

BAŞLARIM ŞİMDİ ANNELİĞE!

Anneliğe ve Bebek Bakımına
Güzel Bir Başlangıç İçin
Rehber Kitap

2. basım

ŞERMİN ÇARKACI
Mete, Tuna ve Name'nin Annesi

elma

Toplumsal ve Bireysel Gelişim Serisi



BAŞLARIM ŞİMDİ ANNELİĞE!

Anneliğe ve Bebek Bakımına
Güzel Bir Başlangıç İçin
Rehber Kitap

2. basım

ŞERMİN ÇARKACI
Mete, Tuna ve Name'nin Annesi

elma

Toplumsal ve Bireysel Gelişim Serisi

BAŞLARIM ŞİMDİ ANNELİĞE!

Anneliğe ve Bebek Bakımına Güzel Bir Başlangıç İçin Rehber Kitap

ŞERMİN ÇARKACI

Toplumsal ve Bireysel Gelişim Serisi 46

Hayat Amacımız

Daha eğitimli ve daha çok okuyan bir ülke için çalışıyoruz.

Gelecek Hayalimiz

Alanımızda
Türkiye'nin en saygı duyulan kurumu
olacağız.

Değerlerimiz

Dürüstlük
İş Kalitesi
Girişimcilik
Hoşgörü
Yurt Sevgisi



Toplumsal ve Bireysel Gelişim Serisi 46

Başlarım Şimdi Anneliğe©

Editör / Seyra F. Erdaloğlu
Kapak Tasarım ve Mizanpaj / Eray Ergün
Kapak Fotoğrafı / Arda Ayderman
Yayın Ekibi / Çiğdem Karaca, Demet Kurtbaş, Demet Uyar,
Gülderen Çopur, Merve Dinar, Murat Öcal, Songül Düzgün,
Tuncay Kızılaslan, Zafer Akta

Yayın Kurulu / Ayşe Butcher, Güler Ulusman, Neslihan Erden Taş,
Nilay Dalyan, Uzm. Psikolog Özgün Kızıldağ

Elma Yayınevi / Aziziye Mah. Portakal Çiçeği Sok.
No:37/7 Çankaya/Ankara
Yayıncı Sertifika No / 12437

1. Basım Ağustos 2014 • 2. Basım Eylül 2014
ISBN / 978-605-5286-55-2

Her türlü kitap talebinizi temsilciliklerimizden, **www.elmayayinevi.com** adresimizden, telefon veya faks aracılığıyla yayınevimizden yapabilirsiniz. Kitaplarımızla ilgili görüşlerinizi **www.elmayayinevi.com** adresindeki web sitemizde belirtebilirsiniz.

ELMA YAYINEVİ©
Kitabın tüm yayın hakları ELMA YAYINEVİ ©'ne aittir. Yazılı izin alınmadan kısmen veya tamamen alıntı yapılamaz, kopya edilemez, çoğaltılamaz ve yayımlanamaz. Türkiye'de basılmıştır. Kitabın içeriğindeki bilgi ve belgelerin sahibi yazardır ve bunlardan kendisi sorumludur. "ELMA", AKADEMİ ARTI YAY. Afi'nin bir markasıdır. Copyright © 2014,ELMA Publishing House

temsilciliklerimiz
Akdeniz Bölgesi / CDR Eğitim ve Danışmanlık • Gökçe Ateş • Tel: (242) 247 72 72 • gokceates@izgorenakademi.com
Bursa / MGK Eğitim Hizmetleri • Özlem Erbaşlar • Tel: (224) 243 87 15 • ozlemerbaslar@izgorenakademi.com
Kayseri / OAG Eğitim Danışmanlık • Gökçen Acuner • Tel: (352) 234 17 18 • gokcenacuner@izgorenakademi.com
Kocaeli / Özel Batı Karadeniz Eğitim Danışmanlık • Yasemin Kaya • Tel: (262) 319 02 00 • yaseminkaya@izgorenakademi.com

Samsun / Karadeniz Eğitim ve Danışmanlık • Salih Özgür • Tel: (362) 431 34 36 •
karadeniz@izgorenakademi.com

Neşesi eksik dünyanın incileridir melekler.
Tuna, Mete ve Name'ye...

Bu kitap yenidoğan bebekler ayaklanıp da ortalığı birbirine katana kadar geçen süreçte anneleri rahatlatacak tavsiye ve bilgiler içerir. Hiçbiri doktor tavsiyesi yerine geçmez, zaten doktorlar da genelde böyle şeyler söylemez. Kahramanlar asla unutmak istemeyeceğim kadar, olaylar bir daha yaşamak istemeyeceğim kadar gerçek.

Bu kitap nereden çıktı?

Bir gün bir dergide bir röportaj okudum. Kadının bebeği olmuş. Onu kucağınıza aldığınızda ne hissettiniz, diye soruyor muhabir. “Bebeğimi kucağıma aldığımda tarif edilmez duygular yaşadım. Sanki anne olana kadar hiç yaşamamışım. Nefes almak gibi bir şeydi. O gün çocuğuma âşık oldum. Bebeğimle aramızda müthiş bir uyum var. Bunu en çok emzirirken hissediyorum. Emzirme seanslarımız benim için tam bir terapi” falan demiş. Başka bir dergide başka bir ünlü annenin röportajına bakıyorum, o da öyle. Hele bir tanesi var, bebeğiyle küllerinden doğan bir Anka kuşu gibi adeta yeniden doğmuş!

Eeee, bana niye hiç böyle şeyler olmadı? Kucağımdaki ikizlere bakıyorum, duygularımı anlamaya çalışıyorum. Böyle şeyler hissetmiyorum. İçimdeki anne soruyor kendi kendine, “Acaba ben çocuklarımı sevmiyor muyum?”

Emzirmek desen ayrı bir trajedi. Sütüm gelmiyor, emziremiyorum. Çocuklar ağlıyor. Birini sevsem birine yer yok kucağımda. Birini sustursam öbürü başlıyor. Ne kadar zorlarsam zorlayayım aramızdaki o müthiş ve yüce uyumu yakalayamıyorum. O kadın “terapi gibi” diyor, bende niye öyle şeyler olmuyor? Soruyorum yine kendime, “Acaba ben yetersiz bir anne miyim?”

Bakıyorum etrafımdaki annelere… Kundaktaki bebekle dans kursuna gidiyorlar. Oyun grupları, organik ürün pazarları, hoş geldin bebek partileri, ilk diş, ilk adım partileri gırla gidiyor. İçimden bunların hiçbirini yapmak gelmiyor. Manasız buluyorum, ama bir yandan da üzülüyorum.

Ve bir gün, aaaaa, dedim, başlarım yeni moda kalıplara kardeşim. Zaten zor annelik dediğin şey, bir de bu yazılmamış kurallara takılıp yaşamaya çalışırsak işimiz iş… Sonra rahatladım, her şeye takılmadım ve tadını çıkarttım.

Bu arada benimle aynı şeyleri yaşamış o kadar çok anne gördüm ki… Doğum, kaygı, ne yapacağını bilememe, uykusuzluk, ağlama sesi, kilo, kararsızlık… Bunların hepsi annelerin ortak kaderi.

Bu kitapta yazanlar Tuna, Mete ve Name'yle birlikte öğrendiklerimdir. Sütüm gelmeyip de kendimi çaresiz hissettiğimde, bebek sesine uyanıp da nasıl susturacağını bilemediğim gecelerde, o gecelerin uykusuz sabahlarında, doğum kilolarım dolayısıyla kendimi çok çirkin hissettiğim anlarda, bakıcı ararken, kreş bakarken, ek gıda sürecinde, hastalıklarında, hastane odalarında, çocuk büyütürken neyi, ne zaman, nasıl yapmam gerektiğini bilmediğim zamanlarda hep bana anlayışla gülümseyip "geçer" diyecek bir el hissetmek istedim sırtımda. Sen de bu kitabı, böyle anlarda ihtiyacın olacak o el olarak algıla…

O bebek değil…

Kucağına aldığın o küçük insan aslında;

Uykusuz gecelerinin ve hatta gündüzlerinin, bırakıp tuvalete bile gidememelerinin, kısacık duşların ve “çocuk uyandı kapatmam gerek”le biten telefon görüşmelerinin, yeni çıkan filmlere gidememenin, bekar arkadaşlarının muhabbetlerine baktığın o boş gözlerin sebebi...

O küçük insan aslında, iki numara birden büyüyen ayaklarının ve hiç giyemeden veda ettiğin topuklu ayakkabılarının, onların yerine gelen babetlerin, güzelim çantalarının pabucunu dama atan devasa bebek çantalarının ve kocaman kalçalarının, memelerine yerleşen o garip ağrının, eskiden büyüklüğüne ve estetikliğine dikkat ettiğin göğüslerine bir memba muamelesini yapmanı sağlayan ve ne kadar dikkat edersen et kıyafetine bulaşan o sütlerin, yüzünde birdenbire çıkmaya başlayan ve sana kendini kadından çok Hüseyin Abi gibi hissettiren sakallarının, bıyıklarının ve bilumum kıl tüyün, şaftı kaymış vücudunun, 40-42-44 bedenin nedeni...

Omzundaki kusmuk lekesinin, halıya bulaşan kakanın, banyodaki ördeğin, günde birkaç defa hoplayan yüreğinin, o mamasını bitirdiğinde kendini zafer kazanmış bir kahraman gibi hissetmenin, tek elle üstesinden gelebildiğini fark ettiğin işlerin, bir oturup bir kalktığın ve ne yediğini tam olarak anlayamadığın yemeklerin, kucağında taşımaktan tutmaz hale gelen sağ kolunun, veda ettiğin parfümlerin ve onların yerine gelen bebek kolonyalarının, cebinden çıkan kusmuk bezinin sebebi yine o.

Bazen düşürdüğünü, bazen kaybettiğini gördüğün rüyalarının ve nefes nefese uyanmalarının, gidip beşiğin içine acaba nefes alıyor mu diye kimseye çaktırmadan bakmalarının ve diğer paranoyak davranışlarının, gecenin köründe üstüne bastığın ve canını fena halde acıtan oyuncak parçasının, kitaplıktaki çocuk gelişim kitaplarının, izlediğin çizgi filmlerin, bir anda gülen gözlerinin, ısınan içinin, burnundaki o güzel kokunun,

yüreğine yerleşen o derin korkunun, ruhunu saran özlem, aşk, sevgi, merhamet, şefkat ve daha nice güzel duygunun yegâne müsebbibi yine o.

Senin bebeğin o…

Kendini tam bir aptalmış gibi
hissetmeni sağlayan o ilk günler için…



Google: süt yapan şeyler, süt kesen şeyler, daha iyi emzirmek, bebeğim emmiyor, anne sütü saklama, sütüm kesildi

Neler Bekliyor?

Çek elini klavyeden, Google'a ihtiyacın yok. Etrafındaki bütün kadınlar zaten susmadan konuşacak. Hamile olduğunu öğrenir öğrenmez bütün bir dünya elinde pankartlar, "Emzirmelisin" sloganları ile üzerine yürüyecek ve sen elin göğüslerinde bir köşeye sinmiş bulacaksın muhtemelen kendini. Hastane duvarlarındaki afişler, eczanedeki broşürler, medet umduğun dergiler, doktorlar, hemşireler, ebeler, anneler, komşu teyzeler herkes seni emzirmeye teşvik edecek. Konu açılır açılmaz hepsi ben oğlumu şu kadar emzirdim, ben kızımı bu kadar emzirdim diye kendi askerlik maceralarını anlatacaklar.

İlk gün sen emzirmeyi beceremeyeceksin, bebek de emmeyi beceremeyecek. Sakın ağlama, sütün kesilir diyecekler. Bebek her ağladığında birileri bebeğin kafasını senin memelerine yapıştıracak. Ve sen fark edeceksin ki, ömrün boyunca kendi memelerine hiç bu kadar bakmamışsın.

Ben ne yaptım?

İkizlerime hamileyken emzirmeyi çok istemiş, hep ikisini aynı anda emzireceğimin hayalini kurmuş, sırf bunun için paket paket göğüs pedleri, kalkanları, kremleri, süt torbaları almıştım. Lakin, Mete küvözde iki hafta geçirince ve ben bütün günümü ağlayıp dua ederek harcayınca işler pek de

istediğim gibi gitmedi. Evet dedikleri doğru, süt bebek emdikçe gelir. Fakat doktorlar anne sütünü Mete'ye biriktirmemi, Tuna'ya mama vermemi söylediler. Dediklerini yapınca da zaten az olan sütüm giderek azaldı. Sakladığım sütleri de yanlış bir yöntemle sakladığım için o sütler Mete'ye de yaramadı. Sonuç itibariyle tek bir çare kalmıştı; mama vermek. O ana kadar karşılaştığım herkes mamayı hiç önermemiş, herkes anne sütü diye tutturmuştu. Emzirmek istediğin halde, sütün gelmiyor ve elinden bir şey gelmiyorsa, gerçekten çok üzülüyorsun. Bir gün tesadüfen karşılaştığımız ve ikizleri olan bir kadın doktor, halimi anladı. "Hiç üzülme, sütün yetmezse yetmesin; mamalar ne güne duruyor, ver gitsin hiçbir şey olmaz" dedi. Evet, gerçekten de hiçbir şey olmadı. (Alışveriş faturalarının kabarması dışında). Neticede Mete ve Tuna mama ile büyüdüler.

Tam şu sütüm yetmedi, olmadı, gelmedi psikolojisinden çıkmıştım ki, hooop Name geldi. Neyse ki, Name'de işler biraz yolunda gitti. Kızımı her fırsatta kucağıma alıp emzirmeyi denedim. İlk zamanlar biraz zorlandı ama sonrasında işi kaptı. Süt artırmak için içtiğim onca meyve suyu, su, şerbet, ayran, yediğim tahin helvası ve dereotu vs. gerçekten işe yaradı mı, yoksa sütümün zaten geleceği mi vardı bilmiyorum. (Sütüm geldi dediysem, Name'ye yetecek kadar değil, gelmedi demeyecek kadar geldi. Name de nezaketen emdi.) Bu sebeple, sadece anne sütü vermeyi değil, birkaç öğünde bir mama vermeyi tercih ettim. Anne sütünün hazmı kolay olduğundan çok çabuk acıkıyordu ve benim de dinlenmeye ihtiyacım vardı. Bu yüzden özellikle gece yatmadan önceki ilk beslenmemizde mama verdim. Birkaç saat deliksiz uyumak her yeni annenin hakkı değil mi?

Yine de çocuklarımın üçü de öyle başkalarında gördüğüm gibi ve bir Anadolu tabiriyle "cok cok" emmedi. Kendimi ilk başlarda kötü hissettim mi, evet. Aradan zaman geçti, emzirmediğim için ne hissediyorum diye soruyorum kendime. Cevap: Hiçbir şey.

Ama yalan değil, şöyle de bir şey oldu. İkizler 2,5 yaşındaydılar, bir arkadaşlarının doğum gününe davetliydik. Oraya gelen annelerden biri, küçük bebeğini emziriyordu. Önce bebeğin süt içme sesini duydum. Beynim ilk önce, biberonun deliği büyük herhalde diye düşündü. Sonra kafamı çevirdim, hayır biberon yok, bebek annesini emiyor! Artık o meme nasıl meme, akan süt nasıl sütse bebek içerken tıkanıp öksürüyor. Hislerimi gizleyemeyeceğim, imrendim, kıskandım, hasetlendim, yuh dedim, böyle

de meme mi olur dedim, Allah'ım verince veriyorsun bana niye vermedin dedim, sonra da amaaan ne yapalım dedim.

Birkaç hafta sonra o gün orada bulunan başka bir arkadaşımla şöyle bir konuşma geçti aramızda. Bir başka konuda ben ona, maşallah de, nazarın değecek dedim. O da bana, "Benim nazarım değse Ayşe'nin memelerine değerdi" dedi. Artık Ayşe'de ne meme varsa, demek ki hepimizin gözü kalmış.
Bir gün ikizleri hastaneye götürmüştüm. Orada bir anne, emiyorlar mı diye sordu, hayır dedim. Kadının da ikizleri varmış, iki yaşındalarmış, hâlâ emiyorlarmış, kadın çalışıyormuş da, iş yerinde sağıyormuş, eve gelince çocuklar kapıda anne süt getirmedin mi diye ağlıyorlarmış, hemen çıkartıp biberona koyup veriyormuş çocuklarına… Anlattı böyle gururla. Çocukları eve bıraktım, anneme dedim ver şu süt sağma makinesini. Napıcan kızım sütün yok dedi, ver sen dedim, karışma. Aldım, işe gittim. Gider gitmez odamın kapısını kilitledim. Perdeleri indirdim, makinayı çıkarttım, başladım sağmaya. Hırslandım. Sağdım, sağdım, sağdım, göğüslerim acıyana kadar, hem ağladım hem sağdım. Çıka çıka 10 cc süt çıktı. İkizler kişi başı 170 cc içiyorlar. Omuzlarım düştü, gözümde yaş, elimde 10 cc süt kalakaldım. Kalk kızım dedim kendi kendime, ne yapalım yok işte… Kalktım ama sütü ne yapacağım? Lavaboya döksem günah olur mu ki? Bahçeye döksem, olmaz, neticede kutsal bir şey yani. Köpeğimiz Cingıl'ın mama kabı duruyor kapının arkasında, döküvereyim şuraya dedim ama hiç yoktan bir köpeğe sütannelik etmiş olacağım, o da olmaz. Amaaan dedim, geri dönüşüm en iyisi, bir kerede geri içtim. Hayalimde daha müthiş bir lezzet vardı. Faydaları malum ama tadında bir numara yokmuş. Gayet yavan bir sıvı, dene bak…

Şaka bir yana, anne sütünün yararlarını, ne kadar emzirmek gerektiğini artık hamile kalan her kadın biliyor. Ve aklı başında olan her anne, bebeğini emzirmek ister. Göğsünde sağlıklı sütü, kucağında yavrusu olup da emzirmeyecek bir anne düşünebiliyor musun? Ama olmayınca olmuyor güzel kardeşim. Süt gelmeyince gelmiyor. Bu yeni anneler için çok büyük bir hayal kırıklığı zaten. Bir de başkalarının yorumları, "Aaa nasıl sütün olmaz, ben iki sene emzirdim" demeleri yok mu, insanı çileden çıkartıyor. Kendini yetersiz hissediyorsun, acaba iyi anne değil miyim, olamayacak mıyım psikolojisine kadar gidiyor iş. Ben üzüldüm, sen üzülme. Ne yapalım

canım, sütümüz geldi de vermedik mi, kendimiz mi içtik! (İçtim tamam ama, 10cc içtim.)

Püf Noktaları

Pek çok kadın emzirirken göğsünün yara olduğundan şikayet eder. Hatta bir arkadaşım bebek emdiği müddetçe kendisinin acıdan ağladığını söylemişti. Evet, bunun için göğüs kalkanları vs. var. Ama önemli olan, yaralar oluşmadan önce önlemini almak. Doğum yapmana birkaç hafta varken göğüs ucu nemlendirici kremlerinden kullanmanı tavsiye ederim. Göğüs uçların yumuşadığı için o kadar zorlanmıyorsun. Emzirirken de her emzirmeden sonra bir miktar sürmekte fayda var. Merak etme, bebeğin ağzıyla temas ettiğinde ona bir zararı dokunmuyormuş. Ben yine de ıslak bezle silmeyi tercih ettim. Bu arada kremi sürdükten sonra mutlaka göğüs pedi kullan, çünkü kıyafetlerde iz bırakabiliyor. (Hangi akla hizmet ettim ve çok sevdiğim mor bluzumu giyip o kremden sürdüm bilmiyorum. Üç yıl geçti, o bluzu hâlâ çok özlüyorum.)

Süt sağma makinelerini sevdim. Ciddi zaman kazandırıyor. Daha önemlisi, ilk zamanlarda ne kadar süt geldiğini bilmediğin için, bebeğin doyup doymadığını da kestiremiyorsun. Ama süt sağma makinesi ile ne kadar süt ürettiğini görebiliyorsun. (Ya da üretmediğini. Ben üretemediğimi gördüm.)

Göğüslerini boşalt. Vücut her 2-3 saatte bir yeniden süt üretimi yaparmış. Hepimizin düştüğü hatalardan, “5-6 saat sağmazsam daha çok sütüm olabilir” cin fikri gerçekten hataymış. Eğer süt göğüslerinde 3 saatten fazla beklerse kendini halsiz, kırgın ve hasta hissediyorsun. O yüzden özellikle çalışmaya başladığında süt sağma makinesini çantanda taşımayı unutma. Bu arada sağma işlemini elle de yapabiliyorsun. Biraz akıyor, sağa sola bulaşıyor ama iş görüyor.

Sıkıcı Tarafı

Çok vakit alıyor. Bazen bebek bir saat boyunca emmek istiyor, ağzından çekmeye de kıyamıyorsun. Boynun ağrıyor. Özellikle erkeklerin olduğu mekânlarda ortamdan ayrılarak emzirmen gerekiyor. Onun dışında en sıkıcı tarafı, Neler Bekliyor? bölümünde paylaştığım başkalarının emzirme maceralarını dinlemek. (Aynen benim anlattığım gibi.)

Eğlenceli Yanı

- Bebekle baş başa vakit geçirmek güzel tabii.
- Bebeğin o anlarda hiç sesini çıkartmadan kucağında yatacağı için kitap okuyabilir, tv izleyebilir ya da uzanarak emzirebilirsin.
- Bebeğini anne sütü ile besleyebiliyor olmanın ve etrafınızdaki herkesin dediğini yapmış olmanın vermiş olduğu haz paha biçilemez.
- Oturduğun yerde buram buram terleyip kalori yakmak da ayrı bir avantajmış, lakin ben de öyle bir şey olmadı, terleyenlerin yalancısıyım.
- Biri senden bir şey getirmeni, kapıyı açmanı vs. istediğinde “Bebeği emziriyoruuuum” diye bağırıp işten yırtmak en güzeli.



Uyusun da büyüsün…

Eğer bir gün bir yerlerde mışıl mışıl uyuyan, uyurken gülümseyen ve mis gibi kokan bir bebek gördüysen o muhtemelen arkadaşının bebeğidir…

Neler Bekliyor?

Dünyaya geldiğinde neye uğradığını bilemeyen bebek, ilk birkaç hafta çareyi uyumakta bulur. Fakat aklı başına çabuk gelir. Ve o gün bebek kendi kendine, “Güzel yermiş burası hacı, herkes bana bakıyor, uyumadığım zamanlarda acayip ilgi alaka görüyorum” der ve gözü açılır. Geceleri en az 10 kere uyandırır. Bazen beslemek için, bazen pışpışlamak için, bazen yükselen kaka kokusundan kurtulmak için, bazen nefesini dinlemek için, bazen sadece yüzüne bakmak için uyanırsın… İlk başlarda koymaz, kalkarsın. Sonra kocana bakarsın her kalktığında. Neden ben kalkıyorum, o da babası, o da kalksın dersin. Odandan çıkarken kapıyı sert kapatırsın, tıkırtı yaparsın, yorganı çekersin falan işte, o da uyansın istersin. Sonra sonra kulakların duymamaya başlar. Her mızıkladığında kalkmayayım canım, ağlarsa kalkarım dersin. Biraz daha zaman geçer, yatak odasından çocuk odasına giden yolda uykulu gözlerle yalpalarken dişlerini sıkarsın, bebeğin yüzünü görünce geçer. İçinde bebek olan her evde benzer filmler yaşanır. Mekân, zaman, sıklık değişebilir. Oyuncular değişmez: Uyumayan Bebek-Uyuyamayan Anne-Horul Horul Uyuyan Baba.

Sonra senin el gider Bebekleri Mışıl Mışıl Uyutma Metotları, Bırakın Melekler Gibi Uyusun vb. başlıklı kitaplardan alır gelir. Okursun, okursun,

okursun ama seninki yemez. Sonra parmakların tıkır tıkır yazar Google'a: "bebek uyku" diye. Okursun, okursun, ilgili ürünlere bakarsın. Seninki gene yemez. Çünkü her çocuk uyku meselesinde kendi kurallarını yazarak geliyor dünyaya.

Ben ne yaptım?

Bebeği kundaklayın, kollarını sıkıca sarın, bacaklar geniş kalsın dediler. Yaptım. Sanki azıcık işe yaradı.

Bebeği uykusu gelince yatağına yatırın siz odadan çıkın, o kendi kendine bakınırken uyur, dediler. Duyduğumda da inandırıcı gelmemişti, ama denedim. Hakikaten inandırıcı değilmiş. Olmadı.

Kucakta sallayabilirsiniz ama dizlerinizde sallamayın, dediler. Hâlâ aradaki farkı çözebilmiş değilim. Çocuk neticede sallanıyor. Ve gün geçtikçe ağırlaşıyor. Kollarımı perişan etmenin ne anlamı var? Dizlerimde salladım. Tuna'yı uzunca bir süre salladık. Mete istemedi. Name hâlâ sallanıyor. Neticede eğer çocuk kabul ediyorsa, sallanan çocuk uyuyor.
Karnı aç olan bebek az uyur, dediler. Doyurup gazını çıkartıp öyle uyuttum. Randıman aldım. Anne sütü aldıkları dönemde gece uykudan önce mama veriyordum ki mamanın ağırlığıyla birkaç saat deliksiz uyusunlar.

Banyo yapan bebek kendini anne karnında hisseder, hem de daha iyi uyur, dediler. Hâlâ nasıl olduğunu bilmiyorum ama çocuklar banyo yaptıkları geceler daha sık uyanıyorlar. Fakat tabii her çocuk farklı tepki gösterebilir.

Babaannem akşamları telefonda konuştuğumuzda, "Hepimizin uykuları onların olsun" diye güzel dileklerde bulundu. Canı gönülden "Aaamiiin" dedim.

Odalarında müzik dinletin, dediler. Peki dedik gittik bir cd çalar aldık, bir tomar da ninni cd'si. İşe yaradı mı? Yarar gibi oldu. Ama mesele şu, cd bütün gece çalacak ki çocuk uyandığında müziği duysun, heee tamam asayiş berkemal, desin ve uykuya devam etsin. Eğer bebeğin yanında yatıyorsan, senin de bu sesten rahatsızlık duymuyor olman lazım ve bu benim için mümkün değildi.

Eğer durum daha vahimse doktora bir sor, ilaç milaç bir şeyler vardır belki, dediler. Sorduk. Var tabii birtakım bitkisel ilaçlar, istersen deneyelim dedi.

Denedik. Aptallaşıyorlar, uykuya çabuk geçiyorlar. Ama etkisi dört saat sürüyor. Ki çocuğun saat 21:00 sularında uyuduğu düşünülürse ilacın etkisi 01:00 gibi geçiyor. Bu da zaten senin yatma saatlerine tekabül ediyor. Eee ne anladım ben bu işten. Ya çocuğu uyutup hemen sen de yatacaksın ki deliksiz 4 saat uyuyabil, ya da ilacı çocuğu kendi yatma saatine yakın, o uyurken vereceksin. Bu da komplo teorisi gibi bir şey. Bu kadar entrikaya anne kalbi dayanmıyor.Gene de çok zor durumda kalırsan denersin.

Ezcümle… Şu anda bu evde üç çocuk büyüyor, tüm koşullar hepsine aynı şekilde sağlanmış olmasına rağmen hepsi bir değişik uyuyor. Onun da ötesinde, bir ay çok güzel uyuyan çocuk, ertesi ay saat başı uyanan bir çocuğa dönüşebiliyor. Üç yaşına doğru uykuları düzene girmeye başlıyor. Yani girer gibi oluyor. Yani aslında girdiği tam söylenemez. Sadece sen alışıyorsun.

İlk zamanlar bebek her uykusu geldiğinde uyur. Ama bence bir zaman sonra ipleri eline al. Kendi yaşam tarzına uygun bir uyku düzeni kur ve çocuğu bu düzene alıştır. Örneğin, akşam 17:00 gibi yarım saat uyuyan bir çocuk gece 22:00'den önce uyumaz. Niye uyusun ki? Kreşlerde düzen şu: 11:30-12:00 öğle yemeği ve 12:30 uyku saati. 2-2,5 saat uyuyorlar, sonra akşama kadar uyku yok. Saat 20:00 olduğunda kendiliğinden dökülmeye başlıyorlar ve erkenden uyuyorlar. Kalan zaman senindir. Hafta sonları da aynı düzeni koruyorum. Bir süre sonra alışıyorlar ve düzenleri bu oluyor.

