T.C. MALTEPE ÜNİVERSİTESİ SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ

PSİKOLOJİ ANA BİLİM DALI

GELİŞİM PSİKOLOJİSİ PROGRAMI

ÇALIŞAN VE ÇALIŞMAYAN ANNELERİN BAŞA ÇIKMA TUTUMLARI VE ÇOCUK YETİŞTİRME TUTUMLARI ARASINDAKİ FARKLILIKLARIN İNCELENMESİ

YÜKSEK LİSANS TEZİ

DERYA ALTINAY

İstanbul, Eylül 2012

T.C. MALTEPE ÜNİVERSİTESİ SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ

PSİKOLOJİ ANA BİLİM DALI

GELİŞİM PSİKOLOJİSİ PROGRAMI

ÇALIŞAN VE ÇALIŞMAYAN ANNELERİN BAŞA ÇIKMA TUTUMLARI VE ÇOCUK YETİŞTİRME TUTUMLARI ARASINDAKİ FARKLILIKLARIN İNCELENMESİ

YÜKSEK LİSANS TEZİ

DERYA ALTINAY

Danışman Öğretim Üyesi Doç.Dr.Özgür YORBIK

İstanbul, Eylül 2012

T.C. Maltepe Üniversitesi
Sosyal Bilimler Enstitüsü Müdürlüğü'ne,

24.09.2012 tarihinde tezinin savunmasını yapan Derya ALTINAY'a ait "Çalışan ve Çalışmayan Annelerin Başa Çıkma Tutumları ve Çocuk Yetiştirme Tutumları Arasındaki Farklılıkların İncelenmesi" başlıklı çalışma, Jürimiz Tarafından Sosyal Bilimler Enstitüsü Psikoloji Anabilim Dalı, Gelişim Psikolojisi Tezli Yüksek Lisans Programında Yüksek Lisans Tezi Olarak **Oy Birliği/~~Oy Çokluğuyla~~** Kabul Edilmiştir.

.....

Doç. Dr. İlyas GÖZ
(Başkan)

.....

Doç. Dr. Özgür YORBIK
(Üye)
(Danışman)

.....

Yrd. Doç. Dr. Figen KARADAYI
(Üye)

ÖNSÖZ

Yaşamın ilk yılları altın yıllardır. Özellikle bu yıllarda çocukla en çok etkileşim içinde olan annenin, annelik davranışlarını etkileyebilecek her durum önem teşkil etmektedir. Annenin çocuk yetiştirme tutumları önemli konulardan bir tanesidir. Bir diğeri ise hem bedenimizi hem psikolojimizi tehdit edebilen strestir. Annenin stresle ne kadar etkin şekilde başa çıktığı hem anne hem de çocuğu açısından önemli bir etkendir. Sanayileşme ile birlikte iş hayatına yönelen anneler, iş ve ev sorumlulukları altında yoğun stres yaşayabilmektedirler. Annenin çalışma durumu, pek çok defa çocuğa olan etkisi ile araştırmalara konu olmuştur. Ancak bu araştırmalar arasındaki çelişkili sonuçlar konu ile ilgili merakı arttırmaktadır. Bu çalışmada, annenin çalışmasının çocuğunun üzerindeki etkilerine değil, anneye ait çocuk yetiştirme tutumları ve başa çıkma tutumlarında farklılık yaratıp yaratmadığına bakılmıştır. Çalışma, 297 çalışan anne ile 790 çalışmayan anne olmak üzere toplam 1087 anne ile yapılmıştır. Konuya ilişkin görüş edinmek isteyen, annelere ve meslektaşlarıma katkı sağlayacağını umuyorum.

Çalışmam sırasında büyük bir özveri ile desteğini esirgemeyen saygıdeğer hocam Doç. Dr. Özgür YORBIK'e, yüksek öğrenimim süresince bilgisini ve desteğini sakınmayan sayın hocalarım Prof. Dr. Nermin ÇELEN ve Doç. Dr. İlyas GÖZ' e, çalışmaya katılmakta gönüllü olan tüm annelere, ilgi ve desteğini her zaman hissettiren aileme, değerli bakış açısıyla katkı sağlayan kardeşim Deniz KOÇ'a ve çalışmam süresince sabrını eksik etmeden yardımcı olan sevgili eşim Mertol ALTINAY'a teşekkür etmeyi bir borç biliyorum.

İstanbul,Eylül 2012 Derya ALTINAY

ÖZET

ÇALIŞAN VE ÇALIŞMAYAN ANNELERİN BAŞA ÇIKMA TUTUMLARI VE ÇOCUK YETİŞTİRME TUTUMLARI ARASINDAKİ FARKLILIKLARIN İNCELENMESİ

Bu çalışmanın amacı çalışan ve çalışmayan annelerin çocuk yetiştirme tutumları ve başa çıkma tutumları arasındaki farklılıkları araştırmaktır. Çalışma örneklemi 297 çalışmayan ve 790 çalışan anneden oluşmaktadır. Annelerin çocuk yetiştirme becerileri, annelerin doldurduğu PARI (Aile Hayatı ve Çocuk Yetiştirme Tutumları Ölçeği) ile baş etme becerileri COPE (Başa Çıkma Tutumlarını Değerlendirme Ölçeği) ile değerlendirildi. Çalışmayan annelerin, çalışan annelerden daha fazla aşırı annelik tutumu vardı. Çalışan anneler ile çalışmayan anneler arasında problem odaklı başa çıkma tutumları açısından bir farklılık yoktu. Çalışan annelerin, çalışmayanlara göre, daha fazla aktif baş etme ve plan yapma tutumu vardı. Tersine, çalışan annelere göre, çalışmayan annelerin geri durma tutumu daha fazlaydı. Çalışmayan annelerin, çalışanlara göre, daha fazla duygu odaklı başa çıkma tutumunu kullandığı gözlendi. Çalışmayan anneler daha fazla dini baş etme stratejisini kullanırken, çalışan anneler şaka stratejisini kullandı. Çalışmayan annelerin, çalışan annelere göre, daha fazla disfonksiyonel baş etme tutumu vardı. Özellikle davranışsal boş verme ve inkâr stratejileri çalışmayan annelerde, çalışanlara göre daha fazlaydı. Bu çalışmanın sonuçları, annelerin çalışıp çalışmama durumlarının, çocuk yetiştirme tutumlarına ve başa çıkma tutumlarına etkisi olduğunu düşündürmektedir. Annenin çalışma durumunun genel olarak başa çıkma becerilerine ve çocuk yetiştirme tutumlarına olumlu etkisinin olduğu ileri sürülebilinir.

Anahtar kelimeler: anneler, çalışma, çocuklar, baş etme, çocuk yetiştirme, tutumlar

ABSTRACT

INVESTIGATION OF THE DIFFERENCES IN MOTHER'S CHILD REARING ATTITUDES AND COPING SKILLS BETWEEN WORKING AND NON-WORKING MOTHERS

The aim of the present study is to investigate the differences in mother's child rearing attitudes and coping skills between working and non-working mothers. The study sample was consisted of 297 non-working mothers and 790 working mothers. Mother's child rearing skills were evaluated by using mother completed Parental Attitude Research Instrument (PARI), and coping skills by using The Coping Orientations to Problems Experienced Scale (COPE). Non-working mothers had more protective attitudes to their children than working mothers. There was no difference in problem focused aggregates between working and non-working mothers. More active coping and planning attitudes were used in working mothers compared to non-working mothers. In contrast, non-working mothers had more suppression of competing activities than working mothers. It was observed that more emotional focused aggregates were used in non-working mothers than working mothers. Non-working mothers had more religious coping strategy, whereas working mothers had more humor strategy. More dysfunctional focused aggregates were used in non-working mothers than working mothers. Specifically, non-working mothers had more behavioral disengagement and denial than working mothers. This study suggested that working status may have an effect on child rearing attitudes and coping skills of mothers. In general, working has a positive effect on coping skills and child rearing skills.

Key words: mothers, working, coping skills, child rearing, attitudes

İÇİNDEKİLER

İÇİNDEKİLER

ÖNSÖZ……iii

ÖZET……...iv

ABSTRACT……v

İÇİNDEKİLER……..vi

KISALTMALAR……...ix

TABLOLAR LİSTESİ……..x

ŞEKİLLER LİSTESİ……xi

1.GİRİŞ……

1.1. Çalışan-Çalışmayan Anneler ve Çocuk……..1

1.2. Çocuk Yetiştirme Tutumlarının Önemi……..5

1.2.1. Çocuk Yetiştirme Tutumlarının Sınıflandırılmasına İlişkin Çalışmalar……8

1.2.2. Çocuk Yetiştirme Tutumlarının Sınıflandırılması……..14

1.2.2.1. Aşırı Koruyucu Tutum……...14

1.2.2.2. Aşırı İzin Verici Tutum……..16

1.2.2.3. Baskıcı- Otoriter Tutum……...…..17

1.2.2.4. Dengesiz-Kararsız Tutum……..…....18

1.2.2.5. İlgisiz Tutum……..…....19

1.2.2.6. Demokratik Tutum……...…….20

1.2.3. Çocuk Yetiştirme Tutumlarını Etkileyen Faktörler……21

1.2.3.1.Sosyodemografik Özellikler……21

1.2.3.1.1. Annenin Yaşı……..….21

1.2.3.1.2. Annenin Eğitim Durumu……..….22

1.2.3.1.3. Annenin Yaşadığı Yer……..…..22

1.2.3.1.4. Annenin Çalışma Durumu……..…...22

1.2.3.1.5. Annenin Mesleği……23
1.2.3.2. Çocuk Yetiştirme Tutumunu Etkileyen Diğer Özellikler……23
1.2.4. Çocuk Yetiştirme Tutumlarına İlişkin Yapılan Çalışmalar…….24
1.3. Stres ve Başa Çıkma Tutumları……31
1.3.1. Stres……...31
1.3.2. Başa Çıkma Yöntemleri……...32
1.3.2.1. Bedenle İlgili Başa Çıkma Yöntemleri…….34
1.3.2.1.1. Nefes Alma……...35
1.3.2.1.2. Egzersiz……....36
1.3.2.1.3. Aşamalı Kas Gevşetme……...36
1.3.2.1.4. Biyolojik Geri Bildirim……...36
1.3.2.1.5. Beslenme……..37
1.3.2.2. Davranışsal-Duygusal ve Zihinsel Başa Çıkma Yöntemleri…….…….....37
1.3.2.2.1. Problem Çözme Becerileri…….....37
1.3.2.2.2. Bilişsel Yeniden Yapılandırma……..…37
1.3.2.2.3. Zaman Yönetimi……..……38
1.3.2.2.4. İletişim Becerileri……..……..38
1.3.2.2.5. Probleme Odaklanarak Duyguları Açığa Vurma……39
1.3.2.2.6. Diğer Meşguliyetleri Bastırma……39
1.3.2.2.7. Aktif Başa Çıkma…….39
1.3.2.2.8. Planlama……39
1.3.2.2.9. Yararlı Sosyal ve Duygusal Destek Kullanımı...39
1.3.2.3. Diğer Başa Çıkma Yöntemleri……...……40
1.3.2.3.1. Madde Kullanımı……..……..…..40
1.3.2.3.2 Aşırı Tepki Göstermek.....……40
1.3.2.3.3. Problemi İnkar Etmek..…….....40
1.3.2.3.4. Tepkisiz Kalmak…….....41

1.3.2.3.5. Şakaya Vurma…….……..…...41

1.3.2.3.6. Dine Yönelme...……..……41

1.3.3. Başa Çıkma Yöntemleri ile İlgili Çalışmalar……..……..41

1.4. Araştırmanın Amacı…….…….43

1.5. Araştırmanın Önemi……..……44

2. YÖNTEM…….…46

2.1. Araştırmanın Örneklemi……...46

2.1.1. Betimleyici İstatistikler……46

2.2. Veri Toplama Araçları……..49

2.2.1. Başa Çıkma Tutumlarını Değerlendirme Ölçeği(COPE)…….....49

2.2.2. Aile Hayatı ve Çocuk Yetiştirme Tutumu Ölçeği(PARI).....…….50

2.2.3. Sosyodemografik Sorgulama Formu...……...……51

2.3. İşlem……...……..51

2.3.1. Verilerin Çözümlenmesi……...……51

3. BULGULAR……...……...52

3.1. Çalışan ve Çalışmayan Annelerin Başa Çıkma Tutumlarının Karşılaştırılması……...……52

3.1.1. Sorun Odaklı Başa Çıkma Tutumu……..……..52

3.2.2. Duygusal Odaklı Başa Çıkma Tutumu……..…….53

3.2.3. Disfonksiyonel Başa Çıkma Tutumu……...……55

3.3. Çalışan ve Çalışmayan Annelerin Çocuk Yetiştirme Tutumlarının Karşılaştırılması……..……56

4. TARTIŞMA……..……..58

KAYNAKLAR…….……... …...64

EKLER…….70

Ek 1. PARI……..……70

Ek 2. COPE……...……..72

ÖZGEÇMİŞ……...…….....75

KISALTMALAR

PARI : Aile Hayatı ve Çocuk Yetiştirme Tutumları Ölçeği

COPE : Başa Çıkma Tutumlarını Değerlendirme Ölçeği

TABLOLAR LİSTESİ

Tablo 1. Anne-babalık Kalıplarının Çift Boyutlu Bir Tasnifi……...12

Tablo 2. Çalışan ve Çalışmayan Annelerin Sosyodemografik Özellikleri …..47

Tablo 3. Çalışan ve Çalışmayan Annelerin Eğitim Durumları ……....48

Tablo.4 Çalışan ve Çalışmayan Annelerin Sorun Odaklı Başa Çıkma Tutumları Açısından Karşılaştırılması…….... 53

Tablo 5. Çalışan ve Çalışmayan Annelerin Duygusal Odaklı Başa Çıkma Tutumları Açısından Karşılaştırılması…….... 54

Tablo 6. Çalışan ve Çalışmayan Annelerin Disfonksiyonel Başa Çıkma Tutumları Açısından Karşılaştırılması…… 55

Tablo 7. Çalışan ve Çalışmayan Annelerin Çocuk Yetiştirme Tutumlarının Karşılaştırılması……... 56

ŞEKİLLER LİSTESİ

Şekil 1. Anne davranış oranlarının dairesel bir sıralaması…….. 7

Şekil 2. Anne davranış kalıplarının varsayımsal dairesel bir sıralaması……. 8

Şekil 3. Çocuk Yetiştirme Biçimlerinin Boyutları…….. 10

1. BÖLÜM

GİRİŞ

1.1. Çalışan- Çalışmayan Anneler ve Çocuk

Kadınların çalışması, 18. Yüzyılda Sanayi Devrimi diye adlandırılan endüstrileşme ile olmuştur. Bu durum, ekonomik, toplumsal, teknik ve teknolojik değişikliklere yol açmıştır. Sanayileşmenin başlaması ile birlikte kadınlar, ev işlerinden kamu hizmetlerine, büro işlerine ve sanayi kesimine geçmeye başlamışlardır (Demir,1994).

Günümüzde kadınlar, ekonomik zorluklar nedeniyle aile bütçesine katkı sağlamak ya da yaşam standartlarını yükseltmek, meslek sevgisi, toplumda prestij sahibi olmak, çevre edinmek, yeni insanlar tanımak, eşinin yanında konumunu yükseltmek gibi nedenlerle çalışmaktadırlar. Ülkemizde ise kadınların büyük çoğunluğu ekonomik zorluklar nedeniyle; aile bütçesine katkı sağlamak için çalışmaktadırlar. Yaşam standardını yükseltmek için ya da eğitimini aldığı uzmanlığı kullanmak adına çalışan kadınların oranı oldukça azdır (Aktaş, 1997).

Kadınların, geleneksel rollerinden sıyrılarak çalışma yaşamına adım atmalarıyla birlikte evdeki sorumluluklarına yenileri eklenmiştir. Çalışma yaşamı ve getirdiği zorluklarla, evdeki sorumlulukları arasında dengeyi sağlaması gereken kadınlar, çoğu zaman bu yük altında ezilerek stres altına girmişlerdir. Özellikle kadının evli ve çocuk sahibi olduğu hallerde bu durum daha da zorlaşmaktadır. Bu zorlukların başında; annenin olmadığı saatlerde çocuğun bakımı, işinden yorgun ve gergin gelen

annenin çocuğuna yeterince zaman ayıramaması ve onunla sağlıklı bir iletişim kuramaması gelmektedir (İlgar, 2001; Yavuzer, 1992).

Aslında annenin çalışmasının çocuk üzerinde yaratacağı etkileri tek bir faktöre indirgemenin doğru olmadığı; annenin eğitim düzeyi, çalışma koşulları, çalışma nedeni, anne-çocuk ilişkisinin niteliği, aile ilişkileri annenin yokluğunda çocuğun kim tarafından bakıldığı, çocuğa bakan kişinin özellikleri ve bakanın sürekliliği, çocuğun hangi gelişim basamağında olduğu, ailedeki çocuk sayısı ve çocuğun doğum sırasındaki durumlar gibi bir dizi faktörün de etkili olduğu düşünülmektedir (Razon, 1995).

Çalışan kadın ve çocuk konusunda ülkemizde yapılan araştırmalarda çelişik sonuçlara ulaşılmıştır. Bu konuda yapılan bazı araştırma bulguları, çalışan annelerin çocuklarında, annesi çalışmayan çocuklara göre bazı davranış sorunlarının daha fazla olduğunu gösterirken, bazıları annesi çalışan çocukların psikososyal gelişimlerinin annesi çalışmayan çocuklara kıyasla çok daha üstün olduğunu ortaya koymuştur (Yeşilyaprak, 2003).

Ülkemizde yapılan bir araştırmada, annesi çalışan çocukların öz bakım becerilerinin daha gelişmiş olduğu bulunmuştur. Bu durum, çalışan annelerin zamanı iyi kullanmaları gerektiğinden çocuklarına öz bakımlarıyla ilgili davranışları yapma fırsatını vermelerine bağlanmıştır (Demiriz ve Dinçer, 2010).

Topalak'ın (1985) yaptığı araştırmada ise çalışan annelerin çocuklarının psikososyal gelişimlerinin, çalışmayan annelerin çocuklarından daha gelişmiş olduğunu bulmuştur.

Benzer şekilde, çalışan annelerin çocuklarının okul başarısı ve psikososyal gelişimlerinin, çalışmayan annelerin çocuklarından daha üstün olduğu söylenmiştir (Cherry ve Eaton, 1977; Gold ve Andres, 1978).

Annenin çalışması ile birlikte gelen bir diğer sonuç ise annenin çocuğuna karşı olan olumlu davranışı ile ilgilidir. Çalışmalar çalışan annelerin, kız çocuklarına daha olumlu davrandığını ve daha fazla ilgilendiğini göstermektedir (Stewart- Clark ve Friedman, 1967).

Ogelman (2010) tarafından yapılan bir araştırma ise, annenin çalışmasının çocuğun sosyal konumunu da olumlu şekilde değiştirdiği sonucuna ulaşmıştır.

Çalışmayan annelerin çalışan annelere göre çocuklarının fiziksel bakımı ve disiplinlerine daha fazla zaman ve enerji harcadıkları düşünülmüştür. Ayrıca çalışmayan annelerin bütün gün çocuklarıyla birlikte olmalarının, anne-çocuk ilişkisinin daha fazla yıpranmasına neden olduğu belirtilmiştir. Çalışmayan annelerin parasal sıkıntılarının da bazı problemlerin ortaya çıkmasına neden olduğu ve bu durumun da anne-çocuk ilişkisine zarar verdiği ifade edilmiştir. Buna karşın çalışan annelerin çocuklarının bakımına günde iki saatten daha az zaman harcamakla birlikte, evde olduğu saatlerde çocuğuyla daha fazla ilgilenerek bu yoksunluğunu telafi ettikleri ifade edilmiştir (Aktaş, 1997).

Çalışmayan anneler ile çocukları arasındaki ilişkinin, çocuğun bireyselleşme sürecinde etkili olduğu belirtilmiştir. Buna göre, çalışmayan annelerin çocuklarında bağımlılık riskine daha fazla rastlanabilmektedir (Söylemez, 2004).

Diğer bir konu, annenin çalışmasının çocuğun kendi benliğini algılamasında da etkin rolü olmasıdır. Annesi çalışan kız çocukları, annesi çalışmayan kız çocuklarına göre daha fazla akademik başarı ve kariyer tutkusu göstermektedir. Annesi çalışan

erkek çocukların ise annesi çalışmayan erkek çocuklara ve annesi çalışan kız çocuklara göre okul başarılarının daha düşük olduğu bulunmuştur. Bu durum, annenin çalışmasıyla beraber babanın ailenin ekonomik kaynağı görüntüsünün azalması ile açıklanmıştır. Babanın rolündeki değişiklik nedeni ile annenin geleneksel kadınlık rollerine uyumunun azaldığı düşünülmüştür (Aktaş, 1997).

Annenin çalışmasının, çocuğun günlük etkinliklerde daha etkin rol aldığı, planlama ve organize etme becerilerinin daha fazla geliştiği ve buna bağlı olarak birçok konuda daha bağımsız ve başarılı olduklarından bahsedilmiştir. Buna karşın evdeki ihtiyaçları annesi tarafından karşılanan çocuğun, zorunlu olarak diğer ebeveynlere bağımlı olduğu belirtilmiştir. Buna bağlı olarak tüm gün annesinin gözetiminde ve denetiminde olan çocukların daha korku dolu ve ergenlik dönemlerinde daha çekingen ve bağımlı kişilik geliştirebildikleri belirtilmiştir (Aktaş, 1997).

Ülkemizde yapılan bir çalışmada, annenin çalışmasının çocuk üzerine bazı yönlerden olumsuz etkisi olabileceğine dikkat çekilmiş, ancak genel olarak kişilik gelişiminde, annesi çalışan ve çalışmayan çocuklar arasında önemli bir fark saptanamamıştır. Araştırmalar, çocuğun kişilik gelişimi üzerinde annenin çalışıp çalışmamasının değil, anne babanın çocuk yetiştirme tutumlarının etkili olduğunu ortaya koymaktadırlar (Yeşilyaprak, 2003).

Çalışmalar, "annenin çalışmasının" tek başına etkili olduğu görüşünden çok, çocuğa verilen "duygusal destek" üzerine dikkat çekmiştir. Bu durum, annenin çalışıp çalışmamasıyla değil, annenin annelik davranışları ile ilgili bir durumdur (Yeşilyaprak, 2003).

Bu verilerden yola çıkarak, annenin çalışıp çalışmamasının, çocuğun belirli bir alandaki gelişimine doğrudan etkisinden ziyade, annenin çocuk yetiştirme tutumlarına olan etkisi önem kazanmaktadır.

1.2. Çocuk Yetiştirme Tutumlarının Önemi

İnsan yaşamında, doğumdan önce başlayan ve ilk gelişim yıllarından ömrünün sonuna dek etkisini sürdüren bir kurum olarak aile, fizyolojik olduğu kadar ekonomik ve toplumsal yönleriyle de kişiyi ruhsal gelişimi, oluşumu ve davranışları açısından biçimlendirip yönlendirir (Yavuzer, 1993).

