

**T.C.  
HASAN KALYONCU ÜNİVERSİTESİ  
LİSANSÜSTÜ EĞİTİM ENSTİTÜSÜ  
EĞİTİM BİLİMLERİ ANABİLİM DALI  
REHBERLİK VE PSİKOLOJİK DANIŞMANLIK  
TEZLİ YÜKSEK LİSANS PROGRAMI**



# **TEK EBEVEYNLERİN KÖK AİLE İLİŞKİLERİ VE EBEVEYNLİK STRESİ**

**Hayriye ERÇETİN ALTINDAĞ**

**YÜKSEK LİSANS TEZİ**

**GAZİANTEP- 2024**



## LİSANSÜSTÜ EĞİTİM ENSTİTÜSÜ

### YÜKSEK LİSANS TEZ KABUL VE ONAY FORMU

Psikolojik Danışmanlık ve Rehberlik Anabilim Dalı Yüksek Lisans Programı öğrencisi Hayriye ERÇETİN ALTINDAĞ tarafından hazırlanan “Tek Ebeveynlerin Kök Aile İlişkileri ve Ebeveynlik Stresi” başlıklı tez, 15/04/2024 tarihinde yapılan savunma sınavı sonucu **başarılı** bulunarak jürimiz tarafından **Yüksek Lisans Tezi** olarak kabul edilmiştir.

| <u>Görevi</u>        | <u>Unvanı, Adı ve Soyadı</u>     | <u>Kurumu/Üniversitesi</u>  | <u>İmzası:</u> |
|----------------------|----------------------------------|-----------------------------|----------------|
| <b>Tez Danışmanı</b> | Prof. Dr. Yaşar ÖZBAY            | Hasan Kalyoncu Üniversitesi |                |
| <b>Jüri Başkanı</b>  | Doç. Dr. Büşra AKÇABOZAN KAYABOL | Bahçeşehir Üniversitesi     |                |
| <b>Jüri Üyesi</b>    | Dr. Öğr. Üyesi Özgür Osman DEMİR | Hasan Kalyoncu Üniversitesi |                |

**Bu tez Enstitü Yönetim Kurulunca belirlenen yukarıdaki jüri üyeleri tarafından uygun görülmüş ve Enstitü Yönetim Kurulu kararı ile onaylanmıştır.**

Doç. Dr. Ufuk AKBAŞ  
Enstitü Müdürü

# **TEK EBEVEYNLERİN KÖK AİLE İLİŞKİLERİ VE EBEVEYNLİK STRESİ**

## **TEZ BİLDİRİMİ**

Bu tezdeki bütün bilgilerin etik davranış ve akademik kurallar çerçevesinde elde edildiğini ve tez yazım kurallarına uygun olarak hazırlanan bu çalışmada bana ait olmayan her türlü ifade ve bilginin kaynağına eksiksiz atıf yapıldığını bildiririm.

## **DECLARATION PAGE**

I hereby declare that all information in this document has been obtained and presented in accordance with academic rules and ethical conduct. I also declare that, as required by these rules and conduct, I have fully cited and referenced all material and results that are not original to this work.

İmza

Hayriye ERÇETİN ALTINDAĞ

15.04.2024

**HASAN KALYONCU ÜNİVERSİTESİ**  
**LİSANSÜSTÜ EĞİTİM ENSTİTÜSÜ**  
**EĞİTİM BİLİMLERİ ANABİLİM DALI**

**TEK EBEVEYNLERİN KÖK AİLE İLİŞKİLERİ VE EBEVEYNLIK STRESİ**

**Hayriye ERÇETİN ALTINDAĞ**

**YÜKSEK LİSANS**

**Danışman**  
**Prof. Dr. Yaşar ÖZBAY**

**ÖZET**

Bu araştırmanın amacı tek ebeveynlerinin ebeveynlik stresinin kök aile ilişkilerinden nasıl etkilendiğini anlamaktır. Bu çalışma kök ailenin tek ebeveynli olma ve ebeveynlik stresi üzerindeki etkilerini odağa alan az sayıda çalışmadan biri olması nedeniyle özellikle önemlidir. Araştırmanın kuramsal temeli ekosistem yaklaşımı ve ebeveynlik stres teorisi ile oluşturulmuştur.

Araştırmada nitel araştırma yöntemlerinden fenomenolojik yaklaşımın yorumlayıcı fenomenoloji deseni kullanılmıştır. Araştırmada katılımcılar amaçlı örnekleme kapsamında kartopu yöntemi ile belirlenmiştir. Araştırma kapsamında 16 tek ebeveyne ulaşılmış, veriler derinlemesine görüşme tekniği ile elde edilmiştir. Bu kapsamda 21 sorudan oluşan yarı yapılandırılmış bir görüşme formu kullanılmıştır. Yapılan görüşmelerin 8'i yüz yüze, 9'u WhatsApp ve Zoom kullanılarak çevrimiçi ortamda yapılmıştır. Veriler sesli kayıtların çözümlemesi yapılarak, fenomenolojik yaklaşımın kuralları çerçevesinde MAXQDA 24 programı ile analiz edilmiştir.

Verilerin yapılandırılması sonucunda 3 ana tema, 13 kategori ortaya çıkmıştır. Bu ana temalar tek ebeveynin geçmiş yaşamı ve çocukluğu, tek ebeveynlik öncesi süreç ile tek ebeveynlik süreci olarak isimlendirilmiştir. Ortaya çıkan temalar kronolojik evreler üzerinden sıralanmıştır.

Çalışma sonunda tek ebeveynlerin kendi çocukluk ve gençlik dönemlerinde kök aileleri ile yaşadıkları tüm sürecin sonraki yaşamlarını etkilediği, boşanma sürecinde psiko-sosyal destek alamayan tek ebeveynli bireylerin ciddi sorunlar yaşadıkları, tek ebeveynlik öncesinde yaşanan travmatik olayların sonraki yaşam kurgusunu olumsuz etkilediği görülmüştür. Yine çalışmada boşanma süreçlerinde sağlanan ücretsiz destek hizmetlerinin yeterli olmadığı, tek ebeveynli bireyin tek ebeveynlik sürecinde yaşam döngüsünün ciddi oranda değiştiği, zorluk yaşanan süreçlerde kök aile ve arkadaş desteğinin olumlu anlamda ciddi fark yarattığı, tek ebeveynli bireylerin sosyal aktivitelerden ve hobilerinden maddi güç ve zaman eksikliği gibi nedenlerle uzak kaldıkları, tek ebeveynlikte kadın olmanın, toplumsal baskı unsurlarının, çocuk sayısının, çocukların sağlık durumunun, bireyin maddi gücünün ve olanaklarının ebeveynlik stresinde önemli olduğu bulunmuştur.

**Anahtar Kelimeler:** Tek ebeveynli aile, ebeveynlik stresi, kök aile ilişkileri.

**HASAN KALYONCU UNIVERSITY  
GRADUATE EDUCATION INSTITUTE  
DEPARTMENT OF EDUCATIONAL SCIENCES**

**SINGLE PARENTS ROOT FAMILY RELATIONSHIPS AND  
PARENTING STRESS**

**Hayriye ERÇETİN ALTINDAĞ**

**MASTER THESIS**

**Advisor  
Prof. Dr. Yaşar ÖZBAY**

**ABSTRACT**

The purpose of this research is to understand how the parenting stress of single parents is affected by their nuclear family relationships. This study is particularly important due to being one of the few studies focusing on the effects of nuclear family structure on single parenthood and parenting stress. The theoretical framework of the research is constructed based on the ecosystem approach and parenting stress theory.

A phenomenological approach with an interpretative phenomenological design was used as the qualitative research method in the study. Participants were determined through purposive sampling using the snowball method. The study reached 16 single parents, and data were obtained through in-depth interview technique. Within this scope, a semi-structured interview form consisting of 21 questions was utilized. Eight of the interviews were conducted face-to-face, while nine were conducted online using WhatsApp and Zoom. The data were analyzed using the MAXQDA 24 program within the framework of the rules of the phenomenological approach, through the analysis of transcribed audio recordings.

As a result of data structuring, 3 main themes and 13 categories emerged. These main themes were labeled as the single parent's past life and childhood, the pre-single parenthood process, and the single parenthood process. The emerged themes were arranged through chronological stages.

At the end of the study, it was observed that the experiences single parents had with their nuclear families during their childhood and adolescence significantly influenced their later lives. Individuals who were unable to access psychosocial support during the divorce process experienced serious problems, and traumatic events before single parenthood negatively impacted their subsequent life narratives. Furthermore, the study revealed that the free support services provided during divorce processes were inadequate. Single parenthood significantly altered the life cycle of individuals, and during challenging periods, support from nuclear family and friends made a substantial positive difference. Single parents often found themselves distanced from social activities and hobbies due to reasons such as financial constraints and lack of time. Moreover, factors such as being a woman in single parenthood, societal pressures, the number, and health status of children, as well as the individual's financial resources and opportunities, were identified as significant contributors to parenting stress.

**Keywords:** Single-parent family, parenting stress, nuclear family relationships.

## ÖNSÖZ

Tek ebeveynlik sürecinin yarattığı ebeveynlik stresi ve kök aile ile ilişkisini ele aldığım bu çalışmada birçok kişinin paydaşlığı ve katkısı oldu. Araştırmacı olarak araştırma süresince bana ve araştırmaya önemli destekleri olan kişilere teşekkürü borç biliyorum.

Araştırmamın esas öznelere olan katılımcılara kendilerini hikayelerini ve yaşantılarını paylaştıkları için hepsine tek tek teşekkür ediyorum. Araştırma içinde hepsine rumuz olarak birer çiçek ismi verdim ve fakat onlar benim için koşulsuz destekleriyle çok özel ve biriciklerdi. Hepsine müteşekkirim.

Bu çalışmanın ortaya çıkmasında bana bilgileri ile yol gösteren, yardımını ve desteğini esirgemeyen tez danışmanım Sayın Prof. Dr. Yaşar ÖZBAY'a , çalışmamın geliştirilmesinde bana bilgi ve tecrübeleri ile yol gösteren sayın tez jürisi üyelerine, nitel araştırma sürecinde bilgisini cömertçe paylaşan Doç. Dr. Burcu GÜRKAN ERCAN'a çok teşekkür ederim.

Yüksek lisans boyunca Diyarbakır-Gaziantep yolculuklarımızda yolculuğu keyifli zamanı nitelikli kılan sevgili yol arkadaşlarım Betül DEMİRDAĞ, Zilan ALP, Hakan YILDIRIM ve Yılmaz AKOL'a teşekkür ederim. Tez çalışmam ve ders döneminde kolaylaştırıcı ve destekleyici tavırlarından ötürü Melik Ahmet Anadolu İmam Hatip Lisesi idarecilerine ve mesai arkadaşlarıma çok teşekkür ederim.

Süreç boyunca nezaket ve şefkatle desteğini hep yanı başımda hissettiren büyük bir motivasyon kaynağı olan sevgili eşim Özgür ALTINDAĞ'a sonsuz teşekkür ederim.

Eğitim hayatım boyunca zoru kolaylaştıran sevgili ailem; annem, babam, abilerim ve ablama ideallerimin temelini sağlamlaştırmak için geçmişten bugüne verdikleri tüm emekleri için çokça teşekkür ederim.

Son olarak bu araştırma konusuna benim için ilham kaynağı olan büyük babaannem Gule, teyzelerim Fatma ve Havva'ya yaşamlarına kısmen tanıklık ettiğim dönemde bile tek ebeveynli yaşamın getirdiği zorluklara mücadelelerinin benim için yılmazlığın abidesi haline geldiğini söyleyebilirim. Üçüne de sonsuz teşekkürler... bu araştırma en çok da onlar için.

