

PSIKOLEKTİF'Ten

SAYI 15- NİSAN 2025



**Psikoterapistler Apolitik Mi Olmalı? Ekosistemsel Bir Bakış -
Sakin Olmak: Teoriden Pratiğe Benzersiz Bir Yolculuk - Eylemin
İnsanı Var Etme Etkisi - Ebeveynlikte Aşırılıklar: Fanusta
Büyüyen Çocuklar - Childism (Çocuk Düşmanlığı)**

PSİKOTERAPİSTLER APOLİTİK Mİ OLMALI? EKOSİSTEMSEL BİR BAKIŞ

Onur İbrahim Atay - Uzman Psikolojik Danışman

Evrimsel süreçte daha yüksek iş birliği sağlama becerisi ve değişen şartlarla baş etme dayanıklılığıyla diğer türlerden ayrılan insan, hakimiyet kurduğu her alanda varoluşunu sürdürebilmek adına hala mücadelesini sürdürmektedir. Modern çağ koşulları, temel ihtiyaçlarımızı karşılamak için artık "görece" daha konforlu ve daha az efor sarf ettiğimiz bir dönemde yaşadığımızı düşündürmektedir. Ancak artan roller, rekabet ve kaynakların sınırlılığı; insanı aynı anda pek çok alanda uyum sağlamaya zorlamaktadır. Bu anlamda tarihsel şansın yanımızda olduğunu, gerçekten güvende hissettiğimiz bir zaman diliminde yaşadığımızı söylememiz ise oldukça zor. Günümüzde karşı karşıya kaldığımız zorlu ekonomik ve politik şartlar, hem bireysel hem de kolektif dayanıklılığımızı zayıflatmaktadır. Öte yandan temel hak ve ihtiyaçlarımıza erişebilmek için dahi fazladan efor sarf etmek zorunda kaldığımız, birçok alanda kutuplaştırıldığımız ve mağdur edildiğimiz, adalete güven(e)mediğimiz bir ortamda kendi bireysel refahımızı kolektif yaşamdan ayrı düşünmek mümkün olmamaktadır.

Peki bu kadar politikleştığımız ve kolektif mücadeleye ihtiyaç duyduğumuz bir dönemde psikoterapinin/psikoterapistin apolitik kalabilmesi ne kadar sağlıklı ve gerçekçi? Şimdi gelin, bunu Ekolojik Sistem Yaklaşımı perspektifinden tartışalım.

Bronfenbrenner tarafından ortaya atılan ekolojik sistem yaklaşımı, bireyin gelişimini anlamak için onu çevreleyen tüm çevrenin ve bu çevredeki çoklu etkileşim sistemlerinin incelenmesinin önemine vurgu yapmaktadır. Bu yaklaşım ekolojik çevreyi iç içe geçmiş yapılar dizisi olarak ifade eder ve bireyin içerisinde bulunduğu ortamlardaki kişilerle ve rollerle ilişkisini inceler. Bu ilişki ve etkileşimler, bireyin gelişimini ve davranışlarını kompleks bir şekilde etkilemektedir. Bu bağlamda bireyin içerisinde bulunduğu sistemler kısaca şu şekilde sınıflandırılmaktadır:



Apolitik olmamaktan kasıt bireysel terapi seanslarında danışan getirmediği halde politik gündemleri açmak, danışanın politik görüşünü değiştirmeye çalışmak, eylemselliğini yargılamak ve manipülasyon yapmak değil; terapistlerin danışanların haklarını savunmak, topluma bu sorunların bireyin ruh sağlığına nasıl zarar verebileceğini anlatmak noktasındaki yükümlülüğüdür.



Mikrosistem: Bireyin birinci dereceden içerisinde bulunduğu ortamdır. Genel anlamda aile, okul veya akran grupları mikrosisteme örnek gösterilebilir.

Mezosistem: Bireyin yaşamında birbiriyle etkileşim içerisinde olan sistemleri ifade eder. İki veya daha fazla mikrosistemin birbiriyle olan etkileşimi (örneğin okul ve aile etkileşimi) mezosistem olarak ifade edilir.

Ekzosistem: Formal ya da informal mezosistemlerin bir araya gelerek oluşturduğu yapıyı ifade eder. Kasıtlı bir şekilde oluşturulmuş veya varlığını sürdüren çeşitli kuruluşlar, medya, yerel yönetimler ekzosistem içerisinde değerlendirilir. Ekzosistem içerisinde değerlendirilen yapıların bireyin yaşamını doğrudan etkilemediği varsayılsa da içerdiği faktörlerin kişisel gelişim ve yaşam üzerinde etkili olduğu vurgulanmaktadır.

Makrosistem: Yukarıda bahsedilen tüm sistemleri biçimlendiren kültürel, ekonomik, sosyal, eğitimsel ve yasal yapıları/faktörleri ifade eder (Bronfenbrenner, 1977).

Tüm bu sistemler içerisindeki risk faktörleri ile koruyucu faktörler, bireyin gelişimini, ruh sağlığını ve psikolojik dayanıklılığını etkileyebilmektedir (Topcu ve Demircioğlu, 2020). Diğer yandan makrosistem içerisinde gerçekleşen yasal işlemler veya kültürel faktörler, bireyin yaşamında oldukça güçlü etkilere sahip olabilmekte (Waller, 2001); tüm bu sistemler arasındaki etkileşim ise bireyin psikolojik dayanıklılığı üzerinde belirleyici olabilmektedir (Ungar, Ghazinour ve Richter, 2013).

Peki toplumsal gündemlerin kişisel yaşamlarımızda bu kadar yer aldığı bir dönemde psikoterapi ve psikoterapist nerede ve nasıl konumlanır?

İlk olarak, bu yazının amacının “koşulsuz kabul” ilkesini tartışmaya açmak olmadığını belirtmekte fayda var. Gerek ekolojik sistem yaklaşımının sunduğu ampirik veriler, gerek çok kültürlü psikoterapi yaklaşımının bireyi kendi kültürel gerçekliği içerisinde değerlendirme yönündeki vurgusu psikoterapi sürecinin politikadan bağımsız kalamayacağını açıkça göstermektedir. Elbette ki psikoterapi odasında bireyin politik ve kültürel özellikleri değerlendirmeye açık değildir. Burada asıl odak noktası günümüz insanının içerisinde bulunduğu toplumsal ve kültürel sistemin onun bireysel yaşamını, ihtiyaçlarını karşılama düzeyini ve biçimini şekillendirmedeki kritik rolüdür.

Diğer yandan; psikoterapinin en önemli amaçlarından biri psikolojik dayanıklılığı ve iyilik halini arttırmaktır. Bu sebeple psikoterapi, bireyin kontrol sahibi olmadığı alanlarda anda kalmasına, kontrol sahibi olduğu alanlarda ise kontrolünü işlevsel bir şekilde arttırmasına yönelik çalışır. Buna karşın, içerisinde bulunduğumuz politik ve toplumsal iklim bizleri kendi yaşamlarımız içerisinde edilgen kılmaktadır. Toplumun hemen her kesiminin maruz kaldığı hak ihlalleri ve adaletsiz yaptırımlar, hür irademizin ve seçimlerimizin yok sayılması, sağlık ve eğitim hizmetlerine erişimde veya bu hizmetlerden faydalanırken yaşadığımız zorluklar, temel ihtiyaçlarımızı dahi gidermede karşılaştığımız ekonomik zorluklar bizlere kendi yaşamımız üzerindeki kontrolümüzün ne kadar azaldığını göstermektedir. Günümüzde umutsuzluk, stres ve ilişkili yaşantılarımız, depresif belirtilerimiz ve motivasyonumuz büyük oranda kişisel problemlerimizden değil dışsal faktörlerden, diğer bir ifadeyle makrosistemdeki gündemlerden kaynaklanmaktadır. Yaşamlarımızdaki bu değişim ise kendi iyi oluşumuzu kolektif iyilik halinden bağımsız tutabilmeyi imkansızlaştırmaktadır. İyilik haline destek olmak için çalışan terapistler danışana davranış çeşitliliği kazandırmak, alternatif yollar deneyerek çözüme ulaşmalarını sağlamak için çalışırken sosyolojik bariyerler danışanı cesaretlendirme noktasında süreci zorlaştırmaktadır.



