**ERGEN ÇOCUĞU OLANLARA SESLENİYORUZ**
Ergenlik öncesi çocukluk döneminde en temel etkileşim ortamı anne ve babayla birlikte olunan zamanlardır. Ergenlik döneminde akranların önemi artsa da, anne ve babayla etkileşimin niceliği ve niteliği de önemini korur. Bu nedenle ebeveynler ve aile ergen için halen en temel belirleyiciler arasında olmayı sürdürür. Ergenlik dönemindeki gelişime ve ruh sağlığına odaklanan pek çok kuram ve makale ergenlik döneminde yaşanan ergen ile ebeveynleri arasındaki çatışmaya odaklanırlar. Özellikle ergen ile diğer aile bireyleri arasındaki duygusal ve fiziksel uzaklaşmanın üzerinde durulur. Oysa ergen ailesinde bir çatışmalı ortam yaşanacağı önyargısına karşın gençler ile ebeveynleri arasında çoğunlukla olumlu ve yakın bir etkileşim ve iletişim gözlenir (Steinberg, 2007). Çocukluk döneminde olumlu ilişkileri olmuş ailelerin yalnızca yaklaşık %5’inde ergenlikte ciddi sorunlar yaşanmaktadır (Steinberg, 2007). Ergenler büyük oranda ebeveynlerine benzer değer yargılarına ve yaşam görüşüne sahip olurlar. Eğitim ve meslek tercihleri, değerli gördükleri kişisel özellikler sıklıkla birbirine yakındır (Gecas ve Seff, 1990).

Öte yandan, giyim tarzı, müzik tercihleri, boş zaman etkinlikleri kuşaklar arasında belirgin farklar içerebilir. Ergenler ebeveynleri tarafından konulan kuralları ahlaksal olarak gördüklerinde (örneğin, sınavlarda kopya çekmenin uygunsuzluğu) ya da güvenlikle ilgili olduğunda (örneğin, sigara içmenin zararları nedeniyle izin verilmemesi) daha mantıklı olarak görürler. Fakat bu kuralları kişisel olarak algıladıklarında (örneğin, bir arkadaşıyla buluşmaya giderken giydiklerine karışma) ebeveynleriyle daha fazla otorite çatışması yaşamaktadırlar (Steinberg’den alıntı, 2007).

Aile en temel sosyal ortamdır ve her sosyal ortamda olduğu gibi dinamik bir etkileşim ağına sahiptir (Granic ve ark., 2003). Etkileşimin temel mekanizmasını olumlu ve olumsuz geribildirimler oluşturur. Bazı davranışlar diğerleri tarafından desteklenerek pekişirken (olumlu geribildirim), bazıları da engellenmeye çalışılır (olumsuz geribildirim). Olumsuz geribildirimler sistemin içinde bulunduğu dönemsel dengeyi sabit tutmaya, olumlu geribildirimler ise farklı bir dengeye doğru değişime yöneliktir. Özellikle ergenlik döneminde bir bireyi hızlı bir değişim ve gelişim sürecine giren bir ailede değişimin ve böylelikle gelişimin desteklenmesi için olumlu geribildirimlere ihtiyaç artar. Öte yandan, ergenlik bir sınırlarını keşfetme, kendini sınama zamanı olarak da görülebileceğinden ergen aynı zamanda ebeveynleri tarafından belirlenecek sınırlara ve kurallara, gerektiğinde engellenmelere, diğer bir deyişle olumsuz geribildirimlere de ihtiyaç duyar. Ergenin gelişim taleplerini karşılamayan, hatta engelleyen bazı olumsuz geribildirimler, sistemdeki değişim enerjisine belirli bir süre karşı koysa da, zaman içinde değişim dinamiği farklı yollarla enerjisini boşaltmak durumunda kalabilir. Örneğin, fiziksel ve bilişsel olarak büyümesine ve olgunlaşmasına rağmen, özerklik talepleri (örneğin, dışarıda daha uzun kalabilme, konsere gidebilme, istediği akademik alanı seçebilme) yeterince karşılanmazsa, ergen bu özerklik ihtiyacını yan yollarla karşılamak durumunda kalabilir. Örneğin, bedeni üzerindeki özerkliği, cinsel kimliği üzerindeki özerkliğini daha fazla ön plana çıkarabilir ve birer çatışma alanı haline gelmesini sağlayabilir.