Çocuk, annenin duygularından ve tepkilerinden etkilenmeye anne karnından itibaren başlamaktadır (Örgün, 2000). Yaşamın başında çocukların en önemli ilişkileri ana-babalarıyla veya diğer bakıcılarladır. Çocuklar büyüdükçe, sosyal dünyaları genişler. Kardeşleri ve arkadaşlarıyla oynarlar, anaokuluna giderler ve sonunda ilkokula başlarlar. Fakat ana-babalar, çocuklarına davranış için model olarak ve doğrudan yönergeler vererek onların sosyal gelişimlerinde merkezi bir rol oynamaya devam ederler. Bütün ebeveynlerin çocuğunu büyütürken, onun nasıl bir kişi olacağına, ahlaki değerlerinin, davranış standartlarının nasıl olacağına dair açık ya da gizli beklentileri vardır. Bu nedenle çocuklarını bu amaçlar doğrultusunda yetiştirmek için birçok farklı strateji denerler (Morris, 2002; Solmuş, 2010).

Karataş'a göre (2009); çocuğun gelişimi anne ve babanın çocuğu yetiştirme tutumları ile yakından ilişkilidir. Çocuğun kişilik gelişimi her ne kadar yaşamı boyunca sürse de, çocukluk döneminde yaşadıkları kişilik gelişimini biçimlendirmektedir. Çocuk okul öncesinde birey olmayı öğrenirken; kendisine

model olacak birisine ihtiyaç duyar. Bu model alma süreci aile içinde yakın bir üye ile gerçekleşmektedir. Genellikle bu model, anne ya da babadır.

Çocuğun gelişiminin sağlıklı olması ve kişilik yapısının olumlu şekilde gelişmesinde anne ve babanın çocuk yetiştirme tutumlarının önemi büyüktür. Bu durum bebeklikten itibaren olumlu, tutarlı ve sevgi dolu bir aile içinde gelişmesine bağlıdır. Çocuğun kişilik özellikleri anne-babanın tutumlarını, anne-babanın tutumları da çocuğun gelişimini etkileyerek kişiliğine ve ruhsal yapısına da etki eder (Yavuzer, 1999; Arı, Bayhan, & Artan, 1995).

Özellikle ilk yıllarda ailenin tutumları, çocuğun yeni şeyler öğrenmesinde, belirli davranışları benimsemesinde ve bunları günlük yaşamına kazandırmasında oldukça önemli role sahiptir. Çocuğa karşı geliştirilen yanlış anne-baba tutumları, onun gelişiminde telafisi olmayan kalıcı etkiler bırakabilmektedir (Ağır, Akbağ, Aydın, Tuzcuoğlu, & Yaycı, 2005). Ayrıca anne-babanın tutumu, çocuğun etkinliklerini, cinsiyet rollerini, güven duygusunu ve kişilik gelişimini de etkilemektedir (Senemoğlu, 2002). Ülkemizde yapılan bir araştırma, anne-babanın çocuk yetiştirme tutumunun beş yaş çocuklarının bilişsel performans düzeylerini de etkilediğini ortaya koymuştur (Ucur, 2005). Anne-babanın destekleyici tutumlarının, çocukların ve gençlerin kişisel ve sosyal özelliklerinin olumlu olmasında da etkili rolü olduğu belirtilmiştir (Örgün,2000).

Çocukluk döneminde fiziksel ve duygusal yönden yeterli olgunluğa ulaşmamış olma, çocuğu her türlü olumsuz dış etkiye hazır hale getirmektedir. Anne baba da bu konuda çocuğun gelişmesi için ilk eğitimcilerdir. Özellikle anne-çocuk ilişkisi kişilik gelişimindeki en önemli bileşendir (Ersoy ve Şahin, 1999; Köknel, 1997, Yavuzer, 2001).

Çocuğun yetiştiği aile ortamı sıcak ve tutarlı bir aile ortamı ise çocuk kabul görüyor ve kişiliğine saygı duyuluyor demektir. Bu ortam çocuğa değerli olduğunu hissettirir. Önemli ve değerli hisseden çocuk başarılı olur. Anne ve baba tarafından girişimleri desteklenen çocuk, kendi kendine yetebilmeyi öğrenir (Cüceloğlu, 1997).

Çocuk, kim olduğuna ilişkin cevabı da yetiştiği aile ortamında bulacaktır. Kim olduğuna ilişkin durum ise çocuğun kimliğini oluşturur. Çocuk ailesi içersinde öğrenme, karar verme, keşfetme ve hata yapma olanağını bulabilirse gelişimi için olumlu ortam sağlanmış olacaktır. Kendi benliğini değerli olarak algılayan çocuk, güven duygusunun da temelini atmış olur ve çevresini de güvenli olarak algılar. İyi belirlenmiş benlik sınırları olan, olgun birey böyle bir ailede yetişebilir (Cüceloğlu, 2002).

Anne-babanın çocuk yetiştirme biçimleri, çocuğun psiko-sosyal, zihinsel, dil, cinsel ve bedensel gelişimlerini de büyük oranda etkilemektedir (Senemoğlu, 2002). Anne-baba çocuğun bağımsızlık çabalarını desteklediğinde ve zor durumlarda çocuğa yardımcı olduğunda çocukta bağımsızlık duygusunun kolayca geliştiği görülür. Dengeli, duygusal ve toplumsal etkileşimin güçlü olduğu aile ortamında yeterli güven ve sevgi içinde büyüyen çocuk, gelişimi için gerekli deneyimleri elde edebilir (Yavuzer, 2003).

Anne-babalar tarafından verilen destek ya da baskının çocuğun sosyal yeterliliği üzerinde de etkilerinin olduğu belirtilmektedir. Olumsuz aile tutumları, sağlıksız bir gelişim kaynağı olabilir. Ana-baba tutumlarının özellikle “çocukla daha uzun beraber olan anne tutumunun” çocukluktan başlayarak, benlik yapısının gelişmesinde önemli bir rol oynadığı düşünülmektedir. Bu nedenle, anne-baba tutumları sıklıkla çalışmalara konu olmuştur. Belirgin anne-baba tutumlarını açıklayıcı sınıflama çalışmaları yapılmıştır.

1.2.1. Çocuk Yetiştirme Tutumlarının Sınıflandırılmasına İlişkin Çalışmalar

Yazında çocuğun gelişiminde etkin rol oynayan anne-baba tutumlarının belirlenmesi ve sınıflandırılması iyi araştırılmıştır.

Symonds (1936) anne-baba davranışlarında iki temel boyuttan bahsetmiştir. Bunlar kabul etme- baskınlık- itaat reddetme ve boyutlarıdır (Horowitz, 1975).

Baldwin, Kalhorn ve Breese (1945, 1949), bir aylıktan iki buçuk yaşına kadar çocuğu gözlemlemiş ve çocuk yetiştirmede üç boyut belirlemişlerdir:

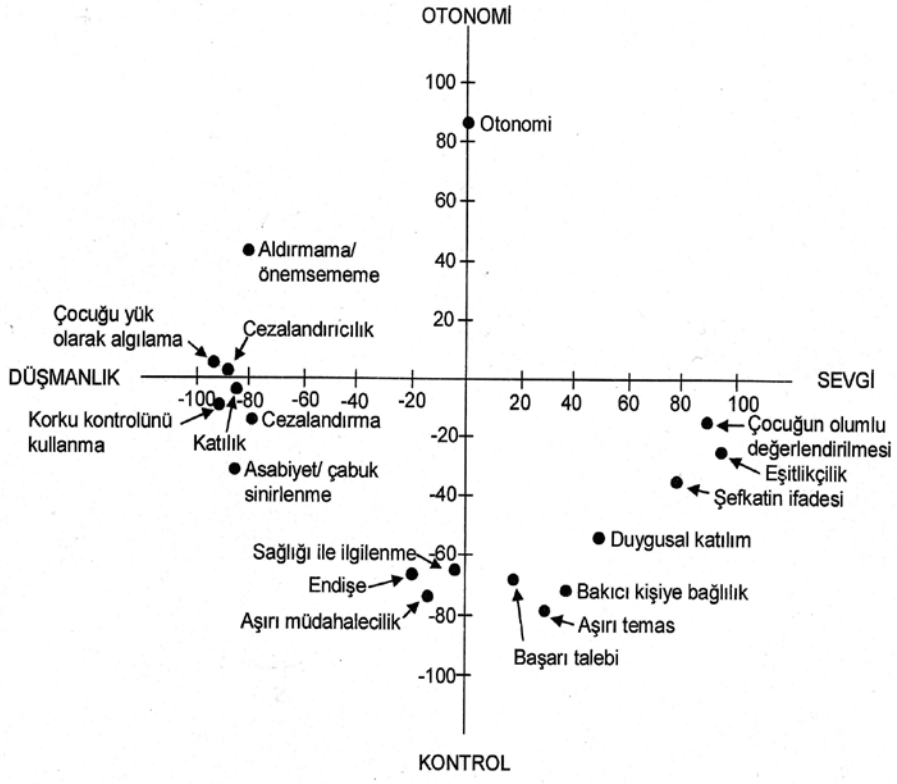
-Şefkat (kabullenme, şefkat gösterme ve iletişim),

-Üstüne düşme ve ilgilenme (bebek gibi davranma, koruyuculuk ve ilgi gösterme),

-Demokrasi (izlenen politikaların demokrasisi ve netliği, zorlayıcı olmayan önerme, açıklama yapmaya hazır olma, anlayış) (Horowitz, 1975).

Yapılan çalışmada elde edilen boyutlar sıcaklığa karşı düşmanlık, demokrasiye karşı otokrasi, duygusal katılıma karşı yansızlık şeklinde ifade edilmiştir (Mızrakçı, 1994).

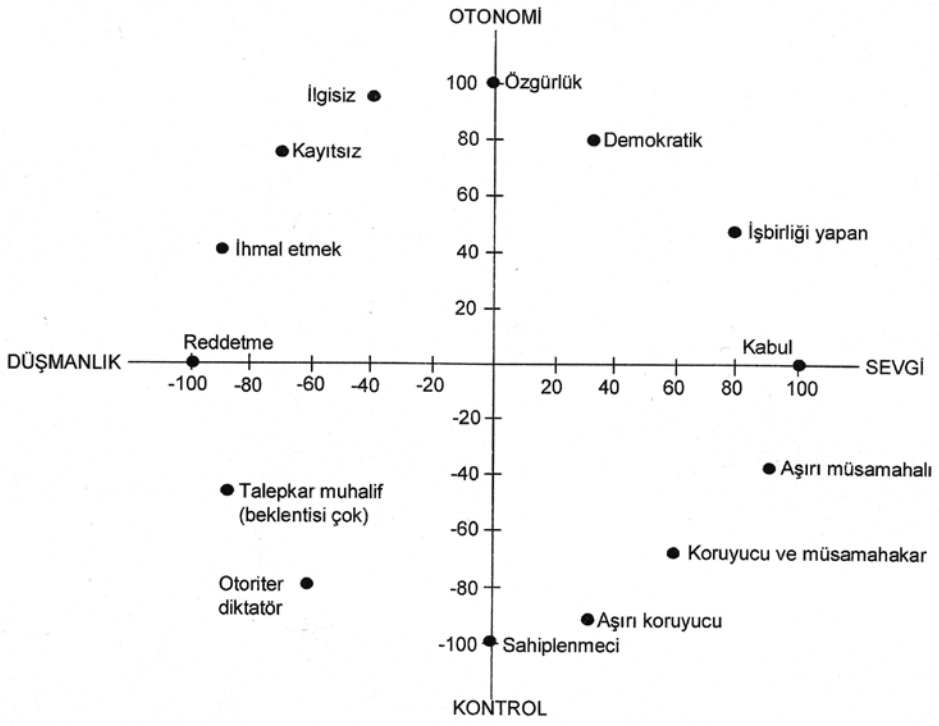
Schaefer (1959)'ın yaptığı çalışmada ise çocukla bir ay ve üç yaş arasında on ile on iki arasında görüşme yapıldığı görülmektedir. Bu görüşme sonuçlarında anne ve çocuğun etkileşimindeki davranışlar derecelendirilmiştir. Toplam on sekiz anne davranışının sistematik dairesel bir sıra oluşturduğu görülmüştür. Bu dairesel sıranın iki yönde birbirinden ayrıldığı belirlenmiştir. Bunlardan birincisi sevgi-düşmanlık, ikincisi ise otonomi-kontrol boyutudur.



Şekil 1. Anne davranış oranlarının dairesel bir sıralaması (Horowitz, 1975).

Sevgi- düşmanlık boyutunun bir ucunda kabul etme, diğer ucunda reddetme bulunur. Otonomi-kontol boyutunun ise bir ucunda sahiplenme, diğer ucunda özgür bırakma yer alır. Sevgi- düşmanlık boyutunun kabul etme ucunda çocuğun olumlu olarak değerlendirilmesi, şefkatin ifade edilmesi ve çocuğa eşitlik tanınması yer alır. Buna karşılık düşmanlık ucunda, çocuğu cezalandırma, katılık, çocuğu yok olarak algılama ve korkutma bulunur.

Faktör analizine dayalı çalışmalar sevgi-düşmanlık ve otonomi-kontol boyutlarının bağımsız olarak kavramsallaştırılabileceğini göstermektedir. Diğer bir deyişle anne-baba, kabul eden-özgürlükçü, kabul eden-sahiplenmeci ya da reddeden-özgürlükçü, reddeden-sahiplenmeci tavırlar gösterebilir (Horowitz, 1975).



Şekil 2. Anne davranış kalıplarının varsayımsal dairesel bir sıralaması (Horowitz, 1975).

Demokratik tutum ve işbirlikçi yaklaşımın sevgi ve otonominin birleşiminden oluştuğu görülür. Otorite tutum ve yüksek beklentiler ise kontrol ve düşmanlığın birleşimidir. İlgisiz tutum, umursamazlık ve sorumsuzluk ise düşmanlık ve otonominin birleşimidir. Aşırı izin verici ve aşırı koruyucu tutum ise sevgi ve kontrolün birleşimi olarak görünmektedir.

Becker ve Krug (1964) tarafından yapılan çalışmalarda da okul öncesi dönem ve okul çocuklarının davranışlarının bu dairesel modele uyduğu görülmüştür. Bu doğrultuda çocuk davranışları, içedönüklük- dışa dönüklük ve duygusal dengelilik-duygusal düzenlilik şeklinde iki boyutlu dairesel bir sıralama göstermiştir.

Baumrind ve Black (1967) ise anne-baba tutumlarını incelemeyi dört boyutta yapmışlardır. Bu boyutlar kararlı disiplin, olgunluk talebi, kısıtlayıcılık ve bağımsızlığın cesaretlendirilmesidir (Mızrakçı, 1994).

Farklı durumlardan etkilenen anne-baba tutumlarına ilişkin Robert Le Vine tarafından farklı kültürlerdeki çocuk yetiştirme tutumları incelenmiştir. Anne-babaların çocuk yetiştirirken üç büyük hedefi olduğu belirtilmiştir. Bu hedefler: Hayatta kalma hedefi; çocuklara sağlık ve güvenlik sağlayarak, onların hayatta kalmalarını garanti altına almayı amaçlamaktadır. İkinci hedef olan Ekonomik hedef; çocukların ekonomik olarak üretken insanlar olmaları için gerekli olan becerileri ve kaynakları garanti altına almayı amaçlar. Üçüncü hedef olarak belirlenen Kültürel hedef ise; çocukların, topluluğun temel kültürel değerlerini edinebilmelerini amaçlar. Bu hedeflerden öncelikli olan hayatta kalma hedefidir (Cole ve Cole, 2001).

Baumrind (1971) tarafından yapılan çalışmada ise okul öncesi dönem çocukların anne-baba etkileşimleri incelenmiştir. Anne-baba-çocuk etkileşiminde dört boyut belirlenmiştir. Bu boyutlar: anne-baba denetimi, anne-baba-çocuk iletişiminde açıklık, olgunluk beklentisi ve bakım-destek boyutlarıdır. Anne-baba denetimi boyutunda, anne-baba tarafından koyulan kurallara çocuğun ne oranda uymak zorunda olduğu belirtilir. Anne-baba-çocuk iletişiminde açıklık boyutu, anne-babanın verilecek kararlarda çocuğun düşüncelerine saygı göstererek, düşüncelerini ifade edebilmesini desteklemeyi ve çocuğa konulan sınırların nedenlerinin ona açıklanmasını gerektirir. Olgunluk beklentisi boyutunda ise çocuk başarılı olmak için yüreklendirilmektedir. Çocuk ile ilişkide ne derece sevecen ve sıcak davranıldığını gösteren boyut ise bakım-destek boyutudur. Bu boyutlar doğrultusunda üç temel anne-baba tutumu ortaya konulmuştur. Bu tutumlar, otoriter, izin verici

(müsamahakar) ve yetkin (demokratik) tutumdur (Von Der Lippe, 1999; Wang ve Phinney, 1998; Winsler, Madigan, Aquilino, 2005).

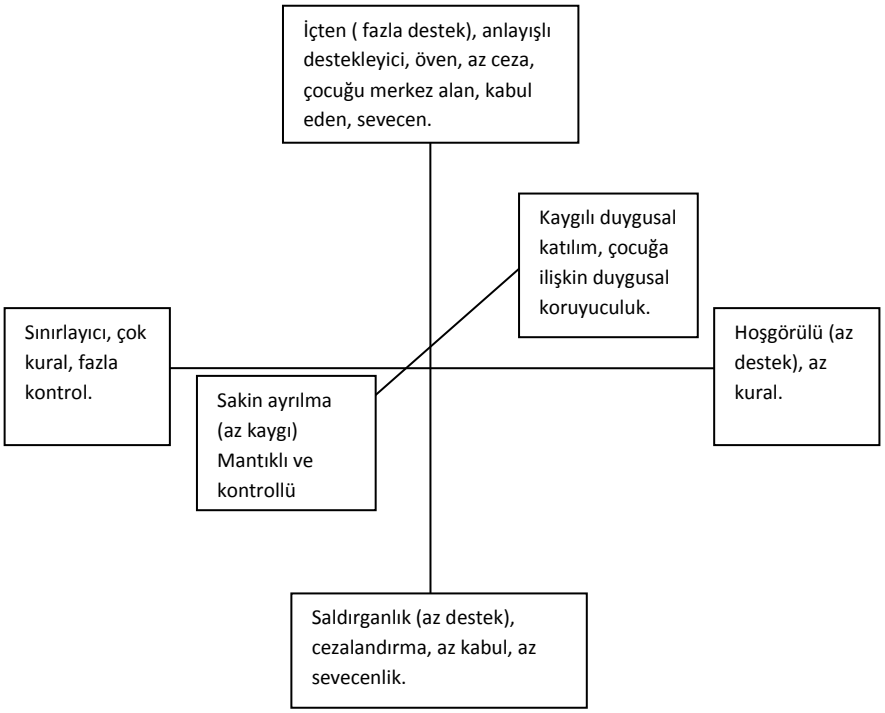
Elenor Maccoby ve John Martin (1983) anne-baba kalıplarını iki boyutta ifade etmişlerdir. Bunlarda birincisi, anne-babanın çocuklarının nasıl davranacaklarını kontrol etmeye çalışma derecelerini ifade etmektedir. İkinci boyutta ise, anne-babanın çocuklarına ne kadar sevgi gösterdiklerini belirtir. İki ana boyutta belirtilen dört farklı anne-baba tutumu belirtilmiştir (Cole ve Cole, 2001).

Maccoby ve Martin, Baumrind' in sınıfladığı izin verici anne-baba tutumunu izin verici-hoşgörülü ve izin verici-ihmalkâr olmak üzere ikiye ayırmaktadır. İzin verici-hoşgörülü anne-babalar yüksek düzeyde kabul-ilgi ve düşük düzeyde kontrol sergilemektedir. İzin verici-ihmalkâr anne-babalar ise her iki düzeyde de düşük tutuma sahiptirler. Buna göre her iki izin verici anne-baba tutumunda kontrol boyutu düşükken, izin verici anne-babalar arasındaki farklılık anne-babanın göstermiş olduğu kabul-ilgiden kaynaklanmaktadır.

Tablo 1. Anne-babalık Kalıplarının Çift Boyutlu Bir Tasnifi (Cole ve Cole, 2001)

ANNE-BABALIK KALIPLARININ ÇİFT BOYUTLU BİR TASNİFİ		
	Cevap Verici: Anne-baba kabul edici ve çocuk Merkezlidir.	**Cevap Vermeyen:** Anne-baba reddedici ve anne-baba merkezlidir.
Talepkar: Anne-baba çocuktan çok şey beklemektedir.	**Yetkili Ebeveynlik:** İlişki karşılıklıdır ve çift taraflı iletişim açısından yüksektir.	**Otoriter Anne-babalık:** İlişki kontrol edici ve taraflıdır.
Talepsiz: Anne-baba çocuktan az şey beklemektedir.	**Hoşgörülü Anne-babalık:** İlişki hoşgörülüdür ve kontrol çabası düşüktür.	**Reddedici anne-babalık:** İlişki kayıtsız, ilgisizdir.

Otoriter anne-babalar ise yüksek düzeyde kontrol isteğine sahipken, düşük düzeyde kabul-ilgi gösterirler.



Şekil 3. Çocuk Yetiştirme Biçimlerinin Boyutları (Whirter, 2005, aktaran: Acar.)

Otoriter ve demokratik anne-babaların çocuklarının gelişimindeki farklılık, anne-babanın kabul-ilgi düzeyindeki farklılıktan kaynaklanmaktadır. Bu boyutların her ucunun kısa tanımları şekil 4'teki gibi ifade edilmektedir:

Becker'e göre, üç ana boyut vardır. Bunlar: hoşgörülü-sınırlayıcı, saldırganlık-içtenlik ve kaygılı duygusal katılım-sakin ayrılma olarak ifade edilmiştir. Her üç bağımsız boyutun iki ucu anne-baba davranışlarının aşırı örneklerini temsil etmektedir. Birçok anne-babanın davranışı, çoğu defa boyutun ortasına düşme eğilimde olmaktadır.

Yapılan çalışmalar sonucunda çocuk yetiştirme tutumlarının sınıflandırılması aşağıdaki şekilde tanımlanabilmektedir.

1.2.2. Çocuk Yetiştirme Tutumlarının Sınıflandırılması

Anne babalar çocuklarını yetiştirirken çeşitli yöntemler kullanmaktadırlar. Bu yöntemler çocuğa ve çocuğun o anda sergilediği davranışa göre değişim göstermektedir. Anne babalar çocuklarının kendi kendini kontrol etme becerisini geliştirmeyi amaçlar diğer taraftan kendi başına karar vermesini kısıtlayıcı davranışlar sergilerler. Bu çelişki içinde kalan anne baba çeşitli davranış biçimlerinin yoğun olarak yaşanması ile farklı gruplaşmalara yol açmaktadır. Her anne baba bilerek ya da bilmeyerek çocuklarına karşı farklı tutumlar sergilemektedirler. Bu birbirinden farklılaşan tutumları sınıflandırmak mümkündür (Yavuzer, 2003). Bu tutumlar; aşırı koruyucu, aşırı izin verici, baskıcı- otoriter, dengesiz- kararsız, ilgisiz ve demokratik tutum olarak sınıflandırılmaktadır.