Tüm bunlarla beraber, etkili bir psikoterapi süreci danışanın hazırbulunuşluğu kadar psikoterapistin kendi yaşamını anlamlandırma biçimine de bağlıdır. Psikoterapinin temel ilkelerinden olan empatiyi sağlayabilmek için psikoterapistin kendi duygularını anlama, anlamlandırma ve deneyimleme noktasında başarılı olması gerekmektedir. Bu bağlamda yaygın kanının aksine etkili bir psikoterapist duygularını gizlemeyi ve duyarsızlaşmayı değil; duygularını tanımayı ve dışavurmayı öğrenmiş olmalıdır. Bu öğrenme süreci durumsal olarak doğru duygusal tepkileri verebilmeyi içerir. Psikoterapistin sahip olduğu bu özellik ve beceriler ise sağlıklı bir psikoterapi sürecinin inşası için kritik önem taşımaktadır. Bu noktada psikoterapinin en temelde ilişkisel bir süreç olduğunu, iyileştirici olanın teknik veya stratejilerden ziyade terapötik ilişkinin kendisi olduğunu ve bu ilişkinin insan insana iletişimi içerdiğini hatırlamak önemlidir. Özet bir ifadeyle; psikoterapistlerin toplumsal yaşamdan etkilenmeleri, uygun duygusal tepkileri anlamlandırmaları ve deneyimlemeleri de olağan ve gereklidir.

Bu değerlendirmeler sonucunda, tüm değerli okuyucuları “psikoterapistler apolitik olmalı” minvalindeki söylem ve düşünceleri gözden geçirmeye davet ediyorum. Nitekim bireyi yeni bir forma ulaştıran, hem doğrudan hem de dolaylı olarak toplumu da yeniden şekillendirme misyonuyla hizmet sunan psikoterapistlerin apolitik olmasını talep etmek, gerçekçi bir beklenti olmamakla beraber hem uzmanı hem de danışanı daha da edilgen kılabilme ve yabancılaştırma potansiyeli taşıyan bir perspektif içermektedir. Diğer yandan terapistin apolitik olmamasından ne kast edildiğini belirtmek faydalı olacaktır. Burada kast edilen bireysel terapi seanslarında danışan getirmediği halde politik gündemleri açmak, danışanın politik görüşünü değiştirmeye çalışmak, eylemselliğini yargılamak ve manipülasyon değil terapistlerin danışanların haklarını savunmak, topluma bu sorunların bireyin ruh sağlığına nasıl zarar verebileceğini anlatmak noktasındaki yükümlülüğüdür.

Elbette ki hiçbirimiz, ruh sağlığı desteği almak istediğimizde politik yönelimlerimizle ve dünya görüşümüzle değerlendirilmek istemeyiz. Ancak toplumun bir terapi odası kadar özgür ve güvenli bir hale gelmesi kolektif hareketi ve iyi oluşu gerektirmektedir.



SAKİN OLMAK: TEORİDEN PRATİĞE BENZERSİZ BİR YOLCULUK

Münire Akyüz Şen - Sosyal Hizmet Uzmanı

Günlük yaşantımızda sakin olabilmek, sakince yaşayabilmek zaman geçtikçe daha değerli bir yeti haline gelmektedir. Hızına yetişemediğimiz teknolojik aktivitelerin, ekonomik ve siyasi çöküşlerin, modern şehirlerin akıl almaz temposunda bireyler, adeta stresin, kaygının ve öfkenin kısılcığında yaşam sürmektedir. Örneğin X kişisi, trafikte yanlış bir hareketinizde aniden size saldırılabilmekte, Y kişisi sesinden rahatsız olduğu komşusunun evini gözünü kırpmadan ateşe verebilmektedir. Bunca kaosun içerisinde sakin olmak nasıl mümkün olabilir? Yahut “sakin olmak” tam olarak nedir?

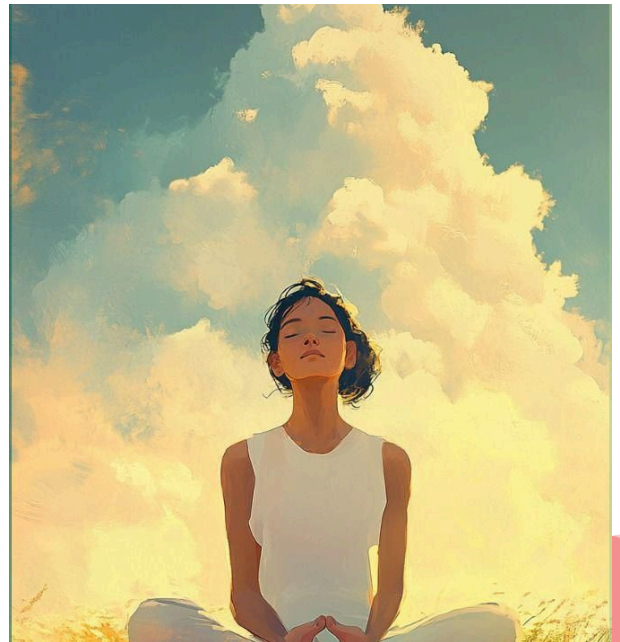
Alman yazar Wilhelm Schmid'in “Sakin Olmak: Yaşlanırken Kazandıklarımız” isimli eserinde de belirttiği gibi sakinlik bir öz değerdir ve yaşam kalitesini desteklemektedir. Öte yandan sakinlik bir amaç değil, aynı zamanda yolda olma halidir. Bu yazıda da sakinliğin teorik temelleri üzerinden günlük yaşamdaki uygulanabilirliği çerçevelenmiştir:

Wilhelm Schmid, sakinliği “yaşam sanatı” olarak görmektedir. Schmid'e göre sakinlik, bireyin hem benliğiyle hem de dış dünyayla uyum içinde olması anlamına gelir (Schmid, 2014). Söz konusu bu uyumun yakalanması için gereken şey ise düşüncelerimizi, duygularımızı ve davranışlarımızı dengelemektir. Schmid'in bu yaklaşımı, antik Yunan felsefesindeki Stoacı düşüncelerle de paraleldir. Stoacı Filozoflar, bireyin kontrolü dışındaki olaylara ve durumlara karşı sakinliğini koruyarak erdemli bir yaşam sürebileceğini ifade etmektedir (Epiktetos, 2021). Modern psikoloji ise sakinliği stresle başa çıkma yetisiyle ve stres azaltıcı faaliyetlerle bağlantılı görmektedir. Yapılan bazı araştırmalar, nefes egzersizleri ve meditasyon gibi uygulamaların stres hormonlarını baskılayarak kişinin daha sakin bir ruh haline geçmesine yardımcı olduğunu göstermektedir (Demir, 2019). Bu bağlamda sakin olma yetisi hem teori hem de pratikle geliştirilebilir.

