

ERGEN BİREYLERDE UYUM VE DAVRANIŞ PROBLEMLERİ: RISK FAKTÖRÜ OLARAK ANNE BABA ÇATIŞMASININ İNCELENMESİ

Çağımızda, ebeveynleri ve eğitimcileri en çok kaygılandıran sorunların başında gençlerin uyum ve davranış problemleri gelmektedir. Çünkü çocuklukta ve ergenlik döneminde temelleri atılan uyum problemleri ve beraberinde getirdiği ruh sağlığını olumsuz etkileyen davranış sorunları; çocuk ve ergenin bugününü olumsuz etkilerken, gelecekte sosyal hayatın içinde yetişkinlik rolleriyle boy gösterecek olan bu bireylerin daha büyük davranış problemleri yaşaması adına bu durum bir risk oluşturmaktadır. Ayrıca toplumun düzenini bozan suça meyilli kişilerin yetişmesini tahmin etmek yapılan araştırmalarca desteklenen bir düşüncedir (Savi, 2008).

Davranış problemlerini oluşturan risk faktörlerinin başında aile gelmektedir. Aile, toplumunun temelini oluşturan anne babanın tutum ve davranışlarıyla içinde bulunduğu toplumun kültürleriyle birleşip çocukların büyütüldüğü ve yetiştirildiği toplumsal bir yapıdır (Bayer, 2018). Anne babanın davranışları gelecek nesiller yetiştirmede önemli bir aracı konumundadır. Ebeveynler kendilerindeki bir parçayı diğer kuşaklara aktarma gibi sorumluluğu bu anne babalık rolleriyle gerçekleştirme eğilimindedirler (Sümer ve ark.,2010). Sosyal etkileşimin fazla olduğu aile sisteminde anne baba

arasındaki uyum ve çatışma, çocuğu doğrudan veya dolaylı yoldan etkilemektedir (Şirvanlı, 1999).

Ergenlik dönemi, bireylerin hayatında birçok gelişim alanında değişimlerin olduğu aynı zamanda kimlik gelişiminin temellerini atıldığı bir süreçtir. Toplumda yetişkinlik rollerini deneyimleyen ergen arkasında güçlü bir sosyal destek görmek istemektedir. Özellikle ebeveynlerin ilgisi, sıcak bir aile ortamı ve kişilerarası ilişkilerinde ebeveynlerini rol model olarak görmesi bireylerin, ergenlik dönemini sağlıklı atlatması için koruyucu bir faktör görevi görür iken olumsuz aile ortamı ve anne baba çatışması, ergen bireylerde davranış ve uyum problemlerine yol açabilmektedir (Grych and Fincham, 1990).

Aile işlevi, anne baba tutumu gibi bağımsız değişkenlerle, çocuklardaki uyum ve davranış problemleri arasındaki ilişki birçok araştırmanın konusu olur iken; spesifik olarak ele alınması gereken anne baba çatışması ile ergenlerin uyum ve davranış sorunları arasındaki ilişkiyi öne çıkaran daha az çalışmanın olduğunu görmek dikkat çekicidir (Grych and Fincham, 1990; Kalyencioğlu ve Kutlu, 2010). Erken ve orta çocukluk döneminde yürütölen çalışmalar görece daha fazla; ergenlik döneminde yapılan çalışmalar ise oldukça sınırlıdır (Altınok ve ark., 2017).

Çalışma ergenlik döneminde, anne baba çatışmasının etkilerini daha iyi anlamak ayrıca kuramsal bir literatür değerlendirilmesi yapmanın ve risk faktörü olarak ele alınan anne baba çatışmasının ergenlerin ruh sağlığını korumak için alınacak önlemler adına yol gösterici niteliğinde olacağı düşünülmektedir. Dolayısıyla bu çalışmada, anne-baba çatışmasının, ergen bireylerde uyum ve davranış problemleri üzerindeki etkisinin incelenmesi adına son 10 yılda yapılmış 15 makale incelenip kuramsal bir çerçevede irdelenip elde edilen bulguların tartışılması amaçlanmıştır.

ERGENLİK DÖNEMİ VE ANNE BABA ÇATIŞMASI

1.1. ERGENLİK DÖNEMİ

Ergenlik, bireylerin 11-19 yaş arasını kapsayan bilişsel fiziksel ve sosyal gelişimin hızlı olduğu bir gelişim dönemidir (Yazgan-İnanç ve ark.,2004). Pawlowski ve Hamilton (2008), ergenlik dönemini, gelişimin yaş aralıklarına göre değişim göstermesinden dolayı erken, orta ve geç ergenlik olarak üç grupta ele almışlardır. Fiziksel ve cinsel gelişim orta erinlik döneminde kendini yoğun bir şekilde gösterse de bilişsel gelişimin odağında olan olumlu ve gerçekçi yetişkin soyut düşünme süreci geç ergenlikte oluşur (Gözcü ve Yavaş, 2012).

Ergenlik dönemindeki bireyler kendilerini yetişkin olarak görüp davranışlarını şekillendiren, diğer taraftan yetişkinlik için gerekli gelişim düzeylerini tamamlamadıklarından dolayı çocuk olmaya devam ederler (Şahin ve Çövener-Özçelik, 2016). Ergenler, çocuklukla yetişkinlik arasında gelgitler yaşamaktadır. Ergenler, dalgalanmanın çok sık yaşandığı bu dönemde kendini kontrol edebilir ve problem çözme becerilerini kullanıp kendini geliştirmek için fırsatlar yaratabilir. Bu dönemi sağlıklı atlatmak konusunda hayatında yeni düzenlemeler yapamayan ergenler ise riskli deneyimlere açık hale gelebilirler (Ronen, Hamama, Rosenbaum and Mishely-Yarlap, 2016).

