

# Journal of Development and Psychology (JODAP)

## Gelişim ve Psikoloji Dergisi (GPD)



Yıl/Year: 2020

Cilt/Volume: 1

Sayı/Number: 1

[dergipark.org.tr/gpd](http://dergipark.org.tr/gpd)



Gelişim ve Psikoloji Dergisi  
Journal of Development and Psychology (JODAP)

Yayın Aralığı Yılda 2 Sayı | Başlangıç: 2020 | Yayıncı Alper Remzi AYDIN |

<https://dergipark.org.tr/tr/pub/gpd>

**Onur Kurulu**

Prof. Dr. Makbule Meziyet Arı  
İstanbul Gelişim Üniversitesi Çocuk Gelişimi  
Bölümü mmari@gelisim.edu.tr

Prof. Dr. Hasan Bacanlı  
Fatih Sultan Mehmet Vakıf Üniversitesi Rehberlik  
ve Psikolojik Danışmanlık Ana Bilim Dalı  
hasan.bacanlı@gmail.com

Prof. Dr. Sam Gladding Wake Forest University  
Danışmanlık Ana Bilim Dalı stg@wfu.edu

**Yayın ve Danışma Kurulu**

Prof. Dr. Makbule Meziyet Arı İstanbul Gelişim  
Üniversitesi Çocuk Gelişimi  
Bölümü mmari@gelisim.edu.tr

Prof. Dr. Hasan Bacanlı  
Fatih Sultan Mehmet Vakıf Üniversitesi Rehberlik  
ve Psikolojik Danışmanlık Ana Bilim Dalı  
hasan.bacanlı@gmail.com

Prof. Dr. Elçin Balcı  
Erciyes Üniversitesi Halk Sağlığı Ana Bilim Dalı  
drelcin71@gmail.com

Prof. Dr. Sam Gladding  
Wake Forest University Danışmanlık Ana Bilim  
Dalı stg@wfu.edu

Prof. Dr. Ercan Kocayörük  
Çanakkale Onsekiz Mart Üniversitesi  
Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık Ana Bilim  
Dalı  
ercankocayoruk@gmail.com

Prof. Dr. Michaelene Ostrosky  
Illinois Üniversitesi Özel Eğitim Bölümü  
ostrosky@illinois.edu

Doç. Dr. Filiz Erbay  
Near East University Okul Öncesi Eğitimi Ana  
Bilim Dalı filiz.erbay@neu.edu.tr

Doç. Dr. Ebru Ersay  
Gazi Üniversitesi Okul Öncesi Eğitimi Ana Bilim  
Dalı eersay@gmail.com

Doç. Dr. Serpil Pekdoğan  
İnönü Üniversitesi Okul Öncesi Eğitimi Ana Bilim  
Dalı serpil.pekdogan@inonu.edu.tr

Doç. Dr. Zeliha Yazıcı  
Akdeniz Üniversitesi Okul Öncesi Eğitimi Ana  
Bilim Dalı zyazici06@gmail.com

Dr. Öğr. Üyesi Özlem Eryavuz  
İstanbul Kent Üniversitesi Çocuk Gelişimi  
Programı ozlem.eryavuz@kent.edu.tr

Dr. Öğr. Üyesi Zehni Koç  
Gazi Üniversitesi Rehberlik ve Psikolojik  
Danışmanlık Ana Bilim Dalı zihnikoc@gazi.edu.tr

Dr. Öğr. Üyesi Nektarios Stellakis  
University of Patras Erken Çocukluk Eğitimi Ana  
Bilim Dalı nekstel@upatras.gr

Dr. Öğr. Üyesi Hatice Şıngır  
Gazi Üniversitesi Rehberlik ve Psikolojik  
Danışmanlık Ana Bilim Dalı  
hkaracanta@gazi.edu.tr

Dr. Vedat Bayraktar  
Gazi Üniversitesi Okul Öncesi Eğitimi Ana Bilim  
Dalı vbayraktar@gazi.edu.tr

Dr. Dumutri Goldbach  
Valahia University of Târgoviste Pazarlama Ana  
Bilim Dalı dumitru.goldbach@valahia.ro

**Editör Kurulu**

Editör  
Uzman Alper Remzi Aydın  
alperremziaydin@gmail.com

Editör Yardımcısı  
Öğr. Gör. Uzman İsmet Çelebi  
ismetcelebi17@hotmail.com

Yabancı Dil Editörü  
Emre Şen  
emresenpiano@gmail.com

**Kapak Tasarım**

Bilim Uzmanı Alper Remzi Aydın  
Emre Şen

**Mizanpaj-Dizgi**

Bilim Uzmanı Alper Remzi Aydın

**Sorumlu Yazı İşleri Müdürü**

Bilim Uzmanı Alper Remzi Aydın

**Sekreteryaya**

Öğr. Gör. Uzman İsmet Çelebi  
Bilim Uzmanı Alper Remzi Aydın

**İmtiyaz Sahibi ve Yayımcı**

Alper Remzi Aydın  
Haziran, 2020

Gelişim ve Psikoloji Dergisi (GPD)'nin yayın ve danışma kurulu 5 farklı ülkenin 13 farklı üniversitesinde görev yapan 16 bilim insanından oluşan idealonline ve ASOS indexlerinde taranan uluslararası hakemli ve akademik bir dergidir.

**İÇİNDEKİLER****Sayı Dosyaları**

İç Kapak ve Künye .....	i-ii
İçindekiler .....	iii
Önsöz .....	v

**Araştırma Makaleleri**

Üstün Yetenekli Çocuğu Olan ve Olmayan Anne Babaların Ebeveynliğe İlişkin Yeterlilik Algıları İle Stres Düzeylerinin Karşılaştırılması / Rıdvan SÖĞÜT, Ali ÇEKİÇ .....	1-15
Çekingenlik Davranışının Tespiti ve Giderilmesine İlişkin Şema Yaklaşımı İle Büyük Ebeveyn – Ebeveyn ve Çocuk İlişkisi / Cenk ADIGÜZEL, Seda BAPOĞLU, Mertcan TOPAL .....	17-25
Lise Öğrencilerinde Bilişsel Esneklik İle Psikolojik Sağlık Arasındaki İlişkide Yaşam Amaçlarının Aracı Rolü / Sezen GÜLEÇ .....	27-35

**Derleme Makaleleri**

Aile Danışmanlığı Tekniklerinin Okul Psikolojik Danışma ve Rehberlik Servislerinde Kullanımının İncelenmesi / Özgür TÖNBÜL .....	37-47
Derleme: Köken Aile Tutumlarının Psikopatoloji Üzerine Etkisi / Selen TÜTÜNCÜ ..	49-56



## ÖNSÖZ

Gelişim ile psikolojinin eğitim, sağlık ve sanat disiplinleri ile çok yakından ilişkisi bulunmaktadır. Ancak özellikle yurt içi yayınlar incelendiğinde disiplinler arası çalışmaların istenilen düzeyde olmadığı görülmektedir. Bu nedenle **Gelişim ve Psikoloji Dergisi (GPD) (Journal of Development and Psychology (JODAP))**, eğitim, sağlık, gelişim ve psikoloji alanlarındaki bilgilerin diğer alanlardaki bilgiler ile sentezlenerek bilime katkı sağlamayı amaçlayan yayınlar içermeyi ve uluslararası tanınır olmayı amaçlamıştır. Bu amaç doğrultusunda, 2019 yılında kurulan **uluslararası hakemli ve akademik bir dergi olan (GPD)'nin** yayın ve danışma kurulunu, gelişim, psikoloji, eğitim ve sağlık ve diğer sosyal alanlarda çalışmaları bulunan **5 farklı ülkenin 13 farklı üniversitesinde** görev yapan 16 bilim insanı oluşturmaktadır. Onur kurulu ile yayın ve danışma kurulunda tarafıma yer verilen bu **derginin yayın hayatına başlayacak ilk sayısının önsözünü** yazarken alana katkı getirmesini umut etmekteyim.

15 Haziran 2020’de yayınlanan bu derginin bu ilk sayısında;

- Bilim Uzmanı-Psikolojik Danışman Rıdvan SÖĞÜT ile Dr. Öğr. Üyesi Ali ÇEKİÇ’in hazırladığı “*Üstün Yetenekli Çocuğu Olan ve Olmayan Anne Babaların Ebeveynliğe İlişkin Yeterlilik Algıları ile Stres Düzeylerinin Karşılaştırılması*”,
- Bilim Uzmanı-Psikolojik Danışman Cenk ADIGÜZEL, Dr. Seda BAPOĞLU ve Uzman Mertcan TOPAL’ın yazdığı “*Çekingenlik Davranışının Tespiti ve Giderilmesine İlişkin Şema Yaklaşımı İle Büyük Ebeveyn–Ebeveyn ve Çocuk İlişkisi*”,
- Dr. Sezen GÜLEÇ’in kaleme aldığı “*Lise Öğrencilerinde Bilişsel Esneklik İle Psikolojik Sağlık Arasındaki İlişkide Yaşam Amaçlarının Aracı Rolü*” başlıklı orijinal araştırma makaleleri;
- Psikolojik Danışman-Yüksek Lisans Öğrencisi Özgür TÖNBÜL tarafından hazırlanan “*Aile Danışmanlığı Tekniklerinin Okul Psikolojik Danışma ve Rehberlik Servislerinde Kullanımının İncelenmesi*”,
- Doktora Öğrencisi Selen Tütüncü’nün kaleme aldığı “*Derleme: Köken Aile Tutumlarının Psikopatoloji Üzerine Etkisi*”

başlıklı derleme makaleler yer almaktadır.

Dünya olarak salgınla mücadele verirken zorlu zamanlardan geçtiğimiz bu dönemde derginin bu sayısına emeği geçen kurul üyelerine, yazar ve hakemlere çok teşekkür ederim. Bu dergi umarım ve dilerim ki çok iyi bir konuma yerleşir. Derginin ikinci sayısı 15 Aralık 2020’de yayınlanacaktır.

Gelişim ve Psikoloji Dergisi (GPD)  
Journal of Development and Psychology (JODAP)  
Adına  
Prof. Dr. Makbule Meziyet Arı  
İstanbul Gelişim Üniversitesi  
Çocuk Gelişimi Bölümü





# Üstün Yetenekli Çocuğu Olan ve Olmayan Anne Babaların Ebeveynliğe İlişkin Yeterlilik Algıları İle Stres Düzeylerinin Karşılaştırılması<sup>1</sup>

## Comparison of Stress Level and Perceptions of Competence Related to Parenting of Parents with Gifted and Non-Gifted Children

Rıdvan Söğüt<sup>1</sup>, Ali Çekiç\*<sup>2</sup>

<sup>1</sup>Psikolojik Danışman, Milli Eğitim Bakanlığı, [rdv\\_sgt93@gmail.com](mailto:rdv_sgt93@gmail.com), [orcid.org/0000-0003-0056-3498](https://orcid.org/0000-0003-0056-3498)

<sup>2</sup>Dr. Öğr. Üyesi, Gaziantep Üniversitesi, Eğitim Fakültesi, [alicekic@gantep.edu.tr](mailto:alicekic@gantep.edu.tr), [orcid.org/0000-0002-7893-268X](https://orcid.org/0000-0002-7893-268X) \*Sorumlu Yazar

Geliş tarihi/Received :13.03.2020

Kabul tarihi/Accepted:01.05.2020

Yayın tarihi/Published:15.06.2020

### ÖZET

Bu araştırmanın amacı üstün yetenekli çocuğu olan ve olmayan anne babaların ebeveynliğe yönelik yeterlilik algıları ve stres düzeylerini karşılaştırmaktır. Bu amaçla çalışmaya Batman Bilim ve Sanat Merkezi'ne (BİLSEM) devam eden 106 üstün yetenekli çocuğun ebeveyni ile sadece devlet kullarına devam eden 145 normal gelişim gösteren çocuğun ebeveyni katılmıştır. Araştırmada katılımcıların sosyo-demografik bilgilerini almak için Kişisel Bilgi Formu, ebeveynlik konusundaki yeterlilik algılarını ölçmek için Ebeveyn Öz Yeterlilik Ölçeği (EÖYÖ) ve ebeveynlik streslerini ölçmek için Anne Baba Stres Ölçeği (ABSÖ) kullanılmıştır. Araştırma sonuçlarına göre, üstün yetenekli olan ve olmayan çocukların anne ve babalarında ebeveyn öz yeterlilik algısı ile ebeveynlik stresi arasında negatif yönlü ve anlamlı bir ilişki bulunmuştur. Bu ilişkinin üstün yetenekli çocuğu olan ebeveynlerde daha güçlü olduğu tespit edilmiştir. Ayrıca üstün yetenekli çocuğu olan ve olmayan anne babaların ebeveyn yeterlilik algıları ve stres düzeyleri arasında anlamlı bir fark bulunmamıştır.

**Anahtar Kelimeler:** Üstün yetenekli çocuklar, Ebeveyn yeterlilik algısı, Ebeveynlik stresi

### ABSTRACT

The aim of this study is to compare the perceptions of competence for parenting and stress levels of parents with and without gifted children. For this purpose, parents of 106 gifted children attending Batman Science and Art Center (BİLSEM) and the parents of 145 normally developing children attending official schools participated in the study. In the study, a Personal Information Form was used to collect the socio-demographic information of the participants, Parental Self-Efficacy Scale (PSES) was used to measure parenting perceptions of parenting and Parental Stress Scale (PSS) was used to measure parenting stress. According to the results of the study, there is a negative and significant relationship between parental self-efficacy perception and parenting stress in the parents of gifted and non-gifted children. This relationship was found to be stronger in parents with gifted children. In addition, no significant difference was found between parental competence perception and stress levels of parents with and without gifted children.

**Keywords:** Gifted children, Parental competence perception, Parenting stress

<sup>1</sup> Bu çalışma Dr. Öğr. Üyesi Ali Çekiç'in danışmanlığında Rıdvan Söğüt tarafından hazırlanan "Üstün Yetenekli Olan ve Olmayan Çocukların Anne Babalarının Ebeveynliğe İlişkin Yeterlilik Algıları İle Stres Düzeylerinin Karşılaştırılması" başlıklı yüksek lisans tezinden türetilmiştir.

## GİRİŞ

İnsanoğlu dünyaya adım attığı anda kendisini yaşam serüveninin içerisinde bulur. Bu serüvende birbirinden farklı birçok olayla karşı karşıya kalır. Yaşanılan olaylar olumlu veya olumsuzluğuna bakılmaksızın kişiye tecrübe olur. Bir tecrübe kazanma süreci olan yaşamla başa çıkmak için bazı becerilerle dünyaya geliriz. Bu beceriler her birimizde farklıdır. Bazılarımız akranlarına göre daha iyi psikomotor becerilere sahipken, bazılarımız daha iyi iletişim kurar ya da problem çözme, akıl yürütme gibi bilişsel becerilerde daha iyidir. Hatta bazı çocuklar diğer akranlarının sahip oldukları bazı becerilere, örneğin yürümek, görmek veya işitmek gibi, asla sahip olamayacaktır.

Çocuğun sahip olduğu bu farklılıklar onu etkilediği gibi, başta ailesi olmak üzere içinde doğup büyüdüğü sosyal çevresini de etkiler. Anne babalar en temel sorumlulukları olan çocuklarını büyütürken onlara psikososyal açıdan en uygun şartları oluşturmaya çalışırlar. Bu şartları oluştururken de bazen beklenmedik durumlarla karşı karşıya kalabilirler (Bektaş, 2015). Bu beklenmedik durumlardan bir tanesi de gelişimsel açıdan bazı alanlardan akranlarından geride olan ve bu durumundan dolayı özel eğitime ihtiyaç duyan bir çocuğa sahip olmaktır. Özel eğitime ihtiyacı olan bir çocuğun yetiştirilmesinde anne ve babanın sorumlulukları daha da artmaktadır.

Gelişim özellikleri olarak akranlarından farklı olan, özel eğitime ihtiyacı olan gruplardan bir tanesi de üstün yetenekli çocuklardır. Üstün yetenekli çocuk sahibi olmak aileyi mutlu eden bir durum gibi görünse de çoğunlukla sorumluluklardan dolayı aileleri zorlamaktadır (Waggoner ve Wilgosh, 1990). Ebeveynler için üstün yetenekli çocuk sahibi olmak sanılanın aksine zordur (Özbay, 2013).

Üstün yetenekli çocuklar akranlarından farklı gelişimsel özellikler gösterdiklerinden anne babalarının da yaşadıkları sıkıntılar farklılaşabilmektedir. Literatür incelendiğinde üstün yetenekli çocuğu olan anne babaların çocuklarının iletişim becerileri, eğitimi ve akran ilişkileri gibi konularda zorlandıkları görülmektedir. Ayrıca konuya hâkim olduklarından dolayı derslerden erken sıkılabilmektedirler. Bu durum da anne babaları çeşitli açılardan zorlamaktadır. Üstü yetenekli çocuklar bazen farklı arzu ve isteklerde bulunabilmektedirler (kamplar, ekstra kurslar vs.). Ebeveynler bazen bu istekleri karşılayabiliyorken bazen zorlanmaktadır. Üstün yetenekli çocuklar akranlarından farklı özellikler gösterdiğinden eğitimleri konusunda anne babalar ekstra çaba harcamak zorunda kalabilmektedirler. Bu durum da anne babaları bazen zorlamaktadır ( Karakuş, 2010).

Anne babaların ebeveynlik rollerinden kaynaklanan bu gibi zorlanmaların bir sonucu da stres düzeylerinin artmasıdır. Ebeveynlik stresi, çocuk davranışını yönetmek, aile düzenini sağlamak sürdürmek ve günlük ihtiyaçları karşılamak gibi ebeveynlik rolünde karşılaşılan zorlukları ifade etmektedir. Ebeveynler yerine getirmeleri gereken görevleri ne kadar zor olarak algıladılarsa yaşadıkları stres o kadar büyük olur (Kwok ve Wong, 2000). Harrison (1998)'a göre ebeveynlik stresi çocuk davranışından etkilenmekte ve çocuk davranışlarına verilen tepkileri de belirlemektedir. Stres, elbette ki herkesi farklı şekilde etkileyen ancak aynı zamanda da yaşamın kaçınılmaz bir parçasıdır. Ebeveynlik stresi ise bir yanda ebeveyn olma isteğine karşılık diğer yanda bu isteğe verilen psikolojik bir tepkidir. Abidin (1995)'e göre, ebeveynlik stresi, çocuğa, ebeveyne ve çocuk-anne-baba etkileşimine ilişkin üç farklı boyutu etkileyen karmaşık bir yapıdan kaynaklanmaktadır. Ebeveynlik rolünden kaynaklanan yüksek stres düzeyi çocukların zihinsel, davranışsal, sosyal, kişilik ve dil gelişimlerini de olumsuz yönde etkilemektedir. Kronik gelişimsel yetersizliği bulunan bir çocuğa sahip olmak ebeveynler açısından önemli bir yüksek stres nedeni olarak tespit edilmiştir (Dardas ve Ahmad, 2013). Bu kapsamda gelişim sürecinin diğer ucunda bulunan üstün yetenekli olma durumunun da incelenmesi ve üstün yetenekli çocuğu olan anne babaların stres düzeyleri ile ebeveynlik rollerinden kaynaklanan

yeterlik algılarının normal gelişim özellikleri gösteren ebeveynlerle karşılaştırılmasının önemli olduğu düşünülmektedir.

Üstün yeteneklilik geçmişten günümüze sürekli insanların dikkatini çeken bir konu olmuştur. Karmaşık bir konu olmasından dolayı tek bir üstün yeteneklilik tanımının yapılması da zor olmuştur. Üstün yetenekli; akranlarından farklı yeteneklere sahip olma ve yüksek düzeyde iş yapabilme potansiyeli olarak tanımlanmıştır (Clark,1997; Akt: Karakuş,2010). Çağlar ise (2003), genel zihin yeteneği, özel akademik yetenek, yaratıcı düşünme yeteneği, sanatsal yetenek, liderlik yeteneği ve psikomotor yetenek gibi alanlardan biri veya birkaçında yüksek başarı gösterme ve akranlarından farklı olma olarak tanımlamıştır.

Genel anlamda akranlarından farklı gelişimsel özellikler gösteren üstün yetenekli çocuklar okulda ihtiyaç duydukları özel bir müfredat ve eğitimin yanında anne ve babalarının da desteğine ihtiyaç duymaktadırlar (Bencik,2006). Üstün yetenekli çocuğu olan anne ve babaların öz yeterlik algıları ile stres düzeylerinin normal gelişimsel özelliğe sahip çocuğu olan anne babalardan farklılaşıp farklılaşmadığının ortaya konulması bu ailelerle çalışan başta psikolojik danışmanlar olmak üzere uzmanlara katkı sağlayacaktır.

İlgili literatür incelendiğinde anne babaların yeterlik algıları ile stres düzeylerinin karşılaştırıldığı gruplar normal gelişim özellikleri göstermeyen, dil, işitme, konuşma, zekâ ve psikomotor alanlarda özel eğitime ihtiyaç duyan çocukların anne babalarıdır (Gülaldı,2010; Güneş Çalıcıoğlu,2018). Bu konuda üstün yetenekli çocuğu olan anne babalar ile ilgili yapılmış bir çalışmaya rastlanmamıştır. Üstün yetenekli çocuğu olan ve olmayan anne babalar arasında stres düzeyleri ve öz yeterlik algıları açısından karşılaştırılması her iki gruba mensup anne babaların daha iyi tanınmasına, bu anne babalara yönelik yapılacak önleyici ve müdahale edici bireysel ve grup uygulamalarına da katkı sağlayacağı düşünülmektedir. Bu açılarından anne babaların ruh sağlıklarının iyi bilinmesi, bu konuda yapılacak müdahale alanlarının belirlenmesini kolaylaştırır. İşte bu amaçla bu çalışmada üstün yetenekli çocuğa sahip olan ve olmayan anne babaların ebeveynlikte yeterlik algıları ve stres düzeyleri karşılaştırılmıştır. Ebeveynlik yeterlik algısının stresi nasıl etkilediği ve üstün yetenekli çocuğa sahip olup olmamanın stres düzeyini nasıl etkilediğinin araştırılarak alana katkı sağlanması açısından bu araştırma önemlidir. Bu nedenle bu araştırma kapsamında şu araştırma sorularına cevap aranmıştır.

1. Çocukları normal gelişim özellikleri gösteren anne babalar ile çocukları üstün yetenekli olan anne babaların ebeveynliğe yönelik yeterlik algıları arasında anlamlı farklılık var mıdır?
2. Çocukları normal gelişim özellikleri gösteren anne babalar ile çocukları üstün yetenekli olan anne babaların ebeveyn stres düzeyleri arasında anlamlı fark var mıdır?
3. Anne babaların ebeveynliğe yönelik yeterlik algıları ile ebeveyn stres düzeyleri cinsiyet, çocuk sayısı, sosyoekonomik düzey ve eğitim düzeyine göre farklılaşmakta mıdır?

## YÖNTEM

Bu bölümde araştırmanın modeli, çalışma grubu, verilerin toplanması ve analizi ile ilgili bilgiler verilmiştir.

### Araştırmanın Modeli

Bu çalışmada üstün yetenekli çocuğu olan ve olmayan anne babalar ebeveynlik yeterlilik algısı ve stres düzeylerinin karşılaştırılması açısından değerlendirilmiştir. Bu nedenle araştırmanın modeli ilişkisel tarama modelidir.

Tarama araştırması herhangi bir olay veya konuya yönelik katılımcıların görüş, tutum, yetenek, ilgi vb. özelliklerin tespit edildiği ve daha çok büyük örneklem gruplarında yapılan çalışmalardır. İlişkisel tarama modeli ise iki ya da daha fazla değişkenin ve bu değişkenler arasındaki ilişkilerin belirlenebilmesi için yapılan araştırma modelleridir (Büyüköztürk, vd., 2008).

### Çalışma Grubu-Evren Örneklem

Araştırmanın çalışma grubunu 2018-2019 eğitim-öğretim yılında Batman Bilim Sanat Merkezine devam eden çocukların anne babaları ile amaçlı örnekleme yöntemiyle belirlenen ve Bilim Sanat Merkezi'ne devam eden çocukların ebeveynleriyle benzer özelliklere sahip Millî Eğitim Bakanlığı'na (MEB) bağlı ilkökuller ve ortaokula devam eden öğrencilerin anne babaları oluşturmaktadır. Türkiye'de 1994-1995 eğitim-öğretim yılında Ankara'da ilk Bilim ve Sanat Merkezleri (BİLSEM) kurulmuştur. Bilim ve Sanat Merkezleri iki aşamalı bir sınavla genel yetenek, müzik ve resim gibi farklı alanlarda üstün yetenekli öğrencileri belirleyerek bu çocuklara özel bir eğitim programına tabi tutmaktadır (Sarıtaş, Şahin, ve Çatalbaş; 2019). Bu nedenle BİLSEM'e kayıtlı öğrenciler Millî Eğitim Bakanlığı tarafından üstün yetenekli olarak tanımlanmışlardır. BİLSEM'e devam eden çocukların ebeveynlerinin özelliklerine bakıldığında katılımcıların daha çok 36-50 yaş arasında olduğu, sosyoekonomik düzeylerine ilişkin algılarının daha çok orta düzeyde olduğu ve eğitim durumlarının daha çok üniversite ve üzeri olduğu görülmektedir.

Tablo 1. Katılımcıların Sosyodemografik Özellikleri

Değişken		Frekans	Yüzde
Ebeveyn	Anne	134	53,40
	Baba	117	46,60
Çocuk Sayısı	1	23	9,20
	2	75	29,90
	3 ve Üzeri	153	60,90
Sosyoekonomik Durum	Kötü	24	9,60
	Orta	173	68,90
	İyi	54	21,50
BİLSEM'e Devam Durumu	Evet	106	42,20
	Hayır	145	57,8
Ebeveyn Eğitim Durumu	İlköğretim	63	25,09
	Lise	91	36,25
	Üniversite ve Üzeri	97	38,64

Araştırmaya katılan ebeveynlerin 134'ü anne, 117'si babadır. Katılımcıların yarısından fazlası üç ve üzeri çocuk sahibidir. Ebeveynlerin üçte biri sosyoekonomik durumlarını orta seviye olarak görmektedirler. Çalışmaya katılan ebeveynlerin çocuklarından 106'sı BİLSEM'e devam

ederken, 145 ebeveynin çocuğu BİLSEM'e gitmemektedir. Ebeveynlerin eğitim seviyeleri incelendiğinde lise mezunları ve üniversite ve üzeri mezunların oranları birbirine denk iken, bu iki grup katılımcıların dörtte üçünü oluşturmaktadır, geriye kalan dörtte birlik grup ise ilköğretim mezunudur (Tablo 1).

### Verilerin Toplanması

Araştırma verileri Batman il merkezinde yer alan BİLSEM ve bir ilkokul ve ortaokulda çocukları öğrenim gören anne ve babalardan okulların psikolojik danışmanlarının yardımıyla toplanmıştır. Ölçme araçları anne babalara çocukları aracılığıyla ulaştırılmış ve yine çocukları tarafından kapalı zarflar içerisinde ilgili sınıf öğretmeni veya okulun psikolojik danışmanına teslim edilmiştir. Anne babalardan toplanan ölçme araçları araştırmacı tarafından incelenmiş, ölçek maddelerinin büyük çoğunluğunu boş bırakan, bütün maddelere aynı cevapları veren anne babaların kağıtları değerlendirmeye alınmamıştır. Geri kalan ölçekler SPSS'e girilerek analizler yapılmıştır.

#### Veri Toplama Araçları

Bu araştırmada kullanılan veri toplama araçları anket şeklinde hazırlanmış ve katılımcılara uygulanmıştır. Araştırmada veri toplama aracı olarak Kişisel Bilgi Formu, Anne-Baba Stres Ölçeği ( ABSÖ), ve Ebeveyn Öz-Yeterlik Ölçeği ( EÖYÖ) kullanılmıştır.

