

Çocuğunuzla aynı frekansta olun



sağlık & insan
FİLİZ İÇKE
filiz.icke@yenisasir.com.tr

Prof. Dr. Sabiha Paktuna Keskin'e göre geleneksel yapıdan kopuk, kutu gibi evlerde, durmadan "hayır" denilerek büyütülen, bir noktadan sonra "her istediğini yapayım barı" anlayışıyla yaklaşılacak çocukların "içine şeytan kaçmış" gibi davranması kaçınılmaz son

Prof. Dr. Sabiha Paktuna Keskin... Televizyon ekranları sayısında özellikle son bir yıldır ismine çok aşınayız. Pediatrik Nörolog olan Keskin'in söylemleri anne babalar kadar, anneanneler ve babaanneler tarafından da ilgiyle takip ediliyor. Çocuk yetiştirme konusundaki tavsiyeleri dilden dile doluyor. Etkileyici konuşma tarzı ve karizmatik kişiliği ile yakaladığı ciddi hayran kitlelerinin yanı sıra eleştirileri de çok. Prof. Dr. Sabiha Paktuna Keskin, iki günlük bir çalışması için İzmir'deydi. Oldukça yoğun programının arasında çocuklarla ilgili sorularımıza beraber, hakkındaki eleştirileri de içtenlikle yanıtladı.

-Çocuklara karşı hep sabırlı ve sevgi dolu kalmayı nasıl başarıyorsunuz?

Anlatınca çok güzel oluyor. Çocuğu

anlamak, desifre etmek gerçekten çok güzel. Herhalde ses tonumdan, bakışlarımın, bunu bir soru olarak yaptığımı düşünmüyorsunuz.

Bir de böyle anlaşılmayan bir şeyi anlamak çok güzel. İnsanın görmediğini anlayabilmesi çok özel bir şey, yani beynin bu alanını zihni anlamak... İnsanlar hep zekadan bahsederler ama zihin çok daha önemli bir şey. Görmediğini fark edebilmek, tahmin edebilmek, sizin beyninizin içinden geçenleri tahmin edebilmek benim gerçek ilgi alanım...

-İşin gizem çözme kısmı ile daha çok ilgilieniyorsunuz sanırım...

Baylıyorum. Bu zihnin kısmı benim çok ilgilimi çekiyor. Öğrenirken de müt-hiş keyif alıyorum. Bu da bana ayrı bir mutluluk veriyor.

-Anne kimliğini merak ediyorum. Bilmek yeterli mi, yoksa sizin bile çaresiz hissettiğiniz anlar oldu mu çocuk büyütürken?

Hiç çaresiz hissetmedim. Çok tadını çıkararak anne oldum. Ama kendimi yetiştirdim. Biliyor olmama rağmen iyi anne olabilmem kurslara da gittim.

-Uzmanlık bir de kurslara mı gitti-niz. İnsanlar gibi değil...

Evet uzmanlık de kursa gittim ve eve gelip orada öğrendiklerimi uygulamak için çaba gösterdim. Hatta bazen cuvaladığım da oldu, çocukların bunu fark ettiği de... Ama çok keyifliydi. Bu da bu yolculuğun bir parçasıydı. Görüyorsunuz burada ne kadar çok çocuk gör-düm. Gece iki buçukta yattık, sabah 6 buçuklarda kalktık. Ama muhteşemdi. Hiç yorulmadım.

Yemek bile yemedim, akşamdan akşama yedik ama kötü hissetmedim. Mut-luluğun tarifini bir yerde şöyle okumuş-tum: "Yaptığınız işten keyif almak". Her-halde bu enerjiyi mutlu olmamı sağlıyor.

-Anne olmak çok zor bir karar ve ge-ri dönüş yok. Çünkü anne olduktan sonra "vazgeçtim" deme şansınız yok. Bu çok korkutucu. Nasıl anlarsız hazır olup olmadığınızı? Her kadın anne olmaya uygun mudur ayrıca?

Bunu anne olmadan anlamak mümkün değil.

-Ya vazgeçerseniz...

Böyle bir şey ol-maz. Çünkü ha-milelikte birlikte be-yinde yeni bir alan açılıyor ve bu-raya annelik alanı deni-yor ve bu alan sizi zaten

anne yapıyor. Yani anne olmayı düşünmüyorsunuz doğa sizi anne yapıyor. Ama bazen bu alan küçük olur, bazen büyük olur. Bunu bilemem (gülüyor)

-Ama eğitim şart herhalde. Siz bile uzmanken annelik kursuna gittiğinize göre...

Eğitim şart derken, bugün eğitim şart. Çünkü biz geleneklerden, yani anneleri-mizden koştuk. Çünkü akademik geliş-me ön plana çıktı ve biz okuma hayatına atıldık. Ev işlerinden olduğu kadar, geç-mişten süzülerek gelen bilgilerden de koştuk. Hatta geçmişten gelen gelenek-sel davranışları da banal görmeye başla-dık. Soruların cevaplarını kitapta ara-maya başladık.