1.2.2.1. Aşırı Koruyucu Tutum

Anne ve babanın aşırı korumasını ifade eden tutumda çocuğa gereğinden fazla özen gösterilmektedir. Aşırı koruyucu tutumda kontrol ile birlikte kabul ve ilgi yüksektir ve çocuğa karşı ölçüsüz bir biçimde özveride bulunulmaktadır. Bu anne-baba tutumunda genellikle çocuğun yapabileceği işleri bile anne üstlenmektedir. Anne-baba her an çocuğunun başına olumsuz bir durum geleceğinden kaygı duymaktadır. Bu durum da çocuğun yapabileceği şeylerden mahrum bırakılmasına neden olmaktadır. Anne ise aşırı koruyucu tutumu ile çocuğuna sevgisini gösterdiğini ve ona yardım ettiğini düşünmektedir. Anne-babanın aşırı koruması sonucunda çocuk, aşırı bağımlı, kendine güveni olmayan, duygusal kırıklıkları olan bir kişi durumuna gelebilmektedir. Aşırı korunan çocuklar, kendi başlarına karar vermekten aciz, başkalarına danışmadan bir şey yapamayan, girişim yeteneklerinden yoksun çocuklar olmaktadırlar. El becerilerinin gelişmemesi en yaygın olarak görünen durumdur. Bu nedenle beceriksiz, sakar ve kendilerine güvensiz olabilmektedirler.

İsteklerini ağlayarak ifade etmekte ya da aşırı inat tepkisi göstermektedirler (Akın, 2002; Yavuzer, 1999; Yörükoğlu, 2004).

Özellikle geç ya da güç dünyaya getirilen çocukların anne-babalarında bu yaklaşım daha fazla görülmektedir. Çalışmayan annelerin, kendilerini çocuklarına daha fazla adaması nedeni ile kendi yeterlilik duygularını doyurdukları söylenmektedir. Karı- koca ilişkisinin yeterince doyum sağlamadığı ailelerde de bu tutumun sıklıkla kullanıldığı görülmektedir. Böyle bir tutumla yetişen çocuğun, okul dönemi ve ileriki dönemlerde de pek çok işini tek başına yapamaması gözlenmektedir. Ayrıca anne-baba tarafından aşırı korumacı davranışları arkadaşları tarafından da beklemektedir (Ağır ve ark., 2005).

Aşırı koruyuculuk tutumu çocuğun duygusal durumunu da etkilemektedir. Anne-baba tarafından çocuğun duygularını yaşamasına izin verilmemektedir. Çocuğun kendini güdülemek, korumak ve geliştirmek için enerjisinin azdır ve problemlerle başa çıkmada da zorluk yaşamaktadır. Duygularını tanımayı ve onları yaşamayı öğrenememekte ve duygularından kaçarak onları bastırmaya çalışmaktadır (Aydoğmuş, Baltaş, Baltaş ve ark., 1990; Yavuzer, 2003; Yörükoğlu, 2004).

Topses (2009), çocuğun gelişim süreci içinde gelişebilecek olan gelişim görevlerini ve gelişim sürecinin davranışlara dönük yeterliliklerini dikkate almadan, anne-babanın çocuklar üzerindeki sürekli koruyucu davranışlarını sürdürmeleri sonucunda; bağımlı, edilgen özerk davranışlar ve yeterliliklerle iç denetimli olmayan bireylerin yetişmesine neden olabileceğini belirtmiştir.

Yeşilyaprak (1993), kişilik gelişimindeki ailesel faktörlerin etkisini incelediği çalışmasında, koruyuculuğun, çocuğun kişilik gelişimini olumsuz yönde etkilediğini, gencin dıştan yönetilen bağımlı bir kişilik yapısı geliştirdiğini saptamıştır.

1.2.2.2. Aşırı İzin Verici Tutum

Bu tutuma sahip aileler, çocuk merkezci aile olarak da adlandırılmaktadır. Aşırı izin verici tutumda kontrol düşük, kabul-ilgi yüksek olup, anne-baba çocuğa karşı çok ilgili ve duyarlıdırlar. Bu tutumda, kurallara uymaması durumda çocuğa herhangi bir yaptırım uygulanmamaktadır. Anne ve baba çocuğun istekleri doğrultusunda hareket etmektedir. Çocuğun cinsel ve saldırgan tutumları da dâhil olmak üzere davranışları kabul edilmektedir. Anne-baba uyku ve oyun saatlerine karışmamaktadır. Yaptığı her davranış büyük bir hoşgörü ile karşılanan çocuk, neyin doğru neyin yanlış olduğunu kavrayamamaktadır. Bu durumda çocuk, aynı anlayışı çevresinden de beklemekte ve bulamadığında hayal kırıklığına uğramaktadır (Ağır ve ark., 2005; Haktandır, 2007).

Söylemez (2004)'e göre, özgürlük, sorumsuzluk, başıboşluk ve denetimsizliği ifade etmemektedir. Tam tersine öz denetim, içselleştirilmiş sorumlulukla ilgilidir. O halde özgürlük kisvesi altında işleri oluruna bırakmayı olumlu değerlendirmek hatalı olur. Çocuk anne-babanın rehberliğine ihtiyaç duymaktadır. Özellikle yaşamın ilk yıllarında, çocuğun anne-babasından öğreneceği çok şey vardır. Bunları en doğru öğrenme yolu da budur. Tek başına bırakılan, her şeyi yapmasına izin verilen çocuktan günün birinde şımarık, söz dinlemeyen, geçimsiz gibi sıfatlarla şikâyet edilmesi, aşırı izin verici tutumun sonuçları olabilmektedir.

Aşırı izin verici tutum ile yetişen çocuğun, ileride toplum kurallarına da uymakta zorlandığı, toplumun vermediği hakları kendine tanımaya kalktığı ifade edilmektedir. Bu tutumla yetiştirilen çocuğun sosyal sorumluluk düzeyinin düşük olduğu, dürtüsel davranış ve saldırganlığın yüksek olduğu ifade edilmiştir (Yavuzer, 2003; Yörükoğlu, 2004).

1.2.2.3. Baskıcı-Otoriter Tutum

Baskıcı-Otoriter tutumda, kabul-ilgi düşük iken kurallar çocuğa açıklanmadan konulmaktadır. Anne-babanın kendisini toplumsal otoritenin temsilcisi olarak gördüğü bu tutumda, çocuktan mutlak itaat beklenmektedir. Anne-baba, çocuğun kendisine ait düşünceleri olabileceğini kabul etmemekte ve çocuğu kendini yönetebilecek güçte görmemektedir. Çocuğun bağımsızlığı ve bireyselliği desteklenmemektedir. Çocuğun en doğal hakları, çocuğun uslu durması gibi durumlarla ilişkilendirilerek sunulur. Anne-baba sevgisini çocuk istenilen bir davranışı sergilediğinde göstermekte, olumlu davranışına pekiştireç olarak göstermektedir (Aydoğmuş ve ark., 1990; Gander ve Gardiner, 2001; Yavuzer, 2001; Yörükoğlu, 2004; Özgür ve Özgür, 1994).

Aydın ve arkadaşları (2005), baskıcı-otoriter anne-baba modelinin bizim kültürümüzde fazlaca kullanılan bir yaklaşım biçimi olduğunu belirtmektedirler. Bu tutumda, çocuğun kendi başına bir şey yapmasına izin verilmemekte, sürekli ceza uygulanmaktadır. Yapılan birçok davranış, korkutma, cezalandırma ve sindirme ile uygulanmaktadır. Bir otorite modeli bulunmakta ve bu otoritenin dedikleri uygulanmak zorundadır. Otorite dışında kalan çocuk, tek başına bir şey yapamamakta ve kendini geliştirememektedir. Bu tutumda yetiştirilen çocuğun, kendine güven kazanması, kendini geliştirmesi ve yeni şeyler denemesi çok zor olmaktadır. Sağlıklı bir kişilik yapıları olmadığı için hep birinin denetimi altında olmayı ve risk almamayı tercih etmektedirler. Baskıcı-otoriter tutumda yetişen çocukların, duygusal gelişim alanında da geride kaldıkları gözlenmektedir. Bir şeyler yapma ve yeni şeyler başarma oranlarının çok düşük olduğu gözlenmekte, bu nedenle kendilerine güvenemedikleri ifade edilmektedir.

1.2.2.4. Dengesiz- Kararsız Tutum

Dengesiz-kararsız anne-baba tutumunda anne ve baba arasında görüş ayrılıkları olabilmekte, değişken davranışlara rastlanabilmektedir. Anne veya babadan birinin olumlu olan davranışı diğeri tarafından olumsuz olarak değerlendirilebilmektedir. Aynı zamanda anne-babanın ruh haline göre davranışın uygun olup olmadığı değişebilmektedir. Bu tutumla yetiştirilen çocuk, hangi davranışın uygun olduğunu, hangisinin yanlış davranış olduğunu anlamakta zorlanmaktadır. Ayrıca, uygun olan davranışı göstermeye çabalamaktansa, hangi davranışı ne zaman gösterirse ceza almayacağını değerlendirmektedir (Aydoğmuş ve ark., 1990; Erginel, 1996; Yavuzer, 1999).

Bu yaklaşım biçimi, çocuğun dengeli bir kişilik oluşturmasını ve ileriki yaşamında insanlarla sağlıklı iletişim kurmasını engelleyebilmektedir. Çocuk, yaptığı aynı davranışta bir defasında cezalandırılırken diğer seferde görmezlikten geliniyorsa, yaptığının doğruluğu veya yanlışlığı konusunda kararsız kalmaktadır. Bu aile ortamında yetişen çocuklar bir süre sonra kişiye , duruma göre davranma biçimi geliştirebilmekte ve yaşamı boyunca kararlı ve tutarlı bir kişilik yapısı sergilemekte yetersiz kalabilmektedirler (Ağır ve ark., 2005).

Dengesiz-kararsız tutumda, disiplin yok değildir. Anne-babanın tutumları aşırı hoşgörü ile cezalandırma arasında gidip gelmektedir (Örgün, 2000). Anne-babalarda ve yetişkinlerde çok rastlanan tutarsızlıklar şu şekilde görülmektedir:

I.Bazı zamanlarda izin verilen davranışlara diğer zamanlarda izin verilmemesi;

Kapris olsun diye,

Anne varken, baba yokken ya da tersi,

Anne-babanın psikolojik durumu değiştiği için,

Bazı yerlerde anne-baba varken, diğer yerlerde olmamasından,

II. Çelişki varsa;

Çocuğa söylenenlerde,

Çocuk, diğerlerinin davranışlarında çelişki gördüğünde,

Çocuk, yaptıklarından dolayı ödüllendirildiğinde,

Çocuk yaptığından ya da yapmadığından dolayı cezalandırıldığında,

III. Ödül ve cezaların örüntüsü;

Bir kez cezalandırılıp diğer zamanlarda tepki verilmediğinde, bir davranış ödüllendirilip aynı davranış diğer zamanlarda cezalandırıldığında,

Ceza ile tehdit edip uygulanmadığında (Ucur, 2005).

1.2.2.5. İlgisiz Tutum

Kontrol ve kabul- ilginin düşük düzeyde bulunduğu çocuk yetiştirme tutumudur. Anne-baba çocuğa ayıracağı zamanı ve onunla kuracağı ilişkiyi en aza indirmeye çabalamaktadır. İlgisiz tutumda anne-baba, çocuğu ihmal etmekte ve onu psikolojik olarak reddetmektedir. Bunun bir sonucu olarak çocuğun ilgi ve gereksinimlerinden habersizdir. İlgisiz tutum sergileyen anne-babalar, çocuklarını kendilerinden uzak tutmaktadırlar. Çocuk anne-babayı rahatsız etmediği sürece çocukla ilgili sorun olduğunu düşünmemektedirler. Bu tutumda çocuğa sevgi gösterilmediği gibi kontrol de uygulanmamaktadır (Türkbay, Akın, Söhmen ve ark., 2007).

Vakitsiz veya meşru olmayan çocuklara karşı bu yaklaşımın kullanımına sık rastlanmaktadır. Çocuğun bakımını tek başına üstlenmek zorunda kalan, boşanmak üzere olan annelerde gözlemlenen bir tutumdur. Başlarda çocuğu istemesine rağmen, sorumluluğu tek başına üstlenmek zorunda kalan anne zamanla çocuktan soğuyabilmektedir. Reddedildiğini hisseden çocuk, kendini değersiz bulmakta ve düşük benlik saygısı edinmektedir. İlgisiz tutumla yetiştirilen çocuk, zaman zaman

ilgi çekmek adına olumlu davranışlar sergileyebilir ancak gerekli ilgiyi görmediğinde bu davranışlardan vazgeçerek farklı tepkiler verebilir. Bu tepkiler şunlardır.

- Kendi içine kapanır ve ailesi ile olan iletişimini en aza indirir,
- Ailesinin ilgisini çekmek adına olumsuz, saldırgan ve onaylanmayan davranışlar sergileyebilir (Ağır ve ark., 2005).

1.2.2.6. Demokratik Tutum

Kontrolün ve kabul-ilginin birlikte ve dengeli bir şekilde görüldüğü çocuk yetiştirme tutumudur. Bu tutumda anne-baba çocuğu dinlemekte ve onunla sözel iletişim kurmaktadır. Benzer şekilde çocuk da anne-babasını dinler. Çocuk bağımsız bir birey olarak kabul edilmekte, kişiliğine saygı gösterilmekte ve görüşlerine destek verilmektedir. Bu tutumu benimseyen anne-baba kendi haklarını ve çocuklarının korumaktadır. Çocuğun da benzer şekilde davranmasını bekleyen anne-baba, çocuklarına model olmaya çalışmaktadırlar. Demokratik tutumda, işbirliği ve paylaşım içinde çocuğa davranış öğretilmeye çalışılmaktadır (Aydoğmuş ve ark., 1990; Yavuzer, 2003; Yörükoğlu, 2004).

Demokratik tutum, bilinen ve en fazla kabul gören yaklaşım biçimidir. Çocuk yaptığı davranış karşısında ne gibi bir ödül ya da ceza alacağını bilmektedir. Tutarlı ve sevgi dolu bir yaklaşım olan demokratik tutumda, aile üyeleri birbirlerini birey olarak kabul etmekte ve görüşlerine saygı duymaktadırlar. Bu tutum, çocuğun kişilik gelişimini olumlu yönde etkilemektedir (Ağır ve ark., 2005).

Demokratik aile ortamının özellikleri şunlardır (Tuzcuoğlu, 2003, aktaran: Ağır ve ark.).

- Ailede uyulması gereken kurallar bellidir,
- Çocuğun yaptıkları ile yakından ilgilenme vardır,

- Çocuklar anne-babanın bir uzantısı değil, evde yaşayan anne-baba ile eşit haklara sahip bireyler olarak görülür,
- Çocuğa güven duyulur ve desteklenir,
- Çocuğun yeni şeyler denemesine ve yaratıcılığının gelişmesine destek verilir,
- Kararlar tüm aile bireylerinin katılımıyla alınır.

Demokratik tutumda, çocuk karşılıksız olarak sevgi görebilmektedir. Anne ve baba çocuğun gereksinimlerine karşı duyarlıdır. Çocuğa yeni deneme fırsatları yaratan anne-baba, verdikleri görevlerin de onun yetenek ve kapasitesini aşmamasına dikkat etmektedirler (Cüceloğlu, 2000; Türkbay ve ark.,2007).

Anne-baba tutumlarında farklılaşmaya neden olan birden fazla etken olduğu belirtilmiştir. Annenin çocuk yetiştirme tutumlarını etkileyebileceği düşünülen anne, baba ve çocuğa ait sosyodemografik özellikler ve annenin kendini yetiştiriş şekli gibi etmenler incelenmiştir (Şanlı, 2007).

1.2.3. Çocuk Yetiştirme Tutumlarını Etkileyen Faktörler

Çocuk yetiştirme tutumlarının sınıflandırılması bölümünde de değinildiği gibi, tutumlar birçok farklı etkenden etkilenmektedir. Çocuk yetiştirme tutumlarının, özellikle "çocukla daha uzun beraber olan anne tutumunun" etkilendiği etmenler, belli başlıklar altında sınıflanabilmektedir.

1.2.3.1. Sosyo demografik Özellikler

1.2.3.1.1. Annenin Yaşı

Küçük yaşta anne olmak, annenin çocuk yetiştirme konusunda ilgisiz, isteksiz olmasına neden olabilmektedir. Özellikle ergenlik döneminde çocuk sahibi olan anneler, çocuklarından aşırı beklentide bulunabilmekte ya da çocuğu kabul etmemektedir (Ayyıldız, 2005; Dekovic ve Gerris, 1992).

1.2.3.1.2. Annenin Eğitim Durumu

Yapılan çalışmalar, yüksek eğitim düzeyine sahip annelerin, çocuklarını kendilerinin yönetmelerine önem verdiklerini göstermektedir. Çocuk yetiştirmede temel amacın disiplin olmasını düşünmekte, gelişimi için çocuğa özgürlük verilmesi gerektiğine inanmaktadırlar (Ayyıldız, 2005; Dekovic ve Gerris, 1992; Grigorenko ve Sternberg, 2000; Mızrakçı, 1994; Ömeroğlu, 1996, Von Der Lippe, 1998).

Eğitimle birlikte bireyler toplumda daha istendik davranışlar edinebilmektedir. Eğitimi arttıkça kişinin, çevresiyle daha iyi uyum içinde olacağı düşünülmektedir. Bu nedenle eğitim durumu, annenin çocuğuna olan tutumlarını da etkileyebilmektedir. Yapılan araştırmalara göre ilkokul mezunu olan anneler ile yüksekokul mezunu olan annelerin çocuklarına tutumlarında farklılıklar belirlenmiştir (Alisinaoğlu ve Ulutaş, 2000).

1.2.3.1.3. Annenin Yaşadığı Yer

Küçük yerleşim birimlerinde daha geleneksel yapıda çocuk yetiştirme tutumu beklenirken, şehir merkezinde yaşayan annelerin, bilgiye erişimleri ve kullanmasının daha rahat olduğu düşünülmektedir. Bu nedenle, şehir merkezinde yaşayan annelerin sosyo-kültürel seviyelerinin daha yüksek olacağı düşünülmektedir. Bu durum, demokratik tutumu şehir merkezinde yaşayan annelerin daha fazla kullanması beklentisini oluşturmaktadır (Ayyıldız, 2005; Ömeroğlu, 1996).

1.2.3.1.4. Annenin Çalışma Durumu

Yapılan çalışmalarda çalışan annelerin, geleneksel çocuk yetiştirme tutumlarından uzaklaştığı, demokratik tutumları daha fazla kullandığı belirlenmiştir. Ancak bazı durumlarda da çalışan anneler, çocuğunu ihmal ettiğine ilişkin suçluluk duyguları nedeni ile aşırı izin verici veya aşırı koruyucu tutum

sergileyebilmektedirler (Ayyıldız, 2005; Dekovic ve Gerris, 1992; Mızrakçı, 1994; Ömeroğlu, 1996; Von Der Lippe, 1998).

1.2.3.1.5. Annenin Mesleği

Bilgiye ulaşılmasını sağlayan toplantı, konferans, seminer gibi etkinliklere katılım annenin mesleği ile ilgili olabilen bir durumdur. Kişisel gelişim ve mesleki toplantılara katılmalarının çocuk yetiştirme tutumlarını olumlu etkilediği düşünülmektedir. Ayrıca annesi çalışan gençlerin, çalışmayanlara göre anne-baba tutumlarını daha demokratik algıladıkları belirlenmiştir (Çetinkaya ve Başbakkal, 2005; Haktanır ve Baran, 1998).

1.2.3.2.Çocuk Yetiştirme Tutumunu Etkileyen Diğer Özellikler

Yapılan çalışmalar doğrultusunda anne-babanın çocuk yetiştirme tutumunu etkileyen başka etmenler de vardır. Bu etmenler: ailenin sosyo-ekonomik durumu, aile tipi, boşanmış çiftler, ailedeki çocuk sayısı, çocuğun yaşı ve doğum sırası, çocuğun cinsiyeti, anne-babanın kendi yetiştirilme tutumları, anne-babanın çocuğa ilişkin beklentileri, anne-baba ilişkisi, stresörler ve sosyal destek, çocuğun istenilen-istenmeyen çocuk olması, ailenin çocuk yetiştirme konusunda, bilgi alma durumu, kaynağı ve karşılaştığı problemleri danıştığı kişi gibi etkenlerdir. Bunların yanı sıra çocuk ile ilgili özelliklerin de annenin çocuk yetiştirme tutumunda etkili olduğu bilinmektedir. Çocuğun okul öncesi eğitim alması, mizacı, kronik bir hastalığa sahip olması da çocuk yetiştirme tutumlarını etkilemektedir (Şanlı, 2007).

Çocuk yetiştirme tutumlarında etkili rolü olan bir diğer etken de kültür etkenidir. Yapılan birçok çalışma, farklı toplumlarda anne-babanın çocuk yetiştirme tutumlarının farklılaşabileceğini göstermektedir (Şanlı, 2007).

Çocuk yetiştirme tutumlarını etkileyen faktörler ya da çocuk yetiştirme tutumlarının çocuk üzerine etkisi gibi konularda aşağıda belirtildiği gibi birçok araştırma yapılmıştır.

1.2.4. Çocuk Yetiştirme Tutumlarına İlişkin Yapılan Çalışmalar

Okman (1980), orta ve alt sosyoekonomik düzeydeki ergenlerle çalışmıştır. Orta sosyo-ekonomik düzeydeki ergenlerin, anne-baba tutumlarını demokratik ve eşitlikçi olarak algılamakta, alt sosyoekonomik düzeyde olanların ise baskıcı olarak nitelendirmekte olduğu sonucuna varmıştır (Okman, 1980).

Korkmazlar (1980), yaptığı bir çalışmada üniversite mezunu olan anne-babaların, ilkokul mezunu anne-babalara oranla koruyucu tutumu daha az kullandıklarını bulmuştur(Aktaran: Özcan, 1996).

Güneysu (1982), ilkokul dördüncü ve beşinci sınıf öğrencileriyle yaptığı çalışmada sosyo-ekonomik düzey ile anne-baba tutumları arasında anlamlı ilişki bulmuştur. Çalışmaya 229 çocuk katılmıştır (Güneysu, 1982).

Ritchie (1982), çalışmasında annelerin çocuk bakımları ve tutumları arasındaki farkı anlamlı bulmuştur. Yarı zamanlı çalışan annelerin çocuk bakımından daha fazla zevk aldığını, çocuğuyla ilişkisinin daha iyi olduğunu ve çocuğunun daha mutlu olduğunu belirtmişlerdir. Yarı zamanlı çalışan annelerin, çocuğunun bakımıyla ilgili daha az endişeli, öz saygısı daha yüksek ve daha gayretli oldukları görülmüştür (Ritchie, 1982).

Bilal (1984), tarafından yapılan çalışmada anne-babalarını demokratik olarak algılayan çocukların uyum düzeylerinin, otoriter olarak algılayanlara göre daha yüksek olduğu bulunmuştur (Bilal, 1984).

Fischer ve Lazerson (1984), yaptığı çalışmada alt sosyoekonomik düzeydeki anne-babaların çocuklarından, orta düzeydeki anne- abalara göre daha az bağımsız

davranış ve başarı bekler görünümde olduklarını bulmuştur. Alt sosyoekonomik düzeydeki anne-babalar çocuklarına itaat etme, otoriteye saygı, temizlik ve düzen gibi değerlere yönelik baskı yaparken, orta düzeydeki anne-babaların merak, öğrenmeye istekli olma ve kendini kontrol etme gibi konulara önem verme eğiliminde olduklarını bulmuşlardır (Aktaran: Öğretir, 1999).