Kişisel Bilgi Formu: Araştırmacı tarafından hazırlanan bu formda katılımcılara cinsiyeti, yaşı, çocuk sayısı, çocuğun cinsiyeti, ekonomik durumu, medeni durumu, eğitim durumu ve çocuğun Bilim ve Sanat Merkezi'ne devam edip etmediği sorulmuştur.

Anne-Baba Stres Ölçeği (ABSÖ): Özmen ve Özmen (2012) tarafından geliştirilen bu ölçek ebeveynlerin günlük hayatta çocuklarıyla ilişkilerinde yaşadıkları stresi ölçmeye yöneliktir. Anne Baba Stres Ölçeği 16 maddeden oluşan tek boyutlu bir ölçek olup dörtlü likert tipiyle derecelendirilmiştir. Ölçekte; (4) " Her zaman", (3) "Sık sık", (2) "Bazen", (1) "Hiçbir zaman" olarak derecelendirilmiştir. Bu ölçekten alınabilecek en düşük puan 16, en yüksek puan ise 64'tür. Ölçekten alınan puan yüksekliği anne baba stresinin yüksek olduğu anlamına gelmektedir (Özmen ve Özmen, 2012).

Ebeveyn Öz-Yeterlik Ölçeği (EÖYÖ): Ebeveyn Öz-Yeterlik Ölçeği (EÖYÖ) Guimond, Moore, Aier, Maxon ve Diken tarafından 2005 yılında geliştirilen, Diken tarafından 2007 yılında Türkçe uyarlaması yapılan ve Cavkaytar, Aksoy ve Ardıç (2014) tarafından geçerlik ve güvenilirlik çalışması tekrar yapılan likert tipi bir ölçektir. 17 maddeden oluşan bu ölçek anne babaların ebeveynlik konusundaki becerilerine yönelik öz-yeterlik algılarını ölçmeye yaramaktadır. 7'li likert tipi bir derecelendirmeye hazırlanan ölçekte alınabilecek en düşük puan 17, en yüksek puan ise 119'dur. Ölçekten alınan puan arttıkça anne babaların ebeveynlik öz yeterlik algıları da artmaktadır.

### Verilerin Analizi

Parametrik testlerin varsayımlarından birisi verilerin normal bir şekilde dağılım göstermesidir. Bu varsayımın bu çalışmada karşılandığını test etmek amacıyla katılımcıların ABSÖ ve EÖYÖ'den elde ettikleri puanların Kolmogorov-Smirnov değerleri ve çarpıklık (skewness) ve basıklık (kurtosis) katsayıları incelenmiştir. Elde edilen değerler Tablo 2.'de verilmiştir:

Tablo 2. Katılımcıların ABSÖ ve EÖYÖ'den elde edilen puanlarına ilişkin normallik testleri

Ölçek	$\bar{x}$	Ss	Medyan	Kolmogorov-Smirnov	Çarpıklık	Basıklık
ABSÖ	28,53	6,03	27	,00	1,08	1,46
EÖYÖ	87,53	16,27	92	,00	-1,46	2,15

ABSÖ: Anne-Baba Stres Ölçeği, EÖYÖ: Ebeveynlik Öz Yeterlik Ölçeği

Sürekli değişkenlerden oluşan verilerin normal dağılım gösterip göstermediğini test etmek amacıyla çeşitli yöntemler kullanılmaktadır. Bu yöntemlerden birisi gruptaki katılımcı sayı 50'den çoksa Kolmogorov-Smirnov, daha azsa Shapiro-Wilks testidir. Shapiro-Wilks testinde anlamlılık değerinin (p) .05'den büyük olması verilerin dağılımının normal olduğunu göstermektedir (Can, 2014, s.88). Tablo 2.'ye bakıldığında katılımcıların ABSÖ'den elde ettikleri puanlara ilişkin Kolmogorov-Smirnov değeri .05'ten küçüktür ve çarpıklık ve basıklık katsayılarına bakıldığında bu katsayıların -1 ile +1 aralığında olmadığı; normalden daha basık ve çarpık olduğu görülmektedir. EÖYÖ'den elde edilen puanlara ilişkin Kolmogorov-Smirnov değerine bakıldığında ise yine .05'ten küçük olduğu yani normal dağılmadığı görülmektedir. Yine basıklık çarpıklık katsayılarına bakıldığında ise hem çarpıklık hem de basıklık katsayılarının -1 ile +1 aralığında olmadığı ve normalden daha çarpık ve basık olduğu görülmektedir (Can, 2014:88).

Bu sebeple katılımcıların puanlarının çeşitli değişkenlere göre farklılaşıp farklılaşmadığını incelemek amacıyla ilişkisiz örneklem için t-testinin non-parametrik karşılığı olan Mann-Whitney U testi ile ilişkisiz örneklem için tek faktörlü ANOVA'nın non-parametrik karşılığı olan Kruskal-Wallis H testinden yararlanılmıştır.

## BULGULAR VE TARTIŞMA

### Bulgular

Bu çalışmada, "Çocukları normal gelişim özellikleri gösteren anne babalar ile çocukları üstün yetenekli olan anne babaların ebeveynliğe yönelik yeterlik algıları ve ebeveyn stres düzeyleri arasında anlamlı farklılık var mıdır?" sorusuna yanıt aranmaktadır. Bu kapsamda öncelikle çalışmaya katılan anne babaların her iki değişkeni ölçmek amacıyla kullanılan Anne-Baba Stres Ölçeği (ABSÖ) ve Ebeveynlik Öz Yetkinlik Ölçeği'nden elde ettikleri (EÖYÖ) puanların aritmetik ortalamaları ve standart sapmaları hesaplanmıştır.

Tablo 3. Araştırmaya katılan ebeveynlerin Anne-Baba Stres Ölçeği ve Ebeveynlik Öz Yeterlik Ölçeğinden Elde Ettikleri Puanlara Ait Aritmetik Ortalama ve Standart Sapma Değerleri

Boyutlar	N	$\bar{x}$	Ss
ABSÖ	251	28,53	6,03
EÖYÖ	251	87,53	16,27

ABSÖ: Anne-Baba Stres Ölçeği, EÖYÖ: Ebeveynlik Öz Yeterlik Ölçeği

Tablo 3.'te görüldüğü üzere araştırmaya katılan ebeveynlerin ABSÖ'den elde ettikleri puanların ortalaması 28,53 (Ss: 6,03); EÖYÖ'den aldıkları puanların ortalaması 87,53 (Ss: 16,27) olarak belirlenmiştir.

Tablo 4. Ebeveyn Öz Yeterlik Ölçeğinden Elde Edilen Puanların Araştırmaya Katılan Ebeveynin Cinsiyetine Göre Farklılaşp Farklılaşmadığına İlişkin Mann-Whitney U testi sonuçları

	Grup	N	Sıra Ort.	Sıra Top.	U	Z	p
EÖYÖ	Anne	134	124,53	16687	7642	-,343	0,731
	Baba	117	127,68	14939			

Tablo 4 incelendiğinde 134 anne 117 babadan oluşan 251 kişilik bir grupta annelerle babaların Ebeveyn Öz Yeterlik Ölçeğinden elde ettikleri puanlar arasında anlamlı bir fark olup olmadığını ortaya koymak adına yapılan Mann-Whitney U Testinin sonucuna göre araştırmaya katılan annelerin puanları ile babaların puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark yoktur [ $U(251)= 7642, p > .05$ ].

Tablo 5. Anne Baba Stres Ölçeğinden Elde Edilen Puanların Araştırmaya Katılan Ebeveynin Cinsiyetine Göre Farklılaşp Farklılaşmadığına İlişkin Mann-Whitney U testi sonuçları

	Grup	N	Sıra Ort.	Sıra Top.	U	Z	p
ABSÖ	Anne	134	128,09	17164	7559	-,489	0,625
	Baba	117	123,61	14462			

Tablo 5 incelendiğinde 113 anne 117 babadan oluşan 251 kişilik bir grupta annelerle babaların Anne Baba Stres Ölçeğinden elde ettikleri puanlar arasında anlamlı bir fark olup olmadığını ortaya koymak adına yapılan Mann-Whitney U Testinin sonucuna göre araştırmaya katılan annelerin puanları ile babaların puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark olmadığı söylenebilir [ $U(251)= 7559, p > .05$ ].

Tablo 6. Ebeveyn Öz Yeterlik Ölçeğinden Elde Edilen Puanların çocuğun üstün yetenekli olup olmama durumu değişkenine Göre Farklılaşp Farklılaşmadığına İlişkin Mann-Whitney U testi sonuçları

	Grup	N	Sıra Ort.	Sıra Top.	U	Z	p
EÖYÖ	Evet	106	128,53	13624	7417	-,472	0,637
	Hayır	145	124,15	18002			

Tablo 6 incelendiğinde çocuğu üstün yetenekli olan 106 ebeveyn ile çocuğu üstün yetenekli olmayan 145 kişiden oluşan 251 kişilik bir grupta çocuğu üstün yetenekli olan ebeveynler ile çocuğu üstün yetenekli olmayan ebeveynlerin Ebeveyn Öz Yeterlik Ölçeğinden elde ettikleri puanlar arasında anlamlı bir fark olup olmadığını ortaya koymak adına yapılan Mann-Whitney U Testinin sonucuna göre çocuğu üstün yetenekli olan ebeveynlerin puanları ile olmayan ebeveynlerin puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark görülmemektedir [ $U(251)= 7417, p > .05$ ].

Tablo 7. Anne Baba Stres Ölçeğinden Elde Edilen Puanların Çocuğun Üstün Yetenekli Olup Olmama Değişkenine Göre Farklılaşp Farklılaşmadığına İlişkin Mann-Whitney U Testi Sonuçları

	Grup	N	Sıra Ort.	Sıra Top.	U	Z	p
ABSÖ	Evet	106	131,06	13892	7149	-,945	0,345
	Hayır	145	122,30	17734			

Tablo 7 incelendiğinde çocuğu BİLSEM'e giden 106 ebeveyn ile çocuğu BİLSEM'e gitmeyen 145 kişiden oluşan 251 kişilik bir grupta çocuğu BİLSEM'e giden ebeveynler ile çocuğu BİLSEM'e gitmeyen ebeveynlerin Anne Baba Stres Ölçeğinden elde ettikleri puanlar arasında

anlamli bir fark olup olmadigini ortaya koymak adına yapılan Mann-Whitney U Testinin sonucuna göre çocuğu BİLSEM'e giden ebeveynlerin puanları ile gitmeyenlerin puanları arasında istatistiksel olarak anlamli bir fark olmadığı sonucuna ulaşılmıştır [U(251)= 7149, p> .05].

Tablo 8. Ebeveyn Öz Yeterlik Ölçeği Puanlarının çocuk sayısı Değişkenine Göre Farklılaşp Farklılaşmadığını Belirlemek Üzere Yapılan Kruskal Wallis-H Testi Sonuçları

Puan	Çocuk Sayısı	N	$\bar{x}_{sıra}$	$x^2$	sd	p	Anlamli Fark
EÖYÖ	1	23	142,20				3 ve üzeri
Toplam	2	75	139,46	5,676	2	0,045	
	3 ve üzeri	153	117,27				

EÖYÖ: Ebeveyn Öz Yeterlik Ölçeği

Tablo 8 incelendiğinde ebeveynlerin EÖYÖ'den aldıkları puanlar arasında çocuk sayısı değişkenine göre bir fark olup olmadığına ilişkin yapılan Kruskal Wallis H Testi sonuçlarına göre, grupların arasında anlamli bir fark gözlenmiştir [X2(2)= 5,676, p< .05]. Bu farkın hangi gruplar arasında olduğunu tespit etmek amacıyla Mann-Whitney U testi ile yapılan çoklu karşılaştırmalar sonucunda bu farkın; 1 çocuğa sahip olan ebeveynler ile 3 ve üzeri çocuğa sahip ebeveynler arasında olduğu belirlenmiştir.

Tablo 9. Anne Baba Stres Ölçeği Puanlarının Çocuk Sayısı Değişkenine Göre Farklılaşp Farklılaşmadığını Belirlemek Üzere Yapılan Kruskal Wallis-H Testi Sonuçları

Puan	Çocuk Sayısı	N	$\bar{x}_{sıra}$	$x^2$	sd	p
	1	23	119,39			
ABSÖ	2	75	125,43	0,243	2	0,885
	3 ve üzeri	153	127,27			

ABSÖ: Anne Baba Stres Ölçeği

Tablo 9 incelendiğinde ebeveynlerin ABSÖ'den aldıkları puanlar arasında çocuk sayısı değişkenine göre bir fark olup olmadığına ilişkin yapılan Kruskal Wallis H Testi sonuçlarına göre, grupların arasında anlamli bir fark gözlenmemiştir [X2(2)= 0,243, p> .05].

Tablo 10. Ebeveyn Öz Yeterlik Ölçeği Puanlarının sosyoekonomik durum Değişkenine Göre Farklılaşp Farklılaşmadığını Belirlemek Üzere Yapılan Kruskal Wallis-H Testi Sonuçları

Puan	Sosyoekonomik Durum	N	$\bar{x}_{sıra}$	$x^2$	sd	p	Anlamli Fark
	Kötü	24	103,92				Kötü-İyi
EÖYÖ	Orta	17	118,493	15,854	2	0,000	Orta-İyi
Toplam	İyi	54	159,89				

EÖYÖ: Ebeveyn Öz Yeterlik Ölçeği



Tablo 10 incelendiğinde ebeveynlerin EÖYÖ'den aldıkları puanlar arasında sosyoekonomik durum değişkenine göre bir fark olup olmadığına ilişkin yapılan Kruskal Wallis H Testi sonuçlarına göre, grupların arasında anlamlı bir fark gözlenmiştir [ $X^2(2)= 15,854$ ,  $p < .05$ ]. Gözlenen bu farkın hangi gruplar arasında olduğunu belirlemek amacıyla yapılan Mann-Whitney U testi sonucunda bu farkın, kötü-iyi ve orta-iyi sosyoekonomik durum grupları arasında olduğu belirlenmiştir.

Tablo 11. Anne Baba Stres Ölçeği Puanlarının Sosyoekonomik Değişkenine Göre Farklılaşp Farklılaşmadığını Belirlemek Üzere Yapılan Kruskal Wallis-H Testi Sonuçları

Puan	Sosyoekonomik Durum	<i>N</i>	$\bar{x}_{sıra}$	$x^2$	<i>sd</i>	<i>p</i>
ABSÖ	Kötü	24	131,48			
	Orta	173	127,57	0,789	2	0,674
	İyi	54	118,55			

ABSÖ: Anne Baba Stres Ölçeği

Tablo 11 incelendiğinde ebeveynlerin ABSÖ'den aldıkları puanlar arasında sosyoekonomik durum değişkenine göre bir fark olup olmadığına ilişkin yapılan Kruskal Wallis H Testi sonuçlarına göre, grupların arasında anlamlı bir fark gözlenmemiştir [ $X^2(2)= 0,789$ ,  $p > .05$ ].

Tablo 12. Ebeveyn Öz Yeterlik Ölçeği Puanlarının ebeveynin eğitim durumu Değişkenine Göre Farklılaşp Farklılaşmadığını Belirlemek Üzere Yapılan Kruskal Wallis-H Testi Sonuçları

Puan	Ebeveyn Durumu	Eğitim	<i>N</i>	$\bar{x}_{sıra}$	$x^2$	<i>sd</i>	<i>p</i>	Anlamlı Fark
EÖYÖ Toplam	İlköğretim		63	95,38				İlköğretim-Lise
	Lise		91	125,23	19,049	2	0,000	İlköğretim-Üniversite ve üzeri
	Üniversite ve üzeri		97	146,61				Lise-Üniversite ve üzeri

EÖYÖ: Ebeveyn Öz Yeterlik Ölçeği

Tablo 12. incelendiğinde ebeveynlerin EÖYÖ'den aldıkları puanlar arasında ebeveynin eğitim durumu değişkenine göre bir fark olup olmadığına ilişkin yapılan Kruskal Wallis H Testi sonuçlarına göre, grupların arasında anlamlı bir fark gözlenmiştir [ $X^2(2)= 19,049$ ,  $p < .05$ ]. Bu farkın hangi gruplar arasında olduğunu tespit etmek amacıyla Mann-Whitney U testi ile yapılan çoklu karşılaştırmalar sonucunda bu farkın; İlköğretim-Lise, İlköğretim-Üniversite ve üzeri, Lise-Üniversite ve üzeri grupları arasında olduğu belirlenmiştir.

Tablo 13. Anne Baba Stres Ölçeği Puanlarının Ebeveynin Eğitim Durumu Değişkenine Göre Farklılaşp Farklılaşmadığını Belirlemek Üzere Yapılan Kruskal Wallis-H Testi Sonuçları

Puan	Ebeveynin Eğitim Durumu	N	$\bar{x}_{sıra}$	$x^2$	sd	p
	İlköğretim	63	130,17			
ABSÖ	Lise	91	131,31	1,788	2	0,409
	Üniversite ve üzeri	97	118,31			

ABSÖ: Anne Baba Stres Ölçeği

Tablo 13. incelendiğinde ebeveynlerin ABSÖ'den aldıkları puanlar arasında ebeveynin eğitim durumu değişkenine göre bir fark olup olmadığına ilişkin yapılan Kruskal Wallis H Testi sonuçlarına göre, grupların arasında anlamlı bir fark gözlenmemiştir [ $X^2(2)= 1,788, p> .05$ ].

Tablo 14. Ebeveynlik yeterlik algısı ile ebeveynlik stres düzeyi arasındaki ilişkiyi belirlemek amacıyla yapılan Spearman Sıra Farkları Korelasyon Analizi Sonuçları

Çocuğun BİLSEM'e Gitme Durumu	Değişkenler	N	r	p
Evet	EÖYÖ	106	-,378	,000
	ABSÖ			
Hayır	EÖYÖ	145	-,190	,022
	ABSÖ			

EÖYÖ: Ebeveyn Öz Yeterlik Ölçeği      ABSÖ: Anne Baba Stres Ölçeği

Tablo 14 incelendiğinde çocukları Bilim Sanat Merkezlerine giden ve gitmeyen ebeveynlerin ebeveynlik yeterlik algıları ile ebeveynlik stres düzeyleri arasında bir ilişki olup olmadığını ortaya koymak için yapılan Spearman Sıra Farkları Korelasyon işlemi, ebeveynlik yeterlik algısı ile ebeveynlik stresi arasında, çocuğu BİLSEM'e giden ebeveynler ( $r= -0,378, p< .01$ ) ve çocuğu BİLSEM'e gitmeyen ebeveynler ( $r= -0,190, p< .05$ ) için negatif yönde ve anlamlı düzeyde bir ilişki olduğunu göstermektedir.

### Tartışma

Araştırmaya katılan anne ve babaların ebeveyn öz yeterlik algıları arasında anlamlı bir fark bulunmadığı görülmüştür. Bu çalışmanın sonuçlarına benzer şekilde Çattık (2015) Eskişehir ve Zonguldak'ta yaşayan, gelişimsel açıdan yetersizliği olan çocukların ebeveynleriyle yaptığı çalışmasında cinsiyet değişkeninin ebeveynlik öz yeterliği konusunda anlamlı bir fark oluşturmadığını tespit etmiştir. Literatürde yapılan farklı çalışmalarda da öz yeterlik düzeyinin cinsiyete yani anne baba olmaya göre farklılık göstermediği görülmüştür (MacInnes, 2009; Telef,2013).Bu çalışmada elde edilen verilerde cinsiyete göre değişkenlik göstermemesinin gerekçesi olarak çocuk sahibi olmanın hem anneye hem de babaya sorumluluklar yüklemesi, anne ve babaların çocuk yetiştirme konusunda ilgili ve bilgili olması, çocuğun gelişiminde çocuğun anne ve babadan beklentilerinin olması etkili olmuş olabilir.

Bu araştırma kapsamında yapılan analizler sonucunda anne ve babaların stres puanları arasında anlamlı bir fark olmadığı görülmüştür. İlhan (2017) 3-6 yaş özel gereksinimli çocukların ebeveynleri üzerinde yaptığı çalışmasında anne veya baba olmanın ebeveynlik stresi konusunda

anlamli bir fark oluşturmadığı sonucuna ulaşmıştır. İlgili literatür incelendiğinde bu araştırmanın sonucunu destekleyen başka çalışmalar da bulunmaktadırdır (Park ve ark., 2012). ocuk sahibi olmak birçok ebeveynin yaşantısında stres yaratabilen bir durumdur. Ebeveynlerin kişisel özellikleri, ocuk gelişimi konusundaki bilgi düzeyleri, stresle baş etme becerileri birbirinden farklılık gösterebilmektedir. Bu durumlar cinsiyet faktöründen bağımsız olabilmektedir.

Araştırma kapsamında çocuğun üstün yetenekli olup olmamasının ebeveynlik öz yeterlik algısını nasıl etkilediğı araştırılmıştır. Yapılan analizler sonucunda çocuğu üstün yetenekli olan ve olmayan ebeveynlerin öz yeterlik algı puanları arasında anlamli bir fark bulunmamıştır. Yapılan taramalar sonucunda alan yazınında bu değişkenle ilgili çalışmalara rastlanmamıştır. Üstün yetenekli çocuğu olan ve olmayan ebeveynlerin öz yeterlik algıları arasında anlamli bir farkın bulunmamasında ebeveynlerin kendilerini anne babalık konusunda yetkin hissetmeleri, çocuklarla olan iletişimi, çocuğuyla yaşantısında karşılaştıkları problemlerin zorluk seviyesi ve ocuk gelişimi konusunda eğitim almış olabilme ihtimalleri etkili olmuş olabilir. Ayrıca araştırma kapsamında çocuğun üstün yetenekli olup olmamasının ebeveynlik stresini nasıl etkilediğı araştırılmıştır. Yapılan analizler sonucunda çocuğun üstün yetenekli olup olmama durumunun ebeveynlik stresi üzerinde anlamli bir fark oluşturmadığı görülmüştür. Böyle bir sonuca ulaşmada katılımcıların ebeveynlik yetkinlikleri, çocukların kişisel özellikleri, anne babaların çocukla etkileşim düzeyi ve aile yapısının çocuğun gelişimine katkısı gibi faktörler etkilemiş olabilir. Ebeveynlik konusunda stres yaratan durumlardan bir tanesi özel eğitim gerektiren ocuk sahibi olmaktır. Bu çalışmada böyle bir farklılığın çıkmama nedenlerinden birisi de üstün yetenekliliğin özel eğitim gerektiren alanlar içerisinde daha avantajlı bir grup olması olabilir. Yapılan taramalar sonucunda alan yazınında bu değişkenle ilgili çalışmalara rastlanmamıştır. Üstün yeteneklilerle ilgili çalışmalarda ebeveynlik stresi pek çalışılan bir konu olmamakla beraber ebeveynlik stresi daha çok dezavantajlı gruplardaki ebeveynlerle çalışılmıştır. Bir başka çalışmada ise anne babalar üstün yetenekli çocuklarının gelişimine tam anlamıyla destek veremediklerinden yakındıkları ve bu durumun anne babalarda çocuğun geleceğine dair kaygı stres yarattığı sonucuna ulaşılmıştır (amdeviren, 2014).

Katılımcıların ocuk sayısı değişkenine göre ebeveyn öz yeterlik algılarının incelendiğı bu çalışmada ocuk sayısı ile öz yeterlik algısı arasında anlamli ve negatif yönlü bir ilişki tespit edilmiştir. Araştırmaya katılan ebeveynlerin ocuk sayısı arttıca öz yeterlik algıları düşmektedir. Bunun sebebi olarak ebeveynlerin ocuk sayısı arttığında çocuğa yeterli zamanı ve ilgiyi gösterememesi, sorumluluklarından dolayı zaman bulamaması gösterilebilir. Literatür tarandığında bu araştırma bulgusunu destekleyen çalışmalar bulunmaktadırdır. Zembat ve arkadaşları (2009) 5-6 yaş grubundaki çocukların ebeveynleriyle yaptıkları çalışmalarında tek çocuğu olan ebeveynlerin öz yeterlik algı düzeylerinin daha yüksek olduğunu tespit etmişlerdir. Ayrıca ocuk sayısının stres düzeyini nasıl etkilediğı araştırılmıştır. Yapılan analizler sonucunda ocuk sayısı ve stres puanları arasında anlamli bir fark bulunmamıştır. Konuyla ilgili yapılan çalışmalara bakıldığında bu bulguyu destekleyen çalışmaların bulunduğu görülmüştür (Gülaldı, 2010).

Çalışma kapsamında sosyoekonomik durum ile ebeveyn öz yeterlik algısı arasında anlamli bir ilişki olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Sosyoekonomik durumu iyi olan ebeveynlerin öz yeterlik algılarının orta ve kötü sosyoekonomik durumda olan ebeveynlere göre öz yeterlik algılarının yüksek olduğu görülmüştür. Luster ve Kein (1987) yaptıkları çalışmada sosyoekonomik düzeyi düşük olan ailelerin yüksek sosyoekonomik dzeyeye sahip ailelere göre çocuğun gelişimine daha az etkili oldukları inancına sahip olduğunu bulmuştur (Akt. Zembat ve ark. 2009). Literatür incelendiğinde benzer sonuçların olduğu çalışmaların bulunduğu görülmektedir (Raver, 2003; Aksoy ve Diken, 2009). Sosyoekonomik düzeyi yüksek olan ebeveynlerin öz-yeterlik algısının yüksek olması bulgusu sonucunda sosyoekonomik düzeyi yüksek olan ebeveynlerin çocukların

ihtiyaçlarını karşılamaının daha kolay olması, çocuğa sunulacak imkânlarla daha rahat ulaşabilir olması etkili olmuş olabilir. Bu araştırmanın diğer bir bulgusu ise ebeveynin ekonomik durumunun ebeveynlik stresi üzerinde anlamlı bir fark oluşturmadığıdır. Türkan (2017) işitme engelli çocukların anneleri ile yürüttüğü çalışmada benzer sonuçlara ulaşmıştır. İşitme engelli çocukların annelerinin ekonomik durumunun ebeveynlik stresi üzerinde anlamlı bir fark oluşturmadığı sonucunu elde etmiştir. Yine Derr ve ark.( 2008) çalışmalarında benzer sonuçlara ulaşmışlardır.

Bu çalışmaya katılan ebeveynlerin 63'ü ilköğretim, 91'i lise ve 97'si ise üniversite ve üzeri eğitim durumuna sahiptir. Çalışma kapsamında yapılan analizler sonucunda eğitim durumu değişkeni ile ebeveynlik öz yeterlik algısı arasında bir fark olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Bu farkın da eğitim seviyesinin yükselmesiyle doğru orantılı olduğu görülmüştür. Kuzucu (2011) bu çalışmanın sonuçlarına benzer sonuçlar elde etmiştir. Yaptığı çalışmada babaların eğitim düzeyi ile ebeveyn sorumluluğu bir diğer deyişle yeterliliği konusunda benzer sonuçlara ulaşmıştır. Literatürde bu sonucu destekleyen çalışmalar bulunmaktadır (Teti ve Gelfand, 1991; Özkul, 2015).

Yapılan çalışmada ebeveynlerin eğitim durumu değişkeninin ebeveynlik stresi üzerinde anlamlı bir fark oluşturmadığı bulgusu elde edilmiştir. Literatürde yapılan ilgili çalışmalara bakıldığında bu bulguyu destekleyen benzer sonuçlara ulaşan çalışmalar bulunmaktadır (Türkan, 2017; Majnemer ve ark., 2012). İlgili konuda araştırmalar incelendiğinde eğitim durumunun ebeveynlik stresi üzerinde etki yaratması beklenen bir durumdur. Fakat bu çalışmada ölçülen eğitim seviyesi akademik eğitim düzeyidir. Araştırmaya katılan ebeveynler akademik eğitim dışında da araştırmalar yapmış olabilir, eğitimlere katılmış olabilir ve kendini daha yetkin hissetmek adına çalışmalarda bulunmuş olabilir. Bu faktörlerden dolayı da bu araştırma sonucunda böyle bir bulguya ulaşılmış olabilir.