Sakin olma yetisi sadece insan düşüncesine ya da teorik yaklaşımlara dayanmaz, doğadan da öğrenilebilir. Örneğin rüzgârın esişi, yağmurun yağışı, suyun akışı, insan ruhunda sakinlik uyandıran birer imgedir. Doğa, engellerle



“Sakinlik, yaşamın getirdiği zorluklara direnç göstermek yerine uyumlu bir şekilde akışın bir parçası haline gelmektir .”



karşılaştığında direnmeksizin yolunu bulur ve döngüyü devam ettirir. Bu, Schmid'in "duruma teslim olmak" olarak adlandırdığı bir kavrama işaret etmektedir. Bu bakımdan sakinlik, yaşamın getirdiği zorluklara direnç göstermek yerine uyumlu bir şekilde akışın bir parçası haline gelmektir (Schmid, 2014). Öte yandan doğanın bir unsuru olan hayvanlar da sakinlik konusunda ilham vericidir. Örneğin, bir kedi stres altındayken derin nefes alır, esner, kaşınır ya da kendisini rahatlatacak çeşitli yöntemler geliştirir. Bu basit ama etkili öz düzenleme mekanizmaları, insan davranışlarına da uyarlanabilir. İnsanlar, bu tür farkındalık ve sakinlik ipuçlarını gözlem ve deneyim yoluyla doğadan öğrenebilir.

Sakinliği günlük hayata taşımanın birçok yolu bulunmakta olup sakin kalabilmek için uygulanabilecek pratik yöntemler esasında oldukça basittir. Örneğin nefes çalışması gibi teknikler, stresin fiziksel belirtilerini hafifletmeye yardımcı olabilir. "4-7-8" nefes tekniği gibi uygulamalar, stres seviyesini azaltmakta ve sakinleşmekte etkilidir (Weil, 2011). Bunun yanı sıra meditasyon ve Mindfulness gibi uygulamalar da sakinliği destekleyen diğer önemli aktivitelerdir. Kabat-Zinn'in (1990) öncülük ettiği Mindfulness Temelli Stres Azaltma (MBSR) yöntemi, bireylerin akışta kalmalarını ve zihinlerini sakinleştirmelerini desteklemektedir. Ek olarak; sabah erkenden yapılan bir yürüyüş ya da günlük yazma alışkanlığı gibi kişisel zaman aktiviteleri de bireyin kendisiyle olan bağını güçlendirir ve sakin bir zihin hali yaratabilir. Sakin olmak hem bireysel hem de toplumsal yaşamı olumlu etkileyebilecek bir öz değerdir. Kim bilir, belki bu sayede sadece kendimizle değil çevremizdeki dünyayla da uyumlu bir yaşam sürmek mümkün olabilir.



EYLEMİN İNSANI VAR ETME ETKİSİ

Metin Pulat - Uzman Psikolojik Danışman

İnsan, sadece düşünen ya da hisseden bir varlık değildir; aynı zamanda eyleyen bir varlıktır. Ancak birey her zaman davranış gösteremeyebilir. Bu durum içsel motivasyonla ilgili olmanın yanı sıra zorlayıcı toplumsal koşulların etkisiyle de oluşabilir. Bağlam adı verilen bu koşulların bireye sağlanamadığı ortamlarda birey, eylemek için içsel motivasyonunu destekleyecek bir dışsal motivasyonu bulamamanın çökkünlüğünü yaşayabilir. Bu nedenle, birey yalnızca düşünce ve duygu dünyalarında sıkışıp kalma hissini taşıyabilir.

Bireyin içinde olduğu bu bağlamda, psikolojik iyi oluşuna ve hatta diğer pek çok pozitif psikolojik duruma katkı sağlayacak güven ortamına ihtiyaç duyması kaçınılmazdır. Bireyde ve bireyin bağlamında bulunan güven ortamının davranış göstermek ile birlikte iyileştirici etkisi olabilir. Ancak güvenin sıkça sorgulandığı bir ortamda birey, içsel sıkışmışlık yaşayabilir. İşte tam da bu noktada, eylemin, yani davranıyor olmanın dönüştürücü gücüne dikkat çekmek, insanın kendi varoluşunu yeniden inşa edebilmesi açısından büyük önem taşır. Bireyin davranışı; kişinin sosyal çevresiyle olan etkileşimini artırırken bir yandan da sosyal ilgi dediğimiz kavramı da artırabilir. Bu, bireyin kendinden öte bir şeyin parçası olarak bireysel varlığını anlamlandırmasına yarayabilir. Bu bağlamda sosyal ilgi; bireyin sadece kendi çıkarlarını değil, aynı zamanda toplumun ve diğer insanların iyiliğini düşünme kapasitesidir (Sweeney, 2019). Bu kavram, bireyin başkalarıyla empati kurabilme, dayanışma içinde olma ve toplumsal katkı sağlama eğilimini kapsar. Örneğin, depresyon, bireyin hayattan çekildiği, rutinlerinden koptuğu ve anlam duygusunu kaybettiği bir ruhsal durumdur. Uzmanlar tarafından kullanılan davranışsal aktivasyon dediğimiz yaklaşım, bu pasifliğe karşı bireyi yeniden harekete geçmeye çağırır. Bunu yaparken bireyin enerjisini, keyif aldığı ya da yapması gereken küçük günlük eylemlere yönlendirerek, yavaş yavaş duygu durumunun iyileşmesini hedefler. Başlangıçta güçsüz hisseden birey, zamanla eylemle birlikte enerji kazanır, daha önce yapamadığı şeyleri yeniden yapabildiğini fark eder ve bu farkındalık bir iç dönüşümü başlatır. Bu dönüşüm, yalnızca



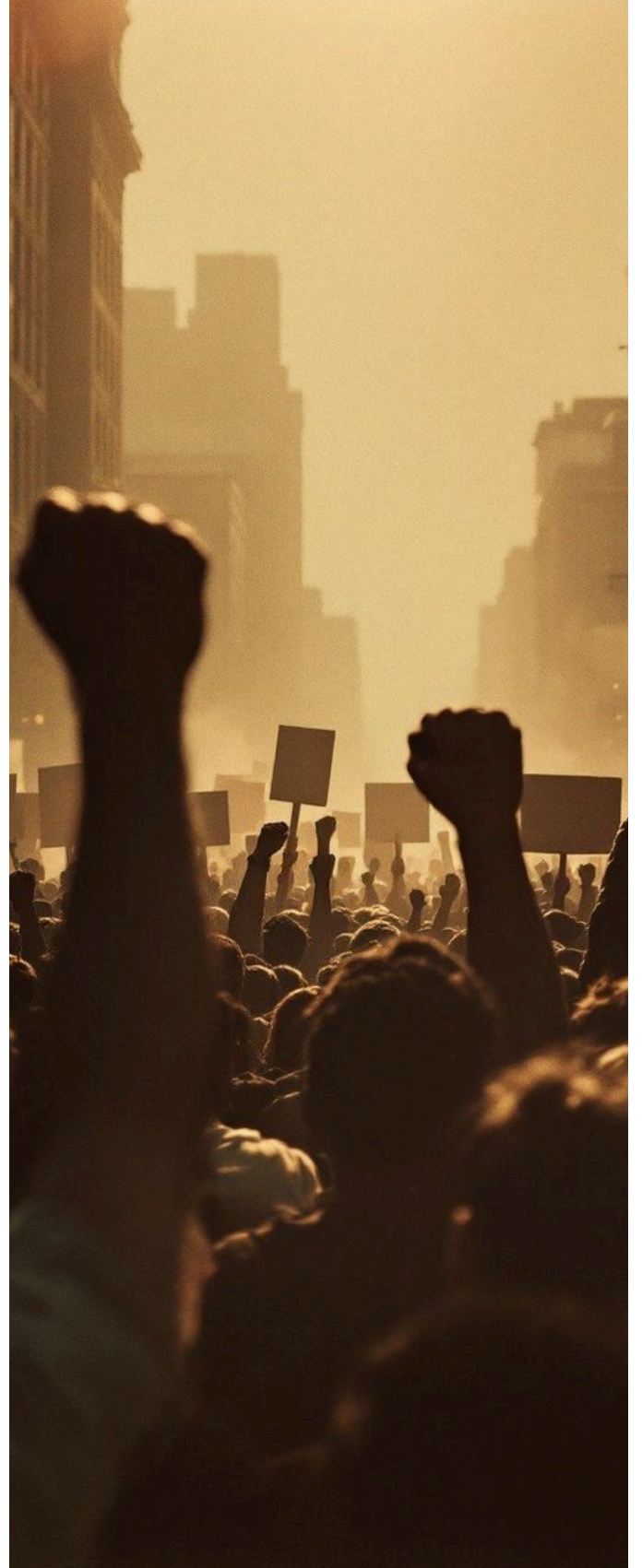
Eylemin, yani davranıyor olmanın dönüştürücü gücüne dikkat çekmek, insanın kendi varoluşunu yeniden inşa edebilmesi açısından büyük önem taşır.



