



**T.C.  
HALIÇ ÜNİVERSİTESİ  
LİSANSÜSTÜ EĞİTİM ENSTİTÜSÜ  
PSİKOLOJİ ANABİLİM DALI  
UYGULAMALI PSİKOLOJİ  
PROGRAMI**

**PARÇALANMIŞ AİLE ÜYESİ OLAN 9-12 YAŞ  
ARALIĞINDAKİ ÇOCUKLARIN ANKSİYETE VE  
DEPRESYON DÜZEYLERİNİN İNCELENMESİ**

**YÜKSEK LİSANS TEZİ**

**Hazırlayan  
Ayşe Suna DÜLGER**

**Danışman  
Prof. Dr. İbrahim BALCIOĞLU**

**İstanbul/2019**

**T.C.  
HALIÇ ÜNİVERSİTESİ  
LİSANSÜSTÜ EĞİTİM ENSTİTÜSÜ  
PSİKOLOJİ ANABİLİM DALI  
UYGULAMALI PSİKOLOJİ  
PROGRAMI**

**PARÇALANMIŞ AİLE ÜYESİ OLAN 9-12 YAŞ  
ARALIĞINDAKİ ÇOCUKLARIN DEPRESYON VE  
ANKSİYETE DÜZEYLERİNİN İNCELENMESİ**

**YÜKSEK LİSANS TEZİ**

**Hazırlayan  
Ayşe Suna DÜLGER**

**Danışman  
Prof. Dr. İbrahim BALCIOĞLU**

**İstanbul/2019**

## LİSANSÜSTÜ EĞİTİM ENSTİTÜSÜ MÜDÜRLÜĞÜNE

Uygulamalı Psikoloji Anabilim Dalı Yüksek Lisans Programı Öğrencisi Ayşe Suna DÜLGER tarafından hazırlanan **“Parçalanmış Aile Üyesi Olan,9-12 Yaş Aralığındaki Çocukların,Depresyon ve Anksiyete Düzeylerinin İncelenmesi”** konulu çalışması jürimizce Yüksek Lisans olarak kabul edilmiştir.

Tez Savunma Tarihi: 09.07.2019

(Jüri Üyesinin Ünvanı, Adı, Soyadı ve Kurumu):

İmzası

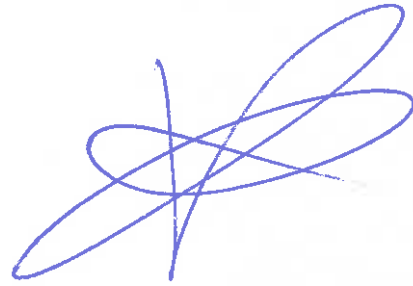
Jüri Üyesi : Prof.İbrahim BALCIOĞLU  
: Haliç Üniversitesi(Danışman)



Jüri Üyesi : Dr.Öğr.Üyesi Nesrin DUMAN  
: Bartın Üniversitesi



Jüri Üyesi : Dr.Öğr.Üyesi Ayhan AKCAN  
: Haliç Üniversitesi



Bu tez Enstitü Yönetim Kurulunca belirlenen yukarıdaki jüri üyeleri tarafından uygun görülmüş ve Enstitü Yönetim Kurulunun kararıyla kabul edilmiştir.

Prof.Dr. Nur TUNALI  
Vekil Müdür



# PARÇALANMIŞ AİLE ÜYESİ OLAN, 9-12 YAŞ ARALIĞINDAKİ ÇOCUKLARIN, DEPRESYON VE ANKSİYETE DÜZEYLERİNİN İNCELENMESİ

## ORIJINALLIK RAPORU

% **17**  
BENZERLİK ENDEKSİ

% **9**  
İNTERNET  
KAYNAKLARI

% **2**  
YAYINLAR

% **13**  
ÖĞRENCİ ÖDEVLERİ

## BİRİNCİL KAYNAKLAR

**1** Submitted to Istanbul Gelisim University **%2**  
Öğrenci Ödevi

**2** Submitted to Beykent Üniversitesi **%2**  
Öğrenci Ödevi

**3** Submitted to The Scientific & Technological  
Research Council of Turkey (TUBITAK) **%2**  
Öğrenci Ödevi


**4** Submitted to Hasan Kalyoncu Üniversitesi **%1**  
Öğrenci Ödevi

**5** Submitted to Karadeniz Teknik University **%1**  
Öğrenci Ödevi

**6** [acikerisim.isikun.edu.tr:8080](http://acikerisim.isikun.edu.tr:8080) **%1**  
İnternet Kaynağı

**7** [acikerisim.pau.edu.tr](http://acikerisim.pau.edu.tr) **%1**  
İnternet Kaynağı

**8** [acikerisim.pau.edu.tr:8080](http://acikerisim.pau.edu.tr:8080)

  
Prof. Dr. İbrahim Bağcıoğlu

05.08.2019

### TEZ ETİK BEYANI

Yüksek lisans tezi olarak sunduğum “Parçalanmış aile üyesi olan 9-12 yaş aralığındaki çocukların anksiyete ve depresyon düzeylerinin incelenmesi” başlıklı bu çalışmayı baştan sona kadar danışmanı Prof. Dr. İbrahim BALCIOĞLU ’un sorumluluğunda tamamladığımı, verileri kendim topladığımı, analizleri ilgili programda yaptığımı, başka kaynaklardan aldığım bilgileri metinde ve kaynakçada eksiksiz olarak gösterdiğimi, çalışma sürecinde bilimsel araştırma ve etik kurallara uygun olarak davrandığımı ve aksinin ortaya çıkması durumunda her türlü yasal sonucu kabul ettiğimi beyan ederim.

Ayşe Suna DÜLGER



## TEŞEKKÜR

Öncelikle bu çalışmayı yürütürken benden engin bilgi ve tecrübelerini esirgemeyen, cömertçe bilgilerini benimle paylaşan, kıymetli Danışmanım Prof. Dr. İbrahim BALCIOĞLU'NA minnet ve teşekkürlerimi sunarım.

Sonrasında, her pes ettiğimde beni yüreklendiren, desteğini her zaman hissettiğim, cesaretimin, gayretimin ve emeğimin en güzel sebebi, sevgili eşim Ahmet DÜLGER'E teşekkürlerimi sunuyorum.

Ve son olarak, varlıkları ile hayatımı anlamlı kılan, motivasyonumun ve ilhamımın kaynakları değerli çocuklarım; Alı Hamza ve Ömer Said'e sonsuz şükranlarımı iletiyorum.

Ağustos, 2019

Ayşe Suna DÜLGER

## İÇİNDEKİLER

	Sayfa No
TEZ ETİK BEYANI.....	i
TEŞEKKÜR.....	ii
İÇİNDEKİLER.....	iii
ŞEKİLLER.....	vii
ÇİZELGELER.....	viii
ÖZET .....	ix
ABSTRACT.....	x
<b>1. GİRİŞ .....</b>	<b>1</b>
1.1. Araştırmanın Problem Durumu.....	1
1.2. Araştırmanın Problem Cümlesi.....	1
1.3. Alt Problemler.....	4
1.4. Araştırmanın Önemi.....	4
1.5. Sayıtlılar.....	5
1.6. Sınırlılıklar.....	5
<b>2. LİTERATÜR ARAŞTIRMASI.....</b>	<b>6</b>
2.1. Anne-Baba Ayrılığı: Boşanma ve Açıklamalar.....	6
2.1.1. Anne-Baba Ayrılığı Oranındaki Artış ve Nedenleri.....	10
2.1.2. Anne-Baba Ayrılığının Çocuklar Üzerindeki Etkileri.....	12
2.1.2.1. Bebeklik Dönemindeki (0-2 Yaş) Etkileri.....	12
2.1.2.2. Oyun Çağı Çocukluk Dönemindeki (3-6 Yaş) Etkileri.....	12
2.1.2.3. Okul Çağı Çocukluk Dönemindeki (6-12 Yaş) Etkileri.....	13
2.1.2.4. Ergenlik Dönemindeki (12-18 Yaş) Etkileri.....	14
2.1.3. Anne-Baba Ayrılığı Sonrası Çocukların Gösterdiği Tepkiler.....	14

2.1.4. Anne-Baba Ayrılığı Sonrası Çocukların Yaşadığı Sorunlar.....	17
2.1.4.1. Psikolojik Sorunlar.....	18
2.1.4.2. Benlik Saygısı ve Yeterliliği Sorunları.....	19
2.1.5. Konuya Yönelik Araştırmalar.....	20
2.1.5.1. Yurtiçinde Yapılan Araştırmalar.....	20
2.1.5.2. Yurtdışında Yapılan Araştırmalar.....	22
2.2. Depresyon ve Kuramsal Açıklamalar.....	24
2.2.1. Anne-Baba Ayrılığı ve Depresyon İlişkisi.....	25
2.2.2. Çocuklarda Görülen Depresyon Belirtileri.....	26
2.2.3. Depresyonu Açıklayan Kuramlar.....	28
2.2.3.1. Depresyonda Psikanalitik Kuram.....	28
2.2.3.2. Depresyonda Davranışçı Kuram.....	29
2.2.3.3. Depresyonda Bilişsel Kuram.....	30
2.2.4. Anne-Baba Ayrılığı ve Depresyon Üzerine Yapılan Araştırmalar.....	35
2.3. Anksiyete ve Kuramsal Yaklaşımlar.....	36
2.3.1. Çocuklarda Görülen Anksiyete Belirtileri.....	38
2.3.2. Anksiyeteyi Açıklayan Kuramlar.....	41
2.3.2.1. Anksiyetede Psikanalitik Kuram.....	41
2.3.2.2. Anksiyetede Bilişsel Kuram.....	44
2.3.2.3. Anksiyetede Davranışçı Kuram.....	46
2.3.3. Anne-Baba Ayrılığı ve Anksiyete Üzerine Yapılan Araştırmalar.....	47
<b>3. YÖNTEM.....</b>	<b>49</b>
3.1. Çalışmanın Amacı ve Tipi.....	49



3.2. Çalışmanın Yeri ve Zamanı.....	49
3.3. Çalışmanın Evreni ve Örnekleme.....	49
3.4. Veri Toplama Araçları.....	49
3.4. Veri Toplama Yöntemi.....	50
3.6. Veri Analizi.....	50
<b>4. BULGULAR.....</b>	<b>52</b>
<b>5. TARTIŞMA.....</b>	<b>66</b>
<b>6. SONUÇLAR.....</b>	<b>69</b>
<b>8. KAYNAKLAR.....</b>	<b>72</b>
<b>9. EKLER.....</b>	<b>24</b>
<b>10. ÖZGEÇMİŞ.....</b>	<b>90</b>

## KISALTMALAR

<b>ABD</b>	: Amerika Birleşik Devletleri
<b>TÜİK</b>	: Türkiye İstatistik Kurumu
<b>APA</b>	: American Psychiatric Assosiation
<b>Ark</b>	: Arkadaşları
<b>Bkz.</b>	: Bakınız
<b>DBF</b>	: Demografik Bilgi Formu
<b>DSM</b>	: Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders
<b>Örn.</b>	: Örneğin
<b>Vd.</b>	: Ve diğerleri

## ŞEKİLLER

Şekil 2.1. Seligman'ın Deney Modeli .....	30
Şekil 2.2. Beck'in Bilişsel Kuramının Basamakları .....	33
Şekil 2.3. Şemaların Oluşumu .....	34
Şekil 2.4. Bilişsel Model.....	44

## ÇİZELGELER

Sayfa No.

Çizelge 2.1: Evlilik süresine göre boşanmalar, 2016, 2017 .....	11
Çizelge 4.1: Katılımcı Çocukların Demografik Bilgilerine İlişkin Dağılım.....	52
Çizelge 4.2: Katılımcı Çocukların Anne ve Babalarının Bilgilerine İlişkin Dağılım	53
Çizelge 4.3: Katılımcı Çocukların Üvey Anne, Üvey Baba ve Üvey Kardeş Bilgilerine İlişkin Dağılım.....	54
Çizelge 4.4: Katılımcı Çocukların Ailesindeki Hastalık Öyküsü Varlık Durumu Bilgilerine İlişkin Dağılım.....	55
Çizelge 4.5: Çocuklar için Anksiyete ve Depresyon Ölçeklerine İlişkin Güvenilirlik Analizi.....	56
Çizelge 4.6: Çocuklar için Anksiyete ve Depresyon Ölçeklerine İlişkin Tanımlayıcı İstatistikleri .....	57
Çizelge 4.7: Çocuklar için Anksiyete ve Depresyon Ölçeklerinin Normallik Dağılımı .....	57
Çizelge 4.8: Yaşa göre Anksiyete ve Depresyon Ölçeklerinin Karşılaştırılması.....	58
Çizelge 4.9: Cinsiyete Göre Anksiyete ve Depresyon Ölçeklerinin Karşılaştırılması .....	59
Çizelge 4.10: Anne ve Babanın Hayatta Olma Durumuna Göre Anksiyete ve Depresyon Ölçeklerinin Karşılaştırılması.....	59

<b>Çizelge 4.11:</b> Anne ve Babanın Ölüm Yıllarına Göre Anksiyete ve Depresyon Ölçeklerinin Karşılaştırılması .....	61
<b>Çizelge 4.12:</b> Anne ve Babanın Ayrılık Yılına Göre Anksiyete ve Depresyon Ölçeklerinin Karşılaştırılması .....	62
<b>Çizelge 4.13:</b> Anne-Babanın Ayrılık Nedeninin Bilinip Bilinmemesine Göre Anksiyete ve Depresyon Ölçeklerinin Karşılaştırılması.....	63
<b>Çizelge 4.14:</b> Anne-Babanın Ayrılık Nedenine Göre Anksiyete ve Depresyon Ölçeklerinin Karşılaştırılması.....	64

## ÖZET

### PARÇALANMIŞ AİLE ÜYESİ OLAN 9-12 YAŞ ARALIĞINDAKİ ÇOCUKLARIN ANKSİYETE VE DEPRESYON DÜZEYLERİNİN İNCELENMESİ

Aile, kişinin kişilik gelişiminde, bireyin dünyayı algılamasını, değerlendirmesini ve bu değerlendirme doğrultusunda tepki vermesini etkileyen şemalarının ve bilişsel inançlarının gelişmesinde etki eden ilk ve belki de en önemli faktördür. Ailenin dağılmasının ya da parçalanmasının kişi için ciddi bir stresör olduğu bilindiğinden bu konuyla ilgili çeşitli araştırmalar yapılarak, böylesi bir stresin, bireyin ruhsal durumunu nasıl ve ne ölçüde etkilediği tespit edilmeye çalışılmaktadır. Ruhsal problemlerin genel olarak ilk belirtilerini ergenlik döneminde gösterdiği, psikolojik problemlerin ağırlıklı olarak ergenlik döneminde başladığı ya da çeşitli semptomlarla kendini gösterdiği bilindiğinden, bu araştırma da 9-12 yaş aralığındaki çocuklarla yapılmıştır. Anne-babadan birinin hayatını kaybetmesi, ya da ebeveynlerden birinin evi terk etmesi, ya da anne babasının boşanması nedenlerinden birine bağlı olarak aile bütünlüğünün bozulması durumunun 9-12 yaş aralığındaki kız ve erkek çocuklarının anksiyete ve depresyon düzeylerinin incelenmesi amacıyla, söz konusu çalışma yapılmıştır. Araştırmanın örneklemini İstanbul ilinin Esenyurt ilçesinde bulunana Aile, Çalışma ve Sosyal Hizmetler Bakanlığı'na bağlı Esenyurt Sosyal Hizmet Merkezi'ne 01.01.2019-01.05.2019 tarihleri arasında Sosyal ve Ekonomik Destek talebiyle başvuran ailelerin, 9-12 yaş aralığındaki çocuklarının seçkisiz yöntemle belirlenmesiyle oluşturulmuştur. Katılımcılar, Çocuklar İçin Depresyon Ölçeği, Çocuklar için Süreklilik Anksiyete Ölçeği ve Demografik Bilgi Formu ile değerlendirilmişlerdir. Yapılan değerlendirme sonunda yaş ile anksiyete düzeyi arasında anlamlı bir ilişki bulunurken, yaş ile depresyon düzeyi arasında anlamlı bir ilişki bulunamadığı, katılımcıların anne ve babalarının hayatta olma durumunun, anksiyete düzeyleri üzerinde anlamlı bir etkisinin olduğu, anne-baba ölüm yılının, anksiyete ve depresyon düzeylerinde de anlamlı bir etkisinin olduğu, ebeveynlerin ayrılık yılı ile katılımcıların anksiyete düzeyleri arasında anlamlı bir ilişkinin olduğu, ebeveynlerin ayrılık nedenini bilme durumu ile depresyon ve anksiyete düzeyleri arasında anlamlı bir ilişkinin olduğu, tespit edilmiştir.

**Anahtar Kelimeler:** Aile, Parçalanmış aile, Depresyon, Anksiyete

## ABSTRACT

### INVESTIGATION OF ANXIETY AND DEPRESSION LEVELS OF CHILDREN BETWEEN 9-12 YEARS OF CHILDREN

Family is the first and perhaps the most significant factor affecting the development of schemas of a person as regards an individual's perceiving and evaluating the world and reacting in line with this evaluation in addition to cognitive beliefs thereof. Inasmuch as it is known that disintegration and fragmentation of family is a serious stressor for the person, various studies are carried out to try to determine how and to what extent such stress affects an individual's mental state. This research has been conducted with children aged 9-12 years since it is a known fact that the first symptoms of mental problems generally appear during adolescence and psychological issues begin or manifest themselves with various symptoms predominantly during adolescence. This study has been conducted with an eye to investigate the effect of being the member of a fragmented family on psychological status on children of this age period. The conduction objective of the study was to investigate the anxiety and depression levels of girls and boys in the age group of 9-12 arising from the death one of their parents or one of their parents' leaving the house, or divorce of the parents. The sample of the research was determined by virtue of random selection method among the children of 9-12 year old of the families who applied for support to the Social and Economic Center of Esenyurt Social Services Center of the Ministry of Family, Labor and Social Services located in Esenyurt district of Istanbul between the dates of 01st.01.2019 and 01st.05.2019. The participants were evaluated through utilization of Depression Scale for Children, Continuity Anxiety Scale for Children and Demographic Information Form. As a result of the evaluation, significant relationship was found between age and anxiety level while there was no significant relationship between age and depression level and parents' being alive or dead had a significant effect on anxiety levels on participants, the year of death of the parents, there was a significant effect on the levels of anxiety and depression and knowing the cause of the parents' separation divorce had a significant effect on the levels of anxiety and depression.

**Keys Words:**Family, Shattered family, Depression, Anxiety

## 1. GİRİŞ

### 1.1. Araştırmanın Problem Durumu

Boşanma en genel anlamı ile, evlenmenin yasal bir biçimde sona erdirilmesi ile kadın ile erkeğin, tekrardan evlenebilecekleri bir biçimde hukuki olarak evliliklerini tüm sonuçları ile sona erdirmeleri olarak tanımlanmaktadır.

Aile birliğinin bozulmasına neden olan boşanmanın pek çok farklı nedeni bulunmaktadır. Özellikle, toplumsal yaşamda olan farklılıklar boşanma oranlarını ciddi anlamda artırmıştır. Kadınların çalışma hayatına girmesi ve ekonomik bağımsızlıklarını kazanmaları, aile algısında yaşanan değişimler, boşanmanın hukuki olarak daha kolay bir eylem olması ve toplumun boşanmaya dair tutumunun yumuşaması boşanma oranlarının artmasına neden olmuştur (Eşsizoglu, 2012: 4).

Boşanmanın çocuklar üstünde olan etkileri pek çok farklı değişkene göre değişiklik göstermektedir. Nasıl ki her yetişkin farklıysa her çocuk da farklıdır ve bu nedenle de eşsiz olan her bireyin tepkileri de eşsiz olacaktır. Eşlerin arasındaki ayrılık ne kadar düzeyli ve dostane bir biçimde olsa da çocuklar boşanma karşısında kendilerini korumasız ve güçsüz hissetmektedirler.

Tüm çocukların boşanmayı algılayış biçimleri ve devamında göstermiş olduğu tepkiler yaş gruplarına göre değişmektedir. Bebeklik çağındaki çocuklar boşanmayı ailelerin sadece fiziksel olan ayrılığı olarak görmektedir. Boşanma sonucunda bebek, bir ebeveyninin artık evde olmamasını tecrübe edecektir ve kendini güvensiz hissedebilir. Böylesi bir durumun önüne geçmek için bebek ile iki ebeveynin de sıklıkla temas halinde olmaları gerekmektedir (Şentürk, 2006: 26).



Okul öncesinde dönemde olan çocuklar boşanma sonrasında bir gelişim ve şaşkınlık içerisinde olabilirler. Çocuk boşanma nedeni ile kendini ikiye bölünmüş hissetmektedir ve temel gereksinimlerinden mahrum kalacağını düşünür. Etrafında ne olduğunu anlayamayan çocukta anneye çok düşkün olma, tuvalet sorunları ya da bir şeye bağımlılık duyma gibi durumlar olabilir (Rohner, 1994: 117).

Çocuklar okul çağına geldikleri zaman ise boşanmanın çokça farkındadırlar. Bu zaman içinde çocuklar kimi zaman ebeveynlerini suçlayabilir, kimi zaman ise kendini suçlayabilir. Çocuğun yaşı biraz daha ilerlediğinde, yani ergenlik döneminde boşanma durumunu her yönü ile bilmektedir. Geleceği ile alakalı kaygılı bir dönem içinde olan çocuğun boşanmayla yüzleşmesinin sonucunda dertleri daha da artmaktadır. Çocuk olaylara iki taraftan da bakabildiği için aile içi sorumlulukları dağıtırken kendine de bir göre istemektedir.

Bir çocuğun hayatının dönüm noktası olan boşanmada çocuk yeni bir hayat düzenine ve başka bir birey ya da bireylerle yaşamaya alışmak durumundadır (Öztürk, 2008). Anne ya da babadan birinin evden ayrılmasıyla aile bütünlüğünde bozulma olan çocuk terk edildiğini ya da yalnız bırakıldığını düşünerek küçüklüğün bağlanmış olduğu nesnelere yeniden bağlanabilmektedir. Böyle durumlarda çocuklar alt ıslatma, parmak emme, tırnak yemek gibi regresyon özelliği taşıyan gelişim düzeyinin altında hareketler görülebilmektedir (Bilir ve Dabanlı, 1981). Bunun yanı sıra çocuğun psikolojik olarak da sıkıntı yaşaması muhtemeldir. Çocuğun duygularını ifade etmesi çok önemlidir; çünkü kendi duygularını ifade edemeyen çocuklar, ilerde başkalarının da duygularını anlayamazlar (Büyükşahin, 2009).

Zor bir süreç olan boşanma, çocukların ve yetişkinlerin hayatında olumsuz yönde davranışsal, duygusal ve sağlık ile alakalı neticeleri bulunmaktadır Amato (2000: 1269-1287). Boşanma genel olarak negatif yönlü ve pozitif yönlü teorilerin birleşimi olarak çocuklar üzerinde etki etmektedir (Reifman vd. 2001: 27-36).

1980'li yıllar ile 1990'lı yıllar karşılaştırıldığında boşanmanın çocuklar üzerinde olan negatif etkilerinde bir artış olduğu görülmüştür (Gately vd. 1992: 57-78) ve bu durum giderek artmaya devam etmektedir.

Aileleri boşanmış çocukların yaşamış oldukları sorunların başında psikolojik problemler gelmektedir. Yapılan pek çok araştırma, parçalanan ailelerden gelen

çocukların eğitsel, psikolojik ve davranışsal problemlerle karşı karşıya kaldıklarını göstermektedir (Amato and Keith, 1991; Kelly, 2000; Öztürk, 2006). Eğer ki anne-babalar yaşamış oldukları sorunların sebebi olarak çocuklarını gösterirse çocuk ağır bir depresyona doğru sürüklenebilir (Öztürk, 2008: 78).

Bireyin hayattaki işlevselliği bozulduğunda ise anksiyete artık tedavi gerektiren patolojik bir durum olacaktır (Tükel ve Alkın, 2000: 12).

Endişe, kaygı ve korku gibi duygular bir bireyin doğuştan sahip olduğu ve çevresindeki tehditlere karşı kendini uyararak bir mekanizmadır. Bu mekanizma da anksiyeteyi oluşturmaktadır. Bu sebeple insan kaygıdan ayrı düşünemez.

Çocukların anksiyetik durumlarını belirlemek daha zordur. Çocuklarda sıklıkla görülen kaygı bozuklukları şöyledir:

Ayrılık kaygısı: Çocuğun bakımı ile ilgilenilen bireyden ya da bireylerden uzaklaşması ve onların kendini terk edeceği veya bir daha onları göremeyeceğinden korkmasıdır. Çocuk böylesine endişe duyduğu bireylerden kısa süreliğine bile ayrıldığında aşırı bir tepki gösterir, okula gitmeden kaçarak ve bağlı olduğu bireyden ayrıldığında ise öfke ile ağlama nöbetlerine yakalanır.

Okul Fobisi: Oldukça kuvvetli bir endişe ile çocuğun okula gitmek istememesi veya bu konuda isteksiz olmasıdır. Aslında okul fobisi çocuğun okula giderken annesinden ayrılmaya karşı vermiş olduğu bir tür ayrılma korkusuna bağlı olarak gelişmektedir. Bunun yanı sıra çocuğun eğer okulla ilgili olumsuz tecrübeleri veya önyargıları da varsa bu fobi gelişecektir.

Sınav kaygısı: Sınavdan önce veya sınav esnasında meydana gelen bu kaygının temel kaynağı bireyin performans ve başarısına bağlı bir biçimde hayata geçireceği olası başarısızlıkla alakalı negatif davranış, düşünce ve duygulardır. Çocuk, sınav sonucunda kendini başarısız olarak değerlendireceğini düşünmektedir ve başkalarının da böyle düşüneceğinden korkmaktadır.

Özgül fobiler: Çocuğun belli kimi nesnelere ya da durumlara karşı aşırı bir korku duyması durumudur. Bu tarz kaygıların pek çok çeşidi olabilmektedir (Yükseklik/karanlık korkusu, bir hayvandan korkma vb.). Çocuk bunlarla karşılaştığında aşırı ağlama, terleme, titreme gibi tepkiler verebilmektedir.

Yaygın kaygı bozukluğu: Çocuk birden pek çok konuda devamlı olarak endişeli, kaygılı ve gergin olmaktadır. Yani çocuk aynı anda anne-babasının sağlığı, ders notları, TV’de gördükleri olumsuz şeyler gibi pek çok endişeyi aynı anda yaşayabilir. Böyle bir kaygı bozukluğu olan çocuklar her zaman her şeyin en kötüsünü düşünmektedir.

Sosyal kaygı: Sosyal kaygı, bir çocuğun sosyal etkileşim sürecini etkileyen başlıca etmenlerden biridir. Bir çocuğun emosyonel gelişimi bakımında sosyal ilişkileri temel öneme sahiptir. Çocuğun doyurucu bir biçimde toplumsal ilişkiler yaşaması ileri yaşamında kişiler arası ilişkilerinde ve akademik başarısında uyum içerisinde olmasına neden olacaktır (La Greca ve Stone, 1993: 22).

Çocukların gelişim çağı evlerini sağlıklı bir biçimde atlattıkları zaman hayatlarında bir sorun yaşama durumları azalacaktır. Boşanma ise bir çocuğun yaşamını derinden etkileyen oldukça sancılı bir süreçtir. Bu sürecin ardından çocukların yaşadıkları depresyon ve anksiyete durumları bu araştırmanın problemini oluşturmaktadır.