Bir de sorunsuz çocuklar var. Name gibi. Doğduğundan beri saat 20:00 sularında uyuyor ve sabah 06:30'a kadar deliksiz uyuyor. Yok gibi!

Burada hemen başka bir şey anlatmam lazım. Şimdi bebekleri başlangıçta her 3-4 saatte bir besliyoruz ya. Diyelim ki, beslenme saati geldi, ama hâlâ uyuyor, uyanmadı. Ben ilk başlarda saati kuruyordum, kalkıp bebeği de uyandırıp, karnını doyurup tekrar uyutuyordum. Sonra doktorumuz dedi ki, bebeğin gelişimi için uyku da beslenme kadar önemli, uyuyorsa uyandırma, sabah kalkınca doyuruverirsin. Saati kurmayayım mı yani dedim, boş ver yat uyu dedi, iyi madem dedim. Tatlıya bağladık.
İşte böyle, kitapları oku, doktorla konuş, cd'ler al, kundaklar al, aklına ne geliyorsa yap. Ama önce dua et, bebeğinin uykusu Name'nin uykusu gibi olsun.

Uyku İçin Alet Edevat

Bebek yatağı:

Bebek beşiğinin içine mutlaka bir tane bebek yatağı alacaksın. Bu yatakların organikleri var, kokuluları var, bambuları, antibakteriyel olanları var vs. Fakat benim sana önerim ilk üç ay kullanmak için bir de yan yatış yatağı alman. Zira her annenin en büyük korkusu boğulmadan kaynaklı ani bebek ölümleri. Bu yan yatış yatakları bebeğin sırtına destek verdiği ve karın bölgesinde de yükseklik sağlayarak düşmeyi engellediği için geceleri senin daha iyi uyumanı sağlayabilir. (Zırt pırt kalkıp bebek yerinde duruyor mu diye bakmazsın. Bunu sadece ben yapmış olamam, birileri "Evet, ben de gece kalkıp bebeğim nefes alıyor mu diye kontrol ediyordum" desin.)

Bu yan yatış yataklarının şöyle de bir avantajı var, bebeği uyurken, tepsi gibi istediğin yere taşıyabiliyorsun. Salonda bebeği nereye koyacağım, mutfakta nereye koyacağım derdi yok, yatağına yatır ve istediğin yere koy. Hadi diyelim ki, evin genelini bebek için organize ettin. Bu işin gezmesi var. Babaanneye, anneanneye gidince nereye yatıracaksın bebeği? Yeni annesin şekerim, yastık temiz mi, yatak temiz mi, yataktan düşer mi, bunların hepsi jet hızıyla geçecek kafandan. İşte o yüzden al bu yataktan, koy poşete, gittiğin yere götür. (Ne ısrar ettim ha!)

Su geçirmez alez:

İlk aylarda çok ihtiyacınız olmayacak ama bebek milleti çok çabuk büyüyor. Altı hep bezli olduğundan çişleri çıksa çıksa pijamalarına ya da yatak çarşafına çıkıyor, ama büyüdüklerinde işler değişecek. İşeyince bir kova çiş bırakıyorlar yatağa ya da öksürürken kusuyorlar falan. En azından yatağı kurtarırsın.

Bebek yastığı:

Bebek yastığının birkaç cm dolgunluğunda olmasına dikkat et. Çünkü yastığı, bebeğin omuz hizasından başına kadar olan kısmı çok hafif yukarıda tutmak için kullanacaksın. Bu eğimin ne kadar olması gerektiğini merak ediyorsan, doğum yaptığın hastanede, bebeği yanına getirdikleri yatağın eğimini hatırla. İşte yatırırken bebeğe o kadar eğim vermen gerekiyor.

Birkaç tane battaniye:

İlk bir yıl için yorgan kullanmayı önermiyorlar. Gerçekten de en hafif yorgan bile bebeklere ağır geliyor. Onun yerine farklı kalınlıklarda battaniyeler almanı öneririm. Gece yatarken üzerini örtmek için kalın bir battaniye, gündüzleri kullanmak için daha hafif bir battaniye, bir de seyahat tipi ince battaniye. Biz bu ince battaniyeyi rulo haline getirip iyice küçülterek çantamızda taşımayı alışkanlık haline getirdik. Malum çocukların nerede uyuyacakları belli olmuyor.

Uyuyan Çocuğu Uyandıran ve Anneyi Sinir Eden Etkenler

Kapı zili:

Birkaç dilim kek getirmek gibi gayet masum bir niyetle kapınızı çalan komşun uyuyan çocuğu uyandırabilir. Bu yüzden bizim kapıda “Lütfen zile basmayınız” yazan bir kağıt var. Kapıyı tıklatıyorlar, ancak duymuyoruz. Birkaç denemeden sonra mecburen zile basıyorlar. O yüzden cümleyi uzattım. Artık kapıda, “Lütfen zile basmayınız, ısrarla kapıyı çalınız” yazıyor. Bu noktada diğer önlemleri de almanız lazım. Ben apartman girişindeki güvenlik görevlimize durumu sık sık hatırlatıyorum, icap ettiğinde bizi aşağıdan aramıyorlar. Geleni doğrudan yönlendiriyorlar. Kurallara aykırı ama uyanan çocuğu uyandırmaktan daha basit bir suç.

Dışarıdan yemek siparişi falan verdiğinde, “Çocuk uyuyor, zile basmayın” notunu ekle. Onlar da basmasın. Sinir bozucu olurum diye düşünme. 30 km mesafeye bir küçük tost isteyen birinden daha az sinir bozucusun emin ol.

Telefon sesi:

Çocuklar uyurken telefonumu sessize alıyorum ve ev telefonunun fişini çekiyorum. Bunun önüne başka türlü geçemezsin.

Ezan sesi:

Allah’ım ne olur yazacaklarım için beni affet ya da çocukların uyanmamalarını sağla, ikisi de senin elinde. Mevsimlerden yaz, hava sıcak, çocuğu uyuttun ve hava girsin diye pencereyi açtın. En yakın ezan sesiyle birlikte bebek ağlayarak uyanıyor. Evde olduğum zamanlarda ezan okunma saatlerine yakın pencereleri kapatıyordum, ezan bittikten sonra tekrar açıyordum. Bir gün bizim mahallenin imamı ile karşılaştım, ikindiyi atlasan, yatsıyı biraz sessiz okusan olmaz mı dedim, hiç gülmedi.

Hapşıran, öksüren, yüksek sesle konuşan insan sesleri:

İşte buna yapacak bir şeyin yok. Eşin bile olsa evdeki diğer insanlara sessiz ol diyemezsin. Yanlış anlar, alınırlar.

Güneş ışığı:

İşte bu hem uyutan hem uyandıran bir şey. Eğer evde çocuğu uyutamadıysan, koy bebek arabasına çık sokağa. Yüzü güneşe gelecek şekilde çevir bebeği. Gözüne güneş gelince gözlerini açamaz ve bir süre sonra uyur. Name'ye hamileliğim sırasında ikizlerin bakımına yardımcı olan kuzenlerimin keşfettiği bir şey bu. Mete'yi bebek arabasına yatırıp bahçeye iniyorlar, 10 dakika sonra uyutup geri geliyorlar. Ben götürüyorum yarım saatte ancak uyuyor. Ne yapıyorsunuz siz? dedim. Abla gölgede yarım saatte, güneşte beş dakikada uyuyor, dediler! Aynı güneş ışığı evde olunca sıkıntı. O yüzden önce kumaşçıdan simsiyah ve kalın kumaşlar aldım. Sonra şu hani ıslanınca cam ve seramik yüzeylere yapışan, eskiden havlu falan astığımız vakumlu askılar var ya onlardan aldım. Kumaşa diktim ve çocuklar uyuduğunda, uyudukları odanın camına astım. Karanlıkta daha uzun süre uyudular. İşe yaradığını fark edince, evin tüm perdelerine ilave güneşlikler yaptırdık. Sabahları Tuna 06:45'te uyanıyordu, bu perdelerle birlikte 07:00'ye çekebildik saati. 15 dakika komik mi geldi? O kadar önemli ki, bilen bilir.

Ağlayan diğer çocuk:

Hepsini farklı odalara yatırıyorum ama artık kaç desibelde ağlıyorlarsa, gene de uyanan uyuyanı uyandırıyor.

Biraz daha büyüdüklerinde işin rengi değişti. Akşamları yattıklarında uyumalarını beklerken geçen o süre, onların dünyalarına girmek için eşsiz bir zaman dilimi oldu. Bazen uykuya geçemedikleri için çok geriliyorum ama çoğu zaman çok eğleniyorum. Saçma sapan şeyler anlatıyorlar, yok kedi gelmiş yatağa, tavanda köpek varmış, yatağın altında timsah varmış, o aslında bir canavarmış falan. Hepsi uyduruk.

:(Sıkıcı Tarafı

Sallarsın sallarsın uyur, tam yatağına yatırırsın, bebek uyanır. Tam uyutursun kapının zili çalar, bebek uyanır. Uyutursun, tam yatağına yatar uykuya dalacak gibi olursun, bebek uyanır.

Eğlenceli Yanı

Bebeği uyuturken kitap okuyabilir, cep telefonundan internete girebilirsin. Bazen uyurken yanına alabilir, sarılıp uyursun, ohhh mis gibi bebek kokusu. Ama kısa sürüyor. İki saat sonra çişli bez kokusu olaya hakim olur ve birkaç saat sonra tıkanırsın, tatatataaaaa kaka yapmış.



Cooorrttttt! Bez getir…

Şu çok tuhaf: Bebek çiş ve kaka yaptığı zaman anne baba mutlu oluyor. Yapmıyorsa sıkıntı tabii. Karnı ağrır, mızıklar, ağlar, çığlık atar, uyumaz, ıkınır sıkınır ve sana dünya kaç bucakmış gösterir. O yüzden ne kadar çok yapıyorsa o yeşil şeyden, o kadar kârdasın demektir. Fakaaat bu arkadaşların popo temizliği hassasiyet gerektirir. Önden arkaya doğru bir koordinat izleyeceksiniz. Kakalar ön bölgeye bulaşmasın diye. Ama bebekler bu işi o kadar tazyikli yapıyorlar ki, zaten göbeklerine kadar batırıyorlar. Ben önden arkaya doğru temizlesem kaç yazar.

Bebek bezi… Bu nedir yahu, nasıl bir icattır! Elime her bebek bezi aldığımda kendi annelerimizi düşünüyorum. Bebek bezi yok, üstelik belki yıkayacak makine de yok. Ne eziyet… Bebek bezinin en pahalısı en iyisidir diye düşünme. Mesele bebeğin poposu ile uyumlu bezi bulabilmekte. Bazen en iyi markalar pişik yapabiliyor, bazen daha alt segment bir marka bebeği mutlu ediyor. Deneyip göreceksin.

Bebek bezinden sonra en mucizevi buluş, ıslak mendil. Çok sağlıklı değil ama inanılmaz pratik, annelerin en büyük yardımcısı. Onlar popo silelim diye üretmişler ama çocuğun elini ağzını silersin, yere dökülen ve kırıklanmış balık krakerleri en güzel onunla toplarsın, koltuktaki lekeleri silersin, oyuncakları temizlersin, apar topar toz alırsın. Pis işlerin adamı… Yenidoğanlar için özel ıslak mendiller var, içinde sadece saf pamuk ve su var. Fakat diğer ürünlere göre biraz daha fiyatlılar. Hastaneden taburcu olurken genelde pamuk ve saf su kullanmanızı söylüyorlar. Yani avcuna bir miktar pamuk alıp ıslatacak ve onunla sileceksin. Akıl işi değil, o yeşil şey

o pamukla asla temizlenmiyor. Hadi başardın temizledin diyelim, dışarı çıkarken de çantana bir kutu pamuk, bir pet şişe su koyar, onunla temizlersin artık.

Bana uymaz… O yüzden saf pamuk ve sudan müteşekkil ıslak mendillerden kullandım. Biraz daha büyüdüklerinde normal ıslak mendillere döndüm. Buradaki püf noktası şu: Alkol, paraben ve parfüm içermeyenlerden olacak.

En iyi temizleme yöntemi; yıkamak. Banyoya sokmak çok pratik değil ama banyodaki lavabonun altında ılık suya tutuvermek en güzel çözüm. Bebek rahatlıyor ve temizliğinden emin olmuş oluyorsun. Eğer evdeyseniz, kaka yaptığı zamanlarda en iyi çözüm bu.

Gelelim pişik kremlerine… Bunların bir önleyicileri var, bir de onarıcıları. Bize doktorumuz pişik kremi yerine saf zeytinyağı önermişti. Pişik için çok etkilidir demişti. Saf zeytinyağını bir cezve yardımıyla ısıtıyorsun, soğuyunca bebeğin poposuna uyguluyorsun. Etrafa bulaşıyor tabii. Sonra şöyle bir çözüm buldum: Kozmetik marketlerde satılan boş sprey şişeleri var. Onlardan alıp zeytinyağını içine doldurdum. Altını alırken elimi değdirmeden sıkıp kapatıyordum. Kabul et, iyi fikir. (Zeytinyağını kakasını yapamayan çocuklar için de öneriyorlar. Arada mamasının içine bir çay kaşığı koyup mamayı öyle veriyorsun. O da olmadı kulak çubuğu yardımıyla poposuna bir miktar sürüyorsun. Anadolu’da zeytinyağını ısıtıp pamukla bebeğin karnına sürüp sıcak havlu koyuyorlar. Bu da yardım ediyormuş.)

Pişik önleyici krem ve pişik kremi kullandığım zamanlar da oldu. Bir bez atlayarak uyguladım. Altını bir açtığımda sürmediysem, diğerinde sürdüm.

Uygun bezi bulmana, iyi temizlemene ve pişik önleyici kullanmana rağmen bebek; ishal olduğunda, antibiyotik kullandığında, anne sütünden geçen bazı besinler dolayısıyla ya da kendi yediği bazı yiyecekler dolayısıyla pişik olabilir. (Mesela Mete karpuzu çok seviyor, ama karpuz pişik yapıyor.) İşte o zaman doktora sor, daha etkili kremler öneriyorlar.

Benim bildiğim, bu bebek bezi, ıslak mendil, pişik kremi üçlüsünün yanında bir de pudra bulunurdu, meğer artık bulunmuyormuş. Suyu emerek içinde tuttuğu için ciltteki nemi de hapsederek pişiği artırıyormuş. Hadi, bir yaşımıza daha girdik!

Oooooo, dur, dur, müthiş bir icattan bahsedeceğim. Bebek bezlerini atmak için çöp kovası! Bebek bezleri için üretilmiş olan çöp kovalarına “yılın özel ürünü” ödülünü gönderiyorum. Bebek alışverişine çıktığımızda eşim bu ürünü çok gereksiz bulmuştu ve o zaman almamıştık.

Sonra baktık ki, çocuklar sürekli kaka ve çiş yapıyorlar. Elimizden bebek bezi düşmüyor. Bu bebek bezlerini banyodaki çöp kovasına atmayı denedik önce. Birkaç saat içinde, özellikle yaz aylarında sıcağın da etkisiyle, banyodan koku dumanları yükselmeye başladı. Balkonda biriktirip akşam çöpe atmayı denedik, o da olmadı. Sonunda bu kovalardan aldık. Bütün bir günün bebek bezini bu kovanın içinde biriktirebiliyoruz, akşam olduğunda da poşeti çıkartıp bir elimizle burnumuzu tıkayıp diğer elimizle çöpü atıyoruz. Bizim evde çocukların üçü de bez kullandığı için kova bir günde doluyor, ancak tek çocuğu olup da iki üç günde bir kovayı boşalttığını söyleyenler var. Bu durum, günde ortalama 30 bezin tüketildiği bizim evimizde, bir rivayetten ibaret.



Büyük icat, üstün kurtarıcı, gözümün nuru: Emzik

Kim ne derse desin, ağlayan çocuğu susturmak için en iyi icat. Tabii cep telefonundan sonra. Çocuk dünyaya emme refleksi ile geliyor, bir şekilde bir şeyler emecek ve rahatlayacak. Emzik emmesin de, parmağını mı emsin? Korkma doktorlar 2 yaşına kadar emmesine izin de veriyorlar. Hatta çok ilginç bir bilgi var. Araştırmalar ani bebek ölümlerinde emziğin riski yaklaşık %50 oranında düşürdüğünü gösteriyormuş. Sebebine mantıklı bir açıklama getirememişler ama emzik emen bebeğin kolay kolay yüz üstü yatamayacağına, battaniyesini kafasına kadar çekemeyeceğine kanaat getirmişler. Gayet yeterli bir açıklama. İkna oldum ve üçüne de emzik verdim.

Çocuklarımın üçü de emzik kullandılar. Name'yi emziğe alıştırmam zaman aldı. Pek çok anne çocuğunun emziğe alışmasından rahatsızlık duyar, ama benim ağlamayan veya daha az ağlayan çocuğa ihtiyacım vardı. Name 9 aylık olana kadar envai çeşit emzik denedim, hiçbirini kabul etmedi, 9 aydan sonra ben galip geldim ve emmeye başladı. Tuna ben bu satırları yazarken 33 aylık ve hâlâ uykuya dalarken emiyor. Mete kendi kendine 2 yaşındayken bıraktı. Tuna'nın bırakması için de acele etmiyorum. Sonuçta elbet bir gün bırakacak. Aramızda hâlâ emzik emen varsa bir adım öne çıksın!

Emzikler silikon ve kauçuk emzik olmak üzere ikiye ayrılıyor. Aradaki fark şu: Kauçuk nihayetinde doğal bir madde ve dayanıklı. O yüzden özellikle diş çıkartan bebekler için daha ideal. Ancak suyu içine emdiği için çabuk bozuluyor ve sık değiştirmeniz gerekiyor. Silikon emzikler ise kolay

bozulmuyor fakat onlar da diş darbelerine karşı dayanıklı değil. Bu emzikleri de yenidoğanlar için öneriyorlar. Fakat artık çocuklar doğuştan tercihleri olan fazla karakterli bebekler olarak dünyaya geliyorlar ya, ne emeceklerine kendileri karar veriyorlar, sana soran kim? Eğer emzik emmesini istiyorsan, emmediği taktirde farklı markaların farklı emziklerini dene, derim.

Emzik iyi hoş, fakat genelde onları yerden, koltuk altlarından, karyola kenarlarından toplayacaksın. Muslukta yıkamak yeterli olmuyor. O yüzden yıkadıktan sonra sterilazatör yardımıyla ya da kaynar su ile dezenfekte etmek lazım. Bizim emzikler için bir saklama kutumuz var, sterilazatörün yanında duruyor. İçinde her zaman 8-9 tane temiz emziğimiz bulunur ki arkadaşlar ihtiyaç duyduklarında krize girmeden yetiştirebilelim.

Emzik reyonuna gidince göreceksin, emzik ipleri var. Bunlar yere düşmeleri engelliyor. İpi çok uzun olmayanları tercih ettim, sonuçta uyurken boğazına dolanabilir. Bir de emzik kutuları var, genelde emzik ipleriyle aynı rafta oluyorlar. Bu ürünler özellikle dışarı çıkarken yanına alacağın yedek emzikler için ideal. Bazen o kadar çok düşürüyorlar ki yanına aldığın emzik de kirleniyor, hatta ne olur ne olmaz diye aldığın üçüncü emzik de! Lanet olsun ki, yıkayacak, kaynar suda bekletecek imkan da yok… İtiraf ediyorum, işte o çaresiz ve bir emzik yüzünden köşeye sıkıştığım anlarda, kirli olan emzikler arasında oylama yapıp en az kirli olduğuna inandığım emziği başımı başka tarafa doğru çevirip ona doğru uzatıyorum. Neeee, ben vermedim, kendi aldı.



Pek faideli bir alet: Sterilizatör

Birine bebek hediyesi alacaksam bu aletten alırım. Beni en az üç yıl, her gün iyi dileklerle ansın. Yerde yetişen bir bebek eşyası olan emzikleri anlattık. Bir de biberonlar var tabi. Biberonu yıkamak bile ayrı zanaat arkadaş. Teçhizatı var. Biberon yıkama fırçaları yapmışlar mesela. Biberonun içine elin girmiyor ya, onunla yıkıyorsun. Faydalı, alınabilir. Çocuklar için, kimyasal içermeyen özel bulaşık deterjanları var. Pek faydalı, alınabilir. Biberon kurutucuları var. Bulaşıklığın oraya koyuyorsun, biberonları üzerindeki sopalara geçiriyorsun vs. Bundan almadım, gereksiz göründü. Biberonları yıkadık, sıcak suyla iyice duruladık. Ama yıkamak yetmiyor, steril hale getirmek lazım dediler. Eee, eski usul kaynatalım dedik. Koyduk ocağın üstüne bir tencere, fokur fokur kaynıyor, içine saldık biberonları, bir taşım kaynattık. İçinden hemen alamıyorsun öyle, su sıcak. Kepçeyle yakalıyorsun emzikleri suyun içinden. Sonra onları kurutuyorsun. Ooo tamam başardık derken, bebek bir daha acıkıyor. Uleeeen daha şimdi yıkadım, kaynattım, kuruttum ne çabuk geçti zaman diyorsun ki, sen onu derken diğer beslenme geliyor. İşin yoksa akşama kadar biberon yıkayıp kaynat. İkizler doğduğunda ilk hafta biberon yıkayıp kaynattım. Sonra baktım başa çıkılmıyor, sterilizatör diye bir şey duymuştum, gittim ondan aldım. Aman ne güzel aletmiş yahu. Koy içine yıkadığın biberonu, emziği, bas tuşuna temizlesin. Biberonu içinden almazsan üç saat steril kalıyormuş.

Bunun da bir sürü çeşidi var, mikrodalgaya konarak çalışanları var, buharlıları, kurutma fonksiyonu olanları, aynı zamanda mama ısıtıcı görevi görenleri vs. Ben en basit olanını seçtim. Yıkadığın biberonu içine yerleştir,

su haznesine biraz su koy, kapağı kapat ve düğmeye bas. Güzel alet, çok verimli kullandık. Doktorlar ilk 6 ay için öneriyorlar. Bizim evde, Name'nin biberonlar steril olurken ikizlerinkiler de arada kaynadı, bilerek kaynatmadık!

İlk yıl tatile giderken onu da yanımızda götürdük. İkinci yıl ben gelmeyeyim, çocuklar büyüdü idare edersiniz dedi, götürmedik. Ek gıdaya geçtiler, tabaklarını, kaşıklarını steril ettik içinde. Suyla yıkayamadığımız minik oyuncaklarımızı koyduk. Büyüdüler diş fırçalarımızı steril eder olduk. Üç yıl her gün birkaç kez çalıştırdık. Derken dayanamadı geçen hafta bozuldu. Dur unutmayayım da yarın tamire götüreyim.

Hariçten
Gazel

Sadece Kendi Çocuğunu Seven Bencil Bir Millet Olduk...

Ama öyleee. Görünürde aman çocuğu çok seviyoruz, çocuksuz ev olmaz, çocuk evin neşesi, falanı filanı. Tüm bu iyi duygular kendi çocuğumuz için, hadi hadi yakın akrabalarımızın, arkadaşlarımızın çocukları için geçerli. Başka çocuklar söz konusu olunca o sevgi dolu yürekler, taş kesiyor birdenbire. Gönül öyle istiyor evet, en iyisi bizimki olsun, en akıllısı bizimki olsun, en temizi, en düzgün konuşanı, en başarılısı… Eeee diğerleri ne olacak?

Ne manzaralarla karşılaşıyoruz. El kadar iki çocuk parkta salıncak için kavga ediyor.

Dengesizdir çocuk milleti, biri diğerini itti diyelim, çocuk oturup ağlar ya da karşılık verir ya da aslında kendi haline bırakırsan bir süre sonra neden kavga ettiklerini unutup başka bir oyuna geçerler. Ama gerçek hayatta böyle olmaz. Saf dışı kalan çocuğun annesi ya da babası gelir, salıncağı kapan çocuğun anne babasına çatar. "Nasıl çocuk yetiştiriyorsunuz siz?" diyecek kadar da cüretkârdır üstelik. Bununla yetinmez, çocuğun yakasına bile yapışır. Böyledir bu işler. Herkesin çocuğu iyi, sağlıklı, akıllı, uslu olsun; diğerleri, ne hali varsa görsün.

Oysa; komşunun bebeği gece ağladığında, "Bebeğin neyi var acaba?" diye düşünebiliyorsak ve annesinin yardımına koşmak geliyorsa içimizden, kendi çocuklarımıza dua ederken diğerlerini de geçirebiliyorsak kalbimizden, bizimkiyle bir başka çocuk kavga ettiğinde geçip karşılarına karışmadan uzlaşmalarını bekleyebiliyorsak, iş büyüdüğünde cezayı kendi çocuğumuza da kesebiliyorsak, sokakta dilenen minicik elleri tutup öpebiliyorsak, kendi çocuğumuzun küçülenleri ile değil, yeni cicilerle giydirebiliyorsak elimizin ulaştığı çocukları, o zaman çocuk seviyoruz, o zaman anne oluyoruz

demektir. Bizimkini sevmek, bizimkini beslemek, bizimkini oynatmak, giydirmek, büyütmek, bizimkinin annesi olmak iş değil...



Öcüüüü!

- Bana bak, çocuk doğdu, eve geldiniz ya, yedi gün bebeğin yanından sakın ayrılma. Ayrılırsan cinler gelir, bebeği götürür, yerine başka bebek getirirler, “değiştirme bebek” derler ona. Ne olduğunu anlamazsın.
- Doğumdan sonra 40 gün evden dışarı çıkmak yok.
- Çöplüklerin, mezarlıkların yanından geçersen al basması olursun. Şaftın kayar. Al basması olmak istemiyorsan kafana o kırmızı kurdeleden takman lazım. Bütün cinler çok korkar ondan, kurdeleyi gören geri kaçar.
- Bebeğe sarı giydir, sarı tülbent ört, bebek sarılık olmasın. Eldivenciğini çıkartınca bak bakalım elini yumruk mu yapıyor, açık mı tutuyor. Yumruk yapıyorsa eli sıkı olacak demektir, açık tutuyorsa eli açık biri olacak demektir.
- Beşikte bebek yokken sakın beşiği sallama, bebeğin karnı ağrır.
- Göbeği düşünce göbeği, cami avlusuna gömersen dindar, okul bahçesine gömersen tahsilli, evin bahçesine gömersen evine bağlı olur.
- Kırkı çıkmadan tırnağını kesersen ya hırsız olur ya arsız olur. Hangisini istersin?
- Bebek 20 günlük olduğunda, yarı kırkına girdi demektir. Bebeği yıkarken tepesinden aşağı 20 kaşık su dökeceksin.
- Kırkına giren bebeği tuzlaman lazım. Ciddi söylüyorum. Kol altlarına, eklem yerlerine tuz süreceksin, sonra yıkayacaksın. Kokmasın diye. Tuzlamazsan ömrü billah ter

kokar. Bir de kim tuzlarsa onun sözünü dinler büyüdüğünde.

- Tuzlama işlemi bittiğinde bebeği yıkayacak, tepesinden aşağı 40 kaşık su dökeceksin. Kırklama işlemi bitti, hayırlı uğurlu olsun. Şimdi dışarı çıkabilirsiniz.
- Bir aile büyüğünün evine bebekle ilk kez ziyarete gittiğinde o yerden bir yumurta almayı ihmal etme. Âdettendir.
- Bebeğini ağzından öpersen çabuk konuşur, ayağının altından öpersen çabuk yürür. Dikkat et başka yerlerinden öpüp çocuğun olayını hızlandırma.
- Bebek emeklemeye başladı diyelim. Eğer bacaklarının arasından bakıyorsa, bebeği bırak, hemen ortalığı topla ve hazır olda bekle. Misafir gelecek demektir.
- Dişi mi çıktı? İlk kim gördü? İşte ona hediye vereceksin.
- Sonra diş buğdayı yapacaksın. Bu esnada bebeğin karşısına makas, kalem, Kuran, ayna, tarak koyacaksın. Bebek makasa uzanırsa terzi, kaleme uzanırsa alim, Kuran'a uzanırsa hoca, aynaya uzanırsa süslü, tarağa uzanırsa berber olacak demektir. Kariyer planlaması işte, ne sandın?
- Çocuğunu öyle çok güzel giydirme, nazar olur .Giydiriyorsan da mutlaka nazar boncuğu tak. Yalnız atletini, fanilasını, çıtçıtlı badisini mutlaka ters giydir. Nazara karşı bu birebir.
- Çocuk yerde oynarken, uzanırken, yatarken aman diyeyim üstünden atlama, maazallah boyu kısa olur.
- Bebeğin ağzına üflersen cana yakın olur, unutma. Bebeğe bakınca "çirkin" diye sev, bir de "tütütü" diye yüzüne tükür. Ayrıca bebeğin ağzına kim tükürürse bebek ona çekermiş, bunu da atlama. Sonra da bebek enfeksiyon kapıp hasta olsun di mi? Hihhh ağzımdan yel alsın, dilimi ısırdım, üç kere tahtaya vurdum, tövbe dedim oldu mu?