Hormonel ve bilişsel gelişime bağlı olarak kaçınılmaz bir şekilde değişim içine giren ergen bu dönemde olaylara farklı açılardan bakabilecek, cinsel dürtülerinin farkına varacak ve böylelikle kendine ait bir kendilik ve kimliğe sahip olmaya çalışacaktır. Diğer bir deyişle, sadece somut anlamda değil, soyut yapısıyla da var olmaya çaba gösterecektir. Ayrı bir birey olarak var olabilmesi için de anne ve babasından birtakım farklı özelliklere, değer yargılarına ve önceliklere sahip olmalıdır. Bu özelliklerin ve yaklaşım tarzının gerçekten kendisine ait, özgün ve öznel olduğunu hissedebilmesi için de özerk olduğunu hissedebilmelidir. Kendini kendi kararlarını bir ölçüde kendisi verebiliyor olarak görebilmelidir. Özellikle bu noktada ebeveynlerle çatışmalar daha sık yaşanır.

**Aile içi özerklik çatışmaları ergeni nasıl etkiler?**

Özerklik bağımsızlıktan farklıdır. Yani ergen anne ve babasından bağımsız değildir. Özellikle ekonomik kararlarda, ev ortamının ve olanakların kullanımında aile büyüklerinin kuralları halen bağlayıcı olmaya devam eder. Ancak, kendine ait konularda (örneğin, odasının dekorasyonu, seçtiği arkadaşlar) kendi kararlarını kendisi alabilir. Bazen ebeveynler ergendeki özerklik taleplerini bir bağımsızlık talebi olarak görebilirler. Bu yöndeki davranışları ve sözleri otoritelerine karşı bir başkaldırı olarak algılayabilirler. Bu durumda da daha kısıtlayıcı olmayı tercih edebilirler. Sonuçta özerklik talepleri karşılanmayan, hatta kısıtlanan ergen ailesi ile daha fazla çatışma yaratacak talepler içine girer. Bazen ebeveynin otoriter tutumları öylesine yoğun olabilir ki, ergen öğrenilmiş, kaçınılmaz çaresizlik içinde mutlak itaat gösterebilir. Aksine, özerklik çabası çok daha şiddetli davranışları, örneğin evden kaçmayı ortaya çıkarabilir. Aile içi çatışmalarda özellikle de özerklik çatışmasında yalnızca ergenin kendisi ya da ebeveynler tek başına sorumlu olarak görülmemelidir.

Yaşamın ilk dakikalarından itibaren, doğum süreciyle birlikte, tek bir canlı olan anneden iki farklı canlı oluşa (anne ve bebek) geçiş yaşanır. Hemen her anne özellikle doğum sonrası ilk yıllarda bebeğini kendi bedeninin bir parçası gibi görmeye devam eder. Bebeğin acısı onun acısı, bebeğin mutluluğu onun mutluluğu olur. Böyle bir simbiyotik ilişkiden uzaklaşmak her zaman kolay olmaz. Çünkü bu birliktelik hem bebek hem de annede bir bütünlük hissi yaratır. Ayrışma ile bütünlük parçalanacak, bir şeyler eksik kalacakmış gibi gelir. Özellikle kendi ebeynlerinden ayrışma sürecinde zorluklar yaşayan ebeveynler kendi çocuklarıyla ilişkilerinde de benzer zorlukları daha sık yaşarlar. Kimlik ve kendilik gelişiminde bütünleşme sorunu olan, kendilik değeri düşük ebeveynler çocuklarıyla kısmen telafi ettikleri bütünlük ve tümgüçlülük duygusunu kaybetmeye karşı direnç gösterebilirler.

Öte yandan, benzer ayrılma bireyselleşme sorunları yaşayan ebeveynler tam aksi bir tutum içine girerek ergeni oldukça özgür ve bağımsız bırakabilirler. Bu durumda da özerklik gelişim süreci için gerekli olan güven ve özdeşim ortamı olumsuz etkilenebilir. Sınırları belirsiz bir olasılıklar dünyasında ergen çoğu zaman kendini boşlukta hissedebilir ve hemen hiç birşey onu tatmin edemeyebilir. Bu süreç somut ve sınırları belirli bir kendilik ve kimlik oluşumuna engel olur. Ergen kendini bulma yolunda somut ve güçlü modeller ararken aşırı uçlara yönelebilir.Bazen de belirsizlik ortamı gencin var olma hissini olumsuz etkiler ve nihilistik (yokluk ve hiçliğe inanma) inançlar baskın hale gelebilir. Depresif bir süreç uzun yıllar devam edebilir. Bu nedenlerle ergenlerin duygusal olarak yol gösterici ebeveynlere ihtiyaçları vardır. Ergeni bir arkadaş gibi görmek, aile içinde ebeveynlerle benzer haklar ve sorumluluklar vermek ergen için üstlenilmesi güç bir yük olacaktır. Aksine, onun bireysel tercihlerini ihmal etmek, özerkliğine engel olmak da gelişimini olumsuz etkileyecektir.

