

**T.C.**  
**NIŞANTAŞI ÜNİVERSİTESİ**  
**SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ**

**ERGENLERDE ANNE BABA TUTUMLARININ KAYGI VE DEPRESYONA ETKİSİ:  
SAĞLIK MESLEK LİSESİ VE ÖZEL  
LİSE ÖĞRENCİLERİ ÜZERİNDE BİR İNCELEME**

**YÜKSEK LİSANS TEZİ**

**Fatma PEKTAŞ SELAMİ**

**Enstitü Anabilim Dalı : Psikoloji**

**Enstitü Bilim Dalı : Psikoloji**

**Tez Danışmanı: Doç. Dr. Ali Haydar ŞAR**

**KASIM - 2016**

T.C.  
NİŞANTAŞI ÜNİVERSİTESİ  
SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ

**ERGENLERDE ANNE BABA TUTUMLARININ KAYGI VE DEPRESYONA  
ETKİSİ: SAĞLIK MESLEK LİSESİ VE ÖZEL LİSE ÖĞRENCİLERİ ÜZERİNDE  
BİR İNCELEME**




**YÜKSEK LİSANS TEZİ**

**Fatma PEKTAŞ SELAMİ**

**Enstitü Anabilim Dalı : Psikoloji**

**Enstitü Bilim Dalı : Psikoloji**

**“Bu tez 5 /11 /2016 tarihinde aşağıdaki jüri tarafından Oybirligi / Oyçokluğu ile kabul edilmiştir.”**

JÜRI ÜYESİ	KANAATI	İMZA
Doc. Dr. Ali Haydar SAR	Başarılı	
Prof. Dr. Ermin Altıntaş	Başarılı	
Yrd. Doç. Dr. İsaak Pardo	Başarılı	

## **BEYAN**

Bu tezin yazılmasında bilimsel ahlak kurallarına uyulduğunu, başkalarının eserlerinden yararlanılması durumunda bilimsel normlara uygun olarak atıfta bulunulduğunu, kullanılan verilerde herhangi bir tahrifat yapılmadığını, tezin herhangi bir kısmının bu üniversite veya başka bir üniversitedeki başka bir tez çalışması olarak sunulmadığını beyan ederim.

**Fatma PEKTAŞ SELAMİ**

**05.11.2016**

## ÖNSÖZ

Bu tezin yazılması aşamasında, çalışmama her konuda yardımcı olan danışmanım Doç. Dr. Ali Haydar ŞAR'adeğerli katkı ve emekleri için teşekkürlerimi ve saygılarımı sunarım. Her sorunumda yanımda olan Yrd. Doç Dr. K. Ozan Özer'e, tezin başlangıcından itibaren bana destek olan Ümit DÜNDAR'a, gece gündüz demeden hep yanımda olan, bana güç veren, en zor zamanlarımda yanımda olan eşim İsmail SELAMİ' ye, kardeşim Kaan PEKTAŞ' a ve son günlerimize neşe katan kızım Ayperi'ye şükranlarımı sunarım.

**Fatma PEKTAŞ SELAMİ**

**05.11.2016**

## İÇİNDEKİLER

<b>İÇİNDEKİLER</b> .....	<b>i</b>
<b>TABLO LİSTESİ</b> .....	<b>iv</b>
<b>ŞEKİL LİSTESİ</b> .....	<b>v</b>
<b>ÖZET</b> .....	<b>vi</b>
<b>ABSTRACT</b> .....	<b>vii</b>
<b>GİRİŞ</b> .....	<b>1</b>
<b>BÖLÜM 1: ERGENLİK- KAYGI-ANNE BABA TUTUMLARI</b> .....	<b>6</b>
1.1. Ergenlik Dönemi .....	6
1.2. Kaygı ve Depresyon Kavramı .....	11
1.3. Kaygı ve Depresyonun Nedenleri .....	14
1.4. Ergenlerde Kaygı ve Depresyona Neden Olan Faktörler .....	16
1.5. Kaygı ve Depresyonun Etkileri .....	23
1.6. Tutum Kavramı .....	26
1.6.1. Tutumun Temel Öğeleri .....	27
1.6.2. Tutumun Özellikleri .....	28
1.7. Aile Sistemi ve Çocuğun Gelişiminde Ailenin Yeri .....	29
1.8. Anne Baba Tutumlarının Sınıflandırılması .....	31
1.8.1. Aşırı Otoriter ve Baskıcı Tutum .....	31
1.8.2. Çocuk Merkezli Tutum .....	33
1.8.3. Dengesiz ve Tutarsız Tutum .....	34
1.8.4. Aşırı Koruyucu ve Kollayıcı Tutum .....	34
1.8.5. İlgisiz ve Kayıtsız Tutum .....	35

1.8.6. Demokratik Tutum .....	35
1.9. Anne Baba Tutumlarını Etkileyen Faktörler .....	36
1.10. Anne Baba Tutumları ile İlgili Kuramsal Yaklaşımlar .....	37
1.10.1. Baumrind Modeli .....	37
1.10.2. Martin ve Maccoby Modeli .....	40
1.10.3. Psikodinamik Model .....	42
1.10.4. Davranışçı Model .....	42
1.11. Anne Baba Tutumlarının Çocuklar Üzerindeki Etkileri .....	43
1.12. Anne Baba Tutumlarının Ergenlerin Kaygı ve Depresyon Düzeylerine Etkileri ...	45
<b>BÖLÜM 2: YÖNTEM .....</b>	<b>47</b>
2.1. Araştırmanın Modeli .....	47
2.2. Evren ve Örneklem .....	47
2.3. Ölçme Araçları .....	47
2.3.1. Anne-Baba Tutum Envanteri .....	47
2.3.2. Durumluk ve Sürekli Kaygı Ölçeği .....	48
2.3.3. Beck Depresyon Ölçeği .....	49
2.3.4. Güvenilirlik – Normallik Analizi .....	50
2.4. Verilerin Analizi .....	51
<b>BÖLÜM 3: BULGULAR... .....</b>	<b>52</b>
3.1. Tanımlayıcı Özelliklere İlişkin Bulgular .....	52
3.2. Cinsiyete Göre Algılanan Anne-Baba Tutumuna İlişkin Bulgular .....	53
3.3. Genel Olarak Durumluk ve Sürekli Kaygı Seviyelerine İlişkin Bulgular .....	54
3.4. Cinsiyet ile Kaygı ve Sürekli Kaygı Seviyeleri Arasındaki İlişkiye Ait Bulgular ....	54

3.5. Öğrencilerin Genel Depresyon Seviyelerine İlişkin Bulgular .....	56
3.6. Cinsiyet ile Genel Depresyon Seviyesi Arasındaki İlişkiye Ait Bulgular .....	56
3.7. Öğrencilerin Durumluk ve Sürekli Kaygı Düzeyleri ile Algılanan Anne-Baba Tutumu Arasındaki İlişkiye Ait Bulgular .....	57
3.8. Öğrencilerin Depresyon Düzeyleri ve Algılanan Anne-Baba Tutumu Arasındaki İlişkiye Ait Bulgular.....	59
<b>SONUÇ</b> .....	<b>61</b>
<b>KAYNAKÇA</b> .....	<b>67</b>
<b>EKLER</b> .....	<b>71</b>
<b>EK-1: Anket</b> .....	<b>72</b>
<b><u>EK-2: Anket</u></b> .....	<b>76</b>
<b><u>EK-3: Anket</u></b> .....	<b>78</b>
<b><u>ÖZGEÇMİŞ</u></b> .....	<b>81</b>

## TABLO LİSTESİ

<b>Tablo 1.</b> Kaygı ve Depresyonun Etkileri .....	23
<b>Tablo 2.</b> Baumrind'in Anne Baba Tutumları.....	39
<b>Tablo 3.</b> Güvenilirlik – Normallik Analizi .....	50
<b>Tablo 4.</b> Demografik Özelliklere İlişkin Bulgular.....	52
<b>Tablo 5.</b> Anne-Baba Tutum Ölçeğine İlişkin Bulgular .....	53
<b>Tablo 6.</b> Durumluk ve Sürekli Kaygı Ölçeği.....	54
<b>Tablo 7.</b> Cinsiyete Göre Durumluk ve Sürekli Kaygı Ölçeği Puanları Arasında Farklılık .....	55
<b>Tablo 8.</b> Beck Depresyon Ölçeği.....	56
<b>Tablo 9.</b> Beck Depresyon Ölçeği Puanlarının Cinsiyete Göre Analizi .....	57
<b>Tablo 10.</b> Öğrencilerin Durumluk ve Sürekli Kaygı Düzeyleri ile Anne Baba Tutumları Arasındaki İlişki .....	58
<b>Tablo 11.</b> Öğrencilerin Depresyon Düzeyleri ile Algıladıkları Anne Baba Tutumları Arasındaki İlişki .....	60



## ŞEKİL LİSTESİ

Şekil 1. Ergenlik Döneminde Yaşanan Fiziksel Değişimler.....	9
Şekil 2. Tutumun Öğeleri.....	28
Şekil 3. Martin ve Maccoby İki Boyutlu Anne-Baba Tutum Modeli.....	41



<b>Tezin Başlığı:</b> Ergenlerde Anne Baba Tutumlarının Kaygı ve Depresyona Etkisi	
<b>Tezin Yazarı:</b> Fatma Pektaş SELAMİ	<b>Danışman:</b> Doç. Dr. Ali Haydar ŞAR
<b>Kabul Tarihi:</b> 05.11.2016	<b>Sayfa Sayısı:</b> vii (ön kısım) + 70 (tez) + X(ek)
<b>Anabilim Dalı:</b> Psikoloji	<b>Bilim Dalı:</b> Psikoloji
<p>Bu çalışmanın amacı, ergenlerde anne baba tutumlarının kaygı ve depresyona etkisi olup olmadığını belirleyebilmektir. Bu amaç doğrultusunda, İstanbul ili, Bayrampaşa ilçesindeki lise öğrencilerine, Anne – Baba Tutum Ölçeği, Durumluk ve Sürekli Kaygı Ölçeği (STAI FORM TX –I ve STAI FORM TX – II) ve Beck Depresyon Ölçeği kullanılarak geliştirilen anket soruları uygulanmıştır. Anket soruları sonucunda elde edilen bulgular kapsamında ergenlerin sahip oldukları kaygı ve depresyon düzeylerinde, anne ve babalarının geliştirmiş oldukları tutumların etkisi olup olmadığı analiz edilmiştir.</p> <p>Araştırmada kullanılan anne-baba tutum ölçeği, envanterinin üç alt boyutu: demokratik anne-baba tutumu, otoriter anne-baba tutumu, koruyucu-istekçi anne-baba tutumu bulunmaktadır. Çalışmada kullanılan ve 13 yaş ve üzeri bireyler üzerinde uygulanan Beck Depresyon Ölçeği depresyona kavramına iki faktörlü olarak yaklaşmaktadır. 21 sorudan oluşan ölçek kapsamında sorulan sorulara ilişkin verilen cevaplar neticesinde alınan puanlar bireyin depresyon düzeyine ilişkin bilgi vermektedir.</p> <p>Yürütülen araştırma sonucunda, öğrencilerinin, anne ve babalarının tutumları ile lise öğrencilerinin depresyon düzeyleri arasında anlamlı bir ilişki bulunmuştur.</p>	
<b>Anahtar Kelimeler:</b> Ergen, Anne-Baba Tutumu, Kaygı, Depresyon	

<b>Title of the Thesis:</b> The Effect of Parents Attitudes on Anxiety and Depression in Adolescents	
<b>Author</b> Fatma Pektaş SELAMİ	<b>Supervisor:</b> Asst. Prof. Dr. Ali Haydar ŞAR
<b>Date:</b> 05 November 2016	<b>Nu. of pages:</b> vii (pre text)+70 (main body)+X(add)
<b>Department:</b> Psychology	<b>Subfield:</b> Psychology
<p>The aim of this study is to designate if parents attitudes have an effect on the anxiety and depression levels of the adolescents. In line with this target, a questionnaire which is developed by using, parents attitude scale, state-trait anxiety inventory (STAI FORM TX-I and STAI FORM TX-II) and Beck Depression Scale, is implemented to the high school students continuing the ireducation in İstanbul, Bayrampaşa. By the findings of this questionnaire, it is tried to analyze if parents attitudes are effective on adolescents' anxiety and depression levels.</p> <p>The three sub-dimension of the parents attitudes scaleare; democratic parent attitude, authoritative parents attitude and protector parents attitude. The Beck depression scale which is used in this study approaches the depression of adolescents with two factors. This scale has got 21 questions and the answers given to these questions gives the level of depression of the attendant.</p> <p>As a result of this study, the parents' attitudes and depression level of the adolescents have a significant relationship.</p>	
<b>Key Words:</b> Adolescents, Parents Attitudes, Anxiety, Depression	

## GİRİŞ

Ergenlik dönemi, bireylerin gelişim sürecinde dış etkenlere en açık olduğu, diğer bireylerin kendisi hakkındaki düşünceleri ile en fazla ilgilendiği, anne-babasının, arkadaşlarının ve çevresindeki diğer bireylerin kendisine ilişkin tutumlarından ve davranışlarından en çok etkilendiği dönem olarak kabul edilmektedir. Ergenlik dönemi, bireylerin sosyal, psikolojik, fiziksel gelişimlerini sürdürdükleri ve tamamlama noktasına doğru yönelttikleri bir dönemdir ve bu dönemde özellikle bireyin en yakın çevresi olarak kabul edilen anne-babalarının tutumları bireyler üzerinde direkt olarak etkilidir. Anne-baba tutumları (birey-ergen tarafından algılanan anne-baba tutumları) ergenlik döneminde olan birey tarafından içselleştirilmektedir ve bu dönemdeki bireyin davranışlarını şekillendirmektedir. Bu şekillendirme bireyin bilinci dâhilinde ya da bilinçsiz bir şekilde gerçekleşmektedir (Hummel, Gross, 2001).

Ergenlik dönemindeki bireylerin algıladıkları anne-baba tutumlarına ilişkin olarak yürütülmüş birçok çalışma olduğu bilinmektedir. Erkan, Güçray ve Çam (2002) tarafından yürütülen çalışmada, ergenlik dönemindeki öğrencilerin kaygı düzeylerinin üç boyutu (olumsuz değerlendirilmekten korkma, sosyal kaçınma, huzursuzluk) anne-baba tutumları ve cinsiyet değişkeni kapsamında incelenmiştir. Adana ve Mersin’de bulunan genel liselerden seçilen 782 lise ikinci sınıf öğrencisi üzerinde uygulanan araştırma kapsamında ergenlerin algıladıkları anne-baba tutumlarının olumsuz değerlendirilmekten korkma ile sosyal kaçınma ve huzursuzluk ölçekleri puanları kapsamında temel olarak anlamlı bulunmuştur.

Uluğtekin (1981) tarafından yürütülen çalışmada, kısıtlayıcı anne-baba tutumunun ergenlerin ruh sağlıkları üzerinde yıkıcı etki yaptığı sonucuna varılmıştır. Haktanır ve Baran tarafından (1998) yürütülen ve Uluğtekin (1981)’in araştırmasını destekleyici sonuçlara varan çalışmada; otoriter anne-baba tutumundaki artışın ergenlerin benlik saygı düzeylerinin düşmesine neden olduğu sonucu elde edilmiştir.

Erkan (2002) tarafından gerçekleştirilen çalışmada ergenlerin sosyal kaygı düzeyleri, anne-baba tutumları ve ailede görülen risk faktörleri kapsamında

incelenmiştir. Bu kapsamda araştırmada olumsuz değerlendirilmekten korkma ölçeği ve sosyal kaçınma ve huzursuzluk ölçeği kullanılmıştır. Araştırma sonuçlarına gore, ergenlerin algıladıkları anne-baba tutumlarının olumsuz değerlendirilmekten korkma puanları ile sosyal kaçınma ve huzursuzluk ölçeği puanları üzerinde temel olarak anlamlı etkisi olduğu bulunmuştur.

Ertem ve Yazıcı (2006) tarafından yrtlen çalışmada, Beck Depresyon leği kapsamında elde edilen puanlar kapsamında depresyon düzeyinin cinsiyet değişkeninden etkilendiği sonucuna varılmıştır. Beck Depresyon leği puanlarına gore, kız ergenlerde ağır depresyon görülme oranı % 9,6 olarak hesaplanmıştır. Bu oran erkek ergenlerde % 5,4'tr. Baskıcı anne-baba tutumu sergileyen ailelerin çocuklarında ağır depresyon oranı % 16,1 olarak oluşmuştur. Demokratik tutum sergileyen ailelerin çocuklarında ağır depresyon görülme oranı ise % 0,1 olarak oluşmuştur. Dolayısıyla, araştırma kapsamında varılan sonuç, algılanan anne-baba tutumunun ergenlerin depresyon düzeyleri üzerinde etki sahibi olduğu yönündedir.

Literatür kapsamında yrtlen çalışmaların ışığında, anne-baba tutumu, kaygı düzeyi ve depresyon düzeyi değişkenlerinin her birinin birlikte ergenler üzerinde yrtlen bir araştırmada kullanılmadığı grlmştr. Bu kapsamda araştırmanın konusu, ergenlerde anne ve baba tutumlarının, ergenlerin kaygı düzeyleri ve depresyon düzeyleri üzerine etkisi olup olmadığının incelenmesi olarak belirlenmiştir. Belirlenen konu kapsamında lise öğrencileri üzerinde bir araştırma yürütülmesine karar verilmiş ve bu araştırmaya ilişkin problem cümlesi, alt problemler, önem, sayılı ve sınırlamalar belirlenmiştir.

### **Problem Cümlesi**

Depresyon ergenlerde, çocukluktaki yoksunluklara tepki olarak normal ve gerekli bir affektif durum, gelişimsel bir basamak ve karakter stili olarak da tanımlanmaktadır. Parker ve Roy'a gore depresyonu olan ergenler aileleriyle daha çatışmalı, dışlayıcı, desteklenmeyen niteliktedir. Aile atışması, ebeveynin ergenin yıkıcı davranışını kontrol etme girişimlerinin sonucunda da ortaya çıkabilir (Parker ve Roy, 2001). Dolayısıyla anne ve babanın ergene

olan yaklaşımları ve tutumları çok önemlidir. Bu nedenle araştırmanın problemini ergenlerde anne baba tutumlarının kaygı ve depresyona etkisi olup olmadığını belirleyebilmektir.

### **Alt Problemler**

Araştırmanın ana probleminin daha etkin bir şekilde analiz edilmesine yönelik olarak geliştirilen alt problemler aşağıdaki gibidir;

- Araştırmaya katılan öğrencilerinin tanımlayıcı özellikleri nelerdir?
- Cinsiyet değişkeni ile algılanan anne-baba tutumu arasında anlamlı bir ilişki var mıdır?
- Genel olarak öğrencilerin durumluk kaygı ve sürekli kaygı seviyeleri nedir?
- Cinsiyet değişkeni ile kaygı ve sürekli kaygı seviyeleri arasında anlamlı bir ilişki var mıdır?
- Genel olarak öğrencilerin depresyon seviyeleri nedir?
- Cinsiyet değişkeni ile genel depresyon seviyesi arasında anlamlı bir ilişki var mıdır?
- Öğrencilerin durumluk ve sürekli kaygı düzeyleri ile algıladıkları anne-baba tutumları arasında anlamlı ilişki var mıdır?
- Öğrencilerin depresyon düzeyleri ile algıladıkları anne-baba tutumları arasında anlamlı ilişki var mıdır?

### **Araştırmanın Önemi**

Ergenlik dönemi, insanların hayatlarında geçirdikleri en önemli dönemlerden bir tanesi olarak kabul edilmektedir. Çocukluktan yetişkinliğe geçiş dönemi olan bu dönemin kendine has birçok özelliği bulunmaktadır ve bu özelliklerin tam anlamı ile bilinmesi, ergenin dönemi en az hasar ile en etkin bir şekilde sonlandırması ve tam anlamı ile olgunlaşması hususunda anne ve babalar ve pek tabii ki ergenler açısından oldukça önemlidir.

Anne ve babalar ergenlerin ergenlik dönemindeki en önemli dış çevrelerinden bir tanesini oluşturmaktadır ve dolayısıyla, anne ve babalar tarafından takınılan tutumların ergenlerin ergenlik döneminde yaşayabilecekleri kaygı üzerinde ve depresyon üzerinde etkisi bulunmaktadır. Dolayısıyla anne ve babaların çocuklarına en efektif tutumu uygulamaları, bir anlamda çocuklarının ergenlik döneminde yüzleştikleri fiziksel, zihinsel, bilişsel ve sosyal değişim ve gelişimleri kolay ve sağlıklı atlatmasına yardımcı olmaktadır. Bu çalışmanın önemi, insan hayatının en önemli dönemlerinden bir tanesi olan ergenlik döneminde karşılaşılan kaygı ve depresyon duygularına ilişkin düzeyin anne ve baba tutumları ile ilgisinin lise öğrencileri üzerinde ölçülmesine ilişkindir.

Lise dönemi, özellikle ülkemizde, ergenlerin oldukça zor şartlar ile karşı karşıya kaldıkları bir dönemdir. Lise döneminde ergenler, geleceklerinin belirlenmesi ve gelecekteki mesleklerini seçme noktasında son derece kritik bir viraj olan üniversite sınavlarına hazırlanmak zorundadırlar. Bu zorlu maraton sürecinde sadece üniversite sınavlarına odaklanmamakta aynı zamanda lise müfredatı kapsamında belirlenmiş derslerden de önemli bir okul başarısı elde etmek zorundadırlar. Eğitim ve öğretim süreçlerindeki bu zorlukların, bireylerin yaşam eğrileri sürecindeki en zor dönemlerinden biri olan ergenlik dönemine denk gelmesi bir anlamda anne ve babaların çocuklarına yönelik tutumlarını daha da önemli kılmaktadır. Anne ve babaların bu zor dönemde çocuklarına ilişkin geliştirecekleri tutum, ergenlerin gerek bireysel, gerek zihinsel gerekse mesleki hayatları üzerinde önemli derecede etkili olabilmektedir.

Depresyon ergenlerde, çocukluktaki yoksunluklara tepki olarak normal ve gerekli bir efektif durum, gelişimsel bir basamak ve karakter stili olarak da tanımlanmaktadır. Parker ve Roy'a göre depresyonu olan ergenler aileleriyle daha çatışmalı, dışlayıcı, desteklenmeyen niteliktedir. Aile çatışması, ebeveynin ergenin yıkıcı davranışını kontrol etme girişimlerinin sonucunda da ortaya çıkabilir (Parker ve Roy, 2001). Dolayısıyla anne ve babanın ergene olan yaklaşımları ve tutumları çok önemlidir. Bu araştırmada temel amaç ergenlerde anne baba tutumlarının kaygı ve depresyona etkisi olup olmadığını belirleyebilmektir.

## **Sayıtlar ve Sınırlamalar**

### **Sayıtlar**

- Araştırmanın örneklem grubunun evreni temsil ettiği varsayılmıştır.
- Araştırma kapsamında uygulanan anket sorularına cevap veren katılımcıların sorulara gerçek durumlarını yansıtacak şekilde cevap verdikleri varsayılmıştır.

### **Sınırlılıklar**

- Bu araştırmada elde edilen bulgular, araştırma kapsamında kullanılan ölçme araçları ile sınırlıdır.
- Bu araştırma, İstanbul ili Bayrampaşa ilçesindeki lise öğrencileri ile sınırlıdır.
- Yürütülen araştırmadan elde edilen bulgulardan yol çıkılarak varılan sonuç ve ortaya konulan öneriler araştırmanın evreni ile sınırlıdır.

### **Tanımlar**

**Ergenlik Dönemi:** Ergenlik dönemi çocukluktan yetişkinliğe geçiş dönemi olarak kabul edilmektedir ve insan hayatının hiçbir döneminde ergenlik döneminde yaşanan kadar büyük değişimler (kısa zamanda, birçok farklı alanda) gerçekleşmemektedir (Yalom, 2008: 11).

**Kaygı:** Kişide güçlü bir istek ya da dürtü uyandıran ancak amacına ulaşmadığı durumlarda belirlenen tedirgin edici duygudur (Enç, 1988: 105).

**Depresyon:** Düşük moral hali olarak tanımlanan depresyon, kişilerin düşüncelerini, davranışlarını, duygularını ve genel olarak iyi hissetme hallerinin ortadan kaldıran bir durumdur (Salmans, 1995).

**Tutum:** Bir bireyin gözlemlenebilen davranışlarından yola çıkarak o bireye atfedilen eğilim olarak tanımlanmaktadır.



## **BÖLÜM 1: ERGENLİK- KAYGI-ANNE BABA TUTUMLARI**

### **1.1. Ergenlik Dönemi**

İnsanlar, tüm hayatları boyunca farklı özellikleri taşıyan dönemlerden geçerler. Dolayısıyla, insanların tüm hayatları boyunca süreklilik arz eden bir değişim ve gelişim döngüsü içerisinde olduğunu söylemek mümkündür. Ergenlik dönemi de insanların hayat süreçlerinde geçtikleri dönemlerden bir tanesidir.