Ergenlik dönemindeki bireylerin sağlıklı bir şekilde topluma uyum sağlaması adına, problem çözme yeteneklerini kullanabilmesi ve toplumsal çevredeki sosyal destek kaynaklarının farkında olması, kimlik krizini atlatmasında önemli bir yere sahiptir (Eryılmaz, 2009; Şahin ve Çövener-Özçelik, 2016). Öz kontrol mekanizması bireylerde hazzı erteleyerek başarılı olmak için ve zorlu olaylar karşısında korku ile kaygıyı dizginlemek ve sağlıklı adımlar atmak adına özellikle ergenlerde dışsallaştırma sorunlarına karşı koruyucu bir faktör olarak

görülmektedir. Yapılan çalışmalarda, ergenlerin bireysel problem çözme yeteneklerinin yanı sıra çevreden alacakları sosyal desteğin de önemli bir başa çıkma mekanizması oluşturduğu görülmektedir. Ergenlerde aileden alınan sosyal destek çocukluğa oranla azalırken akran desteği artmaktadır (Ronen vd., 2016)

Başarı ile tamamlanan kimlik gelişiminde birey, kendisine ait düşünce ve değer yargılarıyla oluşturduğu kimliği ile yaşamına devam etmektedir (Aybay ve Eryılmaz, 2011). Ergenlik döneminde, çocukların ebeveynlerini rol model aldığı ve akranlarıyla kurduğu yakın bağlar neticesinde kişilikleri farklı bir boyut kazanmaktadır. Ergen, artık anne babasından ziyade akranlarıyla kurduğu bağlar sayesinde, arkadaşlarının davranışlarını örnek alma eğilimindedir. Ergenler bu süreçte bağımsızlığını kazanmak, yetişkin rollerini deneyimlemek, kendi kararlarını almak adına ebeveynleriyle ve etrafındaki yetişkinlerle mücadele halindedir (Yılmaz, 2021).

Erikson'un Psikososyal Gelişim Kuram'ına göre her gelişim döneminin kendi içinde çözmesi gereken bir ikilem vardır. Kimlik duygusu-Kimlik kargaşası gelişim evresinde ergen, ben kimim sorusunun cevabını aramak için kendini ve çevresini keşfetmek adına özerklik deneyimlerini artırmaya yönelmektedir. Gelişen bilişsel kapasitesi ile ergenlerin, geleceklerine yönelik yaşamın getirdiği yeni sorumlulukları ile başedip karar verme becerilerinin olgunlaşmasında özerklik önemli bir yer tutmaktadır (Atak, 2011). Ergenlik dönemindeki sosyal gelişimle beraber toplumun en küçük yapıtaşı olan aile içinde oluşturulan kurallar başta olmak üzere okul ve toplumsal kurallara uyma konusunda direnç gösteren ergen bireyler ve ebeveynler arasındaki çatışmalarda artış görülür (Akün, 2013).

Arkadaş ve kariyer seçiminde toplum ve ailelerin ergen bireylerden beklentileri, geçmiş kuşaktakilerden daha fazladır.

Ergenlerin gelişen teknolojinin etkisiyle değişen dünyaya ayak uydurması için farklı beceriler geliştirmesinin önemli olduğu düşünülmektedir. Bu süreçte ailelerin ergenin bireyselleşmesini desteklemesi, yaşam becerileri kazanmasını kolaylaştırmaktadır (Özdemir ve Ok, 2011)

1.2. ERGENLİK DÖNEMİNDE YAŞANAN UYUM VE DAVRANIŞ SORUNLARI

Uyum, bireyin hayata gelip annesi ile kurduğu ilişki ile başlayarak sahip olduğu özelliklerini kullanarak, çevresiyle sağlıklı ilişkiler kurup, bunun devamlılığını sağlaması olarak tanımlanabilir. Piaget'in Bilişsel Gelişim Kuramı'na göre, uyum; yeni bilgiyi alıp onu kendi düşünce sistemine uygun hale getirme sürecidir. Bireylerin hayatlarını sağlıklı bir şekilde sürdürmesi ve değişimler karşısında ayakta kalabilmesi uyum yeteneklerini kullanabilme çabasına bağlıdır (Yazgan-İnanç, Bilgin ve Kılıç-Atıcı., 2004; Kalyencioğlu ve Kutlu, 2010).

Ergenlik, kültürlerarası farklılıklar gösterse de temel olarak fiziksel, bilişsel ve sosyal gelişimin hızlı olduğu bir dönemdir. Çocukluk ve yetişkinlik arasındaki ergenlik döneminde değişim, özgürleşme ve kimlik bulma çabasının getirdiği sorumluluklarla yenedünyanın içinde olan ergenler kendini var etmek ve uyum sağlamak için mücadele vermektedir (Elemery, Wynaden and Omari, 2016). Ergenlik döneminde gelişim süreçlerinde değişime uyum sağlayamayan bireyler, uyum ve davranış sorunları yaşamaya açık hale gelebilmektedir. Öfke, saldırganlık, karşı gelme, ağlama, hırsızlık, yalan söyleme, okuldan kaçma, düşük akademik başarı, aile ve arkadaşları ile olumsuz ilişkiler kurma gibi dışa yönelimli; içe kapanma, yalnızlaşma, kaygı ve korku gibi içe yönelimli davranış problemleri tanımlanabilmektedir. İçe ve dışa yönelimlidavranış problemlerinde ergenler hem kendilerine hem de başkalarına, son olarak toplumun işlevine zarar veren eylemler gerçekleştirebilir (Aslan ve Çakmak Tolan, 2021). Ergenlik dönemi uyum ve davranış sorunlarına sebep