Dur hele dur. Millet boyuna konuşur. Sen, sana ne mantıklı, anlamlı geliyorsa onu yap. Gereksiz evhamdan olabildiğince uzak dur. Zaten bak bu inançların da kendi içinde çelişenleri var. Çocuğun iç çamaşırını ters giydir nazar olmasın, diyorlar. Sonra da amaaan kıyafetlerini ters giyme işin ters gider, diyorlar. İnanma yani. İnanma ama yine de bu çılgın batıl inançlar

listesini aklında tut. Yıllar geçip babaanne-anneanne falan olduğunda elini beline koyup tek tek sayarsın hepsini…



Dikkat aşırı huzur: Bebek odası

Eminim sen de bebeğinin yeterince geniş, masmavi ya da pespembe, tüllerle donatılmış, yumuşacık, ışıl ışıl bir odası olsun istiyorsun. Tabii bunun için evinizde bir bebek odası bulunması ve bu iş için kesenin ağzını bir miktar açman gerekiyor. Dekorasyon dergilerinde gördüğün o masallardan çıkmış bebek odalarına sahip olmak içinse bir miktar değil, keseyi ters çevirip silkelemen lazım. Çünkü mobilya sektöründe öyle markalar var ki, bazen bir tane beşik, yemek odası+yatak odası+oturma grubunu bir arada veren düğün setlerini sollayıp geçebiliyor.

Ben ne yaptım?

Dekorasyon ve bebek dergilerine reklam veren pek çok bebek mobilyacısının sitesini ve bazılarının mağazasını gezip fiyat aldım. Hepsi şunu iddia ediyor: Bizim ürünümüz kaliteli, uzun süre kullanabilirsiniz. Bidakka yaaa, ne kadar uzun süre. Çocuklar üç yaşına geldiklerinde bu bulutlu, çiçekli ya da ayıcıklı odaları beğenecekler mi sanıyorsun. Beşikten çıkıp daha hareketli bir oda isteyecekler ve daha fazla hareket alanı yaratmak gerekecek. Hatta işi dördüncü yaşa uzatırsak muhtemelen odalarının sevimliliğinden utanıp arkadaşlarını bile davet etmeyecekler, çünkü onlar bebek değiller, abi ya da ablalar artık. O yüzden mobilyanın dayanıklı olmasına çok takılmadım.

Mobilyacıların söyledikleri bir diğer şey şu: Bu beşikler büyüyebilen beşik. Yani, bir süre beşik olarak kullanıyorsunuz, daha sonra yatağa dönüşüyor. Başlangıçta iyi fikir gibi geldi, fakat sonra öğrendim ki büyüyebilen beşiklerin sallanma özelliği yokmuş. Fikrimi hemen değiştirdim ve sallanan

beşik aldık. Ben bebeğimi sallanmaya alıştırmayacağım dersen bilemem, ama gece uyandığında beşiği azıcık sallamak durumu kurtardığı için, sallanan beşikleri şiddetle tavsiye ediyorum.

Bir başka konu ise, mobilyaların yapımında kullanılan kimyasallar. Bebek mobilyası için kanserojen madde içermeyen organik boya kullandıklarını iddia ettiler, sertifikalarını gördük, ikna olduk.

Önce bebek odası için neye ihtiyacım var, onlara karar verdim. İki adet sallanan beşik, bir adet gardırop, bakıcı için ya da bebeğin yanında yatmak gerekirse diye bir adet tek kişilik yatak, bir şifonyer ve bir adet sallanan sandalye. Sallanan sandalyeyi o zamanlar çok önemsemiş ve mutlaka olmalı diye düşünmüştüm. Şimdi çok gereksiz olduğu kanısındayım, çünkü birkaç ay kullandık, şimdi üstünde havlu kurutuyoruz. Elimdeki listeyle mobilyacıları dolaştım ve fiyat topladım. Sadece marka oldukları için aynı mobilyayı (tasarımı dahi aynı) iki üç kat fazla fiyata satan yerler var. Sonunda Siteler'de bir mobilyacıyla anlaştım ve hem çok keyifli, hem kaliteli hem de uygun fiyatlı bir bebek odamız oldu. İhtiyacımız olduğunda gelip kırığımızı çıkığımızı da düzelttiler sağ olsunlar.

Name içinse çok daha pratik, taşınabilir, portatif bir beşik aldık. Bu beşiğe bir de cibinlik taktırdım ki, abileri Name'ye oyuncak hediye etmesinler. Beşiği açık bulduklarında ellerine geçen bütün oyuncakları beşiğe atıyorlardı.

Püf Noktaları

- Neye ihtiyacın olduğunu belirle. Örneğin, erkek çocukların çok fazla kırışacak kıyafeti olmuyor, dolayısıyla gardırobun elbise askılığının bulunduğu alanı daha dar tutabilirsin.
- En önemli mevzu bence şu: Eğer bir çocuk odası yapacaksan, mobilyayı doğumdan iki ay önce al ve odanın camını kış da olsa iki ay boyunca açık tut. Çünkü yeni mobilya kokusu iki ayda ancak odayı terk ediyor. Çekmeceleri ve dolap kapaklarını da açık tut ki, içlerindeki koku da dağılsın.
- Beşiğin kenarlarına koruyuculu nevresim takımlarından al. Ben bir tarafını açık bırakmıştım. Bir gece kalktığımda

Tuna’nın bacaklarını beşiğin parmaklıklarından sallanırken buldum. Biraz daha büyüdüklerinde beşiğin içinde kendilerini oradan oraya atarak oynadıkları için süngerler ve bezler yardımıyla ağızlarını ve kafalarını çarpabilecekleri her yeri kapladım.

:(Sıkıcı Tarafı

Mobilya kokusu gerçekten iki ayda ancak çıkıyor.

:) Eğlenceli Yanı

Bebeğiniz eve geldiğine odanın içine dolan o bebek kokusu muhteşem. Ama kısa sürüyor, kaka ve çiş kokusu bir müddet sonra olaya hakim oluyor.



Bıcı bıcı yapalım

Neler Bekliyor?

Bebeğinizi alıp eve geldiniz. Zaten küçücük olan bebek soyunup çıplak kaldığında minik bir yaratığa benzeyecek ve bu da yetmezmiş gibi göbeğinden bir şey sarkacak. Ve birilerinin bu küçük yaratığı yıkaması gerekecek. Birileri sana göbeği düşmeden bebeği yıkamayın diyorlar, diyecek ve sen bu cümlenin arkasına sığınıp yıkama işlemini mümkün olduğunca ertelemek isteyeceksin.

Ben ne yaptım?

Tuna'yı eve getirdiğimizde ben de yıkamaktan korkmuş, göbeğinin düşmesini mi beklesek diye ısrar etmiştim. Neyse ki annem de yıkamak konusunda ısrar etti ve onun dediğini yaptık. Derin bir nefes alıp banyoya girdim, eğer bir kere becerirsem sonrakilerde hiç sıkıntı yaşamazdım, ama bir kere yapmam gerekiyordu.

Şunu araştırdım: Bazı doktorlar gerçekten de bebeğin göbeğinin düşmesini bekleyin diyorlardı. Neden? Çünkü sular yeterince temiz değil ve göbeği mikrop kapabilir. Evet, mantıklı. Peki, hazır suları kaynatıp soğutarak su hazırlarsam bu riski ortadan kaldırmış olur muyum? Evet, olursun. Tamamdır.

Hazır içme suyunu kaynatıp soğutarak bir kova su hazırladım. Bir kova, bir bebeğin yıkanması için fazla bile geliyor. Suyu geceden kaynatıp soğumaya bırakıyordum ki, ertesi gün suyu beklemek zorunda kalmayalım. Göbeği düşene kadar hazır suyu kaynatıp soğuttuk, göbeği düştükten sonra 40

günlük olana kadar çeşme suyunu kaynattık soğuttuk, 40'ından sonra ise suyu musluktan doldurduk, saltanat sona erdi.

İlk zamanlar suyun sıcaklığını ayarlayamayabilirim diye sıcaklığı termometreyle ölçüyordum, eğer ısı 37 dereceyse tamamdır. İkizler mart ayında doğdukları için hava hâlâ soğuktu. O yüzden banyo faslından önce duşu açtım ve banyonun biraz buhar olmasını bekledim. Banyo ısındığında ve suyumuz hazır olduğunda biz de hazırdık.
Bebekler ilginç bir şekilde, yıkanırken kendilerini güvende hissetmek istiyorlar. Biz çocukları yıkarken annem hep iki ellerinden tutardı, ben de rahat rahat yıkardım. Çok şükür, üçü de yıkanırken ağlamadılar. Onlar ağlamayınca insan daha rahat oluyor, ağlayınca eliniz ayağınıza dolanıyor. Eğer ilk yıkamayı başarıyla tamamlarsanız, sonra her gün banyo saatini iple çekeceksin.

Banyo havlusunun içine mermerşahi denilen ince bezlerden almıştık, o bebeği daha iyi kuruluyor ve suyu emiyor. Giydirirken bezi kaldırıyorsun, bebek havlunun içinde kalıyor, böylece daha az üşüyor. Kol altlarını, eklem yerlerini ve kulak arkalarını iyice kurulamak gerekiyor.
Eğer oda sıcaklığı elverişliyse banyo sonrası masaj yapmanda fayda var, gerçekten uykuya faydası oluyor. Bizde Mete ve Tuna masajdan yana şanslıydılar. Ama Name'ye çok fazla masaj yapma şansımız olmadı, zira bir banyo seansı bize çocuk başı 20 dakikadan bir saate patlıyordu. Amaaaaa! Bu satırları yazarken tatildeyim ve ikizler gelmediği için sadece Name'yle ilgileniyorum. Konakladığımız otel odasında bize özel bir Türk hamamı var. Name'yi her gün hamamda yıkıyorum, hamam sonrası masaj, cilt bakımı, mama ve deliksiz uyku Name'nin payına düşenler.

Çocuklar oturmaya başlayana kadar kendi plastik küvetlerinin üzerine koyduğum fileler yardımıyla yıkadım. Oturmaya başladıklarında küvetin içine konan ve altındaki vakumlar sayesinde küvette kaymadan duran, bebeğe bel desteği veren küvet oturaklarından kullandım. Çok akıllıca bir ürün. Bebek kaymıyor, yerinden kalkmıyor ve rahatça yıkıyorsun.

Püf Noktaları

- Bebeğin birkaç aylık olana kadar yıkama konusunda birilerinden destek iste. Bu eşin, annen, kardeşin hatta

komşun dahi olabilir. Herkes bu zevkli işte senin yanında olmak isteyecektir. Anlatmadan geçemeyeceğim bir hikâye var. Büyük halam, komşularının bebeklerini yıkarmış. Mahallede bebek yıkanacağı zaman onu çağırırlarmış. Bir gün komşusu çağırmış, ama halam bir işi olduğunu, gidemeyeceğini söylemiş. Ertesi gün de komşusunu görünce, ne yaptın yıkayabildin mi diye sormuş. Yıkadım demiş kadın. Bir kova köpüklü su yaptım, önce ona sokup çıkarttım bebeği. Bir kovada köpüksüz su yaptım, sonra da onun içine sokup çıkarttım, yıkadım demiş! Yok artık, dediğini duyar gibiyim, ama gerçek.

- Bebeği eğer imkanın varsa her gün yıka. Bebekler suyla temas ettiklerinde kendilerini anne karnında hissettikleri için çok rahatlarlarmış. Ama büyüdüklerinde her gün yıkamak eziyet oluyor. Sudan çıkmak istemiyorlar, sonra da üşütüyorlar.
- Sadece bebeğin yıkanmasında kullanılacak bir kova temin et ve evde temizlik yapan senin dışında birileri varsa, bu kovayı temizlik için kullanmamasını sıkı sıkı tembihle.
- Yıkanırken ellerinden tuttuğunuzda bebekler gerçekten kendilerini güvende hissediyorlar.
- Havlunun içine kurulama için ayrı bir bez yerleştir ki suyu emsin, havlusu kuru kalsın ve bebek üşümesin.
- Göbeğini, kulak arkalarını, eklem yerlerini, kol altlarını ve parmak aralarını iyi kurula.
- Ne giydireceksen önceden karar ver ve hazırda bulundur. Kıyafetlerinin yanında bebek bezi, pişik kremi, kulak çubuğu, bebek yağını da hazır bulundurursan daha rahat edersin.
- Biraz daha büyüdüklerinde küvetin içine vakumla yapışan ve çocuğun rahat oturmasını sağlayan aparatlar var, onlardan alın. Biraz da oyuncak, oldu bitti.

:(Sıkıcı Tarafı

Suyu kaynatıp soğumasını beklemek sıkıcı, o yüzden geceden kaynatıp soğumaya bırakmak iyi oluyor ve tuhaf bir şekilde bütün banyo ıslanıyor.

Sanki yıkanan küçücük bir çocuk değil de bir filmiş gibi...

Eğlenceli Yanı

Her şeyi çok eğlenceli, ama ben en çok yıkayıp odaya getirdiğimde ve havluyu açtığımda ufaklıkları çiş yaparken yakalayınca eğleniyorum. Her şey yeniden başlıyor.



Düştü bu, şimdi napıcaz?

Bir hafta, iki hafta artık neyse göbekbağı düşsün diye bekledik, e düştü, şimdi napıcaz? Batıl inançların yok mu? Hay Allah çok şanslısın, atıver çöpe gitsin. Diğerleri nereye gömeceğini düşünsün!

Düşene kadar ayrı dert, düştükten sonra ayrı dert. Hâlâ bebeğin üzerindeyken kötü görünüyor tabii. Nasıl dokunacağını, altını alırken, banyo yaptırırken nasıl zarar vermeden bu işi halledeceğini bilemiyorsun. Hastanede bebeğin altını nasıl bağladıklarına dikkat et. Bezi dışarı doğru kıvırıp göbeği açıkta bırakıyorlar.

Bezi göbeğe değmeyecek şekilde ayarladın mı işlem tamamdır. Yıkarken de işte az önce anlattık, kaynatılmış soğutulmuş ve ılıştırılmış suyla yıkayıp, oraya da çok su dökmeyip, böyle temiz bez ya da pamukla hafif hafif kurutunca o da oldu. Sonra badisini giydir ve çabucak düşsün şu diye dua et. Düştükten sonra azıcık kanayabilir, bunda korkulacak bir şey yokmuş. Ama kanama devam ediyorsa, doğru doktora. Name'nin göbekbağı düştükten sonra iki üç gün göbeğinden hafif kan geldi. Doktora gittik, kanıyor bu kızın göbeği napıcaz dedik, K vitamin iğnesi yaptılar, geçti.

Sonuç olarak üç çocuktan elimize 3 tane kurutulmuş göbek kordonu kaldı. İşte malum evin bahçesine gömersen evde kalır, okul bahçesine gömersen öğretmen, adliyeye gömersen avukat olur vs. Ne yapacağıma, nereye gömeceğime karar veremedim. Aklıma meclis, cumhurbaşkanlığı, şirket binası falan geldi. Sonra düşündüm, ben ne karışıyorum çocukların ne olacağına! Bir gelecek zaman etkinliğinde kullanmak üzere, paketleyip kaldırdım. 7-8 yaşına geldiklerinde kendilerine teslim edeceğim. Bir hafta sonu çıkar istedikleri yere hep birlikte gömeriz. Kim ne olmak istiyorsa onu olsun, yeter ki mutlu olsun.



Öğğhhhhh!

Bir annenin omzu, yavruları bebekken kusmuk bulaştırsın, çocukken sümüklerini silsin ve büyüdüklerinde gözyaşlarıyla ıslatsın diyedir.

Annelerin yavruları en rahat besleyebildiği dönem ilk 2 yıl. (E tamam, emzirmek, süt üretmek, mamayı ayarlamak, ek gıdalar falan da sıkıntılı ama dolma doldurmak, mantı yapmak ve karnıyarık pişirmekle kıyaslanamaz herhalde!). Fakat iş beslemekle bitmiyor. İki yudum süt içen yavru, sırtına on beş dakika tokat yiyor.

Neden? Çünkü gaz çıkartıyoruz. O gaz çıkmazsa uyumaz, uyusa da bir süre sonra gaz sancısıyla uyanır. Gaz çıkartmak için -hastanede gösterecekler- bebeği omzuna yaslayıp ritmik hareketlerle sırtına vuruyorsun. Sonunda pısss diye bir kaçak veriyor ve rahatlıyor. Lakin o kaçak sırasında içtiği sütün bir kısmını senin omzuna bırakıyor. İşte bu yüzden daha bebek doğmadan edinmen gereken çok önemli bir şey var: Kusmuk bezi… Kumaşçıdan birkaç metre yumuşak tülbent al, 15cmx15cm ebatlarında kestir ve kenarlarını bir terziye diktir ya da elinden geliyorsa kendin kıvır. Bu bezleri, bebeğin gazını çıkartmadan önce omzuna atarsın omzun kirlenmez. Bebek kusunca ağzını silersin, ıslak mendil ya da peçete görevi görür. Sabahları kaynatılmış suyla ıslatıp bebeğin yüzünü silersin. Sıcak havalarda uyurken başının altına koyarsın yastığı ter olmaz. Uykudan uyanınca sırtına koyarsın terini emer. Uyuturken gözüne örtersin ışık

gelmez. En olmadı, bebek uyuyunca parmağına takar halay çekersin… Neyse işte, bebek kusar, omzun lekelenir dikkatli ol, öyle şıkıdım kıyafetle gaz çıkarma, ziyan olur.

Bu kusma hadisesi bazı bebeklerde normalin üstünde seyreder. Bebeğin reflüsü vardır, seni hayatından bezdirir. Yediğini çıkartır.

Doktorunuz reflü için birtakım ilaçlar verir rahatlar. Bebeğe ilaç vermezse anne babasına sakinleştirici, güç kuvvet artırıcı, dirayet şurubu falan verir.

Bazen de bebeğin emdiği süt hakikaten burnundan gelir! Laf değil gerçekmiş… İkizler bebekken çok kusarlar ve çoğu zaman süt burunlarından gelirdi. Bunu ilk yaşadığımızda Mete'yi kaptığımız gibi hastaneye koşmuştuk. Ne oldu? dediler, kustu dedik, burnundan kustu. Bir şey olmaz, besledikten hemen sonra altını almayın, karnı sıkışır ve kusar dediler. O yüzden o günden sonra hep önce altını alıp sonra besledik. Besledikten hemen sonra mutlaka gazını çıkartın dediler, tamam dedik. Beslendikten sonra bir müddet dik tutun dediler, eyvallah dedik. Yatırırken omuzlarından yukarısını hafif yukarda tutun dediler, zaten öyle yapıyorduk. Ama çocuklar gene de zaman zaman burunlarından kustular. Bir tatil için köye gittiğimizde anneanneme çok kusuyor bu çocuklar anneanne dedim, kusan çocuk iyidir, sağlıklıdır dedi. O diyorsa doğrudur. Bir daha panik olmadım, sildim geçtim.

Biraz daha büyüdüklerinde bu masum ve ekşimiş süt kokulu kusmuklar yerini ıspanaklı, havuçlu kusmalara bıraktı ki anlatılacak gibi değil! Ayyy yok vallahi anlatamam…



Bu ses nerden geliyor?

Çocuk odasından… Hamileyken bir dergide Amerikalı bir çocuk doktorunun röportajını okumuştum. Adam diyor ki, anne karnı çok gürültülü bir ortam, annenin kalp atışları var, kan akışı var, dışarıdan gelen sesler var, anne konuşunca çıkan sesler var ve bebek bunları suyun içinde uğultuyla duyuyor. Biz diyor, bebek doğunca bebeği, alışık olduğunun dışında çok sessiz bir ortama sokuyoruz. Bebek de, doğal olarak huzursuzlanıyor.

O yüzden, anne karnındaki sesleri modelledik ve bir müzik cd'si yaptık, diyor. Yetişkinlerin arabaya ya da otobüse falan bindiklerinde uykularının gelmesi bilinçaltındaki bu alışkanlıktandır, diyor. Doğrusun doktor, anladım seni dedim ve o cd'den bir tane sipariş verdim. Oyyyy o ne gürültü, ne şamata! Amaaa işe yarıyor… Ağlayan bebeğin başına koyuyorsun mucizevi bir şekilde sakinleşiyor ve öyle etrafa bakınmaya başlıyor. Bu müzikler benim arabamda, bilgisayarımda, cep telefonumda, her yerde var ve ihtiyacım olan her an imdadıma koştu.

Özellikle kolik denilen… Kolik, kolik. Hiç duymadın mı? İnşallah hiç duymazsın ve sen ne olduğunu bilmeyen ya da sadece bir yerlerde okuduğu kadar bilgi sahibi olan o şanslı annelerden biri olursun. Kolik, iki kelimeyle "gaz sancısı", tek kelimeyle "felaket"… Çok şükür ki ben evlatlarımın üçünde de yaşamadım.

Ama yaşayan arkadaşlarımın nasıl uykusuz birer zombiye dönüştüklerini, hayattan nasıl bezdiklerini gördüm. Kolikli bir bebekle üç ayını geçiren bir arkadaşıma, bu bölümde yazabilmek için, anlatsana nasıl bir şey dedim.

Kolik anlatılmaz yaşanır, dedi. Ben de yaşamadığım için anlatmamaya karar verdim…

Ne diyordum, hah, özellikle kolik denilen ve bebeği ağlama krizlerine sokan rahatsızlıklar için önerilen bu müzikler beyaz gürültü cd'leri adıyla satılıyor. Ama kendin de yapabilirsin. Bebeğin dinlemesi için saç kurutma makinesini aç, elektrik süpürgesini çalıştır ve kendin için kuvvetli bir ağrı kesici al! Adamda kafa bırakmıyor…

Hastane, ilaç, aşı maşı gibi
can sıkıcı işler...



Aman doktor, canım cicim doktor…

Neler Bekliyor?

Çocuk olana kadar hasta olmak bile kolay. Hastalandın, gittiğin bir hastanen var, doktoru beğenmediysen başka yere gidersin. Hatta 30 yaşın altında hamile kaldıysan muhtemelen daha önce bir hastaneye pek de işin düşmemiş olabilir. Şimdi işler değişti. Mevzu zaten senin sağlığın değil. Bebekten bahsediyoruz! Hangi hastanede doğum yapacağını bilmiyorsun, çocuğun hastalandığında nereye gideceğini bilmiyorsun, hastanede hangi koşulları araman gerektiğini, ne sıklıkla doktora gideceğini, acil durumlarda kimi araman gerektiğini, hangi durumun ciddi olup hangisinin ciddi olmadığını bile bilmiyorsun.

Yani ben öyleydim. İkizlere hamileyken bunları bilmiyordum ve keşke birileri bana anlatmış olsaydı. Sağlığın da bir sektörü olduğunu tamamen unutmuş ve ilk gördüğümüz doktora güvenmiştik.

Ben ne yaptım?

İkizlere hamileyken gebeliğimi takip eden doktorum hangi hastanedeyse o hastanede doğum yaptım, çünkü başka bir alternatifim olabileceğini bilmiyordum.
Name'nin doğumunda aynı doktorumla devam ettim ama bu sefer benim istediğim hastanede doğum gerçekleşti. İkizlerin doğumunun gerçekleştiği hastanede, evet bir yenidoğan ünitesi vardı, ama o kadar. Çocuk için özel branşlar yoktu. Nitekim, Mete küvözde kaldı, Mete'nin sıkıntılı tahlil

sonuçlarını değerlendirecek yetkin bir çocuk doktoru hastanede mevcut değildi. Telefonla başka doktorları arıyorlar ve sonuçları değerlendirmeleri konusunda yardım istiyorlardı. Hastanede küvözde geçirdiğimiz 15 gün boyunca her gün başka bir felaket haberi verdiler ve sonunda kendi laboratuvarlarının çok yetkin olmadığını, bünyelerinde yeterince çocuk birimi bulunmadığını itiraf ederek bizi başka bir hastaneye sevk ettiler.

Sevk edildiğimiz üniversite hastanesinden bir gün sonra aldığımız cevap şuydu: Çocuğunuzun hiçbir şeyi yok, 15 günü boş yere küvözde geçirmişsiniz…

Bir başka vaka… Tuna doğumdan iki gün sonra taburcu ediliyor. Bir sonraki gün tekrar görmek istiyorlar, götürüyorum, sarılık başlangıcı var, küvöze almamız lazım diyorlar. Tabi buyrun alın, diyorum, maalesef boş küvöz yok diyorlar. Sonuç: Bir oğlum bir hastanede sarılık teşhisiyle fototerapi görüyor, diğer oğlum başka bir hastanede yoğun bakım ünitesinde ve ne hastalığı olduğunu bile tam olarak bilmiyorlar. (Geriye dönüyorum; sence de sütümün gelmemiş olması normal değil mi?)
Name'nin doğumu içinse tüm birimleri kendi içinde olan, yeterince küvözü bulunan daha güvenilir bir hastane belirledim. Çok şükür küvöze veya herhangi bir ek tedaviye ihtiyaç duymadan taburcu olduk.
Çocuk doktoru konusunda ise ikizlere hamileyken çocuk sahibi olan tüm arkadaşlarımı arayıp hangi doktora gittiklerini öğrendim. Sonra bir sonraki muayenelerinde onlarla bir muayeneye katılıp katılamayacağımı sordum. Sonuçta doktoru çalışırken görmek en iyi fikri verecektir. Muayenehanesinin yeri, konuşması, iletişimi... Bana en uygun olan doktorda karar kıldım. (Bence park yerine bile bakın. Arabayı 2 km uzağa park edip soğukta bebekle yürümek pek keyifli olmuyor.)

Name'de ise hastanede takibini yaptırmayı tercih ettim. İkizlerin doktoru şöyle söylemişti: Biz parayı ilk çocuklardan kazanırız, ikinci çocuklarda anneler bizden duyduklarını uygularlar. Aynen öyle…

Püf Noktaları

Kural 1:
Hamileliğini takip eden doktor hangi hastanedeyse o hastanede doğum yapmak zorunda değilsin. O senin seçtiğin hastaneye gelebilir.

Kural 2:
Hastane seçiminde kadın doğum servisinin yetkinliğinden ziyade yenidoğan ünitesinin yetkinliğine bak. Bebek sağlığı ile ilgili tüm birimlerin olmasına ve yeterli miktarda küvözü olup olmadığına dikkat et.

Kural 3:
Eğer bebeğini bir doktorun özel muayenehanesinde takip ettireceksen, bunu önceden belirle ve doğumdan önce doktoru mutlaka ziyaret et.

Kural 4:
Doktora gitmeden önce soracağın soruları bir not defterine yaz ve aldığın cevapları da not al. Emin ol, eve gider gitmez ne demişti doktor diye eşinle birbirinize bakacaksınız.

Bu arada eğer imkanın varsa doktora tek başına gitme, eşin, annen ya da bakıcın, hiçbiri olmuyorsa bir arkadaşından destek iste. O bebeği soyup giydirirken, ya da muayene dolayısıyla huysuzlaşan bebeği avuturken sen, soracağın soruları sorabilir ve notlarını alırsın. Unutma, muayene için sana verilen bir zaman var, doktorun saati işliyor.

:(Sıkıcı Tarafı

Söz konusu çocuğun sağlığı olduğunda her şey çok sıkıcı. Fakat tabii her muayenede o çocuğu soyup bir daha giydirmenin vermiş olduğu sıkıntı da ayrı bir şey yani.

:) Eğlenceli Yanı

Kontrol sonrasında bebeğin gelişiminin gayet iyi olduğunu, kilo aldığını, baş çevresinin gayet güzel büyüdüğünü öğrenmek keyifli. Vay arkadaş, diyorsun, ne güzel beslemişim, aferin bana.

