

T.C.
İSTANBUL GELİŞİM ÜNİVERSİTESİ
LİSANSÜSTÜ EĞİTİM ENSTİTÜSÜ

Psikoloji Anabilim Dalı
Klinik Psikoloji Bilim Dalı

GENÇ YETİŞKİN BİREYLERDE ALGILANAN
ANNE-BABA TUTUMLARI İLE KAYGI SEVİYELERİ
ARASINDAKİ İLİŞKİNİN İNCELENMESİ

Yüksek Lisans Tezi

Ayşenur DALGIÇ

Danışman
Prof. Dr. Canan TANIDIR

İstanbul - 2024

TEZ TANITIM FORMU

Yazar Adı Soyadı : Ayşenur Dalgıç
Tezin Dili : Türkçe
Tezin Adı : Genç Yetişkin Bireylerde Algılanan Anne-Baba Tutumları İle Kaygı Seviyeleri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi
Enstitü : İstanbul Gelişim Üniversitesi Lisansüstü Eğitim Enstitüsü
Ana Bilim Dalı : Psikoloji
Tezin Türü : Yüksek Lisans
Tezin Tarihi : 15.01.2024
Sayfa Sayısı : 80
Tez Danışmanı : Prof. Dr. Canan Tanıdır
Dizin Terimleri : Algılanan Anne-Baba Tutumları, Kaygı, Ebeveynlik.
Türkçe Özet : Bu Araştırma, Genç Yetişkin Bireylerde Algılanan Anne-Baba Tutumları İle Kaygı Seviyeleri Arasındaki İlişkiyi İncelemektedir.
Dağıtım Listesi : 1. İstanbul Gelişim Üniversitesi Lisansüstü Eğitim Enstitüsü'ne
2. YÖK Ulusal Tez Merkezi'ne

Ayşenur DALGIÇ

T.C.
İSTANBUL GELİŞİM ÜNİVERSİTESİ
LİSANSÜSTÜ EĞİTİM ENSTİTÜSÜ

Psikoloji Anabilim Dalı
Klinik Psikoloji Bilim Dalı

**GENÇ YETİŞKİN BİREYLERDE ALGILANAN
ANNE-BABA TUTUMLARI İLE KAYGI SEVİYELERİ
ARASINDAKİ İLİŞKİNİN İNCELENMESİ**

Yüksek Lisans Tezi

Ayşenur DALGIÇ

Danışman
Prof. Dr. Canan TANIDIR

İstanbul - 2024

BEYAN

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

Ayşenur DALGIÇ

.../.../2024



T.C.
İSTANBUL GELİŞİM ÜNİVERSİTESİ
LİSANSÜSTÜ EĞİTİM ENSTİTÜSÜ MÜDÜRLÜĞÜNE

Ayşenur DALGIÇ'ın "Genç yetişkin bireylerde algılanan anne-baba tutumları ile kaygı seviyeleri arasındaki ilişkinin incelenmesi" adlı tez çalışması, jürimiz tarafından Psikoloji Anabilim Dalı Klinik Psikoloji Bilim Dalında YÜKSEK LİSANS tezi olarak kabul edilmiştir.

Başkan _____

Prof. Dr. Canan TANIDIR

(Danışman)

Üye _____

Dr. Öğr. Üyesi Hatice GÜNEŞ

Üye _____

Dr. Öğr. Üyesi Hasan SEZEROĞLU

ONAY

Yukarıdaki imzaların, adı geçen öğretim üyelerine ait olduğunu onaylarım.

.../.../2024

Prof. Dr. İzzet GÜMÜŞ

Enstitü Müdürü

ÖZET

GENÇ YETİŞKİN BİREYLERDE ALGILANAN ANNE - BABA TUTUMLARI İLE KAYGI SEVİYELERİ ARASINDAKİ İLİŞKİNİN İNCELENMESİ

Bu araştırmanın amacı genç yetişkinlerin algıladığı anne-baba tutumları ile sürekli kaygı seviyeleri arasındaki ilişkiyi incelemektir. Araştırmada, anne-baba tutumlarını değerlendirmek için "Anne-Baba Tutumu Ölçeği" ve katılımcıların kaygı seviyelerini ölçmek için "Sürekli Kaygı Envanteri" kullanılmıştır. Araştırma, Türkiye'deki 18-35 yaş arasındaki genç yetişkinler üzerinde yürütülmüş ve toplamda 386 katılımcıyı içermiştir.

Araştırma sonuçlarına göre, demokratik ebeveynlik tutumları ile sürekli kaygı arasında orta düzeyde negatif bir ilişki; otoriter ve koruyucu-istekçi ebeveynlik tutumları ile sürekli kaygı seviyeleri arasında orta düzeyde pozitif bir ilişki bulunmuştur. Ayrıca, psikiyatrik tanı almış veya psikolojik destek almış katılımcıların, psikiyatrik tanı veya psikolojik destek almamış katılımcılara kıyasla demokratik ebeveynlik tutum puanlarının daha düşük, otoriter ve koruyucu-istekçi ebeveynlik tutum puanlarının daha yüksek olduğu gözlemlenmiştir. Demokratik ebeveynlik tutum puanları, cinsiyete göre istatistiksel olarak anlamlı bir fark göstermiştir ve erkeklerde daha yüksek düzeyde bulunmuştur. Demokratik tutum puanları, baba eğitim seviyesine göre istatistiksel olarak anlamlı bir fark göstermiştir. İlkokul mezunu olan babaların demokratik tutum puanlarının lise mezunu olan babaların demokratik tutum puanlarından daha düşük olduğu saptanmıştır. Sürekli kaygı envanteri puanları, cinsiyete göre istatistiksel olarak anlamlı bir fark göstermiştir ve kadınların erkeklere oranla daha yüksek kaygı puanlarına sahip olduğu bulunmuştur.

Sonuç olarak, bu araştırma genç yetişkinlerin algıladığı anne-baba tutumları ile sürekli kaygı seviyeleri arasında bir ilişki olduğunu göstermiştir. Bu konuda daha geniş örneklerle yapılan ve prospektif çalışmalara ihtiyaç vardır.

Anahtar Kelimeler: Genç Yetişkin, Algılanan Anne-Baba Tutumları, Kaygı

SUMMARY

THE RELATIONSHIP BETWEEN PERCEIVED PARENTAL ATTITUDES AND ANXIETY LEVELS IN YOUNG ADULTS

The aim of this study is to examine the relationship between perceived parental attitudes and trait anxiety levels of young adults. In the study, the "Parental Attitudes Scale" was used to assess parental attitudes and the "Trait Anxiety Inventory" was used to measure participants' anxiety levels. The study was conducted on young adults between the ages of 18-35 in Turkey and included a total of 386 participants.

According to the results of the study, a moderate negative relationship was found between democratic parenting attitudes and trait anxiety, and a moderate positive relationship was found between authoritarian and protective-demanding parenting attitudes and trait anxiety levels. In addition, it was observed that participants with psychiatric diagnosis or psychological support had lower democratic parenting attitude scores and higher authoritarian and protective parenting attitude scores compared to participants without psychiatric diagnosis or psychological support. Democratic parenting attitude scores showed a statistically significant difference according to gender and were found to be higher in males. Democratic attitude scores showed a statistically significant difference according to father's education level. It was found that the democratic attitude scores of fathers who graduated from primary school were lower than the democratic attitude scores of fathers who graduated from high school. Trait anxiety inventory scores showed a statistically significant difference according to gender and it was found that women had higher anxiety scores than men.

In conclusion, this study showed that there is a relationship between perceived parental attitudes and trait anxiety levels of young adults. There is a need for prospective studies with larger samples on this subject.

Keywords: Young Adult, Perceived Parental Attitudes, Anxiety

İÇİNDEKİLER

ÖZET	i
SUMMARY	ii
İÇİNDEKİLER.....	iv
KISALTMALAR LİSTESİ	vi
TABLolar LİSTESİ	vii
ÖNSÖZ	viii
GİRİŞ.....	1

BİRİNCİ BÖLÜM

ARAŞTIRMANIN GENEL ESASLARI

1.1. Araştırmanın Problemi	2
1.2. Araştırmanın Hipotezleri	3
1.3. Araştırmanın Amacı ve Önemi	3
1.4. Araştırmanın Sayıltıları	4
1.5. Araştırmanın Sınırlılıkları.....	5

İKİNCİ BÖLÜM

KURAMSAL ÇERÇEVE

2.1 Ebeveynlik.....	6
2.1.1 Genç Yetişkinlik Tanımı.....	7
2.1.2 Algılanan Ebeveyn Tutumu Tanımı.....	8
2.1.2 Genel Olarak Ebeveyn Tutumları.....	8
2.2 Otoriter Anne-Baba Tutumu.....	14
2.2.1 Kaygı ile İlişkisi.....	14
2.3 Demokratik Anne-Baba Tutumu.....	15
2.3.1 Kaygı ile İlişkisi.....	15
2.4 Koruyucu-İstekçi Anne-Baba Tutumu.....	16
2.4.1 Kaygı ile İlişkisi.....	16
2.5 Kaygı Kavramı.....	16
2.5.1 Kuramsal Yaklaşımlar Çerçevesinden Kaygı.....	17
2.5.2 İki Faktörlü Kaygı Kuramı.....	17
2.5.2.1 Durumluk Kaygı.....	18

2.5.2.2 Sürekli Kaygı.....	18
2.5.3 Kaygı Bozukluğu Tanı Kriterleri.....	18
2.5.4 Kaygı Bozukluğu Çeşitleri.....	25
3. Ebeveyn Tutumları ile Kaygı Arasındaki İlişki.....	27

ÜÇÜNCÜ BÖLÜM

YÖNTEM VE TEKNİKLER

3.1. Araştırma Modeli.....	32
3.2.Çalışma Grubu.....	32
3.3.Veri Toplama Araçları.....	32
3.3.1 Anne-Baba Tutumu Ölçeği.....	32
3.3.2 Sürekli Kaygı Envanteri.....	33
3.3.3 Kişisel Bilgi Formu.....	33
3.4.Veri Toplama Süreci.....	34
3.5. Veri Analizi	34

DÖRDÜNCÜ BÖLÜM

BULGULAR

TARTIŞMA.....	43
SONUÇ	47
ÖNERİLER.....	49
KAYNAKÇA.....	50
EKLER	56
ÖZGEÇMİŞ	67

KISALTMALAR VE SEMBOLLER LİSTESİ

APA : Amerikan Psikiyatri Birliği

DSM-V :Diagnosticand Statistical Manual of Mental Disorders (Mental Bozuklukların Tanısal ve Sayımsal Elkitabı)

SPSS : Statistical Package for the Social Sciences

min : Minimum Değer

maks : Maksimum Değer

α : Alfa

n : Frekans

% : Yüzde

\bar{x} : Aritmetik Ortalama

F : F Değer

r : Pearson Korelasyon Katsayısı

t : t değer

ss : Standart Sapma

p : Anlamlılık değer

\pm : Artı Eksi

TABLolar LİSTESİ

Tablo.1 Ölçek Puanlarına İlişkin Güvenirlik Analizi	15
Tablo.2 Demografik Özelliklere İlişkin Bulgular.....	36
Tablo.3 Normallik Varsayımına İlişkin Bulgular.....	37
Tablo.4 Anne-Baba Tutumu Ölçeği Puanlarının Daha Önce Psikiyatrik Bir Tanı Alma Durumuna Göre Karşılaştırılmasına Yönelik Bulgular.....	37
Tablo.5 Anne-Baba Tutumu Ölçeği Puanlarının Daha Önce Psikolojik Bir Destek Alma Durumuna Göre Karşılaştırılmasına Yönelik Bulgular.....	38
Tablo.6 Anne-Baba Tutumu Ölçeği Puanlarının Cinsiyete Göre Karşılaştırılmasına Yönelik Bulgular.....	39
Tablo.7 Sürekli Kaygı Envanteri Puanlarının Cinsiyete ve Ebeveynlerden Herhangi Birinin Daha Önce Psikiyatrik Bir Tanı Alma Durumuna göre Karşılaştırılmasına Yönelik Bulgular.....	39
Tablo.8 Anne-Baba Tutumu Ölçeği Puanlarının Anne Eğitim Seviyesine Göre Karşılaştırılmasına Yönelik Bulgular.....	40
Tablo.9 Anne-Baba Tutumu Ölçeği Puanlarının Baba Eğitim Seviyesine Göre Karşılaştırılmasına Yönelik Bulgular.....	41
Tablo.10 Anne-Baba Tutumu Ölçeği Puanları ile Sürekli Kaygı Envanteri Puanları Arası İlişkiye Yönelik Bulgular.....	41

ÖNSÖZ

Öncelikle bu çalışmaya çok emeği geçen sayın tez danışmanım Profesör Doktor Canan Tanıdır'a, anket çalışmama destek veren değerli katılımcılara, sevgili arkadaşlarım Klinik Psikolog Esra Kaya'ya, Sosyal Hizmet Uzmanı Şifanur Enç'e, Klinik Psikolog Gökçe Dağışan'a, Avukat Halime Arıcı'ya, Psikolojik Danışman Neslihan Ugsuz'a, hayat arkadaşım M. Şamil Kanak'a ve kıymetli annem Pervin Dalgıç ile kıymetli babam Cemal Dalgıç'a teşekkürlerimi sunarım.



GİRİŞ

Ebeveyn tutumları, bireylerin hayatlarını şekillendirmektedir. Ancak bu tutumların olumsuz bir seyir izlemesi durumunda bireyler, saldırgan ruh hali, derin üzüntü, değersizlik duygusu ya da kaygı gibi ruhsal sorunlarla karşı karşıya kalabilmektedir (Rohner ve Khaleque, 2005). Ainsworth (1973) ve Bowlby'nin (1969) bağlanma teorileri, insanların erken dönemlerinde ebeveynleri ile kurdukları bağların, yetişkinlikteki kaygı seviyesini etkileyeceğini öngörmüşlerdir. Erken dönemlerde Young (1999) ve Rohner (2004) ebeveynlerdeki olumsuz tutumların, yetişkinlikte çarpık zihinsel temsillerin önünü açtığını ve birçok ruhsal soruna ortam hazırladığını ileri sürmüşlerdir. Çünkü olumsuz ebeveyn tutumları, bireyin çeşitli psikopatolojilere karşı savunmasızlığını artırmaktadır. Örneğin, depresyon, yoksunluk, anksiyete gibi problemler, ebeveyn tutumlarının sonucunda oluşabilmektedir (akt. Demirdağ, 2017; Dalgıç, Civil, Savaş ve Şahin, 2022).

Ebeveyn tutumları, erken çocukluk döneminden başlayarak yaşamın pek çok döneminde etkisini göstermektedir. Ebeveyn tutumlarında ebeveynlerin gösterdiği aşırı kontrolün ya da şefkat eksikliğinin bazı bilişsel zayıflıklara ve duygulanım bozukluklarına ortam hazırladığı görülmektedir (Enns ve ark., 2002). Ebeveynlerin aşırı kontrolcü ve denetleyici davranışları, kaygı seviyeleri ile ilişkilidir (Barlow, 2002). Bu bağlamda, genç yetişkinler arasında algılanan ebeveynlik tarzı ile genç yetişkinlerin kaygı seviyeleri arasında ilişki olduğu savunulabilmektedir (Chen, 2014). Erken gelişimden sonraki dönemde, aşırı koruma, kaçınma, psikolojik kontrol ve duygusal sıcaklık eksikliği gibi olumsuz ebeveynlik, kaygının yordayıcısı olarak görülmektedir (Bahtiyar ve Gençöz, 2023).

Özetle ebeveynlik ve psikolojik sorunlar arasındaki ilişkiye odaklanıldığında, ebeveyn tutumlarındaki olumsuzlukların genç yetişkinlikte kaygıya yol açtığı görülebilmektedir. Ebeveyn tutumları, anlayış ve etkili iletişim çerçevesinde gerçekleştirildiğinde genç yetişkinler daha düşük kaygı seviyelerine sahip olabilmektedir. Bu araştırmada ise genç yetişkin bireylerde algılanan anne-baba tutumları ile kaygı seviyeleri arasındaki ilişki incelenmiştir.

BİRİNCİ BÖLÜM

ARAŞTIRMANIN ÖZELLİKLERİ

Bu bölümde, araştırmanın genel özelliklerine değinilmektedir. Bölüm içerisinde bulunan alt başlıklar şu şekilde sıralanmaktadır: Araştırmanın amacı ve önemi, araştırmanın problemi, araştırmanın hipotezleri, varsayımlar, araştırmanın evreni ve örnekleme, kapsam ve sınırlılıklar.

1.1 Araştırmanın Amacı ve Önemi

Bu araştırmanın amacı; genç yetişkin bireylerin algıladığı anne-baba tutumunun mevcut durumdaki kaygı seviyeleri ile ilişkisini incelemek ve ebeveyn tutumu ile kaygı belirtileri arasında anlamlı bir ilişki olup olmadığını saptamaktır.

Anne-baba tutumu, çocukların sosyal gelişiminde temel bir faktör olarak kabul edilmektedir. Çocukluk döneminde deneyimlenen anne-baba tutumlarının yetişkinlik dönemindeki kaygı düzeylerini etkileyebilmektedir. Sezer ve Vuslat (2010) demokratik anne-baba tutumunun çocuklarda kaygı bozukluğunu önleyici bir rol oynayabileceğini ve otoriter anne-baba tutumunun ise çocuklarda kaygı bozukluğu riskini artırabileceğini öne sürerek ebeveyn tutumunun önemine değinmiştir.

Genç yetişkinler arasında yapılan bir araştırmada ise koruyucu-istekçi anne-baba tutumu ile demokratik anne-baba tutumu arasında pozitif bir ilişki bulunmuş ve otoriter anne-baba tutumu ile demokratik anne-baba tutumu arasında orta derecede pozitif bir ilişki tespit edilmiştir (Oğuz, 2016). Literatürdeki bazı araştırmalarda ebeveyn tutumlarının algılanmasında çelişkili sonuçlar elde edildiği görülmektedir. Bazı çalışmalarda ergenlerin demokratik ebeveyn tutumunu daha fazla algıladığı belirtilirken, bazılarında ise otoriter ve koruyucu-istekçi ebeveyn tutumlarının daha baskın olduğu rapor edilmiştir (Taşdemir, 2020). Literatür taramasından yola çıkarak bu araştırmada güncel verilerin elde edilmesi hedeflenmiştir.

1.2 Araştırmanın Problemi

Bu araştırmada, genç yetişkinlerde algılanan anne-baba tutumu ile kaygı seviyesi arasındaki ilişki incelenmektedir. Erözkan'ın (2012) araştırmasına göre ebeveyn tutumları ile kaygı düzeyleri arasında ilişki bulunmaktadır. Çünkü ebeveynlerin çocuklarına karşı sergiledikleri tutumların, çocukların kişilik gelişimi, benlik algıları ve ilişkileri üzerinde önemli bir rolü bulunmaktadır (Aydoğdu & Dilekmen, 2016; Şahin, 2019).

Ebeveyn tutumları genellikle demokratik, koruyucu-istekçi ve otoriter ebeveyn tutumları olmak üzere üç ana grupta sınıflandırılır (Erözkan, 2011). Yine Erözkan'ın (2012) araştırmasına göre, demokratik ebeveyn tutumu ile çocukların kaygı düzeyi arasında negatif bir ilişki bulunmaktadır. Bu da demokratik ebeveynlerin çocuklarının daha düşük kaygı düzeylerine sahip olduğunu göstermektedir. Ancak, koruyucu-istekçi ve otoriter ebeveyn tutumları ile çocukların kaygı düzeyi arasında pozitif ilişkiler bulunmuş, yani bu tür ebeveynlerin çocukları daha yüksek kaygı düzeyleri göstermiştir.