depresyonun üstesinden gelmekle kalmaz; kişinin yaşamına dair kontrol ve anlam duygusunu da artırır. Birey bu eylemliliği her zaman, salt duygu durumunu düzenlemiş ve bilişsel çarpıtmalar dediğimiz düşünce hatalarını tamamen düzenlemiş olarak yapmış olmaz. Bazen, bireyin önce hareket etmesi gerekebilir.

Depresyon gibi çökkünlüğü, isteksizliği kapsayan ve hatta tükenmişliği beraberinde getirebilen bireysel gözüken bir sorun yalnızca birey ile değil toplum ile de açıklanabilir. Van Stekelenburg ve Klandermans'ın (2017) sosyal psikolojiye dair çalışmaları, bireyin toplumla bağdaşan davranışa katılımı üzerinedir ve insanda ne gibi etkiler yarattığına dikkat çekmektedir. Onlara göre, birey bir toplumla bağdaşan bir davranış gösterdiğinde yalnızca bir duruma tepki vermiş olmaz; aynı zamanda kendi kimliğini yeniden şekillendirir. Bu süreçte duygular, düşünceler ve motivasyonlar iç içe geçer ve toplumsal bir konuyla bağdaşan davranış, bireyin yalnızlık hissini azaltır, aidiyet duygusunu güçlendirir, onu daha umutlu kılar. Bu kapsamda düşünüldüğünde depresyon gibi bir konuyla mücadele eden birey, toplumla yaşadığı birliktelik ile depresyonun tam zıttı deneyimler elde edebilir. Eylem, bireyin edilgenlikten çıkıp "özne" haline gelmesidir. Belki de bu nedenle depresyon gibi bireyin kendisini sevemediği hatta hiçe saydığı bir durumda işlevsellik gösterebilir. Davranarak özne olabilme, insanın kendi iç dünyasını da toplumu da dönüştürme potansiyelini içinde barındırır.

Kısacası, harekete geçmek, davranışsal aktivasyon, yapmak... adı ne olursa olsun bu davranış, depresyon ve pek çok ruhsal sıkıntıda bireyleri dönüştüren, kısır döngüden çıkaran ve en nihayetinde topluma katan bir eylemdir. Eylem, insanın "varım" deme biçimidir. Bazı durumlarda bu katılım, bağlamın elverişsizliğiyle karşı karşıya kalabilir ve bireyi davranmaktan uzak tutabilir. Adorno (1951), *Minima Moralia*, *Sakatlanmış Yaşamdan Yansımalar* adlı eserinin, *plurale tantum* (yalnızca çoğulda) adlı pasajında şu ifadeye yer verir: Bir kişi öfkesiyle ne kadar meşgulse, toplumun bastırıcı ilkesini o kadar eksiksiz temsil eder. Bu anlamda –belki de diğer tüm anlamlardan daha fazla– şu kural geçerlidir: en bireysel olan, en genel olandır. Bu anlatı bize bireyde gözlemlenen özelliklerin aslında nasıl toplumsal yapıların yansıması olduğunu gösteriyor olabilir. Diğer bir deyişle belki de ruhsal olan, aslında toplumsal olandır. Bazen öfke, bazen üzüntü, bazen hissizlik...



EBEVEYNLİKTE AŞIRILIKLAR: FANUSTA BÜYÜYEN ÇOCUKLAR

Ebrar Albayrak - Psikolojik Danışman

Ebeveynlik aslında toplumun bizden ne beklediğiyle çok iç içe bir mesele. Yüzyıllar boyunca annelik; duygusallık, şefkat, ev işleriyle özdeşleştirildi. Babalıkta güç, sorumluluk ve dış dünya ile... Yani biz daha çocukken bile bu roller çoktan bizim adımıza belirlenmişti. Özellikle ataerkil yapı ve toplumsal cinsiyet normları, anneliği neredeyse “doğuştan gelen bir görev” olarak kodlarken; babalık zamanla öğrenilen, biraz da seçime bağlı bir sorumluluk gibi görüldü. Ancak zamanla aileler değişmeye başladı. Geleneksel roller, artık yerini modern ebeveynliğe bırakıyor. Bugün hem kültürel dönüşümler hem de ekonomik koşullar nedeniyle aile içindeki roller yeniden şekilleniyor. Özellikle de çocukla kurulan bağ, bambaşka bir yere evriliyor.

Eskiden kalabalık ailelerin sorumlulukları paylaşıldı. Şimdi yoğun iş temposu yüzünden çekirdek aile yapısı öne çıktı; kalabalıklar gitti, bireyler yalnızlaştı. Araştırmalar bu yalnızlık içinde, çocukların adeta duygusal boşluğu dolduran merkez figürler haline geldiğini gösteriyor. Özellikle zayıflayan sosyal bağların yerini çocukla doldurma isteği, ebeveynlerin çocuğa daha fazla anlam yüklemesine neden oldu (Tiryakioğlu, 2017). Bir nevi çocuğun mutluluğu ailenin varoluş sebebi haline geldi.

İşte tam da bu noktada karşımıza helikopter ebeveynlik yani aşırı ebeveynlik kavramı çıkıyor. Son 30 yılın “yeni ebeveynlik tarzı” olan bu yaklaşım ebeveynin çocuğun etrafında sürekli dönmesini tarif ediyor. Adeta bir helikopter gibi... Helikopter ebeveynlik aslında iyi niyetle başlıyor. Ebeveyn, çocuğunun her anını izliyor, onu gözlemliyor hatta o yorulmasın diye onun yerine karar veriyor. Bu durum başta ilköğretim çağındaki çocuklarda geçerli gibi görünse de bu kontrol hali artık üniversite kapılarına kadar uzanıyor (Bradley-Geist, 2013).

Bugün ebeveynlik, uçlarda gidip geliyor. Bir yanda çocuğuna aşırı odaklanmış, onun tüm hayatını organize eden ebeveynler var. Her saniye yanında olan, onunla birlikte tüm gün oyun oynayan, ne giyeceğine, ne yiyeceğine, ne diyeceğine hatta ne hissedeceğine bile karar veren...



