

BİR BOŞANMA OLGUSUNUN DÖRT KURAMA BAĞLI OLARAK DEĞERLENDİRİLMESİ

Ö. Uçan*, H. Yazar**, I. Sayıl***

ÖZET

Boşanma, kompleks ve çok boyutlu bir fenomen olup, uzun bir zaman diliminde gerçekleşen psikolojik ve sosyal bir süreçtir. Bu süreç toplumsal, kültürel ve bireysel özellikler açısından farklılıklar gösterebilmektedir. Bu farklılıklara bağlı olarak boşanma sürecine yönelik çeşitli kuramlar öne sürülmektedir. Boşanma psiko-sosyal bir olgu olup, her bireyin farklı dinamikleri ile şekillenmektedir. Bir ayağı ile yas kuramı bir ayağı ile kriz kuramı ve bir ayağı ile de Erikson'un psiko-sosyal gelişim kuramı ile bağlar oluşturmaktadır. Yas kuramı açısından ise boşanma, bir aile bireyinin ölümünü izleyen bir süreç gibi, kayıp olarak yaşanır. Özellikle boşanma konusunda anlaşma sağlanamadığı ve eşlerden birinin hazır

olmadığı durumlarda bireyler için kriz haline gelebilmektedir. Her olguda bu modeller veya bu modellerden biri belirgin olarak yaşanır. Bu çalışmada, Kriz Merkezi'ne boşanma sürecinde başvuran bir olgu bu modeller çerçevesinde gözden geçirilecektir.

Anahtar Kelimeler: Boşanma, kriz, yas, krize müdahale

Evaluation of a Divorce Fact Based on 4 Theory

SUMMARY

Divorce is both a social & psychological process that would be completed in a long period of time and acomplera and multidimentional phenomenon. This process could differ according to societies cultures and personal differences. Related with these differences, there are many different theroies foesihted to ereplain the period of divorce. As a psycho-social process, divorce could be shoped with different dynamics of eveney people. Crisses Theory, Mourning Theory and Erikson's psycho-social Development Theory howe strong relations with the process of divorce. In the mourning theory, divorce is experienced as a loss like a period

* Uzm., Sosyal Çalışmacı, Ankara Üniversitesi, Psikiyatrik Kriz Uygulama ve Araştırma Merkezi.

** Yük. Hem., Ankara Üniversitesi, Psikiyatrik Kriz Uygulama ve Araştırma Merkezi.

*** Prof. Dr., Ankara Üniversitesi, Psikiyatri Anabilim Dalı Öğretim Üyesi, Ankara Üniversitesi, Psikiyatrik Kriz Uygulama ve Araştırma Merkezi Müdürü.

after the loss of a family member. Especially, when one of the family members is not ready for the divorce or there is a disagreement between them, this process would create a crisis. In every divorce process, these models or at least one of these models could be lived clearly. In this study; the divorce process will be examined within this framework.

Key Words: Divorce, mourning, crisis intervention

GİRİŞ

Çağdaş yaşamın durumsal krizleri arasında yer alan boşanma, batı toplumlarında olduğu gibi ülkemizde de giderek artan sıklıkla görülen bir durum olmuştur. Ülkemizde, demografik göstergelerden biri olan kaba boşanma oranlarının son on beş yıllık trendi incelendiğinde, 1996 yılına kadar değişmeyen bir yapı, 1997 yılından 2000 yılına kadar bir azalma, 2000 yılından sonra ise bir artış olduğu görülmektedir. 2004 yılına kadar düzenli bir artış olmasına rağmen 2005 yılında bu oranın 2 katına çıktığı görülmektedir. (DİE 2005) İstatistiksel veriler boşanmanın ciddi bir sosyal sorun olduğunu şüphe götürmez bir tarzda kanıtlamaktadır (Tablo I).