Ergenlik dönemi insanların çocukluk ile yetişkinlik arasında geçtikleri döneme verilen isimdir. Ergenlik dönemi çocukluktan, yetişkinliğe geçiş dönemi olmanın yanı sıra, bireyin tutarlı bir benlik oluşturabilmesi açısından en kritik dönem olarak kabul edilmektedir. Ergenlik dönemine ilişkin olarak literatür kapsamında birçok farklı tanımlamanın olduğu bilinmektedir.

Ergenlik dönemi çocukluktan yetişkinliğe geçiş dönemi olarak kabul edilmektedir ve insan hayatının hiçbir döneminde ergenlik döneminde yaşanan kadar büyük değişimler (kısa zamanda, birçok farklı alanda) gerçekleşmemektedir (Yalom, 2008: 11).

Ergenlik dönemi, insan hayatı için çok özel olarak tanımlanabilecek bir dönemdir. Bu dönemdeki bireyler hem ruhsal, hem de fiziksel olarak bir takım değişimler ile yüz yüze kalmaktadır. Yaşanan bu değişimler, ergenlerin kaygı içeren tutumlar takınmalarına neden olabilmektedir. Yaşanan ruhsal ve fiziksel değişimler, aslında, kimlik geliştirmek, diğerlerinden farklılaşmak görevlerini taşımaktadır.

Ergenlik döneminde yaşanan ruhsal ve fiziksel değişimlerin oldukça hızlı olması ve özellikle bedensel ve cinsel anlamda büyümenin belirgin olması, bu dönemde duygusal, davranışsal değişimlere neden olmaktadır ve bu dönemdeki bireylerin yani ergenlerin süregelen tutumlarında değişimler oluşmaktadır.

Ergenlik döneminde olan bir ergenin bu dönem sürecinde bilişsel, bedensel, toplumsal olarak gerçekleştirmesi gereken yaşam görevleri olduğu savunulan bir tezdır. Ergenin ergenlik döneminde başarması gereken ve başarılı olduğu takdirde ergenin olgunlaşması

ile sonuçlanan bu bilişsel, bedensel ve toplumsal görevler aşağıdaki gibi sıralanabilir (Gander & Gardiner, 2001: 440);

- Oluşan bedensel değişimleri kabul etme ve bedeni daha etkin olarak kullanabilme,
- Toplumsal cinsiyet rolünü kazanma
- Hem cins ve karşı cins yaşlıları ile daha olgun ilişkiler kurma
- Anne ve babalardan ve diğer yetişkinlerden duygusal anlamda tam olarak bağımsızlaşma
- Bir mesleğe hazırlanma
- Evlilik ve aile kurmaya hazırlanma
- Toplumsal anlamda sorumlulukları anlama, isteme ve gerçekleştirme
- Davranışları yönlendirecek olan ahlak sistemine ve değerler grubuna sahip olma

Ergenlik dönemi boyunca oldukça sert değişimler ile yüz yüze kalan ve üzerlerine birtakım sorumluluklar yüklenen ergenlerin bu dönemdeki ihtiyaçları ise oldukça fazladır. Bu ihtiyaçlar (Oskay, 2008);

- Çevresi tarafından kabul edilmek,
- Başarıya ulaşmak,
- Sevilmek,
- Beğenilmek,
- Yaptıklarına ilişkin olarak onaylanmak,
- Bir gruba aidiyet hisse beslemek,
- Model aldığı kişiye benzemek,
- Destek-korunma-cesaret yönünden yetişkinlere bağlı olmak

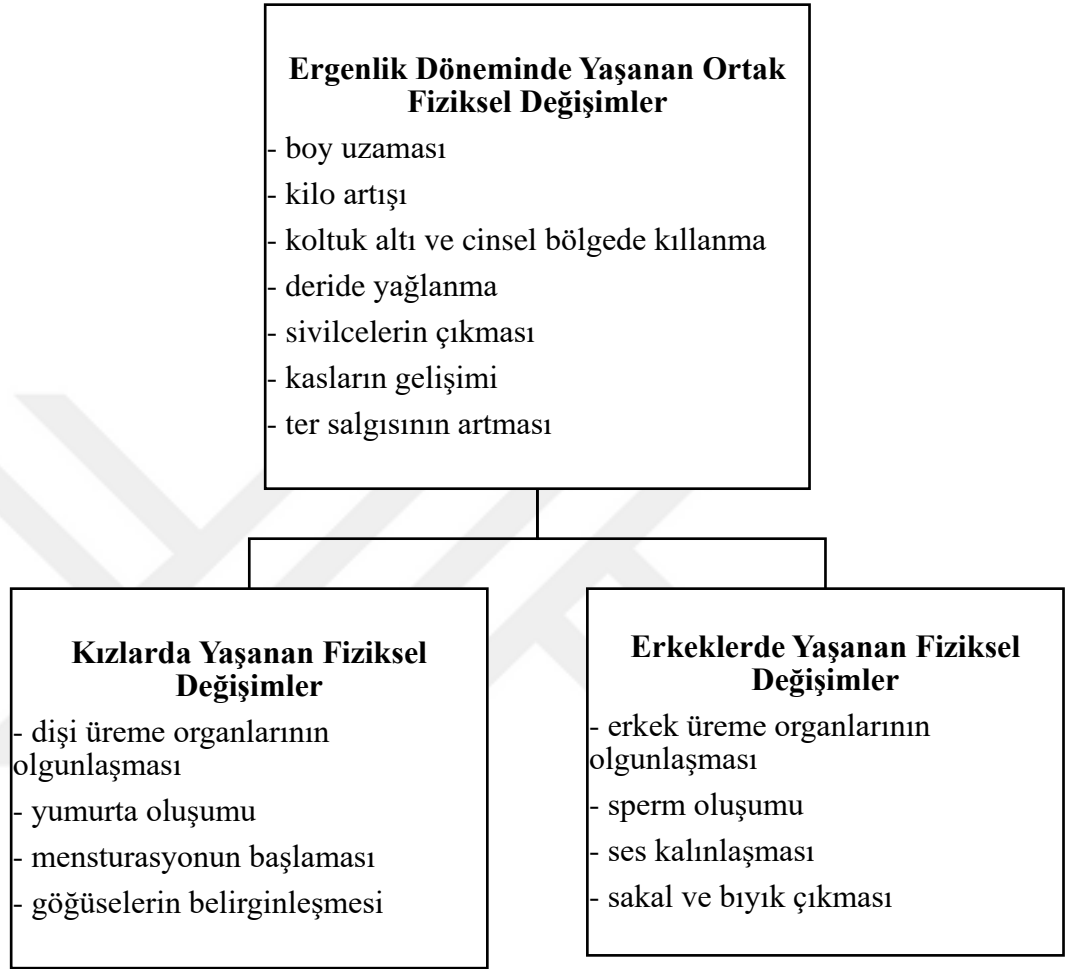
- Kendi kararlarını almak,
- Diğerlerini etkilemek
- Kendine özgü birey olarak tanınmak
- Kendini gerçekleştirmek
- Anlaşılmak

Görüldüğü gibi ergenlik dönemi hızlı değişimlerin ve gelişimlerin yaşandığı ve ergenin farklı ihtiyaçlar kapsamında başarmakla hedeflendiği bir takım bilişsel, bedensel ve toplumsal gerçekliklerin var olduğu bir dönemdir. Bu dönemin daha iyi anlaşılması ve özellikle ergenin birinci dereceden etki alanında olan anne ve babaları tarafından etkin bir şekilde hoşgörü ile geçen bir sürece dönüştürülebilmesi için ergenlik döneminde yaşanan gelişimlerin ve değişimlerin detaylandırılması yararlı olacaktır.

Ergenlik döneminde yaşanan değişimlerin başına fiziksel değişimler gelmektedir. Ergenlik döneminde gerçekleşen fiziksel değişikliklerin başlangıç noktası, bireylerin vücutlarında bulunan cinsel salgı bezlerinin, beyindeki hipofiz bezinin uyarılmasına müteakip kana bol miktarda salgı bırakmasıdır (Cüceloğlu, 2004: 345). Erkek ergenlerde ve kız ergenlerde salgılanan bu salgıların isimleri sırasıyla testosteron ve östrojendir.

Ergenlik döneminin kızlarda daha erken başladığı bilinmektedir. Ergenlik dönemi kızlarda genel olarak 9-11 yaşları arasında başlar, erkeklerde ise ergenlik döneminin başlangıç yaşları 11-13 olarak kabul edilmektedir (Abalı, 2012: 13).

Ergenlik döneminde kızlarda ve erkeklerde yaşanan fiziksel değişimler farklılık göstermektedir ancak her iki cinsiyetinde bu dönemde yaşadıkları bazı ortak fiziksel değişimler vardır. Ergenlik döneminde yaşanan fiziksel değişimler aşağıdaki şekil yardımı ile özetlenmiştir.



**Şekil 1.** Ergenlik Döneminde Yaşanan Fiziksel Değişimler

**Kaynak:** (Kızılırmak, 2015: 2-4)'den şekil haline getirilmiştir.

Yukarıdaki şekilde görüldüğü gibi, ergenlik döneminde gerek kızlar, gerek erkeklerin geçirdiği fiziksel değişimler oldukça fazladır. Ergenlik döneminde yaşanan bu fiziksel değişikliklerin yanı sıra, sosyal bir takım değişikliklerde yaşanmaktadır. Ergenlik döneminde yaşanan sosyal ve duygusal gelişimleri iki ana başlık altında toplamak mümkündür; özdeşleşme ve arkadaşlık (Cüceloğlu, 2004: 369).

Ergenlik döneminin önemli sosyal gelişimlerinden biri olan özdeşleşme ergenin, çevresindeki kişileri, düşünceleri, kültürü, istemli ya da istemsiz bir şekilde özümlemesi ile ilgili olan tüm tutum ve eylemlere ilişkin süreç olarak kabul edilmektedir (Yavuzer, Çocuk Psikolojisi, 2002: 279).

Ergenlik dönemindeki diğer önemli sosyal gelişim arkadaşlıktır. Ergenler, bağımsızlıklarını kazanma amacını taşıdıkları ve bireyselleşme eğiliminde oldukları bu dönemde, ile içerisindeki ilişkilerden ziyade arkadaş çevresindeki ilişkilere doğru yönelmektedirler. Bu yönelim, kimi zaman anne babalar ile ergenler arasındaki iletişime ilişkin sorunlar ortaya çıkmasına neden olabilmektedir. Bu sorunların aşılabilmesindeki en önemli görev, ebeveynlere düşmektedir. Ebeveynler, ergenler ile iletişimlerini geliştirmek adına onları dinlemeye, anlamaya dönük tutumlar geliştirmeli ve ergenlere bağımsız karar alabilme alanı tanımalı ve onların özgüven duygusunu zedelemeyecek yaklaşımlarda bulunmalıdırlar (Kılıçarslan, 2010: 6).

Ergenlik döneminde ergenlerin duygusal gelişmelerinin oldukça fazla ve bir o kadar da çelişkili olduğu bilinmektedir. Ergen, bu dönemde yalnızlıktan haz duymaktadır ve yalnızlığı tercih etmektedir ancak eş zamanlı olarak, bir gruba ait olma ve gruba katılma isteği taşımaktadır (Yavuzer, Çocuk Psikolojisi, 2002: 269).

Ergenlik döneminde en sık rastlanan duygular, heyecan, korku, endişe, öfke, utanç, pişmanlık şeklinde sıralanmaktadır. Yoğun olarak bu duyguları taşıyan ergenlerin kişiliklerinin gelişmesi sürecinde sıklıkla öz benliklerine ilişkin sorular sormaktadırlar. Bu sorular; “Ben kimim”, “Ben ne yapıyorum”, “Ben neye inanıyorum”, “Ben ne yapmak istiyorum” şeklinde ben merkezli sorulardır. Bu soruların cevapları aslında, ergenlerin nasıl bir insan olacağına ilişkin ileriye yönelik hayallerini de kapsamaktadır (Berktin, 1978: 46).

Ergenlik döneminde ahlaki boyutta da ergenlerin değişim ve gelişim yaşadıkları bilinmektedir. Ahlaki gelişim kuramları kapsamında, ergenlerin 10 ila 18 yaşları arasında grup normlarına uyum sağlamaya çalıştıkları, doğru olmak, dürüst olmak, başkaları ile ilgilenmek, iyi birey olmak, sadık olmak, güvenilir olmak gibi ahlaki normları başarma çabası içinde olduğu bilinmektedir.

Ergenler, ergenlik döneminde bilişsel anlamda da gelişim yaşamaktadırlar. Ergenlik döneminde bilişsel olarak değişimler görülmektedir. Bu değişimler özellikle soyutlamalar ile ilgilidir. Bilişsel gelişim kapsamında ergenin kişilik yapısı gelişir ve bireyin ahlak anlayışının yanı sıra kendine dair algılayışında da değişim yaşanır (Cüceloğlu, 2004: 352).

## 1.2. Kaygı ve Depresyon Kavramı

Ergenlik dönemindeki ergenlerin hissettikleri duyguların içerisinde yer alan kaygı en temel olarak;

*“kişide güçlü bir istek ya da dürtü uyandıran ancak amacına ulaşmadığı durumlarda belirlenen tedirgin edici duygudur”* (Enç, 1988: 105).

Depresyon oldukça derin ve dallanan bir konu başlığıdır. Bu nedenle burada depresyonun çok genel bir tanımı yapılacak ancak devamında ayrıntıları ile değil ergenler özelinde ele alınacaktır.

Depresyon düşük bir moral halidir ve depresyondaki kişiler harekete geçmeyi ertelerler. Depresyon kişilerin düşüncelerini, davranışlarını, duygularını ve genel olarak iyi hissetmesini engeller (Salmans, 1995).

Thapar, Collishaw, Pine ve Thapar'ın Amerikan Psikiyatri Derneği'nin (APA) yayınladığı Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders (DSM-IV-TR) ve Dünya Sağlık Örgütü'nün (WHO) yayınladığı International Statistical Classification of Diseases and Related Health Problems (ICD-10) yayınlarından derlediği depresyonun semptomları ve ilintili semptomları şunlardır (Thapar ve diğerleri, 2012; APA, 2000; WHO, 2004);

Çekirdek semptomlar (en az ikisi mevcut olmalıdır)

- Günün çoğunda hemen hemen her gün süregelen bir depresif ruh hali
- Etkinliklere ilgi ve zevk kaybı
- Düşük enerji veya yorgunluğa karşı artmış duyarlılık

### İlişkili semptomlar

- Güven veya benlik saygısı kaybı
- Kendini suçlama veya aşırı uygunsuz ve mantıksız suçluluk duyguları
- Tekrarlayan ölüm veya intihar düşünceleri, ya da herhangi bir intihar davranışı
- Düşünmek ya da konsantrasyonda güçlük
- Psikomotor aktivite, ajitasyon veya retardasyon değişimleri
- Uyku düzensizlikleri
- Kişinin ağırlığında gelen değişiklik ile iştah değişimleri

Bu belirtilerden en azından dördünün iki hafta boyunca devam etmesi halinde hafif depresif dönem, altısının devam etmesi halinde orta derecede depresif dönem ve sekizinin devam etmesi halinde ciddi depresif dönem tanısı konur. Depresyon mutlaka psikiyatrik bir durum olmak zorunda değildir. Kişi hayatta başına gelen bir olay veya olaylardan dolayı bu hale gelebileceği gibi bir başka hastalığın ya da kullandığı ilacın yan etkisi olarak da gelebilir. Ergenlerde depresyon sık görülen bir kavramdır. Depresyonun ortaya çıkmaması ya da tedavisi için ergenlerin sosyal becerilerinin artırılması, kimlik oluşumunun desteklenmesi ve sosyal destek sağlanması gerekmektedir (Hauenstein, 2003).

Türkiye’de yapılan bazı poliklinik araştırmalarda ergenlerdeki depresyon tanısı oranları göz önüne konmuştur. Örneğin Durukan ve diğerlerinin GATA Çocuk Ruh Sağlığı Hastalıkları Anabilim Dalı Polikliniği’nde Ocak 2009 ve Haziran 2009 arasında yaptıkları 538 ergen hasta üzerindeki araştırmada tanıların % 5,2’si depresyon olarak belirlenmiştir (Durukan ve diğerleri, 2011).

Benzer bir başka çalışmada Çelik ve diğerleri 2004-2005 yılları arasında Çukurova Üniversitesi Çocuk ve Ergen Ruh Sağlığı ve Hastalıkları Anabilim Dalı’nda tedavi edilen ergenlerin psikiyatrik tanılarını araştırmıştır. Çalışmanın kapsadığı 297 ergen arasında Çocukluk Depresyon Ölçeği ile tespit edilen Duygudurum Bozuklukları tanılarının % 10,1’i olarak belirlenmiştir (Çelik ve diğerleri, 2009).

Genel anlamıyla kaygı, herhangi bir tehlikenin korkusunun yansıması olarak insanda ortaya çıkan tedirginlik ya da akıl dışı korku durumu olarak tanımlanabilir. Kaygı nesnesiz olması nedeniyle korkudan farklıdır, korkunun insan ya da bir olay olsun nesnesi belli iken kaygının nesnesi belirsizdir (Budak, 2000: 437).

Kaygılı kişi bir şeyden korkuyormuş gibidir, kendini rahatsız hisseder ve kuruntulu bir ruh hali içindedir (Dağ, 1999: 181).

Kaygının en çok benzetildiği ya da karıştırıldığı kavram korku kavramıdır. Korku kavramı kaygıdan farklıdır. "...düşmanı belli olduğundan yenmesi nispeten kolay olan korku duygusu, benliğimiz gelişip insan olmamızın sonucu olarak yerini düşmanı belli olmadığından yenmesi de zor olan kaygı duygusuna bırakır." (Dağ, 1999: 188).

Kaygıyı hem olumlu hem de olumsuz bir duygu biçimi olarak görmek mümkündür. Kaygıyı olumsuz olarak nitelendiren şeyler, akla uygun olmayışı ve ruhsal faaliyetleri yani düşünceleri rahatsız etmesidir. Kaygıyı olumlu olarak nitelendiren şeyler ise, korkulan şeylerle karşılaşınca kişiyi uyarması ve tedbir aldırması, kişiyi daha mutlu ve başarılı olmaya yönlendirmesi ve en önemlisi karakter ve kişilik gelişiminde etkin rol oynamasıdır (Ersevimi, 2005: 304-305). Bu anlamıyla kaygının insanın kişilik gelişimi sürecinde kurucu bir rol üstlendiği de söylenebilir. Çünkü kişiyi harekete geçiren güç olarak kaygı, insanın davranışlarına yön verdirerek, kişiliğini oluşturmasına yardım eder. Kaygı bu anlamıyla olumlu bir nitelik taşır.

Kaygı, insan yeni bir durumla karşılaşınca ortaya çıkar. İçinde bulunulan durumun terk edilmesi ile yeni bir varoluş imkânı olarak boy gösterir. Çünkü insanın yaptığı her seçim bir şeylerin feda edilmesi anlamına gelir ve bu, insanı kaygılı yapar. Kaygı kişinin kendi geçiciliği içinde yaşadığı sonluluktur. Ölüme ilişkin kaygı ise en kaçınılmaz olandır. Ölüme karşı duyulan kaygı bizi bilinçlendirir ve kendimize dair ne denli güçlü bilincimiz varsa kaygıyla da o kadar güçlü mücadele edebiliriz (Sayar, 2000: 74-75). Kaygıyı yaşamaktan korkmak ise yersizdir. Çünkü ondan uzaklaşmaya çabalamakla, çözümsüzlük doğurmakla birlikte kaygıyı daha da arttırmış oluruz (Özer, 2008: 65).



### 1.3. Kaygı ve Depresyonun Nedenleri

Depresyon daha çok orta yaşlarda 25- 44 yaşları arasında yaygındır. Yaygınlığı %4,4- % 19,6 gösterilmiştir. Kadınlarda erkeklere göre daha sık gözükmektedir. Dünyada her 4 kadından birinde, her 8-10 erkekten birinde depresyon gözükmektedir. Depresyon ergenlerde, çocukluktaki yoksunluklara tepki olarak normal ve gerekli bir affektif durum, gelişimsel bir basamak ve karakter stili olarak da tanımlanmaktadır. Parker ve Roy'a göre depresyonu olan ergenler aileleriyle daha çatışmalı, dışlayıcı, desteklenmeyen niteliktedir. Aile çatışması, ebeveynin ergenin yıkıcı davranışını kontrol etme girişimlerinin sonucunda da ortaya çıkabilir (Parker ve Roy, 2001).

Beck ve arkadaşları tarafından geliştirilmiş olan kurama göre, depresyonun nedeni temelde bilişsel bir bozukluktur. Beck (1979), depresyonun oluşmasında üç önemli bilişsel faktörden bahsetmektedir.

1- Kişinin Kendine Olumsuz Bakışı: Depresif kişi kendiyle bağlı olarak yoksun, eksik, yenilmiş, değersiz ve yetersiz olarak hisseder. Sevilmediğine inanır ve beğenilmediğini hisseder ve kendinde gördüğü eksikliklerden dolayı kendini reddeder.

2 -Deneyimlere Olumsuz Bakış: Depresif kişi çevresiyle etkileşiminde yenilmiş ve eksik hisseder.

3- Geleceğe Olumsuz Bakış: Kişi geleceğini umutsuz, sonu belirsiz, yoksun ve engellenmiş olarak görür.

Ayrıca depresyona neden olan etkenler biyolojik ve psikolojik etkenler olarak da incelenebilir.

a) Biyojenikaminler: Araştırmalarda depresif bozukluğu olan hastaların kan, idrar sıvılarında biyojenik amin metabolitlerinde çeşitli bozuklukların olduğu saptanmıştır. Biyojenikaminler olan serotonin ve noepinefrinde azalma gözükümüştür. Aynı zamanda asetilkolinde bozukluk da olduğu söylenilmiştir.

b) Nöroendokrin düzenleme: Depresif bozuklukda en önemli nöroendokrin olan adrenal, tiroid eksenlerinde, noktürnalsekresyonda azalma görülmümüştür.

Birçok psikolojik ve sosyolojik etkenler depresyonun oluşmasına neden olmaktadır. Onlar anne babanın ölümü, kişilerarası ilişkilerinde sorunlar, çevresel etkiler vb. durumlardır. Eryüksel ve Akün'ün çalışmasına göre, çocuğunda depresyon olan anababalar, olmayanlara göre, daha fazla depresyon, çocuklarıyla aralarında daha fazla çatışma ve anlaşmazlık yaşamış, anne babalarının fonksiyonel olmayan tutumları ile aile çatışması arasında pozitif yönde korelasyon bulunmuştur (Eryüksel ve Akün, 2003: 59 ).

Sosyal etkileşim ve bu etkileşimin önemini gösteren çalışmalar, ruh sağlığının ve fiziksel sağlığın aile, arkadaş ve diğer önemli kişilerle bağlı olduğunu söylemiştir. (Eskin, 1995 ).

Vinokur çalışmasında olumsuz yaşam olayları ile depresyon arasında güçlü ilişki olduğunu söylemektedir (Vinokur ve Selzer, 1975). 233 üniversite öğrencisi ile yapılan araştırmada depresyonun gündelik sıkıntılarla anlamlı ilişki gösterdiği bulunmuştur.

Bazı araştırmacıların söylediğine göre olumsuz hayat koşulu yaşayan insanlar depresif mizaca sahiptirler (Saatçioğlu ve ark., 1996: 25). Ruhsal hastalıkları, özellikle depresyonda olan kişinin sosyal girişimciliyi azalarak çevresel desteklerden uzaklaştır (Aşkın, 1999: 35).

Genelde kişinin stresli bir olay sonrasında, davranış reaksiyonları yavaşlar, bir süre uyaranlara yönelik tepkisi azalar. Bu tepki azaldığında ve ya durduğunda depresyona neden olur (Ceylan ve ark., 2001: 114). Bundan başka, kadınların olumsuz yaşam olaylarının devam ettiği sürece semptomları da artmaktadır. Başa çıkmada cinsiyet farklılıkları kadın ve erkeklerin içinde bulunduğu sosyal rollerdeki farklılıklarla alakalıdır (Blalock ve Joiner, 2000: 59).

Depresyon araştırmalarında, kadın-erkek oranları farklılığı biyolojik etkenin yanı sıra tarihsel süreç içerisinde ortaya çıkan işbölümü farklılığına ve kültürel etkenlere dayalı olarak beliren cinsiyet rollerine bağlanmaktadır (Küey ve ark., 1993: 61).