## **1.2. Araştırmanın Problem Cümlesi**

Parçalanmış aile üyesi olmak, 9-12 yaş aralığındaki çocukların anksiyete ve depresyon düzeylerini etkiler. Bu hipotez ile araştırmanın kurgusu oluşturulmuştur.

## **1.3. Alt Problemler**

Parçalanmış aile üyesi olmanın, 9-12 yaş aralığındaki çocukların depresyon ve nakliye düzeylerini etkiliyor ise, hangi açıdan etkilediklerinin farklı araştırmalar ile değerlendirilmesi gerekmektedir.

## **1.4. Araştırmanın Önemi**

Yapılan literatür taraması göstermektedir ki boşanma ve çocuk üzerindeki etkileri üzerine pek çok araştırma yapılmış olsa da depresyon ve özellikle anksiyete ile alakalı çok fazla çalışma yapılmamaktadır ve yapılan çok eskiye dayanmaktadır. Bu çalışma bundan sonra gelecek çalışmalara ve boşanmış ebeveynlere ışık tutması açısından önem arz etmektedir.

### 1.5.Sayıtlar

Bu araştırmaya başlanırken, aslında parçalanmış aile üyesi olan çocukların ne gibi ruhsal problemlere sahip olduğunun tespit edilmesi amaçlanmıştır. Ancak zamanın kısıtlı olması, veri toplama araçlarının yeterli olmaması ve denek olmaya uygun katılımcıların araştırmaya katılmayı reddetmesi gibi sebeplerle araştırmanın yönü biraz değişmiş, incelenen değişkenler kısıtlanmıştır.

### 1.6. Sınırlılıklar

Araştırmanın bar bakanlığa bağlı olarak hizmet veren bir devlet kurumunda yürütölüyor olması nedeniyle çalışma için onay alınması, hayli zorlayıcı ve uzun bir süreçti. Ayrıca denek olmaya uygun katılımcıların gönüllü olmaması da, çalışmayı sınırlandıran bir konu olarak gündeme geldi. Bununla birlikte, bütün bir aile üyesi olan, aynı yaş grubundaki çocukların depresyon ve anksiyete düzeyinin de incelenmesi, çalışmanın perspektifini genişletebilirdi, fakat zamanın kısıtlı olması durumuna bağlı olarak böyle bir çalışma yürütülemedi.

## 2.LİTERATÜR ARAŞTIRMASI

### 2.1. Anne-Baba Ayrılığı: Boşanma ve Kuramsal Açıklamalar

Boşanma, kompleks ve karmaşık bir olgu olarak literatürde yerini alırken, hem sosyal hem de hukuki bir süreci tanımlamak için kullanılmaktadır. Hem dünyada hem de Türkiye’de boşanmaların giderek artmış olduğu gözle görülen bir gerçektir.

Boşanma, sosyal, bireysel, hukuksal ve ekonomik bir süreç içinde devam etmekte, sonuçları ve boyutları bakımından da kültürel, sosyal ve bireysel niteliklere göre farklılıklar göstermektedir. Boşanmanın açılımının çok yönlü olması boşanma dinamiğinin farklı değişkenler ve bağlar içinde incelenmesini gerekli kılmaktadır.

En genel anlamı ile boşanma, evlenmenin yasal bir şekilde sona erdirilmesiyle kadın ve erkeğin, tekrardan evlenebilecekleri biçimde hukuki bir karara vararak evliliklerinin bütün sonuçlarıyla sona erdirmeleri olarak tanımlanmaktadır.

Elbette ki boşanma sadece hukuki bir süreç içinde tanımlanamaz. Toplumun önemli ve küçük birimi olan aile dinamiği içinde meydana gelen ve aile devamının sekteye uğramasına neden olan boşanmada eşlerin boşanması, öncesi, sonrası ve boşanma esnasındaki uzlaşma süreçleri insanlık tarihinin temel taşlarından birini meydana getirmektedir (Ekmekçi, 2010: 2)

Literatürde, bu denli önemli bir konu elbette ki çokça araştırılmıştır ve birçok düşünür boşanma ile ilgili farklı yaklaşımlara başvurmuştur. Bohannan’a (1970) boşanma kompleks bir sosyal olgu olmasının yanı sıra, bireyin kendisi için de çok karmaşık bir tecrübedir ve altı durumu bulunmaktadır. Aslında boşanmanın karmaşık olması, söz konusu 6 durumun aynı anda gerçekleşmesinden kaynaklanmaktadır. Bu durumlar aşağıda sıralanmıştır (Kaslow, 1980: 2018):

1. Duygusal Boşanma: Evliliğin çözülme sürecini ifade etmektedir. Eşler halen beraber olsalar da birbirlerine karşı duydukları güven ve çekicilikte azalma yaşanmıştır.
2. Hukuki Boşanma: Evlilik sözleşmesi, hukuk önünde sona erdirilmiştir.
3. Ekonomik Boşanma: Evlilik ile eş zamanda yaşanan ekonomik birlikteliktir. Yaşanan hukuki boşanma ile ekonomik olarak da bir anlaşmaya varılması ve ailenin mallarının ayrı olması gerekmektedir.
4. Anne-Baba Olarak Boşanma: Bir anne-baba yollarını ayırır da, çocukları ile boşanmamaktadır ve bu konudaki rolleri devam ettirmektedir.
5. Toplumsal Boşanma: Toplumun boşanmaya olan bakış açısına göre değişmektedir. Boşanmış bireyler çok veya az olarak toplumsal çevreleri değiştiği için acı duymaktadırlar. Genellikle boşanma ile birlikte toplumsal çevre de değişmektedir.
6. Ruhsal Boşanma: En zor yaşanan ve en zor olan aşamadır. Ancak kişisel olarak da en yapıcı olan olabilmektedir. Ruhsal boşanma içinde bireyler tekrardan bağımsız bir birey olurlar ve başka birine bağlı olmadan da hayatlarını devam ettirebilirler.

Genel olarak bakıldığında, boşanmayı analiz etmekte olan teoriler olumlu, olumsuz ve nötr olarak ele alınmaktadır. Olumsuz olarak boşanmayı inceleyen kuramlarda boşanma olgusu bir “sapma” şekline ele alınmaktadır. Bu düşünceye göre boşanma eşlerin hatalarının, bireysel hareketlerinin, duygusal problemlerinin ve güçsüzlüklerinin neticesinde ortaya çıkmaktadır. Olumlu olarak incelendiğinde ise boşanma, bireylerin psiko-sosyal problemleri aşabilmek için boşanmayı bir çözüm şeklinde görmelerini savunmaktadır. Nötr incelemelerde ise boşanma hem olumlu hem de olumsuz yanları ile ele alınmaktadır (Arıkan, 1992: 15-20)

Boşanma olgusunu inceleyen modeller bu dinamiği iki grup içinde sunmaktadır. İlki boşanmayı kadınların iş hayatında aktif bir biçimde bulunmaları ve ekonomik özgürlüklerini kazanmalarına ilişkin bir modeldir. İkinci grupta ise Kriz Teorisi, Yas Teorisi ve Kessler’in Psiko-Sosyal Gelişim Kuramı bulunmaktadır. (Uçan ve ark. 2005: 23).

Boşanmayı ekonomik durum ve kadın istihdamı üzerinden incelemeye alan modeller iki biçimde kategorize edilmiştir. Bunlarda ilkinde alışveriş ile uzmanlaşma modelleri ile ikincileri pazarlık ve sosyal alışveriş modelleri vardır. İkincisinde ise karşılıklı bağımlılık, ekonomik bağımsızlık, ekonomik ortalık ve rol uyumlarını içeren modeller bulunmaktadır. her iki grupta da modeller birbirleri ile ilişki içerisinde ve kadının istihdamının ve ekonomik özgürlüğe sahip olmasının boşanmasına yönelik olan kararlardaki etkisini incelemektedir. Bahsi geçen modeller, kadının belli bir ekonomik gelire sahip olmasının, gelir düzeyinin kocasınınkinden daha az ya da çok olmasına, aile bütçesine katkısına ve katkısının boyutuna göre değişmektedir (Çiçek, 2014: 40).

Kriz teorisini ele alan düşünür Kraus'tur. Ona göre boşanma, belli belirtiler ile oraya çıkan evrelerden oluşmaktadır. Bu aşamaların ilki yadsımadır. Bu evrede evlilikte hiçbir problem yokmuş gibi davranmaktadır. Ardından öfke, bozulan evlilik sebebi ile eşini suçlama gibi eylemler gelmektedir. Ardından öfke pişmanlık ile yet değiştirir ve evliliği kurtarmak için iki tarafta istekli ise çaba gösterilir. Bunun ardından bireyler artık evlilik kurtulamayacağını kabullenir ve depresif bir dönem başlar. Son olarak da bu kriz, yeni yaşam tarzının kabulü olan boşanma krizi ile çözümlenmektedir (Kraus, 1980: 107-119).

Wiseman'ın (1975) düşüncesine göre ise boşanma bir yas süreci içerisinde kendini göstermektedir ve 5 basamaktan oluşur (Sezen Sürebiçer, 2008: 25-26):

1. İnkâr: İki taraf da oldukça ciddi olan problem ve zorlukları kabul etmektedirler ancak mantıklı olan gerekçeler ile boşanmayı gündemde tutmaktan kaçınırlar.
2. Kayıp ve Depresyon: En sonunda inkardan sonra eşler problemlerini birlikte aşamayacaklarını ve beraberliklerinin bir sorun olduğunu düşünmektedirler.
3. Öfke ve İkili Duygular: Bir gerçeklik olarak kendini göstermeye başlayan boşanmada, kabulleniş ardında depresyon ve ardından da öfke evresine geçilmektedir.
4. Yeni Bir Yaşam Tarzı ve Kimliğe Uyum Sağlama: Her iki taraf da yeni yaşamlarına daha fazla uyum sağlamaya ve ayrı ayrı geleceklerini planlamaya başlamaktadırlar.

5. Kabul ve Yeni Hayata Uyum Sağlama: Bireyler sosyal, cinsel ve mesleki bir biçimde yeni hayatlarında yeterli oldukça, boşanma olayını da kabullenmeye başlarlar. Çevrelerinde de kabul gördükçe, kendilerine olan güvenleri artar ve eşlerine olan kırgınlıkları da azalmış olmaktadır.

Kessler tarafından geliştirilen Psiko-Sosyal Gelişim teorisinde boşanma 7 evreden meydana gelmektedir (Uçan ve ark. 2005: 24-25) :

1. Gözünü Açmak (Farkına Varmak): Evlilik akdi içinde eşler uyumsuzluklarını ve farklılıklarını görmezden gelirler. Bu evrede bu farklılık meydana gelmektedir ve realite ve ideal eş arasındaki fark üzerine odaklanılmaktadır.
2. Erozyon Aşaması: İlk aşamada tarafların bastırıldığı hayal kırıklıkları, öfke benzeri olumsuz hisler ortaya çıkmaktadır. Bu süreç içinde eşler arasında var olan iletişim problemleri de artmaktadır.
3. Ayrışma Aşaması: Buraya kadar geline aşamalarda evliliğe yapılan yatırım sorgulanmaktadır; ancak bu aşamadan itibaren yatırım önemini kaybetmektedir. İlgi azalması, umursamazlık, ilginin farklı alanlara yönelmesi bu evrenin belirgin davranışları içerisindedir. Bu aşamada içinde eşler boşanma ile kazanılacak olan avantajlara bakmaktadır ve geleceğe dair yeni planlar oluşturmaktadır.
4. Fiziksel Ayrılık Aşaması: Bireyler kendilerini izole etmeye başlarlar ve anksiyete benzeri psikolojik durumlar gözlemlenir. Bu aşamada yeni yaşam stilleri ve kimlik meydana getirme gereksinimi baskın olarak hissedilmektedir. Aynı zamanda pişmanlık ve suçluluk gibi duygular da hissedilmektedir.
5. Yas Aşaması: Göreli bir denge hali içinde ilişki bozulduğu için taraflar kırılabilirlik, öfke, çaresizlik ve yalnızlık gibi duyguları ortaya çıkarmaktadır.
6. İkinci Ergenlik Aşaması: Boşanmada dair hissedilmekte olan pişmanlık ve suçluluk duygusunu artık yerini daha olumlu olan özgürlük duygusuna bırakmaktadır.



7. Araştırma ve Çalışma Aşaması: Evlilik süreci içinde kaybedilenler daha olumlu ve gerçekçi bir biçimde değerlendirilmekte ve yeni hayat stilleri meydana getirme, kendini geliştirme hususunda yapılan planları genişletebilmek için daha büyük bir çaba sarf edilmektedir. Bireyler artık son evrede pasiften aktif duruma geçerler.

### 2.1.1. Anne-Baba Ayrılığı Oranındaki Artış ve Nedenleri

Aile birliğinin bozulmasına neden olan boşanmanın pek çok farklı nedeni bulunmaktadır. Özellikle, toplumsal yaşamda olan farklılıklar boşanma oranlarını ciddi anlamda artırmıştır. Kadınların çalışma hayatına girmesi ve ekonomik bağımsızlıklarını kazanmaları, aile algısında yaşanan değişimler, boşanmanın hukuki olarak daha kolay bir eylem olması ve toplumun boşanmaya dair tutumunun yumuşaması boşanma oranlarının artmasına neden olmuştur (Eşsizoglu, 2012: 4).

Özellikle 2000'li yıllardan itibaren artan boşanma ile ilgili elde edilen demografik bilgiler tüm dünyada boşanmanın arttığını özellikle de ABD'deki evliliklerin %45'inin boşanma ile sonuçlandığını göstermektedir (Amato, 2000: 1271). 2000'li yıllardan itibaren genellikle eğitimleri iyi olan ve iyi kazanan kadınların daha az geliri ve eğitimi olanlara göre daha çok boşanma eyleminde buldukları gözlemlenmiştir (Korkut, 2003:101-103).

TÜİK verilerine göre 2017 yılında Türkiye'deki boşanan çiftlerin sayısı 128 bin 411 olarak belirlenerek bir önceki yıllara göre artış göstermiştir. 2017 yılında boşanmaların en fazla olduğu ile İzmir iken, bunu Antalya ve Muğla izlemiştir. Boşanma hızının en düşük olduğu ilk ise Hakkari olarak belirlenmiştir. Tablo 1.1'de Türkiye'de yapılan son çalışmalara göre boşanmaların evlilikten ne kadar sonra gerçekleştiği gösterilmektedir. Buna göre boşanmaların 2017 senesinde %38,7'si evliliğin ilk 5 yılı, %20,7'si ise evliliğin 6-10 yılı içinde gerçekleşmiştir (TÜİK, 2019).

Çizelge 2.1. Evlilik süresine göre boşanmalar, 2016, 2017<sup>1</sup>

Evlilik süresi (yıl)	2016		2017	
	Sayı	(%)	Sayı	(%)
Toplam	126 164	100,0	128 411	100,0
1 yıldan az	4 550	3,6	4 074	3,2
1-5	44 816	35,5	45 647	35,5
5-10	26 531	21,0	26 599	20,7
11-15	17 833	14,2	18 485	14,4
16-20	13 994	11,1	14 229	11,1
21-25	8 779	7,0	9 131	7,1
26+	9 495	7,5	10 107	7,9
Bilinmeyen	168	0,1	139	0,1

Özellikle gelişmiş ülkelerde boşanmanın niçin giderek arttığına cevap vermek kolay değildir. Bu konuda Giddens (2000: 321) önemli birkaç noktaya işaret etmiştir. Örneğin, çok düşük orandaki varlıklı bireyler haricinde evlilik artık statü belirten ve nesilden nesile aktarılması gereken bir durumda değildir. Kadınlar ekonomik olarak bağımsız hale geldikçe de evlilik giderek eskisine oranla daha az zorunlu hale gelmiştir. Bundan farklı olarak ise Levigner, boşanma sebeplerinin başına fiziksel suistimali koymuştur. Günümüzde artık boşanmış bireylere kötü gözle bakılmaması da boşanmak isteyen bireylerin cesaretlenmesine neden olmuştur. Ayrıca sanayileşme, ailenin kurulma şekli aile içi ilişkiler gibi pek çok etken de yine etkili olmaktadır (Adams, 1974: 201).

Türk Medeni Hukukunda boşanma sebepleri genel ve özel boşanma sebepleri olarak sıralanmıştır. Genel boşanma sebepleri evlilik birliğinin temelden sarsılması, ortak hayatından tekrardan kurulamaması, eşlerin anlaşmaması/anlaşması gibi nedenler genel boşanma sebepleridir ve net çizgiler ile çekilmeyip, hakim in inisiyatifine bırakılmıştır. Ancak özel boşanma sebepleri kesin ve net bir biçimde belirlenerek şöyle sıralanmıştır (Çiçek, 2014: 81-82):

1. Zina
2. Hayata Kast, Pek Kötü veya Onur Kırıcı Davranış
3. Suç İşleme, Haysiyetsiz Hayat Sürme
4. Terk
5. Akıl Sağlığı

<sup>1</sup> TÜİK, 2017.

### **2.1.2. Anne-Baba Ayrılığının Çocuklar Üzerindeki Etkileri**

Boşanmanın çocuklar üzerindeki etkileri cinsiyet, yaş, boşanmadan sonra ebeveynler ile olan ilişki, çocukların yaşam kalitesinde yaşanan farklılıklar, anne-babalarının tekrardan evlenmesi gibi pek çok değişkene bağlı olarak değişmektedir. Her ne kadar eşlerin arasındaki ayrılık düzeyli ve dostane bir şekilde olsa da çocuklar boşanma karşısında kayıp yaşama, korumasız ve güçsüz hissetme, üzün gibi negatif pek çok duyguya sahip olabilirler. Çocukların, boşanmadan etkilenmeleri yaştan yaşa değişiklik göstermektedir.

#### **2.1.2.1. Bebeklik Dönemindeki (0-2 yaş) Etkileri**

Tutarlı davranmak, bir bebeğin gelişimi için çok önemlidir. Bebeklerin alışmış oldukları düzen sekteye uğradığında tepkilerini gösterebilirler. Eğer bebek, boşanma yaşanmış olduğunda tek vasili olduğu dönemi anımsayamayacak kadar küçük ise boşanmanın etkileri çok da ağır geçmeyecektir (Aile ve Sosyal Araştırmalar Genel Müdürlüğü, 2011).

Bu yaş aralığı içindeki çocuklar, boşanmayı anne-babalarının yalnızca fiziksel ayrılığı olarak algılamaktadır. Boşanmanın sonucunda bir ebeveynin evden ayrılmasıyla fiziksel bir ayrılığı tecrübe eden bebek en temel gereksinimi olarak güven hissinden mahrum kalabilir. Her iki ebeveyn ile de bebeğin sıklıkla temas halinde olması, ebeveynin çocuklarının hareketleri ile ilgili ortak kararlara vararak bir uyum içinde olması bebeğin refahı için önemlidir (Şentürk, 2006: 26).

#### **2.1.2.2. Oyun Çağı Çocukluk (3-6 yaş) Dönemindeki Etkileri**

Tüm çocukların gelişim yaşlarına göre boşanma durumunu algılama şekli değişiktir. Okul öncesindeki dönemlerde boşanma çocukların üzerinde şaşkınlık ve korku uyandırmaktadır. Çocuk boşanma sebebi ile kendini iki ayrı parçaya bölünmüş hisseder ve birincil gereksinimlerinden mahrum olacağından endişe duymaktadır. Çocuk etrafında neler olduğunu tam olarak anlayamaz ve çocukta anneye aşırı bir düşkün olma, tuvalet alışkanlığı ile ilgili problemler, bağımlılık gibi sorunlar meydana gelmektedir. Neler olup bittiğine dair bir belirsizlik içerisinde olan çocuk etrafındaki herkese karşı saldırgan davranışlar içerisine girebilir ve öteki ebeveynini kaybetmek istemediği için içine kapanık olabilir (Rohner, 1994: 117).

Okul öncesindeki yaşlarda çocuklar yaşadıklarına bir mana yükleyebilmek amacı ile masallardaki büyülü dünyalara ya da fantezilere sığınabilirler. Doğal olayların merkezinde kendilerini gördükleri için de ebeveynlerinin gidişinde suçlu oldukları düşüncesine kapılabilirler. Hayallerinde anneleri ile babalarının ayrılmamış olduğunu tasarlarlar ve kaybetme ile reddedilme duyguları ile başa çıkabilmek için de her şeyi uydururlar. Bu yaş grubu içinde hayali arkadaşlar oluşturup onlarla vakit geçirmek normaldir.

5 yaşın üzerindeki çocuklar ise anne babadan koparak yaşlıları ile daha çok vakit öldürmeye yeni başlamışlardır ve bu sebeple hayatlarında değişen değil, aynı kalacak durumları vurgulamak önemlidir. Örneğin, yine aynı sınıfta ve okulda okuyacaksın, arkadaşların değişmeyecek” gibi telkinler etkili olmaktadır. Eşler artık birlikte bir hayat sürmede de onunla alakalı konularda birlikte olacaklarını ve onların her zaman güvenilir olduğunu söylemek son derece önemlidir. Ebeveynler bir işe ya da gezmeye giderken devamlı olarak ona kimin bakacağı ve diğer ebeveynin kaçta geleceği net bir şekilde söylenmeli ve sözlere sadık kalınmalıdır(Benedek ve Brown, 1997: 82).

### **2.1.2.3. Okul Çağı Çocukluk(6-12 yaş) Dönemindeki Etkileri**

Boşanmaya karşı tepkileri oldukça farklı olan çocuklar, okul çağına geldikleri zaman boşanmanın çok daha farkında olmaktadır. Bu dönem içinde çocukların anne-babalarına karşı olan duyguları sürekli değişmektedir. Kimi ebeveynlerini suçlu bulurken, kimisi de kendini olanlar için suçlamaktadır. Ebeveynleri boşanmış olan okul çağındaki bir çocuğun olabilecek özellikleri aşağıda sıralanmıştır: (Kurdek ve Berg, 1983: 54):

- Karamsar olma
- Huysuz olma
- Çok çabuk öfkelenme
- Çatışmalara karşı daha duyarlı olma
- Derslerine odaklanmama
- Okul performansında düşüş yaşama
- Kavga çıkarma
- Kabus görme

- Kayıp hissetme
- Yoksunluğa kapılma
- Yalnız hissetme
- Ebeveynlerinin arasında taraf tutma zorunluluğu varmış gibi hissetme
- Bahanelerle anne-babasını bir araya getirmeye çalışma

#### **2.1.2.4. Ergenlik Dönemindeki (12-18 yaş) Etkileri**

Çocuğun yaşı biraz daha ilerlediğinde, yani ergenlik döneminde boşanma durumunu her yönü ile bilmektedir. Geleceği ile alakalı kaygılı bir dönem içinde olan çocuğun boşanmayla yüzleşmesinin sonucunda dertleri daha da artmaktadır. Çocuk olaylara iki taraftan da bakabildiği için aile içi sorumlulukları dağıtırken kendine de bir göre istemektedir.

Kimi zaman boşanma ile başa çıkmayan bir çocuk erken yaşta riskli cinsel ilişki yaşayabilir, madde ya da sigara kullanabilir. Kayıp ve öfke hisleri yaşama, okulda derslere tam olarak odaklanamama, gelecekte ebeveynleri gibi olacağı endişesi duyma ergenlik döneminde boşanma atlatan çocuklar için en sık görülen durumlardır (Yörükoğlu, 2004: 75).

Çocuk zamanla benliği geliştiği için boşanmaya daha farklı tepkiler vermektedir. Benlik, bir bireyin kendi kendine karar verebilme kapasitesinden meydana gelmektedir. Bireyler kendilerini, başka insanları, dış dünyayı ve çevrelerini kendi benlikleri çerçevesinde değerlendirmektedirler. Benlik kavramı bireyin doğumuyla başlayarak çevresindeki diğer bireylerin verdikleri mesajlar ve bebeklerin bu mesajları algılayarak o yönde hareket etmesi biçiminde gelişmektedir. Çevresinde var olan bir etkileşim ile benlik kavramını öğrenmeye başlayan bebek zamanla içerisinde kendi duygu ile düşüncelerinin farkına vararak ergenlikte bunları kullanmaktadır (Doğan, 2007: 165).

#### **2.1.3. Anne-Baba Ayrılığı Sonrası Çocukların Gösterdiği Tepkiler**

Bir çocuğun hayatının dönüm noktası olan boşanmada çocuk yeni bir hayat düzenine ve başka bir birey ya da bireylerle yaşamaya alışmak durumundadır (Öztürk, 2008). Anne ya da babadan birinin evden ayrılmasıyla aile bütünlüğünde bozulma olan çocuk terk edildiğini ya da yalnız bırakıldığını düşünerek küçüklüğün

bağlanmış olduğu nesnelere yeniden bağlanabilmektedir. Böyle durumlarda çocuklar alt ıslatma, parmak emme, tırnak yemek gibi regresyon özelliği taşıyan gelişim düzeyinin altında hareketler görülebilmektedir (Bilir ve Dabanlı, 1981). Bunun yanı sıra çocuğun psikolojik olarak da sıkıntı yaşaması muhtemeldir. Çocuğun duygularını ifade etmesi çok önemlidir; çünkü kendi duygularını ifade edemeyen çocuklar, ilerde başkalarının da duygularını anlayamazlar (Büyükşahin, 2009).

Duygu durumu sürekli olarak değişmekte olan çocukla ağlama, az konuşma, odada kalmayı isteme, etkinliklere katılmama, surat asma, saldırgan davranışlarda bulunma, arkadaşları ile görüşmeyi istememe gibi hareketler gözlemlenmektedir (Teja ve Stolberg, 2010).

Küçük yaştaki çocuklar terk edilme ile yalnız kalma korkularını yaşarlar. Evden bir ebeveyni ayrılınca gereksinimlerinde noksanlık olacağını düşünen çocuk, ebeveynlerinin ayrılmaması için direnç göstermektedir. Çocuğun etrafının kalabalık olması çocuğun yalnız duygusuna kapılmamasına neden olabilir (Bulut, 1991).

