

Evliliklerde Yapılan ve Boşanmaların Artmasına Neden Olan 10 Hata

Günümüzde istatistikler, boşanma oranlarının her geçen yıl bir öncekinden daha fazla olduğunu gösteriyor. Geleceğe dair umutlarla ve bir yastıkta kocama niyetiyle başlayan evlilikler kolayca yıkılıyor. Boşanan çiftler geri dönüp baktıklarında muhtemelen ellerinde pek çok "keşke" kalıyor, çünkü evlilikleri eşlerin genellikle farkında olmadan yaptıkları hatalar sona erdiriyor ve bunların farkına vardıklarında iş işten geçmiş oluyor.

MUTLU EVLİLİK BİR ŞANS MESELESİ DEĞİLDİR...

Mutlu evlilik, emek, sabır, özveri, uzlaşma, anlaşma ve önemsemenin ürünü olan bir tercihtir, bir şans meselesi değildir. Evlilik, çok farklı coğrafyalardan geçen, daralan, genişleyen, yokuş aşığı inen, dağa tırmanan, virajlardan dönen, düz ovalarda uzanan bir yol gibidir. İşte bu yolda güzellikler ve mutluluklar olduğu gibi, olumsuzluklar ve zorluklar da vardır ve yolun zorlu kısımları hata yapmaya elverişlidir. Genellikle çiftler karşılaştıkları sıkıntıları farkında olmadan ilişkilerine yansıtırlar ve evlilik ilişkisine zarar verirler. Oysa eşlerin farkındalıklı çabalarıyla bu zorlukların üstesinden gelerek evlilik sorunlarını kolaylıkla çözmeleri mümkündür.

EVLİLİKLERDE YAPILAN 10 ÖLÜMCÜL HATA

Her evlilik parmak izi gibi benzersiz özellikler taşır. Ancak hepsinde ortak olan ve neredeyse tamamında sorunlara yol açan hatalar vardır. Çiftlerin yaptıkları bu ölümcül hataları 10 ana başlık altında toplayabiliriz.

1. Değişime zorlamak. Partneri sizin istediğiniz gibi olması için zorlamak en büyük hatadır. Genellikle de bu hataya kadınlar düşerler ve beraber oldukları erkekleri değiştirmeye çalışırlar. Değişim elbette herkes için kaçınılmazdır, hepimiz değişiriz, yaşamın kendisi sürekli bir değişim içindedir. Değişim derken kimlik veya kişiliğin değişiminden çok, davranışların, seçimlerin ve söylemlerin değişiminden bahsedebiliriz. Ancak değişim olağan bir seyir izler, yani bir başkasının yönlendirmesi, ısrarı ya da baskısı değişimi sağlamaz, çünkü benlik buna karşı direnç gösterir. Dolayısıyla bir kişinin eşini kendi istediği gibi olması için değiştirmeye çalışma çabaları boşunadır. İnsanların başkalarını değiştirme gücü yoktur, ancak kendilerini değiştirebilirler.
2. Cinselliği ihmal etmek. Grinin elli tonu olduğu gibi, sevginin de tonları vardır. Sevgini şefkate kayan tonları cinsel soğukluğa yol açarken, sevginin şehvete kayan tonları ise cinsel yaşamı canlı kılar. Ancak evliliklerde zaman içinde cinsellik de monotonlaşır. Öncelikle evlilikteki tutkuyu ve şehveti yeniden alevlendirmek gerekir. Kadının temel ihtiyacı arzu edilmek, erkeğin temel arzusu ihtiyaç duyulmaktır. Kadın-erkek ilişkisinin öncelikli ihtiyacı şehvettir ama bize şehvetin kötü, ayıp, yanlış olduğu ve evlilik kurumunun kutsallığına uygun olmadığı öğretilmiştir. Ancak gerçek bunun tam tersidir, çünkü evlilikte şehvet biterse, aşk biter, arzu biter, ilgi biter. Bunların olmadığı bir evlilik ise sadece bir ev arkadaşlığından ibaret olur. Şehvetli bir ilişkinin de dört temel kuralı vardır; yenilik, yasak, ulaşılmazlık ve gizem...
3. Geniş aile ile geçinememek. Toplumumuzda eşlerin aileleriyle yakın ilişki içinde olunan, tabiri caizse içli dışlı bir yapı vardır. Bu durumda halk arasında bu sorun kaynana-gelin sorunu olarak bilinen aile içi sorunları ortaya çıkarır. Bu tabloyu şöyle resmedebiliriz: Ortada bir adam, onun bir tarafında ona yıllarını vermiş anne, diğer tarafında da ona geleceğini verecek bir kadın vardır. Bu tehlikeli üçgende iki kadın birbirleriyle ilişki kuramadığında genellikle çift ilişkisi zedelenir. Herkesin kendi ailesiyle kurduğu ilişkideki sınırlar olduğu gibi kalmalıdır. Sonuçta partnerin ailesiyle o olduğu için ilişkiyinizdir. Yaşam görüşünüz ve alışkanlıklarınız uymasa da hoşgörü ve anlayış ile çatışmasız bir ilişki kurmak mümkün olacaktır.
4. Anne-baba olunca karı-koca olmayı unutmak. Anne-baba olmak ile karı-koca olmak birbirinden tamamen farklı rollerdir. Anne-babalık çok kutsal kabul edilen bir roldür. Dolayısıyla kadın erkek-ilişkisinin üzerine bir ağırlık yükler ve bir süre sonra kendinizi sadece

