİZDE YAŞADIĞINIZ DUYGULAR

Aileler farklı özellikleri olan çocukları olduğunu ilk duyduklarında, öğrendiklerinde yaşadıkları duygular çok karmaşık duygulardır. Her ailenin kendine özgülüğünden, farklı kişilik özellikleri ve sosyal destek örüntüleri olduğundan yola çıkılarak, ailelerin yaşadıklarının hem benzerlikler hem de farklılıklar gösterdiği düşünülebilir. Ailelere çocuklarının durumuna ilişkin ilk bilgilerin nasıl verildiği, ailenin uyum sürecini belirleyen en önemli nedenlerden biridir. Anne babalara doğru bilgi verilerek uygun bir yaklaşımla iletişim kurulduğunda, ailenin bu beklemedikleri ve hazır olmadıkları duruma uyum sağlama da çok olumlu bir başlangıç yaptıkları düşünülür. İlk anda, günlerde, aylarda, yıllarda yaşanan duygular, uzmanların ailelerle ilk iletişiminin nasıl olduğu ile çok yakından ilişkilidir. Bu ilk etkileşime bağlı olarak, anne baba kızgınlık, kırgınlık, yalnızlık ve çaresizlik duygularını yoğunlukla ve sürekli yaşayabilir, ya da kendini ve çocuğunu geliştirme yönünde daha güdüleyici ve destekleyici bir yaklaşımla gelişim sürecine olumlu bir başlangıç sağlar. Bu ilk etkileşim anne babanın çocuğa karşı temel tutumlarının oluşmasında da çok önemli bir temel taşıdır.

Ailelerin tepkilerini açıklayan çeşitli modeller vardır. Bunlardan en bilineni “Aşama Modeli” olarak belirtilen ve ailelerin çeşitli aşamalardan geçerek kabul ve uyum aşamasına geldiğini varsayan modeldir. Buna göre, farklı özelliği olan çocuğu olduğunu öğrenen anne babalar,

ilk aşama olarak, duygusal bir karmaşıklık içine girerler; davranışlar, düşünceler karmaşıktır; yaşanan yoğun bir şok, karmaşıklık ve şaşkınlıktır. Daha sonra yas, aşırı üzüntü, hayal kırıklığı, kaygı, red, suçluluk ve savunma mekanizmalarının yoğun yaşandığı tepkisel aşama gelir. Bunu “Ne yapabilir? Neler yapabilirim?” sorularının sorulmaya başlandığı uyum ve duruma alışma süreci takip eder; aileler daha sonra bilgi ve becerilerini geliştirmeye, çocukları ve kendileri için planlar yapmaya ve geleceği düşünmeye başlarlar.

İkinci model “Sürekli Üzüntü Modeli”dir. Bu yaklaşıma göre, aileler gerek aile içi yaşantıları, gerekse toplumsal tepkilere bağlı olarak sürekli bir üzüntü ve kaygı içindedirler. Bu doğal bir süreç olarak algılanmakta ve patolojik olarak düşünülmemektedir. Çocuğun farklılığının kabulü ve üzüntü bir anda yaşanabilir ve ailenin uyum süreci böylece gelişir. Çocuğunun durumuna üzülen bir anne ya da baba, aynı zamanda çok çabalayan ve çocuğunun gelişimi için uğraşan bir anne baba da olabilir.

Üçüncü model olan “Kişisel Yapılanma Modeli”, duygulardan çok bilişi temel almakta ve ailelerin farklı tepkilerini, bu duruma getirdikleri farklı yorumlara, farklı algılara bağlamaktadır. Diğer bir deyişle, anne babaların kendilerine ve çocuklarına ilişkin geçmiş deneyimleri, beklentileri, ailelerin tepkilerini belirlemektedir. Aileler hamilelik dönemi boyunca ve içinde yaşadıkları çevrenin de değer yargılarına bağlı olarak, gelecek yaşantılarına, çocuklarının geleceğine ilişkin bilişsel yapılar oluştururlar. Farklı özelliği olan bir çocuğun doğumu, bu oluşmuş yapılar uymadığı için aile yoğun bir kaygı yaşar; bu şok döneminin ardından aile tekrar bir yapılanma sürecine girerek kendilerine ve çocuklarına ilişkin farklı yapılar oluşturmaya başlar.

Dördüncü model ise “Çaresizlik, Güçsüzlük ve Anlamsızlık” modelidir. Farklı özellikleri olan bir çocuğun anne babada yarattığı duygular, yakın çevrenin (büyükanneler, büyükbabalar, arkadaşlar) tepkileriyle çok yakından ilişkilidir. Onların, durumu olumsuz ve çaresizlik içinde algılaması anne babanın da benzer duygular içine girmesine

neden olmaktadır. Çaresizlik ve güçsüzlük, yeni bir bebeğin doğumunda tüm anne babalarca yaşanabilecek bir duygu olmakla birlikte, yakın çevrenin farklı özelliği olan çocuğa karşı tepkileri anne babanın tepkilerinin, duygularının şekillenmesinde temel teşkil eder.

Tüm bu modeller bize ailelerin neler yaşadıkları konusunda ipuçları vermektedir. Her ailenin kendine özgü olduğu, yaşadıklarının ve gelişimlerinin de kendine özgü olacağı hep hatırlanmalıdır.

Kaynak: Dale, N. (1996, **Working with Families of Children with Special Needs**, London: Routledge.