Ayrıca, yapısal ya da etkileşime bağlı nedenlerle ergenlik öncesi dönemlerde özgüveni ve kendilik değeri yeterince gelişmemiş, bilişsel ve duygusal sorunları olan ya da dikkat ve dürtü kontrolü denetiminde zorluklar yaşayan bireyler diğer çocuklara göre ergenlik yıllarında ebeveynlerini daha fazla zorlayabilirler.

**Aile içi etkileşimin yapıtaşları nelerdir?**

Çoğunlukla bir ergenin ailesinde sadece anne ve babası yer almaz. Büyük ya da küçük kardeşler, babaanne, anneanne, dede, dayı, hala gibi diğer aile bireyleri de sıklıkla ailenin birer üyesidir. Özellikle ülkemizde ergenlerin büyük bir bölümü halen geniş aile ortamında yetişmektedirler. Aile içindeki her birey bir diğeri ile ikili bir ilişki içindedir (örneğin, baba-kız ilişkisi, abi-kardeş ilişkisi, baba-babaanne ilişkisi). Ergenin her bir ikili ilişkideki rolleri ve duygusal yaşantısı diğerlerinden belirgin farklar içerebilir. Bu ikili ilişki içinde her bir bireyin bireysel özellikleri ilişkinin yapısı ve işlevi için belirleyici olur. Duygusal dışavurumu kısıtlı bir birey benzer özelliğe sahip diğer aile bireyi ile derin duygusal etkileşim içine girmekte zorluk çekebilir. Ancak, aynı birey daha dışa dönük diğer aile üyesi ile oldukça yakın ve derin duygusal etkileşim yaşayabilir. Bu nedenle aile içindeki bireyler diğer bireylerin farklı ilişki içinde yaşadıkları eksiklikleri, duygusal çatışmaları ve gereksinimlerini bir ölçüde telafi ederler. Örneğin, bir genç kız annesiyle yaşayamadığı özdeşimi anneannesi ile yaşayabilir. Bir erkek “ağabey” rolünün gerekliliklerini yerine getirirken, bir yandan da babasının özelliklerini daha kolay içselleştirebilir.

Nitelik ve nicelikler açısından farklar olsa da, tüm aile bireyleri arasında ikili ilişkiler yaşanır. Her bir ilişki bireyin diğer ilişkilerini de etkilediği için her birey hem doğrudan hem de dolaylı olarak diğer aile bireylerini etkiler. Örneğin, ailenin büyük kızının üniversite için evden ayrılması özellikle evde kalan küçük kızın rollerini değiştirecektir. Eskisinden daha farklı hak ve sorumluluklara kavuşan ergen bu değişime hızlıca ayak uyduramayabilir ve ablasından ona geçen bazı roller ağır gelebilir ve sıkıntı verici olabilir. Örneğin, evin temizliğine, yemek yapımına daha fazla katılmak zorunda kalabilir. Bu durumda kaçınmalar söz konusu olabilir. Sonuçta ev ortamında yerine getirilmesi gereken bir görev gerçekleştirilemeyebilir. Bu sonuç ailenin tüm bireylerini olumlu ya da olumsuz etkileyecektir. Yeni durumu telafi etmek için sistem aile içinden bu göreve en yakın olanı zorlamaya başlar. Örneğin, anne bu görevleri üstlenebilir. Eskisinden daha da fazla yorulan ve zorlanan anne eşinin ihtiyaçlarını eskisine göre daha fazla ihmal edebilecektir. Bu nedenle de anne-baba arasındaki ilişkide bir değişim olacaktır. Gelinen olumsuz sonuçta baba anneyi, anne küçük kızını, küçük kız da ablasını suçlu ve sorumlu olarak görebilir. Zamanla sistem bir dengeye oturabilir. Örneğin, baba anneye, anne de kızına yardımcı olabilir ve ev içindeki görev dağılımı netleşebilir. Ya da küçük kız ablasının görevlerini üstlenebilir. Ancak, çoğu zaman yeni düzen oluşumu kolay gerçekleşmez. Bazen yeni sorumlulukların ve karşılanmayan ihtiyaçların getirdiği sıkıntılar ilişkileri daha zorlayabilir. Örneğin, evdeki beklentilere ve yeni görevlere katlanamayan küçük kız da evden ayrılmaya karar verebilir. Bu yeni durumda da yeni roller ve yeni görev dağılımları gündeme gelir ve sistem değişim için yeniden zorlanır.