Araştırma sonucu incelendiğinde ebeveynlik yeterlik algısı ile ebeveynlik stresi arasında ters yönlü bir ilişki olduğu görülmektedir. Ebeveynlik konusunda anne babalar kendilerini yeterli hissettikçe yaşadıkları stres azalmaktadır. Ayrıca bu ilişkinin çocuğu üstün yetenekli olan ebeveynlerde daha güçlü olduğu görülmüştür.

Akdoğan (2009) zihinsel engelliler öğretmenlerinin öz yeterlik ve stres düzeyleri arasındaki ilişkiyi incelediği çalışmada zihin engelliler öğretmenlerinin öz yeterlik algıları ile stres düzeyi arasında anlamlı bir ilişki olduğu sonucuna ulaşmıştır. Aypay (2010) 693 üniversite öğrencisi üzerinde yaptığı çalışmada genel öz yeterlik ile stresle başa çıkma tarzı arasında anlamlı bir ilişki olduğu sonucuna ulaşmıştır. Bu anlamda elde edilen bulgunun literatürdeki çalışmalardan elde edilen bulgularla tutarlı olduğu söylenebilir.

## SONUÇ VE ÖNERİLER

Araştırmaya katılan anne ve babaların ebeveyn öz yeterlik algıları ve stres düzeyleri arasında çocuklarının üstün yetenekli olup olmaması bakımından anlamlı bir fark gözlenmemiştir. Bu araştırmanın Batman'daki 251 çocuğun anne ve babası ile yapılmış olması, sonuçların genellenebilirliğinde bir sınırlılık yarattığı düşünülebilir. İleride yapılacak araştırmalarda örneklemin genişletilmesinin daha yararlı olacağı düşünülmektedir.

Araştırma sonucunda eğitim durumu ile ebeveyn öz yeterlik algısı arasındaki ilişkide eğitim seviyesinin yükseltilmesinin ebeveyn öz yeterlik algısını olumlu yönde etkileyeceği tespit edilmiştir. Bu amaçla çocuk gelişimi, çocuğa sunulacak hizmetler vb. konularda anne baba eğitimlerinin düzenlenmesinin yararlı olacağı düşünülmektedir.

Araştırmada ebeveyn öz yeterlik algısı ile stres düzeyi arasında negatif yönlü bir ilişki tespit edilmiştir. Bu amaçla ebeveyn öz yeterlik algısını arttıracak seminerler ve eğitimlerinin düzenlenmesinin yararlı olacağı düşünülmektedir.

## KAYNAKÇA

- Akdoğan, E.F. (2009). Zihin engelliler öğretmenlerinin öz yeterlik algıları ile stres düzeyleri arasındaki ilişki. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi: Anadolu Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Özel Eğitim Anabilim Dalı. Eskişehir.
- Aksoy, A., ve Diken, H. İ. (2009). Annelerin ebeveynlik öz yeterlik algıları ile gelişimi risk altında olan bebeklerin gelişimleri arasındaki ilişkiyi inceleyen araştırmalara bir bakış. *Ankara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Fakültesi Özel Eğitim Dergisi*, 10 (1) 59-68.
- Altun, F. (2010). Üstün yetenekli öğrencilerin mükemmeliyetçilik özellikleri, okul motivasyonları, öğrenme stilleri ve akademik başarıları. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi: Karadeniz Teknik Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü. Trabzon.
- Aypay, A. (2010). Genel öz-yeterlik ölçeğinin (GÖYÖ) Türkçe 'ye uyarlama çalışması. *İnönü Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi* 11(2), 113-131.
- Bektaş, Z. (2015). Özel eğitim öğrencilerinin ebeveynlerinde psikoterapi desteğinin ebeveyn stres düzeyi, yaşam kalitesi ve başa çıkma becerileri ile ilişkisi, Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi: Üsküdar Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü. İstanbul
- Bencik, S. (2006). Üstün yetenekli çocuklarda mükemmeliyetçilik ve benlik algısı arasındaki ilişkinin incelenmesi, Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi: Hacettepe Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü. Ankara
- Büyüköztürk, Ş., Kılıç-Çakmak, E., Akgün, Ö. E. , Karadeniz, Ş., & Demirel, F., (2008). Bilimsel Araştırma Yöntemleri. Ankara: Pegem A Yayıncılık.
- Can, A. (2014). SPSS ile bilimsel araştırma sürecinde nicel veri analizi. (3. Baskı.) Ankara: Pegem Akademi Yayıncılık.
- Çağlar, D. (2003). Yaratıcı çocuklar ve yaratıcılığın geliştirilmesi. *Çağdaş Eğitim Dergisi*, 1(9), 16-24.
- Çalışkan, M. (2017). Üstün yetenekli çocuklara sahip ailelerin aile işlevselliği, Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Hasan Kalyoncu Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü. Gaziantep
- Çamdeviren, Ş. (2014). Bilim Sanat Merkezine (BİLSEM) devam eden çocukların anne babalarının karşılaştıkları güçlükler (Sakarya İli Örneği), Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi: Sakarya Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü. Sakarya
- Çattık, M. (2015). Gelişimsel yetersizliği olan çocukların ebeveynlerinin sosyal destek ve öz yeterlik düzeyleri ile yaşam doyum düzeyleri arasındaki ilişkinin incelenmesi, Yüksek Lisans Tezi, Anadolu Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü. Eskişehir.
- Çulha, E.(2015). Hemşirelerde İş-Aile Çatışmasının Evlilik Doyumu, Psikolojik Semptomlar ve Ebeveynlik Yeterlik Algısı ile Olan İlişkinin İncelenmesi, Yüksek Lisans Tezi, Muğla Sıtkı Koçman Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü. Muğla
- Derr, M. J., Lim, L. H. Y., Choo, I. C., Buyniski, S. ve Wiley, S. (2008). Pediatric hearing impairment caregiver experience: Impact of duration of hearing loss on parental stress. *International Journal of Pediatric Otorhinolaryngology*, 72, 1693- 1703.
- Gülaldı, D. (2010). Erken çocuklukta serebral palsi'li ve otistik çocuk annelerinin ebeveyn stres düzeylerinin yaşam doyumları ile ilişkisinin incelenmesi, Yüksek Lisans Tezi: Maltepe Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Güneş Çalıcıoğlu, S. (2018). Kanser tanısı ile izlenen çocukların ebeveynlerinin stres düzeyleri ve sosyal destek algılarının belirlenmesi, Yüksek Lisans Tezi: Okan Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü. İstanbul
- Harrison, B.M. (1998). Stress and parenting: Test of an attentional model. Northern Illinois University, Illinois.

- İlhan, T. (2017). Özel Gereksinimli 3-6 yaş çocuklarının ebeveynlerinin stres düzeyleri ile rolleri arasındaki ilişki. *Ankara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Fakültesi Özel Eğitim Dergisi*, 18(3), 383-400. doi: 10.21565/ozelegitimdergisi.286786
- Karakuş, F. (2010). Üstün yetenekli çocukların anne babalarının karşılaştıkları güçlükler, *Mersin Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, Cilt 6, Sayı 1, Haziran 2010, ss. 127-144.
- Kuzucu, Y. (2011). Değişen babalık rolü ve çocuk gelişimine etkisi, *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 4(35), 79-91.
- Kwok, S., & Wong, D. (2000). Mental health of parents with young children in Hong Kong: The roles of parenting stress and parenting self-efficacy. *Child and Family Social Work*, 5, 57-65.
- Levent, F. (2011). Üstün Yeteneklilerin Eğitimine Yönelik Görüş ve Politikaların İncelenmesi, Yayınlanmamış Doktora Tezi. Marmara Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü. İstanbul.
- Maclnnes, L. K. (2009). Parenting self-efficacy and stress in mothers and father of children with down syndrome. Master of Art. Canada: Simon Fraser University.
- Majnamer A, Shevell M, Law M, Poulin C, ve Rosenbaum P. (2012). Indicators of distress in families of children with cerebral palsy. *Disability and Rehabilitation*, 34(14): 1202-1207.
- Matusicky, C. & Russel, C.C.(2009). Best practices for parents: What is happening in Canada, *Paediatr Child Health*. Dec; 14(10): 664-665.
- Özbay, Y. (2013). Üstün Yetenekli Çocuklar ve Aileleri. Aile ve Sosyal Politikalar Bakanlığı. 23 Temmuz 2019 tarihinde <http://www.aep.gov.tr/wp-content/uploads/2012/10/UstunYetenekliCocuklar.pdf> adresinden erişilmiştir.
- Özkul, F.B. (2015). 48-60 aylık çocukların babalarının ebeveyn öz yeterlik algılarının incelenmesi, Yüksek Lisans Tezi: Okan Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü. İstanbul.
- Özmen, A., Kaymak Özmen S.(2012). Anne Baba Stres Ölçeğinin Geliştirilmesi, *Milli Eğitim Dergisi*, Sayı: 196
- Park M.S., Chung C.Y., Lee K.M., Sung K.H., Choi I.H., ve Kim T.W. (2012). Parenting stress in parents of children with cerebral palsy and its association with physical function, *Journal of Pediatric Orthopaedics B*, 21: 452-456.
- Raver, C. (2003). The Role of Employment in Predicting Depressive Symptoms and Parenting Among Low-Income Families, *Society for Research in Child Development*, 74(6) 1720-1736.
- Sarıtaş, E., Şahin, Ü. ve Çatalbaş, G. (2019). Velilerin gözüyle BİLSEM. Eğitimde Nitel Araştırmalar Dergisi – *Journal of Qualitative Research in Education*, 7(1), 114-133. doi:10.14689/issn.2148-2624.1.7c1s.5m
- Telef, B. B. (2013). Engelli çocuğa sahip ebeveynlerin öz-yeterliklerinin ve psikolojik belirtilerinin incelenmesi. *Erzincan Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 15(1), 33-49.
- Teti, D. M. ve Gelfand, D. M. (1991). Behavioral competence among mothers of infants in the First years: The mediational role of maternal self-efficacy. *Child Development*, 62, 918-929.
- Tezel Şahin, F.ve Kalburan, F.N.C. (2009) Aile eğitim programları ve etkililiği: Dünyada neler uygulanıyor, *Pamukkale Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi* (1), 25. Sayı.
- Türkan, M. M. (2017). İşitme engelli çocukların annelerinin stres düzeyini ve evlilik doyumlarını yordayan değişkenlerin incelenmesi, Yüksek Lisans Tezi: Okan Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü. İstanbul
- Waggoner, K., ve Wilgosh, L. (1990). Concerns of families of children with learning disabilities, *Journal of Learning Disabilities*, 23, 97-113

Zembat, R., Balat-Uyanık, G., Çinko, M., Önkol, L., ve Acar, M. (2009). Anasınıfındaki çocukların ailelerinin öz yeterlilik düzeylerinin incelenmesi. International Conferences on Educational Sciences, Kıbrıs, (ICES'08)23-25 June 2008, Edt. B. Özer, H. Yaratın, H. Caner, vol.3, 2074-2084, 2009.





## Çekingenlik Davranışının Tespiti ve Giderilmesine İlişkin Şema Yaklaşımı İle Büyük Ebeveyn – Ebeveyn ve Çocuk İlişkisi<sup>1</sup>

### Schema Approach to Determination and Remedy of Behavior of Shyness and Grand Parent - Parent and Child Relationship

Cenk Adıgüzel<sup>1</sup>, S. Seda Bapoğlu Dümenci<sup>2\*</sup>, Mertcan Topal<sup>3</sup>

<sup>1</sup>Uzman, Klinik Terapi Psikolojik Danışmanlık Eğitim Hizmetleri, cenkadiguzel@hotmail.com, orcid.org/0000-0003-3234-0582

<sup>2</sup>Dr., MTA Genel Müdürlüğü, seda.dumenci@mta.gov.tr, orcid.org/0000-0003-2878-1120 \*Sorumlu Yazar

<sup>3</sup>Uzman, İstanbul Büyükşehir Belediyesi, mertcan.topal@ibb.gov.tr, orcid.org/0000-0003-3525-9090

Geliş tarihi/Received :07.04.2020

Kabul tarihi/Accepted:27.05.2020

Yayın tarihi/Published:15.06.2020

#### ÖZET

Ebeveynlerin ebeveynleri ile olan ilişkisinin çocukta görülen çekingen davranış sorununa olan etkisini belirlemek amacıyla yapılan çalışmada iç içe geçmiş tek durum desenli örnek olay çalışmasından faydalanılmıştır. Veriler çekingen davranış sorunu gösteren çocuktan, çocuğun ebeveyninden çocuğa bakım hizmeti veren ebeveynin ebeveyninden (büyük ebeveyn) toplanmıştır. Çocuktan gelişim öyküsü, doğal gözlem, resim analizi ve oyun terapisi tekniklerinden veriler elde edilmiştir. Ebeveyne ait veriler; Young Şema Ölçeği, Young Ebeveynlik Ölçeği ve bireysel görüşmeden elde edilirken, büyük ebeveyninden ise Young Şema Ölçeği ve bireysel görüşme yoluyla değerlendirmeden veriler toplanmıştır. Çocuğa ilişkin bulgularda; sınıf içerisinde arkadaşları ile olan iletişim başlatma, sürdürme becerilerinde söz alma, fikrini beyan etme, isteğini ortaya koyma, reddetme, tutum ve davranışlarında zorlanmalar olduğu tespit edilmiştir. Anneye ilişkin bulgularda; çocuğuyla vakit geçirme konusunda isteksiz olma, kendi ihtiyaçlarını çocuğun ihtiyaçlarına göre çoğunlukla öncülleme eğiliminde olduğu saptanmıştır. Büyük ebeveyne ilişkin bulgularda ise; baskıcı, otoriter ve kuralcı tutumlarından dolayı bakım verdiği torununa annesinden daha öncelikli olarak bakmakla yükümlü hissettiği tespit edilmiştir. Çalışmanın sonucunda çocuklarda görülen davranış sorunlarının ebeveyn tutumları ve ebeveyninin de kendi ebeveyni ile olan ilişkisini algılama biçimiyle ilişkili olduğu sonucuna ulaşılmıştır.

**Anahtar Kelimeler:** Çekingen davranış sorunu, ebeveyn çocuk ilişkisi, şema yaklaşımı.

#### ABSTRACT

In the study conducted to determine the effect of the relationship of parents with their parents on the timid behavior problem observed in the child, a case study with a single case pattern was used. The data were collected from the child showing shy behavior, from the parent of the child to the parent of the parent (grand parent) who provides care to the child. Data from developmental history, natural observation, picture analysis and play therapy techniques were obtained from the child. Parental data; While the Young Schema Scale was obtained from the Young Parenting Scale and the individual interview, data was collected from the grandparents from the assessment through the Young Schema Scale and the individual interview. In the findings related to the child; It has been determined that there are difficulties in starting, communicating with their friends in the classroom, taking a word in their skills, expressing their opinions, expressing their desires, refusing, attitudes and behaviors. In the findings regarding the mother; It has been determined that they are reluctant to spend time with their children and often pioneer their needs according to the needs of the child. In the findings related to the grand parent; Because of his

<sup>1</sup> Bu çalışma 22-24 Ekim 2018 tarihleri arasında düzenlenen Uluslararası IV. Çocuk Gelişimi Kongresi'nde "Şema Yaklaşımı Temelli Olarak Çocuklarda Görülen Çekingen Davranış Sorunlarının Nedeni Olarak Büyük Ebeveyn - Ebeveyn ve Çocuk İlişkisi: Vaka Çalışması" isimli sözlü bildirinin genişletilmiş halidir.

oppressive, authoritarian and prescriptive attitudes, he was found to feel obligated to take care of his grandchildren more than his mother. As a result of the study, it was concluded that behavioral problems in children are related to parental attitudes and the way their parents perceive their relationship with their parents.

**Keywords:** Behavioral problems, parent-child relationship, schema therapy.

## GİRİŞ

Bireylerin psikolojik olarak sağlıklı ve uyumlu yetişebilmeleri için çocuklukta bazı evrensel temel duygusal gereksinimlerin karşılanması gerekmektedir. Bu gereksinimler: diğerlerine güvenli bağlanma, otonomi, yetkinlik ve kimlik algısı, duyguların ve ihtiyaçların ifade edilmesi ile kendiliğinden olma ve oyundur (Young, Klosko ve Weishaar, 2003). Young'a göre (1994) şema, bireyin yaşadığı çevre ile ilgili farkındalığı ve sosyal çevresi ile ilişkilerini ilgilendiren alanlardır. Şemaların temellerinde soğuk, olumsuz anne baba tutumlarına ilişkin özellikle soğuk reddedici veya aşırı kontrolcü ebeveyn tutumlarına ilişkin görüşler yer almaktadır (Murriss, 2006). Erken dönem uyumsuz şemalar incelendiğinde temel ihtiyaçlara etki ettikleri görülmüştür. Bu ihtiyaçlar güvenli bağlanma, kimlik algısı, ifade özgürlüğü ve özdenetimdir (Rafaeli, Bernstein ve Young, 2016).

Erken dönem uyum bozucu şemalar ve algılanan ebeveynlik biçimlerinin, çocuk yetiştirme tutumları üzerinde önemli bir etkiye sahip olduğu bilinmektedir (Yıldırım, 2013). Ebeveyn tutumlarının çocukların sosyal duygusal gelişimlerine doğrudan etki ettiği ve tutumları doğrultusunda olumlu ve olumsuz etkileri olduğu bilinmektedir (Sailor, 2004; Dirim, 2003; Çağdaş ve Seçer, 2002). Bu olumsuz davranışlardan biri olan çekingen davranış okul öncesi çocuklarda sık görülen davranış sorunlarından biridir. Çekingen çocukların özellikleri incelendiğinde sosyal ortamlardan geri çekilme, yakın bir çevre kurma ve bu çevrenin sınırlı kişilerden oluşması, kendini ifade etmeyi istememe, iletişim gerektiren durumlardan kaçınma en belirgin olanlarından (Avşar 2012). Çekingen bireyler aynı zamanda reddedilme eşliğine de sahip oldukları için sosyal çevresi tarafından istenmeme durumları sonucunda öfke, utanç ve korku duyguları harekete geçip iç dünyalarına yönelebilirler (Eryılmaz, 2015). Özgüvenleri de düşük olduğu için başkaları tarafından kolaylıkla yönlendirilebilir ve kendileri hakkında karar alabilirler (Özkan ve Özen 2008). Aile içerisinde sevginin gösterilmediği ve sık uygulanan cezalar nedeniyle çocuklarda çekingen, pasif kişilik yapısı, güvensizlik ve isteksizlik gibi olumsuz davranışlar görülebilmektedir (Aslan, 1992; Çağdaş, 2003). Young (1994) tarafından geliştirilen, Young Ebeveynlik Ölçeği (YEBÖ) erken dönem uyumsuz şemaların temelini oluşturan çeşitli ebeveynlik biçimlerini değerlendirmektedir. Kendi ebeveynlerinden etkilenerek sahip oldukları benlik durumlarının gelecekte çocuklarına olan davranışlarını da etkilemektedir (Ayyıldız, 2005). Anne baba ile kurulan ilişkiler, çocukların sahip olduğu tüm deneyimleri ile kendi ilişkilerine yansımakta kalmayıp aynı zamanda ileride kendi çocuklarıyla kurduğu ilişkileri de etkilemektedir (Yıldırım, 2013; Sheffield, Waller, Emanuelli ve Murray, 2006).

Şemaların kökenine bakıldığında yaşamın erken dönemlerinde bireyin çevresiyle ve ebeveynleriyle olan ilişkilerinde travmatize edici yaşantıların varlığı ilişkilidir. Ayrıca çocuğun karşılanması gereken temel ihtiyaçlarının yeterince karşılanmaması erken dönem uyumsuz şemaların gelişmesine neden olmakta ve gelişen bu şemalar da yaşam boyunca tekrarlanarak yıkıcı duygusal örüntüler olarak devam edebilmektedir (Young, Klosko ve Weishaar, 2003). Bu noktadan yola çıkarak çekingen davranış özelliği gösteren bir çocuğun ebeveyni ile olan ilişkisinin yanı sıra ona bakım veren ebeveyninin ebeveyni ile kurduğu ilişkiden etkilenmiş olduğu düşünülmektedir. Sonuç olarak çocuklarda görülen çekingen davranış nedenleri incelendiğinde tüm etkenleri ile çocuğu incelemenin yanı sıra çocuğa bakım veren kişi olarak büyük ebeveyni ve büyük ebeveyninin kendi ebeveyni ile olan ilişkinin çocuktaki çıktısı incelenebilir.

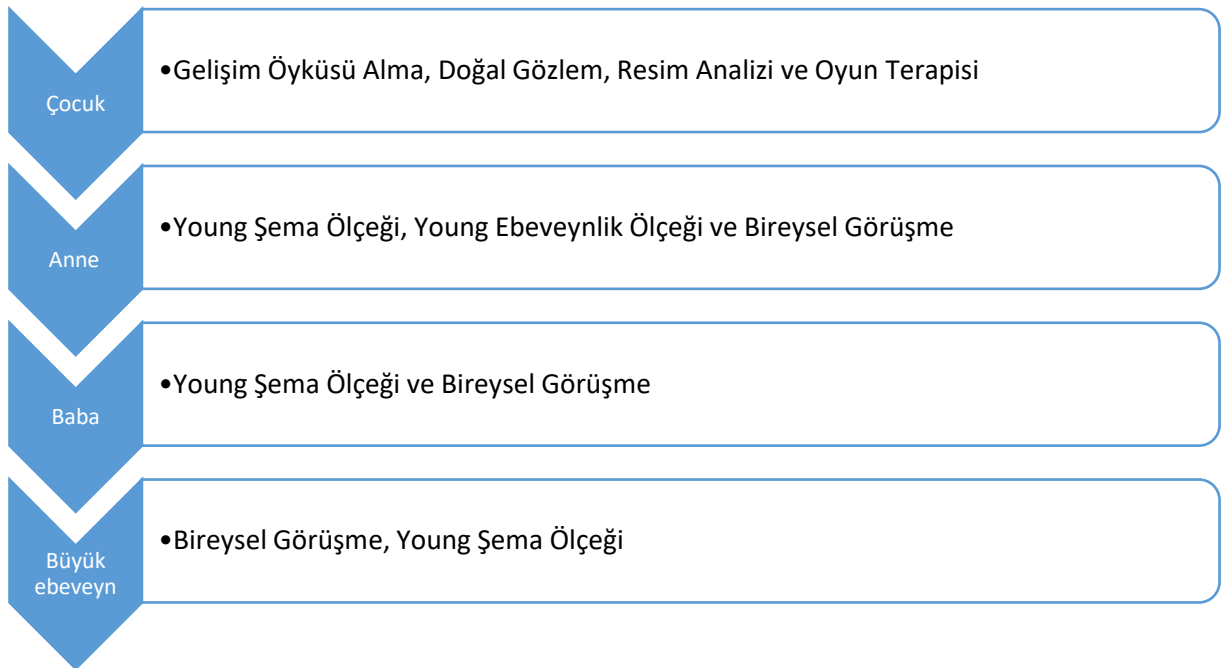
## YÖNTEM

Uygulama örneklerini denemek, gerçek hayatla ilişkisini ortaya koymak ve neden nasıl sorularına cevap ararken var olan durum hakkında derinlemesine bilgi alabilmek amacıyla örnek olay çalışmasından faydalanılmıştır (Yin, 2003). Birden fazla kanıt ve veri ile mevcut durum hakkında görgül bir araştırma yöntemi olan olay çalışmasında, iç içe geçmiş tek durum deseni kullanılmıştır (Yıldırım ve Şimşek, 2005). Kamu kurum kreşinde eğitim almakta olan çekingenlik davranışı ile öğretmenlerinin yönlendirilmesi sonucunda ailesi ile psikoloğa başvuran aile ve çocuk, durum çalışmasındaki durumu nitelemektedir. İç içe geçmiş tek durum deseninde, çoğu kez tek bir durum içinde yer alan birden fazla tabaka ve birimler yer almaktadır. Veriler çekingen davranış sorunu gösteren çocuktan, çocuğun ebeveyninden ve ebeveynin de aynı zamanda çocuğa bakım veren annesinden toplanmıştır.

Çalışmanın katılımcılarının tanıtıcı bilgileri şu şekildedir;

- Çekingenlik davranışı gösteren çocuk 53 aylıktır,
- Çekingenlik davranışı gösteren çocuğun ebeveynlerinden anne; 34 yaşında eğitim durumu lisans ve çalışmakta,
- Baba ise 35 yaşında olup eğitim durumu lisans ve çalışmakta,
- Çekingenlik davranışı gösteren çocuğa bakım veren büyük ebeveyn 60 yaşında olup emeklidir.

Bu çalışmada okul öncesi eğitim alan ve çekingenlik davranışı gösteren çocuğun, çekingenlik davranışının nedeninin incelenmesi amacıyla çeşitli veri toplama araçlarından faydalanılmıştır. Veriler çekingen davranış sorunu gösteren çocuktan, ebeveyninden ve kreş dışı vakitlerinde çoğunlukla birlikte olduğu büyük ebeveyninden toplanmıştır. Verilerin toplanmasında çekingenlik davranışı gösteren çocuktan doğal gözlem, gelişim öyküsü alma, doğrudan gözlem, resim analizi ve oyun terapisi teknikleri kullanılırken, ebeveynlere Young Şema Ölçeği, Young Ebeveynlik ölçeği ve görüşme, büyük ebeveyn ise görüşme yoluyla değerlendirmeden veriler elde edilmiştir (Şekil 1). Gözlemlerde ve raporlamada çocuğun ismi verilmemiş çocuk “D”, klinik psikolog ise “T” olarak kodlanmıştır.



**Şekil 1.** Çalışmada kullanılan ölçme araçları

Gelişim Öyküsü Alma: Doğum öncesi dönemden başlamak üzere bakım veren kişi olan büyük ebeveyninden ve ebeveyninden D ile ilgili büyümesi ve gelişmesi hakkında araştırmacılar tarafından hazırlanan sorular sorulmuş ve içerik analizi yapılarak değerlendirilmiştir.

Doğal Gözlem: Çekingen davranış gösteren D'nin davranışlarının izlemesi ve bu davranışların özellikleri ile ilgili notlar tutulması amacıyla haftada üç gün olmak üzere 12 hafta boyunca gözlemlenmiştir. Gözlemlenen durumlar sınıf öğretmeni ile tartışılarak, okul öncesi gözlem formuna doldurulmuş ve araştırmacılar tarafından içerik analizi yapılarak değerlendirilmiştir.

Resim Analizi: D'nin aile içi ilişkileri hakkında bilgi alabilmek için çiz ve anlat tekniğinden faydalanılmıştır. Çiz ve anlat tekniği ile D'nin aile bireyleri ile sahip olduğu ilişkiyi yorumlamak amaçlanmıştır. Bu doğrultuda D'den bana ailenin de içinde olduğu bir resim çizer misin yönergesi sorulmuştur.

Oyun Terapisi: D ile gerçekleştirilen oyun terapileri seanslarında D'nin, aile bütününe ve aile üyelerinin ilişkilerine yönelik algıları ve arzularının gözlemlenmesi, duygularını ifade edebilmesi, var olan sorunları çözebilmesi ve kendi kararlarını verebilmesi hedeflemiştir.

Bireysel Görüşme: D'nin ebeveyninden ve büyük ebeveyninden aile tutumları, kendi çocuklukları, çocuk yetiştirme tutumları ile ilgili vb. soruları içeren bireysel görüşme tekniği kullanılarak D'nin çekingen davranışlarının nedenlerini araştırmaya yönelik sorular sorulmuştur.

