

BABA, OĞUL, TESTOSTERON III: ANNE, OĞUL İLİŞKİSİ VE ANNE KOMPLEKSİ

Tamer SAĞCAN

Anne ve oğul ilişkisi, insanın toplumsal, psikolojik ve kültürel evreninde derin izler bırakan bir dinamiğe sahiptir. Özellikle erkeklerin anneleriyle kurduğu bağ, yalnızca çocukluk döneminde değil, yetişkinlik hayatında da derin etkiler yaratabilen bir ilişki türüdür.

Anne kompleksi olarak tanımlanan olgu, özellikle Carl Jung, Sigmund Freud ve James Hollis'in psikolojik kuramlarında önemli bir yer edinmiştir. Anne oğul ilişkilerinin önemi bu teorisyenler tarafından çeşitli biçimlerde açıklanmışsa da bireysel psikoloji ve toplumsal hadiselerin karmaşıklığı içerisinde elbette bütün sorumluluğu annelerin oğullarıyla kurdukları birtakım ilişki modellerine yükleyemeyiz. Özellikle baba rehberliğinin eksikliği hâlinde sorumluluk tek başına kaldırılamayacak kadar ağır olabilir.

Son yaşanan süreçte erkeklerin 'seçilmemiş' olma algısı tarafından kuşatılarak şiddete yönelmesinin altında yatan hususlara bakıldığında, hormonal durum ve baba rehberliğinin dışında özellikle kültürümüzde anneye kurulan ilişkinin önemli bir yer tuttuğu iddia edilebilir.

Bağlanma Teorisi ve Anneye Kurulan İlk Bağ

Psikolojide anne-oğul ilişkisini ele alırken ilk durak, bağlanma teorisidir. John Bowlby tarafından ortaya konulan bu teori, erken çocukluk döneminde bir çocuğun bakım verenle kurduğu ilişkinin, gelecekteki tüm ilişkilerinde nasıl bir model oluşturduğunu ele alır. Bowlby'ye göre, çocukların sağlıklı ve güvenli bir bağlanma figürü geliştirebilmesi, yetişkinlik dönemindeki duygusal ilişkilerin kalitesini belirleyen kritik bir faktördür. Bu teoriyi genişleten Mary Ainsworth'un 'Yabancı Durum Testi'¹ adlı çalışması², güvenli, kaygılı ve kaçınan bağlanma türlerini ortaya koyarak, özellikle anne-oğul ilişkilerinin bağlanma üzerindeki etkilerini araştırmıştır.

Güvenli bir bağlanma figürüne sahip erkekler, yetişkinliklerinde sağlıklı, empatiye dayalı ilişkiler kurarken, kaygılı veya kaçınan bağlanma stillerine sahip erkeklerde, romantik ilişkilerde aşırı bağımlılık ya da mesafe koyma gibi sorunlar sıklıkla gözlemlenir. Bağlanma teorisi bağlamında, anneye kurulan bu ilk bağın, erkeğin hayatındaki kadın figürleriyle nasıl ilişki kuracağına dair temel bir model sunduğu açıktır.

Toplumumuz tarafından yıkılması zor bir tabu olarak algılanan anne baba ilişkisi arasındaki cinsel referanslara, özellikle erkek çocuğun yetişkinliğe geçtikçe anneden temel alıp bütün kadınlara yönelteceği öfkenin temelini barındırıyor. Freud'un ödipal kompleksi olarak tanımlanan bu teori modern psikiyatride genişletilerek aşılmış olsa da; baba oğul rekabetinin altında örselenen kadına ve anneye sahip olma rolüne dair bizlere hâlâ önemli şeyler söylüyor.

Freud'un Ödipal Kompleksi ve Erkek Çocuğun Anneye Yönelik Duyguları

Sigmund Freud, psikanaliz teorisinin en tartışmalı kavramlarından biri olan ödipal kompleks teorisiyle anne-oğul ilişkisini açıklamaya çalışmıştır. Freud'a göre, erkek çocukların cinsel kimlik gelişim sürecindeki 3-6 yaş arası dönemde, anneye karşı cinsel bir çekim hissedip babayı bir rakip olarak görmeleri, cinsel kimliğin oluşumunda temel bir rol oynar. Bu karmaşık süreç, çocukların babayla özdeşim kurup anneye yönelik yasak arzularını bastırmalarıyla çözülür.