Hayriye ERÇETİN ALTINDAĞ  
Gaziantep - 2024

## İÇİNDEKİLER

|                                                              |            |
|--------------------------------------------------------------|------------|
| <b>ÖZET .....</b>                                            | <b>iv</b>  |
| <b>ABSTRACT.....</b>                                         | <b>v</b>   |
| <b>ÖNSÖZ .....</b>                                           | <b>vi</b>  |
| <b>İÇİNDEKİLER.....</b>                                      | <b>vii</b> |
| <b>ŞEKİL LİSTESİ.....</b>                                    | <b>ix</b>  |
| <b>1. GİRİŞ.....</b>                                         | <b>1</b>   |
| 1.1. Araştırmanın Problemi.....                              | 1          |
| 1.2. Araştırmanın Amacı.....                                 | 4          |
| 1.3. Araştırmanın Önemi .....                                | 5          |
| 1.4. Araştırmanın Sınırlılıkları.....                        | 7          |
| 1.5. Araştırmanın Tanımları.....                             | 8          |
| <b>2. ARAŞTIRMANIN KURAMSAL ÇERÇEVESİ .....</b>              | <b>9</b>   |
| 2.1. Araştırmanın Kuramsal Yaklaşımları .....                | 9          |
| 2.1.1. Ekolojik yaklaşım .....                               | 9          |
| 2.1.2. Ebeveynlik stres teorisi .....                        | 11         |
| 2.2. Tek Ebeveynlik.....                                     | 14         |
| 2.2.1. Yapısı ve doğası.....                                 | 14         |
| 2.2.1.1. Tek ebeveynlik kavramı.....                         | 14         |
| 2.2.1.2. Tek ebeveynliğin oluşma süreci .....                | 15         |
| 2.2.2. Tek ebeveynliğin sonuçları.....                       | 16         |
| 2.2.3. Tek ebeveynliği kolaylaştırıcı faktörler .....        | 17         |
| 2.3. Kök Aile.....                                           | 17         |
| 2.3.1. Kök aile kavramı.....                                 | 18         |
| 2.3.2. Tek ebeveyn kök aile ilişkisi .....                   | 19         |
| 2.3.2.1. Destek sistemi .....                                | 19         |
| 2.3.2.2. İlişki ve bağlar .....                              | 20         |
| 2.3.2.3. Kök aileye ilişkin olumlu ve olumsuz duygular ..... | 21         |
| <b>3. MATERYAL VE YÖNTEM .....</b>                           | <b>25</b>  |
| 3.1. Araştırmanın Modeli.....                                | 25         |
| 3.2. Araştırma Grubu .....                                   | 26         |
| 3.3. Veri Toplama Araçları ve Teknikleri.....                | 28         |
| 3.4. Veri Toplama Süreci .....                               | 29         |

|                        |                                                                                                    |            |
|------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------|------------|
| 3.5.                   | Verilerin Analizi .....                                                                            | 29         |
| 3.6.                   | Araştırmanın Geçerlik ve Güvenirlik Çalışmaları .....                                              | 30         |
| 3.7.                   | Araştırma Etiği.....                                                                               | 31         |
| <b>4.</b>              | <b>ARAŞTIRMA BULGULARI .....</b>                                                                   | <b>33</b>  |
| 4.1.                   | Tek Ebeveynin Geçmiş Yaşamı ve Çocukluğu .....                                                     | 35         |
| 4.1.1.                 | Kök Ailede yaşanan olumsuz yaşam deneyimleri .....                                                 | 37         |
| 4.1.2.                 | Kardeşlerle ilişkide yaşanan sorunlar .....                                                        | 39         |
| 4.1.3.                 | Sevgi ve ilgi eksikliği ile büyüme.....                                                            | 40         |
| 4.2.                   | Tek Ebeveynlik Öncesi Süreç .....                                                                  | 42         |
| 4.2.1.                 | Boşanma sürecinin oluşma nedenleri .....                                                           | 44         |
| 4.2.2.                 | Boşanma süreci ile değişen koşullar .....                                                          | 45         |
| 4.2.3.                 | Süreçte yaşanan duygusal değişim/dönüşüm.....                                                      | 47         |
| 4.3.                   | Tek Ebeveynlik Süreci.....                                                                         | 49         |
| 4.3.1.                 | Değişen dönüşen yaşam döngüsü .....                                                                | 52         |
| 4.3.2.                 | Kök ailenin tutumu ve desteği .....                                                                | 56         |
| 4.3.3.                 | Çocukların yaşadığı sorunların ebeveyne yansımaları .....                                          | 59         |
| 4.3.4.                 | Ebeveynlik stresinin mevcut yaşama yansımaları .....                                               | 61         |
| 4.3.5.                 | Çocukların diğer ebeveyn ve onun kök ailesiyle ilişkileri.....                                     | 66         |
| 4.3.6.                 | Tek ebeveynlik ile başlayan yalnızlık ve yalnızlaşmaya karşı sosyal destek unsurlarının önemi..... | 69         |
| 4.3.7.                 | Stresle baş etme stratejileri ve bunların yaşama etkileri.....                                     | 72         |
| <b>5.</b>              | <b>TARTIŞMA, SONUÇ VE ÖNERİLER.....</b>                                                            | <b>75</b>  |
| 5.1.                   | Tartışma .....                                                                                     | 75         |
| 5.2.                   | Sonuçlar .....                                                                                     | 86         |
| 5.2.1.                 | Tek ebeveynin geçmiş yaşamı ve çocukluğuna dair sonuçlar .....                                     | 86         |
| 5.2.2.                 | Tek ebeveynlik öncesi sürece dair sonuçlar .....                                                   | 87         |
| 5.2.3.                 | Tek ebeveynlik sürecine dair sonuçlar.....                                                         | 87         |
| 5.3.                   | Öneriler .....                                                                                     | 89         |
| 5.3.1.                 | Araştırmacılara yönelik öneriler .....                                                             | 89         |
| 5.3.2.                 | Uygulayıcılara yönelik öneriler .....                                                              | 90         |
| 5.3.3.                 | Politika yapıcılara yönelik öneriler .....                                                         | 91         |
| <b>KAYNAKLAR .....</b> |                                                                                                    | <b>92</b>  |
| <b>EKLER .....</b>     |                                                                                                    | <b>103</b> |

## ŞEKİL LİSTESİ

|                                                                                          |    |
|------------------------------------------------------------------------------------------|----|
| <b>Şekil 1:</b> Ekosistem Şeması .....                                                   | 10 |
| <b>Şekil 2:</b> Tek ebeveynlerin kök aile ilişkileri ve ebeveynlik stresi .....          | 34 |
| <b>Şekil 3:</b> Tek ebeveynin geçmiş yaşamı ve çocukluğuna ilişkin kod teori modeli..... | 35 |
| <b>Şekil 4:</b> Tek ebeveynin geçmiş yaşamı ve çocukluğuna ilişkin sınıflama .....       | 36 |
| <b>Şekil 5:</b> Tek ebeveynlik öncesi süreçle ilişkin kod teori modeli. ....             | 42 |
| <b>Şekil 6:</b> Tek ebeveynlik öncesi süreç temasının kod yoğunluk matrisi .....         | 43 |
| <b>Şekil 7:</b> Tek ebeveynlik sürecine ilişkin kod teori modeli. ....                   | 50 |
| <b>Şekil 8:</b> Tek ebeveynlik öncesi süreç temasının kod yoğunluk matrisi .....         | 51 |

# 1. GİRİŞ

## 1.1. Araştırmanın Problemi

Toplumsal yapıyı anlamaya hizmet eden en önemli kurumlardan biri ailedir. Ailenin mikro düzeyde toplumun özelliklerini yansıttığı ya da ailenin temel özelliklerinin toplumsal yaşama yön verdiği ifade edilebilir. Farklı açılardan bakılsa da aslında ailenin toplumu anlama ve anlamlandırma süreçlerinden kilit bir noktada olduğu söylenebilir (Giddens, 2005).

Aile kavramı ile ilgili diğer tanımlamalara bakıldığında Murdock (1949, s.11) aileyi, “ortak konut, ekonomik iş birliği ve üreme ile karakterize bir sosyal grup”

olarak tanımlamıştır. Sayın (1990, s.2) ise aileyi:

“Biyolojik ilişki sonucu insan türünün devamını sağlayan, toplumsallaşma sürecinin ilk olarak başladığı, belli kurallar çerçevesinde karşılıklı ilişkilerin bağlandığı, toplumda devam edegelen maddi ve manevi zenginliklerin kuşaktan kuşağa aktarılan, biyolojik, toplumsal, ekonomik ve hukuksal yönleri bulunan toplumsal birim”

olarak tanımlamıştır.

Diğer aile tanımlarına bakıldığında Taylan (2003), aileyi, evlilik akdi ile başlayan; kan, akrabalık bağları ile sosyal bağlarla birbirlerine bağlanan, bireylerin rol ve statüleriyle içinde yer aldıkları sosyal bir grup olarak tanımlamıştır.

Aile, birey hangi yaşam döneminde olursa olsun birey için vazgeçilmez temel bir birimdir (Demirkan, 2006). Aile kavramı toplumlar arasında yönetim biçimi, gelenek görenek yapısı, din ve ekonomik durum gibi pek çok konuda farklı özellikler gösterse de bu farkların tek ortak noktası aile sistemini meydana getiren bireyler olan bir erkek, bir kadın ve çocuğun varlığıdır (Güler ve Ulutak, 1992).

Aile ile ilgili tanımlamalardan sonra kök aile kavramına bakıldığında kök aile, bireyin içinde büyüdüğü aileyi tanımlarken aslında bireyin kişiliğinin de oluştuğu bir sisteme de işaret etmektedir. Bireyin çevresinde yer alan aile bireylerinin bireyin gelecek kurgusunun oluşmasında etkin rol oynadığı söylenebilir.

Diğer yandan aile, bireyin sahip olduğu ilk sosyal çevre olduğundan, bireyin psikososyal yaşamını hem etkilemekte hem de değiştirmektedir. Bu nedenle hem kültürel değerlerin korunup aktarılması hem de bireyin sosyalleşmesinde en etkili kurumun aile olduğu söylenebilir (Adak, 2012).

Tanımlara bakıldığında ailenin toplum için önemine yapılan vurgu net bir biçimde görülmektedir. Bu bağlamda ailenin en temelde bir ülkenin ve o ülke halkının varlığını sürdürebilmesi adına en temel öğelerin başında geldiği söylenebilir. Ailenin oluşması ve birliğin korunması aslında toplumun ve dolayısıyla ülkelerin de varlığını devam ettirmesi adına oldukça önemlidir. Ülke birliğinin devamı için aile odaklı politikaların öncelenmesinin altında yatan nedeninin de bu olduğu söylenebilir.

Değişmeyen tek şeyin değişim olduğu cümlesinden hareketle toplumsal yapıda ortaya çıkan temel değişimler aile kurumunun da yeniden şekillenmesine ve kendine uygun bir biçimde yeniden örgütlenmesine yol açmaktadır (Karataş, 2001).

Ailenin hukuksal temellerine bakıldığında 4271 sayılı Türk Medeni Kanunu'na göre ailenin hukuksal bir statüye kavuşması için resmi evlilik akdinin oluşması gereklidir. Yine Medeni Kanun'a göre resmi olarak yapılan evliliğin hukuki açıdan sonlanması için de boşanmanın mahkeme yoluyla gerçekleşmesi ve onaylanması gereklidir. Yasal statüsü olmayan evlilik dışı birliktelikler toplumsal düzeyde kültürden kültüre farklılık göstermekle birlikte Türkiye yasalarına göre evlilik için resmi bir nikahın yapılması şarttır.

Günümüzde tüm dünyada giderek artan boşanma oranları evlilik kurumuna olan “kutsal” bakışın da sorgulanmasına adeta zemin hazırlamıştır denilebilir. Boşanmalardan sonra çiftlerin tek yaşamaya başlamaları çocuğun da olduğu bir düzlemde yeni tek ebeveynli yapıları ortaya çıkarmıştır. Tek ebeveynli aileleri yalnızca boşanma süreci ile kavramsallaştırmak doğru olmayacaktır. Geçmiş yüzyıllara bakıldığında salgın hastalıklar, savaşların varlığı da tek ebeveynli ailelerin oluşmasına zemin hazırlamıştır. Yine eşlerden birinin vefatı da ailelerin şekil değiştirerek tek ebeveynli ailelerin oluşmasına neden olmuştur.

Tek ebeveynliği tanımlamak gerekirse Gladding'e (2012) göre tek ebeveynlik, annenin veya babanın, çocuk bakımından tek başına sorumlu olduğu ailelerdir. Tek ebeveynli ailelerin oluşmasında, ölüm gibi ani gelişen doğal olayların yanında, boşanma veya ayrı yaşama gibi sebeplerle oluşan aile bütünlüğünün bozulması durumları da etkilidir.

Tek ebeveynlik de bu durumun bir sonucu olarak çocuğun veya çocukların ebeveynlerinden biri ile yaşadığı aile tipi olarak tanımlanabilir (Gander ve Gardiner, 2001). Tek ebeveynliğin oluşmasında boşanma, terk, kayıp/ölüm durumlarının yanında seks işçiliği, cinsel istismar/tecavüz gibi durumların da birer neden olabileceği söylenebilir.

Tek ebeveynliğin oluşma sürecinde, durumun yasal ve toplumsal statüsü önemlidir. Bireyin kişilik özelliklerinin temelini oluşturduğu kök aile yaşamının tek ebeveynli olmaya giden sürece etkisi oldukça önemli bir konu olarak öne çıkmaktadır. Kök ailenin evliliğin oluşması kadar evliliğin veya birlikteliğin sonlanmasındaki katkısı veya etkisi de tek ebeveynli olmaya giden sürecin daha net anlaşılmasına olanak sağlayacaktır.

Türkiye İstatistik Kurumu (TÜİK, 2022) tarafından yapılan çalışmada Türkiye’de toplam çocuk sayısı içinde babası vefat eden çocukların oranı %1.19, annesi vefat eden çocukların oranı % 0.36 olarak hesaplanmıştır. Anne veya babasından biri olmayan çocuk sayısı %1.56 olarak hesaplanmıştır. Yani her 100 çocuktan 1.56’sının ya annesi ya da babası hayatta değildir. Tek ebeveyn ve çocuklardan oluşan aile sayısına bakıldığında oranın %10, 3 olduğu görülmektedir. Bu oranlara cinsiyet değişkeni ile bakıldığında baba ve çocuklardan oluşan ailelerin oranının %10.3’lük oran içinde %2, olduğu anne ve çocuklardan oluşan aile oranının ise %8 olduğu görülmektedir. İstatistiklere boşanma değişkeni üzerinden bakıldığında kesinleşen boşanma davaları sonucunda 2021 yılında 174 bin 85 çift boşanırken 165 bin 937 çocuğun velayetinin %76.1 oranla anneye %23.9 oranla babaya verildiği görülmektedir. Tek ebeveynlik sürecinin oluşmasında birden fazla neden olsa da Türkiye’de bu durumun oluşmasında boşanmanın başat rol üstlendiği ve medeni kanun uyarınca çocukların velayetleri ağırlıklı olarak kadınlara (%76.1) verildiğinden kadın tek ebeveynlerin oran olarak erkek tek ebeveynlerin yaklaşık 3 katı olduğu görülmektedir.