Chiu (1987), farklı kültürdeki annelerin çocuk yetiştirme tutumlarını incelemiştir. Çinli annelerin, İngiliz-Amerikan ve Çinli-Amerikan annelere göre daha kısıtlayıcı olduklarını bulmuştur. Çinli-Amerikan annelerin düşmanlık ve reddetme durumlarının diğer iki gruptan daha fazla olduğu saptanmıştır (Aktaran: Şanlı, 2007).

Akbaba (1988), demokratik, ilgisiz ve otoriter anne-baba tutumlarıyla benlik tasarımı, zamanı kullanma ve başkalarıyla yakınlık kurma diye adlandırılan kişilik özellikleri arasındaki ilişkileri ortaya koymak amacıyla yaptığı çalışmada, ilgisiz ve otoriter anne-baba tutumunun birbiriyle yakından ilişkili olduğu, buna karşılık demokratik anne-baba tutumunun bu iki tutumdan farklı olduğunu bulmuştur. Demokratik tutumun, pek çok kişilik özelliğine olumlu etkisi olduğu bulunmasına rağmen, bazı kişilik özelliklerine de olumsuz etkisi olduğu belirlenmiştir (Akbaba, 1988).

Gitmez (1989) yaptığı çalışma sonucunda aile tutumunun çocuğun kişilik gelişimine etkisi olduğunu belirlemiştir.

Berber (1990), sosyoekonomik faktörlerin, anne-baba tutumlarının ve öğrencilerin özlük niteliklerinin, okul başarılarına etkilerini incelemiştir. Araştırmada anne-babanın mesleği ile okul başarısı arasında fark bulunmamıştır. Anne-babaların eğitim seviyeleri ile çocukların okul başarıları arasında ilişki bulunmuştur. Gelir seviyesi ve ailedeki birey sayısı ile okul başarısı arasında ilişki varken, anne-baba

tutumlarının otoriter veya demokratik olmasının ile okul başarısını etkilemediği bulunmuştur (Berber, 1990).

Dinçer (1993), okul öncesine devam eden beş yaş çocuklarının yaratıcı düşünmeleri ile anne-baba tutumları arasındaki ilişkiyi incelemiştir. Annelerin çalışma durumu ile çocukların yaratıcılık düzeyleri arasında fark bulunmamıştır. Aile içi çatışma ile yaratıcılık arasında negatif bir ilişki bulunmuştur (Dinçer, 1993).

Mızrakçı (1994), yaptığı çalışmada annelerin kendi yetiştirilme tarzlarının çocuk yetiştirme tutumlarına etkisi olduğunu bulmuştur. Ayrıca, bilgi düzeyi arttıkça, demokratik çocuk yetiştirme tutumuna olan eğiliminde artış olduğunu belirlemiştir (Mızrakçı, 1994).

Özeri (1994), çalışmasında annenin çocuk yetiştirme tutumlarının, çocuğun suça yönelik adalet gelişimi ve göreve yönelik adalet gelişimini etkileyip etkilemediğine bakmıştır. Araştırma sonucunda, annelerde en fazla demokratik tutumun olduğu belirlenmiştir. Anne tutumlarının, çocuğun suça yönelik adalet gelişimini anlamlı şekilde etkilediği tespit edilmiştir (Özeri, 1994).

Inman ve arkadaşları (1994), çalışmalarında anne-baba arası ve anne-baba ile çocuk arasındaki sevgi tutumlarındaki benzerliklere bakmıştır. Anne-babaların ailevi ilişkileri, anne-baba-çocuk ilişkileri ve kendi ilişkilerindeki tutumların, çocukların başkalarıyla ilişkilerinin gelişiminde etkili olabileceğini söylemektedirler (Inman ve Ark., 1994).

Savran ve Kuşin (1995), çalışmalarında çocuk yetiştirme konusunda özel bir eğitimden geçen anne-babaların, demokratik davranma özelliklerinde artış gözlenmiş, aşırı koruyucu tutumda düşüş gözlenmiştir. Ayrıca eğitim almayan anne-babaların demokratik davranma özellikleri düşerken, aşırı koruyucu özeliklerin arttığını bulmuşlardır (Savran ve Kuşin, 1995: 181-194).

Haktanır ve Aktaş (1995) tarafından yapılan bir diğer çalışmada ise çocuğun yaşı, cinsiyeti ve okul öncesi kurumda eğitim alma süresi ile annenin çocuğun gelişim dönemlerine ilişkin görevleri bilmesi ve desteklemesinin farkında olmayışının, çocuğun motor gelişimine etkisi olduğunu bulmuşlardır.

Tokol (1996), 3-6 yaş arası çocukların genel gelişimleri ile anne-baba tutumları arasındaki ilişkiyi incelemiştir. Okul öncesi eğitim alan çocukların, anne-baba tutumlarının koruyucu, geçimsiz ve baskıya yönelik olduğu bulunmuştur. Farklı dil gelişimine sahip çocukların anne- abalarının baskı- disipline dayalı çocuk yetiştirme tutumları birbirinden anlamlı düzeyde farklı bulunmuştur (Tokol, 1996).

Ömeroğlu (1996), çalışmasında çalışan annelerin aşırı koruyucu, baskıcı ve ilgisiz tutumlarının azaldığını bulmuştur. Bunun yanında otoriter tutumun çocuk yaşına ve sayısına paralel olarak arttığını belirlemiştir. Ev işlerinden arta kalan zamanda çocuğu ile ilgilenebilen ve çocuk yetiştirme ile ilgili karşılaştığı problemleri uzmana danışan annenin demokratik tutumunun arttığını, annenin aylık geliri düşük olduğunda aşırı koruyucu ve baskıcı tutumun arttığı buna karşılık demokratik tutumun azaldığını ortaya koymuştur (Ömeroğlu, 1996).

Demiriz (1997), dokuz ve iki yaş aralığındaki çocuklarla yaptığı çalışmada, yaş, cinsiyet ve sosyo-ekonomik düzey ile anne-baba tutumu algılama ile benlik kavramı arasındaki ilişkiyi incelemiştir. 9-12 yaş çocukların, anne-baba tutumlarını algılamalarında, alt ve üst sosyo-ekonomik düzey, kız ve erkekler arasında anlamlı farklılıklar bulmuştur. Buna göre, anne-baba tutumlarının çocuklarının benlik kavramını önemli ölçüde etkilediği sonucuna varılmıştır (Demiriz, 1997).

Çelik (1997), evlilikten sağlanan doyum, çocuk yetiştirme konusunda ebeveynler arasındaki uzlaşma ve çocuğun uyumunun ebeveynler tarafından

algılanması arasındaki ilişkiyi incelemiştir. Değişkenler arasında anlamlı ilişki bulunmamıştır (Çelik, 1997).

Özenç (1998), demokratik ve otoriter olarak algılanan anne ve babaların, genç yetişkinlerin durumluk mizah tepki düzeyine etkisini incelemiştir. Algılanan anne-baba tutumu ve cinsiyet ile durumluk mizah tepkisi arasında ilişki olmadığını bulmuştur (Özen, 1998).

Tuzgöl (1998), lise öğrencileri ile çalışmış, anne-baba tutumları farklı olan öğrencilerin cinsiyet, yaş, anne-babanın öğrenim durumu, okul türü ve ailenin gelir düzeyine göre saldırganlık düzeylerini incelemiştir. Anne-baba tutumu ve cinsiyetin, saldırganlık düzeyine ortak etkilerinin anlamlı olduğunu bulmuştur. Anne-baba tutumu, yaş ve anne-babanın öğrenim durumunun ise saldırganlık düzeyine temel ve ortak etkisi anlamlı bulunmamıştır. Ayrıca, anne-baba tutumu ve ailenin gelir düzeyi değişkenlerinin saldırganlık düzeyine ortak etkileri anlamlı bulunmuşken, ailenin gelir düzeyinin de saldırganlık üzerindeki temel etkisi anlamlıdır (Tuzgöl, 1998).

Öğretir (1999), alt ve üst sosyo-ekonomik düzeydeki 6 yaş çocuklarının sosyal oyun davranışlarıyla anne-baba tutumları arasındaki ilişkiyi incelemiştir. 6 yaşındaki çocukların sosyal oyun davranışlarıyla anne-baba tutumlarını, sosyo-ekonomik düzeyin, kardeş durumunun, cinsiyetin, annenin çalışma durumunun etkilediğini bulmuştur. Anne-baba tutumlarının, çocukların sosyal oyun davranışlarına etkisinin önemli derecede olduğunu tespit etmiştir (Öğretir, 1999).

Tortumluoğlu (1999) yılında yaptığı çalışmada, eğitim düzeyleri, aylık geliri yüksek olup çalışan annelerin, aşırı koruyucu tutumlarının arttığını belirtmiştir. Annenin kendi yetiştiriliş biçiminin, çocuk yetiştirme tutumunu etkilerken annenin yaşının, çocuk yetiştirme tutumunu etkilemediğini bulmuştur (Tortumluoğlu, 1999).

Von Der Lippe (1999), Mısırlı annelerle yaptığı çalışmada, eğitimli ve çalışan annelerin çocuk yetiştirme tutumlarında geleneksel değerleri daha az benimsediklerini ve demokratik tutumu eğitim düzeyi düşük annelere oranla daha az kullandıklarını bulmuştur (Von Der Lippe, 1999).

Akyıl (2000), annenin aşırı korumacılığının ve babanın duygusal sıcaklığının sosyal anksiyeteye en fazla etki eden çocuk yetiştirme davranışları olduğunu belirlemiştir. Ayrıca, annelerini yüksek ilgi-düşük koruma olarak algılayan deneklerin sosyal anksiyete puanlarının, yüksek ilgi- yüksek koruma ve düşük ilgi-düşük koruma olarak algılayan deneklerden daha az olduğunu bulmuştur. Annenin reddi ve annenin aşırı korumacılığının sürekli kaygı üzerinde etkisi olduğu bulunmuştur. Ayrıca, annenin çalışma durumunun erkek deneklerin sosyal anksiyetesi üzerinde etkili olduğu belirlenmiştir (Akyıl, 2000).

Degget ve arkadaşları (2000), çocuklar için sert anne-babalık, yaşam hakkında olumsuz tutumlar ve gerçek dışı gelişimsel beklentilere sahip annelerin, kendi çocuğu hakkında olumsuz tutumlara sahip olduğunu bulmuşlardır. Bu tutumları düşük nitelikli ev ortamı koşulları ile ilişkilendirmişlerdir (Degget ve ark., 2000).

Gökçedağ (2001), lise öğrencilerinin anne-baba tutumlarının okul başarısı ve kaygı düzeyi üzerindeki etkilerini incelemiştir. Sürekli kaygı düzeyi, akademik başarı ve anne-baba tutumları arasındaki ilişki anlamlı bulunmuştur (Gökçedağ, 2001).

Yalçınkaya ve Şanlı (2003), yaptıkları çalışmada, aile içinde çocuğun kararlara katılımını incelemişlerdir. Aile içinde karar vermede anne-baba ile çocuklar arasında en çok çocuğun fikirlerinin sorulmaması durumunda sorun yaşanmakta olduğunu bulmuşlardır. Bu durumu, otoriter anne-baba tutumu ile ilişkilendirerek yorumlamışlardır (Yalçınkaya ve Şanlı, 2003).

Winsler, Madigan ve Aquilino (2005), tarafından yapılan çalışmada ise babaların anneleri daha demokratik ve izin verici, daha az otoriter olarak bulduğu belirtilmiştir. Annelerin ise kendilerini babalardan daha demokratik algıladıkları bulunmuştur (Winsler ve ark., 2005).

Erdoğan ve Uçukoğlu (2011), çalışmalarında ilköğretim okulu öğrencilerinin algıladıkları anne-baba tutumu ile atılganlık ve olumsuz değerlendirmekten korkma düzeyleri arasındaki ilişkiyi incelemişlerdir. Erkek öğrencilerin kız öğrencilere oranla, kamuda okuyan öğrencilerin özel okulda okuyan öğrencilere oranla, anneleri ilkokul eğitim düzeyi olan öğrencilerin anneleri lise ve üniversite eğitimi alan öğrencilere oranla anne-babalarını daha reddedici bulduklarını ortaya koymuşlardır. Ayrıca, çalışan annelerin çocuklarının, annelerini duygusal sıcaklık olarak çalışmayan annelerin çocuklarına oranla daha olumlu algıladıklarını ifade etmişlerdir (Erdoğan ve Uçukoğlu, 2011).

Şanlı ve Öztürk (2012), yaptıkları çalışmada annelerin çocuk yetiştirme tutumlarını etkileyen faktörleri incelemişlerdir. Çocuk yetiştirme konusunda bilgi alan annelerde demokratik tutumun, bilgi almayanlara oranla daha fazla kullanıldığını, çocuk yetiştirme konusunda kendini yeterli hisseden annelerde, kısmen yeterli ve yetersiz hisseden annelere oranla demokratik tutumun daha fazla kullanıldığını, ev kadınlığı rolünü reddetme ve geçimsizlik puanlarının düşük olduğu tespit edilmiştir. Aşırı koruyucu tutum ve sıkı disiplin uygulama puanlarının yaşa ve eğitim durumuna göre farklılaştığı bulunmuştur. Ayrıca, çalışan annelerin aşırı koruyucu ve sıkı disiplin puan ortalamalarının çalışmayan annelere oranla daha düşük olduğu bulunmuştur. Geliri giderden az olan annelerin ev kadınlığı rolünü reddetme alanında geliri giderden fazla olan annelere göre puan ortalamalarının daha yüksek olduğu bulunmuştur (Şanlı ve Öztürk, 2012).

Ülkemizde ve yurt dışında yapılan çalışmalar aynı zamanda, annenin yoğun stres nedeniyle yaşadığı olumsuz duyguların çocuğuna karşı uygun ve etkili davranmasını zor duruma getirdiğini göstermektedir. Annenin çocuğuna karşı belirleyici olan stresör ya da sosyal destek kaynaklarından bahsedilmektedir. (Ayyıldız, 2005; Grusec, 2007; Mızrakçı, 1994). Bu doğrultuda, annenin annelik davranışlarını etkilediği ifade edilen stres ve başa çıkma tutumları da incelenmesi gereken önemli bir konudur.

1.3. Stres ve Başa Çıkma Tutumları

1.3.1. Stres

Baltaş ve Baltaş (2006)'a göre stres, organizmanın bedensel ve ruhsal sınırlarının tehdit edilmesi ve zorlanması ile ortaya çıkan bir durumdur. Tehdit ve zorlanmalar karşısında canlı kendini korumaya yönelik bir tepki zincirini harekete geçirme özelliğine sahiptir. Bu özellik, tehlike ile karşılaşınca "savaş veya kaç" diye adlandırılan cevabın ortaya çıkmasıdır. Bir tehlike ile yüz yüze gelen canlı, başa çıkamayacağına inandığı bu tehlikeden uzaklaşmaya çalışır, başa çıkacağına inandığı tehlike ile savaşır ve böylelikle yeni duruma uyum sağlar. Stres, insanı yakın duygusal ilişkilerden uzaklaştırmakta, verimliliği düşürmekte ve en önemlisi hayattan aldığı zevki azaltmaktadır (Baltaş ve Baltaş, 2006).

Cüceloğlu (1992) stresi, bireyin fiziksel ve sosyal çevreden gelen uyumsuz koşullar nedeniyle bedensel ve psikolojik sınırların ötesinde harcadığı çaba olarak tanımlamaktadır. Çevreye sürekli olarak uyum sağlama çabaları sırasında, içsel ve dışsal koşullar bireyin uyumunu zorlaştırırsa kişi bedensel ve psikolojik sınırların ötesinde çaba harcamaya başlamaktadır. Bedensel ve psikolojik olarak yorulmasına neden olan bu duruma da stres denilmektedir (Cüceloğlu, 1992).

Stres, bazen çevreden gelen uyarıcıları tanımlamak için kullanılırken, bazen de içsel bir duyguyu, bir tepkiyi tanımlamak için kullanılmaktadır. Çoğunlukla da hem uyarıcıyı hem tepkiyi kapsayacak şekilde kullanılır. Bu aşamada stresörün ne anlama geldiğinin bilinmesi gerekmektedir (Akman, 2004).

Strese neden olan, stres yapıcı olaylar stresör olarak tanımlanmaktadır. Uyum yapma çabası gerektiren, yaşamda değişikliğe yol açan çeşitli olaylar stresör olarak ifade edilmiştir (Kasl ve Cooper, 1995).

Kişi için stres oluşturan öğeleri ve buna verdiği tepkileri tanıtmak, problemlerin doğru tanısına yardımcı olmak ve stres vericileri yönlendirmek, kendini psikolojik ve fizyolojik zararlardan korumak için yöntemler öğretmek ve geliştirmeyi mümkün kılmaktadır (Baltaş ve Baltaş, 2006). Stresle başa çıkmada kullanılan pek çok teknik vardır ve bu teknikleri sınıflandırmak mümkündür.

1.3.2. Başa Çıkma Yöntemleri

"Başa çıkma"; bireyin kendisi için stres oluşturan olay ya da etkenlere karşı direnmesi ve bu durumlara karşı dayanma amacıyla gösterdiği bilişsel, duygusal ve davranışsal tepkilerin tümü olarak tanımlanabilir (Folkman ve Lazarus, 1986). Söz konusu durumlara karşı kişinin kullandığı başa çıkma tutumları yaş, cinsiyet, kültür ve hastalık gibi çok çeşitli etkenlere bağlı olarak değişebilmekte ve bireye özgü bir nitelik taşımaktadır (Holahan ve Moos, 1987).

Folkman ve Lazarus (1986)'a göre ise başa çıkma iki yolla olabilir. Eğer kişi-çevre ilişkisini değiştiren doğrudan başa çıkma davranışları kullanıyorsa, bu tarz başa çıkma sorun odaklı başa çıkma olarak adlandırılır. Eğer kişi-çevre ilişkisinde değişim doğrudan davranışlar yoluyla değil de kişinin çevreyi yorumlama biçiminde oluyorsa buna da duygu odaklı başa çıkma adı verilmektedir. Etkili olan (aktif) başa çıkma tutumları stresi yaratan olayın, yani stresörün, ortadan kaldırılması veya

değiştirilmesini sağlayan tutumlardır. Stres yaratan her olayı ortadan kaldırmak mümkün değildir. Stresörle aktif bir biçimde mücadelenin mümkün olmadığı durumlarda stres yaratan olay farklı bir biçimde, alışagelinen şekilden daha farklı olarak yorumlanabilmekte ve duruma uyum sağlanmaya çalışılabilmektedir (Sorun odaklı veya duygusal oldaklı olarak başa çıkma tutumları, problemin çözülebilirliğine göre kullanılabilmektedir). Etkili olmayan (pasif) başa çıkma tutumları da stres kaynağından uzak durmayı sağlayan davranışlardan oluşur. (Öksüz, 2012).

Roth ve Cohen de (1986) başa çıkma sürecinde iki temel noktadan bahsetmektedir. Yaklaşma ve kaçınma. Aktif ve pasif başa çıkmada olduğu gibi, başa çıkma, tehdit olarak algılanan bir durumda bilişsel ya da davranışsal olarak bu olayın üzerine gitme ya da ondan uzaklaşma sürecidir. (Aktaran: Holahan ve Moos, 1987).

Başta Lazarus (1986) olmak üzere pek çok araştırmacı, stresle baş etmede etkili yöntemlerin şu iki çeşit işlevden birine yönelik olduğunu ifade etmektedirler.

1. Sorun içeren ve bu nedenle strese neden olan durumu değiştirmek. Diğer bir değişle; doğrudan strese neden olan olaya, uyarıcıya veya duruma yönelmek ve bunlarda değişim yaratmak,

2. Durum değiştirilemeyecek gibiyse, durumdan kaynaklı stres tepkilerine veya duygulara yönelmek ve durumu değiştirmeksizin, duruma ilişkin duyguları değiştirmek.

İşte bütün etkili baş etme yöntemleri, bu iki işlevden birine hizmet etmektedir. Problemli durumu değiştirmeyi amaçlayan ve bu yönde işlev gören yöntemlere; "Problem Odaklı Başa çıkma Yöntemleri", durum karşısındaki duygusal ve bilişsel tepkileri değiştirmeyi amaçlayan yöntemlere ise; "Duygu Odaklı Başa çıkma Yöntemleri" denmektedir (Folkman ve Lazarus,1986).

Problem odaklı başa çıkmada, stres kaynağına yönelerek değiştirmek ya da problemi çözmek için çabalamak varken, duygu odaklı başa çıkmada probleme ilişkin duyguyu azaltmayı ya da yönlendirmeyi hedeflemekten bahsedilmektedir.

Günümüzde ise stresle başa çıkma yöntemlerinin farklı biçimlerde sınıflandırmaları yapılmıştır. Onbaşıoğlu (2004), stresle başa çıkmak için, stres yaşantısının olumsuz etkilerini bir miktar da olsa azaltabilmek için kullanılabilen ve etkililiğine inanılan bazı yöntemler olduğundan bahsetmektedir. Stres yaşantısını ve stresin yarattığı zararlı etkileri azalttığı öne sürülen bu uygulamalar, stresle başa çıkmada fiziksel ve zihinsel yöntemler olarak iki grupta incelenebilmektedir. Diğer bir deyişle, stresle başa çıkmada bedene yönelik yöntem ve uygulamaların yanı sıra zihinsel yöntem ve uygulamalardan bahsedilmektedir (Onbaşıoğlu,2004).

Baltaş ve Baltaş (2006) ise, etkili olan üç yöntemin varlığından bahsetmektedir. Bu yöntemler: bedenle ilgili yöntemler, zihinsel yöntemler ve davranışçı yöntemlerdir. (Baltaş ve Baltaş, 2006).

Çalışmalar doğrultusunda stres ile başa çıkma yöntemlerini, bedensel başa çıkma yöntemleri (stres tepkilerinin fiziksel etkileriyle başa çıkmayı sağlayacak şekilde), davranışsal-duygusal ve zihinsel başa çıkma yöntemleri (problemin çözümüne ilişkin duygusal ya da sorun odaklı olarak duygusal, zihinsel ve davranışsal başa çıkmayı içerecek şekilde) ve diğer başa çıkma yöntemleri (etkili olmayan-pasif-başa çıkma yöntemlerini içerecek şekilde) başlıklarında sınıflandırmak mümkündür.

1.3.2.1. Bedenle İlgili Başa Çıkma Yöntemleri

Birey stres altındayken bir takım bedensel kimyasal değişiklikler meydana gelir. Gevşeme teknikleri kullanılarak bu kimyasal değişiklikleri ortadan kaldırmak hedeflenmektedir. Gevşeme sırasında; insanın solunumu derin ve rahat, el- ayakları

sıcak ve ağır, kalp vuruşları sakin ve düzenli, karnı sıcak, alnı serin, kasları gevşemiş, hormonal dengesi sağlanmış ve beden metabolizması yavaşlamıştır. Stres tepkisi sırasında hızlanan solunum derinleşmesi kalp vurum sayısını azaltmaktadır. Stres tepkisi sırasında damarlar daralmakta, kan içeri çekilmekte ve yüzey sıcaklığı düşmektedir. El ve ayaklara giden kan miktarının artması, bu bölgede ısınma ve ağırlaşmaya neden olmakta ve bu durum bedenin bütün kaslarında gevşeme ve rahatlamaya neden olmaktadır (Baltaş ve Baltaş, 2006).