olan kişilik özellikleri, gelişim özellikleri, cinsiyet, yaş, sosyo-ekonomik gibi risk faktörlerinin yanı sıra aile içindeki iletişimin niteliği, ailenin yapısı ve anne baba çatışması gibi faktörler de öne çıkan risk faktörleri arasında değerlendirilmektedir (Savi, 2008).

1.3. ANNE BABA ÇATIŞMASINA KURAMSAL YAKLAŞIMLAR

İnsanoğlunun yaşamı boyunca kurduğu ilişkilerin doğal sonucu olarak ortaya çıkan anlaşmazlıklara çatışma adı verilir (Yavuzer ve ark., 2019). Çatışmanın kendisi sorun teşkil etmezken çözümü için bireylerin kullandığı çatışma çözme stratejilerinin eksikliği veya yanlışlığı, birçok sorunu beraberinde getirmektedir. Ortaya çıkan çatışmanın doğru çözülmesi, bireylerin yaşamlarında pozitif bir etki sağlar iken çatışmanın çözülmemesi insan ilişkilerinde yıkıcı sonuçlar doğurabilmektedir (Moed ve ark., 2015).

Çatışma teorisine göre, insanın olduğu bütün sistemlerde, etkileşimin varlığının doğal bir sonucu olarak çatışma görülmektedir. Evlilik bağı ile bağlanan eşlerin ve anne babaların etkileşiminin sonucunda, eşlerden birinin isteği partneri tarafından önemsenmediğinde ya da görmezden gelindiğinde, kişilerin hayattaki beklentileri ve ihtiyaçları yeteri kadar karşılanmadığında, sosyal bağların güçlü olduğu ilişki örüntülerinde çıkan anlaşmazlıklarda evlilik ve ebeveyn çatışmaları meydana gelmektedir (Şengül Öner, 2013). Sosyal etkileşimin fazla olduğu aile sisteminde anne baba arasındaki uyum ve çatışma, çocuğu doğrudan veya dolaylı yoldan etkilemektedir. Evlilik çatışmasında çocuk ve ergenlerin ebeveynlerinden uzaklaştığı, ebeveynlerin çocukları üzerindeki etkilerinin azaldığı ve bunların sonucunda anne babaların ergenler üzerinde kontrol davranışının arttığı görülmektedir. Ergenlerin uyum sorunları, ergenlerde kaygı bozukluğu ve depresyon gibi ruh sağlığı problemleri yaşamalarına neden olabilmektedir (Şirvanlı, 1999).

Anne baba arasındaki çatışma ile çocuk ve ergenlerde görülen uyum davranışı arasındaki bağlantının altındaki mekanizmalara

yoğunlaşmak adına son dönemlerde klinik ortamda çalışan ruh sağlığı uzmanları tarafından bu konu incelenmeye başlanmıştır. Yapılan birçok araştırma ebeveynler arasında yaşanan çatışma ile çocukların uyum problemleri arasındaki ilişkiyi ortaya koyarken, Grych ve Fincham (1990) yaptıkları çalışmalarda eşler arasındaki çatışma ile çocuklardaki uyum davranışı arasındaki ilişkinin altında yatan mekanizmayı somutlaştırmak adına bilişsel ve bağlamsal bir çerçeve sunmuştur. Bu modelde çocuk; anne baba arasındaki çatışmayı algılama biçiminin çatışmanın şiddeti, sıklığı, içeriğini ve çözümü gibi değişkenlere bağlı olarak değerlendirme yapmaktadır (Grych and Fincham, 1990; Peksaygılı ve Güre, 2008). Duygusal güvenlik hipotezine göre anne baba çatışmasına maruz kalan çocuklarda, çatışma karşısında aşırı yoğun tepkiler görülebilir ve aynı zamanda kaçınma davranışı gibi problemin çözümü için uygun olmayan davranış kalıpları ve duygusal tepkiler izlenebilir (Blasio Camisasca, Grych and Miragoli, 2017). Üçgenleme modeline göre anne baba çatışmasında, eşler birbirlerine doğrudan saldırmak yerine çocuk ve ergeni sürece dâhil ettiklerinde çocuk ve ergenler çatışmaya doğrudan taraf olmak zorunda bırakılırlar. Bu durumda çocuklar kendini suçlayabilir ve çocukların davranış problemleri yaşama riskini artıran sonuçlar doğurabilir (Chaudhry ve Shabbir, 2018).

