

YAZARLAR HAKKINDA

Prof. Dr. Alfons Vansteenwegen

Yıllarca Leuven Üniversitesi'nde bulunan Aile ve Cinsel Bilimler Enstitüsü'nün ve Avrupa Seksoloji Federasyonu'nun başkanlığını yaptı. Sevgi dolu ilişkiler üzerine yazdığı eserler birçok dile çevrildi. Bu daldaki katkıları için Emde Boas-Van Ussel Hollanda Seksoloji Ödülü'nü aldı.

Emel İşci

Bütüncül yaklaşım üzerine kurduğu Adem Sağlık Merkezi'nde psikolog-psikoterapist olarak bireysel terapi ve ilişki, aile terapisi uyguluyor. Danışanlarına, yürüyüş ve hareket terapisi eşliğinde doğada derin ve bütünleştirici deneyimler sunuyor. Son yıllardaki uzmanlık konusunu stres-travma terapisi ve bilinçaltı yöntemleri oluşturuyor. Bağlamsal terapi eğitiminde doçentlik de yapan Emel İşci, ilişkiler, göç sonrası eğitim, sağlıklı beden-zihin-ruh gibi konularda seminerler veriyor.

DESTEK YAYINLARI: 1556
KİŞİSEL GELİŞİM: 260

ALFONS VANSTEENWEGEN & EMEL İŞÇİ / SEVGİYİ SÜRDÜRME SANATI

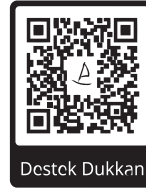
Her hakkı saklıdır. Bu eserin aynen ya da özet olarak hiçbir bölümü,
yayınevinin yazılı izni alınmadan kullanılamaz.

İmtiyaz Sahibi: Yelda Cumalıoğlu
Genel Yayın Yönetmeni: Ertürk Akşun
Yayın Koordinatörü: Özlem Esmergül
Editör: Özlem Küskü
Son Okuma: Devrim Yalkut
Kapak Tasarım: İlknur Muştı
Sayfa Düzeni: Cansu Poroy
Sosyal Medya-Grafik: Tuğçe Budak-Mesud Topal

Destek Yayınları: Şubat 2022
Yayıncı Sertifika No. 13226

ISBN 978-625-441-556-2

© Destek Yayınları
Abdi İpekçi Caddesi No. 31/5 Nişantaşı/İstanbul
Tel. (0) 212 252 22 42 – Faks: (0) 212 252 22 43
www.destekdukkani.com
info@destekyayinlari.com
facebook.com/DestekYayinevi
twitter.com/destekyayinlari
instagram.com/destekyayinlari
www.destekmedyagrubu.com



Deniz Ofset – Çetin Koçak
Sertifika No. 48625
Maltepe Mahallesi
Hastane Yolu Sokak No. 1/6
Zeytinburnu / İstanbul
Tel. (0) 212 613 30 06