Hariçten
Gazel
Al Gülüm Ver Gülüm…

Yeni bir şey türedi: Oyun grubu. Yok, kreşlerin o yarım zamanlı adaptasyon uygulamalarından bahsetmiyorum. Bunlar başka. Konu şu: Yeni zamanların antisosyal apartman çocuklarının sosyalleşebilecekleri mekânlar var. Girişte veriyorsun saati bilmem ne kadar parayı, çocuk orada kendi yaşıtı çocuklarla oyun oynuyor, küpleri üst üste diziyor, çocuklar birbirine top atıyor vs. Bir saat sonra süre doluyor ve dağılıyoruz.

Eeee bu mu arkadaşlık? Parayı ver, arkadaşlık yap, paranın hükmü bitince sen sağ ben selamet… Bu oyun grupları hakkında hiçbir fikrim yoktu. O zamanlar çok da samimi olmadığımız bir komşum bahsetti. O kızını götürüyormuş, sen de gelir misin dedi. Olur dedim, deneyelim. Ne olduğunu bilmiyorum, öğrenmiş oluruz.

Gittik, aynen anlattığım gibi, girişte parayı verdik, bir saat çocuklar oynadılar, birbirlerinin isimlerini bile bilmeden, bir daha tekrar görüşüp görüşmeyecekleri meçhul, ortak hiçbir paylaşımları olmadan oynadılar. Biz de onları dışarıdan, camdan izledik. Bir saat sonra aldık çocukları geri döndük.
Arkadaşım haftaya tekrar gidelim mi, dedi. Yok dedim, al gel kızını bizde oynasınlar, ben alıp çocukları size geleyim sizde oynasınlar, çıkalım her akşam dışarı, parkta, sokakta, bahçede sosyalleşsinler mesele buysa. Para da istemem, dedim.

Güldük ve uyguladık. Kendi hayatımızın oyun grubunu kurduk. Geçen akşam dört çocuğu bizim evde küçücük bir dolabın içine girmiş kikir kikir gülerken yakaladım. Onların o heyecanını, neşesini, suçüstü yakalanınca attıkları çığlıkları bana hangi oyun grubu, ne kadara verebilir ki?



Haydi çocuklar aşıya!

Böyle demeyin tabi, nereye gittiğimizden çocuğun haberi olmasın. Parka, markete, babaanneye, alışveriş merkezine diye çıkın. Geçerken sağlık ocağına uğrayıverin. Yanınıza da emzik ve -eğer vermeye başladıysanız- meyve suyu alın çıkarken. (Çocuk hâlâ emiyorsa memelerin zaten seninle.) Aşı biter bitmez, en sevdiği meyve suyu biberonunu sok bebeğin ağzına ve aptallaşsın. Garanti veriyorum ikinci yudumdan sonra aşıyı unutacak.

Çocukların aşılarını takip etmek hepimize karmaşık geldi, sana da öyle gelecek. Aşı zamanı ne zaman, bir dahaki aşıyı ne zaman yaptıracağım, atladığım bir aşı var mı diye tuhaf tuhaf bakınacaksın etrafa. Doğum yaptığın hastaneden bir tane aşı takvimi isteyebilirsin. Genelde hepsinde bulunuyor.

Fakat bu kartlarda atladıkları bir şey var: Bir sonraki aşının tarihi. Yaptıkları aşının tarihini kartlara işliyorlar. Ben hemşireden hemen yanına bir sonraki geliş tarihimizi de yazmasını istiyordum.

Aşıyı yaptırdıktan sonra sorulan geleneksel sorular var:

1- Banyo yaptırabilir miyim? Aşıya göre, evet ya da iki gün sonra, diyorlar. En iyisi aşıya gitmeden bir gece önce bebeği yıka ve öyle git.

2- Ateş yapar mı? Aşıya göre, evet ya da hayır, diyorlar. Her evet dediklerinde çocuklar hiç ateşlenmedi ve fakat her hayır dediklerinde ateşlendiler. Ne oldu, neden öyle oldu ben de anlamadım. Name’nin bir

aşısında sağlık ocağındaki hemşireye bunu hatırlattım. Demek ki o gün ateşlenecekleri varmış, dedi. İşte bu kadar. Başka soru sormadım.

Aşı yaptırırken doğal olarak ağlıyorlar, sonra susuyorlar.

Ha bir de tuhaf bir anımı anlatacağım bak. Dünyaya boş gözlerle baktığım ve söyleneni hemen kavrayamadığım ilk günlerdi. Fena halde, yeni, acemi ve kaygılı bir anneyim. Bir aylık falanlar herhalde. İkizleri aşıya götürdüm. Tam içeri gireceğim, hemşire bebeği aldı, bana, siz isterseniz gelmeyin sütünüz kesilebilir, dedi.

Saflığıma geldi, bana da mı iğne yapacaksınız, diye sordum. Yok dedi, bebek ağlayınca anne etkileniyor, sütü kesilebiliyor. Yok beyaaa, dedim, bana bişey olmaz, çekil sen kenara, zaten süt de yok, ver çocuğumu, dedim, tutarım ben kendim. Fakat sonra hemşirenin neden öyle dediğini anladım. Bir gün bizim gibi aşıya gelen bir anne babanın, çocuğu aşıya kendi anneleriyle birlikte getirdiklerini ve anneanne aşıyı yaptırırken bunların sarılıp birbirlerini teselli ettiklerini gördüm. Ağzım açık halde onları izlerken kendi kendime sordum: Allah'ım ben niye böyle değilim?!!

Neyse ki cevabı buldum. Kendi çocukluğunu hatırla. Okulda aynı iğnenin ucunu çakmakla yaka yaka aşı yaptılar bizim neslimize. Sen okulda ağlarken annenle baban evde sarılıp ağlıyorlar mıydı sence?



Tam bir macera: İlaç içirme…

“Ona ilaç vereceğinizi söyleyin, sonra 45 derecelik bir açıyla tutun, kaşığı ağzının yanından verin, ilacın arkasından su içirin ve ilacını içtiği için teşekkür edin.” Ooollduuuu canım! Kimden duydun yavrum sen bunu? Hadi bir kere dene, sonra gel beni dinle.

Kural 1: Doktor ilacı yazdı, hemen sor: Şurup mu bu? Evet, şurup derse; iğnesi, fitili yok mu, diye sor. Varsa hemen değiştirsin. Yoksa sor bakalım meyve suyunun içine katılıyor muymuş?

Kural 2: Çocuğa ilaç vereceğini falan söyleme. Yanına masumca yaklaş, güler yüz göster, oyun oynuyormuş gibi. İlaç kutusunu sakın, asla, kesinlikle gösterme. (Yanlış, biz de biliyoruz. Kim ister çocuğunu kandırmayı? Şöyle düşün, bunlar büyüyecek, yüzümüze gülüp arkamızdan kim bilir neler çevirecek. Eee her şey karşılıklı, kozlar elindeyken kullan gitsin.)

Kural 3: Sımsıkı kucağına al ya da bir battaniye yardımıyla kundakla. Kolunu, bacağını oynatamasın. Kafasını tut ve kaşığı ağzına daya. Ya da enjektörle ver, o daha güzel, dökülmüyor. Enjektör ağzına girdiği anda sık gitsin. Ve hemen çenesini kapat, yuttuğundan emin olunca, su biberonunu daya. (Enjektör iğnesiz haa, aman diyim!)

Kural 4: Başka numaralar dene. Mesela çikolata kavanozu. Bir kaşık çikolata verdin, kaşık kavanozun içinden çıktı, çocuk bunu gördü. İkinci kaşığın içine şurubu koy, gene kavanozun içinden çıksın ve heyecanla ağzını açsın. Tükürmez merak etme, hâlâ ağzında çikolata tadı var.

Saçmalama, sahtekar, gaddar falan değilsin. Akıllı olsun, doğru düzgün içsin o zaman ilaçlarını. Senin suçun ne?

Kural 5: Hiçbir zaman yumuşama. Disipline et. Kararlı olan kazanır. İlk zamanlar kustular, ağladılar, tükürdüler… Yılmadım. Şimdi ilaç zamanı diyorum, sıraya giriyorlar. Üzgünüm, hasta olmaları zaten anne için yeterince stresli, bir de ilaç işine gerilemeyiz.

Hariçten
Gazel

Benim Doğal Gıdam!

Bizim mahalleye cuma günleri pazar kuruluyor. Sebze meyveyi oradan alıyorum. Bir akşamüstü pazara uğradım. Sebze meyve tezgahlarının yanında bebek takımları, çorapları falan satan bir de kıyafet tezgahı var. Çocuklara çorap arıyorum, şuraya da bir bakayım dedim. Amca dedim, bu kaça? O dedi 2,5 lira. Bu? dedim, o dedi 5 lira. Bu niye iki buçuk da bu beş, aynı bunlar dedim. Yooook dedi, aynı değil, o organit!!!

Organit ya… Soktunuz milletin aklına organik iyidir, organik sağlıklıdır, organik pahalıdır… Pazarcı amca çorabın bile organiğini bulup getirmiş. Arz talep meselesi tabii. Organik ürünler benim dünyama hiç girmedi. Sebzemizi, meyvemizi eski usul pazardan almaya gayret ettik. Yazın anneannemiz tarhanamızı, makarnamızı, salçamızı, bezelyemizi, fasulyemizi yapıp dolabımıza koydu çok şükür.

Elimizden geldiğince doğal olanı bulmaya çalıştık, ama ambalajlı ürünlerde değil, köy pazarlarında, yolda bir kasa domates satıp ekmek parasını kazanmaya çalışan teyzelerin tezgahlarında.

Zaman çok çabuk geçiyor, bu çocuklar 10 yıl sonra, ellerinde kutu kolalar, önlerinde fast-foodlar takılıyor olacaklar. Nerede kaldı senin organiğin? Dedikodu olacak ama komik yani… Birini tanıyorum, her gün bir paket sigara içiyor, kahveler kolalar gırla gidiyor. Diyor ki şampuanları, diş macunları, temizlik ürünleri hep organikmiş. Allah şaşırtmasın, ne diyeyim.



Hastanede yatan çocuk…

Geçen haftaya kadar kitaba böyle bir bölüm eklemek gibi bir fikrim yoktu. Oldukça badireli bir on gün geçirene kadar… Bir anda çocukların üçü birden hasta oldu. Havale geçireni mi ararsın, gümbür gümbür öksüreni mi, öksürürken kusanı mı? Neticede Mete iki gece hastanede yattı, o taburcu oldu, ertesi gün Name'yi yatırdık ve iki gece de o hastanede misafir oldu.

Hastanede yatan çocuk, damar yolu açılan çocuk demektir. Bu da ağlayan ve her fırsatta elindekini söküp atmak için çırpınan çocuk demektir. Ve bu da bütün bir gün ve gece boyunca çocuğun diğer elini tutarak duruma engel olmaya çalışan anne demektir.

Çocuk için o hastane odası, keşfedilecek ilginç aletlerle dolu yeni ve yabancı bir yer demektir. Bu da zırt pırt kalkıp ışıkları açıp kapatan, hemşire çağrı ziline basan, ortalığı karıştıran çocuk demektir. Ve bu da evden getirdiği eşyalarla odayı mümkün olduğunca tanıdık hale getirmeye çalışan ve hastane envanterine zarar vermeme gayretiyle çırpınan, çatık kaşlarla kendisine bakan hemşireye özür dileyen gözlerle bakan anne demektir.

Çocuk için hastanede yatmak, birkaç saat sonra fena halde canı sıkılacak demektir. Ve bu da her şeye mızıklayan, gereksiz taleplerde bulunan, canı sıkıldığı için sürekli tuvalete falan gitmek isteyen çocuk demektir. Ve bu da hastane eldiveninden balon adamlar yapan, tuvalet kağıtlarından çiçekler yapan, oyuncak bebeklere serum takan, tuvalette çocuğuna masal anlatan yaratıcı ve çaresiz anne demektir.

Hastanede yatan çocuk ilaç içmeye direnecek demektir. Bu da her zaman bayıla bayıla içtiği şurubu bile yüzüne tüküren, ağlayan, zar zor verdiğiniz şurubu kusarak geri çıkartan çocuk demektir. Ve bu da çocukla uğraştığı yetmezmiş gibi bir de kusmuk temizleyen, “Annem hadi iç şurubunu” diye el kadar çocuğa yalvaran, doktora bu şurubu serumla verseniz olmuyor mu diye umut dolu gözlerle bakan, ilacı içine katacak meyve suyu arayan anne demektir.

Hastanede yatan çocuk yemek yemek istemeyecek ve iştahsız olacaktır. Bu da uzattığınız her kaşığa dudaklarını mühürleyip tokat atan, biberonu almayan, sürekli yoğurt, çorba, makarna, süt vs. isteyip sen tedarik ettiğin anda vazgeçtim yemeyeceğim diyen ve serumla beslenen çocuk demektir. Ve bu da çocuğuna yemek yedireceğim diye kendisini unutan ve tatsız tuzsuz hastane yemeklerine razı olan, çay soğumasın diye sabahın altısında gelen kahvaltıya boyun eğen anne demektir.

Hastanede yatan çocuk, ilaçların etkisiyle zamansız uyuyacak demektir. Bu da gün içinde alakasız zamanlarda uyuyup geceyi annesine dar edecek, uyku saati sapıtacak, uyurken kolundaki damar yoluna dikkat etmeyip kolunun üstüne yatacak, hastalığın da etkisiyle her yarım saatte bir uyanacak çocuk demektir.

Ve bu da yatağın kenarına çektiği sandalyede saatlerce kitap okuyan, refakatçi yatağına acaba şuraya yatsam mı diye bakan, ama ya çocuğa bir şey olur da duymazsam diye vazgeçen, uyusa bile saat başı ateş ölçmeye, ilaç vermeye vs. gelen hemşire tarafından uyandırılan, sırtı tutulmuş bir anne demektir.

Hastanede yatan çocuk, gerçekten hasta çocuk demektir. Her gün gülüşüne hayran olduğunuz yavrunuzun boynu bükük yattığını görmek, evinizi, düzeninizi özlemek ve Allah başka hastalıklar vermesin, hasta olan bütün kuzulara gökten şifa melekleri indirsin diye dua etmek, siz taburcu olurken geride kalan diğer çocuklara boğazınızda bir düğümle bakmak demektir.



Bana kimse bunların dişi çıkacak dememişti!

Hayır, ben hayatımdaki bütün insanların ağzında dişi olduğunu görünce, bunun başıma geleceğini tahmin etmiştim de durumun bu kadar ciddi olabileceğini düşünmemiştim. Bir gün bu bebeklerin de dişi çıkabilir demiştim kendi kendime ama mevzunun bu kadar kritik olduğunu tahmin edememiştim. Bebekler için diş çıkartmak Çin işkencesi gibi bir şey. Deli oluyorlar buna, depresyona giriyorlar. O sevimli ve ota naneye gülücük atan bebek bir anda ağzından sular akan, elini ağzından çekmeyen, sinirli, ateşli, uykusuz ve poposundan sıvı kaka akıtan bir yaratığa dönüşüyor. Tüm bunların altında yatan tek bir şey var: küçük, beyaz bir diş.

Bazen çıkması zaman alıyor. Bazen sancıları çok erken başlıyor. Bazen hiç fark ettirmeden çıkıyor. Hangisini yaşayacağını zaman gösterir.
Bu diş çıkartma işinde öğrendiğim birkaç bir şey var.

1- Çıkmazsa panik olma: Name'nin dişleri çok geç çıktı. İlk dişinin çıkmasını aylarca bekledim. Bir gün anneannem ile telefonda konuşurken, Name'nin daha dişi çıkmadı, dedim üzülerek. Bak bakalım etrafında dişi çıkmamış insan görebilecek misin? dedi. Hakikaten göremedim.

2- Bir kere çok kaşınıyor dişleri. Haklılar. O yüzden sık sık ellerini ağızlarına götürüyorlar. Ya da ellerine ne geçerse onu sokuyorlar ağızlarına. Bebeğin diş çıkartırken ishal olmasının sebebi dişin çıkması değilmiş aslında, dişini kaşımak için ağzına aldığı şeylerden bulaşan mikrop dolayısıyla ishal oluyormuş. Bebeğin ağzını kaşıyacağı objeleri sen belirle. Ve onları temiz tut.

3- Ara sıra kaşıma işini sen üstlen. Diş çıkartırken ağrıyı hafifletecek jeller var. Bir de parmağa takılan diş kaşıma aparatları. Bebeği kucağına al ve dişlerini kaşı. Nasıl mest olduğunu tahmin edemezsin.

4- Sürme kisti denilen bir şey var. Mete'nin bir dişi aylarca çıkamadı. Sonunda dişinin çıkacağı yerde bir kist oluştu. Simsiyah bir çürük vardı diş etinde. Doktora gittik. Kendi doktorumuz yokmuş, başka bir çocuk doktoru gördü. Beni dehşete düşüren bir şey söyledi. Parmağını rakıya batır ve bebeğin ağzına rakı sür! Yanlış mı duydum acaba diye bir daha sordum. Sahiden öyle dedi. Eh tamam biz de biliyoruz diş ağrısına rakı ile gargara falan iyi gelir ama mevzu bahis 10 aylık çocuk olunca insan bir durup düşünüyor. Durdum düşündüm ve yapmadım. Diş hekimine götürdüm, bekleyeceğiz çıksın diye, yapacak bir şey yok dediler. Bekledik. Ve sonunda bir gün o diş, üzerindeki diş etini parçalayıp kanatarak çıktı.
5- Ona bir güzellik yap. Soğuk iyi geliyor. Temiz ağız bezlerini veya diş kaşıyacağını buzdolabında bekletip diş etine sürebilirsin.

6- Ağzının suyu dehşet akar. Önlük tak ya da yakasına bez koy. Koymazsan kıyafetinin ön kısmı ıslanır. Hem de göğsünü üşütecek kadar.

Diş çıkaran çocuk keyifsiz, iştahsız, neşesizdir. En son diş ağrısı çektiğin günü hatırla. Ne kadar iştahlı, ne kadar keyifli ve ne kadar neşeliydin bir düşün. Adamın ağzının içinde onu dürtükleyen bir şey var, deli ediyor ama çıkmıyor. Tam kaşımak için elini ağzına götürüyor, annesi çek elini ağzından diyor. Ağzının suyu akıyor, çenesi hep ıslak. Islaklıktan rahatsız oluyor ama silin ağzımı diyemiyor. Bir de üstüne ishal, ateş. Amaaaannn. Delirmediğine şükret ve ilişme.



Ucundan azıcık

Neler Bekliyor?

Eğer bir erkek bebek bekliyorsan ya da erkek çocuk annesiysen kaçınılmaz bir gerçek seni bekliyor: Sünnet. O tüylü şapka, süslü yatak, elinde asasıyla gezen oğlunuz, parlak ayakkabılar, sizinle birlikte eğlenen dostlar, ailen vs. Unut bunları, iş kesme meselesine gelince “nasıl kaçarım”ın, “bu işten nasıl yırtarım”ın peşine düşüyorsun. Oğlun değil, seennn…

Doğar doğmaz sünnet: Doktorlar bu konuda ikiye ayrılmış durumda. Bir kısmı ilk altı ayda doktorlar neyi kestiğini bilmiyorlar, kestirmeyin diyorlar. Bir kısmı da eğer bebeğiniz acı çekmesin istiyorsanız en temizi doğar doğmaz sünnet diyorlar. Çocukların sünneti gündeme geldiğinde bir doktor bize, bebeğe doğduğunda şekerli su içiriyoruz, o anestezi görevi görüyor ve sünnet ediyoruz, demişti. Ne kadar doğrudur bilmiyorum. Göbek bağı ile birlikte pipisi de iyileşiyormuş. Süreci hem anne hem bebek daha kolay atlatıyormuş. Sünnetli derinin 4-5 günde iyileştiğini düşünürsek, zaten doğumdan sonraki iki günü hastanede geçiriyorsun. Sünnetin ilk iki gününü hastanede atlattınız demektir. Eğer ikizlerde bunu önceden düşünmüş olsaydık, Name kız değil de erkek bebek olsaydı, kesinlikle doğar doğmaz sünnet ettirirdim.

6 aydan 2 yaşına kadar sünnet: Eğer doğar doğmaz sünnet ettirmeyecekseniz bu işi ya 2 yaşına kadar halledin ya da oğlunuz büyüyene kadar bekleyin diyor doktorlar. Sünnet meselesi bilinçaltına fena halde etki ediyormuş, bu da ileride oğlunuzun cinsel yaşantısını etkileyebilirmiş. Bir

doktora, ülkemizde her erkeğin sünnetli olduğunu, eskiden anestezi de olmadığını, çocukları sünnet ederken yaş da gözetmediklerini, herkesin çocuğunu kendisi için ne zaman uygunsa o zaman sünnet ettirdiğini hatırlattım. Doktor da bana Türk erkeklerinin büyük kısmının cinsel hayatının sorunlu olduğunu, bu yüzden ülkemizde tecavüz olaylarının fazla olduğunu, iktidarsız erkek sayısının diğer ülkelere göre daha fazla olduğunu söyledi. A aaaaa, çok ayıpçı şeylermiş, dedim, konuyu kapattık.

Bir de bu yaş aralığında bebeğin altı bezli olduğu için yara daha çabuk iyileşiyormuş. Daha büyük çocuklar pipiyi istedikleri zaman elleyebildikleri için iyileşme daha geç oluyormuş.

Anestezi: Sünneti ya genel anestezi ile ya da lokal anestezi ile yaptıracaksınız. Bu konuda da doktorlar ikiye ayrılmış. Bir kısmı beni öldürseniz gene de lokal anestezi ile sünnet yapmam, çocuk kıpırdar zaptedemem, ben genel anestezi taraftarıyım diyor. Bir kısmı da yahu ne gerek var çocuğa anestezi vermeye, uyutmaya, aç bırakmaya, anestezi baygınlığı yaşatmaya, lokal anestezi bu işi çözer diyor. İkisi de kendine göre haklı. Genel anestezi için oğlunu 8 saat aç bırakman gerekiyor. Bu sekiz saatlik açlık onu ne kadar huzursuz edecek sen düşün artık. Anesteziden sonra da baş dönmesi ve bulantı yaşıyorlarmış ve bu yüzden çok ağlıyorlarmış. Ameliyat olan ve anestezi alan bir yetişkinin bile kendine gelmesi zor olurken, bir bebeğin bunu nasıl atlatacağını ben hayal bile edemedim. Lokal anestezide de evet bebekler çok kıpırdıyorlar, ya doktor yanlış bir şey yaparsa diye düşünmeden edemiyor insan.

Neticede buna doktor değil anne baba karar verecek. Hangi yöntemi seçeceksen o yöntemle sünnet yapacak bir doktor bulmalısın. Seni ikna eden, sana pozitif gelen ve güven veren bir doktorla anlaşmak en doğrusu değil mi?

Ben ne yaptım?

Mete’nin sol böbreğinde milimetrik bir dolgunluk vardı. Bu dolgunluğun takibi idrar kültürü ile yapılıyordu. İki aylıkken başladık idrar kültürlerine. Git hastaneye, pipiye torba bağlasınlar, bekle ki Mete Bey işesin. Hop tam işedi derken torba kaysın, bu idrar işe yaramaz tekrar bekleyin desinler, tekrar torba takılsın. Tam işedi derken aynı anda kakasını da yapsın, hadi başa dönelim. Hastanede boş yere geçen saatler… Sonra Mete’nin

böbreğini takip eden doktor, sünnet ettirmemizi, böylece çocukları idrar yolu enfeksiyonundan koruyabileceğimizi söyledi. Nasıl olsa yaptıracağız, çocuklar küçükken yaptıralım dedik ve başladık doktor araştırmaya. Profesöründen fenni sünnetçisine kadar pek çok kişiyle görüştüm.

Sonra bir arkadaşım şu bilgiyi paylaştı: Bir sünnetçinin unvanından, nerede çalıştığından ziyade önemli olan ne kadar çok sünnet yaptığıdır… Bizi, sünnet meselesini kendine iş edinmiş bir uzman doktorla tanıştırdı. Anlattıkları bana mantıklı geldi, kendisi de güven verdi.

Sonuçta çocukları Alisklamp yöntemi ile, onlar bilgisayarda çizgi filme kitlenmişken, lokal anestezi ile sünnet ettirdik. O kadar görüşme sonunda o kadar rahatlamıştım ki, sünnet olurken çocukların elinden tuttum ve sünnetin her aşamasını izledim. Hastanede olsaydı sanırım beni ameliyathaneye almazlardı.

Evdeki ilk gecemiz biraz sıkıntılı geçti. Çişleri geldiğinde ağlayarak uyandılar, sonra tekrar uykuya daldılar. Üçüncü günün sonunda her şey normale dönmüştü. Sonunda Mete ve Tuna 15 Ekim 2011'de 6 aylıkken sünnet oldular. Eve gelince onlara "Hadi bakalım abi oldunuz artık" dedim, birkaç gün de "Mete abiii, Tuna abiii" diye seslendim. Meğer çocuklar zaten abi olmuşlar!

O tarihte Name'ye hamile olduğumu ben de bilmiyordum.

Püf Noktaları

- İyi araştır. Sana güven veren doktoru bulana kadar araştır.
- Kamera ve fotoğraf makinesi hazırda bulunsun, ileride arkadaşlarıyla geyiğini yapabilsinler, ama pipiyi çekme tabii.
- Sakin ol, anne sakinse bebek de çoğu zaman sakin oluyor.
- Eğer oğlunla ilgili bir idrar yolu enfeksiyonu sorunu yaşıyorsan, doktorunuzla sünnet meselesini konuş.
- Nasıl olsa yaptıracaksınız, size en az sorun yaratacak zamanda yaptır, geç.

Sıkıcı Tarafı

Her ne kadar bu ülkedeki bütün erkekler aynı tecrübeyi yaşasa da sonuçta yavrunuzun vücudundan bir parça kesiyorlar.

Eğlenceli Yanı

Komik işte canım, sonuçta bütün olay küçücük bir pipide geçiyor.

Senden naber?



Kocaman popon, şişmiş suratın, sarkan göbeğin ve süt akıtan göğüslerinle çok çekicisin bebeğim…

Hadi amaaa, hiçbir hamile ve lohusa kadın kendini güzel hissetmez. Kendini suçlama, senin elinde olan bir şey değildi o kadar kilo almak. Az yiyebilirdin, diyecekler.Hayır yiyemezdin. Dikkat edebilirdin, diyecekler. Hayır edemezdin. Kolaysa kendileri hamile kalsın. Dikkat et, daha önce çocuk doğurmuş hiçbir kadın sana az ye demez. İçinde nasıl bir yeme isteği var, bilir. Ve sonra şişersin işte. Karnın şişer, kalçaların şişer, kolların genişler, bacakların saçmalar ve ayakların şişer. Sonra yüzün arı sokmuş gibi olur. Yüzünün yarısını kaplayan kocaman bir burnun olur. Bebek gidince kiloların da gideceğini sanırsın, inanırsın. Sonra bebek çıkar bedeninden, kilolar kalır. Bebek görmeye gelenler “Aaaaa bi tane daha mı var yoksa karnında?” derler sırıtarak. Dehşete düşüren bu espri karşısında, hakkını verir dehşete düşersin.

57 kiloydum. Sadece 57 kilo. Mağazaya gider, her kıyafetin 36 bedenini alır, kabine girer ve fermuarı çekerdim. Sonra hamile kaldım. Zannettim ki filmlerdeki hamile kadınlar gibi olacağım. İncecik beden, kocaman göbek.

Sonra kış geldi. Üşütmeyeyim diye fanila almaya gittim.Kaç beden dedi kadın. Yani normalde small giyiyorum ama siz bana medium verin, hamileyim dedim. Ben size XL vereyim, dedi kız. Yok deve, dedim içimden, ama dışımdan nazikçe teşekkür edip medium aldım ve çıktım.