Evlilik sosyal ve psikolojik boyutları olan önemli bir yaşam olayıdır. Gerek başlangıcı gerekse bitimi, rol ve statüde değişimleri

beraberinde getirir. Bireyleri varsa özellikle çocukları derinden etkileyen bir deneyim olarak karşımıza çıkan ve bireylerin yaşamında birtakım değişikliklere uyum sağlamalarını gerektiren boşanma, bu özelliğiyle bir geçiş dönemi olarak da nitelendirilebilir Bu sürecin ne yönde çözümleneceği, bireylerin kişilik özelliklerine baş etme becerilerine, alacakları yardım ve desteğe bağlıdır (Sayıl ve ark. 1996)

Boşanma ile ilgili çalışmalara genel olarak bakıldığında; boşanmanın toplumsal, kültürel ve bireysel özellikler açısından farklılaştığı görülmektedir. Boşanmaya karşı tutum ve boşanma oranları da kültüre göre değişmektedir (Sleebos 2003; Wolfinger 2003)

OLGU: 1971 doğumlu, erkek, yüksekokul mezunu, evli, kamu görevlisi. Eşiyle iş ortamında tanışıp, 4 yıl arkadaşlık ederek, evlenmeye karar vermişler. 9 yıllık evli olan AK, eşinin 2 ay önce 4 yaşındaki oğlunu da alarak evi terk etmesi sonrasında yaşadığı zorluklar nedeniyle Kriz Merkezi'ne başvurmuştur.

1) PSİKOSOSYAL GELİŞİM KURAMI

Boşanmanın psikososyal analizi en ayrıntılı bu modelde Kessler tarafından yapılmıştır. Kessler'in analizleri (1975); çeşitli evreleri yaşayan yetişkinlerde yaptığı klinik çalışmalara dayanmaktadır. Kessler boşanmayı psikolojik süreç olarak 7 emosyonel evreye (aşamaya) ayırmıştır:

Tablo I: Türkiye'de Kaba Boşanma Oranları (1996-2005)*

YIL	1996	1997	1998	1999	2000	2001	2002	2003	2004	2005
%	0.47	0.51	0.49	0.48	0.52	0.74	0.73	1.28	1.27	2.17

* 2004 ve 2005 yıllarına ait oranlar DİE tarafından verilen geçici bilgilerdir.

1. Gözünü açmak, tatsız olan gerçeği görmek (Disillusionment)
2. Erozyon (Eresion)
3. Ayrışma (Detachment)
4. Fiziksel ayrılık (Physical separation)
5. Yas (Mourning)
6. İkinci ergenlik (Second Adolescence)
7. Araştırma ve sıkı çalışma (Exploration and hard working)

Bu süreçteki evrelerin başlangıç ve bitiş noktaları açık değildir. Bu evrelerin süreleri, kişilerin yapılarına göre değişmektedir.

Kessler'e göre boşanma sürecinin başlaması evliliğin ilk yıllarına kadar uzanmaktadır. Evliliğin ilk dönemlerinde eşlerin, birbirlerinin farklı yanlarını ve ilişkilerindeki güçlükleri fark etmesi bu süreci başlatan ilk gelişme olarak görülmektedir. Öyle ki eşler bu farkındalık sonrası ilişkilerindeki güçlükleri sağlıklı iletişim ve problem çözme becerileriyle çözümlenip, birbirlerini zayıf ve güçlü yanlarıyla kabul etmezlerse evliliğin ileriki dönemleri boşanma sürecinin bir evresi olarak yaşanabilir.

Bu olguda başvurunun gerçekleştiği dönem, Kessler'in tanımladığı ilk 3 evre tamamlandıktan sonrasına denk gelmektedir. Evlilik öncesi 4 yıl arkadaşlık edilen dönem ve evli olarak geçirilen 9 yıldan sonra eşin boşanma konusundaki net tutumu ve A.K.'nin bu durumu kabullenmesi konusunda yaşadığı güçlük her iki eşin bu süreci farklı yaşadıklarını düşündürmektedir.