Diğer yandan Aile ve Sosyal Hizmetler Bakanlığı Araştırma Daire Başkanlığı tarafından 2018 yılında yapılan Türkiye Aile Yapısı İleri İstatistik Analizi isimli çalışmada tek kişilik hanelerin %64’ünün, tek ebeveynli hanelerin ise %90’ının kadınlardan oluştuğu görülmektedir.

Bu noktada tek ebeveynliğin oluşmasında durumun yasal ve toplumsal statüsü önemli olmaktadır. Bireyin kişilik özelliklerinin temeli kök ailede oluştuğu için kök aile yaşamının tek ebeveynli olmaya giden sürece etkisinin olmaması düşünülemez. Bu

nedenle kök ailenin varlığı bireyin tüm yaşamında olduğu gibi tek ebeveynli olma sürecinde de etkilidir. Bu noktada kök ailenin tek ebeveynli olmaya giden sürece katkısı veya etkisinin ne düzeyde olduğu oldukça önemli bir konu başlığıdır.

Yine bu bağlamda tek ebeveynli olarak yaşama devam eden bireylerin yaş, cinsiyet, eğitim, sağlık durumu, geçmiş yaşantılar, yaşanan kayıplar, travmatik deneyimler gibi bireysel etmenlerin yanında çevresel etmenler, sosyal destek ağlarının varlığı, sosyo-kültürel ve politik etmenler ile sosyo-ekonomik durum gibi başlıkların da tek ebeveynli bireylerin yaşamlarını farklılaştırabileceği düşünülmektedir.

Türkiye’de tek ebeveynlik üzerine yapılan çalışmalara bakıldığında çalışmaların tek ebeveynlerin yaşam deneyimleri, yaşadıkları sorunlar ve ihtiyaçları (Acar, 2013; Arslansoyu, 2021; Buldu, 2021; Coşan, 2017; Demirel, 2021; Genç, 2019; Gönülaçan, 2022; Kara, 2022; Öztürk, 2012; Talay, 2022; Topçu, 2020); tek ebeveynlik sürecinde ebeveynin cinsiyetinin yaşama etkileri (Alkan, 2021; Bingöl, 2022; Çoban, 2021;); olağanüstü durumlarda tek ebeveynlik (Sezgin, 2022); bazı uyum programlarının tek ebeveynliğine etkileri (Güler Öztekin, 2021; Kiye, 2022;); tek ebeveynli ailelerde yetişen çocukların ve bireylerin özellikleri ve yaşam deneyimleri (Aslantürk, 2017; Bayraktar, 2016; Bıçak, 2016; Demir, 2022; Cartılı, 2016; Demirbilek, 2013; Erbaş, 2022; Kılıçoğlu, 2016; Opçin, 2018; Şanal Güngör, 2020; Topal, 2018; Turan Cebeci, 2009; Varhan, 2016; Yıldız, 2017) konularında yapıldığı ve bu çalışmaların ağırlıklı tek ebeveynli olmanın ortaya çıkardığı sorunlar ve bu durumun çocuklar üzerindeki etkileri odağında yoğunlaştığı görülmektedir. Kök ailenin tek ebeveynli olma üzerindeki etkilerinin çalışıldığı araştırma sayısı son derece azdır.

Ayrıca araştırmacının çalışma alanında ailelerle sık çalışması ve bu süreçte ailelerin yaşadıkları sorunların ortaya çıkışında kök aile etkisinin temel nedenlerden biri olması çalışmanın yapılmasında önemli bir sebeptir.

Bu bağlamda tek ebeveynlik sürecinde kök ailenin etkisi ve desteğinin beklenilenden az olmasının bireyler üzerinde yarattığı olumsuz etkiler bu çalışmanın temel problemidir.

## **1.2. Araştırmanın Amacı**

Bu araştırmanın amacı, tek ebeveynlerin kök aile ilişkileri ve bu durumun ebeveynlik stresi üzerindeki etkilerinin ortaya çıkarılmasıdır.

Bu bağlamda araştırmanın amaçlarına uygun olarak bazı temel sorulara yanıt aranacaktır.

- Tek ebeveynin geçmişinde kendi ebeveynleri ve kardeşleri ile yaşadığı döneme ait görüşleri nelerdir?
- Tek ebeveynin tek ebeveynlik öncesi süreçte yaşadığı sorunlar nelerdir?
- Tek ebeveyne göre ebeveynlik sürecinde yaşadığı stresin nedenleri, kaynağı ve sonuçları nelerdir?
- Tek ebeveynin baş etme mekanizmalarının niteliği nasıldır?
- Tek ebeveynin çocukları ile ilişkisi nasıldır?
- Tek ebeveyn kök ailenin ebeveynlik stresi üzerindeki etkisini nasıl anlamlandırmaktadır?

### 1.3. Araştırmanın Önemi

Tek ebeveynlik çoğunlukla boşanma ile gerçekleşmektedir (Uhlenberg, 1989). Bu durum Türkiye’de yapılan güncel istatistiklerle de doğrulanmaktadır (TÜİK, 2022). Tek ebeveynliğin oluşmasında diğer temel nedenler içerisinde ölüm ve kişisel tercihlerin de etkili olduğu ifade edilebilir (Aile ve Sosyal Araştırmalar Genel Müdürlüğü, 2011, Gladding, 2012). Gladding (2012) tercih sonucu ortaya çıkan tek ebeveynliğin bilinçli bir biçimde evlilik dışı çocuk sahibi olmak, bilinçsizce istemeden evlilik dışı hamileliğin oluşumu ve çocuğun dünyaya gelişine karar vermek, ile bekâr olup kanuni engel bulunmadığı hallerde evlat edinmeye bağlı olarak 3 farklı biçimde oluşabileceğini ifade etmektedir.

Aile ve Sosyal Hizmetler Bakanlığı Araştırma Daire Başkanlığı tarafından 2018 yılında yapılan Türkiye Aile Yapısı İleri İstatistik Analizi isimli çalışmada 2006-2016 döneminde boşanmış ebeveyn oranı %20’den %37’ye yükselmiştir. Bu oran kademeli bir şekilde giderek artmaktadır. Boşanma sayısının arttığının diğer bir göstergesi de aile mahkemelerinde açılan dava sayısının artmasına bağlı olarak toplam aile mahkemesi sayısının yıllar içinde düzenli olarak artmasıdır.

Literatürde tek ebeveynliğin temel nedeni olan boşanma süreci ile ilgili yapılan çalışmalara bakıldığında bireylerde boşanma sürecinin sonrasında üzüntülü hissetme, karamsarlık duyma, kendini değersiz/suçlu hissetme gibi duyguların oluştuğu görülmektedir (Acar, 2013; Strateji Düşünce ve Analiz Merkezi, 2018). Yine kadınların boşanma sonrası tek ebeveynlik oranlarının erkeklere oranla 3 kat fazla olmasına bağlı olarak kadınların tek ebeveynlik sürecinde çok daha büyük zorluk yaşadıkları

görülmektedir (Arslansoyu, 2021; Çoban, 2021; Demirel ve Buz, 2021; Karaca Aydın, 2019). Kadınların toplum içerisinde özellikle işgücü piyasasında yaşadıkları ayrımcılık ve boşanma sonrası eski eşin gerekli maddi desteği sunmaması bu durumun etkisini derinleştirebilmektedir (Aydiner Boylu, Öztop, 2013). Yapılan çalışmada benzer bir şekilde tek ebeveynliğin çoğunlukla boşanma sebebi ile oluştuğu ve kadın tek ebeveynlerin bu süreci daha ağır bir şekilde yaşadıkları görülmektedir. Araştırmada özellikle bu konularda yapılmış olan aktarımlar her iki konunun alt boyutlarının ortaya çıkmasını sağlamıştır.

Yine yapılan çalışmalar bazı durumlarda tek ebeveynli olmaya giden sürecin oluşmasında kök ailelerin evlilik konusunda bireyler üzerindeki baskıcı ve olumsuz tutumlarının da bireylerin seçimlerini etkilediği, evliliğin sonlanma sürecinde de tek ebeveynlik sürecinde de kök aile etkisinin yoğun olduğunu göstermektedir (Çoban, 2021).

Yine tek ebeveynlerin ekonomik açıdan çok ciddi zorluklar yaşadıkları, bu zorlukların tüm yaşamlarını ciddi bir şekilde etkilediği ve bu sürecin özellikle ilk yıllarda daha yoğun olduğu görülmektedir (Öztürk, 2012; ASHB, 2018; Bingöl, 2022; Çoban, 2021; Karaca Aydın, 2019; Aydiner Boylu&Öztop, 2013; Afyonoğlu vd, 2021; Karaaslan & Opçin, 2020, Demirel & Buz, 2021). Tek ebeveynlerin boşanmadan hemen sonra yaşadığı sürece dair aktarımları özellikle uyumlanma sürecinin zorluklarını ayrıntılı bir biçimde ortaya koymaktadır. Farklı cinsiyet ve sosyo-ekonomik kültürel düzeye sahip katılımcılardan alınan veriler tek ebeveynlik sürecinin oluşmasına dair kapsayıcı ve özel bir bulgu kümesinin oluşmasını sağlamıştır.

Tek ebeveynlik sürecinde gerekli sosyal destekten yoksun olmak bireylerin tüm yaşamını olumsuz anlamda etkilemektedir. Bu süreçte bireylerin en fazla destek bekledikleri yer yine kök aileleri olmaktadır (Acar, 2013). Yine benzer şekilde tek ebeveynli bireyler tüm yaşlarda kök ailenin desteğine ihtiyaç duydukları ve kök aile üyelerinin bazı olumsuz tutum ve davranışlarına maruz kalsalar da bu desteği önemli buldukları görülmektedir (Demirel & Buz, 2021; Afyonoğlu vd., 2021; Karaca Aydın, 2019; Bingöl, 2022).

Tek ebeveynlerin bu süreçte çocukları ile ilgilenmeyi temel yaşam gayesi olarak gördükleri ve kendilerini sosyal hayattan kısmen ya da tamamen uzak tuttukları görülmektedir. Bu uzak duruşun altında ağırlıklı olarak ekonomik nedenler ile zamansızlık gelmektedir (Öztürk, 2012; ASHB, 2018; Çoban, 2021; Afyonoğlu vd., 2021).

Tek ebeveynlerin sürecin tamamında psikolojik açıdan da ciddi oranda zorlandıkları ancak yeterli zaman ve ekonomik koşulların eksikliği sebebi ile profesyonel psikolojik yardım alamadıkları görülmektedir (Bingöl, 2022; Çoban, 2021; Afyonoğlu vd., 2021; Alkan, 2021; Demirel ve Buz, 2021). Tek ebeveynlerin en fazla aile, arkadaş ve sosyal çevrelerinden destek aldıkları görülmektedir (Bingöl, 2022). Tek ebeveynlerin stresle başa çıkmada çoğunlukla ev işi, yemek, temizlik yapma, kitap okuma, film/TV izleme, spor faaliyetlerde bulunma, alkol alma, gezme ve dolaşma gibi ağırlıklı olarak ücretsiz faaliyetlerde bulundukları görülmektedir (Öztürk, 2012; ASHB, 2018; Bingöl, 2022; Çoban, 2021; Karaca Aydın, 2019; Aydıner Boylu&Öztop, 2013; Afyonoğlu vd, 2021; Karaaslan & Opçin, 2020; Demirel & Buz, 2021)

Özetle yapılan çalışmaların ağırlıklı olarak tek ebeveynli olmanın ortaya çıkardığı sorunlar ve bu durumun çocuklar üzerindeki etkileri odağında yoğunlaştığı görülmektedir. Çalışmalarda her ne kadar kök ailenin tek ebeveynler üzerindeki etkileri dolaylı yoldan araştırılmış olsa da kök ailenin tek ebeveynli olma üzerindeki etkilerinin doğrudan ele alındığı nitel yönelimli bir çalışmanın olmadığı görülmektedir. Kök ailenin tek ebeveynlik öncesi süreç, tek ebeveynliğin oluşma süreci ve tek ebeveynlik sonrası süreçte etkilerinin nitel bir tarzdan ayrıntılı bir şekilde ele alınmasının önemli olduğu düşünülmektedir.

Bu şekilde yapılacak bir çalışma ile kök ailenin tek ebeveynlik sürecinin tümüne etkisi ortaya çıkarılacağı için çalışma diğer çalışmalardan ayrılmaktadır. Hem diğer çalışmalara hem konuya dair üretilecek aile politikalarına hem de literatüre katkı sağlayacağı düşünülmektedir.