Sonra ilk ay 6 kilo aldım. Sonra 6, sonra 8… Sonra 10… Ne olduğunu anlamadım. Yedim. Her şeyi yedim. Lahana turşusu gördüm manavda. Bir bidon lahana turşusu aldım. Bidonun kapağını açamadım. Lavabonun içine koydum bidonu. Kesmeye çalıştım bıçakla. Bir yerinden bir delik açabilirsem turşuya bir şekilde ulaşırım sandım. Beceremedim. Açılan küçücük delikten foşur foşur turşu suları fışkırmaya başladı. Mutfağa oturup ağladım. Sonra kapı çaldı, apartman görevlisi sipariş için gelmiş. Kapıyı üstüm ıslak, gözlerimde yaş, elimde bir bıçak ve turşu kokusuyla açtım. Ben açarım bidonu dedi, girdi ve açtı. Sonra sakinleştim, yedim, yedim, yedim. Sonra lahana turşusunun üstüne baklava yedim. Ve XXL fanila giydim, hem de erkek bedeninden.

40 kilo aldım. En son tartıldığımda 96 kiloydum. Ve doğuma daha bir ay vardı. Sonra tartılmadım, dahasını ruhum kaldırmadı. Kadına benzemeyi geçiyorum, insana bile benzetemiyordum kendimi. Saçlarım uzadı, sakallarım çıktı. Kardeşim bana abla yerine abi demeye başladı. Hormonlar dedim. Bir yerde okumuştum, hormonlar yapıyor bunu, dedim. Hamile bir kadın normal bir kadının üç yılda salgıladığı hormonu bir günde salgılıyormuş, o yüzden dedim. Hormonların üstüne attım. Sonra doğdular. Karnımın içinde tuhaf bir boşluk oldu ve bedenimden sadece 10 kilo gitti. Geriye iki bebek ve 30 kilo kaldı.

Bebekler 1 aylıkken markete gittim. Pasta reyonunun önünde gelen misafirlere ikram etmek için kurabiye bakıyordum. Reyon görevlisi bir kurabiye uzattı. Al kızım dedi, hamilesin canın çeker. Kadının kafasını kopartmak istedim. Almadım kurabiye falan, hâlâ almıyorum oradan. Küstüm.

Sonra bir şeyler olmaya başladı. Sanki her hafta bir kilo gidiyordu vücudumdan. Sadece çocuklardan birini kanguru ile göğsüme asıp birkaç saat yürüdüm dışarda. Sonra yavaş yavaş eridi kilolar. Dedikleri doğruymuş dedim, 9 ayda alınan kilolar 9 ayda veriliyormuş gerçekten.

Çocuklar 6 aylık olduklarında 6 kilo fazlam vardı. Eh dedim, ikiz doğum yaptım o kadar olsun… Ve takkkk! Name’ye hamile kaldım. Şimdi dedim, yandın kızım, gene kilo alacaksın ve bunu asla veremeyeceksin. Nitekim aldım. 75 kilo ile doğum yaptım. Doğumdan sonra eve geldim, tartıya çıktım, 75 kiloyum! Laaayyyynnnnn diye bağırdım, hata var!!!! Name 3

kilo doğdu, suyunu, tuzunu, gazını düş, bir 5 kilo olsun gitmez mi! Gitmedi. Nasıl oldu anlamadım. Çocuk doğdu gene 75 kiloyum.

9 ay bekledim, 9 ayda alınan kilolar 9 ayda verilir diye avundum. 9. ay bittiğinde kendime geldim. Az yemeye başladım, hareketlerimi artırdım ve o kiloların hepsini geri verdim.
96 kiloyu gördüm. Sonra 75'te seyrettim bir süre. Ve şu anda doğumlardan önceki kilomdayım. 57 kiloyum. Mağazaya gidiyor, 36 bedeni alıyor, kabine giriyor ve fermuarı çekiyorum! Ben fazladan aldığım 40 kiloyu veremeden, tekrar hamile kalmış biri olarak bunu başardıysam herkes başarır. Hadi git şimdi kendine bol kalorili bir şeyler söyle. Canını da .öt göbek için sıkma.



Çalışsam mı, çalışmasam mı?

Hamile olduğunu bir arkadaşına söyledin… Çok sevindi. Sanki bir şey bulabilecekmiş gibi saçma sapan bir davranışla karnına bile dokundu. Cinsiyetini sordu. Söyledin. İsmini ne koyacaksınız diye sordu. Henüz karar vermedik diyeceksin -ki muhtemelen son güne kadar karar veremeyeceksin- bir sonraki soru şu olacak: Eeee işi bırakacaksın herhalde. Bak, bırakacak mısın değil, bırakacaksın herhalde. Sen ne dersen de, göbeğini gören toplum işi bırakmanı bekler. Doğum izni alabilen devlet memurları! Hadi siz bu sayfaları hızlı hızlı bir geçin. Bana patronuna hamile olduğunu nasıl söyleyeceğini bilemeyen özel sektör çalışanları, döndüğünde bir işinin bile olup olmayacağının garantisini göremeyen meslek sahipleri gelsin.

Eğer sen çalışmadan da ailenizin giderlerinin karşılanabildiği bir düzeniniz varsa elbette ki bebeğe sen bak. Ama gözünü seveyim şunlara dikkat et:

- Geceliğini yataktan çıktığın anda çıkart ve doğru düzgün giyin. İşe gidiyormuş gibi olmasa da dışarı çıkıyormuş gibi, öyle olmasa da en azından eve biri gelecekmiş gibi. Seni öğlen saat üçte dizleri çıkmış pijamalar ve kusmuk kokusu ile görürsem gerçekten üzülürüm.
- Hamilelik ve lohusalık hormonları yüzünden çıldırmış kaşlarını ve bıyıklarını düzenli olarak aldır, aynen işe giderken yaptığımız gibi.
- Saçlarını tara, işe giderken yaptığın gibi. Hadi canım kim işe giderken atkuyruğu yapar ki?

Uzatmayayım, izlenimlerimi söylüyorum. Tempolu bir iş hayatından çıkıp, kendini bir ya da iki çocukla aynı evde bulan kadın eninde sonunda bu miskin hayatın pençesine düşer. Ben düşmem diyene saygı duyarım. Fakat en kötü tecrübemi paylaşacağım. Okuduktan sonra ne hissedersin bilmiyorum ama düşüncelerimi en güzel anlatan örnek bu, yazmasam çatlarım: Benim henüz çocuğum yokken, bir arkadaşım doğum yaptı.Diş hekimiydi ve hamileliği sırasında işi bıraktı, ihtiyaçları yoktu ve evet çalışmayacaktı. Doğumdan birkaç ay sonra ziyaretine gittim. Yanımda bebeğini emzirdi, göğsüne bir tel saç düşmüş ve bebeğin ağzına girmek üzere. Duuurr dedim, saç var göğsünde. Bana ölü bir balığın gözleriyle baktı ve "Yoook o benim göğüs kılım" dedi.(Yüzünü tahmin edebiliyorum sevgili okuyucu, affet beni.)
İşte o gün dedim ki, yazık arkadaş, çocuk sahibi olacağım diye insan kendine bunu yapamaz.

Ben ne yaptım?

Ne yapıcam çalıştım. İkizlerin doğumundan 20 gün sonra, Name'nin doğumundan 10 gün sonra işe başladım.

Çalışan anne olmanın zorluklarını sıralayacaktım ama 3000 maddeyi kim okumak ister ki? Avantajlarını yazayım belki daha çok ilgini çeker.

- Aldığın kiloların hepsini olmasa da büyük bir kısmını günlük koşuşturmacanın içinde verirsin. Olmadı mı, elbisenin içine korse giyer, gizlersin. Bıngıldayan bir göbeğinin olduğunu çok rahat saklarsın.
- Her gün ister istemez şık giyinir, kendini daha güzel ve daha iyi hissedersin. (Marangoz, musluk tamircisi falan değilsen tabii.)
- Makyajını yapar, saçını tarar ve evden çıkarsın.
- Çocuğunun fotoğrafını çerçeveletip masana koyar ve arada bakıp da gülümseyen insanlar zümresine dahil olursun.
- Hayattan kopmaz, iş arkadaşların ne bileyim dizilerden, filmlerden, kitaplardan, haberlerden bahsederken sen de onlara katılır, bir süreliğine çocuğunun nasıl da tatlı olduğunu, ne şirinlikler yaptığını anlatmaya ara verirsin.

- Ve çocuğunu çok özlersin. Akşam eve gittiğinde de sımsıkı sarılır, birlikte nitelikli birkaç saat geçirirsin.

Hepsi bir yana kendini işe yarar hissedersin. Eninde sonunda bu çocuk büyüyecek ve okula başlayacak. Ve bu, kreşe vermediğinizi düşünürsek en fazla 6 yıl sürecek. 6 yıl sonra evde tek başına ne yapacaksın? Her altı yılda bir doğururum dersen bilemem tabi.



Meraklı insanlarla başa çıkabilmenin yolları

Çocuk seni topluma yakınlaştırır, ciddi söylüyorum bak. Göbeğini gören kadın, değişik bir yüz ifadesiyle sana gelir ve kaç aylık diye sorar. İçinden, sana ne, sen mi doğuracaksın demek gelir, ama diyemezsin, mecburen 3, 5, 7 bir şeyler söylersin cevaben. Bu kadın seni tanımıyordur. Otobüste, asansörde, avm'de, market kasasında, banka kuyruğunda, kitapçıda, mağazada vs. tesadüfen karşılaşmışsınızdır.

Cevabı alır almaz, ikinci soru gelir. Sen bir balıksın onun için, ilk soruyla yemi yuttun, devamı gelir. Kız mı, erkek mi der? İçinden, sana ne, hediye mi alacaksın demek gelir, ama diyemezsin, mecburen söylersin. Çekip gitmez. Devam eder. İlk bebeğin mi? diye sorar. Söylersin. Bebek doğsa da kurtulsam dersin, ama boşuna. Aynı teyzeyle başka yerde kucağında bebekle karşılaşırsın. Gene sorar kaç aylık diye. Gene söylersin. Kesin, seninkiyle yaşıt bir torunu, kızı, komşusunun kızı, yeğeni falan vardır, başlar onu anlatmaya. Allah uzun ömürler versin der, arkanı dönersin. Amaaaaa eğer bebeğin ikizse bu kadar kolay kurtulamazsın. Çünkü olay boyut değiştirmiş, merak edilecek konu sayısı ikiye katlamıştır.

O meraklı kadın, gözlerini kısıp hafiye gibi gelir ve kısık sesle "Tüp bebek mi?" diye sorar. Niye? Çünkü ikizler genelde tüp bebek olur. Evet, dersen ayrı; hayır, dersen ayrı sorular vardır cebinde. Hayır, dersen kurcalar

meseleyi. Ailede var mıydı, diye sorar. Evet, benim tarafımda da, eşimin tarafımda da vardı dersin, susar. Hayır, dersen, bittiğinin resmidir.

Sorun kimdeydi, kaç yıl olmadı, kaç kere denediniz, aşılama denemediniz mi, hangi doktora gittiniz, kartı varsa verir misin, der ve konunun nerede biteceğini Allah bilir. (Bir keresinde öyle cüretkar bir kadınla karşılaştım ki, bana benim de ikizlerim var ama tüp bebek değil, çok şükür kendiliğinden oldu, dedi! Aferin size, hadi gidin bi daha yapın, demek geldi içimden, lanet olsun yine diyemedim.)

İkizlerin menşei ile ilgili sorular bitince, tek yumurta mı çift yumurta mı sorusu gelir. Yaaaavvvv sana ne, demek gelir içinden, diyemezsin, mecburen söylersin. Belli, zaten benziyorlar ya da benzemiyorlar, der. Bebek arabasına doğru eğilip sever çocukları, kafayı kaldırıp gözleri pörtletip, “Bakmak zor oluyor mu” diye sorar. İçinden, gelip yardım mı edeceksin, demek gelir ama diyemezsin, oluyor tabi, ama bakıyoruz şükür, dersin. Sonra çocuklara bakar ve “Üçüncüyü yapmazsın herhalde” der. Ve işte o zaman ben ona, “Hahahaaaa yaptım bile, üçüncü evde, hadi bas git” derim…

Tabi ki içimden derim. Aslında vakti zamanında aldığım kişisel gelişim eğitimlerinin birinde, şunu öğrenmiştim: Biri size cevabını vermek istemediğiniz bir soru sorduğunda cevap vermek yerine, ona kibarca, “Niçin öğrenmek istiyorsunuz?” diye sorun. Yüksek ihtimal cevap veremez ve konuyu değiştirir. Gerçekten de öyle olur. Fakat hiç yapamadım. Ayıp olur diye sorulan her soruya cevap verdim. İçimden başka, dışımdan başka…



Pişt, depresif misin, bana mı öyle geldi?

İnanılmaz kilo almış, sonra onları geri verememiş, üstüne üstüne gelen hormonlarla baş edememiş, hiç beklemediğin bir anda bir ya da iki ya da üç çocuk sahibi birden olmuş, sorumluluklarına dünya kadar sorumluluk eklenmiş, uykuların bölünmüş, fena halde çarpılmış, işini doğru düzgün yapamaz olmuşsun, yaşamın alt üst olmuş ve ilginç bir şekilde herkes senden normal davranmanı bekliyor.
Mümkün mü? Elbette değil. Depresyona gireceğin varsa girersin. Seni tetikleyecek bir şeyler olur ya da olmaz. Bazen de girecek fırsatın bile olmaz, çünkü kendini unutursun. Bana öyle oldu. Hamile kalmadan önce, hatta kafamda çocuk sahibi olmak gibi bir düşünce bile yokken, bir arkadaşımın hamilelik ve lohusalık depresyonuna yakinen şahit oldum. Bir gün evlerine gittiğimde onu bir kavanoz bal ve kucağında bebekle buldum. Emziği bal kavanozuna batırıyor sonra da ağzına tıkıyordu. Oysa malumun, bebeklere bir yıl bal verilmez.

Bu bilgiyi nereden öğrenmişim o zaman bilmiyorum, elinden bebeği de kavanozu da aldım. Oturup ağladı. Sarsılarak ağladı. Ben böyle istemiyordum, dedi. Birkaç yıl geçti, hamile kaldım. Ve hamileliğim boyunca onun gibi olmaktan çok çok çok korktum. Hatta psikoloğa gidip, hamileyim depresyona girmekten çok korkuyorum, dedim. Korkma, girersen çıkartırız, dedi, güldük. Ama hep içimde bir yerlerde bu korkuyla yaşadım.

Davranışlarım elbette ki normal seyretmedi. Daha az güler, daha çok şeye ağlar, daha çok düşünür, daha çok dalar, daha çabuk sinirlenir ve daha çabuk başkalarına çamur atar oldum. Üst üste yaşadığım iki hamilelik, lohusalık ve iki yıl içinde sahip olduğum üç çocukla hep depresyonun kıyılarında dolandım durdum.

Aşağı biraz baksam, birkaç bir şey daha olsa, düşüverecektim ama gündelik hayata tutunmak için çok çaba sarf ettim. Yine de davranışlarım ikizler 2 yaşına geldiklerinde ancak normale döndü diyebilirim. O uçuruma düşmemek için; daha önce yapmaktan zevk aldığım şeyleri elimden geldiğinde yapmaya devam ettim.
Okumak iyi geliyor, bunu biliyorum örneğin. Bu alışkanlığımı hiç bırakmadım. Çocukları sallarken, emzirirken, çorba karıştırırken, onlar oyuna dalmışken okudum. İşe çabuk başladım, normal yaşamdan uzaklaşmamaya gayret ettim. Bölünen uykularımın, uykusuzluğumun çaresi yoktu. Erken yatmayı tercih ettim. Ve her öğle arası, başımı koltuğumun kenarına yaslayıp 15 dakika uyudum. Nefes almak için bir şeyler yaptım.

İlk bulduğum fırsatta kendimi dışarı attım. Name'nin hamileliğinde o kadar çok yürüdüm ki, nerdeyse parkta doğuracaktım. Keyif verecek şeylerden elimi eteğimi çekmemeye çalıştım. Çocuklar oyun oynayabilecek kıvama geldiklerinde günlerim daha eğlenceli geçmeye başladı. Hafta sonu ormanda çamurda sürünürken, her akşam doktorculuk, tamircilik, çöpçülük, futbol, top savaşı vs. oynarken depresyona nasıl gireceksin ki?

Yine de, söylemeden geçemeyeceğim, benden yapmam gerekenin üstünde bir normallik bekleyen, destek olmak yerine eleştirmeyi tercih eden, dinlemek, yardımcı olmak ya da tepkisiz kalmak yerine sanki üç çocuk dünyaya getirmemişim de eve üç tane kedi yavrusu almışım gibi normal hayatıma devam etmemi bekleyenlerin bu tuhaf tavırlarına anlam veremedim.

Zaman zaman, hakikaten depresyonda mıyım acaba, depresyona girdim de ben mi fark etmedim diye düşünmeme sebep olan arkadaşlarım oldu. Bunun için yine aynı doktora gittim; hani depresyona girmekten korkuyorum dediğim doktora. Sizce girmiş olabilir miyim, ben fark etmiyor olabilir miyim, dedim. Kızdı, yeter ama bir şeyin yok dedim ya, git çocuklarınla ilgilen, işine bak,kimseyi de umursama, dedi. Öyle yapmak için elimden geleni yaptım, hâlâ yapıyorum. İşte böyle. Söyleyebileceğim tek şey, seni

kimsenin, hiçbir şeyin, hiç kimsenin üzmesine izin verme, çocuğuna sarıl ve gülmek için bahaneler üret. Unutma, sen düşersen, bebek yukarıda kalmaz.

Büyüyor mu ne?



Tazecik mevsim yeşillikleri eşliğinde az yağlı dana kıyma ve sotelenmiş organik sebzeler ile hazırlanmış tatsız tuzsuz ek gıdalar…

Buraya kadar iyiydi tabi, dayadın çocuğun ağzına acıkınca memeni ya da biberonu, o da lıkır lıkır içti, az zamanda çabucak doydunuz kalktınız. Sonra bir gün doktoru, artık ek gıdaya geçebilirsin, dedi. Heyecanlı bir süreç, hemen mama sandalyesi almaya gittiniz, bir tane de önlük, bebek kaşıkları, layla layla laylaaaa… Bir kabağı, bir havucu, bir patatesi haşlayıp püre yaptın. Doktorun dediği gibi, ilk bir yıl tuz yok, yağ yok. Ohhh mis gibi püre oldu. Aaaaa noldu, yemiyor mu? Yemez tabi. Bi kaşık at bakalım kendi ağzına sen yiyecek misin? İğrenç.

Ek gıdaya başlamak hakikaten bir macera. Hangi ayda ne verileceğini doktorlar söylüyor zaten. Bazı doktorlar 4. ayda başlatırken bazıları 6. ayda başlatıyor. Artık hangisine denk gelirsen onu dinlersin.

Yemekleri blender’dan geçirerek verme, dediler. Ben ne yaptım?

Diyorlar ki, altı aylık bir bebek ağzının içinde ezilmiş yemeği gezdirebilir. Bizimkiler gezdiremediler. Öğürdüler. Yediklerini de çıkarttılar. Zaten zor olan yemek yedirme işi bir de kusmuk temizleyerek daha da zor hale geldi.

Blender’dan geçirince gayet güzel yediler. Bir süre sonra, hakikaten ağzında yemek döndürebilir hale gelince ezerek vermeye başladım. Bence önce bir ezerek vermeyi dene, baktın olmuyor çek blender’dan gitsin. Bir sürü derdin var zaten, bir de onu mu düşüneceksin?

İlk bir yıl yemeklere tuz koyma dediler. Ben ne yaptım?

Yemin ederim ilk zamanlar tuzsuz vermeyi denedim, ciddi söylüyorum, gerçekten denedim, hemen pes etmedim. Yemediler arkadaşım, yememeyi bırak suratıma tükürdüler. Sonra bir tutam tuz, azıcık ama, tam da tencerenin üzerinden geçerken elimden düştü, kazara oldu, ama artık düşmüş de bulundu... Bir gün öyle vereyim ne olacak dedim. Yediler. Mucize gibiydi. Sanki tuz değil de sihir tozuymuş mübarek. Sonra hep öyle işte kazara azıcık düşürdüm. Tuz yemeyeceğiz diye çocuk kabaktan, patatesten, etten, tavuktan da mı mahrum kalsın yani? Sen de işte önce tuzsuz denersin, yerse ne âlâ, yemezse elinden kayıversin birazcık tuz.

Sevmedi diye vazgeçmeyin, dediler. Ben ne yaptım?

Hah, işte burada bak kendi hakkımı yemem. Sevdirene kadar uğraştım. On beş gün süre ile farklı farklı çorbalar yaptım. Beğenilerine göre çorbalara not verdim. Tavuk suyuna şehriye 5, domates çorbası 3 vs. Sonra buna göre menüler oluşturdum. Sekiz dokuz tane çok sevdikleri çorba oldu ve dönüşümlü olarak yediler.

Meyveyi püre yapın, meyve suyu vermeyin, dediler. Ben ne yaptım?

Onu da denedim. İkizler onu da yemedi. Suyunu sıktım, içtikleri şey cennetten gelmiş kutsal bir içecekmiş gibi huşu içerisinde içtiler. E şimdi çocuk sevdi, vermeyecek miyiz? Name püreyi daha çok sevdi, ona püre verdim. Doktorla inatlaşmıyoruz herhalde, çocuk yiyorsa öyle veriyoruz, yemiyorsa kendi bildiğimizi yapıyoruz.

Evde kendiniz yapın, hazır mamaları almayın, dediler. Ben ne yaptım?

Çocuklar evdeyken elbette kendim yaptım. Ama dışarı çıkmışsak, bir kavanoz mamanın ne zararı dokunur ki? Doktora sordum: Ne zararı dokunur ki? Şöyle dedi: Sonuçta kendi yaptığın yemeklerin içine koyduğun sebzeyi marketten alıyorsun, nereden geldiği belli değil. O mamaların içindeki sebzeler en azından organik! Hahahaha istediğim cevap. Sonuç olarak yemeği kendim yaptım, arada sırada kavanoz mama verdim. İnan bana kavanoz mama, çantanın içine dökülmüş sebze çorbasından daha pratik.

Yoğurdu kendiniz mayalayın, dediler. Ben ne yaptım?

Bunu da yaptım. Hem de hatasız. Tam puan alabileceğim belki de tek konu. Küçük cam saklama kapları aldım. Her sabah kalkar kalmaz onların içine mayaladım. Hatta ilk bir yıl devam sütü ile mayaladım, sonra normal inek sütü ile yaptım. Hâlâ her gün taze yoğurt yapıyor ve yediriyoruz. Yoğurt önemli, onu atlamayın. Çünkü en kolay bunu yiyorlar. (Yalan söyledim, tam puan alamam. Bazen Tuna yemiyor, içine azıcık toz şeker koyuyorum. Azıcık ama, bir çay kaşığı. (Yalan, tatlı kaşığı, ama küçük tatlı kaşığı)).
Yoğurt yapma makinesi aldım. Dünyanın en gereksiz icadı listesine tepeden düşermiş. Geri verdim.

Yemeyen çocuğa zorla yemek yedirme önerileri:

Yemek güzel, blender’dan geçirdin, tuzunu kattın, karnı da aç ama yemiyor. Yemez. Bir sebebi yok. Çocuk çünkü. Bu dünyaya senin istediklerini yapmayıp seni delirtmek için gönderilmiş. Misyonu bu. İşte o zaman ne yapacaksın?

- Mama sandalyesi oyuncakları var. Silikonlu, mama sandalyesine yapışıyor ve çocuk onunla oynarken yediriyorsun. Ama en fazla üç öğünü kurtarıyor. Ertesi gün yüzüne bile bakmıyor.
- İlginç objeler kutusu hazırla. Mama sandalyesinin yanında hazır bulunsun. Sıkıldıkça değiştir ve yemek bitene kadar devam et.
- Ona çorbanın içine ekmek doğramayı öğret. O küçücük parmakları ile o ekmekleri kopartana kadar sen yemeğini

yedir.

- Saklama kabının içine bir miktar su koy ve onunla oynasın. Arabasını yıkayabilir, içine çörek otu atıp yüzdürebilir, bebeğini yıkayabilir, artık canı ne istiyorsa onu yapsın. Suyla oynamak çocukların hoşuna gidiyor. Üstü ıslanıyor ama karnı doyuyor.
- Havalar güzelse parkta yedir. Bakınırken neler olup bittiğini anlamıyorlar.
- Babasına söyle karşısına geçip agucuk, bugucuk, dürürürürü gibi sesler çıkartsın, çocuk onu izlesin. Sen bakma ama. Soğursun kocandan. Tanrım bu o mu? dersin.
- Eline bir tablet bilgisayar ver, o transa geçmişken sok kaşığı ağzına ve hızlı ol, transtan çıkmadan bitir.
- Tüm bunlara rağmen yemiyor mu? Bırak. Ne hali varsa görsün. Acıkınca gelir.

Püf Noktaları

- Yaz sebzelerinden dondurucuya hazırlayıp koyabilirsin. Buzdolabı poşetlerinin içine hazırlanmış bir pişirimlik domatesler, bezelyeler, taze fasulyeler kışın da iş görüyor.
- Tavuk suyu ve et suyu her çorbaya lezzet katıyor. Ben organik tavuk alıp kaynatıyorum. Sonra pet bardakların içine bir kepçe tavuk suyu ve birkaç parça tavuk eti koyuyorum. Ağzını streç film ile kapatıyorum ve buzdolabında donduruyorum. Bir çeşit tavuk bulyon. Pet bardaklar içindeki su donduğunda kolaylıkla kırılıp yırtılıyor. Çocuk için yaptığın yemeğin içine bir tane salıyorsun, güzel oluyor.
- Tarhana bizim için hayat kurtaran bir çorba oldu. Bir kere çok besleyici. Ve çocuklar çok sevdiler. O yüzden versiyonlarını türettik. Kıymalı tarhana, sütlü tarhana, brokolili kıymalı tarhana. Onları tarhanayı sevdiklerine pişman edecek kadar çok alternatif ürettim. (Hatta saçmalayıp içine bir tane de yumurta kırıyorum bazen.)

- Tavukları ve etleri birer köfte büyüklüğünde kesip streç film ile sararak derin dondurucuya koyabilirsin.
- Haftalık bir beslenme planı yapabilirsin. Böylece bir haftalık menüde, et, balık, tavuk, sebze, tahıl hepsinden olur. Örneğin, yoğurt çorbası olduğu gün ayrıca yoğurt koymazsın, onun yerine meyve suyu ya da püresi eklersin menüye. Her gün bir de çocuğa ne pişireceğim derdi olmaz. Ben aylık menüler hazırlıyorum. Kreşe başladıkları andan itibaren kreşin menüsünü de dikkate alarak oluşturmaya başladım ki, aynı gün iki kez aynı yemeği yemesinler. Yazık.

Bak şimdi çok hassas bir noktaya değineceğim. Çalışıyorum ve çocuklarla az vakit geçiriyorum, ilgilenemiyorum diye vicdan yapıyorum ya, bir ara psikopata bağladım iyice. Sabah erkenden kalkıyor, herkes uyurken mutfağa giriyordum. Kahvaltılarını, sütlü tarhanalarını, öğlen çorbalarını, ikindi tatlılarını hazırlıyordum ve güne öyle başlıyordum. Anne olarak görevimi yapmış olmanın inanılmaz huzuru… Sonra bir gün sabahın 6'sında uykulu gözlerle çorba karıştırırken içimden bir ses şöyle dedi: "Psikopat mısın kızım sen? Yatıp uyusana. Çocuk yediği yemeği kimin yaptığını bilmiyor ki! O ne yediğine bakar, kimin yaptığı kimin umurunda." Gayet mantıklı geldi. Ocağı kapattım, gittim yattım. O tarihten itibaren çorbalarını annem ya da bakıcıları, artık evde kim varsa o yaptı. Dur bakayım bu konuda başka neleri konuşabiliriz. Heh, kaşık… Plastik kaşıklar var, metal kaşıklar var, bir de silikon kaşıklar var. Biz silikon kaşık kullandık, bebeğin ağzını da acıtmıyor. Ne alaka, niye acıtsın ki? diyebilirsin, deme, o kaşığı ağza sokmak çok kolay olmuyor. Metal kaşığı tercih etmedim.

Doktor meyveleri rendelerken cam ya da porselen rende kullanın, metalle meyve temas etmesin demişti. Metalle oradan bir husumetim var. Meyve sularını önce öyle porselen rendelerle yaptım. Az içiyorlardı. Küçük biberonla veriyordum. Sonra lıkır lıkır içmeye, ıhh ıhhh demeye başladılar ki bu onların dilinde "bidaha" demek oluyor, benim porselen rende iş görmez oldu. Kolum kopuyordu iki yudum meyve suyu hazırlayacağım diye. Meyve suyu sıkacağı denen o müthiş aleti keşfettim.