Ebeveynlik, bugün her zamankinden daha çok bilinç, çaba ve denge gerektiriyor. Ne aşırı kontrol ne de ilgisizlik... Ne tamamen özgür bırakmak ne de her adımı belirlemek... Aslında tüm mesele, çocuğun kendi yolunu yürürken arkasında güvenli ama nefes alabileceği bir alan olduğunu hissetmesi.



Bu çocuklar bir süre sonra, herkesin her zaman onların yanında olması gerektiğini sanıyor. Öte yanda ise yoğun iş temposu, geçim derdi ve hayatın koşturmacası içinde çocuğuna yeterince vakit ayıramayan ama içten içe bunun suçluluğunu taşıyan ebeveynler var. Bu çelişki çocukların dünyasında derin izler bırakıyor. Sürekli ilgiye alışan çocuk, sosyal hayata çıktığında herkesin kendi gündemine odaklı olduğunu ve dünyanın kendisi etrafında dönmediğini fark edince hayal kırıklığı yaşıyor. İlişkilerinde aşırı ilgi, iltifat ve anlayış bekliyor. Bu beklentiler karşılanmayınca da kırılıyor, geri çekiliyor ya da öfkeleniyor.

Bazı ebeveynler ise bir adım öteye gidip her davranışın çocuğun ruh dünyasında travma yaratabileceğinden endişeleniyor. Öyle ki çocuğa “hayır” demek bile büyük bir tehlike gibi görülüyor. Azıcık sesin yükselmesi, sınırların çizilmesi bu ebeveynler için travma oluşturmak anlamına geliyor. Dış dünyanın tüm risklerinden korumaya çalışılan çocuk, evin içinde steril ve güvende ama özgür değil. Bir de pedagojik ebeveynler var. Bilinçli ebeveynlik adına kitaplar okuyan, videolar izleyen, seminerlere katılan... Bu ebeveynler bazen öğrendikleri şeyleri birebir uygulama telaşına kapılıyor, çocuğun bireysel farklılıklarını göz ardı ediyor. Bu ebeveynlikte çocuk kitaplara uymadığından sorunlu, ebeveynler ise kitaplara uyduramadığından yetersiz sanılıyor.

Kaygılı ebeveynlik de benzer bir yerden besleniyor ama daha çok “ya bir şey olursa” korkusuyla hareket ediyor. Kaygılı ebeveynler çocuğun okulda yalnız kalmasından, otobüste biriyle göz göze gelmesinden sürekli endişe duyuyorlar. Bu evlerde çocuklar sokakta biriyle tartışmasından ya da kötü sözler duymasından endişe edildiğinden dışarı çıkarılmıyor. Böylece çocuk korunaklı bir ortamda büyürken gerçek hayattaki zorluklarla baş etme becerileri gelişmiyor. Bu yüzden çocuk çoğu zaman yalnız başına bir adım bile atamıyor. Koruma, bir süre sonra özgürlükten çalmaya başlıyor.

Ebeveynlik, bugün her zamankinden daha çok bilinç, çaba ve denge gerektiriyor. Ne aşırı kontrol ne de ilgisizlik... Ne tamamen özgür bırakmak ne de her adımı belirlemek... Aslında tüm mesele, çocuğun kendi yolunu yürürken arkasında güvenli ama nefes alabileceği bir alan olduğunu hissetmesi. Yani çocuğu hayatın



içine katmak, onu hem duygusal hem fiziksel anlamda desteklemek ama hayata karşı da dayanıklı hale getirebilmek... Çünkü uzun vadede mesele, sadece “iyi çocuk” yetiştirmek değil; kendi ayakları üzerinde durabilen, mutlu ve sağlıklı bireyler yetiştirebilmek. Ebeveynlik, her zaman kusursuz olmak değil, yeterince iyi olabilmekle ilgili. Çocuğa her şeyin mükemmeliğini sunmak yerine, ona doğru temelleri atmak ve bu temeller üzerinden hayatı keşfetmesine olanak sağlamak önemli. Sürekli her isteğini yerine getirmek değil, gerçekten ihtiyaç duyduğunda yanında olmakla ilgilidir. Yeterli bir ebeveyn olmak, çocuğun özgürce büyüebilmesi için ona yeterli alan tanımadır. Çocuğun her anına müdahale etmek yerine, ona sınırlar koyarak, duygusal ve zihinsel gelişimini desteklemek gerekir. Yani, çocuğun her duygusuna aşırı açıklama getirmek değil, ona kendi başına çözüm arama fırsatı sunmak önemlidir.



CHILDISM (ÇOCUK DÜŞMANLIĞI)

Fatma Nur Özakça - Çocuk Gelişimci & Sivil Toplum Çalışanı

“Çocuklar, acıları paylaşmaz demiştin omuz silkerek.

Acılardır paylaşan çocukları. Gün geldi, paylaşıldı acılar. Çocuklar paylaşıldı.”

İsmet ÖZEL

Çocuk kimdir? Çocuk kimindir? Çocuk, sahip olunan bir varlık mıdır? Çocuk masum mudur, yaramaz mıdır? Çocuklar politik özne midir? Çocuğa ve çocukluğa karşı ön yargıların temeli nereye dayanır? Çocuk nefreti ve düşmanlığı diye bir durum söz konusu mudur? Çocuğun ihmali ve istismarı nedir? Çocuğun ihmali ve istismara uğrayabileceği ne zaman keşfedilmiştir? Çocuğa özel haklar gerçekten var mı, ne zaman gündeme alındı?

Tüm bu soruları tartışmadan önce toplumsal algı kavramının özüne inerek algılarımızın yaşayış rutinleri üzerindeki etkilerine değinmekte fayda olduğunu düşünüyorum. İçinde yaşadığımız dünyada tanımladığımız, ilişkilendirdiğimiz ve karşılık bulduğumuz birtakım uyaranlar mevcuttur. Kimi zaman bizim yorumlarımız ile diğer insanların yorumları arasında farklılıklar olduğuna da şahit olabiliyoruz. Toplumsal algıyı bu noktada bir olaya, duruma veya bir nesneye karşı izlenimlerimiz sonucu varacağımız kanı ve anlamlandırma aşamasındaki sınıflandırma olarak tanımlayabiliriz. Algı ile oluşan bu bilişsel şema, yaşam içerisindeki tutum ve davranışlarımızda etki mekanizması oluşturabilecek olup kişide algı ve tutum çelişkilerinin de yaşanabileceği göz önünde bulundurularak yanlış, eksik izlenim ve bilinçsiz çıkarımlarla doğan algının yine yanlış tutum ve davranışlara sebep olması da olağandır. Bir diğer yandan bir düşünceye inanmak ve/veya bağlı olmak çoğu zaman aidiyetliği de beraberinde getirecektir. Tüm bu işleyiş sonucunda koşullanmış bir duygusal tutuma kapılma durumunda ise önyargı kavramı karşımıza çıkacaktır. Çocuğun insan hakları ve tarihçesini konuşacağımız bu yazıda çocuğa ve çocukluğa karşı önyargıların oluşturduğu algılayış biçimlerini, ayrıştırılan ‘çocukluk’ ve ‘yetişkinlik’ kavramları ile bu doğrultuda doğan hak ihlallerinin temelindeki çocuk düşmanlığını tartışacağız.

Modern önyargı çalışmaları; İkinci Dünya Savaşından sonra beyazların siyahlara karşı önyargılarının, erkeklerin kadınlara karşı ayrımcılıklarının analiz edildiği ve kurbanların kendi seslerinin kenara itildiği bir saha olarak ortaya çıktı (Young-Bruehl, 2021).