Depresyonu olan ergenlerde umutsuzluk, karamsarlık, ilgi kaybı, anhedoni, sosyal iç çekilme, yorgunluk, öz kırım düşüncesi ve girişimi daha sık ve şiddetli gözükmektedir. Ağlama ve uyku bozukluktan genel olarak kızlarda daha sık rastlanmıştır. Ergen kızlarda,

erkek ergenlere göre iştahsızlık ve özkıyım girişimi daha sık bulunmuştur ( Erdoğan, Tamar ve Erdoğan, 2002: 144).

#### **1.4. Ergenlerde Kaygı ve Depresyona Neden Olan Faktörler**

Olumsuz yaşam olayları ve stresörler çocukluktan erişkinliğe depresyonun gelişiminde önemli roller oynarlar. Çevresel streslerle karşılaşan pek çok bireyde depresyon gelişmediği halde, yatkınlığı olanlarda yaşam olaylarının tetikleyici bir rol oynadığı düşünülmektedir. Depresyonu olan hastaların yaşam olaylarına karşı duyarlı olmasının altında genetik etkenlerin bulunduğu işaret edilmektedir (Kendler vd., 1995: 840).

Çeşitli çalışmalarda ailesel genetik özellikler, depresif kişilik özellikleri, kadın olmak, eğitim düzeyi düşüklüğü, olumsuz yaşam olayları, yakın ilişki azlığı, bedensel hastalıklar majör depresyon için temel risk etkenleri olarak ileri sürülmüştür. Özellikle, erken yaşta ana-baba kaybı, daha sonra depresyon gelişebileceğinin öngörülmesini sağlayan en önemli yaşam olayıdır (Ünal vd., 2002:7).

Ergenlerin (8 ve 10. sınıf) değerlendirildiği uzunlamasına bir çalışmada, depresif belirtilerin stresörlerde artışa neden olduğu ve stresörlerin depresif belirtilerle ilişkili olduğu bulunmuştur. Affektif psikiyatrik bozukluğu olan anababaların çocuklarının (6-14 yaş) değerlendirildiği uzunlamasına bir çalışmada da olumsuz yaşam olayları ile depresif belirtilerde artış arasında iki yönlü ilişki olduğu sonucuna ulaşılmıştır (Hankin vd., 2004).

Stresörlerin sıklığı ve tiplerinde meydana gelen gelişimsel değişiklikler vardır. On üç yaşından sonra başlayan ve kontrol edilemeyen olumsuz yaşam olaylarının sayısındaki artış ergenlik boyunca depresif belirtilerdeki artışa paralellik gösterebilir (Pine vd., 1999:134).

Ergenlik döneminde yeni rolleri deneyerek içselleştirmenin ve bedensel değişikliklere uyum sağlama çabalarının yarattığı gerginliğe olumsuz yaşam olaylarının da eşlik etmesi depresyon ile sonuçlanabilir. Geç çocukluktan ergenliğe kadar stresörlerin artış eğiliminde olması, depresyon düzeyinin de ergenlik boyunca artışını açıklamamıza yardımcı olabilir. Stresörlerdeki artış eğilimi ergenlik yaklaşırken başlar. Gelişmedeki bu geçiş dönemi emosyonel sıkıntı ve strese artışla da ilişkilendirilmektedir. Ayrıca, stresörlerde artış ergen kızlarda 13 yaşından sonra erkeklere göre daha belirgindir ve stresörlerdeki bu gelişimsel

cinsiyet farklarının, depresyondaki cinsiyet farklarının ortaya çıkışını açıklaması da olanaklıdır (Hankin vd., 2005).

Depresyonun bilişsel kuramı, birincil olarak insanın zihinsel aktivitesi (algı, tanıma, yargılama, tutumlar, bellek gibi) ile depresyon yaşantısı arasındaki ilişkiye odaklanmaktadır. Dört bilişsel yatkınlık faktörü dikkati çekmektedir:

1. Nedenler, sonuçlar ve kendilik ile ilgili olarak olumsuz çıkarsama stili.
2. İşlevsel olmayan tutumlar.
3. Çökkün duyguduruma yanıtta ruminasyona eğilim.
4. Öz-eleştiri. Olumsuz çıkarsama stiline sahip bir birey, olumsuz olayları global ve sağlam nedenlere bağlama eğilimindedir.

Ayrıca, birey olumsuz olayların sonuçlarını felaketleştirir ve olumsuz olayların ardından kendini kusurlu veya yetersiz görür. İşlevsel olmayan tutumlara sahip bir bireyde değerlilik algısı, mükemmel olmaya veya diğerlerinden onay almaya bağlıdır. İşlevsel olmayan tutum, “mükemmel değilsem değersizim” cümlesi ile örneklendirilebilir.

Ruminasyon, hafif şiddette disforik olan bir bireyde bireyin çökkün duygudurumuna atfettiği anlam ve yüklülüğe bağlı olarak, şiddetli depresif belirtilerin gelişmesini tanımlayan bilişsel bir süreçtir. Son olarak yüksek düzeyde öz-eleştiri yapan bireyler kendilerini tanımlamada yeterlilikleri ve değerleri ile ilgili konularla aşırı uğraşırlar.

Çeşitli çalışmalarda erişkinler, ergenler ve çocuklarda depresyona yatkınlığa neden olan bilişsel faktörlerle ilgili varsayımlar değerlendirilmiştir. Bu çalışmalar, ergenlikte ileriye yönelik depresyonun yordanmasında, olumsuz çıkarsama stiliinin, işlevsel olmayan tutumların ve ruminasyonun belirleyici olduğu sonucuna ulaşmışlardır. Hankin ve arkadaşları da döneme özgü gerilimlere bu bilişsel yatkınlıkların eşlik etmesinin, gelecekteki depresyonun yordayıcısıolduğunu bildirmektedir. Depresyonu olan ana-babaların çocuklarının takip edildiği prospektif bir çalışmada, ana-babaların ve çocukların depresyon düzeylerinin zamansal bir ilişki gösterdiği, ana-babalardaki depresyon şiddetlendiğinde çocukta da depresyonun şiddetlendiği bulunmuştur. Bu zamansal ilişki çocuğun olumsuz çıkarsama stili ile daha da şiddetlenmektedir. Daha kötümser (pesimist) olan çocuklarda, ana-

babanın depresyonunun şiddetlenmesini takiben gözlenen depresyonun şiddeti, iyimser (optimistik) çocuklara göre daha belirgin biçimde artmaktadır (Hankin vd., 2005).

Bazı araştırmalar, depresyona bilişsel yatkınlığın sadece geç çocukluktan erken ergenliğe geçiş sırasında ortaya çıktığını ileri sürmektedirler (soyut ve formaloperasyonel düşünme). Bu “gelişimsel hipotez”e göre, çocuklarda benliklerini ve geleceklerini soyut olarak düşünmeyi sağlayacak bilişsel kapasite henüz gelişmemiştir. Kişilik özellikleri, düşünme stili ve benliğe bakış ergenlikte gelişir. Bu bilişsel süreçler, çevresel stresörlerle etkileşerek depresyona katkıda bulunabilir. Ancak, gelişimsel hipotezin tersine çeşitli çalışmalarda; olumsuz çıkarsama stili, işlevsel olmayan tutumlar ve öz-eleştiri ve ruminatif yanıt stilini kapsayan bilişsel yatkınlık yaklaşımları değerlendirilmiş ve bu bilişsel yatkınlık faktörlerinin olumsuz olayların ortaya çıkışı ile etkileşerek hem çocuklukta (6-9 yaş aralığında) hem de erken ergenlikte (10-14 yaş aralığında) depresif belirtilerde artışı yordayabildiği gösterilmiştir (Abela, 2001:247).

“Aşırı güven arayışı”, diğerleri tarafından sevildiği ve değerli olduğuna dair daha önce güvence alınıp alınmadığından bağımsız olarak, aşırı ve kesintisiz güven arayışına eğilim olarak tanımlanır. Kesitsel çalışmalar, yüksek düzeyli güven arayışının çocuklukta ve erken ergenlikte depresif belirtilerle ilişkili olduğunu göstermiştir. Benzer biçimde birincil tanısı depresif bozukluk olan genç psikiyatri hastalarının, güven arayışı düzeylerinin birincil tanısı dışsallaştırma ve/veya anksiyete bozukluğu olanlardan daha yüksek olduğu bulunmuştur. Son olarak güven arayışının olmasının, güvensiz bağlanma stili sergileyen çocuklarda ve ergenliğin erken dönemindeki ergenlerde klinik açıdan depresif epizod öyküsünü yordayabildiği belirlenmiştir. Çalışma sırasında saptanan depresif belirtiler kontrol edildikten sonra bile bu ilişki devam etmiştir. Prospektif bir çalışmanın sonuçları, sadece erken ergenlikte başlayan depresyona yatkınlığın güven arayışına katkıda bulunabileceğini ileri sürmektedir (Abela, 2001:251).

"Kişilerarası bağımlılık", yakınlarla (ana-babalar ve kardeşler gibi) ilişkide olmak için abartılı bir gereksinim, doğrudan ve yüz yüze iletişim kurma isteğidir. Kesitsel çalışmalar, ergenlerde bağımlılığın şiddeti ile depresif belirtilerin şiddetinin pozitif ilişki gösterdiği sonucuna ulaşmıştır. Ancak, prospektif tasarıma sahip çalışmalarda, depresif

belirtilerde zamanla ortaya çıkan artış ile bağımlılık arasında herhangi bir ilişki saptanmamıştır (Abela, 2001:251).

Yüksek bağımlılık düzeyi, genç popülasyonda normatif ve hatta adaptif olabilir. Bireyin gereksinimi olduğunda güven verebilecek bireylerden oluşan bir insan ağının varlığı olarak tanımlanan sosyal destek, çok boyutlu bir kavramdır. Emosyonel, finansal, bilgisel ve uyarıcı destek gibi farklı sosyal destek tipleri vardır ve sosyal destek ağı aile üyelerini, arkadaşları, önemli diğer insanları ve iş arkadaşlarını kapsamaktadır. Anksiyöz çocukların kendi sosyal ağları ile ilgili doyum düzeylerinin deprese çocuklardan daha yüksek olduğu bildirilmiştir. Ayrıca, sosyal desteğini yüksek düzeyde bildiren çocukların, yüksek işlevselliğe sahip olduğu bulunmuştur. Ergen depresyonu, aile desteğinin ve arkadaşlardan sağlanan sosyal desteğin düşük olması ile ilişkilendirilmektedir. Bir çalışmada, ergenlerin düşük ana-baba desteği ile ilgili algısının gelecekteki depresyonu yordayabileceği gösterilmiştir (Stice vd., 2004:156).

Bağlanma; depresyona kişilerarası bir yatkınlık olarak, Bowlby tarafından vurgulanmıştır. Çocukla bakım verenler arasında erken dönem bağlanma örüntüleri, hem normal hem de anormal gelişimde önemli bir role sahiptir. Çeşitli kesitsel çalışmalarda, ergen örneklemindeki depresif belirtilerle güvensiz bağlanma arasında ilişki olduğu gösterilmiştir. Lise son sınıf öğrencisi kızların bir yıl boyunca izlendiği bir çalışmada, güvensiz bağlanmanın depresif belirtilerde artışla ilişkili olduğu saptanmıştır. Ayrıca, güvensiz bağlanma örüntüsü sergileyen ergen kızlarda yüksek düzeyli kişilerarası strese bağlı olarak depresif belirtilerde artış olduğu belirlenmiştir. Diğer bir çalışmada, olumsuz bağlanma örüntüleri sergileyen çocuklarda ana-babaların depresif belirtilerindeki artışı takiben depresif belirtilerde artış olduğu bildirilmiştir (Stice vd., 2004:156).

Majör depresif bozukluk ve diğer depresif bozuklukların etyolojisinde yer alan biyolojik etkenlerin varlığına ilişkin kuramlar uzun yıllardır ortaya konmaktadır. 1950'lerde monoaminoksidaz inhibitörlerinin (MAOI) ve trisiklikantidepresanların (TSA) psikiyatrik bozuklukların tedavisinde kullanılmaya başlaması ile birlikte "Monoamin Hipotezi" ortaya atılmıştır. Monoamin hipotezi üç biyogenikaminden (serotonin/5-HT, noradrenalin/NA, dopamin/DA) birinin eksikliğinin ve işlevlerinde ortaya çıkan azalmanın veya

reseptörlerindeki sayı ve duyarlılıktaki artışın depresyonun altında yatan biyolojik düzenekler olduğunu ileri sürer. Ancak yaklaşık 40 yıl önce, depresif bozuklukların beyinde 5-HT düzeyindeki azalma sonucu değiştiği düşüncesini öne süren " Serotonin/ İndolamin Hipotezi" ortaya atılmıştır (Racagni vd., 1999:4).

Beyin nörokimyası üzerinde yapılan araştırmaların ilerlemesiyle 5-HT ve NA sistemlerinin tek başına çalışmadığı ve hatta bu sistemlerin çalışma düzeninin DA sisteminden bağımsız olmadığı anlaşılmıştır. Bu yüzden bugünkü düşünce depresyonun fizyopatolojisi açısından 5-HT ve NA sistemlerinin eşdeğer derecede önemli oldukları ve DA sisteminin de diğer iki sisteme kıyasla daha ikincil olmakla birlikte önemsenmesi gerektiği şeklindedir (Ceylan ve Oral, 2001).

Hipotalamo-pitiuiter adrenal eksen (HPA) anormallikleri depresif bozukluklarda en sık ve tutarlı olarak gösterilmiş olan biyolojik belirleyicilerdir. Erişkin majör depresyonlu hastaların çoğunda plazma kortizolkonsantrasyonu yükselmiş, kortizolmetabolitleri artmış ve 24 saatlik idrar serbest kortizol konsantrasyonu yükselmiştir. Bu artmış kortizol üretimi, depresyonun düzelmesiyle normale dönmektedir, yani bir durum belirleyicisi niteliğindedir. Ayrıca depresyonlu bireylerde kortizolünsirkadiyen ritmi de bozulmuştur. Bu HPA eksen değişiklikleri depresyonu daha şiddetli olanlarda ve daha yaşlı olan depresyonlularda genellikle daha belirgindir. Depresif çocuk ve ergenlerde deksametazon supresyon testi (DST) çalışmalarının gözden geçirildiği bir incelemede, depresif çocukların %70'inde depresif ergenlerin %43'ünde DST pozitifliği saptanmıştır. DST pozitif olan depresif çocuk ve ergenler beş ay sonra değerlendirildiğinde, depresyonu düzelen hastalarda DST'nin düzeldiği, depresyonu sürenlerde DST pozitifliğinin devam ettiği bulunmuş ve pozitif DST'nin çocuk ve ergenlerde erişkinlerde olduğu gibi durum belirleyici olduğu sonucuna varılmıştır (Eşel, 2005:41).

Depresif çocuklarda yapılan bir çalışmada, biyolojik uyarılara GH yanıtında küntleşme olduğu saptanmıştır. Birmaher ve arkadaşları, depresyonu olan ana-babaların çocuklarında (bu çocukların depresyon riski yüksektir ancak, klinik depresyonları yoktur) GH yanıtının azaldığını bulmuşlardır. Bu bulgular GH'nin, hayatın erken döneminde de

depresyona biyolojik yatkınlık için bir indeks olarak kullanılabileceğini düşündürmektedir (Birmaher vd., 2000).

Yapısal nörogörüntüleme çalışmaları, rekürren depresif epizodları olan bireylerin hippokampuslarının görece daha küçük olduğunu göstermiştir. Rekürrens veya rahatsızlığın direnci ve antidepresan tedavi alınmamasının, hippokampus hacminin ilerleyici bir şekilde azalmasına neden olduğu ve bu durumun diğer belirtileri olduğu kadar bu rahatsızlıktaki bellek problemlerini de açıklayabileceği düşünülmektedir. Ayrıca, amigdala ve ventralstriatum gibi subkortikal yapılarda ve anteriorsingulat korteks, orbitofrontal korteks ve prefrontal korteks gibi kortikal bölgelerde de hacimsel anormallikler saptanmıştır (Hajek vd., 2008:96).

Steingard ve arkadaşları depresif bozukluğu olan çocuk ve ergenleri başka ruhsal bozukluğu olan hastalarla MRI yöntemiyle karşılaştırmışlar, depresif çocuklarda frontal lob hacminin beyin hacmine oranında azalma, lateralventrikül hacminin beyin hacmine oranında artma bulmuşlar ve erken başlayan depresif bozuklukta frontal lobun rol oynadığını ileri sürmüşlerdir (Steingard vd., 1996:310).

Tutus ve arkadaşları MDB'si olan ergenleri SPECT ile incelemiş ve tedavi edilmemiş depresif ergenlerde sağlıklı gruba göre sol anterofrontal ve sol temporalkortikal alanlarda azalmış perfüzyon saptamışlardır. Tedavi edilmiş depresif hastalarla sağlıklı denekler arasında fark bulunmadığı için, bu özelliğin bir state marker olabileceğini öne sürmüşlerdir.

Aile ve genetik çalışmaları, duygudurum bozukluklarının gelişiminde genetik etkenlerin önemli rolü olduğunu ortaya koymuştur. Duygudurum bozukluğu olan bireylerin birinci dereceden akrabalarında hastalanma riski belirgin ölçüde yüksektir. Majör depresyon öyküsü olan bir ana-babaya sahip olmak ergenlerde depresyonun güçlü yordayıcılarından biridir. Davranışsal genetik çalışmaları (çocuklarda ve ergenlerde) depresyonun orta düzeyde kalıtsal olduğunu göstermiştir. Ana-babalar tarafından yapılan depresif belirti değerlendirmesine göre, kalıtımsallık oranları %30-80 arasında değişmekteyken bu genetik tahminler ergenlerin kendi depresif belirtilerini değerlendirdiği durumda %15-80 arasında değişmektedir (ortalama %35). İkiz çalışmalarından elde edilen kanıtlar da, ergenlikte başlayan (ve 11 yaşından sonra) ve erişkinlik boyunca devam eden depresif belirtilerin



kalıtsal olduğu yönündedir. Ancak, 11 yaşından önce paylaşılan aile ortamının da çocukluktaki depresyonla bağlantılı olduğu ileri sürülmektedir (Rice vd., 2002:70).

Depresyonla ilişkili olduğu düşünölen gen allellerindekipolimorfik varyasyonları değerlendiren çalışmalar yapılmıştır, fakat depresyona neden olan herhangi bir gen dizisi veya gen tanımlanmamıştır. Serotonintransporter geni, majör depresif bozuklukta en çok çalışılan gendir. Bu genle ilgilenilmesinin nedeni, 2 farklı alleli (uzun/Long ve kısa/Short) için polimorfizminin olmasıdır. Kısa allel, serotonintransporter sentezini yavaşlatır. Bu yavaşlamanın, serotonin nöronlarının, kendilerini stimüle eden uyarana adaptasyonlarını yavaşlattığı düşünölmektedir. Akut stresörlerinserotoninsalımını artırdığı düşünölürse, polimorfizm bireyin strese duyarlılığını etkileyebilir (156). Serotonintransporter geninde kısa allel varlığının bireyi depresyona yatkınlıştırdığı ile ilgili veriler tutarsız olmakla birlikte, psikososyal etkenler ve çoklu gen etkileşimleri bireyin depresyona yatkınlığını belirliyor olabilir. Serotonintransporter (SLC6A4) geni dışında, serotonin 2A reseptör (5HTR2A) geni, tirozinhidroksilaz (TH-dopamin sentezinin hız kısıtlayıcı basamağındaki enzim) geni, triptofanhidroksilaz 1 (TPH 1) (serotonin sentezi) geni ve katekol-o-metiltransferaz (COMT) (dopamin katabolizması) geni ile ilgili de çalışmalar yürütölmektedir (Levinson, 2006:88).

Araştırmalar, gen-çevre etkileşiminin önemini ortaya koymuştur. Bazı bireylerin belli çevresel risklere maruz kaldıklarında depresyon geçirme olasılıklarının arttığı gözlenmiş ve bu da genetik yüklölüğe bağlanmıştır. Gen-çevre etkileşimi ile ilgili en özgül kanıtlar erişkinlerde çevresel stresörlerin değerlendirildiğı moleküler genetik çalışmalardan elde edilmiştir. Bu çalışmalarda, serotonintransportörünün (5-HTT) promotör bölgesindeki fonksiyonel bir poliformizminstresör varlığında erişkinlikte başlayan depresyonu yordayabildiğı bulunmuştur. Ergenlerde genetik ile stres arasındaki ilişkiyi değerlendiren az sayıda çalışmadan birinde, 5-HTTLPR'nin kısa formunun stresörle etkileşiminin depresif belirtilerin şiddetini yordayabildiğı (12-17) yaş arasındaki kızlarda, (erkeklerde değıl) gözlenmiştir (Eley vd., 2004).

### **1.5. Kaygı ve Depresyonun Etkileri**

Kaygı ve depresyonun etkileri fiziksel, duygusal ve bilişsel etkiler olmak üzere 3 kategoride toplanabilir. Bu etkilerin tamamını aşağıdaki tabloda özetlemek mümkündür.

**Tablo 1.** Kaygı ve Depresyonun Etkileri

<b>Fiziksel Etkiler</b>	<b>Duygusal Etkiler</b>	<b>Bilişsel Etkiler</b>
İştahsızlık	Kendinden hoşnutsuzluk	Düşük benlik algısı
Uyku bozukluğu	Karamsarlık	Olumsuz beklentiler
Cinsel dürtü kaybı	Kötümserlik	Kendini suçlama
Yorgunluk	Sıkıntı	Eleştirme kararsızlık
Kilo kaybı	Umutsuzluk	Çarpıtılmış beden imgesi
Aşırı yeme	Yalnızlık	Motivasyon azalması
Enerji azlığı	Üzüntü	Geçmiş pişmanlıklar
Güçsüzlük	Acı duyma	Çaresizlik düşünceleri
Halsizlik	Duygusuzluk	Öz saygı yitimi
Uyku problemleri	Umutsuzluk	Kendini suçlama
Çabuk yorulma	Çaresizlik	Değersizlik düşüncesi
Ağlama nöbetleri		Yoğunlaşmama
		Kararsızlık
		Yineleyen depresyon düşünceleri

**Kaynak:** ( Cüceloğlu, 2004 : 340) ‘dan tablo haline getirilmiştir.

Ergenlik dönemine ait bazı düşünce tarzları depresyonun oluşmasında önemli rol oynar: Olayların sadece olumsuz yanlarını görme eğilimi, sorunları çözümsüz olarak algılama, mükemmeliyetçilik, ümitsizlik, kendini yetersiz görme ve beğenmeme gibi. Ebeveynlerden birinin depresyonda olması, eşler arasındaki ve aile içindeki anlaşmazlıklar, ebeveynlerin boşanması, aileden birinin ölümü veya intiharı, duygusal, fiziksel ve cinsel

istismar, ergenlerde depresyona yol açan ve depresyonu tetikleyen etkenlerdendir (Tan, 2008).

Ergenlerde, depresyonun temel belirtileri, karşı çıkma, olumsuzluk, açıkça toplum dışı ve topluma karşı davranış, anlaşılmadığı ve onaylanmadığı duyguları, tedirginlik, mızımlık, asık suratlı, ters, davranış ve tutum, aile çevresine uyum güçlüğü, aile sorunlarında iş birliğinden kaçınma, aileden uzaklaşma, odaya kapanma, toplumsal etkinliklerden kaçınma, okula uyum güçlüğü, okulda başarının düşmesi, giyime dikkatsizlik, sevgi ilişkilerinde reddedilme, reddedilmeye karşı özel duyarlılık ve uyuşturucu madde bağımlılığıdır (Köknel, 2005).

Ergenlikte, bedensel büyüme ve gelişmenin, ortaya çıkardığı yeni durumlara alışma sürecinde yaşanan kaygılar ergenin gelişimsel kaygıdır. Ergen kendi bedenini başkalarıyla kıyaslayarak ortalamalara göre olan farklılıklarından dolayı kaygılanır. Ani boy uzamasıyla birlikte kamburlaşan yapısının sürekli kambur kalacağı endişesine kapılır (Kulaksızoğlu, 2007). Ergenlik döneminde kaygıya yol açan faktörlerden biri de kimlik arayışının başlamasıdır. Kimlik arayışıyla bağlantılı olarak sosyal beğeni kaygısıyla kendilerini, iyi ya da kötü, çirkin ya da yakışıklı, girişken ya da içe dönük gibi çift kutuplu bir boyut üzerinde sınıflandırır. Bağımsızlık çatışmaları ergende kaygıya neden olan bir diğer faktördür. Bağımsızlık çabaları anne babası tarafından engellenirse bu, ergenin ebeveynleriyle olan ilişkilerinde gerginliğe ve çatışmaya yol açabilir. Ergen anne babası tarafından anlaşılmadığı hissine kapılır. Anne babanın genci başkalarıyla kıyaslaması, sık sık eleştirmesi ve aşağılaması gibi olumsuz davranışları da ergende kaygıya yol açan ebeveyn davranışlarındandır (Kulaksızoğlu, 2007).

