

Baba Olmanın Psikolojik Sağlık, Sosyal Yaşantı ve Kariyer Üzerine Etkileri

Mediha ÖMÜR¹

¹Dr. Öğr. Üyesi, Psikoloji Bölümü, Hasan Kalyoncu Üniversitesi

Çocuğuna karşı ilgili olan ve çocuk ihtiyaç duyduğunda kendisine ulaşılabilen babaların çocuklarının bilişsel beceriler bakımından daha yeterli oldukları, daha fazla içsel kontrol odağına sahip oldukları, daha fazla empati kurma becerisi geliştirip cinsiyet kalıp yargılarına inanmaya daha az yatkın oldukları bilinmektedir. Pek çok çalışmada, babaların çocuk bakımına katılımının ve yeni babalık denilen, çocukla aktif olarak ilgilenen babalık rollerinin çocuk gelişimine olumlu katkısı vurgulanmıştır. Babalıkla ilgili pek çok çalışma, babaların çocuk bakımına katılımlarını ve bunun çocuğa faydalarını ele alırken; babalığın erkeklerin yaşamında ne gibi etkilere sahip olduğu henüz yeterince aydınlatılmamış bir sorudur. Babalık deneyimindeki değişiklikler babalık retoriğindeki kadar belirgin değildir. Yine de babaların çocuklarıyla eskiye göre daha fazla duygusal iletişim kurdukları, yaşamlarıyla daha çok ilgilendikleri ve cinsiyet rolü beklentilerinde daha fazla eşitlikçi oldukları bilinmektedir.

Babalığa Uyum ve Psikolojik Sağlık

Çoğunlukla, babaların çocuklarıyla etkileşimleri, yani babaların çocukları nasıl etkilediği akademik ilgiyi üzerine çektiyse de, babaların kişisel babalık deneyimleri, özellikle de genç yaşta baba olma deneyimi de çalışmalara konu olmuştur. Genç babalık, düşük uyum, okulu terk etme, suçlu davranışlar ile ilişkili bulunmuştur.

Baba olmanın olumsuz çıktılarını içeren çalışmalarda, babalığa geçiş ve bebeğin doğumunun evlilik doyumunda düşüş, stres ve bazı başka rahatsızlıklarla ilişkili bulunmuştur. Ayrıca, ebeveynlik rollerine geçişte, boylamsal çalışma sonuçları, erkek çocuk sahibi olan babaların özgüvenlerinde düşüş yaşandığını, kız çocukları olan babaların özgüvenlerinde artış yaşandığını göstermiştir. Kız çocuk babalarında, ebeveynlik rollerine geçişin özgüveni artırması, babalık statüsünün genel olarak olumlu bir etkiye sahip olmasıyla açıklanabilir. Erkek çocuk babalarında ise, geleneksel olarak kadınsı görülen çocuk bakımı görevlerini yerine getirmek, erkek çocuğa erkeksi olmayan bir rol model sunuyor olma endişesi özgüveni olumsuz etkileyebilir.

Bazı çalışmalarda, babaların baba olmayanlardan daha az psikolojik rahatsızlıklara sahip oldukları görülmüştür. Bu çalışmaların bulgularına göre çocukların bakımına duygusal katılım iş stresine karşı koruyucu bir kalkan oluşturmaktadır. Bazı çalışmacılar ise evliliğin erkeklerin sigara, alkol ve diğer madde kötüye kullanımlarını azalttığını, çocuk sahibi olmanın ise bu davranışsal değişikliklerin korunmasında etkili olduğunu ileri sürmüştür.

Babalık, başkalarına karşı sorumlu olma ve başkaları için yaşama duygusu vererek olumlu davranışları cesaretlendirebilir. Bu durum, erkeklerin sağlıklı yaşama motivasyonlarını artırabilir. Ayrıca babalığın sunduğu başkalarını önemseme duygusu, erkeklere hayatlarını ne için yaşadıklarını ve hayatta önemsedikleri değerlerin ne olduğunu sorgulama ve gelecek nesillere neyi aktarmak istediklerine karar verme fırsatı sunabilmektedir.

Sosyal Yaşantı ve Kariyer

Çocuk sahibi olmak, arkadaşlarla birlikte geçirilen zamanı azaltabilir ama dolaylı ya da doğrudan çocukları içeren sosyal ilişkileri. Örneğin, çocuk sahibi olmak benzer yaşlarda çocukları olan komşuların komşuluk ilişkilerini artırır.