Evliliğin ilk dönemlerinde, eşlerin birbirlerini tanımaları ve ilişkilerindeki güçlükleri fark etmesiyle başlayan süreç, birçok değişkene bağlı olarak her evlilikte farklılık gösterir. Örneğin bir evlilikte, eşler birbirlerinin zayıf ve güçlü yanlarını kabul edip ilişkilerini sağlıklı iletişim ve problem çözme becerileriyle yürütürken, başka bir evlilikte farklı yönler sürekli tartışmalara neden olabilir. Eşlerden biri diğerini

kabul edip, beklentileri karşılanmasa da evliliğini sürdürürken, bir başka eş evliliğini sonlandırmak için saptadığı bir zamanı bekleyebilir. Hatta evliliğin ilk dönemlerinde olması beklenen eşlerin birbirini tanınması ve ilişkileriyle ilgili farkındalık olmaksızın yürütülen evlilikler bile olabilir. Boşanma sürecinin evliliğin ilk yıllarında başladığına dair buna benzer örnekler arttırılabilir.

Bu olguda, A.K.'nin boşanmayı kabullenme konusunda yaşadığı zorlanmaya rağmen, eşinin boşanma konusundaki net tutumu, A.K.'nin eşinin ilişkisini uzun süredir değerlendirdiğini, beklentilerini karşılayamadığı halde evliliğini sürdürdüğünü ve 3. Ayrışma Evre'sini tamamladıktan sonra da kararını uygulamaya koyduğunu düşündürmektedir. A.K.'nin Kriz Merkezi'ne başvurusu 4. evre olan Fiziksel Ayrılık gerçekleştiğinden 2 ay sonrasına rastlıyordu. Fiziksel ayrılık sonrası "eşi ve çocuğunun yokluğu'nu" kayıp olarak yaşayan A.K. Kessler'in kuramına göre 5. evre olan "Yas" sürecini yaşıyordu. Fiziksel ayrılık gerçekleşmiş olmasına rağmen 2 ay boyunca eşini ve çocuğunu geri getirme çabaları devam etmiş olan A.K. inkar evresini tamamlayıp, kaybıyla yüzleşmek konusunda güçlük çekiyordu.

2) YAS SÜRECİ OLARAK BOŞANMA

Wiseman'ın boşanma sürecini yas olarak ele aldığı kurama göre ayrılık sonrası yaşanan 2 ay A.K.'nin 1. *İnkâr evresini* tanımlıyordu. Öyle ki bu 2 ay içinde A.K. eşinin boşanmak istemesine anlam verememiş ilk dönemlerde eşin kendiliğinden eve döneceğini düşünmüş. Gelmeşi üzerine sürekli telefonla arayarak, ısrarcı bir tutum sergilemiş. Merkeze başvurduğu dönem, aramaları ve ısrarı devam etmekteydi. Son zamanlarda eşi telefonlarına cevap vermemiş ve boşanma konusunda kararlı bir tavır sergilemiş. Bu durum karşısında kendini çok yalnız ve çaresiz hisseden A.K. çocuğu ve eşi olmadan yaşamakta zorlandığı için işyerinden birkaç gün izin alarak, memlekete kendi ailesinin yanına gitmiş. Aile oğullarının

durumundan endişe ederek A.K.'yi psikiyatrik yardım alması için desteklemiş ve birlikte Ankara'ya gelmişler.

Merkeze başvurduğunda affektte elem belirtileri olan A.K. "çocuğu ve eşi olmadan yaşamının anlamsız olduğunu" ve "ölmek istediğini" belirtiyordu. A.K.'nin bu durumu Waseman'ın yas kuramına göre 2. *Kayıp ve Depresyon evresiyle* örtüşüyordu.

İlk görüşme sonrasında A.K.'nin isteği ve onayıyla eşi telefonla aranarak; boşanma kararı hakkında konuşuldu. A.K.'nin eşi bu kararı ani bir şekilde vermediğini, yıllardır boşanmayı düşündüğünü ve artık kararını uygulayacağını belirtti. A.K.'nin eşinin bu net ve kararlı tutumu, görüşmelerin A.K.'nin boşanmayı kabulü ve yeni hayat düzenine uyum sağlaması yönünde destekleyici olarak yapılandırılması konusunda katkı sağladı.