Depresyon kaygının ergenler üzerindeki etkileri gelen olarak sıralanacak olursa ([http://www.hku.edu.tr/depo/Psikoloji\\_Gundemi\\_2.pdf](http://www.hku.edu.tr/depo/Psikoloji_Gundemi_2.pdf));

**Mutsuzluk:** Çocuklar da erişkinler gibi mutsuz, keyifsiz ve huzursuz olabilirler. Ancak erişkinlerden farklı olarak çocuklarda “depresif duygudurum” yerine “irritableduygudurum” görülebilir. Bu çocuklar dışarıdan bakıldığında mutsuz ve keyifsiz değil; sinirli, huzursuz ve gergin görünürler. Bu çocuklarda şiddeti ve sıklığı zaman zaman artan öfke nöbetleri gözlenebilir. Basit şeylere hemen öfke ile karşılık verirler. Olmayacak

zaman ve yerde sinirlenir, bağıır, çağırır hatta kendilerine ve çevreye zarar verici davranışlar sergileyebilirler. Öfke nöbeti sergileyen çocukların bu davranışı aileler tarafından yanlışlıkla şımarıklık, yaramazlık ya da davranış sorunu gibi algılanır. Oysa çocukta var olan “depresif duygudurum” sinirlilik ve öfke olarak dışarı yansımaktadır.

**Zevk almama:** Depresif çocuk ve ergenler öncesinde keyifle yaptıkları eylemlerden artık zevk almamaya başlarlar. Örneğin, çok zevkle uzun süre oynadığı bir oyuncağını artık oynamak istemez, arkadaşları ile birlikte oynamaktan zevk almamaya başlar ve dışarı çıkmaz, keyifle izlediği film ve dizileri takip etmeyi bırakır.

**Yorgunluk, enerji azlığı:** Depresif çocuk ve ergenler hastalık öncesi ile kıyaslandığında enerjilerinde azalma ve yorgunluk belirtileri gösterirler. Bu nedenle de oyunlara katılmak, spor aktivitelerine devam etmek istemezler. Halsizlik yorgunluk ve bitkinlikten şikayet ederler. Günlük yaşamda da yavaş hareket etmeye başlar ve daha çok yatmayı tercih ederler.

**Değersizlik ve suçluluk duyguları:** Depresif dönemde kişi kendini değersiz hisseder. Özgüveni düşüktür. Çocuklarda anne babasının, kardeşlerinin, arkadaşlarının veya öğretmenlerinin kendini sevmediği düşüncesi hakimdir. Depresif çocuklar kendilerinin hiçbir katkısı olmadığı halde bazı olaylar nedeniyle kolayca kendilerini suçlarlar. Örneğin anne baba arasındaki kavgaların nedeninin kendisi olduğunu düşünürler.

**Yeme ve Uyku Sorunları:** Erişkinlerde yeme ve uyku bozuklukları depresyonun önemli belirtileri arasında yer alırken çocuklarda yemek ve uyku sorunlarına daha az rastlanır. Çocuk ve ergenlerde aşırı iştah azalması ve buna bağlı kilo kaybı görüleceği gibi, tam tersi aşırı yeme ve buna bağlı kilo alımı da gözlenebilir. Bu dönemde uyku kalitesinde de bozulmalar görülebilir. Uykuya dalmakta zorlanma, az uykuyla yetinme, sabah erken uyanma, uykuda kabus görme, korkarak uyanma önemli belirtiler arasında yer alır. Diğer taraftan özellikle ergenlerde aşırı uyuma, erken yatıp geç kalkma, gündüz uyuma, yataktan çıkamama belirtileri dikkat çekicidir.

**Dikkat Sorunları:** Depresyonda dikkat ve konsantrasyon sorunlarına sıklıkla rastlanır. Bu durum çocuk ve ergenlerin akademik hayatlarını olumsuz olarak etkiler ve

akademik performansları giderek düşer. Sınıfta dersi takip edememe, ders esnasında dalıp gitme, çabuk unutma, masa başında oturamama, eşyalarını kaybetme, organize ve planlı hareket edememe sıklıkla rastlanan belirtilerendir. Buna bağlı olarak da çocuk ve ergenin ders notları ve sınav başarılarında düşüklük gözlenebilir. Özellikle akademik başarıdaki hızlı düşüşlerde depresyon akılda tutulması gereken önemli nedenlerden biri olmalıdır.

**Kararsızlık:** Depresif dönemde bilişsel fonksiyonların etkilenmesine bağlı olarak karar verme zorluğu da gözlenen belirtilerden biridir. Bu çocuklar önemli olmayan konularda bile karar vermekte zorlanır ve aileden yardım isterler.

**İntihar Düşüncesi:** Erişkinlerde olduğu gibi çocuk ve ergenlerde depresyona bağlı olarak ölüm düşüncesi gelişebilir. Bu düşünce bazen intihar eylemine de dönüşebilir. Özellikle bu konuda ergenler daha riskli bir gruptur. Yoğun mutsuzluk ve keyif almama durumu ve bununla bağlantılı olarak gelişen “ruhun acı çekme hali” ölüm düşüncesinin eyleme dönüşmesine yol açabilir. Maalesef toplumda çocukların intihar eğilimine başvurmayacağı gibi yanlış bir kanaat hâkimdir. Oysa 5-6 yaş kadar küçük çocuklarda dahi intihar düşünce ve eylemi görebilmekteyiz.

## **1.6. Tutum Kavramı**

Tutum en temel anlamda bir bireye atfedilen eğilim olarak tanımlanabilir. Bireye atfedilen bu eğilimin asgari şartı ise; zihinsel değerlendirmedir. Ancak her ne kadar tutuma ilişkin asgari şart zihinsel değerlendirme olarak tanımlansa da, zaman içerisinde bireylerin geliştirdikleri tutumların neredeyse tamamına yakınında duygusal ve davranışsal öğeler ortaya çıkar. Diğer bir ifade ile tutum, sadece zihinsel öğelerden oluşmamaktadır. Tutum, gözlemlenen davranışlardan yola çıkmak sureti ile bir bireye atfedilen bir eğilim olarak kabul edilebilir. Sonuç olarak tutum kavramının temel üç ögesi olduğunu söylemek mümkündür; zihinsel öge, duygusal öge, davranışsal öge (Kağıtçıbaşı, 1999: 110).

Bireyler, mevcut çevreleri ile olan ilişkilerinde çevreden gelen farklı uyarıcıları algılayabilmek için bu uyarıcıları ilk önce gruplandırmakta ve bu gruplandırmaları da birbiri ile ilişkilendirmektedir (Baysal, 1981: 14). Bireylerin çevre ile ilişkilerinde kullandıkları ve bir anlamda bilgi sistemi olarak tanımlanabilecek bu sistem, bireysin tutuma ilişkin bilişse

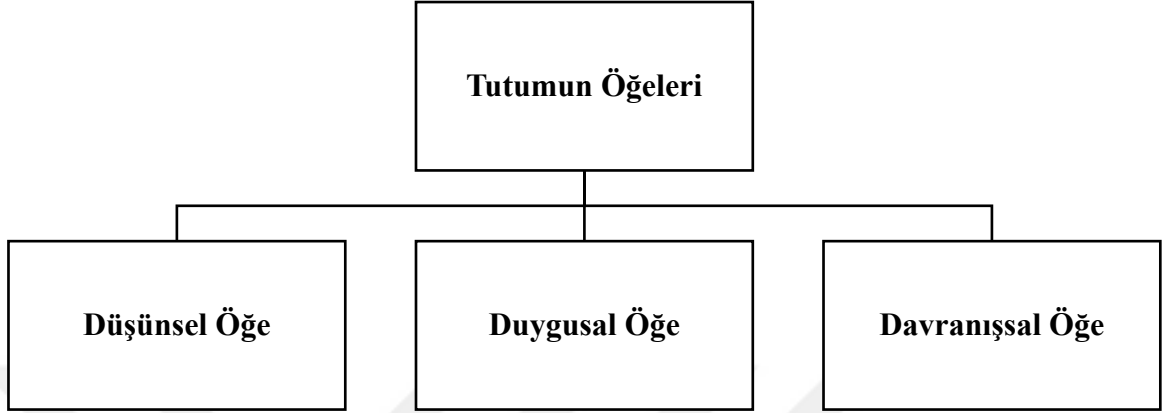
ögesi üzerinde etkilidir. Çünkü tutumun bilişsel ögesi, tutum nesnesi hakkında sahip olunan tüm bilgileri, görüşleri ve inançları kapsamaktadır.

Tutum kavramı, gerçek olaylardan ve olgulardan farklılaşan bir kavramdır. Tutum kavramının farklılaşmasına ilişkin olan en önemli etken tutumun sahip olduğu duygusal ögedir (Aydın, 1987: 295). Tutumun duygusal ögesi, bir bireyin tutum nesnesine karşı geliştirdiği duygu ve değerlendirmeleri kapsamaktadır. Bireyin tutum nesnesine ilişkin geliştirdiği duygu ve değerlendirmeler arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki bulunmaktadır. Diğer bir ifade ile eğer bireyin tutum nesnesine ilişkin olarak geliştirdiği duygular olumlu ise, konu nesneye ilişkin değerlendirmesi de olumlu olacaktır. Aynı şekilde bu durumun tam tersi de geçerlidir.

Tutumun davranışsal ögesi, tutum nesnesine ilişkin olarak bireyin geliştirdiği davranış eğilimlerini kapsamaktadır.

### **1.6.1. Tutumun Temel Ögeleri**

Tutum olarak tanımlanan olgu, bireylerin düşüncelerinin, duygularının ve davranışsal eğilimlerinin birbirleri ile uyumlu olması anlamına gelmektedir. Bu noktada, tutumun karmaşık bir eğilim olduğunu söylemek mümkündür. Tutum, içerisinde farklı ögeleri barındıran bir kavramdır. Tutumun ögeleri bireyin çevresinde yer alan şeylere ilişkin olan duygularının, düşüncelerinin ve davranışlarının sürdürülebilirliğini sağlamaktadır (Çiçek, 2007: 57-58). Tutumun ögeleri aşağıdaki şekil yardımı ile özetlenmiştir.



**Şekil 2.** Tutumun Öğeleri

**Kaynak:** (Yüksel, 1994: 18)'den yararlanılarak şekil haline getirilmiştir.

Tutumun düşünsel ögesi tutumun önemli bir kesitini oluşturmaktadır. Tutumun düşünsel ögesi, bireyin bilişsel olarak sahip olduğu işleyişin sistemleşmesi ve sınıflandırılması ile ilgilidir (İnceoğlu, 2010: 24). Düşünsel öge, bireyin karşılaştığı durumlara, olaylara, nesnelere ilişkin olarak geliştirecekleri tutuma ilişkin olarak sahip oldukları deneyimleri, inançları kapsamaktadır.

Tutumun duygusal ögesi, bireyin karşılaştığı olaya, olguya ya da nesneye ilişkin olarak geliştirdiği duygusal tepkilerin tamamını içeren ögedir. Davranışsal öge ise, tutuma ilişkin tüm davranışları kapsayan ve birey tarafından geliştirilen davranış eğilimlerinin etkilendiği alışkanlıkları, normları, kültürel öğeleri kapsamaktadır (Ertürk, 2010: 133).

### **1.6.2. Tutumun Özellikleri**

Tutum kavramının sahip olduğu her bir ögenin farklı özellikleri vardır. Tutuma ilişkin ilk özellik, tutumun güç derecesidir. Tutumun güç derecesi tutumun sahip olduğu şiddetin derecesi ile ilgilidir. Tutumun sahip olduğu şiddet ya da diğer bir ifade ile tutumun güç derecesi, tutumun öğelerinin her birinin sahip olduğu güç derecesinin birleşiminden

oluşmaktadır. Bir bireyin sahip olduğu tutumun şiddeti ne kadar yüksek ise, o tutumun değişmesi, değiştirilmesi o denli zordur (Kağıtçıbaşı, 1999: 112).

Tutumla ilişkin bir diğer özellik, tutumların diğer tutumlar ile olan ilişkisi ile ilgilidir. Tutumun bu özelliği “diğer tutumlar ile olan ilişki ve merkezi olmak” şeklinde açıklanmaktadır. Bireyler tarafından geliştirilen tutumların bazıları, diğer tutumları ile ilişki içerisindedirler ancak bazı tutumları ise diğer tutumlarından bağımsız olarak geliştirilir.

Tutumların içerisinde barındırdıkları öğelerin birbirleri ile uyum içerisinde olmaları beklenmektedir. Diğer bir ifade ile bir bireyin geliştirdiği tutumun öğelerinin birbirleri ile uyum içerisinde oldukları bilinmektedir. Ayrıca tutumlar arasında da bir tutarlılık olduğu bilinmektedir. Genel olarak kabul edilen, bir bireyin var olan tutumlarına benzer tutumları benimsediğidir. Diğer bir ifade ile bireyler var olan tutumlarından farklılaşan bir tutumu kabul etme ya da benimseme eğiliminde değillerdir. Bireylerin sahip oldukları tutum ne denli eski ise değiştirilmesi ya da düzeltilmesi o denli zor olur. Dolayısıyla denilebilir ki bireylerin çocukluk yaşlarında geliştirdikleri tutumların değişmeleri ve değiştirilmeleri daha sonraki yaşlarda edindikleri tutumlar ile kıyaslandığında oldukça zordur (Oktay, 1996: 166-167).

Sonuç olarak tutumlara ilişkin özellikleri aşağıdaki gibi özetlemek mümkündür (Kağıtçıbaşı, 1999: 163);

- Tutumlar bireylerin kişisel ve toplumsal öğrenme sürecinden sonra oluşurlar
- Tutumların oluşması zamana yayılmıştır ve bu nedenle ancak önemli bir çaba sonrasında değişme uğrayabilirler
- Tutumlar gözlem yöntemi ile anlaşılabilirler, tutumlar ancak davranışlar yardımı ile anlaşılabilirler.

### **1.7. Aile Sistemi ve Çocuğun Gelişiminde Ailenin Yeri**

Aile bir toplumun en küçük birimi olarak kabul edilmektedir. Aile kavramına ilişkin olarak özellikle günümüz modern toplumlarında farklı tartışmalar yürütülmekte ve aile kavramının ne olduğuna ilişkin araştırmalar yapılmaktadır. Aile, toplumlar için yapısal,



fonksiyonel, sosyal olarak önemli bir olgudur. Aile kavramı, insanlık tarihi kadar eski olan bir kavramdır.

Aile, kültürel boyutlarının olduğu kabul edilen sosyal bir sistem olarak kabul edilmektedir. Aile sahip olduğu kültürel boyutları kapsamında ele alındığında üç temel öğenin varlığından bahsetmek mümkündür. Aile kültürünün üç temel öğesi aşağıdaki gibi özetlenebilir (Hallaç, Öz, 2014: 148);

- Aile üyeleri, aile davranışlarını etkileyen mevcut değerleri paylaşırlar
- Aile üyelerinin tanımlanmış ve belirlenmiş rolleri vardır
- Aile kültürü, ailede gücün kullanımı ve dağılımı tanımlanmıştır

Aile sahip olduğu bu kültürel öğeler ile ailenin bireylerini doğumdan itibaren etkilemektedir. Bir bireyin içerisine doğduğu, içerisinde büyüdüğü aile, sosyal ve psikolojik olarak bireyin ihtiyaçlarının karşılandığı yerdir. Bunun yanı sıra, aile, bireylerin etkileşim içerisinde buldukları en küçük toplumsal birimdir. Dolayısıyla, ailenin çocukların üzerinde etkisi olduğu, diğer bir ifade ile aile ile çocuk arasında önemli bir etkileşim olduğunu söylemek mümkündür. Bu etkileşim sürecinde çocuğun aile içerisindeki yeri belirlenmekte ve çocuğa ilişkin olarak yöneltilen davranışlar (özellikle anne ve babası tarafından) çocukların hayatlarına dair önemli izler bırakır. Dolayısıyla, sağlıklı bir aile içerisinde büyüyen çocukların, ilk yaşlarından itibaren tüm hayatları süresince sağlıklı (ruhsal) ve toplumsal değerlere saygılı bireyler olması beklenmekte ve karşılaştıkları zorluklar karşısında daha az yara alarak normal hayatlarına dönmeleri beklenmektedir. Bu noktada altını çizmek gereken husus, sağlıklı aile kavramının ne olduğudur. Sağlıklı aile bir takım özellikleri taşımaktadır. Bu özellikler aşağıdaki gibi sıralanmaktadır (Hallaç, Öz, 2014: 149);

- Aile üyelerinin arasındaki etkileşim sürecinin kolaylaştırıcı olması gerekmektedir
- Aile, üyelerinin bireysel gelişimlerini artırıcı yönde etki etmektedir
- Rol ilişkileri etkin bir şekilde yapılanmıştır
- Aile, üyelerinin problemleri ile baş etmek için aktif bir süreç izlemektedir

- Ev çevresinin ve yaşam tarzının sağlıklı olması gerekmektedir
- Ailenin bağlı olduğu toplulukla, toplumla sağlıklı ilişkileri vardır

Sağlıklı olarak kabul edilen ailelerin içerisinde büyüyen bireyler, hayatları boyunca karşılaştıkları duygusal geçiş evrelerinde (ki ergenlikte bunlardan bir tanesidir) sağlıklı aile koşullarına sahip bireylere kıyasla daha başarılı olmaktadır ve duygusal geçiş evrelerinde ortaya çıkan olumsuzluklar hem bireysel olarak hem de ailenin yürüttüğü tutumsal davranışlar ile birlikte en az kayıp ile atlatılabilmektedir. Bu noktada, aile ve çocuğun etkileşim süreçleri kapsamında anne ve babanın çocuklara ilişkin sürdürdükleri tutumların incelenmesi yararlı olacaktır. Çünkü anne ve babalar, çocukların ilk hayatlarının şekillenmesi noktasında son derece önemli aktörlerdir.

### **1.8. Anne Baba Tutumlarının Sınıflandırılması**

Ailelerin çocuklarına karşı davranış şekilleri kişisel karakter özellikleri, çevresel etkenler, çocuğun karakteri ve yapısı gibi birçok değişkenden etkilenmektedir. Bu durum ailelerin çocuklarına karşı farklı tutumlarda yaklaşmalarına neden olmaktadır. Anne ve babaların çocuklarını yetiştirme süreçlerinde takındıkları tutumları altı başlık altında incelemek mümkündür.

#### **1.8.1. Aşırı Otoriter ve Baskıcı Tutum**

Aşırı otorite ve baskıcı tutum sahibi anne babaların, aşırı derecede kuralcı ve otoriter davranışlar kapsamında çocuklarını yetiştirdikleri bilinmektedir. Anne ve baba, katı ve kesin kurallar çerçevesinde, çocuklarından tam itaat beklemektedir. Aşırı otorite ve baskıcı tutum sahibi anne ve babalar, ailenin çocukların geleceğine dair en doğru kararı vereceğine inanmaktadır. Diğer bir ifade ile bu tutuma sahip anne ve babalar, kendilerinin çocuklarının geleceğine dair aldıkları kararların doğruluğuna inanmaktadır ve çocuklarına geleceğe ilişkin kararlarda fikir sormamaktadır. Aşırı otoriter anne ve babalar için çocuklarının fikir ve isteklerinin bir önemi bulunmamaktadır.

Anne babalardan birinin ya da her ikisinin baskısı altında kalan çocuk nazik, dürüst ve dikkatli davranmasına karşın çekingen, başkalarının etkisinde kolay kalabilen aşırı hassas

bir kişilik yapısına sahip olabilmektedir. Suçlayan, cezalandıran, sürekli karışan anne babaların çocuklarının kolay ağlayan çocuklar olduğu görülmüş olmakla birlikte insanların tepkilerini önceden anlamaya çabalayan insan ilişkilerinde aksaklıklar yaşayabilen çocuklar oldukları görülmüştür. Diğer bir uçta ise isyankar veya aşağılık duygusuna sahip oldukları da gözlenmiştir (Akın, 2002:31).

Otoriter ana baba. sevgisini çocukta istenilen davranışların oluşması için bir pekiştireç olarak kullanır. Eğer çocuk anne babanın istediği şekilde davranırsa sevgilerini gösterirler. Kendilerini toplumsal otoritenin temsilcisi olarak görürler ve mutlak çocuktan uyum beklerler. Herkesin boyun eğmesi itaatkar olması beklenir. Çocuk kabul edilmek ve onaylanmak ister. Aile ortamı çocuğa benliğini tanımlama olanağı vermiyorsa, o zaman ailenin istediği yönde bağımlı bir kişi olarak gelişir (Örgün, 2000:28).

Bu çocuklar kötü muameleye maruz kalmaktan korktukları için anne ve babaya karşı edilgen, uysal ve erdemli olmaktadır. Fakat içten içe anne babaya karşı düşmanlık duyguları geliştirirler. Kendisi dışındaki insanlarla yeterli iletişimi kuramadıkları için saldırganlığı kendisine yönlendirebilirler. Yeniliklere açık değildirler, yeni şeyler üretmeleri zordur. Sürekli kusurları aranan çocuk streslidir ve stresliyken hata yapma olasılığı artar. Hata yapan kişileri affetmeyi bilmezler, hoşgörülü olamazlar. Kendilerine ve çevrelerindeki kişilere güvenmedikleri için kendilerine iyi davrananlara şüphe ile bakarlar ve toplumdan giderek uzaklaşırlar. Yardım duygusundan uzak. sinirli, inatçı, hırçın, uyumsuz olabilirler. Kurallara uymayan veya otoriteye boyun eğen. kendi duygu ve düşüncelerini ifade edemeyen bir kişilik geliştirebilirler (Yavuzer, 2005:96).

Baskıcı tutumla çocuk yetiştirme çocukta bazı olumlu ve olumsuz özelliklerin oluşmasına neden olmaktadır. Baskıcı tutumun bazı olumlu özellikleri;

- Çocuğun küçük yaşta eğitimsel gelişiminin iyi olması
- Olumsuz çevre şartlarından etkilenme riskinin en aza inmesi
- Kibar ve saygılı bir birey olması

Baskıcı tutumla ilgili olarak ilk akla gelen olumsuz özellikler ise;

- Özgüven eksikliği
- Çekingenlik
- Benlik duygusunun gelişmemesi
- İlerleyen yaşlarda gerekli durumlarda öncelik kullanamaması
- Sosyal ilişkilerde zorlanma
- Haksızlıklar karşısında sessiz kalma
- Kendini ifade edememe
- Başarısızlık korkusu

Baskıcı tutum yukarıda ilk akla gelen olumsuzlukların haricinde daha sayılmayan birçok olumsuzluğa neden olabilmektedir. Özellikle son yıllarda kişisel becerilerin ve kendini ifade etmenin daha büyük önem kazandığı dünyada baskıcı tutumla yetiştirilmiş çocuklar önemli zorluklarla karşılaşma riski altındadır.

### **1.8.2. Çocuk Merkezli Tutum**

Anne ve babalar tarafından takınılan çocuk merkezli tutumun daha çok orta yaşın üzerinde ebeveynler tarafından takınıldığı görülmektedir. Ayrıca çocuk merkezli yani aşırı hoşgörülü tutumun kalabalık yetişkinler grubunun oluşturduğu ailelerde büyüyen tek çocuklu ailelerde görüldüğü de bilinmektedir (Özgüven, 2001: 217).

Çocuk merkezli tutuma sahip olan ailelerde, inisiyatif sahibi olan aile bireyi çocuktur. İnisiyatif sahibi olmaktan kasıt, anne ve baba çocuğun isteklerini sorgulamadan uygularlar ve bütün istekleri kayıtsız şartsız uygulanan çocuk şımarık bir tutuma sahip olur.

Çocuk merkezli tutuma sahip ailelerde yetişen çocuklar her istediklerini yaptırmayı alışkanlık haline getirmişlerdir (Yavuzer, 1986: 31-32). Çocuk merkezli ailelerde, anne ve

babalar çocuklarının her ihtiyaçlarını doğumunun ilk gününden beri karşılar ve çocuklarının istekleri onlar için buyruk niteliğindedir. Her istekleri buyruk olarak kabul edilen ve yerine getirilen çocuklar, isteklerinin sorgulanmadan yapılmasına alışmışlardır ve bu çocukların topluma uyumları ve diğer insanlar ile paylaşma ve işbirliği yetilerinin eksik olduğu bilinmektedir (Özgüven, 2001: 217).