¹ Bu testle ilgili bilgi için; <https://gelecekbilimde.net/yabanci-durum-deneyi-the-strange-situation-experiment/>

² Mary Ainsworth: Attachment Theory and The Strange Situation –

<https://www.attachmentproject.com/attachment-theory/mary-ainsworth/>

Ödipal kompleksin çözülmesi, Freud'a göre sağlıklı bir cinsel kimliğin ve toplum tarafından kabul gören normların içselleştirilmesi anlamına gelir. Bu süreçte sorunlar yaşandığında, erkeklerde annelerine karşı aşırı bağımlılık ya da annelerine karşı derin bir düşmanlık geliştirme riski ortaya çıkar. Freud, bu durumun, bireyin yetişkinlikteki ilişkilerine ve cinsel kimliğine büyük ölçüde etki edeceğini savunur. Özellikle aşırı koruyucu ya da aşırı mesafeli anneler, erkek çocukların bu süreci sağlıklı bir şekilde atlatmasını zorlaştırabilir.

2018 yılında yapılan bir çalışmada³ Freud'un ödipal teorisinin bir yönü olan "primal sahne" kavramı test edilmiştir. Primal sahne, küçük bir çocuğun ebeveynlerinin cinsel ilişkisine tanık olması veya bunu hayal etmesi anlamına gelir. Freud'a göre, bu sahne çocuğun zihninde yoğun bir etki yaratır ve cinsellik ile ilgili bastırılmış duyguların hatta karmaşık psikolojik süreçlerin tetikleyicisi olabilir. Çocuğun bilinçaltında bir "ilk cinsel deneyim" olarak kodlanır ve gelecekteki cinsel kimliği, arzuları ve ebeveyn figürleriyle olan ilişkisini etkileyebilir.

Bu çalışmada katılımcılara ebeveynlerinin cinsel ilişkisini hayal etmeleri istenmiş ve bu durumun bireylerin cinsel ve duygusal tepkileri üzerinde nasıl bir etkisi olduğu incelenmiştir. Sonuçlar, katılımcıların bu durumu bir "ihnet" olarak algıladığını ve Freud'un teorisini destekler nitelikte sonuçlar verdiğini ortaya koymaktadır. Freud'un bu teorisi, özellikle gizlilik ve cinselliğin tabu olduğu kültürel normlarla örtüşür.

Kurtuluş Savaşı sonrasında erkek nüfusun erimesi bu konuda kültürel anlamda önemli bir dönüm noktasıdır. Kadınların bütün aile için hem baba hem anne rolünü üstlenmek zorunda kalması ve bunun sonucunda erkek evladın baba rehberliğinden hatta baba figüründen azade büyümesiyle başlayan süreci doğru analiz etmek önemlidir.

Jung'un Anne Kompleksi: Gölgenin Yansıması

Freud'un ardından Carl Jung, anne-oğul ilişkisine daha arketipsel bir yaklaşımla bakmıştır. Dahası onu eleştirmiştir zira, Jung'a göre ödipal kompleks evrensel değildir. Oğlan çocuğunun annesine olan ilgisi cinsel bir ilgiden değil, anneden alınan şefkat ve sevgiden kaynaklanır.⁴ Bu sebeple de anne-oğul ilişkisine farklı bir noktadan bakmayı seçer. Jung'a göre, her birey bilinçaltında belirli arketipleri barındırır ve anne arketipi de bunlardan biridir. Jung'un "kolektif bilinçdışı" kavramında anne, yalnızca bireyin biyolojik annesiyle sınırlı kalmayan, evrensel bir arketiptir. Ancak, bu arketipin aşırı derecede baskın hale gelmesi, Jung'un 'anne kompleksi' dediği duruma yol açabilir.