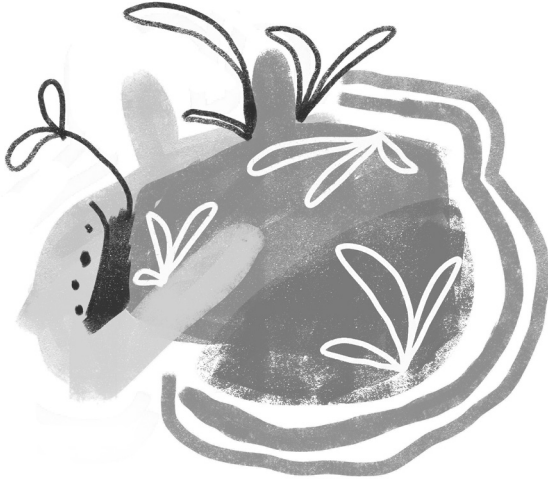


Alfons Vansteenwegen

Emel İşci

SEVGİYİ SÜRDÜRME SANATI

*Uzun soluklu ilişkiler için
oyunun kuralları*




DESTEK
YAYINLARI

İÇİNDEKİLER

ÖNSÖZ	7
 BÖLÜM 1	
SEVGİYİ SÜRDÜRME SANATININ TEMEL KURALLARI VE UYGULAMALARI	11
İlişkinizde Kendinizi Savunabilmek.....	55
Kurnaz Hileler ve Açık Yöntemler	71
İletişim	83
Kendim ve Partnerimle İlgili Varsayımlar: Mitler.....	104
İlişkide Cinsellik.....	138
Duygularla Başa Çıkmak	151
Dönemler ve Geçişler.....	160
Karar Verme Zamanı: Çözüm Boşanmak mı Yoksa Aşamalı Bir Değişim mi?	178
İlişkideki Çatışmaları Çözme	207
Beraber Çocuk Yetiştirmek.....	243
 BÖLÜM 2	
BAĞLARI DENGELEME SANATI	257
Aşk İçin Emek Vermek mi?.....	293
 TEŞEKKÜRLER	295
SON SÖZ	299
KAYNAKÇA	301

ÖNSÖZ

*Sevmek için “yürek”,
Sürdürmek için “emek” gerek.
Sevgi ne Boğaz’da, ne mum ışığında yemek yemek,
Ne de pahalı bir pırlanta demek.
Sevgi; bir lokmada iki mutlu insan demek...*

– Nâzım Hikmet Ran

Yeni bir yıla başlarken birbirimize “mutlu, sağlıklı ve huzurlu yıllar” dileriz. Peki, bizi mutlu, huzurlu, sağlıklı insan yapan nedir? Bu soruyu kendime küçük yaştan itibaren sormuşumdur. Meraklı ve dik kafalı bir çocuk olmak bana çok şey öğretti ve ilginç deneyimler tattırdı. İçimdeki çocuğu hatırlamak ve beslemek beni yeni bir maceraya sürükledi. Değerli seksolog terapist yazar Prof. Dr. Vansteenwegen’le birlikte hazırladığımız bu kitapta, kendi terapi odamdaki hikâyeleri (anonimleştirerek) sizlerle paylaştım. “Bizi mutlu, huzurlu, sağlıklı insan yapan nedir?” sorusuna cevap ararken, hayatımızda var olan bağların yükünü, yükümlülüğünü, desteğini ve şifasını deneyimledim, yaşadım. Babam “Bence iktisat oku” derken, yine de gizlice psikoloji bölümünü seçmem bu nedenleydi sanırım. Annemle babam sosyal sektörde danışman olarak çalıştıkları yıllarda, farkına varmadan, temel ihtiyaçlarımın yanı sıra, başkalarına karşı olan duyarlılığımı da beslemişlerdi. Psikoloji okumak ne kadar

ufkumu açsa da, yukarıdaki sorulara dair, bana yeterince tatmin edici cevaplar vermedi. Mezuniyetimden iki yıl geçmeden psikoterapi eğitimine başladım. Psikoterapide “Bağlamsal Aile Terapisi’ni” uzmanlık alanı olarak seçtim. Bağlamsal Aile Terapisi (Contextual Therapy), Macaristan doğumlu psikiyatr Ivan Boszormenyi-Nagy’nin ABD’de yaptığı kırk yıllık araştırma ve uygulama deneyiminin ürünüdür. Kişileri sadece ısız birer ada olarak değil –gözle görünmeyen ama hayatlarını yok sayılamaz şekilde etkileyen– başkalarıyla olan bağlarıyla değerlendirir.

Bağlamsal Aile Terapisi’nin bana sunduğu beş boyutlu çerçeve sayesinde daha net görebiliyordum artık ve insanların hikâyelerini daha farklı dinleyip çok yönlü değerlendiriyordum. Sonraki yıllarda insanlar sadece sözlerle değil, aynı zamanda zihinleri ve bedenleri ile konuştukları için, yaratıcı ve bedensel diyalog kurma yöntemleri üzerine yoğunlaştım. Farkındalık ve odaklanma terapisi, dans ve hareket terapisi ve diğer yaratıcı yöntemlerle ilgili eğitimler aldım. İçimdeki meraklı ve dik kafalı kız araştırmaya ve tutkulu bir şekilde insanlarla çalışmaya devam etti. Çatışmaların ve kronik stresin bedende, zihinde ve insan ruhunda yarattığı sonuçları gördükçe, kraniosakral rahatlama terapisi eğitimine yöneldim. Son yıllarda stres giderme, travma terapisi, bilinçaltı programlama ve nörolojik bağlantılar oluşturmaya kapsayan yöntem olarak bilinen, Live The Connection (Marina Riemsdagh, 2018) üzerinde eğitim almaya devam ediyorum. Kurucusu olduğum ADEM (Felemenkçede nefes demektir) bütüncül sağlık merkezinde, multidisipliner iş arkadaşlarımla beraber çalışmaya ve terapi eğitimi verdiğim öğrencilerimden ilham almaya devam ediyorum. Bu arada çocuklarım bana dengede olmanın önemini bir ayna gibi yansıtıyorlar. Kendi evliliğimde zaman zaman ilişkiyel yatırımın önceliğine dair hatırlatmalar alıyorum.