ebeveyn olarak görmeye başlayabilirsiniz. Bunun sonucunda da karı-koca ilişkisinin bağları kopmaya başlar, mutluluk ve haz azalır. Bu nedenle çiftlerin önce karı-koca, sonra anne-baba olarak davranmaları gerekir. Çünkü kutsal olan anne ve babalık değil, kadın ve erkek kalabilmektir. Annelik ve babalık part-time bir iştir, karılık ve kocalık ise full-time bir iştir.

5. Doğru iletişim kurmamak. İletişim bir duygunun düşüncenin karşı tarafa aktarılmasıdır. Karşı tarafın aktarılan mesajı alması ve geribildirimde bulunması iletişimin gerçekleşmesi anlamına gelir. İletişim mesajın kabul edilmesi ya da onaylanması, yani uzlaşılması için değil, eşlerin birbirlerinin duygu ve düşüncelerini paylaşmaları için gerekli ve önemlidir. Bunu yaparken de 'ben' dilini kullanmalıdır; 'sen' dili evlilikte olması gereken paylaşım terstir. Bunu başaran çiftler aynı frekanslarda olacakları için birbirini daha iyi anlayabilecek ve uzun ömürlü bir ilişkiye sahip olacaklardır. Mutlu bir evliliğin temeli iyi iletişimle atılır. Eşlerin birbirini dinlediği ve anladığı bir iletişim varsa, evlilikleri de sağlam temeller üzerine kurulmuştur. Bu sayede, yaşadıkları çatışmaları ve diğer sorunları etkili bir biçimde çözebilirler. Çünkü iletişimde veya tartışmada amaç bir şeyleri çözmek olmamalıdır, hedef çözüm değil, kendini doğru anlatma ve karşı tarafı doğru anlamaktır. Kişi anlaşıldığını hissettiğinde rahatlar, gevşer ve karşı tarafında çıkarlarını düşündüğünü gösterecek seçenekleri sunabilir ve bu durumda çözüm ise kendiliğinden ortaya çıkar.
6. Kıyaslama yapmak. Evliliğin ilerleyen aşamalarında çiftlerin birbirlerini başkalarıyla kıyaslamaları sıkça yaşanan bir durumdur ve genellikle başkalarının eşleriyle kıyaslanan partnerin ruhunda derin yaralar açılabilir. Kıyaslama yapan kişi, eşiyile ilgili hoşnutsuzluğunu saygısız davranışlar sergileyerek ve ona değer vermeyerek ifade eder. Bunun sonucunda da ilişkide sevgi, saygı ve güven bağı zedelenir. Çiftlerin birbirlerine yaptıkları olumlu eleştiriler, kötü yönlerini düzeltmeleri, ilişkiye zarar veren davranışlardan vazgeçmeleri için bir fırsat yaratır. Ancak bu eleştirilerin yakın çevreden de olsa başka biriyle paylaşılması ya da ilişkiyle ilgili özel konuların ifşa edilmesi, ilişkiyi ayakta tutan en önemli unsurlardan biri olan güvenin sarsılmasına neden olur.