Okul çağındaki çocuklarda ise öfkesini okulda dışa vurmasının yanı sıra çocuğun okul performansına düşüklük yaşaması da muhtemeldir. Çocuk arkadaşları ile oynamak istemeyebilir, çabuk öfkelenebilir, saldırgan olabilir, teneffüslerde sınıfta kalmayı isteyebilir. Hatta kimi zaman okula gitmek istemezler, evde ya da ebeveynlerinin yanında kalmak isterler. Çünkü yalnız kalan vasilerinin başına bir şey geleceğinden korkarlar (Erkal, 2013; Tolungüç, 2016: 48). Eğer bu eylemler sürecinde ebeveynler agresif olup çocuğa sabır göstermezlerse çocukların bunalıma girmelerine neden olurlar (Kalter ve Rembars, 1981: 90). Genel olarak çocukların boşanma sonrası fiziksel tepkileri ise şöyle sıralanabilir (Fritsch, 1985: 122):

- Uyku dalmada güçlük çekme
- Yalnız uyumaktan korkma
- Huzursuz uyuma ve sürekli uyanma
- Kabus görme
- Karın ağrısı
- Baş ağrısı
- Mide bulantısı

Boşanmanın ardından çocuklarda görülen ortak tepkiler ise şöyle sıralanabilir (Türkarlan, 2007: 105-106-107):

- Suçluluk: Ebeveynleri boşanan çocuklarda ilk ortaya çıkan duygudur. Aksine ikna edilmezler ise ileriki yıllarda çok büyük problemler yaşayacaklardır.
- Korku: Tüm çocuklar boşanmada korkarlar.
- Öfke: Çocuklar, ebeveynlerinin boşanmasına karşı verecekleri tepkide farklı olsalar da özellikle erkekler çocuklarında ve hemen hemen tüm çocuklar öfke kendini göstermektedir. Çocuk özellikle okul içinde kavga ederek ya da öğretmenlerine karşı gelerek, ebeveynlerine bağırarak ya da bir şeyleri kırarak öfkesini dışa vurmaktadır.
- Üzüntü: Ailelerinin dağılmasına çocukların en çok gösterdiği tepkidir.
- Barışma Arzusu: Ailesi boşanan çocukların ortak taraflarından biri de birgün ailelerinin tekrardan bir araya geleceğini ümit etmekten geçmektedir. Aradan yıllar da geçse hatta ebeveynler başkaları da evlense çocuklar bu duruma karşı umutlarını kaybetmezler.
- Yemek Yeme İle İlgili Sorunlar: Genellikle kız çocuklarında rastlanan bu durumda kendini odalara yemek istiflemek, çeşit seçmek, çok fazla yemek yemek ya da hiç yememek gibi eylemlerle kendini gösterebilmektedir.
- Uyku Sorunları: Ailesi boşanan çocuklarda korku ve üzüntüye bağlı olarak uyku problemleri yaşanmaktadır.
- Yalnızlık: Evden ayrılan ebeveynleri ile araları iyi olsa da olmasa da çocuklar giden bireyin yokluğunu derinden hissederler ve bu nedenle de yalnız olduklarını düşünürler.
- Reddetme: Çocuklar ailelerini hep bir arada görmek istedikleri için boşanma durumunu çok uzun bir süre reddedebilirler ya da hiç kabul etmeyebilirler.
- Gerileme: Pek çok çocuk boşanmaya, tamamlamış oldukları bir gelişim evresine geri dönerek tepki göstermektedir.
- Okul Sorunları
- Fiziksel Problemler

#### 2.1.4. Anne-Baba Ayrılığı Sonrası Çocukların Yaşadığı Sorunlar

Bir çocuğun bütün bir yaşamı incelendiğinde boşanma, farklı gelişimsel zamanlara ait olan davranış kalıplarını ve değerlerini çocuk açısından olumsuz bir biçimde etkilemektedir. Bir çocuk için aile temel bir ilişki ağıdır. Çocuk açısından ailenin yeterli olması ya da ailenin çocuklara kazandırmış oldukları çocuğun gelişim süreçlerini ve boşanma gibi problemleri bir dönemi atlatmasında çok önemlidir.

Ayrıca çocukların yetişkinlik dönemleri içinde karşılaşmış oldukları zorluklara karşı tavırlarının nasıl olacağı, çocuğun kendini gerçekleştirme şekli, sosyal iletişim nitelikleri, bireysel isteklerini yerine getirebilme ve onları özgürce söyleyebilme gibi artırılabilir bir dizi pozitif hareketin ve tutumun, büyük bir ölçüde ailesinin yeterliliği ile ilgili olduğu bilinen bir gerçektir. Bu sebeple de bir çocuğun duygusal, sosyal ve fiziksel gereksinimlerinin karşılanması noktasında oldukça kritik olan boşanma, çocuğun tüm hayatını etkileyebilecek özelliklere ve boyutlara sahip olan, toplumsal ve bireysel bir sorundur.

Zor bir süreç olan boşanma, çocukların ve yetişkinlerin hayatında olumsuz yönde davranışsal, duygusal ve sağlık ile alakalı neticeleri bulunmaktadır Amato (2000: 1269-1287). Boşanma genel olarak negatif yönlü ve pozitif yönlü teorilerin birleşimi olarak çocuklar üzerinde etki etmektedir (Reifman vd. 2001: 27-36).

1980'li yıllar ile 1990'lı yıllar karşılaştırıldığında boşanmanın çocuklar üzerinde olan negatif etkilerinde bir artış olduğu görülmüştür (Gately vd. 1992: 57-78) ve bu durum giderek artmaya devam etmektedir.

Boşanmada, anne-babanın evliliklerinin kalitesi çocukların sorunlarını direkt olarak etkilemektedir. Genel olarak boşanma, ailenin hayatındaki problemlerin ortadan kaldırılmasına yönelik verilmiş olan ortak karardır. Evlilik niteliği kötüleştikçe boşanma sonrası yaşam kalitesi bir çocuk açısından o kadar iyi olabilmektedir (Amato ve Booth, 1996: 396-407).

Boşanmanın çocuklara etkisi çocuk ile ebeveyn arasındaki zorunlulukların zayıflamasına ve bağlarına göre değişmektedir. Boşanma sürecindeki çocukların sorunlarının biçimlenme durumu, aile ilişkilerinin boşanmadan sonra gönüllülük esasına dayanıp dayanmaması ile ilgilidir (Cooney ve Kruz, 1994: 45-56).



#### 2.1.4.1. Psikolojik Sorunlar

Boşanmış çocukların yaşadıkları problemlerin başında ruh sağlığı sorunları gelmektedir. Yapılan pek çok araştırma parçalanmış ailelerinde gelen çocukların psikolojik, davranışsal ve eğitsel sorunlarla karşı karşıya kaldıklarını ve buna bağlı olarak depresyon, kaygı ve risk seviyelerinin arttığını göstermektedir (Amato & Keith, 1991; Kelly, 2000; Öztürk, 2006). Eğer ebeveynlerin yaşamış oldukları çatışmaların sebebini çocuklara yüklerlerse, çocuk suçluluk duygusu ile karşılaşacağı için depresyona doğru sürüklenebilir (Öztürk, 2008: 78). Çocuklarda görülen depresyon belirtilerini belirlemek yetişkinlere göre oldukça zor olsa da görülen en yaygın belirtiler hareketliliklerinde yaşanan artış ya da tam tersi olarak aşırı sakin davranışlar, akademik hayatında düşüş yaşama, arkadaşlarına yabancılaşma, özsaygısında azalma yaşama gibi durumlardır (Yörükoğlu, 2000: 101).

Depresyon teşhisi koyulmuş olan çocuklarda oldukça ciddi fonksiyon bozukluklarıyla intihar girişimleri, madde kullanımı gibi farklı ruhsal bozukluklara rastlanabileceğinden, bu durumun erişkinlikte de devam edebilmesi için çocuğun tedavi altına alınması çok önemlidir (Çetin, 2008: 222). Depresyon, psikiyatrik rahatsızlıklar en başta olmak üzere nörolojik ve medikal rahatsızlıklara sebep olmaktadır. Depresyona uğrayan çocuk kendini gün içinde huzursuz, mutsuz ve üzgün hissedecektir. Depresyon ile birlikte en sık görülen durum anksiyetedir (Akdemir ve Çuhandaroğlu Çetin, 2008: 7).

Çocuklar yoğun olan pek çok duygu karşısında, düzenleme yapabilmek için çeşitli bağlanma figürlerini kullanmaktadırlar. Eğer çocuk güvenli bağlanıyor ise anne-babalarının yokluğunda duygularını rahatlıkla kontrol ederken, güvensiz bağlanan çocuklar ise duygularını kontrol edemedikleri anksiyete sorunları ile boğuşurlar (Stuart, 1999: 38). Anne ile çocuk arasında temeli sağlam olmayan bir ilişkinin olması da çocuğun ruhsal problemlerini tetikleyeceği için anksiyete seviyesi üzerinde etkili olmaktadır. Kısacası çocuğun bu anksiyete sorunları yaşamasında anne-babanın boşanmadan sonra çocuğa yeterli ilgiyi göstermemesi çok etkili olmaktadır (Dağlar, 2016: 21).

Ergenlerde ise depresyon ortaya çıkarken davranış bozukluklarında gerileme yaşanabilir (Parker ve Roy, 2001: 572). Bireyin çevresini negatif olarak etkileyen,

toplumsal normları yok sayarak temel hakların çiğnendiği pek çok olumsuz davranış ergen depresif bireylerde görülmektedir.

Pek çok çocuğun anne-babalarına karşı gelmesi normal bir durum olarak sayılsa da eğer çocuk hiç düşünmeden her söylenene karşı çıkıyor ise karşı olma durumu üzerinde durulması gerekmektedir. Karşıt olma/karşı gelme bozukluklarına sahip olan çocuklar okul dönemlerinde şiddete eğilimli hareketlerde bulunmaktadır ve zorbalık yapmaktadır. Bu eylemler de çocuğun hem duygu durumunu hem de sosyal çevresini olumsuz yönde etkilemektedir (Nalbantoğlu, 2016: 256).

Doğduğu andan itibaren çevresiyle etkileşim halinde olan insan, doğası gereği sosyal bir varlıktır. Çocukların yaşadığı sosyal sorunların arasında başkaları ile ilişkide bulunamama, sosyal fobi, çekingen olma ve düşük öz saygı gibi özellikler bulunmaktadır (Engin, 2015: 95).

#### **2.1.4.2. Benlik Saygısı ve Yeterliliği Sorunları**

İkinci olarak çocuklar öz saygı ve öz yeterlilik problemleri ile karşı karşıya kalabilirler. Pek araştırmacı ailelerin boşanmış çocukların öz saygı düzeylerini incelemiştir. Genel olarak pek çok araştırmacı boşanmanın çocuklardaki öz saygı düzeyini olumsuz yönde etkilediğini göstermektedir (Hess ve Camara, 1979: 87).

Boşanmış aileler ve çocuklarla ilgili yapılan ulusal bir çalışmada, boşanma ile alakalı çocuğun fikrine başvurulması, çocuk ile birlikte karar verilmesi, bir üvey kardeşe sahip olma, boşanma nedeni ile kendini suçlama, anne-babanın tekrardan birlikte olmasını isteme ile benlik saygısı arasında anlamlı bir ilişki bulunmaktadır. Araştırma göstermektedir ki, eğer çocuk anne ile babasının tekrar bir araya geldiğini düşünüyorsa, öz saygısı da yüksek olacaktır (Kuyucu, 2007).

Yapılan başka bir çalışmada ise yine ebeveynleri boşanmış olan çocukları öz saygı ve benlik saygısı düzeyleri boşanmamış ailelere göre çok daha düşük olarak bulunmuştur. Bunun yanı sıra çocuğun anne ya da babasından hangisinde kaldığı da bu durumu etkilemektedir (Öztürk, 2006: 45).

2006 yılında Huurre ve arkadaşlarının yapmış olduğu çalışmada çocukken ailesi boşanmış olan kadınların yetişkinliklerindeki benlik saygısının daha düşük olduğu tespit edilmiştir ve bu kadınlar daha fazla problem yaşamaktadırlar. Bunun

yanı sıra öz saygı evlilik çatışması yaşanan ailelerde kız çocuklarını daha çok etkilenmektedir. Kişisel saygı incelendiğinde, anne-baba arasındaki ilişkinin yine kilit bir nokta olduğu açıkça görülmektedir.

Geçmiş yıllarda, pek çok araştırma anne-baba boşanmasının olumsuz etkileri ve çocuk üzerinde neden olan negatif sorunları incelemiştir. Genel olarak bakıldığında ebeveyn boşanması psikolojik problemler ile benlik saygısının yitimine neden olmaktadır (Hurre, Junkkari ve Aro, 2006: 3).

## **2.1.5. Konuya Yönelik Araştırmalar**

### **2.1.5.1. Yurtiçinde Yapılan Araştırmalar**

Boşanma ile ilgili yapılan çalışmalar çok eskiye dayanmaktadır. Bu nedenle bu çalışmada 1998 yılından olan çalışmalar incelenmiştir. Aral ile Başar'ın (1998) yapmış olduğu çalışmada Ankara şehir merkezinde ilkokul 4. ile 5. sınıfa giden öğrencilerin demografik değişkenleri ile kaygı düzeyleri boşanmış aileler çevresinde incelenmiştir. Araştırma sonucunda parçalanmış aileye sahip olan çocukların kaygı düzeylerinin parçalanmamış aileye göre daha yüksek olduğu gözlemlenmiştir.

2000 yılında Küçükendirci'nin Konya'da 7. sınıfa giden 7602 öğrenci üzerinde yapmış olduğu çalışmada boşanmış ailenin çocuğu olmakla depresyon arasındaki ilişki incelenmiştir. Araştırma sonucuna göre annesi ölen ya da boşanmış ailelerin çocuklarının depresyon ve kaygı düzeyinin diğer çocuklara göre çok daha fazla olduğu sonucuna varılmıştır.

Öztürk'ün (2006) anne-babası boşanan ve boşanmayan 9-13 yaşlarındaki çocukları kaygı seviyeleri ile öz saygısı arasındaki ilişkinin incelendiği araştırmaya 308 öğrenci katılmıştır. Araştırmanın sonuçlarına göre ailesi boşanan çocukların kaygı düzeyleri daha yüksek çıkmıştır. Öngider'in (2006) yapmış olduğu çalışmada evli olma ya da boşanma, eşler arasında çatışma yaşanması, anne-babanın kabul ve reddi ile ilkokul çocuklarının psikolojik uyum düzeyleri arasındaki ilişkiyi incelemiştir. Araştırmaya aile boşanmamış 138 ve boşanmış 124 çocuk ile anneleri katılmıştır. Araştırmanın sonuçları uyum açısından değerlendirildiğinde uyum ile boşanma/boşanmama arasında anlamlı bir ilişki bulunmuştur. Ebeveynlerinin çatışma halinde olduğu çocukların anne-babalarını ebeveynleri çatışma halinde

olmayanlara göre daha çok reddettiği bulgusuna varılmıştır. Bunun yanı sıra çatışan ailelerin çocukları psikolojik olarak da daha fazla yıpranmaktadır. Araştırmanın başka bir sonucu ise babanın çocuk üzerindeki etkinliğinin evden ayrıldıktan sonra azalmış olduğu yönünde olmuştur.

2007 yılında Sardoğan ve arkadaşlarının yapmış olduğu çalışmada çocukların ebeveynlerine bağlanma düzeylerinin boşanma/boşanmama durumlarına göre çatışma algılama üzerindeki ilişkisi incelenmiştir. Bunun için 623 öğrenciyle yapılan çalışmada güvensiz bağlanma yaşayan çocukların ebeveynler arası çatışmalar diğer çocuklara göre çok fazla hissettiklerini, kendilerini güvensiz hissettiklerini ve suçladıkları öğrenilmiştir. Bunun aksine güvenli bağlanma yaşayan çocukların ise çatışma ve tehditleri hissetmedikleri bulgusuna varılmıştır. Bunun yanı sıra anne ve babaları ayrı olan çocukların bağlanma düzeyleri de anne-babaları birlikte olan çocuklara göre daha düşük çıkmıştır. Ayrıca anne babaları boşanmış ya da ayrı yaşayan çocukların ebeveyne bağlanma düzeylerinin, anne babaları evli olan çocuklara göre daha düşük olduğu ve güvensiz bağlanma tarzı geliştirdikleri saptanmıştır. Karakuş'un çalışmasında İzmir'deki bir ilkokulda okuyan ve anne babası boşanmış olan 117, anne babası boşanmamış olan 127 çocuk arasında yapılan karşılaştırma sonucunda boşanmış ve boşanmamış çocuklar arasındaki kaygı durumunda bir farklılık olmadığı tespit edilmiştir. Yine İzmir'de Kuyucu'nun (2007) lise öğrencileri üzerinde yapmış olduğu başka bir çalışmada ise benlik saygısı ile boşanmayı çarpıtma arasında negatif yüklü bir ilişki olduğu bulgusuna varılmıştır. Daha açık bir ifade ile boşanmayı kabul etmeyen çocukların benlik saygısı daha düşük; boşanmayı kabul eden çocukların ise benlik saygısı daha yüksektir.

Altunbulak'ın 2011 yılında Kayseri'de yapmış olduğu bir ilköğretim okulundaki araştırmaya 431 öğrenci katılmıştır. Bunlardan 214'ü boşanmış ailelerin çocuklarıdır. Araştırmanın sonuçlarına göre boşanmış ailelerin çocuklarının akademik başarılarının boşanmamış ailenin çocuklarına göre daha düşük olduğu tespit edilmiştir.

Akdoğan'ın 2012 yılında Ankara'daki Keçiören ilçesinde okuyan 468 ergenle yapmış olduğu çalışmada boşanmış ergenler ile boşanmamış ergenler arasındaki sosyal destek düzeyleri incelenmiştir. Yapılan araştırmanın sonucuna göre sosyal destek düzeyi ile boşanma arasında bir farklılık bulunamamıştır. Yine aynı sene

Hatun'un (2012) İstanbul'daki ortaokullarda yapmış olduğu çalışmada anne babası boşanan çocukların algıda işlevleri ile kardeş sayısı, doğum sırası, anne-baba boşandığında çocuğun olan yaşı, yaş grubu ve boşanmayı hangi ebeveynin çocuğa söylediği değişkenleri ile anlamlı bir farklılık bulunmamıştır. Bunun aksine algıladıkları işlev ile yaş, ailenin eğitim düzeyi, cinsiyet, anne ve babanın meslekleri ile anlamlı bir farklılığa rastlanmıştır.

2016 yılında Yıldız'ın Mersin'de 7. ile 8. sınıf öğrencileri arasında yaptığı araştırmada boşanmış ailelerin çocuklarının bağlanma stilleriyle akılcı olmayan inançları arasındaki ilişki mercek altına alınmıştır. Buna göre iki ebeveynine de güvenli bağlanan çocukların akılcı olmayan inanç düzeylerin daha düşük olduğu tespitine varılmıştır.

Karakaya'nın 2018 yılında yapmış olduğu araştırmada boşanmanın, çocukların benlik saygısı ile sorun çözme becerileri arasındaki ilişki incelenmiştir. 15-18 yaşları arasında olan 559 çocuğun katılmış olduğu çalışmada boşanmış ailelerin çocuklarının benlik saygısı ile sosyal sorun çözme becerilerinin daha düşük olduğu tespit edilmiştir.

#### **2.1.5.2. Yurtdışında Yapılan Araştırmalar**

Boşanma ve çocuk ilişkisini inceleyen çalışmalar yurt dışında çok daha eskiye dayanmaktadır. 1979 yılında Hetherington yapmış olduğu çalışmada çocukların boşanmanın ardından başlayan ve 2 yıl süren anneye isyan etme ve sürekli yakınma davranışları olduğu bulgusuna varmıştır. Ancak yıllar geçtikçe bu eylemlerde azalma görülmektedir.

Wallerstein ve Kelly (1980) yapmış oldukları çalışmada 2-18 yaş arasındaki çocukların boşanma ve kaygı ilişkisini incelemiştir. Araştırmanın sonucuna göre kaygı ile boşanma doğru orantılı iken, kaygı çocuklarda psikolojik rahatsızlıklara neden olmaktadır; ancak sonrasında azalmaktadır.

1992 yılında Brubeck ve Beer'in Kansas eyaletinde 131 ergen ile yapmış oldukları araştırmada boşanmış ailelerin çocukları ile anne-babası birlikte olan çocukların intihar düşüncesine bakışları, ölüm kaygıları, özsaygıları, depresyonda olma durumları ve akademik başarıları karşılaştırılmıştır. Araştırmanın sonucuna

göre kaygı düzeyleri ile ailenin boşanma durumu arasında bir bulguya rastlanmamıştır. Ancak boşanmış ailenin çocukların özsaygı ile akademik başarılarının boşanmamış aile çocuklarına göre daha düşük, depresyon seviyelerinin ise daha fazla olduğu tespit edilmiştir.

Amato ve Rivera'nın (1999), yaptığı ve 994 boşanmış olan babanın katılmış olduğu çalışmada babanın olumlu hareketlerinin çocuklardaki davranışsal problemlerle ilişkisi araştırılmıştır. Buna göre tutarlı olan anne-babalarının çocuklarının sorunlarının daha az olduğu bulgusuna varılmıştır. Lamb (1999) boşanmanın ardından babası ile birlikte yaşayan erkek çocuklarına dair yapmış olduğu çalışmanın sonuçlarında bu çocukların duygusal gelişim ve benlik saygısı açısından çok kötü durumda olduğu bulgusuna varmıştır. Yine aynı yıl Ross ve Mirowsky'in (1999), yetişkin depresyonunun çocukluktan gelip gelmediğini incelediği çalışmanın sonuçlarına göre, küçükken ekonomik zorluk çeken, aileleri yine evlenen ve sık boşanan, eğitim seviyeleri düşük ailelere sahip olan çocukların, yetişkinliklerinde kendilerini daha mutsuz hissettiği ortaya çıkmıştır.

2000 yılında Liu ve arkadaşları 116'sı boşanmamış ve 58'i boşanmış 174 Çinli çocuğun davranışsal sorunları incelemiştir. Buna göre boşanmış anne-babası olan çocukların bedensel şikayetlerin, boşanmamış ailesi olan çocuklara göre daha fazla olduğu tespit edilmiştir.

2001 yılında Reifman ile arkadaşları 90'lı yıllarda yapılmış olan ve 35 çalışmayı içe alan bir meta-analiz çalışması yapmışlardır ve davranış, sosyal ve psikolojik uyum, anne-baba ve çocuk arasındaki ilişki, akademik başarı gibi alanlar incelenmiştir. Sonuçlara göre boşanma olayı ile karşılaşan çocukların davranış, okul başarısı, benlik saygısı, uyum duymaları ve sosyal uyumları arasındaki ilişki pozitif anlamlı çıkmıştır.

2004 yılında Malone ile arkadaşlarının yapmış olduğu yaş ve cinsiyet demografik değişkeni ile boşanmış çocuklar arasındaki ilişkinin incelenmesi ile ilgili çalışmada, boşanmış ailelerden gelen çocukların, boşanmamış ailelerden gelenlere göre daha çok uyum sorunu yaşadığı, bu durumun yaş değişkeninde anlamlı iken; cinsiyet değişkeninde anlamlı olmadığı bulgusuna varılmıştır.

Tallushi, Biba, Isufi ve Abazaj (2017), anne-babalarının boşanmasının ergenler üstündeki sonuçlarını inceledikleri çalışmada, boşanmanın ardından erkek ergenlerin kendilerini “evin reisi” olarak algıladıkları bulgusuna varılmıştır. Bunun haricinde baba ile yaşayan ergenler ise anneyi suçlamaktadırlar. Ayrıca anne ile yaşayan kız ergenlerin kadınsı özelliklerinin arttığı ve daha özgür davrandığı, baba ile yaşayanların ise kendilerini daha çok “ev hanımı” hissettikleri ve anneleri ile pek ilişki içinde olmadıkları bulgusuna varılmıştır.

## 2.2. Depresyon ve Kuramsal Açıklamalar

Latince kökenli bir kelime olan depresyon kelime anlamı “bastırmak” ya da “sıkıştırmak” olan “depressus” sözcüğünden gelmektedir (Tietze, 2002: 351). Tanımı çok öncelere dayanan depresyonu Galen (MS 131-201) hayati memnuniyetin yoksunluğu olarak tanımlamıştır. Daha önce de söylendiği gibi, kökü Antik dönemlere kadar uzanan depresyon ilk olarak Hipokrat tarafından söylenmiştir (Beck ve Alford, 2009: 75). Aslında depresyondan önce melankolinin ilk klinik tanımı yapılmıştır ve ruh sağlıkları mercek altına alınmaya başlanmıştır.

Ruhsal bozukluklar ile ilgili ilk araştırmaları yapan Kreaplin, duygusal bozukluklar kategorisi altında depresyonu melankoli bölümü altında sınıflamıştır (Lanczik ve Beckmann, 1991: 42). Bunun ardından 14. ve 20. yüzyıllar arasında Çin’de depresyon hayatın devam edebilmesi için gereksinim duyulan hava dolaşımında yaşanan bozulma, yüksek seviyeli bir yas ve kontrolsüz çaresizlik olarak tanımlanmıştır.

Daha keskin tarihlere gelindiğinde Willis (1621) depresyonu o dönemin popüler bilim dalı olan kimya ile ele almıştır. Ona göre depresyon, vücut sıvılarından aşırı tuzlanmaya bağlı olarak ortaya koymuştur. Modern zamanda yapılan çalışmalar onun bu tezinin doğru olduğu kanıtlamıştır (Kuru, 2018: 50-51).

Depresyon, duygu durumu bozuklarıyla bireyin her zaman olduğu belirgin durumundan farklı bir konuma geldiği, süresinin belirsiz olduğu, döngüsel ya da dönemsel olarak kendini tekrarlayan psikolojik bozukluklardır (Sadock ve ark. 2007: 121). Depresyon tek başına kendini göstermez. Genellikle somatoform ve anksiyete bozukluklarını da beraberinde getirmektedir.

Depresyon bireylerinin duygularının yanı sıra hareketlerinin özelliklerini, bedensel sağlıklarını, gündelik hayatın gerektirdiği seçimler ve baskılar ile başa çıkabilme yeteneklerini ve akademik başarılarını da etkilemektedir. Sağlık durumları olumsuz etkilenen bireyler ise kronik hastalıklara yakalanıp tedaviye cevap vermeyebilirler (Aksu, 2008: 71).

Öztürk'e göre depresyon, psikolojik bakımdan benlik saygısında yaşanan düşüklük, umutsuzluk, zevk düzeyinde azalma, suçluluk duyma, anksiyete, intiharı düşünme, obsesif bozukluklar gibi durumlarla kendini gösteren, mesleki ve sosyal fonksiyonlarda bozulma, iş ve evlilik problemleri, mali sorunlar gibi sebeplerden dolayı, hareketlerde yavaşlama, iştahın azalması ya da artması gibi belirtilerle seyreden bir durumdur. Sadece tek bir yönelim depresyonda görülmez ve depresyonun zamana bağlı olarak bireyde sürekli değiştiği gözlemlenmiştir. Yaşanan bu duygu değişimleri de bireyi yormaktadır (Öztürk, 2004: 4).

Depresyona uğrayan bireyler genellikle, karamsar, mutsuz ve umutsuz olarak tanımlanırlar. Bireyler kendilerini yalnız ve hüzünlü hissetme eğilimi içine girerler ve bunun yanı sıra depresyon içinde olan bireylerin çevrelerine ve kendilerine ilgi duymadığı gözlemlenmiştir (Tuğrul ve Sayılğan, 1997:1).

### **2.2.1. Anne-Baba Ayrılığı ve Depresyonun İlişkisi**

Boşanma, yalnızca duygusal bir birlikteliğin sonu değil, aynı zamanda bireyin alışmış olduğu hayat düzeninin de tamamen değişmesi anlamına gelmektedir. Anlaşmalı da olsa çekişmeli de olsa boşanmada taraflar oldukça etkilenmektedir. Kendi özel bir travmaya neden olan bu olay, anksiyeteden depresyona kadar pek çok biçimde kendini göstermektedir (Segal ve ark. 2019).

Boşanan iki taraf da boşanmanın kendileri için de oldukça zor bir süreç olduğunu unutmamalı ve bunu bir son değil, bir başlangıç olarak görmeleri gerekmektedir. Pek çok araştırma, boşanma sürecindeki yetişkinlerde beslenme ve uyku bozukluklarının olduğunu görmüştür. Bunun yanı sıra bireyler kaygı, iş veriminde azalma, kendisinin hiçbir şeye yetmediğini düşünme ve yalnızlık duygusu da ayrılan kişilerde görülen ruh hallerindedir.



Boşanmadan sonra eşlerde bu ve bunun gibi psikolojik rahatsızlıklar görülmesi son derece normaldir ve böyle durumlarda destek almaktan çekinmemek gerekmektedir. Bir ebeveyn kendini ne kadar çabuk toplarlarsa, kendine ve çevresine o kadar çok yarar sağlamış olacaktır (Türkarlan, 2007: 107). Yapılan bir araştırma sonucunda boşanma süreci ve boşanmanın sonrası birlikte değerlendirilmeye alındığında erkek ve kadınların birçoğunun boşanma sürecinin tamamını, psikolojik ve duygusal bakımdan, destek gereksinimi, boşanmaya hazırlık, kızgınlık hissi, boşanmanın gereklerine uyum manasında sıkıntılı bir dönem olarak değerlendirdikleri bulunmuştur (Şen, 2003: 182)

### **2.2.2.Çocuklarda Görülen Depresyon Belirtileri**

Çocuklarda depresyonla alakalı çalışmalar eskiye dayanmaktadır ve modern zamana kadar pek çok değişimden geçmiştir. Bu konuda öncü olan isim 1934 yılında yapmış olduğu araştırmalar ile Klein olmuştur. Ona göre depresyon bir çocuğun doğumu ile başlayan patolojik bir olgudur.