### **1.8.3. Dengesiz ve Tutarsız Tutum**

Anne ve baba tutumunun dengesiz ve tutarsız olmasından kasıt çocuğa dair konularda (eğitim, gelişim, vb.) anne ve babanın fikir ayrılığına sahip olması ve sahip oldukları fikir ayrılıklarından kaynaklı olarak olaylara ilişkin farklı tutumlar takınmasıdır. Durum ve olaylara ilişkin olarak farklı tutumlar takınan anne ve babanın nerede, ne zaman hangi tutumu uygulayacağına ilişkin belirsizlik vardır. Bu belirsizlik, çocuğun hangi davranışı nerede ne zaman ve ne şekilde uygulayacağını da belirsizleştirir. Çocuk davranışını neye ve kime göre ayarlayacağını bilemez (Yörükoğlu, 1989: 151-152).

Tutumlarında tutarsızlık olan anne ve babaların disiplin anlayışları öngörülememektedir. Diğer bir ifade ile bazı zamanlarda ebeveynleri tarafından çocuğa hoşgörü gösterilirken, bazı zamanlarda ise aynı durum karşısında çocuğun göreceği tepki oldukça sert olmaktadır. Sonuç olarak farklı tutumlara maruz kalan çocuklar huzursuz, güvensiz, şüpheli, dengesiz ve tutarsız bir kişilik yapısına sahip olurlar (Yavuzer, Çocuk Psikolojisi, 1998: 31).

### **1.8.4. Aşırı Koruyucu ve Kollayıcı Tutum**

Aşırı koruyucu ve kollayıcı tutum sahibi anne babalar, çocuklarının davranışlarına sınır koymazlar. Diğer bir ifade ile aşırı koruyucu ve kollayıcı tutuma sahip olan anne ve babalar çocuklarına sınırsız haklar verir ve özgürlüklerini hiçbir durumda sınırlamazlar. Hatta aşırı koruyucu ve kollayıcı tutuma sahip anne ve babalar, çocukları herhangi bir şeye kasıtlı zarar dahi verseler çocuklarına hoşgörü ile yaklaşır.

Aşırı koruyucu ve kollayıcı tutum sahibi anne babaların çocuklarının bencil olması beklenen bir sonuçtur. Bencil bir kişilik geliştiren çocukların sosyal gelişimleri zedelenir. Sosyal anlamda gelişmeyen çocukların isyankâr ve toplum tarafından kabul edilemeyen

davranışlar geliştirmesi beklenmektedir (Kaya, 2012: 193). Bunun yanı sıra, anne ve babaları tarafından aşırı derecede korunmuş ve kollanmış çocukların kendilerine güvenleri yetersiz olur, doyumsuzlardır ve sorumluluk duygusundan uzak çocuklardır (Akça, 2012: 3).

#### **1.8.5. İlgisiz ve Kayıtsız Tutum**

İlgisiz ve kayıtsız tutum sahibi anne ve babalar, çocuklarının maddi ve manevi ihtiyaçlarına karşı ilgisizlerdir, duyarsızlardır ve bu tip anne babaların çocuklarına karşı şefkat göstermeleri yetersizdir. İlgisiz ve kayıtsız anne baba tutumu ile karşı karşıya kalan çocuklar kendi hallerine bırakılmışlardır ve bu çocukların davranışları ebeveynleri tarafından kısıtlanmamıştır (Kaya, 2012: 201).

İlgisiz anne ve babalar çocuklarının maddi ihtiyaçlarının yanı sıra manevi ihtiyaçlarından da habersizlerdir. Duygusal ihtiyaçları tatmin edilmeyen çocuklarda duygusal boşluklar oluşmaktadır. Duygusal eksikliğini tamamlamak isteyen çocuk, anne ve babasından göremediği ilgiyi başka yollardan elde etmeye çalışabilmektedir (Akça, 2012: 4).

#### **1.8.6. Demokratik Tutum**

Demokratik anne – baba tutumu, en sağlıklı ve en ideal anne baba tutumu olarak kabul edilmektedir. Demokratik tutuma sahip ebeveynler çocuklarına karşı tutarlı davranışlar içerisindedirler, ayrıca çocuklarına güvenirler, destekleyen yaklaşımları vardır. Demokratik anne babaların çocuklarına karşı sevgileri koşulsuzdur ve anne çocuk, baba çocuk ilişkilerinin temeli saygı ve hoşgörüye dayanmaktadır. Demokratik anne ve babaların çocuklarının kişilik yapıları denetimli olarak gelişirken, aynı zamanda bağımsız hareket etme yeteneğini de kazanırlar (Çağdaş & Seçer, 2006: 135).

Demokratik anne-baba tutumlarına sahip olan ailelerin çocukları (<http://tegm.meb.gov.tr/dosya/okuloncesi/Annebaba%20Tutumlar%C4%B1.pdf>);

- Sosyal ve duygusal anlamda oldukça yeterlidir,
- Diğer bireyler ile işbirliği davranışını kolaylıkla geliştirirler,
- Kendilerine güvenleri vardır,
- Uyumlu, yaratıcı ve bağımsızlardır,

- Sorumluluk sahibidirler,
- İnsanlara güvенеbilirler

### **1.9. Anne Baba Tutumlarını Etkileyen Faktörler**

Anne ve babaların çocuklarına karşı geliştirdikleri tutumları etkileyen birden çok faktörün olduğu bilinmektedir. Anne ve baba tutumlarını etkileyen en önemli faktörlerin başında demografik faktörler gelmektedir ve diğer faktörler aşağıdaki gibidir (Özyürek & Şahin, 2005: 20), (Özkardeş Güngörmüş, 2009:143);

- Doğumdan önce biçimlenen çocuk kavramı
- Ailenin kendi çocukluk dönemine ilişkin deneyimler
- Ailenin çocuk yetiştirme biçimine yönelik olarak sahip olduğu kültürel değerler
- Anne ve babanın sahip oldukları ebeveynlik rollerinden memnun olup olmaması
- Eşlerin evliliklerinin uyumlu olması
- Ebeveynlerin sahip oldukları çocukların sayısından, özelliklerinden ve cinsiyetlerinden memnun olup olmaması,
- Çocuğun anne ve babasına karşı olan davranış biçimi

Anne baba tutumları üzerinde olan faktörlerden bir tanesi çocukların ve / veya ergenlerin anne ve babalarına olan davranışlarıdır. Çocuklar ve ergenler, zaman içerisinde anne ve babalarına karşı geliştirecekleri davranışları tahmin etme becerisini geliştirirler (Bayraktar, 2007: 159). Anne ve babasının hangi davranışa ne tepki göstereceğini bilerek davranan çocuk / ergen bir anlamda anne ve babasının kendisine karşı geliştireceği tutumun da belirleyicisi olmaktadır. Diğer bir ifade ile hem geliştirdiği davranışlar ile hem de doğuştan gelen yapısı ve özellikleri ile anne ve babasının davranışlarını etkileyen çocuk anne ve baba tutumlarına bir ölçüde yön vermektedirler (Yörükoğlu, 1989: 127).

Anne baba tutumları üzerinde etkili olan faktörlerden bir tanesi de anne babanın yaşıdır. Anne ve babanın çocuk sahibi oldukları yaşın anne ve babanın tutumları üzerinde etkisi olduğu araştırmalar kapsamında kanıtlanmıştır. Özellikle geç anne – baba olan ebeveynlerin, çocuk merkezli tutum takımları beklenen bir durumdur (Yavuzer, Aile İlişkileri ve Çocuk, 2009: 167).

Anne baba tutumları üzerinde etkili olan diğer bir önemli faktör anne babanın eğitim durumudur. Anne-babanın eğitim düzeyleri anne babanın çocuğa ilişkin hedeflerini ve çocuklarını büyütürken nasıl bir tutum sergileyeceklerini etkiler. Anne baba eğitim düzeyi ile çocuğa karşı geliştirilen tutum arasındaki ilişkiyi ölçmeye yönelik olarak yapılan araştırmalar, bu ilişkinin anlamlı düzeyde olduğunu bulmuştur. Araştırmalar kapsamında, eğitim durumu düşük ebeveynlerin çocuklarını aşağılayan, çocuklarını kınayan tutum sergiledikleri ve çocukları ile iletişim süreçlerinde saldırgan jest, mimik ve vücut dili kullandıkları bilinmektedir. Diğer bir ifade ile eğitim durumu düşük olan ebeveynlerin çocuklarına psikolojik ve fizyolojik şiddet içeren davranışlarda buldukları bilinmektedir. Bu davranışlara maruz kalan çocukların iç denetimlerinin gelişmediği ve diğer bireyler ile olan ilişkilerinde-iletişimlerinde sorunlar yaşadıkları bilinmektedir (Köknel, 1986).

### **1.10. Anne Baba Tutumları ile İlgili Kuramsal Yaklaşımlar**

Anne baba tutumunun çocukların gelişiminde etkili olduğuna ilişkin yapılmış olan birçok araştırma olduğu bilinmektedir. Psikanalizin babası olarak kabul edilen Freud da çocukların kişilik gelişimlerinin, maruz kaldıkları anne ve baba tutumlarından etkilendiğini savunmuştur. Bu kapsamda çalışmanın bu bölümünde anne baba tutumlarına ilişkin kuramsal yaklaşımlar incelenecektir.

#### **1.10.1. Baumrind Modeli**

Anne baba tutumlarına ilişkin birçok kuramsal yaklaşımların temeli Baumrind'in çalışmalarına dayanmaktadır. Baumrind, anne baba tutumlarına ilişkin modelini oluşturma sürecinde okul öncesi çocuklara yönelik araştırmalar yürütmüştür. Baumrind (1967,1971) tarafından yürütülen bu çalışmalar kapsamında dört temel tutum belirlemiştir. Bu boyutlar (Baumrind 1967, 1971);



- Kontrol
- Açık İletişim
- Olgunluk Beklentisi
- Bakım-Destek

Boyutları olarak sıralanmaktadır. Baumrind modelinin kontrol boyutu, anne ve babalar tarafından çocuklara konulmuş kurallara ilişkin olarak, çocukların bu kurallara uymasının hangi derecede olduğu ile ilgilidir.

Açık iletişim boyutu olarak adlandırılan boyut ise, anne ve babaların çocuklarının sahip oldukları düşüncelere ne denli önem verdikleri ile ilgili olan boyuttur.

Olgunluk beklentisi olarak adlandırılan boyut, anne ve babaların çocuklarını destekleme derecesi ile ilgilidir. Diğer bir ifade ile bu boyut, anne ve babanın, çocuklarının bilişsel, duygusal ve sosyal başarıları noktasında ne derece destekçi olduklarını incelemektedir.

Baumrind tarafından anne baba tutumlarına ilişkin olarak tanımlanan son boyut, bakım-destek boyutudur. Bakım ve destek boyutu, anne ve babaların çocukları ile olan ilişkilerindeki yakınlık ve sevecenlik davranışları ile ilgilidir (Erdoğan & Uçukoğlu, 2011: 54).

Baumrind anne baba tutumları incelediği bu dört temel boyutun birbirleri ile olan kombinasyonlarını analiz etmiş ve sonuç olarak üç temel anne baba tutumunun varlığından söz etmiştir. Baumrind'e göre üç temel anne baba tutumu; demokratik tutum, otoriter tutum ve izin verici tutumdur. Baumrind tarafından tanımlanan bu üç farklı tutum kapsamındaki anne baba davranışlarının birbirleri ile karşılaştırılmasına ilişkin tablo aşağıda yer almaktadır.

**Tablo 2.** Baumrind'in Anne Baba Tutumları

	<b>Otoriter Tutum</b>	<b>İzin Verici Tutum</b>	<b>Demokratik Tutum</b>
Sıcaklık	Düşük	Yüksek	Yüksek
Disiplin	Katı	Çok Az	Ortalama
Beklenen Tatmin	Yüksek	Düşük	Ortalama
İletişim: Ebeveyn → Çocuk	Yüksek	Düşük	Yüksek
İletişim: Çocuk → Ebeveyn	Düşük	Yüksek	Yüksek

**Kaynak:** (Barton, 2015: 28)

Yukarıda yer alan tablodan takip edilebileceği gibi, Baumrind tarafından tanımlanan anne baba tutumlarından ilki otoriter anne baba tutumudur. Bu tutum kapsamında, anne ve babadan çocuğa doğru olan iletişimin yüksek ancak bunun tam tersi olan çocuktan anne ve babaya olan iletişimin düşük olduğu görülmektedir. Otoriter tutum sahibi ebeveynlerin çocuklarına ilişkin beklenti düzeyleri oldukça yüksektir ve bu beklentilerinin tatmin edilebilmesinin yolunun katı disiplin kurallarının uygulanması ile gerçekleşebileceğine inanırlar.

Otokratik tutumun aksine, demokratik tutum sergileyen anne ve babalar ile çocuklarının karşılıklı iletişimleri oldukça kuvvetlidir. Demokratik tutum sergileyen ebeveynler, gerekli düzeyde disiplin uygulamaktadırlar. Diğer bir ifade ile demokratik tutuma sahip anne babaların disiplin düzeyleri ne otoriter anne babalar kadar yüksek (katı) ne de izin verici tutum sahibi anne babalar gibi çok azdır. Demokratik tutum sergileyen anne ve babaların disiplin düzeyleri kabul edilebilir bir ortalamaya sahiptir.

### 1.10.2. Martin ve Maccoby Modeli

Martin ve Maccoby tarafından geliştirilen anne – baba tutumları ile ilgili modelde iki temel unsur vurgulanmıştır; (i) anne-babanın çocuğun ihtiyaçlarına cevap verme derecesi, (ii) anne-babaların çocuklarına yönelik olan istekleri, kontrol durumları veya çocuğa ilişkin beklentileri (Sak, Atli, & Şahin, 2015: 976).

Anne ve babanın çocuğun ihtiyaçlarına cevap vermesi anne babanın duyarlılık boyutu olarak da adlandırılmaktadır. Duyarlılık boyutu, anne ve babanın, çocuğun bağımsızlığını, bireyselliğini ne derecede kabul ettikleri ve çocuğun bireyselliğe ilişkin isteklerine ne derecede karşılık verdikleri ile ilgilidir.

Anne babanın çocuklarına yönelik olan istekleri, kontrol durumları ve çocuğa ilişkin beklentileri de anne babanın talepkarlık boyutu olarak adlandırılmaktadır. Bu boyut temel olarak anne ve babanın çocuktan bekledikleri davranışların (olgun olma, sorumlu olma gibi) derecesi ile ilişkilidir.

Martin ve Maccoby'a göre iki boyutlu olan anne baba tutumları her boyut için farklı derecelerde ortaya çıkmaktadır. Diğer bir ifade ile kimi anne babaların talepkarlık boyutları yüksek iken, duyarlılık boyutları düşüktür, kimi anne babalar için ise bu durumun tam tersi geçerlidir. Her iki boyutun kesişmesi ile ortaya çıkan anne baba tutumu ise çocuğun etki alanı olarak kabul edilmektedir. Aşağıda yer alan şekilde Martin ve Maccoby'ın iki boyutlu anne baba tutum modeli yer almaktadır.

		<b>DUYARLILIK</b>	
		<b>YÜKSEK</b>	<b>DÜŞÜK</b>
<b>TALEPKARLIK</b>	<b>YÜKSEK</b>	Demokratik	Otoriter
	<b>DÜŞÜK</b>	İzin Verici/Müsamahakâr	İzin Verici / İhmalkâr

**Şekil 3.** Martin ve Maccoby İki Boyutlu Anne-Baba Tutum Modeli

**Kaynak:** (Tire, 2011: 22)

Yukarıdaki şekilde de görüldüğü gibi, anne ve babanın tutumunu etkileyen iki boyutun derecelerinin kesiştiği noktalarda, anne baba tutumları ortaya çıkmaktadır. Bu kapsamda Martin ve Maccoby'ın dört temel anne baba tutumu tanımladığını söylemek mümkündür. Bunlar; demokratik, otoriter, izin verici / müsamahakâr ve izin verici ihmalkârdır.

Şekilden de takip edilebileceği gibi, demokratik anne babaların talepkarlık ve duyarlılık dereceleri yüksektir. Bunun aksine, otoriter anne babaların çocuklarına ilişkin duyarlılık düzeyleri düşük ancak talepkarlık düzeyleri yüksektir. İzin verici ya da diğer bir ifade ile ihmalkâr anne babaların hem talepkarlık hem de duyarlılık boyutları düşüktür. İzin

verici olarak tanımlanan ancak müsamahakârlık özelliğine sahip anne baba tutumlarında ise talepkarlık derecesinin düşük çocuğa ilişkin duyarlılık seviyesinin yüksek olduğu görülür.

### **1.10.3. Psikodinamik Model**

Psikodinamik model, çocuğun kişilik gelişimi için en önemli olan dönemin 0-5 yaş arası olan ilk beş yıllık dönem olduğunu savunmaktadır. Modelin kurucusu olan Sigmund Freud, çocukların kişilik gelişimlerinde ilk beş yıla önem verir ve çocukların kişiliklerinin beşinci yılın sonunda biçimlendiğini savunur. Bu dönemde özellikle 4 ila 5 yaş arasında çocukların (kız ya da erkek fark etmeden) kendilerini anneleriyle özdeşleştirdiklerini savunmaktadır (Yeşilyaprak, 2003: 62).

Psikodinamik model kapsamında çocukların anal dönemlerine dikkat çekilmektedir. Bu dönem çocukların kendilerini anne ile özdeşleştirdikleri dönemdir ve anne-çocuk arasındaki ilişkinin uyumlu olması, çocuğun gelecekteki hayatında çocukların kendilerini suçlamama, karamsar olmama, işbirliğine açık olma gibi yeteneklerini etkilemektedir.

Anne baba tutumlarını açıklamaya ilişkin önemli kuramsal yaklaşımlardan bir tanesi olan psikodinamik model kapsamında çocukların sahip olduğu biyolojik köken önemli bir belirleyicidir ve bu model kapsamında ebeveynlerin çocuklarına ilişkin olan beklentileri ile toplumun bireylerden beklentileri arasında çatışma belirmektedir.

### **1.10.4. Davranışçı Model**

Anne baba tutumlarına ilişkin olarak geliştirilen davranışçı model, çocukların sosyalleşmesinde, anne ve babaların sahip oldukları inançların ve davranışlarının en önemli belirleyiciler olduğunu savunmaktadır (Öğretir, 2009: 424).

Davranışçı modelin çıkış noktası, çocukların var olan dış çevresindeki olumlu pekiştirenlerin, çocukların gelişimleri üzerinde etkisi olup olmadığı ve var ise etkisinin ne şekilde ortaya çıktığının araştırılmasıdır. Bu çıkış noktası kapsamında yapılan araştırmalar sonucunda, anne ve babaların çocuklarına yönelik davranışlarının, anne ve babaların tutumlarından daha önemli olduğu bulunmuştur. Diğer bir ifade ile anne ve baba tutumlarının

sınıflandırılması noktasında temel alınması gereken değişken, anne ve babaların davranışlarıdır.

### **1.11. Anne Baba Tutumlarının Çocuklar Üzerindeki Etkileri**

Gençlerin mutlu ve sağlıklı birer erişkin olabilmeleri için gereksinimlerinin uygun biçimde karşılandığı ve kuralların gerektiği şekilde öğretildiği ebeveyn tutumlarına sahip bir ailede çocukluk dönemi geçirmeleri gerekir. Bu nedenle erişkinler, ergenleri olgun davranışlara götüren ve güdülerini güçlendirmeyi amaçlayan kuralları ve tutumları uygulamaları önem taşır (Tahiroğlu vd., 2009:80).

Ebeveyn tutumları çocuğun gelişiminde önemli etkilere sahiptir. Erken çocuk dönemi boyunca yaşanan deneyimlerde, ebeveyn tutumları temel sosyal etkileri oluşturmaktadır ve çocuğun davranışları üzerinde biçimlendirici olabilir. Konuyla ilgili yapılacak olan çalışmalar anne-baba tutumları ve çocuklarının davranışları arasındaki karmaşıklığı anlamaya ve sorunları çözmeye yardımcı olabilir.

Psikanalitik kuram, kişilik gelişiminde; anne baba disiplin yöntemlerinin ve çocuk yetiştirme biçimlerinin önemini vurgulamış; sağlıklı kişilik oluşumunda dengeli ana baba tutumlarının rol oynadığını belirtmiştir. Temelleri yaşamın ilk yıllarında aile içinde atılan kişilik gelişiminde birinci derecedeki sorumluluk anne babaya aittir. Anne-babasını gözlemleyerek ve model olarak gelişim gösteren çocuğun kişiliği anne-babanın tutum ve davranışlarıyla da biçimlenmeye başlar. Sonuç olarak ergenlerin sağlıklı bir kişilik kazanabilmesi ve gelişimsel görevlerini başarılı bir biçimde yerine getirebilmesi için ailelerin sağlıklı olması ve işlevlerini yerine getirebilmesi gerekmektedir (Kaya, 2011:193).

Kendini gerçekleştirmeyi kolaylaştırıcı ya da engelleyici çevre koşulları olarak özellikle ana-baba tutumları üzerinde durulmuştur. Rogers (1959) kendini gerçekleştirmeyi tüm davranışların temelinde yatan ana güdü saymıştır. Rogers'a göre çocuk olduğu gibi kabul edilir ve davranışları çocuğun gelişimi açısından değerlendirilirse (değer için şart konmazsa) çocuğun kendini gerçekleştirmesi için uygun ortam sağlanır. Yıldız'ın yapığı araştırmada; içten sevgi ve geliştirici kontrol ile nitelenen demokratik ana-baba tutumunun kendini gerçekleştirmeyi olumlu, sıkı disiplin ve şartlı sevgi ile nitelenen otoriter ana-baba

tutumunun kendini gerçekleştirmeyi olumsuz yönde etkilediği, ilgisiz ana-baba tutumunun ise bu ikisi arasında yer aldığı bulunmuştur. Kişinin sahip olduğu iletişim becerilerinin, kişiler arası ilişkilerin etkililiğinde artış yaptığını; kişiler arası becerilerin de bireylerin kendilerini gerçekleştirmelerinin kaynağı olduğunu belirten çalışmalar da bulunmaktadır (Cüceloğlu, 2002:153).

Dengeli ve sosyal etkileşimin güçlü olduğu aile ortamında büyüyen çocuklar, gelişimleri için gerekli deneyimleri kazanmakta; arkadaşlarıyla ilişkilerinde etkin, özgür ve başarılı olmaktadır. Araştırmalarda hoşgörülü ve demokratik evlerde büyüyen çocukların, arkadaş ilişkilerinde daha girişken, yaratıcı olduğu ve düşüncelerini serbestçe söylediği; daha sert denetim altında tutulan ya da eğitim yöntemleri değişken olan ailelerde büyüyen çocukların ise arkadaş ilişkilerinde karşı çıkma ve saldırganlık gibi yollarla kendilerini kabul ettirmek istedikleri ve kendi iç dünyalarını açıklamakta zorluk çektikleri görülmüştür.

Ailelerin aşırı koruyucu olmadan, yeterli özgürlük ve destek vermesi özgüven duygusunu geliştirir. Böylece kendi öğrenme amaçlarını belirlemede özerkliğe sahip olan öğrenciler, kendi yeteneklerine güvenir ve daha az sınav kaygısı yaşarlar. Olumlu ebeveyn tutumuyla yetişen bireyler problemlerini etkin bir şekilde çözerek, akademik başarıya ulaşma konusunda yetkin bir özelliğe sahip olurlar. Aksi durumda ise problemlerini çözemeyen, sürekli olarak sosyal kaygı taşıyan ve kendini ifade edememesi nedeniyle akademik başarıyı yakalayamayan bireyler olarak birçok alanda sorun yaşarlar (Işıl ve Erden, 2009:797).

Ebeveynler sadece meslek seçiminde değil, işteki yeterlilik, başarı ve doyum konusunda da ergene rol model oluşturmaktadır. Anne babaların ergenleri meslek seçimi konusunda yönlendirmeye çalışmaları, çocukları aracılığıyla kendi yaşamlarını yeniden yaşamak istemeleri olumsuz bir yaklaşımdır. Ayrıca ebeveynlerin kendi çalışma hayatı ile ilgili konuşmaları çocukların çalışma anlayışlarını etkilediği için olumsuz yüklemelerden kaçınmaları gerekmektedir. Bu durum ergenlerin daha doğru ve isabetli meslek seçmelerine yardım edecektir. Ayrıca çocuğunu olumlu algılayan, ona değer veren ve beklentilerini onun kapasitesine uygun gerçekleştiren ebeveyn, çocukta yüksek benlik değeri ve benlik saygısı yaratır. Neleri başarabileceğine dair sınırlandırmamış olan genç meslek seçiminde daha başarılı tercihler yapmaktadır (Öztemel ve Yüksel, 2011:222).