Young Ebeveynlik Ölçeği (YEBÖ): Young (1994) tarafından geliştirilen ölçek, 72 maddeden oluşmakta ve anne-babanın erken dönem uyumsuz şemaların temelini oluşturduğu düşünülen çeşitli davranışlarını içermektedir. Soygüt, Çakır ve Karaosmanoğlu (2008) tarafından yapılan geçerlik ve güvenilirlik çalışmasında, ölçeğin kabul edilebilir düzeylerde geçerli ve güvenilir olduğu belirtilmektedir. Ölçeğin Türkçe versiyonunda hem anne (YEBÖ-A) hem de baba (YEBÖ-B) formları için 10 faktörlü ortak bir yapıya ulaşılmıştır. Bu faktörler (anne formu için): Kuralcı/Kalıplayıcı ( $\alpha = .86$ ), Küçümseyici/Kusur Bulucu ( $\alpha = .84$ ), Duygusal Bakımdan Yoksun Bırakıcı ( $\alpha = .85$ ), Sömürücü/İstismar Edici ( $\alpha = .73$ ), Aşırı Koruyucu/Evhamlı ( $\alpha = .68$ ), Koşullu/Başarı Odaklı ( $\alpha = .73$ ), Aşırı İzin Verici/Sınırsız ( $\alpha = .62$ ), Kötümser/ Endişeli ( $\alpha = .61$ ), Cezalandırıcı ( $\alpha = .60$ ) ve Değişime Kapalı Duygularını Bastıran ( $\alpha = .53$ ) Ebeveynliktir. Test-tekrar test güvenirliliğinin ise faktörler için  $\alpha = .38-.85$  arasında değiştiği belirtilmiştir. Ortaya çıkan faktörler varyansın % 47.69'unu açıklamaktadır (Soygüt, Çakır ve Karaosmanoğlu, 2008).

Young Şema Ölçeği (YSÖ) (Kısa Form): Jeffrey Young tarafından geliştirilen Soygüt, Karaosmanoğlu ve Çakır (2009) tarafından geçerlik ve güvenilirlik çalışması yapılan ölçeğin kısa formunda, Kopukluk ve Reddedilmişlik, Zedelenmiş Otonomi ve Kendini Ortaya Koyma, Zedelenmiş Sınırlar, Diğeri Yönelimsizlik, Aşırı Tetikte Olma ve Bastırılmışlık şema alanlarını kapsayan 18 boyut yer almaktadır. Ölçeğin iç tutarlılık katsayısının şema alanları için  $\alpha=0,63-0,80$ , şema boyutları için  $\alpha=0,53-0,81$  arasında değiştiği tespit edilmiştir. Ölçeğin test tekrar test güvenirliliği şema alanları için  $r=0,66-0,83$  ( $p<0,01$ ), şema boyutları için ise  $r=0,66-0,82$  ( $p<0,01$ ), arasında değişmektedir. Alt ölçekler sırasıyla, Terk Edilme/ İstikrarsızlık, Güvensizlik/Suistimal Edilme, Duyguları Bastırma, Kusurluluk/Utanma, Sosyal İzolasyon/ Yabancılaşma, Bağımlılık/Yetersizlik, Hastalıklar ve Tehditler Karşısında Dayanıksızlık, İç İç Geçme/ Gelişmemiş Benlik, Başarısızlık, Hak Görme/Büyüklük, Yetersiz Özdenetim, Boyun Eğicilik, Kendini Fedâ, Onay Arayıcılık, Karamsarlık, Duygusal Yoksunluk, Yüksek Standartlar/Aşırı Eleştiricilik ve Cezalandırıcılık olarak adlandırılmaktadır. 90 maddeden oluşan ölçekte katılımcılar, her bir maddeyi 6'lı Likert üzerinde (1=Benim için tamamıyla yanlış, 6= Beni mükemmel şekilde tanımlıyor) derecelendirmektedir. Ölçeğin özgün formunda her alt ölçek 5 maddeden oluşmakta, buna göre alt ölçeklerden alınan puanlar 5 ile 30 arasında değişebilmektedir.

Ebeveynlerinin çocuğa ilişkin şüpheleri üzerine gelen çocukla araştırmacılarından biri olan klinik psikolog tarafından yapılan değerlendirme seansı sonrasında psikoloğun ebeveynlerle aynı

kanaate varması sonucunda çocuğa ilişkin daha detaylı bilgi toplayabilmek için çocuğun eğitim gördüğü okul öncesi eğitim kurumunda diğer araştırmacılarla birlikte gözlem yapılmıştır. Gözlem formu, gelişim öyküsü alma okul öncesi eğitim kurumunda başlamış olup, D ile oyun terapisi ve resim analizini barındıran değerlendirme seanslarına devam edilmiş ve eş zamanlı olarak bakım veren büyük ebeveyn ve ebeveynlerle görüşmeler gerçekleştirilmiştir. Ebeveynlere ise Young Şema Ölçeği ve Young Ebeveynlik Ölçeği uygulanmıştır. Gözlem, görüşme ve ölçek sonuçları analiz edilerek bulgularda yer verilmiştir.

## BULGULAR VE TARTIŞMA

Bulgular; çocuğa ilişkin bulgular, ebeveyne ilişkin bulgular ve ebeveynin ebeveynine ilişkin bulgular olmak üzere 3 tema halinde incelenmiştir.

Çocuğa ilişkin bulgularda çocuğun gelişim öyküsünü alma ve gözlem formu incelendiğinde; sınıf içerisinde arkadaşları ile olan iletişim başlatma, sürdürme becerilerinde söz alma, fikrini beyan etme, isteğini ortaya koyma, reddetme ve tutum ve davranışlarında zorlanmalar olduğu tespit edilmiştir. Sınıf içerisinde arkadaşları ile olan iletişim başlatma, sürdürme becerilerinde isteksizlik, söz alma, fikrini beyan etme, isteğini ortaya koyma, reddetme gibi tutum ve davranışlarında zorlanmalar olduğu gözlemlenmiştir.

Resim analizi çalışmaları sonucunda, annesi ile olan ilişkisinin çoğunlukla çatışmalı olduğu ve annesine ilişkin kaçınan tutumlar sergilediği sonucuna ulaşılmıştır.



*Şekil 2. Çocuğa ait bana bir aile çiz resmi*

Oyun terapisinde, D ile araştırmacı olan klinik psikolog 12 çocuk merkezli oyun terapisi seansı gerçekleştirmiştir. D ilk üç seansta oyun odasında bir süre (yaklaşık 8-10 dakika) hareketsiz beklemiş, sonra oyuncakları inceleme davranışları göstermiştir. D'nin dördüncü seansa beraber oyun odasında önceki seanslara nazaran daha rahat olduğu ve ağırlıklı olarak evcilik oyunları oynayabileceği oyuncaklara yöneldiği gözlemlenmiştir. İlk ev oyununda (6. Seans) baba ve çocuk figürü seçmiş kendisi baba rolünü üstlenmiş ve bir süre sonra isterse terapistin de oyuna katılabileceğini ifade etmiştir. Oyunlarda anneye yer vermediği, anne rolü ihtiyaç olduğunda bunu başka bir figür kullanarak giderdiği ve anne rolünün genellikle hasta ve yatan ya da başka bir işle uğraşan (yemek yapan) kişi olarak görevlendirdiği gözlemlenmiştir. D'nin genel olarak tek kişilik oyunlar kurguladığı, oyunlarında anneye yer vermediği ya da pasif ve az ilişkili roller verdiği, aile oyunlarında anneye ya da baba rollerini üstlendiği o rollerle de anne ile reddedici tutumlar sergilediği gözlemlenmiştir.

Terapist: Aile figürleri setini göstererek, acaba bunlardan hangisi bu oyunu oynamayı daha çok ister bir düşünüyem?

D: Yaşlı kadın figürünü işaret ederek "bu gelsin"

T: Anneanne ya da babaanne oyuna katılsın istedin sanırım.

D: Anneanne

T: Anneannenin oyuna katılmasını istiyorsun

D: Evet

T: Tamam hangi rolle oyuna katılabilir, kim olabilir?

D: Anne olsun."

Oyun terapisi sonucunda annesi ile olan ilişkisinin çoğunlukla çatışmalı olduğu ve annesine ilişkin kaçınan tutumlar sergilediği sonucuna ulaşılmıştır.

Ebeveyne ilişkin bulgularda; annenin baskın erken dönem uyum bozucu şemalarının; duygusal yoksunluk (YSÖ puanı 5,1), sosyal izolasyon (YSÖ puanı 4,3), onay arayıcılık (YSÖ puanı 5,2) ve cezalandırmacılık (YSÖ puanı 4,7) babanın baskın erken dönem uyum bozucu şemalarının ise; kendini feda (YSÖ puanı 3,2) ve yüksek standartlar (YSÖ puanı 3,3) olduğu görülmüştür.

Anne yapılan görüşmelerde, "Oyun oynama isteğim oldukça düşük ve çok çabuk sıkılıyorum, oyun oynamak zorunda olduğum fikri beni öfkeliyor, D ile oyun oynamaktansa dinlenmeyi, TV izlemeyi tercih ettiğim çok olur" gibi D ile yeterince vakit geçiremedikleri, "Banyosunu annem yaptırsın, tırnaklarını o kessin isterim genellikle" gibi D'nin öz bakım ihtiyaçlarını karşılama konusunda sorumluluk almamayı tercih ettiğini ve kendi ihtiyaçlarını çocuğun ihtiyaçlarına göre çoğunlukla tercih ettiğini ifade etmiştir.

Babaya ilişkin bulgularda baba ile yapılan görüşme sonucunda, çocukla vakit geçirmeye istekli olma, çocuğun psikolojik ihtiyaçlarını karşılama konusunda çaba gösterdiği ve benzer tutumları eşinin de göstermesi konusunda motive edici yaklaşım gösterdiği gözlemlenmiştir. Bununla beraber babanın iş yoğunluğu D' ile geçirilen zamanın daralmasına ve babanın görüşüne göre yetersiz olmasına sebep olmaktadır. Babanın, anneye ilişkin "Eşim D ile oynarken çok çabuk sıkılır ve D bunu fark eder, genellikle bana ya da kayınvalideme sorumlulukları bırakır, oyun oynarken çoğunlukla TV açıktır ya da telefonuyla ilgilenir" gibi çocuğuyla yeterince vakit geçirmediği ve beraber geçirilen zamanın niteliğinin zayıf olduğuna ilişkin algıya sahip olduğu tespit edilmiştir.

Büyük ebeveyne ilişkin bulgularda; D'nin bakım verenlerinden olan büyük ebeveynin erken dönem şemaları; yüksek standartlar (YSÖ puanı 5,6), hak görmecilik (YSÖ puanı 5,4) ve onay arayıcılık (YSÖ puanı 3,7) olarak saptanmıştır. Anneye uygulanan Young Ebeveynlik Ölçeği'ni büyük ebeveynin, koşullu, başarı odaklı ve küçümseyici ve kusur bulucu ebeveynlik tutumlarına sahip olduğuna işaret etmektedir. Büyük ebeveynin Young Ebeveynlik Ölçeği (YEBÖ) ait koşullu başarı odaklı (YEBÖ puanı 5,3), küçümseyici ve kusur bulucu (YEBÖ puanı 5,6) olduğu bulunmuştur. Büyük ebeveyn ile yapılan bireysel görüşmede "kızım ne yazık ki torunumla yeterince ilgilenemiyor, annelik sorumluluğu ona ağır geliyor ve ben o eksikliği tamamlamaya çalışıyorum" gibi kızının ebeveynlik becerisini eleştiren ifadeler kullandığı görülmüştür. "Çocuk hayata evde hazırlanır, elimden geldiğinde ona bu kuralları vermeye çalışıyorum, benimler beraberken çok mutlu" ifadesini kullanmıştır. Bu ifadelerden de yapılan görüşme sonucunda torunuyla iyi bir kuralcı ve koruyucu bakım veren tutumu sergilediği gözlemlenmiştir.

Çocukluk döneminden itibaren deneyimlenen yaşantı örüntülerinde (şemaları) anne baba (ebeveyn) ile kurulan ilişkilere önemli yer tutmaktadır. Kapçı ve Hamamcı (2010)'nın da belirttiği üzere kendi aile tutumlarından etkilenen bireylerin çocuklarıyla olan ilişkisini geçmişten gelen ana baba benlikleri etkilemektedir. Young, Klosko ve Weishaar'a (2003) göre çocuğun ailesine ilişkin temsilleri, çocuğun tüm dünyaya ilişkin temsilleri olarak varlığını sürdürdüğünden; yaşamın erken dönemlerinde ebeveynlerle yaşanan etkileşimler büyük önem taşımaktadır. Şema kökenleri uyumsuz olarak aktivite olduklarında ebeveynlerinin de

çocuklukta yaşanan anıların, olayların benzerleri yaşanabilmektedir (Young, 1994). Genel değerlendirmede, bu araştırma bulguları, algılanan ebeveynlik biçimlerinin kişilerarası şemaları yordama gücü olduğuna işaret etmektedir. Benzer bir çalışmada da sahip olunan ebeveynlik biçimlerinin psikolojik belirtiler ile ilişkili olduğu (Çakır 2007; Sheffield, Waller, Emanuelli ve Murray, 2006) ve erken dönemde oluşan uyumsuz şemalar ile algılanan ebeveynlik tarzları arasında da ilişki olduğu bilinmektedir (Çakır, 2007; Çolakoğlu, 2012). Erken çocukluk döneminde var olan şemalar, bireyde büyüdükçe düşünce, davranış ve ilişki kurma biçimlerini de olumsuz yönde etkileyebilmektedir (Soygüt ve Çakır, 2009; Young ve Klosko, 2013). Erken dönem uyumsuz şema alanlarına sahip ebeveynlerin zedelenmiş otonomi ve kopukluk şema alanlarının psikolojik belirti düzeyini anlamlı ve pozitif yönde etkilediği sonucuna ulaşmıştır (Akhun, 2012). Şemaların ihtiyaç duyduğu sevilme, ait olma, kabul görme gibi gereksinimlerin karşılanmaması ve zarar verici biçiminde engellenmesi durumunda uyum bozucu şemalar gelişmekte ve çoğu zaman ebeveynlerle geçmişte yaşanan durumların benzerleri yaşanabilmektedir (Caner, 2009). Bundan dolayı şemaların temelinde var olan sorunların gelecekte bireyin kişiliği ile tutarlı olabileceği ve sürekli tekrar eden bir döngüden dolayı şemaları olan ebeveynlerin de çocuk yetiştirirken benzer davranışları sergiledikleri sonucuna ulaşılmıştır.

Annenin, etkilendiği koşullu ve küçümseyici, kusur bulucu ebeveyn tutumlarının; duygusal yoksunluk, sosyal izolasyon, onay arayıcılık ve cezalandırmacılık şemaları geliştirmesinde ve çocuğuyla kurduğu ilişkide duygusal yönden yoksun bırakıcı ve cezalandırmacı ebeveyn tutumları sergilemesinde etkili olduğu düşünülmektedir. Bununla beraber D'nin etkileşim ağı incelendiğinde aynı çevreyi paylaştığı büyük ebeveynin yüksek standartlar, hak görmecilik ve onay arayıcılık şemalarından etkilenmesi ve babasıyla yeterince vakit geçirememesinin yansıması olarak çekingen davranış örüntüleri sergilemesinde etkili olduğu düşünülmektedir. Duygusal olarak yoksun bırakma ebeveyn tutumu, başkalarıyla bağlantı oluşturma ihtiyacı ve becerisini olumsuz etkileyen; küçümseyici, kusur bulucu ebeveyn tutumu ise kendini ifade etme ve özgüven geliştirmeyi engelleyen; cezalandırmacı ve koşullu ebeveyn tutumları ise spontanlık ve kendine yönelimlilik ihtiyaçlarını olumsuz etkileyecek yapıya sahip ebeveyn tutumlarıdır (Young ve Klosko, 2013). Ebeveyn tutumlarında otoriter olanların çocuklarında da endişe, düşük benlik saygısı ve bağlanma davranışlarında da kaçınmacı yaklaşıma sahip olduğunu bulmuşlardır (Kaya, 2010; Neal ve Frick-Horbury, 2001).

## SONUÇ VE ÖNERİLER

Çocuklarda görülen davranış sorunlarının ebeveyn tutumları ve ebeveyninin de kendi ebeveyni ile olan ilişkisini algılama biçimiyle ilişkili olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Spekülatif bir yorum olarak, çocukluk döneminde maruz kalınan işlevsel olmayan bir ebeveynlik biçimin, yetişkinlik döneminde psikolojik bir soruna yol açabilmesi sürecinde, öncelikli olarak şema düzeyinde de işlevsel olmayan bir örüntünün oluşması önemli görünmektedir. Çocuklarda görülen davranış sorunlarının ebeveyn tutumları ve ebeveyninin de kendi ebeveyni ile olan ilişkisini algılama biçimiyle ilişkili olduğu sonucuna ulaşılmış. Müdahalede ise ebeveynlerin ebeveynleri ile ilişkilerinin ele alınması çocuklarda görülen davranış sorunlarının sağaltımında göz önünde bulundurulması önerilir. Çocuklarda görülen kaygı problemi gibi benzer davranış sorunlarının şema modeli çerçevesinde incelenmesi ve ebeveyni ile olan ilişkisi incelenebilir. Ebeveynlerin sahip olduğu farklı şemaların çocuklarda olan etkilerinin belirlenmesine yönelik çalışmalar alana katkı sağlayabilir. Erken dönem uyumsuz şemaların varlığı çocuk yetiştirmede, çocuk ebeveyn arasındaki ilişkide ve kendi ebeveyni ile arasındaki ilişkiyi etkileyebileceğinden ailelerin bilinçli farkındalık düzeyleri artırılabilir.

## KAYNAKÇA

- Akhun, M. (2012). *Üniversite öğrencilerinde, algılanan ebeveynlik biçimleri, erken dönem uyumsuz şemaları, benlik kurguları, ayrılma-bireyleşme ve duygu düzenleme güçlüğünün psikolojik belirtilerle ilişkisi*, Doktora tezi, Hacettepe Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.
- Aslan, E. (1992). Benlik kavramı ve bireyin yaşamındaki etkileri, *Marmara Üniversitesi Atatürk Eğitim Fakültesi Eğitim Bilimleri Dergisi*, 4, 7-14.
- Avşar, N.Ö. (2012). Çekingenlik. *Eğitimde Yansımalar Dergisi*, 32, 5-6.
- Ayyıldız, T. (2005). *Zonguldak il merkezinde 0-6 yaş çocuğu olan annelerin çocuk yetiştirme tutumları*. Yüksek Lisans Tezi, Zonguldak Karaelmas Üniversitesi, Sağlık Bilimler Enstitüsü, Zonguldak.
- Caner, M. (2009). *Evli bireylerde kendi ebeveynlerini algılama biçimleri, erken dönem uyum bozucu şemalar ve eşe yönelik değerlendirmeler arasındaki ilişkiler: Şema Terapi modeli çerçevesinde bir inceleme*. Yüksek lisans tezi. Hacettepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü. Ankara.
- Çağdaş, A. & Seçer, Z. (2002). *Çocuk ve ergende sosyal ve ahlak gelişimi*, Ankara:Nobel.
- Çağdaş, A. (2003). *Anne-baba-çocuk iletişimi*, Konya: Eğitim.
- Çakır, Z. (2007). *Antisosyal kişilik bozukluğunda erken dönem uyumsuz şemalar, algılanan ebeveynlik stilleri ve şema sürdürücü başa çıkma davranışları arasındaki ilişkiler: Şema terapi modeli çerçevesinde bir inceleme*, Yüksek lisans tezi, Hacettepe Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.
- Çolakoğu, E.T. (2012). *Genç yetişkinlerde kendilik algısı, erken dönem uyum bozucu şemalar, algılanan ebeveynlik stilleri ve kişilerarası ilişkiler*. Yüksek lisans tezi, Maltepe Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Dirim, A. (2003). *Çocuk ruh sağlığı*. İstanbul: Esin Yayınevi.
- Eryılmaz, A.(2015). *Psikolojik sorunlara müdahale ve kendi kendine yardım kitabı*. Ankara: Pegem.
- Kapçı, E. & Hamamcı, Z. (2010). Aile işlevi ile psikolojik belirtiler arasındaki ilişki: erken dönem uyum bozucu şemaların aracı rolü, *Klinik Psikiyatri*, 13, 127-136.
- Kaya, A.(2010).*İlköğretim öğrencilerinden anne-babalarının çocuk yetiştirme tutumlarının kişilik özelliklerine göre değişkenlerinin incelenmesi*. Yüksek lisans tezi. Maltepe Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Murris, P. (2006). Maladaptive schemas in non-clinical adolescents: relation to perceived parental rearing parental rearing behaviours, big five personality factors and psychological symptoms. *Clin Psychol Psychother*, 13, 405-413.
- Neal, J., & Donna Frick-Horbury.(2001). The effects of parenting styles and childhood attachment patterns on intimate relationships. *Journal of Instructional Psychology*, 28, 3, 178.
- Özkan, İ. A.,& Özen, A. (2008). Öğrenci hemşirelerde boyun eğici davranışlar ve benlik saygısı arasındaki ilişki. *TSK Koruyucu Hekimlik Bülteni*, 7 (1), 53-58.
- Rafaeli, E., Bernstein, D. P. ve Young, J. E. (2012). *Şema Terapi ayırıcı özellikler*. (M. Şaşıoğlu, Çev.). İstanbul: Psikonet.
- Sailor, D. (2004).*Supporting children in their home, school and community*. Boston: Pearson.
- Sheffield, A., Waller, G., Emanuelli, F., & Murray, J. (2006) Is comorbidity in the eating disorders related to perceptions of parenting? Criterion validity of the revised Young Parenting Inventory. *Eat Behav*, 7: 37-45.



- Soygüt, G., Çakır, Z., & Karaosmanoğlu, A. (2008). Ebeveynlik biçimlerinin değerlendirilmesi: Young Ebeveynlik Ölçeği'nin psikometrik özelliklerine ilişkin bir inceleme. *Türk Psikoloji Yazıları*, 11(22), 17-30.
- Soygüt, G., & Çakır, Z. (2009). Ebeveynlik biçimleri ile psikolojik belirtiler arasındaki ilişkilerde kişilerarası şemaların aracı rolü: Şema odaklı bir bakış. *Türk Psikiyatri Dergisi*, 20, 144-152.
- Yıldırım, T. (2013). *3-6 yaşında olup anaokuluna giden çocukların annelerinde algıladıkları ebeveynlik biçimleri ile çocuk yetiştirme tutumları ve erken dönem uyum bozucu şemaların ilişkileri*. Yüksek lisans tezi. Haliç Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Yıldırım, A., & Şimşek, H. (2005). *Sosyal bilimlerde nitel araştırma yöntemleri*. Ankara: Seçkin.
- Yin, R. K. (2003). *Case Study Research: Design and Methods*. 3<sup>rd</sup> ed. Thousand Oaks, CA: Sage.
- Young, J. E. (1994). *Cognitive therapy for personality disorders: A schema-focused approach*. Sarasota: Professional Resource.
- Young J.E., & Klosko J.S. (2013). *Hayatı yeniden keşfedin*. Çev. Ed.:H.A. Karaosmanoğlu, E. Tuncer, 3.basım, İstanbul:Psikonet.
- Young, J.E., Klosko J.S., & Weishaar, E.M. (2003). *Şema terapi* (Çev. TV Soylu), İstanbul:Litera.



## Lise Öğrencilerinde Bilişsel Esneklik İle Psikolojik Sağlamlık Arasındaki İlişkide Yaşam Amaçlarının Aracı Rolü

### Mediator Role of Life Goals in the Relationship Between Cognitive Flexibility and Resilience in High School Student

Sezen GÜLEÇ<sup>1</sup>,

<sup>1</sup>Dr. Psikolojik Danışman, Sivas Bilim ve Sanat Merkezi, gulcesezen@gmail.com, 0000-0003-4045-1650

Geliş tarihi/Received :20.05.2020

Kabul tarihi/Accepted:30.05.2020

Yayın tarihi/Published:15.06.2020

#### ÖZET

Bu araştırma, lise öğrencilerinde bilişsel esneklik ile psikolojik sağlamlık arasındaki ilişkide yaşam amaçlarının aracı rolünü incelemek amacıyla gerçekleştirilmiştir. Araştırmaya 403 lise öğrencisi katılmıştır. Araştırma verilerinin toplanmasında Psikolojik Sağlamlık ve Ergen Gelişim Ölçeği (Gizir ve Aydın, 2006), Bilişsel Esneklik Ölçeği (Bilgin, 2009) ve Ergenler İçin Yaşam Amaçları Ölçeği (Eryılmaz, 2010) kullanılmıştır. Verilerin analizinde betimsel istatistikler, korelasyon, yapısal eşitlik modeli ve Sobel testi yöntemlerinden yararlanılmıştır. Analiz sonuçlarına göre, bilişsel esneklik ve yaşam amaçları, psikolojik sağlamlığın anlamlı yordayıcılarıdır ve sonuçlar, bilişsel esneklik ile psikolojik sağlamlık arasındaki ilişkide yaşam amaçlarının ( $Z=6.06$ ,  $p<.00$ ) kısmi aracılık rolü bulunduğunu göstermektedir.

**Anahtar Kelimeler:** Psikolojik sağlamlık, bilişsel esneklik, yaşam amaçları, lise öğrencileri.

#### ABSTRACT

This research was carried out to examine the mediating role of life goals in the relationship between cognitive flexibility and psychological resilience in high school students. 403 high school students participated in the study. Psychological Resilience and Adolescent Development Scale (Gizir & Aydın, 2006), Cognitive Flexibility Scale (Bilgin, 2009) and Life Aims Scale for Adolescents (Eryılmaz, 2010) were used to collect research data. Descriptive statistics, correlation, structural equation model and Sobel test methods were used in the analysis of the data. According to the results of the analysis, cognitive flexibility and life goals are significant predictors of psychological resilience and show that the relationship between cognitive flexibility and psychological wellness has a partial mediating role in life goals ( $Z = 6.06$ ,  $p < .00$ ).

**Keywords:** Resilience, cognitive flexibility, life goals, high school students.

#### GİRİŞ

Bireyler yaşamları boyunca pek çok zorlukla karşı karşıya kalmaktadırlar. Her bireyin bu zorluklara yanıt verme biçimi farklıdır. Bazı kişiler, güç durumlarla baş etmekte ve bu durumlara uyum sağlamakta zorlanırken, bazıları ise bu güçlüklerle rağmen potansiyelini gerçekleştirmeyi başarabilmektedir. Bu durum, psikolojik sağlamlık kavramı ile ilişkilendirilmektedir.

Murphy (1987) psikolojik sağlamlık kavramının, bir çocuğun olumsuz koşullarla baş ederek travmatik durumlardan nasıl kurtulduğu ya da iyileştiği ile ilgilendiğini ifade etmektedir. Constantine ve Benard (2001) psikolojik sağlamlığı; “gelişim sürecindeki yüksek risk faktörlerine rağmen, başarılı uyumu sağlayan koruyucu mekanizmalar ya da özellikler” olarak

ifade etmektedir. Masten (2001)'e göre psikolojik sağlık, bireyin uyumunu etkileyecek risk faktörleri karşısında, iyi sonuçlara ulaşabilmesidir. Kararımak (2006) ise psikolojik sağlamlığı; olumsuz bir durum ile karşılaşıldığında, koruyucu ve risk faktörlerin etkileşimiyle, ortaya çıkan yeni süreçlere uyum sağlamak olarak tanımlamaktadır. Tanımlar incelendiğinde, uyum kavramının önemli ortak noktalardan biri olduğu dikkati çekmektedir.

Bireyin yeni şartlara uyum sağlamasını kolaylaştıran en önemli etkenlerden biri, bilişsel esnekliktir. Bilgin (2009), bilişsel esnekliği, bireyin alternatiflerin farkında olarak, değişen durumlara uyum sağlaması ve kendisini bu durumlarla ilgili yetkin olarak görmesi olarak tanımlamaktadır. Bilişsel esneklik, bireyin; a) seçeneklerin farkına varması, b) değişen durumlara uyum sağlama konusunda esnek olması, c) esnek olduğu durumlarda yetkin hissetmesi şeklinde de ifade edilebilmektedir.