Bu arada karşıma Prof. Dr. Vansteenwegen çıktı ve Türk toplumuna da bir sevme kılavuzu kazandırmanın onun için ne kadar önemli olduğundan bahsetti. Ben ona bu konuda elimden geleni yapacağıma dair söz verdim... Ve (hesapladığımdan üç kat daha uzun sürse de) yaptım.

Elinizdeki bu kitap iki farklı insanın yollarının kesişmesiyle oluştu; biri Belçikalı bir profesör, diğeri Türk uyruklu psikolog-psikoterapist. Tesadüflere inanır mısınız bilmem ama sanki bu eseri böyle bir zamanda size sunabilmek tam isabet oldu. Asırlardır ilişkiler varoluşumuzun temelini oluştururken, bizleri neden bu kadar zorluyor? Dönemimizin hastalığı, yalnızlığa karşı panzehir olan bağlarımız, bizi neden bazen yıpratıyor, yoruyor? Prof. Vansteenwegen, bulgularını Türk insanına sunma isteğini bana açtığında hayır diyemedim. Aynı zamanda danışanlarımın paylaştığı ilişki kaynaklı çelişkileri, bu konuyu irdeleyerek, herkesin anlayabileceği bir dile dökmem gerektiğini anlattı bana. Böylelikle yeni bir kitap oluştu. Kültürümüzün özündeki aile bağlarını hatırlayarak, çağımızda kendimize uygun bir şekilde, beraber yaşamayı nasıl yeniden icat edebiliriz sorusuna cevaplar sunan bir kitap. İlişkilere çok boyutlu bir pencereden bakarak, içeriden ve dışarıdan, eş, aile ve toplum, geçmiş, şimdiki ve gelecek zaman perspektifinden ilişkilerin zengin tablosunu sizlere çizmek istedim. Tıpkı nefesin iç ve dış dünyayı, tüm canlıları birbirine bağladığı gibi; kendi içimizde, bireyler ve toplumlar arasında, bağlantılar oluşturmak istedim.

Neden Bu Tarz Bir Kitap?

Her çift kendi ilişkisinin uzmanıdır. Bu eser, öğrenciler, psikolog ve psikoterapistler, partner terapisinde olan veya gitmeye tereddüt edenler, beraberlik sınavını yaşayan bütün çiftler için

talimatlarla dolu. Aynı zamanda, şimdiye kadar aldığımız sevgi dersleri bazen yetersiz kaldığı için, yaşadığımız duruma veya topluma, seçtiğimiz yola, özümüze uygun olmadığı için, keşke bir sevgi kılavuzu olsa dediğimiz zamanlar için. Yeni çağ yeni çözümler gerektirdiği için... Yeni çözüm bulurken, eskilerin değerini unutmamak için...

İyi seyahatler.

Not: Kitapta anlatılan hikâyelerdeki tüm isimler değiştirilmiştir.

BÖLÜM 1

SEVGİYİ SÜRDÜRME SANATININ TEMEL KURALLARI VE UYGULAMALARI

Bir Partner ile Birlikte Yaşamak: Mantık Evliliği mi Aşk Evliliği mi?

Bu devirde bir partner ile beraber yaşamak çekilebilir bir durum mudur? Bir evlilik “kendiliğinden” yürür mü?

Yakın bir ilişki yoksa resmi bir ilişki midir? İyi gitmemesi durumunda insanlar ve ilişkiler değişebilir mi? Eşdeğer bir ilişki nedir? Eşdeğer bir ilişkinin koşulları nelerdir?