Meyve suyundan önce su var tabii. Bebek anne sütüyle besleniyorsa zaten ekstra su vermiyorsun. Ama eğer mamayla besleniyorsa su içiyor. Ek gıdaya başlayınca daha çok su veriyorsun. Yok, içi yandığından değil, yemekten sonra ağzını temizlemek için. Bir de bitki çayları var. Toz halinde bitki çaylarını görürsün markette. Onlar bir alternatif tabii. Ben ıhlamur kaynatmayı tercih ettim. İçine de bir kaşık pekmez koyuyordum. Özellikle kış aylarında her gün içirdim.

Sonra öbür ek gıdalar var. Hani şu çok tatlı olanlar. Renkli ambalajlarda satıyorlar hani markette, adına çikolata, çubuk kraker, balık kraker falan diyorlar. Bir kere tanışınca aşık oluyorlar ve asla unutmuyorlar. Ne kadar geç tanışırlarsa o kadar iyi. Sonuçta tatlı bir şeyler yemek onun da hakkı. Sütlaç, muhallebi, portakallı pelte vs. yapıp yedirirsin. En büyük sıkıntı, birlikte dışarıya çıktığınızda yaşanıyor. Mecbur eline oyalanacak bir şeyler veriyorsun. Ben ilk başlarda evde kurabiye yapıp, arabaya da koyuyordum, ya da yanımda götürüyordum. Sonra yemek yeme işini ilerlettiklerinde ceviz, kuru üzüm, dut kurusu vs. almaya başladım yanıma. Bazen çok ideal anne oluyorum. Çocuklarıma kurabiyeler yapıp yanımda götürüyorum, cevizler, kuru yemişler, ohhh mis gibi.. Bazen de amaaan diyorum, çikolata da yemeyecekse ne anladım ben bu çocukluktan. Açıyoruz bir paket çikolatayı, gömülüyoruz hep birlikte.

Ve nihayet üç yaşı gördük. Hayat her anlamda değişti. Yemek işi de düzene girdi. Yemek masasındaki sandalyelere rahat oturabilecekleri ve kemerli yükselticiler aldık. Güzel servis altlıkları, renkli tabaklar, bardaklar, çatallarla masayı gayet cazip hale getirdik. Tabii ki yemek masasının altındaki halıyı kaldırdık. Eğer köpeğimiz Cingıl bizimle yaşıyor olsaydı, eminim hayatının en mutlu günlerini geçiriyor olurdu. Akşam yemeklerini ve kahvaltıları birlikte, sohbet ederek geçirmeye gayret gösterdik. Küçücük elleriyle döke saça kendileri yediler. Yemek istemezlerse yemediler, ama masadan kalkmama kuralıyla. Zaten kalkamazlar, kemerle bağlılar hahahaha.

:(Sıkıcı Tarafı

Yemez, döker, püskürtür, ağlar, elini mama tabağına sokup çıkartır, her taraf çorba olur.

Eğlenceli Yanı

Bazen yer, dökmez, püskürtmez, elini mama tabağına sokmaz, seninle aynı masada oturur ve bir aile gibi yemek yersiniz. Ama bu bazen olur. Bazen, yani yılda bir kez falan.

Hariçten
Gazel

Biz niye böyleyiz? Niye hiçbir şeyde ayarımız yok?

Hamileliğimizde… Sanki dünya üzerindeki son hamile insan bizmişiz, nesil artık bizden devam edecekmiş gibi davranmak niye? Oysa bak etrafına, yüzlerce, binlerce insan bebek bekliyor. Tamam güzel bir duygu; ama o kadar.

Doğumda… Onca telaş, onca panik, bunca hazırlık niye? Oysa aynı anda kim bilir kaç kadın belki de çok daha zor şartlarda bebeğini dünyaya getiriyor. Kimisi bir tarlada, kimisi evde tek başına, kimisi bir köyün sağlık ocağında, kimisi hapishanede akıl almaz şartlarda… Tamam zor bir mesele; ama o kadar.

Bebeği büyütürken… Dünyanın en başarılı, en parlak zekalı, en yakışıklı ya da en güzel, en, en, en… potansiyelini yetiştirme isteği niye?

Yok abi, benimkiler normal olsun. Kendilerine bahşedildiği kadar zeki, o kadar başarılı, o kadar güzel, ama biraz daha iyi, biraz daha mutlu, biraz daha merhametli olsun.



İyi ki doğdun, çok yoruldum!

Bir sene ne de çabuk geçti. Şimdi kutlama zamanı. Elbette bebeğinin ilk yaş doğum gününü kutlayacaksın. Her kutlamada olduğu gibi burada da hayal gücünde sınır yok.

Bir gün işim gereği yolum dijital baskı yapan bir yere düştü. Çalışanlar harala gürele, üstünde bir bebeğin fotoğrafı olan renkli bir şeyler kesip yapıştırıyorlar. Ne olduğunu sordum. Bir müşterinin oğlunun 1. yaş günü dediler. Özel olarak tasarlanmış ve üzerinde oğlanın fotoğrafı olan davetiyeler, balonlar, pet bardaklar, su şişeleri, kaşıklar, şapkalar, amaaan neler neler. Bir doğum günü için bunları yapıyorlarsa, bu çocuğun düğününü düşünemiyorum diye konuştuk bir arkadaşımla.

Hayal gücünde sınır yok ama bir gerçek var: İlk doğum gününde çocuk o kutlamadan hiçbir şey anlamıyor, partiyi siz karı koca kendinize veriyorsunuz. Gelen davetliler sizin davetliniz, gelen hediyeler sizin beğeninize göre alınmış hediyeler… Hiçbir şey anlamadığı gibi o kalabalıktan da huzursuz oluyor. Bütün gözler onun üzerinde, herkes kucağına almak istiyor, herkes öpmeye çalışıyor ve çocuk bir yandan ağlıyor… Ve sonunda alıp odasına götürüyorsun.

Bence ilk yaş gününü pek de abartmamak lazım. Çok yakın akrabalar ve birkaç aile dostu… Sakin ve bebeği bunaltmayacak bir kutlama ve bol bol fotoğraf…

Sonraki yaşlar daha keyifli. Her yıl davet edilecek çocuk sayısı artıyor ve çocukları mutlu edecek etkinlikler düşünmen gerekiyor. Onlara özel kurabiyeler, pastalar, süslemeler hem senin çocuğunu hem de arkadaşlarını mutlu eder.

Doğum günü hazırlıkları konusunda sevgili dostum Neslihan’la anlaşamıyoruz. Ben doğum günlerinin çocuklar için yapıldığını düşünüyorum. Gelen anne babalar da neticede yemek yemeye değil doğum günü pastası kesmeye geliyor. O yüzden pastanın yanına birkaç çeşit tuzlu yiyecek ve kurabiye hazırlamak bana yetiyor. Neslihan’ım 12 çeşitten aşağıya düşmüyor. Ben doğum günü masasını hazır örtüler, kağıt tabaklar, kağıt bardaklar ve plastik çatal bıçaklarla donatıyorum.

Rengarenk bir masamız oluyor. O en güzel yemek takımlarını çıkartıyor. Doğum günü bittiğinde ben masa örtüsünü dört ucundan tutup içindeki her şeyle birlikte çöpe atıyorum, o bir saat bulaşık yıkıyor. Tamamen tercih meselesi, hangisi sana uyuyorsa.



İnsanlık için küçük, bebek için büyük bir adım

Bu çocuk milletinden anne babanın beklentisi hiç bitmez. Önce, hadi artık doğsa, dersin, doğar. Aaah bir kırkı çıksa, dersin, çıkar. Bir gülmeye başlasa, dersin, bakar, güler. Bir otursa, dersin, oturur. Bir emekleyeme başlasa, dersin, emekler. Bir yürüse, dersin, yürür. Bir otursa, dersin, bir otursa, ahhh birazcık otursa, ne olur azıcık otursa, oturmaz! Yürümenin tadını alan insan evladı bir daha oturmaz…

Oturabilmesi, emekleyebilmesi, sıralayabilmesi, yürüyebilmesi için bu küçük insanlara biraz destek çıkmak gerekiyor. Oturan ve emekleyen çocuğa sınır koymak için oyun parkları iyi. Örneğin, sen mutfağa gittiğinde bebeği oyun parkının içine bırakabilirsin, yanına da birkaç oyuncak verirsin. Muhtemelen on dakika sonra ağlar. Ama olsun. Sen mutfaktayken parmağını çekmeceye sıkıştırıp ya da sandalyeyi tepesine düşürüp ağlamasından ya da hâlâ kaldırmadıysan süs bitkilerinin yapraklarını yiyip kusmasından daha iyidir.
Emekleyen bebekler için emekleme yardımcısı oyuncaklar var. Oyuncak önden gidiyor, seninki peşinden. Ama emekleme konusunda çok çabuk hız kazanıyorlar, oyuncağı kim takar. Onun emeklediği sürelerde senin hijyen mevzuuna biraz daha dikkat etmen gerekiyor. Sonuçta çocuk elleriyle yürüyor. Aynı zamanda diş de çıkarttığı için elleri hep ağzında. Sonra ishal oluyor; olur tabi, pis. Bebek sıralamaya başladığında (sıralamak da neyse) nerede sıraladığına dikkat et. Koltuklar bu işler için ideal. Ama mesela orta sehpayı önermem. Sonuçta henüz ayaklarının üzerinde tam olarak

duramıyor ve tak diye çöküyor. O çöküş anında çenesini vuruyor ve minicik dişleri dudağını kesiyor.

Yürüme yardımcısı oyuncaklar keyifli. Bu iş için çocuğun tutup itebileceği arabalar, bisikletler falan var. Elinden tutup yürütmek bir çözüm tabi. Ama arabayı kendisi kullanıyor. Güven meselesi… Yürümeyi çözdükten sonra yapabileceğin bir şey yok. Bebek mağazalarında, dışarıya çıktığınızda kullanalım diye, çocuklar için tasmalar satılıyor. Eşim aldırmadı, bu çocuğa bir çeşit hayvan muamelesi yapmakmış. Bence fonksiyon açısından bebek arabasından ya da kangurudan bir farkı yok. Çocuk yürüsün ama ipler senin elinde olsun. Bence alışveriş merkezinde ya da yolda yürürken çocukla kovala, yakala, elimi tut, sana elimi tut, dedim, yavrum elimi tut oynamaktan daha iyi fikirdi.

Çocuklar genellikle bir yaşına geldiklerinde ufak ufak adımlar atmaya başlıyorlar. Ama bak sana ne anlatacağım: Name 16 aylıktı ve tek bir adım atmamıştı. Emeklemiyordu da üstelik. Poposunun üstünde hareket ederek istediği yere gidip gelebiliyor. Name, bu hızlı hareket kabiliyetini, emeklemek, sıralamak, yürümek gibi bir rutine uymaya tercih etti. Grip aşısı için doktora gittiğimizde Name'nin yürümüyor olması üzerine konuştuk. Bana kalsa 18 ayı beklerdim.

Doktorumuz gelin birtakım tetkikler yapalım, gözden bir şeyi kaçırmayalım, yürümüyor, tutunup kalkmıyor, emeklemiyor, kendi kendine olduğu yerde dönemiyor, bu işi bir araştıralım dedi. Doktorumuza çok güvenmiyor ve sevmiyor olsam, sanırım konuyu birkaç ay daha sallardım. Tamam, dedim, söyleyin ne yapacağız? Çocuk nöroloğu görsün dedi. Ama Cumhurbaşkanı görsün deseydi muhtemelen daha kolay randevu alırdım. Üç ay sonrasına randevu veriyorlar.

(Hastane değil, muayenehane!) Ruhumdaki bütün sevimliliği sesime yansıtarak o gün için randevu almayı başardım. Bir sürü kan ve idrar tahlili istediler. Erkek çocuktan idrar numunesi almak nispeten kolay, poşeti takacak bir şey var sonuçta! Ve fakat kız çocuklar için durum çok zor. 5 gün laboratuvara gittik geldik. Sonunda yeterli miktarda idrarı verdik. Kemik gelişimini görmek için film çektirdik vs. Oldukça zahmetli bir tetkik sürecinden sonra bir sorun olmadığını gördük. Sakin çocuk, hareketi de sevmiyor. Bu olaydan on gün sonra ufak ufak adımlar atmaya başladı.

En nihayetinde yürüdü. 17 aylıkken adımladı, 18'inde yürüdü, 20-21'de hızlı yürümeye başladı, 2. yaş gününü beklediğimiz günlerde kendisinin maratona hazırlandığını düşünüyorduk. Çocuğum içine atmış yürüyemediği günleri. Hani çocuğa bezi bıraktırırsın, emziği bıraktırırsın ya, Name de yürümeye başlayınca bebek arabasını bıraktı. İkizlerde bebek arabasını daha uzun süre kullanmıştım, öyle gezmek biraz daha kolay oluyordu. Fakat Name'yi mümkün değil oturtamıyoruz.

Bir yere gittiğimizde bizim elimizi tutmak yerine abilerinin elini tutmayı tercih ediyor. Nereye gittiğinden emin olmayan, adımlarını birbirine uyduramayan, daha kendini kontrol edemezken kardeşini kontrol etmek zorunda kalan el ele tutuşmuş üç küçük insan yürüyor önümde. Sürekli düşüyorlar, kalkıp yeniden el ele tutuşabilmeleri hayli zaman alıyor, bir anda dağılıyorlar, sonra tekrar birleşiyorlar falan. Ne yalan söyleyeyim, bazen hayvanlara özeniyorum. Doğuruyorlar, birkaç saat sonra yavrularını arkalarına katıp istedikleri yere gidebiliyorlar, yavrucuk tıpış tıpış anasını takip ediyor. Arkadaş, 3,5 yıl oldu hâlâ önüme katıp, durun, dikkat edin, düşmeyin, demeden gönlümce gezemedim!

Eeee kim bakacak bu çocuğa?



Hadi bakalım, bakıcı bakalım

Neler Bekliyor?

Eğer ben çalışmayacağım, bebeğime kendim bakacağım, yardıma ihtiyacım olduğunda da annemden destek alacağım diyorsan, bu bölümü atla. Zira okuyacakların senin canını sıkmaktan başka bir işe yaramayacak. Türkiye'de işsizlik oranı yüksek, mutlaka bebeğime bakacak iyi birini bulurum diye düşünüyor olabilirsin. Hatta bebek ve hasta bakıcılığı için Türkiye'de yaşayan yaklaşık bir milyon yabancıyı da göz önüne alırsan şansın epey yüksek görünüyor. Ha ha, bulursun!

Bebeğine en iyi bakacak kişi sensin, bunu zaten biliyoruz. Eğer çalışman gerekiyorsa, senden sonraki en iyi alternatif sana bakan, seni büyüten kişi, yani annen. O da olmuyorsa ve mutlaka bir bakıcı bulmak gerekiyorsa seyreyleyin cümbüşü…
Bakıcıyı eşe dosta haber salarak, internete veya gazeteye ilan vererek ya da danışmanlık şirketleri aracılığı ile bulabilirsin. Ülkemizde danışmanlık şirketleri maalesef profesyonel olarak hizmet vermiyorlar, verenlerin de sayısı çok az. Bu şirketlerin bazıları, çalışanın maaşından kesinti yapıyorlar. Dolayısıyla çalışanlar, iş bulana kadar şirkete bağlı çalışıyorlar, sizinle çalışırken bir yandan bağımsız olarak iş arıyorlar. Bulduklarında da hem size, hem de danışmanlık şirketine güle güle... Moldovalı, Gürcistanlı, Türkmenistanlı, Azerbaycanlı, Vietnamlı bakıcı adayı çok fazla. Fakat hiçbirinin çalışma izni yok, dolayısıyla böyle bir tercih yapacaksan kaçak işçi çalıştırmayı göze alman gerekiyor.

Ya da çalışma iznini alacağım diyorsan, halihazırda ülkemizde bulunmayan ya da yeni gelmiş birini arayıp bulman gerekiyor ki, buraya gelebilsin. Yabancı uyruklu çalışanların diğer bir sorunu da dil meselesi. Ülkemizde iki üç yılını geçirmiş olanlar epey güzel Türkçe konuşuyorlar ama yeni gelenlerle öyle birbirinize bakıp gülmekten öte geçemiyor iş görüşmeleriniz. Diyelim ki çalışma izni meselesi tamam, Türkçeyi de konuşuyor, her şeyi hallettiniz. Evet, işlerini gerçekten çok iyi yapıyorlar. Görev tanımlarını biliyor ve koşulsuz uyuyorlar. Fakat unutmayın, onlar buraya memleketlerini ve ailelerini bırakıp para kazanmak için geldiler. Eğer çalışanınıza bir akşam telefon gelir ve “20 dolar fazla para verecek başka bir yer buldum, çalışır mısın?” sorusuna jet hızıyla cevap vererek evinizden uçarak uzaklaşırsa hiç şaşırmayın. Hele ki, “Olur mu canım 20 dolar için şu kadar günlük hatırımız var, hiçe sayılır mı?” gibi Türk düşünce biçimine hiç dalma, çıkamazsın.

Yatılı bakıcının sorunları ayrı, gündüzlü bakıcının sorunları ayrı. Eğer gündüzlü bir bakıcı çalıştırmayı düşünüyorsan, evinize yakın bir mesafeden birini bulmanda fayda var. Uzak olup da, olsun ben gelirim, benim için yol sorun değil, söylemlerine kanma. İlk etapta paraya ihtiyaçları olduğu için yol sorun olmuyor onlar için. Ancak üç dört ay düzenli maaş alındıktan ve durumları düzeldikten sonra, aynı yol bir anda soruna dönüşüyor. Sonuçta sabah trafiği belli olmuyor, elinde bebek şık şıkıdım kapının önünde bakıcı gelsin diye beklerken görebildin mi kendini? Evi yakın birini bulduğunda da, öğlen 5 dakka eve gidip gelebilir miyim? sorusuna, en baştan kendini hazırlamanda fayda var.

Gelelim yatılı bakıcıya. Eğer Türk ve yatılı bakıcı arıyorum diyorsan, sana kolay gelsin. Birinin sizin evinizde yatılı olarak çalışmayı kabul etmesi için, geride bırakacak bir evi olmaması lazım. Bu adayların profili şöyle:

Feleğin sillesini yemiş, kocasından çekmediği kalmamış, dayaktan düşünme yetisini kaybetmeye yakın eşinden boşanmış aday: Ben bu adayları hiç değerlendirmedim. Çünkü, her gün televizyonlarda eski eşi tarafından rahatsız edilen ve kocasından fellik fellik kaçan onlarca kadının acı hikayesini dinliyoruz.

Ne yalan söyleyeyim, bu azılı kocalardan birinin kapımıza dayanıp çocuklarıma zarar verme ihtimalinin dehşeti, ihtiyaç sahibi bir hemcinsime el uzatmanın vereceği huzura baskın çıktı.

Hiç evlenmemiş, ailesi yanında yaşamaktan bıkmış, kendine bir liman arayan orta yaşlı aday: Diğer aday grubuna göre nispeten iyi. Fakat evlenmemiş olmayı mesele edinmemiş ve iletişim problemi olmayan biri olmasına dikkat et. Ben denedim ve müthiş bir iletişim problemi olan, işini iyi yapan ama sorunlarıyla beni gerçekten zıvanadan çıkartan bir bakıcımızla 9 ay geçirdik.

Çocuklarını üniversiteye göndermiş, eşini yıllar önce kaybetmiş, çocuklarını okutmak için yatılı bir iş arayan cefakar anne: Bulursan hiç kaçırma. Sizin çocuklarınıza da kendi çocukları gibi bakacağından emin olabilirsin.

Vaktiyle ekonomik durumu çok iyi olup, hiç çalışmamış, sonra ekonomik krize yakalanmış, kocasının işleri bozulmuş, işleri toparlayana kadar ailesine destek olmak adına yatılı çalışabilecek aday: Olabilir, ama bir daha düşünün. Ona iş yaptıramazsınız, rica edersiniz, o da isterse yapar. Sen ne söylersen, ben vaktiyle şunları giyer, buralarda gezer, bu senin verdiğin paraya tenezzül bile etmezdim monologlarına ya da en azından imalarına hazırlıklı ol.

Bu işi meslek olarak edinmiş ve profesyonel olarak bakıcılık yapan, ne iş yapıyorsunuz soruna göğsünü gere gere, ben eğitimli bir çocuk bakıcısıyım diyen aday: Böyle bir aday yok, varsa da kimseye görünmemiş, gören olduysa da kendisi kapmış ve bir daha hiç bırakmamış.

Ben ne yaptım?

Süreç içerisinde bir sürü adayla görüştüm, defalarca gazete ilanı çıktım. İlk gazete ilanımda ölçütlerim gayet açık ve netti.

- İkiz bebeklerimiz için yatılı bakıcı
- Bebek bakımında deneyimli
- Tercihen ikiz bebek bakmış
- Yatılı kalma problemi olmayan
- Kesinlikle sigara kullanmayan
- 45 yaşını aşmamış
- Bebek bakıcılığını meslek olarak gören bakıcı aranıyor.

Emin olabilirsin ki, ilk cümle dışında hiçbir maddeyi okumuyorlar. Aldığın 10 telefonun dokuzu, “Aaaa yatılı mı, ben onu görmemişim” diye

sonlanıyor. Hepsi telefonda deneyimli, yüz yüze görüşünce “yeğenlerime baktıydım”dan ibaret. Bir yılın sonunda çıktığım ilan ise şundan ibaretti: Yatılı Bebek Bakıcısı Aranıyor.

Çeşit çeşit bakıcımız oldu. Sonunda ihale anneme ve babama kaldı. Hep bir yatılı bakıcımız oldu, ama annem babam hep bizimle birlikteydi. Bizim evde hayat ancak böyle düzene girebilirdi. Sonuç itibariyle 4 oda bir salon evde 8 kişi yaşamaya başladık. Annem, babam, Mete, Tuna, Name, ben, eşim ve bakıcımız… Sonra kreş yaşına geldiler ve düzen değişti. Bir bakıcı ve üç çocukla yeni bir hayat biçimi kurduk.
Buradan;

- Boşandığınız eşinizle sorunlu mu ayrıldınız? sorusuna: Yoook, bi sorun yok, beni bıçakladı sonra ayrıldık, cevabını veren 1 numaralı adaya,
- Boşandığınız eşiniz çalıştığınızı biliyor mu? sorusuna: Hayır, zaten hapiste o, altı aydan önce çıkamaz, beni bulamaz, cevabını veren 2 numaralı adaya,
- Bakıcı ücretleri 1000-1500 TL arasında seyrederken 4500 TL maaş isteyen ve “Benimle görüşmek isterseniz Polatlı’dan Ankara’ya taksi paramı karşılayacaksınız” diyen yamyam teyzeye,
- “60 yaşındayım ama beni mutlaka bir gör kızım, çok dinç ve dinamiğim” deyip kıramadığım ve görüşmeye geldiğinde bir kat merdiven için, “Çıkamam ben, sen iniver” diyen hanımefendiye,
- “Yatılı bakıcı arıyormuşsunuz, gündüz mü yatacam akşam mı yatacam” diye soran yatıcı ablaya,
- “Evden kaçtım, eşim ve çocuklarım var, onlarla görüşmüyorum, dostumla yaşıyorum” diyen cesur hanıma selamlarımı iletiyorum. Dilerim iş bulmuşsunuzdur.

Püf Noktaları

Eş dostla çözemiyorsan, gazeteye ilan ver ve doğru kişi olup olmadığı konusunda sezgilerine güven. (Ben süreç içerisinde birkaç bakıcı değiştirdim, evet. Ama bu onların kötü oldukları anlamına gelmiyordu.

Zamanla anlaşamadık. Hedef çocuklara iyi bakılmasıysa, hepsi elinden geldiğince bunu yaptı.)
Ölçütlerini belirle. Herkesten bebek bakıcısı olmaz. Örneğin, 50 yaş üstü adayları değerlendirme, bebek bakmak zor zanaat, istediğin verimi alamazsın. 27 yaş altını değerlendirme, bebek bakmak ciddi iş, o ciddiyeti bulamazsın.
Aday görüşmelerinde bir not defteri edin ve hepsinin telefonunu ve özgeçmişini not et. Geri dönüp birkaç ay sonra tekrar araman gerekebiliyor. En azından elindeki veri tabanını bakıcı arayan arkadaşlarınla paylaşırsın.
Kesinlikle sigara içmediğinden emin ol. Sen içiyor olsan bile, o içmesin. Çocuğun günün büyük bir kısmını onunla geçirecek.
Bakıcıdan ne bekliyorsan, bunu net olarak ifade et. Hatta yazılı olarak ver. Hadi iyisin, arkadaki ekler bölümünde bakıcı el kitabımı paylaşıyorum, sen kendine göre revize edersin.
İşe başladığında onun için bir özlük dosyası oluştur. Fotoğrafını, kimlik fotokopisini ve ikametgahını iste.

:(Sıkıcı Tarafı

Tam alıştım, istediğim gibi bakıyor derken, tam çocuğunuz ona alışmışken, tam her şey yoluna girdi derken başa dönüyor olmak çok sıkıcı. Çocuğunu başkasına teslim ediyor olmak çok sıkıcı. Her şey çok sıkıcı.

:) Eğlenceli Yanı

Aday görüşmeleri gerçekten çok eğlenceli. Yukarıdakiler sadece birkaçı.



Kreş fikrini ortaya atan ilk insanın heykelini dikmek istiyorum!

Mevzunun buraya geleceği belliydi. Günümüzde her çocuk eninde sonunda kreşe gider. Gider. Gider gider. Tamam hepsi değilse bile %99'u. İyi tamam istatistik veriler vermeyelim, büyük çoğunluğu. Şimdi oldu mu? Ve her anne çocuğunu kreşe vereceğinde kaygı duyar.

Bir gün eski bir arkadaşım aradı ve sen çocuklarını kreşe verdin, şu an çok zor durumdayım, kaygılıyım, karar veremedim, sen ne dersin? dedi.

Diyaloğumuzu aynen olmasa da hatırladığım kadarıyla yazıyorum.

— Kim bakıyor çocuğa?
— Ben bakıyorum.
— Evin işini kim yapıyor?
— Ben yapıyorum.
— Sen duş alırken falan kim bakıyor çocuğa?
— Uyutuyorum, o arada, koştura koştura yıkanıyorum.
— Evde el işi çalışması yaptırıyor musun?
— O ne?
— Yani oyun hamuru falan.
— Aaaa yok, onları ağzına atar.
— Boya yapıyor mu? Kalem olur, patates baskısı vs.
— Yok canım, ortalık batar.
— Senden başka kimse var mı evde, kimleri görüyor?
— Arada sırada babaannesi dedesi geliyor, o kadar.
— Başka çocuklarla oynuyor mu?

— Aman herkes çalışıyor, akşam da eşim yorgun oluyor, genelde kimseyle görüşmüyoruz.
— Televizyon izletiyor musun?
— Hayır.
— Televizyon izletiyor musun?
— Biraz.
— Televizyon izletiyor musun?
— Açmayıp da napıcam Şermin, bütün gün evdeyiz, nasıl eğleyeceğim ben çocuğu, açıyorum tabi.
— O zaman kreşe ver, o arkadaşlar edinsin, onlarla oynasın, oyun hamurlarıyla oynasın, paylaşsın, sosyalleşsin, televizyon izlemesin, sen de gir ve rahat bir banyo yap.

Aslında hakikaten böyle. Bir yerden sonra ona yetemeyeceksin. Karı koca işi bırakıp onunla ilgilenseniz bile yetemeyeceksiniz. Çünkü ev küçücük bir dünya, her şeyi tanıdı ve bitti. Huzursuzlanmaya başladı, dışarı çıkmak istiyor, öğrenmek, denemek istiyor, ee hava her zaman güzel olmuyor ki, ne kadar dışarıda gezeceksiniz. Bakıcınızın olduğunu ve evde bakıcıyla birlikte kaldıklarını düşünelim. Lütfen bana bütün gün çocuğa televizyon izletmediğinin garantisini ver.

Ben ne yaptım?