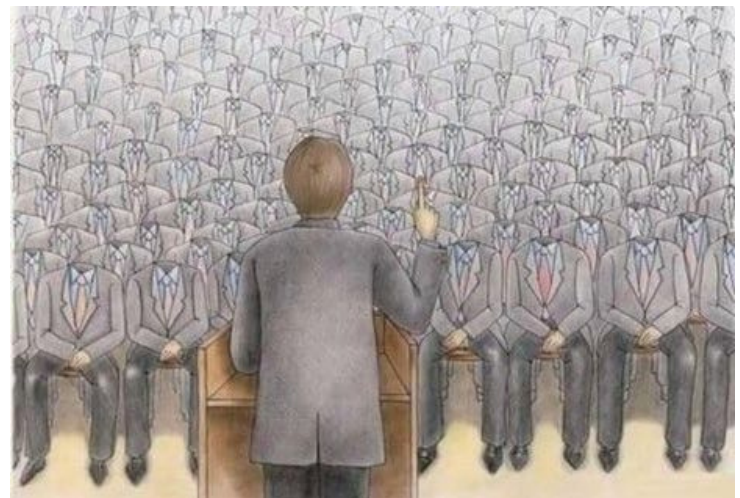


Çocukluğu anlamlandırmak istediğimizde karşımıza hedef grup olarak kız çocukları, oğlan çocukları, adölesan grup, farklı etnik köken, farklı ırk, din ve ideolojilere mensup çocuklar, genç kadınlar gibi ayrıştırılarak araştırmalara konu olmuş pek çok kesim çıkarken temelde bu grupların tümünün çocukluğa açıldığı göz ardı edilebilmekte. Ne yetişkinlik ne de çocukluk tek tipleştirilecek homojen bir bütündür.



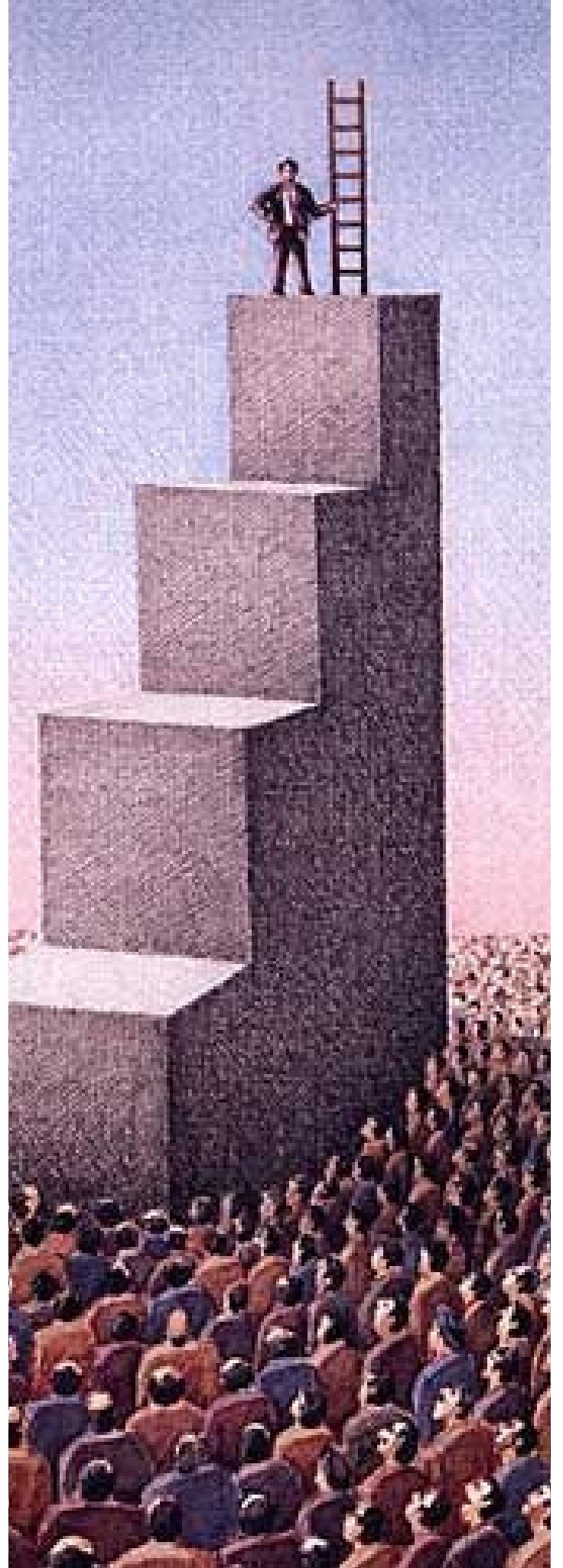
Halihazırda farklı olanın hedef olduğu bir dünyada önyargıya önyargı gözlüğünden bakmak bize hiçbir şey göstermeyecektir. İçinde bulunduğumuz bütün kozmik ekolojide önyargının anatomisini irdelemek ve temeline yaklaşmak isterken bu adım, yolumuzu döngüsel hale de getirebilecekti. Önyargıda bir hedef grup görürüz. Çocukluğu anlamlandırmak istediğimizde karşımıza hedef grup olarak kız çocukları, oğlan çocukları, adölesan grup, farklı etnik köken, farklı ırk, din ve ideolojilere mensup çocuklar, genç kadınlar gibi ayrıştırılarak araştırmalara konu olmuş pek çok kesim çıkarken temelde bu grupların tümünün çocukluğa açıldığı göz ardı edilebilmekte. Ne yetişkinlik ne de çocukluk tek tipleştirilecek homojen bir bütündür. Çocukluğa karşı önyargıları oluşturan en büyük etkenler ise kültür ve toplumsal inanışlar, tarihsel aktarımlar, politik düzlem ve söylemler olarak belirtilebilir. Toplumda oluşan ve aktarılan önyargılar, çocukluk olgusunu belirli kalıplara indirgemiş ve onu stereotipleştirmiştir. Çocuğun aileye ait bir mülk ya da sahip olunan bir varlık olarak görüldüğü toplumlarda, onun gelişimsel açıdan özel ve özen gösterilmesi gereken bir birey olarak kabul edilmesi veya bu anlayışın aktarılması oldukça güçleşmektedir. 'Kızını dövmeyen dizini döver', 'Çocuklar gerekirse dayakla terbiye edilmeli ve ehlileştirilmelidir', 'Eti senin, kemiği benim', 'Çocukluk etme' gibi söylemler, çocukluk algısının katı toplumsal normlarla şekillendiğini ve bu düşünce yapısının nesiller boyunca aktarıldığını göstermektedir. Dolayısıyla, bu algının kısa vadede köklü bir dönüşüme uğramasını beklemek ütöpik olabilir. Ancak değişimin en azından dilde başlaması, bu dönüşüm sürecinde önemli bir adım olarak değerlendirilebilir. Bu bağlamda, çocukluğun 'gelecek' değil 'bugün' olarak tanımlanması, her çocuğun biricikliğinin vurgulanması, yetişkinlik ile kıyaslanarak eksik veya yetersiz bir evre olarak değerlendirilmemesi, yetişkin hiyerarşisinin kalıplarına sıkıştırılmaması ve temelde bir birey olarak ele alınması büyük önem taşımaktadır. Öte yandan, bakım verenler, çocuk koruma sisteminde yer alan sorumlular, yetişkinler tarafından ve politik söylemler içinde sıklıkla kullanılan 'çocuklarımız', 'gençlerimiz', 'kadınlarımız' gibi sahiplik belirten ifadeler; birey üzerinde sahiplik gösterirken özerkliğini gölgeleyerek istismara zemin hazırlayabilecek bir yapı oluşturabilecektir. Dilde başlayan dönüşüm