Bilişsel esneklik bir anlamda, bireyin çevresinde gerçekleşen beklenmedik durumlara uyum sağlayabilmek ve çözümler üretebilmek için zihinsel süreçlerini düzenleyebilme özelliğidir (Ionescu, 2011). Bilişsel esnekliğe göre, bireyin uyum sağlayabilmesi için öncelikle seçeneklerin farkına varması gerekmektedir. Seçeneklerin farkında olan birey, karşılaştığı zorlu durumlar için alternatif çözüm yolları üretebilir (Bedel ve Ulubey, 2015).

Bilişsel esneklik kişilerarası ilişkilerin seyrine olumlu yönde katkı yapmaktadır. Bilişsel olarak esnek olan birey, sorumluluk sahibi, güvengen ve ilişkilerinde kendini yetkin hissetmektedir. Birey kişilerarası ilişkileri aracılığıyla yaşamda karşılaşılabilecek zorluklarla baş edebilme becerisi edinmektedir (Bedel ve Ulubey, 2015; Bilgin, 2009).

Bireyin zorluklarla baş etmede kullandığı kaynaklardan biri de, yaşamında belirlemiş olduğu amaçlardır. Pesesschkian (1996) insanların yaşamlarında beden duyum, kariyer, ilişki gibi alanlarda amaçları belirlediklerini, bu alanlarda belirledikleri amaçları gerçekleştirmeye çalıştıklarını ve yaşadıkları çatışmalarla baş etme sürecinde bu amaçları kaynak olarak kullandıklarını ifade etmektedir. Eryılmaz'a (2013) göre, bireylerin amaç belirlemeleri ve bunları hayata geçirmeleri onları güçlendirmekte ve olumlu duygular yaşamalarını sağlamaktadır. Amaçlar, bireylerin davranışlarını yönlendiren itici bir güç olarak nitelenebilir. Yaşam amaçları, bireylerin hem psikolojik hem de fiziksel anlamda sağlıklı olmalarına olumlu katkılar sağlarken; bireylerin yaşam amaçlarının olmaması anlamsızlık duygularına ve buna bağlı olarak intihar düşüncelerine ya da davranışlarına neden olmaktadır (Eryılmaz ve Aypay, 2011). İnsanların amaçlarına bağlanması, yaşamdan alınan doyuma da olumlu yönde etki etmektedir (Brunstein, 1993; İlhan ve Özbay, 2010).

Psikolojik sağlık, zorlu durumları güçlü bir şekilde karşılamayı ifade eden önemli ve güncel bir konudur. Bu kavram, özellikle son otuz yılda araştırmacıların ilgi odağı olmuş, çeşitli çalışmalar ile psikolojik sağlamlığı açıklayan psikososyal etkenler araştırılmıştır. Son zamanlarda psikolojik sağlamlık araştırmalarının odak noktası, farklı olumsuz koşullarda psikolojik sağlamlığın desteklenmesine yardımcı olan süreçlerin belirlenmesi olmuştur (Gizir, 2007). Bu araştırma da, psikolojik sağlamlığı destekleyen faktörleri saptama konusunda alan yazına katkı yapmak amaçlanmaktadır. Bu doğrultuda, araştırmada aşağıda ifade edilen hipotezler incelenecektir:

1. Bilişsel esneklik ve yaşam amaçları, psikolojik sağlamlığı anlamlı bir şekilde yordamaktadır.

2. Yaşam amaçlarının, bilişsel esneklik ve psikolojik sağlık arasındaki ilişkide aracı rolü bulunmaktadır.

## YÖNTEM

### Araştırmanın Modeli

Lise öğrencilerinde bilişsel esneklik ile psikolojik sağlamlık arasındaki ilişkide yaşam amaçlarının aracı rolünün incelendiği bu araştırma, iki ya da daha fazla değişkenin birlikte

değişimini ve değişimin derecesini belirleyerek korelasyon türünde tarama yapmaya imkân tanıyan (Karasar, 2002) ilişkiisel tarama modeli kapsamında yürütülmüştür. Araştırmada yapısal eşitlik modeli kurulmuş ve aracılık rolü incelenmiştir. Aracılık rolünün incelenmesinde Baron ve Kenny (1986) 'nin yöntemi kullanılmıştır. Bu yöntem göre, aracı etkiyi hesaplayabilmek için öncelikle bağımsız değişkenin bağımlı değişken üzerindeki etkisi incelenmektedir. Bu etkinin anlamlı olması beklenmektedir. Aracı değişken eşitliğe dahil edildiğinde ise, bağımsız değişkenin bağımlı değişken üzerindeki etkisinin azalması ya da tamamen yok olması durumunda, aracılık etkisinden söz edilebilmektedir.

### Çalışma Grubu-Evren Örneklem

Araştırmanın katılımcıları, ölçüt örnekleme yöntemi kullanılarak belirlenmiştir. Büyüköztürk (2012) ölçüt örnekleme yöntemini, örneklemin problemle ilgili niteliklere sahip olacak şekilde oluşturulması olarak ifade etmiştir.

Psikolojik sağlamlıkla ilgili araştırmalar, daima risk grupları ile yapılmıştır. Bunun sebebi, psikolojik sağlamlık kavramından söz etmek için, bir risk durumu olması zorunluluğudur (Masten ve Reed, 2002). Bu araştırmadaki risk durumu, düşük sosyoekonomik düzey olarak belirlenmiştir. Bundan hareketle araştırmanın örneklemini, Sivas ili merkezinde, sosyoekonomik düzeyin düşük olduğu ailelerde yaşayan 403 lise öğrencisi oluşturmaktadır. Ailelerin sosyoekonomik düzeyi, katılımcıların kişisel bilgi formundaki gelir düzeyi beyanları esas alınarak saptanmıştır. Kişisel bilgi formunda, aylık gelirini asgari ücret veya daha az olarak belirten katılımcıların verileri araştırmaya dâhil edilmiştir.

Çalışmaya katılan öğrenciler; 2019-2020 eğitim ve öğretim yılında lise öğrenimlerine devam etmektedir. Katılımcıların yaşları, 14 ile 19 arasında değişmektedir ve yaş ortalamaları 16,06'dır. Ayrıca örneklemin 224'ü kız, 179'u erkek öğrencilerden meydana gelmektedir.

### Verilerin Toplanması

Araştırmanın veri toplama sürecinde; Psikolojik Sağlamlık ve Ergen Gelişim Ölçeği (PSEGÖ) lise öğrencilerinin psikolojik sağlamlıklarını ölçmek için, Bilişsel Esneklik Ölçeği (BEÖ) bilişsel esneklik düzeylerini ölçmek için ve Ergenler İçin Yaşam Amaçları Ölçeği (EYAÖ) ise yaşam amaçlarını belirleme düzeylerini ölçmek için kullanılmıştır. Ayrıca öğrencilerin demografik özelliklerini belirlemek amacıyla, Kişisel Bilgi Formu kullanılmıştır.

Verilerin toplanması aşamasında öncelikle Sivas İl merkezinde bulunan 5 farklı lise rastgele belirlenmiştir. Söz konusu liselere gidilerek, veri toplanacak sınıflar rastgele belirlenmiştir. Belirlenen sınıflarda katılımcılara, araştırmacı tarafından çalışmanın amacı, konusu ve gizliliği ile ilgili gerekli bilgilendirmeler yapılmıştır. Veri toplama araçları, sınıf ortamında ve gönüllülük esasına dayalı olarak uygulanmıştır.

### Veri Toplama Araçları

*Psikolojik Sağlamlık ve Ergen Gelişim Ölçeği (PSEGÖ)*, WestEd (2001) tarafından geliştirilmiş, Gizir ve Aydın (2006) tarafından Türkçe'ye uyarlanmıştır. Ölçek, 9 dışsal ve 7 içsel koruyucu faktörlerden oluşmaktadır. Dışsal koruyucu faktörler; okul içi etkinliklere katılım, okul-içi ilişkilerde ilgi ve yüksek beklentiler, çevresel etkinliklere katılım, çevresel ilişkilerde ilgi ve yüksek beklentiler, arkadaş grubundaki yüksek beklentiler, arkadaş grubundaki ilgi, ev içi yüksek beklentiler, ev-içi ilişkilerde ilgi ve ev içi etkinliklere katılım şeklindedir. İçsel koruyucu faktörler ise; empati, işbirliği ve iletişim, öz-yeterlik, problem çözme, amaçlar, öz-farkındalık ve eğitimsel beklentiler şeklindedir. Ölçeğin Cronbach Alpha iç tutarlık katsayısı dışsal koruyucu faktörler boyutu için .55 ile .85 arasında değişmektedir; içsel koruyucu faktörler boyutu için ise .50 ile .78 arasında değişmektedir. Ayrıca ölçeğin Doğrulayıcı Faktör Analizi uyum indeksleri; dışsal koruyucu faktörler için CMIN/df = 2.16,

RMSEA = .037, SRMR = .038, GFI = .94, AGFI = .93 ve CFI = .95; içsel koruyucu faktörler için CMIN/df = 2.29, RMSEA = .039, SRMR = .027, GFI = .97, AGFI = .95 ve CFI = .96 şeklindedir. Bu da PSEGÖ'nün yeterli ölçüde geçerlik ve güvenilirliğe sahip olduğunu göstermektedir (Gizir ve Aydın, 2006). Bu çalışmada, ölçeğin verdiği toplam puan üzerinden analiz yapılmıştır.

*Bilişsel Esneklik Ölçeği (BEÖ)*, Bilgin (2009) tarafından geliştirilmiştir. Ölçek; "Başarıyım, Başarısızım" gibi sıfat çiftlerinden oluşmaktadır. Ölçeğin bütünü için bulunan Cronbach Alpha katsayısı .92, ölçeğin maddelerinin madde-toplam korelasyonları ise .49 ile .63 arasında hesaplanmıştır. Test-tekrar yöntemi ile bulunan korelasyon katsayısı .77, test-yarılama ile hesaplanan güvenilirlik katsayısı .87 olarak bulunmuştur. Ölçeğin ölçüt geçerlik çalışması Fonksiyonel Olmayan Tutumlar Ölçeği ile yapılmış, ölçekler arasındaki korelasyon katsayısı -.44 olarak hesaplanmıştır. Ölçekten yüksek puan almak, bilişsel esnekliğe daha fazla yaklaşıldığını ifade etmektedir. Bu çalışmada, ölçeğin elde edilen toplam puanları üzerinden analizler gerçekleştirilmiştir.

*Ergenler İçin Yaşam Amaçları Ölçeği (EYAÖ)*, Eryılmaz (2010) tarafından geliştirilmiştir. Ölçeğin; başarı (kariyer) amaçları, ilişki amaçları ve beden (duyum) amaçları olmak üzere üç boyutu bulunmaktadır. Üç boyutlu ölçeğin açıklanan varyansı %65.32'dir. Ölçeğin hesaplanan Cronbach alfa değeri; başarı (kariyer) amaçları alt boyutu için 0.85, ilişki amaçları alt boyutu için 0.73 ve beden (duyum) amaçları alt boyutu için 0.68'dir. Bu ölçekten yüksek puan almak, belirtilen üç alanda da amaç belirlemeyi ifade etmektedir. Bu çalışmada, ölçeğin üç faktörlü yapısından elde edilen puanlar üzerinden analiz yapılmıştır.

*Kişisel Bilgi Formunda* ise, katılımcılardan cinsiyet, yaş, gelir durumu bilgileri istenmiştir.

### Verilerin Analizi

Araştırma kapsamında lise öğrencilerinde bilişsel esneklik ile psikolojik sağlamlık arasındaki ilişkide yaşam amaçlarının aracı rolü incelenmiştir. Toplanan veriler ile öncelikle araştırma değişkenlerine ilişkin betimsel istatistikler hesaplanmış ve değişkenler arasındaki ilişkiler Pearson Momentler Çarpımı Korelasyon analizi yöntemi ile belirlenmiştir. Daha sonra, değişkenler arasındaki ilişkiler yapısal eşitlik modeli ile test edilmiş ve aracılık etkisini anlamlılığı Sobel testi kullanılarak incelenmiştir. İlgili analizler, SPSS 22.0 ve AMOS 24.0 programları kullanılarak gerçekleştirilmiştir.

## BULGULAR VE TARTIŞMA

### Betimsel İstatistikler ve Korelasyonlar

Araştırmada değişkenlere ilişkin betimsel istatistikler hesaplanmış ve Pearson Momentler Çarpımı Korelasyon analizi yöntemi ile değişkenler arasındaki ilişkiler incelenmiştir. Tablo 1'de araştırma değişkenlerine ilişkin betimsel istatistikler yer almaktadır.

Tablo 1. Araştırma Değişkenlerine İlişkin Betimsel İstatistikler

	Ranj	Min.	Max.	$\bar{x}$	ss	Çarpıklık	Basıklık
Kariyer Amaçları	12,00	3,00	15,00	7,98	2,54	,071	-,719
İlişki Amaçları	12,00	3,00	15,00	7,18	2,56	,456	-,699
Beden Duyum Amları	12,00	3,00	15,00	7,71	2,32	,232	-,645
Bilişsel Esneklik	101,00	5,00	106,00	63,47	31,59	-,993	-,462
Psikolojik Sağlamlık	79,00	5,00	84,00	49,82	23,82	-1,027	-,276

Tablo 1 incelendiğinde, çarpıklık ve basıklık katsayıları açısından araştırma değişkenlerinin normallik sayıtlarını karşıladığı görülmektedir. Değişkenlerin birbiriyle ilişkisini gösteren korelasyon katsayıları Tablo 2’de yer almaktadır.

Tablo 2. Araştırma Değişkenlerine İlişkin Pearson Momentler Çarpımı Korelasyon Analizi Değerleri

	Kariyer Amaçları	İlişki Amaçları	Beden Duyum Amaçları	Bilişsel Esneklik	Psikolojik Sağlamlık
Kariyer Amaçları	1				
İlişki Amaçları	,391**	1			
Beden Duyum Amaçları	,462**	,458**	1		
Bilişsel Esneklik	,533**	,318**	,508**	1	
Psikolojik Sağlamlık	,579**	,418**	,591**	,827**	1

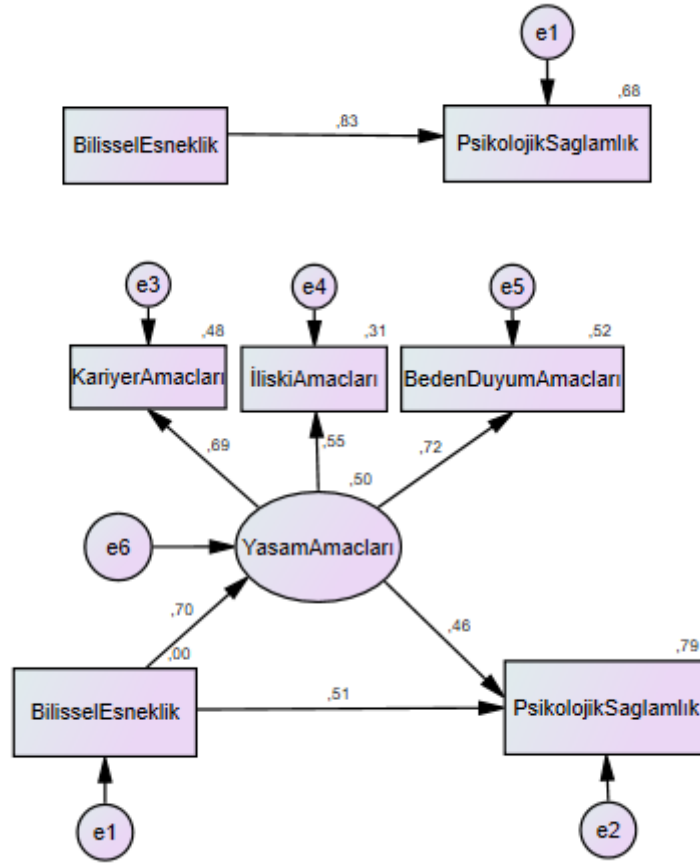
\*\* p<.01

Tablo 2’ye göre, araştırma değişkenleri arasındaki ilişkiler, .32 ile .83 arasında değiştiği görülmektedir. Kariyer Amaçları ile İlişki Amaçları ( $r = .39$ ), Beden Duyum Amaçları ( $r = .46$ ), Bilişsel Esneklik ( $r = .53$ ) ve Psikolojik Sağlamlık ( $r = .58$ ) arasında anlamlı ilişkiler bulunmaktadır. İlişki Amaçları ile Beden Duyum Amaçları ( $r = .46$ ), Bilişsel Esneklik ( $r = .32$ ), ve Psikolojik Sağlamlık ( $r = .42$ ) arasında anlamlı ilişkiler saptanmıştır. Ayrıca Beden Duyum Amaçları, Bilişsel Esneklik ( $r = .51$ ) ve Psikolojik Sağlamlık ( $r = .59$ ) ile; Bilişsel Esneklik de Psikolojik Sağlamlık ( $r = .83$ ) ile anlamlı ilişkiler içindedir.

Tablo 2, tüm araştırma değişkenlerinin anlamlı ilişkiler içinde olduğunu ve yapısal model ile aracı etkilerin test edilebileceğini göstermektedir.

### Aracılık Analizleri

Araştırmada, bilişsel esneklik ile psikolojik sağlamlık arasındaki ilişkide yaşam amaçlarının aracı rolü incelenmiştir. Bu doğrultuda öncelikle, bilişsel esneklik ile psikolojik sağlamlık arasındaki yol katsayısına bakılmış, daha sonra yaşam amaçları değişkeni eklenerek model test edilmiştir. Son olarak aracılık etki düzeyini belirlemek için Sobel testi yapılmıştır. Araştırma değişkenlerine ilişkin standardize edilmiş yol katsayıları Şekil 1’de verilmiştir.



Şekil 1: Araştırma Değişkenlerine İlişkin Standardize Edilmiş Yol Katsayıları

Şekil 1' göre, Bilişsel Esneklik Psikolojik Sağlamlığı doğrudan ve Yaşam Amaçları aracılığıyla dolaylı olarak yordamaktadır. Modelin uyum değerleri CMIN/df= 4.062, GFI=.99, AGFI=.94, CFI=.99, RMSEA= .08 şeklindedir. Kline (2011)'a göre bu değerler, verinin modele çok iyi uyum sağladığını göstermektedir.

Yol katsayıları incelendiğinde, Yaşam Amaçları modele girdikten sonra Bilişsel Esnekliğin Psikolojik Sağlamlık üzerindeki etkisinde azalma görülmektedir (.83'ten .51'e). Baron ve Kenny (1986), bu durumun kısmi aracılığa işaret ettiğini ifade etmektedir. Bilişsel Esneklik ile Psikolojik Sağlamlık arasındaki ilişkide Yaşam Amaçlarının aracılık etki düzeyini tespit etmek üzere yapılan Sobel testi puanı 6.06,  $p=.00$  şeklindedir.

## SONUÇ VE ÖNERİLER

Lise öğrencilerinde bilişsel esneklik ile psikolojik sağlamlık arasındaki ilişkide yaşam amaçlarının aracı rolünü incelemeyi amaçlayan bu araştırmanın sonuçlarına bakıldığında; yaşam amaçları ve bilişsel esnekliğin, psikolojik sağlamlığın anlamlı yordayıcıları olduğu ve bilişsel esneklik ile psikolojik sağlamlık arasındaki ilişkide yaşam amaçlarının aracı rolü bulunduğu görülmüştür. Bu durumda araştırmaya başlanırken kurulan hipotezler doğrulanmıştır.

Araştırma sonuçlarına da paralel olarak; bilişsel esneklik, beklenmedik durumlarda farklı alternatifleri görebilmeyi ve yeni çözüm yolları üretebilmeyi ifade ettiğine göre, güç durumlara uyum sağlayarak potansiyelini gerçekleştirmeyi ya da travmatik olaylardan sonra iyileşmeyi kolaylaştıracaktır. Ayrıca bireylerin bilişsel esneklik düzeylerinin yüksek olmasının, zorlu



yaşam olayları karşısında alternatiflerin farkında olmalarını ve bu sayede güçlüklerle baş etmede daha fazla çözüm yolu üretebilmelerine imkân sağladığı düşünülmektedir. Bulgular doğrultusunda, bilişsel olarak esnek olan ve yaşam amaçlarını belirleyen bireylerin psikolojik olarak daha sağlam olacakları söylenebilir. Nitekim bilişsel olarak esnek olan bireyler, karşılaştıkları zorlu durumlarda düşüncelerini daha dengede olacak şekilde değiştirebilmekte, durumları başa çıkılabilir olarak görmekte ve söz konusu zor durumların üstesinden gelmek konusunda kendilerini daha yeterli hissetmektedirler (Dennis ve Vander Wal, 2010; Deveney ve Deldin, 2006; Teasdale, Scott, Moore, Hayhurst, Pope, ve Paykel, 2001).

Psikolojik sağlamlık için dışsal koruyucu faktörler arasında güvenli ilişkiler, sosyal destek, akran desteği yer almaktadır (Olsson, Bond, Burns, Vella-Brodrick ve Sawyer, 2003). Bilişsel esnekliğe sahip kişilerin de ilişkilerinde daha atılgan, iletişim kurmaya eğilimli ve uyum sağlayıcı kişiler oldukları bilinmektedir (Martin ve Anderson, 1998).

Psikolojik sağlamlığın içsel koruyucu faktörleri arasında ise umut, iyimserlik, öz yeterlik olduğu görülmektedir (Friborg, Barlaug, Martinussen, Rosenvinge ve Hjemdal'ın 2005; Olsson, Bond, Burns, Vella-Brodrick ve Sawyer, 2003). Bireyin umudunu ve yaşama uyum sağlamasını (Argyle, 2001) olumlu yönde etkileyen etkenlerden biri de yaşamda amaçlara sahip olmasıdır. Hatta bireylerin yaşamlarında amaçlara sahip olmaları, onları psikopatolojik olarak koruyucu bir işleve sahiptir (Klinger, 1998).

Yaşam amaçları, "Bireylerin bilişsel ve davranışsal stratejiler ile ulaşmaya çalıştıkları idealler" olarak tanımlanmaktadır (Emmons, 1999). Bilişsel olarak esnek bireylerin yetkinlik inançları düşünüldüğünde, yaşamlarında ulaşmaya çalışacakları idealler belirlemelerinin ve bu ideallere ulaşma konusunda kendilerine inanmalarının, stratejiler geliştirebilmelerinin daha mümkün olduğu söylenebilir. Bu durumun ise, bireylerin umudunu ve iyimserliğini ve dolayısıyla psikolojik sağlamlığını artıracakları düşünülebilir.

Yaşamda belirlenen amaçların, bireylerin davranışlarını yönlendiren motivasyonel bir rolleri bulunmaktadır (Schmuck ve Sheldon, 2001). Bu yönüyle de yaşam amaçları belirlemenin, bireylerin psikolojik sağlamlığını artırmada olumlu bir etkisi olduğu ifade edilebilir.

Türkiye'nin çeşitli bölgelerinde, pek çok farklı ve örseleyici yaşam olayına maruz kalan bireyler bulunmaktadır. Gizir (2007) çocuk ve ergenlerin bu tarz durumlarla nasıl başa çıktığını anlamının, önleyici çalışmalar için önemli olduğunu ifade etmektedir. Bu bağlamda, bireylerin psikolojik sağlamlık düzeylerini desteklemek ve artırmak adına, okul ve sınıf rehberlik planlarında yaşam amaçları belirleme ve bilişsel esnekliği artırmayı hedefleyen etkinliklere daha fazla yer verilebilir. Böylece okullarda Psikolojik Danışma ve Rehberlik Servisleri ve her branştan öğretmenler öğrencilerin bilişsel esneklik düzeylerini artırmaya ve yaşamda amaç belirlemenin önemine yönelik daha yoğun çalışmalar gerçekleştirebilirler.

Özellikle ülkemiz terör, deprem, maden faciası gibi zorlu durumlarla karşı karşıya kalmakta ve bu durumlardan daha yakın olarak etkilenebilecek kişi sayısı oldukça fazladır. Bu nedenle bireylerin psikolojik sağlamlık düzeylerinin artırılması, bahsedilen olası tehditlerle baş etme konusunda bireyleri daha güçlü kılacaktır. Bu yönüyle psikolojik sağlamlık kavramının bu denli önemli olması, bu kavramı daha iyi anlamak ve her yönüyle incelemek gerekliliğini doğurmaktadır. Bu gereklilik doğrultusunda araştırmacılar, psikolojik sağlamlık kavramının farklı bileşenleri ve çocuk örneklemini üzerinde çalışmalar yürütebilirler.

## KAYNAKÇA

- Argyle, M. (2001). *The psychology of happiness*. East Sussex, Routledge, p.45.
- Bedel, A., ve Ulubey, E. (2015). Ergenlerde başa çıkma stratejilerini açıklamada bilişsel esnekliğin rolü. *Elektronik Sosyal Bilimler Dergisi*, 14(55).
- Bilgin, M. (2009). Bilişsel esnekliği yordayan bazı değişkenler. *Çukurova Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 3(36), s.142-157.
- Brunstein, J. C. (1993). Personal goals and subjective well-being: A longitudinal study. *Journal of Personality and Social Psychology*, 65, p.1061-1070.
- Büyüköztürk, Ş., ve diğ. (2012). *Bilimsel araştırma yöntemleri (18. Baskı)*. Ankara: Pegem Akademi.
- Constantine, N. A., ve Benard, B. (2001). California healthy kids survey resilience assessment module: Technical report. *Journal of Adolescent Health*, 28(2), p.122-140.
- Dennis, J.P., ve Vander Wal, J.S.(2010). The cognitive flexibility inventory: Instrument development and estimates of reliability and validity. *Cogn Ther Res*, 34,p.241-253.
- Deveney, C.M., ve Deldin, P.J.(2006). A preliminary investigation of cognitive flexibility for emotional information in major depressive disorder and non-psychiatric controls. *Emotion*, 6, p.429-437.
- Emmons, R.A. (1999). *The psychology of ultimate concerns: motivation and spirituality in personality*. New York, Guilford, p.123- 145.
- Eryılmaz, A. (2010). Yeniden gözden geçirme: pozitif psikoterapi ve gelişimsel rehberlik bağlamında ergenler için amaçları genişletme programı. *Sosyal Politika Çalışmaları Dergisi*, 20(20).
- Eryılmaz, A., ve Aypay, A. (2011). Lise öğrencilerinde derse katılmaya motive olma ile yaşam amaçları belirleme arasındaki ilişkiler. *Ahi Evran Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 3(12), s.149-158.
- Eryılmaz, A. (2013). Pozitif psikolojinin psikolojik danışmanlık ve rehberlik alanında gelişimsel ve önleyici hizmetler bağlamında kullanılması. *The Journal Of Happiness & Well-Being*, 1(1), s.1-22.
- Friborg, O., Barlaug, D., Martinussen, M., Rosenvinge, J. H., ve Hjemdal, O. (2005). Resilience in relation to personality and intelligence. *International Journal of Methods in Psychiatric Research*, 14(1), p.29-42.
- Gizir, C. A., ve Aydın, G. (2006). Psikolojik Sağlık ve Ergen Gelişim Ölçeği'nin uyarlanması: Geçerlik ve güvenirlik çalışmaları. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 3(26).
- Gizir, C. A. (2007). Psikolojik sağlık, risk faktörleri ve koruyucu faktörler üzerine bir derleme çalışması. *Türk Psikolojik Danışma Ve Rehberlik Dergisi*, 3(28), s.113- 128.
- Ionescu, T. (2011), Exploring the nature of cognitive flexibility. *New Ideas in Psychology*, 2(30), p.190-200.
- İlhan, T., ve Özbay, Y. (2010). The predictive role of life goals and psychological need satisfaction on subjective well-being. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 4(34), s.109-116.
- Kararımak, Ö. (2006). Psikolojik sağlık, risk faktörleri ve koruyucu faktörler. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 3(26), s.129-142.
- Karasar, N. (2002). *Bilimsel Araştırma Yöntemi*. Ankara: Nobel
- Kline, R. B. (2011). *Convergence of structural equation modeling and multilevel modeling*.