#### **1.4. Araştırmanın Sınırlılıkları**

Türkiye’de 6 Şubat Kahramanmaraş depremlerinden dolayı araştırma çevrimiçi görüntülü görüşme ve telefon yoluyla gerçekleştirilmiştir. Araştırmada yüz yüze görüşme olmamasına bağlı olarak doğrudan gözlem yapılamadığı için görüşme sürecinde katılımcılara ait bazı özellikler gözlenmemiş olabilir. Bu durum araştırma için bir sınırlılık olarak değerlendirilebilir.

### 1.5. Araştırmanın Tanımları

*Tek ebeveynlik:* Boşanma, ayrılık, terk, kayıp/ölüm, seks işçiliği, cinsel istismar/tecavüz gibi nedenlerle tek ebeveynli olarak ailenin sürdürölmesidir.

*Kök aile:* Tek ebeveynli bireyin anne, baba ve kardeşlerinden oluşan ailedir.

*Ebeveynlik stresi:* Ebeveynlik stresi ebeveynlerin kendilerine ve/veya çocuklarına atfettiği, ebeveyn rolüne bağlılık düzeyi bağlamında her bir ebeveyn tarafından yapılan bir dizi değerlendirmenin yarattığı olumsuz zihinsel tepkidir (Abidin, 1992).



## **2. ARAŞTIRMANIN KURAMSAL ÇERÇEVESİ**

Bu ana başlık altında araştırmanın kuramsal çerçevesini oluşturan kuramlara, tek ebeveynlik ve kök aile kavramlarına yer verilecektir.

### **2.1. Araştırmanın Kuramsal Yaklaşımları**

Bu başlık altında araştırmanın kuramsal temelini oluşturan ekosistem yaklaşımı ile ebeveynlik stres teorisine yer verilecektir.

#### **2.1.1. Ekolojik yaklaşım**

Bir ekosistem, insan ve insanların yaşam koşulları ve etkileşimlerinden kaynaklanan düzgün bir şekilde işleyen veya işlemeyen davranış örüntülerinden oluşur. Sosyal fonksiyonlarını tam olarak sağlayan birey, sorunlarının da üstesinden gelebilme gücüne sahiptir. Sosyal fonksiyon kavramı işlevsel olma, yaşama dair görev fonksiyonlarını icra etme, ihtiyaçlarını karşılama, ihtiyaç duyduğu iç dış kaynaklardan azami ölçüde faydalanma, iyi bir kapasiteye sahip olma, yeteneklerini sistemle bütünleştirip sistemle eşgüdümlü gitmeyle ilgilidir (Siporin, 1980).

Ekolojik yaklaşımı sorunların oluşmasında ve çözülmesinde bireyden ziyade çevrenin çok daha etkili olduğuna vurgu yapmaktadır.

Ekolojik kavramını yeni ve güçlü kılan şey bireyin çevre ile ayrılmaz bir konumda olması ve bireyin ekolojik sistemin bütünleşmiş bir parçası olmasıdır (Pardeck, 1988b). Bu anlamda birey, ekolojik yaklaşımda, sisteme ait alt sistemlerle etkileşim halinde olan ve onları tamamlayan parçalardan biridir.

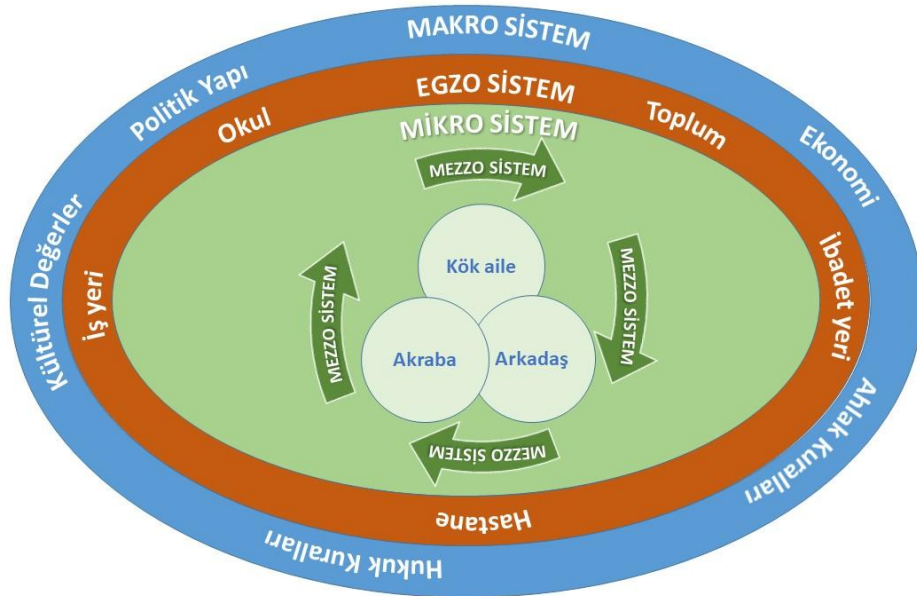
Ekolojik yaklaşım ile bireyin sosyal işlevselliği doğrudan değerlendirilebilir. Yapılacak olan bu değerlendirme ile sisteme ait genel özellikler, sistemin alt sistemleriyle olan ilişkisi, tamamlayıcı, güçlü ve tutarlı yanlarına ek olarak uyumsuzluk, tutarsızlık ve çatışmaların da ortaya çıkarak tanımlanmasına olanak sağlar. Bu şekilde alt sistemlerin iç işleyişi ve görünmeyen özelliklerine dair bilgi sahibi olunur (Siporin, 1980).

Bu yaklaşımda birey ve çevre arasındaki ilişkiyi değerlendirme aşamasında kullanılan birbiriyle bağlantılı 4 düzey bulunmaktadır. Bunlar, mikro, mezzo, makro ve egzo düzeylerdir (Bronfenbrenner, 1994).

- Mikro sistem bireyin sosyal çevresi ile arasında gerçekleşen olayları kapsar.
- Mezzo sistem yakın çevreler arasındaki bağlantılardan oluşan sistemi kapsamaktadır. Egzo sistem dış çevre ortamını kapsamaktadır.
- Makro sistem ise kültürel kodlar, ekonomi, hukuk ve ahlak kuralları gibi temel bağlam ile ilgilidir.

Bireyin ekolojik sistemindeki ilk aşama mikro sistemdir. Mikro sistem bireyin kendisine en yakın çevresi olan doğrudan etkileşim içerisinde olduğu en etkili çevredir. Mikro sistemlerin birbirleriyle karşılıklı etkileşimin olduğu sistem mezzo sistemdir. Egzo sistem ise bireyin aktif katılımcı olmadığı ama süreçten etkilendiği sistemdir. Makro sistem kişinin en geniş çevresinden oluşmaktadır. Bu sistemin içinde ekonomik ve politik sistemler ile kültürel değerler yer almaktadır (Bronfenbrenner, 1994).

Tek ebeveynli bireyin ekosistemine bakıldığında Şekil 1’de görüldüğü gibi bireyin mikro alanında kök aile üyeleri, akrabaları ve arkadaşları, mezzo sistemde bu üç alt sistemin birbirleri ile olan iletişimleri, egzo sistemlerinde toplum, ibadet yeri, hastane, iş yeri ve okul; makro sistemlerinde ise ekonomi, ahlak kuralları, hukuk kuralları, kültürel değerler ve politik yapı yer almaktadır. Tek ebeveynli bireyin tek ebeveynlik sürecini inşa etme süreci bu sistemlerin işlevselliği ile şekillenmektedir. Özellikle mikro sistemde yer alan sosyal destek unsurlarının varlığı birey için son derece önemlidir.



**Şekil 1:** Ekosistem Şeması (Bronfenbrenner, 1994)

Ekolojik yaklaşımında her düzey aslında diğer düzey ile iç içe geçmiş şekilde ilişkilidir (Pence, 1988). Bu yaklaşım, birey ile fiziksel ve sosyal çevre arasındaki etkileşimi vurgulamaktadır. Çevresiyle uyum içinde olan birey bir dengeyi de sağlamış olur. Olası bir uyumsuzluk bireyin psikososyal ve bedensel ihtiyaçlarıyla çevresi arasındaki bağı kopararak bireyde baskıya neden olmaktadır (Turan, 1992). Tek ebeveynlerin yaşadığı sorunların anlaşılmasında ya da sorunlarına çözüm aranması noktasında bu düzeyler oldukça yol gösterici olacaktır.

Yaklaşımın sıklıkla vurguladığı uyum konusu birey ile çevresi arasındaki durumla ilgilidir. Birey ile çevresi arasındaki uyumu bozan öğelerin düzeltilmesi bireye yapılacak müdahalenin temel amacı olmaktadır (Pardeck, 1988a).

Ekolojik yaklaşımı, tek ebeveynlik sürecini yaşam döngüsü olarak ele almak için oldukça uygun bir çerçeve sunmaktadır. Bu sürecin genel analizi, tek ebeveynlik sürecini anlamak için önemli bir temel oluşturur. Çünkü tek ebeveynlik sürecini etkileyen pek çok faktör bulunmaktadır. Bu nedenle, sorunları çözme sürecinde mikro, mezzo ve makro odaklı çözümler geliştirmek için ekosistem yaklaşımının değerlendirme kriterleri ve kavramları etkili bir şekilde kullanılacaktır.

### **2.1.2. Ebeveynlik stres teorisi**

Stres, bir kişi ile çevre arasında, kişinin kaynaklarını zorladığı ve refahını tehdit ettiği şeklinde değerlendirilen deneyimin sonucu olarak tanımlanır (Lazarus ve Folkman, 1984). 14. yüzyıl gibi erken bir tarihte, stres kavramı zorluk, sıkıntı veya ıstırapı belirtmek için kullanılıyordu (Lumsden, 1981); 17. yüzyılın sonlarında, fiziksel bilimlerde stres, bir nesne üzerinde baskı yaratan bir dış kuvvet tarafından üretilen iç gücün miktarını belirtmek için kullanıldı (Hinkle, 1974). 19. yüzyılda tıp alanı stresi sağlık sorunlarının bir göstergesi olarak görüyordu. Selye'nin 1950'lerde laboratuvar hayvanlarıyla yaptığı çalışma, genel uyum sendromu olarak adlandırılan, stresi herhangi bir zararlı fiziksel veya psikolojik uyarana karşı bir dizi bedensel savunma olarak görüp stres çalışmasına katkıda bulunmuştur (Selye, 1976). Selye'nin hormonal stres salgıları üzerine yaptığı çok önemli çalışma, sosyal bilimlerde stresle ilgili ileri çalışmalar için çok önemli bir rol oynamıştır (Monat & Lazarus, 1991).

1960'larda stres, olumsuz ya da zorlu büyük yaşam olaylarının bir sonucu olarak kavramsallaştırılmıştır. Stres araştırmalarındaki önemli gelişmeler, stresin teorik ve

prosedürel olarak yeniden tanımlanmasını içeriyordu. Lazarus (1966), daha fazla araştırma yaparak bireyin yaşam olaylarının stres üretme etkisine ilişkin bilişsel değerlendirmelerinin önemini anlayarak değerlendirme kavramını strese dahil etti. Daha sonra stres üzerine yapılan araştırmalar, küçük günlük güçlükler ve bunların bireyin strese uyumu üzerinde önemli yaşam olaylarından daha büyük etkiye sahip olabilecek kümülatif etkilerine odaklanmıştır (Kanner, Coyne, Schaeffer ve Lazarus, 1981).

Genel olarak bakıldığında, stres, bir kişinin zorlayıcı bir olaya karşı davranışsal ve duygusal tepkisini ortaya koymasıyla şekillenir. Süreç içinde oluşan sıkıntı verici durumlar, gelecekteki davranışları ve bu olaylarla ilişkili işleyişi olumsuz etkileyen stres faktörlerine tepki olarak yaşanır (Crnic & Low, 2002).

Stres tepkisi, iyilik halini etkileyen duygusal, davranışsal ve fizyolojik alanda çeşitli özelliklere sahiptir. Bu nedenle stres; fizyolojik, davranışsal veya psikolojik ölçekler kullanılarak ölçülebilir. Fizyolojik ölçümler (yani yalan makinesi testleri, hormonal seviyeler vb.) ve davranışsal gözlemlerin (yani yüz ifadeleri, vücut duruşları vb.) bireylerin duygusal durumları bilinmeden yorumlanması zordur (Lazarus & Folkman, 1984). Kişisel bildirim, stresle ilgili sorunlara (örneğin, hafıza, sosyal arzu, dilin karmaşıklığı ve zamanlama) rağmen, stresi ölçmek için en çok tercih edilen yöntemdir. Kişisel bildirim ölçümleri, yanıtlayanların ilk elden bilgilerinin ve duygusal durumlarının doğrulanmasının faydalarını sunar (Kerlinger & Lee, 2000).

Ebeveynlik stresine gelindiğinde tarihsel olarak, ebeveynlik stresine çeşitli şekillerde bakılmıştır. Temel yaşam olayları yaklaşımı, ebeveynlik stresini, ebeveynlerin yaşamlarındaki risk veya potansiyel stres deneyimlerinin toplam sayısı olarak kavramsallaştırmıştır. Bu yaklaşım, zor sonuçlar için risk altındaki aileleri ayırt etmede yararlı olmuştur (Homes & Rahe, 1967). Bununla birlikte, bu yaklaşımın bir sınırlılığı, önemli yaşam olaylarının seyrek olması ve aile içi süreçlerle ilgili olmayabilmesidir (Lazarus & Folkman, 1984).