Klinik bir olgu olan depresyon kavramı yetişkinlerde dil ile ifade edilirken çocuklarda davranış biçiminde ortaya çıkmaktadır. Kimi vakalarda danışların manik olduğu üzüntü durumları, gevşek bir durum da dikkati çeken bir hareketlenme olabilir. Her üzgün çocuk depresif çocuk değildir. Depresifliğin tanımlanması gerekmektedir (Uzun, 2013: 34).

Çocukların depresyonunu tanımlamak çok da kolay değildir. Her çocukta depresyon farklı klinik belirtiler ile kendini göstermektedir. İlk çocukluk döneminde olan semptomatoloji fazlaca değişkendir ve genelde davranış temelinde dışlatılmaktadır. Çok hırçın ve hareketli olma, hem kendine hem de çevreye zarar verme, sükunet ve içine kapanma gibi durumlar gözlemlenebilir. Her daim değişen duygular ve anlık değişiklikler vardır. Örneğin bir çocuk sevgi açlığı isteği ile bir yetişkine yaklaşım hemen ardından onu itebilir. Yeme bozuklukları ve uyku gibi durumlar da çocukluk döneminde görülen belirtilerendir (Kayaalp, 1999:163-169).

Diğer bireylerde olduğu gibi çocuklar da duygusal olarak depresyondayken kendilerini toplumdan yahtırlar, toplumsal etkinliklere ve aile toplanmalarına

katılmazlar, arkadaşlık ilişkileri bozulur ve akademik başarıları düşer (Göğüş, 2000: 33).

Bireylerin hayatlarında yaşanan olaylara direnme güçleriyle de direkt bağlantılı olan depresyon çocukluk yıllarda başlarsa bireyler yetişkinlikte depresif kişiliklere bürünebilirler. Bir bebek dünyaya geldiği ilk andan itibaren korku duymaya başlar. İlk duyduğu sesler, çevresinin ısı, yeni uyaranlar ve ışık korku ile kaygıyı beraberinde getirmektedir. Hayata devam etme ile ilgili kaygı doğumda başlayıp ölüme kadar devam eder. Hiçbir gereksinimi tek başına halledemeyen bebek anneye bağımlıdır. Bu nedenle de annesinin ya da ona ilk bakımı veren bireyin ona güven vermesi gereksinime sahiptir. Gereksinimleri giderilmeyen bebek gereksinimlerinin giderilmesi için devamlı ağlamaktadır. Eğer bir bebek gereksinimlerini anca ağladığı zaman alabiliyorsa ilerde güvensiz ve depresif olacaktır.

Bunun yanı sıra kız ile erkek çocukların yetişirken farklı tutumlarla büyütülmeleri sonucu kız çocukları erkeklere göre daha kırılgan, bağımlı ve problemlere karşı daha dirençsiz olabilmektedir. Yapılan pek çok araştırmada kız çocuklarının depresif durumlara daha yatkın oldukları ve daha ağır depresyon geçirdikleri bulgusuna varılmıştır (Uzun, 2013: 36-37).

Boşanan ile boşanmayan ailelerin çocuklarının kıyaslanmasına göre elbette ki depresyonun tek nedeni boşanma değildir. Ancak bu durumu boşanmanın tetiklediğini söylemek yanlış olmayacaktır. Ailesi ile bir arada yaşayan çocuklarda psikolojik sorunlar ve sosyal problemler %10 oranında görülmekteyken, boşanmış ailelerin çocuklarında bu oran %25'tir (Amato ve Keith, 1991: 32).

Boşanmayla birlikte çocuklar, kendileri için çok değerli olan bireylerden ayrılmak zorunda kalmaktadırlar. Çevresel değişiklikler, okul değiştirme, maddi olanakların değişmesi bir çocuğun hayatını derinden etkilemektedir. Bu yoksunluk ve değişiklikler beraberinde depresyon riskini de getirmektedir. Yoğun üzüntü duyguna kapılan ve ailelerini kaybetme hissiyatı içinde olan çocuklar, yeni yaşamlarına adapte olmakta zorlanmaktadırlar.

## 2.2.3. Depresyonu Açıklayan Kuramlar

### 2.2.3.1. Depresyonda Psikanalitik Kuram

Bu kuramda, sorunların temelinde değer verilen veya sevilen, sembolik veya gerçek olarak sevilen bir olgunun, ayrılık, reddetme, ölüm sonucunda sembolik ya da gerçek kaybı vardır. Bu olgular, bir çocuğun erken hayatındaki önemli bireylerdir. Birey, şayet erken çocuklukta böyle bir kayıp yaşarsa, yetişkin olduğunda önemli bir kayıp yaşadığı ve hayal kırıklığı olduğunda depresyonla boğuşmak durumunda kalmaktadır (Clay, Anderson ve Dixon, 1993: 91-94).

Bu alanda çalışmalarını yürüten önemli isimlerdir biri Abraham'dır. 1911 yılında 6 depresyon hastasını tedavi etmiştir. Tedavi sürecinde hastalığın, sevme duygusunu yitiren bir nefret nedeniyle ilerlediğini görmüştür. Ona göre suçluluk nefretin bastırılması ile ortaya çıkmaktadır ve bu durum da depresyona neden olmaktadır.

1924 yılına gelindiğinde ise Freud melankolide etkili olan içe atma mekanizmalarıyla alakalı olarak Abraham'a katıldığını söylemiştir. Abraham, melankolik bireylerdeki nesne etkileşimlerini ayrıntılı bir biçimde ele alarak, melankoliğin, benliğindeki sevgi nesnesiyle akut bir çatışma yaşadığında bu nesne ile etkileşimden vazgeçtiğini söylemiştir. Bu vazgeçme de anal dışa atmayla gerçekleşmektedir.

Depresyon, daha önce söylendiği gibi psikanalitik kurama göre çocukluk sırasında etkili olmaktadır ve anne-babaya dair sevgi kayıpları, gereksinimlerin karşılanmaması, korku duyma, ilerde etkili olmaktadır. Aslında birey kayıplara karşı çaresiz kalmaktadır ve hareket ile davranışlarında sevecenlik, sevgi ile güven aramaktadır (Atkinson vd, 1995). Abraham'a göre depresyonun meydana gelmesinde sorumlu olan kimi noktalar aşağıda sıralanmıştır (Uzun, 2013: 28):

- Libidonun bilhassa oral evreye takılı kalması
- Oral erotizme olan fazla vurgu
- Sevilen olguya karşı kaybın artarak devam etmesi
- Hasta bireyin sadistik olan dürtülerinin güçlü bulunduğu narsistik evre içinde hayal kırıklığı yaşaması

Jung, psikanalitik kuramın önemli temsilcilerinden bir başkası olarak depresyonu libidonun blokesi olarak görmektedir. Buna göre, bloke olan libido ile eğlence ve enerji kaybı yaşanmaktadır. Ona göre depresyon bireyin geçmişini tekrar tekrar yaşamasını kolay hale getirmektedir. Başka bir deyişle bireyin geçmişte sahip olduğu bakış açısı tekrardan ortaya çıkmaktadır (Uzun, 2013: 29).

Depresyondaki bireyleri melankolik olarak tanımlayan Freud, bu bireylerin kendilerini değersiz hale getirmelerinden yani benin fakirleşmesinden bahsetmektedir. Ona göre bir melankoliğin kendine yönelik olan saygısında yaşanan azalma introjekte edilen nesneyle alakalıdır (Heller, 1995: 74).

Psikanalitik kuram içinde Rado (1951), depresyonu bir sevgi çağrısı olarak görmektedir. Ona göre depresif birey, sürekli olarak kendini beğendirme çabası içinde olmaktadır. Birey kendine karşı güvensizdir. Sevilen bir nesnenin kaybolmasının ardından bireyin ilk tepkisi kızgınlık olmaktadır. Birey bu kayıp yüzünden kendini suçlamaktadır; ancak bunun hemen devamında kaybedilen nesnenin kötü taraflarını suçlamaya başlamaktadır. Bunun yanı sıra depresyonda biyolojik, fizyolojik ve kalıtsal faktörler de göz önüne alınmalıdır.

#### **2.2.3.2. Depresyonda Davranışçı Kuram**

Bu kurama göre depresyon ve ona bağlı olarak meydana gelen bozukluklar, pekiştirici uyarıcıların sıklığında yaşanan bir azalmayla gelişmektedir. Yani depresyon, bireyin çevresindeki olumlu şartlanmaların azalıp olumsuz şartlanmaların çoğalmasından kaynaklanmaktadır (Littauer, 2000: 25).

Depresyon Skinner'e göre sosyal çevrenin pekiştireç olan davranışlarını durdurması sonucunda davranış içindeki zayıflamayı ifade etmektedir. Fester ise davranışçı kuram içinde depresyonun ani çevre değişikliklerinden, pekiştireçlerdeki değişikliklerde ve itici denetlemeden kaynaklandığını savunmaktadır (Uzun, 2013: 30).

### 2.2.3.3. Depresyonda Bilişsel Kuram

#### Seligman'ın Öğrenilmiş Çaresizlik Modeli

Overmier ve Seligman'ın 1967 yılında yapmış olduğu modelde (Maier ve Seligman, 1976: 3) köpekler üzerinde çalışılarak öğrenilen çaresizlik modeli keşfedilmiştir. Köpekler üzerinde yapılan deneylerde öğrenme ve korku sürecini incelemek amaçlanırken tesadüfen bireydeki depresyon ilişkisi keşfedilmiştir.



Şekil 2.1. Seligman'ın Deney Modeli<sup>2</sup>

Şekil 2.1'den de görüleceği gibi deneyde muhafazalı bir belirli alanda köpeklere öncelikle bir ses uyarını verilmiştir. Ardından köpeklere elektro şok verilerek kaçınma hareketlerini öğrenme süreçler incelenmiştir. Araştırmacı böylece köpeğe kısa bir ses uyarını vererek köpekte şok tonunun alakalı olması için bir fikir meydana gelmesini sağlamak amaçlanmıştır. Böylelikle köpek zil sesini duyunca korku hissedip kaçacaktır.

Deneyin ikinci aşamasında ses ve şok verilerek koşullu hale getirilen köpeği, düşük düzeydeki çitlerden meydana gelen iki bölmeli bir kutu içine koymuşlardır.

<sup>2</sup><https://www.pskonot.com/ogrenilmis-caresizlik/>

Aslında köpek, sesi duyduğunda şoka maruz kalmamak için bu çitlerin üzerinde atlayıp kaçma davranışı gösterecektir. Ancak zil ilk çalındığında köpek kaçma davranışında bulunmamıştır. Aynı şekilde köpeğe ses verilmeden çok verildiğinde de yine kaçmamıştır. Her iki olayda da köpek yalnızca uzanmış ve bir kaçma eyleminde bulunmamıştır. Ardından kutunun içine şartlandırılmamış bir köpek konduğunda köpeğin hemen çitin üzerinden atladığını keşfetmişlerdir (Nemada, Reiss ve Demberk, 2007: 1-2).

Deneylemleri tekrarladıkça Seligman hep aynı sonuçla karşılaşmıştır. Çıkarımı da depresif tepkilerin meydana gelmesinde olumsuz uyarana yönelik durumun bireyin kontrolünde olmadığıdır. Tüm bu çalışmalar sonucunda keşfedilen öğrenilmiş çaresizlik modeline göre bir şey yapmama tutumu, aslında bir süreliğine kaçınılmayan bir zorlamaya maruz kalan canlıların giderek bu zorlamalara yönelik bir şey yapmaması sonucu meydana gelmiştir. Yani kısacası öğrenilmiş çaresizlik durumu bireyin “ne yaparsam yapayım sonucun değişmeyeceğini biliyorum” düşüncesinde olmasıdır (Türkçapar, 2013: 27).

Zamanla model literatürde yetersiz gelmeye başlamıştır ve Abramson ile arkadaşları model üzerinden 4 varsayım belirlemişlerdir (Bozkurt, 2003: 60-61):

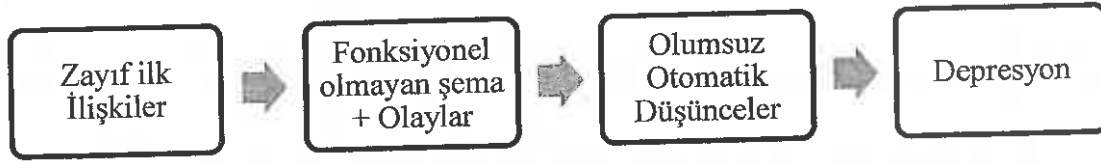
1. Hoşnutsuzluk Beklentisi, Nefret: Bireyin hoşnutsuzluk durumu yüksektir ve pek çok beklentisi gerçekleşmemiştir.
2. Kontrolsüzlük Beklentisi: Birey, olabilecek olaylar için herhangi bir eylemde bulunmamaktadır.
3. Yükleme Biçimi: Birey, negatif olayları çarpıtılmış bir biçimde içsel nedenlerle evrensel ve tutarlı olan pozitif durumları da dışsal nedenlere bağlamaktadır. Kontrol edilmesi mümkün olmayan olayların bağlantısı, bireyin olaya olan tepkisini belirlemektedir.
4. Motivasyonel, Bilişsel ve Duygusal Semptomların Önemi: Hoşnutsuzluğun deneyimsizlik beklentisi ile büyüklüğü, bireyde motivasyonun azalmasına ve bilişsel olarak yetersiz olmasına neden olmaktadır.

## Beck'in Depresyonda Bilişsel Bozukluklar Modeli

Bilişsel terapinin doğmasında oldukça önemli ve ayrıcalıklı bir yeri olan depresyonun, bilişsel psikoloji araştırmaları üzerindeki etkisi büyüktür. Beck, bu alanda çalışmalar yaparken literatürde psikanalitik akım devam etmekteydi. Psikanalitik teorileri bilimsel olarak test etmek isteyen Beck, o dönemde tedavilerinde çalıştığı depresif hastalar üzerinde çalışmalar yapmıştır (Türkçapar, 2015).

Freud'dan esinlenen Beck, depresif olan hastaların rüya içeriklerinde Freud'un sözünü ettiği içeriğin olup olmadığını test etmiştir. Ancak ortaya koyduğu hipotezin aksine depresif olan hastaların rüyalarında, kendilerini istatikselsel bakımdan anlamlı olacak biçimde yenik düşmüş, reddedilmiş, terk edilmiş ve hayat savaşını kaybetmiş olarak gördükleri bulgusuna varmıştır. Kısacası toplanan bulgular hastaların kendilerini yalnız, kusurlu ve hastalıklı gördüğü için acı çektiklerini göstermektedir. Bu sonuçlardan yola çıkan Beck, depresyonun aslında bir tür düşünce bozukluğu olduğunu savunarak bugüne kadar ortaya konulan teorilerinden farklı bir bakış açısı sergilemiştir (Türkçapar, 2013: 21-24).

1970'te depresyondaki bireylerin rüya içeriklerini incelemeye aldığında Beck, hastaların bilinçli bilişlerinde olumsuz olan beklentilerin, öz değerlendirmelerin, aynı anılara yönelik olan abartılı ve daha dramatik biçimde bulunan aynı temanın olduğunu farkına varmıştır. Depresif bilişli hastalar hatalı yorumlamalar ile bozulmaları taşımaktadır. Yaşanan bir sürü değişken sonucunda hastalarda özeleştirmenin fazla olması, umutsuz hissetme, motivasyon kaybı, intiharı düşünme gibi depresif belirtiler gözükmektedir. Yapılan başka klinik gözlem ile araştırmalarda depresif olan hastaların, bilgi işlem süreci içindeki fonksiyonel olmayan tutumlarının, negatif olan ürünlerin kendileri veya inançları hakkındaki bilişsel yanlışlıkların depresif belirtilere sebep olduğu sonucuna varılmıştır (Beck, 2008: 971). Şekil 2.2'de Beck'in depresyonun oluşumun şeması gösterilmektedir.



Şekil 2.2. Beck'in Bilişsel Kuramının Basamakları<sup>3</sup>

Beck'in kuramı iki bölümde ele alınabilmektedir. İlkinde kuramın yapısal bir parçası olan bireyin kendisi, geleceği ve dünya ile ilgili olumsuz algılamaları gelmektedir. İkinci olarak ise bilgi işlem stratejilerindeki yöntemlerdir. Bunların ikisi de düşünme sürecinde yapılan mantıksal hatalar ile düzensizlikleri içerir.

Beck, duygusal bozukluklar içinde depresyonun bilişsel bir terapisini geliştirerek, depresyon bilişsel modelini 3 spesifik boyut ile açıklamaktadır. Bunlar bilişsel üçlü, şemalar ve bilişsel hatalardır.

Bilişsel üçlü, bireyin kendi, geleceği ve hayatı hakkında sahip olduğu deneyimlerine dayanarak kendine özel bir biçimde sonuç çıkarımı yapması ile meydana gelen temel 3 yapıdır. Bu bileşenler şöyle sıralanmıştır:

1. Bileşen: Bireyin kendi hakkında sahip olduğu düşünceleridir. Beck'e göre bireyin depresyondayken kendine olan olumsuz bakışı depresyonun temelini oluşturmaktadır. Birey kendi hakkında sürekli olarak düşündüğü olumsuz fikirlerin etkisi ile kendini eksik, hastalıklı, yetersiz veya yoksun olarak görmektedir. Bu hatalı varsayımın ve inançların meydana gelmesinin temel nedeni bireyin kendini küçük görme, eleştirme, değersiz olduğunu düşünme ve istenmediğini düşünmesinden gelmektedir. Bütün bunların sonucu olarak birey, memnuniyet ve mutluluk için gerekli olan kriterlerden yoksun olduğunu düşünmektedir (Beck ve ark. 1979: 10).
2. Bileşen: Bu bileşende depresif olan bireyin sahip olduğu yaşantıları olumsuz olarak yorumlama eğilimi bulunmaktadır. Yaşama bakışına birey, dünyayı hedeflerine ulaşma konusunda üstünden gelebilmen amacı ile bariyerleri olan bir bölge olarak görmektedir. Çevresi ile kurduğu ilişkileri hatalı olarak yorumlayan birey ilişkilerini yenilgi ve yoksunluk ile ilişkilendirmektedir. Bireyin çevresel ilişkileri içindeki olumsuz yapılar incelendiğinde, bu

<sup>3</sup> Bozkurt, 2003: 61.



yapıların aslında hatalı ve olumsuz yorumlamalardan kaynaklandığını görmek mümkündür (Arkar, 1992: 37).

3. Bileşen: Son bileşende bireyin geleceği ile ilgili yapmış olduğu olumsuz çıkarımlar bulunmaktadır. Depresif olan bireyler var olan sorunların sürekli devam edeceğini, gelecek zamanda ise daha da zorlaşacağını düşünmektedir. Bu sebeple de geleceği karamsar bir biçimde görürler yoktur (Türkçapar, 2017: 3).

Beck'in depresyon modelinin ikinci kısmında şemalar bulunmaktadır. Depresif olan bireylerin yaşamında pozitif ve olumlu faktörler olmasına rağmen bireylerin kendilerini olumsuzluk içinde bulmaları ve kendilerine yönelik zarar verici tutumlarının devam etmesi şema kavramı ile açıklanmaktadır (Arkar, 1992: 38).



Şekil 2.3. Şemaların Oluşumu<sup>4</sup>

Şemalar, bireylerin değişik türdeki deneyimlerinin nasıl olacağı hakkında karara varabilmek için çalışmaktadır. Bir şema uzun periyodik zaman dilimleri içinde faal olacağı için özel bir çevresel uyarınca kısa süre içinde tepkilerinin nasıl olacağına dair direkt bir karara bağlanılır.

<sup>4</sup> Uslu, U. (2018). Duygu Durumu Bozuklukları <https://slideplayer.biz.tr/slide/11844692/> adresinden yararlanmıştır.

Şemalar özel bir durum karşısında hastaların yaşadığı depresyon olayları şemalar aracılığı ile çarpıtılarak sistemli bir biçimde etkin ve işlevsel olmayan şemalarıyla eleştirilmektedir. Hasta da tüm bunlarında sonucunda diğer fonksiyonel ve uyumlu olan şemaları da engelleyerek yetersiz olan şemaları etkinleştirir ve düşünce süreci içindeki kontrolü istemli bir biçimde kaybeder (Beck, 1979: 12).

Şekil 2.3'te şemaların oluşumu gösterilmiştir. Beck'e göre olan tüm psikolojik rahatsızlıklar kendine özgü olan belli bilişsel şemalar çevresinde meydana gelmektedir. Depresyon içinde bulunan şemalar, başarısızlık-kaybetme boşluğunun oluşturduğu olumsuz şemalardır. Şematik olan betimlemelere göre depresif olan hastalarda gözlenen eğilimler, bu bireylerin kendi hayatlarına olan bakışlarındaki yoksunlukların, yenilgilerin ve bunların değiştirilemez olmasından kaynaklanmaktadır. Böylesi durumlarda birey kendini "kaybeden" olarak kategorize etmektedir. Birey kendini yargılar ve kaderine terk edilmiştir olarak görmektedir (Beck, 1979: 15).

Depresif olan hastaların kendilerine özgü olan kavramsal çerçevelerinde sistematik olan hata izleri bulunmaktadır (Beck, 1964: 561). 1967'de Beck, depresif olan bireylerin düşünce süreci içinde meydana gelen önemli bilişsel çarpıtmalarını saptamıştır. Bunlar "ya hep ya hiç" düşünceleri, zihin okuma, olumsuz yordama, seçici soyutlama, aşırı genelleme yapma, felaket senaryoları kurma, etiketleme ve hatalı etiketleme, fazla büyütme ve küçültme ile kişileştirme. Bilişsel olan çarpıtmaların sık olarak oluşması bireylerde kaygı bozukluğu ve depresyon gibi çeşitli hastalıklara neden olmaktadır (Sharf, 2015: 336).

#### **2.2.4. Anne-Baba Ayrılığı ve Depresyon Üzerine Yapılan Araştırmalar**

Anne-baba ayrılığı ve direkt sadece depresyonla ilgili çalışmalar literatürde çok fazla bulunmamaktadır. Genellikle çalışmalar, depresyonun yanı sıra kaygı bozukluğu, demografik ilişkiler ya da uyum ile birlikte veya depresyon belirtileri olarak incelenmiştir.

Şirvanlı'nın (1999) yapmış olduğu çalışmada boşanmış ailelerin çocukları ile boşanmamış ailelerin çocukları arasında yapılan ikili karşılaştırmalarda kaygı düzeyleri ile psikolojik problemleri incelenmiştir. Araştırmanın sonuçlarına göre

boşanmış olan anne-babaların çocuklarının, boşanmamış ailelerin çocuklarına göre daha çok psikolojik sorun yaşadıkları ve kaygı düzeylerinin de daha yüksek olduğu belirlenmiştir. 1999 yılında yine Şirvanlı tarafından yapılan çalışmada evli, fakat sorunlu bir aile yapısı olan çocuklarla aile boşanmış olan çocukların davranışlarında mutsuzluk ve uyum düzeyleri incelenmiştir. Araştırmanın sonuçlarına göre iki grup arasında bir farklılığa rastlanmamıştır.

Karakuş'un (2003) yapmış olduğu çalışmada akademik başarı ile depresyon arasındaki ilişki incelenmiştir. Araştırmanın sonuçlarına göre ebeveynlerinden birini az gören çocukların depresyon düzeyleri yüksek çıkmıştır. Ayrıca erkek çocukların boşanmadan daha az etkilendiği bulgusuna da varılmıştır.

2003 yılında Uzbaş tarafından yapılan çalışmadan ilkökul 4. ile 5. sınıf öğrencilerinin okul uyumları ve sosyal becerileri ile depresyon arasındaki ilişkiyi inceleyen çalışmalarında iki dinamik arasında anlamlı ilişki bulunmuştur. Buna göre annesi babası boşanmış çocukların depresyona yakalanma riskleri daha yüksek çıkmıştır ve bunun sonucunda da akademik başarılarının düştüğü tespit edilmiştir.

Amato ve Keith'in (1991) yapmış olduğu çalışmada boşanmış ailelerin çocuklarının psikolojik problem yaşamaya daha meyilli olduğu ve sosyal uyum yaşamada çok sıkıntı çektikleri gözlemlenmiştir. Bunun dışında Amato'nun (2000) yapmış olduğu pek çok çalışmada da boşanmış ailenin çocuklarının psikolojik, ekonomik, ve sosyal açıdan çok fazla sorun yaşadığı ve depresyon belirtileri gösterdikleri ortaya çıkmıştır.

### **2.3. Anksiyete ve Kuramsal Yaklaşımlar**

Anksiyete, uzak, belirsiz ve tanımlanamayan tehlikelere yönelik olan bir tepki olarak görülmektedir ve bir bireyin tüm varlığını derinden etkileyebilir (Bourne, 1995). Dünya üzerindeki bütün insanlar bir alarm niteliğinde olan potansiyel anksiyeteye sahiptir ve anksiyete genellikle tehdit edici düşüncelerden kaynaklanmaktadır (Riskind, 2007: 147). Latince'de "anx" kelimesi düşünilemeyen ancak hissedilebilen bir ruh hali biçiminde tanımlanmaktadır (Heidger, 2004). Kelime kökeni buradan gelen anksiyete geçerli bir sebebi olmayan, kaynakların kimiz zaman dolaylı yollar ile ulaşılması gereken kaygı ya da korku olarak

tanımlanabilmektedir. Zamanla kelimenin kökeni değişerek Latince’de “boğulma” ve “tıkanma” anlamında kullanılan “angere” kelimesi haline gelmiştir. Anksiyete, ruh sağlığı alanı içinde yaygın biçimde kullanılan, büyük bir öneme sahip olan üzerinde fazlaca çalışma yapılan kavramlardan biri olarak görülmektedir (Eken ve Ebadi, 2019: 113). En genel anlamı ile anksiyete, üzüntü, mutluluk ve korku gibi hislerin olduğu gibi insanın doğasının temelinde olan doğal bir süreçtir. Tepkide bulunulan nesnenin belirginliğine ve kötü bir durum olmasına göre anksiyete bireyin psikolojik halini etkilemektedir. Bu süreç içinde asıl neden ile gözüken neden birbirinden çok farklı olabilmektedir. Bireyin için olduğu durumu iç sıkıntısı, rahatsızlık, bunalı hissi olarak ifade etmektedir ve bu tarz durumlarla hayatının farklı yerlerinde başa çıkması gerekmektedir (Işık, E. ve Taner, 2006).

Bir bireyin, hayatının normal bir biçimde devam ettirilebilmesi ve risklerden, tehditlerden korunması için optimum düzeyde anksiyeteye ihtiyacı vardır. Fakat herhangi bir risk, tehlike, tehdit olmadan anksiyete, bireye özgü olan, geçmiş yaşadıklarına bağlantılı farklı değerlendirme ve anlamlandırma ile birlikte bir yersizlik ve orantısızlık göstermektedir. Bireyin hayattaki işlevselliği bozulduğunda ise anksiyete artık tedavi gerektiren patolojik bir durum olacaktır (Tükel ve Alkın, 2000: 12).