İlk bölümde bu soruların yanıtlarını arayacağız.

Beraber yaşamak neden bu kadar zor?

Beraber yaşadığınız kişi ile düzgün bir ilişki yaşamak istersiniz. Kendiliğinden güzelleşen bir ilişki, kendiliğinden sonsuza kadar devam eden ve kendiliğinden mutluluk üretendir. Evliliğe adım atanların büyük beklentileri vardır. Bu beklentileri besleyen de beraber mutlu olma hayalidir. Günlük yaşamda beraber paylaşılan hayat ilişkiye gerçeklik katar. Sorunlarsa birlikte yaşamanın temel bir parçasıdır. Bunun birkaç nedeni vardır.

Bazen bu sorunlar kriz yaratır ama her kriz, ilişkiyi derinlemesine yaşamak için bir fırsattır. Her şeye rağmen sorunsuz bir ilişki kendiliğinden yürümez.

Bu kitapta evlilik terimi genel anlamda kullanılmıştır. Bahsedilen konular, tabii ki beraber yaşayan veya yaşamak isteyen insanlara da hitap eder.

Romantik uyum beklentisi

Çoğu kişinin evlilikten romantik beklentileri vardır. Bu beklentiler, birlik, aşk ve uyum modelinden oluşur. Bu beklentileri şu şekilde açıklayabiliriz:

“Evlendiğimiz zaman birbirimizi tamamen anlayacağız ve hissedeceğiz. Evli olduğumuz süre içerisinde birbirimizi her zaman seveceğiz, tartışma yaşamayacağız. Her zaman veya en azından çoğu zaman aynı şeyleri isteyeceğiz. Birbirimizin isteklerini diğerimiz daha cümlesini tamamlamadan yerine getireceğiz.”

Bu beklentiler uyum ile boyanmış aşktır. Aynı şey “masif iletişim” için de geçerlidir. “Eşime her şeyi sıkıntısız anlatabilirim, bütün duygularımı paylaşabilirim ve o beni tamamen anlar.” Kısacası, her şey kendiliğinden olumlu devam eder.

Kendiliğinden olur gider!

Bu romantik beklentilere karşın *gerçeklik* umduğumuz gibi olmayabilir. Gerçekler bize insanların birbirleri ile farklılıklar içinde olduğunu gösterir. Hayal edilen gerçeklik kalıcı değildir. Beraber yaşamaya başladığınız andan itibaren, bir evlilik bize günlük anlaşmazlıkları gösterir. Birkaç örnek verelim:

Ayla ve Cenk'in diş macunu: Ayla ve Cenk aynı diş macununu kullanıyorlar. Cenk çok düzenli, prensipli biri ve macunu her kullandığında alt tarafından bastırarak kullanıyor. Ayla ise macunun ortasına basıyor ve macun yanlara dağılıyor. Bu senaryo her gün, günde iki defa tekrarlanıyor. Bu aslında tamamen önemsiz bir detay ama her gün tekrarlandığı için kendisini hissettiren bir detay.

Ozan ve Buket'in kahve sunumu: Her ne zaman Buket Ozan'a bir fincan kahve verse, Ozan fincanın neredeyse boş olduğu kanısına varıyor. Buket için dolu fincan, yarıdan biraz daha fazlasının dolu olması demek iken, Ozan için dolu fincan neredeyse taşana kadar dolu olması demek. Buket, Ozan'ın kendisine neredeyse 15 yıldır gereğinden fazla kahve doldurduğunu düşünüyor. Ozan ise yeterince kahve alabilmek için her seferinde ısrar etmek durumunda kalıyor ve fincanını her seferinde dolana kadar havada tutması gerekiyor.

Defne ve Tarık'ın arabasındaki güneşlik: Güneşli günlerde Defne ve Tarık güneşliği farklı kullanıyorlar. Tarık sabahları güneşliği aşağıya indiriyor ve çok nadiren tekrar kaldırıyor. Defne ise her güneşli sokakta güneşliği açıyor ve her gölgeli sokakta tekrar kapatıyor. Bu durum Tarık'ı deliye döndürüyor.