Eşle yapılan telefon görüşmesi sonrası, A.K. ile işbirliği içinde Kriz Merkezindeki görüşmeleri planlandı. Görüşme süreci hakkında bilgi verilerek, intihar riski nedeniyle kısa aralıklarla sık olarak görüşme yapılması konusunda anlaşma sağlandı. Aynı gün psikiyatri polikliniğinde değerlendirilen A.K.'ye anti-depresif tedavi düzenlendi.

İlk birkaç görüşmede kayıpla yüzleşme konusunda oldukça zorlanan A.K. içinde bulunduğu durumla ilgili duygularını, düşüncelerini ifadesi için desteklendi. Kullandığı ifadelerin genellikle depresif duygu durumunu yansıttığı ve hayatını sürdürmekte zorlandığı görülen A.K. depresyonla baş etmesi ve sağlıklı düşünebilmesi için destekleyici bir tutumla takip edildi. Psikiyatrik tedavisi ve ilaç kullanımı konusunda motivasyonu sağlanan A.K. yapılan her görüşmede intihar riski açısından değerlendirildi.

3. *Kızgınlık ve Ambivalans*: Görüşmelerde eşinin evi terk etmiş olması, kendisiyle görüşmeyi reddetmesi, çocuğuyla görüşmelerinin kısıtlanması nedeniyle, eşine karşı öfkelen-

diğini ifade etmeye başladı. Bu öfkeyle aynı anda suçluluk ve yetersizlik duyguları yaşıyordu.

"Pek çok kadın evliliğinde birçok sorun yaşadığı halde, çocuğunu düşünerek evliliğini sürdürmek için emek harcıyor. Bizim ilişkimizde çok ciddi sorunlar yok. Neden çocuğumuzu düşünmeden, bencil davranıyor?"

"Tamam, ben hatalıydım. Evliliği başaramadım. Çocuğuma iyi baba olamadım, iyi bir eş olamadım. O da, evi terk etti. Madem evi terk etti, madem boşanmak istiyor, gitsin boşanma davası açsın, neyi bekliyor?"

Bir yandan eşine duyduğu özlemi anlatırken, bir yandan aslında onun çok değiştiğini ve evlilik öncesi ve evliliğin ilk yıllarındaki kadını özlediğini, son 4 yıldır birlikte yaşadığı kadınla mutlu olmadıklarını anlatıyordu. İlişkideki sorunlara dair iç görü kazanmaya başladı. Bu dönemde boşanma davasıyla ilgili celp ulaştı.

4. *Yeni Yaşam Tarzı ve Kimliğe Uyum Sağlama*: Celple birlikte öfkesi arttı. Ancak boşanmanın gerçekleşeceğine ve yeni hayat düzenine uyum sağlaması gerektiği konusunda inancı arttı.

Bekar / boşanmış biri olarak eşine karşı sorumlu ve ondan bir beklentisi olmaması gerektiğini ifade etmeye başladı. Bu noktaya gelmek onu rahatlattı. Eşle sağlıklı iletişim kurmak üzere cesaretlendirildi. Çocuğuyla aynı evde yaşamasa da iyi bir baba olmanın mümkün olabileceği üzerinde konuşuldu.

5. *Kabul ve Yeniden İşlev Görme*: Başlangıçta eşi ve çocuğu olmadan yaşayamayacağını düşünen A.K. boşanma konusunda daha gerçekçi düşünmeye başladı. Evde, işyerinde ve boş zamanlarında iyi vakit geçirmek üzere cesaretlendirildi. Kendini daha iyi hissetmesi sağlandı. Fotoğrafçılığa olan ilgisine tekrar yöneldi. Hafta sonlarını çocuğuna ayıran A.K. oğluyla, evli olduğu zamana göre daha kaliteli vakit geçirdiğini ifade ediyordu.