Anksiyete kavramı Freud’a göre fiziksel veya sosyal bakımdan tehlikeli olabilecek uyaranlara karşın bireyi uyarma, ortamı ihtiyaç dahilinde adaptasyon etme ve bireyin varlığını sürdürme gibi fonksiyonlara yardım bir mekanizmadır. Bu tanımları yaparken “korku” ile eş anlamlı olarak kullandığı ve tehlike içeren bir uyarıcının algılanmasının sonucunda meydana gelen gerçeklik anksiyetesinden de bahsetmiştir. Bunun yanı sıra süper egonun vicdan bileşeninin sonucundameydana gelen suçluluk anksiyetesi, içgüdüler ve egonun bir fonksiyonu olarak da nevrotik anksiyeteyi isimlendirmiştir (Gençtan, 2015: 162).

Birey, bir korkunun kaynağına veya bilinmeyen bir nesneye orantısız ya da yersiz tepki vermeye başladığında hayattaki fonksiyonlarını ve işlevselliğini normal bir biçimde sürdüremeyeceği için desteğe gereksinim duyacaktır (Tükel ve Alkın, 2000: 13)

Anksiyete sayesinde birey, tehlikelerin daha çabuk farkına varabilir ve bu durumda da genel olarak gerginlik hissedilmektedir. Doğal bir anksiyete bir bireyin sınavda en iyi performansı göstermesine veya çok iyi konsantre olup herhangi bir kaza anında direksiyonu diğer bir yöne kırmamasına neden olacaktır. Her birey gündelik yaşamında devamlı olarak endişe ve kaygı duymaktadır. Bu kaygı ve endişeler alttan alta bireyi rahatsız da etse kimse bunu ciddi anlamda dert etmez ve bireyler yaşamlarını sürdürürler. Böyle bir durumda o anksiyete ile hayat devam eder. Ancak anksiyete duygusu çok çok güçlü ise, sona ermezse ve herhangi bir tehdit yok iken birdenbire meydana geliyorsa tedaviye gerek olacaktır (TYRKISK, 2014: 2).

Normal anksiyete ile patolojik anksiyeteyi birbirinden ayırmak oldukça önemlidir. Eğer anksiyete gerçek ve dışsal bir durum sonucunda meydana geldiyse ve tehdit olduğu düşünülen durum ortadan kalktığında azalıyorsa genelde normal seviyede değerlendirilmektedir. Ancak eğer, ortam içinde anksiyeteye neden olacak nitelikte belli bir kaynak bulunmamasına rağmen irrasyonel bir biçimde meydana gelmişse, tehdit olan durumun şiddeti ve meydana getirebileceği potansiyel negatif sonuçlarıyla da orantılı değilse patolojik bir oldu olarak değerlendirmeye alınabilir. Bu değerlendirmeyi yapmanın başka bir yolu da bireyin temel işlevsel olma düzeyinin belirlenmesidir. Eğer bireyin sosyal, mesleki ve bireysel fonksiyonlarında bozulma varsa ve bu durum bireyin yaşamında problemlere neden oluyorsa anksiyetenin patolojik bir biçimde değerlendirme olasılığı artmaktadır (Ülsev, 2014: 22).

### **2.3.1. Çocuklarda Görülen Anksiyete Belirtileri**

Kaygı, endişe ve korku gibi hisler bir bireyin doğuştan sahip olduğu ve çevresindeki tehlikelere karşı insanı uyaran sağlıklı bir mekanizmadır. Mutluluğu aramak, yaşamak, iyi hissetmek bir bireyin yaşamında olduğu kadar ayrılıklar, hayal kırıklıkları, vazgeçmeler ve kayıplar da bulunmaktadır ve zamanla bireyler bu durumlarla baş etmeyi öğrenirler. Bu nedenle de insan kaygıdan ayrı düşünülemez.

Aslında zaten bireylerdeki kaygının kökeni çocukluk yıllarına dayanmaktadır. Çocukluk döneminde çocukların maruz kaldığı küçük düşürücü durumlar, aşırı reddedici tutumlar, ergenlik döneminde karşılaştıkları alaycı ifadeler, anne-babanın sürekli ceza vermesi, çocuğun psikolojik veya fiziksel şiddet görmesi, çocuğun

istismara uğraması, aşırı koruyucu veya umursamaz tutumlar, anne-babalarının kendilerinin anksiyetik özelliklerinin olması, boşanmış ailenin çocuğu olma, boşanmanın ardından ebeveynler arası çekişmenin devam etmesi çocukların anksiyetik olmasına neden olmaktadır olabilmektedir (Alisinanoğlu ve Ulutaş, 2003: 65)

Yetişkinliklerde olduğu gibi ergen ve çocuklarda da anksiyetik özellikler görülebilmektedir. Kaygının meydana getirdiği bedensel belirtiler hem yetişkinlerde hem de çocuklar da şöyledir (Özmen, 2018: 1):

- Nefes alamıyormuş gibi hissetme
- Terleme
- Çarpıntı
- Titreme
- Sıcak ya da soğuk basması
- Baş dönmesi
- Ağızda kuruluk yaşama
- Karıncalanma
- Halsizlik

Yukarıda sayılan belirtilerin çocuklar da ve yetişkinlerde benzer olmasına rağmen çocuk ve yetişkinlerde kaygının kaynağı ile düşünce yapısı farklı olabilmektedir. Çocuklarda normal gelişim evreleri içinde kimi endişe ve korkular baş gösterebilir. Bunlar genellikle kısa sürmektedir ve çocuğun gündelik hayatını sekteye uğratacak kadar şiddetli durumlar değildir. Ancak eğer bu endişe ve korkular tahmin edilen süre içinde geçmiyorsa ve korkular ile endişelerin şiddeti artarak devam ediyor ise anksiyeteden söz etmek mümkündür. Çocuklarda sık görülen kaygı bozuklukları şöyledir (Özmen, 2018: 1-2):

Ayrılık kaygısı: Çocuğun bakımı ile ilgilenilen bireyden ya da bireylerden uzaklaşması ve onların kendini terk edeceği veya bir daha onları göremeyeceğinden korkmasıdır. Çocuk böylesine endişe duyduğu bireylerden kısa süreliğine bile ayrıldığında aşırı bir tepki gösterir, okula gitmeden kaçar ve bağlı olduğu bireyden ayrıldığında ise öfke ile ağlama nöbetlerine yakalanır.

Okul Fobisi: Oldukça kuvvetli bir endişe ile çocuğun okula gitmek istememesi veya bu konuda isteksiz olmasıdır. Aslında okul fobisi çocuğun okula giderken annesinden ayrılmaya karşı vermiş olduğu bir tür ayrılma korkusuna bağlı olarak gelişmektedir. Bunun yanı sıra çocuğun eğer okulla ilgili olumsuz tecrübeleri veya önyargıları da varsa bu fobi gelişecektir.

Sınav kaygısı: Sınavdan önce veya sınav esnasında meydana gelen bu kaygının temel kaynağı bireyin performans ve başarısına bağlı bir biçimde hayata geçireceği olası başarısızlıkla alakalı negatif davranış, düşünce ve duygulardır. Çocuk, sınav sonucunda kendini başarısız olarak değerlendireceğini düşünmektedir ve başkalarının da böyle düşüneceğinden korkmaktadır.

Özgül fobiler: Çocuğun belli kimi nesnelere ya da durumlara karşı aşırı bir korku duyması durumudur. Bu tarz kaygıların pek çok çeşidi olabilmektedir (Yükseklik/karanlık korkusu, bir hayvandan korkma vb.). Çocuk bunlarla karşılaştığında aşırı ağlama, terleme, titreme gibi tepkiler verebilmektedir.

Yaygın kaygı bozukluğu: Çocuk birden pek çok konuda devamlı olarak endişeli, kaygılı ve gergin olmaktadır. Yani çocuk aynı anda anne-babasının sağlığı, ders notları, TV’de gördükleri olumsuz şeyler gibi pek çok endişeyi aynı anda yaşayabilir. Böyle bir kaygı bozukluğu olan çocuklar her zaman her şeyin en kötüsünü düşünmektedir.

Sosyal kaygı: Sosyal kaygı, bir çocuğun sosyal etkileşim sürecini etkileyen başlıca etmenlerden biridir. Bir çocuğun emosyonel gelişimi bakımında sosyal ilişkileri temel öneme sahiptir. Çocuğun doyurucu bir biçimde toplumsal ilişkiler yaşaması ileri yaşamında kişiler arası ilişkilerinde ve akademik başarısında uyum içerisinde olmasına neden olacaktır (La Greca ve Stone, 1993: 22).

Bu bilgilerden yola çıkarak çocuğun gelişiminin dikkatle izlenmesinin çok önemli olduğunu söylemek yanlış olmayacaktır. Ev yaşamında ebeveynler, okul hayatında öğretmenleri devamlı olarak çocukların kaygı düzeylerini ve gelişimsel özelliklerini incelemelidir. Çocuklara yapabileceklerinin üzerinde sorumluluk verilmemeli ancak anne-baba çocukların görevlerini de üstlenmemelidir, onlara fırsatlar sunmalıdır. Tam tersi bir durumda çocukta özgüven eksikliği yaşandığı için

kendine yetmeme ve başarısızlık duygusu çocukta pek çok psikopatoloji ile sonuçlanabilir.

Başka bir önemli nokta ise, anksiyetik bir durum yaşayan çocuğun yaşadıkları küçümsenmemelidir. Çocuğa içinde bulunduğu durum uygun bir dille açıklanarak kaygı seviyesi azaltılmaya çalışılmalıdır. Anne-babalar gerekli gördükleri zamanla uzmanlardan yardım istemelidir.

### **2.3.2. Anksiyeteyi Açıklayan Kuramlar**

#### **2.3.2.1. Anksiyetede Psikanalitik Kuram**

Psikanalitik kuram modern psikoterapi tarihini başlatarak, bir bireyin duygusal tepkileri, biyolojisi tarafından belirlenen dinamikleri inceleyip kuramını biyolojik kökenli cinsellik ve saldırganlık içgüdüleri ile davranışsal ve ruhsal tepkileri açıklamada önemli etkene sahiptir (Türkçapar, 2011: 8).

Anksiyetenin psikanalitik teorileri Freud ile başlamıştır ve uygulamalı klinik ortamlarında devam etmektedir. Freud'un anksiyete ile ilgili iki teorisi bulunmaktaydı. Ona göre anksiyete günlük bir fenomen ve nevrozları açıklama olarak ikiye ayrılmaktadır.

Psikanalitik kuram bilinç ve ürünlere fazla önem vermemektedir ve ona göre insan kontrol edemediği kimi gizli güçlerin kurbanıdır ve güçler de bilinçaltının sadece görünen bir kısmıdır. Anksiyete bilinçaltı savunma ve fantezileri ile yakından ilişkili bir kavramdır. Gündelik kaygı, gerçek oluşumları gösteren gerçekçi bir endişedir ve genellikle endişe değil de korku olarak isimlendirilmektedir. Depresyon ve anksiyete gibi yoğun duyguları yansıtan psikopatolojik durumların netlik kazanmasında ve duygulara ket vurulmasında etkili olmaktadır. Çoğunlukla hoş olmayan hisler, içgüdüsel baskılar ve tam ifadeye karşı olmaya yönelik içsel hale getirilmiş sosyal normlar olduğunu kendini göstermektedir (Kuzucu, 2006: 237). Gündelik kaygı, nedensizlik, sinirsel anksiyete, panik atak ya da fobik olma şekillerini alabilmektedir (Strongman, 1995: 4). Sinyal anksiyete olarak da isimlendirilen bu durumda özetle ego tehlikeli olarak tanımladığı durumlara karşı bireyi uyarmak için minik oranlarda anksiyete üretmektedir. İkinci olan anksiyete ise travmatik anksiyetedir. Nevrotik ya da travmatik anksiyetede ego, güçlü cinsel ve



saldırğan dürtülerce duygusal olarak ezildiği için kontrolü kaybetmektedir (Almond, 2007: 193).

Freud'a göre nevrotik anksiyete 3 biçimde görülmektedir. Bunlardan ilki bağlantısız anksiyetedir. Birey, o anda meydana gelebilecek herhangi bir duruma bağlanmaya hazır genel bir kaygı durumu yaşamaktadır. Böyle bir anksiyeteyi yaşayan birey sürekli olarak karamsar ve korku içindedir. Bu anksiyetede ego, yeterli olmayan baskı mekanizması haricinde genellikle savunmasız olmaktadır ve durum da bireyin devamlı olarak tedirgin ve gergin olmasına neden olmaktadır. Anksiyeteye sahip bir birey, diğer bireylerle olan ilişkilerinde aşırı derecede duyarlıdır, ilişkilerinde kendini yetersiz hisseder ve zamanla çöker. Hata yapmaktan korktuğu ve tam olarak dikkatini veremediği için de karar vermek ona çok zor gelmektedir. Bireyin özellikle omuz ve boyun bölgelerinde kas gerilmesi yaşanır, uyku güçlüğü yaşar, kötü rüyalar görür ve sık idrar yapar. Bunun haricinde sürekli olarak terlemektedir, avuç içleri ıslak ve soğuk olmaktadır. Daha kötü bir senaryoda kan basıncı ve nabızı sürekli olarak hızlanabilir ve kalp çarpıntılarını yaşayabilir (Gençtan, 2006: 55-57).

Anksiyeteli birey, işleri yolunda da gitse kaygılıdır. Belirsiz olan kaygılar ve genel duyarlılığı devamlı sıkıntılı ve tedirgin olmasına ve hiçbir şeye karşı umut duymamasına neden olmaktadır. Zar zor bir karar verebilmesi de bu kararın neticesi, yapmış olabileme ihtimali olan hatalar ve bu hataların doğuracağı negatif sonuçlar üzerinden yine kaygı duymaya devam etmektedir. Birey bir sorununu ortadan kaldırdığı anın hemen ardından yeni bir sorun üretir ve en sonunda çevresindekiler de bu durumda sıkılmaya başlar.

Nevrotik anksiyetenin ikinci türü fobik anksiyetedir. Bu anksiyetede bireyler belli bir nesne veya duruma yoğun bir korku beslerler. Dışarıdan o bireye bakan biri için o tepkinin yoğunluğu, tehdit sayılan duruma oranla gereksizdir. Pek çok kişinin yetişkin olmasına karşı karanlık, kimi hayvanlardan korkma, gök gürültüsü gibi durumlardan korkması bu tarz anksiyeteye örnektir.

Nevrotik anksiyetenin son türü paniktir ve anksiyete nöbetleridir. Böylesi durumlarda korkuya neden olan ve tehdit içeren durumla hiçbir bağlantı bulunmamaktadır. Çoğunlukla birkaç saniyeden birkaç saate kadar çıkabilen panik

dönemleri şekilde kendini göstermektedir. Bireyde aniden ortaya çıkan bu tarz nöbetlerde soluk almada güçlük, aşırı terleme, çarpıntı, bayılma, baş dönmesi, el ve yüzde soğuma, mide ve göğüste ağrı hissetme ve ölüme yaklaşma hissi görülmektedir. Bu kötü duygular hem bireyin kendisine hem de çevresine panik yaratmaktadır (Gençtan, 2006: 57-61).

Freud'a göre psikoseksüel gelişim evrelerinde başarısız bir durumun olması anksiyete semptomu biçiminde kendi gösterecek bir fiksasyon ile sonuçlanmaktadır. her evrede olması beklenen farklı bir gelişim görevi olması nedeni ile bu evreler ile ilişkilendirilen anksiyeteler de birbirinden farklı olmaktadır. Eğer savunma mekanizmaları anksiyete tezahürlerini olması gerektiği kadar engelleyemezse semptomlar su yüzüne çıkar ve anksiyete birey için bir sorun haline gelir (Sweeney ve Pine, 2004). Nevrotik temeli olan sorunlu davranışlar (hırsızlık, sinir tiki ya da altını kirletme gibi) anksiyete tepki olarak doğmaktadır (Wolff, 2009: 317).

Psikodinamik bir perspektiften bakıldığında birey dıştan ya da içten gelen tehlike unsurlarını denetim altına alamadığı zaman anksiyeteye yakalanmaktadır. Freud daha sonra iki anksiyete türüne ahlak anksiyetesi olarak bir üçüncüsünü eklemiştir (Gençtan, 2006: 60). Ahlaki anksiyete egoda suçluluk ya da utanç duygusu yaratmaktadır. Bilhassa, süperegonun vicdan olarak bilinen bölümünün tehlikeli gördüğü durumlarda kendini göstermektedir. Vicdan, ebeveyn otoritesinin içerikleşmiş bir hali olarak benlik hayallerinin veya kusursuz olmaya yönelik beklentilere uygun olmayan eylem ve fikirler yüzünden, egoyu cezalandırmakla tehdit etmektedir. Ahlaki anksiyetenin temelinde çocukluk yıllarında bireylerin yaşadığı cezalandırıcı ebeveyn ile sembol haline gelen gerçek ve nesnel bir korku bulunmaktadır. Çocukluktan yetişkinliğe gidilen zamanda, anne-babanın değer yargılarını birey giderek içsel hale getirerek onları ruhsal aygıtının bir parçası olarak düşünmektedir. Gerçeklik anksiyetesinden farklı olarak ahlaki anksiyeteden birey kaçamaz.

Psikanalitik kuramcılardan biri olan Karen Horney'e göre algılanan tehlikeler veya kaygıya karşı verilen bir tepki olmakla birlikte anksiyete çok güçlü bir güdüleyicidir. Freud'un aksine Honey, kaygının cinselliğin dışındaki ortamlarda da görüldüğünü savunmaktadır. Ona göre anksiyete, bakım ve koruma konusunda bireyin ebeveynine çok fazla bağımlı olduğu çocukluk döneminde çok fazladır.

Çünkü bu dönemlerde eğer çocuğun gereksinimleri karşılanmazsa içsel savunmalar devreye girecektir (Morris, 2002: 463).

### 2.3.2.2. Anksiyetede Bilişsel Kuram

Anksiyetede bilişsel kuramlar sosyal anksiyete teorileri çevresinde toplanmıştır. Bu kurama göre sosyal anksiyete bozukluğunun devamı için bilişsel süreçler çok önemli bir rol oynamaktadır (Rape ve Richard, 1997: 750).Bireylerde anksiyete bozukluğunun yaşanmasının temel taşı benlik sunumu modeli meydana getirmektedir.

Bahsi geçen model çevresinde birey, etrafındakiler üzerinde kusursuz bir izlenim bırakmak için çaba harcarken aynı zamanda kusursuz izlenim bırakmak için yetersiz olduğunu düşünmektedir. Kabiliyetlerinin bu izlenimi bırakmaya yetmeyeceğinin düşüncesi, girişimde bulunacağı tüm konularda faaliyetlerin kendi için olumsuz sonuçlar meydana getireceği ve bununla birlikte de konumunun negatif etkileneceğini ve reddedilmesine sebep olacağına dair düşüncelere sahip olmaktadır (Crozier ve Alden, 2001: 12).



Şekil 2.4. Bilişsel Model<sup>5</sup>

<sup>5</sup> Akbal, 2015: 15'ten uyarlanmıştır.

Şekil 2.4'ten de görülebileceği gibi sosyal anksiyete bozukluğu oran bireyler sosyal bir ortama girdikleri anda dikkatlerini detaylı bir izleme ve gözlemeye kaydırırlar. Birey, bu hareketli ile kendine dair iyi bir izlenim oluşturabilmek için bilgi üretmektedir.

Sosyal anksiyete bozukluğu yaşayan bireyler reddedilme riskini azaltabilmek için türlü güvenlik davranışlarından yararlanırlar. Bu hareketler, bireylerin korkulan neticeleri ve inançlarını eleştirel bir biçimde değerlendirmelerinin önüne ket vurmaktadır. Sosyal anksiyete bozukluğu yaşayan bireylerde kaygıdan kaynaklı bir performans açığı yaşanmaktadır. Sosyal bir olayın öncesi ve sonrası, bilişsel model, sosyal anksiyeteye sahip bireylerin geçmişlerinde yaşadıkları başarısızlıklar, kötü performans, olumsuz imajlar ve reddediş tahminlerinin karmaşık bir hali bireyin üstüne kara bir bulut gibi çökmektedir.

Bilişsel model, yukarıda bahsi geçen olumsuz benlik algısının ve endişeli hislerin bellekte güçlü bir biçimde kodlandığını varsaymaktadır. Bu sebeple bilişsel model, sosyal olayların olasılık ve maliyet tahminlerinin önyargılı bir biçimde olduğunu savunmaktadır (Foa ve ark. 1996: 433).

Model, sosyal kaygı bozuklarının yorumlama süreçlerinin rolünün çok önemli olduğunu söylemektedir. Sosyal durumlar yargılamaya alınırken yanlılık bireylerde belirgin biçimde gözlemlenmektedir. Bilişsel model benliğin yanlı olduğunu da kabul etmektedir; çünkü sosyal kaygı bozukluğuna uğrayan bireyler olumsuz benlik algılarına karşın bir bellek önyargısı meydana getirirler.

Bunun yanı sıra model, materyallerin kamuya açık bir biçimde özdeş hale getirilmesi gerektiğinin de önemini vurgulamaktadır. Aynı zamanda sosyal kaygı bozukluğuna sahip olan bireylerin, sosyal bakımdan tehlikeli olabilecek bilgileri hatırlama imkanlarının da yüksek olduğunu savunmaktadır. Daha açık bir ifade ile bireyler her zaman geçmişe yönelik başarısızlıklarını en çok hatırlamaktadır (Hoffman ve ark. 2004: 197-198).

Bilişsel modelde sosyal kaygı bozukluklarının temelini benlik sunumu modeli meydana getirmektedir. Birey çevresindekiler üstünde kusursuz bir izlenim bırakmak isterken diğer bir yandan da yetersiz olduğunu düşünmektedir. Bilişsel davranışçı

sosyal kaygı bozukluğu modeline bakıldığında öz odaklı olan ilgide azalma, dışsal olan dikkat odağında ise sabit kalma görülmektedir (Wells ve ark. 1995: 153).

### 2.3.2.3. Anksiyetede Davranışçı Kuram

Davranışçılığın hareket noktasını davranış bilimleri araştırmaları ile laboratuvarda yapılan deneyler meydana getirmiştir. Bu kuram aslında psikanalize bir tepki olarak doğmuştur. Kuram, bilimin gözlenebilir nitelikte olanı baz alması ilkesine dayanmaktadır ve ruh biliminin içsel süreçlerden ziyade gözlenen ve ölçülen insan hareketlerini incelemesi gerektiğini savunmaktadır.

Davranış kuramcılarının göre birey, dünyaya geldiği anda zihni boş bir levha gibidir ve öğrenme sonucunda topladığı deneyimler ile davranışlarını kazanmaktadır. Bu kurama göre fizyolojik tepkiler ve davranışlardan meydana gelen bireyin bilinçli olan zihinsel süreçlerinin ya da bilinçdışı olan süreçlerinin ve savunma düzeneklerinin ne olduğunun bir önemi bulunmamaktadır (Türkçapar, 2011: 13- 14).

Bu kuramda ürün ve bilinçlerin bir önemi yoktur. Kurama göre önemli olan uyaran-tepki ve öğrenme yaşantılarıdır. Ana psikoloji akımları anksiyeteyi dikkatle inceleyip, merkeze koyarken, davranış kuramcılarının anksiyeteden ziyade duygu üzerinde durmuşlardır. Bunun başlıca sebebi davranış kuramcılarının anksiyeteyi teknik bir biçimde tanımının yapılamadığı belirsiz metaforik bir kavram olarak görmelerinden kaynaklanmaktadır (Friman, Hayes ve Wilson, 1998: 137-138).

Kurama göre uyaran ile çevre ilişkisi öğrenme bağlamı çerçevesinde incelenmektedir. Şayet birey kaçma ya da kaçınma davranışında bulunuyorsa bu mekanizmayı ortaya koyan dışsal uyarıcılar bulunmaktadır. Pavlov'un elde ettiği bulgulardaki klasik koşullanma paradigması ile bireydeki duygusal davranış ve korku kuramsal olarak yorumlanmıştır ve fobilerin hepsi koşullanan kaygı tepkileri olarak görülmüştür. Kompleks ya da basit olan herhangi bir nötr uyarıcı, zaman geçtiğinde korku tepkisini meydana getiren şartlı bir uyarıcıya dönüşmektedir (Gray ve McNaughton, 2003: 88).

Bilimsel analiz içinde duygu, Skinner'ın görüşüne göre gereksinim duyulan açılımı verse de vurguladığı noktanın doğrudan şartlanma olması ile sınırlı bir hale gelmiştir. Skinner'e göre bu durum, elektrik şokunun öncesindeki zile basmak

gibidir. Yani bireyin davranışını anksiyetenin varlığı değiştirmez; davranışın bu hissini meydana getiren engelleyici şartlar değiştirmektedir. Davranış ile duygularda yaşanan değişme ortak bir sebebe dayalıdır; ancak duygular, davranışın teori ve pratik kısmında fonksiyonel bir önemde değildir (Friman ve ark. 1998: 138).

Bunun yanı sıra anksiyetenin davranışsal analizi açısından incelemeye alınması güçlü metodolojiler ve tutarlı bir teorik çerçeve vardır. Ancak tüm dünya çapında anksiyetenin davranışsal-analitik bir pencereden deneysel olarak analizini yapan yerler oldukça azdır (Dymond ve Roche, 2009: 18). Anksiyete ile başa çıkmada kullanılan davranışçı teknikler ve onların etkisi, bilişsel-davranışçı terapinin davranışçı kurama dayalı bu tekniklerini kendi ekolüne entegre etmesine yardımcı olmaktadır.

### **2.3.3. Anne-Baba Ayrılığı ve Anksiyete Üzerine Yapılan Araştırmalar**

Türkiye’de çocuk ile ergenlerde, direkt olarak anksiyete duyarlılığını belirlemeye yönelik bir araştırma bulgusu bulunmamaktadır; ancak anksiyetenin kimi değişkenlerle olan ilişkisini inceleyen araştırma bulguları vardır.

Wallerstein ve Kelly (1980) yapmış oldukları çalışmada 2-18 yaş arasındaki çocukların boşanma ve kaygı ilişkisini incelemiştir. Araştırmanın sonucuna göre kaygı ile boşanma doğru orantılı iken, kaygı çocuklarda psikolojik rahatsızlıklara neden olmaktadır; ancak sonrasında azalmaktadır.

1986 yılında Kozacıoğlu’nun çocuklardaki hiperaktivite bozukluğu ve dikkat eksikliğiyle anne-babanın tutumu arasındaki ilişkiyi incelediği çalışmasında anne-babanın olumsuz tutum sergilemesinin çocuklardaki hiperaktiviteyi arttırdığı ve dikkat eksikliğine neden olduğu bulgusuna varılmıştır.

2000 yılında Küçükkendirci’nin Konya’da 7. sınıfa giden 7602 öğrenci üzerinde yapmış olduğu çalışmada boşanmış ailenin çocuğu olmakla depresyon arasındaki ilişki incelenmiştir. Araştırma sonucuna göre annesi ölen ya da boşanmış ailelerin çocuklarının depresyon ve kaygı düzeyinin diğer çocuklara göre çok daha fazla olduğu sonucuna varılmıştır.

Erkan'ın 2002 yılında boşanmamış da olsa, anne-baba tutumları ile sosyal kaygı arasındaki ilişkisini inceleyen çalışmasında, aile içi çatışmalar ve bu durumun çocuklara yansımaları sonucunda sosyal kaygının oluştuğu gözlemlenmiştir.

Kapçı'nın 2004 yılında yapmış olduğu çalışmada çocukların zorbalığa maruz kalma durumları ile boşanmış ailelerinden olma ilişkileri incelenmiştir. Araştırmanın sonuçlarına göre boşanmış ailelerin çocukları daha çok içine kapanık olduğu için daha fazla zorbalığa maruz kalmaktadırlar.