Ali ve Ayşe'nin bardakları: Ali sabahları masayı topladığında bütün bardakları kaldırıyor. Ayşe bardağının dibinde her zaman biraz çay bırakıyor. Ali'nin bardağı ise her zaman boş kalıyor. Onun için boş bir bardak tamamen boş olması, Ayşe için ise boş demek bardağının dibinde biraz daha çay kalmış olması demek. Bu Ali için büyük bir sorun değil ama her bu-laşık makinesini doldurduğunda, Ayşe'nin bardağını her seferinde boşaltması gerekiyor. Bu her gün hissedilen bir detay. Tam 15 yıldır, her gün yeniden ortaya çıkan küçük bir engel, küçük bir kin.

Savaş ve Ayşegül'ün sıcak ve soğuğu: Ayşegül sabahları sıcak sevir, akşamları ise serinliği. Savaş ise sabahları serin olmasını isterken akşamları sıcak sevir. Sabah banyoda Ayşegül kapının kapalı kalmasını istiyor, çünkü içerisi sıcak kalmalı. Savaş ise kapının açık kalmasını tercih ediyor çünkü yeterince serin olmazsa sabahları kendine gelemiyor. Akşamları ise durum tam tersine dönüyor. Savaş sıcak tercih ederken Ayşegül serinliği tercih ediyor. Bununla ilgili yaptıkları günlük tartışmalarda kendilerini şöyle ifade ediyorlar: Banyonun kapısını kapatır mısın? Pencereyi açık bırakma! Üşüdüğümü bilmiyorum musun! Savaş'ın yanıtları da "Ben soğuk olmazsa uyanamıyorum biliyorsun" tarzında devam ediyor.

Küçük farklar

Bir başkasıyla aynı çatı altında yaşayan herkes bu tür farklılıkları hisseder. Çoğu zaman çok küçük farklardır bunlar, ama günlük olarak tekrar ederler. İnsanlar farklı bir şekilde masayı hazırlar, farklı bir şekilde yemek yerler, farklı bir şekilde evlerini toplarlar. Bu alışkanlıkları doğup büyüdüğümüz evde ediniz, nasıl gördüysek o şekilde devam ettirmek isteriz. Farklı olan bu alışkanlıklar aslında çok küçük şeylerdir ama sürekli tekrarlanmaları onları bir mesele haline getirebilir. Mesela bir kadın akşam yemeğinden sonra televizyon önünde çay keyfi yaparak dizisini sonuna kadar izlemek isterken, kocasının tek düşündüğü bir an önce yatağa gidip sevmektir. Bu yüzden sabırsızdır ve eşinin geç saatte biten dizi ve çay keyfine sinir olur. Bu şekilde küçük sıkıntılar yaratan o kadar çok şey vardır ki. Yemek yeme şekli gibi, kıyafet seçimi gibi, oturma şekli, evde dolaşma şekli gibi... Bu tür şeylerden dolayı kimse kavgaya etmez, fakat böyle şeyler küçük rahatsızlıklar oluşturarak bize sıkıntı verebilirler.

Büyük farklar

Bir başkasıyla aynı çatı altında yaşamak aynı zamanda büyük farklılıklarla da karşılaştırır bizi. Bahsettiğimiz büyük farklılıklar nelerdir? Bu büyük farklılıklar ilişkideki alış ve veriş beklentileriyle ilgilidir. Bir partnerle beraber yaşama “programı” veya “menüsü”dür yani. Bu beklentiler örneğin cinsiyete bağlı olarak kalıplaşmış varsayımları kapsar. Her birimiz doğup büyüdüğümüz evde kadın veya erkek olmanın anlamını öğreniriz. Her birimizin, annemizin babamızın evinde yaşarken, “Ben kendi yuvamı kurduğumda, bunu devam ettirmek istiyorum” dediğimiz mevzuları vardır. Aynı şekilde, ileride kendi evimiz olduğunda “Bunu asla yaşamak istemem” dediğimiz konular, “Ben bunu asla yapmam” dediğimiz olaylar da vardır. Aynı şeyler beraber yaşadığımız kişi için de geçerlidir. Bu büyük farklılıklar, eşimizle beraber yaşadıkça kaçınılmaz olan farklılıklardır. Tanıştığımız kişi komşumuz olabilir, aynı şiveyi konuşabilir, aynı sosyal sınıftan olabilir, aynı gelişim seviyesinde olabilir, aynı politik görüşten olabilir. Yine de her birimiz başka bir ailede yetişmişizdir. Aynı sokakta yaşayan insanlar arasında bile, çok büyük farklar vardır. Mesela Bekir ve Fatma’nın ailesini örnek alalım.