Stres, hem bedensel, hem zihinsel, hem de davranışsal bir tepki olarak ortaya çıkmaktadır. Bu durumun bedenle ilgili kısmında stres, sinir sistemi ve endokrin sistem sayesinde işlemektedir. Bu sistemlerin organları işbirliği halinde çalışarak, iç ve dışsal vücut aktivitelerini düzenlemektedir. Stres tepkisine maruz kalındığında ise, bu sistemlerin sayesinde çeşitli fizyolojik tepkiler sergilenmektedir. Bu tepkiler arasında solunumun hızlanması, kalp atışlarının artması, göz bebeklerinin büyümesi, kasların gerilmesi ve el-ayak terlemesi gözlenebilmektedir. Ayrıca, sindirim, dolaşım ve boşaltım sistemlerinde de farklılaşmalar görülmektedir. Bedene yönelik stresle başa çıkma teknikleri ile tüm bu farklılaşmaları fizyolojiye zarar vermeden önlemek mümkün olabilmektedir (Allen, 1983; Rşce, 1999; Gökçe, 2004). Bu teknikleri birkaç başlıkta toplamak mümkündür.

1.3.2.1.1. Nefes Alma

Stresin bedensel etkisini azaltmak amacıyla gevşemeye yönelik nefes alınabilmektedir. Gevşemeye yönelik nefes almayı öğrenebilmek için yapılan alıştırmaların ortak tarafı, nefese odaklanmak, derin ve uzun nefes almak ve bunu yaparken karnın şişmesi, nefes verirken karnın inmesi ve bu sürecin tekrarıdır. Alıştırmaların sabah ve akşam tekrarlanmasının, gevşeme nefesi alma becerisini geliştirdiği belirtilmektedir (Smith, 2000).

1.3.2.1.2. Egzersiz

Egzersiz, strese karşı dayanıklı olmada en etkili yöntemlerden biri olarak görülmüştür. Ayrıca stresi yönetebilmede de etkisi önemlidir. Egzersizin, kaygılı yetişkinlerde kaygıyı azaltan etkisi de çalışmalarda belirtilmiştir. Sadece fiziksel olarak değil, psikolojik olarak da rahatlamaya yardımcı olan egzersizin, kişiye göre uygun olacak şekilde seçilmesi ve aşırıya kaçmadan yapılması özellikle vurgulanmaktadır (Bond ve ark., 2002; McCann ve Holmes, 1984; Simons ve ark., 1989; Steptoe ve ark., 1989).

1.3.2.1.3. Aşamalı Kas Gevşetme

Aşamalı kas gevşetme tekniği bir uzman tarafından uygulanışının öğrenilmesi önerilen bir teknik olarak ifade edilmektedir. Özellikler travma sonrası stres tekniklerinin ve kaygı tepkilerinin azaltılmasında etkili bir teknik olarak değerlendirilmektedir. Travma sonrası stres bozukluğu için bilişsel davranışçı terapinin incelendiği bir çalışmada, diğer araştırmalardan da yola çıkılarak aşamalı kas gevşetme tekniğinin etkili bir teknik olduğu belirtilmiştir (Harvey ve ark., 2003).

1.3.2.1.4. Biyolojik Geri Bildirim

Gökçe (2004), biyolojik geri bildirimi, stres yönetiminde etkili bir teknik olarak değerlendirmektedir. Bu teknik, bir uzmanın gözetiminde, on veya daha fazla seansta uygulanmaktadır. Uygulamada vücudun fizyolojik tepkilerinin değerlendirilmesi için çeşitli cihazlar kullanılmaktadır. Bu nedenle stresle ilgili çeşitli sorunlar yaşayan kişilerin kendilerine uygulamaya koymalarına elverişli bir stres yönetimi tekniği olmadığı ifade edilmiştir. Ancak bulgular stres yönetiminde tekniğin oldukça yüksek bir etkisi olduğunu göstermektedir (Gökçe, 2004).

1.3.2.1.5. Beslenme

Çeşitli besin gruplarının stresi arttırıcı etkisi olduğundan bahsedilmektedir. Hem bu besinlerin az kullanımına hem de stresle başa çıkabilmek için vücudun ihtiyacı olan enerjisi karşılayacak besinleri yeteri miktarda alınmasına özen gösterilen beslenme programlarının, stresle başa çıkmada etkin rolü olduğu belirtilmektedir (Gökçe, 2004).

1.3.2.2. Davranışsal- Duygusal ve Zihinsel Başa Çıkma Yöntemleri

Baltaş ve Baltaş (2006), kişinin makul olmayan inançlarının stres düzeyini yükselttiğini belirtmiştir. Kişinin işlevsel olmayan inançlarını en aza indirmek için zihinsel yöntemler kullanılmasının stresle başa çıkmada etkin rolü olduğu ifade edilmektedir (Baltaş ve Baltaş, 2006). Ayrıca, probleme yönelerek çözümüne ilişkin duygusal ve davranışsal çaba göstermenin de başa çıkmada etkili rolünden bahsedilmektedir. Stresle başa çıkmada yazına bakıldığında, davranışsal-duygusal ve zihinsel başa çıkma yöntemleri birkaç başlıkta toplanabilmektedir.

1.3.2.2.1. Problem Çözme Becerileri

Etkili problem çözümü için çeşitli yöntemler geliştirilmiştir. Örneğin Roskies tarafından önerilen etkili problem çözme yönteminin beş basamağı şöyledir:

Problemi saptama,

Seçenekleri listeleme,

Bir çözüm yolu seçme,

Eyleme geçme,

Sonuçları değerlendirme (Roskies, akt: Şahin, 1998).

1.3.2.2.2. Bilişsel Yeniden Yapılandırma

Bilişsel yeniden yapılandırma tekniği de alanında uzman kişilerle çalışılarak uygulamasının öğrenilmesi gereken bir teknik olarak ifade edilmiştir. Bu yöntemde

kişinin stres yaratan durumla ilgili değerlendirmeleri, tutumları yeniden gözden geçirilmekte ve daha olumlu veya başa çıkılabilir hale getirilmektedir. Bilişsel yeniden yapılandırma yöntemlerinin stres tepkisinin azalmasında etkin rolü olduğunu kanıtlar nitelikte pek çok çalışma yapılmıştır (Onbaşıoğlu, 2004).

1.3.2.2.3. Zaman Yönetimi

Zamanın birçok insan için başlı başına stres kaynağı olduğu belirtilmiştir. Etkili zaman yönetimi öğrenildiğinde, zaman darlığından kaynaklanma olasılığı olan stres tepkilerinin önlenebileceği belirtilmiştir. Çalışmalar, zamanı etkili şekilde kullanmayanların, zamanı ekin kullananlara göre daha az sıklık ve yoğunlukta stres yaşadıklarını belirtmektedir (Allen, 1984; Onbaşıoğlu, 2004; Şahin, 1998).

1.3.2.2.4. İletişim Becerileri

Etkili iletişim becerilerinin öğrenilmesinin, kişiyi kişilerarası stres yaşantısından koruyacağı belirtilmiştir. Etkili İletişim becerilerinden bazıları şöyledir:

Etkili mesaj yollama,

"Ben" dili kullanımı,

Etkili dinleme,

Sözel olmayan iletişime duyarlı olmak,

Atılganlık (Patel, 1989, aktaran: Onbaşıoğlu, 2004).

Her birey aynı koşullar altında olsa bile birbirlerinden çok farklı tepkiler verebilmektedir. Herkesin stresle başa çıkma biçimi farklıdır. Araştırmalar, bazı başa çıkma biçimleri ile strese bağlı hastalıklar arasında ilişkiler olduğunu bulmuştur. Başa çıkma biçimlerinden bazılarının ölçülü kullanıldığında fayda sağlarken aşırı kullanıldığında stresi artırdığı ifade edilmektedir. Stresle başa çıkmada olumsuz sonuçlara neden olan başa çıkma biçimleri sınıflandırılabilmektedir (Şahin, 2010).

1.3.2.2.5. Probleme Odaklanarak Duyguları Açığa Vurma

Kişinin, yaşadığı sıkıntı ya da güçlüğün üzerine yoğunlaşması ve bu duyguları açığa vurma eğilimidir. Böyle bir yöntem işlevsel olabileceği gibi, bu duygulara odaklanmanın uyumu engelleyebileceği de belirtilmektedir. Probleme odaklanmanın, aktif başa çıkma yöntemlerinden alıkoyabileceği riskinin de olduğu ifade edilmektedir (Durukan ve ark., 2008).

1.3.2.2.6. Diğer Meşguliyetleri Bastırma

Durumla başa çıkabilmek adına kişisel alanın daraltılması ile diğer işlerin ertelenmesi ve kişinin sadece stresli duruma yönelmesine neden olan başa çıkma tutumudur. Kişinin, stresörle başa çıkabilmesi için diğer meşguliyetleri askıya alarak, başka olaylarca rahatsız edilmeyi engellemeye çalışmasıdır. Diğer meşguliyetleri bastırma, annenin çocuklarıyla daha iyi ilgilenmeleri için kendilerine ve çevreleriyle ilgili etkinliklere daha az zaman ayırmaları, giderek annenin anne-babalık rolü açısından yetersizlik duygusu yaşamasına yol açabilir. (Durukan ve ark., 2008).

1.3.2.2.7. Aktif Başa Çıkma

Problem odaklı başa çıkma tepkisi ile benzerlik göstermektedir. Problemin olumsuz etkisini azaltmak için doğrudan aktif başa çıkma süreçleri uygulanmaktadır (Durukan ve ark., 2008).

1.3.2.2.8. Planlama

Stres yapıcılarla en iyi şekilde nasıl başa çıkılacağı ve hangi adımın atılacağı ile ilgili düşünmeyi içeren etkili bir başa çıkma biçimidir (Durukan ve ark., 2008).

1.3.2.2.9. Yararlı Sosyal ve Duygusal Destek Kullanımı

Cohen ve Wills (1985), başa çıkma sürecinde bireyin, stresli bir olay sonucu hem duygularını yakın çevresindeki kişilerle paylaşarak, hem de onlardan fikir ve yardım alarak stresli durumlarla daha etkili başa çıkabildiğini ifade etmektedir. Bu

durumun, bireyin psikolojik ve fiziksel iyi oluşunu doğrudan etkilediğini belirtmektedir.

1.3.2.3. Diğer Başa Çıkma Yöntemleri

1.3.2.3.1. Madde Kullanımı

Stresle karşılaşıldığında rahatlamak için sigara, alkol veya madde kullanımı yaygın olarak kullanılan bir gevşeme biçimi olarak kullanılmaktadır. Sigara, alkol ya da madde kullanımı, geçici olarak stresle başa çıkıldığını düşündürecek gevşemeyi sağlasa da aşırıya kaçıldığında başlı başına bir problem oluşturduğu belirtilmektedir (Şahin, 2010).

1.3.2.3.2. Aşırı Tepki Göstermek

Farklı birçok şekilde ortaya çıkabilen başka bir stresle başa çıkma biçimi olarak aşırı tepki göstermek belirtilmektedir. Kişi, hayal kırıklığı ya da değişiklik meydana gelmesi nedeni ile stres yaşamakta ve stresle başa çıkma şekli olarak genellikle başkalarına yönelik öfke nöbetleri, kaygılanma, kırıcı olma gibi davranışlarda bulunmaktadır. Şahin (2010), bu durumun alışkanlık haline gelmesinin kişiyi strese daha yatkın hale getireceğini belirtmiştir (Şahin, 2010).

1.3.2.3.3. Problemi İnkâr Etmek

Problem durumu başarılı şekilde göz ardı edilmedikçe, inkarın sadece ek sorunların ortaya çıkmasına neden olacağı belirtilmiştir (Durukan ve ark., 2008). Lewine ve ark., inkarın stresle karşılaşıldığında erken dönemde yararlı olduğunu, ancak sonrasında başa çıkmayı zorlaştırdığını belirtmiştir (Aktaran: Durukan ve ark., 2008). Bazı kişilerin strese tepki olarak geri çekilme davranışı gösterdiği bilinmektedir. Kişi sorunlarıyla yüz yüze gelmekten kaçınmakta, içe kapanmakta, bazen de olayları bütünüyle yok saymaktadır. Bu davranış, ilişkilerde sorunlara

neden olabileceği gibi başlangıçtaki stres yaratıcı olaylar ortadan kalsa bile sorunun çözülmemesine neden olmaktadır (Şahin, 2010).

1.3.2.3.4. Tepkisiz Kalmak

Stres karşısında hiç tepki göstermeyerek, yaşanan sıkıntıyı biriktirmektir. Birikimler dayanılamayacak hale gelebileceğinden, herhangi bir olayın kişi için hiç beklenmedik bir anda strese dönüşme olasılığından bahsedilmektedir (Durukan ve ark., 2008).

1.3.2.3.5. Şakaya Vurma

Problem, şaka kabul ederek geçiştirilmektedir.

1.3.2.3.6. Dine Yönelme

Stresli durum, olumlu olarak değerlendirerek gelişme için bir araç olarak düşünülmektedir. Duygusal destek sağlayabilmesi durumunda ise etkili başa çıkma olarak kullanılabilmektedir (Durukan ve ark., 2008).

Farklı başa çıkma stratejilerinin kullanılması durumunda elde edilen sonuçlar üzerine yapılan araştırmalara göre; genel olarak stres kaynağını değiştirmeye yönelik olan problem odaklı davranışsal çabalar, aktif, işlevsel, uyumlu, kişiyi daha çok geliştirici ve etkili baş etme yöntemleri olarak kabul edilmektedir. Duygu odaklı yöntemler ise daha pasif, uyumsuz savunucu, gelişimi engelleyici ve etkisiz yöntemler olarak kabul edilmektedir (Billings ve Moos 1984).

1.3.3. Başa Çıkma Yöntemleri ile İlgili çalışmalar

Printz, Shermis ve Webb (1999), çalışmalarında ergenlerde problem çözme becerileri ve algılanan sosyal desteğin yeterince gelişmemiş ve gerçek olmayan düşüncelerin yaygın olduğunu bulmuştur. Ayrıca, ergenlerin daha çok günlük olarak yaşanan stres kaynaklarına sahip olduklarını belirtmiştir.

Keskin ve Orgun (2006) çalışmasında, öğrencilerin öz etkililik-yeterlilik düzeyleri ile başa çıkma stratejileri arasındaki ilişkiyi incelemiş, öz etkililik ile başa çıkma tutumları arasında pozitif yönde bir korelasyon bulmuştur (Keskin ve Orgun, 2006).

Durukan ve ark. (2008) tarafından yapılan çalışmada, dikkat eksikliği ve hiperaktivite bozukluğu olan çocukların annelerin, depresyon, anksiyete ve başa çıkma biçimleri arasındaki ilişkiye bakılmıştır. Dikkat eksikliği hiperaktivite bozukluğu olan çocukların annelerinin işlevsel olmayan başa çıkma tutumlarını, kontrol grubuna oranla daha fazla kullandıklarını, kaygı ve depresyon puanlarının sağlıklı kontrollere göre yüksek düzeyde olduğu bulunmuştur. Bu sonuç, annelerin güçlükleri yönetmekte zorlandıkları, inkara eğilimli oldukları, çocukları ile ilgili durumlarda davranışsal ve zihinsel olarak daha az ilgilendikleri şeklinde yorumlanmıştır (Durukan ve ark., 2008).

Endler ve Parker (1990), Colidge ve ark. (2000), Tremblay ve King (1994) ve Hoffard ve Martinsen (1993) de çalışmalarında anksiyete semptomları ile etkili olmayan başa çıkma tutumları arasında ilişki olduğunu belirtmektedir (Aktaran: Erdem ve ark., 2008).

Aytekin ve arkadaşları (2011) tarafından yapılan çalışmada, erişkin kekemelik vakalarında, anksiyete düzeyi ile başa çıkma tutumları arasındaki ilişkiye bakılmıştır. Çalışmada, kekemelik grubunun anksiyete düzeylerinin sağlıklı kontrol grubundan yüksek olduğu ve kekemelik grubunun kontrol grubu vakalara göre sorun odaklı başa çıkma yöntemlerinden aktif başa çıkma, plan yapma yöntemlerini ve duygusal odaklı başa çıkma yöntemlerinden pozitif yeniden yorumlama ve şakaya vurma yöntemlerini daha az kullandığı bulunmuştur. İşlevsel olmayan başa çıkma

yöntemlerinden inkâr, davranışsal boş verme ve madde kullanımı yöntemlerini ise daha sık kullandıkları bulunmuştur. Kekeme vakaların sorun odaklı başa çıkma yöntemlerinden aktif başa çıkma ve plan yapma yöntemlerini kontrol grubuna göre daha az kullanması, bu bireylerin sorunu ortadan kaldırmak veya sorunun etkilerini azaltmak amacıyla yeterince çaba sarf etmediklerini, sorunla nasıl baş edeceklerini yeterince düşünmediklerini gösterdiği yönünde yorumlanmaktadır. Duygusal odaklı başa çıkma yöntemlerinden pozitif yeniden yorumlama ve şaka yapma yöntemlerini daha düşük düzeyde kullanması ise bu bireylerin sorunla başa çıkmak için önceki tecrübelerden yeterince yararlanıp, sorunun üstesinden gelmeye çalışmadıklarını, sorunu başka bir açıdan ele almadıklarını ve sorunu mizah yönünden değerlendirmediklerini gösterdiği şeklinde yorumlanmaktadır (Erdem ve ark.,2011).

Erdem ve arkadaşları (2008) tarafından, yaygın anksiyete bozukluğunda başa çıkma tutumları araştırılmıştır. Kadın ve erkek yaygın anksiyete bozukluğu hastalarının soruna odaklanma ve duyguları açığa vurma başta olmak üzere işlevsel olmayan başa çıkma tutumlarını daha fazla kullandıkları bulunmuştur. Bu durum, anksiyete semptomları olan bireylerin etkili başa çıkma tutumlarını daha az kullandıkları şeklinde yorumlanmıştır (Erdem ve ark., 2008).

1.4. Araştırmanın Amacı

Okul öncesi çocuğu olan, çalışan ve çalışmayan annelerin, başa çıkma tutumları ve çocuk yetiştirme tutumlarındaki farklılıkların incelenmesidir.

Araştırmanın Hipotezleri:

1. Çalışan anneler, çalışmayan annelere göre sorun odaklı başa çıkma yöntemini daha fazla kullanmaktadırlar.
2. Çalışmayan anneler duygusal odaklı başa çıkma yöntemini daha fazla kullanmaktadırlar.
3. Çalışmayan anneler disfonksiyonel başa çıkma yöntemini daha fazla kullanmaktadırlar.
4. Çalışmayan annelerde aşırı annelik tutumu çalışan annelere göre fazladır.
5. Çalışan annelerin, demokratik tutumları kullanımı, çalışmayan annelere göre daha fazladır.
6. Çalışan annelerde, çocuk yetiştirme tutumu olarak ev kadınlığı rolünü reddetme tutumu, çalışmayan annelere göre fazladır.
7. Çalışan ve çalışmayan anneler arasında, geçimsizlik bakımından farklılık yoktur.

1.5. Araştırmanın Önemi

Annenin çalışıp çalışmamasının çocuğun farklı alanlardaki gelişimine olan etkileri yıllardır araştırmalara konu olmuştur. Araştırmalar, çocuğun kişilik gelişimi üzerinde, özellikle annenin çocuk yetiştirme tutumlarının etkili olduğunu ortaya koymaktadırlar. Diğer taraftan, çocuğun çeşitli alanlarda gelişiminde çocuğa verilen duygusal desteğin ve annelik davranışının önemli olabileceği ileri sürülmüştür (Yeşilyaprak, 2003). Bu durumda annenin çalışıp çalışmamasının, çocuğun belirli bir alandaki gelişimine direkt etkisinden ziyade, annenin çocuk yetiştirme tutumlarına olan etkisi önem kazanmaktadır.

Diğer taraftan, annenin başa çıkma tutumları annelik davranışlarını etkileyebilir. Başa çıkma, bireyin kendisi için stres oluşturan olay ya da etkenlere

karşı direnmesi ve bu durumlara karşı dayanma amacıyla gösterdiği bilişsel, duygusal ve davranışsal tepkilerin tümü olarak tanımlanabilir (Folkman S.ve ark., 1986). Özellikle problem durumlarında önem kazanan başa çıkma becerileri, çocuğun duygu durumunu, düşünce ve davranışlarını doğrudan etkileyebilir; ayrıca çocuğun daha sonra karşılaştığı sorunların çözümüne örnek teşkil edebilir. Bu şekilde, çeşitli alanlarda çocuğun gelişimini etkilemesi bakımından "annenin başa çıkma becerileri" önem kazanır. Çeşitli durumlara karşı kişinin kullandığı başa çıkma tutumları yaş, cinsiyet, kültür ve hastalık gibi birçok etkene bağlı olarak değişebilir ve bireye özgü bir nitelik taşıyabilir (Holahan C, Moos RH, 1987). Bilgilerimize göre, annenin çalışıp çalışmama durumunun başa çıkma becerileri ile ilişkisi araştırılmamıştır.

Sonuç olarak, annenin çalışma durumunun çocuğun çeşitli gelişim alanlarına olan etkisi yazında iyi araştırılmasına karşın, bilgilerimize göre, annenin çalışıp çalışmaması ile çocuk yetiştirme tutumları ve baş etme becerileri arasındaki ilişki araştırılmamış bir konudur. Bu çalışmanın, bu yönleriyle yazına katkı sağlayacağı düşünülmektedir.

2. BÖLÜM

YÖNTEM

2.1. Araştırmanın Örneklemi

Araştırmanın örneklemini Maltepe İlçesindeki ilköğretim okullarının okul öncesi sınıflarına devam eden öğrencilerin anneleri oluşturmaktadır. Örneklem grubuna yaş aralığı 23 ile 49 yaş olan (yaş ortalaması 35± 4,49) 297 çalışan anne ile 790 yaş aralığı 24 ile 51 yaş olan (yaş ortalaması 34± 5,23) çalışmayan anne olmak üzere toplam 1087 anne alınmıştır.

2.1.1. Betimleyici İstatistikler

Çalışmaya alınan annelerin çocuklarının 569'u erkek çocuktan, 520'si kız çocuktan oluşmaktadır. Çalışmayan annelerin çocuklarının 416'sı erkek, 377 kız çocuktur. Çalışan annelerin çocuklarının 153'ü erkek, 143'ü kız çocuktur. Çalışan annelerin ve çalışmayan annelerin çocuklarının cinsiyeti bakımından istatistiksel olarak bir faklılık bulunmamıştır ($p > .05$).

Ayrıca, çalışan ve çalışmayan annelerin eğitim durumları bakımından istatistiksel bir faklılık bulunamamıştır ($p > .05$).

Çalışmaya katılan toplam 1087 anneden, 790 anne çalışmamaktadır (Tablo 1). 297 anne çalışmaktadır. Çalışmaya okuma yazma bilmeyen 1 çalışmayan anne katılmıştır. İlköğretim mezunu olan annelerin %87,4'ünün çalışmadığı (320 anne), %12,6'sının (46 anne) çalıştığı gözlenmiştir. Lise mezunu olan annelerin %75,9'unun (356 anne) çalışmadığı, %24,1'inin (113 anne) çalıştığı tespit edilmiştir.