Crnic ve Greenberg (1990), günlük güçlük çeken ebeveynlik yaklaşımını, ebeveynlerin çocuklarıyla günlük alışverişlerinde deneyimledikleri sıradan etkinliklere odaklanan yaklaşım olarak tanımlamıştır. Bu günlük güçlükler, zorlayıcı çocuk davranışları ebeveynler için sürekli öfke ve memnuniyetsizlik sağladığı sürece ebeveynlik stresine yol açabilir. Bazı güçlükler koşullar tarafından belirlenir ve ara sıra ortaya çıkarken diğerleri, bireyin tutarlı ve beklenen zorluklarla aynı ortamda kaldığı için devam edebilir (Kanner,

Coyne, Schaeffer ve Lazarus, 1981). Çocukların davranışlarıyla ilgili günlük güçlüklerin bağlamı, gelişimsel yetersizliklerin ebeveynlere yüklediği ek talepler ve ebeveynlerin özellikleri, ebeveynlik stresini öngören faktörlerdir (Crnic & Greenberg, 1990).

Abidin, ebeveynlik stresini ebeveynlerin kendilerine ve/veya çocuklarına attığı, ebeveyn rolüne bağlılık düzeyi bağlamında her bir ebeveyn tarafından yapılan bir dizi değerlendirmenin yarattığı olumsuz zihinsel tepki olarak tanımlamaktadır (Abidin, 1992). Ebeveyn stresi, ebeveynliğin görünürdeki talepleri ile bu talepleri yerine getirmek için mevcut kaynaklar arasındaki eşitsizlikten kaynaklanmaktadır (Abidin, 1995).

Abidin'in (1992) ebeveynlik stresi tanımı, Lazarus (1966) tarafından tanımlanan değerlendirme modelini içermektedir. Bu model, stresin belirgin çocuk özellikleri ile annelerin bu özelliklere ilişkin algılarının birleşiminden kaynaklandığını varsaymaktadır. Değerlendirme, bireyin bir olayı sıkıntı, meydan okuma ve yönetilebilirlik açısından öznel yorumudur (Lazarus ve Folkman, 1984). Değerlendirme modeline göre, stresli olayların sıklığı önemli olabilir ancak yaşam olaylarının gerçekten stresli deneyimler olup olmadığını ölçmek için yeterli değildir; daha önemli olan, ebeveynlerin bu olayları nasıl algıladıklarıdır. Bu model, ebeveynlik stresi üzerine araştırmalar için baskın teorik çerçeve haline gelmiştir (Deater-Decker, 1998).

Ebeveynlik stresi üzerine yapılan araştırmalar ağırlıklı olarak iki aracın kullanımına dayanmaktadır: Kaynaklar ve Stres Anketi-Friedrich baskısı (QRS-F: Friedrich, Greenberg & Crnic., 1983) ve Ebeveynlik Stres İndeksi (ESİ: Abidin, 1995). Ebeveynlik Stres İndeksi (ESİ, Abidin, 1995), stres altındaki ebeveyn ve çocuk sistemlerini, çocuğun istendik olmayan davranışlarını ve işlevsiz ebeveyn çocuk etkileşimlerini belirlemek için bir ölçme aracı olarak tasarlanmış, 101 maddelik bir klinik ve araştırma öz bildirim aracıdır. ESİ toplam puan, iki alan puanı ve 13 alt ölçek verir. Çocuk alanı, çocukların özellikleriyle ilişkili stresleri ölçer ve şu alt ölçekleri içerir: dikkat dağınıklığı/hiperaktivite, uyum, ebeveynin güçlendirilmesi, talepkârlık, duygu durum ve kabul edilebilirlik. Çocuk özellikleri alanında alınan yüksek puanlar, çocukların ebeveynlerin ebeveynlik rollerini yerine getirmelerini zorlaştıran ve strese neden olan bazı özellikler sergilediğini göstermektedir.

Bu ölçek; ebeveyn alanı, ebeveynin özellikleriyle ilişkili stres öğelerini değerlendirir ve şu öğeleri içerir: yeterlilik duygusu, sosyal izolasyon, çocuğa bağlanma, ebeveyn sağlığı, rol kısıtlaması, depresyon ve eş ilişkisi. Ebeveyn alanında alınan yüksek puanlar, stres

kaynaklarının ve ebeveyn-çocuk sistemindeki işlev bozukluğu olasılığının, ebeveynlerin yaşam biçimleriyle ilişkili olabileceğini göstermektedir (Abidin, 1995).

Ebeveynlik Stres İndeksi'nin kısa versiyonu olan PSI-SF (Abidin, 1995), ESL'nin tam uzunluktaki testinden türetilen 36 maddeye sahiptir ve maddeler aynı şekilde ifade edilmiştir. Kısa form, klinisyenler ve araştırmacılar tarafından ebeveyn-çocuk sistemindeki stresi değerlendirmek için geliştirilmiş olup, 10 dakikadan kısa sürede uygulanabilmektedir (Abidin, 1995). Ebeveyn-çocuk sisteminin ana bileşenlerini temsil eden ESI'dan üç faktör belirlenmiştir, bunlar; ebeveyn, çocuk ve bunların etkileşimleridir. Bu faktörler üç alt ölçekten oluşmaktadır: ebeveyn sıkıntısı, ebeveyn-çocuk işlevsiz etkileşimi ve zor çocuk. Ebeveyn sıkıntısı alt ölçeği, ebeveynlerin ebeveynlik rollerinde deneyimledikleri stresi doğrudan ebeveynlikle ilgili kişisel faktörlerden değerlendirir. Ebeveyn-çocuk işlevsiz etkileşimi, ebeveynlerin çocuklarının beklentilerini karşılamadığına ve etkileşimlerinin onları ebeveyn olarak pekiştirmediğine dair değerlendirmesini ölçer. Zor çocuk, onları yönetmeyi kolaylaştıran veya zorlaştıran çocuk özelliklerini değerlendirir.

## **2.2. Tek Ebeveynlik**

Bu başlık altında tek ebeveynliğin yapısı ve doğası, tek ebeveynliğin sonuçları ile tek ebeveynliği kolaylaştırıcı faktörlerine değinilecektir.

### **2.2.1. Yapısı ve doğası**

Tek ebeveynliği anlamak için öncelikle tek ebeveynlik kavramının ve oluşma sürecinin açıklanması gereklidir.

#### **2.2.1.1. Tek ebeveynlik kavramı**

Aile kelimesi ile akla gelen ilk cümle anne, baba ve çocuktan oluşan birliktir. Ancak günümüzde bu kavramsallaştırma değişime uğramıştır ve aile birliğinin tanımlanmasında anne ve babanın birlikte olmasına gerek yoktur. Aile kurumu biyolojik, sosyo-ekonomik, psikolojik etkenler sonucu ortaya çıksa da gerek yapı gerek işlev yönünden ciddi değişim ve dönüşümlere uğramaktadır. Bu oluşan değişim aile kurumunun çözülmesine veya

ortadan kalkmasına da neden olabilmektedir. Bu durumun sonuçlarından birisi de tek ebeveynli ailelerdir (Townley & Edmonson, 1991).

Tek ebeveynlik olgusu annenin veya babanın, çocuk bakımından tek başına sorumlu olduğu aileler olarak tanımlanabilir (Gladding, 2012). Tek ebeveynli ailelerin oluşmasında, ölüm gibi ani gelişen doğal olayların yanında, boşanma veya ayrı yaşama gibi sebeplerle oluşan aile parçalanması durumları da etkilidir. Tek ebeveynlik de bu durumun bir sonucu olarak çocuğun veya çocukların ebeveynlerinden biri ile yaşadığı aile tipi olarak tanımlanabilir (Gander & Gardiner, 2001).

Şu an boşanma ve ayrılık sebebiyle daha çok görülmesine karşın geçmiş yıllara bakıldığında tek ebeveynliğin ortalama ömrün kısa olması sebebiyle ebeveynlerden birinin ölümü sonrası çok daha sıklıkla görülen bir durum olmuştur (Kain, 1990). Yine aynı şekilde savaş, zorunlu göç, açlık, kıtlık gibi nedenlerle de eşlerin birlikteliğinin tehdit altında olduğu özel koşullarda da tek ebeveynliğin varlık gösterdiği söylenebilir (Coontz, 1992).

#### ***2.2.1.2. Tek ebeveynliğin oluşma süreci***

Tek ebeveynli olma durumunun ağırlıklı olarak boşanma sonucunda gerçekleştiği bilinmektedir (Uhlenberg, 1989). Buna ek olarak çiftlerden birinin vefatı veya ayrı yaşamaları gibi nedenlerle de tek ebeveynli aile oluşabilmektedir. Genel olarak bakıldığında tek ebeveynliğin sıklıkla boşanma, ölüm ve kişisel tercihler sonucu oluştuğunu söylemek mümkündür (Aile ve Sosyal Araştırmalar Genel Müdürlüğü, 2011, Gladding, 2012).

Boşanma ve ölüm konusu daha net birer neden olarak dururken tercih sonucu ortaya çıkan tek ebeveynliğin 3 sebebi vardır (Gladding, 2012).

- 1) Bilinçli bir biçimde evlilik dışı çocuk sahibi olmak,
- 2) Bilinçsizce istemeden evlilik dışı hamileliğin oluşumu ve çocuğun dünyaya gelişine karar vermek,
- 3) Bekâr olup kanuni engel bulunmadığı hallerde evlat edinmek.

Genel olarak bakıldığında intihar sonucu olmamışsa ölüm dışında kalan 2 seçeneğin de kısmen veya tümüyle bilince ve seçime dayalı olduğu söylenebilir.

Walsh (2014), tek ebeveynliği farklı birçok aile yapısını içine alan bir kavram olarak ele almıştır. Ebeveynin hiç evlenmemiş veya boşanmış olmasının yanında evlat edinmesi veya koruyucu aile olması da tek ebeveynli aile yapısı içinde yer almasına olanak sağlamaktadır.

Farklı sebeplerle tek ebeveynli olan ailelerde tek ebeveynli olan ebeveyn genellikle kadın olmaktadır bu durumun oluşmasında boşanma sürecinde çocukların velayetinin alınmasında babaların annelere oranla daha az istekli olmaları önemli rol üstlenmektedir (Kızıl Aslan, 2020). Bu bağlamda TÜİK'in 2021 yılına ait evlenme ve boşanma istatistiklerine bakıldığında boşanan çiftlerin sayısı 2020 yılında 136 bin 570 iken 2021 yılında 174 bin 85 olmuştur. Kesinleşen boşanma davaları sonucunda 2021 yılında 174 bin 85 çift boşanırken 165 bin 937 çocuğun velayetinin %76, 1 oranla anneye %23, 9 oranla babaya verilmiştir (TÜİK, 2022). Buna göre boşanmaların artışının doğrudan tek ebeveynli kadın olma durumunun artmasına neden olduğu söylenebilir.

### **2.2.2. Tek ebeveynliğin sonuçları**

Tek ebeveynli aile olmak gündelik hayatta pek çok problemle karşı karşıya gelmektedir. Birbirinden farklı bu sorunlar arasında ebeveynlik, eve dair faaliyetlerin yürütülmesi, zamanın kullanımı, çocuğun bakımı ve sosyal yaşam yer almaktadır. Bu sorunlar arasında cinsiyet farklı gözetmeksizin ilk sırayı alan sorun ekonomik sorunlardır (Şentürk, 2006; Sanik & Mauldin, 1986).

Tek ebeveynli ailelerde standart ve düzenli bir gelir devamlılığı olmadığından gelir sıklıkla düşüş eğilimindedir. Bu nedenle tek ebeveynli ailelerin ihtiyaçlarını giderme amacıyla yaptıkları harcamalar giderek azalmaktadır (Weiss, 1984). Tek ebeveynli ailelerin yaşadığı ekonomik zorluklar, birlikte yaşanan çocukların bakım ve sağlığını da negatif şekilde etkilemektedir (Voydanoff, 1990).

Ekonomik olarak yaşanan bu olumsuz durum tek ebeveynli ailelerle yapılan çalışmalarda bu ailelerin yoksulluk yaşama risklerinin çift ebeveynli ailelere oranla daha yüksek olduğu bulunmuştur. Tek ebeveynin kadın olması halinde bu risk daha da artmaktadır (Wolff, 2001; Carney & Gale, 1999; Schmidt, 2004).

Kadınların düşük maaşlı işlerde çalışma, yeterli olmayan iş olanakları ve sınırlı yardım olanakları sebebiyle ekonomik açıdan erkeklere oranla daha az gelire sahip oldukları ve bu durumun tek ebeveynli olma halinde ekonomik zorluk ve yoksulluk yaşama riskleri

artırdığı söylenebilir. Tersi şekilde erkeklerin olası bir ölüm, ayrılık veya boşanma sonrası önceki yaşam düzenine uyumda kadınlara oranla daha başarılı oldukları görülmektedir (Arıkan, 1992; Caputo, 1999; Weinstein, 2000).