- Klinger E (1998) The Search for Meaning in Evolutionary Perspective and its Clinical Implications. *The human quest for meaning: A handbook of psychological research and clinical application* Mahwah, PTP Wong, PS Fry (Ed), NJ, Lawrence Erlbaum Associates, s.27–50.
- Martin, M. M., ve Anderson, C. M. (1998). The cognitive flexibility scale: Three validity studies. *Communication Reports*, 11, p.1.
- Masten, A. S., ve Reed, M. G. J. (2002). Resilience in development. *Handbook of positive psychology*, 74, p.88.
- Murphy, L. B. (1987). Further reflections on resilience. *The invulnerable child*, p.84-105.
- Olsson, C. A., Bond, L., Burns, J. M., Vella-Brodrick, D. A., ve Sawyer, S. M. (2003). Adolescent resilience: A concept analysis. *Journal of Adolescence*, 26(1), p.1-11.
- Peseschkian, N. (1996). *Positive family therapy. The family as therapist*. New Delhi, Sterling Paperbacks, s.76-159.
- Schmuck, P., ve Sheldon, K.M. (2001). *Life-goals and well-being: Towards a positive psychology of human striving*. Hogrefe, s.56- 94.
- Teasdale, J.D., Scot,t J., Moore, R.G., Hayhurst, H., Pope, M., ve Paykel, E.S.(2001). How does cognitive therapy prevent relapse in residual depression evidence from a controlled trial. *J Consult Clin Psychol*, 69, p.347-357.
- WestEd. (2001). *Resilience youth development: Key findings*. California: Wested.



## Aile Danışmanlığı Tekniklerinin Okul Psikolojik Danışma ve Rehberlik Servislerinde Kullanımının İncelenmesi

### Examining the Use of Family Counseling Techniques in School Psychological Counseling and Guidance Services

Özgür Tönbul<sup>1</sup>

<sup>1</sup>Psikolojik Danışman, MEB, ozgurtonbul33@gmail.com, orcid.org/0000-0001-5046-3140

Geliş tarihi/Received: 24.02.2020

Kabul tarihi/Accepted:05.04.2020

Yayın tarihi/Published:15.06.2020

#### ÖZET

Okul ve aile ayrılmaz bir bütün olarak karşımıza çıkmaktadır. Okullarda görevli psikolojik danışmanlar, danışmanlık sürecinde çoklukla ailelerle birlikte çalışmaktadır. Okul psikolojik danışmanlığı hizmetleri öğrencilere ve ailelere yönelik olarak gerçekleştirilmektedir. Bireyin kendisiyle ilgili genel ve özel yeteneklerini, ilgilerini, güçlü ve zayıf yönlerini ve içinde yaşadığı fiziki ve sosyal çevreyi daha iyi tanımasına olanak sağlayan bir süreçtir. Aile danışmanlığı ise, ailenin üyelerine veya tamamına yönelik sunulan, ailenin problemlerini çözmesine, aile sisteminin işlevsellik göstermesine ve uyum içinde bir birliktelik haline gelmesine yönelik stratejik teknik ve uygulamaları içeren profesyonel müdahaleleri içermektedir. Okul psikolojik danışmanlığı sürecinde aile danışmanlığı tekniklerinin entegre edilmesi okul sürecinde öğrencinin aile yapısını keşfetmeyi kolaylaştıracağı düşünülmektedir. Bu nedenle bu derlemede aile danışmanlığı kuram ve tekniklerinin okul psikolojik danışmanlığında kullanımı incelenmiştir.

**Anahtar Kelimeler:** Aile danışmanlığı, Aile danışmanlığı teknikleri, Psikolojik danışma

#### ABSTRACT

School and family appear as an inseparable whole. Psychological counselors working in schools often work with families during the counseling process. School psychological counseling services are carried out for students and families. It is a process that allows the individual to get to know his general and special talents, interests, strengths and weaknesses and the physical and social environment in which he lives. Family counseling includes professional interventions that are offered to members of the family or the whole, including strategic techniques and practices to solve the family's problems, to demonstrate the functionality of the family system and to become a harmonious union. It is thought that integrating family counseling techniques in the school psychological counseling process will facilitate the discovery of the student's family structure in the school process. Therefore, in this review, the use of family counseling theories and techniques in school psychological counseling is examined.

**Keywords:** Family counseling, Family counseling techniques, Psychological Counseling

#### GİRİŞ

Çocukların tutumlarının, değer yargılarının ve yaşama ilişkin temel duygularının kazanıldığı, benliklerinin şekillendiği ilk kurum ailedir (Kuzgun, 2008). Okul ise çocukların aileden sonra toplumsal yaşama ilk adımını attığı, diğer kişilerle yaşamayı öğrendiği diğer bir kurumdur (Genç, 2005). Ayrıca okul, çocukların gelişimlerini takip etmek ve karşılaştıkları sorunları çözmek için uğraşan bir kurumdur. Görüldüğü gibi hem aile kurumu hem de okul kurumu çocukların sağlıklı gelişebilmesi için önemlidir olan ve birbirlerini karşılıklı olarak

etkilemektedir (Aslan ve Güven, 2019) ve hem aileler hem de okullar çocukların gelişimi için önemli bağlamlardır (Whitmore, 2004). Bu nedenle çocuklara ve ailelere yönelik okulda yürütülen faaliyetler önem arz etmektedir (Kılıç ve Özkan, 2015).

Okullarda, okul psikolojik danışmanlığı hizmetleri öğrencilere ve ailelere yönelik olarak gerçekleşen ve öğrencileri tanıma ve bireysel değerlendirme, psikolojik danışma ve bilgi verme gibi bireyin kendini ve içinde yaşadığı fiziki ve sosyal çevreyi, genel ve özel yeteneklerini, ilgilerini, güçlü ve zayıf yönlerini daha iyi tanımasına olanak sağlayan bir süreçtir (Ercan, 2001). Ayrıca okul psikolojik danışmanları da öğrencilere kendilerini anlama ve değerlendirme, başkalarını anlama ve kabul etme, ailenin değerini anlama, toplum olgusunu geliştirme, karar verme ve amaç verme gibi yeterlilikleri kazandırmaya çalışır (Yeşilyaprak, 2000). Rotter ve Boveja (1999) yaptıkları çalışmada okul psikolojik danışmanının, hem çocuklara hem de ailelerine yönelik, özellikle de öğrencilerin sınıftaki performansını etkileyebilecek stresi hafifletebilecek hizmetler sağlayabildiğini belirtmektedir.

Aile danışmanlığı ise, ailenin üyelerinin bir kısmına veya tamamına yönelik sunulan, ailenin problemlerini çözmesine, aile sisteminin işlevsellik göstermesine ve uyum içinde bir birliktelik haline gelmesine yönelik stratejik teknik ve uygulamaları içeren profesyonel müdahaleleri içermektedir (Algan, 2016). Aile danışmanlığının amacı, aile üyeleri arasında yaşanan iletişim sorunları, roller veya sınırları netleştirme, sorun çözme becerileri geliştirme ya da tüm aileyi etkileyen ölüm, boşanma ya da kronik rahatsızlıklar gibi konularda aileye psikolojik destek vermektir (Davison ve Neale, 2004). Aile danışmanlığının temeli kişilik ve ruhsal sorunlarının içsel süreçlerden daha çok kişiler arası dinamiklere dayandıran sistemik bakış açısına dayanmaktadır (Gladding, 2017; Özabacı ve Erkan, 2017). Aile danışmanlığının temelleri 1940'lı yıllarda Macy Konferansları ile başlamış, 1950'lerde Palo Alto grubunun aileler üzerine yaptıkları çalışmalar ile adını duyurmuştur. Bu dönemlerden sonra gelişen aile danışmanlığı ekolleri sistemik kuramları ya da sosyal yapılandırmacılık felsefi bakış açısı ile şekillenmiştir (Gehart, 2017). Bu bakış açıları aile danışmanlarının aile üyelerini bir sistem olarak görmesini ve hepsini tek bir danışan olarak değerlendirmesini sağlamıştır (Tönbül, 2019). Özellikle de sistemik bakış açısına göre, çocukların yaşadığı sorunlar genellikle anne babada görülen sorunların abartılı bir çeşidi olarak değerlendirilmiştir (Nichols, 2013).

Tüm bu bilgilere ek olarak okul ile aile arasındaki ilişkiyi okul psikolojik danışmanlığı içerisinde ailelere yönelik sunulacak olan aile psikolojik danışmanlığı hizmeti ile gerçekleştirmek mümkün olabilir (Aslan ve Güven, 2019). Çünkü aile yaşamının çocuklar üzerindeki olumlu ya da olumsuz etkileri okula kadar uzanmakta ve okul iklimini etkileyebilmektedir (Özdemir ve Aksu, 2018). Crespi, Gustafson ve Borges (2006)'a göre okul psikolojik danışmanları, boşanma sorunu, madde kötüye kullanımı, ebeveyn ihmali ile fiziksel ve psikolojik taciz gibi aile sorunlarından etkilenen öğrenci sayısının giderek arttığını belirtmektedir. Bu yüzden Widerman ve Widerman (1995), yaptıkları çalışmada okul ortamında sağlıklı bir iklimin oluşturulması ve başarının artırılmasında ailenin olumlu etkisini merkeze almak için aile odaklı okul psikolojik danışmanlığını önermiştir. Lewis (1996) ise, okul psikolojik danışmanları tarafından yapılan müdahalelerin odağının aile danışmanlığı olması gerektiğini belirtmiştir. Gerrad (2008) ise okul temelli aile danışmanlığını, okul psikolojik danışmanlığı ve aile danışmanlığı modellerini çocuğun problemlerini tüm kişilerarası ağlar bağlamında kavramsallaştırmak için kullanılan geniş tabanlı bir sistem modeline entegre etmektedir. Bu nedenle aile danışmanlığı kuramları ve tekniklerine değinmekte yarar görülmektedir.

### **Aile Danışmanlığı Kuramları ve Teknikleri**

Aile danışmanlığı kuramlarının temeli sistemik bakış açısına dayanmaktadır (Nichols, 2013; Gehart, 2017). Aile danışmanlığı alanında geliştirilen her ekol aileyi bir bütün olarak görüp

farklı müdahale teknikleri geliştirmiştir. Okul psikolojik danışmanlığı alanında kullanılabilecek aile danışmanlığı tekniklerinden uygun olanlar kuramsal çerçevesiyle birlikte anlatılmıştır.

### 1. Sistemik Aile Danışmanlığı ve Teknikleri

Sistemik aile danışmanlığının temel görüşü insanların her zaman iletişim halinde olduğudur ve insan yaşamında iletişimin her zaman var olduğudur (Nichols, 2013). Bu yüzden sistemik aile danışmanları ailenin etkileşim örüntülerine çok önem vermektedir ve ailenin sorunu çözmek için ne tür denenmiş çözümlere başvurduklarını incelemektedir (Gehart, 2017). Sistemik aile danışmanlığında kullanılan teknikler kısa şöyledir:

- *Etkileşim Örüntüleri*: Sistemik bakış açısı ailenin var olan sorununu bireyselleştirmeden sistemin sorunu olarak görmektedir. Ailenin sorunun sistem tarafından şekillendirildiğini düşünürler. Bu yüzden aile üyeleri arasındaki etkileşimi dikkatlice incelerler. Etkileşim örüntüsü ailenin birbirleriyle kurduğu iletişimi, sorun karşısındaki çözüm denemelerini, aile üyelerinin suçlamaları gibi birçok iletişim şekillerini içermektedir (Gehart, 2017).
- *Denenmiş Çözümler ve Yeniden Çerçeveselendirme*: Ailenin danışmanlık sürecine getirdiği problemlerle ilgili ne tür çözümler bulduğu sistemik bakış açısıyla değerlendirilir. Ailenin denediği ama sorunu çözemediği davranışlar aileyle birlikte değerlendirilerek aileye yepyeni bir bakış açısı kazandırılır. Yeniden çerçeveselendirme ailelerin olumsuz ve kötü olarak değerlendirdiği bir sorunu farklı ve özellikle olumlu yönlerden görmesini sağlamaktır (Kesici, Mert, Büyükbayraktar ve İlgin, 2017). Sorun yeniden çerçeveselendirme ile aileye farklı şekilde tarif edilir ve ailenin bu yeni bakış açısıyla sorunun çözümü için yeni denemelerde bulunması desteklenir (Coloney ve Coloney, 2017).

### 2. Bowen Aile Danışmanlığı ve Teknikleri

Bowen'a göre aileler temelde duygusal sistemlerdir. Bu duygusal sistem içerisinde, ailelerde görülen davranış, inanç, değer ve duygusal tepkiler nesilden nesle aktarılarak süreklilik kazanır (Kesici, 2017). Ayrıca Bowen benliği ayrılaşmamış ebeveynlerin kendi olgunlaşmamış yapılarını çocuklarına yansıttıklarını belirtmektedir (Nazlı, 2012). Bu yansıtma sonucunda en sık görülen örüntü, annenin kendi kaygısını çocuklardan birine yansıtmasıdır. Kaygının yansıtıldığı çocuk ise bu durumdan olumsuz etkilenmekte ve diğer kardeşlerine göre hem benlik algısı olarak hem de gelişimsel olarak geri kalmaktadır (Gehart, 2017). Bowen aile sistemleri danışmanlığı sürecinde kullanılan teknikler şöyledir:

- *Ben Dili*: Ben dili bireylerin, karşısındaki kişiye duygusal tepki vermeden ve suçlamadan kendi kişisel düşüncelerini aktarabilmesidir. Bowen aile üyelerine bu dilin kazandırılmasıyla aile sisteminin benlik farklılaşma sürecini başlatacağını düşünmektedir. Ayrıca ben dili kullanımı aile üyelerinin var olan kaygı düzeyini de düşüreceği vurgulanmaktadır (Kesici ve ark., 2017).
- *Üçgenleşme*: Sorunlarını konuşamayan ebeveynler yaşadıkları problem üzerine konuşabilmek için sisteme üçüncü bir kişi sokarak o kişi üzerinden iletişim kurmaya çalışır. Bu kişi de genellikle çocuklar olmaktadır. Bu durum çocuklar üzerinde kaygı yaratmaktadır (Kesici ve ark. 2017, Nazlı, 2012). Kaygı düzeyi arttıkça insanlar kaygıyı azaltmak için üçüncü kişileri devreye sokarlar böylece rahatlamak için sadece ancak yaşanan çatışmanın olduğu gibi kalmasına neden olurlar (Nichols, 2013).

### 3. Yapısal Aile Danışmanlığı ve Teknikleri

Yapısal aile danışmanlığı bir bireydeki belirtilerin en iyi aile etkileşim örüntüleri incelendiğinde anlaşılacağını varsaymaktadır. Bu anlayışa göre, aile içerisindeki var olan sorunların giderilmesi için önce ailenin organizasyonunda veya yapısında bir değişim meydana gelmesi

gerektiği belirtilmektedir (Gladding, 2017). Yapısal aile danışmanlığı ailenin ve aile üyelerinin güçlü yönlerine odaklanmaktadır. Bu yüzden aileleri işlevsiz olarak değerlendirmez tam aksine sürekli değişkenlik gösteren, gelişmeye açık ve bağlamsal taleplere uyum sağlayabilmek için birbirleriyle etkileşim örüntülerini düzenlemede desteğe ihtiyaç duyan bireyler olarak görmektedir (Gehart, 2017). Yapısal aile danışmanlığında kullanılan teknikler aşağıda verilmiştir:

- *Alt Sistemler:* Yapısal aile danışmanlığına göre her ailede alt sistemler mevcuttur ve bu alt sistemler bir bütün olarak sistemin daha küçük birimleridir ve bu şekilde çeşitli aile görevlerini yerine getirirler. Alt sistemler olmadan bütün aile sistemi işlevlerini yerine getirmede sorunlar yaşar (Nazlı, 2012; Gladding, 2017). Yapısal aile danışmanlığında bir aileyi değerlendirme sürecinde ele alınması gereken önemli alt sistem konuları şunlardır; (a) ebeveyn ve eş alt sistemi arasında net bir ayrım var mıdır? (b) Ebeveyn ve çocuk/kardeş alt sistemleri arasında net bir sınır var mıdır? (Gehart, 2017).
- *Sınırlar ve Hiyerarşi:* Sınırlar temel olarak aile üyelerini birbirlerinden ayıran ve organize eden fiziksel ve psikolojik faktörlerdir (Özabacı ve Erkan, 2017; Gladding, 2017). Yapısal aile danışmanları üç temel sınır tipi tanımlamışlardır; (a) *Belirgin Sınırlar:* Bireyin kendi kimliğini korurken diğer bireylerle yakın duygusal teması izin veren ve normal kabul edilen sınırlardır, (b) *İç İç Geçmiş ve Belirsiz Sınırlar:* Aşırı derecede belirsiz sınırları olan ailelerde bireyler arasında net bir ayrım bulunmamakta, güçlü bir bağ ve birliktelik duygusu yaratılmaktadır, (c) *İlişkisel Kopukluk ve Katı Sınırlar:* Katı sınırlar ilişkinin kopmasına yol açmaktadır. Bu tür aileler birbirinden ayrılmaya yüksek tolerans gösterirken, birbirlerine destek olmak ve birbirlerini korumak adına yeterince seferber olmamaktadırlar (Gehart, 2017). Yapısal aile danışmanlığının amaçlarından birisi ebeveyn alt sistemi ile çocuk alt sisteminin uygun bir şekilde birbirinden ayrılmasıdır (Üstündağ, 2014). Bu sınırlara ek olarak aile üyeleri arasındaki hiyerarşi de yapısal aile danışmanları tarafından incelenmektedir (Nazlı, 2012). Yapısal aile danışmanlığına göre üç tür ebeveyn hiyerarşisi vardır:
  - a. Etkili: Anne baba duygusal bağlarını korurken sınırları da koyabilirler.
  - b. Yetersiz: Anne babalar çocuklarının davranışlarını etkili bir şekilde yönetemezler ve çoğunlukla aşırı hoşgörülü bir ebeveyn tutumu sergilerler.
  - c. Aşırı: Kurallar çok katı ve gerçekçi değildir ve sonuçları katlanılamayacak kadar ağırdır (Nichols, 2013).

#### 4. Yaşantısal Aile Danışmanlığı ve Teknikleri

Okul psikolojik danışmanlığı ile entegre olmuş aile danışmanlığı yaklaşımlarından en önemlisi Satir'in yaşantısal aile danışmanlığıdır. Satir'in aile danışmanlığı yaklaşımı aile etkileşimlerini geliştirmenin yanı sıra bireysel gelişimi desteklemeye de odaklanmıştır (Gehart, 2017). Satir bu yüzden danışmanlık sürecinde iletişim modelleri (kalıpları), benlik saygısı, benlik değeri, her insanın içinde bulunan doğuştan gelen içsel güçler üzerinde durmaktadır (Kesici ve ark., 2017). Satir sağlıklı bir benlik saygısı için anne ve bebek arasındaki ilk ilişkiye odaklanmaktadır. Olumlu bir benlik saygısı için bireyin yaşamının ilk yıllarında şu koşulların bulunması gerekmektedir:

- Fiziksel ihtiyacının karşılanması
- Başkaları ile sıcak ilişki
- Başkalarının dünyası üzerinde egemenlik kurma deneyimi
- Değerli ve ayrı birey olduğunun onaylanması
- Kadın veya erkek olduğunu kabul etme (Nazlı, 2012)



Ayrıca Satir aileleri ikiye ayırmaktadır; (1) *Eğitici Aile*: Eğitici ailede aile üyeleri birbirine saygı duyar, birbirlerini dinler, her biri diğerine içtenlik, dürüstlük ve sevgi gösterir. Bu tür ailelerde bireyler birbirlerine sevgi, şefkat ve ilgi göstermekten çekinmez ve dokunmaktan korkmazlar. (2) *Sorunlu Aile*: Artık ortak paylaşımları, iletişimleri ve ortak paydaları olmadığı halde birlikte yaşamaya devam eden ailelerdir. Bu tür ailelerde insanlar arasında mesafe, soğukluk, alaycılık, gerginlik, donuk bir sessizlik hüküm sürmektedir. Sorunlu ailelerde bireyler birbirlerini suçlarlar ve eleştirirler (Kesici ve ark., 2017). Satir aile danışmanlığı teknikleri şöyledir:

- *Aile Yaşam Kronolojisi*: Aile yaşam kronolojisi birey ya da ailenin yaşamıyla ilgili önemli olayları içeren bir zaman çizelgesidir. Bu zaman çizelgesi doğum ve ölümler, önemli aile olayları, evlilik, taşınma, önemli hastalıklar, savaşlar, doğa olayları gibi birçok olayı kapsamaktadır (Kesici ve ark., 2017; Gehart, 2017).
- *Ben Dilini Kullanma*: Sağlıksız olan ailelerde, üyeler sıklıkla birinci çoğul kişiyi konuşurlar, belirsiz ve açık olmayan mesajlar verirler ve iletişimde tepki verme eğilimindedirler. Etkili olmayan iletişim örüntüleri ile mücadele etmek için, yaşantısal aile danışmanları duygularını ifade etmede aile üyelerinin “ben” ifadelerini kullanmaları gerektiğini savunurlar (Galdding, 2017). Satir geliştirdiği yaklaşımda iletişim üzerinde oldukça durmuş ve beş iletişim kalıbı tanımlamıştır. Bunlar; uyumlu, yatıştırıcı, suçlayıcı, aşırı mantıklı ve ilgisiz kalıplardır. İletişim kalıplarından dördü (yatıştırıcı, suçlayıcı, aşırı mantıklı, ilgisiz) çocukken hayatta kalmak için kullanılmış olan yaşamsal kalıplardır (Gehart, 2017). Yatıştırıcı iletişim kalıplarını kullananlar, kendilerini kenara çekerler, sürekli başkalarıyla aynı fikirdedirler, özür dilerler, zayıftırlar. Suçlayıcı kalıbı kullananlar sürekli başkalarının hatalarını ararlar. Aşırı Mantıklı kalıbı kullananların katı bir duruşu vardır, soğukkanlı, sakin, duygusal davranmayan kişidir. İlgisiz kalıbı kullananlar hiçbir şey ile ilgilenmezler (Nazlı, 2012).
- *Aranıyor İlanı Yazdırmak*: Satir, özellikle çocukları ile sorun yaşayan ebeveynlerde bu tekniği kullanmıştır. Bu teknikte yaşantısal aile danışmanı aile üyelerinin her birinden nasıl bir ebeveyn ya da çocuk istediklerine yönelik bir aranıyor ilanı yazmasını ister. Bu sayede aile üyeleri hem kendi hem de çocuğun beklentilerinin farkına varabilmeyi amaçlamaktadır (Kesici ve ark. 2017).

##### 5. Kısa Süreli Çözüm Odaklı Aile Danışmanlığı ve Teknikleri

Çözüm odaklı aile danışmanları problem üzerinde konuşmaya çok az zaman harcarlar. Sorun üzerinde daha fazla durmak yerine danışanın sorununun çözümüne yönlendirmeye odaklanırlar. Çözüm odaklı aile danışmanı sorunları çözmez ya da çözümler önermez. Bunun yerine danışanla işbirliği yapmaktadırlar (Gehart, 2017). Ailelere yardım etmedeki amaç, aile üyelerinin bakış açılarını değiştirmek ve birtakım durumlara uygulanabilecek yeni ve yaratıcı çözümler bulmasına yardımcı olmaktır. Çözüm odaklı aile danışmanları ailelerin şikayet ettikleri durumları çözebilecek kaynakları ve güçlü yanlarının olduğuna inanmaktadır. Çözüm odaklı kuramın bir başka düşüncesi de ailelerin gerçekten değişmek istediğidir (Gladding, 2017). Kısa süreli çözüm odaklı aile danışmanlığı teknikleri aşağıda verilmiştir:

- *Güçlü Yönler ve Kaynaklar*: Çözüm odaklı danışmanlıkta danışanın gücünü değerlendirme önemli uygulamalardan birisidir. Güçlü yönler kişinin yaşamındaki kaynakları ya da aile desteğini, olumlu ilişkileri içerebilir (Conoley ve Conoley, 2017). Çözüm odaklı danışmanlar gücü iki şekilde değerlendirirler; (a) hobiler, hayatın iyi giden yönleri gibi güçlü yönlerle ilgili doğrudan sorular sorarak, (b) problemle ilgili istisnaları ya da fark edilmemiş güçlü yönleri dikkatli dinleyerek.

- Güçlü yönleri başarıyla değerlendirmedeki en kilit nokta, durumları ne kadar dehşet verici ve ciddi görünse bile tüm danışanların önemli ve anlamlı güç yönleri olduğuna dair sarsılmaz inançtır. Çözüm odaklı danışmanlar tüm insanların güçlü yönleri ve kaynakları olduğunu savunurlar ve danışanın amacına ulaşmasında güçlü yönlerini tanımlaması ve kullanmasına yardımcı olmak için çalışırlar (Gehart, 2017).
- *İstisnalar ve "İşe Yarayanlar"*: Çözüm odaklı danışmanlar bir sorunun var olduğu söylendiğinde, neredeyse her zaman istisnaların, yani sorunun daha az ortaya çıktığı veya hiç olmadığı zamanların var olduğunu belirtmektedirler (Rhodes, 2007). Çözüm odaklı danışmanlar, danışanları dinlerken istisnalar ve neyin işe yaradığı ile ilgili örneklere dikkat etmektedirler. İstisnaları belirlemeyi ve neyin işe yaradığını tanımlamayı iki şekilde yaparlar; (a) dolaylı olarak kendiliğinden oluşan tanımlamaları dinleyerek, (b) doğrudan sorular sorarak (Gehart, 2017). Esas itibarıyla, istisnalar danışanların gerçek dünyalarında yoktur; danışman ve danışanın sorun ortada yokken neler olduğunu ele alırken işbirliğiyle icat edilmeleri, yapılandırılmaları gerekir (Gladding, 2017)
  - *Mucize ve Çözüm Üreten Sorular*: Çözüm odaklı danışmanlar çözüm üretmeye yardımcı olan pek çok ilgili soru kullanırlar ve danışma sürecindeki ilk amaçları belirlemelerine yardımcı olurlar. Başarılı bir şekilde iletilindiğinde bu sorular, danışanın geleceği sorunsuz olarak zihninde canlandırmasına, umut ve motivasyon üretmesine yardımcı olmaktadır. Yetersiz bir şekilde iletilindiğinde ise kullanışsız olmaktadır (Gehart, 2017). *Mucize sorular* ailelerin alışageldik olan bakış açılarını bir süreliğine bir kenara koyup, olmasını istedikleri gerçekliğe girmelerini sağlar. *Mucize sorusu* sadece aile ile yeteri kadar bilgiler elde edildikten sonra sorulmalıdır (Gladding, 2017; Nazlı, 2012). Çözüm odaklı aile danışmanı, mucize sonrası aile hayatında ne gibi değişiklikler olacağını araştırarak, aileyi cesaretlendirir (Coloney ve Coloney, 2017).
  - *Küçük Adımlar: Derecelendirme Soruları*: Derecelendirmede 1 (düşük) ve 10 (yüksek) aralığı danışanın amaçlarına doğru aldığı yolu belirlemek için kullanılır (Gladding, 2017). Danışman derecelendirme sorularını (a) güçlü yönleri ve çözümleri değerlendirmek, (b) amaç oluşturmak, (c) ev ödevi görevlerini düzenlemek, (d) süreci ölçmek, (e) güvenlik planı ile ilgili krizleri yönetmek için kullanılır. Bu sorular ilk seanstan son seansa kadar her hafta yeniden kullanılabilir (Gehart, 2017).
  - *İltifatlar ve Cesaretlendirme*: Çözüm odaklı aile danışmanları iltifatları ve cesaretlendirmeyi aile üyelerini motive etmek ve güçlü yönlerini vurgulamak için kullanır. İltifatlardaki anahtar nokta, aile üyelerinin sadece belirledikleri amaçla ilgili ilerleme kaydettiklerinde iltifat etmek ya da problemle ilgili belirli güçlü yönlerine iltifat etmektir (Gehart, 2017). Çözüm odaklı danışmanlar için, özellikle de de Shazer için bir övgü ailenin güçlü yönlerine işaret eden yazılı bir mesajdır. Övgü, aile üyelerinin üzerinde anlaşabilecekleri olumlu bir ifadedir (Gladding, 2017).
  - *Başa Çıkma Soruları*: Başa çıkma soruları özellikle danışanın kendini bunalmış hissettiğinde onun umudunu, eylemliliğini, etkinliğini ve motivasyonunu artırmaktadır. Bu sorular ayrıca danışanın bir ilerleme kaydetmediğini bildirdiği, akut bir kriz tanımladığı ya da umutsuz hissettiği zamanlarda kullanılabilir. Başa çıkma soruları şu andaki ya da geçmişteki durumla nasıl baş edebildiğini tanımlamaya yönlendirir (Gehart, 2017).