Yüksek öğretimden mezun olan annelerin %46,2'sinin (110 anne) çalışmadığı, %53,8'inin (128 anne) çalıştığı gözlenmiştir. Lisansüstü eğitim görmüş annelerin %23,1'inin (3 anne) çalışmadığı, %76,9'unun (10 anne) çalıştığı belirlenmiştir (Tablo 1).

Annenin çalışma durumu ile yaşı arasında anlamlı bir farklılık bulunamamıştır ($p > .05$, Tablo 1). Buna karşın, çalışan annelerin eğitim düzeyleri, çalışmayan annelere oranla daha yüksektir ($p \leq .05$, Tablo 2).

Tablo 2. Çalışan ve Çalışmayan Annelerin Sosyo-demografik Özellikleri

	Annenin Çalışma Durumu	N	Ortalama	Standart Sapma	t	P
Yaş	Çalışıyor	284	35,0317	4,49684	,516	,606
	Çalışmıyor	765	34,8627	5,23837		
Eğitim	Çalışıyor	297	3,3434	,77758	11,7	<,001
	Çalışmıyor	790	2,7392	,70512		

Tablo 3. Çalışan ve Çalışmayan Annelerin Eğitim Durumları

			Annenin Çalışma Durumu		Toplam
			Çalışıyor	Çalışmıyor	
Annenin Eğitimi	Okuma-Yazması Yok	Sayı	0	1	1
		·AED %	,0%	100,0%	100,0%
		··AÇ%	,0%	,1%	,1%
		TOPLAM	,0%	,1%	,1%
	İlköğretim	Sayı	46	320	366
		AED %	12,6%	87,4%	100,0%
		AÇ%	15,5%	40,5%	33,7%
		TOPLAM	4,2%	29,4%	33,7%
	Lise	Sayı	113	356	469
		AED %	24,1%	75,9%	100,0%
		AÇ%	38,0%	45,1%	43,1%
		TOPLAM	10,4%	32,8%	43,1%
	Yüksek Öğretim	Sayı	128	110	238
		AED %	53,8%	46,2%	100,0%
		AÇ%	43,1%	13,9%	21,9%
		TOPLAM	11,8%	10,1%	21,9%
	Lisansüstü	Sayı	10	3	13
		AED %	76,9%	23,1%	100,0%
		AÇ%	3,4%	,4%	1,2%
		TOPLAM	,9%	,3%	1,2%
	Toplam	Sayı	297	790	1087
		AED %	27,3%	72,7%	100,0%
		AÇ%	100,0%	100,0%	100,0%
		TOPLAM	27,3%	72,7%	100,0%

·AED: Annenin Eğitim Durumu ··AÇ: Annenin Çalışma Durumu

2.2. Veri Toplama Araçları

2.2.1. Başa Çıkma Tutumlarını Değerlendirme Ölçeği (COPE)

İnsanların günlük yaşamlarında güç veya bunaltı verici olaylarla ya da sorunlarla karşılaştıkları zaman kullandıkları başa çıkma tutumlarını değerlendirmeyi amaçlayan ölçek, 1989'da Carver ve Scheier tarafından COPE envanteri (The Coping Orientations to Problems Experienced Scale) adıyla geliştirilmiş, dilimize Cope (Başa çıkma tutumlarını değerlendirme ölçeği) olarak 2005'de Ağargün ve arkadaşları tarafından çevrilmiş ve geçerlik ve güvenilirlik çalışması yapılmıştır. Ölçek 60 sorudan oluşan bir öz bildirim ölçeğidir, 15 alt ölçekten oluşmuştur. Alt ölçeklerden alınacak puanların yüksekliği hangi başa çıkma tutumunun kişi tarafından daha çok kullanıldığı hakkında yorum yapma olanağı verir. Yapılan çalışmalarda alt ölçeklerin duygu odaklı ve sorun odaklı başa çıkma tutumları olarak iki grupta toplanması faktör analizi ile değerlendirildikten sonra yapılmakta, standart bir gruplama kullanılmamaktadır. COPE alt ölçekleri şöyledir:

1. Aktif baş etme,
2. Geri durma,
3. Plan yapma,
4. Yararlı sosyal destek kullanımı,
5. Diğer meşguliyetleri bastırma,
6. Pozitif yeniden yorumlama ve gelişme,
7. Dini olarak baş etme,
8. Şakaya vurma,
9. Duygusal sosyal destek kullanımı,
10. Kabullenme,

11. Davranışsal olarak boş verme,

12. Madde kullanımı,

13. İnkar,

14. Zihinsel boş verme,

15. Soruna odaklanma ve duyguları açığa vurma.

Her alt ölçekten toplam 4-16 arasında puan alınabilmektedir. Bu alt ölçeklerden ilk beşinin puanlarının toplamı sorun odaklı başa çıkma puanını, 6-10. alt ölçek puanlarının toplamı duygusal odaklı başa çıkma puanını, son beş alt ölçek puanlarının toplamı ise işlevsel olmayan başa çıkma puanını vermektedir.

2.2.2. Aile Hayatı ve Çocuk Yetiştirme Tutumu Ölçeği (PARI)

Asıl formu "Parental Attitude Research Instrument" olan ölçek E.S.Schaffer ve R.Q.Bell tarafından geliştirilmiş olup Güney ve Ayhan Lecompte, Serap Özer tarafından Türkçeye uyarlanmıştır. Ölçeğin 60 maddesi ve 5 boyutu vardır:

1-Aşırı annelik (16 madde),

2-Demokratik tutum ve eşitlik tanıma (9 madde),

3-Ev kadınlığı rolünü reddetme (13 madde),

4-Geçimsizlik (6 madde),

5-Artık boyut (16 madde).

Ölçek, Lecompte ve Özer tarafından Türkçeye çevrilmiş ve 151 maddenin anlaşılırlığı saptanmıştır. Sonra bağımsız hakemler tarafından maddeler tekrar İngilizceye çevrilmiş ve anlam kaybı olmamasına dikkat edilmiştir. Ölçeğin Türkçe formu 10 kişilik bir anne grubuna uygulanmış ve maddelerin anlaşılamayan kısımları

düzeltilmiştir. Daha sonra ölçek 34 kız öğrenciye üç hafta ara ile iki kez uygulanmış, Spearman korelasyon katsayısı 23 alt test için .58 ile .88 arasında bulunmuştur.

2.2.3. Sosyo-Demografik Sorgulama Formu

Araştırmacı tarafından hazırlanmış annenin yaşı, eğitimi, çalışma durumu, çocuğunun cinsiyeti, gelir düzeyi ve mesleğine dair bilgi alınan formdur.

2.3. İşlem

Araştırmaya başlamadan önce Maltepe Kaymakamlığı; İlçe Milli Eğitim Müdürlüğü ve Okul müdürlerinden izin alındı. Yerel etik kurulu izni alındıktan sonra, İstanbul İli Maltepe ilçesindeki tüm devlet okulları ve anaokullarına devam eden öğrencilerin annelerine, sınıf öğretmeni aracılığıyla ulaşıldı. Sınıf öğretmenleri, her bir anneye farklı saatlerde randevu vererek davette bulundu. Her anne ile kendi randevu saatinde görüşülerek çalışma hakkında bilgi verildi. Çalışmaya gönüllü olan annelere onay formları imzalatıldı. Sosyo-demografik bilgi formu, COPE ve PARI ölçekleri annelerin her birine bireysel olarak verildi. Nasıl dolduracakları birebir açıklandı ve doldurulması istendi.

2.3.1. Verilerin Çözümlenmesi

Parametrik olmayan verilerin (annenin yaşının, çocukların yaşının, annenin eğitiminin, PARI ve COPE alt ölçek puanlarının) karşılaştırılmasında *t testi*, parametrik verilerin (çocukların cinsiyetinin) karşılaştırılmasında X^2 *testi* uygulanacaktır. İstatistiksel anlamlılık $p<.05$ olarak alındı.

BÖLÜM 3

BULGULAR

3.1. Çalışan ve Çalışmayan Annelerin Başa Çıkma Tutumlarının Karşılaştırılması

3.1.1. Sorun Odaklı Başa Çıkma Tutumu

Sorun odaklı başa çıkma tutumunu kullanma oranları açıcından çalışan ve çalışmayan anneler arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık bulunmamıştır (p>.05, Tablo 3).

Sorun odaklı başa çıkma tutumları içinde yer alan aktif baş etme, plan yapma ve geri durma tutumlarında ise çalışan ve çalışmayan annelerin oranları arasındaki faklılık istatistiksel olarak anlamlı bulunmuştur (p .05, Tablo 3). Çalışan anneler, çalışmayan annelere oranla aktif baş etme ve plan yapma tutumlarını daha fazla kullanmaktadırlar (p≤,05, Tablo 3). Buna karşın, çalışmayan anneler, geri durma tutumunu çalışan annelere oranla daha fazla kullanmaktadır (p≤.05, Tablo 3).

Tablo.4 Çalışan ve Çalışmayan Annelerin Sorun Odaklı Başa Çıkma Tutumları Açısından Karşılaştırılması

Başa Çıkma Tutumu	Annenin Çalışma Durumu	N	Ortalama	Standart Sapma	t	P
Aktif baş etme	Çalışıyor	239	67,9958	1,55433	2,957	,002
	Çalışmıyor	605	67,6149	1,73552		
Geri durma	Çalışıyor	233	9,3004	2,00320	-4,711	<.001
	Çalışmıyor	573	10,1082	2,28452		
Plan yapma	Çalışıyor	238	13,3235	2,93250	4,196	<.001
	Çalışmıyor	606	12,5462	2,18946		
Yararlı sosyal destek kullanımı	Çalışıyor	241	12,4025	2,54948	-,138	,890
	Çalışmıyor	608	12,4309	2,75977		
Diğer meşguliyetleri bastırma	Çalışıyor	230	11,0087	2,17968	-,593	,553
	Çalışmıyor	601	11,1348	2,92976		
Sorun Odaklı Başa Çıkma Toplam	Çalışıyor	214	113,9299	6,62969	-,044	,965
	Çalışmıyor	524	113,9561	7,57196		

3.1.2. Duygusal Odaklı Başa Çıkma Tutumu

Çalışmayan annelerin, çalışan annelere göre duygusal odaklı başa çıkma tutumunu istatistiksel olarak anlamlı derecede fazla kullandığı tespit edilmiştir ($p \leq .05$, Tablo 4).

Tablo 5. Çalışan ve Çalışmayan Annelerin Duygusal Odaklı Başa Çıkma Tutumları Açısından Karşılaştırılması

Başa Çıkma Tutumu	Annenin Çalışma Durumu	N	Ortalama	Standart Sapma	t	P
Pozitif yeniden yorumlama ve gelişme	Çalışıyor	241	13,9751	1,74147	,532	,595
	Çalışmıyor	610	13,8984	1,95504		
Dini olarak baş etme	Çalışıyor	239	11,6067	4,16520	-7,633	<.001
	Çalışmıyor	605	13,5174	2,85089		
Şakaya vurma	Çalışıyor	236	7,3178	2,64267	2,097	,036
	Çalışmıyor	608	6,8898	2,66826		
Duygusal sosyal destek kullanımı	Çalışıyor	240	11,6000	2,63672	-1,705	,089
	Çalışmıyor	619	11,9855	3,09370		
Kabullenme	Çalışıyor	231	9,9307	2,86272	-,486	,627
	Çalışmıyor	580	10,0362	2,76239		
Duygusal Odaklı Başa Çıkma Toplam	Çalışıyor	222	54,5450	7,94695	-3,387	,001
	Çalışmıyor	535	56,6355	7,64007		

Duygusal odaklı başa çıkma tutumunu oluşturan tutumlardan kabullenme, duygusal-sosyal destek kullanımı ve pozitif yeniden yorumlama ve gelişme tutumlarında çalışan ve çalışmayan anneler arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık bulunmamıştır (p>.05, Tablo 4). Buna karşın, dini olarak başa çıkma ve

şakaya vurma tutumlarında çalışan ve çalışmayan anneler arasında istatistiksel olarak anlamlı fark bulunmuştur (p≤.05, Tablo 4).

3.1.3. Disfonksiyonel Başa Çıkma Tutumu

Çalışan ve çalışmayan annelerin disfonksiyonel başa çıkma tutumlarını kullanmaları istatistiksel olarak anlamlı bulunmuştur (p≤.05, Tablo 5).

Tablo 6. Çalışan ve Çalışmayan Annelerin Disfonksiyonel Başa Çıkma Tutumları Açısından Karşılaştırılması

Başa Çıkma Tutumu	Annenin Çalışma Durumu	N	Ortalama	Standart Sapma	t	p
Davranışsal olarak boş verme	Çalışıyor	236	5,6483	2,08929	-4,250	<.001
	Çalışmıyor	602	6,4502	2,58596		
Madde kullanımı	Çalışıyor	238	4,4118	1,43148	,647	,518
	Çalışmıyor	609	4,3432	1,36767		
İnkar	Çalışıyor	236	5,9195	2,28172	-2,942	,003
	Çalışmıyor	610	6,5344	2,87957		
Zihinsel boş verme	Çalışıyor	238	8,6008	2,44525	-2,153	,032
	Çalışmıyor	608	9,0066	2,47158		
Soruna odaklanma ve duyguları açığa vurma	Çalışıyor	241	11,7054	2,41012	-1,110	,267
	Çalışmıyor	609	11,9245	2,66265		
Disfonksiyonel Başa Çıkma Toplam	Çalışıyor	223	36,0897	6,40109	-4,013	<.001
	Çalışmıyor	556	38,1906	7,08530		

Soruna odaklanma ve duyguları açığa vurma, zihinsel boş verme, madde kullanımı tutumlarını kullanmalarına göre, çalışan ve çalışmayan anneler arasında istatistiksel olarak anlamlı fark bulunmamıştır (p>.05, Tablo 5). Buna karşın, inkar ve davranışsal olarak boş verme tutumlarını çalışmayan annelerin, çalışan annelere göre daha fazla kullandıkları bulunmuştur (p≤.05, Tablo 5).

3.2. Çalışan ve Çalışmayan Annelerin Çocuk Yetiştirme Tutumlarının Karşılaştırılması

Tablo 7. Çalışan ve Çalışmayan Annelerin Çocuk Yetiştirme Tutumlarının Karşılaştırılması

Çocuk Yetiştirme Tutumu	Annenin Çalışma Durumu	N	Ortalama	Standart Sapma	t	p
Aşırı Annelik	Çalışıyor	187	39,2353	9,52801	-3,779	<.001
	Çalışmıyor	459	42,2440	9,03132		
Demokratik Tutum	Çalışıyor	196	23,3776	2,93350	-,011	,991
	Çalışmıyor	484	23,3802	2,84887		
Ev Kadınlığı Rolünü Reddetme	Çalışıyor	176	26,0398	7,00152	,380	,704
	Çalışmıyor	450	25,8089	6,77897		
Geçimsizlik	Çalışıyor	208	12,6010	3,95010	-1,444	,149
	Çalışmıyor	521	13,0845	4,39455		

Çalışmayan anneler, aşırı annelik tutumunu çalışan annelere göre istatistiksel olarak anlamlı şekilde fazla kullanmaktadırlar ($p \leq .05$, Tablo 6).

Çalışan ve çalışmayan annelerin, demokratik tutum, ev kadınlığı rolünü reddetme ve geçimsizlik tutumlarını kullanma oranları açısından, istatistiksel olarak anlamlı bir farklılığa rastlanmamıştır ($p > .05$, Tablo 6).

4.BÖLÜM

TARTIŞMA

Hipotez 1. Çalışan anneler, çalışmayan annelere göre sorun odaklı başa çıkma yöntemini daha fazla kullanmaktadırlar.

Çeşitli durumlara karşı kişinin kullandığı başa çıkma tutumları yaş, cinsiyet, kültür ve hastalık gibi birçok etkene bağlı olarak değişebilir ve bireye özgü bir nitelik taşıyabilir (Holahan C, Moos RH, 1987). Yapılan bu çalışmada, çalışan ve çalışmayan annelerin arasında sorun odaklı başa çıkma tutumlarını kullanmaları açısından istatistiksel olarak bir farklılık olmadığı tespit edilmiştir. Bilgilerimize göre, yazında bununla ilgili bir çalışma bulunmamaktadır. Annelerin çalışma durumuna göre sorun odaklı başa çıkma tutumlarını kullanmaları bakımından fark olmaması, bu çalışmanın hipotezi ile çelişmektedir. Bu çalışmaya göre, sorun odaklı baş etme becerilerinin alt başlıkları olan yararlı sosyal destek kullanımı ve diğer meşguliyetleri bastırma tutumları açısından çalışan ve çalışmayan anneler arasında bir farklılık yoktur. Çalışan annelerin daha eğitimli, olasılıkla daha sosyal bir yaşantı içinde ve dış uyaranlara daha açık olmaları nedeni ile sorun odaklı başa çıkma tutumunu daha fazla kullanması beklenir. Hipotezden farklı bir sonuç, örneklem grubundaki annelerin, büyük şehirde yaşamalarından kaynaklanabilir. Çünkü büyük şehirlerde uyaran yoğunluğu daha fazladır. Ayrıca, çalışmayan annelerin olasılıkla bilgiyi edinmek için zamanları çalışan annelere göre daha fazla olabilir. Medyayı daha fazla takip etmeleri de bilgiye ulaşmalarına kolaylık sağlayabilecektir.

Bu çalışmada, sorun odaklı başa çıkma tutumlarının alt başlıkları olan aktif başa çıkma ve plan yapma tutumları çalışan annelerde daha fazla görülürken, çalışmayan annelerde geri durma tutumlarının daha fazla kullanıldığı tespit edilmiştir. Bu durum, eğitim düzeylerinin daha yüksek olmasından, problem çözme becerilerinin daha gelişmiş olmasından ve sosyal uyaranlara daha açık olmasından kaynaklanabilir. Çalışan ve çalışmayan annelerde, başa çıkma tutumları yazında araştırılmadığından çalışmanın sonuçları diğer kaynaklar ile karşılaştırılamamıştır.

Hipotez 2. Çalışmayan anneler duygusal odaklı başa çıkma yöntemini daha fazla kullanmaktadırlar.

Duygusal odaklı başa çıkma tutumları, durum karşısındaki duygusal tepkileri değiştirmeyi, probleme ilişkin duyguyu azaltmayı ya da yönlendirmeyi içerir. Bu çalışmada çalışmayan annelerin çalışanlara göre, daha fazla duygusal odaklı başa çıkma tutumlarını kullandıkları gözlenmiştir. Çalışan ve çalışmayan annelerin arasında duygusal odaklı başa çıkma tutumlarının alt başlıkları olan pozitif yeniden yorumlama ve gelişme, duygusal sosyal destek kullanımı ve kabullenme tutumlarının kullanımları açısından bir farklılık yoktur. Oysa çalışmayan annelerde dini olarak baş etme, çalışan annelerde ise şakaya vurma daha sık olarak kullanılan tutumlardır. Bu durum sosyo-kültürel farklılıkların duygusal odaklı başa çıkma tutumlarının kullanımını etkilediğini işaret edebilir. Bilgilerimize göre yazında, çalışan anneler ve çalışmayan annelerin duygusal odaklı baş etmeleri araştırılmadığından bu sonuçlar diğer kaynaklar ile karşılaştırılamamıştır. Farklı başa çıkma stratejilerinin kullanılması durumunda elde edilen sonuçlar üzerine yapılan araştırmalara göre; genel olarak stres kaynağını değiştirmeye yönelik olan problem odaklı davranışsal çabalar, aktif, işlevsel, uyumlu, kişiyi daha çok geliştirici ve etkili baş etme yöntemleri olarak kabul edilmektedir. Duygu odaklı yöntemler ise daha pasif,

uyumsuz savunucu, gelişimi engelleyici ve etkisiz yöntemler olarak kabul edilmektedir (Billings ve Moos 1984).

Hipotez 3. Çalışmayan anneler disfonksiyonel başa çıkma yöntemini daha fazla kullanmaktadırlar.

Disfonksiyonel başa çıkma tutumları, genel olarak sorunu çözmede işlevsel olmayan tutumlar olarak kabul edilir. Bu çalışmada çalışmayan annelerin, çalışanlara göre daha fazla disfonksiyonel başa çıkma tutumunu kullandıkları tespit edilmiştir. Bu durum özellikle disfonksiyonel başa çıkma tutumlarının, davranışsal olarak boş verme, inkar, zihinsel boş verme tutum alanlarında belirgindir. Bu durum annelerin bilişsel becerilerindeki farklılıklardan, eğitim düzeyi ve sosyokültürel farklılıklardan kaynaklanabilir. Olası etkenlerden birisi de kaygı düzeyleri olabilir. Çünkü yapılan çeşitli çalışmalar, anksiyete semptomları ile etkili olmayan başa çıkma tutumları arasında ilişki olduğunu belirtmektedir (Colidge ve ark. 2000, Endler ve Parker, 1990, Hoffard ve Martinsen, 1993, ve Tremblay ve King, 1994. Aktaran: Erdem ve ark., 2008). Ancak bu çalışmada, annelerin anksiyete ve depresyon düzeyleri araştırılmamıştır. Bilgilerimize göre, yazında, çalışan ve çalışmayan annelerin disfonksiyonel başa çıkma yöntemlerini araştıran başka bir çalışma olmadığından, çalışmanın bu sonucu başka çalışmalar ile karşılaştırılamamıştır.

Hipotez 4. Çalışmayan annelerde aşırı annelik tutumu çalışan annelere göre fazladır.

Bu çalışmanın diğer bir hipotezi, annelerin çalışıp çalışmama durumunun çocuk yetiştirme durumuna etkisinin olduğudur. Aşırı annelik, aşırı kontrol, müdahalecilik, çocuktan bağımlı, faal ve çalışkan olmasını isteme, annenin son derece fedakâr olması ve çocuğun da bunu anlaması gereğine inanma gibi konuları

kapsar. Dışarıda çalışmaya ayrı bir enerji ve zaman harcamayan ev hanımlarının, çocuklarına daha fazla vakit ayırmaları ve daha bağımlı ilişkiler kurması beklenebilir. Bununla uyumlu olarak, Söylemez (2004), çalışmayan anneler ile çocukları arasındaki ilişkinin, çocuğun bireyselleşme sürecinde bağımlılık riskine daha fazla rastlandığını ileri sürmüştür. Bu gözlem ve verilere dayanarak, bu çalışmada çalışmayan annelerde, çalışan annelere göre, aşırı annelik tutumunun daha fazla olarak kullanıldığı hipotezi ileri sürülmüştür. Çalışmanın sonucu bu hipotezi destekler niteliktedir. Bu çalışmanın sonucu, Şanlı ve Öztürk (2012)'ün yaptığı çalışmanın sonuçları ile uyumludur. Aşırı anneliği etkileyebilecek olası etkenlerden birisi annelerin eğitim düzeyleridir. Örneğin, üniversite mezunu olan anne-babaların, ilkokul mezunu anne-babalara oranla koruyucu tutumu daha az kullandıklarını bulunmuştur (Korkmazlar 1980). Ancak Tortumluoğlu (1999) yılında yaptığı çalışmada, eğitim düzeyleri ve aylık geliri yüksek olan ve çalışan annelerin, aşırı koruyucu tutumlarının arttığını belirtmiştir. Çelişik bulgular çalışmaların deseninden ve sosyo-kültürel farklılıklardan kaynaklanabilir.