Bu durumun oluşmasında ayrılık veya boşanmanın sonucunda çocukların velayetinin genelde anneye verilmesi ile çocukların sorumluluğunun annelerin tek başlarına üstlenmeleri de etkilidir (Arendell, 1986; Rocha, 1997). Tek ebeveynli ailelerde kadının çocuklara baktığı senaryoda babaların maddi katkıları olsa da bu durum çift ebeveynli ailelerdeki babanın katkısından çok daha düşük seviyede olmaktadır (McLanahan & Booth, 1989).

### **2.2.3. Tek ebeveynliği kolaylaştırıcı faktörler**

Tek ebeveynlik süreç olarak sosyal destek ağlarından bağımsız ele alınması oldukça güç bir süreci ifade etmektedir. Tek ebeveynli bireyin ekosisteminin mikro düzeyinde yer alan temel ilişki kurduğu sistemlerin varlığı bireyi sorunlar karşısında daha güçlü kılabilir (Bronfenbrenner, 1994).

Bireyin sahip olduğu çocuk sayısı, diğer ebeveynin çocuğa karşı tutumu ve maddi desteği, kök ailesine yakınlık uzaklık durumu, yaşadığı yerleşim yerindeki sosyal ağları, ekonomik gücü, eğitim durumu, çocuğun sağlık durumu gibi pek çok değişken bireyin tek ebeveynlik sürecinde yaşayacağı olumlu ve olumsuz durumları şekillendirmektedir.

Olası bir sorun karşısında bireyin ilk başvuracağı sistemsel kaynağı yaşamının büyük bölümünü bir arada geçirdiği kök ailesi olmaktadır. Bunu genellikle yakın akraba ve arkadaş çevresi izlemektedir. Bu durumda bireyin kök aile üyelerine yakın olması ve iyi ilişkiler içinde olması tek ebeveynliği kolaylaştıran bir unsur olarak ele alınabilir.

### **2.3. Kök Aile**

Bu başlık altında kök aile kavramından ve tek ebeveyn kök aile ilişkisinden bahsedilecektir.

### 2.3.1. Kök aile kavramı

Aile kavramı, insanlık tarihi kadar eski bir geçmişe sahiptir ve toplumsal bir birim olarak, zaman içinde çeşitli formlara bürünerek yapısal ve biçimsel değişimlere uğramıştır. 21. yüzyılda bile, biyolojik, sosyolojik, ekonomik ve politik pek çok tartışmanın merkezinde önemini korumuştur. Aile, geçmişten günümüze kadar süregelen evrimsel süreçlerle şekillenmiş ve modern dünyadaki çeşitli dinamiklere uyum sağlamıştır (Doğan, 2007).

Aile, kavramsal olarak yakın bir ilişkide bulunan, aynı mekânı paylaşan ve içinde iki veya daha fazla bireyi barındıran bir birimdir. Aile, duygusal bağların kurulduğu, sosyal durumlar, roller ve görevlerin paylaşıldığı, sevgi ve aidiyet duygularının ortaklaştığı bir yapıdır. Bu tanımda yer alan kavramlar, pek çok aile tanımında ortak bir temel oluşturur (Allender & Spradley, 2001).

Aile kavramı kültürden kültüre farklılık gösteren bir kavram olarak karşımıza çıkmaktadır. Belli bir ortak geçmişi olan, biyolojik, duygusal ve/veya psikolojik bağlarla birbirine bağlı, ekonomik olarak ilişki içerisinde olan ve bir hane içerisinde kendini oraya ait hisseden insanların oluşturduğu birim olarak tanımlanabilen aile kavramı bireylerin o anki ve gelecekteki yaşamlarını büyük oranda etkilemekte ve şekillendirmektedir. Arkadaşlar, iş arkadaşları, sosyal sınıf, din, milliyet vb. faktörler aile ile karşılaştırıldığında bireyin yaşamında daha az etkiye sahip faktörlerdir. İnsan iyi ya da kötü olsun, ailesinin belli parçalarını içinde yaşatmaktadır (Framo, 1982 & Gladding, 2012).

Kök aile kavramı, birbirine çocuk bağlantısı ile birleşmiş iki veya daha fazla evlilik biriminden oluşmaktadır (Steiner, 2016). Kök aile, evli bir çift, çiftin aile soyunu devam ettirmek üzere seçtiği çocuklardan biri, çocuğun eşi ve onların çocuklarından oluşur. Böylece bu aile tipi, aile soyunun nesiller boyunca devamlılığını sağlar (Gu, 2021). Kök aile, güvenliğe ihtiyaç duyanlar için daima geri dönebilecekleri bir destek noktasıdır, ancak sistem bireysel özerkliği ve yeni evlerin, yeni işletmelerin ve yeni mülkiyet biçimlerinin gelişimini teşvik eder (Nisbet, 2017).

Kök aile kavramı bireyin psikolojik, fiziksel ve duygusal olarak içinde büyüüp yetişmiş olduğu aileyi ifade eder (Güngör, 2007). Kök aile bireyin çocukluk yıllarını içinde geçirdiği fiziksel ve duygusal ilk deneyimlerini yaşadığı ortam olması yönüyle bireyin bu ortamda deneyimlediklerinin onun kişiliğinin şekillenmesinde birincil rol oynamaktadır (Botha, Van de Berg & Venter, 2009). Görece az sayıda birey, ebeveyn ve büyük ebeveyn

kuşakları ile ilgili çözülmemiş problemleri ve karşılanmamış ihtiyaçlar tarafından etkilendiklerini ve kontrol edildiklerini fark edebilmektedir (Williamson, 1978).

Ailenin tanınması sırasında aile yalnızca aile içi etkileşimlerle ele alınmaz. Çiftin kök ailesi ile olan ilişkileri, sosyo-kültürel özellikleri, değerleri, sahip olduğu kişilik özellikleri önemli rol oynamaktadır. Bu özelliklerin oluşmasında kök aile süreci başat unsur olduğu için mutlak suretle bireylerin kök ailesi ile ilişkileri öğrenilmeli ve değerlendirmede dikkate alınmalıdır. Bireyin aileden bağımsız ele alınması süreçte ciddi eksiklerin oluşmasına zemin hazırlayacaktır.

### **2.3.2. Tek ebeveyn kök aile ilişkisi**

Bireyin tüm yaşamının şekillenmeye başladığı kök ailenin bireyin tüm psikososyal gelişimini etkileyen en temel sosyal grup olduğu söylenebilir (Bray, Harvey ve Williamson, 1987). Kök aile bireyin sonraki yaşamında edindiği ve onu var eden toplam bireysel özelliklerinin çoğunluğunun olduğu yerdir. Aile içindeki tüm olumlu veya olumsuz yaşantılar bireyin yaşama dair algılarını ve kriz yönetme süreçlerini şekillendirmektedir.

Bireyin fiziksel, psiko-sosyal, duygusal olarak var olduğu bu yapı bireyin yaşamı boyunca onun üzerinde etkisi olan en büyük güçlerden biri olmaktadır (Hovestadt, Anderson, Piercy, Cochran & Fine, 1985). Bireyin sonrasında ailesinden bağımsız kurduğu yaşamda dahi ailesinden izler vardır ve kök aile bireyin izin verdiği ölçüde bireyin hayatına müdahale edebilir. Bu noktada bireyin yetiştirilme tarzı ve kişiliği bu müdahalelerin düzeyini belirlemektedir.

Bu bağlamda bu başlık altında tek ebeveyn kök aile ilişkisi 3 alt başlık altında ele alınacaktır;

#### **2.3.2.1. Destek sistemi**

Bireyin kök ailesiyle olan bağının etkisinin derin ve yaygın olduğu senaryolarda bu durumun bireyin şimdiki yaşamını da önemli ölçüde etkilediği vurgulanmaktadır. Bireyin kendi kimliğini arayarak özerkliğini kazanması bireyin temel gelişimsel görevlerinden biri olmaktadır. Birey bu süreçte kendi kimliğini bulma çabası içindeyken kendisini çevresinden soyutladığı anda yalnızlık ve yabancılaşma durumunu yaşayabilir. Burada kimlik kazanma sürecinin bireyin kök ailesinden tümüyle kopmasına bir vurgu yoktur

(Hovestadt, Anderson, Piercy, Cochran ve Fine, 1985). Framo ve Bowen'ın benliğe dair yaklaşımlarını ele aldığımızda bireyin benliğini bağımsız bir biçimde sürdürmesi, kişiliğine ait bileşenleri ilişki içindeyken de koruyabilmesi işlevsellik açısından kritik bir noktada konumlanmaktadır. Hem ilişki içinde olmak hem de özerkliğini/bağımsızlığını korumak birey için belli bir dengeyi sağlamayı da gerektirmektedir.

Bu süreçte bireyin ekosistemi içerisinde yer alan tüm sistemler birer destek sistemi olarak düşünülebilir. Önemli olan bireyin olası bir sorun karşısında çözümsüz kalmamasıdır. Bu noktada kök ailenin bir destek sistemi olarak varlığını sürdürmesi tek ebeveynli birey açısından çok değerlidir. Burada koşulsuz güven duyma ve destek bekleme duygusunun oluşması kök aile desteğini daha anlamlı kılabilir.

#### **2.3.2.2. İlişki ve bağlar**

Kuşaklar arası/çok kuşaklı aile kuramları kök ailenin birey üzerindeki etkilerini önemle vurgulamaktadır (Akdağ, 2014). Kuşaklar arası/çok kuşaklı aile kuramcıları arasında James Framo, Murray Bowen ve Ivan Boszormenyi-Nagy gibi önemli isimler yer almaktadır (Wilcoxon, 1987). Framo (1976)'ya göre bireylerin evliliklerinde ve kurdukları ailelerinde yaşadıkları sorunlar kök ailelerinde yaşadıkları sorunların birer yansımasıdır. Bireylerin ailelerinde yaşadıkları sorunlar ancak kaynağına yani kök aileye inilerek çözülebilecektir.

Bu noktadan hareketle Framo (1976) bireylerin yetişkinlikte kök aileleri ile nasıl ilişki kurduklarını incelemiş ve bu ilişkileri dört grupta sınıflandırmıştır:

1. **Aşırı Katılım:** Bu ilişki örüntüsünde bireyler aileleri ile sürekli görüşmektedir. Ailelerinden başka sosyal hayatı olmayan bireylerin eşleri bu durumu hoş karşılayacağı gibi bu durumdan rahatsız da olabilirler.
2. **Yüzeysel İlişki:** Bu ilişki örüntüsünde bireyler aileleri ile görüşmeyi bir görev gibi görmektedir. Düğün veya cenaze gibi durumlarda aileleri ile görüşen bireyler kendilerinin aileleri ile sorunları olgun bir biçimde çözdüğünü düşünmektedir.
3. **Tamamen Kesilmiş İlişki:** Bu ilişki örüntüsünde birey ailesiyle görüşmeyi tamamen keser. Birey için ailesi ölmüş gibidir. Bu ilişki örüntüsüne sahip bireyler genellikle kök ailelerinden gelen irrasyonel kalıpları devam ettirmektedir.

4. Uygun İlişki: Bu ilişki örüntüsünde bireyler ebeveynleri ile yetişkin düzeyinde ilişki kurmaktadır. Yetişkin birey ailesinden bağımsız bir benliğe sahiptir ancak ve bu bağımsız benlik ile ailesi içinde var olabilmektedir.

James Framo'nun ortaya koyduğu uygun ilişki örüntüsünde yer alan bağımsız benlik vurgusu Murray Bowen'da da görülmektedir. Ancak Bowen kavramsal olarak Framo'dan farklı bir çerçeve sunmaktadır. Bowen'ın kuramının temeline yerleştirdiği benliğe farklılaşma kavramı bireyin kök ailesinde kendisi ve aynı zamanda kendisini kök ailesinin bir parçası olarak görebilmesini ifade etmektedir. Kişiler arası ve aynı zamanda içsel biçimde gerçekleşen; hissetmeyi (duyguları) ve düşünmeyi ayırt edebilmeyi içeren bu süreç diğerleri ile yakın ilişki kurarken aynı zamanda, kişinin özerkliği/bağımsızlığını sürdürebilmesini sağlamaktadır (Gladding, 2012). Benliğe farklılaşma düzeyi yüksek bireyler daha esnek, uyum sağlama kapasitesi yüksek ve stresle başa çıkmada daha yeterlidir. Hem duygusal hem de düşünsel düzeyde hareket edebilmektedir ve bu esnada yakın ilişkilerini sürdürebilmekte ve bir yandan da özerkliği/bağımsızlığını devam ettirebilmektedir (Skowron ve Friedlander, 1998). Benliğe farklılaşma düzeyi yüksek bireylerin oluşturduğu ailelerin işlevsellik düzeylerinin yüksek olduğu söylenebilmektedir (Bowen, 1993; Kerr ve Bowen, 2009).

#### ***2.3.2.3. Kök aileye ilişkin olumlu ve olumsuz duygular***

Kök aile bireylerin çocukluk ve gençlik dönemlerinin geçtiği bir yapı olarak aile içindeki tüm yaşantıdan bir şekilde etkilenmektedir. Bu etkilenme kimi zaman olumlu olduğu kadar olumsuz da olabilmektedir. Genel olarak bakıldığında ait hissetme, bağlı olma ihtiyacının karşılanması, güven ve destek mekanizmalarına doğrudan sahip olma, ilk sosyal becerilerin edinilmesi ve geliştirilmesi, kültürel ve geleneksel aktarımın oluşan bağlar ile devamının sağlanması gibi olumlu durum ve duyguların yanında bağlılığın bağımlılığa dönüşmesi, baskının beklenen durumun çok üzerinde olması, ciddi çatışma ve anlaşmazlıkların yaşanması, farklılaşma yerine aynılaştırmanın dayatılması gibi olumsuz durumlar da ortaya çıkabilmektedir (Bowen, 1993; Gladding, 2012).