Anne baba çatışmasına şahit olan çocuk ve ergenler, ilk olarak özellikle çatışmanın şiddetine yönelik duygusal bir tepki verir ve çatışmanın evlilik üzerindeki sonuçlarına dair bir değerlendirme yapar. Aynı zamanda çatışmanın içerisine çekilen ergen, anne veya babası ile arasındaki ilişkinin bozulacağına dair korku ve yoğun kaygı yaşayabilir (Şendil, 1999, Şendil ve Kızıldağ, 2003). Anne baba arasındaki problemleri çözmeleri, ergen için problem çözme becerilerini geliştirmede çok besleyici bir kaynak olabilir (Fincham and Osborne, 1993; Grych and Fincham, 1993). Sosyal öğrenme teorisine göre çocuk, anne babayı görerek ilişki sürecinde nasıl davranacağını öğrenirken; psikoanalitik yaklaşımda ebeveynler arası

çatışmada kendini suçlayarak; duygusal güvenlik teorisine göre ise güvenlik duygusunun zedelenmesi nedeniyle duygusal sosyal gelişimi etkilenir. Fakat son zamanlarda ebeveyn çatışması, çocuk ve ergenler üzerindeki etkisi, disiplinler arası çalışmanın önemiyle daha detaylı incelenerek farklı bir bakış açısı ortaya konulmuştur. Anne, baba ve çocuğu bir sistem olarak değerlendirmenin sistemdeki herhangi bir parçada çıkabilecek sorunların aile sisteminin bütününe etkileyeceği ortaya konulmaktadır (Fincham, 1998; Hallaç ve Öz, 2014).

Son 15 yılda yapılan çalışmalarda; Ergenlerin algıladıkları ebeveyn çatışması, cinsiyet değişkenine göre incelendiğinde kız ergenlerde daha çok içi kapanma davranışı gözlemlenirken erkeklerde dışsallaştırma (öfke ve saldırganlık) davranışlarına gözlemlenmektedir. Birçok çalışmada kız ergenlerin anne baba çatışmasına duyarlılığı olduğunu ortaya koyarken Jo vd. göre; erkek ergenlerin, anne baba evlilik çatışmasına daha duyarlı olduğu ortaya konulmuştur. Çatışmanın varlığı, ebeveynlerin ergen üzerindeki psikolojik kontrolünü artırmasına sebep olur iken bu durum ergenlerin cinsiyet ayrımı olmadan içine kapanma ve akranlarına yönelik saldırganlık davranışlarının da artmasına sebep olmaktadır. Anne babanın ergeni izleme davranışını artırdığında, ergenlerin arkadaşlarına yönelik saldırganlık tutumlarını azaldığı gözlemlenmiştir. Sosyal öğrenme kuramında, saldırganlık eyleminin biyolojik temelleri yanı sıra gözlem yoluyla gerçekleşen geçmiş yaşantılarla pekiştirilen sosyal bir davranış olduğu ifade edilmektedir. Saldırganlık, kişinin zarar verici eylemleri kendisine, başka bir canlıya veya nesneye yönlendirmesi ile gerçekleşir. Özellikle anne baba arasında çatışmaların olduğu ailelerin çocuklarının uyumlu ailelerin çocuklarına kıyasla ruhsal sıkıntılar yaşama olasılıklarının daha fazla olduğu, yapılan çalışmalarda ortaya konmuştur (Kumru vd., 2019; Chaudhry-Shabbir, 2018; Idemudia – Olatunji, 2021)

İncelenen makalelerde, ebeveynler arasında yaşanan çatışma ile ergenlerin uyum problemleri arasındaki ilişkiyi ortaya koyarken aynı zamanda ergenin aile ortamında kendini güvende hissetmeyişinin duygusal ve davranışsal problemlere sebep olduğunu ve anti sosyal davranışlarda bulunma riskini arttırdığını göstermektedir. Grych ve Fincham (1990),yaptıkları çalışmalarda eşler arasındaki çatışma ile çocuklardaki uyum davranışı arasındaki ilişkinin altında yatan mekanizmayı somutlaştırmak adına bilişsel bağlamsal bir çerçeve sunmuştur. Bu modelde çocuk, anne baba arasındaki çatışmayı algılamak için çatışmanın şiddeti, sıklığı, içeriği ve çözümü gibi değişkenlere bağlı olarak değerlendirme yapmaktadır. Aynı zamanda ebeveynler arasındaki çatışmanın çözüm şekli, ergenlerin çatışma çözmeye dair becerilerini olumlu ve olumsuz yönde etkileyebilir. Yurt dışında yapılan araştırmalarda Bilişsel Bağlamsal Model'i temel alarak değerlendirmeler yapılmıştır. Çatışmaya maruz kalan ergenlerin stres seviyelerinin yükseldiği görülmüştür. Bu bağlamda ergen bireylerin; bilişsel işlevlerini devreye sokmak ile ilgili zorluklar yaşayıp kendilerini suçlamaya yönelik eylemler gerçekleştirdikleri gözlemlenmiştir. Çocuk ve ergen, anne baba arasındaki çatışmanın ne kadar olumsuz olduğunu düşünürse yaşanan içselleştirme ve dışsallaştırma davranış bozukluklarında o oranda artış gözlemlenmiştir. Akademik başarı ve öğrenme ile ilgili problemler yaşanabileceği yordanmıştır (Elemery vd., 2016; Chaudhry-Shabbir 2018; Idemudia and Olatunji 2021).

