

Çift olarak sohbet için talimat

Türkisch / Türkçe

1. Seminer: 'Ben' ya da 'Biz' bilinci

Önyargı ve klişelerden kaçınmak

Farklı kültürleri karşılaştırırken her zaman bir tehlike vardır: insanlardan belli ülkelerden geldiği için belli davranışları, değerleri veya inançları beklemek. Fakat insanlar – aynı kültürde yaşasalar bile – birbirinden çok farklılar, bu yüzden bir insan hakkında sadece hangi 'kültürden' geldiğini bildiğimizde kafamızda öngörüşler oluşmamalı.

Her kültürün özellikleri sadece çok kaba bir genelleme ve ilk oryantasyon olarak görünmeli. Eşinin kültürünün özelliklerini duyduktan sonra, ona bu soruları bir sor:

- Bu senin kültüründe genelde geçerli mi?
- Bunlardan hangi konular senin ailen için geçerli?
- Hangi konular senin için geçerli?
- Bu konularda senin kültürüne bağlılığın ne kadar güçlü? Özellikle hangisi?

Çift olarak sohbet

Çok erkenden çocuklukta derinlerde ve bilinçaltında olan 'Biz' ya da 'Ben' duygusu ebeveynler, kardeşler ve akrabalar tarafından manevi olarak programlanır ve sonra okul ve başka otoriteler tarafından kuvvetlendirilir.

Nasıl büyüdüğünüz hakkında konuşun:

- Baban, annen, kardeşlerin, akrabaların ve senin aranda ilişkiler nasıldı?
- Kimi en çok sevdin, kimden en çok korktun/kiminle en çok zaman geçirdin?
- En güzel hatıraların nedir? En üzücü yaşantıların nedir?
- Ne zaman kendini yalnız/utanmış/suçlu hissettin?
- Anaokulu dönemin/okul dönemin nasıl geçti? Hangi hatıraların var?
- Hangi öğretmeni en çok sevdin? Hangisinden en çok nefret ettin?
- Arkadaşların/sınıf arkadaşlarıyla ilişkilerin nasıldı?

Ailelerinize nasıl davranmak istiyorsunuz:

- Ailene göre kendini ne kadar 'karmaşık' ya da 'özerk' hissediyorsun? Bu nasıl belli oluyor?
- Aile üyelerimizi nasıl desteklemek istiyoruz? Gerek var mı? Düzensiz olarak mı, düzenli olarak mı? İsteklerine nasıl cevap veririz?

- Ailelerimize misafirlige gittigimiz zaman, hediye goturecek miyiz? Ne tur hediye? Değeri ne kadar yüksek olacak?
- Yurtdisinda yasayan aileni ne kadar sık ve ne kadar uzun ziyaret etmek istiyoruz?
- Eğer onlar gelmemizi istiyorlarsa, ne tepki veririz?

2. Seminer: Bunlar hakkında konuşmalıyız

Çift olarak sohbet

‘Kültür Soğanı’na bir bakın ve farklı kültürel etkileşiminiz hakkında konuşun:

- Tavrı ve davranışlarınızda farklar
- Normlar ve değerleriniz
- İnançlarınız ve dininiz
- Dünya görüşünüz

Çift olarak sohbet

Bu sohbet özellikle farklı inançlardan gelen çiftler için önemlidir. Bu sorular hakkında konuşun. Kendi kültürünüzde bu konular hakkında ne düşünülür, anne ve babanız acaba bunları nasıl görürler ve kendi düşünceleriniz ne diye sohbet edin.

- İnsan asıl olarak iyi mi, kötü mü, tarafsız mı?
- Ben diğer insanlara göre daha değerli, daha az değerli ya da aynı değerde miyim?
- Doğayı ve çevreyi nasıl görüyorum? Onu kullanmalı mıyız, ona saygı göstermeli miyiz ya da onu korumalı mıyız?
- Hangisi daha önemli: geçmiş mi, şimdiki zaman mı, gelecek mi?
- Hayatım tekrarlanan bir devir içinde mi yer alıyor yoksa bir hedefim var mı?
- Ruhsal bir dünya var mı? Onunla ilgili ilişki nasıl? Kim kimi kontrol eder/Kimin kime etkisi var?
- Eğer bir Tanrı varsa: O nasıl biridir? Nasıl yaratılışıyla ilişki kurur?
- Kederin anlamı ne?
- Benim yaşadığım hayat tek mi yoksa daha fazla var mı? Ölümden sonra hayat var mı, ne inanıyorum?