Jung'un teorisine göre, anne kompleksi erkeklerde iki ana uçta kendini gösterebilir: Birincisi aşırı bağımlılık ve anneye duyulan sevgi; ikincisi anneye karşı derin bir nefret ve düşmanlık. Jung, bu iki zıt uç noktanın da erkeğin yetişkinlik hayatında duygusal dengesizliklere, bağımlılık sorunlarına ve özgüven eksikliğine yol açabileceğini savunur. Annenin aşırı koruyuculuğu, erkeğin kendine güvenini zedeleyebilir ve kendi kimliğini inşa etmesini zorlaştırabilir; annenin aşırı mesafeli tutumu ise ilişkilerde derin bir güvensizlik ve bağlanma sorunlarına yol açabilir.

Jung, anne kompleksi yaşayan bir erkeğin, yetişkinlik döneminde ilişkilerinde ya annesini idealize eden bir partner arayışına gireceğini ya da annesinden tamamen farklı bir figüre yönelerek bağımsızlığını kanıtlamaya çalışacağını belirtir. Bu iki eğilim de erkeğin duygusal ilişkilerinde sorunlar yaşamasına neden olabilir. Özellikle aşırı koruyucu anneler, erkeklerin özgüvenlerini ve karar alma yeteneklerini zedeleyebilir.

³ David Ludden – Searching for Evidence of the Oedipus Complex

(<https://www.psychologytoday.com/us/blog/talking-apes/201802/searching-evidence-the-oedipus-complex>)

⁴ Anthony Stevens – Jung, Kaknüs Yayınları, 1999, Sf. 27

Ne kadar da sık örneğine rastlanılan bir husustur erkeğin sevdiği kadında annesini araması. Çalışmalar aslında bu arayışın, anne kompleksini atlatamamış erkeklerde görüldüğünü gösteriyor. Hele ki kültürel anlamda aynı anda annesi ve karısı arasında kaldığından şikâyet eden erkeklerin büyük bir öfke ve şefkat arasında gidip geldiği fark edilmeden, şiddet sorunuyla ilgili bir şeyleri çözebilmek pek mümkün gözükmemektedir. Ortaya çıkan veriler, toplumsal örf ve kültürel etki açıkça göstermektedir ki, geçmişin mağduru anneler, geleceğin mağdurları sevgililer ve eşler yaratılması için bilinçli ya da bilinçsiz büyük bir efor sarf etmektedir.

Anne Kompleksinin Yetişkin İlişkilerine Etkisi

Anneyle olan bağın çocukluk döneminde ne kadar kritik olduğu bilinse de bu bağın erkeğin yetişkinlikteki romantik ilişkilerine olan etkisi sıklıkla göz ardı edilir. Anne kompleksi yaşayan erkekler, romantik ilişkilerinde ya aşırı bağımlı hale gelir ya da annelerine duydukları öfkeyi partnerlerine yansıtarak mesafeli ve duygusal olarak kopuk ilişkiler kurarlar.

Erkeğin bir partnere yönelik beklentileri, çoğu zaman annesiyle olan ilişkisine dayalı olarak şekillenir. Hollis anne kompleksinin sonucunda erkeği değiştirmek için yola çıkıp şiddete kurban olan kadınlardan bahsederken *“erkeğin kendini dönüştürmeye açık olmadığı, kendisini acıdan korumak için her zaman ötekili suçladığını”* söyler.⁵

Freud’un ve Jung’un öngördüğü gibi, erkeğin partner seçiminde bilinçdışı bir şekilde annesini model alması, ilişki dinamiklerinde karmaşıklıklara yol açabilir. Partnerini bir anne figürü olarak görme eğilimindeki erkekler, partnerlerine aşırı bağımlı olabilir ve kendi kararlarını alma konusunda zorlanabilir. Bu durum, erkeğin özgüvenini ve bireysel kimliğini zayıflatabilir. Diğer taraftan, anneye karşı olumsuz bir bağ kurmuş erkekler, romantik ilişkilerinde aşırı mesafe koyarak duygusal kopukluk yaşayabilirler. Bütün bu yorumlar, erkeklerin içlerindeki korkuları bastırarak hareket ettiğini açıkça gösterir.