Aile içi yaşanan krizler karşında üstesinden geldiğini göstermek isteyen ergen duygularını gizleyerek var olan durumlarla başa çıkmak yerine kendini daha stresli bir sürece sürükleyebilir. Bu stresten uzaklaşmak isteyen ergen alkol, madde kullanımı gibi tehlikeli eylemlerde bulunup kendini riske atabilir. Duygusal güvenlik hipotezine göre sürekli anne babanın çatışmasına şahit olan ergenler kendilerini uzun süre stres altında hissedebilir ve bilişsel mekanizmanın sağlıklı çalışmasına engel olarak depresyon gibi ruh sağlığını tehdit eden sorunlar için riskli hale gelebilir. Depresyon internet bağımlılığına eşlik eden ruhsal hastalıkların başında

gelmektedir anne baba çatışması ile mücadele edemeyen ergen gerçek hayattaki sıkıntılardan kurtulmak adına internet ortamının ona sunduğu her an ulaşabileceği bir sanal bir dünyanın kapılarını aralayıp uzun saatler orada kalır. Sanal dünyada gerçek dünyanın sıkıntılarından kurtulduğunu inandırır fakat başta cazip gelen sanal gerçeklik sonrasında ruh sağlığını olumsuz etkileyecek bağımlılık başta olmak üzere birçok hastalıklara kişiyi sürükleyebilir (Bildik ve ark., 2013; Jo vd., 2021; Gaoa vd., 2018; Abbas vd., 2021).

Ergenlik dönemi birçok değişimin yaşandığı ve aynı zamanda akranlarla ilişkinin arttığı bir dönemdir. Anne baba arasındaki çatışma sonucunda internet bağımlılığı ile akran bağıllığı arasında negatif yönde bir ilişki olduğu ortaya konulmaktadır (Gaoa vd.,2018). Evlilik çatışması, çocuğun ruh sağlığı açısından risk oluşturma yanı sıra çocuğun dayanıklılığını artırıp problem çözmesine yönelik yeni deneyimler kazanmasına olanak sağlayabilir (Ergül Topçu ve Güre, 2021).

Aile stres modeli çerçevesinde incelenecek olursa ailenin ekonomik sıkıntılar yaşaması, ebeveynlerde stres duygusunu artırıp ebeveynler arasında çatışmaya yol açabilir. Çatışma anında ve sonrasında yaşanan stres ebeveynler üzerinde duygusal bir baskıya, ebeveynlerin anne babalık tutumunun katılaşmasına neden olabilir(Ergül Topçu ve Güre, 2021). Ekonomik krizler neticesinde yaşanan işten çıkarılmalar, düşen hayat standartları, aile içinde karşılanamayan istek ve ihtiyaçlar ebeveynler üzerinde baskı yaratmaktadır. Baskı altındaki ebeveynler depresyon, kaygı ve öfke gibi davranış problemleri için risk taşımaktadır. Bu bağlamda evdeki sıcak aile ortamı zarar görmekte ebeveynler arası çatışma artmaktadır. Yaşanan davranış problemleri ve evlilik çatışması ebeveynlerin görev ve sorumluluklarını olumsuz yönde etkilemektedir. Aynı zamanda eşlerin anne babalık rollerindeki bozulmaların ergenleri olumsuz yönde etkilediği ve dolaylı olarak ergenlerin içe yönelim ve dışa yönelim davranışlarını yordadığı ortaya konulmuştur (Çakmak ve Güre,2020).

Benzer şekilde Amerika, Güney Kore, Finlandiya ve Çekya'da yapılan çeşitli kesitsel ve boylamsal çalışmalarda benzer sonuçlara rastlanırken özellikle ekonomik baskılanmayı kadınların daha yoğun hissettikleri, yaşanan güçlüklerle başa çıkma konusunda erkeklere oranla zorlandıkları ve bu durumdan dolayı aşırı stres altında kaldıkları ve duygusal anlamda problemler yaşamaya daha açık oldukları ortaya konulmuştur (Çakmak ve Güre, 2020).

Covid 19 pandemisi ile birlikte insanların hayatlarına dair benzeri görülmemiş kısıtlamalar ve yasaklar girmiştir. Sokağa çıkma kısıtlamaları ve okulların kapatılıp kısa sürede çevrimiçi eğitime geçilmesi, anne babaların işlerini eve taşıması gibi hiç de alışık olunmayan yeni bir düzene geçildi. Bu değişimden ailenin bütün bireylerinin etkilenmiş oldukları ortada olsa da: Özellikle sosyal desteğin ve akran ilişkilerin önemli olduğu ergenlik dönemi toplumda saygın bir yer edinme, kimlik bunalımlarının ve duygusal gelgitlerin çokça yaşandığı bir süreçtir. Kapanmalar ile covid sürecinde kısıtlamaların hayli uzun ve belirsiz olması, sosyal mesafenin sosyal ilişkileri sınırlandırdığı bir dönemde ergenlerin kendi içlerine kapanmaları, aynı zamanda bazı ailelerde pandeminin getirdiği ekonomik sıkıntılar, aile içi çatışmaların da eklenmesiyle birlikte ergenlerin psikolojik sağlığıyla ilgili sıkıntılar yaşamalarına yol açmakta ve var olan sıkıntıları şiddetlendirmektedir (Abbas ve ark., 2021).

Pandemi süreciyle beraber kısıtlamalardan dolayı fiziksel aktivelerde azalma, artan işsizlik ve yaşanan ekonomik sıkıntılar aile içi ilişkileri zedeleyip ebeveynler arasındaki çatışmayı tetiklemiştir. Aile içindeki çatışmanın ergenlerde içe kapanma, yalnızlaşma, öfke, kaygı gibi sonuçlar doğurarak psikolojik iyi oluşlarını olumsuz etkilediğini ve uyum problemlerini artırdığını destekleyen bir sürü araştırma vardır. Buna ek olarak pandemi sürecinde yaşanan stresin ergen bireylerde daha ağır psikolojik sıkıntılar yaşamalarına ve intihar eğilimlerine dair risk oluşturduğu vurgulanmaktadır (Abbas ve ark., 2021).