Benim adım çok duyduğunuz söyle-diniz, esasından ben 30 senedir bu işin içindeyim. 30 yıllık birikimlerim bugün duyulma fırsatı yakaladı. Burada benim gözlemlerim şöyle: Ben annelerle an-ne-anneleri yakınlaştırdım.



bizi o ka-gelip orada öğrendiklerimi uygulamak için çaba gösterdim. Hatta bazen cuvaladığım da oldu, çocukların bunu fark ettiği de... Ama çok keyifliydi. Bu da bu yolculuğun bir parçasıydı. Görüyorsunuz burada ne kadar çok çocuk gör-düm. Gece iki buçukta yattık, sabah 6 buçuklarda kalktık. Ama muhteşemdi. Hiç yorulmadım.

Bu insanlardan koparılan gelenekleri tamamladığını gördüm. Eskiden düşün-el miyim, hayır. Söyleyordum: İnsa-nın kendini akademik çalışmalara vermesi ve geleneklerden kopması ile aradaki boşluğu bir parazitler ordusu doldurmuş. Bakın çok iddialıyım. Bu parazitler masa arkasından canlıyı an-latmaya başlamışlar. Tabiri caizse diye-ceğim ama aynen böyle düşünüyorum.

"Dünya tepsidir" demeye başlamışlar. Halbuki dünya küredir ama küreyi ben söylemedim; dünya küredir. Ben sadece küre olduğunu hatırlatıyorum.

-Dünya tepsidir diye iddiada bulunan parazitler kim, örnek verir misiniz?

Bakınız bütün kitaplarda yer alan bir teorenden örnek veriyim Waller'in ane-den ayrılmaya ve birey olma teorisinden söz ediyim size. Der ki: 5 yaşın sonuna kadar anneden ayrılmaz bebek ve ken-disini annesiyle bir bütün olarak algılar. Bunlar kitapta yazar. Peki bu yaşa ka-dar çocuk anne ile kendini bir bütün olarak algılıyor ise siz nasıl ağla ağla ağıta anıya odada uyut dersiniz? Ya bu teoriyi okumadınız, ya okudunuz algılayamadınız... Kıyda kösedeki kalmış bir teoremden bahsetmiyorum ben. Ben size bu konuda temel teşkil eden kitapların en basında yazan teoremden bahsediyorum. Bunu okumamış olmanız müm-

kün değil. Eğer okumadıysanız bu işe başlamayın zaten. Ya da siz yanlış bir meal, yorum, tefsir mi yapıyorsunuz? Nasıl dersiniz ağla ağla ağla okula ver, kararlı ol... ne diyor teorem? Çocuk 5 yaşa kadar anne ile kendini bir bütün olarak algılar diyor. Sen nasıl koparırsın onu? Dünya tepsi demek değil mi bu?

-Hazır konu buraya gelmişken, nö-roloji uzmanı olarak psikiyatri alanına girmekle eleştiriliyorsunuz. Bu iki alan arasında nasıl bir fark var?

Bu soruyu sorduğunuz için çok tesek-kür ederim. Şimdi bir beyin var. Siz be-yine nörolojik açıdan da bakarsınız, pe-diatrik açıdan da bakarsınız, nöropsiki-yatrik açıdan da bakarsınız... Her açı-dan bakabilirsiniz. Ben çocuk doktoru-yum, çocuk nörologuyum. 1992 yılında Visconsin Tıp Fakültesi Çocuk Nöropsi-kiyatrisi çalışmalarına katıldım. Anne karınıda kokain almış bir bebede ilgili araştırmalar yapan bir profesörün ya-mında çalıştım. Fare çalışmalarına katıldım. Nöropsikiyatride o şekilde bulas-tım. Nöropsikiyatri



Türkiye'de yok biliyorsunuz. 2000 yıl-ında Davranış Bilimi okumak için Flo-rida Teknik Üniversitesi'ne gittim. Şin-di çocuk beyni konusuna, ben konuş-mayacağım da kim konuşacak? Bunu istedikleri kadar eleştirirler. Bakın şu noktada bir açık var: Bir bebek bozu-lunca psikiyatriste gitmez mi? Psikiyat-rist bebedi nereden bilecek soruyorum. Ne zaman bir çocuk psikiyatristi bebek görecek de bilecek bebedi... Durum bo-zulunca gidecek hasta. Çocuk doktoru ise bozulmadan görecektir. Fakat pediatri-de de bu konu yok. Ben bir bebek görü-yorum ve davranışlarını anında çözü-yorum dediğim zaman bu sefer de çocuk doktoru alınsın öyleyse. Sen görüyorsun da, ben mi görmüyorum desin. Ben öğ-retim iyeyim. Çocuk doktoru yetiştir-iyoruz biz. Ben çocuk nörolojisi dersleri veriyorum. Aynı zamanda çocuk dokto-rum. Bir pediatrist olarak, bir pedi-atristin neyi bildiğini, neyi bilmediğini ben çok iyi biliyorum. Bu çocukları çocuk doktoru kaçırarak gözden, çocuk psi-kiyatristi hasta olunca yakalayacak. Peki bunları hasta olmadan kim görecektir? Ben bunu söylüyorum. Bu eleştirileri ay-

Çocuğun içinde varsa "okuma" deseniz de okur!