Karakuş'un çalışmasında İzmir'deki bir ilkokulda okuyan ve anne babası boşanmış olan 117, anne babası boşanmamış olan 127 çocuk arasında yapılan karşılaştırma sonucunda boşanmış ve boşanmamış çocuklar arasındaki kaygı durumunda bir farklılık olmadığı tespit edilmiştir.

Öztürk'ün (2006) anne-babası boşanan ve boşanmayan 9-13 yaşlarındaki çocukları kaygı seviyeleri ile öz saygısı arasındaki ilişkinin incelendiği araştırmaya 308 öğrenci katılmıştır. Araştırmanın sonuçlarına göre ailesi boşanan çocukların kaygı düzeyleri daha yüksek çıkmıştır.

Ereymiş ve arkadaşlarının 2009 yılında yaptığı çalışmada çocukların ayrılma anksiyetesi ile annelerin mizaçlarının özellikleri arasındaki ilişki incelendiğinde ayrılma anksiyetesi yaşayan çocukların annelerinin mizaçlarının daha sert olduğu gözlemlenmiştir.

### **3. YÖNTEM**

#### **3.1.Çalışmanın Amacı ve Tipi**

Bu çalışma nicel verilere dayalı olarak genel tarama modelinde tasarlanmıştır. Tarama modelleri, geçmişte ya da halen var olan bir durumu olduğu haliyle değiştirmeden tasvir etmeyi hedefleyen araştırma yaklaşımlarıdır. İncelenmekte olan olayın gerçek tanığı tarafından elde edilen birincil veriler kullanılacaktır.

#### **3.2.Çalışmanın Yeri ve Zamanı**

Bu çalışma İstanbul İlinde Esenyurt ilçesinde 02/01/2019-30/04/2019 tarihleri arasında yapılacaktır.

#### **3.3.Çalışmanın Evreni ve Örneklemi**

Bu çalışmanın evrenini İstanbul İlinde Esenyurt ilçesinde yaşayan 9-12 yaş aralığındaki ailesi parçalanmış çocuklar oluşturmaktadır. Çalışmanın örneklemi, Esenyurt Sosyal Hizmet Merkezi'ne 01.01.2019-30.04.2019 tarihleri arasında sosyal ve ekonomik destek talebi ile başvuran ailelerin çocuklarından çalışmaya gönüllü olan 426 çocuk tarafından oluşturulmuştur.

#### **3.4.Veriler Toplama Araçları**

Araştırma veri toplama aracı sosyo-demografik bilgi formu, çocuklar için Süreklilik Kaygı Durumu Ölçeği ve Çocuklar için Depresyon Ölçeğinden oluşmaktadır. İlk bölümde katılımcı bireylerin demografik özelliklerini tespit etmek amacıyla oluşturulan sosyo-demografik bilgi formu bulunmaktadır. İkinci bölümde ise Sürekli Kaygı Ölçeği yer almaktadır ve ölçek kaygı yatkinliğinin yanı sıra kalıcı bireysel farklılıkları ölçmeyi hedefler. Ölçek toplam 20 maddeden oluşmaktadır. Çocuğun genellikle nasıl hissettiğini oluş sıklığını göre değerlendirmektedir.



Ölçekten alınacak puanlar 20-60 puan arasındadır, puanların artışı sürekli kaygıdaki artış ifade etmektedir. Türkçe geçerlilik ve güvenirlik çalışması Özusta (1995) tarafından yapılmıştır. Üçüncü bölümde Çocuklar için Depresyon Ölçeği (CDI) yer almakta ve Çocuklar için Depresyon Ölçeği çocuklardaki depresyon düzeyini belirlemek amacıyla Kovacks (1981) tarafından geliştirilmiştir. Beck Depresyon Ölçeğini temel alınarak hazırlanan bu ölçekte, çocukluk depresyonu ile ilgili okul durumu ve arkadaş ilişkileriyle ilgili maddeler de yer almaktadır. 1990'da Öy tarafından Türkçe'ye uyarlanmıştır. Ölçeğin iç tutarlık katsayısı 0.86 ve test- tekrar test güvenirliği 0.72 olarak bulunmuştur. Çocuklar için Depresyon Ölçeği bir öz bildirim ölçeğidir. 6-17 yaş arası çocuk ve ergenlere uygulanabilir. Ölçeğin puanlarının çocukluk depresyonu derecelendirme ölçeği puanları ile korelasyonu .61 olarak bulunmuştur. Bu ölçek 27 maddeden oluşmakta, her madde sıfır ile iki puan arasında değerlendirilmektedir. Sorulara verilen cevapların skorları toplanarak 0-54 arasında toplam puanlar elde edilmektedir. Toplam puanın yüksek oluşu depresyon düzeyinin yüksekliğini göstermektedir. Kesim noktası 19'dur ( 19 ve üzeri depresyonu gösterir) (Kovack, 1981; Öy, 1991).

### 3.5. Veri Toplama Yöntemi

Bu çalışmada, araştırmaya gönüllü olarak katılan bireylerden veri toplama yöntemi olarak Sosyodemografik bilgi formu, Çocuklar için Süreklilik Kaygı Durumu Ölçeği ve Çocuklar için Depresyon Ölçeğinden oluşan anket formu uygulanacaktır..

### 3.6. Veri analizi

Demografik değişkenler için frekans, yüzde değerleri verilmiştir.

Çocuklar için Anksiyete ve Depresyon Ölçeklerine ilişkin ortalama, standart sapma, medyan, minimum ve maksimum değerleri verilmiştir.

Çocuklar için Anksiyete ve Depresyon Ölçeklerinin normal dağılım sınaması Kolmogorov Smirnov testi ile yapılmıştır.

Çocuklar için Anksiyete ve Depresyon Ölçeklerinin iki grup karşılaştırılmalarında Mann Whitney U testi, ikiden fazla grup karşılaştırmalarında ise Kruskal Wallis H testi kullanılmıştır.

Anlamalı farklılığın kaynağını tespit etmek amacıyla Bonferroni düzeltmeli Dunn Çoklu Karşılaştırma testi kullanılmıştır.

Çocuklar için Anksiyete ve Depresyon Ölçeklerinden elde edilen veri setinin güvenilirliği için Cronbach Alfa katsayısı kullanılmıştır.

$P < 0,05$  istatistiksel olarak anlamlı kabul edilmiştir.

Analizler SPSS 23 (Statistical Package for the Social Sciences) paket programı ile yapılmıştır.

#### 4.BULGULAR

**Çizelge 4.1: Katılımcı Çocukların Demografik Bilgilerine İlişkin Dağılım**

	n	%
<b>Yaş</b>		
9 yaş	86	20,19
10 yaş	105	24,65
11 yaş	114	26,76
12 yaş	121	28,40
<b>Cinsiyet</b>		
Kız	182	42,72
Erkek	244	57,28
<b>Eğitim Durumu (Sınıf)</b>		
3. sınıf	86	20,19
4. sınıf	101	23,71
5. sınıf	118	27,70
6. sınıf	121	28,40
<b>Kiminle yaşıyorsunuz?</b>		
Anne	317	77,13
Baba	64	15,57
Babaanne-dede	30	7,30
<b>Evde yaşayanlar</b>		
Anne	55	13,38
Anne ve anneanne	38	9,25
Anne ve kardeşler	146	35,52
Anne, üvey baba ve kardeşler	78	18,98
Babaanne ve dede	26	6,33
Baba, üvey anne ve kardeşler	45	10,95
Baba ve kardeşler	23	5,60

Yapılan analiz sonucunda katılımcı çocukların %28,40'ının 12 yaşında olduğu, %57,28'inin erkek olduğu, %28,40'ının 6.sınıf düzeyinde eğitim gördüğü,

%77,13'ünün annesiyle yaşadığı ve %35,52'sinin evde annesi ve kardeşleriyle yaşadığı tespit edilmiştir.

**Çizelge 4.2: Katılımcı Çocukların Anne ve Babalarının Bilgilerine İlişkin Dağılım**

	n	%
<b>Anne</b>		
Hayatta	353	82,86
Vefat etti	73	17,14
<b>Annenin Ölüm Yılı</b>		
1-2 yıl	21	27,27
3-5 yıl	19	24,68
5 yıl üzeri	37	48,05
<b>Baba</b>		
Hayatta	322	75,59
Vefat etti	104	24,41
<b>Babanın Ölüm Yılı</b>		
1-2 yıl	41	39,42
3-5 yıl	34	32,69
5 yıl üzeri	29	27,88
<b>Anne ve Babanın Ayrılık Yılı</b>		
1-2 yıl	148	36,10
3-5 yıl	98	23,90
5 yıl üzeri	164	40,00
<b>Anne ve Babanın Ayrılık Nedeni Biliniyor mu?</b>		
Biliniyor	208	48,83
Bilinmiyor	218	51,17
<b>Anne ve Babanın Ayrılık Nedeni</b>		
Vefat	141	64,09
Şiddetli Geçimsizlik	40	18,18
Aldatma	23	10,45
Anne Veya Babanın Evi Terk Etmesi	16	7,27

Yapılan analiz sonucunda katılımcı çocukların %17,14'ünün annesinin vefat ettiği ve annesi vefat eden çocukların %48,05'inin annesinin 5 yıl ve üzeri öncesi vefat ettiği, %24,41'inin babasının vefat ettiği ve babası vefat eden çocukların %39,42'sinin babasının 1-2 yıl önce vefat ettiği tespit edilirken, %40'ının 5 yıl ve üzeri yıl önce anne ve babasının ayrıldığı, anne ve babası ayrılan çocukların %48,83'ünün bu ayrılığın nedenini bildiği ve ayrılığın nedenini bilen çocukların %64,09'unun bu ayrılığın nedeninin vefat olduğunu belirttiği tespit edilmiştir.

**Çizelge 4.3: Katılımcı Çocukların Üvey Anne, Üvey Baba ve Üvey Kardeş Bilgilerine İlişkin Dağılım**

	n	%
<b>Üvey anne var mı?</b>		
Var	195	45,77
Yok	231	54,23
<b>Üvey baba var mı?</b>		
Var	111	26,06
Yok	315	73,94
<b>Üvey kardeş var mı?</b>		
Var	172	40,38
Yok	254	59,62
<b>Üvey Kardeş Sayısı</b>		
1-2 kardeş	74	44,05
3-5 kardeş	55	32,74
5 kardeş üzeri	39	23,21

Yapılan analiz sonucunda katılımcı çocukların %45,77'sinin üvey annesinin olduğu, %26,06'sının üvey babasının olduğu, % 40,38'inin üvey kardeşinin olduğu ve üvey kardeşi olan çocukların %44,05'inin 1-2 kardeşe sahip olduğu tespit edilmiştir.

**Çizelge 4.4: Katılımcı Çocukların Ailesindeki Hastalık Öyküsü Varlık Durumu Bilgilerine İlişkin Dağılım**

	n	%
<b>Ailede Psikiyatrik Hastalık Öyküsü olan var mı?</b>		
Var	40	9,39
Yok	386	90,61
<b>Psikiyatrik Hastalık Öyküsü var ise nedir?</b>		
Bipolar	6	18,18
Borderline	4	12,12
Depresyon	7	21,21
OKB	4	12,12
Şizofreni	12	36,36
<b>Ailede Kronik hastalığı olan var mı?</b>		
Var	49	11,50
Yok	377	88,50
<b>Kronik hastalığı var ise nedir?</b>		
Astım	12	26,67
Kalp	19	42,22
Koa	7	15,56
Şeker	7	15,56

Yapılan analiz sonucunda katılımcı çocukların %90,61'inin ailesinde psikiyatrik bir hastalığın olmadığı, %9,39'unun ailesinde psikiyatrik bir hastalığın olduğu ve ailesinde psikiyatrik hastalık olan çocukların %36,36'sının ailesinde şizofreni hastalığının olduğu tespit edilirken, %88,50'sinin ailesinde kronik hastalığı olan birinin olmadığı, %11,50'sinin ise ailesinde kronik rahatsızlığı olan bireylerin olduğu ve bu bireylerin %42,22'sinin kalp rahatsızlığının olduğu tespit edilmiştir.

**Çizelge 4.5: Çocuklar için Anksiyete ve Depresyon Ölçeklerine İlişkin Güvenilirlik Analizi**

	Cronbach's Alfa	N
Anksiyete Ölçeği	0,832	20
Depresyon Ölçeği	0,688	27

Tablo 5'te Çocuklar için Anksiyete ve Depresyon Ölçeklerine ilişkin cronbach's alfa güvenilirlik analizleri verilmiştir. Yapılan analiz sonucunda her bir alt boyut iç tutarlılık analizleri açısından aşağıdaki sınırlara göre değerlendirildiğinde, Depresyon genel düzeyinin 0,688 ile oldukça güvenilir olduğu, Anksiyete genel düzeyinin 0,832 ile yüksek derecede güvenilir olduğu tespit edilmiştir.

Cronbach's alfa katsayısına göre ölçeğin güvenilirlik sınırları aşağıdadır. (Özdamar, 1999)

$0.00 < \alpha < 0.40$  ise ölçek güvenilir değildir.

$0.40 < \alpha < 0.60$  ise ölçek düşük güvenilirliktedir.

0.60 <  $\alpha$  < 0.80 ise oldukça güvenilirdir.

0.80 <  $\alpha$  < 1.00 ise ölçek yüksek derecede güvenilirdir.

**Çizelge 4.6: Çocuklar için Anksiyete ve Depresyon Ölçeklerine İlişkin Tanımlayıcı İstatistikleri**

	N	$\bar{X}$	S.S	Medyan	Minimum	Maksimum
Anksiyete Ölçeği	426	43,44	6,68	44,00	28,00	60,00
Depresyon Ölçeği	426	29,48	6,19	30,00	17,00	43,00

Yapılan analiz sonucunda anksiyete genel düzeyinin 43,44 ortalamaya sahip olduğu, ölçekten alınan en düşük puanın 28, en yüksek puanın ise 60 olduğu, depresyon genel düzeyinin ortalamasının 29,48 olduğu, ölçekten alınan en düşük puanın 17 olduğu ve en yüksek puanın ise 43 olduğu tespit edilmiştir.

**Çizelge 4.7: Çocuklar için Anksiyete ve Depresyon Ölçeklerinin Normallik Dağılımı**

	Kolmogorov-Smirnov <sup>a</sup>		
	İstatistik	Sd	p
Anksiyete Ölçeği	,136	426	,000
Depresyon Ölçeği	,138	426	,000

Anksiyete ve Depresyon düzeyinin normal dağılım sergileyip sergilemediğini tespit etmek amacıyla Kolmogrov-Smirnov testi uygulanmıştır. Uygulanan analiz sonucunda Anksiyete düzeyinin (p=0,000) ve Depresyon düzeyinin (p=0,000) normal dağılım sergilemediği tespit edilmiştir. Normal dağılım sergilemeyen düzeylere parametrik testler uygulanmıştır.



**Çizelge 4.8: Yaşa göre Anksiyete ve Depresyon Ölçeklerinin Karşılaştırılması**

	Yaş	n	$\bar{X}$	s.s	$x^2$	Sd	p
ANKSİYETE	9 yaş	86	44,35	7,59	26,700	3	0,000
	10 yaş	105	45,42	5,36			
	11 yaş	114	43,77	6,27			
	12 yaş	121	40,78	6,61			
DEPRESYON	9 yaş	86	29,49	5,81	5,708	3	0,127
	10 yaş	105	30,07	6,43			
	11 yaş	114	29,78	6,75			
	12 yaş	121	28,69	5,68			

Katılımcı çocukların yaşına göre Anksiyete ve Depresyon Ölçeklerinin farklılaşp farklılaşmadığını tespit etmek amacıyla Kruskal Wallis H testi uygulanmıştır. Uygulanan bu analiz sonucunda Anksiyete ( $x^2_3=26,700$ ,  $p=0,000$ ) düzeyinin yaşa göre istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık gösterdiği tespit edilmiştir. Bu anlamlı farklılığın kaynağının tespit etmek amacıyla Bonferroni düzeltilmeli Dunn çoklu karşılaştırma testi uygulanmış ve yapılan bu ikili karşılaştırmalar sonucunda 12 yaşında çocukların ( $\bar{X}=40,78$ ) anksiyete düzeyinin, 9 yaşındaki ( $\bar{X}=44,35$ ,  $p=0,000$ ), 10 yaşındaki ( $\bar{X}=45,42$ ,  $p=0,000$ ) ve 11 yaşındaki ( $\bar{X}=43,77$ ,  $p=0,007$ ) çocuklara göre anlamlı derecede düşük olduğu tespit edilmiştir.

Depresyon ( $x^2_3=5,708$ ,  $p=0,127$ ) düzeyinin yaşa göre istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık göstermediği tespit edilmiştir. Başka bir ifadeyle farklı yaş gruplarındaki çocukların Depresyon düzeyleri birbirine benzer düzeydedir.

**Çizelge 4.9: Cinsiyete Göre Anksiyete ve Depresyon Ölçeklerinin Karşılaştırılması**

	Cinsiyet	n	$\bar{X}$	s.s	U	z	p
Anksiyete	Kız	182	43,98	7,33	20664,000	-1,228	0,219
	Erkek	244	43,04	6,13			
Depresyon	Kız	182	29,35	6,61	21872,500	-0,264	0,792
	Erkek	244	29,59	5,88			

Katılımcı çocukların cinsiyetine göre Anksiyete ve Depresyon Ölçeklerinin göre farklılaşp farklılaşmadığını tespit etmek amacıyla Mann Whitney U testi uygulanmıştır. Uygulanan bu analiz sonucunda Anksiyete (U=20664, z=-1,228, p=0,219) ve Depresyon (U=21872,5, z=-0,264, p=0,792) düzeylerinin cinsiyete göre istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık göstermediği tespit edilmiştir. Başka bir ifadeyle Kız veya erkek çocuklarda Anksiyete ve Depresyon düzeylerinin birbirine benzer düzeyde olduğu tespit edilmiştir.

**Çizelge 4.10: Anne ve Babanın Hayatta Olma Durumuna Göre Anksiyete ve Depresyon Ölçeklerinin Karşılaştırılması**

		n	$\bar{X}$	s.s	U	z	p	
Anne	Anksiyete	Hayatta	353	43,74	6,10	9682,500	-3,352	0,001
		Vefat etti	73	42,01	8,87			
	Depresyon	Hayatta	353	29,44	6,23	12693,500	-0,200	0,842
		Vefat etti	73	29,68	6,03			
Baba	Anksiyete	Hayatta	322	42,87	6,56	12024,500	-4,334	0,000
		Vefat etti	104	45,21	6,75			
	Depresyon	Hayatta	322	29,54	5,66	16162,500	-0,534	0,593
		Vefat etti	104	29,31	7,65			

Katılımcı çocukların annesinin ve babasının hayatta olma durumuna göre Anksiyete ve Depresyon Ölçeklerinin göre farklılaşıp farklılaşmadığını tespit etmek amacıyla Mann Whitney U testi uygulanmıştır. Uygulanan analiz sonucunda katılımcı çocukların Anksiyete (U=9682,500, z=-3,352, p=0,0001) düzeyinin annelerinin hayatta olma durumuna göre istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık gösterdiği tespit edilmiştir. Başka bir ifadeyle annesi hayatta olan çocukların ( $\bar{X}$  =43,74) anksiyete düzeyinin, annesi vefat eden çocuklara ( $\bar{X}$  =42,01) göre anlamlı derecede yüksek düzeyde olduğu tespit edilmiştir.

Depresyon (U=12693,500, z=-0,200, p=0,842) düzeyinin katılımcı çocukların annelerinin hayatta olma durumuna göre istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık göstermediği tespit edilmiştir. Başka bir ifadeyle annesi hayatta olan ve annesi vefat eden çocukların depresyon düzeylerinin birbirine benzer düzeyde olduğu tespit edilmiştir.

Katılımcı çocukların Anksiyete (U=12024,500, z=-4,334, p=0,000) düzeyinin babalarının hayatta olma durumuna göre istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık gösterdiği tespit edilmiştir. Başka bir ifadeyle babası vefat eden çocukların ( $\bar{X}$

=45,21) anksiyete düzeyinin, babası hayatta olan çocuklara ( $\bar{X}=42,87$ ) göre anlamlı derecede yüksek düzeyde olduğu tespit edilmiştir.

Depresyon ( $U=16162,500$ ,  $z=-0,534$ ,  $p=0,593$ ) düzeyinin katılımcı çocukların babalarının hayatta olma durumuna göre istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık göstermediği tespit edilmiştir. Başka bir ifadeyle babası hayatta olan ve babası vefat eden çocukların depresyon düzeylerinin birbirine benzer düzeyde olduğu tespit edilmiştir.

**Çizelge 4.11: Anne ve Babanın Ölüm Yıllarına Göre Anksiyete ve Depresyon Ölçeklerinin Karşılaştırılması**

	Ölüm yılı	n	$\bar{X}$	s.s	$x^2$	Sd	p
Anne	1-2 yıl	21	41,10	3,77			
	Anksiyete 3-5 yıl	19	45,84	12,12	0,267	2	0,875
	5 yıl üzeri	37	40,78	8,16			
	1-2 yıl	21	33,29	6,19			
	Depresyon 3-5 yıl	19	28,79	4,52	9,755	2	0,008
	5 yıl üzeri	37	27,70	5,55			
Baba	1-2 yıl	37	47,41	3,19			
	Anksiyete 3-5 yıl	34	43,59	10,34	3,024	2	0,220
	5 yıl üzeri	29	45,72	2,02			
	1-2 yıl	37	31,19	6,28			
	Depresyon 3-5 yıl	34	32,29	6,71	19,155	2	0,000
	5 yıl üzeri	29	23,72	7,95			

Katılımcı çocukların annesinin ve babasının hayatta olma durumuna göre Anksiyete ve Depresyon Ölçeklerinin göre farklılaşıp farklılaşmadığını tespit etmek amacıyla Kruskal Wallis H testi uygulanmıştır. Uygulanan analiz sonucunda katılımcı çocukların Depresyon ( $x^2_2=9,755$ ,  $p=0,008$ ) düzeyinin anne ölüm yılına göre istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık gösterdiği tespit edilmiştir. Bu anlamlı farklılığın kaynağının tespit etmek amacıyla Bonferroni düzeltmeli Dunn çoklu

karşılaştırma testi uygulanmış ve yapılan bu ikili karşılaştırmalar sonucunda, annesi 1-2 yıl önce vefat eden çocukların ( $\bar{X}=33,29$ ) depresyon düzeyinin, annesi 5 yıl önce ölen çocuklara ( $\bar{X}=27,70$ ,  $p=0,006$ ) göre anlamlı derece yüksek düzeyde olduğu tespit edildi.

Anksiyete ( $\chi^2_2=19,155$ ,  $p=0,000$ ) düzeyinin katılımcı çocukların anne ölüm yılına göre istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık göstermediği tespit edilmiştir. Başka bir ifadeyle annesinin ölüm yılı farklı olan çocukların anksiyete düzeylerinin birbirine benzer düzeyde olduğu tespit edilmiştir.

Katılımcı çocukların Depresyon ( $\chi^2_2=9,755$ ,  $p=0,008$ ) düzeyinin baba ölüm yılına göre istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık gösterdiği tespit edilmiştir. Bu anlamlı farklılığın kaynağının tespit etmek amacıyla Bonferroni düzeltilmeli Dunn çoklu karşılaştırma testi uygulanmış ve yapılan bu ikili karşılaştırmalar sonucunda babası 5 yıl ve üzeri yıl önce vefat eden çocukların ( $\bar{X}=23,72$ ) depresyon düzeyinin, babası 1-2 yıl önce vefat eden ( $\bar{X}=33,19$ ,  $p=0,001$ ) ve 3-5 yıl önce vefat eden ( $\bar{X}=32,29$ ,  $p=0,000$ ) çocuklara göre anlamlı derecede düşük olduğu tespit edilmiştir.

Anksiyete ( $\chi^2_2=3,024$ ,  $p=0,220$ ) düzeyinin katılımcı çocukların baba ölüm yılına göre istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık göstermediği tespit edilmiştir. Başka bir ifadeyle babasının ölüm yılı farklı olan çocukların anksiyete düzeylerinin birbirine benzer düzeyde olduğu tespit edilmiştir.

**Çizelge 4.12: Anne ve Babanın Ayrılık Yılına Göre Anksiyete ve Depresyon Ölçeklerinin Karşılaştırılması**

	Anne ve Babanın Ayrılık Yılı	n	$\bar{X}$	s.s	$\chi^2$	Sd	p
Anksiyete	1-2 yıl	148	42,91	7,09	0,119	2	0,942
	3-5 yıl	98	43,74	8,02			
	5 yıl üzeri	164	43,40	5,57			
Depresyon	1-2 yıl	148	30,89	5,67	14,796	2	0,001
	3-5 yıl	98	30,65	5,78			
	5 yıl üzeri	164	28,00	6,62			

Katılımcı çocukların anne-baba ayrılık yılına göre Anksiyete ve Depresyon Ölçeklerinin farklılaşp farklılaşmadığını tespit etmek amacıyla Kruskal Wallis H testi uygulanmıştır. Uygulanan bu analiz sonucunda Depresyon ( $\chi^2=14,796$ ,  $p=0,001$ ) düzeyinin anne-baba ayrılık yılına göre istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık gösterdiği tespit edilmiştir. Bu anlamlı farklılığın kaynağının tespit etmek amacıyla Bonferroni düzeltilmeli Dunn çoklu karşılaştırma testi uygulanmış ve yapılan bu ikili karşılaştırmalar sonucunda anne-babası ayrılah 5 yıl üzeri olan çocukların ( $\bar{X}=28,00$ ) depresyon düzeyinin, anne-babası ayrılah 1-2 yıl ( $\bar{X}=30,89$ ,  $p=0,001$ ) ve 3-5 yıl ( $\bar{X}=30,65$ ,  $p=0,031$ ) olan çocuklara göre anlamlı derece düşük düzeyde olduğu tespit edilmiştir.

Anksiyete ( $\chi^2=0,119$ ,  $p=0,942$ ) düzeyinin katılımcı çocukların anne-baba ayrılık yılına göre istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık göstermediği tespit edilmiştir. Başka bir ifadeyle anne-babaları farklı yıllarda ayrılan çocukların anksiyete düzeylerinin birbirine benzer düzeyde olduğu tespit edilmiştir.

**Çizelge 4.13: Anne-Babanın Ayrılık Nedeninin Bilinip Bilinmemesine Göre Anksiyete ve Depresyon Ölçeklerinin Karşılaştırılması**

	Ayrılık nedeni	n	$\bar{X}$	s.s	U	z	p
Anksiyete	Biliniyor	208	42,60	7,29	18033,000	-3,661	0,000
	Bilinmiyor	218	44,25	5,94			
Depresyon	Biliniyor	208	28,11	6,60	16865,000	-4,582	0,000
	Bilinmiyor	218	30,80	5,48			

Katılımcı çocukların anne-babanın ayrılık nedeninin bilinip bilinmemesi durumuna göre Anksiyete ve Depresyon Ölçeklerinin göre farklılaşp farklılaşmadığını tespit etmek amacıyla Mann Whitney U testi uygulanmıştır. Uygulanan analiz sonucunda Anksiyete (U=18033,00, z=-3,661, p=0,000) ve Depresyon (U=16865,00, z=-4,582, p=0,000) düzeylerinin anne-babanın ayrılık nedeninin bilinip bilinmemesi durumuna göre istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık gösterdiği tespit edildi.