Bu bakış açısıyla değerlendirdiğimizde; dayanıklılığın zorlu yaşam olayları karşısında ruh sağlığımızı koruyan ve çevreye uyum sağlamayı kolaylaştıran bir beceriyi tanımlamak adına oluşturulmuş bir kavram olduğu bilinmektedir. Dayanıklılık, zorluklar karşısında kabulü kolaylaştırıp mücadele etme kararlılığını artırırken stres ve kaygıyı azaltmaktadır (Jo vd., 2021).

Bireylerin iyi olan yönlerine odaklanan pozitif psikoloji ile kişinin iyi olma haline etki eden değişkenler üzerinde yoğunlaşarak bireylerin yaşam doyumu üzerine yapılan çalışmaları değerlendirmeler esnasında yeni bir kavram olan öznel iyi oluşu ortaya konmuştur. Öznel iyi oluş; bireyin memnuniyet, mutluluk gibi olumlu duyguların hayatının merkezinde olumsuz duygu düzeyinin yokluğuna odaklanan ve bu bağlamda hayattan aldığı doyuma ilişkin bilişsel ve duygusal değerlendirmeyi içerir. Tüm bu belirleyici göstergelere baktığımızda bireydeki öznel iyi oluş düzeyinin yüksek olması kişinin hayatında pozitif duygulara yoğunlaşıp, yaşamdaki olayları olumlu bir perspektiften bakmak eğiliminde iken öznel iyi oluşu düzeyi düşük olan kişilerde öfke, kaygı gibi negatif duygular baskındır. Bu bireyler hayata karamsar bir pencereden bakmaktadır. Bireylerin mizacı, çevresi ile kurduğu ilişki ve gelişim dönemleri öznel iyi oluş düzeyini etkilemektedir (Altun ve Sayın-Çakar, 2021;Chaudhry and Shabbir, 2018).

Ergenlik dönemindeki bireylerin anne baba ile kurdukları uyum ve sıcaklık öznel iyi oluş, pozitif yönde etkiler iken, ergenin sahip olduğu kişilik özelliklerinde önemli bir yer tutmaktadır. Bu bağlamda bireylerin öz yeterlilik algısına da değinilmelidir. Öz-yeterlilik bireyin zorlu yaşam olayları karşısında kendi yetenekleri doğrultusunda geliştirdiği problem çözme stratejilerini kullanıp kullanmayacağına duyduğu inançtır. Yapılan çalışmalarda bireylerdeki öz yeterliliğin öznel iyi oluşu yordadığı aralarında olumlu bir ilişkinin olduğu belirtilmektedir (Ronen vd., 2016; Altun ve Sayın-Çakar, 2021).

SONUÇ VE ÖNERİLER

Son 100 yılda yapılan evlilik ile ilgili çalışmalar, öncelikle eşler arasındaki sorunlara odaklanır iken 1940 sonrasındaki araştırmalar evliliğin aile üzerindeki etkilerine yoğunlaşarak devam etmiştir. Özellikle 1990 yıllarda Bilişsel Bağlamsal Kuram'ın bize sunduğu işlev sayesinde, evlilik çatışmasının çocuk ve ergenler üzerindeki etkilerini kuramsal bakış açısıyla değerlendirmek başka çalışmalarında kapısını aralamış oldu. Anne-baba arasındaki ilişkinin çocuğun gelişimi üzerindeki etkileri ve ergenlik dönemindeki yansımalarını anlamlandırmak üzerine; anne-baba çatışmasının ergen bireylere etkileri yurt dışında ve yurt içinde kesitsel ve boylamsal birçok araştırmamanın konusu haline gelmiştir.

Yapılan çalışmalarda özellikle anne-baba çatışmasının; içeriği, sıklığı, şiddeti çocuk ve ergen üzerinde içselleştirme ve dışsallaştırma sorunlarına sebep olur iken; kişiler arası iletişim ergenlerin sosyal gelişiminde ve kimlik gelişiminde ciddi uyum sorunları yaşamalarının yanında depresyon anksiyete ve bağımlılık gibi ruh sağlığını olumsuz etkileyen klinik sonuçları da beraberinde getirmiştir. Sosyal öğrenme kuramı çerçevesinde anne baba çatışmalarının çözmemesi veya öfke saldırganlık eylemlerinin içerecek şekilde çözmeye çalışması çocuk ve ergenlerin problem çözme davranışlarını negatif yönde etkilemektedir.

Zorlu yaşam olayları karşısında çatışma çözme ile ilgili stratejileri eksik veya yanlış öğrenmeler sebebiyle problem çözmekten kaçan ve sorunları çözemeyen çocuk ve ergenler yetişmektedir. Sistem kuramının bakış açısında aile üyelerin bir makinenin dişlileri olduğu aile üyelerinin aile ortamında veya farklı bir konuda yaşadığı problemler, diğer üyelerin de olumsuz yönde etkileneceğini özellikle ebeveynler arasında yaşanacak çatışmanın çocuk ve ergenlerin içe yönelim ve dışa yönelimli problem davranışlarını artıracasına ilişkin bulguların tartışıldığı yapılan literatür taramasında ortaya

konulmaktadır. Son olarak anne baba çatışmasının özellikle orta ergenlik, geç ergenlik dönemindeki bireylere etkilerini inceleyen çalışmaların yanı sıra, ergenin kimlik gelişimine katkı sağlayacak ebeveynlere ve ergen bireylere yönelik uyum ve çatışma çözme becerilerini destekleyen çalışmalar yapılarak bireylerin psikolojik sağlamlıkları güçlendirilebilir.