Vicdanımız nasıl şekillendirilir ve nasıl çalışır

Bu sorular hakkında sohbet edin:

Eğer

- Yanlış bir davranışta yakalanırsan
- Biri sana haksızlık ederse Nasıl tepki vereceğini öğrendin?
- Ne zaman vicdanın rahatlar?

3. Seminer: Aslında ne demek istiyorsun?

Çift olarak sohbet

Kültürünüzden dolayı farklı etkilenmiş iletişim tarzınız hakkında sohbet edin:

- İletişim tarzınız ne kadar doğrudan ve açık ya da dolaylı ve şifrelidir? Kendi iletişim tarzında ne fark ediyorsun? Eşin neler fark ediyor?
- Eşinin iletişim tarzında nelerin hoşuna gittiğine ve nelerin sizi rahatsız ettiğini birbirinize söyleyin.
- Yanlış anlaşmalar ve problemlerden kaçınmak için neler değiştirmek istiyorsunuz?

4. Seminer: Sevgi ne demek?

Çift olarak sohbet

Birbirinize ailenizde nasıl olduğunu anlatın:

- Büyükanne ve deden/annen ve baban nasıl tanışıp evlendiler?
- Kardeşlerin ve akrabalarında nasıldı?
- Ailende boşanma var mı?
- Bu cümle hakkında ne düşünüyorsun: ‘Sevgi evlenmeden önce değil, evlendikten sonra geliyor.’

Çift olarak sohbet

Farklı kültürlerden gelen çiftler için cinselliğin gücü hakkında olan kültürel ideolojiler çok önemlidir.

- Benim ailemde, toplumda, dinde ve ülkemin yasalarında evlenmeden önce (evlilikte) geçerli olan cinsel davranışlar ile ilgili toplumsal kurallar nelerdir? Bunlardan hangileri senin kültüründe farklılar?
- Yaşadığımız ya da yaşayacağımız ülkedeki toplumsal kurallar nelerdir?
- Büyüdüğümde cinsellik hakkında nasıl duygularım ve düşüncelerim vardı? Çocukluğumda ve gençliğimde ne tür tecrübelerim oldu? Sen nasıl büyüdün ve nasıl tecrübelerin oldu?
- Benim limitlerim ve isteklerim/senin limitlerin ve isteklerin nerede? Cinsellikte sevgimi nasıl ifade etmek istiyorum/istiyorsun?

Birbirimizi sevdiğimizi ve hoşlandığımızı nasıl gösteririz?

Eşinin sana karşı olan duygularını ve sevgisini nasıl ifade etmesini istiyorsun? Bu listede istediklerini işaretle. Senin için önemli olmayan şeylerin üstünü çiz. Listeni ve eşinin listesini karşılaştırın ve onun hakkında konuşun ve tartışın.

- göz teması, gülümsemek
- dokunmak, masaj
- sözler, sevgi ifade eden takma adlar
- dikkatlice dinlemek
- hediyeler
- övgü, teşvik edici sözler, aşk mektupları, şiirler
- çok yakınlık, beraber bir şeyler yapmak
- yardım etmek, iş paylaşmak
- yemeğe götürmek
- başka: _____

5. Seminer: Kim neye karar veriyor?

Çift olarak sohbet

Sen nasıl büyüdün ve kültüründen ve ailenden nasıl etkilendin:

- Senin kültüründe bir erkekten/bir bayandan beklentiler nelerdir?
- Baban/annen senin için ne tür bir otorite oldular? Kim en baskındı?
- Annen ve baban işlerini nasıl paylaştılar?
- Büyüklerin etkisi nasıldı?

- Erkek kardeşlerinin/kız kardeşlerinin yeri nasıldı? Biri öncelik gördü mü?
- Senin toplumunda bir bayan nasıl davranmalı? Bayan için neler tipik?
- Senin toplumunda bir erkek nasıl davranmalı? Erkek için neler tipik?

Biz nasıl beraber yaşamak istiyoruz ve işleri nasıl paylaşmak istiyoruz?

- Şu anda yaşadığımız kültürde/yaşayacağımız kültürde erkekten ve bayandan beklenenler nelerdir?
- Hangi rol dağılımı ile daha rahatsız: hiyerarşik mi partner olarak mı? Bu pratikte ne demek? Bunun uygulaması ne?