toplumun en küçük birimi olan ailede, aile bireyleri arasındaki ilişkilerin güçlenmesiyle devam edecektir. Örneğin, 'kurtarmak' fiilinin eril bir enerji uyandırışı, 'korumak' fiilinin ise anaç bir duyguyu ortaya çıkarması dildeki patriyarkal kalıplaşmanın bir göstergesidir. Bu durum, toplumsal eşitsizliğin dil aracılığıyla nasıl arttığını ve eşitlikçi bir bakış açısının inşasında dilin dönüştürücü gücünü gözler önüne sermektedir. Eşitsizlik içeren toplumlarda genellemelerin ve sınıflandırmaların önemli bir olumsuz etkisi de ayrımcı uygulamalara dönüşme potansiyeli taşıması iken toplumsal eşitsizlik, sınıflandırmada bir tarafın gücü kullanması ve olanaklarının diğer taraftan fazla olması anlamına gelir (Kılıç, 2024). Yetişkinler ve çocuklar söz konusu olduğunda toplumsal eşitsizlik; yetişkinlerin baskın, karar alan grup olması ve dolayısıyla çocukları tanımlama, etiketleme ve sınırlama alanına sahip olması olarak nitelendirilebilir. Çocuk hakları açısından konuya baktığımızda, çocuk ile yetişkini birbirinden ayıran temel unsur; tüm insan haklarını kapsayan genel bir sözleşme bulunmasına rağmen, çocuklara özgü hakları düzenleyen ayrı bir sözleşmenin de varlığıdır. Bu bağlamda yetişkinlerin çocuk haklarının hayata geçirilmesi konusunda sorumluluk taşıdığı; çocukların ise bu haklar doğrultusunda desteklenmesi ve güçlendirilmesi gerektiği anlamı çıkarılır. Mesele mühim; çünkü yanlış temellendirilmiş, formüleleştirilmiş çocuk karşıtı davranışlar ve sert kuramlar çocuğa zarar veren kurum ve politikaların doğuşuna sebep vermişti. Tüm bunlar göz önünde tutulursa şöyle denilebilir ki, 'Mikro düzeydeki ana baba tutumları makrokozmosda yasama ve politik boyuta da yön verdi'.



Bir diğer tartışma konusu ise politik özne olma durumu. Politik öznellik, bireylerin veya grupların siyasi süreçlerde aktif olarak yer almasını, karar alma mekanizmalarında etkili olmasını ve toplumsal dönüşümde rol oynamasını ifade eder (Laclau & Mouffe, 2001). Geleneksel siyaset teorisinde politik özne kavramı genellikle rasyonel ve bilinçli kararlar alabilen bireylerle sınırlandırılmıştır (Habermas, 1991). Kalıplaşmış siyasi düzlemimizde politik duruş kalıbı, 18 yaş üstü kişilerin referandumlarda oy kullanarak vatandaşlık görevini yerine getirmesi ile bağdaştırılmaktadır. Dolayısıyla çocuklar da bu kadrajda kendisine yer bulamamıştır. Ancak özellikle 20. yüzyılın ikinci yarısından itibaren çocuk hakları paradigmasının gelişmesiyle birlikte çocukların da politik bir özne olup olamayacağı sorusu literatüre konu olmuştur (Wall, 2012). Bu bağlamda, çocuklar genellikle "politik olmayan" veya "tam yetkin olmayan" bireyler olarak kabul edilmiştir (Habermas, 1991). Ancak modern siyaset teorileri ve çocuk hakları perspektifi, çocukların da politik süreçlere katılma hakkına sahip olduğunu vurgulamaktadır (Wall, 2012; Jans, 2004). BM Çocuk Hakları Sözleşmesi'nin 12. Maddesinde 'Çocuğun katılım hakkı'ndan bahsedilir ve şöyle açıklanır: Çocuklar, kendilerini ilgilendiren konularda görüşlerini ifade etme hakkına sahiptirler. Bu bakış açısıyla değerlendirildiğinde, yerel ve merkezi seçimlerde oy kullanma hakkına sahip olmayan 18 yaş altı bireyler için BM Çocuk Hakları Sözleşmesi'nin 12. maddesi, 'eşit yurttaşlık' kavramının gerekliliğini hatırlatmakta ve çocukların politik süreçlere katılım hakkının olduğunu vurgulamaktadır.

Peki, nedir bu çocuk hakları ve ne zaman insanlığın gündemine girdi? Çocuk hakları, tarihsel olarak farklı dönemlerde çeşitli hukuk sistemleri ve toplumsal yapılar içinde ele alınmış olsa da, modern anlamda uluslararası hukukun bir parçası haline gelmesi 20. yüzyılın başlarına dayanmaktadır. Özellikle 1960'lı yıllara kadar göz ardı edilen çocuk istismarı gibi bir olgu, 20. yüzyıl ortalarına kadar fark edilmemiş olup çocuk doktorlarının gelen kırık ve morarma vakalarını 'Bu bir travmadır, bu bir istismardır.' şeklinde tanımlayabilmesi, çocuk istismarının bu dönemde henüz farkına varıldığını göstermiştir. Bu durum, aynı zamanda çocuğun istismar edilebileceğine dair öncesinde var olan körlüğü de gözler önüne sermiştir.



Bugün, çocuk hakları denildiğinde ilk akla gelen belge, 1989 yılında Birleşmiş Milletler tarafından imzaya açılan ve şu anda 196 ülkenin taraf olduğu BM Çocuk Hakları Sözleşmesi'dir. Ancak, küresel bir öneme sahip bu sözleşme, çocuk haklarının uluslararası hukukta korunması için atılan ilk adım değildir. 1919 yılında kurulan Uluslararası Çalışma Örgütü (ILO), çocuk işçiliği ve asgari çalışma yaşı gibi konuları uluslararası alanda ilk kez gündeme getirmiştir. Ardından, 1924 yılında Milletler Cemiyeti tarafından kabul edilen Cenevre Çocuk Hakları Bildirgesi, çocukların korunması gerekliliğini uluslararası bir belgeyle ifade eden ilk metin olmuştur (League of Nations, 1924). Bu bildirme, çocukların sağlık, eğitim ve refah haklarını teminat altına almayı hedefleyen beş maddelik bir çerçeve sunmuştur. II. Dünya Savaşı sonrasında, insan haklarının yeniden tanımlanması ihtiyacı doğmuş ve 1948'de Birleşmiş Milletler Genel Kurulu tarafından kabul edilen İnsan Hakları Evrensel Beyanamesi, çocukların korunmasına dair temel ilkeleri de içermeye başlamıştır (United Nations, 1948). 1959 yılında ise BM, Çocuk Hakları Bildirgesi'ni ilan ederek, çocukların korunma, gelişme, eğitim ve refah haklarını daha ayrıntılı bir şekilde vurgulamıştır (United Nations, 1959). 1979 yılı, 'Dünya Çocuk Yılı' olarak ilan edilmiş ve bu dönemde çocuk hakları konusunda uluslararası farkındalık artmıştır. Ardında, 1989 yılında kabul edilen BM Çocuk Hakları Sözleşmesi, çocuk haklarının korunması ve geliştirilmesi konusunda en kapsamlı uluslararası hukuki belge olarak kabul edilmiştir (United Nations, 1989). Bu sözleşme bakım, koruma ve katılım (provision, protection, participation) olmak üzere literatürde de 3P olarak geçen üç temel unsuru teminat altına almıştır.