Bekir ve Fatma’nın ebeveynlerinin evi: Bekir’in doğup büyüdüğü evde çalışmak her zaman son derece önemliydi. Yaşamak çalışmak demek, çalışmak yaşamak demektir. Sadece çok çalışarak hayatta bir yere gelebilirsin inancı hâkimdi. Bekir’in planı, fazla mesai yapmak, daha sağlam çalışmak, hayatta ilerlemektir. Onun büyüdüğü evde bunun yanı sıra kazanılan parayı biriktirmek, çok önemli bir beklentiydi, kazanç asla israf edilmeliydi. Üçüncü şart olan konu da bir eve sahip olmaktır. Dördüncüsü, hayattaki olmazsa olmaz çocuklardı. Hayatını onlara göre planlamalı ve onlar için yaşamalıydı. Bir anne baba için en önemli şey çocuklarının kendilerinden daha mutlu olmalarıydı.

Çocuklar aynı zamanda kendilerinden daha iyi bir yere gelmeliydiler. Boş zamanlar aileyle değerlendirmeliydi. Dışarıda bir şeyler içmek, gezmeye gitmek, spora gitmek aslında uygun şeyler değildi. Bekir kafe veya restoranda kendini huzursuz hissedirdi çünkü çocukken bu uygun olmayan bir şey olarak öğretilmişti ona. Onlar pek gezmeye gitmezdi, misafirliğe de gitmezdi ve onlara pek gelen giden de olmazdı. Dışarıya kapalı bir aile olarak adlandırılabilirdi.

Fatma'nın anne babası devlet memuruydu. Çalışmak onlar için önemliydi, ama iş onlar için saat beşte sona eren bir şeydi. Yani işin onların hayatlarında olan anlamı farklıydı. Çalışmak önemliydi fakat kendilerini çok fazla yıpratmadan. Para kazanmak güzeldi ama neden biriktirilirdi ki? Hayata sonuçta bir kere gelinirdi. Neden her şeyin hesabı yapılırdı ki? İnsan tatile çıkar, gördüğünü almak ister, gezerdi. Para biriktirmenin bir anlamı yoktu. Hem neden kendi evinin olmasını isterdi ki insan? Ara sıra taşınmak gerekebilirdi. Kendi evinin olması aslında pek zekice değil, evin mi var derdin vardı. Çocuklar insanın hayatında var olan canlılardı. Evet, varlıklarını hissettiriyorlar ama her şeyi de onlara göre planlamaya gerek yoktu. Sonuçta kreş diye bir şey vardı. Babalar zaten pek çocuklarının eğitimiyle ilgilenmezdi. Evet, çocuklar hayatın bir parçasıydı ama amacı değildi. Gezebilmek hayatta önemli bir yer almalıydı. Yemek yemek aslında çok önemli değildi ama insanlarla sosyalleşmek için bir bahaneydi. Beraber bir şeyler içmek de aynı şekilde önemli bir etkinlikti.

Bahsettiğimiz çift problemlili bir çift değil, herhangi bir çift olabilir özetle. İki insan bir arada yaşamaya karar verdiğinde, bazı sorunlarla karşı karşıya kalmaları kaçınılmaz olur. Beraber yaşamamanın anlamı nedir? Evli olmak ne anlama gelir? Benim için evin erkeği olmak nasıl bir şeydir? Evli bir kadın olmak nasıl bir şeydir? Nasıl iyi bir anne veya baba olmalıyız?