Demokratik ebeveyn tutumunun egemen olduğu ailelerde yetişen çocukların olumlu kişilik özelliklerine sahip olmaktadır ve otoriter ebeveyn tutumunun egemen olduğu ailelerde yetişen çocuklar daha fazla kaygı yaşamaktadır. Bu bulgular, çocukların ebeveyn tutumlarının, ileriki yaşlarda toplumun ruh sağlığına etkisi açısından önemli olduğunu göstermektedir (Baldwin, McIntyre ve Hardaway, 2007).

Sonuç olarak, ebeveynlerin çocuklarına karşı sergiledikleri tutumlar ile çocukların kaygı düzeyleri arasında karmaşık bir ilişki bulunmaktadır. Demokratik ebeveyn tutumu çocukların kaygı düzeyini azaltabilirken, koruyucu-istekçi ve otoriter ebeveyn tutumları kaygı düzeyini artırabilmektedir. Bu nedenle, ebeveynlerin çocuklarına yaklaşımlarının, çocukların duygusal ve psikolojik sağlığı üzerinde önemli bir etkisi olduğu vurgulanmaktadır (Erözkan, 2012).

1.3 Araştırmanın Hipotezleri

Bu araştırma, genç yetişkin bireylerde algılanan anne-baba tutumları ile kaygı seviyeleri arasında ilişki bulunduğunu öne sürmektedir. Araştırmanın amacı ve problemi doğrultusunda hazırlanan hipotezler (H₁, H₂, H₃) ise aşağıda verilmektedir.

H₁: Otoriter ebeveyn tutumları ile kaygı düzeyleri arasında pozitif yönde bir ilişki vardır. Otoriter ebeveyn tutumu olan bireylerde kaygı düzeyleri daha yüksek olacaktır.

H₂: Koruyucu-istekçi ebeveyn tutumları ile kaygı düzeyleri arasında pozitif yönde bir ilişki vardır. Koruyucu-istekçi ebeveyn tutumu olan bireylerde kaygı düzeyleri daha yüksek olacaktır.

H₃: Demokratik ebeveyn tutumları ile kaygı düzeyleri arasında negatif yönde bir ilişki vardır. Demokratik ebeveyn tutumu olan bireylerde kaygı düzeyleri daha az olacaktır.

1.4 Varsayımlar

- Örneklemin, genel evreni temsil edebilme kapasitesine sahip olduğu kabul edilmektedir.
- Ölçüm araçlarının, örneklem grubu tarafından samimiyetle ve dürüstçe doldurulduğu varsayımı altında değerlendirilmektedir.
- Kullanılan ölçüm araçlarının, araştırmanın genel ve alt amaçlarına uygun olduğu ve içerik açısından uyumlu olduğu varsayımı altında ele alınmaktadır.
- Örnekleme uygulanan ölçüm araçlarının güvenilirliği ve geçerliliği kabul edilmektedir.

1.5 Araştırmanın Evreni ve Örneklemi

Araştırmanın evrenini 18-35, yaş arasındaki genç yetişkin bireyler oluşturmaktadır. Araştırmadaki örnekleme ise evrende belirtilen kritere uygun olarak seçilmiş 386 kişidir. Yani, araştırmada incelenmek üzere seçilen ve verilerin toplanacağı küçük grup, 386 kişiden oluşmaktadır. Bu örnekleme, evrenin daha küçük bir alt kümesini temsil etmektedir. Araştırma sonuçları, bu 386 kişilik örnekleme üzerinden elde edilip daha geniş bir evrene genelleştirilmektedir.

1.6 Kapsam ve Sınırlılıklar

Çalışmanın örneklemi 18-35 yaş arası araştırmaya katılım konusunda gönüllü 386 kişiyi kapsamaktadır. Elde edilen veriler ise “Kişisel Bilgi Formu”, “Anne-Baba Tutum Ölçeği (ABTÖ)” ve “Sürekli Kaygı Envanteri (SKE)”nden elde edilen verilerle ve istatistiksel analizlerle sınırlı kalmıştır.

İKİNCİ BÖLÜM

KURAMSAL ÇERÇEVE

Araştırmalar, çocukluk ve ergenlik dönemlerindeki çeşitli psikopatoloji biçimleri ile algılanan ebeveyn tutumları veya çocuğun ebeveynlerinin davranışlarına ilişkin algılar arasında bir ilişki olduğunu göstermektedir (Wolfradta ve ark., 2002; Shadach & Ganor-Miller, 2013; Bahtiyar ve Gençöz, 2023). Ebeveynlik tutumu genellikle iki ana boyutta değerlendirilir: Ebeveyn talebi (örneğin, kontrol) ve ebeveyn tepkisi (örneğin, sıcaklık). Yetişkinlik döneminde algılanan kaygı düzeyleri, anne ve baba tutumuyla şekillenebilmektedir. Bu bağlamda, dört temel ebeveynlik stili tanımlanır: Yetkili (yüksek talep ve yüksek yanıt verme), otoriter (yüksek talep ve düşük yanıt verme), hoşgörülü (düşük talep ve yüksek yanıt verme) ve kayıtsız veya ihmalkar (düşük talep ve düşük yanıt verme) (akt. Eker ve Türk, 2021). Bu farklı ebeveynlik stilleri, yetişkinlik döneminde görülen psikopatolojiye etkide bulunabilmektedir.

Darling ve Steinberg'e (1993) göre ebeveynlik stilleri, ebeveynlik uygulamalarından ayrılmalıdır. Bu noktada ebeveynlik stilleri, çocuğa yönelik ebeveynlerle iletilen tutumlar olarak anlaşılabilir. Darling ve Steinberg, ebeveynlik stiline, kaygı seviyesi incelemesi için önemli bir değişken olduğunu ileri sürmüşlerdir, bu süreçte çocukluk döneminde ebeveynlerin tutumu önemli bir yer tutmaktadır (akt. Aksoy, Kılıç ve Gözün Kahraman, 2009; Akarslan Esen ve Cesur, 2015). Çocuk gelişimi, birçok faktörün etkileşimine bağlı olarak şekillenen karmaşık bir süreçtir. Bu faktörler arasında, ebeveynlerin çocuklarına karşı sergilediği tutumlar önemli bir rol oynamaktadır (Dokuyan, 2016).

Ebeveyn rolleri incelendiğinde her ebeveyn tutumunun bireysel gelişimde yer ettiği görülmektedir. Örneğin eşitlikçi bir tutum sergileyen ebeveynler, çocuklarını birey olarak kabul etmekte ve onlara değer vermektedirler. Bu tutum, her çocuğun kendine özgü yeteneklerini geliştirmesine yardımcı olmakta ve özgüven oluşumuna ortam hazırlamaktadır (Aydoğdu ve Dilekmen, 2016). Çocuklar, aile ortamında kendilerine sevgi ve destek verildiğini bilirler ve bu, onların duygusal gelişimine olumlu katkı sağlar.

Aşırı korumacı ebeveynlikte ise tersi durumlar söz konusu olabilmektedir. Korumacı ebeveyn, çocukların bağımsızlık gelişimini engelleyebilmektedir. Bu tür ebeveynler,

çocuklarını sürekli olarak koruma ve kollama eğilimindedirler ve bu, çocukların sorumluluk almasını zorlaştırabilir (Yavuzer, 2019). Ayrıca, bu yaklaşımın çocuklarda kaygı ve güvensizlik oluşturma ihtimali yüksektir. Paralel olarak aşırı otoriter ve baskıcı ebeveynlik de çocukların kendilerini ifade etmelerini engelleyebilmektedir. Bu tür ebeveynler, çocuklarını sık sık yargırlar ve düşünce ve davranışlarını kontrol etmeye çalışırlar (Günel, 2007). Bu tutum, çocuklarda sosyal kaygı oluşturma potansiyeline sahiptir.

Ergenlik dönemi, genç bireylerin bağımsızlık kazanma dönemidir. Bu dönemde, ebeveynlerin çocuklarına daha fazla özgürlük tanımları ve bireyselleşmelerine izin vermeleri önemlidir. Bu süreç içinde aile içi ilişkiler değişebilir ve genç birey kendi özgürlüğünü kazanır. Özetle ebeveynlerin çocuk gelişimine etkisi büyük öneme sahiptir. Eşitlikçi ve sevgi dolu bir tutum, çocukların sağlıklı bir şekilde büyümelerine katkıda bulunurken, aşırı korumacı ve otoriter yaklaşımlar, olumsuz sonuçlar doğurabilmektedir (Yavuzer, 2019).

Etimolojik ve Tarihi Altyapı: Türkçe kökenli olan “tutum” kelimesi, “tutulmuş yol, tavır ve davranış” anlamlarına gelmektedir. Yine Türkçe kökenli olan “kaygı” kelimesi ise, “üzücü veya kötü bir şey olacak korkusundan doğan tedirgin edici duygu; düşünce, tasa, küşüm, endişe, gam; genellikle kötü bir şey olacakmış düşüncesiyle ortaya çıkan ve sebebi bilinmeyen gerginlik duygusu” anlamlarına gelmektedir (TDK, 2023).

Bireylerin yaşamlarını etkileyen en önemli tutumlardan biri olan ebeveyn tutumlarına ilişkin çok sayıda araştırma yapılmış olmasına rağmen konu, çok eski köklere sahip değildir. Ebeveyn tutumu konusundaki önde gelen araştırmacılardan biri olan Baumrind (1971), ebeveynlik stillerini üç temel ebeveyn tutumuyla tanımlayarak (otoriter, izin verici ve demokratik tutum) akademik çalışmaların önünü açmıştır (akt. Demirdağ, 2017; Dalgıç, Cıvı, Savaş ve Şahin, 2022).

Kaygı, insan psikolojisinde uzun bir geçmişe sahiptir. Bu kavramın kökeni, antik Yunan ve Roma filozoflarının eserlerinde bulunabilmektedir. Zira kaygı, insanlığın varoluşuyla birlikte oluşmuş bir duygudur (Michael, Zetsche, Margraf, 2007). Ancak

modern anlamıyla kaygı, 19. yüzyılın sonlarına doğru Sigmund Freud'un (1929) araştırmalarıyla literatürde yer tutmuştur (akt., Sevinç, 2019).

2.1 Ebeveynlik Kavramı

Ebeveynlik, çocukların bebeklikten yetişkinliğe kadar fiziksel, duygusal ve sosyal bakımını ve rehberliğini içeren karmaşık ve çok yönlü bir kavramdır. Çocukları sağlıklı, uyumlu ve sorumlu yetişkinler haline getirecek şekilde yetiştirmeyi, desteklemeyi ve yetiştirmeyi amaçlayan çeşitli sorumlulukları ve davranışları kapsamaktadır (Bornstein, 2002; Collins ve ark., 2000).

2.1.1 Genç Yetişkinlik Tanımı

Genç yetişkinlik, genellikle ergenlik döneminin sonlarından yirmili yaşların sonuna ve otuzlu yaşların başına kadar uzanan bir gelişim aşamasına atıfta bulunmaktadır. Bireylerin ergenlikten tam yetişkinliğe geçiş sürecinde önemli fiziksel, psikolojik ve sosyal değişimlerin yaşandığı bir dönemdir (Arnett, 2000).

2.1.2 Algılanan Ebeveyn Tutumu Tanımı

Algılanan ebeveyn tutumu, bireyin çocukluk ve ergenlik döneminde ebeveynlerinin onlara yönelik tutum, davranış ve etkileşimlerine ilişkin subjektif algısını ve yorumunu ifade etmektedir. Bireylerin ebeveynlerinin duygusal desteğini, duyarlılığını, sıcaklığını, disiplinini ve genel ebeveynlik tarzını nasıl algıladıklarını kapsamaktadır (Demirdağ, 2017).

2.1.3 Genel Olarak Ebeveyn Tutumları

Ana-baba tutumu, ebeveynlerin çocuklarına nasıl yaklaştığını ve onlarla nasıl etkileşimde bulunduğunu ifade eden bir kavramdır. Doğru bir şekilde uygulanan ana-baba tutumu, çocuğun psikolojik refahını olumlu bir şekilde etkilemektedir (Yamawaki, Peterson Nelson, Omori, 2011). Yamawaki, Peterson Nelson, ve Omori'nin çalışmasının yanı sıra, Baumrind'in (1971) ana-baba tutumu modeli de bu

konuyu derinlemesine incelemiştir. Baumrind, dört temel ana-baba tutumu türünü tanımlamıştır: Otoriter, demokratik (veya yetkilendirici), ihmalci ve aşırı serbest. Demokratik ana-baba tutumu, çocuğun bağımsızlığını desteklerken sınırlar koymak ve rehberlik etmek açısından etkili bir yaklaşım olarak kabul edilmekte ve düşük bir kaygı seviyesi için önerilmektedir. Doğru ana-baba tutumuyla yetiştirilen çocuklar, sosyalleşme konusunda daha başarılı olurlar. Anne ve baba, çocuğun sosyal becerilerini geliştirmek için önemli bir rol oynar (akt. Demirdağ, 2017; Dalgı, Civil, Savaş ve şahin, 2022). Bu süreçte ebeveynler, farklı tutumları benimseyebilirler. Bu tutumlar, şu şekilde verilebilir:

Aşırı Koruyucu Ana-Baba Tutumu: Bu tutumda çocuk, ailenin odak noktasıdır ve sürekli ilgi görür. Ebeveynler, sadece çocuklarına odaklanır ve kendi ihtiyaçlarını göz ardı edebilirler. Bu tutumla büyüyen çocuklar, okulda uyum sorunları yaşayabilirler.

Reddedici Ana-Baba Tutumu: Bu tutum altında çocuklar, reddedilme deneyimlerine maruz kalır. Anne ve baba, çocuğu istememiş olabilir veya çocuklarına olumsuz tepkiler göstermiş olabilirler. Bu çocuklar, güven konusunda sorunlar yaşayabilmekte ve dolayısıyla kaygılı bir ruh haline sahip olabilmektedir.

İlgisiz Ana-Baba Tutumu: Bu tutumda ebeveynler, çocuğun davranışlarına karşı ilgisizdir. Bu tutum altında yetişen çocuklar, kendilerini değersiz hissedebilirler kaygılı hissedebilirler.

Otoriter Ana-Baba Tutumu: Bu tutum altında anne-baba, çocuklarından mükemmel olmalarını bekler ve hoşgörüsüz davranabilir. Bu tür ebeveynler, çocuklarının hata yapmasına izin vermezler, bu da çekingen davranışlara yol açarak yine bireyin kaygılı olmasına ortam hazırlayabilir.

Tutarsız Ana-Baba Tutumu: Bu tutumda ebeveynler, davranışlarını sürekli olarak değiştirirler ve çocuğu kafa karışıklığına sürükleyebilirler. Tutarsız değerlendirmeler, kardeşler arasında rekabet yaratabilir ve bireyde kaygı oluşmasına neden olabilir.

Demokratik Ana-Baba Tutumu: Bu tutumda ebeveynler, çocuklarına sevgi ve saygı gösterirler ve onlarla etkili iletişim kurarlar. Çocuklar aile içinde kabul görür ve duygu ve düşüncelerini rahatça ifade ederler. Demokratik bir tutumla yetişen çocuklar, düşük kaygı seviyesine sahip olma eğilimindedirler (Kaplan ve Ak, 2018).

2.1.4 Ebeveyn Tutumlarına Teorik Yaklaşımlar

Çocukların duygusal gelişimi üzerindeki ana-baba tutumunun etkisi, Erikson'un (1963) psikososyal gelişim teorisinde ele alınır. Özellikle güven ve bağlılık konularında, ebeveynlerin çocuklarına sağladıkları destek ve güven ortamı önemlidir. John Bowlby (1969) tarafından geliştirilen bağlanma kuramı da çocukların ana-baba tutumu ve bağlanmaları arasındaki ilişkiyi araştırır. Bu kurama göre, çocukların güvenli bir bağlanma oluşturabilmeleri için ebeveynlerinin duygusal olarak mevcut olmaları önem taşımaktadır (akt. Demirdağ, 2017; Dalgar, Civil, Savaş ve Şahin, 2022).

Erik Erikson'un (1963) psikososyal gelişim teorisi, yaşam boyu insan gelişimini anlamak için etkili bir kuramsal çerçevedir. Bu teori, bireylerin her biri benzersiz bir gelişimsel kriz veya zorlukla karakterize edilen bir dizi psikososyal aşamadan geçtiğini öne sürmektedir. Bu krizleri başarılı bir şekilde yönetmek, belirli erdemlerin veya güçlü yönlerin kazanılmasına yol açarken, bunun yapılmaması psikososyal zorluklarla sonuçlanabilmektedir. Teori, her biri kendine özgü çatışma ve çözüme sahip sekiz aşamayı kapsamaktadır (akt. Gürses ve Kılavuz, 2011). Bunlar:

Güven ve Güvensizlik (0-1 yaş)

Kriz: Bu aşamadaki temel soru, bir bebeğin sevgi, yemek ve rahatlık gibi temel ihtiyaçlarını karşılama konusunda bakıcılarına güvenip güvenemeyeceğidir.

Sonuç: Başarılı çözüm, erdemle sonuçlanır ve çocuk dünyaya karşı güven duygusu geliştirmektedir.

Özerkliğe Karşı Utanç ve Şüphe (1-3 yaş)

Kriz: Yeni yürümeye başlayan çocuklar, bağımsızlıklarını savunmaya başlarlar, bu bağımsızlığın bakıcılarca belirlenen sınırlarda dengelenmesi gerekmektedir.

Sonuç: Başarılı çözüm, çocuğun özgüvenini ve kontrol duygusunu geliştirmesiyle birlikte irade erdemine ortam hazırlamaktadır.

Girişkenliğe Karşı Suçluluk (3-6 yaş)

Kriz: Çocuklar dünyalarını keşfeder ve yeni zorluklarla karşılaşır. Kriz, aşırı suçluluk veya endişe hissetmeden bunu yapıp yapamayacaklarıdır.

Sonuç: Başarılı çözümle çocuklarda amaç duygusu ve hedef belirleme yeteneği gelişmektedir.

Çalışkanlık ve Aşşağılık (6-11 yaş)

Kriz: Buradaki zorluk, yetersizlik duygularından kaçınırken akademik eğitim ve sosyal aktiviteler gibi çeşitli alanlarda yeterlilik ve becerileri geliştirmektir.

Sonuç: Başarılı çözüm, çocukların kendi uğraşlarında yetenekli ve yetkin hissetmelerini sağlayan yeterlilik erdemine ortam hazırlamaktadır.

Kimlik ve Rol Karışıklığı (12-18 yaş)

Kriz: Ergenler kimliklerini ve değerlerini keşfederek benlik duygusu ve tutarlı bir yaşam yönü oluşturmaya çalışırlar.

Sonuç: Başarılı çözüm, ergenlerin güçlü ve açık bir kimlik duygusu geliştirmesiyle sonuçlanmaktadır.

Yakınlık ve İzolasyon (19-40 yaş)

Kriz: Genç yetişkinler, izolasyondan ve bağlanma korkusundan kaçınırken başkalarıyla anlamlı ilişkiler ve yakınlık ararlar.

Sonuç: Başarılı çözüm, bireylerin yakın ve kalıcı ilişkiler kurmasıyla sevgi erdemini bulmaktadır.

Üretkenlik ve Durgunluk (40-65 yaş)

Kriz: Yetişkinler, üretkenlik ve durgunluk duygularıyla boğuşarak topluma ve gelecek nesle katkıda bulunmaya odaklanır.

Sonuç: Başarılı çözüm, bireylerin başkaları için bakımı ve toplumsal katkıları teşvik etmektedir.

Ego Bütünlüğüne Karşı Umutsuzluk (65+ yaş)

Kriz: Yaşamın ilerleyen dönemlerinde bireyler yaşam tercihleri ve deneyimleri üzerinde derinlemesine düşünür, doyum ve bilgelik duygusu elde etmeye çalışırlar.

Kararlılık: Başarılı çözüm, bireylerin bir bütünlük duygusu ve yaşamı kabullenme duygusuna iter.

Erikson'un teorisinde ebeveynlerin, özellikle de anne ve babanın rolü bu aşamalar boyunca değişiklik göstermektedir. Bebeklik döneminde, birincil bakım verenler, genellikle anne ve baba, güvenin oluşturulmasında ve çocuğun temel ihtiyaçlarının karşılanmasında çok önemli bir rol oynamaktadır. Sonraki aşamalarda ebeveynler rehberlik sağlayarak, sınırlar koyarak ve destek sunarak çocuğun gelişimini etkilemeye devam etmektedirler.

John Bowlby'in (1969) bağlanma teorisinde ise çocuklar ve çocukların birincil bakıcıları arasında oluşan duygusal bağları anlamak için temel bir çerçeve sunulmaktadır. Bağlanma teorisinin merkezinde, ebeveyn tutum ve davranışlarının, çocukların bakıcılarıyla oluşturdukları bağlanma bağlarını nasıl etkilediğinin araştırılması yer almaktadır (akt. Yıldız, 2012; Demirdağ, 2017)

Bağlanma teorisinin kökleri, ebeveyn-çocuk ilişkisinin doğasına ve bunun çocuğun psikolojik ve duygusal refahı üzerindeki etkisine dair içgörü sağlayan bağlanmaya (bakıcıyla kurulan bağa), bağlanma davranış sistemine (ağlama ya da sarılma gibi

bağlanma davranışlarının uyarlanmasına) ve içsel çalışma modellerine (bakıcılarla olan etkileşimlerden elde edilen zihinsel temsillere) dayanmaktadır.

Bağlanma teorisi, ebeveyn tutum ve davranışlarının çocuklar ve çocuklara bakım verenler arasındaki bağlanma bağıni şekillendirmedeki kritik rolünü vurgulamaktadır. Örneğin, bu şekillendirmeler arasında bulunan hassas yanıt verme için Bowlby, çocuklarının ihtiyaçlarına tutarlı ve hassas bir şekilde yanıt veren bakıcıların güvenli bağlanmayı teşvik ettiğini öne sürdü. Hassas tepki verme, çocuğun sinyallerini doğru algılamayı, doğru yorumlamayı, uygun bakım ve rahatlığı zamanında sağlamayı içermektedir. Bu duyarlılık çocukta güven ve güvenilirlik duygusu yaratmaktadır.

Duygusal olarak ulaşılabilir olan ve çocuklarının duygusal durumlarına uyum sağlayan ebeveynler, güvenli bağlanmanın gelişmesine katkıda bulunurlar. Çocukların duygularının bakıcıları tarafından kabul edildiğini ve onaylandığını hissetmeye ihtiyaçları vardır. Bu duygusal erişilebilirlik, çocukların duygularını düzenlemelerine ve keşif için güvenli bir temel geliştirmelerine yardımcı olur.

Bağlanma teorisi ebeveynlikte tutarlılığın ve öngörülebilirliğin önemini altını çizmektedir. Ebeveynler istikrarlı ve öngörülebilir bir ortam sağladığında çocuklar bakıcılarına güvenebilirler, bu da güvenlik duygusunu geliştirir ve kaygıyı azaltmaktadır.

Bowlby, çocuklarının ihtiyaç ve davranışlarına korkutucu veya kaygı verici tepkilerden kaçınan ebeveynlerin güvenli bağlanmayı desteklediğini savunmuştur. Bakıcılar sıkıntılı zamanlarda sakin ve destekleyici kalabildiklerinde çocuklar duygusal ihtiyaçlarının karşılanacağına güvenmeyi öğrenirler.

Fiziksel yakınlık ve dokunma, bağlanmada temel bir rol oynamaktadır. Bebekler ve küçük çocuklar, bakıcılarıyla fiziksel teması doğuştan ihtiyaç duyarlar ve fiziksel yakınlığı koruyan ebeveynler, bağlanma bağıni güçlendirebilir. Çocukların bakıcılarıyla aralarında gelişen tüm bu davranışlar, çocukların psikolojik gelişimine katkıda bulunmaktadır.

2.2 Otoriter Anne-Baba Tutumu

Otoriter ebeveynlik, yüksek taleplerin ve kontrolün, yetersiz sıcaklık ve tepkiyle birleştiği bir ebeveynlik tarzıdır. Bu ebeveynlik yaklaşımı, genellikle katı kurallarla, katı disiplinle ve çocuklar için sınırlı özerklikle ilişkilendirilmektedir. Baumrind (1966) ve sonrasında Darling ve Steinberg (1993) araştırmaları, otoriter ebeveynler tarafından yetiştirilen çocukların daha düşük özgüvene, artan kaygıya ve daha zayıf sosyal becerilere sahip olma eğiliminde olduğunu ileri sürmüşlerdir. Bu çocukların ayrıca davranış sorunları geliştirme ve akran ilişkilerinde zorluk yaşama olasılıkları yüksek olabilmektedir (akt. Aytemiz, 2010; Tekin, 2022).

Otoriter anne-baba tutumları, çocukların bilişsel gelişimini etkileyebilmektedir. Chao (1994) tarafından yapılan araştırmaya göre, otoriter ebeveynlere sahip çocuklar, ebeveynlerin beklentilerine uyma yönündeki dış baskı nedeniyle akademik motivasyon ve başarı konusunda zorluk yaşayabilmektedir. Özetle, sıkı kontrol ve yetersiz sıcaklık ile karakterize edilen otoriter ebeveynlik tutumları, çocukların duygusal refahı, sosyal yeterliliği ve bilişsel gelişimi üzerinde zararlı etkilere sahiptir (akt. Aytemiz, 2010; Tekin, 2022).

2.2.1 Otoriter Anne-Baba Tutumunun Kaygı ile İlişkisi

Yüksek kontrol ve yetersiz sıcaklık ile karakterize edilen otoriter ebeveynlik tutumları, çocuk gelişimini olumsuz yönde etkileyebilmektedir. Robinson ve arkadaşları (1995), otoriter ebeveynler tarafından yetiştirilen çocukların yüksek düzeyde kaygı belirtileri sergilediklerini ileri sürmüşlerdir (akt. Pinguart, 2017). Bu ilişki, çocuklarda kaygıyı besleyen bir ortam yaratabilen otoriter ebeveynlerin uyguladığı artan baskı ve katı disipline bağlanabilir.

Romero-Acosta ve arkadaşları (2021) tarafından yapılan araştırmada otoriter ebeveynliğin ergenlerdeki kaygı düzeyleriyle pozitif yönde ilişkili olduğunu göstermiştir; bu da otoriter ebeveynlik tutumlarının kaygı üzerindeki etkisinin daha sonraki gelişim aşamalarında da devam edebileceğini göstermektedir. Otoriter ebeveynlik, çocukların özerkliğini ve problem çözme becerilerini engelleyerek kaygı gelişimine ortam hazırlamaktadır. Otoriter ailelerde duygusal sıcaklığın ve desteğin

olmayışı ya da yetersiz oluşu, çocukların stres ve zorluklarla baş etme becerilerini engelleyerek onları kaygı bozukluklarına karşı daha duyarlı hale getirebilmektedir.

2.3 Demokratik Anne-Baba Tutumu

Demokratik ebeveynlik tutumları, ebeveynler ve çocuklar arasında açık iletişimi, işbirliğini ve karşılıklı saygıyı ön planda tutan bir çocuk yetiştirme tarzını ifade etmektedir. Demokratik ebeveynlik, çocuklarda öz yeterlilik duygusunu ve duygusal zekayı geliştirebilecek aktif dinleme, empati ve fikir birliği oluşturmanın rolünü vurgulamaktadır. (Grolnick ve Farkas, 2002).

Araştırmalar, demokratik ebeveynlik tutumlarına sahip ailelerde büyüyen çocukların daha yüksek düzeyde öz saygı, problem çözme becerileri ve sosyal yeterlilik sergileme eğiliminde olduklarını göstermiştir (Smetana, 2017). Üstelik demokratik ebeveynlik, güven ve işbirliği duygusunu teşvik ettiği için ebeveyn-çocuk ilişkisi üzerinde olumlu bir etkiye sahip olmaktadır (Grolnick ve Farkas, 2002).

2.3.1 Demokratik Anne-Baba Tutumunun Kaygı ile İlişkisi

Demokratik ebeveynlik tutumları ile kaygı arasında negatif yönlü bir ilişki bulunmaktadır, diğer bir deyişle, açık iletişim, işbirliği ve karşılıklı saygıyla karakterize edilen demokratik ebeveynlik, çocuklarda daha düşük kaygı düzeyleriyle ilişkilendirilmiştir (akt. Aytemiz, 2010; Tekin, 2022).

Demokratik ebeveynliğin hakim olduğu hanelerde büyüyen çocuklar, ebeveynlerini destekleyici, anlayışlı ve duygusal ihtiyaçlarına duyarlı olarak algıladıkları için daha düşük düzeyde kaygı yaşama eğilimindedirler (Smetana, 2017). Ek olarak, demokratik ebeveynlik, çocukları kaygıyı yönetmek ve azaltmak için etkili stratejilerle donatabilen problem çözme ve başa çıkma becerilerini sunmaktadır (akt. Aytemiz, 2010; Tekin, 2022).

2.4 Koruyucu-İstekçi Anne-Baba Tutumu

Koruyucu-istekçi ebeveynlik tutumu, hem koruyucu hem de talepkar davranışların unsurlarını birleştiren bir ebeveynlik tarzını ifade etmektedir. Bu yaklaşımı benimseyen ebeveynler, çocuklarına yüksek beklentiler beslerken ve sınırlar koyarken aynı zamanda çocuklarının hayatlarına son derece dahil olma eğilimindedirler (Aytemiz, 2010; Tekin, 2022).

Bu ebeveynlik tarzının çocuk gelişimi üzerinde hem olumlu hem de olumsuz etkileri olabilmektedir. Bir yandan koruyucu talepte bulunan ebeveynler, çocuğun güvenlik duygusunu ve öz disiplinini geliştirebilecek yapılandırılmış ve besleyici bir ortam sağlarken diğer yandan aşırı talepler ve müdahalecilik çocuklarda stres ve kaygının artmasına da neden olabilmektedir (Aytemiz, 2010; Tekin, 2022).

2.4.1 Koruyucu-İstekçi Anne-Baba Tutumunun Kaygı ile İlişkisi

Koruyucu ve istekçi ebeveynlik tutumları, çocuklarda kaygıyla ilişkili olabilmektedir. Yüksek düzeyde destek ve şefkatle karakterize edilen koruyucu ebeveynlik, çocukların duygusal dayanıklılığını geliştirmeleri ve kaygı riskini azaltmaları için güvenli bir temel sağlayabilmektedir (McLeod, Wood ve Weisz, 2007).

Güven halindeki çocuğun bazı durumlarda kaygı geliştirmesi de olasıdır. Koruyucu davranışların aşırı hale gelmesi ve çocuğun zorlu durumlara maruz kalmasını engellemesi kaygının artmasına neden olabilmektedir (Creswell, Apetroaia, Murray ve Cooper, 2013). Tersine, yüksek beklentiler içeren talepkar ebeveynlik tutumları, öz disiplini ve başarıyı teşvik edebilmektedir. Yine de gerçekçi olmayan standartlar belirleyen aşırı talepkar ebeveynler, istemeden de olsa çocuklarını kaygılandırabilmektedirler (Aytemiz, 2010; Tekin, 2022).

2.5 Kaygı Kavramı

“Kaygı” kavramı, bireyin geleceğe ya da belirsizliklere yönelik duyduğu endişeye atıfta bulunmaktadır. Bu endişe halinde ise gerginlik ve huzursuzluk göze çarpmaktadır. Kaygının türleri, bireyleri farklı şekilde etkileyebilmektedir. Kaygıyı

genel anlamıyla iki kategori altında incelemek mümkündür. Bunlar: Normal kaygı ve anksiyete bozukluklarıdır. Normal kaygı, yaşamın zorluklarına karşı doğal bir tepki olarak kabul edilebilirken anksiyete ciddi ruhsal sorunlara sebebiyet verebilmektedir (APA, 2013).

2.5.1 Kuramsal Yaklaşımlar Çerçevesinden Kaygı

Kaygı kavramı, çeşitli teorik çerçevelerden yararlanan çok yönlü bir yaklaşımı gerektirmektedir. Bilişsel yaklaşım, Beck'in Bilişsel Teorisi'nde (Beck, 1976) olduğu gibi, kaygı bozukluklarının merkezinde yer alan çarpık düşünce kalıplarına ve mantıksız inançlara odaklanmaktadır. Davranışsal yaklaşım, kaygılı davranışların şekillenmesinde çevresel faktörlerin ve pekiştirmenin rolünü vurgulamaktadır. Biyolojik açıdan bakıldığında kaygı, nörotransmitter dengesizlikleri ve genetik yatkınlıklarla bağlantılıdır. Bu teorik yaklaşımların entegrasyonu, kaygının çok yönlü doğasının farkına varılarak bütünsel bir anlayış sağlar. Mowrer (1939) tarafından önerilen İki Faktörlü Kaygı Kuramı'na özel olarak odaklanıldığında kaygıyı teorik yaklaşımların merceğinden incelemek mümkün olmaktadır.

2.5.2 İki Faktörlü Kaygı Kuramı

Mowrer (1939) tarafından geliştirilen İki Faktörlü Kaygı Teorisi, kaygının iki aşamalı bir süreçten kaynaklanan öğrenilmiş duygusal bir tepki olduğunu öne sürmektedir. İlk adım, nötr bir uyarının korku uyandıran bir olayla ilişkilendirildiği klasik koşullanmayı içerir. Bu ilişki ileriye dönük kaygının temelini oluşturur. İkinci adım ise kaygıyla ilişkili rahatsızlığı hafifletirken kaçınma davranışlarının güçlendirildiği edimsel koşullanmayı içermektedir. Bu teori, anksiyete bozukluklarının gelişimi ve sürdürülmesinde bilişsel süreçler (ilişkisel öğrenme) ile davranışsal tepkiler (kaçınma) arasındaki etkileşimi vurgulamaktadır (akt. Negreiros, Best, Vallani, 2022; Brown, Price, Dombrowski, 2023).

2.5.2.1 Durumluk Kaygı

Durumluk kaygı, kişinin belirli bir durum veya olayla ilgili geçici bir endişe veya stres yaşadığı geçici bir durumu ifade etmektedir. Bu tür kaygı, çoğu insanın günlük yaşamda deneyimlediği doğal bir tepkidir. Durumluk kaygı, potansiyel tehditler veya zorluklarla başa çıkmak için gereken bir uyarı sistemini temsil etmekte ve bazen performansı artırıcı bir etkiye sahip olabilmektedir (Endler & Kocovski, 2001).

2.5.2.2 Sürekli Kaygı

Sürekli kaygı, kişinin uzun süre boyunca devam eden ve genellikle tanımlanmış bir tetikleyici olmayan yaygın bir endişe veya gerginlik hissi yaşadığı bir durumu ifade etmektedir. Bu tür kaygı, genellikle genel anksiyete bozukluğu (GAD) olarak tanımlanan bir psikiyatrik bozukluğun temel belirtisi olabilmektedir. Sürekli kaygı, kişinin günlük yaşamını, işlevselliğini ve yaşam kalitesini olumsuz etkilemektedir (Craske & Barlow, 2006).

2.5.3 Kaygı Bozukluğu Tanı Kriterleri

Aşağıda yer alan tanı kriterleri, DSM-5'ten alınmıştır.

“Ayrılma Kaygısı Bozukluğu 309.21 (F93.0)

A. Aşağıdakilerden en az üçünün olması ile belirli, kişinin bağlandığı insanlardan ayrılmasıyla ilgili, gelişimsel olarak uygun olmayan ve aşırı düzeyde bir kaygı ya da korku duyması:

1. Evden ya da bağlandığı başlıca kişilerden ayrılacak gibi olduğunda ya da ayrıldığında hep aşırı tasalanma.
2. Bağlandığı başlıca kişileri yitireceği ya da bu kişilerin başına, hastalık, yaralanma, yıkım, ölüm gibi kötü bir olay geleceğiyle ilgili olarak, sürekli bir biçimde, aşırı tasalanma.
3. Bağlandığı başlıca kişilerden birinden ayrılmaya neden olacak, istenmedik bir olay yaşayacağıyla ilgili olarak, sürekli bir biçimde, aşırı tasalanma.

4. Ayrılma korkusundan ötürü, okula, işe ya da başka bir yere gitmek için dışarı çıkmayı, evden uzaklaşmayı hiç istememe ya da buna karşı koyma.
5. Evde ya da başka ortamlarda tek başına kalmaktan ya da bağlandığı başlıca kişilerle birlikte olmamaktan, sürekli bir biçimde, aşırı korku duyma ya da bu konuda isteksizlik gösterme.
6. Evinin dışında ya da bağlandığı başlıca kişilerden biri yanında olma dan uyuma konusunda isteksizlik gösterme ya da buna karşı koyma.
7. Yineleyici bir biçimde, ayrılma konusunu da içerene karabasanlar görme.
8. Bağlandığı başlıca kişilerden ayrıldığında ya da ayrılacak gibi olduğunda bedensel belirtilerle ilgili yineleyen yakınmalarının olması.

Bu korku, kaygı ya da kaçınma süreklilik gösterir, çocuklarda ve ergenlerde en az dört hafta, erişkinlerde altı ay ya da daha uzun sürer.

C. Bu bozukluk, klinik açıdan belirgin bir sıkıntıya ya da toplumsal, okulla ilgili, işle ilgili alanlarda ya da önemli diğer işlevsellik alanlarında işlevsellikte düşmeye neden olur.

D. Bu bozukluk, otizm açılımı kapsamında bozuklukta değişikliğe aşırı direnç göstermekten ötürü evden ayrılmaya karşı koyma, psikozla giden bozukluklarda ayrılmaya ilişkin sanrılar ya da varsanılar, agorafobide güvenilir bir eşlikçi olmadan dışarı çıkmaya karşı koyma, yaygın kaygı bozukluğunda önem verdiği diğer kişilerin başına bir hastalık ya da başka kötü bir olay gelecek olmasından ötürü kaygılanma ya da hastalık kaygısı bozukluğunda bir hastalığının olduğuna ilişkin kaygı duyma gibi başka bir ruhsal bozuklukla daha iyi açıklanamaz.

Seçici Konuşmazlık (Mutizm) 312.23 (F94.0)

- A. Başka durumlarda konuşuyor olmasına karşın, konuşmasının beklendiği özgül toplumsal durumlarda (örn. okulda), sürekli bir biçimde, konuşamıyor olma.
- B. Bu bozukluk, eğitimle ya da işle ilgili başarıyı engeller ya da toplumsal iletişimi bozar.
- C. Bu bozukluğun süresi en az bir aydır (okulun birinci ayıyla sınırlı değildir).
- D. Konuşamıyor olma, söz konusu toplumsal durumda konuşulan dili bilmeme ya da o dilde rahat konuşamama ile ilişkili değildir.

E. Bu bozukluk, iletişim bozukluğu ile daha iyi açıklanamaz ve yalnızca otizm açılımı kapsamında bozukluğun, şizofreninin ya da psikozla giden başka bir bozukluğun gidişi sırasında ortaya çıkmamıştır.

Özgül Fobi

- A. Özgül bir nesne ya da durumla ilgili olarak belirgin bir korku ya da kaygı duyma
- B. Fobi kaynağı nesne ya da durum, neredeyse her zaman, doğrudan korku ya da kaygı doğurur.
- C. Fobi kaynağı nesne ya da durumdan etkin bir biçimde kaçınılır ya da yoğun bir korku ya da kaygı ile buna katlanılır.
- D. Duyulan korku ya da kaygı, özgül nesne ya da durumun yarattığı gerçek tehlikeye göre ve toplumsal-kültürel bağlamda orantısızdır.
- E. Korku, kaygı ya da kaçınma sürekli bir durumdur, altı ay ya da daha uzun sürer.
- F. Korku, kaygı ya da kaçınma, klinik açıdan belirgin bir sıkıntıya ya da toplumsal, işle ilgili alanlarda ya da önemli diğer işlevsellik alanlarında işlevsellikte düşmeye neden olur.
- G. Bu bozukluk, panik benzeri belirtilere ya da yetersizleştiren belirtilere (agorafobide olduğu gibi) eşlik eden korku, kaygı ya da kaçınma gibi; takıntılarla ilişkili nesnelere ya da durumlar gibi (takıntı-zorlantı bozukluğunda olduğu gibi); örseleyici olayların anımsatıcıları gibi (örseleme sonrası gerginlik bozukluğunda olduğu gibi); evden ya da bağlandığı kişilerden ayrılma gibi (ayrılma kaygısı bozukluğunda olduğu gibi) ya da toplumsal durumlar gibi (toplumsal kaygı bozukluğunda olduğu gibi) başka bir ruhsal bozukluğun belirtileriyle daha iyi açıklanamaz.

Toplumsal Kaygı Bozukluğu (Sosyal Fobi) 300.23 (F40.10)

- A. Kişinin, başkalarınınca değerlendirilebilecek olduğu bir ya da birden çok toplumsal durumda belirgin bir korku ya da kaygı duyması. Örnekleri arasında toplumsal etkileşimler, gözlenme (örn. yemek yerken ya da içerken) ve başkalarının önünde bir eylemi gerçekleştirme (örn. bir konuşma yapma) vardır.
- B. Kişi, olumsuz olarak değerlendirilecek bir biçimde davranmaktan ya da kaygı duyduğuna ilişkin belirtiler göstermekten korkar.
- C. Söz konusu toplumsal durumlar, neredeyse her zaman, korku ya da kaygı doğurur.

D. Söz konusu toplumsal durumlardan kaçınılır ya da yoğun bir korku ya da kaygı ile bunlara katlanılır.

E. Duyulan korku ya da kaygı, söz konusu toplumsal ortamda çekinilecek duruma göre ve toplumsal-kültürel bağlamda orantısızdır.

F. Korku, kaygı ya da kaçınma sürekli bir durumdur, altı ay ya da daha uzun sürer.

G. Korku, kaygı ya da kaçınma, klinik açıdan belirgin bir sıkıntıya ya da toplumsal, işle ilgili alanlarda ya da önemli diğere işlevsellik alanlarında işlevsellikte düşmeye neden olur.

H. Korku, kaygı ya da kaçınma, bir maddenin (örn. kötüye kullanılabilen bir madde, bir ilaç) ya da başka bir sağlık durumunun fizyolojiyle ilgili etkilerine bağlanamaz.

Korku, kaygı ya da kaçınma, panik bozukluğu, beden algısı bozukluğu ya da otizm açılımı kapsamında bozukluk gibi başka bir ruhsal bozuklukla daha iyi açıklanamaz.

J. Sağlığı ilgilendiren başka bir durum varsa korku, kaygı ya da kaçınma bu durumla açıkça ilişkisizdir ya da aşırı bir düzeydedir.

Panik Bozukluğu 300.01 (F41.0)

A. Yineleyen beklenmedik panik atakları. Bir panik atağı, dakikalar içinde doruğa ulaşan ve o sırada aşağıdaki belirtilerden dördünün (ya da daha çoğunun) ortaya çıktığı, birden yoğun bir korku ya da yoğun bir içsel sıkıntının bastırıldığı bir durumdur:

1. Çarpıntı, kalbin küt küt atması ya da kalp hızının artması.
2. Terleme.
3. Titreme ya da sarsılma.
4. Soluğun daraldığı ya da boğuluyor gibi olma duyumu.
5. Soluğun tıkanıdığı duyumu.
6. Göğüs ağrısı ya da göğüste sıkışma.
7. Bulantı ya da karın ağrısı.
8. Baş dönmesi, ayakta duramama, sersemlik ya da bayılacak gibi olma duyumu.
9. Titreme, üşüme, ürperme ya da ateş basması duyumu.
10. Uyuşmalar (duyumsuzluk ya da karıncalanma duyumları).
11. Gerçekdışılık ("derealizasyon", gerçekdışı olma duyumu) ya da kendine yabancılaşma ("depersonalizasyon", kendinden kopma duyumu).
12. Denetimini yitirme ya da "çıldırma" korkusu.

13. Ölüm korkusu.

B. Ataklardan en az birinden sonra, aşağıdakilerden biri ya da her ikisi de bir ay (ya da daha uzun bir) süreyle olur:

1. Başka panik ataklarının olacağı ya da bunların olası sonuçlarıyla ilgili olarak sürekli bir kaygı duyma ya da tasalanma.

2. Ataklarla ilgili olarak, uyum bozukluğuyla giden davranış değişiklikleri (örn. spor yapmaktan ya da tanıdık, bildik olmayan durumlardan kaçınma gibi panik atağı geçirmekten kaçınmak için tasarlanmış davranışlar) gösterme.

C. Bu bozukluk, bir maddenin (örn. kötüye kullanılabilen bir madde, bir ilaç) ya da başka bir sağlık durumunun (örn. hipertiroidi, kalp-akciğer hastalıkları) fizyolojiyle ilgili etkilerine bağlanamaz.

D. Bu bozukluk, başka bir ruhsal bozuklukla daha iyi açıklanamaz. Belirleyicisi:

1. Çarpıntı, kalbin küt küt atması ya da kalp hızının artması.

2. Terleme.

3. Titreme ya da sarsılma.

4. Soluğun daraldığı ya da boğuluyor gibi olma duyumu.

5. Soluğun tıkanıdığı duyumu.

6. Göğüs ağrısı ya da göğüste sıkışma.

7. Bulantı ya da karın ağrısı.

8. Baş dönmesi, ayakta duramama, sersemlik ya da bayılacak gibi olma duyumu.

9. Titreme, üşüme, ürperme ya da ateş basması duyumu.

10. Uyuşmalar (duyumsuzluk ya da karıncalanma duyuları).

11. Gerçekdışılık ("derealizasyon", gerçekdışı olma duyumu) ya da kendine yabancılaşma ("depersonalizasyon", kendinden kopma duyumu).

12. Denetimini yitirme ya da "çıldırma" korkusu.

13. Ölüm korkusu.

Agorafobi 300.22 (F40.00)

A. Aşağıdaki beş durumdan ikisi (ya da daha çoğu) ile ilgili olarak belirgin korku ya da kaygı duyma.

1. Toplu taşıma araçlarını kullanma (örn. otomobiller, otobüsler, trenler, gemiler, uçaklar).

2. Açık yerlerde bulunma (örn. otoparklar, alışveriş merkezleri, köprüler).
 3. Kapalı yerlerde bulunma (örn. mağazalar, tiyatrolar, sinemalar).
 4. Sırada bekleme ya da kalabalık bir yerde bulunma.
 5. Tek başına evin dışında olma.
- B. Kişi, kaçmanın güç olabileceğini ya da panik benzeri ya da yetersizleştirici ya da utanç veren (örn. yaşlılarda düşme korkusu; altına kaçırma korkusu) diğer belirtilerin olması durumunda yardım alamayabileceğini düşündüğü için bu tür durumlardan korkar ya da kaçınır.
- C. Agorafobi kaynağı durumlar, neredeyse her zaman, korku ya da kaygı doğurur.
- D. Agorafobi kaynağı durumlardan etkin bir biçimde kaçınılır, bir eşlikçiye gereksinilir ya da yoğun bir korku ya da kaygı ile buna katlanılır.
- E. Duyulan korku ya da kaygı, agorafobi kaynağı durumların yarattığı gerçek tehlikeye göre ve toplumsal-kültürel bağlamda orantısızdır.
- F. Korku, kaygı ya da kaçınma sürekli bir durumdur, altı ay ya da daha uzun sürer.
- G. Korku, kaygı ya da kaçınma, klinik açıdan belirgin bir sıkıntıya ya da toplumsal, işle ilgili alanlarda ya da önemli diğer işlevsellik alanlarında işlevsellikte düşmeye neden olur.
- H. Sağlığı ilgilendiren başka bir durum varsa (örn. inflamatuvar bağırsak hastalığı, Parkinson hastalığı), korku, kaygı ya da kaçınma açıkça aşırı bir düzeydedir.

Yaygın Kaygı Bozukluğu 300.02 (F41.1)

- A. En az altı aylık bir sürenin çoğu gününde, birtakım olaylar ya da etkinliklerle (işte ya da okulda başarı gösterebilme gibi) ilgili olarak, aşırı bir kaygı ve kuruntu (kaygılı beklenti) vardır.
- B. Kişi, kuruntularını denetim altına almakta güçlük çeker.
- C. Bu kaygı ve kuruntuya, aşağıdaki altı belirtiden üçü (ya da daha çoğu) eşlik eder (en azından kimi belirtiler son altı ayın çoğu gününde bulunmuştur):
1. Dinginleşememe (huzursuzluk) ya da gergin ya da sürekli diken üzerinde olma.
 2. Kolay yorulma.
 3. Odaklanmakta güçlük çekme ya da zihnin boşalması.
 4. Kolay kızma.
 5. Kas gerginliği.

6. Uyku bozukluğu (uykuya dalmakta ya da uykuyu sürdürmekte güçlük çekme ya da dinlendirmeyen, doyurucu olmayan bir uyku uyuma).

D. Kaygı, kuruntu ya da bedensel belirtiler, klinik açıdan belirgin bir sıkıntıya ya da toplumsal, işle ilgili alanlarda ya da önemli diğer işlevsellik alanlarında işlevsellikte düşmeye neden olur.

E. Bu bozukluk, bir maddenin (örn. kötüye kullanılabilen bir madde, bir ilaç) ya da başka bir sağlık durumunun (örn. hipertiroidi) fizyolojiyle ilgili etkilerine bağlanamaz.

F. Bu bozukluk, başka bir ruhsal bozuklukla daha iyi açıklanamaz.

Maddenin/İlacın Yol Açtığı Kaygı Bozukluğu

A. Klinik görünümüne panik atakları ya da kaygı egemendir.

B. Öykü, fizik muayene ya da laboratuvar bulgularından elde edilen kanıtlar (1) ve (2)'nin varlığını gösterir:

1. A tanı ölçütündeki belirtiler, madde esikliği (entoksikasyonu) ya da yoksunluğu sırasında ya da kısa bir zaman sonrasında ya da bir ilaç aldıktan sonra gelişmiştir.

2. Söz konusu madde/ilacı, A tanı ölçütündeki belirtileri ortaya çıkarabilir.

C. Bu bozukluk, maddenin/ilacın yol açmadığı bir kaygı bozukluğuyla daha iyi açıklanamaz.

Başka Bir Sağlık Durumuna Bağlı Kaygı Bozukluğu 293.84 (F06.4)

A. Klinik görünümüne panik atakları ya da kaygı egemendir.

B. Öykü, fizik muayene ya da laboratuvar bulgularında, bu bozukluğun, başka bir sağlık durumunun doğrudan patofizyoloji ile ilgili bir sonucu olduğuna ilişkin kanıtlar vardır.

C. Bu bozukluk, başka bir ruhsal bozuklukla daha iyi açıklanamaz.

D. Bu bozukluk yalnızca deliryumun gidişi sırasında ortaya çıkmamaktadır.

Tanımlanmış Diğer Bir Kaygı Bozukluğu 300.09 (F41.8)

Klinik açıdan belirgin bir sıkıntıya ya da toplumsal, işle ilgili alanlarda ya da önemli diğer işlevsellik alanlarında işlevsellikte düşmeye neden olan, kaygı bozukluğunun belirti özelliklerinin baskın olduğu, ancak bunların kaygı bozuklukları tanı kümesindeki herhangi birinin tanısı için tanı ölçütlerini tam karşılamadığı

durumlarda bu kategori kullanılır. Tanımlanmış diğere bir kaygı bozukluğu kategorisi, kaygı bozukluklarından herhangi özgül biri için tanı ölçütlerini karşılamamanın özel nedeni klinisyenlerce tartışılmak istendiğinde kullanılır.” (APA, 2013).

2.5.4 Kaygı Bozukluğu Çeşitleri

Kaygı bozukluğu çeşitleri için şunlar sıralanabilir (APA, 2013):

Ayrılma Kaygısı Bozukluğu: Ayrılma kaygısı bozukluğu, ayrı kalmaktan veya ana-baba figürlerinden uzaklaşmaktan endişe yaşanmasıyla karakterize edilen bir anksiyete bozukluğudur.

Seçici Konuşmazlık (Mutizm): Bu durumda, belirli durumlarda veya belirli kişilerin önünde konuşma yeteneği kaybolur veya birey bu konuda sınırlı bir başarı gösterir.

Özgül Fobi: Özgül fobi, belirli bir nesne, durum veya aktiviteye yoğun bir korku tepkisi gösterme durumunu ifade eder. Örneğin, yükseklik korkusu, ördeklerden korkma veya kanatlı böceklerden korkma gibi belirli nesnelere veya durumlara karşı aşırı bir korku ve kaçınma tepkisi gösterme özelliğine sahiptir.

Toplumsal Kaygı Bozukluğu (Sosyal Fobi): Sosyal fobi, sosyal durumlar veya performanslar sırasında aşırı endişe ve korku yaşama eğiliminde olan bir durumdur. Bireyler bu fobide, sosyal etkileşimlerden kaçınma eğiliminde olabilirler.

Panik Bozukluğu: Panik bozukluğu, ani ve yoğun panik ataklarının tekrarladığı bir durumdur. Panik ataklarının beklenmedik şekilde ve kontrolsüzce ortaya çıkabilmektedir.

Agarofobi: Açık alanlarda, kalabalıklarda, toplu taşıma araçlarında veya kapalı mekanlarda bulunma korkusu, bu yerlerde panik atak yaşama korkusu ve bu nedenle bu yerlerden kaçınma davranışları ile karakterize edilir.

Yaygın Kaygı Bozukluğu: Genel kaygı bozukluğu, bireylerin sürekli olarak ve belirgin bir neden olmaksızın endişe, gerginlik ve huzursuzluk yaşadığı bir durumdur. Bu tür kaygı, günlük yaşamı olumsuz etkileyebilir ve fiziksel semptomlara neden olabilir.

Maddenin / İlacın Yol Açtığı Kaygı Bozukluğu: Bu bozukluk, maddenin kötüye kullanımı veya ilaç kullanımını sonucu ortaya çıkan belirgin bir anksiyete veya panik bozukluğu durumunu ifade eder.

Başka Bir Sağlık Durumuna Bağlı Kaygı Bozukluğu: Bu durum, başka bir tıbbi durumun doğrudan etkisi altında anksiyete veya panik semptomları yaşanması durumunu tanımlar.

Tanımlanmış Diğer Bir Kaygı Bozukluğu: Bu kategori, DSM-5'de ayrıntılı olarak listelenmeyen ancak belirgin anksiyete semptomlarına sahip bireyleri tanımlar. Belirtiler bir veya daha fazla tanımlanmış kaygı bozukluğu kriterlerini karşılamasa da, kişinin anksiyete yaşadığı belirgin bir durumu ifade eder.

Tanımlanmamış Kaygı Bozukluğu: Bu kategori, anksiyete semptomlarına sahip olan bireyler için kullanılır, ancak bu semptomlar başka bir kaygı bozukluğu tanımına uymaz veya tanımlanmış bir kaygı bozukluğu türüne sığmaz. Yani, belirli bir tanıya uymayan veya belirsiz olan anksiyete durumlarını ifade eder (APA, 2013).

2.6 Ebeveyn Tutumları ile Kaygı Arasındaki İlişki

Anksiyete bozukluğu, dünya çapında milyonlarca kişiyi etkileyen, sıklıkla çocukluk veya ergenlik döneminde ortaya çıkan yaygın bir ruhsal bozukluktur. Anksiyete bozukluklarının etiyolojisi çok yönlü olmakla birlikte, çocuk ve ergenlerde anksiyete belirtilerinin gelişmesinde ve sürdürülmesinde ebeveyn tutum ve davranışlarının önemli bir rolü bulunmaktadır (Merikangas ve diğerleri, 2010).

Ebeveyn tutum ve davranışları, çocuğun duygusal gelişimini şekillendirmede önemli bir rol oynamaktadır (Mills ve diğerleri, 2011). Aşırı eleştirel veya aşırı korumacı ebeveynlik stilleri, çocuklarda artan kaygı belirtileriyle tutarlı bir şekilde ilişkilendirilmiştir (McLeod ve diğerleri, 2007; van Eijck ve ark., 2012; Wolk ve ark., 2016; Ankaralı ve Savaş, 2021; Butterfield ve ark., 2021). Ayrıca, ebeveynlerin ruh sağlığı da tutumlarını etkileyebilmektedir, bu da çocukların kaygı geliştirmesine ortam hazırlayabilmektedir (Burke, Pardini ve Loeber, 2008).

Yüksek düzeyde ebeveyn eleştirisi, çocuklarda olumsuz öz algıları ve özeleştiriyi teşvik edebilir ve bu da kaygı düzeylerinin artmasına neden olabilir. Tersine, aşırı korumacı ebeveynlik, çocuğun başa çıkma becerilerini öğrenme ve özerkliği deneyimleme fırsatlarını sınırlayabilir, bu da kaygı duyarlılığının artmasına katkıda bulunabilir (Hudson ve Rapee, 2001).

Çocuklarda ebeveyn tutumları ile kaygı arasındaki ilişkinin altında çeşitli mekanizmalar yatmaktadır. Anahtar mekanizmalardan biri endişeli davranışların modellenmesidir. Çocuklar ebeveynlerinin davranış ve tutumlarını taklit etme eğilimindedir, ebeveynler kaygılı davranışlar sergilediklerinde ya da aşırı endişe duyduklarında çocuklar bu davranışları içselleştirip benzer kaygılı eğilimler geliştirebilmektedirler (Cartwright-Hatton ve diğerleri, 2005). Dahası, ebeveyn tutumları çocuğun bilişsel süreçlerini şekillendirebilmektedir (Bar-Haim ve diğerleri, 2007).

Çocuklarda algılanan ebeveyn tutumu, çocukların cinsiyetine göre de şekillenebilmektedir. Demokratik ebeveynlik tarzı ile cinsiyet arasındaki ilişkiyi inceleyen Vyas ve Bano (2016), ebeveynlerin erkek ve kız çocuklarına farklı yaklaşımlarda bulunduğunu ortaya koymuştur. Bu araştırma, ebeveynlerin genellikle erkek çocuklarına daha fazla özgürlük ve özerklik tanıdığını, kız çocuklarına ise daha

sıkı kurallar ve denetim uyguladığını gözlemlemiştir. Bu farklı davranış biçimleri, toplumsal cinsiyet rolleri, ebeveynlerin önyargıları ve çocukların yetiştirilme amaçlarıyla ilişkilendirilmiştir. Bu tutumda erkek çocuklar, daha fazla özgüven geliştirme fırsatına sahip olabilirken, kız çocuklar daha fazla denetim altında büyüdükleri için yetişkinlikte daha fazla kaygı yaşama eğiliminde olabilirler. Bu sonuçlar, cinsiyet rollerinin ve toplumsal beklentilerin çocukların gelişimini etkileyebileceğini göstermektedir. Tanıdır ve Hergüner (2015) ek olarak, boğulma fobisinin başlangıcını, tipik olarak bir boğulma olayının ardından aniden ortaya çıktığını ileri sürmüş ve vakaların kızlarda erkeklere göre daha yaygın olduğunu irdemişlerdir. Bunun yanı sıra, ayrılma anksiyetesi bozukluğu ve obsesif-kompulsif bozukluk (OKB) gibi diğer anksiyete bozukluklarında da benzer olarak kız çocuklarının daha çok risk altında olduğunu belirtmişlerdir.

Gökkaya (2016) tarafından yürütülen bir araştırmada, ebeveyn tutumlarının üniversite öğrencilerinin sosyal fobi, depresyon, mükemmeliyetçilik eğilimleri ve üniversiteye uyumları arasındaki ilişkilere etkisi incelenmiştir. Bu araştırma, Yeditepe Üniversitesi'nde 2015-2016 eğitim öğretim yılında çeşitli fakültelerde yer alan 1., 2., 3. ve 4. sınıf öğrencileri üzerinde gerçekleştirilmiştir. Çalışma kapsamında, üniversiteye uyumu ölçmek amacıyla "Üniversiteye Uyum Ölçeği," sosyal kaygı düzeylerini belirlemek için "Liebowitz Sosyal Kaygı Ölçeği," depresyon düzeylerini ölçmek için "Beck Depresyon Ölçeği," anne-baba tutumlarını değerlendirmek için "Ana Baba Tutum Ölçeği," mükemmeliyetçilik düzeylerini belirlemek için "Çok Boyutlu Mükemmeliyetçilik Ölçeği," ve diğer demografik bilgileri toplamak amacıyla bir kişisel bilgi formu kullanılmıştır. Araştırma sonuçları, üniversiteye uyum ile sosyal kaygı, depresyon, mükemmeliyetçilik ve koruyucu-istekçi anne-baba tutumu arasında negatif yönde anlamlı ilişkiler bulunurken, otoriter anne-baba tutumu ile üniversiteye uyum arasında anlamlı bir ilişki saptanmamıştır. Bununla birlikte, üniversiteye uyum ile demokratik anne-baba tutumu arasında pozitif yönde anlamlı ilişkiler tespit edilmiştir. Elde edilen bulgular, sosyal kaygı, depresyon, mükemmeliyetçilik ve koruyucu-istekçi anne-baba tutumunun üniversiteye uyumu azalttığını, demokratik ve otoriter anne-baba tutumunun ise üniversiteye uyumu artırdığını göstermiştir.

Sağat'ın (2016) araştırması, 18 yaş altındaki bireylerin anne-baba tutumları ile özgüven ve sosyal fobi arasındaki ilişkiyi incelemiştir. Araştırma, Denizli ili sınırları içinde gerçekleştirilmiş ve toplam 275 katılımcıdan veri toplanmıştır. Araştırma kapsamında kullanılan veri toplama araçları, demografik bilgi formu, anne-baba tutumları ölçeği, özgüven ölçeği ve Liebowitz sosyal kaygı ölçeklerini içermektedir. Araştırma sonuçlarına göre, demokratik anne-baba tutumu algılayan bireylerin, kendi içsel kararlarında ve dış çevreleriyle olan ilişkilerinde daha fazla özgüven sergilediği bulunmuştur. Bu sonuç, demokratik anne-baba tutumunun bireylerin özgüven gelişimine katkı sağladığını göstermektedir. Diğer bir bulgu ise, koruyucu-istekçi anne-baba tutumunun artmasıyla bireylerin sahip olduğu kaygının arttığıdır. Sonuç olarak, bu çalışma anne-baba tutumlarının bireylerin özgüven ve sosyal fobi düzeyleri üzerindeki etkilerini incelemiş ve demokratik tutumun olumlu bir özgüven gelişimine katkı sağlayabileceğini göstermiştir. Ancak, koruyucu-istekçi anne-baba tutumunun artmasıyla kaygı düzeyinin arttığına dikkat çekilmiştir.

Demirsu'nun (2018) çalışması, üniversite öğrencileri arasında algılanan ebeveyn tutumları ile sürekli kaygı düzeyi arasındaki ilişkiyi incelemiş ve bu ilişkide kaygı duyarlılığının ve psikolojik dayanıklılığın rolünü değerlendirmiştir. Çalışmaya, Kocaeli ve İstanbul illerinde yaşayan, özel ve devlet üniversitelerinde lisans düzeyinde eğitim gören 18-33 yaş aralığında toplam 385 kişi katılmıştır. Katılımcılara Sosyodemografik ve Diğer Bilgiler Veri Formu, Kısaltılmış Algılanan Ebeveyn Tutumları Ölçeği Çocuk Formu, Anksiyete Duyarlılığı İndeksi-3 ve Yetişkinler için Psikolojik Dayanıklılık Ölçeği uygulanmıştır. Araştırma sonuçları, algılanan ebeveynlerin aşırı koruyucu ve reddedici tutumlarının sürekli kaygı ve kaygı duyarlılığı ile pozitif bir ilişki gösterdiğini, ancak psikolojik dayanıklılık ile negatif bir ilişkilendirme olduğunu ortaya koymuştur. Diğer yandan, algılanan ebeveyn duygusal sıcaklığının sürekli kaygı ve kaygı duyarlılığı ile negatif bir ilişki gösterdiği, ancak psikolojik dayanıklılık ile pozitif bir ilişki olduğu bulunmuştur. Araştırma, kaygı duyarlılığının algılanan aşırı koruyucu ve duygusal sıcak ebeveyn tutumları ile sürekli kaygı düzeyi arasındaki ilişkilere aracılık ettiğini ortaya koymuştur. Nihai olarak çalışma, aile içi tutumların yetişkinlerin zihinsel sağlık algısını ve belirli psikopatolojilerin gelişimini etkileyebileceğini göstermektedir. Bu sonuçlar, ebeveyn tutumlarının genç yetişkinlerin psikolojik sağlığı üzerinde önemli bir rol oynayabileceğini vurgulamaktadır.

Bal'ın (2022) çalışmasında, ergenlerde ebeveyn tutumları ile sosyal anksiyete arasındaki ilişki incelenmiştir. Araştırma, tanımlayıcı bir çalışma olarak yürütülmüş ve ilişkisel tarama modeli kullanılmıştır. İstanbul ilinin Beylikdüzü ilçesinde yaşayan ve 13-18 yaş aralığındaki ergenler ile onların ebeveynleri araştırmaya dahil edilmiştir. Bu katılımcılar, hem kamu okullarından (Beylikdüzü Mesleki ve Teknik Anadolu Lisesi, Cemalettin Tınaztepe Ortaokulu) hem de özel okullardan (Beylikdüzü Özel Bilim Yaşam Okulları) seçilmiştir. Veri toplama sürecinde Sosyodemografik Veri Formu, Ergenler için Sosyal Kaygı Ölçeği ve Anne Baba Tutum Ölçeği kullanılmıştır. Araştırmanın sonuçlarına göre, Anne Baba Tutum Ölçeği'nin alt boyutlarından "Kontrol/denetleme", "olumsuz değerlendirme korkusu", "yeni durumlardan sosyal kaçınma" ve "huzursuzluk duyma" arttıkça ergenlerin sosyal anksiyetede puanlarının yükseldiği belirlenmiştir. Bu sonuçlar, ebeveynlerin tutumlarının ergenlerin sosyal anksiyete düzeylerini etkileyebileceğini göstermektedir.

Son olarak, Kahraman'ın (2022) araştırması özel öğrenme güçlüğü olan çocukların anne-baba tutumları ile süreklilik ve durumluluk kaygı düzeyleri arasındaki ilişkiyi incelemiştir. Araştırma, Bolu ilinde yaşayan 2021 yılında gerçekleştirilmiş olup, örnekleme 150 anne-babadan oluşmaktadır; bu katılımcıların 90'ı kadın ve 60'ı erkektir. Katılımcılardan bilgilendirilmiş onam alınmış ve veriler, kendileri tarafından yanıtlanan ölçeklerle toplanmıştır. Araştırmada kullanılan veri toplama araçları Spielberger Sürekli ve Durumluk Kaygı Ölçeği, Aile Hayatı ve Çocuk Yetiştirme Tutumları Ölçeği ve Kişisel Bilgi Formu'dur. Araştırma sonuçlarına göre, cinsiyete göre durumluk kaygı puanlarında farklılık görülmezken, kadınların sürekli kaygı düzeylerinin erkeklere göre daha yüksek olduğu saptanmıştır. Ebeveynlerin kaygı düzeyleri yaşa göre anlamlı bir fark göstermemektedir. Durumluk kaygı düzeyi çalışma durumuna göre farklılaşmazken, sürekli kaygı düzeyi çalışmayan ebeveynler arasında daha yüksek bulunmuştur. Gelir düzeyi düşük olan ebeveynlerin sürekli kaygı düzeyinin daha yüksek olduğu ve karı-koca geçimsizliği alt boyutunun cinsiyete göre farklılaştığı, kadınların puan ortalamasının erkeklere göre daha yüksek olduğu tespit edilmiştir. Ayrıca, durumluk kaygı ile sürekli kaygı, aşırı kontrol alt boyutu, demokratik tutum, ev kadınlığı rolünü reddetme, eş geçimsizliği ve sıkı disiplin alt boyutu arasında pozitif yönlü ve anlamlı ilişkiler bulunmuştur. Sonuç olarak, bu çalışma özel öğrenme güçlüğü olan çocukların ebeveyn tutumları ve kaygı

düzeylei arasındaki ilişkiyi incelemiş ve bu ilişkiide bazı sosyo-demografik faktörlerin etkisinin olduğunu göstermiştir.

Özetle, ebeveyn tutum ve davranışlarının çocuk ve ergenlerde kaygının gelişmesi ve sürmesinde etkisi bulunmaktadır. Aşırı eleştirel veya aşırı korumacı ebeveynlik stilleri ve kaygılı davranışların modellenmesi, kaygı belirtilerinin başlamasına katkıda bulunabilmektedir. Bu ilişkinin inceliklerini anlamak, çocukluk çağı anksiyete bozukluklarına yönelik etkili önleme ve müdahale stratejileri geliştirmek için önem taşımaktadır.



ÜÇÜNCÜ BÖLÜM

YÖNTEM

Araştırmanın bulgularına geçmeden önce takip edilen süreç ve araştırmanın modeli, bu bölümde aktarılmaktadır.

3.1 Araştırmanın Modeli

Bu çalışma, genç yetişkinlerde algılanan ebeveyn tutumları ile kaygı seviyeleri arasındaki ilişkiyi incelemek amacıyla kesitsel bir araştırma modelini benimsemektedir.

3.2 Çalışmanın Evreni ve Örneklemi

Araştırma örneklemini oluşturmak için, 18-35 yaş arasındaki genç yetişkinler arasından rastgele seçilen ve araştırmaya gönüllü katılmayı kabul eden 386 kişi dahil edilmiştir. Çalışmanın evreni Türkiye’de yaşayan 18-35 yaş arasındaki genç yetişkinlerdir. Çalışmanın örneklemi ise online ortamda çalışmaya katılmaya gönüllü olmuş 18-35 yaş arasındaki 386 genç yetişkin bireyden oluşmaktadır.

3.3 Veri Toplama Araçları

Bu çalışmada algılanan ebeveyn tutumlarını, kaygı düzeyini ve sosyodemografik bilgileri toplamak için aşağıdaki ölçüm araçları kullanılmıştır.

3.3.1 Anne-Baba Tutumu Ölçeği

Anne-Baba Tutumu Ölçeği (ABTÖ), Kuzgun ve Eldeleklioğlu (1993) tarafından revize edilmiş ve genç yetişkinlerin algıladığı ebeveyn tutumlarını ölçen bir araçtır. Ölçek, demokratik, otoriter ve koruyucu-istekçi tutumları değerlendiren 40 sorudan oluşmaktadır. ABTÖ'nün güvenilirlik analizi için Cronbach Alfa değerleri demokratik

tutum için 0.89, koruyucu-istekçi tutum için 0.82 ve otoriter tutum için 0.78 olarak bulunmuştur (Sezer & Yıldırım, 2018).

3.3.2 Sürekli Kaygı Envanteri

Sürekli Kaygı Envanteri, Durumluk ve Sürekli Kaygı Ölçeklerini içeren bir araçtır ve kaygı düzeyini ölçmek için kullanılır. Bu envanterin güvenilirliği ve geçerliği Türkçe versiyonu için öncelikle Spielberger ve arkadaşları (1964) tarafından incelenmiş ve daha sonra Öner ve Le Compte (1982) tarafından Türkçeye uyarlanmıştır. Sürekli Kaygı Envanteri, kaygı düzeyini 20 soru ile ölçer ve bu soruların yanıtları dört seçenekten oluşur (Öner & Lecompte, 1982).

3.3.3 Kişisel Bilgi Formu

Katılımcıların sosyodemografik verilerini toplamak için bir Kişisel Bilgi Formu kullanılmıştır. Bu form, katılımcıların yaş, cinsiyet, eğitim düzeyi, aile yapısı gibi kişisel bilgilerini içermektedir.

3.4 Veri Toplama Süreci

Çalışmanın veri toplama süreci online olarak gerçekleştirilmiştir ve yaklaşık bir ay sürmüştür. Katılımcılar, sosyal medya platformları ve WhatsApp grupları üzerinden davet edilmiş ve anketlere erişimleri sağlanmıştır. Katılımcılardan onamlarını almak ve gizliliklerini korumak için gerekli önlemler alındıktan sonra elde edilen veriler analiz edilmiştir.

3.5 Veri Analizi

Veri analizi, elde edilen verilerin istatistiksel olarak analiz edilmesini içermektedir. Veri normal dağılım varsayımı Kolmogorov-Smirnov testi, basıklık ve çarpıklık değerleri, ve histogram grafikleri ile sınanmıştır. Bağımsız iki grup karşılaştırmalarında Independent sample t test veya nanparametrik testlerden Mann-Whitney U testi kullanılmıştır. Bağımsız üç veya daha fazla grup karşılaştırmalarında

One-Way ANOVA veya Kruskal-Wallis H testi kullanılmıştır. Sayısal değişkenler arasındaki ilişkiyi değerlendirmek için Pearson veya Spearman korelasyon katsayıları kullanılmıştır. Bağımsız değişkenlerin bağımlı değişken üzerine etkisini değerlendirmek için regresyon analizi kullanılmıştır. Tüm analizlerin anlamlılık düzeyi olarak 0.05 alınmıştır.



DÖRDÜNCÜ BÖLÜM

BULGULAR

4.1 Ölçeklerin Güvenirliğine İlişkin Bulgular

Çalışmada kullanılan Anne-Baba Tutumu Ölçeği ve Sürekli Kaygı Envanterinin güvenilirlikleri Cronbach Alfa içsel tutarlılık testine tabi tutulmuştur. Bu yöntem, Cronbach (1951) tarafından geliştirilen alfa katsayısı yöntemidir ve anket maddelerinin iç tutarlılıklarını tahmin etmek için kullanılır. Alfa katsayısı, ölçekte bulunan özel maddelerin toplam varyansının genel varyansa oranı olarak hesaplanır ve ağırlıklı standart sapmanın ortalaması olarak tanımlanır (Ercan ve İsmet, 2004).

Cronbach Alpha katsayısı 0 ile 1 arasında değerler alır ve güvenilirlik aşağıdaki değerlerde sağlanmaktadır (İslamoğlu ve Alnıaçık, 2009: 291-292):

$0,01 \leq \alpha < 0,40$ olduğunda ölçek güvenilir değildir.

$0,40 \leq \alpha < 0,60$ olduğunda ölçeğin güvenilirliği düşüktür.

$0,60 \leq \alpha < 0,80$ olduğunda ölçek güvenilirliği kabul edilebilir düzeydedir.

$0,80 \leq \alpha < 1,00$ olduğunda ölçek güvenilirliği yüksektir.

Tablo.1 Ölçek Puanlarına İlişkin Güvenirlik Analizi

	Cronbach's Alpha
Demokratik	0,93
Otoriter	0,85
Koruyucu-istekçi	0,86
Sürekli kaygı envanteri	0,90

Tablo.1 incelendiğinde anne-baba tutumu ölçeği ve sürekli kaygı envanteri puanlarının yüksek güvenilirlik seviyesinde olduğu tespit edilmiştir.

Verilerin Analizi

Tüm veriler, analizler için SPSS (Statistical Package for Social Sciences) for Windows 22 programında bilgisayar ortamına kaydedildi. Verilerin analizi için hangi testlerin (parametrik/nonparametrik testler) kullanılacağına karar verilmeden önce, karşılanması gereken varsayımların testi yapıldı. Verilerin normal dağılımı Kolmogorov-Smirnov testi ile değerlendirildi ve normal dağılımın diğer varsayımları olan basıklık ve çarpıklık değerleri de dikkate alındı. Bağımsız iki grup arasındaki karşılaştırmalarda t-testi (Independent sample t-testi) kullanıldı, üç veya daha fazla grup arasındaki farklar için tek yönlü varyans analizi (One Way Anova) yapıldı ve farkların kaynağını belirlemek için Bonferroni çoklu karşılaştırma testi kullanıldı. Sayısal değişkenler arasındaki ilişkiler Pearson korelasyon analizi ile incelendi. Elde edilen sonuçların anlamlılığı değerlendirilirken 0.05 anlamlılık düzeyi ölçüt olarak kabul edildi.

Tablo.2 Demografik Özelliklere İlişkin Bulgular

Değişken	Grup	n	%
Cinsiyet	Erkek	134	34,72
	Kadın	252	65,28
Eğitim durumu	Lise mezunu	65	16,84
	Ön lisans veya lisans	261	67,62
	Yüksek lisans veya doktora	60	15,54
Ekonomik durum	Düşük düzey	64	16,58
	Orta düzey	295	76,42
	Yüksek düzey	27	6,99
Daha önce psikiyatrik bir tanı aldınız mı?	Evet	73	18,91
	Hayır	313	81,09
Daha önce psikolojik bir destek aldınız mı?	Evet	137	35,49
	Hayır	249	64,51
Anne eğitim durumu	İlkokul mezunu	188	48,70
	Ortaokul mezunu	46	11,92
	Lise mezunu	92	23,83
	Ön lisans veya lisans	60	15,54
Baba eğitim durumu	İlkokul mezunu	104	26,94
	Ortaokul mezunu	66	17,10
	Lise mezunu	114	29,53
	Ön lisans veya lisans	102	26,42
Ebeveynlerinizden herhangi biri daha önce psikiyatrik bir tanı aldı mı?	Evet	96	24,87
	Hayır	290	75,13

Demografik özelliklere ilişkin bulgular incelendiğinde katılımcıların %65,28'inin (n:252) kadın olduğu, %67,62'sinin (n:261) eğitim durumunun ön lisans veya lisans olduğu, %76,42'sinin (n:295) ekonomik durumunun orta düzey olduğu, %81,09'unun (n:313) daha önce psikiyatrik bir tanı almadığı, %64,51'inin (n:249) daha önce psikolojik destek almadığı, %48,70'inin (n:188) annelerinin ilköğretim düzeyine sahip olduğu, %29,53'ünün (n:114) babalarının lise mezunu eğitim düzeyine sahip olduğu, %75,13'ünün (n:290) ebeveynlerinden herhangi birinin daha önce psikiyatrik bir tanı almadığı görülmektedir.

Tablo.3 Normallik Varsayımına İlişkin Bulgular

	Kolmogorov-Smirnov			Çarpıklık	Basıklık	$\bar{X} \pm Ss$
	İstatistik	sd	p			
Demokratik tutum	0,07	150	0,06	0,45	0,07	44,58±8,83
Otoriter tutum	0,07	150	0,08	0,17	0,07	20,13±6,29
Koruyucu-istekçi tutum	0,11	150	0,01	1,04	0,11	28,10±7,33
Sürekli kaygı envanteri	0,13	150	0,01	0,93	0,13	46,43±9,81

Verilerin normallik varsayımını sağlayıp sağlamadığı Kolmogorov-Smirnov ve basıklık çarpıklık katsayıları incelenmiştir. Kolmogorov-Smirnov testlerinden elde edilen anlamlılık düzeyi 0,05'ten küçük olan verileri için basıklık ve çarpıklık değerleri $\pm 2,0$ arasında olmasında (George ve Mallery, 2010) değerlerin normal dağılım gösterdiği değerlendirilerek analizler parametrik testler ile gerçekleştirilmiştir.

Tablo.4 Anne-Baba Tutumu Ölçeği Puanlarının Daha Önce Psikiyatrik Bir Tanı Alma Durumuna Göre Karşılaştırılmasına Yönelik Bulgular

Değişken	Psikiyatrik Tanı	n	$\bar{X} \pm Ss$	t	p
Demokratik tutum	Evet	73	42,00±9,25	-2,79	0,01
	Hayır	313	45,18±8,64		
Otoriter tutum	Evet	73	21,74±6,73	2,44	0,01
	Hayır	313	19,75±6,14		
Koruyucu-istekçi tutum	Evet	73	30,63±7,91	3,31	0,01
	Hayır	313	27,51±7,07		

t: Bağımsız örneklem t test

Demokratik tutum puanları daha önce psikiyatrik bir tanı alma durumuna göre istatistiksel olarak anlamlı bir fark göstermektedir (t:-2,79; **p<0,05**). Ortalama

değerlere bakıldığında **daha önce psikiyatrik bir tanı alanların (42,00±9,25) almayanlara göre (45,18±8,64) demokratik tutum puanlarının daha düşük olduğu saptanmıştır.**

Otoriter tutum puanları daha önce psikiyatrik bir tanı alma durumuna göre istatistiksel olarak anlamlı bir fark göstermektedir (t:2,44; **p<0,05**). Ortalama değerlere bakıldığında **daha önce psikiyatrik bir tanı alanların (21,74±6,73) almayanlara göre (19,75±6,14) otoriter tutum puanlarının daha yüksek olduğu saptanmıştır.**

Koruyucu-istekçi tutum puanları daha önce psikiyatrik bir tanı alma durumuna göre istatistiksel olarak anlamlı bir fark göstermektedir (t:3,31; **p<0,05**). Ortalama değerlere bakıldığında **daha önce psikiyatrik bir tanı alanların (30,63±7,91) almayanlara göre (27,51±7,07) koruyucu-istekçi tutum puanlarının daha yüksek olduğu saptanmıştır.**

Tablo.5 Anne-Baba Tutumu Ölçeği Puanlarının Daha Önce Psikolojik Bir Destek Alma Durumuna Göre Karşılaştırılmasına Yönelik Bulgular

Değişken	Psikolojik destek alma	n	$\bar{X} \pm Ss$	t	p
Demokratik tutum	Evet	137	43,05±9,03	-2,53	0,01
	Hayır	249	45,41±8,63		
Otoriter tutum	Evet	137	21,02±6,51	2,08	0,04
	Hayır	249	19,64±6,13		
Koruyucu-istekçi tutum	Evet	137	29,09±7,42	1,98	0,04
	Hayır	249	27,56±7,24		

t: Bağımsız örneklem t test

Demokratik tutum puanları daha önce psikolojik bir destek alma durumuna göre istatistiksel olarak anlamlı bir fark göstermektedir (t:-2,53; **p<0,05**). Ortalama değerlere bakıldığında **daha önce psikolojik bir destek alanların (43,05±9,03) almayanlara göre (45,41±8,63) demokratik tutum puanlarının daha düşük olduğu saptanmıştır.**

Otoriter tutum puanları daha önce psikolojik bir destek alma durumuna göre istatistiksel olarak anlamlı bir fark göstermektedir (t: 2,08; **p<0,05**). Ortalama değerlere bakıldığında **daha önce psikolojik bir destek alanların (21,02±6,51)**

almayanlara göre (19,64±6,13) otoriter tutum puanlarının daha yüksek olduğu saptanmıştır.

Koruyucu-istekçi tutum puanları daha önce psikolojik bir destek alma durumuna göre istatistiksel olarak anlamlı bir fark göstermektedir (t: 1,98; p<0,05). Ortalama değerlere bakıldığında daha önce psikolojik bir destek alanların (29,09±7,42) almayanlara göre (27,56±7,24) koruyucu-istekçi tutum puanlarının daha yüksek olduğu saptanmıştır.

Tablo.6 Anne-Baba Tutumu Ölçeği Puanlarının Cinsiyete Göre Karşılaştırılmasına Yönelik Bulgular

Değişken	Grup	n	$\bar{X}\pm Ss$	t	p
Demokratik tutum	Erkek	134	45,78±7,67	1,97	0,04
	Kadın	252	43,93±9,34		
Otoriter tutum	Erkek	134	19,76±5,78	-0,84	0,40
	Kadın	252	20,33±6,55		
Koruyucu-istekçi tutum	Erkek	134	28,78±6,97	1,33	0,18
	Kadın	252	27,74±7,50		

t: Bağımsız örneklem t test

Demokratik tutum puanları cinsiyete göre istatistiksel olarak anlamlı bir fark göstermektedir (t:1,97; p<0,05). Ortalama değerlere bakıldığında **erkeklerin (45,78±7,67) kadınlara göre (43,93±9,34) ebeveyn tutum puanlarından demokratik tutum alt puanlarının daha yüksek olduğu saptanmıştır.**

Otoriter tutum ve koruyucu-istekçi tutum puanları cinsiyete göre istatistiksel olarak anlamlı bir fark göstermemektedir (p>0,05).

Tablo.7 Sürekli Kaygı Envanteri Puanlarının Cinsiyete ve Ebeveynlerden Herhangi Birinin Daha Önce Psikiyatrik Bir Tanı Alma Durumuna göre Karşılaştırılmasına Yönelik Bulgular

Değişken	Grup	n	$\bar{X}\pm Ss$	t	p
Cinsiyet	Erkek	134	42,76±8,61	-5,55	0,01
	Kadın	252	48,38±9,87		
Ebeveynlerden Herhangi Birinin Daha Önce Psikiyatrik Bir Tanı Alma Durumu	Evet	96	47,14±9,22	0,81	0,41
	Hayır	290	46,19±10,01		

t: Bağımsız örneklem t test

Sürekli kaygı envanteri puanları kişilerin cinsiyetine göre istatistiksel olarak anlamlı bir fark göstermektedir (t:-5,55; $p<0,05$). Ortalama değerlere bakıldığında **erkeklerin (42,76±8,61) kadınlara göre (48,38±9,87) sürekli kaygı envanter puanlarının daha düşük olduğu saptanmıştır.**

Sürekli Kaygı Envanteri Puanları ebeveynlerden herhangi birinin daha önce psikiyatrik bir tanı alma durumuna göre istatistiksel olarak anlamlı bir fark göstermemektedir ($p>0,05$).

Tablo.8 Anne-Baba Tutumu Ölçeği Puanlarının Anne Eğitim Seviyesine Göre Karşılaştırılmasına Yönelik Bulgular

Değişken	Grup	n	$\bar{X}\pm Ss$	F	p
Demokratik tutum	İlkokul mezunu	188	44,10±9,06	0,83	0,48
	Ortaokul mezunu	46	44,74±7,09		
	Lise mezunu	92	45,79±8,91		
	Ön lisans veya lisans	60	44,08±9,24		
Otoriter tutum	İlkokul mezunu	188	20,01±6,28	1,92	0,13
	Ortaokul mezunu	46	19,65±5,75		
	Lise mezunu	92	19,51±6,22		
	Ön lisans veya lisans	60	21,85±6,68		
Koruyucu-istekçi tutum	İlkokul mezunu	188	27,89±7,22	1,09	0,35
	Ortaokul mezunu	46	27,76±7,13		
	Lise mezunu	92	27,70±7,64		
	Ön lisans veya lisans	60	29,66±7,31		

F: Tek yönlü varyans analizi

Anne-baba tutumu ölçeği ve alt boyut puanları anne eğitim seviyesine göre istatistiksel olarak anlamlı bir fark göstermemektedir ($p>0,05$).

Tablo.9 Anne-Baba Tutumu Ölçeği Puanlarının Baba Eğitim Seviyesine Göre Karşılaştırılmasına Yönelik Bulgular

Değişken	Grup	n	$\bar{X} \pm Ss$	F	p	Fark
Demokratik tutum	İlkokul mezunu ¹	104	43,14±9,73	3,69	0,01	1<3
	Ortaokul mezunu ²	66	44,64±8,72			
	Lise mezunu ³	114	46,74±8,17			
	Ön lisans veya lisans ⁴	102	43,58±8,29			
Otoriter tutum	İlkokul mezunu ¹	104	20,18±6,47	1,17	0,32	
	Ortaokul mezunu ²	66	20,12±5,65			
	Lise mezunu ³	114	19,35±6,26			
	Ön lisans veya lisans ⁴	102	20,95±6,52			
Koruyucu-istekçi tutum	İlkokul mezunu ¹	104	27,57±7,73	1,37	0,25	
	Ortaokul mezunu ²	66	29,30±5,92			
	Lise mezunu ³	114	27,38±7,35			
	Ön lisans veya lisans ⁴	102	28,69±7,67			

F: Tek yönlü varyans analizi

Demokratik tutum puanları baba eğitim seviyesine göre istatistiksel olarak anlamlı bir fark göstermektedir (F:0,83; **P<0,05**). Farkın hangi gruplar arasında olduğuna bonferroni çoklu karşılaştırma testi ile bakıldığında **ilkokul mezunu eğitim seviyesine sahip kişilerin demokratik tutum puanlarının lise mezunu kişilere göre anlamlı biçimde daha düşük olduğu tespit edilmiştir.**

Otoriter tutum ve koruyucu-istekçi tutum puanları baba eğitim seviyesine göre istatistiksel olarak anlamlı bir fark göstermemektedir (p>0,05).

Tablo.10 Anne-Baba Tutumu Ölçeği Puanları ile Sürekli Kaygı Envanteri Puanları Arası İlişkiye Yönelik Bulgular

		Sürekli Kaygı Envanteri Puanları
Demokratik tutum	r	-0,42
	p	0,01
Otoriter tutum	r	0,46
	p	0,01
Koruyucu-istekçi tutum	r	0,34
	p	0,01

r: Pearson korelasyon katsayısı *Korelasyon derecesi olarak* $\pm 1 \leq r \leq \pm 0.7$ *Kuvvetli İlişki*, $\pm 0.7 \leq r \leq \pm 0.3$ *Orta Düzeyde İlişki*, $\pm 0.3 \leq r \leq \pm 0$ *Zayıf İlişki* baz alınmıştır. (Gürbüz ve Şahin, 2018).

Demokratik tutum ile sürekli kaygı envanteri puanları arasında negatif yönde orta düzeyde istatistiksel olarak anlamlı ilişki vardır (r:-0,42; p<0,05).

Otoriter tutum ile sürekli kaygı envanteri puanları arasında pozitif yönde orta düzeyde istatistiksel olarak anlamlı ilişki vardır (r:0,46; p<0,05).

Koruyucu-istekçi tutum ile sürekli kaygı envanteri puanları arasında pozitif yönde orta düzeyde istatistiksel olarak anlamlı ilişki vardır (r:0,34; p<0,05).



TARTIŞMA

Bu araştırmada genç yetişkin bireylerin algıladıkları anne-baba tutumları ile sürekli kaygı seviyeleri arasındaki ilişkiyi incelemek amaçlanmıştır. Çalışmanın örneklemini online ortamda çalışmaya katılmaya gönüllü olmuş 18-35 yaş arasındaki 386 genç yetişkin bireyden oluşmuştur. Katılımcıların çoğunu kadınlar, üniversite mezunu ve orta ekonomik seviyeden bireyler oluşturmuştur. Bulgularımız çalışmamızın ana hipotezini desteklemiştir. Demokratik ebeveyn tutumu ile sürekli kaygı envanteri puanları arasında negatif yönde istatistiksel olarak anlamlı ilişki bulunurken, otoriter ebeveyn tutumu ve koruyucu-istekçi ebeveyn tutumu ile sürekli kaygı envanteri puanları arasında pozitif yönde istatistiksel olarak anlamlı ilişki bulunmuştur. Bu bölümde hipotezimizi destekleyen bu bulgular ve araştırmadan elde edilen diğer veriler, literatürdeki diğer çalışmalarla tartışılmıştır.

Araştırmadan elde edilen ortalama değerlere göre, daha önce psikiyatrik bir tanı alanların almayanlara göre demokratik ebeveynlik tutum puanlarının daha düşük olduğu; otoriter ve koruyucu-istekçi ebeveynlik tutum puanlarının daha yüksek olduğu saptanmıştır. Burke, Pardini ve Loeber (2008) de benzer olarak ebeveynlerin ruh sağlığının, ebeveyn tutumlarını da etkilediğini ileri sürmüştür. Bu tarz demokratik olmayan ebeveynlikte ebeveynlerin olumsuz tutumları, çocukların psikopatolojisini arttırmaktadır Bu durum, ebeveynlerin ruhsal sorunlarını, dışarıya yansıtmalarıyla açıklanabilir. Weijers, van Steensel ve Bögels'e göre de (2018) çocuklarda görülen psikopatolojinin ebeveynin ruh sağlığı ile ilişkisi bulunmaktadır. Araştırmadan elde edilen verilere göre, çocuklarda psikopatolojinin gelişiminde anne ve babaların rolleri önem teşkil etmektedir. Araştırma, klinik olarak başvuran 272 kişinin ebeveynlerinin (6-20 yaş arası, %66'sı erkek) kendilerinin ve çocuklarının davranış sorunları ve ebeveynlik stresi hakkında bilgi vermesiyle gerçekleştirilmiştir. Araştırmanın sonuçlarına göre, annelerin içselleştirme ve dışsallaştırma sorunları, çocukların benzer sorunlarıyla ilişkilidir; babaların dışsallaştırma sorunları, çocukların hem içselleştirme hem de dışsallaştırma sorunlarıyla ilişkilidir, ancak babaların içselleştirme sorunları, yalnızca çocukların dışsallaştırma sorunlarıyla ilişkilidir. Sim ve arkadaşları (2019) yaptıkları bir çalışmada, otoriter ve aşırı koruyucu ebeveynlik yaklaşımlarının, çocukların bağımsız hareket etmelerini

engellediğini ve bu durumun ilerleyen dönemlerde çocuklarda depresyon gibi psikopatolojik sorunların ortaya çıkmasına ortam hazırladığını ileri sürmüşlerdir.

Araştırmamızdaki bir diğer veri de, ebeveyn demokratik tutum puanlarının babanın eğitim seviyesine göre istatistiksel olarak anlamlı bir fark gösterdiği'dir. İlkokul mezunu eğitim seviyesine sahip kişilerin demokratik tutum puanlarının lise mezunu kişilere göre anlamlı biçimde daha düşük olduğu tespit edilmiştir. Bu, eğitim seviyesinin ebeveynlerin çocuklarına yönelik tutumları üzerindeki etkisini vurgulamaktadır. İlkokul mezunu olan baba figürü, ebeveynlik hakkında daha sınırlı bilgi kaynaklarına sahip olabilir ve bu nedenle çocuklarının özgürlüğünü destekleme konusunda daha az eğilim gösterebilir. Breiner, Ford ve Gadsden'e göre (2016) ebeveynlerin eğitim seviyeleri, evlerinde sergiledikleri demokratik tutumu etkileyebilmektedir. Yüksek eğitim seviyelerine sahip ebeveynler, genellikle çocuklarına daha fazla özgürlük ve sorumluluk verme eğilimindedirler, bu da demokratik bir ebeveynlik tarzının temelini oluşturmaktadır. Daha eğitilmiş ebeveynler, çocuklarının bağımsız düşüncelerini teşvik edebilmekte, onların fikirlerini dinleyebilir ve onlara daha fazla katılımcı bir rol tanıyabilmektedir.

Araştırmanın bir diğer verisi ise demokratik ebeveynlik tutum puanlarının cinsiyete göre istatistiksel olarak anlamlı derecede farklı olmasıydı. Algılanan ortalama değerlere bakıldığında erkeklerin kadınlara göre demokratik tutum puanlarının daha yüksek olduğu saptanmıştır. Bu veriden yola çıkarak demokratik ebeveyn tutumunun, erkek çocuklara daha fazla sergilendiği görülmüştür. Demokratik ebeveynlik tarzının cinsiyetle ilişkilendiren ve ebeveynlerin erkek çocuklara daha fazla demokratik davrandığını gösteren Vyas ve Bano (2016) da ebeveynlerin genellikle erkek çocuklarına daha fazla özgürlük ve özerklik tanıdığını, kız çocuklarına ise daha sıkı kurallar ve denetim uyguladığını gözlemlemiştir. Vyas ve Bano (2016) bunu, toplumsal cinsiyet rollerine, erkek çocukların daha özgüvenli büyütülmek istenmesine ve ebeveynlerin önyargılarına bağlamıştır. Bu durum, kız çocuklarının yetişkinlikte daha fazla kaygı yaşamasına ortam hazırlayabilir. Paralel olarak araştırmadaki bir diğer veri de, sürekli kaygı envanteri puanlarının kişilerin cinsiyetine göre istatistiksel olarak anlamlı bir fark gösterdiği saptanmıştır ve kadınların daha yüksek kaygı seviyesine sahip olduğu görülmüştür. Bu bulgu literatür ile uyumludur. Ayrılma anksiyetesi bozukluğu ve obsesif-kompulsif

bozukluk (OKB) gibi diğer anksiyete bozukluklarında da benzer bir desen gözlemlenmiş ve kız çocuklarının bu tür bozukluklara daha fazla yatkın olduğu belirtilmiştir (Vyas ve Bano, 2016).

Bu araştırmada, genç yetişkin bireylerdeki kaygı seviyeleri ile bireylerin maruz kaldığı ebeveyn tutumlarının ilişkisi incelenmiş ve bazı veriler elde edilmiştir. Elde edilen veriler sonucunda genç yetişkin bireylerde algılanan ebeveyn tutumları ile kaygı düzeyleri arasındaki ilişki bulunduğu ve bu ilişkinin, genç yetişkinlerin ruh sağlığı açısından kritik bir öneme sahip olduğu saptanmıştır. Araştırma neticesinde, demokratik tutum ile sürekli kaygı envanteri puanları arasında negatif yönde orta düzeyde; otoriter tutum ile sürekli kaygı envanteri puanları arasında pozitif yönde orta düzeyde ve koruyucu-istekçi tutum ile sürekli kaygı envanteri puanları arasında pozitif yönde orta düzeyde istatistiksel olarak anlamlı ilişki bulunmuş ve bu veriler, araştırmanın üç hipotezini doğrulamıştır. Ebeveyn tutum ve davranışları, çocuğun gelişimini önemli ölçüde etkilemektedir. Bu alandaki araştırmalar, aşırı korumacılık veya otoriterlik gibi belirli ebeveyn tutumlarının genç bir yetişkinin kaygı seviyesini olumsuz etkilediğini göstermiştir, diğer yandan demokratik ebeveyn tutumu ise bireylerin kaygı seviyesinde azalmaya sebep olmaktadır (van Eijck ve ark., 2012; Wolk ve ark., 2016; Ankaralı ve Savaş, 2021; Butterfield ve ark., 2021). Otoriter ebeveynlik tutumları, yüksek düzeyde ebeveyn eleştirisi, çocuklarda olumsuz öz algıları ve özeleştiriyi teşvik edebilir ve bu da kaygı düzeylerinin artmasına neden olabilir. Tersine, aşırı korumacı ebeveynlik, çocuğun başa çıkma becerilerini öğrenme ve özerkliği deneyimleme fırsatlarını sınırlayabilir, bu da kaygı duyarlılığının artmasına katkıda bulunabilir (Hudson ve Rapee, 2001). Benzer şekilde Wolk ve arkadaşları da (2016) araştırmalarında, aşırı korumacı ebeveyn tutumunun çocuktaki kaygı seviyesini arttırdığını ileri sürmüşlerdir. Bu araştırmada, ebeveynlerin çocuklarının kaygısına yanıt olarak kullandıkları farklı ebeveynlik stratejileri ele alınmıştır. Araştırmada; "Parental Attitudes, Beliefs, and Understanding of Anxiety (PABUA)" adlı ölçüm, ebeveynlerin çocuklarının anksiyete hakkındaki inançlarını değerlendirmek, ebeveynlerin çocuklarının anksiyetesiyle başa çıkma yeteneklerini ve çocuklarının anksiyetik semptomları yönetmelerine yardımcı olma algılarını ölçmek ve ebeveynlerin çocuklarının anksiyetesiyle ilgili çeşitli ebeveynlik stratejilerini anlama düzeylerini değerlendirmek amacıyla geliştirilmiştir. Keşifsel faktör analiziyle üç faktörlü bir

çözüm elde edilen bu araştırmada, aşırı korumacı aile stiline, çocuklarda strese sebep olduğu tespit edilmiştir. Ankaralı ve Savaş (2021) da konuyla bağlantılı olarak aşırı korumacı olarak tanımlanan "helikopter ebeveyn" tutumlarının çocuklar üzerindeki olumsuz etkilerini ve bu davranışın şiddet olarak algılanma nedenlerini incelemiştir. Araştırmanın temel bulgusu, psikolojik şiddet olarak tanımlanan, bireyin ifade özgürlüğünü ve isteklerini yerine getirme yeteneğini engelleyen bir davranışın, bu ebeveyn tutumuyla çocuklar üzerinde etkili olduğudur. Çalışma, okul öncesi çocuklarda helikopter ebeveynlerin yarattığı sosyal ve duygusal olumsuzlukları, öğretmen gözlemlerini ve diğer çocuklarla uyumsuzlukları yansıtmaktadır. Araştırma, Ankara'da bulunan özel bir anaokulunda gerçekleştirilmiş ve 3 ile 15 yıl deneyime sahip 7 öğretmenden oluşan bir örneklem grubu kullanılmıştır. Derinlemesine mülakat tekniği kullanılarak katılımcılara, helikopter ebeveynlere sahip olduklarını düşündükleri 18 çocukta gözlemledikleri sosyal, duygusal ve uyum sorunlarıyla ilgili sorular sorulmuştur. Mülakat sonuçlarına göre, ebeveynlerin çocukları için en iyisini bildiği iddiasıyla, fiziksel ve duygusal olumsuzluklardan koruma amacıyla sergilenen bu tutumun, çocuklar üzerinde anksiyete gibi olumsuz sonuçlara neden olduğu görülmüştür.

Sağat (2016), 18 yaş altındaki bireylerin ebeveyn tutumlarının özgüven ve sosyal fobi üzerindeki etkilerini incelemiştir. Bu araştırmada, demokratik anne-baba tutumunun bireylerin özgüvenini artırdığı, koruyucu tutumun ise kaygı düzeyini yükselttiği sonucuna ulaşılmıştır. Demirsu (2018), üniversite öğrencileri arasında algılanan ebeveyn tutumları ile kaygı düzeyi arasındaki ilişkiyi incelemiştir. Algılanan aşırı koruyucu ve reddedici tutumların sürekli kaygı ve kaygı duyarlılığı ile pozitif ilişkilendirildiği tespit edilmiştir. Bal (2022) ise, ergenlerin ebeveyn tutumları ile sosyal anksiyete düzeyleri arasındaki ilişkiyi incelemiş ve "kontrol/denetleme" gibi anne-baba tutumu alt boyutlarının artmasıyla, ergenlerin "olumsuz değerlendirilme korkusu", "yeni durumlardan sosyal kaçınma" ve "huzursuzluk duyma" gibi sosyal anksiyete puanlarının arttığını bulmuştur. Literatürden yola çıkarak anne-baba tutumlarının kaygıyı tetiklediği söylenebilir. Çalışmamızın bulguları literatürdeki birçok çalışmayla paralellik göstermektedir.

SONUÇ

Bu araştırmada genç yetişkin bireylerin algıladığı anne-baba tutumunun mevcut durumdaki kaygı seviyeleri ile ilişkisini incelemek ve ebeveyn tutumu ile kaygı belirtileri arasında anlamlı bir ilişki olup olmadığının saptanması amaçlanmıştır. Araştırmadan elde edilen bulgular şu şekilde özetlenebilir:

- **Demokratik ebeveynlik tutum puanları ile sürekli kaygı envanteri puanları arasında negatif yönde orta düzeyde; otoriter ebeveynlik tutum puanları ile sürekli kaygı envanteri puanları arasında pozitif yönde orta düzeyde ve koruyucu-istekçi ebeveynlik tutum puanları ile sürekli kaygı envanteri puanları arasında pozitif yönde orta düzeyde istatistiksel olarak anlamlı ilişki bulunmuştur.** Bu bulgular, araştırmanın üç hipotezini de doğrulamıştır.
- Araştırma sosyo-demografik verilerine göre, katılımcıların çoğunluğu kadın, ön lisans veya lisans mezunu ve ekonomik olarak orta düzeydedir..
- Daha önce psikiyatrik bir tanı alanların veya psikolojik destek almış katılımcıların, daha önce psikiyatrik bir tanı almamış veya psikolojik destek almamış olanlara göre demokratik ebeveynlik tutum puanlarının daha düşük olduğu; otoriter ve koruyucu-istekçi ebeveynlik tutum puanlarının daha yüksek olduğu saptanmıştır.
- Demokratik ebeveynlik tutum puanları, cinsiyete bağlı olarak istatistiksel olarak anlamlı bir fark göstermiştir ve bu fark, erkeklerin kadınlara göre daha yüksek demokratik ebeveynlik tutum puanlarına sahip olduğunu göstermiştir. Ancak, otoriter tutum ve koruyucu-istekçi tutum puanları cinsiyete göre istatistiksel olarak anlamlı bir fark göstermemiştir.
- Sürekli kaygı envanteri puanları, cinsiyete göre istatistiksel olarak anlamlı bir fark göstermiştir ve bu fark, erkeklerin kadınlara göre daha düşük kaygı puanlarına sahip olduğunu göstermiştir. Ancak, Sürekli Kaygı Envanteri puanları, ebeveynlerden herhangi birinin daha önce psikiyatrik bir tanı almış olma durumuna göre istatistiksel olarak anlamlı bir fark göstermemiştir.

- Anne-baba tutumu ölçeği ve alt boyut puanları anne eğitim seviyesine göre istatistiksel olarak anlamlı bir fark göstermemiştir.
- Demokratik tutum puanları, baba eğitim seviyesine göre istatistiksel olarak anlamlı bir fark göstermiştir. Bu fark, ilkokul mezunu olan babaların demokratik tutum puanlarının lise mezunu olan babalara göre anlamlı şekilde daha düşük olduğunu göstermiştir. Ancak, otoriter tutum ve koruyucu-istekçi tutum puanları baba eğitim seviyesine göre istatistiksel olarak anlamlı bir fark göstermemiştir.



ÖNERİLER

Araştırmanın bu bölümünde, konu hakkında araştırma yapmayı düşünenlere ve ruh sağlığı çalışanlarına özel öneriler yer almaktadır.

Araştırmacılara Öneriler

- Bu çalışma, anne-baba tutumu ile kaygı seviyeleri arasındaki ilişkiyi ortaya koymuş olsa da, bu ilişkinin daha derinlemesine anlaşılması için daha fazla araştırmaya ihtiyaç vardır. Özellikle farklı yaş grupları, kültürel bağlamlar ve farklı sosyo-ekonomik durumları içeren daha geniş örneklemelerle benzer çalışmalar yapılmalıdır. Ayrıca prospektif çalışmalar anne-baba tutumlarının bireylerdeki kaygı seviyesine etkisini daha net gösterecektir.
- Anne-baba tutumu ile kaygı arasındaki ilişkiyi daha iyi anlamak için diğer değişkenlerin (örneğin, kişilik özellikleri, sosyal destek) de analiz edilmesi önerilir.

Ruh Sağlığı Çalışanlarına Öneriler

- Genç yetişkin danışanlarla çalışırken, onların kendi çocukluk dönemlerinde algıladıkları anne-baba tutumunu anlamalarına yardımcı olunmalı. Bu, danışanların kaygı düzeylerini daha iyi anlamalarına ve kaygı ile başa çıkmalarına yardımcı olabilir.
- Danışanların algıladığı anne-baba tutumu, terapötik planlamada dikkate alınmalıdır. Özellikle, demokratik tutumların kaygı seviyeleri üzerinde olumlu bir etkisi olabileceği göz önünde bulundurulmalıdır.

KAYNAKÇA

- Akarıslan Eıen, M. ve Cesur, S. (2015). Üıiversite Öğrencilerinin Ebeveynlik Stilllerini Algılayıııları ve Bu Algının Ebeveyn-Çocuk Değer Benzerliğine Etkisi. *Psikoloji Çalııımaları / Studies in Psychology* 35-2: 1-24.
- Aksoy, A. B., Kılıç, Ő. ve Gözün Kahraman, Ö. (2009). Asya Kùltürlerinde Ebeveynlik Stilleri ve Uygulamaları. *Ç.Ü. Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, Cilt 18, Sayı 2, Sayfa 14-25.
- American Psychiatric Association. (2013). *Diagnostic and statistical manual of mental disorders (DSM-5)*. American Psychiatric Pub.
- Ankaralı, F. & Savaı, G. (2021). Okul Öncesi Çocuklarda Öğretmen Açıısından Helikopter Ebeveyn Tutumlarının Şiddet Bağlamında Değerlendirilmesi. *Sosyoloji Dergisi*, 41-42, 117-143.
- Arnett, J. J. (2000). Emerging adulthood: A theory of development from the late teens through the twenties. *American Psychologist*, 55(5), 469-480.
- Aydoğdu, F. & Dilekmen, M. (2016). Ebeveyn Tutumlarının Çeıitli Değerııkenler Açıısından Değerlendirilmesi. *Bayburt Eğitim Fakùltesi Dergisi*, 11 (2), ss. 570-571.
- Aytemiz, T. (2010). *Ebeveynin Kiıılıği, Çocuğun Mizacı ve Ebeveyn Tutumları Arasındaki İliıkinin İncelenmesi*. T.C. İstanbul Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Psikoloji Anabilim Dalı Yüksek Lisans Tezi.
- Bahtiyar, B. ve Gençöz, T. (2023). The association between perceived parenting and adulthood anxiety: The mediator roles of emotion regulation, shame and anger. *Current Psychology*, Volume 42, ss. 9953-9962.
- Bal, F. (2022). *Ergenlerde Ebeveyn Tutumları ile Sosyal Anksiyete Arasındaki İliıkinin İncelenmesi*. T.C. İstanbul Geliıim Üniversitesi Lisansüstü Eğitim Enstitüsü. Yüksek Lisans Tezi.
- Barlow, D. H. (2002). *Anxiety and its disorders: The nature and treatment of anxiety and panic (2nd ed.)* The Guilford Press.
- Bornstein, M. H. (2002). *Handbook of parenting: Vol. 1. Children and parenting (2nd ed.)*. Lawrence Erlbaum Associates.
- Breiner, H., Ford, M., Gadsden, V. L. (2016). Parenting Matters: Supporting Parents of Children Ages 0-8. *National Academies Press (US)*.
- Brown, V. M., Price, R. & Dombrovski, A.Y. (2023). Anxiety as a disorder of uncertainty: implications for understanding maladaptive anxiety, anxious avoidance, and exposure therapy. *Cogn Affect Behav Neurosci* 23, 844-868.

- Burke, J. D., Pardini, D. A., Loeber, R. (2008). Reciprocal relationships between parenting behavior and disruptive psychopathology from childhood through adolescence. *J. Abnorm. Child Psychol* 36: 679–692. doi: 10.1007/s10802-008-9219-7.
- Butterfield, R. D., Silk, J. S., Lee, K. W., Siegle, G. S., Dahl, R. E., Forbes, E. E., Ryan, N. D., Hooley, J. M. ve Ladouceur, C. D. (2021). Parents Still Matter! Parental Warmth Predicts Adolescent Brain Function and Anxiety and Depressive Symptoms Two Years Later. *Dev Psychopathol.* 2021 Feb; 33(1): 226–239. doi: 10.1017/S0954579419001718
- Chen, W. W. (2014). The relationship between perceived parenting style, filial piety, and life satisfaction in Hong Kong. *Journal of Family Psychology*, 28(3), 308-314.
- Collins, W. A., Maccoby, E. E., Steinberg, L., Hetherington, E. M., Bornstein, M. H. (2000). Contemporary research on parenting: The case for nature and nurture. *American Psychologist*, 55(2), 218-232.
- Craske, M. G. & Barlow, D. H. (2006). *Mastery of your anxiety and worry: Workbook (2nd ed.)*. Oxford University Press.
- Creswell, C., Apetroaia, A., Murray, L. & Cooper, P. (2013). Cognitive, affective, and behavioral characteristics of mothers with anxiety disorders in the context of child anxiety disorder. *Journal of Abnormal Psychology*, 122(1), 26-38.
- Dalgar, G., Civil, F., Savaş, E. & Şahin, A. (2022). Erken Çocuklukta Bağlanma: John Bowlby ve Mary Ainsworth Açısından İncelenmesi. *Avrasya Sağlık Bilimleri Dergisi*, 5 (1), 85-92.
- Demirdağ, M. F. (2017). Bağlanma Teorisi'nin Kökenleri: John Bowlby ve Mary Ainsworth. *Düzce Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi* Cilt: I, Sayı: 2, Sayfa: 76-90.
- Demirsu, Ö. (2018). *Üniversite Öğrencilerinde Algılanan Ebeveyn Tutumları İle Sürekli Kaygı Düzeyleri Arasındaki İlişkide Psikolojik Dayanıklılığın Ve Kaygı Duyarlılığının Aracı Rollerini*. T.C. Işık Üniversitesi Yüksek Lisans Tezi.
- Dokuyan, M. (2016). 12.Sınıf Öğrencilerinde Algılanan Anne-Baba Tutumları İle Benlik Saygısı Arasındaki İlişkinin İncelenmesi. *Ahi Evran Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, C.2, S.2, ss.1-21.
- Durmuş, B., Yurtkoru, S. E., Çinko, M. (2013). *Sosyal Bilimlerde SPSS'le Veri Analizi*, 5.Baskı, Beta Basım, İstanbul.
- Eker, E. ve Türk, A. (2021). Anne ebeveynin kendi anne red kabulünün, ebeveynlik tutumu üzerine etkisi. *Kuram ve Uygulamada Sosyal Bilimler Dergisi*, 5(1), 25-39. Doi: 10.48066/kusob.875653

- Endler, N. S. & Kocovski, N. L. (2001). State and trait anxiety revisited. *Journal of Anxiety, Stress and Coping*, 14(3), 231-245.
- Enns, M., Cox, B. J., Clara, I. (2002). Parental bonding and adult psychopathology: Results from the US National Comorbidity Survey. *Psychological Medicine*, 32(06), 997-1008.
- Ercan, İ. ve İsmet, K. (2004). Ölçeklerde güvenilirlik ve geçerlik. *Uludağ Üniversitesi Tıp Fakültesi Dergisi*, 30(3), 211-216.
- Erözkan, A. (2011). Sosyal Kaygının Kaygı Duyarlılığı, Benlik Saygısı ve Kişilerarası Duyarlık Açısından İncelenmesi. *İlköğretim Online*, 10(1), 338-347.
- Erözkan, A. (2012). Ergenlerde Kaygı Duyarlılığı ve Ebeveyn Tutumları Arasındaki İlişkinin İncelenmesi. *Kuram ve Uygulamada Eğitim Bilimleri*, 43-57.
- Eymen, U. E. (2007). SPSS 15.0 Veri Analiz Yöntemleri, *İstatistik Merkezi*. (www.istatistikmerkezi.com) Erişim Tarihi: 29.09.2023.
- George, D. & Mallery, M. (2010). *SPSS for Windows Step by Step: A Simple Guide and Reference, 17.0 update (10th ed.)*, Boston: Pearson.
- Gökkaya, M. (2016). *Bir Grup Üniversite Öğrencisinde Sosyal Kaygı, Depresyon Ve Anne-Baba Tutumları İle Mükemmeliyetçilik Eğilimleri Ve Üniversiteye Uyum Arasındaki İlişkinin Değerlendirilmesi*. T.C. Işık Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Yüksek Lisans Tezi.
- Grolnick, W. S. ve Farkas, M. S. (2002). *Parenting and the development of children's self-regulation*. In M. H. Bornstein (Ed.), *Handbook of parenting: Vol. 5. Practical issues in parenting (2nd ed., ss. 89-110)*. Routledge.
- Günel, A. (2007). *Farklı Anne Baba Tutumlarının Okul Öncesi Eğitim Çağındaki Çocukların Özgüven Duygusunun Gelişimine Etkisi*. (Aksaray İli Örneği). T.C. Selçuk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü İlköğretim Anabilim Dalı Okul Öncesi Öğretmenliği Bilim Dalı Yüksek Lisans Tezi.
- Gürbüz, S. ve Şahin, F. (2018). *Sosyal Bilimlerde Araştırma Yöntemleri*. Ankara: Seçkin Yayıncılık.
- Gürses, İ. ve Kılavuz, M. A. (2011). Erikson'un Psiko-Sosyal Gelişim Dönemleri Teorisi Açısından Kuşaklararası Din Eğitimi ve İletişiminin Önemi. *T.C. Uludağ Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi* Cilt: 20, Sayı: 2, ss. 153-166.
- Hardaway, E., Baldwin, D., McIntyre, R. (2007). Perceived parenting styles on college students' optimism. *College Student Journal*, 50-557.
- İslamoğlu, A. H. ve Alnaçık, Ü. (2009). *Sosyal Bilimlerde Araştırma Yöntemleri*. İstanbul: Beta Basım Yayım Dağıtım A.Ş.

- Kahraman, N. (2022). *Özel Öğrenme Güçlüğü Olan Çocukların Anne Ve Babalarının Anne Baba Tutumları İle Süreklilik Ve Durumluluk Kaygı Düzeyleri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi*. T.C. İstanbul Gelişim Üniversitesi Lisansüstü Eğitim Enstitüsü. Yüksek Lisans Tezi.
- Kaplan, Y. ve Ak, T. (2018). Ergenlerde Psikolojik Belirtiler ve Problem Davranışlarda Anne-Baba Tutumlarının Rolü. *Türkiye Bütüncül Psikoterapi Dergisi*, 1 (2), 154-171.
- Kessler, R. C., Petukhova, M., Sampson, N. A., Zaslavsky, A. M., Wittchen, H. U. (2012). Twelve-Month and Lifetime Prevalence and Lifetime Morbid Risk of Anxiety and Mood Disorders in the United States. *International Journal of Methods in Psychiatric Research*, 21(3), 169-184.
- McLeod, B. D., Wood, J. J. & Weisz, J. R. (2007). Examining the association between parenting and childhood anxiety: A meta-analysis. *Clinical Psychology Review*, 27(2), 155-172.
- Michael, T., Zetsche, U., Margraf, J. (2007). Epidemiology of anxiety disorders. *Psychiatry*, Elsevier.
- Negreiros, J., Best, J. R., Vallani, T. ve diğerleri (2022). Obsessive-Compulsive Disorder (OCD) in the School: Parental Experiences Regarding Impacts and Disclosure. *J Child Fam Stud*. <https://doi.org/10.1007/s10826-022-02350-w>
- Oğuz, N. (2016). *Genç Yetişkinlerde Anne Baba Tutumu, Anksiyete ve Benlik Saygısı İlişkisi*. Yüksek Lisans Tezi, Üsküdar Üniversitesi, Klinik Psikoloji, İstanbul.
- Pinquart, M. (2017). Associations of parenting dimensions and styles with externalizing problems of children and adolescents: An updated meta-analysis. *Developmental Psychology*, 53(5), 873-932.
- Rohner, R. P. (2004). The parental "acceptance-rejection syndrome": Universal correlates of perceived rejection. *American Psychologist*, 59(8), 830-840.
- Rohner, R. P. ve Khaleque, A. (2005). *Parental Acceptance-Rejection Questionnaire (PARQ): Test Manual*. Handbook for the study of parental acceptance and rejection, 4, 43-106.
- Romero-Acosta, K., Gómez-de-Regil, L., Lowe, G. A., Lipps, G. E. ve Gibson, R. C. (2021). Parenting Styles, Anxiety and Depressive Symptoms in Child/Adolescent. *Int J Psychol Res (Medellin)* 14(1): 12–32.
- Sağat, H. (2016). *Bireylerin Anne Baba Tutumlarının Öz güven ve Sosyal Fobiye Olan İlişkinin İncelenmesi*. İstanbul Bilim Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Psikoloji Ana Bilim Dalı Uygulamalı Psikoloji Yüksek Lisans Tezi.
- Sevinç, K. (2009). Freudyen Psikolojide Bilinçaltı ve Bilinçdışı Kavramları Arasındaki Benzerlikler ve Farklılıklar. *Kilitbahir*, Sayı 15, Sayfa 125-158.

- Sezer, Ö. & Vuslat, O. (2010). Üniversite Öğrencilerinde Kendilerini Değerlendirmelerinin Ana Baba Tutumları ve Bazı Sosyo Demografik Değişkenler Açısından İncelenmesi. *Kastamonu Eğitim Dergisi*, 18 (3), 743-758.
- Sezer, Z. & Yıldırım, S. (2018). Anne Baba Tutumu Ölçeği'nin (ABTÖ) Türkçeye uyarlanması: Geçerlik ve güvenilirlik çalışması. *Elektronik Sosyal Bilimler Dergisi*, 17(67), 1157-1171.
- Shadach, S. & Ganor-Miller, O. (2013). The role of perceived parental over-involvement in student test anxiety. *European Journal of Psychology of Education*, volume 28, ss. 585-596.
- Sim, W. H., Jorm, A. F., Lawrence, K. A. ve Yap, M. B. H. (2019). Development and evaluation of the Parenting to Reduce Child Anxiety and Depression Scale (PaRCADS): assessment of parental concordance with guidelines for the prevention of child anxiety and depression. *PeerJ*. 30;7:e6865. doi: 10.7717/peerj.6865. PMID: 31179171; PMCID: PMC6545230.
- Smetana, J. G. (2017). Current research on parenting styles, dimensions, and beliefs. *Current Opinion in Psychology*, 15, 19-25.
- Şahin, M. (2019). Korku, Kaygı ve Kaygı (Anksiyete) Bozuklukları. *Avrasya Sosyal ve Ekonomi Araştırmaları Dergisi*, 6(10), s. 117-135.
- Tanıdır, C. ve Hergüner, S. (2015). Mirtazapine for Choking Phobia: Report of a Pediatric Case. *Journal Of Child And Adolescent Psychopharmacology*, Volume 25, Number 8, ss. 659-660. DOI: 10.1089/cap.2015.0145
- Taşdemir, G. (2020). *Ergenlerin Algıladığı Ebeveyn Tutumu Kişilik Yapısı ve Akademik Kendini Engelleme Arasındaki İlişkinin İncelenmesi*. Yüksek Lisans Tezi, İstanbul Sabahattin Zaim Üniversitesi, İstanbul.
- TDK - Türk Dil Kurumu (2023). "Tutum" ve "kaygı" kelimeleri sözlük anlamı. <https://sozluk.gov.tr/> Erişim Tarihi: 05.09.2023.
- Tekin, S. S. (2022). Ebeveynlik Stilleri ile 48-72 Aylık Çocukların Duygu Düzenleme Becerileri ve Öz Düzenleme Becerileri Arasındaki İlişki. T.C. İstanbul Maltepe Üniversitesi, Lisansüstü Eğitim Enstitüsü Yüksek Lisans Tezi.
- van Eijck, F. E. A. M., Branje, S. J. T., Hale, W. W., Meeus, W. H. J. (2012). Longitudinal associations between perceived parent-adolescent attachment relationship quality and generalized anxiety disorder symptoms in adolescence. *J Abnorm Child Psychol* 40(6):871-83. doi: 10.1007/s10802-012-9613-z.
- Vyas, K. ve Bano, S. (2016). Child's Gender and Parenting Styles. *Delhi Psychiatry Journal*, Vol 19, No 2.

- Weijers, D., van Steensel, F. J. A., Bögels, S. M. (2018). Associations between Psychopathology in Mothers, Fathers and Their Children: A Structural Modeling Approach. *J Child Fam Stud.* 27(6): 1992–2003.
- Wolk, C. B., Caporino, N. E., McQuarrie, S., Settapani, C. A., Podell, J. L., Crawley, S., Beidas, R. S. ve Kendall, P. C. (2016). Parental Attitudes, Beliefs, and Understanding of Anxiety (PABUA): Development and Psychometric Properties of a Measure. *J Anxiety Disord.* 39: 71–78.
- Wolfradta, U., Hempelb, S., Miles, J. N. V. (2003). Perceived parenting styles, depersonalisation, anxiety and coping behaviour in adolescents. *Personality and Individual Differences* 34, ss. 521-532.
- Yamawaki, N., Peterson Nelson, J. A., Omari, M. (2011). Self-esteem and life satisfaction as mediators between parental bonding and psychological well-being in Japanese young adults. *International Journal of Psychology and Counselling.* Vol. 3(1), ss. 1-8, ISSN 2141-2499
- Yavuzer, H. (2019). *Ana-Baba ve Çocuk.* İstanbul: Remzi Kitabevi.
- Yıldız, M. (2012). Bağlanma Kuramı Açısından Yaşlılık Dönemine Genel Bir Bakış. *Cumhuriyet Üniversitesi Fen-Edebiyat Fakültesi Sosyal Bilimler Dergisi* 36 (1), 1-30.

EKLER

EK 1. ETİK KURUL ONAYI



T.C.
İSTANBUL GELİŞİM ÜNİVERSİTESİ REKTÖRLÜĞÜ
Etik Kurul Başkanlığı

ETİK KURUL KARAR ÖRNEĞİ

Toplantı No	Toplantı Tarihi	Toplantı Saati	Toplantı Yeri
2023 - 04	19.04.2023	14.00	Online

KARAR NO: 2023-04-138: Lisansüstü Eğitim Enstitüsü, Klinik Psikoloji Tezli Yüksek Lisans Programı 221424049 numaralı Ayşenur DALGIÇ' ın "Genç Yetişkin Bireylerde Algılanan Anne-Baba Tutumları ile Kaygı Seviyeleri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi" konulu çalışması görüşüldü yapacağı anket sorularının, etik kurallara uygun olup olmadığını tespit etmek üzere, İGÜ Etik Kurulumuzun 08.03.2023 tarih ve 2023-03 sayılı toplantısında, İGÜ Etik Kurul Yönergesinin 12(1) maddesine göre değerlendirme yapmak üzere görevlendirilen öğretim elemanlarının raporları incelenmiş olup, ilgili çalışmada yer alan bilimsel araştırmanın etik kurallara uygun olduğuna oy birliği ile karar verildi.

ASLI GİBİDİR

BİRİM Etik Kurul Başkanlığı 19.04.2023 TARİHİ 2023 - 04 ETİK KURUL TOPLANTI TUTANAGI KARAR ÖRNEĞİ

Cihangir Mah. Şehit Jandarma Komando Er Hakan Özer Sokak No:1 34310 Avcılar / İSTANBUL
Tel: (+90212) 422 70 00 Fax: (+90212) 422 74 01
www.gelisim.edu.tr <https://bilim.gelisim.edu.tr> iletisim@gelisim.edu.tr

KYS-İD-004 / 4.00.2022 / 0 / 4.00.2022

1/1

EK 2. ANNE-BABA TUTUMU ÖLÇEĞİ

AÇIKLAMA:

Aşağıda anne babaların çocuklarını hangi yöntemlerle eğittiğini, çocuklarına toplumsal davranışlar kazandırırken nasıl davrandığını ifade eden cümlelerden oluşan 40 soruluk bir liste verilmiştir. Sizden istenen, bu cümleleri okuyup bunların annenizin ya da babanızın sizi eğitirken genellikle benimsediği davranışlara ne derece benzediğini, onların tutumuna ne kadar uyduğunu düşünerek cevap kâğıdınızdaki seçeneklerden uygun bulduğunuzu işaretlemenizdir. Cevapladığınız maddede, ebeveynlerden hangisinin davranış şekli ağır basıyorsa, o ebeveyni göz önünde bulundurarak o maddeye yanıt veriniz.

Anketi,
Anneme ()
Babama () göre cevaplandırıyorum.

ÖRNEK:

Bana hükmetmeye çalışırdı.

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

1. Bana her zaman güven duygusu vermiş ve beni sevdiğini hissettirmiştir.
2. Çok yönlü gelişmem için beni olanakları ölçüsünde desteklemiştir.
3. Her yaptığım işin olumlu yanlarını değil kusurlarını görmüş ve beni eleştirmiştir.
4. İlişkimiz problemlerimi ona açamayacağım kadar resmidir.
5. Arkadaşlarımı eve çağdırmama izin verir onlara iyi davranırdı.
6. Çevremizdeki çocuklarla beni karşılaştırır, onların benden daha iyi olduklarını söylerdi.
7. Her zaman başıma kötü bişey gelecekmiş gibi davranır.
8. Bana hükmetmeye çalışırdı.
9. Her konuda benim fikrimi de almaya özen göstermiştir.
10. Problemlerimi rahatlıkla konuşabilirim.
11. Evde bir konu tartışırken benim de görüşlerimi söylemem için beni teşvik eder.
12. Bugün bile alışverişe çıktığım zaman, beni kandıracakları endişesiyle kendisi de gelmek ister.
13. Benden her zaman gücümün üstünde başarı beklemiştir.
14. Fiziksel ve duygusal olarak kendisine yakın olmak istediğim zamanlar soğuk ve itici davranırdı.
15. Yapmamam gereken şeylerin nedenini bana açıklar.
16. Sevmediğim yemekleri bana zorla yedirirdi.
17. Sınavda hep üstün başarı göstermemi istemiştir.
18. Benim gibi bir evladı olduğu için mutsuz olduğunu düşünüyorum.
19. Küçüklüğümde itibaren ders çalışma ve okuma alışkanlığı kazanmam konusunda bana yardımcı olmuştur.
20. Birlikte olduğumuz zamanlar ilişkimiz çok arkadaşçadır.

Hiç	Çok			
Uygun	Az	Kısmen	Oldukça	Tamamen
Değil	Uygun	Uygun	Uygun	Uygun
1	2	3	4	5
()	()	()	()	()
()	()	()	()	()

() () () () ()

() () () () ()

() () () () ()

() () () () ()

() () () () ()

() () () () ()

~~() () () () ()~~

~~() () () () ()~~

~~() () () () ()~~

() () () () ()

() () () () ()

() () () () ()

() () () () ()

() () () () ()

() () () () ()

() () () () ()

() () () () ()

() () () () ()

21. Her gittiği yere beni de götürür, evde yalnız kalmamı istemezdi.
22. Beni kendi emellerine ulaşmak için bir araç olarak görmüştür.
23. Cinsiyet konusunda karşılaştığım problemleri kendisine anlattığımda çok ilgisiz davranırdı.
24. Ona yaklaşmak istediğimde bana sıcak bir şekilde karşılık vermiştir.
25. Küçüklüğümde bana yeterince vakit ayırır, parka, sinemaya vs götürmeyi ihmal etmezdi.
26. Bana önemli ve değerli bir insan olduğum inancını vermiştir.
27. Paramı nerelere harcadığımı ayrıntılı bir şekilde kontrol eder.
28. Her zaman her işte kusursuz olmam gerektiği inancındadır.
29. Cinsel konularda çok tutucu olduğu için onun yanında bu konulara ilgi gösteremem.
30. Benimle genellikle sert tonda ve emrederek konuşur.
31. Kendi istediği mesleği seçmem konusunda beni zorlamıştır.
32. Aile ile ilgili kararlar alınırken benim de fikrimi sormuştur.
33. Benim iyiliğimi istediğini, ama benim için iyinin ne olduğunu ancak kendisinin bileceğini söyler.
34. Beni yapabileceğimden fazlasını yapmaya zorlar.
35. Beni olduğum gibi kabul etmiştir.
36. Başkalarına benden daha çok önem verir daha nazik davranır.
37. İyi bir iş yaptığımda beni övmekten çok, daha iyisini yapmam gerektiğini söyler.
38. Her zaman nerede olduğumu ve ne yaptığımı merak eder.
39. Günlük olaylarla ilgili anlattıklarımı ilgi ile dinler ve bana açıklayıcı cevaplar verirdi.
40. Okulda başarılı olmam konusunda beni zorlar, kırık not aldığımda cezalandırırdı.

Hiç	Çok			
Uygun	Az	Kısmen	Oldukça	Tamamen
Değil	Uygun	Uygun	Uygun	Uygun
1	2	3	4	5

() () () () ()

() () () () ()

() () () () ()

() () () () ()

() () () () ()

() () () () ()

() () () () ()

() () () () ()

() () () () ()

() () () () ()

() () () () ()

() () () () ()

() () () () ()

() () () () ()

() () () () ()

() () () () ()

() () () () ()

() () () () ()

() () () () ()

() () () () ()



EK 3. SÜREKLİ KAYGI ENVANTERİ

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

	Hemen Hiçbir Zaman	Bazen	Çoğu Zaman	Hemen Her Zaman
1. Genellikle keyfim yerindedir.	(1)	(2)	(3)	(4)
2. Genellikle çabuk yorulurum.	(1)	(2)	(3)	(4)
3. Genellikle kolay ağlarım.	(1)	(2)	(3)	(4)
4. Başkaları kadar mutlu olmak isterim.	(1)	(2)	(3)	(4)
5. Çabuk karar veremediğim için fırsatları kaçıırım.	(1)	(2)	(3)	(4)
6. Kendimi dinlenmiş hissederim.	(1)	(2)	(3)	(4)
7. Genellikle sakin, kendime hakim ve soğukkanlıyım.	(1)	(2)	(3)	(4)
8. Güçlüklerin yenemeyeceğim kadar biriktiğini hissederim.	(1)	(2)	(3)	(4)
9. Önemsiz şeyler hakkında endişelenirim.	(1)	(2)	(3)	(4)
10. Genellikle mutluyum.	(1)	(2)	(3)	(4)
11. Her şeyi ciddiye alır ve etkilenirim.	(1)	(2)	(3)	(4)
12. Genellikle kendime güvenim yoktur.	(1)	(2)	(3)	(4)
13. Genellikle kendimi güvende hissederim.	(1)	(2)	(3)	(4)
14. Sıkıntılı ve güç durumlarla karşılaşmaktan kaçınırım.	(1)	(2)	(3)	(4)
15. Genellikle kendimi hüzünlü hissederim.	(1)	(2)	(3)	(4)
16. Genellikle hayatımdan memnunum.	(1)	(2)	(3)	(4)
17. Olur olmaz düşünceler beni rahatsız eder.	(1)	(2)	(3)	(4)
18. Hayal kırıklıklarını öylesine ciddiye alırım ki hiç unutamam.	(1)	(2)	(3)	(4)
19. Aklı başında ve kararlı bir insanım.	(1)	(2)	(3)	(4)
20. Son zamanlarda kafama takılan konular beni tedirgin eder.	(1)	(2)	(3)	(4)

EK 4. KİŞİSEL BİLGİ FORMU

Araştırmaya başlamak için lütfen formu doldurunuz.

1) Cinsiyetiniz:

- KADIN
- ERKEK

2) Yaşınız:

.....

3) Eğitim durumunuz:

- İLKOKUL MEZUNU
- ORTAOKUL MEZUNU
- LİSE MEZUNU
- ÖN LİSANS veya LİSANS
- YÜKSEK LİSANS veya DOKTORA

4) Ekonomik durumunuz:

- DÜŞÜK DÜZEY
- ORTA DÜZEY
- YÜKSEK DÜZEY

5) Daha önce psikiyatrik bir tanı aldınız mı?

- EVET
- HAYIR

6) Daha önce psikolojik bir destek aldınız mı?

- EVET
- HAYIR

7) Annenizin eğitim durumu:

- İLKOKUL MEZUNU
- ORTAOKUL MEZUNU
- LİSE MEZUNU
- ÖN LİSANS veya LİSANS
- YÜKSEK LİSANS veya DOKTORA

8) Babanızın eğitim durumu:

- İLKOKUL MEZUNU
- ORTAOKUL MEZUNU
- LİSE MEZUNU
- ÖN LİSANS veya LİSANS
- YÜKSEK LİSANS veya DOKTORA

9) Ebeveynlerinizden herhangi biri daha önce psikiyatrik bir tanı aldı mı?

- EVET
- HAYIR



EK 5. ÖZGEÇMİŞ

2016-2021 yılları arasında İstanbul Sabahattin Zaim Üniversitesi Psikoloji (İngilizce) Lisans Bölümü'nde eğitim gördüm ve lisans diplomamı aldım. Akabinde, 05/01/2022 tarihinde İstanbul Gelişim Üniversitesi Klinik Psikoloji (Tezli) Yüksek Lisans bölümüne başladım ve buradaki eğitimim hala devam etmektedir.