Anne-babanın ayrılık nedenini bilmeyen çocukların ( $\bar{X}$ =44,25) anksiyete düzeyinin, ayrılık nedenini bilen çocuklara ( $\bar{X}$ =42,60) göre anlamlı derecede yüksek düzeyde olduğu tespit edilmiştir.

Anne-babanın ayrılık nedenini bilmeyen çocukların ( $\bar{X}$ =30,80) depresyon düzeyinin, ayrılık nedenini bilen çocuklara ( $\bar{X}$ =28,11) göre anlamlı derecede yüksek düzeyde olduğu tespit edilmiştir.

**Çizelge 4.14: Anne-Babanın Ayrılık Nedenine Göre Anksiyete ve Depresyon Ölçeklerinin Karşılaştırılması**

	Ayrılık nedenleri	n	$\bar{X}$	s.s	$x^2$	Sd	p
<b>ANKSİYETE</b>	Vefat	141	43,39	7,93	26,763	3	<b>0,000</b>
	Şiddetli Geçimsizlik	40	40,08	5,46			
	Aldatma	23	40,87	3,51			
	Anne Veya Babanın Evi Terk etmesi	16	48,50	2,90			
<b>DEPRESYON</b>	Vefat	141	28,43	7,03	7,937	3	<b>0,047</b>
	Şiddetli Geçimsizlik	40	25,87	3,16			
	Aldatma	23	26,78	8,60			
	Anne Veya Babanın Evi Terk etmesi	16	30,13	6,77			

Katılımcı çocukların anne-baba ayrılık nedenlerine göre Anksiyete ve Depresyon Ölçeklerinin farklılaşıp farklılaşmadığını tespit etmek amacıyla Kruskal Wallis H testi uygulanmıştır. Uygulanan bu analiz sonucunda Anksiyete ( $x^2_3=26,763$ ,  $p=0,000$ ) ve Depresyon ( $x^2_3=7,937$ ,  $p=0,047$ ) düzeylerinin anne-baba ayrılık nedenlerine göre istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık gösterdiği tespit edilmiştir. Bu anlamlı farklılığın kaynağının tespit etmek amacıyla Bonferroni düzeltilmeli Dunn çoklu karşılaştırma testi uygulanmış ve yapılan bu ikili karşılaştırmalar sonucunda Anksiyete düzeyinde, anne veya babası evi terk eden çocukların ( $\bar{X}=48,50$ ) anksiyete düzeyinin, anne veya babası vefat eden çocuklara ( $\bar{X}=43,39$ ,  $p=0,007$ ), anne-babası şiddetli geçimsizlikten dolayı ayrılan çocuklara ( $\bar{X}=40,08$ ,  $p=0,000$ ) ve anne ve babası aldatmadan dolayı ayrılan çocuklara ( $\bar{X}=40,87$ ,  $p=0,000$ ) göre anlamlı derecede yüksek düzeyde olduğu tespit edilirken, Anne veya babası vefat eden çocukların ( $\bar{X}=43,39$ ) anksiyete düzeyinin, anne-babası şiddetli



geçimsizlikten dolayı ayrılan çocuklara ( $\bar{X}=40,08$ ,  $p=0,016$ ) göre anlamlı derecede yüksek düzeyde olduğu tespit edilmiştir.

## 5. TARTIŞMA

Araştırmaya katılan çocukların yaşları ile Anksiyete ve Depresyon Ölçeklerinin farklılaşp farklılaşmadığını kontrol edebilmek için yapılan araştırma sonucunda anksiyete ile yaş arasında anlamlı bir farklılığın olduğu bulgusuna varılmıştır. Sonuçlara göre 12 yaşındaki çocukların anksiyete düzeylerinin 9, 10 ve 11 yaşındaki çocuklara göre daha az olduğu bulgusuna varılmıştır. Depresyon ile yaş arasında ise anlamlı bir farklılığa rastlanamamıştır. Karakuş'un (2013) yapmış olduğu çalışmada da depresyon ile yaş değişkeni arasında anlamlı bir farklılık bulunamamıştır; ancak Canlı'nın (2017) çalışmasında depresyon ile yaş arasında anlamlı bir ilişki bulunmaktadır. Bu farklılığın nedeni örneklem farkından kaynaklanıyor olabilir.

Araştırmaya katılan çocukların cinsiyetleri ile Anksiyete ve Depresyon Ölçeklerinin arasında bir ilişki olup olmadığını anlamak için yapılan analiz sonucunda anksiyete ve depresyon ile cinsiyet arasında anlamlı bir farklılığa rastlanmamıştır. Yapılan inceleme göstermektedir ki bu bulgunun sonuçları literatürde pek çok farklılığa neden olmaktadır. Mechanic ve Hansell'in (1989), Reinherz'in (1984) ve Cummings'in (1994) çalışmalarında da bu çalışma ile benzer şekilde cinsiyet ile anksiyete ve depresyon arasında anlamlı bir ilişki bulunmamıştır. Ancak Hetherington(1979) ve Kaye'nin (1989) yapmış oldukları çalışmada kız çocuklarının erkek çocuklardan daha fazla psikolojik sorun eğilimi gösterdiği saptanmıştır. Aynı şekilde Aydın'ın (2009) yapmış olduğu çalışmada da kız çocuklarının daha fazla anksiyetik belirtiler gösterdiğini söylemek mümkündür. Bu çalışmaya benzer şekilde yine Kasuto'nun yapmış olduğu çalışmada da cinsiyet ile anksiyetinin hiçbir alt boyutu arasında anlamlı bir ilişki bulunamamıştır. Bu durum örneklem farkından kaynaklandığı gibi araştırmanın sınırlılıklarından da kaynaklanıyor olabilir. Örnekleme genişleterek daha eşit dağılımlı ayrı ve daha berin bir araştırma bu konuda daha net bir fikir ortaya koyabilir.

Çalışmaya katılan çocukların ebeveynlerinin hayatta olmalarına ile Anksiyete ve Depresyon Ölçeklerinin arasındaki ilişkiyi incelemek için yapılan araştırmanın sonuçlarında anksiyete ile annesi hayatta olan ve olmayan çocuklar arasında anlamlı bir farklılığa rastlanmıştır. Buna göre annesi hayatta olan çocukların anksiyete düzeylerinin annesi vefat edenlere göre daha yüksek olduğu ortaya çıkmıştır. Depresyon ile çocuklarının annelerinin hayatta olmaları arasında anlamlı bir ilişki bulunmamaktadır. Babanın durumu ve anksiyete arasındaki ilişki incelendiğinde babası vefat etmiş olan çocukların anksiyete düzeyleri babası vefat etmeyenlere göre daha yüksek çıkmıştır. Annede olduğu gibi babanın yaşayıp yaşamaması ile depresyon arasında anlamlı bir ilişki kurulamamıştır. Bu çalışmaya Brennan ve Shaver (1998) yapmış olduğu çalışmada ebeveynlerinden birini kaybeden çocukların kişilik bozuklukları ve anksiyetik özellikler gösterdikleri görülmüştür. Maier ve Lachman (2000)'ın araştırmasına göre ise çocuk çağında bir ebeveynin ölümünü yaşayan erkeklerde özerklik, kadınlarda ise depresyon durumu artmaktadır.

Araştırmaya katılan çocukların anneleri ile babalarını kaybetmiş oldukları zamanla Anksiyete ve Depresyon Ölçeklerinin arasındaki ilişkiyi anlamak için yapılan araştırmaya göre depresyon ile anne ölüm yılı arasında anlamlı bir farklılığa rastlanmıştır. Buna göre annesi 1-2 yıl önce vefat eden çocuklar depresyon düzeyi, annesi 5 yıl önce ölen çocuklara göre anlamlı derecede yüksek çıkmıştır. Anksiyete ile annenin ölüm yılı arasında anlamlı bir ilişki bulunamamıştır. Babası 5 ve üzeri bir zamanda vefat eden çocukların depresyon düzeyinin, babası 1-2 yıl önce ve 3-5 yıl önce ölen çocuklara göre anlamlı derecede düşük çıkmıştır. Anksiyete ile babanın ölüm yılı arasında anlamlı bir ilişki bulunamamıştır. Zaman yetişkinlere pek çok şeyi unutturduğu gibi çocuklara da unutturmakta, en azından acılarını hafifletmektedir. Bir ebeveynin kaybı nedeniyle depresyon belirtileri gösteren çocuk zamanla bu duruma alışıp, hayat düzenini kurduğu için depresyon belirtilerinde azalma yaşanmış olabilir.

Araştırmaya katılan çocukların ebeveynlerinin ayrılık yılı ile Anksiyete ve Depresyon Ölçeklerinin arasındaki ilişkiyi incelemek için yapılan araştırma sonucunda, ebeveynlerinin ayrılmasının üzerinden 5 yıl geçen çocukların depresyon düzeyinin anne-babası ayrılalı 1-2 ve 3-5 yıl olan çocuklara göre anlamlı derecede düşük olduğu bulunmuştur. Çocukların ebeveynlerinin ayrılık yılı anksiyete

düzeyleri arasında anlamlı bir farklılık bulunamamıştır. Bu çalışmaya benzer şekilde Kasuto'nun da 2017 yılında yapmış olduğu çalışmada boşanmanın üstünden zaman geçtikçe depresyon düzeyinde azalma görülmüştür. Bu çalışmadan farklı olarak anksiyete düzeyinde de azalmaya rastlanmıştır. Bu farklılığın nedeni örneklem farkından kaynaklanıyor olabilir. Elbette ki boşanma, bir çocuğun hayatının temelden değişmesine neden olacaktır. Bu çocuğu depresyona ve psikolojik rahatsızlıklara itebilir. Zamanla bu sürece alışmadan dolayı da depresyon ve psikolojik rahatsızlıklarda azalma yaşanmış olabilir.

Araştırmaya katılan çocukların ebeveynlerinin ayrılık sebebini bilip/bilmemeleriyle Anksiyete ve Depresyon Ölçeklerinin arasındaki ilişkiyi incelemek için yapılan araştırma sonucunda anksiyete ve depresyon ile ayrılık nedeninin bilinmesi/bilinmemesi arasında anlamlı bir ilişki bulunmuştur. Sonuçlara göre ayrılık nedenini bilmeyen çocukların anksiyete de depresyon düzeyleri ayrılık nedenini bilen çocuklara göre daha fazla çıkmıştır. Türkarıslan (2007) ve Wolf (2001) yapmış oldukları çalışmalarda, ebeveynlerin çocuklarına niçin boşandıklarını söylemelerinin çocukların ruhsal gelişimi için çok önemli olduğunu açıkça belirtmişlerdir. Eğer çocuk, boşanma nedenini bilemezse ve nedenini fark edebilecek bir yaşta değilse bu durumdan kendisini sorumlu tutabilir. Bunun yanı sıra boşanma sebebini belirsiz olması her gün bu nedene odaklanarak hayatını ertelemesine neden olabilir. Her iki durumda da depresyon ve anksiyete görülmesi kaçınılmazdır.

Araştırmaya katılan çocukların ebeveynlerinin ayrılık sebebiyle Anksiyete ve Depresyon Ölçeklerinin arasındaki ilişkiyi incelemek için yapılan araştırma sonucunda anksiyete ve depresyon ile ayrılık nedeni arasında anlamlı bir ilişki bulunmuştur. Sonuçlara göre anne-babası evi terk eden çocukların anksiyete düzeylerinin, anne-babası vefat eden, şiddetli geçimsizlikte ayrılan ve ebeveynlerinden birinin aldatması sonucu ayrılan anne-babanın çocuklarına göre daha yüksek çıkmıştır. Benzer bir şekilde anne-babası vefat eden çocukların anksiyete düzeyleri, anne-babası şiddetli geçimsizlikte dolayı ayrılanlara göre yine daha yüksek çıkmıştır. Evi terk etme eylemi bir belirsizlik içermektedir. Çocuk giden ebeveynin her gün geleceğini umut ediyor olabilir, zamanla bu umudu karşılık bulamayınca da kendini psikolojik rahatsızlıklarla baş başa bulmuş olabilir. Bunun yanı sıra sevdiğin bir insanın kaybı özellikle de bir anne-babanın kaybı bir çocuk için

çok acı verici olabilir ve psikolojik rahatsızlıklar göstermesi beklenen bir durumdur. Bu hipotez ile ilgili literatürde yapılmış bir çalışmaya rastlanamamıştır.

## 6.SONUÇLAR

Bir ailenin parçalanmasına neden olan boşanma, ebeveynleri etkilediği kadar çocukları da derinden etkilemektedir. Gelişim çağında olan bir çocuğun kişiliğinin oluşmasında son derece ön planda olan bu durum toplum içinde yetişen bireylerin hem kendilerine hem de topluma karşı yetersiz olmalarına neden olabilmektedir.

Bu araştırmanın amacı anne-babalarının ayrılığının ya da ebeveynlerinden birinin hayatta olmadığı çocukların yaşamlarındaki sorunları inceleyerek, depresyon ve anksiyetik özellik gösterip göstermediğini incelemektir. Araştırmanın sonuçları aşağıda sıralanmıştır:

- Boşanmış ailelerin çocuklarının yaşları arttıkça, anksiyete düzeylerinde azalma görülmektedir.
- Annesi hayatta olan çocukların anksiyete düzeyleri annesi hayatta olmayanlara göre daha yüksek çıkmıştır.
- Babası vefat eden çocukların anksiyete düzeylerinin babası vefat etmeyenlere göre daha yüksek çıkmıştır.
- Anne ve babalarının kaybeden çocukların, zaman geçtikçe depresyon ve anksiyete durumlarında azalma olduğu görülmüştür.
- Ebeveynleri ayrılan çocukların, ayrılma zamanının üstünden vakit geçtikçe depresyon ve anksiyete düzeylerinde azalma olduğu görülmüştür.
- Çocukların ayrılık sebebini bildiklerinde depresyon ve anksiyete durumlarının daha az olduğu bulgusuna varılmıştır.
- Anne-babası evi terk eden çocukların anksiyete düzeyi yüksektir.
- Ebeveynlerinden biri vefat eden çocukların anksiyete düzeyleri şiddetli geçimsizlik yüzünden ayrılan ebeveynlere göre daha yüksektir.

Çocuk olgunlaştıkça, bu durumu kabullenmesinin daha kolay olduğunu fark etmesinden kaynaklanıyor olabilir. Yaşı küçük bir çocuk fiziksel olarak bir bakım verenin yokluğundan mahrum kaldığını düşünmektedir. Boşanma durumundaki psikolojik süreçleri kavramakta güçlük çeker. Ancak yaşı büyük bir çocuk sürecin psikolojik boyutunu da düşünüp, daha çok kendi hayatına odaklı olabilir.

Annesi hayatta olan çocukların anksiyete düzeyinin vefat eden çocuklara göre yüksek olması belki de beklenmeyen bir durumdur. Ancak bu durumu başka değişkenlerle değerlendirmek gerekebilir. Anne, çocuğu ile babaya göre daha içli-dışlı olmakta ve çocukla daha çok zaman geçirmektedir. Bu sebeple kendi sorunlarına çocukları dahil ediyor olabilir. Bunun yanı sıra genellikle ayrılan çiftlerde çocuk, anne ile birlikte yaşamaktadır bu durum da çocuğun anksiyete düzeyine etki etmektedir. Bu süreçte annenin tutumu çok önemlidir. Bu çalışmaya katılımcı olan çocukların aile çatışmayı artırması, babaya ve çevreye karşı olumsuz tutumlar sergilemesi, çocukla yeterli ve sağlıklı bir ilişki kurmaması muhtemeldir.

Gelenekselleşmiş toplumlarda baba evin “direği” olarak algılanmaktadır. Bu nedenle babasını kaybetmiş olan bir çocuk evdeki en büyük dayanağın yok olduğunu düşünebilir. Ailenin maddi olarak zora düşmesi, bir kadın olarak annenin toplumda var olmasının güçleşmesi gibi durumlar babanın vefatının çocuklar için çok zor olmasına neden olabilir.

Bir çocuk boşanma nedenini bilemezse ve nedenini fark edebilecek bir yaşta değilse bu durumdan kendisini sorumlu tutabilir. Bunun yanı sıra boşanma sebebinin belirsiz olması her gün bu nedene odaklanarak hayatını ertelemesine neden olabilir. Her iki durumda da depresyon ve anksiyete görülmesi kaçınılmazdır.

Aile içinde şiddetli bir geçimsizliğin olması, her gün evde bağışmaların, fiziksel veya duygusal şiddetin bulunması bir çocuğun sağlıklı gelişimi açısından olabilecek en kötü şeylerden biridir. Aynı zamanda ebeveynini kaybetmek de bir çocuk için geri döndürülemez hasarların oluşmasına neden olur. Bu iki süreçte de bir çocuğun daha doğrusu bir bireyin depresyon yaşaması ve psikolojik sorunlarının olması beklenebilecek bir durumdur.

Tüm bu sonuçlar ışığında aşağıdaki önerileri yapmak mümkündür:

- Boşanma olmadan önce çocuğun hem duygusal hem de fiziksel çöküş yaşamaması için çocuğu önceden hazırlamak amacı ile çocuğu bilgilendirmek gerekmektedir. Çocuğun yaşına göre boşanma haberi uygun bir dille verilmelidir.
- Niçin boşanıldığına dair çocuğu bilgilendirmek gerekmektedir. Böylece ebeveynler çocuğu bir belirsizlikten kurtarmış olacaktır.
- Çocuğun geleceği için ebeveynlerin bir plan hazırlaması gerekmektedir.
- Ebeveynler çatışmaktan kaçınmalıdır ve çocuğa bir güven ortamı sağlanmalıdır.
- Gerekirse çocuğun bu süreci atlatması için bir uzmanla görüşmesi gerekebilir.
- Ayrılan ebeveyn ile çocuk sağlıklı bir iletişim içinde olmalıdır.
- Annesi hayatta olan çocukların vefat edenlere göre daha fazla depresyon ve anksiyetik durum yaşamaları bu alandaki çalışmaların artırılması gerektiğini açıkça göstermiştir.
- Babanın vefatının ardından çocukların ve ailelerin yaşadıkları ayrıca sorunlar (maddi yetersizlik, boşanmış kadının ötekileştirilmesi, güvensiz hissetme vb.) incelenmelidir.



## 7. KAYNAKLAR

- Adams, B. (1974). *The Family*, A. Chicago: Sociological Interpretation.
- Aile ve Sosyal Araştırmalar Genel Müdürlüğü (2011). *Tek Ebeveynli Aileler*. Ankara: T.C. Aile, Çalışma ve Sosyal Hizmetler Bakanlığı Yayınları.
- Akdemir, D., Çuhadaroğlu Çetin, F. (2008). Çocuk ve ergen psikiyatrisi bölümüne başvuran ergenlerin klinik özellikleri. *Çocuk ve Gençlik Ruh Sağlığı Dergisi*, 15(1), 5-14.
- Akdoğan, S.D. (2012). Anne-Babası Boşanmış ve Boşanmamış Ergenlerin Algılanan Sosyal Destek Düzeylerinin İncelenmesi. Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Ankara: Gazi Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü.
- Aksu, M. T. (2008). *Kronik Hastalığı Olan Çocukların Annelerinin Sosyodemografik Özellikleri Depresyon, Anksiyete, Problem Çözme Yeteneği Ve Yaşam Kaliteleri Açısından Değerlendirilmesi*. Uzmanlık Tezi. İstanbul: Haydarpaşa Numune Eğitim ve Araştırma Hastanesi.
- Almond, R. (2007). Psikodinamik terapiler. In W. T. Roth (Ed.), *Anksiyete terapisi* (B. Büyükdere, Çev., s.189-214). İstanbul: Prestij Yayınları.
- Altunbulak, C. (2011). İlköğretim İkinci Kademedeki Boşanmış Ve Tam Aileye Sahip Öğrencilerin Okul Başarıları Ve Okulda Karşılaştıkları Problemlerin İncelenmesi. Yüksek Lisans Tezi. Kayseri: Erciyes Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü.
- Alisanoğlu, F. ve Ulutaş, İ. (2003). Çocukların kaygı düzeyleri ile annelerinin kaygı düzeyleri arasındaki ilişkinin incelenmesi. *Eğitim ve Bilim*, 28(128).
- Amato, P. R. (2000). The Consequences of Divorce for Adults and Children. *Journal of Marriage & the Family*. 62, 1269-1288.
- Amato, P., Booth, A. (1996). Divorce And Psychological Stress, *Journal of Health and Social Behavior*, 32(4), 396-407.
- Amato, P.R., ve Keith, B. (1991). Parental divorce and the well-being children: A meta-analysis. *Journal of Marriage and the Family*, 53(1).
- Amato, P. R. and Rivera, F. (1999). Parental Involvement and Children's Behavior Problems. *Journal of Marriage and the Family*, 61(2), 375-384.
- Arkar, H. (1992). Beck'in Depresyon Modeli Ve Bilişsel Terapisi. *Düşünen Adam: Psikiyatri ve Nörolojik Bilimler Dergisi*, 5(1-3), 37-40.
- Atkinson, R. Hilgard E. ve Atkinson R.C. (1995). *Psikolojiye Giriş*, Çeviren: K. Atakay, Sosyal Yayınları, İstanbul.
- Aral, N., Başar, F. (1998). Boşanmış Aileye Sahip Olan ve Olmayan Çocukların Kaygı Düzeylerinin İncelenmesi. *Selçuk Üniversitesi Eğitim Fakültesi VII. Ulusal Eğitim Bilimleri Kongresi*, 87.
- Arıkan, Ç. (1992). Yoksulluk, Evlilikte Geçimsizlik ve Boşanma. Ankara: Şafak Matbaacılık.
- Aydın, R.Ş. (2013). *Yaşam Becerileri Psikoeğitim Programının Boşanmış Aile Çocuklarının Uyum Düzeylerinin Etkisi*. Yüksek Lisans Tezi, Ankara: Ankara Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü.
- Beck, A. T. (1964). Thinking and depression: II. Theory and therapy. *Archives Of General Psychiatry*, 10(6), 561-571.

- Beck, A. T., Rush, J., Shaw, B., and Emery, G. (1979). *Cognitive Therapy Of Depression*. New York: Guilford Press.
- Beck, A. T. (2008). The evolution of the cognitive model of depression and its neurobiological correlates. *American Journal of Psychiatry*, 165(8), 969-977.
- Beck, A.T. ve Alford, B. A. (2009). *Depression: Causes and Treatment* (2. Basım). Philadelphia: University of Pennsylvania Press.
- Benedek E.P. ve Brown, C. (1997). *Boşanma Ve Çocuğunuz: Çocuğunuzun Boşanmanızla Baş Etmesine Nasıl Yardımcı Olursunuz?*. Serap Katlan (Çev.). Ankara: HYB.
- Bourne, E. J. (1995). *The Anxiety And Phobia Workbook*. New York: MJF Books.
- Bozkurt, N. (2003). Depresyonda Bilişsel Davranışçı Yaklaşımlar: Beckin Bilişsel Kuramı. *Ege Eğitim Dergisi*, 3(2), 59-64.
- Brennan KA, Shaver PR (1998) Attachment styles and personality disorders: Their connections to each other and to parental divorce, parental death, and perceptions of parental caregiving. *J Pers*, 66: 835-878.
- Brubeck, D. ve Beer, J. (1992). Depression, Self-Esteem, Suicide İdeation, Death Anxiety, and GPA in High School Students Of Divorced And Nondivorced Parents. *Psychological Reports*, 71(3), 755-763.
- Clay, D. L., Anderson, W. P., Dixon, W. A. (1993). Relationship Between Anger Expression and Stress in Predicting Depression. *Journal of Counseling & Development*, 72(1), 91-94.
- Cooney T.M., Kurz J. (1994). Mental Health Outcomes Following Recent Parental Divorce, *Journal Of Family Issues*, 17, 495-513.
- Crozier, W. R., Alden, L. E. (2003). International handbook of social anxiety. Concepts, research and interventions relating to the self and shyness. *Tijdschrift voor Psychiatrie*, 45, 12.
- Çetin, F.Ç.(2008). *Çocuk ve Ergen Psikiyatrisi Temel Kitabı*. Ankara: Hekimler Yayın Birliği.
- Çiçek, Z. (2014). *Boşanmanın Sosyolojik Analizi: Denizli Kenti Örneği*. Yayınlanmamış Doktora Tezi. Denizli: Pamukkale Üniversitesi. SBE.
- Dağlar, K. (2016). *Okul Öncesi Çocuklarda Anksiyete Belirtileri ile Annelerinin Bağlanma Biçimleri ve Ayrılık Anksiyeteleri Arasındaki İlişki*. Yüksek Lisans Tezi. İstanbul: Arel Üniversitesi, SBE.
- Doğan, Y. (2007). İlköğretim Çağındaki 10-14 Yaş Grubu Öğrencilerinin Gelişim Özellikleri. *U.Ü Fen Edebiyat Fakültesi Sosyal Bilimler Dergisi*, (13), 155-187
- Dymond, S. and Roche, B. (2009). A contemporary behavior analysis of anxiety and avoidance. *The Behavior Analyst*, 32(1), 7-27.
- Engin, E.C. (2015). Bir Aile Hekimliği Bölgesinde Kayıtlı 6-18 Yaş Arası Çocuk ve Ergenlerde Görülen Davranış ve Uyum Problemlerinin; Bu Çocuk ve Ergenlerin Ailelerinin Demografik Özellikleri, Tutum ve Davranışlarıyla Olan İlişkisinin İncelenmesi. Yüksek Lisans Tezi. İstanbul: Üsküdar Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Eken, F.O. ve Ebadi, Ü.H. (2019). Anksiyetenin Yaşam Doyumu Üzerindeki Etkisinde Tükenmişliğin Aracı Rolü. *Avrasya Sosyal ve Ekonomi Araştırmaları Dergisi*, 6(2), 112-126.
- Ekmekçi, H. (2010). *Toplumsal, Kültürel ve İletişimsel Boyutlarıyla Bir Boşanma Analizi*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi. Ankara: Gazi Üniversitesi. Sosyal Bilimler Enstitüsü
- Erkan, Z. (2002). Sosyal kaygı düzeyi yüksek ve düşük ergenlerin ana baba tutumlarına ilişkin nitel bir çalışma. *Çukurova Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 10(10).