-Çocuğu hiçbir şeye alıştırma-mıyorsak, okuma alışkanlığı da mı kazandıramayız?

Bakınız şimdi kitap okumak da sevdirilmez. Bir çocukta okumak, anlamak, akademik fonksiyonlar, dikkat, hafıza, söz-cüklerin kaydedildiği beyin alan-ları, yorum yeteneği vs... Bunlar mevcutsa o çocuk okur. Okuma deseniz gene okur! Ama çocuğunuzun bu yetenekleri yoksa, is-tererseniz siz akademisyen olun, sabahdan akşama kitap okuyun, gene sevdirmezsiniz. Bir de co-çuğun okuyup anlayacağı, mut-lu olacağı kitaplar sunmussa-nız, ondan bir ödül alıyorsa ço-cuk okur.

Anneler önce bu üçü: Uyut, besle, temizle!

-Çalışan anneler suçluluk duygusundan nasıl kurtula-cak? Eve yorgun ve enerjisiz gidiyorsunuz, çocuk ilgi, oyun ne varsa istiyor...

Oyun değil ama beraber ol-mak ve ihtiyaçlarını karşıla-mak önemli. Anne üç şeyi ak-satmayacak: Uyutmak, besle-mek ve temizlemek. Oyun yok burada. Oyun da bir ihtiyaç ta-bii ki. Ama ondan daha temel üç tane şeyi yap sen, vakit ka-lırsa oyna. Ama kalmazsa da kendine vakit ayırabilirsin. Oyunu baba da oynayabilir.

nen geri iade ediyorum ve bunu sordu-ğunuz için de çok teşekkür ediyorum. Ben psikiyatrinin alanına girmiyorum. Canım isterse de girerim. Çünkü gayet iyi biliyorum beyni. Hatta şimdi 7 mil-yon yıl önce beyni nasıldan onu merak ediyorum. Şimdi paleoantropologlarda mı kızacaklar bana. Ben okuyorum, okuduğumu da söylüyorum. Benim ka-dar güzel söyleyin, herkes söyleyin. Bu kadar.

-Günümüzde "çocuk odaklı aile" kav-ramı çok tartışılıyor. Bu tür ailelerde çocuk ne derse o oluyor. Nasıl değeri-lendiriyorsunuz bu tabloyu?

Ben hem çocuk büyüttüm, hem de co-cuk büyüttümlemek katkım oldu. 30 yıl-dır büyüttüğüm çocuklar bana çocukla-rın gettirdi olduklar. Yani böyle bir geç-miş var. Ben hep "Çocukla aynı frekan-sa geçin, çocukla frekansınızı karıştır-mayın" dedim. Bence çocukla frekans karışmaya başladı ve bu noktada da co-cukların içine şeytan girmeye başladı. Çünkü çocuklar kutu kutu yerlere sıkı-tırıldı, "hayır"larla büyütülmeye başla-dılar. Tabii ki dengeleri bozdu. Sonunda da aile mecbur kaldı ne derse yapayım demeye. Hatta yapamıyorum, basaram-ıyorum demeye başladı. Gerçekten de içine şeytan girmiş gibi çocuklar geliyol-ur ve bu sorun ilginç.

-Belki kötü bir benzetme ama son zamanlarda o kadar çok duyduğum ki "İçine şeytan kaçmış çocuklar" tanımlamasını, şu an hayretle dinliyorum sizli...

Aynen, şeytan kaçıyor çünkü... (gülü-yor) Çünkü insanlar doğadan uzaklaştı-lar. Ben anne ve çocuğun aynı frekansta olmalarını öneriyorum. Bakın şöyle bir algı var: Ben çocuğu şuna şuna alıştır-ıyım. Bir şey oluyor, çocuk yapabiliyor anne "Çünkü ben alıstırdım" diyor ya da tersi durumda "alıştıramadım" diyor.

Yedim ki çocuk salınamadık uyuyor. An-ne "Ben onu sallanmaya alıstırdım" di-yor. Çocuğu hiçbir şeye alıştırmasanız! Olmayan bir mekanizmayı erkenden or-taya çıkartamazsınız. 3 aylıktan yürü-tün bakayım. Ne alıştırmadığınız için bir şey olmaz, ne de alıstırdığınız için bir şey olur. Mekanizma vardır, zamanı ge-lmiştir, olur. Anne ve çocuk aynı fre-

kansta yol alır. Frekans kaçırmanın yer-ter. Bir örnek veriyim. Bir yasında bir çocuk, dünya tatlısı... İçine şeytan kaç-mış denenlerdir... Annesinin koluna dislerini geçirilmiş, sündürü sündürü uzatıyor. Anne ayrı odada yatırmaya, süttünü kesmeye kalkmış. Hayır dedim memeye geri dönüştürün ve aynı odada yatmaya başlıyorsunuz. Bir ay sonra ısır-ma falan kalkmış, her şey gayet güzel.

Bunun adı çocukla aynı frekansta girmek.