Güvenli bir bağlanma sağlayan bir ana-babaya sahip olma gibi bireyin çocukluk döneminde kurduğu ilişkilerin olumlu niteliği ve yansımaları bireyin depresyondan korunmasına da katkıda bulunmaktadır (Ünal & Özcan, 2000).

Sağlıklı ailelerin göstermesi gereken bazı fonksiyonlar vardır. Bunlar şu şekilde sıralanabilir (Krysan, Moore ve Zill, 1990; Stinned ve DeFrain, 1985'den akt. Gladding, 2012)

- Aile bireylerine ve aileye bağlılık
- Karşılıklı kıymet bilme, yakınlık
- Birlikte zaman geçirmeye istekli olma
- Etkili iletişim örüntülerine sahip olma
- Yüksek düzeyde dini/tinsel oryantasyon
- Kriz durumlarıyla olumlu bir şekilde baş edebilme yetisi
- Aile bireylerini destekleme/cesaretlendirme
- Açık seçik roller

Bu bağlamda bakıldığında sağlıklı ailelerde bağlılık aile içi iletişimde, aile etkinlikleri ile aile üyelerinin gelişiminde ve adanmışlıkta belirleyici rol oynar. Diğer yandan aile içi ilişkilerde anne ve baba başta olmak üzere tüm aile üyelerinin birbirleri ile kurdukları ilişkide yakınlığın olması, bireylerin ortak bir etkinlikte yan yana olma konusunda istekli olup birbirlerini desteklemeleri, aile içerisinde sabit bir iletişim kalıbının olmaması, olası bir kriz durumu ile baş etmede dini veya tinsel bilginin aktif kullanımı, yardıma ihtiyacı olan aile üyesinin ihtiyaç duyduğu yardımı alabilmesi için aile üyelerinin güç ve yetenekleri ölçüsünde bireyin yanında yer alabilmeleri, bireye ihtiyaç duyduğu psikolojik desteğin verilerek bireyin cesaretlendirilmesi sağlıklı bir aile için gereklidir. Ayrıca aile içi rollerin karmaşık veya belirsiz olmaması bireylerin sosyal anlamda daha net fonksiyon göstermesinin de önünü açacaktır.

Sağlıklı ailelerde büyüyen bireyler, gelecek yaşam kurgularında sorun çözme becerileri de yüksek olacağı için olası bir sorunda yine kök ailesi başta olmak üzere hangi kaynağa nasıl başvuracağını bilecektir. Böylece sorunların çoğu derinleşmeden hızlıca çözüme kavuşturulabilir.

Beklendiği ölçüde işlev gösteren aileler psiko-sosyal açıdan sağlıklı olan bireylerin olması için gereklidir. Ailenin işlevselliği, bireylerin aile içindeki rolleri, ritüelleri, birbirleriyle iletişim şekilleri, birbirlerine olan bağlılıkları, destekleri ve belirledikleri sınırları içermektedir (Çalışkan, 2017). Sistemin sağlıklı işleyebilmesi için tam bir denge

ile çalışması gerekir. Bu anlamda bireyin ekosistemi içinde yer alan kök ailesinin bireyin yaşamında tartışılmaz bir önemi vardır.

Ailenin temel görevleri arasında, aile üyelerinin bedensel, ruhsal gelişimini desteklemek, maddi ve manevi ihtiyaçlarını karşılamak, aile içi etkinlikleri planlamak ve gerçekleştirmek gibi görevler yer almaktadır (Walsh, 2012). Bu temel görevlerin yerine getirilmesi ailenin temel fonksiyonlarının sağlandığı ve aile içinde yer alan bireylerin sonraki yaşamda benzer bir yaşam örüntüsü oluşturmalarını da sağlayacaktır.

Çocukların ebeveynlerini gözleyerek edindikleri olumlu, olumsuz davranışlar, bağlanma tarzlarının oluşumunda oldukça önemli bir rol oynamaktadır. Bu anlamda anne veya bakım veren bireyle kurulan iletişim, çocuğun yetişkinliğinde göstereceği psikolojik eğilimlerin yönünü belirleyen bağlanma tarzını oluşturur. Bu eğilimlere örnek olarak ilişkiye odaklanma, ilişki doyumu, ilişki girişimi, ilişkide kendine güven, içsel ilişki kontrolü, dışsal ilişki kontrolü ve ilişki korkusu verilebilir. Bu eğilimler, güvenli, kaçınan veya kaygılı bağlanma stillerine göre yönlendirilir (Güloğlu ve Kararımak, 2017).

Sürece evlilik ve boşanma odağından bakıldığında toplumsal değer ve normlar, bireylerin geçmiş deneyimleri, evliliğe bakış açıları, hayata, kendilerine ve başkalarına karşı tutumları, yaşam tarzları, eğitim ve iş geçmişleri, problem çözme ve baş etme becerileri ve aileleriyle olan etkileşimleri evlilik hayatlarını etkilemektedir (Karney ve Bradbury, 1995). Burada sıralanan başlıkların birçoğu bireyin kök aile deneyimlerinden etkilenebilecek başlıklardır.

Ebeveyn ilişkindeki kalite, çocuğun yetiştirilmesinden başlayarak ileride birlikte olduğu kişiye, aile içinde gözlemlendiği veya öğrendiği davranış biçimlerini, duygu ve düşüncelerini yansıtmaktadır. Çünkü ebeveyn ilişki tutumları, bir ailenin genel iklimini oluşturan önemli etmenlerden biridir (Brüchner, 2011). Kök aileyle olan ilişkilerin düzeyi, benlik saygısı başta olmak üzere bireyin evlilik doyumunu da etkilemektedir (Yörükoğlu, 2007). Mutlu bir evlilik ilişkisi yaşayan ve birbirini destekleyen tarzda davranışlara sahip olan ebeveynler çocuklarına olumlu davranışlarını yansıtırlar. Çocuklar bu davranışları öğrenerek gelecek yaşamlarına aktarırlar. Bu anlamda aile birliğinin devamını ve aile hayatının kalitesini belirleyen en temel konu aslında ebeveynlerin kendi aralarında kurdukları ilişkidir (Kaiser, 2003).

Sonuç olarak ebeveynle kurulan olumlu ilişkiler, bireyin hayat döngüsü içinde diğeri ilişkilerde de devam eder. Ancak ebeveynle karşılanamamış ihtiyaçları olan bireyler yetişkinlik dönemlerinde birçok sorunla karşı karşıya kalabilir (Bowlby, 2008).



### 3. MATERYAL VE YÖNTEM

Bu başlık altında araştırmanın bilimsel yönelimine dair bilgilere yer verilecektir.

#### 3.1. Araştırmanın Modeli

Bu araştırmanın amacı tek ebeveynlerin kök aile ilişkileri ve bu durumun ebeveynlik stresi üzerindeki etkilerini incelemektir. Bu bağlamda tek ebeveynli bireylerin bireysel özellikleri, tek ebeveynli olma nedenleri, mevcut aile yapısı, diğer ebeveynin kök ailesiyle iletişim durumu, kök aile ilişkileri, aile dışındaki sosyal destek unsurlarının niteliği, ebeveynlik sürecinde yaşadığı stresin nedenleri, kaynağı ve sonuçları ile bu stresin oluşmasında kök aile etkisinin ne düzeyde olduğunun ortaya çıkarılması amaçlandığından çalışmanın nitel araştırma deseniyle yapılması uygun görülmüştür.

Nitel araştırmada temel odak noktası, algıların ve olayların doğal ortamda, gerçekçi ve bütüncül bir şekilde ortaya konmasıdır. Temel amaç, sosyal olguları bağlı oldukları çevre içinde araştırmak ve anlamak için çaba sarf etmektir (Yıldırım & Şimşek, 2013).

Nitel araştırmanın amacı, incelenen bağlamın "bütüncül" (sistemik, kapsayıcı, bütünleşmiş) bir genel bakışını elde etmektir. Nitel araştırma, bir alan veya yaşam durumuyla yoğun ve/veya uzun süreli bir temas yoluyla yürütülür. Bu nedenle, birçok çalışmada "alan çalışması" üzerinde vurgu yapılır. Standartlaştırılmış ölçümlerin (örneğin anketler) nispeten az kullanıldığı için, araştırmacı genellikle çalışmada "temel ölçüm aracıdır". Tanımlayıcı sayısal ölçümler ve çıkarımsal istatistiklere vurgu yapılmadığından, temel analiz modu, görsel gösterimlerde veya kayıt cihazları aracılığıyla ortaya çıkan kelimelerle gerçekleşir (Miles ve Huberman, 1994).

Nitel araştırma, genellikle deneysel veya korelasyonel diğer araştırma stratejilerine göre hem teorik kavram hem de araştırma tasarımı açısından daha açık uçlu olma eğilimindedir çünkü tipik olarak bilinen, nesnel bir gerçeklik fikrinden kaçınılmaktadır. Deneysel veya korelasyonel çalışmaların tipik dergi formatına karşı, nitel çalışmanın yazım stili genellikle "yazar ile okuyucu arasındaki mesafeyi azaltan kişisel gayri resmi bir yazım biçimi ile sunulmaktadır (Creswell, 1997).

Tek ebeveynlerin kök aile ilişkileri ve bu durumun ebeveynlik stresi üzerindeki etkilerinin ekosistem yaklaşımı ve ebeveynlik stres teorisi bağlamında derinlemesine incelemek amacıyla araştırmada nitel araştırma yöntemlerinden fenomenolojik

yaklaşımın yorumlayıcı fenomenoloji türü kullanılmıştır. Nitel araştırma yöntemi, çeşitli veri oluşturma yöntemlerinden olan; dokümanların, görüşmelerin veya gözlemlerin analiz edildiği ve bütüncül bakış açısıyla algı, olay ve durumların ortaya konduğu bir araştırma yöntemidir (Yıldırım & Şimşek, 2013). Kişilerin deneyimlediği olayları ortaya çıkarma amacı da doğrudan nitel desen ile uyumludur (Scheyett & McCarth, 2006).

Fenomenolojik yaklaşım, bireylerin belirli bir fenomeni nasıl algıladığını, anlamlandırdığını ve deneyimlediğini belirtmek için kullanılmaktadır. Yorumlayıcı fenomenolojide sadece kavramlar ve onların nitelikleri tanımlamakla kalınmaz bunun ötesinde bireylerin yaşam deneyimleri içinde gömülmüş anlamlara da bakılır (Ersoy, 2017). Burada önemli olan katılımcıların anlayışlarının arka planında bulunan yaşam hikayelerindeki söylemlerin ve yorumlamaların içerisindeki gizli anlamları ortaya çıkarmaktır (Conroy, 2003).

### **3.2. Araştırma Grubu**

Nitel desenle ele alınan araştırmada katılımcılar amaçlı örnekleme kapsamında kartopu yöntemi ile belirlenmiştir. Bu çalışmada amaçlı örnekleme yönteminin kullanılmasının temel amacı çalışmanın temel amacına hizmet etmesi ve araştırmaların derinlemesine yapılmasını sağlamasıdır (Büyüköztürk vd., 2019). Yöntem olarak seçilen kartopu örnekleme yöntemi, içerik konusunda zengin bilgi sahibi olunabilecek kişi ya da durumların saptanabilmesinde etkin bir yöntemdir (Yıldırım & Şimşek, 2013). Çalışma kapsamında tek ebeveynli bireylere ulaşılmaya çalışılmış ancak bu grubun ağırlıklı olarak boşanmış kadınlardan oluştuğu gözlenmiştir. Bu gözlem TÜİK tarafından yapılan istatistiklerle de doğrulanmaktadır. Toplam çocuk sayısı içinde babası vefat eden çocukların oranı %1,19, annesi vefat eden çocukların oranı % 0,36 olarak hesaplanmıştır. Anne veya babasından biri olmayan çocuk sayısı %1,56 olmuştur (TÜİK, 2022). Yani her 100 çocuktan 1,56'sının ya annesi ya da babası hayatta değildir. Tek ebeveyn ve çocuklardan oluşan aile sayısına bakıldığında oranın %10,3 olduğu görülmektedir. Bu oranlara cinsiyet değişkeni ile bakıldığında baba ve çocuklardan oluşan ailelerin oranının %10,3'lük oran içinde %2,3 olduğu, anne ve çocuklardan oluşan aile oranının ise %8 olduğu görülmektedir (TÜİK, 2022). İstatistiklere boşanma değişkeni üzerinden bakıldığında kesinleşen boşanma davaları sonucunda 2021 yılında 174 bin 85 çift boşanırken 165 bin 937 çocuğun velayetinin %76,1 oranla anneye %23,9 oranla babaya

verildiği görülmektedir (TÜİK, 2022). Bu araştırmada tek ebeveynlerin cinsiyetleri konusunda heterojenlik gözetilmeye çalışılmış olsa da çalışmaya katılan katılımcıların tamamı boşanmış bireylerden oluşmuş, bu grup içinde de ülkedeki medeni kanun uyarınca çocukların velayetleri ağırlıklı olarak kadınlara (%76,1) verildiğinden ağırlıklı olarak kadın katılımcılara ulaşılmıştır. Bu durum katılımcıların cinsiyet dağılımını etkilemiştir; kadın katılımcıların oranı erkek katılımcıların yaklaşık 3 katı kadardır. Bu açıdan bakıldığında araştırma kapsamında ulaşılan bireylerin tek ebeveynli olma nedenleri ve cinsiyet dağılımları ülkenin güncel istatistikleri ile uyumludur.