İki yaşından önce kreşe çocuk verilemeyeceğini kimden duydum ve inandım bilmiyorum. En son bakıcımız da firar ettiğinde, ikizler 22 aylıktılar ve kreşe başladılar. Birkaç kreşten randevu aldım ve kreşleri dolaştım. Size ne hissettirdikleri önemli değil mi? Kreşi gezerken bende uyandırdığı duygulara baktım, içime en çok sinen yerle de anlaştım. Bir haftalık bir oryantasyon sürecinden sonra kreşli oldular. Ve düzenimiz tamamen değişti. Bak neler oldu.

- Mama sandalyesine asla oturmayan ve yattıkları yerden yemek yemek isteyen çocuklarım, kuzu kuzu mama sandalyesine oturdular.
- Tuna’ya üç kişilik bir animasyon ekibi gösteri yapardı yemek yesin diye, yine de canımızı okurdu. Kreşe başladı ve yemek yemeye başladı. Kreşte ilk öğrendiği sözcük “köfte” oldu.

- Eskiden her uykuları geldiğinde uyurlardı. Bazen kısa kısa günde 3 kez uyudukları olurdu. Kreşte düzen değişti, her gün öğlen aynı saatte uyumaya başladılar ve dolayısıyla gündüz uykuları düzene oturdu.
- Akşam yorulmuş olarak eve geldiler ve ben bir çocuktan “uykum var” cümlesini duyan seçilmiş annelerden biri oldum.
- Başka çocuklarla oynamayı öğrendiler. Başka çocukların da bulunduğu ortamlarda “anneeeee” diye tepemde oturmak yerine gidip onlarla oynamayı, kavga etmemeyi ve kavga etseler bile çözüm üretmeyi öğrendiler.
- İki kardeş aynı oyuncakla oynamak istediklerinde ve kavga geliyorum dediğinde, birbirlerini beklemeyi öğrendiler. “Benim sürem doldu, al kardeşim” diyebilecek kadar paylaşmayı öğrendiler.
- Kreşe başlamadan önce ellerini biz yıkıyor, üstlerini biz giydiriyor, yemeklerini biz yediriyorduk. Böylece tertemiz geziyorlar ve karınlarının tamamen doymuş olduğundan emin oluyorduk. Sonra kreşe başladılar ve Denver testlerinden çaktılar. Çocuğunuz ellerini kendisi yıkayamıyor, yemeğini yiyemiyor dediler. Üzüldük, ama bir dakika biz bunları hiç yaptırmadık ki, izin vermedik, dedik. Verin, dediler, verdik. Şimdi kendileri yapıyorlar.
- Spor yapıyorlar, el işi çalışmaları yapıyorlar, parka gidip yaprak toplayıp kreşte yaprak inceliyorlar, masada yemek yiyorlar, yemeklerini kendileri yiyorlar vs.
- Bir sorumluluk duygusuyla büyüyorlar. Sabah kalkılacak, yüz yıkanacak, süt içilecek, kıyafetler değişecek, annenin ve babanın hazırlanması beklenecek, birlikte yola çıkılacak…
- Hepsini bir kenara bırakın, bütün bir hafta boyunca hiç televizyon izlemiyorlar. Sadece bu yetmez mi?

Ve Name henüz daha 14 aylıkken kreşe başladı. Göreceksin korkmanı gerektirecek hiçbir şey yokmuş.

Püf Noktaları

- Evet kreşleri gez, içine sinen yeri tercih et. Ama lütfen evine ya da işine yakın bir yer olsun. Ulaşımın daha kolay olur, çocuğu servisle değil kendi aracınla götüreceksen çocuğun arabada geçireceği vakit daha az olur. Bu daha az çocuk ağlamasına ve çocuk kakası kokusuna maruz kalman anlamına gelir. İşine yakın olursa, gelip geçerken uğrayıp camdan ya da kameradan izleme şansın olur.
- Kreşe verme yaşına dikkat et. Çok erken vermek istemeyebilirsiniz, ama çocuk büyüdükçe onu göndermek için ikna etmeniz zor olabilir. Sonuçta hangi çocuk her istediğinin yapıldığı, kral ya da kraliçe gibi yaşadığı (bak prens, prenses demiyorum, olay daha aşmış), annesinin pervane gibi etrafında dolandığı, istediği zaman çikolata yiyebildiği, televizyon izleyebildiği bir yerden çıkıp da kuralların olduğu bir dünyaya gitmek ister ki?
- Sınıfları hangi yaş gruplarına göre ayırdıklarına dikkat et. 1,5 yaşındaki çocuğu 3 yaş grubunun sınıfına dahil edecek kurumla işin olmasın örneğin.
- İlk haftalarda kreşe bırakılan çocukların geneli ağlar. Bu gözyaşlarına kanma. Üzülürsün elbette, ama ne var yani, dilenmesi için cami avlusuna bırakmıyorsun. Sonuçta yaşıtları ile birlikte oynayabileceği güvenli bir eğitim kurumunda o. Çocuğun bunu bilmiyor ama sen biliyorsun. Derin bir nefes al, çocuğunu bırak ve uzaklaş. Ve o okula güven…

Sıkıcı Tarafı

Hafta sonları açık değiller:) Hadi canım, kreşe güvenen, çocuğunun mutlu olduğunu gören bütün anneler, en azından cumartesi de açık olsaydı diye düşünüyor, saklamayın. Neee, sadece ben miyim?

Eğlenceli Yanı

Senin küçücük gördüğün oğlun ya da kızın bir gün sana kendi yaptığı kağıt kalplerle süslenmiş bir el işi çalışması getirdiğinde, ezberlediği bir şiiri okuduğunda, kreşe giderken birlikte şarkı söylediğinizde çok eğleneceksiniz.

Çocuklu hayat…



Hey küçük tamirci, çek ellerini arabamdan…

Neler Bekliyor?

Eğer bu satırları okuyorsanız muhtemelen ilk çocuğunuzu bekliyorsunuz ya da yeni annesiniz. Evleneli birkaç yıl olduğunu farz edelim. Aman ne güzel bir eviniz var. Oturma grubunun rengiyle perdelerin uyumuna bayıldım. Berjerin üzerindeki küçücük puantiyeler ile tablodaki desenler birbirini nasıl da tamamlamış. İyi günlerde oturun.

Aaaa o da ne? Yerde mavi, yeşil, kırmızı ve cart pembe renklerden oluşan bir oyun halısı. Sizin caaanım halının üstüne kumaşçıdan mobilyaların renklerine uygun bir kumaş kestirip seriverin de kusmuk olmasın, hadi canım. Hem sizin ufaklık yerde tekerlenirken halıdan bakteri, toz, akar artık neyse, kapmamış olur, hem de sık sık toplayıp yıkamaya gelir, içiniz rahat eder. Şu berjeri azıcık köşeye itin, oraya ufaklığın salıncağı konacak, hani şu kendi kendine sallanan, değişik sesler çıkartan, orasından burasından hayvancıklar fışkıran. O ne be? Kaldır güzelim, o köşedeki servet ödediğin aksesuarları. Çocuk bu çarpar, devirir Allah korusun. Onu kaldır, yerine bi hacıyatmaz oyuncak koy, iyi oluyor tutunuyor, kalkıyor, emeklerken işe yarıyor. Şu büyük parça araba, kamyon, aktivite masası, etkinlik zımbırtısını falan da balkona koy. Koltuğun altında saklanan arabaları, televizyon ünitesinin altına kaçan minik parçaları, çekmecelerden taşan oyuncakları bi kutuya topla diyeceğim ama boş ver. İş işten geçti artık,

oyuncaklar evi istila etti. Evinin ilk hali ile son hali arasındaki 7000 farkı kim bulabilir ki?

Ben ne yaptım?

Sunay Akın diyor ki, “Gelişmiş, uygar ülkelerde oyuncaklar çocuklara hayalleri güçlensin diye alınırken, geri kalan ülkelerde oyalansın diye verilir. Oyuncakları çocuklarına hayalleri büyüsün diye alan ülkeler dünya yönetiminde söz sahibi olurlarken, oyuncakların önemini anlayamayan, küçümseyen toplumlar onların kapılarında oyalanmaya mahkumdur.” Bu sözün üzerine ben ne diyebilirim ki daha.

Çok oyuncak aldım evet, evimi ev olmaktan çıkartacak kadar çok belki de. Ellerinin oyuncak tutmaya başladığı anı fark ettiğim gibi almaya başladım. Size hangi oyuncak iyidir, yüzde bilmem ne kadarı plastiktir ve zararlıdır, hangileri elzemdir, hangilerine gerek yoktur’u anlatmayacağım elbette. Burada konuşacağımız asıl konu, o oyuncağı nasıl değerlendirdiğiniz. Çocuktan önüne bir sepet oyuncak koyup kendinden geçercesine saatlerce oynamasını beklerseniz, çok beklersiniz. Artık oyuncaklar o kadar karmaşık ki, nasıl çalıştığını, kocaman beyninizle siz bile çözmekte zorlanıyorsunuz. Önce oyuncağı tanıyın, sonra ona tanıtın ve bir süre birlikte oynayın. Keyif alıyorsanız hiç kalkmayın. Ben bazen kendimi oyuna öylesine kaptırıyorum ki, çocukların sıkılıp gittiğini bile fark etmiyorum.

Oyuncak ambalajlarının üzerinde hangi aya ve yaşa hitap ettiği yazıyor zaten biliyorsunuz. Bazen çok severek aldığım oyuncağa çocukların hiç ilgi göstermediği zamanlar oldu. Birkaç ay sonra oyuncağı tekrar çıkarttığımda delirmiş gibi mutlu oldular.

Bu oyuncak milleti güzel olduğu gibi pahalı da. Ben oyuncak toptancısından alıyorum çoğu zaman. Fiyatlar neredeyse %70 daha ucuz. Çok sık gidemeyeceğim bir yerde olduğu için her gidişimde biraz fazla oyuncak alıyor ve balkonda saklıyorum. Çocuklara ara ara çıkartıp yeni bir oyuncak almış gibi yapıyorum. Oyuncak alma işini çocukların zevklerine bırakmıyorum.

Bir çocuğu oyuncakçıya soktuğunuzda ve seçmesini söylediğinizde ne ödeyeceğinizi ve ne alacağınızı asla tahmin edemezsiniz. Evdeki oyuncağın aynısından üç tane daha alıp gelebilir ve eğer almam ben bunu derseniz

kendini yere atabilir. Ben demokratik bir anne değilim. Oyuncakçıda istedikleri kadar kalabilirler. İstedikleri oyuncağı inceleyebilirler. Ama benim istediğim oyuncağı alıp çıkarız. Çok mu kötü göründüm. (Zaten o kadar çok vakit geçirince hepsiyle oynamış kadar oluyorlar. Burada dikkat etmeniz gereken tek nokta: Her hafta aynı oyuncakçıya gitmeyin, eşkalinizi kirletmeyin.)
Mevzu ne aldığınız değil, nasıl oynadığınız. Oyun hamurlarından şekiller yapmaktan bıktılarsa, onlara bir dolap kapağı gösterin, koparttıkları hamurları oraya yapıştırsınlar. Boya yapmaktan bıktılarsa açın bacaklarınızı sizi boyasınlar. Kaliteli oyun için kaliteli oyuncağa ihtiyaç yok ki. Şöyle bir örnek vereyim, bir gün eve büyük boy mukavva kutu götürdüm. Önce içine oturdular ben de kutuya ip geçirdim ve onları gezdirdim, bir çeşit tren gibi düşünün. Sonra kutuları boyadılar. Sonra kutuları üst üste koydular ve sanki çok katlı bir otopark gibi oldu. Arabalarını oraya dizdiler, ben de otopark görevlisi oldum ve her yeni araba için fiş kestim. Eeee araba dizilebiliyorsa orası bir ev de olabilir. Sonra oyuncak bebekleri getirip kutuları bebek evi yaptılar. İçinde bebekler yaşayabiliyorsa o kutuda bir kedi de yaşayabilir mi? Eveeeetttt. Kim kedi olmak ister? Ve akşamın sonunda kutuların içinde miyavlarken uyuyakaldılar.

Püf Noktaları

- Aldığın oyuncaklar yaşlarına uygun olsun.
- Küçük parçalardan oluşmamasına ve parçalanabilir olmamasına dikkat et. Ağzına atmıyor olabilir tamam, ama çok parçalı oyuncakların parçaları kaybolduğunda fonksiyonlarını yitiriyorlar.
- Oyuncakları sakla, bir zaman sonra tekrar çıkartırsın.
- Ortada çok fazla oyuncak bırakma, neyle oynayacaklarını şaşırıyorlar. Adet az olunca kafaları daha az karışıyor.
- Artık oynamadıkları oyuncakları dönem dönem ayıklayıp kaldır. Bir sonraki çocuk için saklanabilir ya da ihtiyacı olanlara verilebilir.
- Çamaşır makinesinde yıkanabilir olanları zaman zaman yıkamak iyi fikir. Plastik ve pilsiz olanları küvete

dolduracağın suyun içine çocuklarla birlikte atmak ve yıkamalarını söylemek de bir yöntem.
- Kendine çeşitli uçlarda bir tornavida seti al. Yok yok oyuncak değil, gerçek. Oyuncakların pillerini takıp çıkartmak için epey bir ihtiyacın olacak. Ve nasıl pil tükettiğinize asla inanamayacaksın.

:(Sıkıcı Tarafı

Tek tek geliyor, masum masum yaklaşıyor, çok çabuk ürüyor ve hızla tavşanlar, arabalar, pelüşler, bebekler, bul-tak kovalar vs. diye gruplaşıyor ve evi istila ediyorlar.

:) Eğlenceli Yanı

Araba tamircisi olmak, oğlumun muayene ettiği bir hasta olmak, yerlerde sürünmek, olmayan balıkları olmayan denizden tutmak, damacanalardan davul yapmak, oyun hamurlarından hiçbir şeye benzetemediğim şekiller yapmak ama çocuklarım, aaa inek oldu, aaa köpek oldu, dediklerinde kendi yaptığım şekillere boş boş bakmak çok eğlenceli.

Hariçten
Gazel
Tek Çocuk... Çok Çocuk...

Üçüncü çocuğum dünyaya geldiğinde bir yakınımız aradı. Tebrik etti. Şok oldum üçüncüye hamile olduğunu duyunca, inanamadım, dedi. Eeee, dedim, senin de üç çocuğun var, neyine şok oldun? Olsun, dedi, o zamanlar öyleydi, şimdi tek çocuk moda… Doğru, şimdi tek çocuk moda... Tek çocuk demek, oyuncakların tamamına, yemeğin en güzel yerine, çikolatanın hepsine ve anne babasına tek başına sahip olacak çocuk demektir. Genel bir kanı olarak tek çocukların paylaşmayı zor öğrendikleri biliniyor. Araştırmalarsa tek çocukların yalnızlık duygusu ile her şeylerini herkesle sorgulamadan paylaştıklarını söylüyor. Sonuç olarak, ikisi de sıkıntılı bir durum.

Kime kaç çocuk yapacağını söylemek bu kitabın işi değil elbette, ama şu duygularıma hakim olamıyorum: Bana öyle geliyor ki, bir çocuğa kardeş vermemek, onun oyun arkadaşını, kavga arkadaşını, birlikte anne babasını çekiştireceği sırdaşını, çocuklarının dayısını, teyzesini, amcasını, halasını ve kuzenlerini, aile albümünün sayfalarını ve söylemek istemezdim ama anne babasını kaybettiğinde acısını aynı oranda hissedebileceği yegane insanı elinden almanız demek.

Bakmak zor, amenna. Ama kendini hazır hissediyorsan, etme eyleme, yap bitane daha...



Ne biçim bir şey bu hijyen!

Hijyennn… Hayatımıza mikrop gibi girip yapışmış enteresan bir kelime. Bir sabah arkadaşım Neslihan'ı işe bırakıyordum. Keyifli, çok keyifli bir sabahtı. Yolda giderken mevzu çocukların hastalıklarına geldi dayandı.

Neslihan dedi ki, çocuklar ne kadar sık hasta oluyorlar artık. Benim çocukluğumda bizim sınıfta bir kız bademcik ameliyatı olmuştu, çok şaşırmıştık. Şimdi bu durum, ne kadar normal algılanıyor ve ne kadar sık yaşanıyor.

Eee, dedim, büyüme tarzlarımız aynı değil. Şimdi çocuklar dış dünyayla kreşe başladıklarında tanışıyorlar. Bizim çocukluğumuz böyle değildi. Akşama kadar sokakta oynuyorduk. Yere düşen bir bisküviyi üfleyerek yiyebiliyorduk. Bunlar bizim bağışıklığımızı güçlendiriyormuş demek ki… Sonra konu eski zamanlarda olup da şimdi yapılması dehşetle karşılanan hareketlere geldi. Bak şimdi hatırlayınca sen de dehşete düşeceksin.

- Hijyenden önceki dönemlerde anneler yere düşen emziği, ağızlarına sokup çıkartıp bebeklere öyle veriyorlardı. Böylece emziği temizlediklerine inanıyorlardı.
- Hijyenden önceki dönemlerde, yine anneler, çiğneme yeteneği gelişmemiş çocuklara katı gıdaları, ağızlarının içinde çiğneyip yumuşatarak veriyorlardı.
- Bu çağlarda çocuklar, anneleriyle her hafta bir kez güne gidiyor ve onlarca kadın tarafından ıslak ıslak öpülüyordu.
- O dönemlerde çekilen fotoğraflar gösteriyor ki, yemek masalarına, masanın her başına birer tane olmak üzere sadece iki su bardağı konuyordu ve aynı bardağı birkaç kişi

kullanabiliyordu! Dahası aynı tabaktan yemek yenebiliyordu.

- Sıvı sabun diye bir şey yoktu. Lavaboda duran ıslak kalıp sabunla eller yıkanıyordu. Ve çocuğun arkasından banyoya giren anneler, sabunun hala kuru olduğunu görüp, ellerini sabunlamamış çocuğu kolayca zımbalayabiliyorlardı.

Neyse ki bunlar hijyen öncesi çağlarda yaşanan şeylerdi ve biz ölmeden bugünlere erişebildik. Hijyen konusunda çok takıntılı olmasam da zaman zaman çağa ayak uydurdum. Buyurun size hijyen manyağı annenin hayatta kalma rehberi… İşaretleniş kutucuklar benim de yaptıklarım. Diğerlerini yapmadım galiba, yapmış da olabilirim, ama yapmamaya dikkat etmişimdir, belki de yapmışımdır, bir gün yapıp bir gün yapmamışımdır. (En azından çocuğu öptürmeme işini yapmadım. Tuna geçenlerde öpücük hastalığı diye bir hastalığa yakalandı. Bir boyun ultrasonu istediler. Sırada beklerken yanımızda oturan kadın, Tuna'yı kucağına alıp belki on kere öptü. Sonra kadın, çocuğun neyi var diye sordu. Öpücük hastalığı dedim! Aaaa, onu nerden bulmuş, dedi. Bilin bakalım, demek istedim, ama diyemedim.)

🧹 Hijyen Manyağı Annenin Hayatta Kalma Rehberi

☑ Biberon, bebek kaşığı, mama tabağı gibi mutfak gereçleri için bebeklere özel bulaşık deterjanları var. Onlardan al. Bulaşık makinesine koymayacaksın tabii ki, elde yıkayacaksın. Her koşulda, bol su ile durulayacaksın.

☑ Yetmez. Kaynatacaksın. Üşeniyorsan, sterilazatör müthiş bir alet. Ondan alacaksın.

☑ Bebekle birlikte girdiğin her odaya bir tane el dezenfektanı koyabilirsin. Ben alt açma sepetinin içine koymuştum bir tane. Önce ellerimi dezenfekte edip arkadaşın kıçına öyle dokunuyordum. Gerçi o tepemize sıçarken aynı nezaketi göstermiyor ama neyse.

☑ Çamaşırlar için elbette ki granül sabun kullanıyor, kuruduktan sonra ütülüyoruz. Yansın mikroplar, yansın kavrulsun.

☒ Hijyen manyağı anne için dünyanın en pis yeri halılardır. Saç kılları var, deri döküntüleri var, maytlar var… Ya her ay halıları yıkamaya göndereceksin, ya elinde halı fırçasıyla gezeceksin ya daaaa halının üstüne kumaşçıdan kumaş kestirip sereceksin. Böylece her hafta kumaşı makineye atar, yıkar, serersin. Ohh mis gibi.

☐ Pelüş oyuncakları makinede yıka. Pilli ve küçük olanları sterilazatöre koy, buharlı temizleyici al, arada sırada eve buhar tut.

☐ Zırt pırt önce kendi ellerini yıkayacaksın. Sonra evdeki diğer yaşayan pis insanları ellerini yıkama konusunda teşvik edeceksin. Sıra bebeğin ellerine gelecek. Tabii ki antibakteriyel sabun, aksini düşünme bile!

☐ Bebeği öpmeye yeltenen insanlara vebalı muamelesi yapacaksın. (İki yaşında oğlu olan bir arkadaşımla alışveriş merkezinde karşılaştım. Yanağından bir makas alayım diye uzandım ki annesi bana, “Yalnız Şermincim öpmüyoruz” dedi. Yavrum öpmeyeceksen neden doğurdun, dedim; ama çocuğa doğru uzanan kollarım ve öpmeye hazırlanan dudaklarımla kalakaldım. İşte aynen böyle yapacaksın. Kural bu: Elletmeyeceksin!)

☐ Hep cepli kıyafetler giyeceksin. Yelek olur, hırka olur, pantolon olur, eşofman olur, mutlaka cebi olacak. Ve o cepte her daim antibakteriyel ıslak mendil paketi bulunduracaksın.

☐ Sigara içen insanları bebeğe yaklaştırmayı geçiyorum, eve bile sokmak yok. Üstüne kokusu siner ve bebeği kucağına alırsa, bitti gitti.

☐ Bebeğe yemek yaparken kullanacağın sebze ve meyveyi saplantılı bir şekilde yıkayacaksın. Tekrar tekrar, ova ova, hah öyle.

☐ Çocuk eşşek kadar olana dek kaynatılmış su içireceksin. Eve aldığın damacana suyu kaynatıp soğutup onu vereceksin. O çocuğun kursağından senin kontrol etmediğin hiçbir şey geçmeyecek.

☐ Parka gittiğinde gözlerin radar gibi olacak. Hasta olduğunu düşündüğün, ellerini uzun zamandır yıkamadığına kanaat getirdiğin çocuklara yaklaşmayacaksın.

☐ Diyelim ki çocuğun arkadaşı geldi, odalarında oynuyorlar, yatağa çıkıp zıplamak istediler. Annesine söyle, önce çoraplarını çıkartıp yeni çorap giydirsin. Yanında yok mu? O zaman zıplamak da yok, hadi canım.

☐ Karşıya bakmak yasak, gözün hep yerde olacak. Emzik arayacaksın. Bulduğun emziği önce yıkayıp sonra kaynatıp sonra kapaklı bir kabın içinde bekleteceksin.

☑ Diyelim ki biberonla süt, mama falan hazırladın. Onu biberonun ucundan tutup da çalkalamaya kalkma, kim bilir neler var ellerinde. Hadi senin ellerin neyse, kesin gün içinde 300 kere yıkamışsındır. Ammaaa ya bir başkası biberonu emziğinden tutarsa?

☐ Evi sık sık havalandır, eğer dışardaki havayı da beğenmiyorsan hava temizleme makinası alacaksın.

Yavrucum, dur delirme! Sen böyle her şeyi düşün, temizlik diye, hijyen diye kendini parçala, kafayı ye, o çocuk iki-üç yaşına geldiğinde sümüklerini yalasın! Böyle bu işler…



Kaza geliyorum demez

Neler Bekliyor?

1. Adım: Bir eczaneye git ve hani şu çocuk kafasını vurup da şişirdiğinde sürülen ve çarpan bölgenin şişip morarmasını engelleyen kremlerden iste.

2. Adım: Güvenlik önlemleri al.

3. Adım: Aldığın kremi uf olan yere sür.

Çünkü sen ne kadar, “Hahahah bütün tehlikeleri ortadan kaldırdım artık bir şey olmaz” desen de o çocuk kafayı vuracak bir yeri mutlaka bulacak. Sonra sinir bozucu süreç başlayacak. Eşin gelecek ve sanki sen çocuğu alıp bile isteye yerden yere vurmuşsun gibi surat yapacak. Ya da sen ona yapacaksın. Sonra bunu psikologla falan konuşacaksınız birlikte, söz vereceksiniz birbirinize çocuğa bir şey olduğunda birbirinizi suçlamayacağınıza falan. Tamam, söz dinleyip hakikaten susacaksınız böyle durumlarda karşılıklı, ama o pis bakışları görebiliyorum şimdiden. Hani şu, gene mi düşürdün çocuğu, o düşerken sen napıyodun? bakışından bahsediyorum. Yani “Olur canım, düşe kalka büyüyecek” cümlesini söylerken attığın bakış, bildin mi?
Tek çocuğum olsa güvenlik önlemlerine bakışım daha farklı olurdu. Evdeki eşyaları kaldırmaz, çocuğa onlarla birlikte yaşamayı öğretebilirdim mesela.

Evde çok çocuk olunca birbirlerine istemeden zarar verme ihtimalleri daha yüksek oluyor. Kendi dengelerini bulamadıkları için sık sık çarpışıyorlar, aynı yerden tutunmaya çalışırken birbirlerini itebiliyorlar, yerde buldukları sert bir cismi birbirlerinin kafasına atabiliyorlar ya da yaramazlık

konusunda birbirlerini gaza getirebiliyorlar. Her koşulda tek çocuğun güvenlik kontrolü üç çocuğa göre daha kolay. Bu kadarına gerek duyar mısın bilmiyorum, ama birkaç bilindik güvenlik önlemini paylaşayım.

- Deterjanlar neden hep lavabonun altındaki o ilk dolapta durur bir bilen var mı? Çocuklar kolay ulaşsın diye olabilir mi? Deterjanları üst raflara kaldır ve çocuklar o deterjanları gerçek fonksiyonlarıyla kullanıp da sana yardım edebilecek yaşa gelene kadar indirme. İçeni var, vücuduna süreni var, gözüne kaçıranı var.
- Mutfakta ocak en tehlikeli yer. Çocuğu mutfağa sokma. Kucağında bebekle mutfağa girip yemek yapmaya çalışma. Gereksiz bir güç gösterisi.
- Yemek pişirmek için en arkadaki ocağı, yani çocuğa en uzak olan ocakları kullanmayı adet haline getir. (Aynı anda 4 tane yemek pişirecek kadar marifetliysen zaten aşmışsın demektir, burayı geçebilirsin.)
- Bıçakları ortada bırakmamayı söylemeye gerek yok.
- Banyolarda klozet kapaklarını kapalı tutmayı alışkanlık haline getir. Hem bakteri patlamasını, hem de yürüyen canavarın kolunu sokup karıştırmasını engellersin. Bu davranışı pekiştirmeye erken başla, amaaaan çocuk yürüyene kadar daha kaç ay var, hele bi yürüsün, falan deme. Klozet kapağını kapalı tutmak acayip bir disiplin gerektiriyor. Bakıcıları bu konuda bin kez uyardım, tuvalete “kapağı kapatmayı unutma” diye yapışkanlı etiket yapıştırdım, gene olmadı.

(Daldan dala konuyorum, bir düzen bir sıra yok. Bu satırları yazarken çocuklar hasta, bakıcı hasta, içeriden öksürük sesleri koro halinde yükseliyor. Gel de kafanı toplayıp doğru düzgün yaz.)

- Çocukların yeni yeni yürümeye başlarken çorapları çok kayıyor. Bunun için altları kaydırmaz tabanlı çoraplardan al. Bu çoraplar öyle her yerde bulunmuyor, bulursan yedekli al.