Aile içinde özellikle değişimin yoğunlaştığı dönemlerde -yeni oluşan duruma uyum sağlamak için- ortaya çıkan seçenekler arasından tercihler yapmak gerekli olur. Örneğin, maddi sorunlar nedeniyle daha küçük bir eve taşınmak gerekli olabilir. Hangi semte taşınılacağı, kaç odalı bir ev tutulacağı, odaların paylaşımı, okul değişikliği yapma gerekliliği gibi konularda seçim yapmak ve karar vermek gerekecektir. Bu durumda aile bireyleri arasında görüş farklılıkları olur. Görüşler etrafında koalisyonlar kurulur. Aslında en küçük kararlarda bile aile üyeleri arasında belirli koalisyonlar dikkat çeker. Çoğu zaman çocuklar anne baba arasındaki görüş ayrılıklarında taraf olmaya zorlanırlar. Çocuklar da bilişsel ve duygusal gelişim düzeylerine uygun olarak kararlara dahil olurlar. Ergenlik öncesinde anne ve babayı tümgüçlü gören ve itaat etmeye daha yatkın olan çocuklar yapacakları tercihlerde ödül ve cezanın nereden geleceğini, ihtiyaçlarının nasıl karşılanacağını ön plana alarak karar alırlar. Ergenlik döneminde ise kendi özerkliğine daha fazla saygı gösteren, kendi doğruları ile daha fazla örtüşen tarafı tercih edebilirler. Hemen her yaş döneminde çeşitli hassasiyetler taşıdıklarından, anne ve babalar sıklıkla bu hassas noktaları istismar edebilirler. Örneğin, boşanma sürecindeki bir ebeveyn, çocuğunu kendisinin tarafına çekmek için bu hassasiyetleri kullanabilir. İki tarafın birbirlerinden tutarsız davranışları ya da her iki tarafın da ergenin önceliklerini istismar etmesi oldukça olumsuz sonuçlar doğurabilir. Ebeveyn-çocuk çatışmalarını körükleyebilir ve özellikle özerklik ve kimlik gelişim sürecini ketleyebilir.

**Ailenin gelişim dönemleri ergen gelişimini nasıl etkiler?**

Aile de değişen ve gelişen bir varlık olarak ele alınabilir. Ailenin de bir kimliği, özerkliği, bilişsel işlevleri, problem çözme becerileri, duygusal gelişimi olacaktır. Öte yandan, ailenin de bir doğumla başlayan, gelişim ve yok olma ile sonuçlanan bir yaşam döngüsü vardır. Evlilik (ya da iki kişinin birlikte yaşaması) ile ailenin temelleri atılır. Artık iki kişiden oluşan ama her iki kişiden farklı bir üçüncü varlıktan, aileden söz edilebilir. Örneğin, bir bütün olarak ailenin kimliği aile bireylerinin kimliklerinin toplamı değildir. Ailenin kimliğinde ekonomik olanaklar, yaşanan çevre, bireylerin geçmişten getirdikleri donanım (mesleki, duygusal, bilişsel, vb.) rol alır. Aileye her yeni bireyin katılımı ya da ayrılığı ailenin kendiliğini ve kimliğini yeniden şekillendirir.