## **1.12. Anne Baba Tutumlarının Ergenlerin Kaygı ve Depresyon Düzeylerine Etkileri**

Çocukluk dönemindeki doğal dürtülerin bastırılması, yetişkin hayatında suçluluk duygusuna; utanmaya, çeşitli korkulara ve duygusal problemlerin yaşanmasına sebep olur. Örneğin doğal hareketlilikleri “yaramazlık” olarak değerlendirilen ve cezalandırılan çocukların yetişkinliklerinde çeşitli fobiler ve depresyon geliştirme ihtimalleri artmaktadır (Baltaş, 2003: 95).

Anne-baba çocuk ilişkisinde samimiyet ve duygunun yokluğu veya eksikliği nevroz, çekingenlik, saldırganlık gibi istenmeyen kişilik özelliklerinin ortaya çıkmasına ve gelişmesine neden olmaktadır (Baltaş, 2003: 181).

Aile yada akrabalık ilişkileri herkesin varoluşunun bir parçası olduğundan, aile yaşamı her türden duygusal deneyimi kapsamaktadır (Giddens, 2000: 169) “Ergenlik döneminde, gencin isteklerinin engellenmesi veya bir arzusunun gerçekleşmemesi onda kırıklık yaratır. Gençlerin arzularının gerçekleşmemesi karşısındaki hayal kırıklıklarının yarattığı üzüntü yetiştikten çok daha fazladır.

Karşı cinsten bir arkadaşı tarafından reddedilmek, okul başarısızlık veya bir isteğinin yerine getirilmemesi gibi olayları karşılama biçimini öğrenmeleri üzüntülerini telafi etme yollarını artıracaktır. Arzu edilmeyecek durumlarla karşılaşınca nasıl davranılacağına karar vermek, herhangi bir konudaki başarısızlığın kişinin bütün alanlarda başarısızlığı anlamına gelmeyeceğini düşünmek, başarısız olma veya engellenme karşısındaki kırgınlıkları azaltacaktır. Burada anne ve babanın desteği gereklidir” (Kulaksızoğlu, 2002: 247).

Çocukluk döneminde depresyon çok az görülmesine rağmen çocukluktan ergenliğe geçişte depresyon artmaktadır. Kızlar, erkek ergenlere göre depresyona daha fazla girmektedir. Düşük ekonomik seviyeye sahip ailelerden gelen ergenlerde daha çok depresyon görülmektedir. Aile içi problemler, olumsuz yaşam tecrübeleri, düşük benlik saygısı ve okul başarısızlığı depresyonu tetiklemektedir (Öy, 1995).

Ruhsal bozukluklar doğuştan gelebilmektedir. Eğer neden bu değilse, çocuğun ruhsal bozukluğunun nedeni aile içinde aranmalıdır; bunun yanında ruhsal sağlamlık da sadece



aileye bağlanmamalıdır. Anne-babaların kavgalarını sıklaştırması, tartışmaların sürekli olması ve bunların çocuğun gözü önünde geçmesi çocuğu olumsuz etkileyecektir. tartışmalar, birbirine küsmeler, anne-babanın birbirine gösterdiği şiddet, çocuklarda kalıcı depresyona neden olabilmektedir (Yörükoğlu, 1987).

Erözkan'a (2009) göre anne-babanın demokratik ve destekleyici tutumlarının eksikliği, hatalı aile tutumlarına önemli bir örnektir. Bununla ilgili olarak yaşanan aile içi kavga, babanın sert ve anneye yardımcı olmayan tutumları, çocuklarda depresyon, düşük benlik saygısı ve davranış bozukluklarına yol açmakta iken; anne babalarının haksızlık yaptığını, anlaşılmaz olduklarını ve hoşgörüsüz olduklarını düşünen anne-babaların davranışlarıyla bu durumları doğrulaması noktasında ergenler de depresyon yaşayabilmektedirler.

“Otoriter anne-babanın olduğu ailede uygulanan sıkı disiplin kuralları ve eğitimde cezaya başvurulması çocukta düşük benlik saygısına yol açmakta, çocuğun kaygılı ve nörotik bir kişilik geliştirmesinde önemli etken olmaktadır. Bunların yanı sıra anne-babaları otoriter olan gençlerin çevrelerine körü körüne uyan, başarılı ancak sosyal konularda kendilerine daha az güvenli, depresyona, suçluluğa ve madde kullanımına daha yatkın oldukları belirtilmektedir” (Kuzgun ve Eldeleklioğlu, 2005: 67-68)

## **BÖLÜM 2: YÖNTEM**

### **2.1. Araştırmanın Modeli**

Araştırmanın modeli ilişkisel tarama modelidir.

### **2.2. Evren ve Örneklem**

Araştırmanın evreni olarak lise çağındaki gençler belirlenmiştir. Örneklem grubu olarak ise İstanbul ili Bayrampaşa ilçesindeki lise öğrencileri olarak belirlenmiştir. Ulaşılan 370 lise öğrencisinden 260'ı çalışmayı kabul etmiştir. Çalışmayı kabul edenlerle anket çalışması yapılmıştır. Araştırma Helsinki Bildirgesi ilkelerine uygun olarak yapılmıştır. Veri toplama formları doldurulmadan önce öğrencilere çalışmanın amacı hakkında bilgilendirme yapılarak çalışmaya katılmayı isteyip istemedikleri sorulmuştur.

### **2.3. Ölçme Araçları**

Verilerin toplanmasında Anne – Baba Tutum Envanteri, Durumluk ve Sürekli Kaygı Ölçeği (STAI FORM TX –I ve STAI FORM TX – II) ve Beck Depresyon Ölçeği (BDÖ) kullanılmıştır.

#### **2.3.1. Anne-Baba Tutum Envanteri**

Araştırmaya katılan katılımcıların algıladıkları anne – baba tutumlarını ölçmek için, Kuzgun tarafından yaratılan ve Eledeleklioğlu tarafından geliştirilen “Anne-Baba Tutumu Envanteri” kullanılmıştır (Kuzgun, 1972; akt. Kuzgun ve Eldeleklioğlu, 2005).

“Anne-Baba Tutumu Envanteri” üç alt boyuta sahiptir. Bu alt boyutlar;

- Demokratik anne-baba tutumu
- Otoriter anne-baba tutumu
- Koruyucu-istekçi anne baba tutumu

olarak sıralanmaktadır.

Envanter kapsamında demokratik anne-baba tutumu 15 madde ile koruyucu-istekçi anne-baba tutumu 15 madde ile, otoriter anne-baba tutumu ise 10 madde ile ölçülmektedir.

Toplam 40 maddeden oluşan envanterde, anne baba tutumunu ölçen maddeler sırasıyla aşağıdaki gibidir;

- Demokratik tutumu ölçen maddeler: 2, 6, 7, 13, 14, 15, 20, 21, 22, 29, 30, 36, 37, 39
- Koruyucu-istekçi tutumu ölçen maddeler; 4, 9, 10, 11, 17, 18, 19, 24, 25, 26, 27,28, 32, 33, 34
- Otoriter tutumu ölçen maddeler; 3, 5, 8, 12, 16, 23, 31, 35, 38, 40 tır.

### 2.3.2. Durumluk ve Sürekli Kaygı Ölçeği

Durumluk ve sürekli kaygı ölçeği iki farklı türde ifadeyi içermektedir. Bu ifadeler;

- (1)doğrudan ya da düz
- (2) dönmüş ya da tersine

ifadeler olarak sınıflandırılmaktadır.

Doğrudan ifadeler; olumsuz olan duyguları, tersine dönmüş ifadeler ise olumlu olan duyguları dile getirmektedir. (2) tersine dönmüş ifadelerle ilişkin puanlama yapılırken bir ağırlık değerinde olan cevaplar dörde, dört ağırlık değerinde olan cevaplar ise bire dönüşmektedir.

(1) doğrudan ifadelerde ise dört değerindeki cevaplar kaygının yüksek olduğunu ifade etmektedir. (2) tersine dönmüş ifadelerde ise bir değerindeki cevaplar yüksek kaygıyı, dört değerindeki cevaplar ise düşük kaygıyı göstermektedir. Örnek vermek gerekirse;

- “huzursuzum” —————> “doğrudan ifade”
- “kendimi sakin hissediyorum” —————> “tersine dönmüş ifade”

Bu durumda, “huzursuzum” ifadesine ilişkin dört ağırlıklı bir cevap, “kendimi sakin hissediyorum” ifadesine ilişkin bir ağırlıklı bir cevap yüksek kaygıyı yansıtmaktadır.

Durumluk kaygı ölçeği kapsamında kullanılan on adet tersine dönmüş ifade (2) vardır. Bu ifadeler ölçekteki 1, 2, 5, 8, 10, 11, 15, 16, 19 ve 20inci maddeler kapsamında yer

alan ifadelerdir. Tersine dönmüş ifadeler ise 21, 26, 27, 30, 33, 36 ve 39 uncu maddelerde yer almaktadır ve toplam yedi adettir.

Güvenilirlik – normallik analizi kapsamında yapılan hesaplamaların sonuçları aşağıdaki tabloda yer almaktadır.

Ölçeğe ilişkin puanlama için doğrudan ve tersine dönmüş ifadelerin her biri için iki farklı anahtar hazırlanmaktadır. Hazırlanan bir anahtar ile doğrudan ifadeleri, diğer anahtar ile ise tersine dönmüş ifadelerin toplam ağırlıkları hesaplanmaktadır. Doğrudan ifadeler için hesaplanan toplam ağırlıklı puan, tersine dönmüş ifadelerin toplam ağırlıklı puanından çıkartılmaktadır. Hesaplanan değere, önceden tespit edilmiş olan ve değişmeyen (sabit) bir değer eklenmektedir. Durumluk kaygı ölçeği için bu değer ellidir. Sabit değer eklenmesi ile elde edilmesi puan araştırmaya katılan katılımcının kaygı seviyesini ifade eden nihai puandır.

### **2.3.3. Beck Depresyon Ölçeği**

Beck Depresyon Ölçeği (BDI) Dr. Aaron T. Beck tarafından yaratılmış, çoktan seçmeli cevap şıklarına sahip toplam yirmibir sorudan oluşan ve depresyonun şiddetini ölçme amacı ile kullanılan bir ölçektir. Beck Depresyon Ölçeği, günümüzde, on üç yaş ve üzeri bireylere uygulanmaktadır. Ölçek kapsamında yer alan sorularda umutsuzluk, suçluluk gibi duygusal olarak ortaya çıkan belirtilen yanı sıra, yorgun olma, kilo kaybetme gibi fiziksel olarak ortaya çıkan belirtilerde incelenmektedir. Hem fiziksel hem de duygusal olarak ortaya çıkan tepkilerin incelenmesi bir anlamda depresyona iki faktörlü bir yaklaşım sergilemesi Beck Depresyon Ölçeğinin en önemi özelliği olarak kabul edilmektedir. Beck Depresyon Ölçeği, duygusal ve bedensel anlamda ortaya çıkan belirtileri bir arada ölçmektedir ve bu sayede daha kapsamlı sonuçlar elde edilmesini sağlamaktadır.

Ölçekte yer alan duygu alt ölçeğinde; kötümserlik, geçmiş başarısızlık ve hatalar, suçluluk duygusu, cezalandırılma duygusu, kendini beğenmeme, kendini eleştirme, intihara ilişkin düşünceler ve değersizlik hisseleri incelenmektedir. Somatik alt ölçekte ise; haz kaybı, ağlama, ajitasyon, ilgisizlik, kararsızlık, enerji kaybı, uyku düzenindeki değişim, asabiyet,

iştahta ortaya çıkan değişim, konsantrasyona ilişkin güçlükler, yorgunluk, cinsel iştah kaybı incelenmektedir.

Beck Depresyon leği kapsamında yer alan yirmi bir soruya ilişkin olarak en düşük puan “0” ve en yüksek puan “3” olarak belirlenmiştir. Tüm cevaplamalar sonucunda elde edilen toplam puanın değerlendirilmesi aşağıdaki aralıklar kapsamında yapılmaktadır.

1 - 10: Arası Puan Normal

11 - 16: Hafif Ruhsal Sıkıntı

17 - 20: Sınırdaki Klinik Depresyon

21 - 30: Orta Depresyon

31 - 40: Ciddi Depresyon

40 zeri: Çok Ciddi Depresyon

#### **2.3.4. Güvenilirlik – Normallik Analizi**

Güvenilirlik – normallik analizi kapsamında yapılan hesaplamaların sonuçları aşağıdaki tabloda yer almaktadır.

**Tablo 3.** Güvenilirlik – Normallik Analizi

<b>lek</b>	<b>Cronbach’s Alpha Değeri</b>	<b>Madde Sayısı</b>
Anne – Baba Tutum leği	0,694	40
Durumluk ve Sürekli Kaygı leği	0,732	40
Beck Depresyon leği	0,868	21

SPSS 22,0 paket programı ile güvenirlik analizi uygulanmıştır. Bu analizi kapsamında hesaplanan Cronbach Alpha Değerleri;

- Anne-baba tutum leği için 0,694
- Durumluk ve sürekli kaygı leği için 0,732

- Beck Depresyon ölçeği için 0868

### **3.4. Verilerin Analizi**

Araştırma kapsamında toplanan veriler, IBM SPSS 22 kullanılmak sureti ile analiz edilmiştir. Analizlerin değerlendirilmesinde p değerli anlamlılık düzeyi olarak  $p \leq 0.05$  kabul edilmiştir. Kız ve erkek öğrencilerin algıladıkları anne baba tutumları farklılaşması, kız ve erkek öğrencilerin durumluk kaygı ve sürekli kaygı seviyeleri farklılaşması ve kız ve erkek öğrencilerin depresyon seviyeleri farklılaşması bağımsız gruplar t-Testi kullanılarak analiz edilmiştir. Öğrencilerinin durumluk ve sürekli kaygı düzeyleri ile algıladıkları anne baba tutumları arasındaki ilişki ve öğrencilerinin depresyon düzeyleri ile algıladıkları anne baba tutumları arasındaki ilişki Korelasyon ile analiz edilmiştir.

## BÖLÜM 3: BULGULAR

### 3.1. Tanımlayıcı Özelliklere İlişkin Bulgular

Araştırmaya katılan öğrencilerin tanımlayıcı özelliklerine ilişkin bulgular aşağıdaki tabloda yer almaktadır.

**Tablo 4.** Tanımlayıcı Özelliklere İlişkin Bulgular

		Frekans	Yüzde
Cinsiyet	Erkek	128	49,2
	Kız	132	50,8
	Toplam	260	100,0
Sınıf	9	100	38,5
	10	101	38,8
	11	59	22,7
	Toplam	260	100,0
Yaş	14	42	16,2
	15	112	43,1
	16	55	21,2
	17	35	13,5
	18	16	6,2
	Toplam	260	100,0
Okul	D	95	36,5
	Ö	165	63,5
	Toplam	260	100,0

Yukarıdaki tablo kapsamında araştırmaya katılanlara ilişkin elde edilen demografik bulgular aşağıdaki gibidir;

- Katılımcıların % 49,2'si erkek (128 kişi), %50,8'i kadındır (132 kişi)
- Katılımcıların % 38,5'i (100 kişi) dokuzuncu sınıf öğrencisi, % 38,8'i (101 kişi) onuncu sınıf öğrencisi ve %22,7'si (59 kişi) on birinci sınıf öğrencisidir.
- Katılımcıların %16,2'si (42 kişi) on dört yaşında, % 43,1'i (112 kişi) on beş yaşında, %21,2'si (55 kişi) on altı yaşında, %13,5'i (35 kişi) on yedi yaşında ve % 6,2'si (16 kişi) on sekiz yaşındadır.
- Katılımcıların %36,5'i (95 kişi) devlet okuluna % 63,5'i (165 kişi) ise özel okula devam etmektedir.

### 3.2. Cinsiyete Göre Algılanan Anne-Baba Tutumuna İlişkin Bulgular

**Tablo 5.** Anne-Baba Tutum Ölçeğine İlişkin Bulgular

Cinsiyet		Demokratik	Koruyucu	Otoriter
ERKEK	Sayı	128	128	128
	Ortalama	45,6016	49,8281	27,4453
	Standart Sapma	6,59914	6,73586	4,64454
	Minimum	30,00	27,00	12,00
	Maximum	61,00	69,00	41,00
Kız	Sayı	132	132	132
	Ortalama	44,5985	49,7424	26,8864
	Standart Sapma	6,36529	7,10082	4,45614
	Minimum	32,00	31,00	19,00
	Maximum	61,00	69,00	39,00

Yukarıdaki tabloda öğrencilerin cinsiyetlerine göre anne-baba tutumları verilmiştir. Buna göre; hem erkek öğrencilerin hem de kız öğrencilerin algıladıkları anne-baba tutumu en fazla koruyucu anne-baba tutumu olarak belirlenmiştir. Bunu demokratik anne-baba tutumu izlemiştir. Otoriter anne-baba tutumu ise en az algılanan tutum olarak belirlenmiştir.

Kız ve erkek öğrencilerin algıladıkları anne baba tutumları arasındaki fark t testi ile incelenmiştir.

Kız öğrencilerin algıladıkları demokratik anne-baba tutumu 44,5985 erkeklerde ise 45,6016 olarak gözlenmiştir. Ortalamalar arasında farka ilişkin hesaplanan p değeri (0.213) .05 düzeyinde anlamlı bulunmamıştır. Bu sonuca göre kız öğrenciler ile erkek öğrenciler arasında fark bulunamamıştır.

Kız öğrencilerin algıladıkları koruyucu anne-baba tutumu 49,7424 erkek öğrencilerin ise 49,8281 olarak gözlenmiştir. Ortalamalar arasındaki farka ilişkin hesaplanan p değeri (0.921) .05 düzeyinde anlamlı bulunmamıştır. Bu sonuca göre kız öğrenciler ile erkek öğrenciler arasında fark bulunamamıştır.

Kız öğrencilerin algıladıkları otoriter anne-baba tutumu 26,8864 erkek öğrencilerin ise 27,4453 olarak gözlenmiştir. Ortalamalar arasındaki farka ilişkin hesaplanan p değeri



(0.323) .05 düzeyinde anlamlı bulunmamıştır. Bu sonuca göre kız öğrenciler ile erkek öğrenciler arasında fark bulunamamıştır.

### 3.3. Genel Olarak Durumluk ve Sürekli Kaygı Seviyelerine İlişkin Bulgular

Durumluk ve sürekli kaygı seviyelerine ilişkin bulgular aşağıdaki tabloda yer almaktadır.

**Tablo 6.** Durumluk ve Sürekli Kaygı Ölçeği

	Durumluk	Süreklilik
N	260	260
Ortalama	40,1462	43,8615
Standart Sapma	11,14947	9,19229
Minimum	21,00	24,00
Maximum	74,00	74,00

Öğrencilerin hesaplanan durumluk ve sürekli kaygı ölçeği puan frekans analizi yukarıda verilmiştir. Buna göre durumluk kaygı puan ortalaması 40,14 süreklilik kaygı puan ortalaması ise 43,86 olarak bulunmuştur. Kaygı puanlarının 20-80 arası değiştiği göz önüne alındığında her iki kaygı durumu içinde öğrencilerin ortalama bir kaygı seviyesi gösterdikleri değerlendirilmiştir.

Durumluk kaygı puanlamasında ortalamanın üzerinde kaygı puanı olan 124 öğrenci, altında 136 öğrenci olduğu belirlenmiştir. Süreklilik kaygı puanlamasında ortalamanın üzerinde kaygı puanı olan 120 öğrenci, altında 140 öğrenci olduğu belirlenmiştir.

### 3.4. Cinsiyet ile Kaygı ve Sürekli Kaygı Seviyeleri Arasındaki İlişkiye Ait Bulgular

Cinsiyete göre durumluk ve sürekli kaygı ölçeği puanları arasında fark olup olmadığı incelenmiştir. Bu kapsamda yapılan analizler kapsamında elde edilen bulgulara ilişkin tablo aşağıda yer almaktadır.

**Tablo 7.** Cinsiyete Göre Durumluk ve Sürekli Kaygı Ölçeği Puanları Arasında Farklılık

Cinsiyet		Durumluk	Süreklilik
ERKEK	N	128	128
	Ortalama	38,8438	42,5078
	Standart sapma	10,76114	9,11864
	Minimum	21,00	24,00
	Maximum	68,00	74,00
Kız	N	132	132
	Ortalama	41,4091	45,1742
	Standart sapma	11,41243	9,10624
	Minimum	21,00	25,00
	Maximum	74,00	72,00
<i>T</i>		<i>-1,864</i>	<i>-2,359</i>
<i>Df</i>		<i>258</i>	<i>258</i>
<i>Sig. (2-tailed)</i>		<i>,064</i>	<i>,019</i>

Cinsiyete göre durumluk ve sürekli kaygı ölçeği puanları arasında fark olup olmadığına ilişkin elde edilen sorulardan ortaya çıkan bulgular kapsamında varılan sonuçlar;

- Kız öğrencilerin algıladıkları durumluk kaygı puanı ortalaması 41,4091 erkeklerde ise 38,8438 olarak gözlenmiştir. Ortalamalar arasında farka ilişkin hesaplanan p değeri (0.064) .05 düzeyinde anlamlı bulunmamıştır. Bu sonuca göre kız öğrenciler ile erkek öğrenciler arasında fark bulunamamıştır. Yani anlık kaygı düzeyleri arasında fark yoktur.
- Kız öğrencilerin algıladıkları süreklilik kaygı puanı ortalaması 45,1742 erkeklerde ise 42,5078 olarak gözlenmiştir. Ortalamalar arasında farka ilişkin hesaplanan p değeri (0.019) .05 düzeyinde anlamlı bulunmuştur. Bu sonuca göre kız öğrencilerin süreklilik kaygı düzeyi erkek öğrencilere göre daha fazla bulunmuştur. Yani kızların genel kaygı düzeyleri erkeklerden daha fazladır. Kızlar hayatları içerisinde erkeklere göre daha kaygılılar.

### 3.5. Öğrencilerin Genel Depresyon Seviyelerine İlişkin Bulgular

Ankete katılan öğrencilerin “Beck Depresyon Ölçeği” kapsamında hesaplanan puan frekans analizine ilişkin bulgular aşağıdaki tabloda yer almaktadır.

**Tablo 8.** Beck Depresyon Ölçeği

Beck Depresyon Ölçek Puanı	
N	260
Ortalama	13,6462
Standart sapma	9,23930
Minimum	1,00
Maximum	48,00

Tablo 8 kapsamında, depresyon seviyesi puan ortalaması 13,64 olarak bulunmuştur. Minimum puan 1 maksimum ise 48 olarak bulunmuştur. Genel ortalama dikkate alındığında, “Beck Depresyon Ölçek” çizelgesine göre öğrencilerin genel depresyon seviyesi “Hafif Ruhsal Sıkıntı” düzeyindedir.

Depresyon puanı ortalamasının üzerinde olan 110 öğrenci, altında olan 150 öğrenci bulunmuştur. Klinik depresyon eşiği olan 21 puan baz alındığında ise 47 öğrencinin bu puanın üzerinde olduğu görülmüştür.

### 3.6. Cinsiyet ile Genel Depresyon Seviyesi Arasındaki İlişkiye Ait Bulgular

“Beck Depresyon Ölçeği” puanlarının cinsiyete göre analizi kapsamında elde edilen bulgular aşağıdaki gibidir.

**Tablo 9.** Beck Depresyon Ölçeği Puanlarının Cinsiyete Göre Analizi

BDÖ Puan			<i>t</i>	<i>df</i>	<i>Sig. (2-yanlı)</i>
ERKEK	N	128	-2,118	258	,035
	Ortalama	12,4219			
	Standart sapma	8,45889			
	Minimum	1,00			
	Maximum	44,00			
Kız	N	132			
	Ortalama	14,8333			
	Standart sapma	9,82454			
	Minimum	1,00			
	Maximum	48,00			

“Beck Depresyon Ölçeği” puanlarının cinsiyete göre farklılaşıp farklılaşmadığına ilişkin analiz kapsamında elde edilen sonuçlar;

Cinsiyete göre “Beck Depresyon Ölçeği” puanları arasında fark olup olmadığı incelenmiştir. Buna göre;

- Kız öğrencilerin “Beck Depresyon Ölçeği” puan ortalaması 14,8333, erkeklerin ise 12,4219 olarak oluşmuştur. Cinsiyete göre hesaplanan ortalamalar arasındaki farka ilişkin hesaplanan p değeri ( $p = 0.035$ )’tir ve bu değer 0.05 anlamlılık düzeyi kapsamında anlamlıdır.
- Kız öğrencilerin “Beck Depresyon Ölçeği” kapsamında hesaplanan puanları erkek öğrenciler ile kıyaslandığında daha yüksek oluşmuştur. Bu noktada, kız öğrencilerin genel depresyon düzeylerinin erkek öğrencilerden daha fazla olduğunu söylemek mümkündür.

### **3.7. Öğrencilerin Durumluk ve Sürekli Kaygı Düzeyleri ile Algılanan Anne-Baba Tutumu Arasındaki İlişkiye Ait Bulgular**

Öğrencilerin durumluk ve sürekli kaygı düzeyleri ile algıladıkları anne-baba tutumları arasındaki ilişkiye ait bulgular aşağıdaki tabloda yer almaktadır.