Aşırı Koruyucu Annelerin Yetişkin Erkekler Üzerindeki Etkisi

Aşırı koruyucu annelerin oğulları üzerindeki olumsuz etkileri, çeşitli bilimsel çalışmalarda sıkça incelenmiştir. Bu tür ebeveynlik, çocuğun psikolojik gelişimini ve bağımsızlık yeteneklerini ciddi şekilde engelleyebilir. Aşırı koruyucu anneler çocuklarına sürekli olarak yardım ederek onları olumsuz deneyimlerden korumaya çalışırken, çocuklarının kendi sorunlarını çözme becerilerini geliştirmelerine engel olurlar.

2022 yılında yapılan bir sistematik inceleme, ‘helikopter ebeveynliği’ olarak da adlandırılan bu ebeveynlik tarzının, çocuklarda depresyon ve anksiyete ile doğrudan bağlantılı olduğunu göstermektedir ancak bu ilişkinin sebep-sonuç bağlantısının tam olarak anlaşamadığı ve daha fazla araştırmaya ihtiyaç duyulduğu belirtilmektedir. Buna rağmen, aşırı kontrolcü ve koruyucu ebeveynliğin, çocukların özgüvenlerini zedeleyerek psikolojik sorunlara yol açtığı açıkça ortaya konmaktadır.⁶

Aşırı koruyucu annelerin oğullarında bağımlılık yaratma eğilimleri, Jung’un anne kompleksi kavramıyla örtüşür. Jung, bu tür annelerin oğullarını duygusal olarak bağımsız hale getiremeyeceklerini ve bu durumun erkeklerin yetişkinlik dönemindeki ilişkilerinde sürekli bir

⁵ James Hollis — Satürn’ün Gölgesinde, Erkeklerin Yaralanması ve İyileşmesi, Butik Yayıncılık, Sf.

⁶ Julia Vigdal Esperås & Kolbjørn Kallestén Brønne – A Systematic Review of “Helicopter Parenting” and Its Relationship With Anxiety and Depression

(<https://www.frontiersin.org/journals/psychology/articles/10.3389/fpsyg.2022.872981/full>)

problem haline geleceğini savunur. Bu erkekler, annelerinden duygusal olarak kopamadıkları için hayatlarındaki diğer kadın figürlerle sağlıklı sınırlar kurmakta zorlanabilirler.

Mesele anne kompleksinin endişesi altında kalan erkeklerin, kadınları ya çok memnun etmeye ya da ezmeye odaklanmalarıdır. Ki James Hollis bu durumu erkeklerin, kadının gücünün korkusu içerisinde geliştirilmiş aşırı ilgi ya da çatışmaya odaklanmalarının sonucu olduğunu şu güzel cümleyle ifade eder: *“Korku, erosu kovup yerine gücü getirmiştir.”*⁷

Türk Toplumunda Anne Figürü ve Erkek Üzerindeki Etkileri

Türk toplumunda anne figürü, özellikle kültürel kodlar açısından önemli bir yere sahiptir. Anne, genellikle kutsal ve dokunulmaz bir figür olarak kabul edilir. Bu durum, anneleriyle güçlü bir bağ kuran erkeklerin bağımsızlıklarını ilan etmelerini zorlaştırabilir. Anadolu kültüründe annelerin fedakarlığı, oğullarına karşı besledikleri koruyucu duygular ve çocuklarının hayatına müdahil olma eğilimleri adeta toplumsal bir norm haline gelmiştir.

Bunun en önemli sebeplerinden birisi, Osmanlı İmparatorluğu’nun son yüzyılında yaşanan savaşlardır. Bu ölçekte savaşlar, 93 Harbi, Balkan Savaşları, Birinci Dünya Savaşı ve Kurtuluş Savaşı, erkek nüfusunda ciddi kayıplara neden olmuştur. Özellikle Birinci Dünya Savaşı’nda Osmanlı ordusunun seferber ettiği 2.8 milyon askerden, yaklaşık 1.7 milyon kayıp verilmiştir. Kurtuluş Savaşı’nda da ciddi kayıplar yaşanmış, nüfus kaybı özellikle genç erkeklerde ağır olmuş ve bu durum sosyal demografik yapıyı derinden etkilemiştir. Türkiye’de erkek nüfusunun önemli bir kısmı bu süreçte savaşlar, hastalıklar ve zorlu yaşam koşulları nedeniyle azalmıştır.⁸

Bu kayıplar modern Türkiye Cumhuriyeti’nin kadınlara tanıdığı haklarla birlikte kadının toplumdaki rolünde ciddi bir güçlenmeyi de beraberinde getirmiştir. Her ne kadar bu etki erkek egemen anlayışı değiştirmemişse de günümüz kültürel yapısını derinden şekillendirmiştir.