Toplumsal yaşamın içinde genellikle fark edilmeyen fakat doğallaştırılan ve normalleştirilen ayrımcı ve dışlayıcı tutumlar, çocuk düşmanlığını beslemektedir. Çocukların haklarına aykırı tutumlar, tarihsel süreçte giderek fark edilip daha görünür hale gelmiştir. Bu noktada, çocuk destek mekanizmalarında yer alan tüm yetişkinlerin bu tutumları algılaması ve görünür kılması kritik bir öneme sahiptir. Özellikle politika yapımcıların ve karar alıcıların, çocukları tanımlama biçimlerinin toplum üzerindeki etkisi büyük bir gerçektir. Çocuk düşmanlığı yalnızca bireysel bir tutum

değil, aynı zamanda bir çocuk hakları ihlali ve toplumsal bir sorun niteliği de taşımaktadır. Bu durum, çocuğa yönelik bakış açılarını ve toplumsal algıyı yeniden şekillendirme gerekliliğini ortaya koymaktadır. Bu sorunun temelinde yatan en önemli etken, çocukların sadece "korunması gereken" varlıklar olarak görülmesinin ötesine geçerek, birer politik özne ve toplumsal aktör olarak tanınmasının sağlanmasıdır (Wall, 2012; Jans, 2004). Bu bağlamda, toplumsal dönüşüm için adımlar atılması, sadece yasal ve politik düzeyde değil, aynı zamanda dilsel ve kültürel anlamda da bir değişim sürecini gerektirmektedir (Habermas, 1991).

Sonuç olarak, çocuk haklarının yalnızca bir yasal sorumluluk değil, aynı zamanda toplumsal ve etik bir sorumluluk olduğu unutulmamalıdır. Çocuk düşmanlığının adını koymak, onu görünür kılmak ve üzerine düşünmek, toplumsal eşitlik ve adaletin inşasında kritik bir adımdır. Bu çaba, hem ulusal hem de küresel düzeyde çocukların haklarını tanıyan ve koruyan bir toplum yapısının inşasına katkıda bulunacak öneme sahiptir.



2-Psikoterapistler Apolitik Mi Olmalı? Ekosistemsel Bir Bakış

- Bronfenbrenner, U. (1977). Toward an experimental ecology of human development. *American Psychologist*, 32(7), 513-531. <https://doi.org/10.14195/0870-4147-48-1>
- Topcu, Z. G. ve Demircioğlu, H. (2020). Ekolojik sistemler perspektifinden psikolojik sağlamlık. *Gelişim ve Psikoloji Dergisi*, 1(2), 125-147.
- Ungar, M., Ghazinour, M., & Richter, J. (2013). Annual research review: What is resilience within the social ecology of human development? *Journal of Child Psychology and Psychiatry and Allied Disciplines*, 54(4), 348-366. <https://doi.org/10.1111/jcpp.12025>
- Waller, M. A. (2001a). Resilience in ecosystemic context: Evolution of the concept. *American Journal of Orthopsychiatry*, 71(3), 290-297. <https://doi.org/10.1037/0002-9432.71.3.290>

Görsel Kaynakça

- https://www.behance.net/gallery/101635969/Online-psychotherapy-concept?tracking_source=search_projects|psychotherapy+illustration&l=5
- https://www.behance.net/gallery/151465739/psychotherapy?tracking_source=search_projects|psychotherapy+illustration&l=4

5-Sakin Olmak: Teoriden Pratiğe Benzersiz Bir Yolculuk

- Schmid, W. (2014). *Sakin Olmak: Yaşlanırken Kazandıklarımız*. İstanbul: İletişim Yayınları.
- Epiktetos. (2021). *El Kitabı*. (Ç. Başak, Çev.). Ankara: Gece Kitaplığı Yayınevi.
- Kabat-Zinn, J. (1990). *Full Catastrophe Living: Using the Wisdom of Your Body and Mind to Face Stress, Pain, and Illness*. New York: Delacorte Press.
- Weil, A. (2011). *Spontaneous Happiness*. Boston: Little, Brown and Company.
- Demir, S. (2019). Meditasyonun Modern Yaşamdaki Yeri. *Psikoloji Dergisi*, 25(3), 45-60.

Görsel Kaynakça

- <https://tr.pinterest.com/pin/111323422033687012/>
- <https://tr.pinterest.com/pin/774124930557547/>

7-Eylemin İnsanı Var Etme Etkisi

- Adorno, T. W., & Tiedemann, R. (1951). *Minima moralia: Reflexionen aus dem beschädigten Leben* (Vol. 4). Frankfurt am Main: Suhrkamp.
- Sweeney, T. J. (2019). Alfred Adler: The man, the movement, and his Individual Psychology. In *Adlerian Counseling and Psychotherapy* (pp. 11-42). Routledge.
- Van Stekelenburg, J., & Klandermans, B. (2017). Individuals in movements: A social psychology of contention. *Handbook of social movements across disciplines*, 103-139.

Görsel Kaynakça

- <https://tr.pinterest.com/pin/624241198727686258/>
- <https://tr.pinterest.com/pin/574138652514912722/>

9- Ebeveynlikte Aşırılıklar: Fanusta Büyüyen Çocuklar

- Bradley-Geist, J., & Olson-Buchanan, J. (2014). Helicopter parents: An examination of the correlates of over-parenting of college students. *Education & Training*, 56(4), 314-328.
- Teber, M. (n.d.). Mehmet Teber Resmî Web Sitesi. <https://mehmetteber.com/> URL adresinden 05.04.2025 tarihinde erişilmiştir.
- Tiryakioğlu, M. E. (2017). Modern aile modern çocuk. *Kırmızılar*.

11- Childism (Çocuk Düşmanlığı)

- Young-Bruehl, E. (2021). Çocuk düşmanlığı. İletişim.
- Kılıç, D. A. Z. (2024). "Çocuk algısı çerçeve notu." Sunanın Kızları. https://sunaninkizlari.org/wpcontent/uploads/2024/09/SK_COCUK_ALGISI_CEVRE_NOTU.pdf
- League of Nations. (1924). "Geneva Declaration of the Rights of the Child."
- United Nations. (1948). "Universal Declaration of Human Rights."
- United Nations. (1959). "Declaration of the Rights of the Child."
- United Nations. (1989). "Convention on the Rights of the Child."
- Habermas, J. (1991). *The Structural Transformation of the Public Sphere: An Inquiry into a Category of Bourgeois Society*. MIT Press.
- Laclau, E., & Mouffe, C. (2001). *Hegemony and Socialist Strategy: Towards a Radical Democratic Politics*. Verso.
- Habermas, J. (1991). *The Structural Transformation of the Public Sphere*. MIT Press.
- Jans, M. (2004). Children as Political Actors: Empowerment through Participation. *Journal of Children and Society*, 18(4), 150-159.
- Wall, J. (2012). Children as Political Subjects: Toward a Critical Reinterpretation of Political Subjectivity. *Children and Youth Services Review*, 34(5), 1015-1022.

Görsel Kaynakça

- <https://pin.it/3lITvBYUV>
- <https://pin.it/5vGXlO69>
- <https://pin.it/1zuKFpGuO>
- <https://pin.it/i3Y7JAcgD>
- <https://pin.it/4G1gXuDrF>

PSIKOLEKTİF "Tev"



Yazı İşleri Sorumlusu : Şafak Atay

Bülten Tasarım: Kadriye Ulus

NİSAN 2025

SAYI 15