## 6. Adler Aile Danışmanlığı ve Teknikleri

Adler, aileyi her bir üyesinin aile sistemini etkilediği ve aynı zamanda aileden etkilendiği sosyal bir sistem olarak ele almaktadır (Watts, 2000). Adler'e göre, tüm davranışlar amaçlı ve etkileşimlidir bu yüzden hem bireyler hem de sosyal bir sistem olan aile bütünseldir ve bireyler sosyal sistemlerde davranış biçimleriyle değerlendirilmektedirler (Carlson, Sperry ve Lewis, 2005). Adlerin aile danışmanlığı uygulamalarının uzun yıllardır Viyana'da Çocuk Reberlik Merkezlerinde yaptığı uygulamalara dayanmaktadır (Goldenberg ve Goldenberg, 2013) ve Adler'in bu klinikteki uygulamaları hem aile danışmanlığı hem de okul temelli aile danışmanlığı açısından öncü kabul edilmektedir (Gerrad, 2008). Adler yaklaşımına göre bireylerin tüm davranışları sosyaldır ve aile bireyleri kendi ilişkisel ve sosyal bağlamları içerisinde değerlendirilir. Adler aile danışmanlığı yaklaşımına göre danışma hizmeti almak isteyen ailelere yardım etmede 'ebeveyn eğitimi'nin etkili bir yöntem olduğu düşünülmektedir ve bu eğitimlerde ebeveynlere çocuklarının istenmedik davranışlarıyla baş etmede etkili beceriler öğretebilmeyi ve demokratik ebeveyn tutumu kazandırabilmeyi hedeflemektedir (Akçabozan ve Hatipoğlu Sümer, 2016). Adler aile danışmanlığında, ailelere iletişim becerilerinin, çatışma çözme stratejilerinin ve problem çözme becerilerinin öğretilmesi oldukça önem taşımaktadır. Bu amaçla ben dili konuşma, açık iletişim kurma, etkin dinleme, empati kurma ve herhangi bir aile üyesini suçlamama gibi en temel iletişim kuralları ve ilgili beceriler aile üyelerine öğretilmektedir (Dinkmeyer ve Dinkmeyer, 1992). Ayrıca, Adler aile danışmanlığını benimseyen danışmanlar, danışma sürecinde aileyi destekler ve cesaretlendirir ve ek olarak aile bireyelerine görev ve ödev verme, rol oynama gibi teknikleri de kullanmayı tercih ederler (Stein, Mozdierz ve Mozdierz, 1998). Özellikle tipik gün tekniği ile ebeveynlerden veya diğer aile üyelerinden olayları tam bir tipik günde detaylandırmaları istenir (Carlson, Sperry ve Lewis, 2005).

## TARTIŞMA VE SONUÇ

Okul ve aile ayrılmaz bir bütün olarak karşımıza çıkmaktadır. Okullarda görevli psikolojik danışmanlar, danışmanlık sürecinde çoğunlukla ailelerle birlikte çalışmaktadır. Ailelere yönelik psikolojik destek hizmeti sunan okul psikolojik danışmanları açısından aile danışmanlığı alanındaki gelişmeler dikkat çekici olmalıdır. Günümüzde yapılan bir çok çalışmada okul psikolojik danışmanlarının ailelerle birlikte daha çok çalışmanın nedenlerine odaklanılmaktadır (Crespi, Gustafson ve Borges, 2006) ve bu nedenler boşanma sorunu, madde kötüye kullanımı, ebeveyn ihmali ile fiziksel ve psikolojik taciz gibi aile sorunlarından oluşmaktadır ve ailelere yönelik konsültasyon çalışmalarının önemine odaklanılmaktadır (Aslan ve Güven, 2019). Ayrıca Widerman ve Widerman (1995) ve Lewis (1996) yaptıkları araştırmada okul psikolojik danışmanlığının merkezinde aile danışmanlığının olması gerektiğini vurgulamışlardır.

Okul psikolojik danışmanlarınca öğrencileri ve aileleri tanımak için kullanılabilecek birçok aile danışmanlığı tekniği bulunmaktadır. Aile danışmanlığının bu teknikleri okul psikolojik danışmanlarınca aile sistemini anlama ve keşfetme amaçlı kullanılarak, öğrencinin okul iklimine olumlu katkısı için kullanılabilir.

Okul psikolojik danışmanlarının sistemik aile danışmanlığı bakış açısıyla kullanabilecekleri ilk teknik "*etkileşim örüntüleri*"dir. Sistemik bakış açısına göre insanlar sürekli iletişim halindedir ve iletişimsizlik diye bir şey olamayacağına vurgu yapmaktadır. Etkileşim örüntüleri aile üyeleri arasında var olan iletişim şekilleri, kullanılan mesajlar gibi her şeyi içermektedir. Sistemik aile danışmanlığı aile üyelerini bir bütün olarak gördükleri için danışma sürecine ailenin tüm üyelerini dahil ederler. Böylece ailenin etkileşim örüntülerini daha kolay izleyebilirler. Okul psikolojik danışmanları da kendilerine başvuran aileyi ve öğrenciyi aynı anda psikolojik danışma ve rehberlik servisinde görüşmeye aldıklarında ailenin etkileşim

örüntülerini daha kolay keşfedebilirler. Bu keşif okul psikolojik danışmanına sorunun nereden kaynaklandığı ile bilgiler verebilir bu yüzden etkileşim örüntülerinin okul psikolojik danışmanı tarafından dikkatlice dinlenmesi ve izlenmesi gerekmektedir.

Sistemik aile danışmanlığının bir başka tekniği ise “*denenmiş çözümler*”dir. Denenmiş çözümler ailenin var olan soruna ilişkin şimdiye kadar denediği ancak başarısız olduğu çözüm girişimleridir. Aileler çoğunlukla her şeyi denediklerini ama düzelmenin olmadığını dile getirirler. Bu yüzden okul psikolojik danışmanı ailenin ne gibi çözümler denediğini keşfetmelidir. Bu durum okul psikolojik danışmanının ailenin çözüm için ne kadar istekli olup olmadığını ayrıca denenmemiş başka çözüm yollarını keşfetmesini sağlar.

“*Yeniden çerçeveleme*” tekniği sistemik aile danışmanlığının en çok kullanılan müdahale tekniğidir. Buradaki amaç ailenin denenmiş çözümlerinin dışında denenmemiş ve farklı bakış açıları sunan çözümleri denemesine yardımcı olmaktır. Ayrıca ailenin farklı bakış açısı kazanmasına, olumsuz gördüğü durumların olumluya çevrilmesi gibi birçok katkısı olacaktır. Okul psikolojik danışmanları açısından ailelerle yapılan görüşmelerde ailelerin tek bir bakış açısında sıkışıp kaldığı görülmektedir. Yeniden çerçeveleme tekniği ile çözüm odaklı bir bakış açısı ailelere kazandırılabilir. Bu da okul psikolojik danışmanının ailenin sorumluluk üstlenmesi konusundaki çabasına yardımcı olacaktır.

Okul psikolojik danışmanlarının sıklıkla kullandıkları aile danışmanlığı tekniklerinden birisi de “*ben dili*” tekniğidir. Bowen tarafından danışma sürecinde aile üyelerinin kullandıkları iletişim kalıplarını düzenlemek için uygulanmıştır. Okul psikolojik danışmanları okul psikolojik danışma ve rehberlik servisinde aileler ile yaptıkları görüşmelerde sıklıkla ailelerin “sen dili” ifadeleri kullandıklarını görürler. Bu yüzden ben dili ifadelerinin ailelere kazandırılması aile üyelerinin etkileşim örüntülerini sağlıklı bir şekilde gerçekleşmesine yardımcı olmaktadır.

Bowen’ın okul psikolojik danışmanları tarafından rahatlıkla kullanılabilir olan bir diğer tekniği ise “*üçgenleşme*” tekniğidir. Üçgenleşme aile üyelerinin bir diğer aile üyesine karşı ittifak kurmasıdır ya da aile üyesinin kendi kaygısını azaltmak için bir başka aile üyesini kendisine çekmesidir. Okul psikolojik danışmanları özellikle ailede var olan kaygı durumlarında aile üyelerinden birinin öğrenciyi kendisine çekip üçgenleşmeye çalıştığını görebilmektedir. Bu durumda öğrencinin kaygı seviyesi artmakta, benlik farklılaşma düzeyi düşmekte ve okul ortamında davranışsal ya da uyumsal sorunlar yaşabilmektedir. Okul psikolojik danışmanının bu konuda aileye farkındalık kazandırarak üçgenleşmeyi bozmak için adım atması gerekmektedir.

Yapısal aile danışmanlığı teknikleri okul psikolojik danışmanları tarafından en rahat şekilde kullanılabilir bir yaklaşımdır. Çünkü yapısal aile danışmanlığı belirli kuralları ve uygulamaları olan ve çocuklarla ilgili çalışmalardan doğan bir yaklaşımdır. Yapısal aile danışmanlığındaki en önemli kavram olan “*alt sistemler*” okul psikolojik danışmanının ailenin etkileşim örüntülerini keşfederken dikkatlice fark etmesi gereken bir durumdur. Aileler kendi alt sistemlerini yaratmakta ve bu gerekli bir sistemdir ancak bazen bu sistemler birbirine karışmaktadır. Ailenin eş, ebeveyn ve kardeş alt sistemleri vardır ve okul psikolojik danışmanı bu alt sistemlerin düzgün ve sağlıklı bir şekilde ilerlediğini incelemelidir. Alt sistemlerde var olan sorunu ailenin yapısını yeniden düzenlenmesine olanak vererek sağlamalıdır.

Bu alt sistemlerin sağlıklı bir şekilde olması için de aile içerisindeki “*sınırlar*”ın net ve açık olması gerekir. Yapısal aile danışmanlığına göre belirgin, iç içe ve katı sınırlar olmak üzere ailelerde üç tür sınırlar bulunur. Belirgin sınırlar, bireyin kendi kimliğini korurken diğer bireylerle yakın duygusal teması izin veren ve normal kabul edilen sınırlardır. İç içe geçmiş ve belirsiz sınırlar ise bireyler arasında net bir ayırım bulunmamakta, güçlü bir bağ ve birliktelik duygusu yaratılmamaktadır. İlişkisel kopukluk ve katı sınırlar ise aile üyeleri arasındaki ilişkinin kopmasına yol açmaktadır. Okul psikolojik danışmanı aile üyeleri arasındaki sınırlara bakarak etkileşim örüntülerini keşfedebilir.

Okul psikolojik danışmanlığı ile entegre olmuş aile danışmanlığı yaklaşımlarından en önemlisi Satir'in yaşantısal aile danışmanlığıdır. Satir danışmanlık sürecinde iletişim modelleri (kalıpları), benlik saygısı, benlik değeri, her insanın içinde bulunan doğuştan gelen içsel güçler üzerinde durmaktadır. Bu kavramlar okul psikolojik danışmanlarının yıl içerisinde gerçekleştireceği çalışmalar ile uyumludur.

Son zamanlarda okul psikolojik danışmanlığı sürecinde kısa süreli olmasından dolayı tercih edilen çözüm odaklı yaklaşım aile danışmanlığı sürecinde de kullanılabilir. Okul ortamında ailelere yönelik çalışmalarda tekniklerin kolayca kullanılabilmesi ve çözüm odaklı bakış açısı, ailelerin de danışma sürecine katılımını kolaylaştıracaktır. Özellikle okul psikolojik danışmanı tarafından ailenin “*güçlü yönleri ve kaynakları*”na odaklanması aile üyelerinin sosyal destek düzeylerini artıracaktır ve çözüm için adım atmalarını kolaylaştıracaktır. Ayrıca “*istisnalar*”ı keşfetmek ailenin sorun olmadığına ne yaptığına odaklanması sağlayacaktır. “*Başa çıkma soruları*” ile ailenin var olan sorunla karşılaştıklarında ne yaptıklarını keşfetmek ailenin sorunu çözmek için adım atmasına yarayacaktır. Okul psikolojik danışmanları tarafından kullanılabilir bir diğer teknik ise “*mucize sorular*”dır. Mucize sorular iyi kurgulanıp aşama aşama devam edilerek sorulmalıdır. Buradaki amaç sorun çözüldüğünde neler olabileceğini aile üyelerine hissettirmektir.

Okul psikolojik danışmanları tarafından her dönem kullanılan bir teknik olan “*ebeveyn eğitimi*” Adler aile danışmanlığı yaklaşımının en önemli tekniğidir. Adler ilk çalışmalarından itibaren aileler ve çocuklarla çalışmış ve ailelere yönelik iletişim ve davranış problemlerine yönelik eğitim programları düzenlemiştir. Okul psikolojik danışmanları eğitim öğretim yılı boyunca aile eğitim programları düzenleyerek ailelere yönelik yardım sunmaktadır.

Sonuç olarak, okul psikolojik danışmanları ailelerle yürüttükleri danışmanlık sürecinde aile danışmanlığı tekniklerini eklektik olarak kullanabilmektedir. Bu durum okul ortamında öğrencinin yaşadığı sorunların aile kaynaklı sebeplerini okul psikolojik danışmanı tarafından kolayca fark edilmesini sağlayacaktır. Günümüzde okul ortamında karşılaşılan birçok sorunun çözüm merkezi olarak psikolojik danışma ve rehberlik servisleri görülmektedir. Bu servislerde okul psikolojik danışmanının özellikle akademik, eğitsel, kişisel ve sosyal danışmanlık sürecinde aile ortamını keşfetmesi öğrenciye sunacağı hizmetin daha kaliteli olmasını sağlayacaktır. Okul psikolojik danışmanı hangi aile danışmanlığı tekniğini kullanırsa kullansın amacı öğrenciyi daha iyi tanımak olmalıdır. Bu yüzden okulun şartları, ailenin yapısı, öğrencinin farkındalık düzeyi gibi birçok etkeni önceden bilip aile danışmanlığı tekniklerini uygun şekilde kullanabilmelidir. Son dönemde özellikle sosyal hizmet alanında okul temelli aile danışmanlığı yaklaşımı artmıştır ve sosyal hizmet açısından önemine dikkat çekmektedirler. Aynı şekilde psikolojik danışma alanında da bu tür çalışmaların yapılması alana katkı sağlayacaktır. Sonuç olarak psikolojik danışma alanının alt alanı olan okul psikolojik danışmanlığı ve aile psikolojik danışmanlığının birlikte etkin bir şekilde entegre edilerek kullanımı öğrenci ve ailelere yaklaşımı kolaylaştıracaktır.

## KAYNAKÇA

- Akçabozan, N. B. ve Hatipoğlu-Sümer, Z. (2016). *Adler yaklaşımında aile danışmanlığı*. Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi, Cilt 6, Sayı 46, 87-101.
- Algan, T. (2016). *Aile danışmanlığı uygulaması: dün, bugün ve yarın*. İnsan ve Toplum Bilimleri Araştırmaları Dergisi, Cilt 5, Sayı 7, 2208-2217.
- Aslan, A. M. ve Güven, M. (2019). *Okul psikolojik danışmanlarının ailelerle yürüttükleri konsültasyon çalışmaları*. Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi, 9(52), 109-148.
- Carlson, J., Sperry, L. ve Lewis, J.A.. (2005). *Family therapy techniques*. Routledge: New York.
- Coloney, C.W. ve Coloney, J.C. (2017). *Pozitif psikoloji ve aile terapisi (T. Sarı, Çev. Ed.)*. Ankara: Anı Yayınları.
- Crespi, T., Gustafson, A., & Borges, S. (2006). *Group counseling in the schools: considerations for child and family issues*. Journal of Applied School Psychology, 22 (1), 67-85.
- Davison, G. C. ve Neale, J. M. (2004). *Anormal psikolojisi (İ.Dağ Çev.)*. Ankara: Türk Psikologlar Derneği Yayınları.
- Dinkmeyer, D. C. ve Dinkmeyer, D. C. (1992). *Adlerian family therapy. R. L. Smith ve P. Stevens-Smith (Ed.), Family counseling and therapy: Major issues and topics*. Washington, DC: University of Michigan, Ann Arbor. ERIC Document ED 348 623.
- Ercan, L. (2001). *Ergenlik döneminde rehberlik ve psikolojik danışma hizmetleri*. Kastamonu Eğitim Dergisi, Cilt 9, Sayı 2, 47-58.
- Genç, S. Z. (2005). *İlköğretim birinci kademedeki okul-aile işbirliği ile ilgili öğretmen ve veli görüşleri*. Türk Eğitim Dergisi, 3(2), 227-243.
- Gehart, D. (2017). *Aile terapisi yeterliklerinde uzmanlaşma: kuramlara ve klinik vaka belgelendirmelerine uygun bir yaklaşım (T. İlhan, H.Cihan Çev.)*. Ankara: Pegem Akademi.
- Gerrard, B. (2008). *School-based family counseling: overview, trends, and recommendations for future research*. International Journal for School-Based Family Counseling, 1(1), 1-30.
- Gladding, S. T. (2017). *Aile terapisi, tarihi, kuram ve uygulamaları (İ. Keklik, İ. Yıldırım Çev. Ed.)*. Ankara: Türk PDR Yayınları.
- Goldenberg, H. ve Goldenberg, I. (2013). *Family therapy: an overview*. Cengage Learning.
- Kesici, Ş. (2017). *Vaka Örnekleriyle Birlikte Aile Danışma Kuramları ve Teknikleri*. Ankara: Nobel Akademik Yayıncılık.
- Kesici, Ş., Mert, A., İlgün, E. ve Girgin Büyükbayraktar, Ç. (2017). *Aile terapisinde kullanılan teknikler*. Ankara: Nobel Akademik Yayıncılık.
- Kılıç, E. ve Özkan, Y. (2014). *Okul temelli aile danışmanlığında sosyal hizmetin rolü ve önemi*. Yüksek Lisans Tezi. Ankara Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Ankara.
- Kuzgun, Y. (2008). *Rehberlik ve psikolojik danışma*. Ankara: Nobel Yayıncılık.
- Lewis, W. (1996). *A proposal for initiating family counseling interventions by school counselors*. The School Counselor, 44(2), 93-99.
- Nazlı, S. (2012). *Aile danışmanlığı*. Ankara: Anı Yayıncılık.
- Nichols, P. M. (2013). *Aile terapisi: kavramlar ve yöntemler*. İstanbul: Kaknüs Yayınları.
- Özabacı, N. ve Erkan, Z. (2017). *Aile danışmanlığı kuram ve uygulamalara genel bir bakış*. Ankara: Pegem Akademi Yayınları.
- Özdemir, A. ve Aksu, S. (2018). *"Okul tabanlı aile danışmanlığı (otad)" modeline yönelik farkındalık düzeyi ve uygulanabilirliği: nitel bir araştırma*. Turkish Studies Educational Science, Volume 13/19, p. 1361-1382.

- Rhodes, J. (1993). *The use of solution-focused brief therapy in schools*. Educational Psychology in Practice, Vol. 9, No. 1, 27-34.
- Rotter, J.C. ve Boveja, M.E. (1999). *Family therapist and school counselors: A collaborative endeavor*. The Family Journal: Counseling and Therapy For Couples and Families, Vol. 7, No. 3, 276-279.
- Stein, S. J., Mozdierz, A. B. ve Mozdierz, G. J. (1998). *The kinship of Adlerian family counseling and Minuchin's structural family therapy*. The Journal of Adlerian Theory, Research and Practice, 54(1), 90-107.
- Tönbul, Ö. (2019). *Aile danışmanlığı sürecinde ve kuramlarında amaç oluşturma*. Aile Psikolojik Danışmanlığı Dergisi, 2 (1) , 76-95.
- Üstündağ, A. (2014). *Yapısal aile danışmanlığı ve bir olgu örneği*. Sosyal Politika Çalışmaları Dergisi, Yıl:14, Sayı:33, 113-126.
- Watts, R. E. (2000). *Entering the new millennium: Is Individual Psychology still relevant?*. Journal of Individual Psychology, 56(1), 21-30.
- Whitmore, K.Y. (2004) "*School-based family counseling practices: A national survey of school counselors, school psychologists, and school social workers*". Dissertations, Theses, and Masters Projects, Paper 1550154189. The Faculty of School Education, The College of William and Marry.
- Widerman, J. L., & Widerman, E. (1995). *Family systems-oriented school counseling*. The School Counselor, 43(1), 66-73.
- Yeşilyaprak, B. (2000). *Eğitimde rehberlik hizmetleri*. Ankara: Nobel.





## Derleme: Köken Aile Tutumlarının Psikopatoloji Üzerine Etkisi

### Review: The Effects of Family of Origin Attitudes on Psychopathology

Selen Tütüncü<sup>1</sup>

<sup>1</sup>Doktora Öğrencisi, Üsküdar Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Psikoloji Bölümü,  
tutuncuselen@gmail.com, orcid.gov.tr/0000-0001-7721-9586

Geliş tarihi/Received :05.02.2020

Kabul tarihi/Accepted:22.03.2020

Yayın tarihi/Published:15.06.2020

#### ÖZET

Bu çalışma köken aile tutumlarının, çocukların yetişkinlik dönemlerindeki psikopatolojileri üzerine etkilerinin incelendiği çalışmaları derlemeyi amaçlamıştır. İncelenen patolojiler depresyon ve kaygı bozuklukları, bipolar bozukluk, madde ile ilişkili bozukluklar, yeme bozuklukları, şizofreni ve takıntı-zorlantı bozukluğudur. Köken aile tutumlarının ve davranışlarının yanı sıra, ebeveyn-çocuk ilişkisi, etkileşimleri, afektif bağları, köken aile işlevselliği ve aile yapısının etkilerine bakılmıştır. Ebeveynlerdeki psikopatolojinin genetik yatkınlık açısından etkilerini inceleyen çalışmalar bu derleme çalışmasının konusu dışındadır. İncelenen araştırmaların çoğu retrospektif ve prospektif kohort çalışmalarının verilerine dayanmakta olup çoğu araştırmada köken aile tutumlarının ve diğer açıklanan değişkenlerin çocukların ergenlik ve yetişkinlik dönemlerindeki psikopatolojileri üzerine etkileri anlamlı bulunmuştur.

**Anahtar Kelimeler:** Köken aile tutumları, ebeveyn davranışları, aile yapısı, ebeveyn-çocuk ilişkisi, psikopatoloji

#### ABSTRACT

This study reviews the studies that examine the effects of family of origin on the psychopathology of adult children. The pathologies that are reviewed are depression and anxiety disorders, bipolar disorder, substance related disorders, eating disorders, schizophrenia, and obsessive-compulsive disorder. Along with the effects of family of origin attitudes and behaviors, parent-child relations, their interactions, affective ties, functionality of family of origin, and family structure are examined. The studies on the effects of psychopathologies of parents in terms of genetic predisposition are not subject of this review. While most of the studies that are examined are based on the data of retrospective and prospective cohort studies, in most of them, the effects of family of origin attitudes and other explained variables on psychopathology of adolescent and adult children are found to be significant.

**Keywords:** Family of origin attitudes, parenting behaviors, family structure, parent-child relations, psychopathology

#### GİRİŞ

Ailenin psikopatoloji gelişimindeki rolü giderek önem kazanmaktadır (Kumar ve Tiwari, 2008; Erol, Toprak ve Yazıcı, 2002). Ebeveynlerin tutumları ve tutumlarının kalitesinin araştırmalara konu olması da göreceli olarak yeni olup literatür giderek artmaktadır (Sümer, Aktürk ve Helvacı, 2010). Çoğu çalışma ergen ya da yetişkin çocukların ebeveynlik tutumlarına ilişkin retrospektif verilere dayanmaktadır (Fryers ve Brugha, 2013). Ebeveynlik (ana-babalık) tarzları, davranışları, tutumları birbirleriyle eş anlamlı olarak kullanılmakta olup (Sümer ve ark., 2010), ebeveynlerin aile içinde uyumsuz davranışları, çocukların ergenlik ve erişkinlikteki psikolojik bozuklukları için risk oluşturmaktadır (Johnson ve ark., 2001). Ebeveynlerde psikiyatrik hastalık olmasına karşın aile işlevselliğini bozan uyumsuz davranışın olmaması durumunda çocuktaki psikopatoloji riskinin artmadığı bulunmuştur.

Ebeveyn-çocuk etkileşim ve ilişkisinin çocukların çocukluk dönemindeki davranış problemleri üzerinde etkili olmasının yanında, çocukların yetişkinlik dönemlerinde de ruh sağlığı üzerindeki etkisini sürdürmektedir. Kötü muamele, ihmal, ya da başka ilişkisel sorunlar çocukların ileriki dönemlerde psikiyatrik bozukluk geliştirmelerinde önemli rol oynamaktadır (Weich ve ark., 2009; Nomura ve ark., 2002). Çatışmalı ve problemlili ebeveyn-çocuk ilişkisi çocuğun erken ve ileri dönem yetişkinliğindeki sosyal ve duygusal gelişiminde etkilidir (Overbeek ve ark., 2007).

Buchanan, Brink ve Flouri'nin (2000) yaptığı çalışmada, ailenin yapısından çok (evli, boşanmış vb.), ailenin tutumu, aile dinamiklerinin süreci ergenlikteki uyumsuzluklarla daha güçlü ilişkili bulunmuştur. Yine aynı çalışmada, çocukluktaki bakıma ilişkin deneyimler ve aile yapısı (tek anne ya da tek baba ayrımı yapılmaksızın tek ebeveynli aileler) yalnızca erkeklerin yetişkinlikteki psikolojik problem yaşama eğilimiyle ilişkili bulunmuştur; kadınlar için bu ilişki anlamlı bulunmamıştır. Erkek çocuklarının ölüm dışındaki nedenlerden dolayı yalnızca anne ya da yalnızca babadan oluşan tek ebeveynli aile yapısını deneyimlemesi, yetişkinlikteki psikolojik problemlerini anlamlı derecede yordadığı sonucuna ulaşılmıştır.

Rodgers'ın (1996) ebeveyn davranışı ve yetişkin çocukların duygusal semptomlarının ilişkisinin incelendiği retrospektif kohort çalışmasında, yetersiz ebeveynliğin, çocuğun ileri dönem yaşam olaylarına etkide bulunduğu; kişinin özellikle kişilerarası ilişkilerinde kişilerarası yeterlilik açısından hassasiyet yarattığı ortaya konmuştur. Sosyo-ekonomik statünün, ebeveyn davranışı ve yetişkin semptomları arasındaki ilişkiyi açıklamadığı bulunmuştur. Öte yandan, ekonomik yetersizliğin çocuğun ruh sağlığını tehdit ettiği durumlarda, ekonomik koşullar iyi ebeveynliği zorlaştırarak ruh sağlığına dolaylı olarak etki etmektedir (Rutter, 2005).

Lima ve arkadaşlarının (2010) ebeveyn-çocuk ilişkisi ve çocukların yetişkinlik dönemindeki psikiyatrik belirtileri arasındaki ilişkiyi inceledikleri derleme çalışmasında, ebeveyn-çocuk etkileşimindeki güçlü duygusal bağın ve çocuk özerkliğinin desteklenmesinin çocukların ileri dönemde psikiyatrik belirtiler geliştirmesine karşı koruyucu faktörler olduğu bulunmuştur. Ebeveyn-çocuk arasındaki duygusal bağın zayıfladığı ihmalkar tutum ve aşırı korumacı, müdahaleci tutumun ise risk faktörleri olduğu sonucuna varılmıştır.