Başka yüzleştığımız konular da vardır. Hayatımızda işimiz ne kadar önemli bir yer tutmalıdır? Ve işimiz olduktan sonra, kazandığımız parayı neye harcamalıyız? Hayatımızda para ne kadar yer tutmalı? Para biriktirmek mi önemlidir yoksa harcamak mı? Harcadığımız paranın hesabını yapar mıyız? Kendi evimiz olsun ister miyiz? Hayatımızı çocuklara göre mi planlayacağız, yoksa hayatın bir parçası olduğu için mi çocuk sahibi olmaya karar veririz? Yani gelip geçici bir misafir gibi mi görürüz onları? Sık sık gezer miyiz? Yeni arkadaşlar edinir miyiz? Evliliğimiz dışarıya açık mı olsun, yoksa kendi yuvamıza kapalı bir evlilik mi isteriz? Sıcak bir aile ortamı yaratıp güzelce evde mi otururuz? Evlenecek miyiz yoksa partner olarak beraber mi yaşarız? Beraberliğimizi nasıl yapılandırırız?

Burada son derece önemli olan iyi veya kötü şıkkın olmasıdır. Sadece tercih meselesidir ve daha sonrasını çiftler zamanla kendileri oluştururlar. Onlara göre beraber yaşamının ne anlama geldiğini kendilerinin bulmaları gerekir. Mesela bir babanın çocuklarıyla ilgilenmesi gerekir diye düşünebilirler. Ama bir ailede baba ayda birkaç saat gazete okurken çocuklarıyla aynı odada bulunurken, başka bir ailede baba çocuklarının ödevini günlük olarak kontrol eder. Çocuklarla ilgilenmek nedir? Bu anlamlara kendimiz manalar yükleriz. Bir babanın rolü nedir? Bir annenin rolü nedir? Bu konuyla ilgili birçok farklı görüş vardır. Evlilikte bu tür konularla ilgili görüş farkı, değişik olan beklentiler ve modeller söz konusudur. Böylelikle doğan sonuçlar çok büyüktür ve evliliği kökünden etkiler.

İnsanlar arasında farklılıklar her zaman vardır ama bir evlilik içinde durum daha farklıdır. Eğer bir iş arkadaşınızla aynı fikirde değilseniz, konuyu konuşarak çözersiniz ve olur biter. Lakin evlilik bağı bambaşkadır. Sıkı ve uzun süreli olacağını umduğumuz bir bağıdır.

Uzun zaman için çok yakın

Bununla birlikte eşlerin arasındaki küçük ve büyük farklılıklar çok derin yaşanır ve sorunlar tekrar ettikçe büyümeye başlarlar. Bir iş arkadaşımız için “Tamam tarzımız farklı ama gelecek sene başka bir takım seçeriz” diyebiliriz ama eşimize “Evet farklıyız ama planım bir ömür boyu sana çok yakın olmak” demek isteriz. Bu nedenden dolayı aynı çatı altında “yatak yarası” diye adlandırılan son derece fenomen bir konsept oluşur.

Yatak yarası

Uzun bir süre yatmak ve yerimizden kalkmamak yatak yaraları oluşturabilir. Hareket etmeyince yatakla temas eden bölgelerde derinin üstünde yaralar oluşur. Yanık yarasına benzeyen ve çok zor iyileşen yaralardır bunlar.

Bir evlilikte benzer bir mekanizmayla oluşan bu fenomenle karşılaşırız. Eşler arasındaki küçük farklılıkları kum tanecikleri olarak düşünelim. Birbirimize çok yakın yaşarken sürekli devam eden bir temas oluşur. Her gün tekrarlayan yakın bir temas, her saat tekrarlayan garip bir alışkanlıktır bu, bir tik gibi. Herhangi bir farklılık hoşumuza gitmediğinde bir yatak yarası oluşturur. Her seferinde biraz daha canımızı sıkar ve zaman geçtikçe bu yara büyür. Ozan her masayı topladığında, Cenk her dişini fırçaladığında, Ayşegül her banyoya girdiğinde, her yatakta elma yiyişinde, ben yaparım deyip yapmadığında, minik bir can sıkıntısında, bir kere değil belki de binlerce kere bu yaralar yeniden açılırlar. Evliliğin yakın temas şeklinde olması ve uzun sürmesi onu da oldukça karmaşık bir kavram haline getirir. Bundan dolayı yaralar açılır ve yıllar geçtikçe büyüyüp derinleşir.