KAYNAKÇA

- Abbas,M., Fatima, S.M., Hussain, S., Jaffri, Q.A., Khan, A.A., Muneer, K., Mushtaq, R., Mushtaque, I., Naz, R Rizwan, M. & Shabbir, S.W. (2021). Inter-parental conflict's persistent effects on adolescent psychological distress, adjustment issues, and suicidal ideation during the covid-19 lockdown .*Journal of Death and Dying* 0(0) ,1–17
- Akbaş, T. ve Bulut Ateş, F. (2012). Ergenlerde görülen kural dışı davranışların aile işlevselliği ve yaşam kalitesi açısından incelenmesi. *Ç.Ü. Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*,21(2),337-352
- Akün, E.(2013).Yapısal aile sistemleri kuramı bağlamında ergenlik döneminde aile yapısı ve ergenlik dönemi sorunları. *Ankara Üniversitesi Dil ve Tarih-Coğrafya Fakültesi Dergisi* 53(1),85-116
- Altınok, A., Özer, Ö. Set, Z. ve Bayoğlu, F.(2017). Anne-baba çatışması: Türkiye'deki çalışmalar üzerine bir değerlendirme. *Akademik Bakış Dergisi Sayı 59*, 329-345
- Altun, F. ve Sayın-Çakar, Y. (2021). Ergenlerin öznel iyi oluş düzeylerinin ebeveyn çatışması, öz-yeterlik ve demografik değişkenler açısından incelenmesi. *Mersin Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*; 17(2),253-270
- Aslan, H.R. ve Tolan Çakmak,Ö.(2021). Çocuk ve ergenlerdeki davranış problemlerinde çözüm odaklı terapi uygulamalarının incelenmesi: Sistematiik bir gözden geçirme.*İnönü Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi* 22(3), 2582-2605
<https://doi.org/10.17679/inuefd.919480>
- Atak,H.(2011). Kimlik gelişimi ve kimlik biçimlenmesi: kuramsal bir değerlendirme psikiyatride güncel yaklaşımlar. *Current Approaches in Psychiatry* 3(1), 163-213
- Aypay, A. ve Eryılmaz, A. (2011). Ergen öznel iyi oluşu ile kimlik statüsü ilişkisinin incelenmesi. *Dicle Üniversitesi Ziya Gökalp Eğitim Fakültesi Dergisi*, 16,167-179
- Bayer, A. (2018). Ailede yaşanan anlaşmazlıklar ve çözüm önerileri. *Mustafa Kemal Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi* 1 (2), 215-234
- Blasio, P.D, Camisasca, E., Grych, J.D. Miragoli, S.& Grych, J. (2017). Children's coping strategies to inter-parental conflict: The moderating role of attachment. *J Child Fam Stud* 26, 1099–1111

- Bildik, T., Hamidi, F. ve Tatar, A. (2013). Ergenlerde depresyon ile ilişkili koruyucu ve risk etkenleri: Karşılaştırmalı bir çalışma. *Anadolu Psikiyatri Dergisi*, 14:145-51
- Bulut Ateş, F.ve Çeçen-Eroğul, A.R. (2017). Ergenlerde görülen kuraldışı davranışların yordanmasında anne-baba evlilik çatışması ve çocukluk örselenme yaşantılarının rolü. *Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 26,(3) 171-183
- Çakmak, Z. ve Güre,A.(2020).Ekonomik güçlük, eşler arasındaki çatışma ve ergenlerin problem davranışları: bir izleme çalışması. *Türk Psikoloji Dergisi*,35(85), 1-16
- Chaudhry, K.M. & Shabbir, F. (2018). Perceived inter-parental conflict and aggression among adolescents: moderating role of optimism and pessimism. *Journal of Psychiatry and Behavioral Sciences* 4,1016
- Çeçen Eroğul, A.R. ve Kaya, İ. (2013). Ergenlerde çocukluk dönemi istismar yaşantılarının yordayıcısı olarak aile işlevlerinin rolü. *Eğitim ve Bilim*, 38 (168),387-397
- Ergül Topçu, A. ve Güre, A. (2021). Olumsuz yaşam olayları, anne-ergen ilişkisi ve ergen uyumu arasındaki ilişkiler: Bir izleme çalışması.*Türk Psikoloji Dergisi*, 36(87), 106-125
<https://doi.org/10.31828/tpd1300443320191030m000030>
- Eryılmaz, A. (2009). Ergenlik Döneminde Stres Ve Başa Çıkma. *Yüzüncü Yıl Üniversitesi, Eğitim Fakültesi Dergisi*.VI(II) ,20-37
- Elemery, F., Wynaden, D. &AlOmari, O. (2016). The perception of adolescents' inter-parental conflict and accompanied emotional security: A descriptive study.*Journal of Nursing Education and Practice*., 6,84-90
- Fincham, F. (1998). Child development and marital relations.*Child Development*, 69,543- 574.
- Fincham, F.D. & Osborne, L.N. (1993). Marital conflict and children: retrospect and prospect. *Clinical Psychology Review*, 13,75-88
- Gaoa, T., Xiangfei Mengb, X., Qina, Z., Zhanga, H., Gaoa, J. & Konga, Y. (2018). Association between parental marital conflict and Internet addiction: A moderated mediation analysis. *Journal of Affective Disorders*240, 27-32
- Grych, J. H. & Fincham, F. D. (1990). Marital conflict and children's adjustment: a cognitive-contextual framework. *Psychological bulletin*, 108(2), 267.
- Grych, J. H. & Fincham, F. D. (1993). Children's appraisals of marital conflict: Initial investigations of the cognitive-contextual framework. *Child development*, 64(1), 215-230