Köken aile tutumlarının, çocukların yetişkinlik çağındaki psikopatolojilerine etkilerinin incelenmesini amaçlayan bu derleme çalışması, çoğunluğu retrospektif ve prospektif kohort çalışmalarının verilerine dayanmaktadır. Derleme kapsamına giren çalışmalar köken aile tutumları ve davranışları, ebeveyn-çocuk ilişkisi ve etkileşimleri, afektif bağları, köken aile işlevselliği ve aile yapısının etkilerinin incelendiği çalışmalardır. Ebeveyn psikopatolojisini çocuktaki patolojiye genetik yatkınlık oluşturması açısından inceleyen araştırmalar derleme çalışmasına dahil edilmemiştir. Çalışma kapsamında köken aile tutumlarıyla ilişkilendirilen bozukluklar depresyon ve kaygı bozuklukları, bipolar bozukluk, madde ile ilişkili bozukluklar, yeme bozuklukları, şizofreni ve takıntı-zorlantı bozukluğudur. Köken aile tutumları ve belirlenen psikopatolojiler arasındaki ilişkiler ayrı alt başlıklar altında açıklanmıştır.

### **Depresyon Bozuklukları ve Köken Aile Tutumu**

Weich ve arkadaşları (2009), çocukluktaki aile ilişkileri ve yetişkinlikteki psikiyatrik bozuklukların ilişkisini yalnızca kohort çalışmalarından sistematik olarak incelemişlerdir. Hem kadın hem erkeklerde, köken aile ilişkisi ve yetişkinlik dönemi depresyon bozukluğu arasında anlamlı ilişki olduğu bulunmuştur. Çocukluktaki ihmal ya da istismar şeklindeki kötü muamelenin ilerideki depresyonla ilişkisi kadınlar için on çalışmadan sekizinde, erkekler için ise on çalışmadan altısında anlamlı bulunmuştur. Ebeveyn-çocuk uyumsuzluğu ve ebeveynlerdeki duygusuz kontrolü kapsayan dört çalışmanın üçünde, çocuğun ileri dönem depresyon bozukluğuyla ilişkili olduğu bulunmuştur. Yetişkin çocuklardaki depresyon riski

ebeveynlerinden duygusuz kontrol deneyimleyenlerde deneyimlemeyenlere göre altı kat fazla bulunmuştur (Nomura ve ark., 2002).

Lima ve arkadaşlarının (2010) derlemesinde de, işlevsel olmayan ebeveyn-çocuk ilişkisi ve yetişkinlikteki psikiyatrik belirtiler arasında (depresif belirtiler dahil olmak üzere) ilişki bulunduğu ortaya konmuştur. Düşük duygusal bağlanma ile belirli olan ebeveynin ihmali ve müdahaleci davranışla belirli olan aşırı koruma depresyonla ilişkilidir.

Keitner ve Miller'in (1990) depresyon bozukluğu gelişimi ve gidişatında ailenin önemini gözden geçirdikleri çalışmada ise aile işlevselliğinin depresyon epizodu gelişimi, gidişatı, nüks oranları ve intihar davranışlarında rol oynadığı belirtilmiştir. Ailesel problemleri olan beş yaşındaki çocukların verileriyle bu çocukların 33 yaşına geldiklerindeki ruh sağlığı karşılaştırmasının yapıldığı araştırmada (Sadowski ve ark., 1999), depresyon bozukluğunda rol oynayan faktörlerin çocukluk dönemindeki aile ya da ebeveynlerin evlilik tutarsızlığı, yetersiz ebeveynlik ve yetersiz fiziksel bakım olduğu bulunmuştur. Özellikle kadınlarda, major depresyon bozukluğu, erken dönem ebeveynlik kalitesiyle ilişkilidir.

Aile yapısı ve sürecinin depresif belirtiler üzerindeki etkisinin incelendiği çalışmada (Barrett ve Turner, 2005), dört köken aile yapısı çalışılmıştır: anne-babalı aileler, tek ebeveynli aileler, geniş tek ebeveynli aileler (diğer akrabaların bulunduğu), üvey ebeveynin bulunduğu aileler. Geniş tek ebeveynli ailelerin yetişkin çocuklarının en fazla depresif belirti gösterdiği sonucuna varılırken, en az depresif belirti anne ve babanın beraber olduğu ailelerin çocuklarındadır. Tek ebeveynli ailelerde, ebeveynin tek anne ya da tek baba olmasının çocuklardaki depresif belirtiler açısından anlamlı bir fark oluşturmadığı ortaya konmuştur. Anne-babanın birlikte olduğu ailelere göre diğer aile yapılarında gözlenen bu farklılık çocukların daha fazla sosyal strese maruz kalması ve aile üyelerinden daha az destek almasıyla açıklanmaktadır. Üvey ebeveynli aileler dışındaki ailelerin ekonomik koşulları da bu farkta rol oynamaktadır. Fakat aile sürecinin depresif belirtiler üzerindeki etkisi sosyo-ekonomik statünün etkisine oranla daha yüksektir. Aile süreci ise algılanan destek, olumsuzluk/eleştiri ve uyum boyutlarından oluşmaktadır. Aile üyelerinden alınan desteğin azlığı daha fazla depresif semptomla ilişkilidir. Aile uyumunun etkisi ise anlamlı bulunmamıştır.

### **Kaygı Bozuklukları ve Köken Aile Tutumu**

Çocukların 11 yaşındayken ebeveynlerinden kötü muameleye maruz kalmaları ve düşük sosyo-ekonomik seviyedeki ailelerde yetişmeleri, 32 yaşındaki genel kaygı bozukluğuyla anlamlı ilişkilidir (Moffitt ve ark., 2007). Nomura ve arkadaşları (2002) tarafından yürütülen 10 yıllık izlem çalışmasında, aile içi uyumsuzluğun beş boyutuna bakılmıştır: evlilik uyumsuzluğu, ebeveyn-çocuk uyumsuzluğu, aile uyumsuzluğu, duygusuz kontrol, ebeveynlerin boşanması. Ebeveynlerdeki depresyon ve buna bağlı aile içi uyumsuzluğun artması çocukta kaygı bozukluğuna (depresyon ve madde kullanım bozukluğuna da) risk faktörü oluşturmaktadır. Çocuklar büyüdüklerinde de aile uyumsuzluğu ve ebeveyn depresyonunun etkileri devam etmektedir. Ebeveynlerinde patoloji olmayıp yalnızca ebeveynlerinin evlilik uyumsuzluğu yaşadığı çocukların, uyumsuzluk yaşamayanlara göre kaygı bozukluğu riski dört kat fazladır. Aile ortamının sosyal kaygı bozukluğuna etkisinin incelendiği 10 yıllık izlem çalışmasında ise (Knappe ve ark., 2009), ebeveynlik stiline, yetişkin çocuklarda sosyal kaygı bozukluğu üzerindeki etkisinin anlamlı olduğu gösterilmiştir. Sosyal kaygı bozukluğu olan çocukların ebeveynlerinden aşırı koruma, reddedilme ve az duygusal sıcaklık aldıkları bildirilmiştir. Aile işlevselliği (problem çözme becerileri, iletişim, davranış kontrolü, duygusal yanıt, genel işlevsellik) açısından sosyal kaygı bozukluğu olan ve olmayan çocukların aileleri arasında bir fark bulunamamıştır. Ebeveynlerde sosyal kaygı bozukluğunun varlığı çocuklardaki sosyal kaygı riskini yalnızca ebeveynlik stillerini etkilediği ölçüde artırmıştır.

### **Bipolar Bozuklukları ve Köken Aile Tutumu**

Ebeveynlerdeki duygudurum bozuklukları çocuklardaki bipolar bozukluğu, bozulmuş aile işlevselliği üzerinden yordamaktadır (Du Rocher Schudlich, 2008). Aile işlevselliğinin bozulması ise çoğalan aile içi çatışma üzerinden açıklanmaktadır. Çocuklardaki bipolar bozukluk ve ebeveynlerdeki patoloji arasındaki ilişkide çocuğun cinsiyeti açısından fark olmasa da yaşı açısından farklılıklar bulunmuştur. Ebeveynlerdeki duygudurum bozukluğu, aile içi çatışmayı bozulmuş aile işlevselliği üzerinden yordamaktadır. Aile içi çatışmanın da çocuktaki bipolar bozukluğu yordaması ebeveynlerdeki patolojinin doğrudan çocuktaki patolojiye etki etmediğinin göstergesidir. Çocukta ortaya çıkan bipolar bozukluk daha çok aile süreci içindeki problem çözme ve iletişim gibi bozulmalardan etkilenmektedir.

Aile arasındaki dışa vurulan duyguların tutumunun bipolar bozukluk gelişim ve nüks etmesindeki rolü önemli bulunmuştur (Miklowitz, 2007). Yüksek dışa vurulan duyguların aile içindeki yüksek derecede eleştiri, saldırı/düşmanlık ve duygusal aşırı müdahaleden oluşmaktadır. Çocuğun kimlik gelişim döneminde tekrarlı olarak eleştiri, kaygı ya da aşırı müdahaleye maruz kalması, kendini eleştirmesinde, güvensizlik yaşamasında ve emosyonel olarak kendini düzenleme becerilerinde etkili bulunmuştur.

### **Madde ile İlişkili Bozukluklar ve Köken Aile Tutumu**

Köken ailelerdeki bozulmuş ilişkilerle yetişkin çocuklarda alkol ve madde bağımlılıkları arasında güçlü ilişki vardır (Stanton ve Shadish, 1997). Alkol ve madde kullanım bozukluklarında, çocukluk döneminde yaşanan fiziksel ve cinsel istismarın, ihmalin, ebeveynler tarafından terkedilmenin, ebeveynlerin yokluğunun ve ebeveynlerin alkol ve madde bağımlılığının rolünün olduğu, alkol ve madde kullanım bozukluğu olan çocuklar tarafından bildirilmiştir (Schafer ve ark., 2011).

Lima ve arkadaşlarının (2010) derleme çalışmasında da ebeveynlerin ihmalinin, ebeveynlerdeki madde kullanım bozukluğunun ve çocuğa karşı aşırı korumacı tutumun, yetişkin çocuktaki alkol ve madde kullanım bozukluğuyla güçlü ilişkisi olduğu ortaya konmuştur. Başka bir çalışmada ise (Nomura ve ark., 2002), yetişkin çocuklarda madde kullanım bozukluğu riskinin, ebeveynlerinden duygusuz kontrol yaşayan çocuklarda yaşamayanlara göre 12 kat fazla olduğu; aile uyumsuzluğu yaşayanlarda ise yaşamayanlara göre üç kat fazla risk bulunduğu bildirilmiştir.

Aile yapısının alkol ve madde kullanımıyla ilişkisi açısından, anne ve babanın birlikte olduğu çekirdek aile, ileri dönem alkol kullanımında koruyucu faktördür. Ailesel işlevsizlik ve ebeveyn gözetiminin yokluğu daha çok alkol alımıyla ilişkilidir (Ewing ve ark., 2015). Barrett ve Turner (2006), anne-babanın birlikte olduğu ailelere kıyasla, tek ebeveynli ailelerin çocuklarında daha problemler madde kullanımı görüldüğünü ortaya koymuşlardır. Araştırmacılar bu bulguyu yalnızca aile yapısının açıklamadığını; aile yapısının çocukların akran etkileşimi ve strese maruziyetini etkilediğinden dolayı madde kullanımıyla ilişkili olduğunu belirtmişlerdir. Başka bir çalışmada (Crawford ve Novak, 2008), ergenlerdeki alkol ve madde kullanımında aile yapısının etkisinin ebeveyn bağlanması, ebeveyn tutumu ve akran ilişkilerinde oluşan değişiklikler aracılığıyla olduğu belirtilmiştir. Üvey aileleriyle yaşayan ergenlerdeki yüksek madde kullanımı, azalmış ebeveyn bağlanması üzerinden açıklanmıştır. Tek ebeveynli ailelerin çocuklarındaki yüksek madde kullanımı da madde kullanımı gibi aktivitelerde bulunma imkanının artmış olması üzerinden açıklanmıştır. Ergenlerin madde kullanımını aile yapısından daha çok, ebeveyn ve akran ilişkileriyle ilişkilidir.

### **Yeme Bozuklukları ve Köken Aile Tutumu**

Bulimiya nervoza hastaları, anoreksiya nervozaya göre köken aile içindeki otonom işlevsellik ve yakınlık ölçeklerinin ifadenin netliği, sorumluluk ve diğerlerine saygı boyutlarında daha düşük puan sergilemektedir (Jozefik ve Pilecki, 2010). Anoreksiya nervozanın tıknırcasına

yeme/çıkarma türü otonomi ve yakınlık ölçeğinin sorumluluk boyutunda hastalığı olmayanlara göre daha zayıf sonuç gösterirken, bulimiya nervozaya kıyasla yakınlık ölçeğinde ve duygu aralığı alt ölçeğinde daha yüksek sonuçlar göstermektedir. Erol ve arkadaşlarının (2002) çalışmalarında ise, aile işlevselliği ve yeme bozuklukları arasında anlamlı bir ilişki bulunmamıştır.

Yeme bozukluğu olan ergen kadınların ailelerinde, ayrılmaya karşı iç içelik, esnekliğe karşı katılık, uyuma karşı uyuşmazlık alanlarında işlevselliğe dair problemler görülmektedir (Cerniglia ve ark., 2017). Yeme bozukluklarının türüne göre aile işlevselliğinde farklılıklar vardır. Anoreksiya nervoza, aile içi sınır problemleri, çatışmaya düşük tolerans, düşük aile doyumu ile ilişkilidir. İç içe geçme ve katılık puanları yüksek olup uyum ve iletişim kalitesi puanları düşüktür. Bulimiya nervoza tanısı almış ergenlerin ailelerinde ise kaotik aile ortamı, düşük esneklik ve uyum, organizasyonda problemler bildirilmiştir. Tıkınırcasına yemenin eşlik ettiği yeme bozukluklarında ise aileler iç içe geçmiş olup iletişimde problem yaşamaktadırlar.

### **Şizofreni ve Köken Aile Tutumu**

Alliani ve arkadaşlarının (1992) derleme çalışmasında, şizofreniye dair tarihsel görüşleri sistemik bakış açısı içinde ele alınmıştır. Ebeveyn figürleri, doğum sırası, doğum mevsimi, ebeveynler arası bağ ve geniş aileyle etkileşime odaklanan bu çeşitli görüşler, şizofren ailedeki tipik işlevsiz davranışlara önem vermiştir.

Şizofreni hastalarının aile ilişkileri, aile içinde dışa vurulan duygulanım ile ilgili bulunmuştur (Rosenfarb ve ark., 1995). Yüksek dışa vurulan duygulanım (DD) gösteren ailelerin üyesi olan hastalar, aile içinde daha yıkıcı davranışlar sergilemektedirler. Yüksek DD gösteren aileler, düşük DD'li ailelere kıyasla şizofreni hastalarına daha eleştirel tutum içindedirler. DD ve hastanın psikopatolojisi karşılıklı etkileşim içindedir.

Hafner ve Miller (1991), hastaların tekrar hastaneye yatırılmasını sonuç değişkeni olarak aldıkları çalışmada, ebeveynlerle bağın ve korumanın az olmasının, ebeveynlerden alınan bakımın ve eleştirinin yüksek oluşunun relapsla ilişkili olduğunu bulmuştur. Eleştiren ve cezalandıran annelerin çocuklarındaki relapsın yüksekliği, dışa vurulan duygulanımın şizofrenideki rolü açısından önemli bir bulgudur. Parker ve arkadaşları (1989), eleştiri ve aşırı müdahalenin şizofren aileye özgü olduğunu belirtmişlerdir. Diğer bir çalışmada ise (Cañivé ve ark., 1995), aile içi çatışma hem nüksü hem de negatif semptomları yordarken, aileden algılanan kontrol (duygusal olarak algılamaya göre) nüks üzerinde etkili bulunmuştur.

### **Takıntı-Zorlantı Bozukluğu ve Köken Aile Tutumu**

Ebeveynlerin çocuk yetiştirme tutumları, takıntı-zorlantı bozukluğu, depresif bozukluk ve depresyon bozukluğuna eşlik eden obsesif özellikler arasındaki ilişkinin incelendiği çalışmada (Yoshida ve ark., 2005), ağır obsesif özellikli depresyon hastalarının ve takıntı-zorlantı bozukluğu olan hastaların ebeveynlerinin benzer şekilde kontrolcü ve müdahaleci yetiştirme tutumunda olduğu bulunmuştur. Yalnızca depresyon bozukluğunda böyle bir ilişki anlamlı bulunmamıştır. Bu sonuç, takıntı-zorlantı bozukluğu gelişiminde aile tutumunun rolüne işaret etmektedir.

Takıntı-zorlantı olgularında ebeveynlerden daha az yakınlık, daha çok reddedilme ve kontrol bulunmuştur. Depresyonla komorbid takıntı-zorlantı olgularında ise ebeveynler daha olumsuz değerlendirilmiştir. Bu bulgular, ailedeki işlevsizliğin takıntı-zorlantı ve depresyon bozuklukları gelişimindeki rolüne kanıt oluşturmuştur (Lennertz ve ark., 2010). Wang ve

Zhao'nun (2012), takıntı-zorlantı tanısı almış hastalar ve ebeveynlerinde aile işlevselliğinin zayıf, problem çözme becerilerinin ise önemli ölçüde düşük olduğunu gösterdiği çalışması da bu kanıtı desteklemektedir. Öte yandan Derisley ve arkadaşları (2005), takıntı-zorlantı

bozukluğu, kaygı bozuklukları ve kontrol grubu karşılaştırmasında, aile işlevselliği açısından gruplar arası anlamlı bir fark bulamamışlardır.

### SONUÇ VE ÖNERİLER

İncelenen araştırmalar köken aile tutumlarının yetişkin ve ergen çocukların psikopatolojileri üzerine etkilerinin anlamlı olduğunu göstermektedir (Keitner ve Miller, 1990; Stanton ve Shadish, 1997; Sadowski ve ark., 1999; Nomura ve ark., 2002; Barrett ve Turner, 2006; Moffitt ve ark., 2007; Weich ve ark., 2009; Knappe ve ark., 2009; Lennertz ve ark., 2010; Schafer ve ark., 2011). Ebeveyn uyumsuz davranışı, ebeveyn tutum ve kalitesi, yetersiz ebeveynlik, ihmal, istismar gibi kötü muamele, ebeveyn-çocuk arası ilişkisel sorunlar, ebeveynler arası problemler (evlilik sorunları), köken aile yapısı, duygusal bağ, yakınlık, işlevsellik, aile bireyleri arası sınırlar, çocuk özerkliğine izin verme, aşırı koruma/müdahale ve dışa vurulan duygulanım çocuklardaki psikopatolojiler ile ilişkili olan değişkenlerdir. Köken aile tutumlarının çocukların psikopatolojileri üzerindeki anlamlı etkisi ve bu patolojiler üzerindeki etkilerini yetişkinlik döneminde dahi sürdürmesi, evlilik ve aile terapisinin ve aile psikoeğitiminin önemini desteklemektedir.

Bu çalışmanın amacı olan köken aile tutumlarının çocukların yetişkinlik dönemindeki psikopatolojileri üzerine etkilerinin incelenmesi açısından kohort çalışmaları gereklidir. Köken aile tutumu kapsamında ele alınan değişkenlerin çocukların gelişiminde ve yetişkinlik dönemlerindeki ruh sağlığı üzerine etkilerinin hangi süreçler/değişkenler üzerinden olduğunu açıklayan çalışmalara ihtiyaç vardır. Köken aile yapısı ve çocuk psikopatolojisi ilişkisine aracılık eden değişkenlerin incelendiği daha çok araştırma yapılmamıştır. İncelenen çalışmalardan elde edilen sonuçların değişkenliği göz önünde bulundurulduğunda, köken ailenin farklı psikopatolojiler üzerindeki etkilerinin sistematik incelenmesi ve meta-analiz çalışması yapılması da önemli gözükmektedir.

### KAYNAKÇA

- Alliani, D., Bartolomei, S., Piro, A., Preziosa, P., ve Vella, G. (1992). The relational history of the family with a schizophrenic member. *Ann Ist Super Sanita*, 28(2), 261-263.
- Barrett, A. E., ve Turner, R. J. (2005). Family structure and mental health: the Mediating effects of socioeconomic status, family process, and social stress. *Journal of Health and Social Behavior*, 46(2), 156-169.
- Barrett, A.E., ve Turner, R.J. (2006). Family structure and substance use problems in adolescence and early adulthood: examining explanations for the relationship. *Addiction*, 101(1), 109-120.
- Buchanan, A., Brinke, J. T., ve Flouri, E. (2000). Parental background, social disadvantage, public "care," and psychological problems in adolescence and adulthood. *Journal of the American Academy of Child ve Adolescent Psychiatry*, 39(11), 1415-1423.
- Cañivé, J. M., Sanz-Fuentenebro, J., Vázquez, C., Qualls, C., Fuentenebro, F., ve Tuason, V. B. (1995). Family environment predictors of outcome in schizophrenic patients in Spain: a nine-month follow-up study. *Acta Psychiatrica Scandinavica*, 92, 371-377.
- Cerniglia, L., Cimino, S., Tafà, M., Marzilli, E., Ballarotto, G., ve Bracaglia, F. (2017). Family profiles in eating disorders: family functioning and psychopathology. *Psychology Research and Behavior Management*, 10, 305-312.
- Crawford, L. A., ve Novak, K. B. (2008). Parent-child relations and peer associations as mediators of the family structure-substance use relationship. *Journal of Family Issues*, 29(2), 155-184.

- Derisley, J., Libby, S., Clark, S., ve Reynolds, S. (2005). Mental health, coping and family-functioning in parents of young people with obsessive-compulsive disorder and with anxiety disorders. *British Journal of Clinical Psychology*, 44(3), 439-444.
- Du Rocher Schudlich, T. D., Youngstrom, E. A., Calabrese, J. R., ve Findling, R. L. D. (2008). The role of family functioning in bipolar disorder in families. *Journal of Abnormal Child Psychology*, 36(6), 849-863.
- Erol A., Toprak G., ve Yazıcı F. (2002). Üniversite öğrencisi kadınlarda yeme bozukluğu ve genel psikolojik belirtileri yordayan etkenler, *Türk Psikiyatri Dergisi*, 13(1), 48-57.
- Ewing, B. A., Osilla, K. C., Pedersen, E. R., Hunter, S. B., Miles, J. N., ve Damico, E. J. (2015). Longitudinal family effects on substance use among an at-risk adolescent sample. *Addictive Behaviors*, 41, 185-191.
- Fryers, T., ve Brugha, T. (2013). Childhood determinants of adult psychiatric disorder. *Clinical Practice and Epidemiology in Mental Health* : CP ve EMH, 9, 1–50.
- Hafner, R. J., Miller, R. M. (1991). Predicting schizophrenia outcome with self-report measures of family interaction. *Journal of Clinical Psychology*. 47(1), 33-39.
- Johnson, J. G., Cohen, P., Kasen, S., Smailes, E., ve Brook, J. S. (2001). Association of maladaptive parental behavior with psychiatric disorder among parents and their offspring. *Archives of General Psychiatry*, 58(5), 453.
- Jozefik, B., Pilecki, M. (2010). Perception of autonomy and intimacy in families of origin of patients with eating disorders with depressed patients and healthy controls. A Transgenerational perspective – Part I. *Archives of Psychiatry and Psychotherapy*, 4 , 69–77.
- Keitner, G., ve Miller, I. (1990). Family functioning and major depression: an overview. *American Journal of Psychiatry*, 147(9), 1128-1137.
- Knappe, S., Lieb, R., Beesdo, K., Fehm, L., Low, N. C., Gloster, A. T., ve Wittchen, H. (2009). The role of parental psychopathology and family environment for social phobia in the first three decades of life. *Depression and Anxiety*, 26(4), 363-370.
- Kumar, P., ve Tiwari, S. C. (2008). Family and psychopathology: an overview series-1: children and adults. *Deli Psychiatry Journal*, 11(2), 140-149.
- Lennertz, L., Grabe, H. J., Ruhrmann, S., Rampacher, F., Vogeley, A., Schulze-Rauschenbach, S., Wagner, M. (2010). Perceived parental rearing in subjects with obsessive-compulsive disorder and their siblings. *Acta Psychiatrica Scandinavica*, 121(4), 280-288.
- Lima, A. R., Mello, M. F., ve Mari, J. D. (2010). The role of early parental bonding in the development of psychiatric symptoms in adulthood. *Current Opinion in Psychiatry*, 23(4), 383-387.
- Miklowitz, D. J. (2007). The Role of the Family in the Course and Treatment of Bipolar Disorder. *Current Directions in Psychological Science*, 16(4), 192–196.
- Moffitt, T.E., Caspi, A., Harrington, H., Milne, B.J., Melchior, M., Goldberg, D., ve Poulton, R. (2007). Generalized anxiety disorder and depression: childhood risk factors in a birth cohort followed to age 32. *Psychological Medicine*, 37, 441–52.
- Nomura, Y., Wickramaratne, P.J., Warner, V., Mufson, L., ve Weissman, M.M. (2002). Family discord, parental depression, and psychopathology in offspring: ten-year follow-up. *Journal of the American Academy of Child and Adolescent Psychiatry*, 41, 402–9.

- Overbeek, G., Stattin, H., Vermulst, A., Ha, T., ve Engels, R.C. (2007). Parent–child relationships, partner relationships, and emotional adjustment: a birth-to-maturity prospective study. *Developmental Psychology*, 43, 429–37.
- Parker, G., Hayward, L., ve Johnson, P. (1989). Factorial validity of the EE scales. *Psychological Medicine*, 19, 435-446.
- Rodgers, B. (1996). Reported parental behaviour and adult affective symptoms, 1. Mediating factors. *Psychological Medicine*, 26, 63-77.
- Rosenfarb, I. S., Goldstein, M. J., Mintz, J., ve Nuechterlein, K. H. (1995). Expressed emotion and subclinical psychopathology observable within the transactions between schizophrenic patients and their family members. *Journal of Abnormal Psychology*, 104(2), 259-267.
- Rutter, M. (2005). How the environment affects mental health. *British Journal of Psychiatry*, 186, 4–6.
- Sadowski, H., Ugarte, B., Kolvin, I., Kaplan, C., ve Barnes, J. (1999). Early life family disadvantages and major depression in adulthood. *British Journal of Psychiatry*, 174, 112–20.
- Schafer, G. (2011). Family functioning in families with alcohol and other drug addiction. *Social Policy Journal of New Zealand*, 37, 1-17
- Stanton, D., W. Shadish (1997). Outcome, attrition and family-couples treatment for drug abuse: A meta-analysis and review of the controlled, comparative studies. *Psychological Bulletin*, 122(2),170–191.
- Sümer, N., Gündoğdu Aktürk, E., ve Helvacı, E. (2010). Anne-baba tutum ve davranışlarının psikolojik etkileri: Türkiye’de yapılan çalışmalara toplu bakış. *Türk Psikoloji Yazıları*, 13 (25), 42-59.
- Wang, J., ve Zhao, X. (2012). Comparison of family functioning and social support between families with a member who has obsessive-compulsive disorder and control families in Shanghai. *Shanghai Archives of Psychiatry*, 24(1), 20–29.
- Weich, S., Patterson, J., Shaw, R., ve Stewart-Brown, S. (2009). Family relationships in childhood and common psychiatric disorders in later life: systematic review of prospective studies. *British Journal of Psychiatry*, 194(05), 392-398.
- Yoshida, T., Taga, C., Matsumoto, Y., ve Fukui, K. (2005). Paternal overprotection in obsessive-compulsive disorder and depression with obsessive traits. *Psychiatry and Clinical Neurosciences*, 59(5), 533-538.