6. İkinci Ergenlik: Genel anlamda daha iyi ve daha özgür olduğunu hissetmeye başlayan A.K. bu dönemde başka bayanlara ilgi duymaya başladı. Hafta sonları çocuğu ve bayan arkadaşlarıyla birlikte vakit geçirmekten, fotoğrafla ilgili uğraşlarının başkaları tarafından beğenilmesinden keyif aldı. Fotoğraf yarışmalarına katıldı. Yeni fotoğraf makineleri aldı. Evde müzik sistemi kurup, sevdiği müzikleri yüksek sesle dinleyerek vakit geçirmeye başladı.

7. *Araştırma ve Sıkı Çalışma:* Bu dönemde A.K. boşanma hukuken gerçekleşmemiş olsa da, artık boşanmış olmayı kabullenmişti. Yaşantısı belli bir düzene oturmuştu. Geçmişe dair hesaplaşmalarını tamamlamış, geleceğe yönelik olası ihtimallere hazırlıklıydı.

3) BOŞANMANIN ALTI İSTASYONU

Bohannon (1968); boşanmanın 6 paralel süreçten (istasyondan) oluştuğu görüşündeydi. Duygusal (emotional), hukuki (legal), ekonomik (economic), anne-baba olarak -ebeveyn (coparental), toplumsal (community) ve ruhsal (psychic) yönleriyle çok boyutlu olarak gerçekleşen boşanma, her bireyde farklı seyredebilir. Boşanma sürecinde yaşanan güçlükler, farklı zamanlarda ve farklı şiddetlerde oluşabilmektedir. A.K.'le görüşmeler duygusal ve ruhsal uyumu sağlamaya yönelik sürdürülürken, toplumsal uyum süreci de bunun paralelinde yol almıştır. Hukuki süreç sona doğru yaklaşırken tüm istasyonlarda buna paralel gelişmeler sağlanabilmiş ve yeni oluşan durumun sağlıklı kabulü gerçekleşmiştir.

Bu vakada Ericson'un psikososyal gelişim süreci içinde değerlendirme yaklaşımı, A.K.'nin evliliğinin neden yürümediği konusundaki gözden geçirmeler sırasında gündeme gelmiştir. Daha çok görünen nedenler ve sonuçları üzerinde durulmuş ve derin dinamik analizlere girilmemiştir. Görüşmeler, terapistin deneyimi, bilgi birikimi ve Krize Müdahale İlkeleri ile sınırlı tutulmuştur.

4) BİR KRİZ DURUMU OLARAK BOŞANMA

Kraus, boşanma krizinin belli belirtilerle kendini gösteren birkaç aşamadan geçtiğini öne sürmüştür. Bu aşamaların ilki yadsıma ile kendini gösterir ve sanki evlilikte hiçbir sorun yokmuş gibi davranılır. Bu aşamayı öfke, evliliğin bozulmasından eşini suçlama ya da suçlanma izler. Öfke pişmanlık ile yer değiştirir, evliliği kurtarma için son çabalar gösterilir. Bu aşamayı ise eski yapının bozulduğu gerçeği ile yüzleşildiğinde depresif dönem izler. Son olarak etkinliklerin yeniden organizasyonu, yeni yaşam tarzının kabulü ile kriz çözümlenir (Sayıl ve Ark. 1996).

A.K.'nin eşi ile oğlunun evi terk edişi ile birden yaşamı alt üst olmuştur. Bir süre onları geri getirmek için uğraş vermiş ancak başarılı olamamıştır. Çaresiz, ümitsiz, ne yapacağını bilemez bir durumda kriz merkezine başvurmuştur. Öncelikle sorun tüm boyutlarıyla gözden geçirilmiş, destekleyici bir yaklaşım içinde görüşmeler sürdürülmüştür. Bir durum değerlendirmesi yapılarak, duygusal durumun gerekleri yerine getirilmiş ve antidepresif tedaviye başlanmıştır. Daha sonra her kriz durumunda olduğu gibi çözüm yolları üzerinde çalışılmaya başlanmıştır. Yas sürecinin tamamlanması ile A.K. gerçekçi çözüm yollarını yakalayabilmiş, yeni duruma uyum sağlamış ve yaşamını buna göre planlama becerisi kazanmıştır.