- Gözcü Yavaş, C.Ö. (2012). Orta ve geç ergenlik dönemindeki ergenlerde tutum ve davranış farklılıkları. *Ankara Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 3(2), 113-138
- Hallaç, S. ve Öz,F.(2014).Aile kavramına kuramsal bir bakış psikiyatride güncel yaklaşımlar. *Current Approaches in Psychiatry*6(2),142-153.
<https://doi.org/10.5455/cap.20130625102321>
- Idemudia, E.S. &Olatunji,O.A.(2021).The multidimensionality of inter-parental conflict on aggression and mental health among adolescent.*Heliyon*,7(5).
<https://doi.org/10.1016/j.heliyon.2021.e07124>
- Jo, A.R., Yang, M. & Jeon, J.K. (2021). The influence of inter-parental conflicts on the mental health of adolescents : The mediation effect of resilience. *Journal of Digital Convergence* 16(1) ,177-186
- Kalyencioğlu, D. ve Kutlu,Y.(2010). Ergenlerin aile işlevi algılarına göre uyum düzeyleri *İ.Ü.F.N. Hem. Der.* 18(2), 56-62
- Kumru, A., Sayıl, M. ve Kindap-Tepe, Y. (2019).Ebeveyn çatışması ve ergenin uyum sorunları arasındaki ilişkiler: anne babanın kontrol uygulamalarının aracı rolü. *TürkPsikoloji Dergisi*, 34(83), 74-89
<https://doi.org/10.31828/tpd1300443320180618m000005>
- Moed,A.,Gershoff,E. T.,Eisenberg,N.,Hofer,C.,Losoya,S.,Spinrad,T. L.&Liew,J.(2015). Parent–adolescent conflict as sequences of reciprocal negative emotion: links with conflict resolution and adolescents’ behavior problems. *Journal of Youth Adolescence*, 44, 1607–1622.
<https://doi.org/10.1007/s10964-014-0209-5>
- Özdemir, Y. ve Ok,F.(2011). Ergenlikte özerklik gelişimi. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 4 (36), 152-164)
- Peksaygılı, M. ve Güre,A.(2008).Eşler arasındaki çatışma ile erken ergenlik dönemindeki çocukların uyum davranışları: Algılanan çatışmanın aracı ve düzenleyici rolü. *Türk Psikoloji Dergisi*, 23(61), 43-62.
- Ronen,T.Hamama,L., Rosenbaum,M. & Mishely-Yarlap, A.(2016).Subjective well-being in adolescence: The role of self-control, social support, age, gender, and familial crisis *.Journal of Happiness Studies* 17, 81–104

- Savi, F.(2008).*12–15 yaş arası ilköğretim öğrencilerinin davranış sorunları ile aile işlevleri ve anne-baba kişilik özellikleri arasındaki ilişkisinin incelenmesi*. [Yayımlanmamış Doktora Tezi]. Dokuz Eylül Üniversitesi
- Sümer, N., Gündoğdu Aktürk, E. ve Helvacı, E.(2010). Anne-baba tutum ve davranışlarının psikolojik etkileri: Türkiye’de yapılan çalışmalara toplu bakış. *Türk Psikoloji Yazıları*, 13(25), 42-59
- Şahin, Ş. ve Çövenner, Özçelik, Ç. (2016). Ergenlik dönemi ve sosyalleşme. *Cumhuriyet Hemşirelik Dergisi* 5(1), 42 - 49
- Şendil, G.(1999).*Çocukların anne-babanın evlilik çatışmasını algılayışı*. [Yayımlanmamış Doktora Tezi]. İstanbul Üniversitesi
- Şendil, G. ve Kızıldağ, Ö. (2003). Çocuk ve ergenlerde ebeveyn evlilik çatışması algısı. *Çocuk ve Gençlik Ruh Sağlığı Dergisi*, 10(2), 58-66
- Şengül Öner, D.(2013). *Evli bireylerin evlilik çatışması, çatışma çözüm stilleri ve evlilik uyumlarının incelenmesi*. [Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi]. Dokuz Eylül Üniversitesi
- Şirvanlı, D. (1999). Eşler arası çatışma ve boşanmanın çocuklar üzerindeki etkileri I: Davranış ve uyum problemleri. *Çocuk ve Gençlik Ruh Sağlığı Dergisi*, 6(1), 19-29
- Yavuzer, Y. Liman, B. ve Kılıçaslan, S. (2019). Kız ergenlerin anne-baba-ergen arasındaki çatışma durumlarına ve ebeveyn tepkilerine ilişkin görüşleri. *Mehmet Akif Ersoy Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 50, 90-109
- Yazgan İnanç, B., Bilgin, M. ve Kılıç Atıcı, M.(2004). *Gelişim Psikolojisi çocuk ve ergen gelişimi*. Nobel
- Yılmaz, H.(2021).*Ergenlik döneminde (13-17) kuşak çatışması: lise öğrencileri üzerine bir araştırma*. [Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi]. Karabük Üniversitesi