**Tablo 10.** Öğrencilerin Durumluk ve Sürekli Kaygı Düzeyleri ile Anne Baba Tutumları Arasındaki İlişki

		Durumluk	Süreklilik
Demokratik	Pearson Korelasyonu	,058	,209
	Sig. (2-yanlı)	,349	,001
	N	260	260
Koruyucu	Pearson Korelasyonu	-,173	-,011
	Sig. (2-yanlı)	,005	,865
	N	260	260
Otoriter	Pearson Korelasyonu	,120	,253
	Sig. (2-yanlı)	,054	,000
	N	260	260

Yukarıdaki tablo kapsamında varılan sonuçlar aşağıdaki gibidir;

- Durumluk kaygı düzeyi ile demokratik anne-baba tutumu arasında anlamlı bir ilişki yoktur ( $p = 0.349 > p = 0.05$ )
- Durumluk kaygı düzeyi ile koruyucu anne-baba tutumu arasında anlamlı bir ilişki vardır ( $p = 0,005 < p = 0.05$ ). Bu iki değişkene ilişkin Pearson Korelasyon katsayısı  $r = - 0.173$  olarak gerçekleşmiştir. Korelasyon katsayısının negatif olması iki değişken arasındaki ilişkinin negatif yönlü anlamlı bir ilişki olduğunu göstermektedir. Diğer bir ifade algılanan anne-baba tutumları koruyucu anne-baba tutumu olan öğrencilerin bu algıları arttıkça durumluk kaygı düzeyleri azalmaktadır.
- Durumluk kaygı düzeyi ile otoriter anne-baba tutumu arasındaki ilişkiye ait değerler;  $p = 0.054 > p = 0.05$  şeklinde oluşmuştur. Bu noktada, durumluk kaygı düzeyi ve otoriter anne-baba tutumu arasında var olan ilişkinin ortaya çıkartılması için elde edilen p değerinin anlamlılık düzeyine oldukça yakın olduğunun altını çizmek gerekmektedir.  $p = 0.05$  anlamlılık düzeyine oldukça yakın olan iki değişken arasındaki ilişkiye ait p değeri kapsamında korelasyon katsayısı incelenmelidir. İki değişkene ait korelasyon katsayısı  $r = 0,120$  olarak ortaya çıkmaktadır. Bu noktada, iki değişken arasında anlamlılık

düzeyine çok yakın bir ilişkinin olduğu ve bu ilişkinin de pozitif yönlü olduğunu söylemek mümkündür. Öğrencinin algıladığı otoriter anne-baba tutumu arttıkça, öğrencinin durumluk kaygı düzeyi de artmaktadır.

- Sürekli kaygı düzeyi ile demokratik anne-baba tutumu arasında anlamlı bir ilişki bulunmaktadır ( $p = 0.001 < p = 0.05$ ). Anlamlı ilişkinin yönünü belirlemek için yapılan korelasyon testi kapsamında oluşan korelasyon katsayısı bu iki değişken için  $r = - 0.209$  olarak oluşmuştur. Bu katsayı kapsamında iki değişken arasındaki ilişkinin pozitif yönlü olduğunu söylemek mümkündür.
- Sürekli kaygı düzeyi ile koruyucu anne-baba tutumu arasında anlamlı bir ilişki yoktur ( $p = 0.865 > p = 0.05$ ).
- Sürekli kaygı düzeyi ile otoriter anne-baba tutumu arasında anlamlı ilişki vardır ( $p=0,000 < p = 0,05$ ) İlişkinin yönünün belirlenmesine yönelik yapılan korelasyon analizinde korelasyon katsayısı  $r = -0,253$  olarak oluşmuştur. Bu kapsamda iki değişken arasındaki ilişkinin pozitif yönde anlamlı olduğunu söylemek mümkündür.

### **3.8. Öğrencilerin Depresyon Düzeyleri ve Algılanan Anne-Baba Tutumu Arasındaki İlişkiye Ait Bulgular**

Araştırmaya katılan öğrencilerin depresyon düzeyleri ile algıladıkları anne-baba tutumu arasındaki ilişkinin bulunmasına yönelik yapılan analizlere ilişkin bulgular aşağıdaki tabloda yer almaktadır.

**Tablo 11.** Öğrencilerin Depresyon Düzeyleri ile Algıladıkları Anne Baba Tutumları Arasındaki İlişki

		Beck Depresyon Ölçeği Puan
Demokratik	Pearson Korelasyonu	,222
	Sig. (2-yanlı)	,000
	N	260
Koruyucu	Pearson Korelasyonu	-,110
	Sig. (2-yanlı)	,076
	N	260
Otoriter	Pearson Korelasyonu	,164
	Sig. (2-yanlı)	,008
	N	260

Öğrencilerin depresyon düzeyleriyle algıladıkları anne-baba tutumları arasındaki ilişki korelasyon yardımıyla incelenmiştir. Bu kapsamda elde edilen bulgular kapsamındaki sonuçlar aşağıdaki gibidir;

- Öğrencilerinin algıladıkları demokratik anne-baba tutumu ile depresyon düzeyleri arasında anlamlı ilişki vardır ( $p=0,000 < p = 0.05$ ). İlişkinin yönünün tespit edilmesine yönelik yapılan analizde korelasyon katsayısı  $r = -0,222$  olarak oluşmuştur. Bu kapsamda iki değişken arasındaki ilişkinin pozitif yönlü anlamlı bir ilişki olduğu söylenebilir.
- Öğrencilerinin algıladıkları koruyucu anne-baba tutumu ile depresyon düzeyleri arasında anlamlı bir ilişki yoktur ( $p=0,076 > p = 0.05$ ).
- Öğrencilerinin algıladıkları otoriter anne-baba tutumu ile depresyon düzeyleri arasında anlamlı ilişki vardır ( $p=0,000 < p = 0.05$ ). İlişkinin yönünün tespit edilmesine yönelik yapılan analizde korelasyon katsayısı  $r = -0,154$  olarak oluşmuştur. Bu kapsamda iki değişken arasındaki ilişkinin pozitif yönlü anlamlı bir ilişki olduğu söylenebilir.

## SONUÇ

“Ergenlerde Anne Baba Tutumlarının Kaygı ve Depresyona Etkisi: Sağlık Meslek Lisesi ve Özel Lise Öğrencileri Üzerinde Bir İnceleme” konulu bu tezin yazılmasındaki ve konuya ilişkin olarak sağlık meslek lisesi ve özel lise öğrencileri üzerinde deneysel bir araştırma yürütülmesindeki temel amaç, ergenlerin kaygı ve depresyon düzeyleri üzerinde anne ve baba tutumlarının etkisi olup olmadığının belirlenmesidir. Bu amaçla yola çıkılan tez çalışması kapsamında elde edilen bulgulara ilişkin tartışma çerçevesi ve bulgular kapsamındaki öneriler bu bölüm kapsamında detaylandırılmıştır.

Anne-baba tutumlarının, ergenlik dönemindeki ergenlerin depresyon ve kaygı düzeyleri üzerindeki etkilerinin incelendiği bu araştırma kapsamında anne-baba tutumlarının ergenlerin depresyon ve kaygı düzeyleri üzerinde etkili olduğu genel sonucuna varılmıştır. Genel olarak varılan sonucu kaygı, depresyon özelinde detaylandırmak yararlı olacaktır. Bu araştırma kapsamında elde edilen sonuçlar aşağıdaki gibidir;

- Ergenler, anne-baba tutumları içerisinde en yüksek olarak koruyucu anne-baba tutumunu algılamaktadırlar. Diğer bir ifade ile günümüz ebeveynleri tarafından ergenlere ilişkin olarak takınılan tutum koruyucu tutumdur. Koruyucu anne-baba tutumu algısı hem kız hem de erkek ergenler için en yüksek oranda algılanan tutumdur. Ergenler tarafından en düşük algılanan anne baba tutumu otoriter anne-baba tutumudur. Aktaş (2011) tarafından yürütülen araştırma kapsamında cinsiyet değişkeni ile algılanan anne baba tutumu arasında anlamlı bir ilişki bulunmuştur. Aktaş (2011)’ın çalışması kapsamında kız öğrencilerin anne ve babalarının tutumlarını erkeklere göre daha fazla demokratik olarak algıladıkları görülmüştür. Bu sonuçlar, araştırmanın sonuçlarını destekler nitelikte değildir. Çünkü yürütülen bu çalışmada hem kız hem de erkeklerin en fazla algıladıkları anne baba tutumu koruyucu anne baba tutumu olarak ortaya çıkmıştır.



Algılanan anne baba tutumunun cinsiyet değişkenine göre farklılık gösterip göstermediğine ilişkin yürütölen araştırmalar kapsamında varılan sonuçlardan bir diğeri Sertel (2003) tarafından yürütölen “Aile tutumlarının sosyo-költörel yapı ve aile fonksiyonları ile ilişkisi” çalışması kapsamındadır. Bu çalışma kapsamında kız öğrencilerin algıladıkları anne baba tutumunun en fazla koruyucu anne-baba tutumu yönünde olduğu görölmüştür. Bu sonuç, araştırmamızın sonucunu destekler niteliktedir.

- Ergenlerin kaygı düzeylerine ilişkin yürütölen araştırma kapsamında durumluk ve sürekli kaygı durumları incelenmiştir. Ergen kız ve ergen erkek öğrenciler arasında anlık kaygı düzeyleri arasında anlık bir farklılık yok iken, süreklilik kaygı durumlarında kız öğrencilerin erkek öğrenciler ile kıyaslandığında daha kaygılı olduğu sonucuna varılmıştır. Kaygı düzeyi ve cinsiyet üzerine yürütölen araştırmaların sonuçları incelendiğinde, sonuçların araştırmanın sonuçları ile paralel olduğu görölmüştür. Yapılan araştırmalar (Varol, 1990), (Girgin, 1990) (Özusta, 1993), (Dong, 1994) (Ronan, 1994) , kızların kaygı düzeylerinin erkeklere görece daha yüksek olduğunu saptamaktadır.
- Kaygı düzeylerinin araştırılması kapsamında algılanan anne-baba tutumları ile kaygı düzeylerinin incelenmesine yönelik analizler yürütölmüştür. Bu kapsamda, ergenler tarafından en yüksek algıya sahip koruyucu anne-baba tutumunun durumluk kaygı düzeyi üzerinde bir etkisi olduğu görölmüştür ki, koruyucu anne-baba tutumunun genel özellikleri kapsamında kaygı düzeyi üzerinde etkisi olması beklenen bir sonuçtur. Araştırma sonuçlarına göre, koruyucu anne-baba tutumu arttıkaça, ya da diğer bir ifade ile anne-baba tutumunun koruyucu olmasına ilişkin algı arttıkaça, ergen öğrencilerin durumluk kaygı düzeyleri azalmaktadır. Bilindiği gibi, koruyucu anne-baba tutumu sergileyen ebeveynler, çocuklarının özgürlüklerini sınırlama yoluna gitmemekte ve çocuklara sınırsız olarak tabir edilebilecek haklar vermektedir.

Dolayısıyla, koruyucu anne-baba algısı yüksek olan ergenlerin, kaygıya ilişkin düzeylerinin az olması beklenen bir sonuçtur.

Kaygı düzeyi üzerinde etki sahibi olması beklenen bir diğer anne-baba tutumu ise otoriter anne-baba tutumudur. Çalışmanın literatür kısmında belirtilmiş olduğu üzere, otoriter anne-baba tutumu kurallar çerçevesinde çocuklarına ilişkin kararlı kendileri alan ve çocukların geleceğine ilişkin çocuklarının fikrini sormayan anne-babalardır. Bu kapsamda, ergenler tarafından algılanan anne-baba tutumunun otoriter olduğu durumlarda kaygı düzeyinin de etkilenmesi beklenmektedir. Araştırma sonuçları kapsamında da ergen öğrencilerin algıladıkları otoriter anne-baba tutumunun durumluk kaygı düzeyi üzerinde etkisi olduğu görülmüştür ve otoriter anne-baba tutumuna ilişkin algı seviyesi yükseldikçe, durumluk kaygı düzeyi ve süreklilik kaygı düzeyi artmaktadır. Diğer bir ifade ile otoriter tutumlu ebeveynlerin çocuklarının kaygı düzeyleri yüksektir denilebilir. Kaya, Bozaslan ve Genç (2012) tarafından yürütülen araştırma, sonuçları destekler niteliktedir. Kaya, Bozaslan ve Genç (2012) tarafından yürütülen araştırmanın sonucunda otoriter tutum sergileyen anne-babaların çocuklarının sosyal kaygı düzeylerinin yüksek olduğu sonucuna varılmıştır.

- Bir diğer anne-baba tutumu olan demokratik anne-baba tutumunun kaygı düzeyi üzerindeki etkisinin sürekli kaygı düzeyi üzerinde olduğu görülmüştür. Demokratik tutumlu anne-babaların demokratik tutumlarına ilişkin ergen algısı arttıkça süreklilik kaygı düzeyinin de arttığı gözlemlenmiştir. Kowalski (1995) ve Erkan (2002) tarafından ayrı ayrı yürütülen iki araştırma sonucunda; demokratik anne baba tutumuna sahip anne ve babaların çocuklarının sosyal kaygı düzeylerinin düşük olduğu sonucuna varılmıştır.
- Beck Depresyon Ölçeği kapsamında öğrencilerin “hafif ruhsal sıkıntı” düzeyine sahip olduğu görülmüştür. “Klinik Depresyon” tanısının konulmasına ilişkin puan olan yirmi bir puanın üzerinde sadece kırk yedi öğrenci olduğu görülmüştür. Dolayısıyla bu araştırma örneklemini kapsamında

bir genelleme yapıldığında ergenlerin klinik depresyon düzeyinde olmadığı söylenebilmektedir. Depresyon düzeyleri kapsamında ergenlerin cinsiyet değişkenleri göz önüne alındığında, kız ergenlerin erkek ergenler ile kıyaslandığında depresyon seviyelerinin daha yüksek olduğunu söylemek mümkündür. Sonuç olarak, gerek süreklilik kaygı düzeyi gerekse depresyon düzeyleri kapsamında kız ergenler erkek ergenlere göre daha kaygılı ve daha çok depresyon sahibidir.

- Depresyon düzeyi ve anne-baba tutumları arasındaki ilişki incelendiğinde, koruyucu anne-baba tutumu ile depresyon düzeyi arasında anlamlı bir ilişki ortaya çıkması beklenmemektedir. Çünkü koruyucu anne-baba tutumuna sahip ebeveynler tarafından yetiştirilen bireylerin sınırsız olarak tanımlanabilecek özgürlüğe sahip olmaları beklenmektedir ve sınırsız özgürlük alanları olan ergenlerin depresyon düzeylerinin minimum olması ve anne-baba tutumu haricindeki değişkenler nedeni ile depresyon düzeylerinin artması beklenmektedir. Keza araştırma sonuçları da bu varsayım ile paralel çıkmış ve araştırma kapsamındaki ergen öğrencilerden anne-baba tutumunu koruyucu olarak algılayanların, depresyon düzeyleri ile tutum arasında anlamlı bir ilişki bulunmamıştır.
- Anne-baba tutumları arasında depresyon üzerinde etkili olan tutumlar, demokratik anne-baba tutumu ve otoriter anne-baba tutumu olarak bulunmuştur. Her iki anne-baba tutumu, ergenlerin depresyon düzeyleri üzerinde etkilidir. Demokratik anne-baba tutumu ve otoriter anne-baba tutumuna ilişkin algı arttıkça, depresyon düzeyi de artmaktadır. Aylaz ve arkadaşları (2002) tarafından yürütülen araştırma sonuçlarına göre, demokratik aile tutumuna sahip öğrencilerin depresyon düzeyi puanlarının düşük olduğu bulunmuştur. Ve fakat Ertem ve Yazıcı'nın lise öğrencileriyle yaptıkları araştırmada aile baskıcı (otoriter) anne baba tutumunun çocuklarda depresyon düzeyini arttırdığı, demokratik tutum sergileyen anne babaların çocuklarının görece daha az düzeyde depresyona sahip olduğu bulunmuştur.

Elde edilen bulgular kapsamında varılan sonuçlar ve bu sonuçlar ışığındaki öneriler aşağıda listelenmektedir;

- Anne ve baba tutumlarının ergenlerin depresyon ve kaygı düzeyleri üzerinde etkili olduğu görülmektedir. Bu noktada, öncelikle eğitim sistemine yönelik önerilerin ortaya konması yararlı olacaktır. Örgün eğitim sistemine dâhil olan okulların tamamında yürütülmekte olan rehberlik çalışmalarının yürütülmesi süreçlerinde anne ve baba tutumlarının ergenler üzerinde son derece etkili olduğu konusu göz önünde tutulmalıdır. Yürütülecek olan rehberlik çalışmalarına ergenlerin anne ve/veya babalarının dâhil edilmeleri önerilmektedir. Rehberlik çalışmaları kapsamında ergenlerin ruh hallerine, kaygı ve depresyon durumlarına ilişkin anne ve babalar bilinçlendirilmeli ve eğitime tabi tutulmalıdır. Diğer bir ifade ile anne ve babalar, takındıkları tutumlar konusunda bilinçlendirilmeli ve takındıkları tutumun ergenler üzerinde direkt olarak etkili olduğu hususunun altı çizilmelidir. Yürütülen eğitimler kapsamında, ergenlerin sağlıklı ilişkiler kurabilmesi, sosyal çevrelerini sağlıklı bir şekilde inşa edebilmesi için anne ve babaların süreçteki önemli değişkenler olduğu konusuna mutlak surette değinilmelidir.
- Ergenlerin geliştirdikleri birçok davranışın, becerinin, tutumun temelinin ailede atıldığına yönelik olarak anne ve babaların bilgi düzeyleri artırılmalıdır. Diğer bir ifade ile çocukluk çağından itibaren aile için sağlıklı ve verimli kurulacak ilişki ağının çocuğun gelecekteki sosyal hayatı için son derece önemli olduğu konusunda anne ve babaların bilinçlendirilmesi gerekmektedir.
- Ergenler tarafından algılanan anne ve baba tutumlarının depresyon ve kaygı düzeyi üzerinde etkili olduğu araştırma kapsamında varılan sonuçlardandır. Bu noktada öneri, sadece ergenler tarafından algılanan anne ve baba tutumunun değil aynı zamanda anne ve babaların sergilediklerini düşündükleri tutuma ilişkin de geliştirilecek bir ölçek kapsamında araştırma yapmak yararlı olacaktır. Ergenlerin algıladıkları tutum ile anne ve babaların

sergilediklerine inandıkları tutum arasında ortaya çıkacak olan farklılıkların ortadan kaldırılması da ergen – anne – baba ilişkilerinin daha sağlıklı ve iletişim tabanlı olmasına yarar sağlayacaktır.

Sonuç olarak, anne-baba tutumlarının ergenlerin depresyon ve kaygı düzeyleri üzerinde etkisi olduğu söylenebilir. Ergenlerin birincil ve en önemli çevresini oluşturan anne-babaların doğru tutumları sergilemesi, kaygı düzeyi düşük bireylerin yetişmesi üzerinde direkt olarak etkilidir. Bireyin karakterinin şekillendiği en önemli dönem olarak kabul edilen ergenlik döneminde ergenler üzerinde etki sahibi olan anne-baba tutumlarının ergenlerin kaygı düzeyini arttırmayacak ve depresyona sürüklemeyecek şekilde sergilenmesi gerekmektedir. Bu noktada önerim; anne-babaların ergenlik dönemi ile ilgili eğitimlere tabi tutulması: ergenlik döneminin bireylerin hayatları üzerinde etkin ve önemli bir dönem olduğunun ebeveynlere anlatılması gerekmektedir. Bu anlatımların, eğitimi ve konusunda uzman gelişim uzmanları tarafından yapılmasının sağlanması ve eğitimlerin anne-babalar için zorunlu tutulması gerekmektedir. Anne-babaların ergen ve ergenlik dönemine ilişkin olarak eğitilmesi, ergenlere yönelik hangi tutumların doğru olduğunun açıklanmasına yönelik devlet destekli olarak düzenlenecek eğitimler sonucunda, ruhsal anlamda sağlıklı bireylerin yetişmesi sağlanabilir ve ilerleyen yaşlarda ortaya çıkan birçok psikolojik sorunun önüne geçilebilir.

## KAYNAKÇA

- Abalı, O. (2012). *Ergenlik Dönemi ve Ruhsal Yaklaşım*. İstanbul: Adeda Yayıncılık.
- Akça, P. (2012). Ana-Babaların Çocuk Yetiştirmede Aşırı Koruyucu Olmaları. *Akademik Bakış Dergisi*(29), s. 1-13
- Aktaş, S. (2011). 9. sınıfta anne baba tutumları ve benlik saygısı arasındaki ilişkinin bazı değişkenler açısından incelenmesi. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi. Selçuk Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü.
- Barton, J. (2015). Basic Processes of Development Maturation Biological Process of Systematic Physical Growth Experience Plays a Role in Specific Contexts. Haziran 03, 2016 tarihinde <http://slideplayer.com/slide/6079927/> adresinden alındı
- Baumrind, D. (1991). The influence of parenting style on adolescent competence and substance abuse. *Journal of Early adolescence*, 11, 56–94.
- Baumrind, D. (1966). The effects of authoritative parental control on child behaviors. *Child Development*, 37, 887- 907.
- Bayraktar, F. (2007). Olumlu Ergen Gelişiminde Ebevyn/Akran İlişkilerinin Önemi. *Çocuk ve Gençlik Ruh Sağlığı Dergisi*, 14(3).
- Berktin, C. T. (1978). *Çocuklarda ve Gençlerde Davranış Bozuklukları*. Ankara: Türkiye İş Bankası Kültür Yayınları.
- Budak, S.(2000). Psikoloji Sözlüğü. Ankara: Bilim ve Sanat Yayınları.
- Cüceloğlu, D. (2004). *İnsan ve Davranış*. İstanbul : Remzi Kitabevi.
- Çağdaş, A., & Seçer, Z. (2006). *Anne-Baba Eğitimi*. Ankara: Kök Yayıncılık.
- Çiçek, C. (2007). *İknanın Yapısı*. Konya: Tablet Yayınları.
- Enç, B. (1988). *Türk Dil Kurumu Ruhbilim Terimleri Sözlüğü*. Ankara: Türk Dil Tarih Kurumu.