- Bütün elektrik prizlerini çocuk güvenlikli prizlerle değiştirin. Bunların kapaklı olanları var. Bir arkadaşım kapaklı elektrik prizi yaptırmıştı. Çocukları kırıp atmış. Hatta açılıp kapandığı için çok daha hoşlarına gitmiş. Sonra arkadaşım da o kapakları bantlarla yapıştırmış. Bu sefer de çocuk bandı kemirmiş. Bu hikâyeden sonra kapaklı prizi eledik. Onun yerine içten kilitli prizlerden aldık. Çok enteresan bir şekilde, artık o prizlerin içinde bizim göremediğimiz ne görüyorlarsa, bütün çocuklar günde bir kez gidip o prizleri parmaklıyorlar. En azından prize gittiğinde içiniz rahat olur.
- Köşeli mobilyaların sivri kısımlarına koruyucu alın. Bunlar yapı marketlerde ve çocuk mağazalarında set halinde satılıyor.
- Çocuk milletinin çok ilgisini çeken bir diğer nokta, çekmeceler. Çekmece kilitleri mobilyanın içine vidalanıyor. Biz mobilyalara kıyamadık. Onun yerine çekmecelerin kulplarını söktük. Böylece isteseler de açamadılar. Gerçi biz de açamadık. Kulpları çocuklar büyüyünce takarız dedik, şimdi düşündüm bak, nereye koyduğumu zerre kadar hatırlamıyorum.
- Eviniz merdivenliyse merdiven kapıları faydalı.
- Benim en büyük korkum pencereler. PVC pencere kollarının kilitli sistemleri var. Yakın zamanda tüm pencere ve balkon kapısı kollarını kilitli olanlarla değiştirdik. Evi havalandırdıktan sonra pencereleri kilitliyor ve anahtarı üzerinden alıyorum.
- Televizyon, konsol gibi çekip üzerlerine düşürebilecekleri eşyaları sabitleyin.
- Aman işte ne bileyim, fazla da psikopata bağlamadan, şu da tehlikeli olabilir dediğiniz gözünüze takılan şeyleri kaldırın.



Sıkıcı Tarafı

Alınan tedbirler adamın elini kolunu bağlar. Üst kata mı çıkacaksın merdivenden önce koruma kapısını aç. Pencereyi mi açacaksın, hele önce bir kilidi aç. Çekmecelerle zaten hiç uğraşma. Nasıl oluyor da aldığın tüm

önlemlere rağmen düşüp kafasını çarpacak bir yer buluyorlar, anlamaya hiç uğraşma.

Eğlenceli Yanı

On dakika düşündüm, bulamadım.

Hariçten
Gazel
Bit Pazarına Nur Yağabilir!

Geleneksel yöntemlerden o kadar da kaçmamak gerekiyor sanırım. İkizlere hamileyken Amerikalı ünlü bir çocuk doktorunun bir makalesini okumuştum. Çocukları büyütürken gördüm ki, herhalde anneannem de makale yazsa bunları söylerdi. Diyor ki doktor, bebeği kundakla. Anne karnı sıkışık, dar, bebek buna alışkın. Ona o ortamı sağla, bebek rahatlar. Anneannem diyor ki, kundakla şu çocuğu sıkıca, bak mum gibi oldu, nasıl sustu.

Doktor diyor ki, sallayın bebeği, anne karnı hareketli bir ortam, iyi hisseder bebek kendini. Anneannem diyor ki, ver şu yastığı dizime, heh Name'yi de koy, hadi sen git işine, bak nasıl uyuyor. Doktor diyor ki, bebeği gürültülü ortama alıştırın, anne karnı gürültülü, bebek kendini orada zanneder ve rahatlar.
Anneannem diyor ki, aaaa hiç de sessiz olamam, el kadar çocuk için evin düzeni mi değişsin? Doktor dışarıdan bahsediyor, hava alsın, bebekleri, çocukları dondurucu soğuk olmadıkça her gün mutlaka dışarıya çıkartın. Anneannem diyor ki, sal kızım şunları sokağa, bir şey olmaz sal, biz sizi böyle büyüttük…

İkisinin de bir bildiği var herhalde, ne dersiniz.



Kumandayı gören oldu mu?

En son bebeğin elinde miydi? Geçmiş olsun. Günümüzde hiçbir bilinçli anne çocuğuna televizyon izletmez. Ve günümüzde hiçbir bilinçli anne çocuğuna televizyon izletmeden duramaz.

Bak, ben olması gerekeni anlatmıyorum. Anlattıklarım sadece başına gelecekler. Bebek ya da bebekler evde. Ve sen bütün gün evdesin. Çocuğu tüm gün oyalayacak bir şeyler arıyorsun ve maalesef yetemiyorsun. O televizyon bir kere açılıyor. Ve sonra kendini sabah 7'de çizgi film izlerken görüyorsun. Ben çocuk sahibi olmadan önce, ikizleri olan bir arkadaşıma, "Hayat nasıl?" diye sordum. "Bu sabah saat 5'te çizgi film izliyordum, hayat böyle" demişti. Abartmıyormuş, ben de yaptım. Elimden başka bir şey gelmedi. Kapalı tuttum. Elimden geldiğince izletmemeye çalıştım. İzletmediğim konusunda kendimi ikna ettim. Ama şunu çok merak ediyorum, nasıl oluyor da bütün çizgi filmleri ezbere biliyorum! Belki de ezberim kuvvetlidir, ondandır, olamaz mı?

Kreşe başladık ve televizyon olayı son buldu. Bütün günü kreşte televizyonsuz geçirdiler ve uykuya kadarki iki saatte de televizyonu açmadık, birlikte oynayarak vakit geçirdik. Tabii bu erken uyuyan çocuklar için geçerli. Bence çocukları geç uyuyan ebeveynler için hayatın kuralları yeniden yazılmalı. Onlar için ayıp, günah, yazık gibi kavramlar olmasın. Onlar televizyon izletebilsin, ellerine bilgisayar, cep telefonu, nükleer silah ne buluyorlarsa versinler ve kimse onları ayıplamasın. Bazı geceler nefes alabilmek için, sadece biraz nefes alabilmek için çocuklarına kaşık kaşık uyku ilaçları içerebilsinler ve bu kimseye garip gelmesin.

Hadi gözlerinizi kapatın ve çocuğu gece 12’den önce uyumayan o bedbaht anneler için dua edin.

Gelgelelim hafta sonları var. Hani eskiden saat 10 gibi kalktığın, uzuuun kahvaltılar yaptığın, bacaklarını uzatıp televizyon karşısında keyif kahveni içtiğin, evinde davetler falan verdiğin o hafta sonlarından bahsediyorum.

Vaka Analizi

Bütün hafta çalıştın, yoruldun, eve gelince de bebekle ilgilendin ve nihayet hafta sonu geldi. Evde sana bakan dünya kadar iş ve ıhhh ıııhhh hııı diye mızıklayan bir bebekle karşı karşıyasın. Mevsimlerden sonbahar ya da kış. Hafta sonunu planlıyorsun.

a-Alışveriş merkezine gidip bütün gün çocuğu o havasız ve enerji yüklü alanda tutup boş boş turlayabilirsin.
b-Kayınvalidene ya da annene gidebilirsin.
c-Televizyonu açabilir, çocuk çizgi film izlerken bacaklarını uzatıp bir kahve içebilir ya da eşinle sohbet edebilir ya da camdan dışarıya bakabilir ya da anlamsızca dinlenebilirsin.
d-Hiçbiri.

Hiçbiri dediğim şu:

Çocuk hasta olur diye avm’ye gitmedin. Avm’ye gitmediysen kayınvalidene zaten gitme… Sabahın köründe kalktın sessiz, televizyonsuz ve huzur dolu bir evde sabah sporu yaptın bebeğinle. Eveeet önce kollar, sonra bacaklaaarr… Sonra o sakin ve mutlu bebişi mama sandalyesine oturttun ve şarkılar söyleyerek kahvaltı hazırladınız. Ahhh, kuğu gibi süzülüyorsun mutfakta.

Ne huzuuur… Sonra babayı uyandırıyorsunuz, bebek sana sanki bir oyuncak bebekmiş gibi eşlik ediyor. Hep birlikte pazar kahvaltısına oturuyorsunuz. Sohbet ederek, keyifle kahvaltı ediyorsunuz. Arada bebeğe de masadakilerden uzatıyorsun, kuş gibi besleniyor. Sonra sizinki mama sandalyesinde uyuyakalıyor. Üç saatlik bir öğlen uykusuna yatırıyorsun onu. O üç saat senin.

Dinleniyorsun. Evin işi kendiliğinden bitiyor. Üç saat sonra uyanıyor sizinki, karnı acıkmış, ayyy ne güzel yedi çorbasını. Sonra… Hadi şimdi

oyun zamanı, önce bul-tak kovalar, biraz puzzle, biraz evcilik, biraz kukla şov, biraz o, biraz bu… Akşama kadar, saat 9 olup da bebek uyuyana kadar oyun oynuyorsunuz. Tam hayallerindeki pazar. YETER aç gözlerini. Yok böyle bir pazar ve böyle bir çocuk. Olsaydı ben yapardım, hem de 9 tane.

Hadi gerçekleri konuşalım. Bir noktadan sonra elinden bir şey gelmeyecek ve o televizyonu açacaksın. Burada kilit ifade şu: Hiç değil, az. Hiç açmamak ve hiç izletmemek büyük başarı. Yapabilene selam olsun.

Ama az izletmek elimizde. Ben az izletmeyi becerebilenlerdenim. Çocuğun televizyon önündeki aç, aç, aç, aç, aç….. diye ağlamalarına direndim. Kendi istediğim zamanlarda, kendi istediğim çizgi filmleri açtım ve oturup film izliyormuş gibi izlediler, izliyorlar. En sık yapılan hatalardan biri televizyonu çocuk izlemese de açık bırakmak. Çocuklar oyun oynayacakları zaman (oyuncaklarla, benimle ya da kendi aralarında), ilk önce gidip televizyonu kapattım. Şimdi, hadi bakalım şunu oynuyoruz televizyonu kapatın, dediğimde direnmiyorlar ve koşup kapatıyorlar.

Bununla birlikte kendim de televizyon izlemiyorum. Hayatımda hiçbir zaman önemli bir yeri olmamıştır. Çocuklardan sonra tamamen kaldırdım. Eşim izlemeyi sever. Ancak izleyecekse başka bir odada izler. Sen ve eşin bangır bangır dizi izleyip film seyredeceksin de çocuğa yasak diyeceksin! Hiç adil değil.

Benim gibi üç çocuğu olan bir arkadaşım, sırf çocukları televizyon izlemesin diye, evine televizyon almadığını söyledi. Sonuçta ne olduğunu bilmedikleri bir şey için özlem duymazlar diyor. Sadece akşamları duvara istediğim çizgi filmleri projeksiyon ile yansıtıyorum ve onlara sinema saati yapıyorum diyor. Bu da bir yöntem. Ama pek yapılası değil gibi.

Aaaa daha tuhaf bir hikâye. İlk çocuğu 8 yaşında ikinci çocuğu 4 yaşında olan bir arkadaşım şunu anlattı. Büyük olan çocuğum tam televizyon izleyip de bir şeyler anlamaya başladığı yaşa geldiğinde ikinci çocuğum oldu ve hiç televizyon izlemedik. Kızım sekiz yaşına geldi ve evimizde neredeyse hiç televizyon izlenmiyordu. Bir gün okuldan eve yüzü asık geldi ve “Anne arkadaşlarım hep televizyonda çıkan bir şeylerden bahsediyorlar, aptal gibi onlara bakıyorum” dedi.

İşte bu… Çocuğu televizyonun karşısına oturtup aptallaştırma ve ona hiç televizyon izletmeyip yine aptallaştırma. Yani çocuk bilsin Arı Maya kim,

Disneyland kaç bucak, Mickey’le Mini arasında nasıl bir münasebet var.



Attaaaa

Neler Bekliyor?

Valla başınıza tam olarak neler gelebileceğini bir Allah bilir. Gideceğiniz attanın ne kadar uzak bir atta olduğuna göre değişir. Sen ne giydireceğine bir gün önceden karar verirsin, o kapıdan çıkar çıkmaz sırtına kadar kaka yapıp seni şaşkına çevirebilir. Doyurup da çıkayım birkaç saat rahat edeyim dersin, o bütün yediklerini arabada çıkartır ve başa dönersin. Bütün gün uslu uslu evde duran çocuk bir anda hareketlenir ve sen onun eline ne verip de oyalayacağını bilemezsin. Bunların hepsi olabilir. Fakat olmayabilir de. Diyorum ya, ne yapacakları hiç belli olmaz. Değişmeyen tek şey vardır: Annenin taşıdığı kocaman çanta.

Atta Önerileri:

- Tamam çanta yapıp yanında götürüyorsun ama bir tane de yedek bir çanta yap ve arabanın bagajında bulundur. İçinde bez, ıslak mendil, yedek kıyafetler, battaniye artık o dönem en çok ne kullanıyorsanız koy. Bir yerde ihtiyacın olur.
- Bebek çantası alırken çok dikkat et. Bol cepli, pratik, şık, sırtına da asabileceğin türden olursa fena olmaz.
- Yedek kıyafet koy ve hiçbir şeyi atlama. Bazen kusunca fışkırarak kusuyorlar ve çorapları bile batabiliyor.
- Çantada ince bir battaniye bulundur. Gerekirse üstüne örtersin. Olmayacak yerde altını almak zorunda kalırsan

altına serersin. Bebek arabasına güneş gelir cibinlik yaparsın. Yaratıcılıkta sınır yok.
- Eğer bebek mama ile besleniyorsa, küçük bir termos, bir de mama kabı öneririm. Bir öğünde ihtiyacı olan toz mamayı koyuyorsun ve her seferinde yeniden mama ölçeklemen gerekmiyor.
- Emzik kutusu. Yanına iki yedek emzik almadan çıkmayacaksın dimi? Şaka gibi.
- Bebek bezini, ıslak mendili zaten alıyorsun. Bir de o ikilinin yanına, kirli bezi koyabileceğin minik çöp torbalarından koy.
- Ufaklığın ilgisini çekecek birkaç oyuncak at çantaya.
- Şimdi hazırsın.

Eğer yolculuk uzunsa, kolay gelsin. Kimi çocuk arabayı çok seviyor, kimi çocuk nefret ediyor. Mete'yi arabaya atıp dünya turu yapabilirim mesela. Tuna'yla kreşe gitmek bile ayrı bir olay. Evdeyken dinlediği ve sevdiği müziklerin aynısından arabada da var. Tavsiye ederim, bir müddet oyalıyor. Çocuklarla birlikte ilk uzun yol deneyimimizde kendime bir tane çanta yapmıştım. İçinde ne alaka diyebileceğin onlarca obje vardı. Aklıma gelenleri yazayım: Tahta kaşık, kumaş kartelası, fotoğraf albümü, hayvan kartları, cep aynaları, içine küçük çakıl taşları konmuş küçük su şişeleri (bunun çıkarttığı sesleri çok seviyorlar), renkli ve parlak kağıtlar vs. Tahmin edersin çocuklar değişik şeylerle oynamayı sever. Hepsini beş dakika inceler ve atar. Böyle bir çanta bir saatini kurtarabilir. Bir saat de bunlarla geçirdiniz sayalım. Yolun birazını da uyuyarak geçirin, olsun bitsin. Zaten benim uzun yol dediğim en fazla 4 saat. Daha uzunu beni bozar.
Fakat tüm bu gezilerde daha kesin çözüm istiyorsan, tablet bilgisayar diyorum. İçine döşeyeceksin çizgi filmi, pilini fulleyeceksin sonra ver eline oynasın. 6 aylıktan 60 yaşına gelene kadar her yeri gezebilirsiniz beraber.

Tabii bir de yatılı misafirlikler, tatiller falan var. Biz yaz tatillerimizin 15 gününü (zaten 15 gün tatilim var) köyümüzde geçiriyoruz. Gittiğimiz yerde her şeyi bulabileceğim marketler, eczaneler vs. olmadığı için tedarikimi iyi yapıp da gidiyorum.

Mesela makyaj çantalarımdan birini çocuklara ilaç çantası yaptım. İçinde bir tane ateş düşürücü şurup, bir kutu ateş düşürücü fitil, ateşölçer, yara

bandı, burun spreyi, burun temizleme aleti, böcek ısırıkları ve yanıklar için pomat koydum. Birkaç günlük seyahatlerde bu küçük çantayı valize koyuyorum ve koyarken inşallah hiç ihtiyaç duymam diye dua ediyorum. Zira hasta çocuktan daha zor bir şey varsa, o da seyahatteyken hastalanan çocuktur.

Tatil deyince, valiz hazırlamak bana eziyet gibi geliyor. Hele bir de o valizleri boşaltmak çekilecek dert değil. Çocuklar için ayrı, bizim için ayrı valizler hazırlıyorum ve çocukların valizini hazırlarken hiç zorlanmıyorum. Zaten bu arkadaşların eşyaları küçücük, çok az yer kaplıyor. Çekiyorum valizi gardırobunun önüne hepsini dolduruyorum. Böylece tatildeyken, tüh keşke şunu da getirseydim, aman hiç badimiz kalmadı, alt pijamaların hepsi de kirlendi, hava da sıcakmış keşke daha ince bir şeyler getirseydim, gibi cümleler kurmuyorum. Dönüşte de hazır dolap boşalmışken dolabı silip öyle yerleştiriyorum. Bir de çocuklar için ayrı bir oyuncak valizi yapıyorum.

Nerede konaklayacak olursan, sana mutlaka temiz yorganlar ve yastıklar verilip temiz çarşaflar serilecektir. Amma herkesin evinde bebek yastığı, battaniyesi var mı ki? Çocuklar biraz büyüyene kadar çocukların yastıklarını da yanımda götürüyordum. Böylece onu da koy bunu da koy derken, bagaj doluveriyor ve artık başka bir şey koyamayacağına emin olduktan sonra evin içinde fıldır fıldır bakınmayı bırakıyorsun.

:(Sıkıcı Tarafı

- **Arabada kusan çocuk:** Üstü başı kirlenir, araba kirlenir, oto koltuğu kirlenir. Önce çocuğu temizlersin, sonra oto koltuğunu. O koltuk ıslanır. Çocuğu temiz kıyafetiyle oturtamazsın. Koltuğa serecek bir şeyler arar bulamazsın. Bir şeyler uydurur tekrar yola çıkarsın ve yolun geri kalanını kusmuk kokusunu teneffüs ederek geçirirsin.
- **Yol boyunca ağlayan çocuk:** Hele bir de arabayı sen kullanıyorsan bittin.
- **Tatildeyken hastalanan çocuk:** Az önce bitmediysen, şimdi kesin bittin.

Eğlenceli Yanı

- Bebek arabasında bir saat sağa sola bakınan sonra kendiliğinden uyuyup iki saat uyanmayan, o sırada gezmene, yemeğini yemene, çayını kahveni içip iki lafın belini kırmana müsaade eden çocuk: Bazen oluyor öyle, ciddi diyorum. O gün sen seçilmiş insan oluyorsun, evren bütün enerjisini sana kanalize etmiş oluyor sanki. Kendini hayal aleminde zannediyorsun, ne yapacağını bilemiyorsun , bu mucizeyi şaşkınlıkla izliyorsun.
- Arabada çalan güzel bir şarkıya hep birlikte tempo tutmak çok keyifli geliyor bana. Filmlerdeki gibi hani. Üç yılda iki kere falan denk geldi, çok iyi hissettim.
- Alışveriş merkezlerinde çocuklar için yapılan oyun alanları çok eğlenceli. Bir kere çocuk 3 yaşına gelene kadar ebeveyn gözetiminde girebiliyorsun. Bu demek ki, sen de kaydıraktan kayabilir ve top havuzuna düşebilirsin.

Avm dedim de aklıma geldi.



Bir sonraki durak: En yakın alışveriş merkezi

E şimdi tabii ben de bilirim, al çocuğunu git yeşil alanlara seril, kuş sesleri, su sesleri, mangal kokusu, amaaaan akşamlar olmasın. Ama nereye kadar? Burada mevzu şu: Bu çocuk doğduğu andan itibaren sana yapışıp kalacak. İşe giderken götürmek mümkün olsaydı, hiç tereddütsüz oraya da gelirlerdi.

Mecbursun, bütün aktivitelerini onunla birlikte yapacaksın. Ev alışverişine giderken, dışarı yemeğe çıkarken, kendine üst baş alayım diye çıktığında, bir kitapçıya vs. gittiğinde ufaklık da seninle gelecek. (Tabii anneanne ve babaanneye satmayı başaramadıysan.) Bunlar kendi kendine yapmaya niyetlendiğin ancak mecburen çocuğu da yanında götürdüğün eylemler. Bir de onunla birlikte yapman gereken aktiviteler var. Ne bileyim işte, herkes hafta sonu çocuklarıyla birlikte dışarda bir şeyler yapmak ister.
İşte böyle durumlarda seni havalar güzel olduğunda parklar, bahçeler, yeşil alanlar, yeşil alanı olan restoranlar kurtarabilir. Fakat yılın yarısı kış. Elin mecbur ısınmak için bir alışveriş merkezine kapağı atacaksın. Neyse ki, onlar da geleceğimizi düşünüp gerekli önlemleri almışlar.

Çocuğu olan bir arkadaşım, ikizler 7-8 aylıktı sanırım, bana, çocukların avm yasağı kalktıysa orada da buluşabiliriz, dedi. Onun çocuk doktoru belli bir aya gelene kadar bebeklere avm yasağı koyuyormuş. Hiç duymadım, dedim, duysaydım götürmezdim. Götürmez, evde kedi gibi oturur, sıkıntıdan patlardım.

İyi tamam, teneffüs edilmiş koşullandırılmış hava, fazla insan, gürültü vs. hak veriyoruz ama ne yapalım canım, arada lazım yani...

Bebek arabasıyla alışveriş merkezinde gezinmek gayet keyifli. Bebek hareketi, gürültüyü sever. O etrafına bakınırken bir bakmışsın uyuyuvermiş. Kalan saatler senindir. Alışveriş çantalarını taşıyabileceğin bir bebek arabası var artık. Yalnız tek başına gitme, kıyafet deneyemezsin. Bebek arabaları kabinlere girmiyor, azmettim denedim, hakikaten girmiyor. Kendine tanıdık bir mağaza bul. Yani çok sık alışveriş yaptığın bir mağaza olur, bir restoran olur, artık neyse. Oradaki görevlilerden birini kafala.

Gerektiğinde bebek arabasını bırakman gerekecek. (Hoooop, içinden bebeği al!) Bebek büyüdü diyelim. Oyun alanları müthiş. Hoplasın, zıplasın, enerjisini atsın ve eve gidince hemen uyusun.
Çocuğa kendi kendine yemek yeme becerisi kazandırıyorsunuz diyelim. İşte tam da bu noktada alışveriş merkezleri biçilmiş kaftan. Bir mama sandalyesi kapın, çocuğa bir tabak pilav ve kaşık verin. Döke döke yesin ve görevliler temizlesin. Kesinlikle siz değil. Çok mu bencilce bir davranış? Hadi canım, her hafta sonu, oyuncakçıya, oyun alanına, kitapçıya, köfteciye, baloncuya akıttığın parayı düşününce bu kadar zarar tartışılmaz bile.



Diyeceğim o ki…

Ben bir köyde büyüdüm. Bebeklerin tavandan sarkan bez salıncaklarda uyumaya bırakıldığı, o salıncağa bağlanan ve kolay sallanmasını sağlayan ince çoraplarla annelerin yattıkları yerden bebeklerini salladığı, kız çocuklarının kulaklarının ucu yakılmış iğneyle delindiği ve kapanmasın diye beyaz bir ip parçasının küpe niyetine takılı bırakıldığı, ablanın, abinin ya da komşunun çocuğunun küçülen kıyafetlerinin saklandığı, o çamaşırların soba borusunun üstüne takılan askılıkta kurutulduğu, diş çıkartan çocukların ağzına kemirsin ama koparamasın diye turşu biberi ya da yeşil soğan verildiği, kreşin olmadığı ama onun yerine babaanne, anneanne, komşu anne gibi gayri resmi kurumların olduğu, çocukların annelerinin koynunda uyuduğu, bebeklerin yemek yemeye başlar başlamaz aile sofrasına oturtulduğu ve herkes ne yiyorsa onu yediği, daldan düşen olgunlaşmış meyvenin suyunu emerek kendi meyve suyunu kendisinin sıktığı, çocukların küvette değil de leğende yıkandığı ve “sular aşağı kızım yukarıııı” diye garip bir temenniyle sudan medet umulduğu, yürümeyi kendi evinin bahçesinde öğrendiği, boy cetvellerin yerini kapıya atılan çentiklerin tuttuğu, bayram akşamları avuçlarımıza kına konduğu, bugün doktorların “uyaran” diye tabir ettiği ve “bir çocuk ne kadar çok uyaran alırsa o kadar iyidir” dedikleri o uyaranların kendi dünyamızın çakıl taşları, tozlu yolları, yıkanmadan yenen meyveleri olduğu, yere düşen bir yiyeceğin üstündeki bakterileri üfleyerek yok edebileceğimize inanacak kadar saf, akşam ezanını duyana kadar sokakta kalacak kadar özgür olduğumuz bir dünyadan bahsediyorum.

Herkesin erkenden evlendiği ve çocuk sahibi olduğu bu dünyada büyümüş olmak aile büyüklerini, daha da büyük aile büyüklerini tanıyabilme fırsatı sundu bana. Bu yüzden anneannemin annesi, dedemin annesi ve babasından hikâyeler ve hikâye gibi yaşanmışlıklar dinleyebilme şansım oldu.

Büyük ninemizin 13 yaşında ilk çocuğunu dünyaya getirdiğini öğrendim örneğin. Küçücük bir çocukken yaşadığı bu travma yetmiyormuş gibi, daha büyüğü ile karşılaşmış ve ilk bebeğini kaybetmiş. Küçüktüm, dedi, bebek öldü dediler. Oturdum bahçede ağladım. Kayınvalidem geldi, yüzüme bir tokat attı, öyle her şeye ağlanmaz, dedi, kalktım işime baktım, bir daha da ömrüm boyunca hiçbir şeye ağlamadım, dedi. Şimdi düşünüyorum, doğru neden ağlasın ki, insan buna da ağlamayacaksa neye, neden ağlasın ki?

Bu kitapta böyle bir hikâyeye yer yoktu elbette. Fakat bakıyorum, bu hikâye 70 yıl öncesine ait.
70 yıl önce çocuk, hayatın içinde bu kadar değersiz görülüyordu. Sonra yavaş yavaş ailenin içinde bir birey olarak yerini aldı. Şu günlerdeyse birey olmanın tadı biraz kaçtı gibi. Pek çok aileyi, anne babalar değil, çocuklar yönetiyor. Öyle aileler var ki, ebeveynler ipleri çocuklarının ellerinde dolaşık duran kuklalar gibi. Onlar ne isterse o oluyor, onlar nereye gitmek isterse oraya gidiliyor, evde ne pişeceğine, televizyonda ne izleneceğine çocuklar karar veriyor.

Bakmayın masum durduklarına, boşluğu gördükleri anda sistemi ele geçirecek kadar sinsiler aslında. Çocuğuma değer vereceğim, ona kendini değerli hissettireceğim, özgüvenli çocuklar yetiştireceğim derken kantarın topuzunu biraz kaçırıyoruz galiba.

Birdenbire üç çocuk sahibi olan eski zaman anneleri gibi hissediyorum bazen kendimi. Sonra o kahraman kadınları düşünüyorum. O kadar imkansızlıklar içinde nasıl bakmışlar o kadar çocuğa, nasıl yetişmişler, hem tarlada çalışıp, hem evin işini yapıp, çamaşır makinesi, bulaşık makinesi ve bilumumun alet edevat yokken nasıl insan yetiştirmişler, düşününce hayretler içerisinde kalıyorum.

Geçenlerde bir arkadaşımla konuştuk, erkek arkadaşı on kardeşin en küçüğüymüş. Dedim ki, sence nasıl bakıp, nasıl yetişti o anne o kadar çocuğa? Senin benim gibi bakmamışlardır, ekmeğin üstüne yağ sürüp göndermiştir sokağa dedi. Durdum düşündüm, dedim ki, iyi de şekerim bir dilim ekmek yağlamak var, on dilim ekmek yağlamak var!

İşte böyle. Bizden bir iki nesil önceki o annelerle bizi kıyaslamaktan kendimi alamıyorum. Çoğu zaman kendi çocukluğumla modern dünya arasında sıkışıp kaldığım anlar oldu. Sonra en doğrusunun içimden ne geliyorsa, en doğru gördüğüm neyse o olacağına kanaat getirdim. Hâlâ çocuklarla ilgili bir sorunla karşılaştığımda uzmanlar ne diyor bir ona bakıyorum, babaannem-anneannem ne diyor bir de onlara danışıyorum, sonra bir de kalbime soruyorum, sen ne dersin diye.
Öyle demeyin, annelerin kalbi konuşur. Benimki konuşuyor ve şimdi şunları söyledi: Söyle o yeni annelere, sakin olsunlar ve tadını kaçırmasınlar. Çocuk yapmanın da bakmanın da...

Şermin Çarkacı
Ankara, Nisan 2014