Hipotez 5. Çalışan annelerin, demokratik tutumları kullanımı, çalışmayan annelere göre daha fazladır.

Çalışan ve çalışmayan anneler arasında demokratik tutum bakımından farklılık yoktur. Demokratik tutum ve eşitlik tanıma, çocuğa eşit haklar tanıma, fikirlerini açıkça belirtmesini destekleme, onunla arkadaşlık etme ve birçok şeyi paylaşma gibi konuları kapsar. Bu çalışmada, çalışan annelerin daha eğitimli olduğu ve eğitim durumu arttıkça demokratik tutumun artabileceği varsayımı ile çalışan annelerin daha fazla demokratik bir tutum içinde olacağı hipotezi ileri sürülmüştür. Ancak çalışan anneler ile çalışmayanlar arasında bu yönden bir farklılık bulunmamıştır. Bu çalışmanın sonucu, Şanlı ve Öztürk (2012)'nin yaptığı çalışmanın

sonuçları ile uyumludur. Şanlı ve Öztürk (2012), 224 çalışan anne ve 146 çalışmayan annede de PARI ölçeğini kullanarak, çalışan ve çalışmayan annelerin demokratik tutum açısından bir faklılık sergilemediklerini göstermişlerdir.

Hipotez 6. Çalışan annelerde, çocuk yetiştirme tutumu olarak ev kadınlığı rolünü reddetme tutumu, çalışmayan annelere göre fazladır.

Diğer yandan bütün gün işte yorulan bir annenin ev kadınlığı rolünü reddetme tutumunu daha fazla göstereceği düşünülmüş ve çalışmanın hipotezi bu yönde oluşturulmuştur. Ancak çalışan anneler ve çalışmayanlar arasında bu yönden de farklılık gözlenmemiştir. Bu sonuç, Şanlı ve Öztürk (2012)'ün yaptığı çalışmanın sonucu ile uyumludur. Her iki çalışmada, çalışan kadınların da ev kadınlığı rolünü benimsediklerini ortaya koymaktadır.

Hipotez 7. Çalışan ve çalışmayan anneler arasında, geçimsizlik bakımından farklılık yoktur.

Çalışma ve çalışmamanın farklı açılardan avantajları ve dejavantajları olduğu düşünülerek, geçimsizlik tutumu açısından iki grup arasında farklılık olmadığı ileri sürülmüştür. Bu çalışmanın sonucu, annelerin çalışma durumlarının, geçimsizlik tutumu açısından bir faklılık olmadığını desteklemektedir. Şanlı ve Öztürk (2012) yaptıkları çalışmada benzer bir sonuç bulmuşlardır.

Bu çalışmanın sonuçları, annelerin çalışıp çalışmama durumlarının, çocuk yetiştirme tutumlarına ve başa çıkma tutumlarına etkisi olduğunu düşündürmektedir. Annenin çalışma durumunun genel olarak başa çıkma becerilerine ve çocuk yetiştirme tutumlarına olumlu etkisinin olduğu ileri sürülebilinir. Bu durum, çalışmanın, çalışan annenin anneliğini olumlu desteklediğini düşündürmektedir. Bu nedenle çalışan anneler desteklenmelidir.

Bununla birlikte bu çalışmanın sonuçları dikkatli değerlendirilmelidir. Çünkü çalışma bir izlem çalışması değil, kesitsel bir çalışmadır. Çalışmanın sonuçları birçok karıştırıcı etkenden etkilenmiş olabilir. Bu nedenlerden dolayı neden sonuç ilişkisi çıkarmak güçtür. Ayrıca örneklem grubu sadece İstanbul ili Maltepe ilçesinden oluşturulmuştur. Örneklem grubu, okul öncesi dönem çocuklarının sadece 4-6 yaş grubu çocuğu olan anneleri ile sınırlıdır. Çocukları dört yaş öncesi ve altı yaş sonrası olan annelerin çalışma durumunun çocuk yetiştirme ve baş etme tutumlarına etkisi araştırılmamıştır. Araştırmanın diğer bir sınırlılığı, tutumlar sadece birer ölçek ile değerlendirilmiştir.

Bu çalışma ile çalışmayan annelerin duygusal odaklı başa çıkma ve etkili olmayan başa tutumlarını, çalışan annelere göre daha fazla kullandıkları tespit edilmiştir. Bu nedenle, çalışmayan annelere yönelik etkili başa çıkma tutumlarının gelişmesini destekleyen, problem çözme ve plan yapma becerilerini de kapsayacak eğitim programlarının düzenlenmesinin faydalı olacağı düşünülmektedir. Ayrıca, çalışmayan annelerin duygusal odaklı ve etkili olmayan başa çıkma tutumlarını daha fazla kullandıklarının nedenlerini araştıran çalışmalara ihtiyaç vardır. Çalışmayan annelerin kaygı ve depresyon düzeyleri arasındaki farklılıkların da yeni araştırmalara konu olabileceği düşünülmektedir.

Yine bu çalışma ile çalışmayan annelerin aşırı annelik tutumunu daha fazla kullandıkları tespit edilmiştir. Buna göre, çalışmayan annelere, çocuk yetiştirme tutumlarının olumlu şekilde kullanılmasını öğretici programlar geliştirilmesinin faydalı olacaktır. Ayrıca bu sonuçların, çalışmayan annelerde, anne-çocuk bağlanma süreçlerine ilişkin yapılacak yeni çalışmalara kaynak olabileceği düşünülmektir.

5. KAYNAKLAR

Acar, V.N.; Whirteer, M.J.(2005). Çocukla İletişim. İstanbul: Milli Eğitim Bakanlığı Yayınları.

Ağır, M., Akbağ, M., Aydın, B., Tuzcuoğlu, S., & Yaycı, L.(2005). Gelişim ve Öğrenme. İstanbul: Nobel Yayınevi.

Akbaba, S.,(1988). Ana- Baba Tutumlarının Bazı Kişilik Özelliklerine Etkisi. Gazi Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara. (Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi).

Akman, S.(2004). Stresin Nedenleri ve Açıklayıcı Kuramlar. Türk Psikoloji Bülteni,34-35:43.

Akın, Y.(2000). Altı Yaş Grubu Çocuklarında Başkasının Bakış Açısını Alma Yetisi Üzerinde Eğitici Drama Programının Ve Aile Tutumlarının Etkisinin İncelenmesi. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Marmara Üniversitesi, İstanbul.

Aktaş, Y.(1997). Çalışan Anne Ve Çocuğu. Yaşadıkça Eğitim, 36, 7-11.

Akyıl, Y.(2000) Perceived Aparental Child- Rearing Practices And Social Anxiety In Turkish Adolescents. İstanbul: Boğaziçi Universy, (Master Of Arts İn Clinical Psychology).

Allen, R.J.(1983). Human Stress. Its Nature And Control. New York: Macmillan Publishing Company.

Alisinaoğlu, F., Ulutaş, İ.(2000). Çocuklarda Kaygı Ve Bunu Etkileyen Etmenler. Milli Eğitim Dergisi,145, 15-19.

Arı, M., Bayhan, P., & Artan, İ.(1995). Farklı Ana-Baba Tutumlarının 4-11 Yaş Grubu Çocuklarında Görülen Problem Durumlarına Etkisinin Araştırılması, 10. Ya-Pa Okul Öncesi Eğitimi Ve Yaygınlaştırılması Semineri, İstanbul, Ya-Pa Yayın Pazarlama San. Tic. Aş. 23-28.

Aydoğmuş, K., Batlaş, A., Batlaş, Z., ve Ark.(1990). Ana Baba Okulu. İstanbul: Remzi Kitabevi.

Ayyıldız, T.(2005). Zonguldak İl Merkezinde 0-6 Yaş Çocuğu Olan Annelerin Çocuk Yetiştirme Tutumları. Zonguldak Karaelmas Üniversitesi, Yüksek Lisans Tezi.

Baltaş, A., Baltaş, Z.(2006). Stres Ve Başa Çıkma Yolları. İstanbul: Remzi Kitabevi.

Berber, Ş.(1990). Sosyoekonomik Faktörlerin ve Ana-Baba Tutumlarının Okul Başarısına Etkisi. Ankara: Gazi Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, (Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi).

Bilal, G.(1984). Demokratik Ve Otoriter Olarak Algılanan Ana- Baba Tutumlarının, Çocukların Uyum Düzeyine Etkisi. Ankara: Hacettepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü(Yayımlanmamış Doktora Tezi).

Billings, A. G., & Moos, R. H.(1984). Coping, Stress and Resources Among Adults With Unipolar Depression. Journal Of Personality And Social Psychology, 46, 877-891.

Bond, D.S., Lyle, R.M., Tappe, M.K., Sheehafer, R.S. & D' Zurilla, T.J. (2002). Moderate Aerobic Exercise, T'ai Chi And Social Problem-Solving Ability in Relation to Stres. İnternational Journal Of Stres Management,9(4),329-340.

Cherry, F.F., &Eaton, E.L.(1977). Physical And Cognitive Development in Children Of Low-İncome Mothers Working The Children's Early Years. Child Development, 48: 158-166.

Chiu, L.H.(1987). Child-Rearing Attitudes Of Chinese, Chinese- American, And Anglo- American Mothers. International Jornual Of Psychology,; 22: 409-419.

Cohen, L.H., Wills, T.A.(1985). Stress,Social Support, And The Buffering Hypothesis.Psychological Bulletin, 98 :310-357.

Cole, M., Cole, S.(2001). The Development Of Children. Worth Publishers, United States Of America.

Cüceloğlu, D. (1997). İçimizdeki Çocuk. İstanbul: Remzi Kitabevi.

Cüceloğlu, D.(2002). İletişim Donanımları. İstanbul: Remzi Kitabevi.

Cüceloğlu, D.(2000). İnsan ve Davranış. İstanbul: Remzi Kitabevi.

Cüceloğlu, D.(1992). İnsan Davranışı. İstanbul: Remzi Kitabevi.

Çelik, M.(1997). Marital Stisfaction, Parental Agreement On Child Rearing And Parental Perception Of Child's Adjustment, Ankara: Middle East Technical Universty, Mater Of Science.

Degget, J., O'brien, M., Zanolli, K., & Peyton, V.(2000). Parent Atttitudes About Children: Associations With Parental Life Histories And Child Rearing Quality. Journal Of Family Psychology, 14(2), 187-199.

Dekovic, M., Gerris, JR.(1992). Parental Reasoning Comlexity, Social Class, And Child Rearing Behaviors. Journal Of Marriage And The Family, 54: 675- 685.

Demir, G.(1994). Eğitim-Meslek-Çalışma Bağlamında Kadının Durumu. Çağdaş Eğitim, 234, 23-24.

Demiriz, S.(1999). 9-12 Yaş Çocukların Benlik Kavramı İle Anne-baba Tutumları Arasındaki İlişkinin İncelenmesi, Ankara: Gazi Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü(Yayınlanmamış Doktora Tezi).

Demiriz,S., & Dinçer, Ç.(2010). Hacettepe Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi, 19, 58-65.

Dinçer, D.(1993). Anaokuluna Giden 5 Yaş Grubu Çocukların Anne-baba Tutumlarının Yaratıcı Düşünmeleri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi. İstanbul: Marmara Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü (Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi).

Durukan, İ., Erdem, M., Tufan, E.A., Cöngöloğlu,A.,Yorbık,Ö., &Türkbay,T. (2008) Dehb Olan Çocukların Annelerinde Depresyon Ve Anksiyete Düzeyleri İle Kullanılan Başa Çıkma Yöntemleri: Bir Ön Çalışma,Anadolu Psikiyatri Dergisi;9:217-223.

Erdoğan, Ö., &Uçukoğlu, H. (2011). İlköğretim Okul Öğrencilerinin Anne-baba Tutumu Algıları İle Atılganlık Ve Olumsuz Değerlendirilmekten Korkma Düzeyleri Arasındaki İlişkiler. Kastamonu Eğitim Dergisi, 19(1):51-72.

Erginel, A.(1996). Ailede Ve Okulda Çocuk Yetiştirme. Lefkoşa: Erginel Yayınları, 59-75.

Ersever, O.G.(1985). Stresin Ruh Sağlığı İle İlişkisini İnceleyen Çok Faktörlü Kavramsal Bir Model. Hacettepe Üniversitesi Edebiyat Fakültesi Dergisi, 33-39.

Ersoy Ö., Şahin F.(1999). 0-6 Yaş Döneminde Anne-Baba Eğitiminin Önemi. Mesleki Eğitim Dergisi, 1999; 1(1) :58-62.

Erdem,M., Çelik, C., Doruk,A., Özgen, F.& Özşahin, A.(2011),New/ Yeni Symposium Journal,49(2).

Folkman, S., Lazarus R.S.(1980).An Analysis Of Coping İn A Middle-Aged Community Sample. J Health Soc.Behav, 21 : 219.

Gander, M.J., & Gardiner, H.W.(2001). Çocuk Ve Ergen Gelişimi. Onur, B. Editör. Ankara, İmge Kitabevi.

Gitmez, A.S.(1989). 0-5 Yaşlarında Zihinsel Gelişme (Ankara:190-191) Akt: Nezahat Özeri, Okul Öncesi Dönemde Ahlak Gelişimi Ve Eğitimi, İstanbul: Marmara Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, (Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi).

Gold, D.& Andres, D.(1978). Developmental Comporision Between Ten-Year Old Childeren With Employed And Nonemployed Mothers. Child Development, 49, 75-84.

Gökçedağ, S.(2001). Lise Öğrencilerinin Okul Başarısı Be Kaygı Düzeyi Üzerinde Anne-baba Tutumlarının Etkilerinin Belirlenip Karşılaştırılması, İzmir: Dokuz Eylül Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, (Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi).

Grigorenko, E.L., & Sternberg, R.J.(2000). Elucidating The Etiology And Nature Of Beliefs About Parenting Styles. Developmental Science, 2000, 3(1): 93-112.

Grusec, J.(2007). Parents Attutides And Beliefs: Their Impact On Children's Development. Centre Of Excellence For Early Childhood Development. Encyclopedia On Early Childhood Development. 2007. Url: Http//Www.Excellence-Earlychildhood.Ca/Documents/Grusecangxp.Pdf Erişim Tarihi: 15.04.2012.

Gökçe, S.(2004). Stres Yönetimi:Bedene Yönelik Teknikler. Türk Psikoloji Bülteni, Sayı:34-35 , S:128.

Güneysu, S.(1982). Ana- Babaların Çocuklarına Karşı Tutumları Ve Çocuktaki Davranış Problemleri. Ankara, Hacettepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü (Yayımlanmamış Bilim Uzmanlığı Tezi).

Harvey, A.G., Bryant, R.A.& Tarrier, N.(2003). Cognitive Behaviour Therapy For Post Traumatic Stres Disorder. Clinical Psychology Review, 23, 501-520.

Holahan, C., Moos, R.H. Personal And Contextual Determinants Of Management Strategies. J. Pers. Soc. Psychol., 1987; 52: 946-955.

Horowitz, F.D.(1975). Review Of Child Development Research, Chicago And London. The Universty Of Chicago Press, Volume Four, 1975 ; 463-470.

Inman- Amos, J., Hendrick, S.S., &Hendrisck, C.(1994). Love Attitudes : Similarities Between Parents And Between Parents And Children. Family Relations, 43,(4), 456-461.

İlgar, Ö.(2001). Örgütsel Stresin Çalışan Kadınlar Üzerindeki Etkileri Ve Stresle Başa Çıkma Yolları. Marmara Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Yüksek Lisans Tezi.

Jones, F.,& Bright,J.(2001). Stress: Myth, Theory And Research. New York: Prentice Hall.
Karataş, N.(2009). Çocuk Gelişim Psikolojisi. İstanbul: Mozaik Yayınları.
Kasl, S.V., &Cooper, C.L.(1995). Research Methods İn Stres And Health Psychology, England: John Wiley& Sons, Ltd.
Keskin,Ü.G., &Orgun,F.(2006). Öğrencilerin Öz Etkililik Düzeyleri İle Başa Çıkma Stratejilerinin İncelenmesi. Anatolian Journal Of Psychiatry;7:92-99.
Köknel, Ö.(1997). İnsanı Anlamak. İstanbul : Altın Kitaplar Yayınevi.
Mızrakçı, Ş.(1994). Annelerin Çocuk Yetiştirme Tutumlarına Etki Eden Faktörler: Demografik Özellikleri, Kendi Yetiştiriliş Tarzları, Çocuk Gelişimine İlişkin Bilgi Düzeyleri Ve Çocuğun Mizacına İlişkin Algıları, İzmir, Ege Üniversitesi, Yüksek Lisans Tezi.
Mccann, I.L. &Holmes, D.S.(1984) . Influence Of Aerobic Exercise On Depression. Journal Of Personality And Social Psychology, 46, 1142-1145.
Oakland, S., &Ostell, A.(1996). Measuring Coping: A Review And Critique. Human Relations,49 (2),133.
Ogelman, H. G.(2005). Okul Öncesi Dönem Çocukların Sosyal Konumlarının Aile Değişkenlerine Bağlı Olarak İncelenmesi. Çankırı Karatekin Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi2(2), 213-230.
Onbaşıoğlu, M.(2004). Stresle Baş Etmede Zihinsel Yöntemler. Türk Psikoloji Bülteni, 34- 35.S:103.
Öğretir, A.D.(1999). Alt Ve Üst Sosyo- Ekonomik Düzeydeki 6 Yaş Çocukların Sosyal Oyun Davranışlarıyla Anne-baba Tutumları Arasındaki İlişkinin İncelenmesi, Ankara: Gazi Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü (Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi).
Öksüz, T.(2012). Stresle Başa Çıkma. Http://Www.Yedikulepsikiyatrimerkezim.Com/Konudetay/40-Stresle-Basa-cikma.html.
Ömeroğlu, F.(1998). Okul Öncesi Dönemde Çocuğun Terbiyesinde Annenin Rolü Ve Annelerin Çocuk Yetiştirme Tutumları, İstanbul , Marmara Üniversitesi, Doktora Tezi.

Örgün, S.K.(2000).“Anne Baba Tutumları İle 8. Sınıf Öğrencilerinin Benlik Saygıları Ve Atılganlıkları Arasındaki İlişki”. İstanbul, Marmara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi.
Özcan, H.(1996). İlkokul Öğrencilerinin Özgüvenleri, Akademik Başarıları Ve Anne-baba Tutumları Arasındaki İlişkiler, İstanbul, Marmara Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, (Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi).
Özenç, S.(1998). Algılanan Anne-baba Tutumlarının Durumluk Mizah Tepki Düzeyine Etkisi, Samsun: Ondokuz Mayıs Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü (Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi).
Özeri, Z.N.(1994). Okulöncesi Dönemde Ahlak Gelişimi Eğitimi. (Annenin Çocuk Yetiştirme Tutumlarının Beş Yaş Çocuğunun Adalet Gelişimine Etkisinin Araştırılması, İstanbul, Marmara Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, (Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi).
Özgür, S., &Özgür, T.(1994). Sosyal Pediatri. İzmir: Ege Üniversitesi Basımevi.
Printz, B., Shermis, M.D., &Webb,P.M.(1999). Stress-Bffering Factors Related To Adolescent Coping, A Path Analysis, Journal Of Adolescense, 34, 715-734.

Razon, N.(1995).”Çalışan Anne Ve Çocuğu” Ana Baba Okulu. İstanbul: Remzi Kitabevi.

Rice, P.L.(1999). Stress And Health (3 Rd Edition). New York: Brooks/ Cole Publishing Company.

Ritchie, J.(1982). Child- Rearing Practices And Attitudes Of Working And Full Time Mothers, Women’s Studies İnc. Forum, 5(5), 419-425.

Savran, C., &Kuşin, İ.(1995). Ana- Babalar İle Onların Ana- Babalarıarasındaki Çocuk Yetiştirmeye Yönelik Tutum İlişkileri, 10. Ya- Pa Okul Öncesi Eğitimi Ve Yaygınlaştırılması Semineri, İstanbul: Ya- Pa Yayın Pazarlama San. Tic. A.Ş., 181- 196.

Senemoğlu, N.(2002). Gelişim, Öğrenme Ve Öğretim. Ankara: Gazi Kitabevi.

Simons, A.D., Mcgowan, C.R., Epstein, L.H., Kupfer, D.J., & Robertson, R.J.(1985) . Exercise As A Treatment For Depression: An Update. Clinical Psychology Review, 5, 553-568.

Smith, A.(2000). Five Practical Ways To Help Your Clients Relax İnstantly. Http:// Www.İsma.Org. Uk/Stressnw/Fiveways.Htm, Erişim: 04.05.2012.

Solmuş, T.(2010). Bağlanma, Evlilik Ve Aile Piskolojisi. İstanbul: Sistem Kitabevi.

Söylemez, S.(2004).Çocuk Ve Disiplin. İstanbul: Morpa Yayınları.

Steptoe, A., Edwards, S., Moses, J. & Methews, A.(1989). The Effects Of Exercise Training On Moods And Percieved Coping Anxious Adults From The General Population. Journal Of Psychosomatic Researc.5,(33), 537-547.

Stewart- Clarke, A., & Friedman, S.(1967). Child Development Infancy Through Adolescence. John Wiley And Sons. Usa.

Şahin, N.H.(Edt) (1998). Stresle Başa Çıkma: Olumlu Bir Yaklaşım. Türk Psikologlar Derneği Yayınları, Ankara.

Şahin, N.H.(Edt) (2010), Stresle Başa Çıkma: Olumlu Bir Yaklaşım. Türk Psikologlar Derneği Yayınları, Ankara.S:54-56.

Şanlı, D.(2007). Annelerin Çocuk Yetiştirme Tutumlarını Etkileyen Etmenlerin İncelenmesi, İzmir: Dokuz Eylül Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Yüksek Lisans Tezi.

Şanlı, D., &Öztürk, C.(2012). Annelerin Çocuk Yetiştirme Tutumlarını Etkileyen Etmenlerin İncelenmesi, Buca Eğitim Fakültesi Dergisi.32.

Tokol, O.(1996). Okul Öncesi Eğitim Kurumlarına Devam Eden Ve Etmeyen 3-6 Yaş Çocuklarının Gelişim Özellikleri İle Anne-baba Tutumlarının Karşılaştırılması, İstanbul: Marmara Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi.

Topalak, E.(1985). Annesi Çalışan 8 Yaşındaki İlkokul 3. Sınıfta Okuyan Çocukların Psikososyal Gelişimlerinin Karşılaştırılarak İncelenmesi. A.Ü. Eğitim Bilimleri Fakültesi (Yüksek Lisans Tezi).

Topses, G.(2009). Gelişim Ve Öğrenme Psikolojisi. Ankara: Nobel Yayın Dağıtım Tic. Ltd. Şti.

Tuzgöl, M.(1998). Anne-baba Tutumları Farklı Lise Öğrencilerinin Saldırganlık Düzeylerinin Farklı Değişkenler Açısından İncelenmesi, Ankara: Hacettepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü(Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi).

Türkbay, T., Akın, R., Söhmen, G. ve Ark.(2012). Aile Tutumları Ve Çocuk Gelişimi, 2007. Url: Http: //Hayatdolu.Tripod.Com/İd4.Html. Erişim Tarihi: 5.5.2012.