Rolleri anlama ile ilgili karşılaştırma

Bir tarafta kendi düşünceni işaretlerle ve diğer tarafta eşinin nasıl karar vereceğini düşündüğünü işaretlerle. Sonra sonuçlar hakkında konuşun.

İkinci turda bu fikirlerinizin nereden geldiğini konuşun (kültürden, aileden, arkadaşlardan, dinden, medyadan, kendinizden...).

1 = kesinlikle doğru, 5 = kesinlikle yanlış

<i>Bayan</i>	<i>İfade</i>	<i>Erkek</i>
	Erkek ailenin başıdır.	
	Bayan ev dışında hiçbir iş ile ilgilenmesin.	
	Koca düzenli olarak ev işlerinde yardım etsin.	
	Bayanın çocuklar için daha çok sorumluluğu var.	
	Bayan para kazanırsa, o kendi cebine gitsin.	
	Erkek en az haftada bir akşam arkadaşlarıyla zaman geçirebilmeli.	
	Haftada bir akşam erkek çocuklara baksın ve eşi dışarı çıkabilsin.	
	Erkeğin sorumluluğu işidir, bayaninki de ev işleri ve çocuklarıdır.	
	Para için en iyisi beraber tek bir hesap olsun.	
	Evlilik bir %50/%50 meselesidir.	
	Gerekirse önemli olaylarda kocanın son sözü geçerlidir.	
	Genelde bayan yemek yapsın.	
	Evli bir çift boş zamanlarını beraber geçirsın.	
	Bayan ve erkek eşit olarak cinsellik için girişim yapmalı.	
	Karı ve koca finanslara beraber baksın.	
	Değeri 50 € dan fazla olan bir şeyi kimse eşine danışmadan	

					satın almasın.					
					Baba çocukların disiplini için sorumludur.					
					Evli bir bayan da işyerinde kariyer yapsın.					
					Evi güzel ve temiz tutmak bayanın görevidir.					
					Erkek ayda bir eşi ile beraber bir yere çıksın.					
					Pratik işler erkeğin görevidir.					
					Çocuklara değerleri öğretmek annenin görevidir.					
					Bayanların erkeklere göre daha çok duyguları var.					
					Kim hangi sorumlulukları üstlenir diye erkek karar verir.					
					Erkek beraber dua etmek için girişim yapmalı.					

6. Seminer: Beraber kendimize ait bir evlilik kimliğini oluşturmak

Çift olarak sohbet

Bu sorular hakkında düşünün ve farklılıklarınızı karşılaştırın.

Kendi kültürel kimliğimi tanımak

Kendi kültürümün özü nedir?

Nasıl olduğum gibi oldum?

Benim temel ihtiyaçlarım nelerdir?

Benim için neler önemlidir?

Eşimin kültürel kimliğini keşfetmek

Senin kültürünün özü nedir?

Sen nasıl olduğun gibi oldun?

Senin temel ihtiyaçların nelerdir?

Senin için neler önemlidir?

Benim temel ihtiyaçların öncelikleri:

- 1.
- 2.
- 3.
- 4.
- 5.

Kendi evlilik kimliğimizi oluşturmak

Kültürlerarası bir çift olarak siz özelsiniz! Kişisel ve kültürel farklarınız iyi ve doğrudur. Onları kabul edin ve anlayışlı olun. Onlar hayatınıza heyecan katıyorlar. Onun için farklarınızı kutlayın! Zaten onlar sizi birbirinize çektiler.

Bazı göze çarpan, ilişkinizi tanıtan ve zenginleştiren farklılıklarınızı yazın:

Çift olarak sohbet

Kendi ve eşinizin kültürel kimliklerini tanıdıktan ve göze çarpan farklılıkları anladıktan sonra, sonraki adımda bazı kararlar vermelisiniz. Kendi kültürünün hangi özellikleri

- Kesinlikle hayatınızda olsun
- Tamamen ya da kısmen bırakabilirsiniz
- Hangi konularda uzlaşabilirsiniz
- Hangi konularda kendinize özgü yeni yollardan geçmek istiyorsunuz.

Bir daha kitapçığa bakın ve farklı konuları, sohbet sorularını ve kendi notlarınızı bir daha okuyun:

Konulardan hangisi durumunuza direkt konuştu?

Şimdi hangi kararları vereceksiniz?

Bu konular hakkında daha sonra konuşacağız: