T.C.
YILDIZ TEKNİK ÜNİVERSİTESİ
SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ
EĞİTİM BİLİMLERİ ANA BİLİM DALI
REHBERLİK VE PSİKOLOJİK DANIŞMANLIK PROGRAMI

YÜKSEK LİSANS TEZİ

PSİKOLOJİK ESNEKLİK İLE EBEVEYN ÇOCUK ARASINDAKİ İLİŞKİDE OTORİTER VE DEMOKRATİK EBEVEYN TUTUMLARININ ARACILIK ROLÜNÜN İNCELENMESİ

BUSE ARI
22736009

TEZ DANIŞMANI
DOÇ. DR. SEHER MERVE ERUS

2024

T.C.
YILDIZ TEKNİK ÜNİVERSİTESİ
SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ
EĞİTİM BİLİMLERİ ANA BİLİM DALI
REHBERLİK VE PSİKOLOJİK DANIŞMANLIK PROGRAMI

YÜKSEK LİSANS TEZİ

PSİKOLOJİK ESNEKLİK İLE EBEVEYN ÇOCUK ARASINDAKİ İLİŞKİDE OTORİTER VE DEMOKRATİK EBEVEYN TUTUMLARININ ARACILIK ROLÜNÜN İNCELENMESİ

BUSE ARI
22736009
ORCID NO: 0009-0006-0560-9896

TEZ DANIŞMANI
DOÇ. DR. SEHER MERVE ERUS

TEMMUZ, 2024

Buse ARI tarafından hazırlanan "PSİKOLOJİK ESNEKLİK İLE EBEVEYN ÇOCUK ARASINDAKİ İLİŞKİDE OTORİTER VE DEMOKRATİK EBEVEYN TUTUMLARININ ARACILIK ROLÜNÜN İNCELENMESİ" başlıklı çalışma, **25/07/2024** tarihinde yapılan savunma sınavı sonucunda oybirliği ile başarılı bulunmuş ve jürimiz tarafından Eğitim Bilimleri Ana Bilim Dalı Psikolojik Danışmanlık ve Rehberlik Programında **YÜKSEK LİSANS** tezi olarak kabul edilmiştir.

Danışman	**İmza**
DOÇ. DR. SEHER MERVE ERUS	……

Jüri Üyeleri	**İmza**
Doç. Dr. Fulya Türk	……
Dr. Öğretim Üyesi Neslihan Yaman	……

ÖZET

PSİKOLOJİK ESNEKLİK İLE EBEVEYN ÇOCUK ARASINDAKİ İLİŞKİDE OTORİTER VE DEMOKRATİK EBEVEYN TUTUMLARININ ARACILIK ROLÜNÜN İNCELENMESİ

Bu araştırmada, 4-6 yaş arası çocuğu olan ebeveynlerin psikolojik esneklik düzeyi ile olumlu ebeveyn-çocuk ilişkisi arasındaki ilişkide ebeveyn tutumlarının aracılık rolünü incelenmesi amaçlanmıştır. Bununla birlikte, araştırma kapsamında katılımcıların olumlu ebeveyn-çocuk ilişki düzeylerinin ebeveynin yaşı, eğitim düzeyi, çalışma durumu, çocuğun cinsiyeti ve yaşı değişkenlerine göre farklılaşıp farklılaşmadığı incelenmiştir. Araştırmaya, 4-6 yaş arasında çocuğu olan 23-54 yaş aralığındaki 303 ebeveyn katılım sağlamıştır. Yapılan araştırmada veri toplama amacıyla "Kişisel Bilgi Formu", "Psikolojik Esneklik Ölçeği", "Ebeveyn Tutumu Ölçeği" ve "Ebeveyn-Çocuk İlişkisi Ölçeği" kullanılmıştır. Olumlu ebeveyn-çocuk ilişki düzeylerinin ebeveynin yaşı, ebeveynin eğitim düzeyi, ebeveynin çalışma durumu, çocuğun cinsiyeti ve çocuğun yaşı değişkenleri açısından anlamlı farklılık olup olmadığını belirlemek amacıyla bağımsız gruplar t-testi ve tek yönlü varyans analizi (ANOVA) uygulanmıştır. Ardından psikolojik esneklik, olumlu ebeveyn-çocuk ilişkisi, otoriter ebeveyn tutumu, demokratik ebeveyn tutumu, izin verici ebeveyn tutumu ve aşırı koruyucu ebeveyn tutumu arasındaki ilişkiler Pearson korelasyon katsayısı ile incelenmiştir. Pearson korelasyon analizi ardından çoklu seri aracılığı incelemek amacıyla SPSS PROCESS makrosunda bootstrapping analizi uygulanmıştır.

Araştırmanın sonucunda, olumlu ebeveyn-çocuk ilişkisinin ebeveynin yaşı, ebeveynin eğitim düzeyi, çalışma durumu, çocuğun cinsiyeti, çocuğun yaşı değişkenlerine göre anlamlı farklılık göstermediği sonucuna ulaşılmıştır. Pearson korelasyon analizi sonucunda psikolojik esneklik, otoriter ve demokratik ebeveyn tutumları ile olumlu ebeveyn-çocuk ilişkisi arasında anlamlı ilişkiler bulunmuştur. Bu bulgulardan yola çıkarak yapılan analizde psikolojik esneklik ve olumlu ebeveyn-çocuk ilişkisi arasındaki ilişkide demokratik ebeveyn tutumu ve otoriter ebeveyn tutumunun seri aracılık rolü olduğu sonucuna varılmıştır.

Anahtar Kelimeler: Psikolojik Esneklik, Otoriter Ebeveyn Tutumu, Demokratik Ebeveyn Tutumu, Olumlu Ebeveyn Çocuk İlişkisi

ABSTRACT

EXAMINING THE MEDIATING ROLE OF AUTHORITARIAN AND DEMOCRATIC PARENTAL ATTITUDES IN THE RELATIONSHIP BETWEEN PSYCHOLOGICAL FLEXIBILITY AND PARENT CHILD

This study aimed to investigate the mediating role of parental attitudes in the relationship between the psychological flexibility level of parents with children aged 4-6 years and a positive parent-child relationship. In addition, within the scope of the study, it was examined whether the positive parent-child relationship levels of the participants differed according to the variables of age, education level, employment status, gender, and age of the child. 303 parents between the ages of 23 and 54 with children between the ages of 4 and 6 participated in the study. "Personal Information Form," "Psychological Flexibility Scale," "Parental Attitude Scale," and "Parent-Child Relationship Scale" were used for data collection. Independent groups t-test and one-way analysis of variance (ANOVA) were applied to determine whether there was a significant difference in positive parent-child relationship levels in terms of the variables of parent's age, parent's education level, parent's employment status, child's gender, and child's age. Then, the relationships between psychological flexibility, positive parent-child relationships, authoritarian parental attitudes, democratic parental attitudes, permissive parental attitudes, and overprotective parental attitudes were examined with the Pearson correlation coefficient. After Pearson correlation analysis, bootstrapping analysis was applied in the SPSS PROCESS macro to examine multiple series mediation.

As a result of the study, it was concluded that a positive parent-child relationship did not differ significantly according to the variables of parents' age, parents' education level, employment status, gender of the child, and age of the child. Pearson correlation analysis revealed significant relationships between psychological flexibility, authoritarian and democratic parental attitudes, and a positive parent-child relationship. Based on these findings, it was concluded that democratic parental attitude and authoritarian parental attitude have a serial mediating role in the relationship between psychological flexibility and a positive parent-child relationship

Keywords: Psychological Flexibility, Authoritarian Parental Attitude, Democratic Parental Attitude, Positive Parent Child Relationship

ÖN SÖZ

Sadece bu araştırma sürecimde değil lisans ve yüksek lisans sürecimde de bana rehberlik eden, bilgi birikimi ve tecrübelerini cömertçe paylaşan kıymetli tez danışmanım Doç. Dr. Seher Merve Erus'a sonsuz teşekkürlerimi sunarım. Araştırma sürecinin her aşamasında sabır ve anlayışla bana destek olan, en umutsuz anlarımda dahi bana umut aşılayan ve bilimsel araştırmanın inceliklerini öğreten değerli hocama minnettarım. Sizin gibi bir mentorum olduğu için çok şanslıyım; sizden öğrendiğim ve öğreneceğim daha çok şey var.

Psikolojik danışmanlık alanındaki eğitimim boyunca bilgi birikimime büyük katkılar sağlayan, lisans ve yüksek lisans sürecimde yolumu aydınlatan Prof. Dr. Fulya Yüksel Şahin, Dr. Abdullah Ensar Uzun, Prof. Dr. Mehmet Engin Deniz, Prof. Dr. Seydi Ahmet Satıcı, Doç. Dr. Ceymi Doenyas, Doç. Dr. Begüm Satıcı ve Prof. Dr. Ali Eryılmaz'a da teşekkürlerimi sunarım. Sizlerin rehberliği ve öğretisi sayesinde bilimsel gelişimim ve mesleki donanımım önemli ölçüde ilerledi.

Sayın jürilerim Doç. Dr. Fulya Türk ve Dr. Öğretim Üyesi Neslihan Yaman'a zamanlarını ayırıp jüri davetimizi kabul ettikleri ve çalışmamı geliştirmek için sundukları değerli öneriler için teşekkürlerimi sunarım.

Yüksek lisans ve lisans hayatım boyunca pek çok zorluğun üstesinden birlikte geldiğim, desteklerini her daim hissettiğim, yeni fikirler ve hedefler belirlememde katkı sağlayan sevgili arkadaşım Özlem Yılmaz'a da özel teşekkürlerimi iletmek isterim. Birlikte geçirdiğimiz zamanlar ve paylaştığımız deneyimler, bu sürecin en değerli anılarından biri olarak kalacaktır. Aynı zamanda tez sürecimde birlikte yol aldığım ve desteklerini hep hissettiğim arkadaşlarım Müge Nur Ateşoğlu, Aslı Halacoğlu ve Hilal Bibin'e teşekkür ederim.

Kendime olan inancımın sarsıldığı anlarda bile bana olan güvenini hiç yitirmeyen, mutluluklarımı ve üzüntülerimi paylaşarak her zaman yanımda olan, kendime olan bakışımı güzelleştiren ve hayatımın her anında sürekli desteğini hissettiğim Emre Nar'a sonsuz teşekkürler. Hayatımda olduğun için çok mutluyum ve minnettarım.

Ayrıca, sadece yüksek lisans sürecimde değil, doğumumdan bu yana bana desteklerini hiç esirgemeyen, en stresli zamanlarımda dahi yanımda olan canım annem Saadet Arı'ya ve her zaman örnek alarak yolunda ilerlediğim babam Ufuk Arı'ya sonsuz teşekkürlerimi sunarım. Sizlerin varlığı ve desteği, bu süreci daha anlamlı ve katlanılabilir kıldı. İyi ki varsınız.

Yüksek lisans sürecimde, gece gündüz demeden desteklerini esirgemeyen, araştırma sürecindeki motivasyonumun korunmasına büyük katkı sağlayan ve bana ilham veren arkadaşlarım ve aile üyelerime de sonsuz teşekkürler. Özellikle, karşılaştığım zorluklar ve stresli anlar karşısında bana moral veren, pozitif enerjileriyle süreci daha katlanılabilir hale getiren tüm dostlarıma minnettarım. Onların varlığı, bu akademik yolculuğu daha değerli ve anlamlı kıldı.

Son olarak, veri toplama sürecimde bana canla başla destek olan ve araştırmama gönüllü katılım sağlayan herkese içten teşekkürlerimi iletmek isterim. Sizlerin katkısı

ve desteği olmadan bu çalışmayı gerçekleştirmek mümkün olmazdı. Her birinize minnettarım. Bu araştırmanın başarıya ulaşmasında emeği geçen herkese, akademik kariyerimin her aşamasında yanımda olan tüm öğretmenlerime, arkadaşlarıma ve aileme teşekkürlerimi sunuyorum. Her birinizin katkısı, bu çalışmanın ortaya çıkmasında büyük rol oynadı ve sizler sayesinde bu süreci başarıyla tamamladım.

Buse ARI

Temmuz, 2024; İstanbul

İÇİNDEKİLER

ÖZET iii
ABSTRACT iv
ÖN SÖZ v
İÇİNDEKİLER viii
TABLOLAR LİSTESİ xi
ŞEKİLLER LİSTESİ xii
KISALTMALAR LİSTESİ xiii
1. GİRİŞ 1
1.1. Araştırmanın Amacı 6
1.2. Araştırmanın Önemi 7
1.3. Araştırmanın Varsayımları 10
1.4. Araştırmanın Sınırlılıkları 10
1.5. Tanımlar 10
1.5.1. Psikolojik Esneklik 10
1.5.2. Otoriter Ebeveyn Tutumu 10
1.5.3. Demokratik Ebeveyn Tutumu 11
1.5.4. Aşırı Koruyucu Ebeveyn Tutumu 11
1.5.5. İzin Verici Ebeveyn Tutumu 11
1.5.6. Olumlu Ebeveyn Çocuk İlişkisi 11
2. KURAMSAL ÇERÇEVE 13
2.1. Okul Öncesi Dönem 13
2.2. Ebeveyn Tutumu 16
2.2.1. Ebeveyn Tutumları 17
2.2.1.1. İzin Verici Ebeveyn Tutumu 18
2.2.1.2. Aşırı Koruyucu Ebeveyn Tutumu 19
2.2.1.3. Otoriter Ebeveyn Tutumu 20
2.2.1.4. Demokratik Ebeveyn Tutumu 22
2.3. Psikolojik Esneklik 23
2.3.1. Kabul ve Kararlılık Terapisi 23
2.3.2. Ebeveynlikte Psikolojik Esneklik 25
2.3.3. Psikolojik Esneklik Modeli 26
2.3.3.1. Kabul 27

2.3.3.2. Anda Olma 28
2.3.3.3. Bilişsel Ayrışma 29
2.3.3.4. Değerler 29
2.3.3.5. Bağlamsal Benlik 30
2.3.3.6. Değerler Doğrultusunda Yaşam 31
2.4. Ebeveyn Çocuk İlişkisi 31
2.4.1. Ebeveyn Çocuk İlişkisine Yönelik Kuramlar 33
2.4.1.1. Bağlanma Kuramı 33
2.4.1.2. Aile Sistemleri Kuramı 34
2.4.1.3. Sosyal Öğrenme Kuramı 35
2.4.1.4. Psikososyal Kuram 35
2.5. İlgili Araştırmalar 36
2.5.1. Ebeveyn Tutumu ile İlgili Yapılan Araştırmalar 36
2.5.2. Psikolojik Esneklik ile İlgili Yapılan Araştırmalar 37
2.5.3. Ebeveyn Çocuk İlişkisi ile İlgili Yapılan Araştırmalar 41
3. YÖNTEM 43
3.1. Araştırmanın Modeli 43
3.2. Araştırmanın Grubu 43
3.3. Veri Toplama Araçları 45
3.3.1. Kişisel Bilgi Formu 45
3.3.2. Psikolojik Esneklik Ölçeği 45
3.3.3. Ebeveyn Çocuk İlişkisi Ölçeği 46
3.3.4. Ebeveyn Tutum Ölçeği 46
3.4. Verilerin Toplanması 47
3.5. Verilerin Analizi 47
4. BULGULAR 51
4.1. Değişkenlere Yönelik Betimsel İstatistikler 51
4.2. Demografik Değişkenlerin Olumlu Ebeveyn Çocuk İlişkisi Üzerindeki Farklılığının İncelenmesine Yönelik Bulgular 52
4.2.1. Ebeveynin Yaşı Değişkenine Göre Olumlu Ebeveyn Çocuk İlişkisine Yönelik Bulgular 52
4.2.2. Eğitim Düzeyi Değişkenine Göre Olumlu Ebeveyn Çocuk İlişkisi Üzerindeki Farklılığının İncelenmesine Yönelik Bulgular 53
4.2.3. Çalışma Durumu Değişkenine Göre Olumlu Ebeveyn Çocuk İlişkisi Üzerindeki Farklılığının İncelenmesine Yönelik Bulgular 54
4.2.4. Çocuğun Cinsiyeti Değişkenine Göre Olumlu Ebeveyn Çocuk İlişkisi Üzerindeki Farklılığının İncelenmesine Yönelik Bulgular 55

4.2.5. Çocuğun Yaşı Değişkenine Göre Olumlu Ebeveyn Çocuk İlişkisi Üzerindeki Farklılığının İncelenmesine Yönelik Bulgular 55
4.3. Olumlu Ebeveyn Çocuk İlişkisine Yönelik Kurulan Modele İlişkin Bulgular 56
5. TARTIŞMA 61
5.1. Demografik Değişkenlerin 4-6 Yaş Çocuğu Olan Ebeveynlerin Olumlu Ebeveyn Çocuk İlişkisi Üzerindeki Farklılığına Yönelik Tartışma ve Yorum 61
5.2. Psikolojik Esneklik ve Olumlu Ebeveyn Çocuk İlişkisi Arasındaki İlişkide Otoriter Ebeveyn Tutumu ve Otoriter Ebeveyn Tutumunun Aracılık Etkisine Yönelik Tartışma ve Yorum 66
5.2.1. Psikolojik Esnekliğin Otoriter Ebeveyn Tutumunu Yordamasına Yönelik Tartışma ve Yorum 68
5.2.2. Psikolojik Esnekliğin Demokratik Ebeveyn Tutumunu Yordamasına Yönelik Tartışma ve Yorum 70
5.2.3. Otoriter Ebeveyn Tutumunun Demokratik Ebeveyn Tutumunu Yordamasına Yönelik Tartışma ve Yorum 73
5.2.4. Otoriter Ebeveyn Tutumunun Olumlu Ebeveyn Çocuk İlişkisini Yordamasına Yönelik Tartışma ve Yorumu 74
5.2.5. Demokratik Ebeveyn Tutumunun Olumlu Ebeveyn Çocuk İlişkisini Yordaması Yönelik Tartışma ve Yorumu 75
5.2.6. Psikolojik Esnekliğin Olumlu Ebeveyn Çocuk İlişkisini Yordamasına Yönelik Tartışma ve Yorumu 78
5.2.7. Psikolojik Esneklik ve Olumlu Ebeveyn Çocuk İlişkisi Arasındaki İlişkide Otoriter Ebeveyn Tutumu ve Demokratik Ebeveyn Tutumunun Aracılık Rolüne Yönelik Tartışma ve Yorumu 81
6. SONUÇ VE ÖNERİLER 87
6.1. Sonuç 87
6.2. Öneriler 88
6.2.1. Araştırmanın Sonucuna Yönelik Öneriler 88
6.2.2. Gelecekte Yapılacak Araştırmalara Yönelik Öneriler 90
KAYNAKÇA 92
EKLER 106
Ek 1. Gönüllü Katılım Formu 106
Ek 2. Kişisel Bilgi Formu 108
Ek3. Ebeveyn Tutum Ölçeği (ETÖ) 109
Ek 4.Psikolojik Esneklik Ölçeği 110
Ek 5. Ebeveyn-Çocuk İlişkisi Ölçeği 111

TABLOLAR LİSTESİ

Tablo 1. Araştırma Grubuna Ait Demografik Bilgilerin Frekans ve Yüzdelik Değerleri 44

Tablo 2. Araştırma Grubuna Ait Demografik Bilgilerin Basıklık ve Çarpıklık Değerleri 49

Tablo 3. Değişkenlerin Toplam Puanlarına Ait Ortalama, Standart Sapma, Standart Hata, Ranj, Minimum ve Maksimum Değerleri 51

Tablo 4. Olumlu Ebeveyn Çocuk İlişkisi Düzeyinin Yaşa Göre Farklılaşıp Farklılaşmadığını Ortaya Çıkarmak İçin Yapılan ANOVA Testi ve Sonuçları 53

Tablo 5. Olumlu Ebeveyn Çocuk İlişkisi Düzeyinin Eğitim Düzeyine Göre Farklılaşıp Farklılaşmadığını Ortaya Çıkarmak İçin Yapılan ANOVA Testi ve Sonuçları 54

Tablo 6. Olumlu Ebeveyn Çocuk İlişkisi Düzeyinin Çalışma Durumuna Göre Farklılaşıp Farklılaşmadığını Ortaya Çıkarmak İçin Yapılan Bağımsız Gruplar t-testi Sonucu 54

Tablo 7. Olumlu Ebeveyn Çocuk İlişkisi Düzeyinin Çocuğun Cinsiyetine Göre Farklılaşıp Farklılaşmadığını Belirlemek Üzere Yapılan Bağımsız Gruplar t-testi Sonucu 55

Tablo 8. Olumlu Ebeveyn Çocuk İlişkisi Düzeyinin Çocuğun Yaşına Göre Farklılaşıp Farklılaşmadığını Ortaya Çıkarmak İçin Yapılan ANOVA Testi ve Sonuçları 56

Tablo 9. Değişkenler Arasındaki İlişkiyi Belirlemek İçin Yapılan Pearson Korelasyon Analizi Sonuçları 57

Tablo 10. Dolaylı Etkilere İlişkin Bootstrapping Sonuçları 60

ŞEKİLLER LİSTESİ

Şekil 1. Psikolojik Esneklik Modeli..... 27

Şekil 2. Olumlu Ebeveyn Çocuk İlişkisine Yönelik Çoklu Sıralı Aracılık Modeli…59

KISALTMALAR LİSTESİ

ACT	: Kabul ve kararlılık terapisi
YTÜ	: Yıldız Teknik Üniversitesi
EÇİÖ	: Ebeveyn Çocuk İlişki Ölçeği
ETÖ	: Ebeveyn Tutum Ölçeği

1. GİRİŞ

İnsan, hayatta kalma, ait olma, sevgi görme, eğlenme, özgür olma ve kendini gerçekleştirme gibi temel psikolojik ihtiyaçlara sahiptir (Glasser, 1985; Maslow, 1943; Murray, 1938). Bu temel psikolojik ihtiyaçların karşılanmasında ailenin önemli rolü bulunmaktadır (Bowlby, 1988; Koç, 2015). Birey, yaşamın ilk anından itibaren ihtiyaçlarını karşılayabilecek yeterliliğe sahip olamamasından kaynaklı olarak kendisine bakım veren ve kendisini koruyan kimselere ihtiyaç duymaktadır. Bu durumun olağan bir sonucu olarak birey, hayatta kalmak için ebeveynle ilişki kurmakta ve iş birliği yapmaktadır (Dönmez, 2000). Ebeveynle kurulan ilişki sonucunda alınan sosyal destek ait olma ve sevgi görme ihtiyacına katkı sağlamakla birlikte bu katkı, sağlıklı ebeveyn-çocuk ilişkileri açısından büyük önem taşımaktadır (Taormina ve Gao, 2013).

Fine ve Schwebel (1983), ebeveyn-çocuk ilişkisini ebeveyn ve çocuk arasındaki psikolojik yakınlık, güven ve iletişim olarak tanımlamaktadır. Bu ilişki, ebeveyn ile çocuk arasındaki biyolojik bağı aşarak, aralarındaki psikolojik ve sosyal etkileşimleri de kapsamakla birlikte belirli bir ebeveynin belirli bir çocuğa yönelik davranışları, duyguları ve beklentilerinin birleşiminden oluşmaktadır (Sharma, 2012). Bowlby'e (1988) göre ebeveyn-çocuk ilişkisi bireyin sosyal gelişimi ve hayata hazırlanması için önem taşımakla birlikte sağlıklı bir birey olarak yetişmesine katkı sunmaktadır. Ebeveyn-çocuk ilişkilerinin ilişkilerin sağlıklı ve güven dolu olması, çocukların kendilerine ve çevrelerindeki insanlara duyduğu güveni arttırmakta, sosyal becerilerini geliştirmekte, duygu düzenleme becerilerini güçlendirmekte ve olumlu davranışlar kazanmalarına destek olmaktadır (Bowlby, 1988; Özyürek, 2004; Tezel Şahin, 2014).

Erikson'a göre güven ya da güvensizliğin gelişiminde ebeveyn ile kurulan ilişki oldukça önemlidir. Erikson'un (1950) psikososyal gelişim kuramına göre, bebeklik döneminde (doğumdan yaklaşık 18 aya kadar) bebekler, dünyaya güven duymayı öğrenmektedir. Bu dönemde bebeklerin temel ihtiyaçlarının tutarlı bir şekilde

karşılanması güven duygusunu geliştirirken, ihtiyaçların karşılanmaması ise dünyaya karşı güvensizlik duygusunun gelişmesine yol açmaktadır (Erikson, 1968).

Freud'a (1971) göre anne ile kurulan ilişki, güçlü bir sevgi objesi olmakla birlikte daha sonraki ilişkilere örnek teşkil etmektedir. Freud, bu ilişkiyi bireyin psiko-seksüel gelişiminin temeli olarak görmekte ve anne ile kurulan bu ilk sevgi bağının, bireyin gelecekteki ilişkilerini nasıl şekillendirdiğini vurgulamaktadır (Ainsworth, 1989). Ebeveyn-çocuk ilişkisinin, bireyin sadece gelecekteki ilişkilerinde ve yaşantılarında değil, aynı zamanda bağlanma stilleri (Bowlby, 1977), kişilik özellikleri (Adler, 2005), psiko-sosyal becerileri, akademik başarısı ve aidiyet duygusu (Şentürk, 2012) gibi birçok alanda etkili olduğu söylenmektedir. Ebeveynle kurulan ilişkinin kalitesi, çocuğun kendini değerli ve sevilen biri olarak hissetmesine, duygularını düzenlemesine ve sosyal beceriler geliştirmesine olanak tanımakla birlikte sağlıklı bir birey olarak gelişmesinde önemli rol oynamaktadır (Fonseca vd., 2020; Gander ve Gardiner, 2001).

Ebeveyn-çocuk ilişkisini etkileyen durumlara bakıldığında, çocuğun sahip olduğu empati yeteneği ve duygularını ifade etme becerisinin (Eisenberg ve Fabes, 1998), karşılaştığı zorlu bir durum ve duygu karşısında kendini kontrol edebilme yeteneği olan duygu düzenleme becerisinin (Morris vd., 2007), sahip olduğu iletişim becerilerinin (Duke ve Fivush, 2014), ebeveynine duyduğu güvenin (Harter, 1999) ve değişen durumlara karşı esnek olarak kolay adapte olabilmesinin (Maccoby, 1994) ebeveyn-çocuk ilişkisini olumlu yönde etkilediği görülmektedir. Ebeveyn-çocuk ilişkisi çocuğun duygu ve davranışlarını içermekle birlikte ebeveyn ve çocuğun birlikte yol almasını ifade etmektedir (Hinde ve Stevenson Hinde, 1987). Bu nedenle çocuğun özelliklerinin ilişkiyi etkileyebildiği gibi ebeveynin sahip olduğu açık iletişim, empati, iş birliği, anlayış, sevgi ve etkin dinleme gibi özellikler de birlikte alınan bu yolda sağlıklı ebeveyn çocuk ilişkisinin gelişimine katkı sağlayan önemli faktörlerdir (Çalışkan ve Aslanderen, 2014; Güven, 2024). Bu nedenle ebeveynin, yaşanan zorluklar karşısında çocuklara sabırlı ve anlayışlı yaklaşarak çocuğun duygusal ihtiyaçlarına duyarlı olması, problem durumlarına karşı iş birliği içerisinde çözüm araması, duyguları hakkında konuşmaya teşvik etmesi ve çocuğun tutumlarına yönelik duygularını düzenleyebilmesi aile içi ilişkileri güçlendirmektedir (Güven, 2024; Morris vd., 2007). Ayrıca, ebeveynin stres yönetimi ve kendi

sağlığına özen göstermesi de çocuğa daha çok destek olmasına ve daha iyi bakım vermesine katkı sağlamaktadır (Belsky, 1984).

Ebeveynlik, bireylerin hayatında stresli ve zor bir süreç olarak tanımlanmaktadır (Crnic ve Low, 2002). Ebeveynler, ebeveyn olmanın zorluklarıyla yüz yüze kaldıklarında zaman zaman olumsuz düşünceler üretmekte ve bu düşüncelerin uğultusuna kapılarak kendi verdikleri karar ve uyguladıkları davranışları yargılamaktadırlar (Coyne ve Murrell, 2021). Psikolojik esneklik, ebeveynlerin olumsuz düşüncelerden uzaklaşarak anda kalmalarını ve düşüncelerini kontrol ederek çocuklarına karşı daha bilinçli ve yapıcı bir tutum sergilemelerini sağlamaktadır (Hayes, vd., 2006). Ebeveynlerin çocuklarıyla sağlıklı ve anlayışlı ilişkiler kurabilmeleri, stresli durumlarla başa çıkma becerilerini artırmaları ve kendilerini eleştirdikleri düşüncelerle başa çıkabilmeleri için psikolojik esneklik önemli bir kavram olarak görülmektedir (Kashdan ve Rottenberg, 2010). Psikolojik esneklik düşüncelere önem veren bilişsel bir kavram olmasıyla birlikte duyuşsal, bilişsel ve davranışsal ögeleri içinde barındırmaktadır (Aslan ve Türk, 2022). Psikolojik esneklik sayesinde ebeveyn, olumsuz düşüncelerden uzaklaşarak anda kalmaya odaklanabilmekte ve düşüncelerini kontrol ederek çocuğa karşı sergileyeceği tutumu daha bilinçli bir şekilde yönlendirebilmektedir. Örneğin, stresli bir durumda psikolojik esneklik gösteren bir ebeveyn, düşüncesini fark edip anda kalmakta, öfkesine kapılmak yerine sakinleşerek çocuğuna daha sabırlı ve anlayışlı bir şekilde yaklaşmaktadır.

Psikolojik esneklik, bireyin içinde bulunduğu an ile temas kurarak, belirlediği değerlere uygun davranışlar sergilemesi ve hayatını kişisel olarak anlamlı yollarla yönlendirebilme yeteneğini ifade etmektedir (Luoma, vd., 2010). Psikolojik esneklik, bireylerin psikolojik sorunlarla başa çıkmalarına etki ederek yaşamlarında başarılı olmalarını desteklemektedir (Bonanno, 2004). Psikolojik esnekliğin düşük düzeyde olması, klinik problemler ve yaşam zorluklarıyla başa çıkmada sorunlarla ilişkilendirilirken, psikolojik esnekliği artırmaya yönelik çalışmalar, birçok psikolojik problemde iyileşme ile ilişkilendirilmektedir (Luoma, vd., 2011).

Psikolojik esneklik, kişinin strese ve zorluklara rağmen esneklik gösterebilme yeteneğini ifade etmektedir. Bu özellik, bireylerin karşılaştıkları engelleri aşmalarına ve yaşamın zorluklarıyla başa çıkmalarına yardımcı olmaktadır. Yüksek düzeyde psikolojik esnekliğe sahip bireyler, stresli durumlarla daha etkili bir şekilde başa

çıkmakta ve bu durumların üstesinden gelirken daha az zarar görmektedirler. Bu durum, bireylerin genel iyilik hallerini korumalarına ve yaşam kalitelerini artırmalarına katkıda bulunmaktadır (Bonanno, 2004; Kashdan ve Rottenberg, 2010; Luoma, vd., 2010). Öte yandan, düşük düzeyde psikolojik esneklik, kişinin stres ve zorluklarla başa çıkma yeteneğinin sınırlı olmasına neden olmaktadır. Bu durum, bireyin karşılaştığı sorunlarla başa çıkmakta zorlanmasına ve daha fazla psikolojik sıkıntı yaşamasına yol açmaktadır (Hayes, 2006).

Psikolojik esneklik ebeveynlik açısından değerlendirildiğinde, bireyin değişiklikleri yargılamadan kabul etme becerisi ve olumsuz düşünce ve duygularla bağlantılı olarak sadece ebeveynlik deneyimleriyle değil, aynı zamanda değer odaklı davranışlarda bulunarak çocukların ihtiyaçlarına duyarlı yanıtlar vermesini ifade etmektedir (Brassell, vd., 2016). Ebeveyn psikolojik esnekliği, bir ebeveyn olarak ya da bakım veren rolündeyken, zor ebeveynlik deneyimleriyle yargısız bir duruşla, mevcut anda temas kurabilme yeteneğini ifade etmektedir (Bond, vd., 2011). Ayrıca, ebeveynlikte psikolojik esneklik, olumsuz duygularla başa çıkmak için bireysel bir duygu düzenleme kaynağı olarak görülmektedir (Fonseca vd., 2020). Ebeveynlerin kullandığı içsel deneyimlerden kaçınma stratejisi kısa vadede etkili görülmektedir; ancak uzun vadede içsel olumsuz deneyimlerin artması, ebeveynlerin stres düzeylerini de arttırmaktadır (Hayes, vd., 2012). Psikolojik esneklik, ebeveynlerin değişen koşullara uyum sağlamalarını, stresle daha sağlıklı bir şekilde başa çıkmalarını ve duygusal dengeyi korumalarını destekler. Stresle başa çıkmada zorlanan bireylerin daha kontrolcü olabileceği ifade edilmektedir (Fonseca, 2020). Ebeveyn psikolojik esnekliği, çocuğa karşı istenmeyen duygular, düşünceler ve davranışları (örneğin bağırma, öfke, hayal kırıklığı vb.) kabul etme yeteneği olarak tanımlanır ve iyi bir ebeveyn-çocuk ilişkisini sürdürmenin bir parçası olarak değerlendirilmektedir (Brassell, vd., 2016; Burke ve Moore, 2015). Psikolojik esnekliği yüksek olan ebeveynler, çocuklarının ihtiyaçlarına daha duyarlı ve açık olabilirken, stres ve olumsuz duygularla daha etkili bir şekilde başa çıkabilmektedirler (Coyne ve Murrell, 2009). Bu durum, demokratik ve destekleyici ebeveynlik tutumlarının güçlenmesine katkı sağlayabilmekle birlikte otoriter ve katı tutumların azalmasına yardımcı olabilmektedir (Fonseca, vd., 2020).

Ebeveynlerin sahip olduğu düşünce ve inançlar, ebeveyn tutumlarını etkileyebilmektedir. Ebeveynlerin çocuklarına yönelik beklentileri, değerleri ve

inançları, sergiledikleri ebeveynlik tarzını şekillendirmektedir (Baumrind, 1966). Örneğin, çocukların bağımsızlığına ve bireyselliğine değer veren ebeveynler, daha demokratik ve destekleyici bir tutum sergileyebilirken; otoriteye ve disipline önem veren ebeveynler, daha otoriter ve kontrol edici bir tutum sergileyebilmektedir. (Baumrind, 1966; Fonseca vd., 2020). Diğer yandan, çocukların özgür ve bağımsız bir şekilde büyümeleri gerektiğine inanan ebeveynler, daha demokratik ve izin verici bir tutum sergileyebilmektedir. Bu ebeveynler, çocuklarının bireysel tercihlerini ve kararlarını desteklemekte ve onların kendi yollarını bulmalarına yardımcı olmaktadır (Maccoby ve Martin, 1983).

Ebeveyn tutumlarını yansıtan ebeveyn desteği ve ebeveyn kontrolü olmak üzere iki ebeveynlik boyutunun varlığı konusunda fikir birliği bulunmaktadır. Ebeveyn desteği, ebeveyn-çocuk ilişkisinin duygusal doğasını ifade etmekte ve katılım gösterme, kabul etme, duygusal olarak erişilebilir olma, sıcaklık ve duyarlılık gibi özelliklerle belirtilmektedir (Cummings, vd., 2000). Ebeveynlerin çocuklarını oldukları gibi kabul etmeleri, onların kendilerini değerli ve güvende hissetmelerini sağlamaktadır. Bu kabul, çocuğun benlik saygısını artırmakta ve özgüven gelişimine katkıda bulunmaktadır (Rogers, 1959). Ebeveyn kontrolü ise ebeveynlerin çocuklarının davranışlarını düzenlemek, manipüle etmek veya yönetmek için yaptığı girişimleri ifade etmektedir (Barber, 1996). Bu kavram, ebeveynlerin çocukların belirli davranışlarda bulunmalarını sağlamak amacıyla koydukları talepler, direktifler, talimatlar ve yasaklamaları içermektedir.

Ebeveynin çocuklarını olduğu gibi kabul etmesi, çocukların duygusal ihtiyaçlarını anlamak ve onlara duyarlılık göstermekle başlamakla birlikte ebeveynlerin çocuklarının duygularını ve deneyimlerini doğrulaması ve onları yargılamadan dinlemesi anlamına gelmektedir. Bu tür bir kabul, çocukların duygusal güvenliklerini arttırmakta ve kendilerini ifade etmeleri için güvenli bir alan yaratmaktadır (Ainsworth, 1979; Rogers, 1959). Bu durum açık iletişim, empati, iş birliği, anlayış, sevgi ve etkin dinlemeye olanak sunarak ebeveyn çocuk ilişkisine katkı sağlamakta ve ilişkinin niteliğini arttırmaktadır (Çalışkan ve Aslanderen ,2014; Güven, 2024). Ebeveyn tutumları, ebeveyn-çocuk ilişkisini doğrudan etkileyebileceği ve ebeveyn tutumunun ne olduğu ebeveyn çocuk ilişkinin kalitesini etkileyeceği düşünülmektedir.

Bu araştırmada 4-6 yaş arasında çocuğu olan ebeveynlerin psikolojik esneklik ile ebeveyn çocuk arasındaki ilişkide ebeveyn tutumlarının aracı rolü incelenmektedir. Psikolojik esneklik, içinde duygu düşünce ve davranışı barındıran içsel bir süreç olup çocuğa karşı uygulanan tutumu belirlediği düşünülmektedir. Ellis'e (1994) göre düşünceler duygular ve davranışlar birbirlerini etkilemekle birlikte karşılıklı bir neden sonuç ilişkisine bağlıdır. Buna bağlı olarak ebeveynin çocuğun davranışını nasıl değerlendirdiği düşünce boyutu, çocuğun davranışı sonucunda ne hissettiği duygu boyutu, bu davranış karşısında nasıl bir tutum sergilediği ise davranış boyutunu temsil etmektedir. İlgili literatür çerçevesinde ebeveyn tutumlarının belirlenmesinde bireyin psikolojik esneklik düzeyinin yordayıcı olduğu düşünülmektedir (Fonseca, vd., 2020). Psikolojik esneklik düzeyinin yordayıcı olduğu düşünülen ebeveyn tutumu ebeveyn çocuk ilişkisi için yordayıcı bir değişkendir (Darling ve Steinberg, 1993; Maccoby ve Martin, 1983; Yavuzer, 2019). Bu bağlamda psikolojik esneklik ve ebeveyn çocuk ilişkisinde ebeveyn tutumları aracı değişken olarak seçilmiştir. Yapılan araştırmada psikolojik esnekliğin ebeveyn tutumlarını nasıl yordadığı ve bu yordama üzerinden ebeveyn-çocuk ilişkisini nasıl etkilediği araştırılmaktadır.

1.1. Araştırmanın Amacı

Bu araştırmanın amacı, 4-6 yaş arası çocuğu olan ebeveynlerin olumlu ebeveyn-çocuk ilişkisinde demografik özelliklere göre anlamlı bir fark görülüp görülmediğini ortaya koymaktır. Araştırmanın bir diğer amacı ise psikolojik esneklik, ebeveyn tutumları ve olumlu ebeveyn-çocuk ilişkisi düzeyleri arasındaki ilişkiyi ortaya koymaktır. Bu çerçevede, psikolojik esneklik ve ebeveyn-çocuk ilişkisi arasındaki ilişkide ebeveyn tutumlarının aracılık rolü incelenmektedir.

Çalışmanın problem cümlesi ve alt problem cümleleri aşağıda verilmiştir:

1. 4-6 yaş çocuğu olan ebeveynlerin olumlu ebeveyn-çocuk ilişkisinde demografik değişkenlere (ebeveynin yaşı, ebeveynin eğitim düzeyi, ebeveynin çalışma durumu, çocuğun cinsiyeti ve çocuğun yaşı) göre anlamlı farklılık bulunmakta mıdır?

2. 4-6 yaş çocuğu olan ebeveynlerin psikolojik esneklik düzeyi ile olumlu ebeveyn-çocuk ilişkisi arasındaki ilişkide ebeveyn tutumlarının aracılık rolü var mıdır?

1.2. Araştırmanın Önemi

Ebeveynler, çocuklarının gelişiminde önemli bir rol oynamaktadır (Öngider, 2013). Bu durum, ebeveynlerin hem kendi duygusal sağlıklarını yönetmelerini hem de çocuklarına sağlıklı bir ortam sunmalarını gerektirmektedir. Ebeveynin kendi sağlığını yönetebilmesi için stres ve kaygı durumlarında duygularını fark ediyor ve düzenleyebiliyor olması önem taşımaktadır (Bradley, 2000). Ebeveynin stres düzeyini arttıran faktörlerden bir tanesinin günümüzde bilgiye kolay erişilebiliyor olması olduğu düşünülmektedir. Ebeveynlerin çocuk bakımı ve yetiştirme konularında daha fazla ve bazen çelişkili bilgilere maruz kalabileceğinden bilgiye erişimin kolaylaşmasının, ebeveynlerin stresini artırabileceği düşünülmektedir. Bu bilgi fazlalığı, ebeveynlerin doğru kararı verme konusunda kendilerini yetersiz hissetmelerine ve sürekli olarak en iyi uygulamaları ararken kaygı duymalarına yol açabilmektedir. Ayrıca, sosyal medya ve diğer dijital platformlar üzerinden sürekli olarak "mükemmel ebeveynlik" standartlarına maruz kalmak, ebeveynlerin kendi ebeveynlik becerilerini sorgulamalarına ve stres düzeylerinin artmasına sebep olabilmektedir. Bu bağlamda bireyin strese ve zorluklara rağmen esneklik gösterebilme yeteneğini ifade eden psikolojik esneklik kavramı ve ebeveyn-çocuk ilişkisi ele alındığında, ebeveyn tutumlarının rolünün önemli olduğu düşünülmektedir.

Ebeveyn tutumları, çocukların duygusal, sosyal ve bilişsel gelişiminde kritik bir rol oynamaktadır (Turner, vd., 2015; Yıldız, 2004). Psikolojik esneklik, ebeveynlerin daha sağlıklı ve etkili ebeveynlik stratejileri geliştirmelerine yardımcı olabilmektedir (Fonseca vd., 2020).

Ebeveynlerin, tutumlarının çocuklarının hayatına nasıl etki ettiğini bilmesi onlarda kaygı yaratabilmektedir. Ebeveynler, çocuklarının duygusal, sosyal ve akademik başarıları üzerinde önemli bir etkiye sahip olduklarının farkında olduklarında, bu sorumluluk hissi zaman zaman stres ve endişe kaynağı olabilmektedir (Fonseca vd., 2020). Bu nedenle, ebeveynlerin kendi psikolojik esnekliklerini artırarak bu kaygılarla daha etkili bir şekilde başa çıkmalarının önemli olduğu düşünülmektedir.

Ebeveyn tutumlarının çocuk gelişimi üzerindeki etkilerini anlamak ve bu süreçte bilinçli ve destekleyici bir tutum benimsemek, ebeveynlerin ve çocukların iyi oluşlarını artırabilmektedir. İyi oluşun artması, olumlu ebeveyn-çocuk ilişkisini destekleyeceği gibi, ebeveyn-çocuk ilişkisinin artmasının da çocukların gelişimini destekleyeceği düşünülmektedir.

Ebeveynlerin stresle başa çıkma yeteneklerini geliştirmek ve çocuklarına karşı daha bilinçli ve yapıcı tutumlar sergilemelerini sağlamak, çocukların ebeveyn çocuk ilişkisini olumlu yönde destekleyebilmektedir. Olumlu ebeveyn çocuk ilişkisi de çocukların duygusal zekalarının ve iyi oluşlarının artmasına yardımcı olabilmektedir (Gottman ve DeClaire, 1997). Ayrıca, bu araştırma, eğitimcilerin ve danışmanların ebeveynlere yönelik daha spesifik ve etkili müdahale stratejileri geliştirmesine katkıda bulunmaktadır. Elde edilen bulgular, ebeveynlerin çocuklarına yönelik tutumlarını nasıl iyileştirebileceklerini ve bu tutumların çocuk gelişimi üzerindeki uzun vadeli etkilerini anlamada yol gösterici olabilmektedir. Bu da aile destek programlarının tasarımında bilimsel temelli ve pratik yaklaşımların benimsenmesini teşvik edebilmekte, böylece daha sağlıklı ve mutlu bireylerin yetiştirilmesine katkı sağlayabilmektedir.

Ayrıca, ebeveynlerin psikolojik esneklik kavramını tanımaları ve geliştirmeleri de önemli görülmektedir. Psikolojik esneklik, bireylerin stres ve zorluklarla başa çıkma yeteneklerini arttırmakta ve bu yetenekler ebeveynlerin kendi psikolojik sağlıklarını korumalarına yardımcı olabilmektedir. Psikolojik esnekliği yüksek olan ebeveynler, olumsuz düşüncelerden uzaklaşarak anda kalmayı başarabilir ve çocuklarına karşı daha pozitif ve destekleyici tutumlar sergileyebilirler (Fonseca, vd., 2020). Bu durum, ebeveyn-çocuk ilişkilerinin kalitesini artırarak çocukların duygusal ve psikolojik sağlığına olumlu katkılar sağlayabilmektedir. Bu yüzden, ebeveynlerin psikolojik esnekliklerini geliştirmeleri hem kendilerinin hem de çocuklarının genel refahını artırmak için önemli bir adım olarak görülmektedir.

Anda kalmak ve çocukların duygu ve düşüncelerini kabul etmek iyi ebeveynlik için temel unsurlardır (Rogers, 2003). Bu durum, ebeveynlerin çocuklarının anlık ihtiyaçlarına ve duygusal durumlarına duyarlı olmalarını, çocuklarını oldukları gibi kabul etmelerini ve onların benzersiz bireyselliklerine saygı duymalarını gerektirmektedir. Psikolojik esneklik, ebeveynlerin bu yaklaşımları benimsemelerini kolaylaştırarak, çocuklarının kusurlarını ve hatalarını hoşgörüyle karşılamalarına,

koşulsuz sevgi ve kabul göstermelerine katkıda bulunabilmektedir. Bu durumun çocukların özgüvenlerini ve duygusal dayanıklılıklarını artırabileceği düşünülmektedir. Böylece, çocukların duygusal ve sosyal gelişimi desteklenirken, ebeveyn-çocuk ilişkisi de güçlenmektedir. Psikolojik esneklik, ebeveyn-çocuk ilişkisini ve çocukların iyi oluşunu artırmada önemli bir rol oynamaktadır.

Bu araştırmanın sonucunda, değişkenlerin ilişkisinin desteklenmesiyle ebeveynlerde psikolojik esnekliği artırmanın önemi ortaya konmaktadır. Böylece, demokratik ebeveyn tutumu desteklenebilir ve olumlu ilişkiler geliştirilmesine destek olunabilmektedir. Psikolojik esnekliği yüksek olan ebeveynler, çocuklarının ihtiyaçlarına daha duyarlı olduğu, onları koşulsuz kabul ettiği ve demokratik tutumlar sergiledikleri söylenebilmektedir. Bu, ebeveyn-çocuk ilişkilerinin kalitesini artırabilir ve çocukların özgüvenlerini ve duygusal dayanıklılıklarını güçlendirebilmektedir. Dolayısıyla, bu araştırma, ebeveynlerin psikolojik esnekliklerini artırmaya yönelik müdahalelerin, hem ebeveyn-çocuk ilişkilerini hem de çocukların genel refahını iyileştirmede ne kadar önemli olduğunu gösterebileceği düşünülmektedir.

Bu araştırmanın bulguları, gelecekteki araştırmalara birçok açıdan yol gösterebileceği düşünülmektedir. Öncelikle, psikolojik esneklik ve ebeveyn tutumları arasındaki ilişkileri daha ayrıntılı olarak incelemek isteyen araştırmacılar için literatüre katkı sağlayabilmekle birlikte farklı demografik gruplarda veya kültürel bağlamlarda benzer araştırmalar yapılmasına ilham verebilmesi mümkün görülmektedir. Bu sayede, çeşitli toplumsal ve kültürel bağlamlarda ebeveynlik uygulamalarının ve psikolojik esnekliğin daha iyi anlaşılmasına katkıda bulunabilmesi adına önem taşıdığı düşünülmektedir.

Ebeveynlerin çocuklarıyla daha sağlıklı ve etkili ilişkiler kurmalarına yardımcı olacak stratejilerin geliştirilmesi, toplumun genel refah düzeyini artırmak için önemli bir adım olabilmektedir. Bu stratejiler, çocukların duygusal ve sosyal gelişimlerini destekleyerek, gelecekte daha sağlıklı bireyler ve daha sağlam toplumlar oluşmasına katkıda bulunabilmekle birlikte ebeveynlerin psikolojik esnekliklerini artırmak, sadece bireysel düzeyde değil, toplumsal düzeyde de olumlu sonuçlar doğurabilmektedir, çünkü sağlıklı ebeveyn-çocuk ilişkilerinin, toplumsal refahın temel taşlarından biri olduğu düşünülmektedir.

1.3. Araştırmanın Varsayımları

Yapılan çalışmaya dair varsayımlar aşağıda verilmiştir:

1.Araştırmaya gönüllü olarak dahil olan ebeveynlerin ölçme araçlarına içten ve tarafsız bir yaklaşımla yanıt verdikleri varsayılmıştır.

1.4. Araştırmanın Sınırlılıkları

Yapılan araştırmaya dair sınırlılıklar aşağıda verilmiştir:

1. Araştırmada incelenen değişkenler, Kişisel Bilgi Formu, Psikolojik Esneklik Ölçeği, Ebeveyn-Çocuk İlişkisi Ölçeği ve Ebeveyn Tutum Ölçeğinin ölçtüğü özelliklerle sınırlıdır.

2. Araştırma sonuçları, yalnızca benzer özelliklere sahip 4-6 yaş çocuğu olan ebeveynlere genellenebilmektedir.

3. Araştırma grubunda bulunan gönüllü erkek katılımcı sayısı az olduğundan cinsiyete yönelik değerlendirilme yapılamamıştır. Veriler çoğunlukla annelerden toplanan bilgilerle sınırlıdır.

1.5. Tanımlar

Bu kısımda araştırmada yer alan kavramların açıklamaları sunulmuştur.

1.5.1. Psikolojik Esneklik

Psikolojik esneklik, bireyin mevcut anla etkileşimde bulunarak, kendi belirlediği değerlere uygun şekilde davranabilmesi ve yaşamını anlamlı bir şekilde yönlendirme yeteneği olarak tanımlanmaktadır (Luoma, vd., 2010). Hayes ve arkadaşlarına (2006) göre psikolojik esneklik bilinçli bir birey olarak şimdiki zamanla tam anlamıyla etkileşime geçebilmek ve sahip olduğu değerlere göre davranışını şekillendirip devam ettirmek olarak ifade edilmektedir.

1.5.2. Otoriter Ebeveyn Tutumu

Otoriter ebeveynler, çocuklarının koydukları kurallara kayıtsız şartsız uymasını ve itaat etmesini beklemektedir. Bu ebeveynler, çocuklarının davranışlarını kontrol

etmek için sıkı disiplin yöntemleri kullanarak genellikle duygusal mesafeyi korumaktadır (Baumrind, 1991; Maccoby 1994).

1.5.3. Demokratik Ebeveyn Tutumu

Demokratik ebeveyn tutumu, ebeveynlerin çocuklarıyla karşılıklı saygı ve iş birliği çerçevesinde bir ilişki kurduğu ve çocukların duygularını, düşüncelerini ve ihtiyaçlarını önemseyerek onlarla iletişim kurduğu bir ebeveynlik tarzıdır (Baumrind, 1966; Baumrind, 1991).

1.5.4. Aşırı Koruyucu Ebeveyn Tutumu

Aşırı koruyucu ebeveynler, çocuklarının hata yapmasından korkarak onların yerine kararlar almakta ve eylemlerini kontrol etmektedirler (Kaya, 1997). Bu tutum, çocukların bağımsızlıklarını ve öz güvenlerini olumsuz etkileyebilmektedir, çünkü çocuklar kendi deneyimlerinden öğrenme fırsatını kaybetmektedirler (Sezer ve Oğuz, 2010; Walker ve Nelson, 2012).

1.5.5. İzin Verici Ebeveyn Tutumu

İzin verici ebeveynler, çocuklarına sınırlar ve kurallar konusunda serbest davranır ve onların kendi deneyimlerini yaşamalarına izin vermektedirler (Baumrind, 1966). Bu ebeveynler, serbestliğin yaratıcılığı artıracağını ve sevgiyle desteklenmenin çocukları güvende hissettireceğini düşünerek, sevgi ve disiplin dengesini sağlamakta zorlanabilmektedirler (Santrock, 2013).

1.5.6. Olumlu Ebeveyn Çocuk İlişkisi

Olumlu ebeveyn-çocuk ilişkisi, sevgi, güven, saygı ve destek temelinde kurulan, duyguların dinlendiği ve ihtiyaçların karşılandığı bir bağdır (Darling ve Steinberg, 1993; Maccoby, 1994).

2. KURAMSAL ÇERÇEVE

Bu bölümde, okul öncesi dönem, ebeveyn tutumu, psikolojik esneklik ve ebeveyn-çocuk ilişkisine dair kuramsal bilgilere ve bu konularla ilgili yapılan araştırmalara yer verilmiştir.

2.1. Okul Öncesi Dönem

Gelişim, döllenme ile başlayarak yaşam boyu devam eden, kimi zaman birbirine benzeyen kimi zaman da bireye göre farklılık gösteren bir süreçtir (Santrock, 2013). Yaşam boyu gelişimi inceleyen Baltes'e (2003) göre gelişim süreci disiplinli, bağlamsal, esnek, çok boyutlu ve çok yönlü bir süreç olup, büyüme, sürdürme ve kaybın düzenlenmesini içermektedir. Bu süreç, biyolojik, sosyo-kültürel ve kişisel faktörlerden etkilenerek devam etmektedir. Bireyin yaşam boyu içinde bulunduğu gelişim süreci, genler, boy ve kilo, motor becerilerdeki değişimler gibi biyolojik durumları kapsayan biyolojik süreçler; hayal gücü, konuşma becerisi, düşünme becerisi ve zekadaki değişimleri ifade eden bilişsel süreçler; bireyin çevresi ile ilişkileri ve duygularındaki gelişimi içeren sosyo-duygusal süreçlerden oluşmaktadır (Santrock, 2013). Bu boyutların iç içe olduğu ve birbirini etkilediği söylenebilmektedir. Bireyin sosyo-duygusal gelişim sürecini etkileyen en önemli faktörlerden biri, ebeveyn ile bebek arasında kurulan ve bireyin ilerleyen yaşamındaki ilişkilerini şekillendiren bağ olarak görülmektedir (Bowlby, 1980).

Gelişim psikolojisi literatüründe, bireyin yaşamının farklı evrelerini anlamak için belirli dönemler tanımlanmakta ve incelenmektedir. Bu dönemler, fiziksel, bilişsel, duygusal ve sosyal gelişim açısından benzersiz özelliklere sahiptir. Erik Erikson'un (1968) psikososyal gelişim teorisi veya Jean Piaget'nin (1952) bilişsel gelişim teorisi gibi teorik çerçeveler, bu dönemlerin anlaşılmasında önemli bir rol oynamaktadır. Okul öncesi dönem olarak adlandırılan ilk çocukluk dönemi, çocuğun neden ve nasıl sorularını sormaya başladığı, cinsiyet farkındalıklarını anlamlandırmaya çalıştığı ve çevreyi keşfetmenin ön planda olduğu bir gelişim evresidir (Deniz, 2018).

Piaget (1952), bireyin çevresini anlama ve tanıma sürecini duyu motor, işlem öncesi, somut işlemler ve soyut işlemler olmak üzere dört evrede ele almaktadır. Okul öncesi dönem, bu evrelerden 2-7 yaş arasını kapsayan işlem öncesi dönemdir. Çocuklar bu dönemde sözcükleri kullanmaya başlar ve imgeleri de dahil ederek sembolik düşünceleri aktarmaktadır. Bu dönemde çocuklar anlatılan şeyleri zihinlerinde canlandırabilmektedir (Deniz, 2018). Oyunlarında sembolleri kullanarak hayali olaylar, kişiler ve nesneler yaratmaktadır. Hayal güçleri çok kuvvetli olan çocuklar, bu dönemde gerçeği kurmacadan ayırt etmekte zorlanabilmektedir (Deniz, 2018). Duyguları ve düşünceleri anlamada ve kendini ifade etmede benmerkezcilik hakimdir ve empati kurmakta zorlanarak dış dünyayı başkalarının bakış açısından görememektedir (Yavuzer, 2019). Dünyayı anlamlandırırken ve yaşanan olayları gözlemlerken kendi bakış açıları hakimdir. Arkadaşlarıyla oyun oynarken daha çok rekabetin ya da iş birliğinin olmadığı paralel oyun baskın olmaktadır. Vygotski ise çocuğun gelişimini sosyal ve kültürel deneyimlerle birlikte açıklamaktadır (Santrock, 2013; Underwood ve Rosen, 2013).

Çocuk, çevresiyle ilişki kurarak kişilerarası ilişkileri oluşturmakta ve sonrasında kendisiyle ilişki kurarak içsel ilişkileri geliştirmektedir (Bruner, 1991). Çocuk, bu dönemde karşılaştığı problemlere kendi başına çözüm bulamamakta ve dışarıdan destek alarak çözüme ulaşmaktadır. Bu nedenle, daha büyük biri, öğretmen ve ebeveyn müdahaleleri çocuğun öğrenme süreci için önemli görülmektedir (Woolfolk, 1998). Çocuğun kendini ifade edebilmesi için dil önem taşımaktadır. 12-18 ay arasında başlayan dil süreci, önceleri aile içinde daha anlaşılabilirken telaffuzun taklitle birlikte daha çok gelişmesiyle 3 yaşa kadar sözcük dağarcığı artmaktadır (Yavuzer, 2019). Yaşamın ilk yıllarının bireyin hayatında önemli olduğunu ileri süren Freud'a göre okul öncesi dönemde çocuklar, kendilerinden farklı özelliklere sahip bir cinsiyetin olduğunu fark etmekte ve cinsellikle ilgili sorgulamalara başlamaktadır. Bu sorgulamalara karşı verilen tepkiler, çocukların cinselliğe yaklaşımlarını önemli ölçüde etkilemektedir. Erkek çocuk için ilk sevgi nesnesi anne iken kız çocuk için babadır ve çocuk, karşı cinsteki ebeveyni ile yarış halindedir (Deniz, 2018).

Erikson'a (1968) göre gelişim, belirli kriz dönemlerinde ortaya çıkmakla birlikte yaş dönemine göre farklı dönüm noktaları ve çatışmalar içermektedir. Okul öncesi dönemde çocuk, girişimciliğe karşı suçluluk çatışması yaşamaktadır (Erikson, 1968).

Çocuk, çevresini keşfetmeye ve etrafını sorgulamaya yönelmekte, buna bağlı olarak da sorularında artış meydana gelmektedir. Çevresine daha özgür yaklaşarak keşfettiği alanı genişletmekte ve çevresindeki rolleri daha çok gözlemlemektedir. Özdeşim kurduğu rolleri deneyimlemek isteyerek girişimlerde bulunmaktadır. Çocukların bu girişimlerine yönelik sınırlamalar ve bu deneyimlere karşı verilen tepkiler, bu dönemde oldukça önemli olmaktadır. Ebeveynleriyle kurdukları ilişkide, çocuklar çevrelerinde keşfettikleri ebeveyn davranışlarını gerçekleştirmek istemektedir (Woolfolk, 1993). Ebeveynler, çocukların bu girişimlerine ceza ile karşılık verdiklerinde suçluluk duygusu gelişmektedir (Ceylan, 2017; Erikson, 1968). Bu dönemde ebeveynlerin çocuklarıyla kurdukları iletişim, özgüven ve girişimciliğin gelişmesinde önemli bir rol oynamaktadır. Bu döneme kadar kendilerinin bir birey olduklarını fark eden çocuklar, girişimciliğe karşı suçluluk çatışmasıyla birlikte nasıl bir birey olacaklarını keşfetmeye başlamaktadır (Santrock, 2013). Bunu yaparken ebeveynlerini gözlemlemekte, onları idol olarak görmekte ve kendilerini özdeşleştirmektedir (Bandura, 1977).

Yaşamın ilk yıllarında kendi eylem ve davranışlarını anlamaya başlayan çocuklar, 4-5 yaşlarına geldiklerinde çevresinden gözlemledikleri psikolojik açıklama ve duygu kavramlarını genellikle gerçekçi olmayan olumlu içeriklerle kullanmaya başlamaktadırlar (Harter, 1998; Marsh, vd., 2002). Çocukların duyguları anlama ve düzenleme becerilerinin gelişiminde aile önemli bir role sahiptir (Gottman ve DeClaire, 1997). Duygu koçluğu yapan ebeveyn, çocukların gelişimini ve duygularını daha çok desteklemekte; negatif duygularına öğrenme, olgunlaşma fırsatı olarak yaklaşmakta ve bu duyguları kabul etmektedir. Duygu koçluğu yapmayan ebeveynler ise duyguları reddetmekte, görmezden gelmekte ve dikkat dağıtarak negatif duyguyu yok etmeye çalışmaktadır. Bu durum, çocuğun duygu düzenlemede zorlanmasına yol açabilmekte ve üzüldüğünde bununla başa çıkmasını zorlaştırabilmektedir (Gottman ve DeClaire, 1997).

Kendini davranışsal ve psikolojik olarak anlamlandırmaya başlayan çocuklar, 2-3 yaş civarında benmerkezcilikten yavaş yavaş uzaklaşarak çevresindeki bireylerin duygularına dikkat etme, duyguları fark etme ve paylaşabilme aşamasına geçmektedir (Damon, 1988; Hoffman, 1996). 2-10 yaş arası çocuklar, başkalarının duygularının kendi duygularından farklı olabileceğini anlamaya ve olaylara kendi bakış açılarıyla yorum katmaya başlamaktadır (Köksal, 2005). Çevresinin

duygularını anlamlandırmaya başlayan çocuklar, altı yaş itibariyle empati kurmaya başlamaktadır (Derman, vd., 2020). Alan yazında okul öncesi dönem çocukların empati düzeyleri ile ilgili yapılan çalışmalar incelendiğinde, otoriter olmayan ebeveynlerin çocuklarının empati düzeylerinin otoriter ebeveynlerden daha yüksek olduğu görülmektedir (Parsak, 2015; Pontania ve Salim, 2019). Çocuklar, yaşamın ilk anından itibaren en çok ebeveynleriyle ilişki sürdürmekte ve birçok şeyi onlardan öğrenmektedir (Bandura, 1977). Otoriter olmayan ebeveynler, çocuklara karşı daha kabul edici, duyguları anlayıcı ve empatik bir yaklaşım sergilerken; otoriter ebeveynler, baskıcı, ilgi ve ihtiyaçları yok sayan bir yaklaşım benimsemektedir (Derman, vd., 2020). Okul öncesi dönem çocukların sahip olduğu özellikler ve ihtiyaçlara bakıldığında, bu dönemde ebeveynin tutumlarının ve davranışlarının çocuklar tarafından gözlemlenerek model alındığı görülmektedir.

2.2. Ebeveyn Tutumu

Çocuklar gelişimleri boyunca birçok dinamikten etkilenmektedir. Toplumdaki genel tutumlar, komşular, öğretmenler, akrabalar, doğduğu aile ve ebeveyn tutumları çocuğu yaşam boyu etkileyen faktörler olarak görülmektedir (Bronfenbrenner, 1979). Türk Dil Kurumu'na (2024) göre ebeveyn kavramı anne ve babayı, tutum kavramı ise tutulan yol, tavır ve davranışı ifade etmektedir. Stiffelman (2015) ebeveyn olmayı fırtınalı bir denizde yol almaya benzeterek mutlu çocuklar yetiştirmenin yolunu sakin bir kaptan olmak olarak metaforlaştırmaktadır. Ebeveyn, çocuğun doğumdan itibaren çıktığı yaşam yolunda özgür ve bağımsız bir birey olması amacıyla rehberlik etmekte, rol model olmakta ve koçluk yapmaktadır (Cüceloğlu, 2018).

Ebeveynlerin tutumu, çocukların kişisel gelişimi ve davranışlarının şekillenmesinde etkili görülmektedir (Kılıç, 2007). Ebeveynlerin tutumları, çocukların duygusal, sosyal ve zihinsel sağlığını etkileyebilir ve onların ilerideki ilişkilerine, başarılarına ve psikolojik sağlamlıklarına katkıda bulunmaktadır (Fletcher, vd., 1999; Ritter, 2005). Ebeveynlerin tutumları, çocuklara dünyayı nasıl algılamaları gerektiğini öğretirken, kendi değerlerini ve davranış normlarını da aktarmaktadır (Ainsworth ve Bowlby, 1991). Olumlu bir ebeveyn tutumu, çocukların kendilerine güvenmelerini, bağımsızlık kazanmalarını, empati geliştirmelerini ve sağlıklı ilişkiler kurmalarını teşvik ederken, olumsuz veya istikrarsız bir ebeveyn tutumu, çocuklarda özsaygı

eksikliği, davranış sorunları ve duygusal zorluklar gibi pek çok olumsuz sonuç doğurabilmektedir (Bandura, 1997; Kritzas ve Grobler, 2005).

Ailelerin çocuklara karşı olumsuz bir tavır sergilemesi ve onları tutarsız bir şekilde yetiştirmesi, çocukların olumsuz yaşam deneyimleri ile karşılaşmalarına, bu deneyimlerle başa çıkamamalarına veya yanlış yollara yönelmelerine neden olabilmektedir (Yavuzer, 2019). Bu durumda, aileler bilinçsiz ve bilinçli olarak çocuklarına aktardıkları ve gösterdikleri bu olumsuz ve dengesiz tutumu yansıtmaktadır (Yavuzer, 2019).

Ebeveynlerin çocuğa karşı tutumunu etkileyen birçok faktör bulunmaktadır. Anne babanın çocuğa karşı sahip olduğu duygusal bağın farklılaşması, ebeveynlerin sahip olduğu inançlar ve tutumlar, çocuğun kişilik özellikleri (Darling ve Steinberg, 1993), kendi ebeveynlerinden etkilenerek sahip oldukları tutum ve davranışlar, eğitim ve kültür seviyeleri (Erginbay, 2014) gibi etkenler ebeveyn tutumunun farklılık göstermesini etkileyebilmekle birlikte, ebeveyn tutumları davranışsal, duygusal ve bilişsel olarak farklılık göstermektedir (Özyürek, 2018).

Ebeveyn tutumları üzerine etkili faktörler arasında, ebeveynlerin geçmiş yaşantıları ve kişilik özellikleri, çocuğun kendi kişiliği, çevresel destek ve stres kaynakları bulunmaktadır (Belsky, 1984). Bornstein'e (2016) göre ise kişinin cinsiyeti, yaşı, geçmiş yaşantıları ve kişiliği ebeveyn tutumlarını etkileyen özelliklerdir.

Ebeveynlerin tutum ve davranışları, çocukların kendilerini ve dünyayı nasıl algıladıkları üzerinde kalıcı izler bırakmaktadır. Bu nedenle, ebeveynlerin bilinçli, sevgi dolu ve destekleyici bir tutum benimsemeleri, çocukların sağlıklı ve mutlu bireyler olarak yetişmelerine katkıda bulunmaktadır (Uykan ve Akkaynak, 2019; Yavuzer, 2019). Bu bağlamda, sağlıklı ve dengeli bir ebeveyn tutumunun benimsenmesi, çocukların psikolojik, sosyal ve duygusal gelişimleri için önemlidir (Alkış, 2015; Şenol ve Karaca, 2020).

2.2.1. Ebeveyn Tutumları

Baumrind (1966), ebeveyn tutumlarını etkileyen üç farklı tutum olduğunu öne sürmektedir. Bu tutumlar, izin verici, demokratik ve otoriter tutumlardır. Baumrind'in teorisi, ebeveynlerin çocuklarına karşı olan tutumlarını ve bu tutumların çocukların gelişimine olan etkilerini kapsamlı bir şekilde incelemektedir. Ayrıca, Kuzgun (1991) ve Yavuzer (1994) Türk kültüründe yaygın olarak görülen aşırı

koruyucu tutumu da bu sınıflandırmalara ekleyerek ele almaktadır. Bu bölümde ebeveyn tutumları daha ayrıntılı olarak açıklanmıştır.

2.2.1.1. İzin Verici Ebeveyn Tutumu

İzin verici ebeveynler, çocuğun ihtiyaçlarını önemseyen ve davranışlarına karşı cezalandırıcı bir tutumu benimsemektedir. Ebeveynler, çocuğa sınırlar ve aile kuralları için serbest yaklaşır ve çocuğun kendi deneyimlerini yaşamasına izin vermekte ve çocuktan sorumluluk almasını beklememektedir (Baumrind, 1966). Ebeveynler, serbestliğin çocukların yaratıcılıklarını artıracağını ve sevgi görmesinin de onları güvende hissettireceğini düşündüklerinden, sevgi ve sınırın dengesini ayarlamakta zorlanmaktadır (Santrock, 2013). Kalabalık ailelerde yetişen tek çocuklar genellikle ailede görüş sahibi olan tek kişi olmalarıyla birlikte istekleri diğer aile üyeleri tarafından sorgusuzca gerçekleştirilmekte ve tutarsız bir alan içerisinde yakından ilgilenilerek aşırı sevgi görmüş doyumsuz ve benmerkezci bireyler olarak yetişebilmektedir (Yavuzer, 2019). Benmerkezci olarak yetişen çocuklar, kendilerini kontrol etmekte ve başkalarının sınırlarına saygı duymakta zorlanmaktadır (Santrock, 2013).

Çocuğa ihtiyacı olan sınırları sağlamayan ebeveyn, yanlış davranışları görmezden gelerek çocuğu doğruya ulaşma noktasında desteklememekte ve ihtiyaçlarını yok saymaktadır (Feldman, 2005). Çocuk, sadece istediği şeyi elde etmekle kalmaz, aynı zamanda ebeveyni tarafından duygusal ve iletişimsel olarak da yeterince desteklenmez (Sümer vd., 2010). İzin verici ebeveyn, çocuğunu geleceğe hazırlamaz ve yaygın inanışın aksine, her şeye izin vermesi nedeniyle sevgiyle anılmamaktadır (Webb ve Musello, 2018).

İzin verici aileler, kimi zaman çocuklarını kendilerinden uzaklaştırmak istemekle birlikte ihmal edici olarak yaklaşabilmektedir (Baumrind, 1966). İhmalkar anne babalar çocuklarının nerede oldukları ve neler yaptıklarıyla ilgilenmemekte ve ev yaşam şartlarını kendilerine göre şekillendirmektedir (Steinberg, 2007). İhmal edici ebeveyn tutumunda anne ve baba, çocuğun yaşamına karşı ilgisiz ve kayıtsız yaklaşmaktadır (Santrock, 2013). Çocuğu görmezden gelerek istismara maruz bırakırlar ve çocukta saldırganlık eğilimi artmakta, yaptığı olumsuz davranışlara karşı suçluluk hissetmektedir (Yavuzer, 2019). Çocuğun davranışları ebeveyn rahatsızlık duymadığı sürece kontrol edilmemekte ve sınırlandırılmamaktadır, ancak

ebeveyn rahatsızlık duyduğunda çocuğun sergilediği davranışa karşı sert bir tutum benimsemektedir (Demircioğlu, 2012). İhmal edici ebeveynler ile büyümüş çocuklar, kendilerini kontrol etmekte zorlanmakta ve düşük öz saygıya sahip olmaktadır (Santrock, 2013).

2.2.1.2. Aşırı Koruyucu Ebeveyn Tutumu

Aşırı koruyucu tutuma sahip ebeveynler, çocuğun bağımsız olmasıyla ebeveyn otoritesini yok sayacağına inanarak çocuğun hata yapmasından korkmakta ve çocuğun yapması gereken şeyleri onun yerine kendileri yaparak çok kollayıcı ve koruyucu bir tutum benimsemektedir (Kaya, 1997). Bu ebeveynler, çocuğun gelişim sürecinde bağımsız kararlar almasını ve sorumluluk üstlenmesini engelleyerek, onların öz güvenlerini olumsuz etkileyebilmektedir (Walker ve Nelson, 2012). Çocukların kendi başlarına bir davranış göstermelerine izin verilmediği için, aşırı koruyucu ebeveyne sahip çocuklar, deneyimlerinden öğrenme şanslarını kaybetmektedir (Sezer ve Oğuz, 2010).

Aile, çocuğun yerine getirmesi gereken sorumlulukları "daha iyi yapabilir" düşüncesiyle onun yerine üstlenmekte ve onun adına düşünmektedir. Bu durum, doğru olanı gerçekleştirme eğilimi içerisinde olan ebeveynlerin, çocuğun kendine olan güveninin gelişmesine olumsuz etkilerde bulunmalarına yol açabilmektedir (Kaya, 1997). Çocuk, daha önce deneyimleyemediği ve her zaman başkasının onun için bir şeyler yapması ya da kararlar alması sebebiyle kendini kontrol etmekte zorlanabilmektedir. Bu yaklaşım, çocuğun bağımsızlık geliştirme ve kendi hayatını yönetme yeteneğini kısıtlamaktadır (Gottlieb, 2011).

Genellikle iyi niyet barındıran korumacı amaçla yapılan ebeveyn müdahaleleri, çocuğun hayatının çok içinde ve müdahaleci olma durumu kötü niyetli olmamakla birlikte, çocuklarda özgüven eksikliğine, zor durumlarla karşılaştıklarında başa çıkma becerisinde olumsuz etkilere ve birey olma yolunda kimlik oluşumuna olumsuz etkilere sahip olabilmektedir (Kantrowitz ve Tyre, 2006). Aşırı koruyucu ebeveynler, çocuklarının hatalardan öğrenmesine ve bağımsız kararlar almasına engel olarak onların kişisel gelişimlerini sınırlayabilmektedir (Gibbs, 2009). Bu tür bir yaklaşım, çocuklarda risk almaktan kaçınma ve hata yapma korkusu geliştirebilmektedir. Ebeveynler, çocuklarının her zaman güvende olmasını sağlama arzusu ile hareket ederken, aslında onların öz güvenlerini zedeleyebilmekte ve

bağımsızlıklarını kısıtlayabilmektedir. Bu tür çocuklar, genellikle başkalarının onayına ve rehberliğine ihtiyaç duyarak kendi kararlarını almakta ve uygulamakta zorluk çekebilmektedir (Walker ve Nelson, 2012). Aşırı koruyucu ebeveynlerin çocukları, yetişkinliklerinde bağımsız bireyler olma yolunda önemli zorluklar yaşayabilmektedir. Bu çocuklar, kendilerine güvenmekte zorlanabilmekte, kendi kararlarını almakta çekingen olabilmekte ve hata yapmaktan kaçınabilmektedir (Yavuzer, 2019). Ayrıca, zor durumlarla başa çıkma becerileri yeterince gelişmediği için, karşılaştıkları engeller karşısında kolayca pes edebilmektedir. Bu durum, onların akademik, sosyal ve mesleki yaşamlarında olumsuz sonuçlara yol açabilmektedir (Sezer ve Oğuz, 2010).

Ebeveynlerin aşırı koruyucu tutumları, çocukların duygusal ve psikolojik sağlığı üzerinde de derin etkiler bırakabilmektedir. Bu çocuklar, genellikle kaygı düzeyleri yüksek, stresle başa çıkma becerileri zayıf ve düşük öz saygıya sahip olmaktadır (Gottlieb, 2011). Ebeveynlerin aşırı müdahaleci tutumları, çocukların kendi duygularını ve ihtiyaçlarını tanıma ve ifade etme yeteneklerini de zayıflatabilmektedir (Marano, 2004).

Sonuç olarak, aşırı koruyucu ebeveynlik, çocukların bağımsızlıklarını ve özgüvenlerini geliştirmelerini engelleyerek, onların hem duygusal hem de sosyal gelişimlerini olumsuz yönde etkileyebilmektedir (Kantrowitz ve Tyre, 2006).

2.2.1.3. Otoriter Ebeveyn Tutumu

Otoriter ebeveyn tutumunu benimseyen ebeveynler, kendi sahip oldukları değerlere uygun standartlarla çocuğun davranışlarını, tutumlarını ve düşüncelerini kontrol altına almayı amaçlamakla birlikte, çocuklarını kendi doğrularına göre şekillendirmeye çalışmaktadır (Baumrind, 1966). Zihinlerindeki ideal çocuk kavramına uygun davranışlar ve tutumlar benimsemektedir (Webb ve Musello, 2018). Otoriter ebeveynler, çocuklarının söyledikleri her şeyi sorgulamadan kabul etmelerini istemekte ve bu süreçte çocuğun bireyselliğini göz ardı etmektedir. Otoriteye büyük önem veren bu ebeveynlerde, çocuğun karşı gelmesi söz konusu bile olamamakla birlikte otoriteye karşı gelen çocuklar, aileleri tarafından bastırılmaktadır (Maccoby, 1994).

Bu ebeveynler, çocuklarından yaptıkları işe ve söyledikleri sözlere saygı duymalarını beklemekte ve bu beklentiyi karşılamak için çeşitli ceza, kısıtlama ve

sınırlandırmalara başvurmaktadır (Santrock, 2013). Otoriter ebeveynlerin çocuklarıyla kurdukları ilişkilerde, sözel iletişime, çocuğu dinlemeye ve anlamaya yeterince yer verilmediği söylenebilmektedir. Kontrol her zaman otorite olan ebeveynde olduğu ve bireysellik göz ardı edildiği için, otoriter ebeveyn tutumuna sahip çocukların sosyalleşme ve kendini ifade etme konusunda zorlanması mümkündür (Alkış, 2015).

Genellikle geleneksel aile yaşantılarında karşılaşılan otoriter tutuma sahip ebeveynler, sevgiden mahrum bırakarak veya zorlayıcı durumlara maruz bırakarak sınırlar koymaya çalışmaları çocuklarda çevrelerindeki insanların etkisinde kalmalarına sebep olmakla birlikte, onları kırılgan ve duygusal bir yapıya sahip bireyler haline getirmektedir (Yavuzer, 2019). Yavuzer'e (2019) göre, otoriter ebeveynlere sahip bireyler, etraflarındaki kişilerin kendileri ile ilgili düşüncelerini oldukça önemsemekte ve kendi içlerinden geldiği gibi hareket etmek yerine olması gerektiği gibi davranmaya mecbur hissetmektedir. Otoriter ebeveynlerin çocukları, sağlıklı ilişkiler kurma ve duygularını kontrol etme konusunda zorlanmakla birlikte, öfke ve kin duygularını yoğun olarak yaşayabilmektedir (Tuzgöl, 2000).

Otoriter ebeveynlik, çocukların özgüvenini zedeleyebilir ve onların bağımsız düşünme yetilerini kısıtlayabilmektedir. Ebeveynlerinin yüksek beklentilerine uyum sağlamak zorunda kalan çocuklar, sürekli olarak onay arayışında olabilmekte ve kendi isteklerini, duygularını bastırmak zorunda kalabilmektedir (Maccoby, 1994). Bu tür çocuklar, kendi kararlarını almakta ve uygulamakta zorlanabilirler ve sürekli olarak dışsal motivasyon kaynaklarına ihtiyaç duyabilmektedir (Santrock, 2013).

Ayrıca, otoriter ebeveynlerin çocukları, yetişkinliklerinde de bu baskıcı tutumun izlerini taşıyabilmektedir. Bu çocuklar, sosyal ilişkilerde zorluklar yaşayabilmekle birlikte duygusal olarak bağımlı hale gelebilmekte ve stresle başa çıkma becerileri gelişmeyebilmektedir. Bu durum, onların akademik, sosyal ve mesleki yaşamlarında olumsuz sonuçlara yol açabilmektedir (Yavuzer, 2019).

2.2.1.4. Demokratik Ebeveyn Tutumu

Demokratik ebeveyn tutumuna sahip aileler, otoriter tutumun tam tersi olarak, çocuklarını sözlü iletişime yönlendirmekte ve koydukları sınırları gerekçeleri ile açıklamaktadır (Baumrind, 1966). Bu ebeveynler, kendi görüşlerini çocuğun birey olduğunu unutmadan yetişkin olarak belirtmektedir (Baumrind, 1966). Aile içerisinde yapılacak şeyler ve verilecek kararlarda, çocuğun gelişim dönemi uygun olduğu kadar söz hakkına sahip olmasını sağlamakta ve onun varlığını yok saymamaktadır; gerekli miktarda söz hakkı tanımaktadır (Karabulut, vd., 2008; Maccoby, 1994).

Baumrind'a (1966) göre, demokratik ebeveyn tutumuna sahip anne babalar, çocuklarına karşı gerçek sevgi ve ilgi ile yaklaşmaktadır. Çocuklara alabilecekleri sorumlulukları vererek olgun bir davranış sergilemelerini beklemektedir. Bu ebeveynler, çocuklarının kendilerini ve duygularını yönetme konusunda başarılı olmalarını teşvik etmektedir. Demokratik tutumu benimsemiş ailelerin çocukları, karşılaşılan durumlar, olaylar ve kısıtlamalar karşısında muhakeme yeteneklerini kullanmaya teşvik edildikleri için sebep-sonuç ilişkisi kurmaya yatkın olmaktadır. Ayrıca, bu ebeveynlere sahip bireyler, sosyal ilişkilerinde daha yapıcı, özgüveni yüksek ve genellikle neşeli bireyler olarak görülmektedir (Santrock, 2013).

Demokratik ebeveynler araştırmayı ve öğrenmeyi kendini geliştirmek için hedef edinmektedir (Ginsburg ve Bronstein, 1993). Demokratik ebeveyn tutumuna sahip aileler, çocuklarına sınırlandırmalar getirirken, bu sınırları özgür bir ortam içinde sunmaktadır. Çocuklar, ihtiyaç duydukları sınırlandırmaları, demokratik ebeveynlerin rehberliğinde, destekleyici bir şekilde karşılamaktadır (Dönmezer, 1999).

Demokratik ebeveynler, çocuklarına yönelik tutumlarında dengeyi koruyarak hem sevgi hem de disiplin sağlamaktadır. Bu ebeveynler, çocukların bağımsız düşünme yeteneklerini geliştirmelerine olanak tanırken, aynı zamanda onlara sorumluluk almayı öğretmektedir. Demokratik ebeveyn tutumuna sahip ailelerin çocukları, problem çözme becerilerinde ve sosyal ilişkilerde daha başarılı görülmektedir (Karabulut Demir ve Şendil, 2008).

Demokratik ebeveyn tutumu, çocuğun gelişiminde önemli roller oynamaktadır. Bu tutum, çocukların özgüvenlerini geliştirir ve onları kendi kararlarını alabilen bireyler

olarak yetişmesine destek olmaktadır. Demokratik ebeveynler, çocuklarına saygı duyarlar ve onların duygusal ihtiyaçlarını dikkate almaktadır. Bu tutum, çocukların kendi kendine yetebilme yeteneklerini geliştirir ve onlara hayat boyu kullanabilecekleri beceriler kazandırmaktadır (Ginsburg ve Bronstein, 1993).

Demokratik ebeveynler, çocuklarını dinler ve onların görüşlerine değer vermektedir. Bu, çocukların kendilerini ifade etmelerini teşvik eder ve onların duygusal gelişimlerini desteklemektedir. Çocuklar, aile içinde kendilerini güvende ve değerli hissetmektedir. Bu güven duygusu, onların dış dünyada da başarılı ve mutlu bireyler olmalarına yardımcı olmaktadır (Dönmezer, 1999).

Demokratik ebeveyn tutumu, çocukların duygusal ve sosyal becerilerini geliştirmelerine yardımcı olmaktadır (Ginsburg ve Bronstein, 1993). Bu tutum, çocukların empati yeteneklerini ve sosyal ilişkilerdeki becerilerini artırır. Demokratik ebeveynler, çocuklarına problem çözme ve çatışma yönetimi becerilerini öğretmeleri çocukların hayat boyu karşılaşacakları zorluklarla başa çıkmalarına yardımcı olmaktadır (Baumrind, 1966). Demokratik ebeveynler, çocuklarına sevgi, saygı ve anlayışla yaklaşarak onların güvenli ve destekleyici bir ortamda büyümelerini sağlayarak gelecekte başarılı ve mutlu bireyler olmalarına yardımcı olmaktadır (Karabulut Demir ve Şendil, 2008; Santrock, 2013).

2.3. Psikolojik Esneklik

Bu bölümde psikolojik esneklik kavramının geçtiği kabul ve kararlılık terapisi, ebeveynlikte psikolojik esneklik ve psikolojik esneklik modeli detaylı bir şekilde ele alınmıştır.

2.3.1. Kabul ve Kararlılık Terapisi

Kabul ve kararlılık terapisi (ACT), Hayes ve arkadaşları tarafından 1999 yılında geliştirilmiştir. Bu terapi yaklaşımı, bireylerin olumsuz duygu ve düşüncelerle savaşmadan, onları kabul ederek anlamlı bir yaşam sürmelerini hedeflemektedir (Wilson ve DuFrene, 2008). ACT, bireylerin değerlerine yönelerek, olumsuz düşünceleri misafir gibi algılayıp şimdiki ana odaklanmalarını sağlayarak psikolojik esnekliğe ulaşmalarını desteklemeyi amaçlamaktadır (Hayes, vd., 2011).

Kabul ve kararlılık terapisi, psikolojik esnekliği artırmak için altı temel bileşen kullanmaktadır. İlk bileşen olan kabul, bireylerin kaçındıkları veya değiştirmeye çalıştıkları duyguları, düşünceleri ve fiziksel hisleri kabul etmelerini teşvik etmekle birlikte, bu deneyimlerin farkında olarak onlarla mücadele etmek yerine onları kabul etmeyi içermektedir (Hayes ve Lillis, 2012). İkinci bileşen olan bilişsel ayrışma, düşüncelerle özdeşleşmeyi azaltarak, düşünceleri yalnızca zihinsel olaylar olarak görmeyi öğretmektedir. Bu durum, bireylerin düşüncelerini daha objektif bir şekilde gözlemlemelerine yardımcı olur (Hayes, vd., 2011). Üçüncü bileşen olan şimdiki an farkındalığı, bireylerin dikkatlerini şimdiki ana yönlendirmelerini ve mevcut deneyimlerine açık olmalarını sağlamaktadır. Farkındalık uygulamaları ile desteklenerek bireylerin geçmiş veya gelecek kaygılarından ziyade mevcut anın farkında olmalarını teşvik etmektedir (Wilson ve DuFrene, 2008). Dördüncü bileşen olan kendilik ile ilişki, bireylerin kendilerini sabit bir kimlikten ziyade sürekli değişen bir süreç olarak görmelerini sağlayarak deneyimlerine daha esnek bir bakış açısıyla yaklaşmalarına yardımcı olmaktadır (Hayes ve Lillis, 2012). Beşinci bileşen olan değerler, bireylerin yaşamlarında neyin önemli olduğunu belirlemelerini ve bu değerlere uygun yaşamalarını teşvik etmekle birlikte bireylerin yaşamlarına anlam ve yön kazandırmaktadır (Hayes, vd., 2011). Son bileşen olan değerlere yönelik davranışlar, bireylerin değerlerine uygun hedefler belirleyip bu hedeflere yönelik adımlar atmalarını sağlamakla birlikte bireylerin uzun vadeli değerleri doğrultusunda kararlı bir şekilde hareket etmelerini içermektedir (Usta, 2017).

Çeşitli psikolojik rahatsızlıkların tedavisinde etkili bulunan ACT, anksiyete, depresyon, kronik ağrı, stres ve bağımlılık gibi durumlarda bireylerin bu zorluklarla daha etkin bir şekilde başa çıkmalarını sağlamaktadır (Hayes ve Lillis, 2012). ACT, bireylerin düşünceleri ve duyguları üzerinde kontrol sahibi olma çabalarını azaltarak, bu enerjiyi daha anlamlı ve değerli yaşamsal hedeflere yönlendirmelerine yardımcı olmaktadır (Wilson ve DuFrene, 2008).

ACT'nin temel amacı, psikolojik esnekliği artırmaktır (Hayes, vd., 2006). Psikolojik esneklik, bireylerin dünya algılarında, bakış açılarında, istediklerini başarmalarında ve değişen dünyaya uyum sağlamalarında esnek olmayı ifade etmektedir (Usta, 2017). Bu esneklik, bireylerin zorluklarla daha etkili bir şekilde başa çıkmalarına ve yaşamlarını daha tatmin edici bir şekilde sürdürebilmelerine olanak tanımaktadır (Hayes, vd., 2011).

Kabul ve kararlılık terapisi, bireylerin duygusal ve bilişsel süreçlerine daha sağlıklı bir şekilde yaklaşmalarını sağlayan etkili bir terapi yöntemidir. Olumsuz düşünce ve duyguları değiştirmeye çalışmak yerine, onları kabul ederek ve değerler doğrultusunda hareket ederek, bireylerin psikolojik esnekliklerini artırmayı amaçlar. Bu yaklaşım, bireylerin daha anlamlı ve tatmin edici bir yaşam sürmelerine yardımcı olur (Hayes ve Lillis, 2012).

2.3.2. Ebeveynlikte Psikolojik Esneklik

Kabul ve kararlılık temelli yaklaşımlar, bireylerin geçmişe veya geleceğe takılı kalmak yerine anı yaşamaya odaklanmalarını, duygu, düşünce ve davranışlarının farkında olmalarını ve bunları kabul etmelerini teşvik etmektedir. Bu yaklaşımlarda en önemli kavramlardan biri psikolojik esnekliktir. Psikolojik esneklik, bireyin geçmişe veya geleceğe odaklanmak yerine, içinde bulunduğu an ile temas kurarak, belirlediği değerlere uygun davranışlar sergilemesi ve hayatını kişisel olarak anlamlı yollarla yönlendirebilme yeteneğini ifade etmektedir (Luoma, vd., 2010).

Ebeveynlik bağlamında psikolojik esneklik, ebeveynlerin çocuklarının duygu, düşünce ve davranışlarını anlayışla karşılamaları, onları kabul etmeleri ve çocuklarına değerlerine uygun şekilde rehberlik etmelerini içermektedir (Fonseca, vd., 2020). Ebeveynler, çocuklarının duygusal tepkilerini ve düşüncelerini anlamaya çalışarak, onları suçlamadan veya yargılamadan kabul etmektedir. Bu yaklaşım, çocukların duygusal olarak güvenli bir ortamda büyümelerini sağlayarak duygusal zeka gelişimlerine katkıda bulunmaktadır (Gottman ve DeClaire, 1997).

Psikolojik esneklik kavramının temeli, insan yaşamındaki zorlukların genellikle en değerli ve anlamlı deneyimler olduğunu anlamaktır (Hayes, 2019). Bu anlamda, ebeveynler çocuklarına, onların deneyimlerini kabul etmelerini ve onlarla birlikte bu deneyimlerden öğrenmelerini teşvik etmelidir. Ebeveynler, çocuklarının zorluklarla başa çıkma becerilerini geliştirmelerine yardımcı olmalı ve onların duygusal dayanıklılıklarını desteklemelidir (Siegel ve Hartzell, 2004).

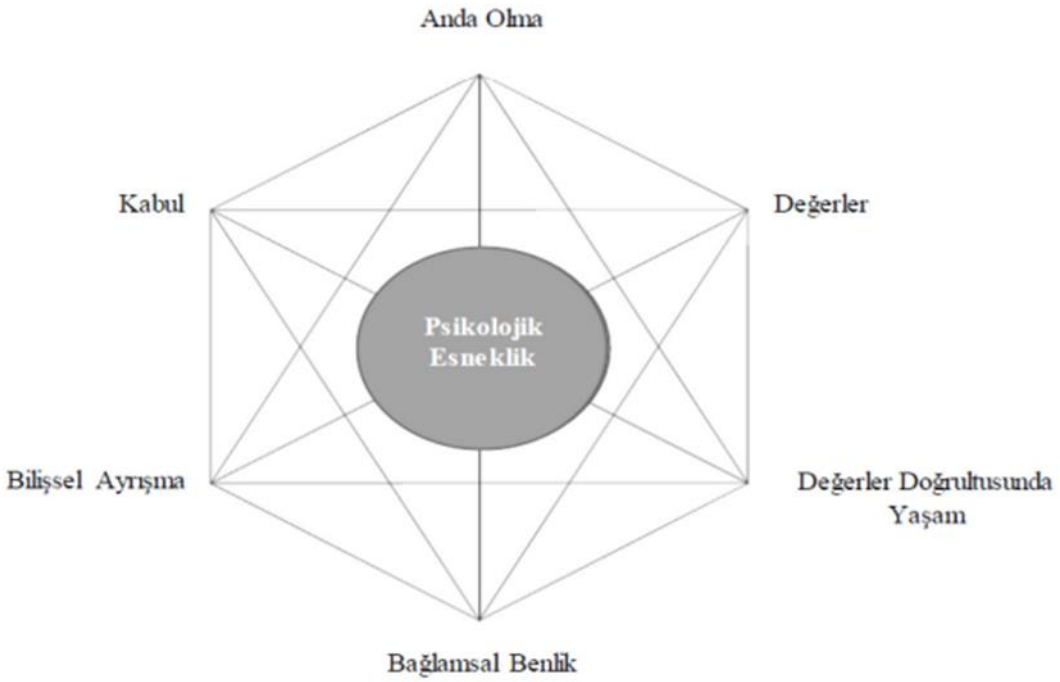
Ebeveynlerin psikolojik esnekliklerini geliştirmeleri, çocuklarına model olmalarını ve onların da bu beceriyi öğrenmelerini sağlamaktadır. Bu süreç, çocukların duygusal olarak sağlıklı ve dengeli bireyler olarak yetişmelerine katkıda bulunmaktadır. Psikolojik esneklik, ebeveynlerin çocuklarına karşı anlayışlı, sabırlı ve duygusal olarak destekleyici olmalarını sağlamakla birlikte çocukların kendi

duygusal deneyimlerini anlamalarına ve ifade etmelerine yardımcı olmaktadır (Siegel ve Hartzell, 2004). Ebeveynlerin, çocuklarının duygusal ihtiyaçlarını anlamaları ve bu ihtiyaçlara uygun olarak davranmaları, çocukların sağlıklı bir şekilde büyümelerini sağlamaktadır (Morris, vd., 2007).

2.3.3. Psikolojik Esneklik Modeli

Psikolojik esneklik, bireyin geçmişe veya geleceğe odaklanmak yerine, içinde bulunduğu an ile temas kurarak, belirlediği değerlere uygun davranışlar sergilemesi ve hayatını kişisel olarak anlamlı yollarla yönlendirebilme yeteneğini ifade etmektedir (Luoma, vd., 2010). Bu kavramın temeli, en zorlayıcı bulduğumuz şeylerin genellikle bizim için en önemli olanlar olduğunun farkına varmaktır (Hayes, 2019). Şekil 1'de psikolojik esneklik modeli verilmiştir.

Şekil 1. Psikolojik Esneklik Modeli



(Hayes vd., 2006)

2.3.3.1. Kabul

Psikolojik kabul, bir tür şeffaflık duruşudur ve psikolojik olaylara karşı merak olmadan gereksiz yere onları kontrol etmeye, durdurmaya veya değiştirmeye çalışmamaktır (Hayes ve Leeming, 2016). Psikolojik esnekliğin kabul boyutu, bireyin rahatsız edici düşünce, duygu ve anıları değiştirmeye çalışmaktan vazgeçerek, onları olduğu gibi kabul etmesi ve bu olumsuz deneyimlerle savaşmak yerine onlarla yaşamayı öğrenmesini ifade etmektedir. Bu yaklaşım, kişinin olumsuz deneyimlere direnmek yerine, onları kabullenerek, kendi değerleri doğrultusunda bir yaşam sürmesine olanak tanımaktadır (Hayes, vd., 2006). Kabul, bireyin yaşadığı deneyimleri yargılamadan ve direnmeden kabul etmesini ve böylece daha esnek ve uyumlu bir şekilde hareket edebilmesini sağlamaktadır (Fonseca, 2020).

Ebeveynlik bağlamında, ebeveynin çocuğun duygularını kabul etmesi, duygularını dinleyip ona destek olması, çocuğun fikir ayrılıklarında çocuğun düşüncelerini önemsemesi, çocuğun hatalarını ve yanlışlarını kabul etmesi, çocuk ile kurulan sınırları kabul etmesi psikolojik esnekliğin kabul alt boyutlarına örnek gösterilebilmektedir (Fonseca, 2020). Ebeveynler, çocukları ile etkili bir iletişim kurabilmek için onların duygusal dünyasını anlamaya çalışmalı ve bu duygusal

deneyimleri yargılamadan kabul etmektedirler (Siegel ve Hartzell, 2004). Ayrıca, ebeveynlerin kendi duygusal durumlarını da kabul etmelerinin önemli olduğu söylenebilir. Kendini değerlendirme ve eleştiri yerine, kabul etme, ebeveynlerin kendi güçlü ve zayıf yönlerini anlamalarına ve çocuklarına daha empatik bir şekilde yaklaşmalarına yardımcı olabilir. Kendini kabul etme, ebeveynlerin duygusal olarak daha sağlıklı olmalarını ve çocuklarına da bu duygusal esnekliği öğretmelerini sağlayacağı söylenebilir.

Psikolojik kabul ve esneklik, ebeveynlerin çocuklarına model olmalarını ve onların da bu beceriyi öğrenmelerini sağlar. Bu süreç, çocukların duygusal olarak sağlıklı ve dengeli bireyler olarak yetişmelerine katkıda bulunur. Ebeveynlerin psikolojik esnekliklerini geliştirmeleri, çocuklarının duygusal ihtiyaçlarını anlamalarına ve bu ihtiyaçlara uygun olarak davranmalarına yardımcı olur. Bu şekilde, çocuklar, kendi duygusal deneyimlerini anlamalarını ve ifade etmelerini öğrenirler, bu da onların duygusal zeka gelişimlerini destekler (Siegel ve Hartzell, 2004).

2.3.3.2. Anda Olma

ACT'ye göre "anda olmak", şu anki anı tam olarak deneyimlemek ve farkında olmaktır. Bu, duygularınızı, düşüncelerinizi ve fiziksel hislerinizi anında fark etmek ve kabul etmek anlamına gelmektedir. Anda olmak, geçmişteki veya gelecekteki endişelerle meşgul olmadan, şu anki gerçekliği yaşamak ve bu anın zenginliğini deneyimlemektir (Hayes, vd., 2006).

Anda olmak, bir tür farkındalık durumu olarak da tanımlanabilmektedir. Bu, duygusal veya fiziksel acıyı kabul ederek, o anki gerçekliği ve duygusal durumu tam olarak anlamak ve bu durumu değerlendirmek anlamına gelmektedir (Hayes, 2004). ACT uygulamalarında, anda olma becerileri geliştirilerek kişinin zihinsel sağlık ve refahını artırması hedeflenmektedir (Harris, 2008; Hayes, vd., 2012).

Ebeveynin çocuğuyla oynadığı zaman dilimi içerisinde dikkatini tamamen şimdi ve buraya vererek oyunun niteliğini arttırması ve çocuk ile kurduğu bağı fark etmesi, aynı zamanda zor bir durumda kendi duygularını kontrol etmesi, anda olmaya örnek olarak gösterilebilmektedir.

2.3.3.3. Bilişsel Ayrışma

Psikolojik esneklik için önemli bir rol oynayan bilişsel ayrışma, bireyin düşüncelerinin ve duygularının farkına varıp onlardan ayrışabilmesiyle, bu düşünce ve duyguların üzerindeki kontrolü arttırmasını sağlamaktadır (Hayes vd., 2012). Böylece birey, esneklikle hareket edebilir ve daha değerli, anlamlı bir yaşam sürebilmektedir. Düşüncelere yoğunlaşıp anda olmaktan uzaklaşmak yerine, bilişsel ayrışma ile biraz geri çekilerek düşüncelerin bireyi yönetmesi yerine ona yol göstermesi ve rehberlik etmesi desteklenmektedir (Harris, 2008; Yavuz, 2015).

Bilişsel ayrışma aynı zamanda duygusal tepkilerle de ilişkilidir. Birey, duygusal bir durumla karşılaştığında, bu duygusal deneyimi sadece bir duygu olarak görmeye ve bu duygunun onu kalıcı olarak etkilemesine izin vermeden geçici olarak yaşamasına yardımcı olabilmektedir. Örneğin, bir ebeveyn çocuğuyla yaşadığı bir anlaşmazlıkta sinirlenirse, bilişsel ayrışma yaparak bu duyguyu kabul edebilir ve o anın getirdiği zorluğu anlayabilmektedir. Böylece ebeveyn, duygusal olarak daha dengeli kalabilir ve çocuğuyla ilişkisini sürdürebilmektedir (Fonseca, 2020).

Bilişsel ayrışma, bireyin zihinsel içeriklerini ve düşüncelerini bir uzaklıkla gözlemleyebilmesini sağlamaktadır. Bu durum, bireyin düşünceleriyle kimlik kazanmaktan ziyade, onları sadece geçici ve değişken zihinsel olaylar olarak görmesine olanak tanımaktadır (Hayes vd., 2012). Örneğin, bir kişi negatif bir düşünce yaşadığında, bilişsel ayrışma onun bu düşüncenin geçici olduğunu anlamasına ve bu düşüncenin onun kimliğini belirlememesine yardımcı olabilmektedir. Sonuç olarak, bilişsel ayrışma, bireyin düşünce ve duygularıyla daha esnek bir şekilde başa çıkmasına ve psikolojik esneklik kazanmasına yardımcı olan önemli bir süreçtir. Bu süreç, bireyin anın değerini deneyimlemesine ve yaşamın tüm zenginliğini fark etmesine olanak tanımaktadır (Brown ve Ryan, 2003).

2.3.3.4. Değerler

Kişinin düşünce, duygu ve yaşantılarından bağımsız olarak, değerlerine sadık kalarak anlamlı bir yaşam sürdürmesine olanak tanınmaktadır. Değerlerle uyumlu bir hayat, bireyin neden mevcut anın farkındalığına sahip olma veya kararlı eylemlerde bulunma gibi süreçlerle psikolojik esnekliğini geliştirmeye çalıştığının yanıtını vermektedir (Dixon, vd., 2023).

Değerler, bireyin seçtiği ve en çok önemsediği önceliklerdir ve yaşam yolunu belirleyen unsurlardır. Değerlere değer vermek, hayatınızı en değerli bulduğunuz şeylerle uyumlu bir şekilde yaşamayı seçmek anlamına gelmektedir. Bu bağlamda, değer verilen bir etkinlikle ilgilenmek kişiyi bu etkinliği daha fazla yapmaya yönlendirmekle birlikte bu tür bir yaklaşım, motivasyon kaynağı olabilmekte ve kişiyi yenileyebilmektedir; çünkü değerler, sürekli olarak izlenmesi gereken yolları belirleyerek davranışlarınızı yönlendirmektedir (Coyne, vd., 2008).

Ebeveynlik, çocuklarınızın büyümesi ve kendi ailelerini kurmalarıyla birlikte hiç bitmeyen bir yolculuktur. Ebeveyn tutumu zamanla değişebilir ancak ebeveyn olmanın kendisi değişmez. Benzer şekilde, değerler uğruna hareket etmek de hiç bitmeyen bir süreçtir. Değerler, günlük yaşamdaki ebeveynlik görevlerine anlam ve amaç katmakta, çocuklar büyüdükçe ve olgunlaştıkça bu değerlere yönelik çabalar sürmektedir (Coyne ve Murrell, 2021).

2.3.3.5. Bağlamsal Benlik

Bağlamsal benlik, kişiyi dış etkenler ve içsel deneyimlerden ayıran bir yaklaşım olarak kendilik algısını içinde barındırmaktadır. Benlik bağlamı, duygu, düşünce ve duyguların sadece benlik sürecinin bir parçası olduğunu kabul eder ve değişken duygusal veya bilişsel deneyimlerden bağımsız olarak belirli durumlar arasında sabit bir benlik tanımına ihtiyaç duymamaktadır (Santiago ve Gall, 2016).

Bağlamsal benlik kavramı, olumlu benlik kavramlarını benimsemenin, özgüveni artırarak iyi hissetmeyi teşvik ettiğini ve etkili bir şekilde harekete geçmeyi sağladığını göstermektedir (Hayes, vd., 2006). Örneğin, "Sevilen biriyim" veya "İyiyim" gibi benlik ifadeleri, bireyin kendine olan güvenini arttırabilirken "Ben bir kaybedenim" gibi negatif benlik ifadelerine bağlı kalmak, acıya yol açabilir ve etkili bir şekilde eyleme geçmekten alıkoyabilmektedir (Diener, 2006).

Ebeveynler, çocuklarıyla etkili bir iletişim kurarken, kendi duygusal deneyimlerini anlamak ve bu deneyimleri yargılamadan kabul etmek durumundadırlar. Örneğin, bir ebeveyn çocuğuyla olan etkileşimde, olumlu benlik ifadelerini benimsemek (örneğin, "Değerli bir ebeveynim" veya "Sevgi dolu bir ebeveynim") onların duygusal refahını artırabilmekte ve çocuklarıyla aralarındaki bağı güçlendirerek duygusal olarak daha dengeli kalabilmekle birlikte çocuklarına örnek olabilmektedir. Bu görüşe göre, birey sadece düşüncelerden ve duygulardan ibaret değildir; bunun yerine, birey bu

düşüncelerin ve duyguların ortaya çıktığı bir bağlam veya temel üzerinde durmaktadır (Bilgen, 2021).

2.3.3.6. Değerler Doğrultusunda Yaşam

Psikolojik esnekliğin "değerler doğrultusunda yaşam" alt boyutu, bireyin kendi değerlerine uygun şekilde yaşama yeteneğini ifade etmektedir (Hayes, 2006). Bu, kişinin düşünceleri, duyguları ve yaşadığı olaylar ne olursa olsun, içsel değerlerine sadık kalarak anlamlı ve doyurucu bir yaşam sürdürmesini sağlamaktadır. Değerler doğrultusunda yaşamak, bireyin neden mevcut anın farkındalığı veya kararlı eylemde bulunma isteği gibi süreçlerle psikolojik esnekliğini artırmaya çalışacağının temel nedenidir (Dixon, vd., 2023).

Ebeveynlik bağlamında, değerler doğrultusunda yaşamak, ebeveynlerin çocuklarıyla olan ilişkilerinde önemli bir rol oynamakla birlikte çocuklarına karşı sergiledikleri davranışlarda ve tutumlarında kendi değerlerini yansıtarak, çocuklarının sağlıklı gelişimlerine katkıda bulunabilmektedir (Dixon, vd., 2023). Örneğin, bir ebeveyn "empati ve saygıyı ön planda tutan bir ebeveyn olmak" gibi bir değeri benimserse, bu değerler doğrultusunda çocuklarıyla olan etkileşimlerinde bu prensipleri günlük hayatlarında uygulamaya çalışmaktadır.

2.4. Ebeveyn Çocuk İlişkisi

Aile, bireyler arasında karşılıklı etkileşim ve bağlılık sağlayan temel bir sosyal sistemdir (Baldwin, 1906). Bu sistemin en küçük birimi olan çocuklar için, özellikle yaşamlarının ilk 8 yılında ebeveynleriyle kurdukları ilişki son derece önemli olmasıyla birlikte bu dönemde atılan sağlam temeller, aile bireylerinin mutluluğunu ve ilerleyen yaşam dönemlerini belirleyebilmektedir (Döker, 2020; Knauth, 2000). Aile içi ilişkilerde sadece ebeveynlerin çocuklarıyla olan bağı değil, aynı zamanda ebeveynler arasındaki ilişkiyi de göz önünde bulundurmak gerekmektedir. Çünkü bu ilişkiler, çocukların psikolojik, fiziksel, duygusal ve sosyal gelişimini etkilemektedir (Stocker, vd., 1997; Vandewater ve Lansford, 1998).

Baldwin (1906), çocuğun bir etkileşim ağı içinde derinlemesine entegre olduğunu ve kişilik ile benlik kavramlarının sürekli olarak önemli diğer bireylerden gelen geri bildirimlerle şekillendiğini öne sürdüğü teorisinde, çocukların sosyal çevreleriyle

etkileşim içinde olduklarını ve bu etkileşimlerin bireyin gelişimini derinden etkilediğini vurgulamaktadır.

İnsanlar, doğdukları andan itibaren dış dünyaya karşı bir ilgi ve gereksinim duymakla birlikte, en temel deneyimleri ebeveynleriyle olan ilişkilerinde kazanırlar (Bandura, 1977; Bowlby, 1988). Anne ve baba ile kurulan sağlam, sevgi dolu ve duyarlı ilişkiler, çocukların sağlıklı bir şekilde gelişmelerine ve ileride daha sosyal, girişken, kendine güvenen bireyler olmalarına yardımcı olmaktadır (Pruett, 1985; Lamb, 1982). Ebeveyn-çocuk ilişkisi, iletişim biçimini, duygusal bağı ve çatışmaları içeren karmaşık bir kavramdır (Laible, vd., 2000). Bu ilişki biçimleri, olumsuz ve çatışmalı ilişkilerden, sevgi dolu, şefkatli ve güven veren ilişkilere kadar geniş bir yelpazeye sahiptir (Newton, vd., 2014).

Son yıllarda, aile yapısının değişen doğasıyla birlikte, gelişimsel literatür ebeveyn-çocuk ilişkisinin çocukların gelişim sürecinde oynadığı önemli rol üzerinde durmuştur. Önceki araştırmalar, ergenlerin işlevselliği ile ebeveynleri arasındaki etkileşim kalitesi arasında kuvvetli bir ilişki olduğunu göstermiştir (Babore, vd., 2016). Pozitif ebeveyn-çocuk ilişkilerinin, çocukların zorluklarla başa çıkma becerilerini geliştirmelerine ve sağlık durumlarını iyileştirmelerine yardımcı olabileceği belirtilmektedir (Popov ve Ilesanmi, 2015). Bununla birlikte, fiziksel ceza gibi olumsuz ebeveyn-çocuk etkileşimleri, çocukların ebeveynlerinden uzaklaşmalarına neden olabilmektedir (Gershoff, 2002; Laible vd., 2020).

McClintock (1983), bir etkileşimi "açıkça gözlemlenebilir davranışlar ve bu davranışların gizli, içsel yorumlarını içeren (iki kişilik) çok katmanlı bir süreç" olarak tanımlamıştır. McClintock'un bu tanımı, bireyler arasındaki etkileşimin sadece yüzeydeki davranışlarla sınırlı olmadığını, aynı zamanda bu davranışların altında yatan derin, içsel süreçlerin de incelenmesi gerektiğini belirtmektedir.

Ebeveynlik bağlamında, çocukların sağlıklı gelişimi için önemli olan faktörlerden biri de aile içi ilişkilerdir. Ebeveynlerin çocuklarıyla kurdukları ilişki biçimi, çocukların duygusal, sosyal ve bilişsel gelişimini doğrudan etkilemektedir (Erikson, 1968). Bu ilişkiler, çocukların yaşamları boyunca taşıyacakları temel sosyal ve duygusal becerileri kazanmalarına yardımcı olmaktadır (Döker, 2020; Knauth, 2000). Ebeveynler arasındaki olumlu bir ilişki, çocukların güvenli bir bağlanma

geliştirmelerine ve duygusal ihtiyaçlarının sağlıklı bir şekilde karşılanmasına katkı sağlamaktadır (Stocker, vd., 1997; Vandewater ve Lansford, 1998).

2.4.1. Ebeveyn Çocuk İlişkisine Yönelik Kuramlar

Ebeveyn-çocuk ilişkisi, çocukların duygusal, sosyal ve bilişsel gelişimlerinde önemli bir yere sahiptir (Dereli ve Dereli, 2017). Bu bölümde ebeveyn çocuk ilişkisine yönelik kuramsal açıklamalara yer verilmiştir.

2.4.1.1. Bağlanma Kuramı

Bowlby (1969) ve Ainsworth(1978) tarafından geliştirilen kuram, ebeveyn-çocuk ilişkisinin çocukların duygusal ve sosyal gelişimi üzerindeki önemini vurgulamaktadır. Bu kuram, çocukların hayatta kalabilmeleri ve gelişimlerini sürdürebilmeleri için güvenli bir bağlanma figürüne ihtiyaç duyduklarını öne sürmektedir. Güvenli bir bağlanma figürü, çocuklara güvenlik, koruma ve destek sağlar; bu da onların özgüven, keşfetme ve sosyal ilişkiler kurma yeteneklerini geliştirmektedir (Ainsworth, vd., 1978; Bowlby, 1969).

Bowlby, bağlanma kuramını etiyoloji, nesne ilişkileri ve psikodinamik yaklaşımlar üzerine inşa etmiştir ve bağlanmayı bebeklik ve çocukluk dönemi bağlamında ele almaktadır. Bowlby (1973), bağlanmayı insanların kendileri için önemli olan kişilere karşı geliştirdikleri güçlü duygusal bağlar olarak tanımlar ve buna ‘bağlanma ilişkileri’ ismini vermektedir. Bu kurama göre, yakın duygusal bağlar geliştirme, insanın evrensel bir ihtiyacıdır. Annenin bebeğine dünyayı keşfedebileceği ve gerektiğinde güvenlik duyguları içine geri dönebileceği güvenli bir ortam sunması, bağlanmanın temel noktasıdır. Bu güvenli bağlanma, çocuğun sağlıklı bir psikolojik gelişim göstermesi için kritik bir rol oynamaktadır (Bowlby, 1969).

Ainsworth’un (1978) araştırması, çocukların bakım verenleriyle olan ilişkilerine göre farklı bağlanma stilleri geliştirdiğini ortaya koymaktadır. Güvenli bağlanma stiline sahip çocuklar, bakım verenleriyle sağlıklı bir duygusal bağ kurmakta ve bu bağ kendine güvenen bireyler olmalarını sağlamaktadır. Güvensiz kaçınan bağlanma stiline sahip çocuklar ise, bakım verenlerinin varlığında bile onlara çok az ilgi göstermekte ve ayrıldıklarında da çok az tepki vermektedirler. Güvensiz-kararsız bağlanma stiline sahip çocuklar, bakım verenleriyle olan ilişkilerinde tutarsız davranışlar sergilemektedir. Düzensiz bağlanma stiline sahip çocuklar ise, genellikle

ihmal veya istismara maruz kalmış çocuklardır ve bakım verenleriyle olan ilişkilerinde tutarsız ve korkulu davranışlar sergilemektedir (Ainsworth vd., 1978).

Bağlanma kuramı, çocukların erken yaşlarda bakım verenleriyle kurdukları ilişkilerin onların ilerleyen yaşam dönemlerindeki ilişkilerini ve psikolojik sağlıklarını nasıl etkilediğini açıklamaktadır. Güvenli bağlanma, çocukların duygusal ve sosyal gelişiminde önemli bir rol oynamaktadır. Bu bağlamda, ebeveynlerin çocuklarıyla sıcak, duyarlı ve tutarlı bir ilişki kurmaları, çocukların sağlıklı bir gelişim göstermelerine katkı sağlamaktadır (Bretherton, 1992; Crowell ve Treboux, 1995).

2.4.1.2. Aile Sistemleri Kuramı

Bowen (1978) tarafından geliştirilen kuram, aileyi bir sistem olarak ele alır ve aile bireylerinin birbirleriyle olan etkileşimlerinin tüm ailenin dinamiklerini etkilediğini savunmaktadır. Bowen, aile içindeki rollerin, sınırların ve iletişim kalıplarının çocukların gelişimi üzerindeki etkilerini vurgulamakta, aile içindeki bu dinamiklerin, çocukların duygusal ve sosyal gelişimini doğrudan etkileyen önemli faktörler olduğunu öne sürmektedir (Bowen, 1978).

Bowen (1978), bireysel farklılaşmayı, bir bireyin kendi duygusal ve entelektüel işlevlerini diğer aile üyelerinin duygusal baskılarından bağımsız olarak sürdürebilme kapasitesi olarak tanımlamaktadır. Yüksek düzeyde farklılaşmış ebeveynler, çocuklarına daha dengeli, tutarlı ve güvenli bir ortam sağlamaktadır. Bu tür ebeveynler, çocuklarının bireyselliğine saygı gösterir ve onların duygusal bağımsızlıklarını desteklemektedir. Bu, çocukların sağlıklı bir benlik algısı geliştirmelerine ve güvenli bağlanma ilişkileri kurmalarına yardımcı olmaktadır.

Ebeveynlerin, çocuklarıyla olan ilişkilerinde sınırları ve rolleri net bir şekilde belirlemeleri, çocukların duygusal ve sosyal gelişimini desteklemekle birlikte çocukların kendi rollerini ve sorumluluklarını anlamalarına yardımcı olmakta ve aile içindeki işleyişin daha sağlıklı bir şekilde devam etmesini sağlamaktadır (Bowen, 1978). Aile içinde belirsiz sınırlar ve roller ise karışıklıklara ve duygusal streslere neden olabilir, bu da çocukların gelişimini olumsuz etkileyebilmektedir (Bretherton, 1992).

Bowen'ın kuramı, aile içindeki duygusal bağların ve ilişkilerin çocukların gelişiminde nasıl bir rol oynadığını da açıklamaktadır Aile içindeki güçlü ve sağlıklı duygusal bağlar, çocukların duygusal güvenlik duygusunu güçlendirir ve onların

daha sağlıklı bireyler olarak gelişmelerine olanak tanımakla birlikte bu duygusal bağlar, çocukların kendilerini değerli hissetmelerine ve duygusal ihtiyaçlarının karşılandığını hissetmelerine yardımcı olmaktadır (Bretherton, 1992; Crowell ve Treboux, 1995).

2.4.1.3. Sosyal Öğrenme Kuramı

Albert Bandura (1977) tarafından geliştirilen sosyal öğrenme kuramı, çocukların davranışlarını gözlemleme, taklit etme ve model alma yoluyla öğrendiğini öne sürmektedir. Bandura'ya (1977) göre, çocuklar ebeveynlerinin davranışlarını gözlemleyerek bu davranışları taklit etmekte ve bu nedenle ebeveynler, çocuklar için önemli modeller olmakla birlikte ve onların davranışları, tutumları ve tepkileri, çocukların kendi davranışlarını şekillendirmede büyük bir rol oynamaktadır. Çocuklar, ebeveynlerinin davranışlarını taklit ederek öğrenirler ve ebeveynlerin sağladığı eğitim, çocukların taklit davranışlarında önemli bir motivasyon kaynağı olmaktadır (Dereli ve Dereli, 2017).

Ebeveynler, çocuklarına verdikleri sıcaklık, sevgi ve şefkatle çocuğun ihtiyaçlarını karşılarlar ve bu durum, ebeveynlerin çocuklar tarafından taklit edilen bir figür olmalarını sağlamaktadır. Ayrıca, ebeveynler çocuklar için doğruyu bilen, otorite olan ve güçlü bir figürdür (Miller, 1983).

2.4.1.4. Psikososyal Kuram

Erik Erikson (1968), geliştirdiği psikososyal gelişim kuramı ile bireylerin yaşamları boyunca sekiz aşamada psikososyal krizlerle karşılaştığını ve bu krizlerin bireyin gelişimi üzerinde belirleyici olduğunu öne sürmektedir. Bu kuram, Freud'un görüşlerinden etkilenerek yaşamın belirli evrelerinde karşılaşılan gelişimsel görevleri ve bu görevlerin çözülmesindeki önemini vurgulamaktadır. Gelişim süreçleri evreler halinde ilerler ve her bir evre kendi içinde belirli amaçlar, kaygı süreçleri ve kritik dönemleri barındırmaktadır. Her evredeki çatışmanın başarıyla çözülmemesi, sonraki evrelerin sağlıklı bir şekilde geçilmesini engelleyebilmektedir (Sokol, 2009).

Erikson'un (1968) kuramı, her bir evrede çocuğun benlik algısını ve toplumu algılamasını nasıl şekillendirdiğini ve bu süreçte ebeveyn-çocuk ilişkisinin kritik önemini vurgulamaktadır. Sağlıklı bir gelişim için, çocuğun her evredeki gelişimsel

görevleri başarıyla tamamlaması gerektiği ve bu süreçte ebeveynlerin rolünün büyük olduğu belirtilmektedir (Hoy, 2015; Morgan vd., 2009).

2.5. İlgili Araştırmalar

Bu bölümde, ebeveyn tutumları, psikolojik esneklik ve olumlu ebeveyn-çocuk ilişkisi değişkenlerinin incelendiği araştırmalara yer verilmiştir.

2.5.1. Ebeveyn Tutumu ile İlgili Yapılan Araştırmalar

Uykan ve Akkaynak (2019) tarafından gerçekleştirilen bir araştırmada, okul öncesi eğitim gören çocukların öz-düzenleme becerileri ile ebeveyn tutumları arasındaki ilişki incelenmiştir. Çalışmaya 100 anne katılmıştır. Araştırmanın sonuçları, ebeveynlerin eğitim seviyesinin, sosyoekonomik durumlarının ve çocuklarının okul öncesi eğitime ayırdıkları sürenin, çocukların öz-düzenleme becerileri üzerinde etkili olduğunu göstermiştir. Ayrıca, demokratik ve otoriter ebeveyn tutumlarının çocukların öz-düzenleme becerilerini etkilediği belirlenmiştir. Demokratik tutumların artması, çocukların öz-düzenleme becerilerini olumlu yönde etkilerken, otoriter tutumların artması bu becerileri olumsuz yönde etkilemektedir.

Arabacıoğlu (2019) tarafından yapılan araştırmada, okul öncesi dönemdeki çocukların okula uyum düzeyleri ile ebeveyn tutumları ve çocuğun mizaç özellikleri arasındaki ilişki incelenmiştir. Bursa ilindeki 2017-2018 eğitim öğretim yılında 248 çocuk, ebeveynleri ve öğretmenlerinden oluşan bir örneklem üzerinde çalışma yapılmıştır. Araştırma sonuçlarına göre, annelerin demokratik tutumlarının artmasıyla çocukların okula uyumu da artmaktadır. Ayrıca, çocuğun cinsiyetinin, annelerin tutumları ve çocuğun mizaç özellikleri üzerinde belirgin bir etkisi olmadığı belirlenmiştir.

İkiz ve Samur (2016) tarafından yapılan çalışmada, okul öncesi eğitim gören üç, dört, beş ve altı yaş çocuklarının fiziksel ve ilişkisel saldırganlıkları ile ebeveyn tutumları arasındaki ilişki incelenmiştir. 36-72 aylık 300 çocuk ve ebeveynleriyle yapılan çalışmada, bulgular otoriter ebeveyn tutumunun çocuklarda fiziksel ve ilişkisel saldırganlığı artırdığını, izin verici tutumun ise fiziksel saldırganlığı azalttığını göstermiştir. Ayrıca, cinsiyet ve okul öncesi eğitim süresinin fiziksel saldırganlıkta anlamlı bir fark yarattığı, ilişkisel saldırganlıkta ise anlamlı düzeyde bir farklılaşma olmadığı görülmüştür.

Padilla ve arkadaşları (2014) tarafından yapılan çalışma, ebeveynlerin ve çocukların meşru ebeveyn otoritesi konusundaki algıları arasındaki farkları incelemeyi amaçlamıştır. Çalışmanın sonuçları, ebeveynlerin çocuklara kıyasla daha yüksek düzeyde meşru otorite bildirdiğini ve bu farklılıkların ebeveyn-çocuk ilişkisi üzerinde önemli etkileri olabileceğini göstermiştir.

Erözkan (2012) tarafından yapılan araştırmada, Muğla ilindeki çeşitli liselerde öğrenim gören 545 öğrenci (255 kız; 290 erkek) üzerinde yapılan bir çalışma ile ergenlerin kaygı duyarlılığı ile algıladıkları ebeveynlik stilleri arasındaki ilişkiler ve bu algılanan ebeveynlik stillerinin kaygı duyarlılığı üzerindeki tahmin edici etkileri incelenmiştir. Bulgular, demokratik, koruyucu-talepkar ve otoriter ebeveynlik stillerinin kaygı duyarlılığı ile anlamlı düzeyde ilişkili olduğunu ve bu ebeveynlik stillerinin kaygı duyarlılığını önemli ölçüde yordadığını göstermiştir. Bu araştırma, ergenlerin duygusal sağlığını destekleyici ebeveynlik yaklaşımlarının önemine dair önemli ipuçları sunmuştur.

Festa ve Ginsburg (2011) tarafından gerçekleştirilen çalışmada, sosyal kaygı düzeyleri çeşitli değişkenlere göre incelenmiştir. Ebeveyn tutumlarıyla ilgili olarak yapılan araştırma sonucunda ebeveyn kaygısı, reddedilme ve aşırı kontrol düzeylerinin daha yüksek sosyal kaygı düzeyleriyle ilişkili olduğu görülmüştür. Ayrıca, daha yüksek sosyal destek, kabul ve onay düzeylerinin daha düşük sosyal kaygı düzeyleri ile ilişkili olduğu bulunmuştur.

Areepattamannil (2010) tarafından yapılan araştırmada, Kanada'da 5-18 yaş arası çocukları olan 6.626 katılımcının ebeveynlik uygulamaları ve ebeveynlik tarzının çocukların okul başarısı üzerindeki etkileri incelenmiştir. Yapılan hiyerarşik çoklu regresyon analizleri, ailenin sosyoekonomik düzeyinin, ebeveyn teşvikinin, ebeveyn beklentilerinin ve ebeveyn inançlarının çocukların okul başarısı üzerinde önemli ve pozitif yordayıcı etkileri olduğunu göstermiştir.

2.5.2. Psikolojik Esneklik ile İlgili Yapılan Araştırmalar

Dilmaç ve Çakır'ın (2023) yaptığı çalışmanın amacı, duygusal farkındalık, psikolojik esneklik ile yaşam doyumu arasındaki yordayıcı ilişkileri belirlemektir. Yapılan çalışmada, genel tarama modellerinden olan ilişkisel tarama modeline yer verilmiştir. Çalışma, 2021-2022 eğitim-öğretim yılında Türkiye'nin farklı şehirlerinde görev alan ve çalışmaya katılmaya gönüllü olan 276 kadın ve 74 erkek olmak üzere toplam 350

öğretmeni kapsamaktadır. Veri toplama araçları olarak araştırmacılar tarafından oluşturulan "Kişisel Bilgi Formu", "Duygusal Öz Farkındalık Ölçeği (DÖFÖ)-10", "Kabul ve Eylem Formu (KEF)-II" ve "Yaşam Doyumu Ölçeği" uygulanmıştır. Yapısal eşitlik modeli (YEM) verilerin analizinde uygulanmıştır. Yapılan analiz sonucunda, duygusal farkındalığın psikolojik esneklik üzerinde negatif bir etkisi olduğu ortaya çıkmıştır. Yani, duygusal farkındalık arttıkça psikolojik esneklik azalmaktadır. Ayrıca, kabul ve eylem formu puanlarının yaşam doyumu puanlarını negatif yönde etkilediği bulunmuştur. Bu bulgu, psikolojik esneklik ile yaşam doyumu arasında olumlu ve anlamlı bir ilişki olduğunu göstermektedir. Diğer bir bulgu, duygusal farkındalık ve yaşam doyumu arasında pozitif yönlü olacak şekilde dolaylı ilişki olduğunu ortaya koymuştur. Bu sonuçlar ışığında, duygusal farkındalığı artırarak psikolojik esnekliği ve yaşam doyumunu artırmaya yönelik öneriler sunulmuştur.

Fulujas ve arkadaşlarının (2023) yaptığı çalışmada ebeveyn psikolojik esnekliğinin ebeveyn stresi ile ilişkisini ve çocukların psikolojik uyumu üzerindeki etkisini analiz etmeyi amaçlamıştır. Örneklem, 3-18 yaş arası çocukları olan ve şu anketleri yanıtlayan 909 aileden oluşmuştur: Psikolojik esnekliği ölçen Ebeveyn Kabul Anketi (6-PAQ), Ebeveyn Stres Ölçeği (PSS) ve çocukların genel psikolojik durumlarını duygusal ve davranışsal zorlukları tarayarak inceleyen Güçler ve Zorluklar Anketi (SDQ). Bu değişkenler, psikolojik esneklik düzeyine göre fark analizi, regresyon analizi ve aracılık analizi ile incelenmiştir. Psikolojik esneklikte en yüksek puanı alan ebeveyn grubunun, prososyal davranış alt ölçeği hariç, ebeveyn stresi ve çocuk psikolojik uyum ölçeklerinde yüksek puan aldığı belirlenmiştir. Sonuçlar, ebeveyn psikolojik esnekliğinin daha yüksek ebeveyn stresi seviyeleriyle ilişkili olduğunu ve bunun sonucunda çocuklarda daha fazla psikolojik uyumsuzluk üzerinde bir etkiye sahip olduğunu göstermektedir.

Lobato ve arkadaşlarının (2022) yaptığı çalışmanın amacı, engelli bireylerin akrabalarında psikolojik esneklik, algılanan stres ve psikolojik sağlık arasındaki ilişkiyi incelemektir. Bu çalışmada, 151 akraba, Ebeveyn Psikolojik Esnekliği Ölçeği, Algılanan Stres Ölçeği, Genel Sağlık Anketi-12 ve İstenmeyen Düşüncelerin Bastırılması Ölçeği içeren çevrimiçi bir anketi tamamladı. Sonuçlar, ölçülen dört değişken arasında anlamlı ilişkiler olduğunu gösterdi. Psikolojik esnekliğe ilişkin değişkenlerde ise iki yönlü bir dağılım gözlendi. Çoklu regresyon analizleri, bağlam

olarak kendilikteki zorlukların, taahhüt edilen eylemlerin ve ayrışmanın ebeveyn stresi ve genel psikolojik sağlıktaki varyansın yüksek bir yüzdesini açıkladığını ortaya koydu. Bu çalışma, psikolojik esnekliğin psikolojik iyi oluşta aracı değişken olarak dikkate alındığına dair yeni kanıtlar sunmaktadır. Elde edilen veriler, kabul ve kararlılık terapisi tabanlı bir müdahale protokolünün geliştirilmesine ve engelli çocukların yakınlarına yönelik bir klinik araştırmanın uygulanmasına temel oluşturmaktadır.

Abdollahzadeh ve arkadaşlarının (2022) yaptığı çalışmanın amacı, annelik psikolojik esnekliğinin ergenlerde depresyon üzerindeki etkisini ve bu ilişkinin anne depresyonu üzerindeki rolünü incelemekti. Araştırmada betimsel-korelasyon yöntemi kullanıldı. Çalışma, lise öğrencileri ve anneleri üzerinde gerçekleştirildi. Katılımcılar, çok aşamalı küme örnekleme yöntemiyle seçildi. Çalışmaya dahil edilme kriterleri arasında annenin okur yazar olması ve her iki ebeveynle birlikte yaşaması yer alırken, denetimli refah merkezlerinde yaşayan ergenler çalışmaya dahil edilmedi. Araştırmada, annelik psikolojik esnekliği, depresyon, anksiyete ve stres düzeyleri değerlendirildi. Sonuçlar, annelik psikolojik esnekliği ile anne depresyonu arasında anlamlı bir pozitif ilişki olduğunu ortaya koydu. Ayrıca, annelik psikolojik esnekliği, ergenlerdeki depresyon düzeyleriyle anlamlı bir negatif ilişki gösterdi. Anne depresyonu kontrol altına alındığında bile, annelik psikolojik esnekliği ergen depresyonunu öngörebilmiştir. Annelik psikolojik esnekliğinin artması, daha olumlu ebeveynlik uygulamalarıyla ve daha az depresyonla ilişkilendirilmektedir.

Fonseca ve arkadaşlarının (2020) yaptığı, erken ve orta yaşlı çocukların annelerinde ebeveyn stresinin ebeveynlik stilleri (otoriter, otoriteye dayalı ve izin verici) üzerindeki etkisinde, ebeveynlikte psikolojik esnekliğin rolünü ve küresel psikolojik esnekliğin moderatör rolünü incelemeyi amaçlamaktadır. Araştırmanın örneklemi, çevrimiçi ve yüz yüze toplanan 2-12 yaş arası çocukların 250 annesinden oluşmaktadır. Katılımcılar, anksiyete/depresyon belirtileri, ebeveyn stresi, ebeveynlikte psikolojik esneklik, küresel psikolojik esneklik ve ebeveynlik stillerini değerlendiren öz-bildirim anketlerini yanıtlamıştır. Araştırmanın modelinin verilerle çok iyi uyum sağladığı ve farklı yaş gruplarındaki anneler için değişmez olduğu bulunmuştur. Ebeveyn stresinin, psikolojik esneklik aracılığıyla dolaylı olarak ve doğrudan ebeveynlik stillerini etkilediği tespit edilmiştir. Ebeveynlikte düşük

psikolojik esneklik seviyeleri, daha az otoriteye dayalı ebeveynlik stilinin ve daha fazla otoriter veya izin verici ebeveynlik stilinin kullanılmasına yol açmıştır. Ayrıca, küresel psikolojik esnekliğin bu ilişkilerde tampon etkisi olduğu, yapılan çok gruplu analizlerle desteklenmiştir. Çalışmanın sonuçları arasında, psikolojik esnekliğin annelerin duygusal ve davranışsal düzenlemelerinde önemli bir rol oynadığı, bu sayede stresli durumlar karşısında bile çocuklarının ihtiyaçlarına duyarlı bir yanıt verme ve iyi ebeveynlik uygulamalarını sürdürme yeteneklerini geliştirdiği sonucuna ulaşılmıştır.

Brassel ve arkadaşlarının (2016) yaptığı çalışma, genel psikolojik esneklik, ebeveynlik rolüne özgü psikolojik esneklik, uyarlanabilir ebeveynlik uygulamaları ve çocukların üç farklı gelişim aşamasındaki (küçük çocukluk, orta çocukluk, ergenlik) içselleştirme ve dışsallaştırma sorunları arasındaki ilişkileri incelemektedir. Araştırmaya, 3-17 yaş arası çocukların ebeveynlerinden oluşan 615 kişi (%55 kadın) katılmıştır. Ebeveynler, genel psikolojik esneklik düzeylerini, ebeveynliğe özgü psikolojik esnekliklerini, ebeveynlik uygulamalarını ve çocuklarının içselleştirme ve dışsallaştırma sorunlarını bildirmişlerdir. Araştırma bulguları, çocukların yaş grupları arasında tutarlı bir şekilde, ebeveynliğe özgü psikolojik esnekliğin daha yüksek düzeylerinin, uyarlanabilir ebeveynlik uygulamaları aracılığıyla çocukların içselleştirme ve dışsallaştırma sorunlarının daha düşük düzeyleriyle dolaylı olarak ilişkili olduğunu ortaya koymuştur. Bu bulgular, normatif örneklemler arasında aile bağlamında refahın teşvik edilmesi için önemli çıkarımlar sunmaktadır.

Moyer ve Sandoz'un (2015) yaptığı araştırmanın amacı, ebeveyn psikolojik esnekliğinin ebeveyn ve çocuk sıkıntıları arasındaki ilişki üzerindeki aracı rolünü incelemektir. Ebeveynlerin günlük olarak üstlendiği zorlayıcı ve ödüllendirici rollerin dengesi hem ebeveynler hem de çocuklar üzerinde önemli kısa ve uzun vadeli etkiler yaratabilir. Ebeveynlik stratejilerinin etkisiz hale gelmesi, kaygı ve depresyon gibi duygusal zorluklarla ilişkili olabilir. Bu çalışma, ebeveyn sıkıntısının aile işleyişi üzerindeki etkilerini ve ebeveyn sıkıntısı ile çocuk sıkıntısı arasındaki yüksek korelasyonu daha iyi anlamayı hedeflemiştir. Literatürde, deneyime açıklık eksikliği ve hedefe yönelik davranışlardaki zorlukların bu ilişkiyi hafifletebileceği öne sürülmektedir. Psikolojik esnekliğin, ebeveynlik bağlamında özellikle önemli olabileceği düşünülmektedir. Örneklem, 71 ebeveyn ve 21 ergenden oluşmaktadır. Katılımcılar, sıkıntı düzeylerini ve psikolojik esnekliklerini değerlendiren çevrimiçi

anketleri doldurmuşlar, ebeveynler ayrıca ebeveyn psikolojik esnekliği ile ilgili ek bir ölçüm tamamlamışlardır. Sonuçlar, ebeveyn ve çocuk sıkıntıları arasındaki ilişkide ebeveyn psikolojik esnekliğinin olası bir moderatör olarak rol oynayabileceğini ve bu alanda daha fazla araştırmaya ihtiyaç olduğunu göstermektedir. Bu bulgular, çocuklara ve ailelere yönelik müdahalelerde esnekliğin önemini vurgulamakta ve gelecekteki çalışmalar için yönlendirmeler sunmaktadır.

2.5.3. Ebeveyn Çocuk İlişkisi ile İlgili Yapılan Araştırmalar

Jiang ve arkadaşlarının (2023) yaptığı araştırmanın amacı, Çinli ergenler arasında bedensel ceza ile dışsallaştırma sorunları arasındaki ilişkide psikolojik sıkıntının nasıl bir aracılık rolü oynadığını ve ebeveyn-çocuk ilişkisinin bu ilişkiyi nasıl düzenlediğini incelemektir. Araştırma, Çin'in Hebei kentindeki liselerde yapılan kesitsel bir anket çalışmasına katılan 728 Çinli ergen üzerinde gerçekleştirilmiştir. Sonuçlar, depresyon ve stresin, bedensel ceza ile dışsallaştırma sorunları arasındaki ilişkiye kısmen aracılık ettiğini ortaya koymuştur. Başka bir deyişle, bedensel cezaya maruz kalan ergenlerin depresyon ve stres düzeyleri arttıkça, dışsallaştırma sorunları da artmaktadır. Ayrıca, fiziksel cezanın ergenlerin dışsallaştırma sorunları üzerindeki doğrudan etkisinin ebeveyn-çocuk ilişkisinin kalitesi tarafından yumuşatıldığı bulunmuştur. Bu etki, ebeveynleriyle daha düşük kaliteli ilişki yaşayan ergenlerde daha güçlüdür; yani, ebeveyn-çocuk ilişkisi kötü olan ergenler, bedensel cezadan daha fazla olumsuz etkilenmektedir. Bu çalışma, bedensel cezanın ergenlerin dışsallaştırma sorunlarını nasıl etkilediği konusunda daha derin bir anlayış sağlamış ve bu bulguların pratik sonuçları tartışılmıştır. Bu sonuçlar, ebeveyn-çocuk ilişkisinin kalitesinin, bedensel cezanın olumsuz etkilerini azaltmada önemli bir rol oynadığını vurgulamaktadır.

Gayretli ve Düzkaya'nın (2023) yaptığı araştırmanın amacı, COVID- 19 döneminde ebeveynlerin koronavirüs anksiyete seviyelerinin ebeveyn-çocuk ilişkisine etkisini betimleyici bir araştırma ile incelemektir. Araştırmanın örneklemini, 6-12 yaş aralığında çocuğu bulunan ebeveynler oluşturmuştur. Veriler, hazırlanan tanıtıcı bilgi formu, Koronavirüs Anksiyete Ölçeği (KAÖ) ve Ebeveyn-Çocuk İlişkisi Ölçeği (EÇİÖ) kullanılarak toplanmıştır. Çalışmaya gönüllü olarak dahil olan ebeveynlerin çoğunluğunun anne, 35-44 yaş aralığında ve üniversite mezunu olduğu tespit edilmiştir. Annelerin KAÖ toplam puan ortalamaları, babalara göre daha yüksek

bulunmuştur. Ailesinde koronavirüs tanısı alanlar, geniş ailede yaşayanlar ve geliri giderinden az olanların KAÖ toplam puan ortalamaları daha yüksek çıkmıştır. Lise mezunu ve 25-34 yaş aralığındaki ebeveynlerin EÇİÖ-P olumluluk alt boyut puan ortalamaları ve EÇİÖ toplam puanlarının daha yüksek olduğu saptanmıştır. COVID-19 anksiyete düzeyi ile EÇİÖ-N olumsuzluk, EÇİÖ-P olumluluk alt boyutları ve EÇİÖ toplam puanı arasında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki bulunamamıştır. Ebeveynlerin koronavirüs anksiyetelerinin ebeveyn-çocuk ilişkisine olan etkisi istatistiksel olarak anlamlı olmasa da COVID-19'a yakalanma endişesinin ebeveynlerin davranışlarını ve çocuklarıyla olan ilişkilerini etkilediği gözlemlenmiştir.

Maraşlıoğlu'nun (2022) yaptığı çalışmanın amacı, ebeveyn-çocuk ilişkisi ile toplumsal cinsiyet rolleri kavramlarının ebeveynlerdeki yetersizlik duygusu ile bağlantısını araştırmaktır. Aynı zamanda, ebeveyn-çocuk ilişkisi ve toplumsal cinsiyet rolleri tutumlarının yetersizlik duygusunu anlamlı şekilde öngörüp öngörmediğini belirlemek amaçlanmıştır. Araştırma, İstanbul'da ikamet eden ve 3 ila 15 yaş arasında çocukları bulunan 403 ebeveynden oluşan bir örneklemle gerçekleştirilmiştir. Veri toplama araçları olarak "Kişisel Bilgi Formu", "Ebeveyn-Çocuk İlişkisi Ölçeği", "Toplumsal Cinsiyet Rolleri Tutum Ölçeği" ve "Yetersizlik Duygusu Ölçeği" kullanılmıştır. Veriler, frekans analizi, bağımsız gruplar t-testi, tek yönlü varyans analizi (ANOVA), Pearson korelasyon analizi ve regresyon analizi yöntemleriyle değerlendirilmiştir. Sonuçlar, ebeveyn-çocuk ilişkisi düzeyinin cinsiyet, medeni durum, eğitim seviyesi, çalışma durumu ve gelir düzeyine göre anlamlı bir farklılık göstermediğini, ancak yaş, çocuk sayısı ve aile yapısına göre anlamlı farklılıklar bulunduğunu ortaya koymuştur. Toplumsal cinsiyet rolleri tutumları ise cinsiyet, medeni durum, yaş, gelir düzeyi ve aile yapısına göre anlamlı farklılıklar göstermemiş, ancak eğitim düzeyi, çalışma durumu ve çocuk sayısına göre anlamlı farklılıklar ortaya çıkmıştır. Yetersizlik duygusu, tüm değişkenler dikkate alındığında anlamlı bir farklılık göstermemiştir. Korelasyon analizleri, toplumsal cinsiyet rolleri ile yetersizlik duygusu arasında anlamlı, pozitif ve düşük düzeyde bir ilişki olduğunu göstermiştir. Regresyon analizine göre, toplumsal cinsiyet rolleri tutumları yetersizlik duygusunu %2,8 oranında anlamlı şekilde öngörmektedir.

3. YÖNTEM

Bu bölümde araştırmanın modeli, örneklemi, veri toplama araçları, veri toplama süreci ve verilerin analizi hakkında bilgi verilmiştir.

3.1. Araştırmanın Modeli

Araştırma, tarama modeli kullanılan betimsel bir araştırmadır. Tarama modeli, mevcut olanı değiştirmeden var olduğu gibi tespit etmeyi amaçlar (Wood ve Brink, 1998). 4-6 yaş arası çocuğu olan ebeveynlerin psikolojik esneklik ile olumlu ebeveyn-çocuk ilişkisi arasındaki ebeveyn tutumlarının aracı rolünü inceleyen bu araştırmada çoklu seri aracılık modeli kullanılmıştır. Çoklu seri aracılık modeli, bir bağımsız değişkenin sıralı aracı değişkenlerle ilişkisi sonucu bağımlı değişkenle ilişkisinin ortaya çıktığı bir süreci modellemektedir. Aynı zamanda bağımsız değişkenin bağımlı değişkenle dolaylı ve doğrudan ilişkileri incelenir (Hayes, 2022). Bu araştırmada psikolojik esneklik bağımsız değişkeni, anne-baba tutumları aracı değişkenleri, olumlu ebeveyn-çocuk ilişkisi de bağımlı değişkeni ifade etmektedir.

3.2. Araştırmanın Grubu

Araştırma grubunu 4-6 yaş arasında çocuğu olan ebeveynler oluşturmaktadır. Araştırmanın amacına yönelik örneklemlerin gönüllü olarak katılmasıyla araştırma grubu oluşturulmuştur. Araştırma grubu oluşturulurken maliyeti olmayan, uzun zaman almayan ve kolay ulaşılabilir uygun örnekleme yöntemi kullanılmıştır (Creswell, 2017; Martella vd., 2013; Stratton, 2021). Araştırma kapsamında 23-54 yaş aralığında 280 anne ve 23 baba üzerinde veri toplanmıştır. Verilerin yer aldığı demografik bilgiler Tablo 1'de verilmiştir.

Tablo 1. Araştırma Grubuna Ait Demografik Bilgilerin Frekans ve Yüzdelik Değerleri

Değişken	Frekans	Yüzdelik (%)
Cinsiyet		
Kadın	280	92
Erkek	23	8
Yaş		
23-33 yaş	109	36
34-38 yaş	111	37
39-54 yaş	83	27
Eğitim Düzeyi		
Lisans Öncesi	95	31
Lisans	138	45
Lisansüstü	70	23
Çalışma Durumu		
Çalışıyor	181	60
Çalışmıyor	122	40
Çocuğun Cinsiyeti		
Kız	161	60
Erkek	142	40
Çocuğun Yaşı		
4 yaş	131	43
5 yaş	77	25
6 yaş	95	31

Tablo 1'de, çalışmaya gönüllü katılan 303 ebeveynden alınan verilere göre ebeveyn ve çocuklarına ait demografik bilgiler görülmektedir. Tabloda da görüldüğü üzere, ebeveynlerin 280'i (%92) kadın, 23'ü (%8) erkektir. Yaşlarına bakıldığında ise 109'u (%36) 23 ile 33 yaş arasında, 111'i (%37) 34 ile 38 yaş arasında, 83'ü (%27) 39 ile 54 yaş arasındadır. eğitim düzeyi ise 95'i (%31) lisans öncesi, 138'i (%45) lisans, 70'i (%23) ise lisansüstü düzeydedir. Ebeveynlerin 181'i (%60) çalışmakta, 122'si (%40) ise çalışmamaktadır. Araştırmaya katılan ebeveynlerin çocuklarının 161'i (%53) kız, 142'si (%47) erkektir. Çocukların yaşlarına bakıldığında 131'i (%43) 4 yaşında, 77'si (%25) 5 yaşında, 95'i (%31) 6 yaşındadır.

3.3. Veri Toplama Araçları

Ebeveynlerin demografik bilgilerini almak amacıyla 'Kişisel Bilgi Formu', psikolojik esnekliklerini ölçmek amacıyla 'Psikolojik Esneklik Ölçeği', çocukları ile etkileşimlerinde benimsedikleri ebeveyn tutumunu ölçmek amacıyla 'Ebeveyn Tutumu Ölçeği', ve çocuklarıyla ilişkilerini ölçmek amacıyla 'Ebeveyn-Çocuk İlişkisi Ölçeği' kullanılmıştır. Bu bölümde bu ölçeklerle ilgili detaylı bilgiler yer almaktadır.

3.3.1. Kişisel Bilgi Formu

Ebeveynlerin demografik bilgilerini elde etmek amacıyla kullanılan bu form, araştırmacı tarafından oluşturulmuştur. İlgili formda katılımcıların cinsiyeti, yaşı, eğitim düzeyi, çalışma durumu, çocuklarının cinsiyeti ve yaşına dair bilgi almak üzere oluşturulan sorular bulunmaktadır.

3.3.2. Psikolojik Esneklik Ölçeği

Uygur ve Karaca (2018) tarafından psikolojik esnekliği ölçme amacıyla oluşturulan bu ölçek, kabul ve kararlılık terapisi içerisinde yer alan psikolojik esneklik modeli temelinde hazırlanan sorulardan bir havuz hazırlanıp, sonrasında pilot uygulamaların gerçekleştirilmesiyle birlikte son halini almıştır. Ölçek 5'li Likert tipinde (1=beni hiç tanımlamıyor, 2=beni biraz tanımlıyor, 3=beni orta derecede tanımlıyor, 4=beni oldukça iyi tanımlıyor, 5=beni tamamen tanımlıyor) oluşturulmuş olup, kabul, an ile esnek temas halinde olmak, bir bağlam olarak benlik, benimsenen değerler ve bu değerlere uygun davranışlar içinde olmak ve ayrışma olmak üzere beş alt boyuta sahiptir. Güvenirlik ve geçerlik çalışmalarında toplam puan için ölçeğin Cronbach alfa katsayısı .83, Spearman Brown katsayısı .85 olarak bulunmuştur (Uygur ve Karaca, 2018). Ölçeğin maddeleri ile Kabul ve Eylem Formu II, Psikolojik İyi Oluş Ölçeği ve Çok Boyutlu Yaşantısal Kaçınma Ölçeği ile eş değer formlar yöntemi uygulamak amacıyla Pearson momentler çarpımı korelasyonu katsayıları incelenmiştir; ölçeklerin alt boyutları ile anlamlı ilişki bulunmuştur (Uygur ve Karaca, 2018). Yapılan araştırmada ölçek maddeleri incelendiğinde, ölçeğin Cronbach alfa değeri .84 olarak saptanmıştır.

3.3.3. Ebeveyn Çocuk İlişkisi Ölçeği

Hetherington ve Clingempeel'ın (1992) ebeveyn ile çocuk arasındaki ilişkiyi ölçmek amacıyla oluşturduğu ölçeğin Türkçe uyarlaması Aytaç, Çen ve Yüceol (2018) tarafından yapılmıştır. İlişkinin niteliğini olumluluk ve olumsuzluk açısından değerlendiren bu ölçek 5'li Likert (1=hiç, 2=çok az, 3=biraz, 4=çok, 5=aşırı) tipi olarak oluşturulmuştur. Ölçek, olumsuz ebeveyn-çocuk ilişkisi ve olumlu ebeveyn-çocuk ilişkisi olmak üzere 2 alt boyuta sahiptir. Olumsuz ebeveyn-çocuk ilişkisi alt boyutunu ölçen 5 madde bulunmaktadır. Bu alt ölçekten sahip olunan puanların artması ebeveyn-çocuk ilişkisindeki olumsuz ilişki niteliğinin artması olarak değerlendirilebilmektedir. Olumlu ebeveyn-çocuk ilişkisi alt boyutunu ölçen 10 madde bulunmaktadır. Bu alt ölçekten sahip olunan puanların artması ise ebeveyn-çocuk ilişkisindeki olumlu ilişki niteliğinin artması olarak değerlendirilebilmektedir. Toplam 15 maddeden oluşan bu ölçeğin olumlu ebeveyn-çocuk ilişkisi alt ölçeğinin bileşik güvenirlik sonucu .81, olumsuz ebeveyn-çocuk ilişkisi alt ölçeğinin bileşik güvenirlik sonucu ise .80'dir (Aytaç vd., 2018). Bu araştırmada olumlu ebeveyn-çocuk ilişkisi alt boyutu kullanılmış olup, alt boyutun Cronbach alfa değeri .75 olarak saptanmıştır.

3.3.4. Ebeveyn Tutum Ölçeği

Ebeveynlerin 2-6 yaş arasındaki çocuklarını yetiştirirken sahip oldukları ebeveyn tutumlarını ortaya çıkarmak için Karabulut ve Demir (2007) ilk olarak 62 maddeden oluşan bir ölçek oluşturmuş, sonrasında geçerlilik çalışmaları kapsamında yapılan temel bileşenler ve varimax döndürmesi analizleri sonucunda 16 madde ölçekten çıkarılarak 46 maddelik son hali ortaya çıkmıştır. 5'li Likert (5=her zaman böyledir, 4=çoğunlukla böyledir, 3=bazen böyledir, 2=nadiren böyledir, 1=hiçbir zaman böyle değildir) olarak hazırlanan bu ölçek demokratik (17 madde), otoriter (11 madde), aşırı koruyucu (9 madde) ve izin verici (9 madde) olmak üzere 4 boyuttan oluşmaktadır. Cronbach alfa değerleri demokratik tutum için .83, otoriter tutum için .76, aşırı koruyucu tutum için .75 ve izin verici tutum için ise .74 olarak hesaplanmıştır (Karabulut ve Demir, 2007). Yapılan araştırmada demokratik ebeveyn tutumu Cronbach alfa değeri .90, otoriter ebeveyn tutumunun Cronbach alfa değeri ise .76, aşırı koruyucu ebeveyn tutumunun Cronbach alfa değeri .75 ve izin verici ebeveyn tutumunun Cronbach alfa değeri .74 olarak saptanmıştır.

3.4. Verilerin Toplanması

Bu çalışma çerçevesinde belirlenen ölçme araçları bir araya getirilerek araştırmaya dair veri seti düzenlenmiştir. Ebeveynler, psikolojik esneklik ve ebeveyn tutumunu belirlemek için kendilerini değerlendirmiş, olumlu ilişkiyi ölçmek için ise 4-6 yaş arasındaki çocukları ile ilişkilerini değerlendirmiştir. Veri setinin ilk bölümünde, katılımcılara sunulan Bilgilendirilmiş Onam Formu bulunmaktadır. Bu form, araştırmanın amacını, verilerin sadece bu çalışmada kullanılacağını, katılımcıların gönüllülük esasına dayalı olarak araştırmaya katıldıklarını, kişisel bilgilerin gizli tutulacağını, veri toplama sürecinin nasıl gerçekleşeceğini ve araştırmacı hakkında bilgileri içermektedir. Diğer bölümlerinde Kişisel Bilgi Formu ve ölçme araçlarına yer verilmiştir. Ayrıca, ölçme araçlarının nasıl doldurulacağı konusunda açıklamalar bulunmaktadır. Veri toplama sürecine geçmeden önce Yıldız Teknik Üniversitesi Sosyal ve Beşerî Bilimler Araştırmaları Etik Kurulu'ndan etik kurul onayı alınmıştır.

Veri toplama süreci çevrimiçi ortamdan gerçekleştirilmiştir. Google formlar üzerinden araştırmaya gönüllü olarak katılan 4-6 yaş arasında çocuğu olan ebeveynlerden Ocak 2024 ile Mart 2024 tarihleri arasında veri toplanmıştır. Ölçme araçlarının doldurulması 10 ile 15 dakika arasında sürmüştür. Birden çok çocuğu olan ebeveynlerde sadece 4-6 yaş arasındaki bir çocuğunu değerlendirerek ölçme araçlarını doldurmaları istenmiştir.

3.5. Verilerin Analizi

Veri toplama sürecinde 4-6 yaş arası çocuğu olan 307 ebeveyne ulaşılmış olup, uç değerlere sahip olan 4 katılımcı örneklemden çıkarılarak analiz sürecine dahil edilmemiştir. Analize geçilmeden önce, alt gruplar için normallik incelemeleri yapılmıştır. Bu normallik incelemesi sırasında çarpıklık-basıklık (skewness-kurtosis) değer aralığının -2 ile +2 arasında yer alması beklenmektedir (Bachman, 2004). Ayrıca, verilerin normal dağılıma ne kadar uygun olduğunu belirlemek için frekans dağılım grafiği (histogram), normal Q-Q grafiği ve eğilimden arındırılmış Q-Q grafiği incelenmelidir (Can, 2022).

Analizler sonucunda ebeveyn-çocuk olumlu ilişki değişkeni için ebeveynin yaşı, eğitim düzeyi, çalışma durumu, çocuğun yaşı ve cinsiyeti gruplarının normal dağılım kriterlerini karşıladığı bulunmuştur. Yalnızca cinsiyet değişkeninde kadın (280) katılımcıların sayısının erkek (23) katılımcıların sayısından fazla olması ve normal dağılıma uymaması sebebiyle cinsiyet grup fark analizine dahil edilmemiştir. Ayrıca, araştırmanın olumlu ebeveyn çocuk ilişkisi, psikolojik esneklik, demokratik ebeveyn tutumu, otoriter ebeveyn tutumu, izin verici ebeveyn tutumu ve aşırı koruyucu ebeveyn tutumu değişkenleri için de normallik incelemeleri yapılmıştır. Değişkenlerin basıklık ve çarpıklık değerlerine ait bilgilere Tablo 2'de yer verilmiştir.

Tablo 2. Araştırma Grubuna Ait Demografik Bilgilerin Basıklık ve Çarpıklık Değerleri

Değişken	Swekness	Kurtosis
Olumlu Ebeveyn Çocuk İlişkisi	-.70	.50
Psikolojik Esneklik	-.53	.15
Demokratik Ebeveyn Tutumu	-1.30	1.51
Otoriter Ebeveyn Tutumu	.93	.70
İzin Verici Ebeveyn Tutumu	.54	.37
Aşırı Koruyucu Ebeveyn Tutumu	.13	-.43
Yaş	.15	-1.39
Eğitim Düzeyi	.13	-1.13
Çalışma Durumu	.39	-1.85
Çocuğun Cinsiyeti	.12	-1.99
Çocuğun Yaşı	.23	-1.60

Araştırmada elde edilen her bir veri için çarpıklık ve basıklık değerleri incelenmiştir: Olumlu ebeveyn çocuk ilişkisi için çarpıklık -0.70 ve basıklık -0.50; psikolojik esneklik için çarpıklık -0.53 ve basıklık 0.15; demokratik ebeveyn tutumu için çarpıklık -1.30 ve basıklık 1.51; otoriter ebeveyn tutumu için çarpıklık 0.93 ve basıklık 0.70; izin verici ebeveyn tutumu için çarpıklık 0.54 ve basıklık 0.37; aşırı koruyucu ebeveyn tutumu için çarpıklık 0.13 ve basıklık -0.43. Demografik değişkenlerin çarpıklık ve basıklık değerleri incelendiğinde, ebeveynin yaşı için çarpıklık 0.15 ve basıklık -1.39; eğitim düzeyi için çarpıklık 0.13 ve basıklık -1.13; çalışma durumu için çarpıklık 0.39 ve basıklık -1.85; çocuk cinsiyeti için çarpıklık 0.12 ve basıklık -1.99 çocuğun yaşı için çarpıklık 0.23 ve basıklık -1.60'dır.

Çalışmada yer alan değişkenlerde çarpıklık ve basıklık incelendiğinde, değişkenlerin normal dağılımı sağladığı görülmektedir. Araştırmanın demografik değişkenlerinin çarpıklık ve basıklık değerlerine bakılarak normal dağılım gösterdiği söylenebilir. Demografik değişkenlere yönelik yapılan normallik incelemeleri sonucunda, olumlu ebeveyn çocuk ilişkisi düzeyinin ebeveynin çalışma durumu ve çocuğun cinsiyeti değişkenlerine yönelik anlamlı farklılaşmayı incelemek amacıyla bağımsız gruplar t testi uygulanmıştır. Ebeveynin yaşı, eğitim düzeyi ve çocuğun yaşı değişkenlerine göre anlamlı farklılaşmayı test etmek amacıyla ANOVA uygulanmıştır ve Levene testi "varyansların homojenliği" varsayımı için kullanılmıştır.

Olumlu ebeveyn çocuk ilişkisi, psikolojik esneklik, otoriter ebeveyn tutumu, demokratik ebeveyn tutumu, aşırı koruyucu ebeveyn tutumu ve izin verici ebeveyn tutumu düzeyleri arasındaki ilişkiyi ortaya çıkarmak için Pearson korelasyon analizi uygulanmıştır. Pearson korelasyon analizi sonrasında çoklu seri aracılığı incelemek amacıyla Hayes (2018) tarafından geliştirilen PROCESS makrosu içerisindeki Model 6 kullanılmıştır. Analizler, doğrudan ve dolaylı etkilerin anlamlı olabilmesi için güven aralıklarının sıfırı kapsamaması gerektiğini öne süren Preacher ve Hayes'in (2008) önerileri doğrultusunda 5000 bootstrapping ile gerçekleştirilmiştir. Bu analizler IBM SPSS 26 yazılımı kullanılarak gerçekleştirilmiş ve anlamlılık düzeyi .05 olarak değerlendirilmiştir.

4. BULGULAR

Olumlu ebeveyn çocuk ilişkisi düzeylerinin ebeveynin yaşı, eğitim düzeyi, çalışma durumu, çocuğun cinsiyeti ve çocuğun yaşı değişkenlerine göre farklılaşıp farklılaşmadığı incelenmiştir. Psikolojik esneklik, olumlu ebeveyn çocuk ilişkisi, otoriter ebeveyn tutumu, demokratik ebeveyn tutumu, izin verici ebeveyn tutumu, aşırı koruyucu ebeveyn tutumu düzeyleri arasındaki ilişkileri ortaya çıkarmak amacıyla Pearson korelasyon analizi sonuçları gösterilmektedir. Sonrasında ise psikolojik esneklik ile olumlu ebeveyn çocuk ilişkisi arasında otoriter ebeveyn tutumu ve demokratik ebeveyn tutumu düzeylerinin çoklu seri aracılık modeli kullanılmıştır.

4.1. Değişkenlere Yönelik Betimsel İstatistikler

Tablo 3'te örneklem grubunda yer alan olumlu ebeveyn çocuk ilişkisi, psikolojik esneklik, otoriter ebeveyn tutumu ve demokratik ebeveyn tutumu toplam puanlarına ait ortalama, standart sapma, standart hata, range, minimum ve maksimum değerleri gösterilmiştir.

Tablo 3. Değişkenlerin Toplam Puanlarına Ait Ortalama, Standart Sapma, Standart Hata, Ranj, Minimum ve Maksimum Değerleri

	N	$\bar{X}$	SS	Shx	Ranj	Min	Max
Olumlu Ebeveyn Çocuk İlişkisi	303	44.23	3.84	.22	21	29	50
Psikolojik Esneklik	303	63.64	8.57	.49	45	35	80
Otoriter Ebeveyn Tutumu	303	19.77	6.42	.36	32	11	43
Demokratik Ebeveyn Tutumu	303	76.04	8.17	.46	38	47	85
Aşırı Koruyucu Ebeveyn Tutumu	303	27.64	5.36	.31	26	14	40
İzin Verici Ebeveyn Tutumu	303	21.14	5.50	.31	29	10	39

Tablo 3'te olumlu ebeveyn çocuk ilişkisi, psikolojik esneklik, otoriter ebeveyn tutumu, demokratik ebeveyn tutumu, aşırı koruyucu ebeveyn tutumu ve izin verici

ebeveyn tutumu toplam puanlarından elde edilen aritmetik ortalama ($\bar{X}$) standart sapma (SS), standart hata (Shx), ranj, minimum (Min) ve maksimum (Max) değerler verilmiştir. Tablo 3'te görüldüğü üzere olumlu ebeveyn çocuk ilişkisi toplam puan aritmetik ortalaması 44.23, standart sapması 3.84 ve standart hatası. 22'dir. Bu araştırmada ölçekten edinilen en yüksek puan 50, en düşük puan 29 ve ranj ise 21'dir. Psikolojik esnekliğin toplam puan aritmetik ortalaması 63.64, standart sapması 8.57 ve standart hatası. 49'dur. Bu araştırmada ölçekten edinilen en yüksek puan 80, en düşük puan 35 ve ranj ise 45'tir. Otoriter ebeveyn tutumunun toplam puan aritmetik ortalaması 19.77, standart sapması 6.42 ve standart hatası. 36'dır. Bu araştırmada ölçekten edinilen en yüksek puan 43, en düşük puan 11 ve ranj ise 32'dir. Demokratik ebeveyn tutumunun toplam puan aritmetik ortalaması 76.04, standart sapması 8.17 ve standart hatası. 46'dır. Bu araştırmada ölçekten edinilen en yüksek puan 85, en düşük puan 47 ve ranj ise 38'dir. Aşırı koruyucu ebeveyn tutumunun toplam puan aritmetik ortalaması 27.64, standart sapması 5.36 ve standart hatası .31'dir. Bu araştırmada ölçekten edinilen en yüksek puan 40, en düşük puan 14 ve ranj ise 29'dur. İzin verici ebeveyn tutumunun toplam puan aritmetik ortalaması 21.14, standart sapması 5.50 ve standart hatası. 31'dir. Bu araştırmada ölçekten edinilen en yüksek puan 39, en düşük puan 10 ve ranj ise 29'dur.

4.2. Demografik Değişkenlerin Olumlu Ebeveyn Çocuk İlişkisi Üzerindeki Farklılığının İncelenmesine Yönelik Bulgular

Olumlu ebeveyn çocuk ilişkisi düzeyinin demografik değişkenlere (ebeveynin yaşı, eğitim düzeyi, çalışma durumu, çocuğun cinsiyeti ve yaşı) göre farklılaşıp farklılaşmadığı belirlemek için ANOVA ve bağımsız gruplar t-testi yapılmıştır.

4.2.1. Ebeveynin Yaşı Değişkenine Göre Olumlu Ebeveyn Çocuk İlişkisine Yönelik Bulgular

4-6 yaş arası çocuğu olan ebeveynlerin olumlu ebeveyn çocuk ilişkisi düzeylerinin yaş değişkenine göre istatistiksel olarak anlamlı farklılaşıp farklılaşmadığını belirlemek için ANOVA uygulanmıştır. Sonuçlar Tablo 4'te gösterilmektedir.

Tablo 4. Olumlu Ebeveyn Çocuk İlişkisi Düzeyinin Yaşa Göre Farklılaşıp Farklılaşmadığını Ortaya Çıkarmak İçin Yapılan ANOVA Testi ve Sonuçları

Grup	N	$\bar{X}$	SS	Varyans Kaynakları	Kareler Toplamı	Sd	Kareler Ortalaması	F	P
23-33 yaş (1)	109	44.60	3.83	Gruplar arası	38.42	2	19.21	1.30	.27
34-38 yaş (2)	111	43.78	3.87	Grup içi	4431.40	300	14.77		
39-54 yaş (3)	83	44.33	3.81						
Toplam	303	44.23	3.84	Toplam	4469.82	302			

Tablo 4'te görüldüğü üzere ANOVA sonucunda 23-33 yaş ($\bar{X}$=44.60, SS=3.83), 34-38 yaş ($\bar{X}$=43.78, SS=3.87), 39-54 yaş ($\bar{X}$=44.33, SS=3.81) ebeveynlerin olumlu ebeveyn çocuk ilişkisi puan ortalamaları arasında anlamlı bir fark bulunmamıştır (F=1.30; p> .05).

4.2.2. Eğitim Düzeyi Değişkenine Göre Olumlu Ebeveyn Çocuk İlişkisi Üzerindeki Farklılığının İncelenmesine Yönelik Bulgular

Katılımcıların olumlu ebeveyn çocuk ilişkisi puan ortalamalarının eğitim düzeyi değişkenine göre anlamlı bir farklılık gösterip göstermediğini ortaya çıkarmak için ANOVA yapılmıştır. Analize dair veriler Tablo 5'te verilmiştir.

Tablo 5. Olumlu Ebeveyn Çocuk İlişkisi Düzeyinin Eğitim Düzeyine Göre Farklılaşıp Farklılaşmadığını Ortaya Çıkarmak İçin Yapılan ANOVA Testi ve Sonuçları

Grup	N	$\bar{X}$	SS	Varyans Kaynakları	Kareler Toplamı	Sd	Kareler Ortalaması	F	p
Lisans Öncesi (1)	95	44.78	3.91	Gruplar arası	43.39	2	21.69		
Lisans (2)	138	44	3.46					1.47	.23
Lisansüstü (3)	70	43.92	4.40	Grup içi	4426.43	300	14.75		
Toplam	303	44.23	3.84	Toplam	4469.82	302			

Tablo 5'te görüldüğü üzere ANOVA sonucunda lisans öncesi ($\bar{X}$= 44.78, SS= 3.91), lisans ($\bar{X}$= 44, SS= 3.46), lisansüstü ($\bar{X}$=43.92, SS=4.40) eğitim düzeyine sahip ebeveynlerde olumlu ebeveyn çocuk ilişkisi puan ortalamaları arasında anlamlı bir fark bulunmamıştır (F=1.47; p> .05).

4.2.3. Çalışma Durumu Değişkenine Göre Olumlu Ebeveyn Çocuk İlişkisi Üzerindeki Farklılığının İncelenmesine Yönelik Bulgular

Katılımcıların olumlu ebeveyn çocuk ilişkisi puan ortalamalarının ebeveynin çalışma durumu değişkenine göre anlamlı bir farklılık gösterip göstermediğini ortaya çıkarmak için bağımsız gruplar t-testi yapılmıştır. Analize dair veriler Tablo 6'da gösterilmektedir.

Tablo 6. Olumlu Ebeveyn Çocuk İlişkisi Düzeyinin Çalışma Durumuna Göre Farklılaşıp Farklılaşmadığını Ortaya Çıkarmak İçin Yapılan Bağımsız Gruplar t-testi Sonucu

Gruplar	N	$\bar{X}$	SS	Sd	t	P
Çalışıyor	181	44.41	3.88	301	1.04	.29
Çalışmıyor	122	43.95	3.78			

Tablo 6'da görüldüğü gibi, çalışan ebeveynlerin olumlu ebeveyn çocuk ilişki puan ortalamaları ($\bar{X}$=44.41; SS=3.88), çalışmayan ebeveynlerin olumlu ebeveyn çocuk ilişki puan ortalamalarından ($\bar{X}$=43.95; SS=3.78) daha fazladır. Ortalamalar

arasındaki bu farkın anlamlı olarak ortaya çıkıp çıkmadığını incelemek amacıyla uygulanan bağımsız gruplar t testi sonucunda çocuğun cinsiyetine göre katılımcıların olumlu ebeveyn çocuk ilişki düzeyleri arasında anlamlı bir fark görülmemiştir (t=1.04; p> .05).

4.2.4. Çocuğun Cinsiyeti Değişkenine Göre Olumlu Ebeveyn Çocuk İlişkisi Üzerindeki Farklılığının İncelenmesine Yönelik Bulgular

Katılımcıların olumlu ebeveyn çocuk ilişkisi puan ortalamalarının çocuğun cinsiyeti değişkenine göre anlamlı bir farklılık gösterip göstermediğini ortaya çıkarmak için bağımsız gruplar t-testi yapılmıştır. Analize dair veriler Tablo 7'de verilmiştir

Tablo 7. Olumlu Ebeveyn Çocuk İlişkisi Düzeyinin Çocuğun Cinsiyetine Göre Farklılaşıp Farklılaşmadığını Belirlemek Üzere Yapılan Bağımsız Gruplar t-testi Sonucu

Gruplar	N	$\bar{X}$	SS	Sd	t	p
Kız	161	44.56	3.91	301	1.61	.10
Erkek	142	43.85	3.74			

Tablo 7'de görüldüğü gibi, çocuğun cinsiyeti kız olan ebeveynlerin olumlu ebeveyn çocuk ilişki puan ortalamaları ($\bar{X}$=44.56; SS=3.91), çocuğun cinsiyeti erkek olan ebeveynlerin olumlu ebeveyn çocuk ilişki puan ortalamalarından ($\bar{X}$=43.85; SS=3.74) daha fazladır. Ortalamalar arasındaki bu farklılaşmanın anlamlı düzeyde farklılaşıp farklılaşmadığını ortaya çıkarmak amacıyla yapılan bağımsız gruplar t-testi sonucunda çocuğun cinsiyetine göre katılımcıların olumlu ebeveyn çocuk ilişki düzeyleri arasında anlamlı bir fark görülmemiştir (t=1.61; p> .05).

4.2.5. Çocuğun Yaşı Değişkenine Göre Olumlu Ebeveyn Çocuk İlişkisi Üzerindeki Farklılığının İncelenmesine Yönelik Bulgular

Katılımcıların olumlu ebeveyn çocuk ilişkisi puan ortalamalarının çocuğun yaşı değişkenine göre anlamlı bir farklılık gösterip göstermediğini ortaya çıkarmak için ANOVA yapılmıştır. Analize dair veriler Tablo 8'de verilmiştir.

Tablo 8. Olumlu Ebeveyn Çocuk İlişkisi Düzeyinin Çocuğun Yaşına Göre Farklılaşıp Farklılaşmadığını Ortaya Çıkarmak İçin Yapılan ANOVA Testi ve Sonuçları

Grup	N	$\bar{X}$	SS	Varyans Kaynakları	Kareler Toplamı	Sd	Kareler Ortalaması	F	P
4 yaş (1)	131	44.14	3.81	Gruplar arası	55.50	2	27.75	1.88	.15
5 yaş (2)	77	43.67	3.87	Grup içi	4414.32	300	14.71		
6yaş (3)	95	44.80	3.84						
Toplam	303	44.23	3.84	Toplam	4469.82	302			

Tablo 5'te görüldüğü üzere ANOVA sonucunda 4 yaş ($\bar{X}$= 44.14, SS= 3.81), 5 yaş ($\bar{X}$= 43.67, SS= 3.87), 6 yaş ($\bar{X}$=44.80, SS=3.84) çocuğa sahip ebeveynlerde olumlu ebeveyn çocuk ilişkisi puan ortalamaları arasında anlamlı bir fark bulunmamıştır (F=1.30; p> .05).

4.3. Olumlu Ebeveyn Çocuk İlişkisine Yönelik Kurulan Modele İlişkin Bulgular

Bu bölümde öncelikle değişkenler arası ilişkiler ele alınmıştır. Bu doğrultuda psikolojik esneklik, olumlu ebeveyn çocuk ilişkisi, otoriter ebeveyn tutumu, demokratik ebeveyn tutumu, izin verici ebeveyn tutumu ve aşırı koruyucu ebeveyn tutumu arasındaki ilişkiler Pearson korelasyon katsayısı ile incelenmiştir. Bulgular Tablo 9'da sunulmuştur.

Tablo 9. Değişkenler Arasındaki İlişkiyi Belirlemek İçin Yapılan Pearson Korelasyon Analizi Sonuçları

	1.	2.	3.	4.	5.	6.
Psikolojik Esneklik	-					
Demokratik Ebeveyn Tutumu	.553**	-				
Otoriter Ebeveyn Tutumu	-.327**	-.504**	-			
Aşırı Koruyucu Ebeveyn Tutumu	.078	.195**	.120*	-		
İzin Verici Ebeveyn Tutum	-.044	-.062	.328**	.277**	-	
Olumlu Ebeveyn Çocuk İlişkisi	.444**	.476**	.347**	.209**	.035	-

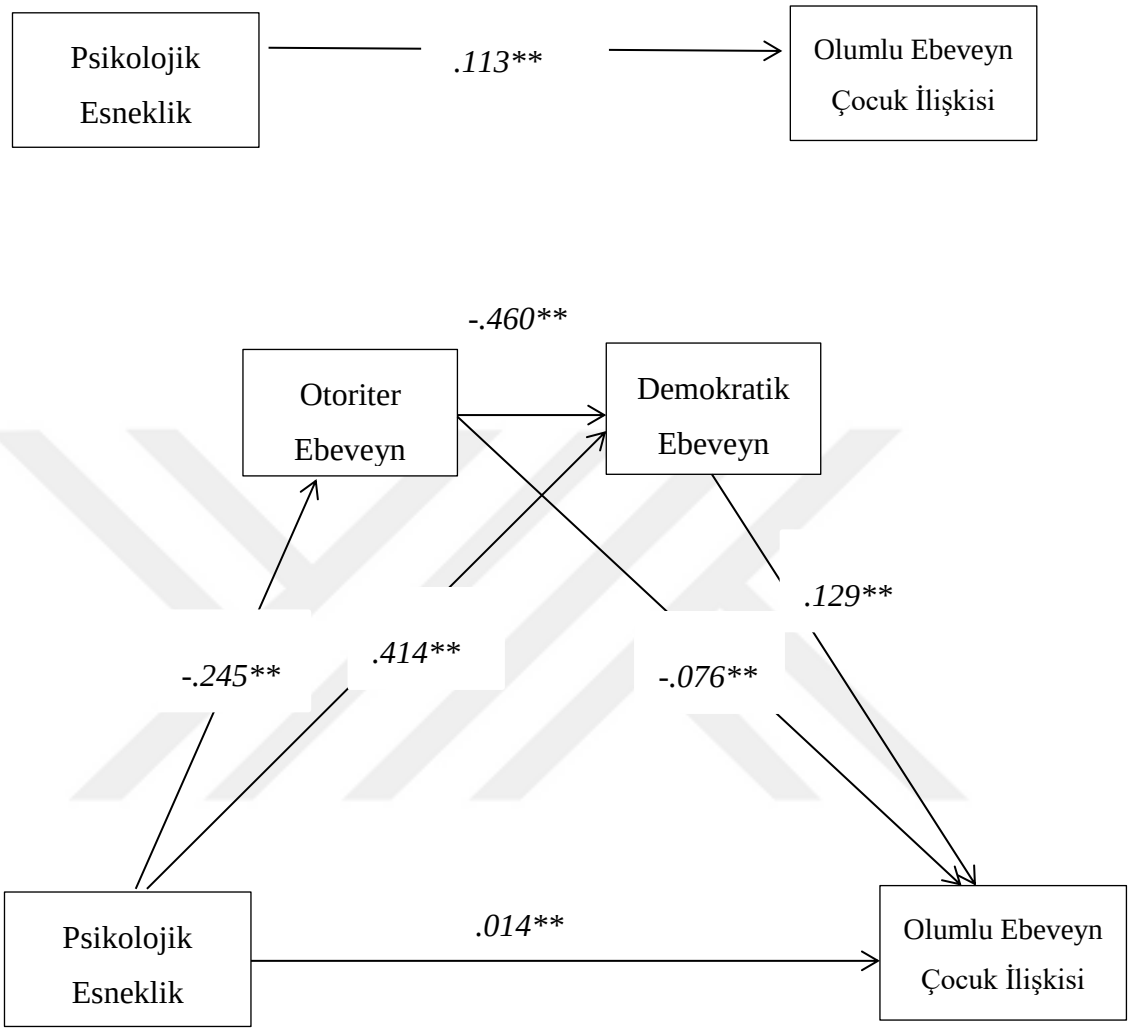
Not: * $p < .05$; ** $p < .01$

Tablo 9 incelendiğinde, 4-6 yaş arasında çocuğu olan ebeveynlerde psikolojik esneklik ile demokratik ebeveyn tutumu ($r = .553$, $p < .01$) ve olumlu ebeveyn çocuk ilişkisi ($r = .444$, $p < .01$) arasında pozitif yönde anlamlı ilişkili bulunmakla birlikte, otoriter ebeveyn tutumu ($r = -.327$, $p < .01$) ile negatif yönde anlamlı ilişki bulunmuştur. Diğer yandan, psikolojik esneklik ile aşırı koruyucu ebeveyn tutumu ($r = .078$, $p > .01$) ve izin verici ebeveyn tutumu ($r = -.078$, $p > .01$) arasında anlamlı ilişki olmadığı anlaşılmaktadır.

Demokratik ebeveyn tutumu incelendiğinde, aşırı koruyucu ebeveyn tutumu ($r = .195$, $p < .01$) ve olumlu ebeveyn çocuk ilişkisi ($r = .476$, $p < .01$) ile pozitif yönde anlamlı, otoriter ebeveyn tutumu ($r = -.504$, $p < .01$) ile negatif yönde anlamlı ilişki olduğu görülmekle birlikte, izin verici ebeveyn tutumu ($r = -.062$, $p > .01$) ile anlamlı ilişki olmadığı görülmüştür. Otoriter ebeveyn tutumu değişkenine bakıldığında, aşırı koruyucu ebeveyn tutumu ($r = .120$, $p < .05$) ve izin verici ebeveyn tutumu ($r = .328$, $p < .01$) ile pozitif yönde anlamlı ilişki görülürken, olumlu ebeveyn çocuk ilişkisi ($r = -.347$, $p < .01$) ile arasında negatif yönde anlamlı bir ilişki görülmüştür. Aşırı koruyucu ebeveyn tutumuna bakıldığında, izin verici ebeveyn tutumu ($r = .328$, $p < .01$) ve olumlu ebeveyn çocuk ilişkisi ($r = .209$, $p < .01$) arasında pozitif yönde anlamlı ilişki olduğu sonucuna varılmıştır. Son olarak, izin verici ebeveyn tutumu değişkeni ile olumlu ebeveyn çocuk ilişkisi ($r = .035$, $p > .01$) arasındaki ilişki incelendiğinde anlamlı ilişki olmadığı sonucuna ulaşılmıştır.

Değişkenler arası ilişkilerin incelenmesi sonucunda, psikolojik esneklik, demokratik ebeveyn tutumu, otoriter ebeveyn tutumu ile olumlu ebeveyn çocuk ilişkisi değişkenlerinin birbirleriyle ilişkisinin anlamlı bulunmasının ardından çoklu sıralı aracılık modelinin analizine geçilmiştir. Hipotez edilen modelde aşırı koruyucu ebeveyn tutumu ve izin verici ebeveyn tutumu değişkenlerinin yer alması beklenirken, korelasyon analizi sonucunda anlamlı ilişki elde edilmediğinden modele dahil edilmemiştir. 4-6 yaş arası çocuğu olan ebeveynlerde psikolojik esneklik ile olumlu ebeveyn çocuk ilişkisi ilişkisinde aracıları ortaya çıkarmaya yönelik gerçekleştirilen analize ilişkin model Şekil 2'de sunulmuştur.

Şekil 2. Olumlu Ebeveyn Çocuk İlişkisine Yönelik Çoklu Sıralı Aracılık Modeli



Şekil 2'de psikolojik esneklik ve olumlu ebeveyn çocuk ilişki düzeyleri arasındaki ilişkide otoriter ve demokratik ebeveyn tutumlarının aracılık rolü görülmektedir. Model ile ortaya çıkan doğrudan etkiler incelendiğinde psikolojik esnekliğin otoriter ebeveyn tutumunu (B = -.245, p < .01) doğrudan negatif yönde anlamlı bir şekilde yordadığı, demokratik ebeveyn tutumunu (B = .414, p < .01) doğrudan pozitif yönde anlamlı yordadığı görülmektedir. Bununla birlikte otoriter ebeveyn tutumu demokratik ebeveyn tutumunu (B = -.461, p < .01) ve olumlu ebeveyn çocuk ilişkisini (B = -.076, p < .05) doğrudan negatif yönde anlamlı yordamaktadır.

Demokratik ebeveyn tutumu incelendiğinde ise olumlu ebeveyn çocuk ilişkisini (B = .129, p < .01) anlamlı yordadığı görülmüştür. Ayrıca aracı değişkenler modele

eklendiğinde doğrudan etkinin düşmesiyle birlikte pozitif yönde anlamlı bir şekilde yordamaya devam ettiği görülmektedir (c' = .014, p < .01). Tablo 11'de seri aracılık modelinde yer alan dolaylı etkilere yönelik bootstrap sonuçları bulunmaktadır.

Tablo 10. Dolaylı Etkilere İlişkin Bootstrapping Sonuçları

Dolaylı etkiler	Katsayı	%95 GA	
		AL	ÜL
Psikolojik esneklik →OET →Olumlu Ebeveyn Çocuk İlişkisi	.0186	.0018	.0378
Psikolojik esneklik→ DET→ Olumlu Ebeveyn Çocuk İlişkisi	.0534	.0228	0905
Psikolojik esneklik→ OET→ DET→Olumlu Ebeveyn Çocuk İlişkisi	.0145	.0056	.0272

Not. *GA* güven aralığı, *AL* alt limit, *ÜL* üst limit, *OET* otoriter ebeveyn tutumu, DET demokratik ebeveyn tutumu

Tablo 11 incelendiğinde, psikolojik esnekliğin olumlu ebeveyn çocuk ilişkisini yordamasında otoriter ebeveyn tutumu aracılık etmektedir (bootstrap katsayısı = .0186, %95GA = .002, .038). Ayrıca psikolojik esnekliğin olumlu ebeveyn çocuk ilişkisini yordamasında demokratik ebeveyn tutumu aracılık etmektedir (bootstrap katsayısı = .0534, %95GA = .023, .090). Modelde seri aracılık incelendiğinde psikolojik esneklik ile olumlu ebeveyn çocuk ilişkisi arasında otoriter ebeveyn tutumu ve demokratik ebeveyn tutumunun sıralı aracılık yaptığı bulunmuştur (bootstrap katsayısı = .014, %95GA = .006, .027).

5. TARTIŞMA

4-6 yaş arası çocuğa sahip olan ebeveynlerin psikolojik esneklik düzeyi ile olumlu ebeveyn çocuk ilişkisi arasındaki ilişkide ebeveyn tutumlarının aracılık rolünü incelemek amacıyla gerçekleştirilen araştırmada demografik değişkenler ile olumlu ebeveyn çocuk ilişkisi incelendiğinde, olumlu ebeveyn-çocuk ilişkisinin ebeveynin yaşı, eğitim düzeyi, çalışma durumu, çocuğun cinsiyeti ve çocuğun yaşına göre değişmediği görülmektedir. Araştırmadan elde edilen diğer bir sonuca göre, psikolojik esneklik ile olumlu ebeveyn-çocuk ilişkisi arasındaki ilişkide otoriter ebeveyn tutumu ve demokratik ebeveyn tutumunun sıralı aracılık ettiği görülmektedir.

Öncelikle 4-6 yaş çocuğu olan ebeveynlerin demografik özellikleri ve olumlu ebeveyn-çocuk ilişkisi arasındaki ilişkiler incelenerek araştırmada ortaya çıkan sonuçlar literatüre bağlı olarak tartışılıp yorumlanmıştır. Sonrasında ise araştırmanın sonuçlarından yola çıkarak sırasıyla psikolojik esnekliğin otoriter ebeveyn tutumunu yordaması; psikolojik esnekliğin demokratik ebeveyn tutumunu yordaması; otoriter ebeveyn tutumunun demokratik ebeveyn tutumunu yordaması; otoriter ebeveyn tutumunun olumlu ebeveyn çocuk ilişkisini yordaması; demokratik ebeveyn tutumunun olumlu ebeveyn çocuk ilişkisini yordaması; psikolojik esnekliğin olumlu ebeveyn çocuk ilişkisini yordaması ve psikolojik esneklik ile olumlu ebeveyn çocuk ilişkisi arasında otoriter ebeveyn tutumu ve demokratik ebeveyn tutumunun aracılık rolü alanyazın çerçevesinde tartışılıp yorumlanmıştır.

5.1. Demografik Değişkenlerin 4-6 Yaş Çocuğu Olan Ebeveynlerin Olumlu Ebeveyn Çocuk İlişkisi Üzerindeki Farklılığına Yönelik Tartışma ve Yorum

Yapılan araştırma sonucunda 23-33 yaş, 34-38 yaş ve 39-54 yaş ebeveynlerin olumlu ebeveyn çocuk ilişkisi puan ortalamaları arasında anlamlı bir fark bulunmamıştır. Bu sonuca göre ebeveynlerin yaşlarının artması ile olumlu ebeveyn-çocuk ilişkisi arasında bir bağlantı olmadığı söylenebilmektedir. Yaş ile deneyim ve tecrübenin arttığı varsayılabilir, fakat genç ebeveynlerin de yaşı ilerleyen ebeveynlerle benzer

ebeveyn-çocuk ilişkisi kurabildikleri araştırma sonucunda görülmüştür. Bu durum, bilgiye ulaşımın kolaylaşması ve ebeveynlikle ilgili birçok bilginin mevcut olması ile açıklanabilmektedir. Ebeveynlerin yaşları fark etmeksizin benzer düzeyde olumlu ilişkiler kurulabiliyor olması, sosyal desteklerinin ve toplumsal kaynakların etkisi ile de açıklanabilmektedir. Ebeveynlerin yaşları ne olursa olsun, aile içi destek, toplumsal destek grupları ve eğitim programları gibi faktörler, olumlu ebeveynlik uygulamalarını geliştirebilmektedir (Cochran ve Niego, 2002). Alanyazın incelendiğinde Kök ve Ünal (2018) tarafından Antalya'da Milli Eğitim Bakanlığına bağlı anaokullarında eğitim gören 202 çocuğun annesiyle yapılan çalışmada, ebeveyn-çocuk ilişkisi yaş ile ilişkili bulunmamış; farklı yaşlardaki ebeveynlerin çocuklarıyla kurdukları ilişkinin benzer olabileceği yorumu yapılmıştır. Başka bir benzer sonuç gösteren araştırma ise Ertör, Sarıbaş ve Şahin'in (2020) Ağrı'da bulunan anaokullarında eğitim gören 295 çocuk ve bu çocukların anneleriyle gerçekleştirdiği çalışmadır. Çalışmanın sonucunda annenin yaşı ne olursa olsun çocuğa aynı bakımı ve ilgiyi vermesi gerektiği, yaşından ziyade sahip olduğu tutum ve davranışın önemli olabileceği yorumunda bulunulmuştur. Gözübüyük ve Özbey (2020) tarafından babalarla yapılan çalışmada ise babanın yaşı ile ebeveyn-çocuk ilişkisi arasında bir ilişki olmadığı sonucuna ulaşılmıştır. Sonuç olarak, bu bulgu, ebeveynlerin yaşlarına bakılmaksızın olumlu ebeveyn-çocuk ilişkileri kurabildiğini ve yaşın tek başına belirleyici bir faktör olmadığını göstermektedir. Literatürde yapılan bazı çalışmalar, yapılan araştırma ile benzer sonuç göstermektedir. Ebeveynlikte bireyin özelliklerinin önemi, çocukların gelişimi üzerinde belirleyici bir etkiye sahiptir. Baumrind'in (1991) ebeveynlik stilleri teorisi, ebeveynlerin kişisel tutum ve davranışlarının çocukları üzerinde nasıl farklı etkiler yarattığını göstermektedir. Örneğin, otoritatif ebeveynler, sevgi ve disiplini dengeli bir şekilde sunarak çocukların özgüven, duygusal sağlamlık ve sosyal becerilerinin gelişimine katkıda bulunmaktadırlar. Ayrıca, Gottman ve DeClaire (1997), ebeveynlerin duygusal koçluk yaparak çocuklarının duygusal zekasını artırabileceğini belirtmiştir. Bu araştırmalar, ebeveynlerin bireysel özelliklerinin ve bu özelliklerin ebeveynlik stilleri üzerindeki etkisinin, çocukların sağlıklı gelişiminde kritik bir rol oynadığını ortaya koymaktadır.

Bu araştırma sonucunda ebeveynin eğitim düzeyine göre lisans öncesi, lisans ve lisansüstü eğitim düzeyine sahip ebeveynlerde olumlu ebeveyn çocuk ilişkisi puan

ortalamaları arasında anlamlı bir fark bulunmamıştır. Literatür incelendiğinde benzer sonuç gösteren araştırmalar görülmüştür (Dereli ve Dereli, 2017; Gözübüyük ve Özbey, 2020; Hadeed, 2005; Saygı, 2011). Özgü (2022), 48- 72 aylık çocuğu olan ebeveynlerle yürüttüğü çalışmada olumsuz ebeveyn çocuk ilişkisi ile ebeveyn eğitim düzeyi arasında ilişki bulunurken olumlu ebeveyn çocuk ilişkisi arasında anlamlı ilişki bulunmamıştır. Bunun sebebinin, ebeveynlik becerileri ve çocuklarla kurulan ilişkilerin kalitesinin sadece formal eğitim düzeyine bağlı olmadığı, ebeveynlerin çocuk yetiştirme konusundaki bilgileri, deneyimleri ve sosyal destek sistemlerinin de önemli olduğu söylenebilmektedir. Günümüzde eğitim düzeyinden bağımsız olarak ebeveynlerin bilgiye ulaşım kaynaklarının artmış olması da çocuklarıyla kurmuş oldukları ilişkinin kalitesini etkileyebilmektedir. Ayrıca eğitim düzeyinden bağımsız olarak, ebeveynlerin psiko-sosyal destek kaynaklarına erişimi, ebeveyn-çocuk ilişkilerinin kalitesini etkileyebilmektedir. Aile içi destek, arkadaşlar, topluluk kaynakları ve profesyonel rehberlik hizmetleri, ebeveynlerin çocuklarıyla sağlıklı ilişkiler kurmalarına yardımcı olabileceği düşünülmektedir.

Bu araştırma sonucunda ebeveynin çalışma durumuna göre olumlu ebeveyn-çocuk ilişkisi puan ortalamaları arasında anlamlı bir fark bulunmamıştır. Literatür incelendiğinde benzer sonuç gösteren araştırmalar görülmüştür (Akkuş, 2022; Şahin ve Özyürek, 2005; Şehirli, 2007). Saygı ve Uyanık (2013) yaptığı araştırmada, annenin çalışma durumu ile ebeveyn-çocuk arasındaki olumsuz ilişki üzerinde anlamlı bir farklılığa yol açmadığı, fakat olumlu ilişki boyutunda farklılık gösterdiği görülmüştür. Gregg ve Washbrook (2003), annenin çocuğun doğumundan sonraki ilk 18 ay içinde tam zamanlı çalışmasının çocuk üzerinde olumsuz etkileri olduğunu tespit etmişlerdir. Buna karşın, annenin yarı zamanlı çalışmasının veya 18. aydan sonra çalışmaya başlamasının çocuk üzerinde olumsuz bir etkisi bulunmadığını belirtmişlerdir. Bu araştırmanın sonucuna bakıldığında, ebeveyn-çocuk ilişkilerinin kalitesi, ebeveynin çalışma durumundan ziyade, ebeveynlik becerileri, aile içi iletişim ve ebeveyn-çocuk arasındaki duygusal bağ gibi faktörlerle ilişkili olabilmektedir. Ayrıca günümüzde birçok ebeveyn, esnek çalışma saat ve mekanları, uzaktan çalışma imkanları ve çocuk bakımı gibi destek sistemlerinden yararlanabilmektedir. Araştırmada, annenin çalışma durumu ile ebeveyn-çocuk ilişkisi arasındaki ilişkinin incelenmesinde belirgin bir fark bulunmaması, burada geçirilen zamanın nicelikten ziyade nitelik olarak önemli olduğunu vurgulamaktadır.

Russell'in (1990) belirttiği gibi, ebeveyn-çocuk ilişkisinde geçirilen zamanın kalitesi, niceliğinden daha önemlidir. Tam zamanlı çalışan anneler, gün içinde çocuklarıyla sınırlı vakit geçirebilirler. Ancak, bu zamanı nitelikli ve etkili bir şekilde değerlendirdiklerinde, çocuklarıyla olan ilişkileri üzerinde olumlu etkiler yaratabilirler. Nitelikli zaman, çocukların duygusal ve psikolojik ihtiyaçlarını karşılayan, onlarla kaliteli ve anlamlı etkileşimler kurmaya odaklanan süredir. Bu tür etkileşimler, çocukların duygusal güvenliği ve sosyal becerileri üzerinde olumlu etkiler yaratabilmektedir.

Ayrıca, 4-6 yaş aralığının okul dönemi olması, annenin çalıştığı süre boyunca çocuğun da okulda zaman geçirmesi anlamına gelmektedir. Bu dönemde çocuklar, gelişimsel olarak sosyal ilişkilerin daha ön planda olduğu bir aşamaya gelirler ve bu ihtiyaçlarını okul ortamında karşılayabilmektedirler (Bowlby, 1988). Dolayısıyla, annenin çalıştığı sürede çocuğun okulda sosyal ilişkiler kurması, ebeveyn-çocuk ilişkisinin kalitesini olumsuz yönde etkilemeyebileceği düşünülmektedir.

Bu araştırma sonucunda çocuğun cinsiyetine göre olumlu ebeveyn çocuk ilişki düzeylerinde anlamlı bir fark bulunmamıştır. Literatür incelendiğinde benzer sonuç gösteren araştırmalar görülmüştür (Dereli ve Dereli, 2017; Kılıç, 2020; Yılmaz, 2021). Kök ve Ünal'ın (2018) yaptığı çalışmada çocukların cinsiyetlerine göre ebeveynleri ile ilişkilerinin farklılaşmadığı sonucuna ulaşılmıştır. Araştırmada bunun sebebinin çocukların Ödipal Kompleksi aşmış olabilecekleri varsayılmıştır (Kök ve Ünal, 2018). Başka bir çalışmada, ebeveyn-çocuk ilişkisinin cinsiyete göre farklılaştığı sonucuna ulaşılmıştır (Yaylacı, 2019). Bu araştırmanın sonucuna bakıldığında, çocuğun cinsiyetine göre olumlu ebeveyn-çocuk ilişkisi puan ortalamaları arasında anlamlı bir fark bulunmamıştır. Bu durum, birkaç temel nedene bağlı olabileceği söylenebilmektedir. İlk olarak, ebeveyn-çocuk ilişkisi dinamikleri, çocuğun cinsiyetinden ziyade bireysel özellikler, ebeveynlik tarzı, aile içi iletişim ve genel aile dinamikleri gibi diğer faktörlerden daha güçlü bir şekilde etkilenebilir. Buna bağlı olarak, çocuğun cinsiyetinin ebeveyni ile sahip olduğu ilişkinin kalitesinde belirleyici bir görev üstlenmediği düşünülmektedir. Ayrıca günümüzde cinsiyet eşitliğine yönelik yapılan eğitim ve bilgilendirmelerin ebeveynlerin çocuklarına karşı daha eşitlikçi bir tutum benimsemelerine destek olmuş olabileceği söylenebilmektedir.

Bu araştırma sonucunda 4 yaş, 5 yaş ve 6 yaş çocuğa sahip ebeveynlerde olumlu ebeveyn çocuk ilişkisi puan ortalamaları arasında anlamlı bir fark bulunmamıştır. Literatür incelendiğinde benzer sonuç gösteren araştırmalar görülmüştür. Zhang ve Chen'in (2010) 2-3 yaşlarında 100 Çinli okul öncesi çocuğun anne ve babalarıyla yürüttüğü çalışmada da benzer sonuca ulaşılmıştır. Nimaguchi (2012) tarafından yürütülen çalışmada ise 5 yaşın altında çocuğu olan ebeveynlerin ergenlik döneminde çocuğu olan ebeveynlere göre çocuklarıyla olan ilişkilerine karşı daha yüksek memnuniyet duydukları sonucuna ulaşılmıştır. Bu araştırmanın sonucuna göre çocukların yaşlarına göre olumlu ebeveyn-çocuk ilişkisi arasında bir bağlantı olmadığı söylenebilmektedir. Çocuğun yaşının artmasıyla birlikte gelişim aşamasındaki ihtiyaçları, davranışları ve yaşanan kriz durumları değişim göstermektedir. Büyüme sadece çocuklarda değil, ebeveynlerde de devam eden bir süreçtir (Karaca, 2005). Ebeveynin de çocuğun ihtiyaçlarına göre kendi ebeveynlik becerilerini geliştirerek çocuğun uğradığı değişime uyum sağladığı, bu sayede ilişkilerini dengede tutarak ilişkinin niteliğini korumasına destek olduğu söylenebilmektedir. Her ne kadar her yaşta gelişim farklılık gösterse de yapılan araştırmada 4-6 yaş dönemi kendi içinde belirgin bir dönem olarak ele alınmıştır. Bu dönem, Piaget'nin bilişsel gelişim kuramında işlem öncesi dönem (2-7 yaş) ve Erikson'un psikososyal gelişim kuramında girişimciliğe karşı suçluluk (3-6 yaş) evresine denk gelmektedir. Piaget'e (1952) göre, işlem öncesi dönemde çocuklar sembolik düşünme yeteneği geliştirirler ve taklit, oyun, resim yapma gibi etkinliklerde bulunurlar. Erikson (1963) ise bu dönemde çocukların girişimcilik duygusu geliştirdiğini ve çevrelerindeki dünyayı keşfetme arzusunda olduklarını belirtmektedir.

Yapılan araştırmada, bu yaş aralığındaki çocuklar arasında yıl bazında farklılık olup olmadığını incelenmesinin nedeni, bu aralığın zaten gelişimsel olarak bir bütün oluşturduğunu göz önünde bulundurulmasıdır. Araştırma sonuçlarında yaş bazında belirgin bir farklılık görülmemesinin nedeni, bu yaş grubundaki çocukların benzer gelişim özelliklerine sahip olmaları olabilir. Piaget ve Erikson gibi kuramcıların öne sürdüğü üzere, bu yaş grubundaki çocuklar bilişsel ve psiko-sosyal olarak benzer aşamalardan geçmektedirler. Dolayısıyla, yapılan araştırmada bu yaş aralığında bulunan çocuklar arasında belirgin farkların çıkmaması, benzer gelişim süreçlerinde

olmalarından ve ebeveyn çocuk ilişkisinin de benzer süreçlerden geçtiğinden kaynaklanıyor olabilir.

5.2. Psikolojik Esneklik ve Olumlu Ebeveyn Çocuk İlişkisi Arasındaki İlişkide Otoriter Ebeveyn Tutumu ve Otoriter Ebeveyn Tutumunun Aracılık Etkisine Yönelik Tartışma ve Yorum

Bu araştırmada otoriter ve demokratik ebeveyn tutumlarının psikolojik esneklikle ebeveyn çocuk ilişkisi arasında seri aracılık rolü olduğu bulunmuştur. Psikolojik esneklik ile aşırı koruyucu ebeveyn tutumu ve izin verici ebeveyn tutumu arasında anlamlı ilişki bulunmadığından aşırı koruyucu ebeveyn tutumu ve izin verici ebeveyn tutum aracılık analizine dahil edilmemiştir.

Araştırmada izin verici ebeveyn tutumu ile psikolojik esneklik arasında ilişki olmadığı görülmüştür. İzin verici ebeveyn tutumunda, ebeveyn ile çocuk arasındaki duygusal bağ zayıftır. İzin verici ebeveyn tutumuna sahip ebeveynler çocukları ile minimum düzeyde ilgilenmekle birlikte bu ebeveynlerin çocukları üzerindeki denetimleri düşük düzeydedir. İzin verici ebeveyn tutumu, ebeveynlerin çocukların kararlarını özgürce almalarına izin verdiği ebeveyn tutumu olarak tanımlanmaktadır (Baumrind, 1971). İzin verici ebeveyn tutumuna sahip ebeveynlerin çocuklarından beklentileri ve geleceğe yönelik davranışlarına dair öngörüleri düşük olmasından kaynaklı olarak, çocukların kurallara uyma gereksinimini yeterince fark edememektedir. Bu durum, ebeveyn ile çocuk arasındaki duygusal bağın zayıf kalmasına, sınırların ve kuralların belirsiz olmasına ve ebeveynin çocuğu üzerindeki denetiminin yetersiz olmasına yol açmaktadır (Ogelman ve Önder, 2013). Duygusal bağın zayıf olmasının ebeveynin çocuğun duygusal durumlarını ve ihtiyaçlarını anlamasını engellemekle birlikte çocuklarına yönelik empati ve anlayış geliştirmesini zorlaştırabileceği düşünülmektedir. Duygusal bağın zayıflığı ya da eksikliği, ebeveynlerin çocuklarına empati geliştirmesini ve onların duygusal gereksinimlerine duyarlılık göstermesini engelleyebilmektedir. Ebeveynin çocuğa karşı duyarlı olmaması çocuğun duygusunu, davranışını ve düşüncelerini görmezden gelmesine ve buna bağlı olarak çocuğunu kabul etme ya da reddetme gibi bir değerlendirmenin ortaya çıkmamasına sebep olabileceği düşünülmektedir. Psikolojik esneklik, ebeveynlerin çocuklarına yönelik olumsuz duygu ve düşüncelerini kabul ederek, bu

duygularla sağlıklı bir şekilde başa çıkabilme ve etkili ebeveynlik davranışlarını sürdürebilme yetisi olarak tanımlanmaktadır (Burke ve Moore, 2015). Aynı zamanda, psikolojik esneklik, bireyin değer odaklı davranışlarını devam ettirirken, rahatsız edici duygusal deneyimleri kabul etme kapasitesini de içermektedir (Hayes, vd., 2006). Psikolojik esneklik, bireyin duygusal deneyimlerini kabul etmesini ve bu deneyimlere uygun şekilde esnek davranışlar sergilemesini gerektirirken izin verici ebeveyn tutumunda bu tür bir esneklikten söz edilememektedir; çünkü izin verici ebeveyn tutumuna sahip ebeveynler, çocuklarının ihtiyaçlarına duyarlılık göstermek yerine, genellikle çocuklarının isteklerine sınırsız bir şekilde boyun eğmektedir (Baumrind, 1971). Bu durum, ebeveynin kendi değerlerini ve sınırlarını koruyarak esnek bir yaklaşım geliştirmesini zorlaştırmaktadır. Ayrıca değerler odağında hareket etmek psikolojik esneklik için önemli iken geleceğe yönelik davranışsal beklentisi olmayan izin verici tutuma sahip ebeveyn için değerlere yönelik davranışı değerlendirmenin oldukça zor olduğu düşünülmektedir. Ulusal ve uluslararası alanyazın incelendiğinde, psikolojik esneklik ile ebeveyn tutumu arasındaki ilişkiyi inceleyen çalışmaya ulaşılamamıştır. Ancak psikolojik esneklik ile bağlantılı bir kavram olan çocuğa ait davranışları, duyguları ve düşünceleri kabul ederek sevgi ve sıcaklıkla yaklaşmayı içinde barındıran duygusal sıcaklık ile izin verici ebeveyn tutumu arasında anlamlı ilişkinin olmadığı araştırmalar bulunmaktadır (Muris, vd., 2000; Orak, 2023). Bu araştırmada da benzer şekilde izin verici ebeveyn tutumu ile psikolojik esneklik arasında anlamlı ilişki bulunmamıştır.

Araştırmanın bir diğer sonucuna göre aşırı koruyucu ebeveyn tutumu ile psikolojik esneklik arasında ilişki bulunmamaktadır. Aşırı koruyucu tutuma sahip ebeveynler, çocuklarının bağımsızlık kazanmasının kendi otoritelerini sarsacağı endişesiyle, çocuklarının hata yapmasından korkmakta ve onların yerine birçok sorumluluğu üstlenmekte ve aşırı koruyucu bir yaklaşım sergilemektedir (Kaya, 1997). Bu ebeveynler, çocuklarının gelişim sürecinde bağımsız kararlar almasını ve sorumluluk üstlenmesini engelleyerek onların özgüvenlerini olumsuz yönde etkileyebilmektedir (Walker ve Nelson, 2012). Bu bağlamda, çocuğun düşünce ve davranışlarını tamamen ebeveynin yönetmesi, ebeveynin çocuğun deneyimlerini kabul etme gerekliliğini ortadan kaldırmaktadır; çünkü bu yaklaşımda çocuğun bireysel gelişimi ve özerkliği ikinci planda kalmaktadır (Baumrind, 1971). Ebeveyn, çocuk adına düşünüp kararlar almakla birlikte çocuğun davranışlarını da şekillendirmektedir. Bu

nedenle çocuğun özgürce bir düşünce ifade etmesi veya davranış sergilemesi engellendiğinden ebeveynin çocuğun davranışını kabul etme ya da reddetmeye yönelik bir değerlendirme yapmasını gerektirmeyebilir. Bu kapsamdan hareketle psikolojik esneklik ile aşırı koruyucu ebeveyn tutumu arasında ilişki olmadığı söylenebilir. Alanyazına bakıldığında psikolojik esneklikle aşırı koruyucu ebeveyn tutumuna yönelik araştırmaya ulaşılamamıştır. Yapılan araştırmalarda aşırı koruyucu ebeveyn tutumu incelendiğinde çocuğun duygularını, düşüncelerini kabul ederek sıcak ve sevgi dolu bir yaklaşımı içinde barındıran duygusal sıcaklık ile anlamlı ilişki bulunmamıştır (Cankardaş, 2019; Demir, 2023 ; Hawarneh, 2024; Orak, 2023). Bu araştırmada da benzer şekilde aşırı koruyucu ebeveyn tutumu ile psikolojik esneklik arasında anlamlı ilişki bulunmamıştır.

Sonuç olarak araştırmada psikolojik esneklikle ebeveyn çocuk ilişkisi arasında otoriter ebeveyn tutumu ve demokratik ebeveyn tutumunun seri aracılık rolü olduğu bulunmuştur. Araştırmanın sonuçlarından yola çıkarak aşağıda sırasıyla psikolojik esnekliğin otoriter ebeveyn tutumunu yordaması; psikolojik esnekliğin demokratik ebeveyn tutumunu yordaması; otoriter ebeveyn tutumunun demokratik ebeveyn tutumunu yordaması; otoriter ebeveyn tutumunun olumlu ebeveyn çocuk ilişkisini yordaması; demokratik ebeveyn tutumunun olumlu ebeveyn çocuk ilişkisini yordaması; psikolojik esnekliğin olumlu ebeveyn çocuk ilişkisini yordaması ve psikolojik esneklik ile olumlu ebeveyn çocuk ilişkisi arasında otoriter ebeveyn tutumu ve demokratik ebeveyn tutumu aracılık rolü alanyazın çerçevesinde tartışılıp yorumlanmıştır.

5.2.1. Psikolojik Esnekliğin Otoriter Ebeveyn Tutumunu Yordamasına Yönelik Tartışma ve Yorum

Bu çalışma, sonucunda psikolojik esnekliğin otoriter ebeveyn tutumunu yordadığı görülmüştür. Psikolojik esnekliğin, otoriter ebeveyn tutumunu doğrudan negatif yönde yordadığı bulgusu, literatürde desteklenmektedir (Fonseca, vd., 2020; Williams, vd., 2012). Psikolojik esneklik, bireyin stresli durumlarla başa çıkabilme, esnek düşünme ve duygusal kontrol yeteneklerini içermektedir (Kashdan ve Rottenberg, 2010). Psikolojik esnekliği düşük olan bireyler, bu yetenekleri geliştirmekte zorlandıkları için genellikle daha kuralcı, katı ve baskıcı olabileceği düşünülmektedir. Bu durum, ebeveynlerin çocuklarına karşı otoriter bir tutum

benimsemelerine ve onların duygusal tepkilerini kabul etmek yerine kontrol etmeye odaklanmalarına yol açabilmektedir.

Otoriter ebeveyn tutumu, yüksek düzeyde kontrol ve beklenti içeren bir ebeveynlik tarzıdır (Baumrind, 1966). Maccoby ve Martin'nin (1983) çalışmasında, otoriter ebeveynlerin yüksek düzeyde kontrol ve kural koyma eğiliminde oldukları ve çocuklarının davranışlarını sıkı bir şekilde denetledikleri görülmüştür. Lamborn ve arkadaşlarının (1991) araştırmasında ise otoriter ebeveyn tutumuna sahip bireylerin yüksek düzeyde kontrol ve düşük düzeyde destek sundukları sonucu ortaya konulmuştur. Bu tutum, ebeveynlerin çocuklarının davranışlarını sıkı bir şekilde kontrol etmeleri ve belirli kurallara uymalarını istemeleri ile karakterizedir. Psikolojik esnekliği düşük olan ebeveynler, genellikle çocuklarının duygusal ve davranışsal tepkilerini anlamakta zorlanırlar ve bu tepkileri kabul etmek yerine değiştirmeye çalışırlar. Bu durum, çocuklarının duygusal ihtiyaçlarını göz ardı etmelerine ve daha katı, baskıcı bir tutum benimsemelerine neden olabileceği düşünülmektedir.

Farkındalık ve kabul gibi psikolojik esneklik bileşenleri, ebeveynlerin çocuklarının duygusal tepkilerine daha anlayışlı ve kabul edici bir şekilde yaklaşmalarını sağlamaktadır. Ancak farkındalık düzeyi düşük olan ebeveynler, çocuklarının duygusal tepkilerini yargılamadan kabul etmekte zorlanır ve bu tepkileri değiştirmeye çalışmaktadır. Bu da ebeveynlerin kontrol isteğini artırır ve otoriter tutumlarını pekiştirmektedir. Williams ve arkadaşlarının (2012) çalışmasında, farkındalık düzeyi düşük olan ebeveynlerin çocuklarına karşı daha az anlayışlı ve daha az kabul edici oldukları bulunmuştur. Bu durum, ebeveynlerin çocuklarının duygusal ihtiyaçlarını göz ardı etmelerine ve daha kuralcı bir tutum benimsemelerine neden olabilmektedir.

Psikolojik esnekliğin bir diğer bileşeni olan bilişsel ayrışma, ebeveynlerin düşüncelerini ve duygularını objektif bir şekilde değerlendirmelerini ve onlara mesafe koymalarını sağlamaktadır (Hayes, 2006). Bu beceri, stresli durumlarla başa çıkmada ve esnek düşünmede kritik bir rol oynamaktadır (Fonseca, vd., 2020). Ancak, bilişsel ayrışma becerisi düşük olan ebeveynler, genellikle stresli durumlarda daha tepkisel ve kontrol edici bir tutum sergileyebilmektedirler. Hayes ve arkadaşlarının (2006) çalışması, bilişsel ayrışma becerisinin düşük olduğu bireylerin,

stresli durumlarla başa çıkmakta zorlandıklarını ve daha kuralcı davrandıklarını ortaya koymaktadır.

Ayrıca, psikolojik esneklik eksikliği ve yaşantısal kaçınma eğilimleri, ebeveynlerin çocuklarının duygusal ihtiyaçlarına ve tepkilerine karşı nasıl bir tutum sergilediklerini etkileyebilmektedir. Yaşantısal kaçınma, bireylerin rahatsız edici düşünce, duygu ve diğer içsel deneyimlerden kaçınma veya bu deneyimlerin etkilerini azaltma çabası olarak tanımlanmaktadır (Hayes, vd., 1999). Yaşantısal kaçınma eğilimindeki ebeveynler, çocuklarının olumsuz duygusal tepkileriyle başa çıkmakta zorlanabilmekte ve bu tepkileri kabul etmek yerine kontrol etme ya da bastırma stratejilerini tercih edebilmektedirler (Hayes, vd., 1999). Bir başa çıkma yöntemi olarak yaşantısal kaçınmaya daha fazla başvuran ebeveynler, ebeveynliği daha stresli olarak görmeye ve cezalandırıcı ile tutarsız ebeveynlik yöntemlerini daha fazla başvurmaya meyilli olmaktadırlar (Shea, vd., 2007).

Alanyazına bakıldığında, psikolojik esneklik ile iyi oluş arasında ilişki görülmüştür (Dawson ve Golijiani-Moghaddam, 2020; Kashdan ve Rottenberg, 2010). Eroğlu ve Parlar'ın (2018) yaptığı araştırmada, psikolojik iyi oluş ile ebeveyn tutumlarının ilişkili olduğu görülmüştür. Psikolojik iyi oluş azaldıkça otoriter ebeveyn tutumunun arttığı sonucuna ulaşılmıştır.

Bu bağlamda, psikolojik esnekliğin alt boyutları olan farkındalık, kabul ve bilişsel ayrışma, ebeveynlerin otoriter tutumlarını ve çocuklarıyla olan ilişkilerini doğrudan etkileyebilir. Psikolojik esnekliği düşük olan ebeveynler, çocuklarının duygusal tepkilerini kabul etmekte zorlanır ve bu tepkileri değiştirmeye çalışırlar; bununda otoriter tutumları artırabileceği düşünülmektedir.

5.2.2. Psikolojik Esnekliğin Demokratik Ebeveyn Tutumunu Yordamasına Yönelik Tartışma ve Yorum

Bu çalışma sonucunda psikolojik esnekliğin demokratik ebeveyn tutumunu yordadığı görülmüştür. Psikolojik esneklik ile demokratik ebeveyn tutumu arasındaki ilişkiyi incelemiştir ve psikolojik esnekliğin, demokratik ebeveyn tutumunu pozitif yönde yordadığı sonucunu ortaya koymuştur. Literatür, psikolojik esneklik ve demokratik ebeveyn tutumu arasında ilişki olduğunu desteklemektedir (Fonseca, vd., 2020; William, vd., 2012). Psikolojik esneklik, bireylerin stresli durumlarla başa çıkabilme, esnek düşünme ve duygusal kontrol yeteneklerini içerir (Kashdan ve Rottenberg,

2010). Bu esneklik, demokratik ebeveyn tutumunun gelişiminde kritik bir rol oynamaktadır.

Kabul, psikolojik esnekliğin bir bileşeni olarak, bireylerin içsel deneyimlerini olduğu gibi kabul etmelerini ifade eder. Psikolojik esnekliği yüksek olan ebeveynler, çocuklarının duygusal tepkilerini kabul etme ve bu tepkilere destek verme eğilimindedir (Fonseca, vd., 2020). Bu yaklaşım, ebeveynlerin çocuklarının duygusal ihtiyaçlarına duyarlı olmalarını ve onların duygusal deneyimlerini onaylamalarını sağlar (Hayes, vd., 2006). Fonseca ve arkadaşlarının (2020) çalışmasında, kabul düzeyi yüksek olan ebeveynlerin çocuklarına karşı daha destekleyici ve anlayışlı bir tutum sergiledikleri bulunmuştur. Bu durum, demokratik ebeveyn tutumunu destekleyen bir faktör olarak değerlendirilir.

Langer ve arkadaşlarının (2015) yaptığı araştırmada, psikolojik esnekliği yüksek olan ebeveynlerin, çocuklarına daha fazla empati gösterdikleri ve daha destekleyici oldukları sonucuna varılmıştır. Bu durum, çocukların kendilerine güven duymalarını ve duygusal olarak daha sağlıklı bireyler olmalarını sağlamaktadır.

Literatürde benzer çalışmalar incelendiğinde psikolojik esnekliğin psikolojik iyi oluşu artırdığı görülmektedir (Dawson ve Golijiani-Moghaddam, 2020; Kashdan ve Rottenberg, 2010). Psikolojik iyi oluşun artması ile birlikte demokratik ebeveyn tutumunun da arttığı sonucuna ulaşılmaktadır (Eroğlu ve Parlar, 2018).

Farkındalık, bireylerin mevcut anı yargılamadan kabul etmelerini ifade eder. Psikolojik esneklik bileşeni olarak farkındalık, ebeveynlerin çocuklarının duygusal tepkilerini gözlemleme ve anlamada önemli bir rol oynar. Williams ve arkadaşlarının (2012) araştırmasında, farkındalık düzeyi yüksek olan ebeveynlerin çocuklarına karşı daha anlayışlı ve kabul edici oldukları bulunmuştur. Bu, ebeveynlerin çocuklarının duygusal ihtiyaçlarına daha duyarlı olmalarını ve demokratik bir tutum benimsemelerini teşvik eder. Farkındalığı düşük olan ebeveynler ise, çocuklarının duygusal tepkilerini anlamakta zorlanabilir ve bu durum, ebeveynlik tarzını kısıtlayabileceği düşünülmektedir.

Bilişsel ayrışma, bireylerin düşüncelerini ve duygularını objektif bir şekilde değerlendirmelerini ve bu deneyimlere mesafe koymalarını sağlar. Hayes ve arkadaşlarının (2006) çalışmasında, bilişsel ayrışma becerisinin yüksek olduğu bireylerin stresli durumlarla daha esnek bir şekilde başa çıktıkları ve daha

destekleyici tutumlar sergiledikleri belirtilmiştir. Psikolojik esnekliği yüksek olan ebeveynler, çocuklarının duygusal ihtiyaçlarını ve deneyimlerini daha nesnel bir şekilde değerlendirebilir ve bu durum, demokratik ebeveyn tutumunu güçlendirir. Düşük bilişsel ayrışma becerisi olan ebeveynler, çocuklarının duygusal tepkilerini daha tepkisel bir şekilde ele alabilir, bu da demokratik bir tutumun benimsenmesini zorlaştırabileceği düşünülmektedir.

Bu bağlamda, psikolojik esnekliğin alt bileşenleri olan kabul, farkındalık ve bilişsel ayrışma, ebeveynlerin çocuklarıyla olan ilişkilerinde demokratik bir tutum sergilemelerini destekleyen önemli faktörlerdir. Psikolojik esneklik düzeyi yüksek olan ebeveynler, çocuklarının duygusal ihtiyaçlarını daha iyi anlar ve desteklerler; bu da ebeveyn-çocuk ilişkilerinde daha az çatışma ve daha sağlıklı bir iletişim ortamı sağlamaktadır Fonseca ve arkadaşları (2020) ile Brassell ve arkadaşları (2016) araştırmaları, psikolojik esnekliği yüksek olan ebeveynlerin daha yüksek ebeveyn öz yeterliliğine sahip olduklarını ve çocuklarına yönelik doğru ve destekleyici tutumlar geliştirdiklerini göstermektedir. Bu durum, demokratik ebeveyn tutumunun güçlenmesine ve çocukların duygusal ve sosyal gelişimlerine olumlu katkılarda bulunmasına olanak tanımaktadır.

Yapılan araştırmalar, psikolojik esnekliğin demokratik ebeveyn tutumunu pozitif yönde etkileyebileceğini ve ebeveynlerin psikolojik esnekliklerini geliştirmelerinin çocuklarının duygusal gelişimine olumlu katkıda bulunabileceğini ortaya koymaktadır (Fontaine, vd., 2016; Langer, vd., 2015; Miller, vd., 2019). Demokratik ebeveyn tutumu, çocukların duygusal ihtiyaçlarını anlamak ve onlara destek olmak anlamına geldiği için, psikolojik esneklik bu tutumu olumlu yönde etkileyen bir faktör olarak değerlendirilmektedir.

Fontaine ve arkadaşları (2016) tarafından yapılan bir çalışmada, psikolojik esnekliği yüksek olan ebeveynlerin, çocuklarına karşı daha sakin ve esnek bir tutum sergiledikleri ve bu durumun çocukların duygusal düzenlemeleri üzerinde olumlu bir etkiye sahip olduğu bulunmuştur. Aynı çalışmada, bu ebeveynlerin, çocuklarının duygusal tepkilerini anlamaya ve kabul etmeye daha yatkın oldukları ve bu sayede çocukların duygusal gelişimlerine destek oldukları da vurgulanmıştır. Demokratik ebeveyn tutumu, çocukların duygusal ihtiyaçlarını anlamak ve onlara destek olmak anlamına geldiği için, psikolojik esneklik demokratik ebeveyn tutumunu yordamaktadır.

5.2.3. Otoriter Ebeveyn Tutumunun Demokratik Ebeveyn Tutumunu Yordamasına Yönelik Tartışma ve Yorum

Bu araştırmanın sonucunda, otoriter ebeveyn tutumunun olumlu ebeveyn-çocuk ilişkisini negatif yönde yordadığı bulunmuştur. Otoriter ebeveynlik, yüksek talep ve düşük duyarlılık ile karakterize edilir ve çocukların davranışlarını sıkı kurallarla kontrol etmeye odaklanır (Baumrind, 1991; Grolnick ve Pomerantz, 2009). Bu ebeveynlik tarzında, çocukların duygusal ihtiyaçlarına duyarsız kalınır ve disiplin, itaat ve ödül-ceza sistemleri ön plandadır. Otoriter ebeveynler, çocuklarının bağımsızlık geliştirmelerine ve duygusal düzenleme becerilerini kazanmalarına engel olabilirler, bu da demokratik ebeveyn tutumunun benimsenmesini zorlaştırabileceği düşünülmektedir.

Öte yandan, demokratik ebeveyn tutumu, yüksek talep ile birlikte yüksek duyarlılığı dengeler ve çocuklarla açık iletişimi ve karşılıklı saygıyı teşvik eder (Baumrind, 1991; Grolnick ve Pomerantz, 2009; Maccoby, 1994). Demokratik ebeveynler, çocuklarının özerkliğini ve duygusal ifadelerini destekler, bu da çocukların duygusal farkındalığını ve kontrolünü arttırmaktadır.

Otoriter ve demokratik ebeveyn tutumu arasındaki bu farklılıklar, çocukların duygusal ve psikolojik gelişimleri üzerinde belirgin etkiler yaratır. Otoriter ebeveynlik, çocukların duygusal tepkilerini kontrol etmeye ve disiplin sağlamaya odaklanırken, demokratik ebeveyn tutumu çocukların duygusal tepkilerini anlamaya ve desteklemeye yönelik daha esnek bir tutum benimsemektedir. Bu farklı tutumlar, çocukların psikolojik esnekliklerini, duygusal düzenleme becerilerini ve genel duygusal sağlıklarını çeşitli şekillerde etkileyebilmektedir (Canavarro, vd., 2020; Morris, vd., 2007).

Literatüre bakıldığında otoriter ebeveyn tutumu ile demokratik ebeveyn tutumu arasında negatif yönlü anlamlı bir ilişki çıktığı görülmektedir (Çelik, 2022; Yoleri, vd., 2017).

Kalaylı ve arkadaşlarının (2022) yaptığı araştırmada anne ve babanın ebeveyn tutumları incelenmiştir. Araştırmada, annelerin demokratik ve otoriter tutumları arttıkça babaların da buna paralel olarak demokratik ve otoriter tutumlarının arttığı görülmüştür. Babaların demokratik tutumları arttıkça annelerin otoriter tutumlarının arttığı sonucuna ulaşılmıştır. Özyürek ve arkadaşlarının (2019) yaptığı çalışmada da

ebeveynlerden kendilerinin ve eşlerinin çocuk yetiştirme tutumlarını değerlendirmeleri istenmiş, her iki değerlendirmenin sonuçlarının kısmen örtüştüğü tespit edilmiş, eşlerin birbirlerinin görüşlerini ve tutumlarını etkiledikleri görülmüştür. Annenin davranışlarının babayı, babanın davranışlarının da anneyi etkileyebileceği vurgulanmıştır.

5.2.4. Otoriter Ebeveyn Tutumunun Olumlu Ebeveyn Çocuk İlişkisini Yordamasına Yönelik Tartışma ve Yorumu

Bu araştırmanın sonucunda, otoriter ebeveyn tutumunun olumlu ebeveyn-çocuk ilişkisini negatif yönde yordadığı bulunmuştur. Otoriter ebeveynlik, Baumrind (1991) tarafından yüksek talep ve düşük duyarlılık ile tanımlanır. Otoriter ebeveynler, genellikle çocuklarına karşı baskıcı, kuralcı ve yönlendirici bir tutum sergilerler. Kendi değer ve kurallarını çocuğun duygu ve düşüncelerinden daha ön planda tutarlar, bu da çocuğun duygusal ihtiyaçlarını göz ardı etmelerine neden olabilir (Baumrind, 1991). Bu durum, ebeveyn-çocuk ilişkisi üzerinde olumsuz etkilere yol açar ve çocukların özgüvenlerini, duygusal gelişimlerini ve genel iyilik hallerini olumsuz yönde etkilemektedir (Maccoby ve Martin, 1983).

Benzer bulgulara sahip araştırmalar, otoriter ebeveynlik tarzının çocukların gelişimi üzerindeki olumsuz etkilerini desteklemektedir. Örneğin, Steinberg ve arkadaşlarının (1994) araştırması, otoriter ebeveynliğin çocukların sosyal becerilerinde ve duygusal iyilik hallerinde negatif etkiler yarattığını ortaya koymaktadır. Otoriter ebeveynler, çocuklarına duygusal destek sunmadıkları için, çocukların sosyal ilişkilerinde ve duygusal sağlıklarında zorluklar yaşadıkları bulunmuştur. Lamborn ve arkadaşlarının (1991) çalışması da otoriter ebeveynlik tarzının çocukların özsaygısını ve akademik başarılarını olumsuz etkilediğini göstermektedir.

Otoriter ebeveynlik tarzının, çocukların bağımsızlıklarını geliştirmelerine engel olduğu ve ebeveyn-çocuk ilişkisini zayıflattığı belirtilmiştir (Morris, vd., 2007). Grolnick ve Pomerantz (2009) ise otoriter ebeveynliğin çocukların duygu düzenleme becerilerini olumsuz yönde etkileyebileceğini ve bu durumun ebeveyn-çocuk ilişkisini zorlaştırabileceğini vurgulamıştır. Çocuğun duygu ve düşüncelerini anlamayan ve yeterince tanımayan anne babalar, onları davranışlarının sonucuna göre değerlendirir, sürece odaklanmaz ve telafi etmesi zor olumsuzluklara sebep olmaktadır (Özel ve Zelyurt, 2016). Bu araştırmalar, otoriter ebeveyn tutumunun

çocukların psikolojik gelişimi üzerinde geniş çaplı olumsuz etkiler yarattığını ve ebeveyn-çocuk ilişkilerini zedelediğini desteklemektedir.

Otoriter ebeveynlik tutumunun, çocukların duygusal ihtiyaçlarını ve bireysel özelliklerini göz ardı eden katı ve kontrol edici tutumlar benimsemesi, ebeveyn-çocuk ilişkilerinde güven ve karşılıklı saygının gelişmesini zorlaştırmaktadır. Olumlu ebeveyn-çocuk ilişkileri, çocukların zorluklarla başa çıkmalarına ve sağlık koşullarını iyileştirmelerine yardımcı olabilir (Popov ve Ilesanmi, 2015). Bununla birlikte, otoriter ebeveyn tutumu içerisinde cezanın kullanılması, ebeveyn-çocuk ilişkisinin kalitesini zedeler, bu da çocukların ebeveynlerinden uzaklaşmalarına neden olur (Gershoff, 2002; Laible, vd., 2020). Bu bağlamda, otoriter ebeveynlik tarzının ebeveyn-çocuk ilişkisini negatif yönde etkilediği görülmektedir.

Otoriter ebeveynler, çocuklarının davranışlarını sıkı bir şekilde kontrol eder ve katı disiplin yöntemleri uygular. Bu tutum, çocukların bağımsızlık ve özgüven geliştirmesini engeller ve ebeveyn ile çocuk arasında gerginliğe neden olabilir. Ayrıca, otoriter ebeveynler genellikle duygusal olarak mesafeli olurlar ve çocuklarının duygusal ihtiyaçlarına yeterince yanıt vermezler. Bu durumun, çocukların kendilerini değersiz hissetmelerine ve duygusal güvenliklerini kaybetmelerine yol açabileceği düşünülmektedir

Bu ebeveyn tutumu, ebeveynlerin çocuklarıyla açık ve samimi iletişim kurmasını zorlaştırabilir. Çocuklar, duygularını ve düşüncelerini paylaşmak konusunda çekingen olabilir ve bu da ebeveyn-çocuk ilişkisini zedeleyebilir. Olumlu ebeveyn-çocuk ilişkileri, çocukların zorluklarla başa çıkmalarına ve sağlık koşullarını iyileştirmelerine yardımcı olabilir. Otoriter ebeveyn tutumu içerisinde cezanın kullanılması ise ebeveyn-çocuk ilişkisinin kalitesini zedeler, bu da çocukların ebeveynlerinden uzaklaşmalarına neden olabilir. Bu bağlamda, otoriter ebeveynlik tarzının ebeveyn-çocuk ilişkisini negatif yönde etkilediği tartışılmıştır.

5.2.5. Demokratik Ebeveyn Tutumunun Olumlu Ebeveyn Çocuk İlişkisini Yordaması Yönelik Tartışma ve Yorumu

Bu araştırmanın sonucuna göre, demokratik ebeveyn tutumunun olumlu ebeveyn-çocuk ilişkisini yordadığı bulunmuştur. Literatüre bakıldığında benzer sonuçlar görülmektedir (Darling ve Steinberg, 1993; Maccoby ve Martin, 1983; Yavuzer, 2019). Demokratik ebeveyn tutumu, ebeveynin çocuğuna sevgi göstermesi, ona

güvenmesi ve çocuğu birey olarak görmesi gibi temel özellikleri içermektedir (Yavuzer, 1990). Bu tutum, çocuğa yaşına uygun sorumluluklar vererek özerkliğini ve bireysel gelişimini desteklerken, çocuğun duygusal ihtiyaçlarını anlamak ve bu ihtiyaçlara saygı göstermek üzerine odaklanmaktadır (Yavuzer, 2019). Demokratik ebeveynler, çocuğun duygusal dünyasına saygı gösterir ve ona sürekli bir destek ve sevgi sunmaktadır. Bu yaklaşım, sağlıklı bir iletişim ortamı sağlayarak olumlu bir ebeveyn-çocuk ilişkisi geliştirmeye katkıda bulunmaktadır.

Pozitif ebeveyn-çocuk etkileşimleri ve etkili müdahale davranışları, güçlü bir ebeveyn-çocuk ilişkisinin gelişimini teşvik edebilir (Popov ve Ilesanmi, 2015). Aile üyelerinin davranış ve tutumları, aile içindeki bireyleri ve ailenin bütünlüğünü etkiler. Çocukların zihinsel, ruhsal ve fiziksel gelişimleri, sevgi ve saygı ile temellenmiş, ihtiyaçlarının karşılandığı ve bu şekilde gelişen ilişkilerin olduğu ailelere bağlıdır; bu tür aile yapıları, çocukların sağlıklı ve dengeli bireyler olarak büyümelerini destekler (Şentürk, 2012). Demokratik ebeveyn tutumu, ebeveyn-çocuk ilişkilerindeki pozitif etkileşimlerin ve etkili müdahale davranışlarının temelini oluşturur, bu da güçlü ve sağlıklı bir ilişki gelişimini desteklemektedir.

Literatürde, demokratik ebeveyn tutumu tarzının çocuğun duygusal ve sosyal gelişimini olumlu yönde etkilediği vurgulanmaktadır (Baumrind, 1991; Darling ve Steinberg, 1993). Baumrind (1991) ve Darling ve Steinberg (1993) tarafından yapılan çalışmalar, demokratik ebeveyn tutumu tarzının çocuğun kendini sevildiğini ve kabul edildiğini hissetmesini sağladığını, bu durumun çocuğun özgüvenini ve duygusal güvenliğini artırdığını göstermektedir. Ayrıca, demokratik ebeveyn tutumu, çocuğun problem çözme becerilerini geliştirmesine, başkalarıyla iş birliği yapmasına ve kendi düşüncelerini ifade etmesine olanak tanımaktadır. Bu bağlamda, demokratik ebeveyn tutumu tarzı, ebeveyn-çocuk ilişkisindeki iletişimi güçlendirmekte ve çocuğun kişisel gelişimini desteklemektedir (Baumrind, 1991; Darling ve Steinberg, 1993). Ebeveynin çocuğuna karşı gösterdiği sevgi, güven ve destek, çocuğun kendi kimliğini keşfetmesine ve sağlıklı bir şekilde büyümesine yardımcı olmaktadır (Baumrind, 1991).

Bu nedenle, demokratik ebeveyn tutumunun olumlu ebeveyn-çocuk ilişkisini yordayan önemli bir faktör olduğu söylenebilir. Bir bireyin bu özelliklere sahip olması, yani sevildiğini ve kabul edildiğini hissetmesi, özgüvenli ve duygusal olarak güvenli bir birey olarak yetişmesi, problem çözme becerileri kazanması, iş birliği

yapabilmesi ve kendi düşüncelerini ifade edebilmesi, ilişkilerini de olumlu yönde etkilemektedir (Baumrind, 1991; Darling ve Steinberg, 1993). Demokratik ebeveyn tutumu, bireyin sağlıklı ve dengeli ilişkiler kurabilme yeteneğini geliştirmektedir. Bu bireyler, duygusal zekâları yüksek olduğu için karşılıklı anlayış ve empati kurmada başarılı olmaktadır (Baumrind, 1991). Ayrıca, problem çözme ve iletişim becerileri gelişmiş olduğundan, çatışmaları sağlıklı bir şekilde yönetebilirler. Kendine güvenen bireyler, sosyal ilişkilerinde daha başarılı ve etkilidir, çünkü kendilerini ve duygularını açıkça ifade edebilirler ve başkalarının duygularını anlama ve onlara saygı gösterme kapasitesine sahiptirler (Darling ve Steinberg, 1993).

Anne ile kurulan etkileşim ve annenin çocuğu için oluşturduğu çevre, çocuğun kendilik duygusunun gelişmesinde kritik bir rol oynar. Winnicott (2013), annenin oluşturduğu kucaklayıcı çevre içerisinde çocuğun kendini bütünleşmiş bir şekilde algıladığını ve bu durumun çocuğun dengeli ve tutarlı bir kendilik duygusu geliştirmesine yardımcı olduğunu vurgular. Çocuğun dengeli ve tutarlı bir kendilik duygusu geliştirmesi ve içsel bir olgunlaşma gerçekleştirmesinde, annenin çocuğunun ihtiyaçlarına yönelik eşduyumlu olması önemlidir. Çocukları ile olumlu bir ilişki geliştiren, onları seven ve saygı duyan ebeveynler, çocukların kendilerini değerli hissetmesini ve kendilerine güven duymasını sağlayabilmektedirler. Şentürk (2012) tarafından yapılan bir araştırma, aileleri tarafından onaylanmış ve sevilmiş hisseden bireylerin kendilik değerinin yüksek çıktığını göstermektedir. Bu da aile içi iletişimlerini etkileyebilmektedir.

Bu bağlamda, demokratik ebeveyn tutumu, olumlu ebeveyn-çocuk ilişkisini destekler. Demokratik ebeveyn tutumunun oluşturduğu sevgi, kabul ve destek ortamı, çocuğun özgüvenini ve duygusal güvenliğini artırırken, aynı zamanda sağlıklı bir iletişim ve güçlü bir ilişki kurmalarını sağlamaktadır. Demokratik ebeveynliğin çocuk üzerindeki olumlu etkileri, ebeveyn-çocuk ilişkilerinin güçlendirilmesine yönelik etkili bir yaklaşım sunduğunu ortaya koymaktadır. Annenin çocuğa sunduğu sevgi dolu ve destekleyici çevre ile demokratik ebeveyn tutumu arasındaki ilişki, çocuğun kendini değerli hissetmesi ve sağlıklı bir kimlik geliştirmesi üzerinde benzer olumlu etkilere sahiptir. Dolayısıyla, demokratik ebeveyn tutumu, çocukların kendilik değerlerinin ve duygusal güvenliklerinin artmasına, böylece daha sağlıklı ve güçlü ebeveyn-çocuk ilişkilerinin gelişmesine önemli katkılarda bulunabilmektedir.

Bu bulgular, demokratik ebeveyn tutumunun olumlu ebeveyn-çocuk ilişkisini yordayan temel faktörlerden biri olduğunu göstermektedir.

5.2.6. Psikolojik Esnekliğin Olumlu Ebeveyn Çocuk İlişkisini Yordamasına Yönelik Tartışma ve Yorumu

Yapılan çalışmada elde edilen bulgulara göre, psikolojik esnekliğin olumlu ebeveyn-çocuk ilişkisini yordadığı sonucuna varılmıştır. Literatürde bu konuda yapılan çalışmalara bakıldığında, özellikle ülkemizde ebeveyn psikolojik esnekliği ile ilgili yeterli çalışma bulunmadığı görülmektedir. Ancak, Brassel ve arkadaşları (2016), ebeveyn psikolojik esnekliğinin çocukların psikolojik refahını olumlu yönde etkileyebileceğini göstermiştir. Yüksek genel psikolojik esneklik, yüksek ebeveyn psikolojik esnekliği anlamına gelmektedir (Fonseca, vd., 2020). Psikolojik esneklik, bireylerin duygusal ve düşünsel esneklik göstermelerini, stresli durumlarla başa çıkmalarını ve değişen koşullara uyum sağlamalarını ifade eder (Kashdan ve Rottenberg, 2010). Bu özellik, ebeveynlerin çocuklarıyla olan ilişkilerinde daha anlayışlı, sabırlı ve destekleyici olmalarını sağlamaktadır.

Psikolojik esnekliği yüksek olan ebeveynler, çocuklarının duygusal ihtiyaçlarını daha iyi anlayabilir ve bu ihtiyaçlara uygun şekilde yanıt verebilir. Bu da çocukların kendilerini daha değerli ve güvenli hissetmelerine katkıda bulunur. Örneğin, Morris ve arkadaşlarının (2007) çalışmasında, ebeveynlerin duygusal düzenleme becerilerinin çocukların duygusal güvenliğini artırdığı ve ebeveyn-çocuk ilişkisinin kalitesini iyileştirdiği bulunmuştur.

Araştırmalar, ebeveyn psikolojik esnekliğinin çocukların içselleştirme ve dışsallaştırma davranışları ile ters ilişkili olduğunu ve uyumlu ebeveynlik uygulamalarıyla pozitif yönde ilişkili olduğunu ortaya koymuştur. Örneğin, Ren ve arkadaşlarının (2022) çalışması, yüksek düzeyde psikolojik esnekliğe sahip ebeveynlerin, çocuklarının duygusal düzenlemelerinde daha başarılı olduklarını ve bu durumun çocukların davranış problemlerini azalttığını göstermiştir. Bu bulgular, ebeveyn psikolojik esnekliğinin ebeveyn-çocuk ilişkisinde iletişimi ve uyumu artırdığını ve çocukların duygusal ve davranışsal sağlığını olumlu yönde etkilediğini desteklemektedir.

Yaşantısal kaçınma, ebeveynlerin çocuklarının duygusal ihtiyaçlarına karşı duyarsızlaşmasına neden olabilir. Ebeveynler, çocuklarının olumsuz duygusal

tepkilerini göz ardı edebilir veya bu tepkileri değiştirip kontrol etmeye çalışabilirler. Örneğin, bir ebeveyn, çocuğunun öfke veya üzüntü gibi duygusal tepkilerini bastırmak için cezalandırıcı tutumlar benimseyebilir. Bu tür stratejiler, kısa vadede ebeveynin rahatlama sağlamasına neden olabilir, ancak uzun vadede çocuğun duygusal gelişimini olumsuz etkileyebilir ve ebeveyn-çocuk ilişkisini zedeleyebilmektedir (Grolnick ve Pomerantz, 2009; Kashdan ve Rottenberg, 2010).

Psikolojik esneklik, ebeveynlerin çocuklarına yönelik olumsuz duygu ve düşüncelerini kabul ederek, bu duygularla sağlıklı bir şekilde başa çıkabilme ve başarılı ebeveyn davranışlarını sürdürebilme yeteneğini ifade eder (Burke ve Moore, 2015). Psikolojik esneklik, bireyin değer odaklı davranışlara katılımını sürdürürken, rahatsız edici duygusal deneyimleri kabul etme yeteneğini içermektedir (Hayes, vd., 2006). Brassel ve arkadaşlarına (2016) göre, olumsuz duygu ve düşünce deneyimlerini kabul etmekle birlikte, ebeveynler stresle karşılaştıklarında deneyimsel faktörlere dayalı tepkiler yerine ebeveynlik değerlerine ve çocuğun çıkarına yönelik olarak hareket edebileceği düşünülmektedir.

Psikolojik esnekliğe sahip ebeveynler, stresli durumlarda bile sakin ve destekleyici kalabilirler. Bu, çocukların kendilerini güvende hissetmelerini sağlar ve onların stresle başa çıkma yeteneklerini geliştirir. Destekleyici ve tutarlı bir ebeveyn tutumu, çocukların duygusal güvenliğini artırır ve ebeveyn-çocuk ilişkisinin sağlam temeller üzerine kurulmasına katkıda bulunmaktadır (Burke ve Moore, 2015).

Araştırmanızda elde edilen bulgulara göre, psikolojik esnekliğin olumlu ebeveyn-çocuk ilişkisini yordadığı sonucuna varılmıştır. Literatürde bu konuda yapılan çalışmalara bakıldığında, özellikle ülkemizde ebeveyn psikolojik esnekliği ile ilgili yeterli çalışma bulunmadığı görülmektedir. Ancak, Brassel ve arkadaşları (2016), ebeveyn psikolojik esnekliğinin çocukların psikolojik refahını olumlu yönde etkileyebileceğini göstermiştir. Ebeveyn psikolojik esnekliği, ebeveynlerin olumsuz düşüncelerini ve duygularını kabul etmeleri ve bu duygulara rağmen etkili ebeveynlik davranışlarını sürdürebilmeleri olarak tanımlanmaktadır.

Literatürde yapılan araştırmalarda psikolojik esneklik ile iyi oluş arasında ilişki görülmüştür (Dawson ve Golijiani-Moghaddam, 2020; Kasdan ve Rottenberg, 2010). Ebeveynlerin yüksek psikolojik iyi oluşu, onların duygusal regülasyon becerilerini güçlendirmektedir. Duygusal olarak dengede olan ebeveynler, stres ve olumsuz

duygularla başa çıkma konusunda daha başarılıdırlar. Bu da çocuklarla olan etkileşimlerinde daha sabırlı, empatik ve destekleyici olmalarını sağlar. Bu tür ebeveynlik, çocukların duygusal güvenliğini ve gelişimini olumlu yönde etkiler (McLanahan ve Adams, 1987; Umberson, 1989).

Bir başka çalışmada psikolojik esneklik ile yaşam doyumu arasında pozitif yönlü anlamlı bir ilişki bulunmuştur (Ateş ve Sağar, 2022; Çakır ve Dilmaç, 2023; Lucas ve Moore, 2020; Graham, vd., 2016). Ebeveynlerin yaşam doyumu ile çocuklarıyla olan ilişkileri arasında güçlü bir bağlantı bulunmaktadır. Ebeveynlerin yüksek yaşam doyumu seviyelerinin, çocuklarla olan ilişkilerinde daha olumlu ve destekleyici bir tutum sergilemelerine olanak tanıdığı düşünülmektedir. Bu durum, çocukların kendilik saygısını ve genel yaşam doyumunu artırabilir. Ayrıca, ebeveynlerin yaşam doyumunun düşük olduğu durumlarda, ebeveyn-çocuk ilişkilerinde daha fazla çatışma ve stres yaşanabileceği düşünülmektedir.

Ayrıca psikolojik esneklik düzeyi düşük ebeveynler, çocuklarına karşı davranış, tutum ve söylemlerini sürekli olarak değerlendirme eğiliminde olabilmektedirler. Sürekli yaptıklarını sorgulamaları, ebeveynlik rollerinde yetersizlik duygusu geliştirmelerine sebep olabilir. Ebeveynlik rollerindeki yeterlilik duygularını içselleştirmeleri, ebeveynlikten tatmin olmalarına ve memnuniyet sağlamalarına destek olacaktır (Coleman ve Karraker, 1997). Öz yeterliliğin artması ebeveyni depresyondan uzaklaştırır (Young, 2011). Bununla birlikte iyi oluş artabileceğinden ebeveyn-çocuk ilişkisi de olumlu yönde gelişebilir.

Araştırmalar, ebeveyn psikolojik esnekliğinin çocukların içselleştirme ve dışsallaştırma davranışları ile ters ilişkili olduğunu ve uyumlu ebeveynlik uygulamalarıyla pozitif yönde ilişkili olduğunu ortaya koymuştur. Örneğin, Ren ve arkadaşlarının (2022) çalışması, yüksek düzeyde psikolojik esnekliğe sahip ebeveynlerin, çocuklarının duygusal düzenlemelerinde daha başarılı olduklarını ve bu durumun çocukların davranış problemlerini azalttığını göstermiştir. Bu bulgular, ebeveyn psikolojik esnekliğinin ebeveyn-çocuk ilişkisinde iletişimi ve uyumu artırdığını ve çocukların duygusal ve davranışsal sağlığını olumlu yönde etkilediğini desteklemektedir.

5.2.7. Psikolojik Esneklik ve Olumlu Ebeveyn Çocuk İlişkisi Arasındaki İlişkide Otoriter Ebeveyn Tutumu ve Demokratik Ebeveyn Tutumunun Aracılık Rolüne Yönelik Tartışma ve Yorumu

Bu araştırmada psikolojik esneklik ve olumlu ebeveyn çocuk ilişkisi arasındaki ilişkide otoriter ebeveyn tutumu ve demokratik ebeveyn tutumu aracılık rolü olduğu bulunmuştur. Otoriter ebeveyn tutumu ve demokratik ebeveyn tutumu analize dahil edildiğinde psikolojik esnekliğin olumlu ebeveyn çocuk ilişkisini yordama düzeyi düşmüştür. Özetle psikolojik esneklik ile olumlu ebeveyn çocuk ilişkisi arasındaki ilişkide otoriter ebeveyn tutumu ve demokratik ebeveyn tutumunun önemli bir değişken olduğu görülmektedir.

Psikolojik esnekliğin otoriter ebeveyn tutumunu yordaması, psikolojik esnekliğin demokratik ebeveyn tutumunu yordaması, otoriter ebeveyn tutumunun demokratik ebeveyn tutumunu yordaması, otoriter ebeveyn tutumunun olumlu ebeveyn çocuk ilişkisini yordaması, demokratik ebeveyn tutumunun olumlu ebeveyn çocuk ilişkisini yordaması ve psikolojik esnekliğin olumlu ebeveyn çocuk ilişkisini yordaması, yukarıda yer alan bölümlerde tartışılmış ve yorumlanmıştır. Bu bölümde psikolojik esneklik ile olumlu ebeveyn çocuk ilişkisi arasında otoriter ebeveyn tutumu ve demokratik ebeveyn tutumunun aracı rolü tartışılmış ve yorumlanmıştır.

Araştırmada psikolojik esnekliğin otoriter ebeveyn tutumunu negatif yönde yordadığı bulunmuştur. Psikolojik esneklik, bireylerin çevreyle etkileşim modelini tanımlayan bir dizi dinamik süreçtir. Bu süreçler, şimdiki anın farkındalığını, durumsal taleplere uyum sağlamayı ve bakış açısını değiştirme yeteneğini, değişen ihtiyaçları dengelemeyi ve değerlere yönelik amaçları takip etmek için davranışı değiştirmeyi veya sürdürmeyi içermektedir (Hayes, vd., 2006; Kashdan ve Rottenberg, 2010). Psikolojik esnekliğin yüksek olması, ebeveyn psikolojik esnekliğinin de yüksek olması anlamına gelmektedir. Ebeveyn psikolojik esnekliği, ebeveynlerin çocukları hakkında ortaya çıkan olumsuz düşünce ve duyguları, ebeveyn ile çocuk arasındaki ilişkiyi dikkate alarak yönetebilme ve iyi ebeveynlik uygulamalarını sürdürebilme yeteneğini ifade etmektedir (Burke ve Moore, 2015). Otoriter ebeveyn tutumuna sahip ebeveynler, ideal çocuk düşüncesine yönelik yaklaşırlar ve yüksek beklentiler içerisinde hareket ederler (Macoby, 1994; Webb ve Musello, 2018). Bu ebeveynler, çocuklarının davranışlarını sıkı bir şekilde kontrol etmeye ve disiplin uygulamaya yönelik katı kurallar koyarlar. Çocukların bağımsızlıklarını sınırlayan ve itaat

etmelerini bekleyen otoriter ebeveynler, çoğu zaman çocukların duygusal ihtiyaçlarını göz ardı edebilmektedirler. Bu durum ebeveynin sahip olduğu ebeveynlik bilişleriyle ilişkilidir. Ebeveynlerin sahip olduğu sabit ebeveyn bilişleri kendi ailelerinde gördükleri veya kültürlerinde maruz kaldıkları ebeveyn normlarıyla ilişkili olmasıyla birlikte devam eden yaşam deneyimleri ve bilgi birikimleriyle değişmesi beklenmektedir (Johnston, vd., 2018). Bu değişimin gerçekleşmemesi durumu psikolojik esnekliğin düşük olmasından kaynaklanabileceği ve psikolojik esnekliği düşük olan ebeveynlerin, kendi duygusal tepkilerini kabul etmekte zorlanabileceği düşünülmektedir. Duygusal kabul eksikliği, ebeveynlerin mevcut ebeveynlik bilişlerini sorgulamalarını ve değiştirmelerini engelleyebilir. Sabit bilişlere sahip ebeveynler, kendi duygusal deneyimlerini ve ebeveynlik tarzlarını değiştirmeye karşı direnç gösterebilirler (Hayes, vd., 2006; Kashdan ve Rottenberg, 2010). Psikolojik esnekliği yüksek olan ebeveynler, yeni deneyimlere açık olabilirler ve bu deneyimlerden öğrenme eğilimindedirler. Bu açıklık, ebeveynlerin aile içindeki normlarını ve değerlerini gözden geçirmelerine ve gerekirse uyum sağlamalarına olanak tanımaktadır. Düşük psikolojik esneklik, ebeveynlerin yeni bilgi ve deneyimlere kapalı olmalarına ve sabit bilişlerini sürdürmelerine yol açabilmektedir (Hayes, vd., 2006). Ebeveynlerin çocukları hakkında sahip oldukları düşünceler ve inançlar, ebeveynlik davranışlarını şekillendirmektedir. Çocuğun davranışlarını ve ebeveynlik rollerini nasıl algıladıkları, çocuk yetiştirme durumlarındaki bilgi işleme süreçlerini etkilemektedir (Johnston, vd., 2018). Örneğin, çocuğun davranışlarının nedenleri hakkındaki ebeveyn düşünceleri, ebeveynin o anda nasıl tepki vereceğini belirlemektedir. Ebeveynlerin bu atıfları, çocuklarının davranışlarını nasıl yorumladıklarını ve bu davranışlara nasıl yanıt verdiklerini etkiler. Psikolojik esneklik, bir bireyin stresli durumlarda esnek ve uyumlu tepkiler verebilme yeteneğidir. Psikolojik esnekliğin alt boyutları, ebeveynlerin stresle başa çıkma yetenekleri ve çocuklarının davranışlarına nasıl tepki verdikleri üzerinde belirleyici olabilir. Bu alt boyutlar arasında duygusal düzenleme becerileri, düşünce esnekliği ve problem çözme becerileri bulunur. Psikolojik esnekliği yüksek olan ebeveynler, stresli durumlarda daha sakin ve esnek tepkiler verebilirken, psikolojik esnekliği düşük olan ebeveynler daha katı ve otoriter tepkiler verebilirler. Williams ve arkadaşlarının (2012) çalışmasında, farkındalık düzeyi düşük olan ebeveynlerin çocuklarına karşı daha az anlayışlı ve kabul edici oldukları bulunmuştur. Hayes ve arkadaşlarının (2006) çalışması, bilişsel ayrışma becerisinin

düşük olduğu bireylerin stresli durumlarla başa çıkmakta zorlandıklarını ve daha kuralcı davrandıklarını ortaya koymuştur. Hayes, Strosahl ve Wilson (1999), yaşantısal kaçınma eğilimindeki ebeveynlerin çocuklarının olumsuz duygusal tepkileriyle başa çıkmakta zorlandıklarını ve bu tepkileri kontrol etme ya da bastırma stratejilerini tercih ettiklerini belirtmişlerdir. Shea ve arkadaşları (2007), yaşantısal kaçınmaya daha fazla başvuran ebeveynlerin ebeveynliği daha stresli olarak gördüklerini ve cezalandırıcı ile tutarsız ebeveynlik yöntemlerine daha fazla başvurduklarını bulmuşlardır. Eroğlu ve Parlar'ın (2018) araştırması, psikolojik iyi oluş azaldıkça otoriter ebeveyn tutumunun arttığını göstermiştir.

Araştırmada otoriter ebeveyn tutumunun demokratik ebeveyn tutumunu negatif yönde yordadığı bulunmuştur. Maccoby ve Martin (1983), ebeveynlik stillerini kabul ve talep boyutlarının düşük ve yüksek olmasına göre kategoriye ayırmasıyla birlikte otoriter ve demokratik ebeveyn tutumunu ayıran en önemli nokta kabul boyutudur. Demokratik ebeveynler, çocuklarına hem yüksek bir kabul gösterirler hem de onlardan belirli beklentilerde bulunur ve kontrol sağlarlar. Bu ebeveynler, çocuklarının ilgi ve ihtiyaçlarını gözetirken, aynı zamanda davranışlarını yönlendirmekte de etkili olurlar. Öte yandan, otoriter ebeveynler, çocuklarına daha az kabul gösterirler ve genellikle koşulsuz itaat bekleyerek kontrol sağlarlar. Bu durum, otoriter ebeveynlerin çocuklarının davranışlarını sıkı bir şekilde denetlemeleri ve yönlendirmeleri anlamına gelir (Baumrind, 1966; Maccoby ve Martin, 1983; Schaefer ve Bell, 1959). Otoriter ebeveynler, yüksek talep ve düşük duyarlılıkla çocukların davranışlarını sıkı bir şekilde kontrol ederler (Baumrind, 1991; Grolnick ve Pomerantz, 2009). Bu tutum, çocukların duygusal ihtiyaçlarını göz ardı eder ve genellikle ödül-ceza sistemine dayanır. Bu durum, çocukların bağımsızlık ve duygusal düzenleme becerilerini geliştirmelerini engelleyebilir, bu da demokratik ebeveyn tutumunun benimsenmesini zorlaştırabilir. Buna karşın, demokratik ebeveyn tutumu yüksek taleplerle birlikte yüksek duyarlılığı dengeler ve çocuklarla açık bir iletişim ile karşılıklı saygıyı teşvik eder (Baumrind, 1991; Grolnick ve Pomerantz, 2009; Maccoby, 1994). Demokratik ebeveynler çocukların özerkliğini ve duygusal ifadelerini destekleyerek, çocukların duygusal farkındalık ve kontrolünü artırır. Otoriter ve demokratik ebeveyn tutumu arasındaki bu farklar, çocukların duygusal ve psikolojik gelişimlerini belirgin şekilde etkiler. Otoriter ebeveynlik disiplin ve kontrol üzerine odaklanırken, demokratik ebeveyn tutumu

duygusal destek ve anlayış sunar, bu da çocukların psikolojik esnekliklerini ve duygusal sağlıklarını etkiler (Canavarro, vd., 2020; Morris, vd., 2007). Literatüre bakıldığında, otoriter ebeveyn tutumu ve demokratik ebeveyn tutumu arasında negatif bir ilişki olduğu bulunmuştur (Çelik, 2022; Yoleri, vd., 2017).

Araştırmada demokratik ebeveyn tutumunun olumlu ebeveyn çocuk ilişkisini pozitif yordadığı bulunmuştur. Demokratik ebeveynler, çocuklarıyla açık iletişim kurar ve onların düşüncelerine ve duygularına saygı gösterirler. Bu, çocukların kendilerini ifade etmelerini ve ebeveynleriyle güvenli bir bağ kurmalarını teşvik eder (Baumrind, 1991; Maccoby, 1994). Bu tür bir etkileşim, ebeveyn-çocuk ilişkisinde güveni ve yakınlığı artırır, böylece ilişki daha olumlu ve sağlıklı olur. Demokratik ebeveynler, çocuklarının duygusal ihtiyaçlarına duyarlıdır ve onların özerkliğini desteklerler. Bu, çocukların kendi duygularını tanımalarına ve düzenlemelerine yardımcı olur, bu da onların duygusal farkındalık ve yönetim becerilerini geliştirir (Grolnick ve Pomerantz, 2009). Çocuklar, duygusal olarak desteklendiklerinde ve özerklikleri teşvik edildiğinde, ebeveynleriyle daha güçlü ve olumlu ilişkiler geliştirirler. Demokratik ebeveyn tutumu, çocukların psikolojik esnekliklerini artırır. Psikolojik esneklik, bireylerin stres ve zorluklarla başa çıkabilme kapasitesini ifade eder ve bu, çocukların duygusal ve davranışsal uyumlarını geliştirir (Morris, vd., 2007). Ebeveynlerin bu esnek tutumu, çocukların güven ve bağımsızlık duygularını pekiştirir, bu da ebeveyn-çocuk ilişkisinin olumlu olmasını sağlar. Demokratik ebeveynler, çocuklarına empati ve anlayış gösterirler, bu da çocukların kendilerini değerli hissetmelerine yardımcı olur. Çocuklar, ebeveynlerinin empatisini hissettiklerinde, onlara daha fazla güven duyarlar ve ilişki daha sağlam hale gelir (Canavarro, vd., 2020). Literatüre bakıldığında araştırmanın bulgusunu destekleyen araştırmalar bulunmaktadır (Darling ve Steinberg 1993; Maccoby ve Martin 1983; Yavuzer, 2019). Yapılan araştırmalar, demokratik ebeveyn tutumunun olumlu ebeveyn-çocuk ilişkisini desteklediğini ve yordadığını ortaya koymaktadır. Maccoby ve Martin (1983), Yavuzer (2019), Darling ve Steinberg (1993) gibi araştırmacılar, demokratik ebeveynliğin sevgi, güven ve çocuğu birey olarak görme gibi temel özelliklere sahip olduğunu vurgulamışlardır. Bu tutum, çocuğa yaşına uygun sorumluluklar vererek özerkliğini ve bireysel gelişimini desteklerken, çocuğun duygusal ihtiyaçlarına duyarlılık gösterir ve bu ihtiyaçlara saygı duyar. Demokratik ebeveynlik, sağlıklı bir iletişim ortamı sağlayarak olumlu ebeveyn-çocuk ilişkisi

geliştirmeye katkıda bulunur. Popov ve Ilesanmi (2015) ile Şentürk (2012) tarafından yapılan çalışmalar, pozitif ebeveyn-çocuk etkileşimlerinin ve etkili müdahale davranışlarının güçlü ilişkiler geliştirdiğini göstermektedir. Bu araştırmalara göre, sevgi ve saygıya dayalı aileler, çocukların sağlıklı gelişimini desteklerken, demokratik ebeveynlik bu pozitif etkileşimlerin temelini oluşturur. Baumrind (1991) ve Darling ve Steinberg (1993), demokratik ebeveyn tutumunun çocuğun sevildiğini ve kabul edildiğini hissetmesini sağladığını, bu durumun da çocuğun özgüvenini ve duygusal güvenliğini artırdığını belirtmişlerdir. Ayrıca, demokratik ebeveynlik, çocuğun problem çözme becerilerini, iş birliği yapma yeteneğini ve düşüncelerini ifade etme kapasitesini geliştirir. Winnicott (2013) ve Şentürk (2012) ise, annenin kucaklayıcı çevresinin, çocuğun dengeli ve tutarlı bir kendilik duygusu geliştirmesine yardımcı olduğunu vurgulamışlardır. Demokratik ebeveynler, çocukların kendilerini değerli hissetmelerini ve güven duymalarını sağlayarak, onların duygusal ve sosyal gelişimlerini olumlu yönde etkiler. Bu bulgular, demokratik ebeveyn tutumunun çocukların kendilik değerini ve duygusal güvenliklerini artırarak, güçlü ve sağlıklı ebeveyn-çocuk ilişkilerinin gelişimine önemli katkılarda bulunduğunu göstermektedir.

Bu araştırmanın sonuçlarına göre, psikolojik esneklik ile olumlu ebeveyn-çocuk ilişkisi arasındaki ilişkide otoriter ve demokratik ebeveyn tutumlarının aracılık ettiği görülmüştür. Araştırma, psikolojik esnekliğin otoriter ebeveyn tutumuyla negatif, demokratik ebeveyn tutumuyla ise pozitif ilişkili olduğunu ortaya koymuştur. Psikolojik esnekliğin, ebeveynlerin çocukları hakkında ortaya çıkan olumsuz düşünce ve duyguları yönetebilme yeteneği olduğu vurgulanmaktadır (Burke ve Moore, 2015). Psikolojik esnekliği yüksek olan ebeveynler, stresli durumlarda daha uyumlu ve esnek tepkiler verebilirken, düşük psikolojik esnekliğe sahip olan ebeveynler daha katı ve otoriter tepkiler gösterebilirler (Hayes, vd., 2006; Kashdan ve Rottenberg, 2010). Bu esneklik, ebeveynlerin çocuklarının ihtiyaçlarına duyarlı olmalarını ve sabit bilişlerini değiştirme kapasitesini artırır. Otoriter ebeveynler ise genellikle çocuklarının davranışlarını sıkı bir şekilde kontrol etme eğiliminde olup, çocukların duygusal ihtiyaçlarını göz ardı edebilirler. Ayrıca, otoriter ve demokratik ebeveyn tutumları arasında da negatif bir ilişki olduğu saptanmıştır. Psikolojik esnekliğin yüksek olduğu ebeveynler, daha az otoriter ve daha fazla demokratik ebeveynlik tarzı sergilerler. Otoriter ebeveynlik, çocukların duygusal ve bağımsızlık

gelişimini engellerken, demokratik ebeveynlik bu alanlarda destekleyici olur. Demokratik ebeveynler, çocuklarıyla açık iletişim kurarak ve onların duygusal ihtiyaçlarını gözeterek olumlu ebeveyn-çocuk ilişkileri geliştirme eğilimindedirler. Bu nedenle, psikolojik esnekliğin ebeveyn tutumları üzerindeki etkisi, ebeveyn-çocuk ilişkilerinin kalitesini doğrudan etkileyebilmektedir. Bu bulgular, ebeveynlerin psikolojik esnekliklerini artırarak otoriter tutumlarını azaltmalarının ve demokratik tutumlarını güçlendirmelerinin, çocuklarıyla daha sağlıklı ve olumlu ilişkiler kurmalarına katkı sağlayacağını göstermektedir.

Yapılan araştırmada psikolojik esneklik, otoriter ebeveyn tutumu ve demokratik ebeveyn tutumu bağımsız değişken, olumlu ebeveyn çocuk ilişkisi bağımlı değişkendir. Buna bağlı olarak psikolojik esneklik ile olumlu ebeveyn çocuk ilişkisi arasında otoriter ebeveyn tutumu ve demokratik ebeveyn tutumu aracılık rolü incelenmiştir. Yapılan araştırmanın sonucunda 4- 6 yaş çocuğu olan ebeveynlerin psikolojik esneklik ile olumlu ebeveyn çocuk ilişkisi arasında otoriter ebeveyn tutumu ve demokratik ebeveyn tutumunun aracılık rolü olduğu görülmektedir.

Literatüre bakıldığında ve araştırmanın sonuçları incelendiğinde olumlu ebeveyn çocuk ilişkisi için psikolojik esneklik, otoriter ebeveyn tutumu ve demokratik ebeveyn tutumlarının önemli değişkenler olduğu görülmektedir. Bu araştırma 4-6 yaş çocuğu olan ebeveynlerin psikolojik esneklik ile olumlu ebeveyn çocuk ilişkisi arasındaki ilişkide otoriter ebeveyn tutumu ve demokratik ebeveyn tutumunun aracılık etkisini inceleyen ilk araştırma niteliğindedir.

6. SONUÇ VE ÖNERİLER

6.1. Sonuç

Bu araştırmada 4-6 yaş arası çocuğu olan ebeveynlerde olumlu ebeveyn-çocuk ilişkisinin demografik değişkenlere göre anlamlı bir fark olup olmadığı incelenmiştir. Aynı zamanda psikolojik esneklik, ebeveyn tutumları ve olumlu ebeveyn-çocuk ilişkisi düzeyleri arasındaki ilişki araştırılmıştır. Bu çerçevede, psikolojik esneklik ve ebeveyn-çocuk ilişkisi arasındaki ilişkide ebeveyn tutumunun aracılık rolü incelenmiştir. Araştırmanın sonuçları aşağıda sıralanmıştır:

1. 4-6 yaş arası çocuğu olan ebeveynlerin olumlu ebeveyn çocuk ilişki düzeyi ebeveynin yaş değişkenine göre anlamlı farklılık göstermemiştir.

2. 4-6 yaş arası çocuğu olan ebeveynlerin olumlu ebeveyn çocuk ilişki düzeyi ebeveynin eğitim düzeyi değişkenine göre anlamlı farklılık göstermemiştir.

3. 4-6 yaş arası çocuğu olan ebeveynlerin olumlu ebeveyn çocuk ilişki düzeyi ebeveynin çalışma durumu değişkenine göre anlamlı farklılık göstermemiştir.

4. 4-6 yaş arası çocuğu olan ebeveynlerin olumlu ebeveyn çocuk ilişki düzeyi çocuğun cinsiyeti değişkenine göre anlamlı farklılık göstermemiştir.

5. 4-6 yaş arası çocuğu olan ebeveynlerin olumlu ebeveyn çocuk ilişki düzeyi çocuğun yaş değişkenine göre anlamlı farklılık göstermemiştir

6. 4-6 yaş arası çocuğu olan ebeveynlerin psikolojik esneklikleri otoriter ebeveyn tutumunu yordamaktadır.

7. 4-6 yaş arası çocuğu olan ebeveynlerin psikolojik esneklikleri demokratik ebeveyn tutumunu yordamaktadır.

8. 4-6 yaş arası çocuğu olan ebeveynlerin otoriter ebeveyn tutumları demokratik ebeveyn tutumlarını yordamaktadır.

9. 4-6 yaş arası çocuğu olan ebeveynlerin otoriter ebeveyn tutumları olumlu ebeveyn çocuk ilişkisini yordamaktadır.

10. 4-6 yaş arası çocuğu olan ebeveynlerin demokratik ebeveyn tutum olumlu ebeveyn çocuk ilişkisini yordamaktadır.

11. 4-6 yaş arası çocuğu olan ebeveynlerin psikolojik esnekliği olumlu ebeveyn çocuk ilişkisini yordamaktadır.

12. 4-6 yaş arası çocuğu olan ebeveynlerin psikolojik esneklik ile olumlu ebeveyn çocuk ilişkisi arasında otoriter ebeveyn tutumunun aracılık rolü vardır.

13. 4-6 yaş arası çocuğu olan ebeveynlerin psikolojik esnekliğin olumlu ebeveyn çocuk ilişkisini yordamasında demokratik ebeveyn tutumu aracılık ettiği sonucuna ulaşılmıştır.

14. 4-6 yaş arası çocuğu olan ebeveynlerin psikolojik esneklik ile olumlu ebeveyn çocuk ilişkisi arasında otoriter ebeveyn tutumu ve demokratik ebeveyn tutumu aracı rolü bulunmuştur

6.2. Öneriler

Bu araştırmada, 4-6 yaş arasında çocuğu olan ebeveynlerin olumlu ebeveyn çocuk ilişkisi, çocuğun cinsiyeti, ebeveynin yaşı, ebeveynin eğitim düzeyi, çalışma durumu ve çocuğun yaşı değişkenlerine göre anlamlı farklılık göstermediği bulunmuştur. Araştırmanın bir diğer sonucunda 4-6 yaş arası çocuğu olan ebeveynlerde psikolojik esneklik ile olumlu ebeveyn-çocuk ilişkisinde otoriter ve demokratik ebeveyn tutumlarının sıralı aracı rolü olduğu ortaya koymuştur. Bu bağlamda, bulgulara dayalı olarak öneriler sunulmuştur.

6.2.1. Araştırmanın Sonucuna Yönelik Öneriler

- Yaş değişkenine göre incelendiğinde, araştırma bulguları değerlendirilirken, yaşın ebeveyn-çocuk ilişkileri üzerindeki etkisinin dolaylı olabileceğini ve bu ilişkilerin daha çok ebeveynlerin psikolojik esneklikleri, bilgi seviyeleri, bireysel özellikleri ve sosyal destek sistemleri ile ilişkili olduğunu vurgulamak faydalı olabilir. Ayrıca, yaşa dayalı farklılıkları daha iyi anlamak için daha geniş bir örneklem ve çeşitli sosyo-kültürel faktörleri içeren araştırmalar yapılabilir.

- Ebeveynlerin çalışma durumunun ebeveyn-çocuk ilişkileri üzerindeki etkilerini daha iyi anlayabilmek için, ebeveynlik stratejilerini, iş durumunun ebeveynlik üzerindeki dolaylı etkilerini ve ebeveynlerin çevresel destek sistemlerini dikkate alan kapsamlı araştırmalar yapılabilir. Ayrıca, ebeveynlerin çalışma durumu ile ebeveynlik ilişkileri arasındaki ilişkiyi etkileyen diğer faktörler, örneğin işin niteliği, çalışma saatleri ve aile destek programları, bu değerlendirmede göz önünde bulundurulabilinir.

- Çocuğun yaş değişkeni doğrultusunda, ebeveyn-çocuk ilişkilerini daha iyi anlamak ve desteklemek için ebeveynlerin genel ebeveyn tutumlarını, duygusal destek stratejilerini ve çocuklara yönelik davranışsal tutumlarını incelemek, ebeveyn-çocuk ilişkilerinin kalitesini daha iyi anlamaya yardımcı olabilir. Ayrıca, çocuğun yaş grubuna özgü ihtiyaçları ve gelişimsel aşamaları dikkate alan eğitim programları ve destekler, ebeveynlerin çocuklarıyla olumlu ilişkiler kurmalarına katkıda bulunabilir. Ebeveynlerin, çocuklarının yaş dönemine göre değişen ihtiyaçlarını fark etmeleri ve bu ihtiyaçlara uygun destek sunmaları, ilişkinin kalitesini artırmada önemli bir faktör olarak öne çıkmaktadır. Çocuğun yaş dönemine özgü ihtiyaçları ve gelişimsel gereksinimlerini anlayan ebeveynler, daha etkili ve uyumlu bir destek sunarak olumlu ebeveyn-çocuk ilişkilerini sürdürebilirler.

- Cinsiyet değişkenine göre bakıldığında ebeveyn-çocuk ilişkisinin kalitesi, çocukların cinsiyetinden bağımsız olarak, ebeveynlerin genel ebeveyn tutumlarına, duygusal destek ve iletişim becerilerine bağlı olduğu düşünülebilir. Bu bağlamda, ebeveynlere yönelik eğitim ve destek programlarının, çocukların cinsiyetine göre farklılaşmadan, ebeveynlik becerilerini güçlendirmeye odaklanması önerilir. Ebeveynlerin çocuklarına duyarlı ve destekleyici bir şekilde yaklaşmaları, olumlu ebeveyn-çocuk ilişkilerinin geliştirilmesinde daha etkili olabilir. Eğitim programları ve rehberlik hizmetleri, ebeveynlerin çocuklarının bireysel ihtiyaçlarına göre uyum sağlamalarına ve güçlü bir bağ kurmalarına yardımcı olacak şekilde planlanabilir.
- Öncelikle, ebeveynlerin psikolojik esneklik düzeylerini artırmak amacıyla eğitim programları ve atölye çalışmaları düzenlenebilir. Bu programlar,

ebeveynlerin stresle başa çıkma becerilerini geliştirmelerine, olumsuz duygusal deneyimlerini kabul etmelerine ve daha uyumlu ebeveynlik tutumları benimsemelerine yardımcı olabilir. Ebeveynlerin kendi duygusal tepkilerini daha iyi yönetmelerine ve çocuklarına karşı daha esnek ve anlayışlı bir tutum sergilemelerine olanak tanır. Eğitim programları, özellikle okul öncesi dönem ebeveynlerine yönelik olarak planlanmalı ve uygulamalı eğitimlerle desteklenmelidir.

- Ayrıca, demokratik ebeveyn tutumunu teşvik eden rehberlik ve danışmanlık hizmetleri sunulmalıdır. Bu hizmetler, ebeveynlerin çocuklarıyla daha açık ve saygılı bir iletişim kurmalarını sağlayarak olumlu ebeveyn-çocuk ilişkilerini destekleyebilir. Demokratik tutumları benimseyen ebeveynler, çocuklarının duygusal ve sosyal gelişimini desteklemek için daha etkin stratejiler geliştirebilirler. Rehberlik hizmetleri, ebeveynlerin çocuklarının bireysel ihtiyaçlarını daha iyi anlamalarına yardımcı olabilir ve bu ihtiyaçlara uygun şekilde yanıt vermelerini sağlayabilir.
- Ebeveynlerin otoriter tutumlardan kaçınmaları için farkındalık artırıcı eğitimler ve seminerler düzenlenmelidir. Otoriter tutumların çocukların duygusal gelişimi üzerindeki olumsuz etkileri hakkında bilgilendirme yapılmalı ve ebeveynlerin daha esnek ve anlayışlı tutumlar benimsemeleri teşvik edilmelidir. Bu bağlamda, otoriter tutumların çocuklar üzerinde yaratabileceği stres ve kaygının uzun vadeli etkileri konusunda ebeveynler bilinçlendirilmelidir. Eğitimlerde, otoriter tutumların olumsuz sonuçlarını azaltmak için uygulanabilecek alternatif ebeveynlik stratejileri hakkında bilgi verilebilir.

6.2.2. Gelecekte Yapılacak Araştırmalara Yönelik Öneriler

- Öncelikle bu araştırmanın bulgularını farklı kültürel ve sosyoekonomik gruplarda tekrarlayarak psikolojik esneklik ile ebeveyn tutumlarının olumlu ebeveyn-çocuk ilişkisi üzerindeki etkisini daha geniş bir perspektiften değerlendirmek önemlidir. Kültürel ve sosyoekonomik farklılıklar, ebeveyn tutumlarını ve çocuk yetiştirme uygulamalarını etkileyebilir, bu nedenle bu değişkenlerin nasıl etkileşime girdiğini anlamak, daha kapsamlı ve genellenebilir sonuçlar elde etmeye yardımcı olabilir.

- Farklı yaş gruplarındaki çocuklara sahip ebeveynler üzerinde de benzer araştırmalar yapılarak, psikolojik esneklik ve ebeveyn tutumlarının çocukların gelişim evrelerine göre nasıl değiştiği belirlenebilir. Ergenlik dönemi gibi kritik gelişim aşamalarında ebeveyn tutumlarının ve psikolojik esnekliğin rolü, çocukların bağımsızlık ve kimlik geliştirme süreçleri üzerinde önemli etkilere sahip olabilir.
- Ebeveynlerin psikolojik esneklik düzeylerini artırmaya yönelik müdahale programları geliştirerek, bu programların ebeveyn-çocuk ilişkisi ve çocukların genel psikolojik refahı üzerindeki etkileri araştırılabilir. Özellikle, psikolojik esnekliği artırmayı amaçlayan eğitim ve destek programlarının ebeveynlik uygulamalarını nasıl iyileştirdiği ve bu iyileştirmelerin çocukların davranış ve duygusal sağlığı üzerindeki etkileri değerlendirilebilinir.

KAYNAKÇA

Abdollahzadeh Rafi, M., Mohamadi, H., & Rafiei Boldaji, M. (2022). Investigatingthe relationship between maternal psychological flexibility in parenting and adolescent depression. *Journal of Pediatric Nursing, 8*(3), 8-15.

Adler, A. (2005). *Çocuk eğitimi* (Kamuran Şipal, Çev.). Cem Yayınevi.

Adler, A. (2005). *İnsanı tanıma sanatı*. Say Yayınları.

Ainsworth, M. D. S. (1989). Attachments beyond infancy. *American Psychologist, 44*(4), 709-716.

Ainsworth, M. D. S., Blehar, M. C., Waters, E., & Wall, S. (1978). *Patterns of attachment: A psychological study of the strange situation*. Hillsdale, NJ: Lawrence Erlbaum Associates.

Alkış, B. (2015). *Ebeveyn tutumları ile okul öncesi dönem çocuklarının davranış problemleri arasındaki ilişkide çocukların empati ve sosyal beceri düzeylerinin rolü* (Yayın No. 413971)[Yüksek lisans tezi, Adnan Menderes Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü]. YÖK Ulusal Tez Merkezi.

Arabacıoğlu, B. (2019). *Okul öncesi dönem çocuklarının okula uyum düzeyleri ile ebeveyn tutumları ve çocuğun mizaç özellikleri arasındaki ilişkinin incelenmesi* (Yayın No. 547549) [Yüksek lisans tezi, Bursa Uludağ Üniversitesi]). YÖK Ulusal Tez Merkezi.

Areepattamannil, S. (2010). Parenting practices, parenting style, and children's school achievement. *Psychological Studies, 55*, 283-289.

Aslan, Ş., & Turk, F. (2022). Bilişsel esneklik ve psikolojik esnekliklerinin kavramlarının karşılaştırılması. *Psikiyatride Güncel Yaklaşımlar, 14*(1), 119-130. https://doi.org/10.18863/pgy.917360

Aytaç, B., Çen, S., & Yüceol, G. P. (2018). Ebeveyn-Çocuk İlişkisi Ölçeğinin Türkçe uyarlaması: Geçerlik ve güvenilirlik çalışması. *Çocuk ve Gençlik Ruh Sağlığı Dergisi, 25*(3), 209-221.

Babore, A., Trumello, C., Candelori, C., Paciello, M., & Cerniglia, L. (2016). Depressive symptoms, self-esteem and perceived parent–child relationship in early adolescence. *Frontiers in Psychology, 7* https://doi.org/10.3389/fpsyg.2016.00982

Bachman, L. F. (2004). *Statistical analyses for language assessment*. Cambridge University Press.

Baldwin, J. M. (1906). *Mental development in the child and the race: Methods and processes*. Macmillan.

Baltes, P. B. (2003). Theoretical propositions of life-span developmental psychology: On the dynamics between growth and decline. *Developmental Psychology, 23*(5), 611-626.

Bandura, A., & Walters, R. H. (1977). *Social learning theory* (pp. 141-154). Prentice Hall.

Barber, B. K. (1996). Parental psychological control: Revisiting a neglected construct. *Child Development, 67*, 3296-3319.

Baumrind, D. (1966). Effects of authoritative parental control on child behavior. *Child Development, 37*(4), 887-907. https://doi.org/10.2307/1126611

Baumrind, D. (1991). The influence of parenting style on adolescent competence and substance use. *Journal of Early Adolescence, 11*(1), 56-95.