- Erdoğan, Ö., & Uçukoğlu, H. (2011). İlköğretim Okulu Öğrencilerinin Anne-Baba Tutumu Algıları ile Atılganlık ve Olumsuz Değerlendirilmekten Korkma Düzeyleri Arasındaki İlişkiler. *Kastamonu Eğitim Dergisi*, 19(1), s. 51-72.
- Ersevım, İ. (2005). Freud ve Psikanaliz'in Temel İlkeleri. (Üçüncü basım). İstanbul: Assos Yayınları.
- Ertürk, Y. D. (2010). *Davranış Bilimleri*. İstanbul : Kutup Yayınları.
- Gander, M. J., & Gardiner, H. W. (2001). *Çocuk ve Ergen Gelişimi*. (B. Onur, Dü., A. Dönmez, N. Çelen, & B. Onur, Çev.) Ankara: İmge Kitabevi.
- Hauenstein E. Depression in Adolescence JOGNN 2003; 32: 239-248.
- İnceoğlu, M. (2010). *Tutum Algı İletişim*. İstanbul : Beykent Üniversitesi Yayınları.
- Kağıtçıbaşı, Ç. (1999). *Yeni İnsan ve İnsanlar*. İSTANBUL: Evrim Yayınevi.
- Kaya Çabuk, N. (2011). Aile ve Çocuk. A. Kasapoğlu, & N. Karkıner içinde, *Aile Sosyolojisi* (s. 106-133). Eskişehir: Anadolu Üniversitesi Yayınları.
- Kaya, M. (2012). Ailede Anne-Baba Tutumlarının Çocuğun Kişilik ve Benlik Gelişimindeki Rolü.  
<http://dergipark.ulakbim.gov.tr/omuifd/article/viewFile/5000073583/5000067842>  
adresinden alındı
- Kılıçarslan, F. (2010). *Çocuk ve Aile Sorunlarının Terapi ile Tedavisi*. Ankara: Nobel Yayıncılık.
- Kızılırmak, U. (2015). Ergenlik Döneminde Bedensel ve Duygusal Değişimler. Haziran 05, 2016 tarihinde <http://slideplayer.biz.tr/slide/2612588/> adresinden alındı
- Köknel, Ö. (1986). *İnsanı Anlamak*. İstanbul: Altın Ktaplar Yayınevi.
- Oktay, M. (1996). *Davranış Bilimlerine Giriş*. İstanbul: Der Yayınları.
- Oskay, G. (2008). Ana-Baba Ergen İlişkilerini Geliştirici Öneriler. Haziran 01, 2016 tarihinde <http://www.efdergi.hacettepe.edu.tr/yonetim/icerik/makaleler/1555-published.pdf> adresinden alındı

- Özer, K. (2008). *Kaygı: Sınanma Duygusuyla Baş Edebilme*. (Dördüncü basım). İstanbul: Sistem Yayıncılık.
- Özen, Ş., Antar, S. ve Özkan, M. (2007). Çocukluk Çağı Travmalarının Umutsuzluk, Sigara ve Alkol Kullanımı Üzerine Etkisi: Üniversite Son Sınıf Öğrencilerini inceleyen Bir Çalışma. *Düşünen Adam*. 20(2), 79–87.
- Öğretir, D. D. (2009). Anne Ev Ziyareti Eğitim Programının Annelerin Tutumlarına ve Empatik Eğilimlerine Etkisi. *Ankara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Fakültesi Dergisi*, 42(1), s. 421-433.
- Özgüven, İ. E. (2001). *Ailede İletişim ve Yaşam*. Ankara: PDRM Yayıncılık.
- Özkardeş Güngörmüş, O. (tarih yok). Evlilik ve Çocuk. H. Yavuzer içinde, *Evlilik Okulu* (s. 125-148). İstanbul: Remzi Kitabevi.
- Özyürek, A., & Şahin, T. F. (2005). "5-6 Yaş Grubunda Çocuğu Olan Ebeveynlerin Tutumlarının İncelenmesi". *Gazi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 25(2).
- Salmans S. (1995) *Depression: Questions You Have – Answers You Need*. Pensilvanya:People’s Medical Society
- Sak, R. Ş., Atli, S., & Şahin, B. K. (2015). Okul Öncesi Dönem: Anne Baba Tutumları. *Mersin Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 11(3), s. 972-991.
- Sayar, K. (2000). Anksiyete: Özgürlüğün Baş Dönmesi. *Defter*. 13(39). 72-83.
- Tahiroğlu, A. Y. , Bahalı, K. , Avcı, A. , Seydaoğlu, G. Ve Uzel, M. (2009). Ailedeki disiplin yöntemleri, demografik özellikler ve çocuklardaki davranış sorunları arasındaki ilişki. *Çocuk ve Gençlik Ruh Sağlığı Dergisi* 16(2): 67- 82.
- Thapar A., Collishaw S., Pine D.S. ve Thapar A.K. (2012) Depression in Adolescence. *The Lancet*. 379, 1056-1067.
- Tire, Y. (2011). *Ön Ergenlerde Olumlu ve Olumsuz Mükemmeliyetçilik ile Algılanan Anne Baba Tutumları Arasındaki İlikinin İncelenmesi*. Adana: T.C. Çukurova Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Eğitim Bilimleri Ana Bilim Dalı.



- Tuzgöl, M. (2000). Ana Baba Tutumları Farklı Lise Öğrencilerinin Saldırganlık Düzeylerinin Çeşitli Değişkenler Açısından İncelenmesi. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 2 (14), 39-48.
- Yeşilyaprak, B. (2003). *Çalışan Anne ve Çocuk: Siz Başrolü Seçtiniz*, 8.Baskı, İstanbul: Remzi Kitabevi.
- Yalom, I. D. (2008). *Ergen Terapisi*. (Y. Ö. Şallı, Çev.) İstanbul: Prestij Yayınları.
- Yavuzer, H. (1986). *Ana Baba ve Çocuk*. İstanbul: Remzi Kitabevi.
- Yavuzer, H. (1998). *Çocuk Psikolojisi*. İstanbul: Remzi Kitabevi.
- Yavuzer, H. (2002). *Çocuk Psikolojisi*. İstanbul : Remzi Kitabevi.
- Yavuzer, H. (2009). Aile İlişkileri ve Çocuk. *Evlilik Okulu* (s. 164-171). içinde İstanbul : Remzi Kitabevi.
- Yavuzer, H. (2011). *Çocuğunuzun İlk 6 Yılı* , 27. Baskı.İstanbul: Remzi Kitapevi.
- Yeşilyaprak, B. (2003). *Çalışan Anne ve Çocuk*. İstanbul: Morpa Kültür Yayınları.
- Yörükoğlu, A. (1989). *Değişen Toplumlarda Aile ve Çocuk*. Ankara : Özgür Yayınları.
- Yüksel, A. H. (1994). *İkna Edici İletişim*. Eskişehir: Anadolu Üniversitesi Yayınları.

## EKLER

### EK-1: ANKET

#### ERGENLERDE ANNE BABA TUTUMLARININ, KAYGI VE DEPRESYONA ETKİSİ

##### Ölçekler

- 1) Anne – Baba Tutum Ölçeği
- 2) Kaygı Ölçeği
- 3) Depresyon Ölçeği

##### **Katılımcının;**

**Adı-Soyadı:**.....

**Cinsiyeti:** .....

**Sınıfı:** .....

**Yaşı:** .....

**Okulu:**.....

**VAKİT AYIRDIĞINIZ İÇİN TEŞEKKÜR  
EDERİM.**

## ANNE BABA TUTUM ÖLÇEĞİ

**Açıklama:** Bu envanter anne ve babanızın size karşı tutumunu nasıl algıladığınızı ölçmek amacıyla hazırlanmıştır. İçinde 40 madde vardır. Her bir madde için yanıtlar 1'den 5'e kadar sınıflandırılmıştır. Sınıflama aşağıdaki gibidir:

Hiç uygun değil	1
Çok az uygun	2
Kısmen uygun	3
Oldukça uygun	4
Tamamen uygun	5

Sizden ricam; her bir maddenin, anne ve babanıza ne kadar uyduğunu ifade eden cevabın altındaki rakamı işaretlemenizdir.

Cevaplama örnekteki gibi yapılacaktır.

### ÖRNEK:

Madde	Hiç uygun değil	Çok az uygun	Kısmen uygun	Oldukça uygun	Tamamen uygun
Bana hükmetmeye çalışırdı.	1 ( )	2 ( )	3 ( X )	4 ( )	5 ( )

Cevaplarınızı içten ve dikkatli vermeniz araştırma bulguları geçerliliği açısından çok önemlidir.

Yardımlarınız için teşekkür ederim

**FATMA PEKTAŞ SELAMİ**

Madde	Hiç uygun değil	Çok az uygun	Kısmen uygun	Oldukça uygun	Tamamen uygun
1.Bana her zaman güven duygusu vermiş ve beni sevdiğini hissettirmiştir.	1 ( )	2 ( )	3 ( )	4 ( )	5 ( )
2.Çok yönlü biri olarak büyümem için beni olanakları ölçüsünde desteklemiştir.	1 ( )	2 ( )	3 ( )	4 ( )	5 ( )
3.Her yaptığım işin olumlu yanlarını değil, kusurlarını görmüş ve beni eleştirmiştir.	1 ( )	2 ( )	3 ( )	4 ( )	5 ( )
4.İlişkimiz, problemlerimi ona açamayacağım kadar resmidir.	1 ( )	2 ( )	3 ( )	4 ( )	5 ( )
5.Arkadaşlarımı eve çağırma izin verir, onlara iyi davranır.	1 ( )	2 ( )	3 ( )	4 ( )	5 ( )
6.Çevremizdeki çocuklarla beni karşılaştırır, onların benden daha iyi olduklarını söyler.	1 ( )	2 ( )	3 ( )	4 ( )	5 ( )
7. Her zaman başıma kötü bir şey geleceğim gibi davranır.	1 ( )	2 ( )	3 ( )	4 ( )	5 ( )
8.Bana hükmetmeye çalışır.	1 ( )	2 ( )	3 ( )	4 ( )	5 ( )
9.Her konuda benim fikrimi de almaya özen gösterir.	1 ( )	2 ( )	3 ( )	4 ( )	5 ( )
10.Problemlerimi onunla rahatlıkla konuşabilirim.	1 ( )	2 ( )	3 ( )	4 ( )	5 ( )
11.Evde bir konu tartışılırken, benim de görüşlerimi söylemem için beni teşvik eder.	1 ( )	2 ( )	3 ( )	4 ( )	5 ( )
12.Bugün bile alışverişe çıktığım zaman, beni kandıracağı endişesi ile kendisi de gelmek ister.	1 ( )	2 ( )	3 ( )	4 ( )	5 ( )
13.Benden her zaman gücümün üzerinde bir başarı beklemiştir.	1 ( )	2 ( )	3 ( )	4 ( )	5 ( )
14.Fiziksel ve duygusal olarak kendisine yakın olmak istediğim zamanlar soğuk ve itici davranır.	1 ( )	2 ( )	3 ( )	4 ( )	5 ( )
15.Yapmamam gereken şeylerin nedenlerini bana açıklar.	1 ( )	2 ( )	3 ( )	4 ( )	5 ( )
16.Sevmediğim yemekleri bana zorla yedirir.	1 ( )	2 ( )	3 ( )	4 ( )	5 ( )
17.Sınavda hep üstün başarı göstermemi istemiştir.	1 ( )	2 ( )	3 ( )	4 ( )	5 ( )

18.Benim gibi bir evladı olduğu için mutsuz olduğunu düşünürüm.	1 ( )	2( )	3( )	4( )	5( )
19.Küçüklüğümden itibaren ders çalışma ve okuma alışkanlığı kazanmam konusunda bana yardımcı olmuştur.	1 ( )	2( )	3( )	4( )	5( )
20.Birlikte olduğumuz zamanlar ilişkimiz çok arkadaşçadır.	1 ( )	2( )	3( )	4( )	5( )
21.her gittiği yere beni de götürür, evde yalnız kalmamı istemez.	1 ( )	2( )	3( )	4( )	5( )
22.Beni kendi emellerine ulaşmak için bir araç olarak görmüştür.	1 ( )	2( )	3( )	4( )	5( )
23.Cinsiyet konusunda karşılaştığım problemleri kendisine anlattığımda , çok ilgisiz davranır.	1 ( )	2( )	3( )	4( )	5( )
24.Ona yaklaşmak istediğimde bana sıcak bir şekilde karşılık vermiştir.	1 ( )	2( )	3( )	4( )	5( )
25.Bana önemli ve değerli bir insan olduğum inancını vermiştir.	1 ( )	2( )	3( )	4( )	5( )
26. Küçüklüğümde bana yeterince vakit ayırır parka, sinemaya vs. götürmeyi ihmal etmezdi.	1 ( )	2( )	3( )	4( )	5( )
27.Paramı nerelere harcadığımı ayrıntılı bir biçimde kontrol eder.	1 ( )	2( )	3( )	4( )	5( )
28.Her zaman her işte kusursuz olmam gerektiği inancındadır.	1 ( )	2( )	3( )	4( )	5( )
29. Cinsel konularda çok tutucu olduğu için onun yanında bu konulara ilgi göstermem.	1 ( )	2( )	3( )	4( )	5( )
30. Benimle genellikle sert tonda ve emrederek konuşur.	1 ( )	2( )	3( )	4( )	5( )
31. Kendi istediği mesleği seçmem konusunda beni zorlar.	1 ( )	2( )	3( )	4( )	5( )
32.Aile ile ilgili kararlar alırken benim de fikrim sorulur.	1 ( )	2( )	3( )	4( )	5( )
33. Benim iyiliğimi istediğini, ama benim için iyinin ne olacağını ancak kendisinin bilebileceğini söyler.	1 ( )	2( )	3( )	4( )	5( )
34.Beni yapabileceğimden fazlasını yapmaya zorlar.	1 ( )	2( )	3( )	4( )	5( )

35.Beni olduğum gibi kabul eder.	1 ( )	2( )	3( )	4( )	5( )
36.Başlalarına benden daha çok önem verir daha nazik davranır.	1 ( )	2( )	3( )	4( )	5( )
37.İyi bir iş yaptığımda beni övmekten çok daha iyisini yapmam gerektiğini söyler.	1 ( )	2( )	3( )	4( )	5( )
38.Her zaman nerede olduğumu ve ne yaptığımı merak eder.	1 ( )	2( )	3( )	4( )	5( )
39.Günlük olaylarla ilgili anlattıklarımı ilgi ile dinler ve bana açıklayıcı cevaplar verir.	1 ( )	2( )	3( )	4( )	5( )
40.Okulda başarılı olmam konusunda beni zorlar, kırık not aldığımda beni cezalandırır.	1 ( )	2( )	3( )	4( )	5( )

## EK-2: ANKET

### STAI FORM TX – I

YÖNERGE: Aşağıda kişilerin kendilerine ait duygularını anlatmada kullandıkları bir takım ifadeler verilmiştir. Her ifadeyi okuyun, sonra da o anda nasıl hissettiğinizi ifadelerin sağ tarafındaki parantezlerden uygun olanını işaretlemek suretiyle belirtin. Doğru ya da yanlış cevap yoktur. Herhangi bir ifadenin üzerinde fazla zaman sarf etmeksizin **anda** nasıl hissettiğinizi gösteren cevabı işaretleyin.

	Madde	Hiç	Biraz	Çok	Tamamıyla
1.	Şu anda sakinim	(1)	(2)	(3)	(4)
2.	Kendimi emniyette hissediyorum	(1)	(2)	(3)	(4)
3	Su anda sınırlarım gergin	(1)	(2)	(3)	(4)
4	Pişmanlık duygusu içindeyim	(1)	(2)	(3)	(4)
5.	Şu anda huzur içindeyim	(1)	(2)	(3)	(4)
6	Şu anda hiç keyfim yok	(1)	(2)	(3)	(4)
7	Başıma geleceklerden endişe ediyorum	(1)	(2)	(3)	(4)
8.	Kendimi dinlenmiş hissediyorum	(1)	(2)	(3)	(4)
9	Şu anda kaygılıyım	(1)	(2)	(3)	(4)
10.	Kendimi rahat hissediyorum	(1)	(2)	(3)	(4)
11.	Kendime güvenim var	(1)	(2)	(3)	(4)
12	Şu anda asabım bozuk	(1)	(2)	(3)	(4)
13	Çok sinirliyim	(1)	(2)	(3)	(4)
14	Sınırlarımın çok gergin olduğunu hissediyorum	(1)	(2)	(3)	(4)
15.	Kendimi rahatlamış hissediyorum	(1)	(2)	(3)	(4)
16.	Şu anda halimden memnunum	(1)	(2)	(3)	(4)
17	Şu anda endişeliyim	(1)	(2)	(3)	(4)
18	Heyecandan kendimi şaşkına dönmüş hissediyorum	(1)	(2)	(3)	(4)
19.	Şu anda sevinçliyim	(1)	(2)	(3)	(4)
20.	Şu anda keyfim yerinde.	(1)	(2)	(3)	(4)

## STAI FORM TX – II

YÖNERGE:Aşağıda kişilerin kendilerine ait duygularını anlatmada kullandıkları bir takım ifadeler verilmiştir. Her ifadeyi okuyun, sonra da o anda nasıl hissettiğinizi ifadelerin sağ tarafındaki parantezlerden uygun olanını işaretlemek suretiyle belirtin. Doğru ya da yanlış cevap yoktur. Herhangi bir ifadenin üzerinde fazla zaman sarfetmeksizin **anında** nasıl hissettiğinizi gösteren cevabı işaretleyin.

	Madde	Hiçbir Zaman	Bazen	Sık sık	Her zaman
21.	Genellikle keyfim yerindedir	(1)	(2)	(3)	(4)
22	Genellikle çabuk yorulurum	(1)	(2)	(3)	(4)
23	Genellikle kolay ağlarım	(1)	(2)	(3)	(4)
24	Başkaları kadar mutlu olmak isterim	(1)	(2)	(3)	(4)
25	Çabuk karar veremediğim için fırsatları kaçıırım	(1)	(2)	(3)	(4)
26.	Kendimi dinlenmiş hissediyorum	(1)	(2)	(3)	(4)
27.	Genellikle sakin, kendine hakim ve soğukkanlıyım	(1)	(2)	(3)	(4)
28	Güçlüklerin yenemeyeceğim kadar biriktiğini hissederim	(1)	(2)	(3)	(4)
29	Önemsiz şeyler hakkında endişelenirim	(1)	(2)	(3)	(4)
30.	Genellikle mutluyum	(1)	(2)	(3)	(4)
31	Herşeyi ciddiye alır ve endişelenirim	(1)	(2)	(3)	(4)
32	Genellikle kendime güvenim yoktur	(1)	(2)	(3)	(4)
33.	Genellikle kendimi emniyette hissederim	(1)	(2)	(3)	(4)
34	Sıkıntılı ve güç durumlarla karşılaşmaktan kaçınırım	(1)	(2)	(3)	(4)
35	Genellikle kendimi hüzünlü hissederim	(1)	(2)	(3)	(4)
36.	Genellikle hayatımdan memnunum	(1)	(2)	(3)	(4)
37	Olur olmaz düşünceler beni rahatsız eder	(1)	(2)	(3)	(4)
38	Hayal kırıklıklarını öylesine ciddiye alırım ki hiç unutamam	(1)	(2)	(3)	(4)
39.	Aklı başında ve kararlı bir insanım	(1)	(2)	(3)	(4)
40	Son zamanlarda kafama takılan konular beni tedirgin ediyor	(1)	(2)	(3)	(4)



### EK-3: ANKET

### BECK DEPRESYON ÖLÇEĞİ (B D Ö)

#### AÇIKLAMA:

Evgili öğrenci aşağıda gruplar halinde cümleler verilmektedir. Öncelikle her gruptaki cümleleri dikkatle okuyarak, **BUGÜN DÂHİL GEÇEN HAFTA** içinde kendinizi nasıl hissettiğini en iyi anlatan cümleyi seçiniz. Eğer bir grupta durumunuzu, duygularınızı tarif eden birden fazla cümle varsa her birini daire içine alarak işaretleyiniz.

Soruları vereceğiniz samimi ve dürüst cevaplar araştırmanın bilimsel niteliği açısından son derece önemlidir. Bilimsel katkı ve yardımlarınız için sonsuz teşekkürler.

Madde	Seçenekler
A.	0.Kendimi üzüntülü ve sıkıntılı hissetmiyorum.
	1.Kendimi üzüntülü ve sıkıntılı hissediyorum.
	2. Hep üzüntülü ve sıkıntılıyım. Bundan kurtulamıyorum.
	3.O kadar üzüntülü ve sıkıntılıyım ki artık dayanamıyorum.
B.	0. Gelecek hakkında mutsuz ve karamsar değilim.
	1.Gelecek hakkında karamsarım.
	2.Gelecekte beklediğim hiçbir şey yok.
	3. Geleceğim hakkında umutsuzum ve sanki hiçbir şey düzelmeyecekmiş gibi geliyor.
C.	0.Kendimi başarısız bir insan olarak görmüyorum.
	1. Çevremdeki birçok kişiden daha çok başarısızlıklarım olmuş gibi hissediyorum.
	2.Geçmişe baktığımda başarısızlıklarla dolu olduğunu görüyorum.
	3.Kendimi tümüyle başarısız biri olarak görüyorum.
	0.Birçok şeyden eskisi kadar zevk alıyorum.
	1. Eskiden olduğu gibi her şeyden hoşlanmıyorum.
	2. Artık hiçbir şey bana tam anlamıyla zevk vermiyor.
	3. Her şeyden sıkılıyorum.
E.	0.Kendimi herhangi bir şekilde suçlu hissetmiyorum.
	1. Kendimi zaman zaman suçlu hissediyorum.
	2. Çoğu zaman kendimi suçlu hissediyorum.
	3.Kendimi her zaman suçlu hissediyorum.
F.	0. Bana cezalandırılmışım gibi geliyor.
	1.Cezalandırılabilirim hissediyorum.
	2.Cezalandırılmayı bekliyorum.
	3. Cezalandırıldığımı hissediyorum.
G.	0.Kendimden memnunum.

	1.Kendi kendimden pek memnun değilim.
	2. Kendime çok kızıyorum.
	3. Kendimden nefret ediyorum.
H.	0.Başkalarından daha kötü olduğumu sanmıyorum.
	1.Zayıf yanların veya hatalarım için kendi kendimi eleştiririm.
	2. Hatalarımdan dolayı ve her zaman kendimi kabahatli bulurum.
	3. Her aksilik karşısında kendimi hatalı bulurum.
I.	0.Kendimi öldürmek gibi düşüncelerim yok.
	1. Zaman zaman kendimi öldürmeyi düşündüğüm olur. Fakat yapmıyorum.
	2. Kendimi öldürmek isterdim.
	3. Fırsatını bulsam kendimi öldürürdüm.
J.	0. Her zamankinden fazla içimden ağlamak gelmiyor.
	1. Zaman zaman içimden ağlamak geliyor.
	2. Çoğu zaman ağlıyorum.
	3. Eskiden ağlayabilirdim şimdi istesem de ağlayamıyorum.
K.	0.Şimdi her zaman olduğumdan daha sinirli değilim.
	1.Eskisine kıyasla daha kolay kızıyor ya da sinirleniyorum.
	2. Şimdi hep sinirliyim.
	3. Bir zamanlarbeni sinirlendiren şeyler şimdi hiç sinirlendirmiyor.
L.	0.Başkaları ile görüşmek, konuşmak isteğimi kaybetmedim.
	1. Başkaları ile eskiden daha az konuşmak, görüşmek istiyorum.
	2. Başkaları ile konuşma ve görüşme isteğimi kaybetmedim.
	3.Hiç kimseyle konuşmak görüşmek istemiyorum.
M.	0.Eskiden olduğu gibi kolay karar verebiliyorum.
	1.Eskiden olduğu kadar kolay karar veremiyorum.
	2. Karar verirken eskisine kıyasla çok güçlük çekiyorum.
	3. Artık hiç karar veremiyorum.
N.	0.Aynada kendime baktığımda değişiklik görmüyorum.
	1. Daha yaşlanmış ve çirkinleşmişim gibi geliyor.
	2. Görünüşümün çok değiştiğini ve çirkinleştiğimi hissediyorum.
	3. Kendimi çok çirkin buluyorum.
O.	0.Eskisi kadar iyi çalışabiliyorum.
	1.Bir şeyler yapabilmek için gayret göstermem gerekiyor.
	2. Herhangi bir şeyi yapabilmek için kendimi çok zorlamam gerekiyor.
	3. Hiçbir şey yapamıyorum.
P.	0.Her zamanki gibi iyi uyuyabiliyorum.
	1. Eskiden olduğu gibi iyi uyuyamıyorum.
	2. Her zamankinden 1-2 saat daha erken uyanıyorum ve tekrar uyuyamıyorum.
	3. Her zamankinden çok daha erken uyanıyor ve tekrar uyuyamıyorum.
R.	0.Her zamankinden daha çabuk yorulmuyorum.
	1. Her zamankinden daha çabuk yoruluyorum.
	2. Yaptığım her şey beni yoruyor.
	3. Kendimi hemen hiçbir şey yapamayacak kadar yorgun hissediyorum.

S.	0.İştahım her zamanki gibi.
	1.İştahım her zamanki kadar iyi değil.
	2. İştahım çok azaldı.
	3. Artık hiç iştahım yok.
O.	0. Son zamanlarda kilo vermedim.
	1.İki kilodan fazla kilo verdim.
	2.Dört kilodan fazla kilo verdim.
	3. Altı kilodan fazla kilo vermeye çalışıyorum Evet ..... Hayır .....
U.	0.Sağlığım beni fazla endişelendirmiyor.
	1.Ağrı, sancı, mide bozukluğu veya kabızlık gibi rahatsızlıklar beni endişelendirmiyor.
	2. Sağlığım beni endişelendirdiği için başka şeyleri düşünmek zorlaşıyor.
	3. Sağlığım hakkında o kadar endişeliyim ki başka hiçbir şey düşünmüyorum.
V.	0.Son zamanlarda cinsel konulara olan ilgimde bir değişme fark etmedim.
	1.Cinsel konularla eskisinden daha az ilgiliyim.
	2. Cinsel konularla şimdi çok daha az ilgiliyim.
	3. Cinsel konular olan ilgimi tamamen kaybettim.

## ÖZGEÇMİŞ

1985 Eskişehir doğumludur. İlkokulu Fahri Korutürk İlkokulu'nda, ortaokulu Mustafa Şeker Anadolu Lisesi'nde, liseyi Bozüyük Anadolu Öğretmen Lisesi 'nde okudu. Üniversite eğitimini Marmara Üniversitesi Atatürk Eğitim Fakültesi Sınıf Öğretmenliği Bölümünde tamamladı.

Üstün Zekalılar alanında eğitimler alıp, çeşitli kolejlerde Üstün Zekalılar Öğretmenliği ve Akıl Oyunları Öğretmenliği yaptı. Üstün Zekalıların yanı sıra normal düzey öğrenciler ile de çalışmalarını sürdürdü.

Halen özel bir okulda Sınıf Öğretmenliği yapmaktadır.