Ailenin yaşam döngüsü içinde çocuklar büyüyerek gençleşirken, erişkinler zamanla yaşlanır. Bu değişim sürecinde ikili ilişkilerin, koalisyonların, rol dağılımının nitelikleri de değişir. Baba-bebek ilişkisi ile baba-genç kız ilişkisi çok farklı önceliklere ve sorunlara odaklanabilir. Çocukların büyümesi ve gelişmesi kadar önemli ve sıklıkla ihmal edilen bir diğer değişim de anne ve babanın da değişmeye devam etmesidir. Otuzlu yaşlardaki davranış örüntüsü ve öncelikler, ellili yaşlarda tümüyle değişebilir. Özellikle çocuklar ergenlik dönemine ulaştıklarında anne ve babaları da orta yaşlılık dönemine ulaşmış olurlar. Yaşlanma kaygısının, gençliğin kaybedilmesi ile yitirilen hayallerin gündeme geldiği, yaşamdaki kazanımların ve kayıpların hesabının yapılmaya başladığı bu dönemdeki bir ebeveyn için kimliğini ve kendiliğini sorgulayan, yeniliklere ve değişime yönelmiş, geleceğin hesaplarını yapan bir ergen çok yabancı ve rahatsız edici gelebilir
Çocuklar büyüdükçe, bilişsel becerileri arttıkça, fiziksel, duygusal, hormonel, sosyal, vb. pekçok alanda geliştikçe anne ve babaları ile ilişki içinde farklı ihtiyaçlara sahip olurlar. Bazen anne ve babalar çocuklarındaki değişimi yakalayamazlar. Bazen de kişisel altyapıları ve ihtiyaçları nedeniyle çocuklarını belirli bir yaş diliminde görmeyi arzularlar. Aslında pek çok anne baba adayı daha bebek doğmadan zihninde bir çocuk imgesine sahip olmaya başlar. Bazen çok belirsiz olan bu zihinsel imge bazen çok net özelliklere sahip olabilir. Örneğin, siyah saçlıdır. Tıpkı babasına benziyordur, beş yaşlarında sevimli bir erkek çouğudur. Bu zihinde canlandırılan çocuk imgesinin psikodinamik anlamları ve işlevleri olabilir. Çocuk daha küçük de olsa, büyüse de ebeveyni için beş yaşlarında sevimli bir erkek çocuğu olarak görülmeye devam edebilir. Ebeveyn çoğu zaman bu algısının farkında olmaz, ancak davranışlarında, çocuğuyla ilişki kurma tarzında bu imgenin ipuçlarına kolaylıkla rastlanabilir. Böyle olunca da değişen ihtiyaçların ve ihtiyaç duyulan yaklaşım tarzının gereklilikleri yerine getirilemeyebilir. Pekçok ebevyn-çocuk çatışmasında bu etkileşim biçiminin örneklerini görürüz.

**Ergenlikte kardeşlerle ilişkilerin etkileri nelerdir?**

Aile içindeki rol dağılımında kardeşler önemli bir yere sahip olabilir. Ailenin diğer bireylerinin (özellikle anne ve babanın) evlilik öncesinden getirmiş olduğu ya da ailenin yaşam sürecinde belirginleşen psikososyal sorunlar ve çatışma alanları ailenin tüm bireylerine yansıtılır. Çatışmaların yoğun yaşandığı aile ortamlarında özellikle ilk çocuklar bu çatışmaların psikolojik yükünü üstlenmek zorunda kalabilirler. Örneğin, mutsuz giden bir evlilik ilişkisinde, çocuk doğumundan sonra evliliğin devamını sağlayan en önemli etken çocuğun varlığı olabilir. Bu durumda çocuk ister istemez evliliğin var olma sorumluluğunu taşır. Bu sorumluluk ergenlik öncesi dönemde olumsuz etkiler ortaya çıkarmayabilir. Ancak ergenlik döneminde artan özerklik ihtiyacına karşılık, çocuğun zamanla ebeveynlerinden uzaklaşması ve özerkleşmesi evliliğin bitmesi anlamını da taşıyabilecektir. Evliliğin devamını daha çok destekleyen ebeveyn –farkına olarak ya da farkında olmaksızın- ergenin özerklik taleplerini tehdit olarak algılayabilir. Böyle bir aile ortamında bir kardeşin varlığı ergenin üzerindeki yükü azaltabilir.

Kardeşler aynı zamanda ruhsal çatışmaların ve özdeşim gereksiniminin uygulama alanı olarak da rol alabilirler. Örneğin, babası kayıtsız bir ergen kız, abisiyle olan ilişkisi ile baba-kız ilişkisindeki yoksunlukları bir ölçüde telafi edebilir. Özellikle aynı cinsiyetteki kardeşler de ergen için rekabet durumlarıyla başa çıkma becerilerini geliştirme açısından fırsatı sunar. Küçük yaşlarda yaşanan kardeş kavgalarının işlevi olabilir. Örneğin, yavru filler, kediler, maymunlar, vb. hayvanlar kardeşleriyle fiziksel kavgalara girişirler. Bu süreçte karşısındakinin gücünü test etmeyi öğrenirler. Böylelikle erişkin olduklarında başka bir erişkinle çatışma yaşadıklarında fiziksel zarar görmeksizin karşısındakinin otoritesini kabul edebilmeyi de öğrenmiş olurlar. Benzer şekilde insanlar da kardeş rekabeti ve çatışması ile erişkinlik yaşamının provasını yapabilirler. Kaynakları paylaşmayı, ortak kararlar almayı ve uzlaşmayı öğrenebilirler. Bu işlevin gerçekleşebilmesi için çoğu zaman uygun ebeveyn denetimi de gerekli olur. Hakkaniyetli davranan, yapıcı ve uzlaşma yöntemlerini gösteren bir ebeveyn kardeş çatışmalarından olumlu etkiler doğmasını sağlayabilir.