SONUÇ

Bu olguda boşanma gibi çok sancılı bir deneyimle çeşitli yaklaşım modelleri çerçevesinde baş etme ile ilgili bir çalışma sergilenmiştir. Günümüzde giderek artan boşanmalarda pek çok kişi çevresel desteklerle bu durumun üstesinden gelmeye çalışmakta, bazıları bir ruhsal bozukluğa yelken açarken bazıları da profesyonel bir yardımı yakalayabilmektedir.

Bu dönemdeki psikososyal destekleyici yaklaşımın önemi ve bir koruyucu ruh sağlığı hizmeti olduğu unutulmamalıdır. Her kriz bir ruh-

sal bozuklukla sonuçlanabildiği gibi, kişilğin gelişimi için bir fırsat da olabilmektedir. Bu nedenle gereğinde profesyonel yardım arayışından kaçınmamak gerekir.

Aşağıda danışanın son durumunu kendi sözcükleriyle naklediyoruz. Bu da görüşümüzü destekleyen canlı bir örnek olması bakımından burada yer verilmiştir.

'Ayrılığın vermiş olduğu izlerin hepsinin geçmesi tabiki beklenemez ama oldukça hafifle-

diği bir gerçek. İnsanın değişmesi çok zor, hatta mümkün olmayabilir ama farkındalığının artması sağlanabilir Bu farkındalık insanlarla ilişkilerimizde bize çok yardımcı oluyor.

Ayrıca şunu da belirtmeliyim ki; çok mutlu ve düzenli bir hayat insanın gerçekten yaşadığını unutmasına bile neden olabilir. Bu yüzden hayatta böyle iniş çıkışlar olması, kendimizi keşfetmek, bir şeyler yapabilmek ve yaratıcı olmak için, belki de insanın ayağına gelen bir fırsattır..!'

KAYNAKLAR

Bohannon P (1970) The Six Stations of Divorce. In Paul Bohannon (Ed.) Divorce and After. Garden City, New York. Doubleday and Company, Inc., 33-62.

Sayı I ve ark. (1996) Kriz ve Krize Müdahale Kurs Notları, Ankara Üniversitesi Psikiyatrik Kriz Uygulama ve Araştırma Merkezi Yayınları, Ankara.

Sleebos JE (2003) Low Fertility Rates in OECD Countries: Facts and Policy Responses. Working Paper no. 15, OECD Social, Employment, and Migration Working Papers. Paris: OECD.

Wolfinger NH (2003) Parental Divorce and Offspring Marriage: Early or Late? Social Forces, 82: 337-54.

Erikson EH (1984) İnsanın Sekiz Çağı. (Çev: Üstün TB, Şar V) Birey ve Toplum Yayınları, Ankara.

Walsh F, Jacob L, Simons V (1995) Facilitating Healthy Divorce Processes: Therapy and Mediation Approaches. In: NS Jacobson & AS German (Eds) Clinical Hand Book of Couple Therapy.

Waring E, McElrath D, Lefcoe D, Weisz G (1981) Dimensions of Intimacy in Marriage. Psychiatry, Vol . 44 , 169-175.

Erbek E (2004) Psikiyatrik Yardım Talebi Olanlar ile, Yardım Talebi Olmayan ve Boşanma Aşamasındaki Çiftlerde; Çift Uyumu, Problem Çözme Becerisi, Boyun Eğici Davranış, Öfke Tutumu Arasındaki İlişkilerin Karşılaştırılması. Uzmanlık Tezi, Bakırköy Ruh ve Sinir Hastalıkları Hastanesi 12. Psikiyatri Birimi.