

Makalelerin yayın tarihinde belirtilen telefon numaraları
doğrudur fakat sürekli olarak doğrulukları kontrol edilmez.
Bu bakımdan aradığınız telefon numaralarını
telefon rehberinden bulmanız gerekebilir.

Evlilik sona erdiği zaman genellikle en çok acı çeken erkek olur

When marriages break down,
it's often men who hurt the most

REVIEWED
October 2004
NSWMulticulturalHealthCommunicationService

NSW Multicultural Health Communication Service
website: <http://mhcs.health.nsw.gov.au>
e-mail: mhcs@sesahs.nsw.gov.au
phone: (02) 9382 8111

EVLİLİK SONA ERDİĞİ ZAMAN GENELLİKLE EN ÇOK ACI ÇEKEN ERKEK OLUR

(When marriages break down, it's often men who hurt the most)

Kadın olmanın bir avantajı hayatta karşısına bir kriz çıktığı zaman arkadaşlarından destek isteyebilmesidir. Öte yandan erkeklerin çoğu sorunlarını başkalarına açmakta zorluk çeker. Bunun bir nedeni erkeklerden her zaman güçlü görünmelerini isteyen bir yetişme tarzıdır. Başkalarından yardım istemek zayıflık göstermek demektir. Bir başka neden de, erkeklerin birlikte çalıştıkları veya spor yaptıkları arkadaşları olmakla birlikte, bu tür arkadaşlıkların insanın en derindeki duygularını ifade edebileceği arkadaşlıklara benzememesidir.

Böylece duygusal destekten yoksun olan erkeklerin evlilik sona erdiği zaman ortaya çıkan duygusal sorunları sonuçta sağlık sorunlarına yol açmaktadır. Nikâhsız olarak uzun bir süreden beri birlikte oturanlar da içinde olmak üzere, Avustralya'da her yıl 52,000 boşanma ve 70,000 ayrılma olayı olmaktadır. NSW Eyaleti'nde erkeklerin ve erkek çocukların sağlık ve refahı için çalışan Erkek Sağlığı ve Refahı Derneğinden Geoff Price'ın söylediğine göre birçok erkek evlilik sona erdikten sonra kendisini kolay kolay toparlayamamaktadır. Avustralya Aile Mahkemesinin yaptığı bir araştırma, ayrıldıktan 10 yıl sonra bile halâ evlilikle ilgili sorunlarla uğraşan çok sayıda erkeğin bulunduğunu göstermektedir.

Geoff Price erkeklerin deneyiminin kadınlara oranla daha kötü olduğunu söylemediğini ekliyor. Ancak evliliğin sonu erkek ve kadını başka başka türlü etkilemektedir. Erkeklerin çoğu ilişkinin sona ermesi sürecine hazırlıklı değildir.

Ayrıldıktan sonra eşlerin yalnızlık çekmeleri, olanları tam olarak kavrayamamaları, kendilerini suçlu hissetmeleri, öfkelenmeleri veya kendilerini değersiz bulmaları hep normal duyulan duygulardır. Ancak kadınlar bu duygularını arkadaşlarıyla paylaşarak içlerini boşalttıkları halde erkekler içlerine atmaktadır. Geoff erkeklerin ilişkilerle ilgili sorunları üzerinde uzmanlaşmış bir danışmandır.

Geoff şöyle devam ediyor: "Erkeklerin neler hissettiklerini başkalarına söylebilmeleri büyük cesaret işidir. Ancak böyle yapmalarını sağlık veririm. Duyduğumuz acıyı içimize atmak hem akıl hem de vücut sağlığınıza zarar

verir. Erkekler, genellikle ilişkinin bitmesinden duydukları üzüntüyü açık olarak birisiyle konuşacakları yerde sağlıklarını ters yönde etkileyen başka yollara başvururlar. Bazı erkekler arkadaşlarından uzaklaşarak kendilerini aşırı çalışmaya verirler, bazıları aşırı alkol ve uyuşturucu kullanırlar, bazıları da şiddete yönelirler. Şiddet bazen kaybettikleri eşlere bazen de kendilerine yönelir. Eşinden ayrıldığı için intiharı seçen her kadına karşılık 12 erkek bulunmaktadır".

Eşinden ayrıldıktan sonra duygularını açıklayabilen erkeklerin içlerine kapanan erkeklere oranla daha kolaylıkla durumla başa çıkabildiği görülmektedir. Erkeklerin bu konuda konuşabilecekleri kimseler arasında akraba ve arkadaşları yanında doktorları, bazı halk sağlığı merkezlerinde İngilizceden başka dilleri konuşan danışmanlar, din adamları veya toplumsal derneklerdeki görevliler olabilir. Eşinden ayrılan veya boşanan kişilerin, sorunları hakkında konuşabilecekleri danışmanlık servisleri arasında, Anglican Counselling Centre Tel: (02) 9799 9311, Unifam- Marriage-Family Counselling Tel: (02) 9891 1628 ve Relationships Australia Tel: (02) 9418 8800, Sydney dışından 1800 801 578 bulunmaktadır. Telefonda bir danışmanla görüşmek için 24 saat çalışan Lifeline'ı 131 114 numaradan arayabilirsiniz.

Ancak bizlerin de önemli bir rolümüz olabilir. Ayrıldığını veya boşandığını duyduğunuz bir kimse varsa sizinle konuşup neler hissettiğini belirtebilmesi için olanak verin. Olayla başa çıkıyor görünse bile konuşarak ferahlayabilir. Ona "bana ihtiyacın olursa ara" demeyin. Muhtemelen aramayacaktır. Sizin girişimi ele alıp, örneğin, onu ziyaret etmeniz veya evinize yemeğe davet etmeniz daha iyi olur. Şöyle bir şey söyleyebilirsiniz: "Kendini çok kötü hissediyor olmalısın". Sonra susup akıl vermeden veya kimseyi yargılamadan onu dinleyin.

Bir danışman şöyle öğüt veriyor: "Ayrıldığını bildiğiniz eşlerin her ikisiyle de taraf tutmadan dostluğunuzu sürdürün. Eşlerden birinin ötekini terkettiği durumlarda yalnız geride kalanın desteğe ihtiyacı var demek değildir. İlişkiyi terkeden kişinin de birisiyle dertleşmeye gereksinimi olabilir".

Telefonda İngilizce konuşmakta güçlük çekiyorsanız Yazılı ve Tercüme Servisi'ni 13 1450 numaradan arayın.

Sağlık konuları hakkında daha fazla Türkçe bilgiyi Multicultural