- Eşsizoglu, A. (2012). Aile Yapısı ve Aile İlişkileri. Ç. Yenilmez (Ed). *Aile ile İlgili Temel Kavramlar* (2-19). Eskişehir: AÖF Yayınları.
- Foa, E. B., Franklin, M. E., Perry, K. J., Herbert, J. D. (1996). Cognitive biases in generalized social phobia. *Journal of abnormal psychology, 105*(3), 433.
- Friman, P. C., Hayes, S. C. Wilson, K. G. (1998). Why behavior analysts should study emotion: The example of anxiety. *Journal of Applied Behavior Analysis, 31*(1), 137-156.
- Fritsch, İ. (1985). *Anne-Baba Boşanıyor*. İstanbul: Afa Yayınları.
- Gately, D., Schwebel, A. I. (1992). Favorable Outcomes in Children After Parental Divorce, *Journal of Divorce and Remarriage, 18*, 57-78.
- Gençtan, E. (2006). *Psikodinamik Psikiyatri ve Normaldışı Davranışlar*. İstanbul: Metis Yayınları.
- Giddens, A. (2000). *Sosyoloji*. Ankara: Ayraç Yayınları.
- Gray, J. A. McNaughton, N. (2003). *The Neuropsychology Of Anxiety: An Enquiry Into The Function Of The Septo-Hippocampal System* (2nd ed.). New York: Oxford University Press.
- Göğüş, A. K. (2000). Depresyonun klinik belirtileri. *Duygudurum Dizisi, 1*, 39-33.
- Gokcen, S., Bora, E., Eremis, S., Kesikci, H., & Aydin, C. (2009). Theory of mind and verbal working memory deficits in parents of autistic children. *Psychiatry Research, 166*(1), 46-53
- Hatun, O. (2012). Anne Babası Boşanmış İlköğretim İkinci Kademe Öğrencilerinin Algıladıkları Aile İşlevlerinin Bazı Değişkenler Açısından İncelenmesi (İstanbul İli Fatih İlçesi Örneği). Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi. İstanbul: Yeditepe Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Heller, S. (2005). *Freud a to z*. Hoboken: Wiley.
- Hetherington, H.M. (1979). Divorce: A child's perspective. *American Psychologist, 34*(10), 851-858.
- Hess,R.D., Camara, K.A. (1979). Post divorce family relationships as medating factors in consequences of divorce for children. *Journal of Social Issues, 35*(4), 79-95.
- Hofmann, S. G., DiBartolo, P. M., Holaway, R. M., Heimberg, R. G. (2004). Scoring error of social avoidance and distress scale and its psychometric implications. *Depression and anxiety, 19*(3), 197-198.
- Hurre, T., Junkkari, H., Aro, H. (2006). Long-term Psychosocial effects of parental divorce a follow-up study from adolescence to adulthood. *Eur Arch Psychiatry Clin*
- Işık, E. ve Taner, Y. I. (2006). *Çocuk, ergen ve erişkinlerde anksiyete bozuklukları*.
- Kalter, N. ve Rambers, J. (1981). The Significance Of A Child's Age At The Time Of Parental Divorce. *American Journal of Orthopsychiatry, 51*(1), 85-100.
- Kapçı, E. G. (2004). İlköğretim öğrencilerinin zorbalığa maruz kalma türünün ve sıklığının depresyon, kaygı ve benlik saygısıyla ilişkisi. *Ankara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Fakültesi Dergisi, 37*(1), 1-13.
- Karakaya, Ş. (2018). *Boşanmanın Çocukların Benlik Saygısı ve Sosyal Sorun Çözme Becerilerine Etkisi: Denizli Örneğinde Karşılaştırmalı Bir Çalışma*. Yüksek Lisans Tezi. Ankara: Hacettepe Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Karakuş, S. (2003). Anne-Babası Boşanmış ve Boşanmamış Çocukların Depresyon Düzeylerinin İncelenmesi ve Okul Başarısına Yansımaları. Yayınlanmamış Doktora Tezi, İzmir: Dokuz Eylül Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü.
- Kaslow, F. W. (1980). Stages of divorce: A psychological perspective. *Vill. L. Rev., 25*, 718.
- Kasuto, M. (2017). *Boşanmış ailelerin çocuklarının boşanmamış ailelerin çocuklarına göre öz saygı ve ruh sağlığı değişkenlerinin incelenmesi*. Yüksek Lisans Tezi, İstanbul: Işık Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü.

- Kayaalp, L. (1994). İlk çocuk psikanalisti Von Hug-Hellmuth ve çocuk psikanalizinde Pedagoji-Analiz ilişkisi sorunsalına katkıları. *Türk Psikiyatri Dergisi*, 5, 163-169.
- Kelly, J.B. (2000). Children's adjustment in conflicted marriage and divorce: a decade review of research. *Journal of the American Academy of Child And Adolescent Psychiatry*, 39(8), 963-73.
- Korkut, Y. (2003). Bir Geçiş Krizi Olarak Boşanma. *İstanbul Üniversitesi, Psikoloji Çalışmaları Dergisi*, 23 (1), 99-112.
- Kozacıoğlu, G. (1986). Çocukların anksiyete düzeyleri ile annelerin tutumları arasındaki ilişki. *İstanbul: İstanbul Üniversitesi Edebiyat Fakültesi Yayınları*.
- Kraus, S. (1980). The Crisis Of Divorce: Growth Promoting Or Pathogenic?. *Journal of Divorce*, 3(2), 107-119.
- Kurdek, L. A. ve Berg, B. (1983). Correlates Of Children's Adjustment To Their Parents' Divorces. *New Directions for Child and Adolescent Development*, (19), 47-60.
- Kuru, D. (2018). *Anne-Babası Boşanmış Ve Boşanmamış Çocukların Depresyon Belirtilerinin Anne-Baba Tutumları Açısından İncelenmesi*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi. İstanbul: Arel Üniversitesi. Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Kuyucu, Y. (2007). *Boşanmış Ailede Yetişen Ergenlerin Bilişsel Çarpıtmalarıyla Benlik Değerleri Arasındaki İlişki*. Yayınlanmamış Doktora Tezi. İzmir: Dokuz Eylül Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü.
- Kuzucu, Y. (2006). *Duyguları Fark Etmeye ve İfade Etmeye Yönelik Bir Psiko-Eğitim Programının, Üniversite Öğrencilerinin Duygusal Farkındalık Düzeylerine, Duyguları İfade etme Eğilimlerine, Psikolojik ve Öznel İyi Oluşlarına Etkisi*. Doktora Tezi. Ankara: Ankara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü.
- Küçükkendirci, H. (2000). İlköğretim 2. Kısım Öğrencilerinde Kovaks Ölçeği İle Depresyon Taraması Sonuçlarının Sosyodemografik Özelliklerle İlişkisi. Yayınlanmamış Doktora Tezi, Konya: Selçuk Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü.
- La Greca AM, Stone WL (1993). Social anxiety scale for children revised: factor structure and concurrent validity. *J Clin Child Psychol* 22, 17-27.
- Lamb, M. E. (1999). Noncustodial Fathers And Their Impact On The Children Of Divorce. *The postdivorce family: Children, Parenting, and Society*, 105-125.
- Lanczik, M., ve Beckmann, H. (1991). Historical aspects of affective disorders. In J. P. Feighner (Ed.), *The diagnosis of depression*. Sussex: John Wiley & Sons Ltd.
- Liu, X., Guo, C., Okawa, M., Zhai, J., Li, Y., Uchiyama, M., Neiderhiser, J.M. ve Kurita, H. (2000). Behavioral and emotional problems in Chinese children of divorced parents. *Journal of the American Academy of Child & Adolescent Psychiatry*, 39(7), 896-903.
- Maier, S. F. ve Seligman, M. E. (1976). Learned helplessness: theory and evidence. *Journal of experimental psychology: general*, 105(1), 3.
- Maier E.H, Lachman M.E (2000) Consequences of early parental loss and separation for health and well-being in midlife Int. *J Behav Dev*, 24: 183-189.
- Malone, P. S., Lansford J.E., Castellione D.R., Berlin L.J., Dodge K.A., Bates J.E., Pettit G.S. (2004). Divorce and Child Behavior Problems: Applying Latent Change Score Models to Life Event Data. *Child and Family*, 73, 401-423.
- Mechanic, D., Hansell, S. (1989). Divorce, family conflict, and adolescents' well-being. *Journal of Health and Social Behavior*, 105-116.
- Morris, C. G. (2002). *Psikolojiyi anlamak*. (H. B. Ayvaşık & M. Sayıl, Çev.). Ankara: Türk Psikologlar Derneği.
- Nalbantoğlu, G. (2016). *6 ila 11 Yaş Arasında Çocuklarda Görülen Ruhsal Sorunların Annelerin Bağlanma Düzeyi, Çocuk Yetiştirme Tutumu ve Aile İşlevleri İle Olan İlişkisi*. Yüksek Lisans Tezi, İstanbul: Arel Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü.

- Nemade, R., Reiss, N. S., and Dombeck, M. (2007). Depression: Major depression and unipolar varieties. *Cognitive Theories of Major Depression-Aaron Beck*. Retrieved September, 5, 2014.
- Öngider, N. (2006). Evli ve Boşanmış Ailelerde Algılanan Ebeveyn Kabul Veya Reddinin Çocuğun Psikolojik Uyumu Üzerindeki Etkileri. Yayımlanmamış Doktora Tezi. İzmir: Ege Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Öztürk, O. (2004). *Ruh Sağlığı ve Bozuklukları*. İstanbul: Nobel Yayın Dağıtım.
- Öztürk, M. (2008). *99 Sayfada Boşanmış Ailelerde Çocuk*. Türkiye İş Bankası Kültür Yayınları.
- Öztürk, S. (2006). *Anne-Babası Boşanmış 9-13 Yaşlarındaki Çocuklar İle Aynı Yaş Grubundaki Anne-Babası Boşanmamış Çocukların Benlik Saygısı ve Kaygı Düzeyleri İlişkisi*. Yüksek Lisans Tezi, İzmir: Dokuz Eylül Üniversitesi, SBE.
- Parker, G., Roy, K. (2001) Adolescent Depression: A Review. *Aust Psychiatry*, 35: 572.
- Rado, S. (1951). Psychodynamics of depression from the etiologic point of view. *Psychosomatic Medicine*.
- Rapee, R. M., ve Heimberg, R. G. (1997). A cognitive-behavioral model of anxiety in social phobia. *Behaviour research and therapy*, 35(8), 741-756.
- Reifman, A., Villa, L. C., Amans, J. A., Rethinam, V., Telesca, T. Y. (2001). Children of Divorce in The 1990's: A Meta-Analysis, *Journal of Divorce and Remarriage*, 36, 27-36.
- Rohner, R.P. (1994). Readings in Psychology and Culture. W.J. Lonner ve R.S. Malpass (Eds.), *Patterns Of Parenting: The Warmth Dimension in Worldwide Perspective* (113-120). Needham Heights, M.A: Allyn and Bacon, Inc.
- Ross, C. E. ve Mirowsky, J. (1999). Parental divorce, life-course disruption, and adult depression. *Journal of Marriage and the Family*, 1034-1045.
- Riskind, J. H. (2007). Genellenmiş anksiyete bozukluğu. T. Özakkaş (Ed.), *Bilişsel terapi ve uygulamaları içinde* (s. 141-167) (H. Hacak, M. Macit & F. Özpilavcı, Çev.). İstanbul: Litera Yayıncılık.
- Sadock, B. J., Sadock, V. A. (2007) *Comprehensive Textbook of Psychiatry* (H. Aydın ve A. Bozkurt, Çev.). Ankara: Güneş Kitapevi
- Sardoğan, M. E., Karahan, T. F., Dicle, A. N. ve Menteş, Ö. (2007). Ebeveyne Bağlanma Düzeyine ve Anne-Babanın Boşanma/Birliktelik Durumuna Göre Çocuklarda Evlilik Çatışmasını Algılama Biçimleri. *On Dokuz Mayıs Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 23, 12-23.
- Segal ve ark. (2019). Dealing with a Breakup or Divorce Grieving and Moving on After a Relationship Ends. <https://www.helpguide.org/articles/grief/dealing-with-a-breakup-or-divorce.htm> Erişim tarihi: 27.05.2019.
- Sezen-Sürerbiçer, F. (2008). *Boşanmış Bireylerin Deneyimlerine Göre Evlilik Eğitimi Gereksinimi*. Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Ankara: Ankara Üniversitesi. Eğitim Bilimleri Enstitüsü.
- Sharf, R. S. (2015). *Psikoterapi ve Psikolojik Danışma Kuramları: Kavramlar Ve Örnek Olaylar*. (N. V. Acar, Çev.). Ankara: Nobel Yayın
- Strongman, K.T. (1995). Theories of Anxiety. New Zealand. *Journal of Psychology*, 24(2), 4-10.
- Stuart, S., Noyes, R. (1999). Attachment and interpersonal communication in somatization. *Psychosomatics*, 40: 34-43.
- Şen, C. B. (2013). Boşanma süreci ve arabuluculuğu. Doktora tezi. Ankara: Hacettepe Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü.

- Şentürk, Ü. (2006). *Parçalanmış Aile Çocuk İlişkinin Sebep Olduğu Sosyal Problemler (Malatya Uygulaması)*. Yayınlanmamış Doktora Tezi, Malatya: İnönü Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü,
- Şirvanlı, D. (1999). Eşler arası çatışma ve boşanmanın çocuklar üzerindeki etkileri I: Davranış ve uyum problemleri. *Çocuk ve Gençlik Ruh Sağlığı Dergisi*, 6(1), 19-29.
- Şirvanlı, D. (1999). Eşler arası çatışma ve boşanmanın çocuklar üzerindeki etkileri II: Sosyal destek. *Çocuk ve Gençlik Ruh Sağlığı Dergisi*, 6(2), 83-88.
- Uçan, Ö., Yazar, H., ve Sayıl, I. (2006). Bir Boşanma Olgusunun Dört Kurama Bağlanarak Değerlendirilmesi. *Kriz Dergisi*, 14(2), 23-29.
- Tallushi, E., Biba, G., Isufi, T. ve Abazaj, S. (2017). Psycho-Social Consequences in Adolescents with Divorced Parents and Their Minimization. *European Journal of Sustainable Development*, 6(3), 340-346
- Tietze, H. (2002). *Tarihi ve Etimolojik Türkiye Türkçesi Lugati*. İstanbul: Simurg Yayınları.
- Tolungüç, T.N. (2016). *Boşanmanın 10-13 Yaş Grubundaki Çocukların Öz Kavramları Üzerindeki Etkilerinin İncelenmesi*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi. İstanbul: İstanbul Ticaret Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Tuğrul, C. ve Sayılğan M.A. (1997). *Depresyonla Başa Çıkma Yolları*. Türk Psikologlar Derneği Yayınları.
- Tükel, R. ve Alkın, T. (2000). Anksiyete bozuklukları. *Türkiye Psikiyatri Derneği Yayınları*, 1, 551-552.
- Türkarşlan, N. (2007). Boşanmanın Çocuklar Üzerine Olumsuz Etkileri ve Bunlarla Başetme Yolları. *Aile ve Toplum*, 3(1), 99-108.
- Türkçapar, H. (2011). *Bilişsel Terapi*. Ankara: HYB Yayıncılık.
- Türkçapar, M. H. (2013). *Klinik Uygulamada Bilişsel-Davranışçı Terapi: Depresyon*. Ankara: HYB Basım Yayın.
- Türkçapar, M. H. (2015). *Bilişsel Terapi: Temel İlkeler Ve Uygulamalar (7th ed.)*. İstanbul: HYB Basım Yayın.
- Türkçapar, M. H. (2017). *Bilişsel Terapi*. Yayınlanmamış Materyal
- Türkiye İstatistik Kurumu (2017). Evlenme ve Boşanma İstatistikleri, 2017 <http://www.tuik.gov.tr/PreHaberBultenleri.do?id=27593> Erişim Tarihi: 25.05.2019.
- TYRKISK (2014). Anksiyete. <https://www.kognitiv.no/wp-content/uploads/2014/11/Angst-Tyrkisk.pdf> Erişim Tarihi: 22.05.2019.
- Uslu, U. (2018). Duygu Durumu Bozuklukları <https://slideplayer.biz.tr/slide/11844692/> Erişim Tarihi: 14.05.2019.
- Uz Baş, A. (2003). *İlköğretim 4. ve 5. sınıflarda okuyan öğrencilerin sosyal becerileri ve okul uyumu ile depresyon düzeyleri arasındaki ilişkinin incelenmesi*, Doktora Tezi, İzmir: Dokuz Eylül Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü.
- Uzun, Ç. (2013). *Anne-babası boşanmış ve boşanmamış çocuklarda depresyon ve sosyal becerilerin değerlendirilmesi*. Yüksek Lisans Tezi: İstanbul: Arel Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Ülsev, E. (2014). *Üniversite Öğrencilerinde Bilinçli Farkındalık Düzeyi İle Stresle Başa Çıkma Tarzının Depresyon, Kaygı Ve Stres Belirtileriyle İlişkisi*, Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Ankara: Hacettepe Üniversitesi.
- Wallerstein, J. S. ve Kelly, J. B. (1980). Effects of divorce on the visiting father-child relationship. *The American Journal of Psychiatry*.137(12), 1534-1539.
- Wells, A., Clark, D. M., Salkovskis, P., Ludgate, J., Hackmann, A., Gelder, M. (1995). Social phobia: The role of in-situation safety behaviors in maintaining anxiety and negative beliefs. *Behavior Therapy*, 26(1), 153-161.
- Wolff, S. (2009). Problem çocuklar (A. Oral & S. Kara, Çev., 7. baskı). İstanbul: Say Yayınları.

- Yıldız, M.C. (2016). Boşanmış Ailelerde Yetişen Çocukların Ebeveynlerine Bağlanma Düzeylerine Göre Akılcı Olmayan İnançlarının İncelenmesi. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi: Mersin: Mersin Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü.
- Yörükoğlu, A. (2000). *Çocuk Ruh Sağlığı*. Ankara: Özgür Yayınları
- Yörükoğlu, A. (2004) *Çocuk Ruh Sağlığı Çocuğun Kişilik Gelişimi, Eğitimi ve Ruhsal Sorunları*. İstanbul: Özgür Yayınları

## **EKLER**



## Ek. 1. Demografik Bilgi Formu

1) Cinsiyetiniz?

Kız

Erkek

2) Yaşınız

3) Öğrenim Durumunuz

3. Sınıf

4. Sınıf

5. Sınıf

6. Sınıf

4) Kiminle Birlikte Yaşıyorsunuz;

5) Anne-Babanın Birliktelik Durumu

Birlikte

Ayrı

• Ayrı iseler;

➤ Ayrılık Nedeni:

➤ Ayrılık Yılı:

6) Annenin Hayatta Olma Durumu

Hayatta

Vefat

• Vefat ise;

➤ Vefat yılı;

7) Babanın Hayatta Olma Durumu

Hayatta

Vefat

• Vefat ise;

➤ Vefat yılı;

8) Üvey Anne Var Mı?

Evet

Hayır

9) Üvey Baba Var Mı?

Evet

Hayır

## Ek. 1. Demografik Bilgi Formu

10) Üvey Kardeş Var Mı?

Evet

- Var ise;
  - Sayısı;

Hayır

11) Ailede Psikiyatrik Hastalık Öyküsü Olan Birey Var Mı?

Evet

- Var ise;
  - Tanısı;

Hayır

## Ek. 2. Çocuklar İçin Depresyon Ölçeği

Aşağıda gruplar halinde bazı cümleler yazılıdır. Her gruptaki cümleleri dikkatlice okuyunuz.

Her grup için, bugün dahil son iki hafta içinde size en uygun olan cümlenin yanındaki sayıyı yuvarlak içine alınız.

- A) 1- Kendimi arada sırada üzgün hissederim.  
2- Kendimi sık sık üzgün hissederim.  
3- Kendimi her zaman üzgün hissederim.
- B) 1- İşlerim hiçbir zaman yolunda gitmeyecek.  
2- İşlerimin yolunda gidip gitmeyeceğinden emin değilim.  
3- İşlerim yolunda gidecek.
- C) 1- İşlerimin çoğunu doğru yaparım.  
2- İşlerimin birçoğunu yanlış yaparım.  
3- Her şeyi yanlış yaparım.
- D) 1- Birçok şeyden hoşlanırım.  
2- Bazı şeylerden hoşlanırım.  
3- Hiçbir şeyden hoşlanmam.
- E) 1- Her zaman kötü bir çocuğum.  
2- Çoğu zaman kötü bir çocuğum.  
3- Arada sırada kötü bir çocuğum.
- F) 1- Arada sırada başıma kötü bir şeylerin geleceğini düşünürüm.  
2- Sık sık başıma kötü bir şeylerin geleceğinden endişelenirim.  
3- Başıma çok kötü şeylerin geleceğinden eminim.
- G) 1- Kendimden nefret ederim.  
2- Kendimi beğenmem.  
3- Kendimi beğenirim.
- H) 1- Bütün kötü şeyler benim hatam.  
2- Kötü şeylerin bazıları benim hatam.  
3- Kötü şeyler genellikle benim hatam değil.
- I) 1- Kendimi öldürmeyi düşünmem.  
2- Kendimi öldürmeyi düşünürüm ama yapmam.  
3- Kendimi öldürmeyi düşünüyorum.

## Ek. 2. Çocuklar İçin Depresyon Ölçeği

- İ) 1- Her gün içimden ağlamak gelir.  
2- Birçok günler içimden ağlamak gelir.  
3- Arada sırada içimden ağlamak gelir.
- J) 1- Herşey her zaman beni sıkar.  
2- Herşey sık sık beni sıkar.  
3- Herşey arada sırada beni sıkar.
- K) 1- İnsanlarla beraber olmaktan hoşlanırım.  
2- Çoğu zaman insanlarla beraber olmaktan hoşlanmam.  
3- Hiçbir zaman insanlarla beraber olmaktan hoşlanmam.
- L) 1- Herhangi birşey hakkında karar veremem.  
2- Herhangi birşey hakkında karar vermek zor gelir.  
3- Herhangi birşey hakkında kolayca karar veririm.
- M) 1- Güzel / Yakışıklı sayılırım.  
2- Güzel / Yakışıklı olmayan yanlarım var.  
3- Çirkinim.
- N) 1- Okul ödevlerimi yapmak için her zaman kendimi zorlarım.  
2- Okul ödevlerimi yapmak için çoğu zaman kendimi zorlarım.  
3- Okul ödevlerimi yapmak sorun değil.
- O) 1- Her gece uyumakta zorluk çekerim.  
2- Birçok gece uyumakta zorluk çekerim.  
3- Oldukça iyi uyurum.
- Ö) 1- Arada sırada kendimi yorgun hissederim.  
2- Birçok gün kendimi yorgun hissederim.  
3- Her zaman kendimi yorgun hissederim.
- P) 1- Hemen hergün canım yemek yemek istemez.  
2- Çoğu gün canım yemek yemek istemez.  
3- Oldukça iyi yemek yerim.
- R) 1- Ağrı ve sızılardan endişe etmem.  
2- Çoğu zaman ağrı ve sızılardan endişe ederim.  
3- Her zaman ağrı ve sızılardan endişe ederim.
- S) 1- Kendimi yalnız hissetmem.  
2- Çoğu zaman kendimi yalnız hissederim.  
3- Her zaman kendimi yalnız hissederim.

## Ek. 2. Çocuklar İçin Depresyon Ölçeği

- Ş) 1- Okuldan hiç hoşlanmam.  
2- Arada sırada okuldan hoşlanırım.  
3- Çoğu zaman okuldan hoşlanırım.
- T) 1- Birçok arkadaşım var.  
2- Birçok arkadaşım var ama daha fazla olmasını isterim.  
3- Hiç arkadaşım yok.
- U) 1- Okul başarım iyi.  
2- Okul başarım eskisi kadar iyi değil.  
3- Eskiden iyi olduğum derslerde çok başarısızım.
- Ü) 1- Hiçbir zaman diğer çocuklar kadar iyi olamıyorum.  
2- Eğer istersem diğer çocuklar kadar iyi olurum.  
3- Diğer çocuklar kadar iyiyim.
- V) 1- Kimse beni sevmez.  
2- Beni seven insanların olup olmadığından emin değilim.  
3- Beni seven insanların olduğundan eminim.
- Y) 1- Bana söyleneni genellikle yaparım.  
2- Bana söyleneni çoğu zaman yaparım.  
3- Bana söyleneni hiçbir zaman yapmam.
- Z) 1- İnsanlarla iyi geçinirim.  
2- İnsanlarla sık sık kavga ederim.  
3- İnsanlarla her zaman kavga ederim.

### Ek. 3. Çocuklar İçin Süreklilik Anksiyete Ölçeği

		HEMEN HEMEN HIÇ	BAZEN	SIK SIK
1.	Yanlış yapacağım diye endişelenirim			
2.	Ağlayacak gibi oluyorum			
3.	Kendimi mutsuz hissedirim			
4.	Karar vermekte güçlük çekerim			
5.	Sorunlarımla yüz yüze gelmek bana zor gelir			
6.	Çok fazla endişelenirim			
7.	Evde sinirlerim bozulur			
8.	Utangacım			
9.	Sıkıntılıyım			
10.	Aklımdan engelleyemediğim önemsiz düşünceler geçer ve beni rahatsız eder			
11.	Okul beni endişelendirir			
12.	Ne yapacağıma karar vermekte zorluk çekerim			
13.	Kalbimin hızlı hızlı çarptığını fark ederim			
14.	Nedenini bilmediğim korkularım var			
15.	Annem ve babam için endişelenirim			
16.	Ellerim terler			
17.	Kötü bir şeyler olacak diye endişelenirim			
18.	Geceleri uykuya dalmakta güçlük çekerim			
19.	Karnımda bir rahatsızlık hissedirim			
20.	Başkalarının benim hakkımda ne düşündükleri beni endişelendirir			

## 9.ÖZGEÇMİŞ

Ayşe Suna DÜLGER, 1989 Çayeli doğumludur. İlkokul ve Liseyi İstanbul'ta mamlamıştır. Haliç Üniversitesi Fen-Edebiyat Fakültesi Psikoloji Bölümü 2011 mezunudur. 2012 yılında aynı üniversitede Uygulamalı Psikoloji Tezli Yüksek Lisansa başlamıştır.

Lisans döneminde, Darülaceze Müessesinde, Balıklı Rum Hastanesi Vakfı'nda ve Bakırköy Ruh ve Sinir Hastalıkları Hastanesi'nde, yaşlılık psikolojisi, çeşitli nevrotik ve psikotik bozukluklar, madde bağımlısı bireylerin grup çalışmalarına ve psikotik bireylerin görüşmelerine uzman psikolog eşliğinde aktif katılarak alan deneyimi kazanmıştır. Yine Üniversite döneminde, özel bir dershanede Rehber Öğretmenlik yapmıştır.

Üniversiteden mezun olduktan sonra, Avcılar İlk Terapi Özel Eğitim ve Rehabilitasyon Merkezinde, Zihinsel Engelli, Yaygın Gelişimsel Bozukluk, Dikkat Dağılıklığı ve Hiperaktivite Bozukluğu olan çocuklar ve bu çocukların aileleri ile mesleki çalışmalar yürütmüştür.

2012 yılında, Aile ve Sosyal Politikalar İstanbul İl Müdürlüğü Çocuk ve Gençlik Merkezi'nde, Suça Sürüklenen, Sokak Yaşantısı olan ve Madde Bağımlısı çocuklar ve bu çocukların aileleri ile, rehabilite ve danışmanlık çalışmaları yapmaya başlamıştır.

Bilişsel Davranışçı Terapi Eğitimi, Şema Terapi Eğitimi, Evlilik ve Çift Terapisi Eğitimi, Cinsel Terapi Eğitimi, EMDR Terapisi eğitimlerini tamamlamıştır

## KATILDIĞI KONGRE VE SEMİNERLER

- 29/30.11.2007 "İBB şizofrenide bakım ve rehabilitasyon sempozyumu" katılım belgesi
- 09.05.2008 Maltepe Üniversitesi "psikolojiyi yeniden düşünmek" sempozyumu katılım belgesi
- 21.02.2010 dialogue language schools "upper- intermediate" sertifikası
- 14-17.04.2010 Mersin Üniversitesi "16. Ulusal psikoloji kongresi" katılım belgesi
- 14.04.2010 "EMDR'a Giriş" çalışma grubu katılım belgesi
- 14.04.2010 "yemekle kavgayı sonlandırmak" çalışma grubu katılım belgesi
- 16.06.2010 "özel öğrenme güçlüğü ve eğitim yaklaşımları" semineri katılım belgesi
- 14-17.07.2010 Ankara Üniversitesi "iletişim çağında iletişimsizlik" öğrenci kongresi katılım belgesi
- 14-17.07.2010 "bağımsız bir gelişimsel evre olarak ergenlik dönemi" çalışma grubu katılım belgesi
- 15-17.07.2011 "psikolojik danışma hizmetlerinin Türkiye'deki yeri ve geleceği" Erzurum Üniversitesi 8. Ulusal psikolojik danışma ve rehberlik öğrenci kongresi katılım belgesi
- 25.03.2012 psikolojik eğitim, terapi ve araştırma derneği "travma sonrası stres bozukluğu eğitimi" katılım belgesi