7. Bencillik. Kimi ilişkilerde bir taraf hep vermeden almayı ister, sürekli benmerkeci davranışlar sergiler. Bu tip kişiler çoğunlukla narsisistik kişilik yapısına sahiptir, 'Önce ben' değil 'Hep ben' derler, sadece kendileriyle ilgilenirler, kendilerini eşlerinden üstün görürler, eşlerini aşağılayarak içlerindeki aşağılık duygusunu bastırırlar, eşlerine önem ve değer vermezler, zaman ayırmazlar. Bu kişilerin ilişkilerinde güven kaygan bir zemin üzerine kurulmuştur. İlişkinin yürümesi için tek taraflı bir çaba söz konusudur, çünkü böyle bir ilişki karşı taraf verici olabildiği sürece devam eder. Diğer taraf, istek ve beklentilerinin karşılanmaması sonucunda sürekli hayal kırıklıkları ve hüsrana uğrar, kendine, eşine ve ilişkisine güveni ve bağlılığı yara alır.
8. Adaletsizlik. İlişkilerde adalet, ilişkinin temelini oluşturan en az güven kadar önemli bir kavramdır. Tüm duygular, sorumluluklar, cinsellik, yaşanan her şey adaletli bir şekilde paylaşılmalıdır. Çiftlerden birinin yalnızca kendini düşünerek diğerini hiçe sayarak yaptığı tercihler, harcamalar, yerine getirmeyip diğerinin üzerine yıktığı sorumluluklar adaletsizliği doğurur. Kadınlar genellikle harcamalar konusunda adaletsizce davranırken, erkekler de eve ve çocuklara dair sorumluluk üstlenme ve yapılacak işler konusunda adaletsizdir. Bunlar bir süre sonra ilişkide büyük bir gerilime yol açar. Önemli kararları kendi başına alıp diğerine kabul etmekten başka çare bırakmayan emrivakiler yapılması da adaletsizliktir ve adalet temeli sarsılan ilişkilerde güven temeli de aynı ölçüde sarsılır.
9. Saygısızlık. Küçümseme, azarlama, hor görme, alay etme, aşağılama, başkalarının yanında küçük düşürme gibi davranışları içeren tavır ve tutumlar açık bir şekilde duygusal saldırıdır. Karşılıklı saygı ve nezaket, ilişkinin vazgeçilmez unsurlarıdır, çünkü saygı ve sevgi bir paranın iki yüzü gibi birbirine sıkı sıkı bağlı kavramlardır. Saygı olmazsa sevgi, sevgi olmazsa saygı tam olarak olamaz. Dolayısıyla çiftlerin birbirlerine saygılarının azalması ya da bitmesi, sevgilerini de kaçınılmaz bir sona sürükleyebilir.
10. Soğukluk. Duygusal beklentilerin karşılanmaması, birbirlerinin yaptıkları ya da yapmadıkları nedeniyle çiftler arasında soğuk rüzgârlar esebilir. Partnerine soğuk davranmaya başlayan, sırtını dönen taraf, onunla ilgilenmez, onu umursamaz olur. Genellikle bu soğukluk kendini cinsel yaşamda da gösterir. Ancak çoğunlukla diğer taraf bu soğukluğun kendisine doğrultulmuş bir silah olduğunu fark etmez. Böylece sorunun çözülmesine yönelik herhangi

bir Şey yapılması olanağı ortadan kaldırılarak ilişki tehlikeye atılmıŐ olur.

Yayınlanma tarihi: 18.07.2018

Makale adresi: <http://www.cemkece.com.tr/m-evliliklerde-yapilan-ve-bosanmalarin-artmasina-neden-olan-10-hata.html>

Web : <http://www.cemkece.com.tr>

Facebook: <http://facebook.com/drcemkece>

Twitter: <http://twitter.com/drcemkece>

Google+: <https://plus.google.com/114707731481596974039>

Instagram: <http://instagram.com/drcemkece>

Youtube: <http://youtube.com/user/cisedorgtr>

RSS: <http://feeds.feedburner.com/drcemkece>