Babalığın iş yaşamına etkilerine bakılacak olursa, ebeveynlik rollerine aşırı katılım, işe katılımı olumsuz etkileyebileceği görülmektedir. Ama baba olmayanlara göre babalar iş gücüne ya da kariyerlerine, çocuklarına ve ailelerine bakmakla yükümlü olduklarından dolayı daha fazla bağlanırlar. Diğer bir deyişle, babalık erkekleri, düzenli ve iyi bir iş sahibi olmaya yönlendirebilir ama kendilerini kariyerlerine aşırı adanmalarını engeller.

Bazı erkekler için babalık durumsal bir rol olmaktan çok benliklerinin önemli bir parçası ve bir uzmanlık statüsüdür. Bu türden babalar, kendi zamanlarını ve parasal kaynaklarını çocuklarının ihtiyaçlarına göre düzenlerler. Bazı başka babalar içinse, babalık tanımları hayatlarının küçük bir parçasını kapsar. Bu erkekler için babalık, hayatlarında üstlendikleri pek çok rolden

biridir. Bu türden erkekler, iş yüklerini ve maddi eksiklikleri çocukların bakımlarına katılmırlarındaki eksikliklerin gerekçesi olarak sunarlar.

Babalık Tutumlarında Bireysel Farklılıklar

Erkekler arasında, babalık tutumlarıyla ilgili bu farklılıklar çok fazla aydınlatılmamıştır. Bir çalışmada, bu değişkenliğin evlilik statüsü, sosyoekonomik faktörler, ırk ve yaştan etkilenmediği görülmüştür. Bununla birlikte çalışmalar, babalığa katılımın, kendi öz çocuklarıyla yaşayan babalarda sosyal iletişim, aile bağlarını sürdürme ve iş yaşamı ile olumlu ilişkilere sahip olduğunu göstermektedir.

Kendi öz çocuğuyla yaşayan babaların hayatlarında babalık rolü gerçekten önemlidir. Üvey babalarda ise, babalığa katılımın hayatın diğer yönlerindeki dönüştürücü etkisi yine çocukla beraber yaşanan durumlarda belirginleşmektedir. Çocuğuyla birlikte yaşamayan babalarda ise, babalığın hayatın diğer alanları üzerindeki etkisi belirgin değildir. Yine de, çocuklarıyla birlikte yaşamayan babalar, sosyal ilişkiler ve iş davranışları bakımından, çocuğuyla birlikte yaşayan babalara baba olmayanlardan daha yakın bulunmuşlardır.

SONUÇ

Babalık üzerine literatür, bu deneyiminin erkek hayatındaki çoğunlukla olumlu etkilerine işaret etmektedir. Bununla birlikte, babalık deneyiminin erkekleri daha mutlu, daha sağlıklı ve sosyal bağları daha güçlü bir hale getirdiği sonucuna varabilmek için daha fazla kanıt ihtiyacı vardır. Özellikle farklı kültürlerdeki babalık deneyimlerine yönelik araştırmalar babalık kavramının daha iyi anlaşılmasına ve farklı kültürlerde aile içi çatışmaların yönetilmesi çabalarına katkı sağlayabilir.

Kaynaklar

Barnett, R. C., Marshall, N. L. ve Pleck, J. H. (1992). Men's multiple roles and their relationship to men's psychological distress. *Journal of Marriage and the Family*, 54, 358-367.

Eggebeen, D. J. ve Knoest, C. (2001). Does fatherhood matter for men? *Journal of Marriage and the Family*, 63(2), 381-393.

Heath, D. T., McKenry, P. C. ve Leigh, G. K. (1995). The consequences of adolescent parenthood on men's depression, parental satisfaction, and fertility in adulthood. *Journal of Social Service Research*, 20, 127-148.

Lamb, M. E. (1987). Introduction: The emergent American father. İçinde: M. E. Lamb (Ed.), *The father's role: Crosscultural perspectives* (pp. 3-25). Hillsdale, NJ: Lawrence Erlbaum.

Snarey, J. (1993). *How fathers care for the next generation: A four decade study*. Cambridge, MA: Harvard University Press.

Umberson, D. (1987). Family status and health behaviors: Social control as a dimension of social integration. *Journal of Health and Social Behavior*, 28, 306-319.