Ucur, E.(2005). Farklı Aile Tutumlarının Okul Öncesi Dönem 5 Yaş Çocuklarının Bilişsel Performans Düzeylerine Etkisi, Maltepe Üniv. Sosyal Bilimler Enstitüsü, Yüksek Lisans Tezi.

Von Der Lippe, A.(1999). The Impact Of Maternal Schooling And Occupation On Child- Rearing Attitudes And Behaviours İn Low Income Neighbourhoods İn Cario, Egypt, International Journal Of Behavioral Development, 23 (3): 703-729.

Wang, C.C., &Phinney, J.S.(1998). Differences İnchild Rearing Attitudes Between Immigrant Chinese Mothers And Anglo- American Mothers. Early Development And Parenting, 7 : 181- 189.

Winsler, A., Madigan, A., &Aquilino, S.(2005). Correspondence Between Maternal And Parental Parenting Styles İn Early Childhood. Early Childhood Research Quarterly, 20 : 1- 12.

Yalçınkaya, H., &Şanlı, N. (2003). İlköğretim Okulu 11-16 Yaş Öğrencilerinin Ailede Karar Vermeye Katılımı Konusundaki Görüşleri, Milli Eğitim Dergisi, 157. Yayımlar. Meb. Gov.Tr.

Yavuzer, Haluk.(1992). Ana Baba Ve Çocuk. İstanbul: Remzi Kitabevi.

Yavuzer, H.(1999). Ana-Baba Ve Çocuk. İstanbul: Remzi Kitabevi.

Yavuzer, H.(2001). Çocuk Ve Suç. İstanbul: Remzi Kitabevi.

Yavuzer, H.(2003). Çocuk Psikolojisi. İstanbul: Altın Kitaplar Yayınevi.

Yeşilyaprak, B.(2004). Çalışan Anne Ve Çocuk. İstanbul: Morpa Kültür Ve Yayınları Ltd. Şti.

Yeşilyaprak, B.(1993). Kişilik Gelişiminde Ailesel Faktörlerin Etkisine İlişkin Bir Araştırma. Aile Ve Toplum Bilim Kültür Ve Araştırma Dergisi,3; 3(1): 1-16

Yörükoğlu, A.(2004). Çocuk Ruh Sağlığı.İstanbul: Özgür Yayınları.

EK 1 (PARI)

AİLE HAYATI VE ÇOCUK YETİŞTİRME ÖLÇEĞİ

Adı Soyadı: **Tarih:**
Okul Adı:

Yönerge: Lütfen aşağıdaki maddelere ne oranda katıldığınızı belirtin.

	Hiç Uygun Bulmuyorum	Biraz Uygun Buluyorum	Oldukça Uygun Buluyorum	Çok Uygun Buluyorum
1. Çocuk yorucu veya zor işlerden korunmalıdır.	1	2	3	4
2. Anne ve babalar, çocuklarını dertlerini anlatmaya teşvik ederler. Fakat bazen çocukların dertlerinin hiç açılmaması gerektiğini anlayamazlar.	1	2	3	4
3. Çocuk boşa geçen dakikaların bir daha hiç geri gelmeyeceğini ne kadar çabuk öğrenirse, kendisi için o kadar iyi olur.	1	2	3	4
4. Bir anne çocuğun düş kırıklığına uğraması için elinden geleni yapmalıdır.	1	2	3	4
5. Çocuk ne kadar erken yürümeyi öğrenirse, o kadar iyi terbiye edilebilir.	1	2	3	4
6. Çocuk yetiştirmek sinir bozucu, yıpratıcı bir iştir.	1	2	3	4
7. Çocuğun hayatta öğrenmesi gereken o kadar çok şey vardır ki, zamanın boşa geçirmesi affedilmez.	1	2	3	4
8. Babalar, biraz daha şefkatli olsalar, anneler çocuklarını daha iyi yönetebilirler.	1	2	3	4
9. Çocuk yetiştirmenin kötü taraflarından biri de, anne ya da babanın istediğini yapabilmesi için yeter derecede özgür olmamasıdır.	1	2	3	4
10. Sıkı kurallarla yetiştirilen çocuklardan en iyi yetişkinler çıkar.	1	2	3	4
11. Bir anne çocuğun mutluluğu için kendi mutluluğunu feda etmesini bilmelidir.	1	2	3	4
12. Daima koşuşturan, hareketli bir çocuk ileride herhalde mutlu bir kişi olacaktır.	1	2	3	4
13. Büyükler çocukların şakalarına güler, onlara eğlendirici öyküler anlatırsa, evdeki düzen daha akıcı olur.	1	2	3	4
14. Çocuğun en gizli düşüncelerini kesinlikle bilmek, bir annenin görevidir.	1	2	3	4
15. Anne-babalar çocuklarına, sorgusuz sualsiz kendilerine sadık kalmalarını öğretmelidirler	1	2	3	4
16. Bütün genç anneler, bebek bakımında beceriksiz olacaklarından korkarlar.	1	2	3	4
17. Bütün gününü çocuklarla geçirmek zorunda kalan bir annenin, sonunda çocuklar sinirine dokunur.	1	2	3	4
18. Anne ve babalar her zaman çocuklarının kendilerine uymasını beklemeli, biraz da kendilerini çocuklarına uymalıdırlar.	1	2	3	4
19. Eğer anneler dileklerinin kabul edileceğini bilselerdi, babaların daha anlayışlı olmalarını dilerlerdi.	1	2	3	4
20. Bir çocuğa, ne olursa olsun, dövüşmekten açınması gerektiği öğretilmelidir.	1	2	3	4
21. Anneler çoğu zaman çocuklarına bir dakika daha dayanamayacakları duygusuna kapılırlar.	1	2	3	4
22. Eğer çocuklar ailedeki kuralları uygun bulmuyorlarsa, bunu anne ve babalarına söyleyebilmelidirler.	1	2	3	4
23. Genç bir kadın yapmak istediği pek çok şey olduğu için, anne olmak onu tutuklanmış duygusuna kaptırır.	1	2	3	4
24. Çocuğu sıkı terbiye ederseniz sonra size teşekkür eder.	1	2	3	4
25. Küçük bir çocuk, cinsiyet konusundan sakınmalıdır.	1	2	3	4
26. Bir annenin çocuğun hayatı hakkında her şeyi bilmesi hakkıdır. Çünkü, çocuğu onun bir parçasıdır.	1	2	3	4
27. Uyanık bir anne-baba çocuğun tüm düşüncelerini öğrenmeye çalışmalıdır.	1	2	3	4
28. Çocuklar, anne babalarının kendileri için neler feda ettiklerini düşünmelidirler.	1	2	3	4
29. Eğer çocukların dertlerini söylemelerine izin verilirse, büsbütün şikayetçi olurlar.	1	2	3	4
30. Sıkı terbiye, sağlam ve iyi karakter geliştirir.	1	2	3	4

	Hiç Uygun Bulmuyorum	Biraz Uygun Buluyorum	Oldukça Uygun Buluyorum	Çok Uygun Buluyorum
31. Çoğu anneler bebeklerine bakarken onu inciteceklerinden korkarlar.	1	2	3	4
32. Anneler çocukları için hemen hemen bütün eğlencelerini feda ederler.	1	2	3	4
33. Babalar daha az bencil olsalar kendilerine düşen görevi yaparlardı.	1	2	3	4
34. İyi bir anne çocuğunu ufak tefek güçlüklerden korumalıdır.	1	2	3	4
35. Bir çocuğa anne ve babasını herkesten üstün görmesi öğretilmelidir.	1	2	3	4
36. Çocuk hiçbir zaman ailesinden sır saklamamalıdır.	1	2	3	4
37. Çocuklardan sık sık ödün vermelerini, anne-babaya uymalarını istemek doğru değildir.	1	2	3	4
38. Ev bakımında ve idaresinde en kötü şeylerden biri de, kişinin kendi evinde tutuklanmış gibi.	1	2	3	4
39. Bir çocuğa başı derde girdiğinde, döğüşmek yerine büyüklere başvurması öğretilmelidir.	1	2	3	4
40. Anne-baba arasındaki bazı sorunlar küçük bir tartışma ile çözümlenemez.	1	2	3	4
41. Hiçbir kadından yeni doğmuş bir bebeğe tek başına bakması beklenmemelidir.	1	2	3	4
42. Genç bir anne için ilk bebeğin bakımı sırasında yalnız kalmaktan daha kötü bir şey olamaz.	1	2	3	4
43. Oğlan ve kız çocukları soyunurken birbirini görmemelidir.	1	2	3	4
44. Çocukların sorunlarına eğilirseniz sizi oyalamak için türlü masallar uydururlar.	1	2	3	4
45. Eğer anne ve babalar çocukları ile şakalaşıp beraber eğlenirlerse, çocuklar onların öğütlerini dinlemeye daha çok yönelirler.	1	2	3	4
46. Anneleri kendileri yüzünden zorluk çektiği için çocuklar, onlara karşı daha anlayışlı.	1	2	3	4
47. Bir çocuk eninde sonunda anne-babasından daha akıllı olmayacağını öğrenirler.	1	2	3	4
48. Eğer bir anne çocuklarını iyi yetiştiremiyorsa belki de bu, babanın kendine düşen görevi iyi yapmasından ileri geliyordur.	1	2	3	4
49. Akıllı bir kadın yeni bir bebeğin doğumundan önce ve sonra yalnız kalmamak için elinden geleni yapar.	1	2	3	4
50. Bir çocuğun diğer bir çocuğa vurması hiçbir şekilde hoşgörüyle karşılanamaz.	1	2	3	4
51. Anne-babalar çocuklarına hayatta ilerleyebilmeleri için (hep bir şeyler yapmaları ve) boşa zaman geçirmemeleri gerektiğini öğretmelidirler.	1	2	3	4
52. Bütün zamanını çocuklarıyla geçirmek, bir kadına kanadı kopmuş kuş duygusunu verir.	1	2	3	4
53. Evde olup bitenleri sadece anne bildiği için ev hayatını onun planlaması gerekir.	1	2	3	4
54. Kendi haklarına sahip olabilmesi için bazen bir kadının kocasını terslemesi gerekir.	1	2	3	4
55. Çocuklar bencil olduklarından hep birşeyler isterler. Bu durumlarda da annesinin tepesinin atması normaldir.	1	2	3	4
56. Eğer anne kollarını sıvar, bütün yükü sırtına alırsa tüm aile rahat eder.	1	2	3	4
57. Anne-babalar çocuklarını kendi kendilerine oluşturdukları güveni sarsabilecek bütün işlerden sakınmalıdırlar.	1	2	3	4
58. Çocuklar, aslında, sıkı disiplin içinde mutlu olurlar.	1	2	3	4
59. Çocukların toplantılarıyla, kız-erkek arkadaşlarıyla ve eğlenceleriyle ilgilenen anne-babalar onların iyi yetişmelerini sağlarlar.	1	2	3	4
60. Anne ve babaya sadakat her şeyden önce gelir.	1	2	3	4

EK 2 (COPE)

COPE

Adınız: **Yaşınız:** **Cinsiyetiniz:** **Tarih:**

Bu ölçek yardımıyla insanların günlük yaşamlarında güç veya bunaltı verici olaylarla ya da sorunlarla karşılaştıkları zaman nasıl tepki verdiklerini araştırmayı amaçlıyoruz. İnsanların karşılaştıkları sorunlarla bas etmelerinin çok sayıda yolu olabilir. Ancak yine de siz secenekleri bir sorunla karşılaştığınızda genel olarak ne yaptığınızı ya da nasıl davrandığınızı düşünerek işaretlemeye calisin. Secenekleri işaretlerken bir öncekinden bağımsız düşünmeye özen gösterin. Secenekleri belirtirken su belirtilen puanlamayı kullanın:

1=Asla böyle bir şey yapmam 2=Çok az böyle yaparım 3=Orta derecede böyle yaparım 4=Çoğunlukla böyle yaparım

1.Sorunla karşılaştığımda daha önceki tecrübelerden yararlanıp sorunun üstesinden gelmeye çalışırım.
1 ( ) 2 ( ) 3 ( ) 4 ( )

2.Sorun olan şeyleri aklımdan atmak için bir şeyler yapmaya ya da başka turlu meşguliyetlere yönelirim.
1 ( ) 2 ( ) 3 ( ) 4 ( )

3.Sorunla karşılaştığımda moralim bozulur ve duygularımı dışarıya yansıtırım.
1 ( ) 2 ( ) 3 ( ) 4 ( )

4.Başkalarından bu tur sorunlarda ne yaptıkları konusunda tavsiyeler almaya çalışırım.
1 ( ) 2 ( ) 3 ( ) 4 ( )

5.Sorunla basa çıkma konusunda kendimi konsantre ederim.
1 ( ) 2 ( ) 3 ( ) 4 ( )

6.Kendi kendime "böyle bir sorunun gerçekte var olmadığını" söylerim.
1 ( ) 2 ( ) 3 ( ) 4 ( )

7.Allah'a tevekkül eder, O'na dayanırım.
1 ( ) 2 ( ) 3 ( ) 4 ( )

8.İçinde bulunduğum sorunla ilgili olarak gülerim.
1 ( ) 2 ( ) 3 ( ) 4 ( )

9.Kendi kendime bir şey yapamayacağımı söyleyerek çabalamayı bırakır ve soruna teslim olurum.
1 ( ) 2 ( ) 3 ( ) 4 ( )

10.Kendimi hemen bir şeyler yapmaktan vaz geçiririm.
1 ( ) 2 ( ) 3 ( ) 4 ( )

11.Duygularımı bir başkasıyla tartışırım.
1 ( ) 2 ( ) 3 ( ) 4 ( )

12.Kendimi daha iyi hissedebilmek için alkol ya da sakinleştirici ilaç alırım.
1 ( ) 2 ( ) 3 ( ) 4 ( )

13.Kendimi yasadığım soruna alıştırmaya çalışırım.
1 ( ) 2 ( ) 3 ( ) 4 ( )

14.Sorunla ilgili bir şeyler öğrenmek için birileriyle konuşurum.
1 ( ) 2 ( ) 3 ( ) 4 ( )

15.Diğer düşünce ve meşguliyetlere yönelmem ve sorundan kendimi uzak tutmaya uğraşmam.
1 ( ) 2 ( ) 3 ( ) 4 ( )

16.Karşılaştığım sorundan farklı şeylerle ilgili hayaller kurarım.
1 ( ) 2 ( ) 3 ( ) 4 ( )

17.Üzülürüm ama söz konusu sorunun bilincinde olurum.
1 ( ) 2 ( ) 3 ( ) 4 ( )

18.Allah'ın yardımını umarım.
1 ( ) 2 ( ) 3 ( ) 4 ( )

19.Bir eylem planı yaparım.
1 ( ) 2 ( ) 3 ( ) 4 ( )

20.Söz konusu sorunla ilgili sakalar yaparım.
1 ( ) 2 ( ) 3 ( ) 4 ( )

21.Karşıma çıkan sorunun var olduğunu ve değişmeyeceğini kabullenirim.
1 ( ) 2 ( ) 3 ( ) 4 ( )

22.Sorun el verinceye kadar herhangi bir şey yapmayı ertelerim.
1 ( ) 2 ( ) 3 ( ) 4 ( )

23.Arkadaş veya akrabalarımdan moral ve manevi destek almaya çalışırım.
1 ( ) 2 ( ) 3 ( ) 4 ( )

24.Sorunla bas etmede amacıma ulaşmaya çabalamaktan hemen vaz geçerim.
1 ( ) 2 ( ) 3 ( ) 4 ( )

25.Sorunun üstesinden gelebilmek için ilave şeyler yaparım.
1 ( ) 2 ( ) 3 ( ) 4 ( )

26.Alkol ya da sakinleştirici alarak bir an olsun kendimi kaybedip olanları unutmaya çalışırım.
1 ( ) 2 ( ) 3 ( ) 4 ( )

27.Sorun olduğuna inanmayı reddederim.
1 ( ) 2 ( ) 3 ( ) 4 ( )

28.Duygularımı dışarı vururum.
1 ( ) 2 ( ) 3 ( ) 4 ( )

29.Daha olumlu taraflarını görebilmek için sorunu başka bir acıdan ele almaya çalışırım.
1 ( ) 2 ( ) 3 ( ) 4 ( )

30.Sorunla ilgili somut bir şeyler yapabilen kişilerle konuşurum.
1 ( ) 2 ( ) 3 ( ) 4 ( )

31.Sorunla karsılaştığımda her zamankinden daha çok uyurum.
1 ( ) 2 ( ) 3 ( ) 4 ( )

32.Ne yapacağım ya da yapmam gerektiği konusunda bir strateji belirlemeye çalışırım.
1 ( ) 2 ( ) 3 ( ) 4 ( )

33.Sorunu çözmeye odaklanır ve eğer gerekirse yapmam gereken diğer şeyleri bir sure kendi haline bırakırım.
1 ( ) 2 ( ) 3 ( ) 4 ( )

34.Başkalarından sempati ve anlayış görmeyi beklerim.
1 ( ) 2 ( ) 3 ( ) 4 ( )

35.Sorunla daha az meşgul olmak için alkol ya da ilaç alırım.
1 ( ) 2 ( ) 3 ( ) 4 ( )

36.Sorunla ilgili saka yaparım.
1 ( ) 2 ( ) 3 ( ) 4 ( )

37.İstediğimi elde etmeye uğraşmayı bırakırım.
1 ( ) 2 ( ) 3 ( ) 4 ( )

38.İyiye giden bir şeyler arayıp bulmaya çalışırım.
1 ( ) 2 ( ) 3 ( ) 4 ( )

39.Sorunu en iyi nasıl çözebileceğim konusunda düşünürüm.
1 ( ) 2 ( ) 3 ( ) 4 ( )

40.Sorun gerçekte olmamış gibi davranırım.
1 ( ) 2 ( ) 3 ( ) 4 ( )

41.Olumsuz şeyler yaparak islerin daha da kötüye gitmesine yol açmadığımdan emin olmak isterim.
1 ( ) 2 ( ) 3 ( ) 4 ( )

42.Sorunun çözümüne yönelik gayretlerime engel olabilecek şeyleri önlemeye ciddi şekilde caba gösteririm.
1 ( ) 2 ( ) 3 ( ) 4 ( )

43.Sorunla karşılaştığımda sinemaya gider veya TV izler ya da sorunla ilgili daha az düşünürüm.
1 ( ) 2 ( ) 3 ( ) 4 ( )

44.Olup biten şeyin ya da sorunun bir realite olduğunu kabul ederim.
1 ( ) 2 ( ) 3 ( ) 4 ( )

45.Benzer durumlarla karşılaşan kişilere bur durumda ne yaptıklarını sorarım.
1 ( ) 2 ( ) 3 ( ) 4 ( )

46.Büyük oranda duygusal rahatsızlık hisseder ve bu tur hisleri dışarıya yansıtırım.
1 ( ) 2 ( ) 3 ( ) 4 ( )

47.Sorunla aktif olarak uğraşmayı hedefleyerek için dobra dobra bir tavır takınırım.
1 ( ) 2 ( ) 3 ( ) 4 ( )

48.Sorunla karşılaştığımda dini inancımda bir huzur bulmaya çalışırım.
1 ( ) 2 ( ) 3 ( ) 4 ( )

49.Bir şeyler yapmak konusunda kendimi uygun ve doğru zamanı beklemeye zorlarım.
1 ( ) 2 ( ) 3 ( ) 4 ( )

50.Sorunlu durumla ilgili eğlenir ya da oyun oynarım.
1 ( ) 2 ( ) 3 ( ) 4 ( )

51.Sorunu çözmeye yönelik çabalarımı azaltırım.
1 ( ) 2 ( ) 3 ( ) 4 ( )

52.Neler hissettiğim konusunda birisiyle konuşurum.
1 ( ) 2 ( ) 3 ( ) 4 ( )

53.Yaşadıklarım konusunda kendi kendime yardim olsun diye alkol ya da sakinleştirici ilaç alırım.
1 ( ) 2 ( ) 3 ( ) 4 ( )

54.Sorunla birlikte yaşamayı öğrenirim.
1 ( ) 2 ( ) 3 ( ) 4 ( )

55.Soruna odaklanabilmek için diğer meşguliyetlerimi bir tarafa bırakırım.
1 ( ) 2 ( ) 3 ( ) 4 ( )

56.Takınmam gereken tavır konusunda daha ciddi düşünürüm.
1 ( ) 2 ( ) 3 ( ) 4 ( )

57.Sanki sorun yokmuş veya hiç olmamış gibi davranırım.
1 ( ) 2 ( ) 3 ( ) 4 ( )

58.Yapmam gereken şey neyse atmam gereken adimi zamanında atarım.
1 ( ) 2 ( ) 3 ( ) 4 ( )

59.Basıma gelen şeyden ya da yaşadığım sorundan bir şeyler öğrenir ya da tecrübe kazanırım.
1 ( ) 2 ( ) 3 ( ) 4 ( )

60.Her zamankinden daha çok dua ve ibadet ederim.
1 ( ) 2 ( ) 3 ( ) 4 ( )

Çok teşekkürler

3

ÖZGEÇMİŞ

Derya ALTINAY, 1984 yılında Kadıköy'de doğmuştur. İlköğretim ve liseyi İstanbul' da okumuştur. 2001 yılında Abant İzzet Baysal Üniversitesi P.D.R. Anabilim Dalını kazanmıştır. 2005 yılında mezun olan ALTINAY, M.E.B' na bağlı Edirne Mithatpaşa İlköğretim Okulunda meslek hayatına başlamıştır. 4 yıl çeşitli illerdeki okullarda çalıştıktan sonra 2009 yılında İstanbul'a dönmüştür. M.E.B.' da çalışmaya devam eden ALTINAY, Çeşitli derneklerde gönüllü olarak danışmanlık yapmıştır. 2009 yılında Maltepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsünde Gelişim Psikolojisi Yüksek Lisans Programına başlamıştır. Aynı dönemde Kognitif Davranışçı Terapiler Eğitimlerini ve Süpervizyonunu tamamlamıştır (Dr. Emel STROUP, Hümanite Psikiyatri, Şişli). Ayrıca çeşitli kurslara ve eğitimlere katılmış, WISC-R Zeka Testi, MMPI, Nöropsikolojik Değerlendirme Testleri, Gelişim Tarama Testleri gibi testlerin eğitimlerini almıştır (Türk Psikologlar Derneği, Şişli). Çocuklarda Kaygı Bozuklukları, DEHB ve Disleksi konularına ilgi duyan ALTINAY, bu alanlarda bilgi ve donanımını artırmak için çeşitli eğitimler ve süpervizyon desteği almıştır ve almaya devam etmektedir. Çocuklarda Kognitif Davranışçı Terapiler Uygulamalarına ilişkin çeşitli eğitimler alan ALTINAY, küçük çocuklarda kognitif terapi ile oyun terapisini birlikte kullanma amacıyla Oyun Terapisi Eğitimini tamamlamıştır. 2010 yılının Şubat ayında Febris Eğitim ve Danışmanlık Merkezini kurmuştur. Halen, M.E.B.' na bağlı E.C.A. Elginkan İlköğretim Okulu Psikolojik Danışma Servisinde ve Febris Eğitim ve Danışmanlık Merkezinde çocuk ve ergenlerle çalışmaya ve Doç. Dr. Özgür YORBIK danışmanlığında yüksek lisans tez çalışmasına devam etmektedir.