Belsky, J. (1984). The determinants of parenting: A process model. *Child Development, 55*(1), 83-96. https://doi.org/10.2307/1129836

Bilgen, A. (2021). Contextual self and its implications for personal growth. *Journal of Psychological Research, 35*(3), 410-425.

Bonanno, G. A. (2004). Loss, trauma, and human resilience: Have we underestimated the human capacity to thrive after extremely aversive events? *American Psychologist, 59*(1), 20-28. https://doi.org/10.1037/0003-066X.59.1.20

Bowen, M. (1978). *Family therapy in clinical practice*. Jason Aronson.

Bowlby, J. (1969). *Attachment and loss: Vol. 1. Attachment*. Basic Books.

Bowlby, J. (1977). The making and breaking of affectional bonds: II. Some principles of psychotherapy: The fiftieth Maudsley lecture (expanded version). *The British Journal of Psychiatry, 130*(5), 421-431.

Bowlby, J. (1980). *Attachment and loss: Vol. 3. Loss, sadness and depression*. Basic Books.

Bowlby, J. (1988). *A secure base: Parent-child attachment and healthy human development*. Basic Books.

Bozkurt Yükçü, Ş., İzoğlu Tok, A., Güngör, İ., Işık Uslu, A., Taştekın, E., & Demircioğlu, H. (2021). Ön ergenlik döneminde sosyal duygusal öğrenme

becerileri, akran algıları ve ebeveyn tutum algılarının incelenmesi. *Sosyal Bilimler Dergisi, 8*(53), 40-50

Bradley, S. J. (2000). *Affect regulation and the development of psychopathology*. Guilford Press.

Brassell, A. A., Rosenberg, E., Parent, J., Rough, J. N., Fondacaro, K., & Seehuus, M. (2016). Parent's psychological flexibility: Associations with parenting and child psychosocial well-being. *Journal of Contextual Behavioral Science, 5*(2), 111-120. https://doi.org/10.1016/j.jcbs.2016.03.001

Bretherton, I. (1992). The origins of attachment theory: John Bowlby and Mary Ainsworth. *Developmental Psychology, 28*(5), 750-760.

Bronfenbrenner, U. (1979). *The ecology of human development: Experiments by nature and design*. Harvard University Press.

Brown, K. W., & Ryan, R. M. (2003). The benefits of being present: Mindfulness and its role in psychological well-being. *Journal of Personality and Social Psychology, 84*(4), 822.

Bruner, S. J. (1991). *Bir öğretim kuramına doğru*. Ankara: Ankara Üniversitesi Basımevi. (Çev: Varış, F., Gürhan, T.)

Burke, K., & Moore, S. (2015). Development of the parental psychological flexibility questionnaire. *Child Psychiatry & Human Development, 46*, 548-557.

Can, A. (2022). *SPSS ile bilimsel araştırma sürecinde nicel veri analizi*. Pegem Akademi Yayıncılık.

Canatan, K. (2020). Geleneksel ve modern ailelerde çocuk yetiştirme tutumları. *İstanbul Sabahattin Zaim Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi, 8*(16), 151-165.

Cankardaş, S. (2019). Kadın ve erkeklerde olumsuz değerlendirilme korkusunun belirlenmesinde algılanan ebeveyn tutumları ve benlik saygısının rolü. *Psikoloji Çalışmaları*, 39(1), 79-97.

Ceylan, Ö. (2017). *Anne baba tutumları ile çocuğun sosyalleşme süreci arasındaki ilişki: Okul öncesi örneği* (Yayın No. 525392) [Yüksek lisans tezi, İstanbul Gelişim Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü]. YÖK Ulusal Tez Merkezi.

Cochran, M., & Niego, S. (2002). Parenting and social networks. In *Handbook of parenting volume 4: Social conditions and applied parenting* (pp. 122).

Coyne, L. W., & Murrell, A. R. (2021). *Keyifli ebeveynlik* (H. Sap, Çev.; K. F. Yavuz & T. Kara, Ed.). Kadem Yapım Medya İletişim ve Piyasa Araş. Org. San. ve Tic. Ltd. Şti. (Original work published 2009).

Creswell, J. W. (2017). *Eğitim araştırmaları: Nicel ve nitel araştırmanın planlanması, yürütülmesi ve değerlendirilmesi*. Edam.

Crnic, K., & Ross, E. (2017). Parenting stress and parental efficacy. In M. G. M. de Haan & J. L. R. L. de Haan (Eds.), *Parental stress and early child development* (pp. 263-284). Springer.

Crowell, J. A., & Treboux, D. (1995). A review of adult attachment measures: Implications for theory and research. *Social Development, 4*(3), 294-327. https://doi.org/10.1111/j.1467-9507.1995.tb00078.x

Cummings, E. M., & Schatz, J. N. (2012). Family conflict, emotional security, and child development: Translating research findings into a prevention program for community families. *Clinical Child and Family Psychology Review, 15*(1), 14-27. https://doi.org/10.1007/s10567-012-0112-8

Cüceloğlu, D. (2018). *Geliştiren anne baba*. Remzi Kitabevi.

Çakır, B., & Dilmaç, B. (2023). Duygusal farkındalık, psikolojik esneklik ve yaşam doyumu arasındaki yordayıcı ilişkiler. *Necmettin Erbakan Üniversitesi Ereğli Eğitim Fakültesi Dergisi, 5*(1), 142-159.

Çalışkan, N., & Aslanderen, M. (2014). Aile içi iletişim ve siber yaşam: Teorik bir çözümleme. *Ahi Evran Üniversitesi Kırşehir Eğitim Fakültesi Dergisi, 15*(2), 263-277.

Çelik, Z. (2022). *Erken çocukluk döneminde çocuk davranışları, ebeveyn tutumu ve duygu sosyalleştirme davranışları arasındaki ilişkinin incelenmesi* (Yayın No. 741957) [Yüksek lisans tezi, İstanbul Medipol Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü]. YÖK Ulusal Tez Merkezi.

Damon, W. (1988). *The moral child: Nurturing children's natural moral growth*. The Free Press.

Darling, N., & Steinberg, L. (1993). Parenting style as context: An integrative model. *Psychological Bulletin, 113*(3), 487-496. https://doi.org/10.1037/0033-2909.113.3.487

Dawson, D. L., & Golijani-Moghaddam, N. (2020). COVID-19: Birleşik Krallık'ta salgın sırasında psikolojik esneklik, başa çıkma, zihinsel sağlık ve refah. *Bağlamsal Davranış Bilimi Dergisi, 17*, 126-134. https://doi.org/10.1016/j.jcbs.2020.05.005

Demir, G. (2023). *Duygu düzenleme güçlüğü ile algılanan ebeveyn tutumu ilişkisinde reddedilme duyarlılığı ve öz-şefkatin aracı rolü* (Yayın No. 829986) [Yüksek Lisans Tezi, Marmara Üniversitesi]. YÖK Ulusal Tez MerkeziDemir Karabulut, E., & Şendil, T. (2008). Ebeveyn tutum ölçeği (ETÖ). *Türk Psikoloji Yazıları, 11*(21), 15-27. https://doi.org/10.3916/jp06-01-07

Deniz, M. (2018). *Çocuk gelişimi ve eğitimi*. Pegem Akademi.

Deniz, M. E. (2018). *Eğitim psikolojisi.* Pegem Akademi.

Dereli, E., & Dereli, B. M. (2017). Ebeveyn-çocuk ilişkisinin okul öncesi dönem çocuklarının psikososyal gelişimlerini yordaması. *Van Yüzüncü Yıl Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi, 14*(1), 227-258.

Derman, M. T., Türen, Ş., & Buntürk, T. (2020). Okul öncesi çocukların empati bölümleri ile annelerinin ebeveyn tutumları arasındaki ilişkinin incelenmesi. *Erken Çocukluk Çalışmaları Dergisi, 4*(3), 336-368. https://doi.org/10.24130/eccd-jecs.1967202042188

Dixon, M. R., Hayes, S. C., & Belisle, J. (2023). *Acceptance and commitment therapy for behavior analysts: A practice guide from theory to treatment*. Routledge.

Döker, T. (2020). Dört-altı yaş çocukların sosyal ve oyun davranışları ile ebeveyn tutumları arasındaki ilişkinin incelenmesi (Yayın No. 638096) [Yüksek Lisans Tezi, İnönü Üniversitesi]. YÖK Ulusal Tez Merkezi.

Dönmez, A. (2000). Bağlanma: Yakın ilişkilerle ilgili araştırmalar için bir çerçeve. *Türk Psikoloji Bülteni, 16*, 29-50. https://doi.org/10.2307/353212

Dönmezer, I. (1999). *Ailede iletişim ve etkileşim*. Sistem Yayıncılık.

DuFrene, T., & Wilson, K. (2012). *The wisdom to know the difference: An acceptance and commitment therapy workbook for overcoming substance abuse*. New Harbinger Publications.

Eisenberg, N., Fabes, R. A., & Spinrad, T. L. (2007). Prosocial development. In W. Damon & R. M. Lerner (Eds.), *Handbook of child psychology: Social, emotional, and personality development*. Wiley.

Ellis, A. (1994). *Reason and emotion in psychotherapy: A comprehensive method of treating human disturbances: Revised and updated*. Citadel Press.

Erikson, E. H. (1968). *Identity: Youth and crisis*. Norton.

Erikson, E. H. (1984). Reflections on the last stage—and the first. *The Psychoanalytic Study of the Child, 39*(1), 155-165. https://doi.org/10.1080/00797308.1984.1182342

Eroğlu, F., & Parlar, H. (2018). Evli kadın ve erkeklerde psikolojik iyi oluşun ebeveyn tutumuna etkisinin incelenmesi. *İstanbul Ticaret Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi, 17*(33), 89-101.

Erozkan, A. (2012). Examination of relationship between anxiety sensitivity and parenting styles in adolescents. *Educational Sciences: Theory and Practice, 12*(1), 52-57.

Festa, C. C., & Ginsburg, G. S. (2011). Parental and peer predictors of social anxiety in youth. *Child Psychiatry and Human Development, 42*, 291-306. https://doi.org/10.1007/s10578-011-0215-8

Fine, M. A., Moreland, J. R., & Schwebel, A. I. (1983). Long-term effects of divorce on parent-child relationships. *Developmental Psychology, 19*, 703-713. https://doi.org/10.1037/0012-1649.19.5.703

Fivush, R., & Duke, D. (2014). The development of narrative identity in the family context. In D. Fivush & C. H. Haden (Eds.), *Handbook of narrative identity* (pp. 58-76). Oxford University Press.

Fletcher, A. C., Steinberg, L., & Williams-Wheeler, M. (2004). Parental influences on adolescent problem behavior: Revisiting Stattin and Kerr. *Child Development, 75*(3), 781-796. https://doi.org/10.1111/j.1467-8624.2004.00706.x

Flujas-Contreras, J. M., Recio-Berlanga, Á., Andrés, M. P., Fernández-Torres, M., Sánchez-López, P., & Gómez, I. (2023). The relationship between parental stress and psychological adjustment of the children: The role of parental psychological flexibility as a mediator. *Journal of Contextual Behavioral Science, 29*, 202-208. https://doi.org/10.1016/j.jcbs.2023.07.006

Fonseca, A., Moreira, H., & Canavarro, M. C. (2020). Uncovering the links between parenting stress and parenting styles: The role of psychological flexibility within parenting and global psychological flexibility. *Journal of Contextual Behavioral Science, 18*, 59-67. https://doi.org/10.1016/j.jcbs.2020.08.004

Fontaine, J. R. J., Luyten, P., De Boeck, P., & Molenberghs, G. (2016). The psychological flexibility model: Development and validation of a scale. *European Journal of Psychological Assessment, 32*(2), 123-129. https://doi.org/10.1027/1015-5759/a000377

Freud, S. (1971). *Introductory lectures on psychoanalysis*. Hogarth Press.

Gander, M. J., & Gardiner, H. W. (2001). *Çocuk ve ergen gelişimi*. Nobel Yayın Dağıtım.

Gayretli, S., & Düzkaya, D. S. (2023). Pandemi sürecinde ebeveynlerin koronavirüs anksiyete düzeyinin ebeveyn çocuk ilişkisine etkisi. *Black Sea Journal of Health Science, 6*(1), 1-10. https://doi.org/10.5281/zenodo.7351262

Gershoff, E. T. (2002). Corporal punishment, physical abuse, and the burden of proof: Reply to Baumrind, Larzelere, and Cowan (2002), Holden (2002), and Parke (2002). *Child Development, 73*(2), 529-540. https://doi.org/10.1111/1467-8624.00421

Ginsburg, G. S., & Bronstein, P. (1993). Family factors related to children's intrinsic/extrinsic motivational orientation and academic performance. *Child Development, 64*(6), 1461-1474. https://doi.org/10.1111/j.1467-8624.1993.tb02964.x

Glasser, W. (1985). Discipline has never been the problem and isn't the problem now. *Theory Into Practice, 24*(4), 241-246. https://doi.org/10.1080/00405848509543181

Gottlieb, L. (2011). How to land your kid in therapy: Why the obsession with our kids' happiness may be dooming them to unhappy adulthoods. *The Atlantic*. https://www.theatlantic.com/health/archive/2011/03/how-to-land-your-kid-in-therapy/72990/

Gottman, J., & DeClaire, J. (1997). *The heart of parenting: Raising an emotionally intelligent child*. Simon & Schuster.

Güven, S. N. (2024). *Ebeveyn-çocuk ilişkisinin niteliğinin ve ebeveyn rolüne ilişkin kendilik algısının ebeveyn stresine etkisinin incelenmesi* . (Yayın No. 845064) [Yüksek lisans tezi, Marmara Üniversitesi]. YÖK Ulusal Tez Merkezi.

Harris, R. (2008). *The happiness trap: How to stop struggling and start living: A guide to ACT*. Trumpeter Books.

Harter, S. (1998). The development of self-representations. In W. Damon & N. Eisenberg (Eds.), *Handbook of child psychology: Social, emotional, and personality development* pp. 553-617). Wiley.

Hayes, A. F. (2022). *Introduction to mediation, moderation, and conditional process analysis*. The Guilford Press.

Hayes, S. C., Luoma, J. B., Bond, F. W., Masuda, A., & Lillis, J. (2006). Acceptance and commitment therapy: Model, processes and outcomes. *Behaviour Research and Therapy, 44*, 1-25. https://doi.org/10.1016/j.brat.2005.06.006

Hayes, S. C., Pistorello, J., & Levin, M. E. (2012). Acceptance and commitment therapy as a unified model of behavior change. *The Counseling Psychologist, 40*(7), 976-1002. https://doi.org/10.1177/0011000012460836

Hayes, S. C., Strosahl, K. D., & Wilson, K. G. (1999). *Acceptance and commitment therapy: Understanding and treating human suffering*. Guilford Press.

Hayes, S. C., Strosahl, K. D., & Wilson, K. G. (2012). *Acceptance and commitment therapy: The process and practice of mindful change*. Guilford Press.

Hayes, S. C., Strosahl, K. D., Wilson, K. G., Bisset, R. T., Pistorello, J., Toarmino, D., McCurry, S. M. (2004). Measuring experiential avoidance: A preliminary test of a working model. *The Psychological Record, 54*(4), 553-578. https://doi.org/10.1007/BF03395492

Hayes, S. C., Villatte, M., Levin, M. E., & Hildebrandt, M. (2011). Open, aware, and active: Contextual approaches as an emerging trend in the behavioral and cognitive therapies. *Annual Review of Clinical Psychology, 7*, 141-168. https://doi.org/10.1146/annurev-clinpsy-032210-104449

Hayes, S. C., Wilson, K. G., Gifford, E. V., Follette, V. M., & Strosahl, K. D. (1996). Experiential avoidance and behavioral disorders: A functional dimensional approach to diagnosis and treatment. *Journal of Consulting and Clinical Psychology, 64*(6), 1152-1168. https://doi.org/10.1037/0022-006X.64.6.1152

Hetherington, E. M., & Clingempeel, W. G. (1992). Coping with marital transitions: A family systems perspective. *Monographs of the Society for Research in Child Development, 57*(2), 1-207.

Hinde, R. A., & Stevenson-Hinde, J. (1987). *Relations within families: Mutual influences*. Clarendon Press

Hoffman, M. L. (1996). Empathy and moral development. *The annual report of educational psychology in Japan, 35*, 157-162.

İkiz, S., & Samur, A. O. (2016). Okul öncesi dönem çocuklarında fiziksel ve ilişkisel saldırganlığın ebeveyn tutumları açısından incelenmesi. *Mustafa Kemal Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi, 13*(35).

Jiang, S., Jiang, C., Cheng, Y., & Hu, W. (2023). Understanding the relationship between corporal punishment and adolescent externalizing problems: The roles of psychological distress and parent-child relationship. *Current Psychology, 42*(31), 27668-27677.

Webb, J., & Musello, C. (2019). *Çocuklukta İhmalin İzi: Boşluk Hissi*. Sola Unitas Yayınları.

Kantrowitz, B., & Tyre, P. (2006). Helicopter parents. *Newsweek, 147*(11), 62-64.

Karabulut Demir, E., & Şendil, T. (2008). Ebeveyn tutum ölçeği (ETÖ). *Türk Psikoloji Yazıları, 11*(21), 15-27.

Kashdan, T. B., & Rottenberg, J. (2010). Psychological flexibility as a fundamental aspect of health. *Clinical Psychology Review, 30*(7), 865-878. https://doi.org/10.1016/j.cpr.2010.03.001

Kaya, M. (1997). Ailede anne-baba tutumlarının çocuğun kişilik ve benlik gelişimindeki rolü. *19 Mayıs Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi, 9*(9), 193-204.

Kılıç, M. (2020). *Ebeveynlerin çocuk istismarına yönelik farkındalık düzeyinin ebeveyn-çocuk ilişkisine etkisi* [Yayımlanmamış yüksek lisans tezi, İnönü Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü].

Kılıç Hawarneh, Ö. (2024). *X ve y kuşağı bireylerinde öz-eleştirel ruminasyon ve psikolojik sağlamlık arasındaki ilişkinin algılanan ebeveyn tutumu bağlamında incelenmesi.* (Yayın No. 858387) [Yüksek lisans tezi, Haliç Üniversitesi]. YÖK Ulusal Tez Merkezi.

Knauth, D. G. (2000). Predictors of parental sense of competence for the couple during the transition to parenthood. *Research in Nursing and Health, 23*, 496-509. doi:10.1002/1098-240X(200012)23:63.0.CO;2-1

Koç, M. (2015). Ailenin karşıladığı temel psikolojik ihtiyaçlar. *KADEM Kadın Araştırmaları Dergisi, 1*(1), 54-73.

Kök, E. E., & Ünal, F. (2018). Ebeveynlerin çocukları ile ilişkilerinin bazı değişkenler açısından incelenmesi. *Kastamonu Education Journal, 26*(5), 1437-1446. https://doi.org/10.24106/kefdergi.1967

Köksal Akyol, A., & Koçer Çiftçibaşı, H. (2005). Okul öncesi öğretmen adaylarının empatik beceri düzeylerinin belirlenmesi. *Eurasian Journal of Educational Research (EJER), 21*.

Krevans, J., & Gibbs, J. C. (1996). Parents' use of inductive discipline: Relations to children's empathy and prosocial behavior. *Child Development, 67*(6), 3263-3277.

Kritzas, N., & Grobler, A. A. (2005). The relationship between perceived parenting styles and resilience during adolescence. *Journal of Child and Adolescent Mental Health, 17*(1), 1-12.

Kuzgun, Y., & Eldeleklioğlu, J. (1999). Ana baba tutum ölçeğinin geliştirilmesi. *Uludağ Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi, 12*(1), 63-68.

Laible, D. J. (2000). Parent-child conflict in the toddler years: Lessons in emotion, morality, and relationships. The University of Nebraska-Lincoln.

Lamb, M. E. (1998). Parental behavior, family processes, and child development in nontraditional and traditionally understudied families. In *Parenting and child development in nontraditional families* (pp. 1-14). Psychology Press.

Lobato, D., Montesinos, F., & Flujas-Contreras, J. M. (2022). Psychological flexibility is associated with parental stress in relatives of people with intellectual disabilities. *International Journal of Environmental Research and Public Health, 19*(10), 6118.

Luoma, J. B., Hayes, S. C., & Walser, R. D. (2010). *Learning ACT: An acceptance & commitment therapy skills-training manual for therapists*. New Harbinger Publications.

Luoma, J. B., Hayes, S. C., Walser, R. D., Roget, N., Padilla, M., & O'Toole, M. S. (2011). Self-stigma in substance abuse: Development of a new measure. *Journal of Substance Abuse Treatment, 41*(3), 169-175.

Maccoby, E. E. (1994). The role of parents in the socialization of children: An historical overview. In R. D. Parke, P. A. Ornstein, J. J. Rieser, & C. Zahn-Waxler (Eds.), *A century of developmental psychology* (pp. 589–615). American Psychological Association. https://doi.org/10.1037/10155-021

Marano, H. E., & Skenazy, L. (2011). Why parents should stop overprotecting kids and let them play: An interview with Hara Estroff Marano and Lenore Skenazy. *American Journal of Play, 3*(4), 423-442.

Maraşlıoğlu, A. (2022). *Ebeveyn çocuk ilişkisi ve toplumsal cinsiyet rolleri tutumu ile ebeveynlerin yetersizlik duygusu arasındaki ilişkinin incelenmesi* [Yayımlanmamış yüksek lisans tezi, İstanbul Sabahattin Zaim Üniversitesi].

Marsh, H. W. (2002). Casual ordering of academic self-concept and achievement. Paper presented at the 2nd biennial international conference of the Self-concept Enhancement Learning Facilitation Centre 'Self-Concept Research: Driving International Research Agendas' (6-8 August, 2002, Sydney).

Martella, R. C., Nelson, J. R., Morgan, R. L., & Marchand-Martella, N. E. (2013). *Understanding and interpreting educational research*. Guilford Press.

Maslow, A. H. (1943). A theory of human motivation. *Psychological Review, 50*(4), 370-396. https://doi.org/10.1037/h0054346

McClintock, S. L. (1983). Interaction as a multi-layered process. *Communication Research, 10*(3), 323-341.

Miller, K. I., Stiff, J. B., & Ellis, B. H. (1988). Communication and empathy as precursors to burnout among human service workers. *Communication Monographs, 55*, 250-265.

Morris, A. S., Silk, J. S., Steinberg, L., Myers, S. S., & Robinson, L. R. (2007). The role of the family context in the development of emotion regulation. *Social Development, 16*(2), 361-388. https://doi.org/10.1111/j.1467-9507.2007.00389.x

Moyer, D. N., & Sandoz, E. K. (2015). The role of psychological flexibility in the relationship between parent and adolescent distress. *Journal of Child and Family Studies, 24*, 1406-1418.

Muris, P., Mayer, B., Meesters, C. (2000). Self-reported attachment style, anxiety, and depression in children. *Social Behavior and Personality: An İnternational Journal*, 28(2), 157-162.

Murray, H. A. (1938). *Explorations in personality*. Oxford University Press.

Newton, E. K., Laible, D., Carlo, G., Steele, J. S., & McGinley, M. (2014). Do sensitive parents foster kind children, or vice versa? Bidirectional influences between children's prosocial behavior and parental sensitivity. *Developmental Psychology, 50*, 1808–1816.

Ogelman, H. G., Önder, A., Seçer, Z., & Erten, H. (2013). Anne tutumlarının 5-6 yaş çocuklarının sosyal becerilerini ve okula uyumlarını yordayıcı etkisi. *Selçuk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 29, 143-152.

Orak, D.(2023). *Okul öncesi dönemde çocuğu olan annelerin algıladığı ebeveyn tutumu ve kendi ebeveyn tutumunun, çocuklarının yaşadığı duygusal ve davranışsal problemlere olan yordayıcı etkisi.* (Yayın No. 865532) [Yüksek lisans tezi, İstanbul Gedik Üniversitesi]. YÖK Ulusal Tez Merkezi.

Öngider, N. (2013). Anne-Baba ile okul öncesi çocuk arasındaki ilişki. *Psikiyatride Güncel Yaklaşımlar, 5*(4), 420-440. https://doi.org/10.5455/cap.20130527

Özyürek, A. (2004*). Kırsal bölge ve şehir merkezinde yaşayan anne-babaların çocuk yetiştirme tutumlarının incelenmesi* [Yayımlanmamış yüksek lisans tezi, Gazi Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü].

Padilla-Walker, L. M., Nelson, L. J., & Knapp, D. J. (2014). "Because I'm still the parent, that's why!" Parental legitimate authority during emerging adulthood. *Journal of Social and Personal Relationships, 31*(3), 293-313.

Parsak, B., & Kuzucu, Y. (2020). Ebeveyn tutumları ile okul öncesi dönem çocuklarında saldırganlık arasındaki ilişkide çocukların empati ve sosyal becerilerinin rolü. *Humanistic Perspective, 2*(3), 347-374. https://doi.org/10.47793/hp.778702

Piaget, J. (1952). *The origins of intelligence in children*. International Universities Press.

Pontania, A., & Salim, A. (2019). Parenting styles and children's empathy. *Journal of Child Psychology and Psychiatry*. https://doi.org/10.21512/humaniora.v10i2.5476

Popov, L. M., & Ilesanmi, R. A. (2015). Parent-child relationship: Peculiarities and outcome. *Review of European Studies, 7*, 253.

Preacher, K. J., & Hayes, A. F. (2008). Asymptotic and resampling strategies for assessing and comparing indirect effects in multiple mediator models. *Behavior Research Methods, 40*(3), 879-891.

Pruett, K. D. (1985). Oedipal configurations in young father-raised children. *The Psychoanalytic Study of the Child, 40*(1), 435-456. https://doi.org/10.1080/00797308.1985.11823041

Ritter, E. N. (2005). Parenting styles: Their impact on the development of adolescent resiliency. Capella University.

Rogers, C. R. (1959). A theory of therapy, personality, and interpersonal relationships: As developed in the client-centered framework. In S. Koch (Ed.), *Psychology: A study of a science* (Vol. 3, pp. 184-256). McGraw-Hill.

Rogers, C. R. (2003). *On becoming a person: A therapist's view of psychotherapy*. Houghton Mifflin Harcourt.

Sahoo, S., Kohli, A., Sharma, A., & Padhy, S. K. (2015). J. Indian Assoc. Child Adolesc. Ment. Health 2015; 11 (4): 279-305. *Journal of Indian Association for Child and Adolescent Mental Health, 11*(4), 279-305.

Santiago, P. N., & Gall, T. L. (2016). Acceptance and commitment therapy as a spiritually integrated psychotherapy. *Counseling and Values, 61*(2), 239–254. https://doi.org/10.1002/cvj.12040

Santrock, J. W. (2013). *Yaşam Boyu Gelişim - Gelişim Psikolojisi* (G. Yüksel, Ed.). Nobel Yayınları.

Sezer, Ö., & Oğuz, V. (2010). Üniversite öğrencilerinde kendilerini değerlendirmelerinin anne baba tutumları ve bazı sosyodemografik değişkenler açısından incelenmesi. *Kastamonu Eğitim Dergisi, 18*(3), 743-758.

Siegel, D. J. (2004). Attachment and self-understanding: Parenting with the brain in mind. *Journal of Prenatal and Perinatal Psychology and Health, 18*, 273-286.

Sokol, J. T. (2009). Identity development throughout the lifetime: An examination of Eriksonian theory. *Graduate Journal of Counseling Psychology, 1*(2), 14-25. https://epublications.marquette.edu/gjcp/vol1/iss2/14

Steinberg, L. (2007). *Ergenlik*. İmge Kitabevi.

Stiffelman, S. (2015). *Parenting with Presence: Practices for Raising Conscious, Confident, Caring Kids*. New World Library.

Stocker, C., Ahmed, K., & Stall, M. (1997). Marital satisfaction and maternal emotional expressiveness: Links with children's sibling relationships. *Social Development, 6*, 373-385.

Stratton, S. J. (2021). Population research: Convenience sampling strategies. *Prehospital and Disaster Medicine, 36*(4), 373-374.

Sümer, N., Gündoğdu Aktürk, E., & Helvacı, E. (2010). Anne-baba tutumu ve sonuçlarının psikolojik etkileri: Türkiye'de yapılan toplu bakış. *Türk Psikoloji Yazıları, 13*(25), 42-59.

Şenol, F. B., & Karaca, N. H. (2020). Okul öncesi dönem çocuklarının benlik kavramı ve ebeveyn tutumları arasındaki ilişkinin incelenmesi. *Mehmet Akif Ersoy Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi, 54*, 1-19. https://doi.org/10.21764/maeuefd.606614

Şentürk, Ü. (2012). Parçalanmış aile çocuklarının eğitimdeki başarı/başarısızlık durumu (Malatya örneği 2006). *Sosyal Politika Çalışmaları Dergisi, 7*(29), 105-126.

Taormina, R. J., & Gao, J. H. (2013). Maslow and the motivation hierarchy: Measuring satisfaction of the needs. *The American Journal of Psychology, 126*(2), 155-177.

Tezel Şahin, F. (2014). Anne-çocuk ilişkisi ve bu ilişkiyi etkileyen faktörler. *Uluslararası Spor Kültürü ve Bilim Dergisi, 2*(3), 79-88. https://doi.org/10.14486/IJSCS203

Turner, E. A., Jensen-Doss, A., & Heffer, R. W. (2015). Ethnicity as a moderator of how parents' attitudes and perceived stigma influence intentions to seek child mental health services. *Cultural Diversity and Ethnic Minority Psychology, 21*(4), 613-618.

Tuzgöl, M. (1998). Ana-baba tutumları farklı lise öğrencilerinin saldırganlık düzeylerinin çeşitli değişkenler açısından incelenmesi [Yayımlanmamış yüksek lisans tezi, Hacettepe Üniversitesi].

Türk Dil Kurumu. (t.y.). *Güncel Türkçe sözlük*. https://sozluk.gov.tr/

Underwood, M. K., & Rosen, L. H. (Eds.). (2013). *Social development: Relationships in infancy, childhood, and adolescence*. Guilford Publications.

Usta, F. (2017). *Kabul ve kararlılık terapisi yönelimli psiko-eğitim programının ergenlerin sosyal görünüş kaygısı ve kabul ve eyleme geçme düzeylerine etkisi* (Yayın No 462299) [Doktora tezi. Sakarya Üniversitesi]. YÖK Ulusal Tez Merkezi.

Uygur, S. S., & Karaca, R. (2020). Psikolojik esneklik ölçeği: geliştirilmesi, geçerliği ve güvenirliği. *Turkish Studies Education, 15*(5), 3797-3826. https://dx.doi.org/10.47423/TurkishStudies.44949

Uykan, E., & Akkaynak, M. (2019). Ebeveyn tutumları ile çocukların öz düzenlemeleri arasındaki ilişkinin incelenmesi. *Akademik Tarih ve Düşünce Dergisi*, *6*(3), 1620-1644.

Vandewater, E. A., & Lansford, J. E. (1998). Influences of family structure and parental conflict on children's well-being. *Family Relations, 47*(3), 323-330.

Walker, L. M., & Nelson, L. J. (2012). The effects of helicopter parenting on college students' well-being. *Emerging Adulthood, 1*(1), 1-11. https://doi.org/10.1177/2167696815576458

Wood, M. J., & Brink, P. J. (1998). Correlational designs. In M. J. Wood & P. J. Brink (Eds.), *Advanced design in nursing research*, pp. 191-210). Sage Publications.

Woolfolk, E. A. (1998). *Educational psychology*. Allyn and Bacon.

Yavuz, F. (2015). Kabul ve Kararlılık Terapisi (ACT): Genel bir bakış. *Türkiye Klinikleri Journal of Psychiatry-Special Topics, 8*(2), 21-27.

Yavuzer, H. (2019). *Çocuk psikolojisi*. Remzi Kitabevi.

Yaylacı, B. (2019). *Okul öncesi çocuklarda ebeveyn çocuk ilişkisinin internet kullanımı üzerine etkisi* [Yayımlanmamış yüksek lisans tezi, Bülent Ecevit Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü]

Yıldız, S. A. (2004). Ebeveyn tutumları ve saldırganlık. *Polis Bilimleri Dergisi, 6*(3-4), 131-150.

Yoleri, S., Erdoğan, N. I., & Tetik, G. (2017). Ebeveyn tutumlarının okul öncesi dönemdeki çocukların mizaç özellikleri ile ilişkisinin incelenmesi. *Mehmet Akif Ersoy Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi, 42*, 226-239.

Zhang, X., & Chen, H. (2010). Reciprocal influences between parents' perceptions of mother-child and father-child relationship: A short term longitudinal study in Chinese preschoolers. *The Journal of Genetic Psychology*, *171*(1), 22-34. https://doi.org/10.5926/arepj1962.35.0_157

EKLER

Ek 1. Gönüllü Katılım Formu

../../20..

KATILIMCILARIN GÖNÜLLÜLÜĞÜ VE AYDINLATILMIŞ ONAM FORMU

Değerli Katılımcı,

Bu araştırma, Yıldız Teknik Üniversitesi'nde yürütülmekte olan bir yüksek lisans tez çalışması için yapılmaktadır. Araştırma kapsamında ebeveyn çocuk ilişkisi ile ilgili faktörler incelenecektir.

- Araştırmaya katılım **gönüllülük** esasına dayanmaktadır.
- Bu formdan elde edilecek kişisel bilgiler tamamen **gizli** tutulacak ve **yalnızca araştırma kapsamında** kullanılacaktır.

Araştırma, kişisel bilgi formu ve 5 adet anketten oluşmaktadır. Araştırmayı tamamlamak yaklaşık 5-10 dakika sürmektedir. Sizden formda ve anketlerde yer alan her bir madde için size en uygun olan seçeneği işaretlemeniz beklenmektedir. Araştırma sorularını cevaplarken herhangi bir nedenden ötürü devam etmek istemezseniz çalışmayı bırakabilirsiniz.

- Araştırmaya katılabilmek için katılımcıların **4-6 yaş çocuğu olması** gerekmektedir.
- Araştırmaya katılabilmek için katılımcıların **18 yaş ve üstü** olması gerekmektedir.

Bu araştırma, Yıldız Teknik Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü - Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık Programı'nda yüksek lisans öğrencisi olan Buse Arı tarafından, Doç.Dr.Seher Merve Erus danışmanlığında yürütülmektedir.

Araştırma ile ilgili herhangi bir konuda bilgi almak için aşağıda belirtilen mail adresine ulaşabilirsiniz.

Katkılarınız için teşekkür ederiz.

☐ Araştırmaya gönüllü olarak katılmayı kabul ediyorum.

☐ Çocuğum 4-6 yaş arasındadır.

Ek 2. Kişisel Bilgi Formu

Kişisel Bilgi Formu

1)Cinsiyetiniz?

a. Kadın ( ) b. Erkek ( ) c. Diğer ( )

2**) Yaşınız? :….**

3)Bulunduğunuz şehrin plaka kodu nedir? :……

4)Eğitim düzeyiniz nedir? (en son mezun olduğunuz eğitim düzeyini işaretleyiniz)

a. Lisans öncesi ( ) b. Lisans ( ) c. Lisansüstü ( )

5)Formda ilişkinizi değerlendirdiğiniz çocuğunuzun yaşı?

a. 4 ( ) b. 5 ( ) c. 6 ( )

6)Formda ilişkinizi değerlendirdiğiniz çocuğunuzun cinsiyeti?

a. Kız ( ) b. Erkek ( )

7)Çalışma Durumunuz?

a. Çalışıyor ( ) b. Çalışmıyor ( )

Ek3. Ebeveyn Tutum Ölçeği (ETÖ)

EBEVEYN TUTUM ÖLÇEĞİ (ETÖ)

Açıklama: Cümleleri okuduktan sonra o ifadenin size ne kadar uyduğunu aşağıdaki 5 seçenekten birinin altındaki kutucuğa işaret koyarak belirtiniz. Örneğin, okuduğunuz ifade size tamamıyla uyuyorsa **"her zaman böyledir"** seçeneğini, size çoğunlukla uyuyorsa **"çoğu zaman böyledir"** seçeneğini, bazen uyuyorsa **"bazen böyledir"** seçeneğini, size çok az uyuyorsa **"nadiren böyledir"** seçeneğini ya da size hiç uymuyorsa **"hiçbir zaman böyle değildir"** seçeneğini işaretleyebilirsiniz. Bu ifadelerde doğru veya yanlış yoktur, sadece size uyan seçeneği işaretlemeniz gerekiyor. Araştırma için, bütün soruların cevaplandırılması çok önemlidir. Bu nedenle, bazı ifadeler size benzer gelse de lütfen hepsini mutlaka cevaplandırınız. 2-6 yaş arasında birden fazla çocuğunuz varsa, lütfen soruları çocuklardan **sadece birisi** için cevaplandırınız.

CÜMLELER	Her zaman böyledir	Çoğu zaman böyledir	Bazen böyledir	Nadiren böyledir	Hiçbir zaman böyle değildir
Ben bir başkasıyla konuşurken çocuğumun araya girmesine izin veririm.					
Çocuğumun kendine özgü bir bakış açısı olduğunu kabul ederim.					
Çocuğumla aynı fikirde olmadığımız zaman, benim fikirlerimi kabul etmesi için onu zorlarım.					
Çocuğumu, hayatın ufak tefek güçlüklerinden korurum.					
Çocuğuma bağımsız olmayı öğrenmesi konusunda yardımcı olurum.					

Ek 4.Psikolojik Esneklik Ölçeği

PSİKOLOJİK ESNEKLİK ÖLÇEĞİ

Yönerge: Lütfen aşağıdaki ifadeleri okuyarak her bir cümleye ilişkin olarak sizi en iyi ifade eden seçeneğin üzerine çarpı (X) işareti koyunuz.

1 = Beni hiç tanımlamıyor 2 = Beni biraz tanımlıyor 3 = Beni orta derecede tanımlıyor
4 = Beni oldukça iyi tanımlıyor 5 = Beni tamamen tanımlıyor

1	Olumsuz olaylar sonrasında duygularımı yeniden yoluna koyarım.	1	2	3	4	5
2	Çevremdeki detaylara dikkatimi vermekte zorlanırım.	1	2	3	4	5
3	Olumsuz olaylar sonrasında düşüncelerimi yeniden yoluna koyarım.	1	2	3	4	5
4	Yaşamımı önem verdiğim şeylere göre düzenlerim.	1	2	3	4	5

Ek 5. Ebeveyn-Çocuk İlişkisi Ölçeği

Ebeveyn-Çocuk İlişkisi Ölçeği

Ebeveyn-Çocuk İlişkisi Ölçeği, Hetherington ve Clingempeel (1992) tarafından geliştirilmiştir. Ölçek 15 maddeden oluşmakta ve 5 dereceli Likert üzerinden değerlendirilmektedir (1= hiç; 5= aşırı). Ölçeğin iki alt ölçeği bulunmaktadır; olumlu ebeveyn çocuk ilişkisi ve olumsuz ebeveyn çocuk ilişkisi. Olumlu ebeveyn çocuk ilişkisi alt ölçeğinden alınan puanların artması ebeveyn çocuk ilişkisindeki olumlu ilişki niteliğinin artması; olumsuz ebeveyn çocuk ilişkisi alt ölçeğinden alınan puanların artması ise ebeveyn çocuk ilişkisindeki olumsuz ilişki niteliğinin artması anlamına gelmektedir. Ölçeğin Türkçe uyarlama çalışması Aytaç, Çen ve Yüceol (2018) tarafından yapılmıştır.

Açıklama: Aşağıda çocuğunuzla olan ilişkinize dair sorular bulunmaktadır. Lütfen, sizi ve çocuğunuzu en iyi tanımlayan sayıyı 1`den (hiç), 5`e (aşırı) kadar olan ölçek üzerinde gösteriniz.

	1-Hiç	2-Çok az	3-biraz	4-Çok	5-Aşırı
1. Çocuğunuzla yalnız zaman geçirmekten ne kadar keyif alıyorsunuz?	1	2	3	4	5
2. Sizce çocuğunuz sizinle yalnız zaman geçirmekten ne kadar zevk alıyordur?	1	2	3	4	5
3. Çocuğunuzla baş başa geçirdiğiniz süreden ne kadar memnunsunuz?	1	2	3	4	5