Türk toplumunda annelerin kutsallaştırılması, erkeklerin bu duygusal bağı koparmalarını zorlaştıran bir başka faktör olarak karşımıza çıkar. Toplumsal normlar, erkeğin annesine olan bağlılığını teşvik ederken, bağımsız bir birey olarak varlık göstermesini de zorlaştırır. Oğlunu kendi kararlarını alabilen, özgüvenli bir birey olarak yetiştirmek isteyen anneler için en önemli noktalardan biri, erkeğin duygusal bağımsızlığını kazanmaya teşvik edilmesidir.

Bu kültürel bağlamda yetişen erkekler, annelerinin onayına ve rehberliğine sürekli ihtiyaç duyma eğiliminde olmaktadır ki bu durum, erkeklerin romantik ve sosyal ilişkilerinde de bir tür bağımlılık döngüsü yaratır. Türk toplumu özelinde, annelerinin etkisinden kurtulamayan erkekler bu sebeplerle partnerleriyle olan ilişkilerinde dengeyi sağlamakta sıklıkla zorlanmaktadır.

Sonuç: Erkeklerin Kendi Ayakları Üzerinde Durabilmesi

Sonuç olarak, anne-oğul ilişkisinde sağlıklı bir denge kurabilmek, erkeğin kişisel ve duygusal gelişimi açısından hayati bir öneme sahiptir. Erkeğin kendi ayakları üzerinde durabilmesi, annesiyle olan bağı tamamen koparmak anlamına gelmemelidir. Aksine, bu bağı sağlıklı sınırlar içinde korunması, erkeğin hem annesiyle hem de gelecekteki partnerleriyle daha dengeli ve sağlıklı ilişkiler kurmasına olanak tanır. Bu süreçte, anne figüründen duygusal bağımsızlık kazanan erkekler, hem kendileriyle barışık bir kimlik inşa edebilir hem de toplum içinde daha güçlü ve bağımsız bireyler olarak varlık gösterebilirler.

⁷ James Hollis – a.g.e. Sf. 115–117

⁸ Cengiz Mutlu – Milli Mücadele’de Türkiye’de Azalan Nüfus ve İzdivac Meselesi

Elbette en başta da belirttiğim gibi, konu tamamen annelerin sorumluluğunda ve omuzlarında değildir. Baba rehberliği olmaksızın oğulların anne kompleksinden sıyrılması, yaşama atılabilmesi imkânsız değilse de çok daha zorlu bir mücadeledir. Anne-oğul ilişkisinin sağlıklı bir şekilde ele alınması, toplumun her katmanında daha dengeli ve özgür bireylerin yetişmesine katkıda bulunacaktır. Bu bağlamda, annelerden beklenen en önemli rol, çocuklarının birey olma süreçlerine saygı duymak ve onları bu süreçte desteklemektir. Ancak o zaman, erkek çocuklar kendi yollarını çizebilir ve anneleriyle olan bağlarını sağlıklı bir dengeye oturtabilirler.

Bütün etkilerin bir anda gerçekleşmesini beklemek muhakkak ki gerçekçi bir bakış açısı değil. Zira rehber bir baba ve aşırı koruyucu olmayan bir anneye rağmen, bir erkek yine de öfkeli ve saldırgan olabilir. Örneğin reddedildiğinde ya da seçilmediğinde.

O yüzden bir çözüm yolu bulabilmek adına kadın erkek ilişkilerini de biyolojik ve psikolojik olarak ayrıca incelemek gerekir. Ancak Jung'un dediği gibi sorunlarımızı çözmek yerine bazen onları aşarız. Umalım ki aşılabilecek bir eşik hâlen mevcut olsun.