Araştırma kapsamında 16 kişiye ulaşılmıştır. Bu kapsamda Diyarbakır'dan 7, İstanbul'dan 3, Ankara'dan 2, İzmir'den 1, Muğla'dan 1, Adana'dan 1, Mardin'den 1 olmak üzere toplamda 16 derinlemesine görüşme gerçekleştirilmiştir, görüşülen kişilerin 13'ü kadın, 3'ü erkektir. Katılımcıların yaşlarına bakıldığında en genç katılımcı 32, en yaşlı katılımcı 55 yaşındadır. Katılımcıların genel özellikleri ve yaşları araştırmanın amacına uygundur.

Katılımcılara ait ayrıntılı bilgi Tablo 1'de yer almaktadır.

**Tablo 1: Katılımcılara ait sosyo demografik bilgiler**

| Kat. No | Verilen İsim | Cinsiyet | Yaş | Çocuk sayısı |
|---------|--------------|----------|-----|--------------|
| 1       | Bambu        | K        | 51  | 1            |
| 2       | Gelincik     | K        | 32  | 1            |
| 3       | Çınar        | K        | 55  | 2            |
| 4       | Kardelen     | K        | 37  | 1            |
| 5       | Papatya      | K        | 49  | 2            |
| 6       | Gül          | K        | 41  | 2            |
| 7       | Zambak       | K        | 41  | 2            |
| 8       | Lale         | K        | 46  | 1            |
| 9       | Antoryum     | K        | 47  | 1            |
| 10      | Menekşe      | K        | 42  | 2            |
| 11      | Boru çiçeği  | E        | 48  | 2            |
| 12      | Akasya       | K        | 40  | 1            |
| 13      | Orkide       | K        | 40  | 1            |
| 14      | Akşam sefası | E        | 44  | 1            |
| 15      | Aslanağzı    | E        | 43  | 1            |
| 16      | Erguvan      | K        | 45  | 2            |

### 3.3. Veri Toplama Araçları ve Teknikleri

Araştırma kapsamında, derinlemesine görüşme tekniği tercih edilmiştir. Bu yöntemle araştırmacı, görüşülen kişilerle belirli konuları keşfetmeyi amaçlar (Yıldırım & Şimşek, 2013). Nitel görüşme, bilgi ve verinin karşılıklı etkileşim ve diyalog yoluyla yapılandırıldığı bir yöntemdir. Bu süreçte, araştırmacı ile katılımcı arasında ortaya çıkan anlamlar ve anlayışlar, birlikte üretilen bir içeriği temsil eder. Araştırmacı, katılımcılarla etkileşime geçerek, sorular sorarak, dinleyerek ve gözlemleyerek, katılımcıların vurguladıkları konulara, telaffuz biçimlerine ve dil kullanımına odaklanarak veri/bilgi üretimini sağlamaya çalışır. Görüşmenin nasıl yapılandırıldığı, araştırmacının nitel araştırma kapsamındaki epistemolojik duruşuyla bağlantılı olarak kendine özgü bir mantık ve gerekçe çerçevesinde gerçekleşir (Mason, 2002).

Araştırma kapsamında katılımcılarla görüşmek için 21 soruluk bir görüşme formu kullanılmıştır (EK 1). Bu formun oluşturulmasında Abidin (1995) tarafından geliştirilen “Ebeveynlik Stres İndeksi”nden yararlanılmıştır. Ayrıca demografik bilgilerin alınması için de 12 adet soru sorulmuştur.

Sonrasında görüşme formu için psikolojik danışmanlık ve rehberlik alanında doktora unvanına sahip 2 uzman görüşü de alınarak 21 sorunun dördünde bu görüşler doğrultusunda değişiklik yapılmıştır. Yapılan değişiklikler sonrasında 4 katılımcı ile ön deneme için görüşmeler yapılmış ve soruların işlerliğinde bir sorun olmadığı görülmüştür. Yapılan değişiklikler sonrasında hazırlanan görüşme formu danışman tarafından incelenmiş ve uygun bulunmuştur. Bilgilendirilmiş onam formu ve görüşme formu sonrasında Hasan Kalyoncu Üniversitesi Etik Komisyonu tarafından incelenip ve onaylanmıştır. Görüşmelere bu izinler alındıktan sonra başlanmıştır.

Yapılan tüm görüşmelere bilgilendirilmiş onam formundaki tüm bilgilerin katılımcılar tarafından okunması ve onaylanması ile başlanmıştır. Tüm görüşmeler gönüllü katılımla gerçekleştirilmiştir. Görüşme yapılan katılımcılara görüşmenin herhangi bir aşamasında görüşmeden çekilebilecekleri belirtilmiş ayrıca görüşmenin herhangi bir yerinde akıllarına takılan bir soruyu sorabilecekleri istemedikleri sorulara da yanıt vermeyi reddedebilecekleri belirtilmiştir.

Çalışmanın tümüyle gizlilik ilkesi ile yapıldığı, aktarımların sadece bu çalışma kapsamında gizlilik ilkesine uygun bir şekilde kullanılacağı söylenmiştir. Görüşmelere tüm bu açıklamaların ardından başlanmıştır.

### **3.4. Veri Toplama Süreci**

Araştırmaya 2 Mayıs 2023 günü başlanmış, sonrasında kuramsal metindeki eksikler tamamlanarak, yöntem kısmına son şekli verilmiştir. Araştırma için gerekli izinlerin alınması ve ön görüşmelerin yapılması süreçleri ve eksiklerin giderilmesi yaklaşık 2 ay kadar sürmüştür.

18 Haziran 2023 tarihinde başlanan görüşmeler ağustos ayı sonuna kadar devam etmiştir. Yaz döneminde araştırma konusuna uygun kişilere erişimde ciddi zorluk yaşanmış tüm yaz boyunca ancak 8 görüşme yapılabilmektedir.

Kalan görüşmelere 3 Eylül 2023 tarihinde başlanmış ve yaklaşık 1,5 aylık sürecin sonunda 16 Ekim 2023 tarihinde 16. son görüşme yapılmış veri doygunluğuna ulaşılması sebebi ile görüşme süreci sonlandırılmıştır. Yapılan görüşmelerin 8'i yüz yüze, 8'i çevrimiçi ortamda yapılmıştır. Çevrimiçi görüşmeler WhatsApp ve Zoom programları ile yapılmış, katılımcıların izinleri alınarak sesli kayda alınmıştır.

### **3.5. Verilerin Analizi**

Nitel araştırma sırasında benzer örnekler tekrar görülmeye başladığında araştırmacı kategorilerin doymuş olduğundan ampirik olarak emin olur ve çalışmayı ilgili katılımcıda sonlandırabilir (Glaser ve Strauss, 2017). Bu doğrultuda araştırma, yapılan görüşmeler sonunda veri doygunluğuna ulaşılması ile 16. katılımcıda sonlandırılmıştır. Sonrasında katılımcılardan alınan sesli kayıtların çözümlemesi yapılmış, yapılan yazılı döküm sonrası ham veriler fenomenolojik yaklaşımın kuralları çerçevesinde analiz edilmiştir.

Ses kayıtları, gözlem notları ve deşifreler bilgisayar ortamında yüksek güvenli şifreleme programları ile saklanmıştır. Kişilere ait kişisel bilgilerin hiçbir deşifre dosyalarında açık bir şekilde belirtilmemiştir. Görüşmelerin deşifreleri araştırmacı tarafından yapılmıştır. Fenomonolojik desende yapılan çalışmada 3 ana tema 13 alt tema belirlenmiş ve bulgular bu temalar altında yorumlanmıştır.

Sonraki süreçte kayıtlar düzenlenmiş, yaklaşık 1 aylık süreçte sesli kayıtlar yazılı hale getirilmiştir. Bu süreçte ortalama 42 dakika süren 16 görüşmeye ait 664 dakikalık kaydın dökümü 198 sayfa olmuştur. Seslerin deşifre edilerek yazıya aktarılma süreci çevrimiçi görüşmelerdeki kesilmeler sebebiyle oluşan kayıt problemleriyle ciddi emek gerektiren bir süreç olmuştur. Görüşmelerin tamamlanması ve ses kayıtlarının dökümlerinin bitmesi Kasım ayının ortalarını bulmuştur. Sonraki süreçte deşifrelerin çözümlenmesi ve

yorumlanması aşamasına geçilmiş, 2 hafta süren çalışma sonunda ham veriler elde edilerek bulgular yorumlanmaya başlanmış ve çalışma Ocak 2024'te tamamlanmıştır.

Ses kayıtlarının deşifreleri bittikten sonra araştırma kapsamında görüşülen kişilere rumuzlar verilmiştir. Rumuzların verilmesinde araştırmacı yapılan görüşmenin içeriği ve kişinin yaşadıklarını göz önünde bulundurarak kişilere çiçek isimleri vermiştir. Örneğin 51 yaşında kadın olan tek ebeveyne “Bambu, 51, K” şeklinde rumuz verilmiştir.

### 3.6. Araştırmanın Geçerlik ve Güvenirlik Çalışmaları

Çalışmanın geçerlik ve güvenirliliğinin sağlanması amacıyla bir dizi önlem alınmıştır. Geçerlik ve güvenirlik için alınan önlemler şu şekilde ele alınmıştır:

|                   |                       |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |
|-------------------|-----------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>Geçerlik</b>   | <b>İç Geçerlik</b>    | <ul style="list-style-type: none"><li>Görüşme formunun oluşturulmasında güvenilir ölçeklerden yararlanılması ve uzman görüşü alınması</li><li>Ön deneme çalışması yapılması ve olası sorunların tespit edilerek yeniden alana çıkılması</li><li>Katılımcıların teyit edilmesi</li><li>Doğrudan alıntı yapılması</li></ul>                                                                                                                                                       |
|                   | <b>Dış Geçerlik</b>   | <ul style="list-style-type: none"><li>Veri toplama araçlarına dair bilgi verilmesi</li><li>Veri toplama sürecinin ayrıntılı açıklanması</li><li>Verilerin analiz sürecinin açıklanması</li><li>Katılımcıların seçilme nedeni ve özelliklerinin açıklanması</li><li>Çalışmanın uygulama süreçlerinin betimlenmesi</li><li>Kullanılan yöntemin seçilme nedeninin açıklanması</li><li>Geçerlik ve güvenirlik önlemlerinin açıklanması</li><li>Amaçlı örnekleme yapılması</li></ul> |
| <b>Güvenirlik</b> | <b>İç Güvenirlik</b>  | <ul style="list-style-type: none"><li>Çift kayıt cihazı kullanarak olası veri kaybının önüne geçmek</li><li>Bulguların ekleme, çıkarma yapılmadan yorumsuz sunulması</li></ul>                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |
|                   | <b>Dış Güvenirlik</b> | <ul style="list-style-type: none"><li>Bulgular sonunda elde edilen sonuçların benzer araştırmalar ışığında tartışılması</li><li>Veri setleri arasındaki tutarlılığın kontrol edilmesi</li></ul>                                                                                                                                                                                                                                                                                 |

Araştırmanın iç geçerlik sürecinin sağlanmasında görüşme formunun oluşturulması sırasında Abidin (1995) tarafından geliştirilen “Ebeveynlik Stres İndeksi”nden

yararlanılmış, ayrıca psikolojik danışmanlık ve rehberlik alanında doktora unvanına sahip 2 uzmanın görüşü de alınmıştır. Sonrasında görüşme formu ile 3 kadın 1 erkekten oluşan 4 tek ebeveyn ile görüşme yapılarak ön deneme çalışması yapılmıştır. Bu çalışmaların sonunda soruların açıklığı, uygunluğu ve anlaşılabilirliği gibi konular ışığında görüşme formu yeniden incelenmiş ve gerekli düzeltmeler yapılmıştır.

Araştırma kapsamında görüşme yapılacak katılımcıların çalışmaya uygun olup olmadıkları teyit edilmiştir. Katılımcılara görüşme öncesinde bilgilendirilmiş onam formu ışığında araştırmaya dair açıklamalarda bulunulmuş ve görüşmenin bir güven ilişkisi içerisinde yapılması sağlanmıştır. Görüşmeler ortalama 40-45 dakika sürmüştür. Katılımcıların ses kayıtlarının çözülmesi sürecinde ifadeleri hiçbir ekleme çıkartma yapılmadan çözülmesi ve bu bulgular doğrudan alıntı yoluyla aktarılmıştır. İç geçerliği sınırlandıracak faktör olarak veri toplama aracı olarak sadece görüşme formunun kullanılması verilebilir.

Çalışmanın dış geçerliğini sağlamak için veri toplama araçları, veri toplama süreci, verilerin analiz süreci, çalışmanın uygulama süreçleri, kullanılan yöntemin seçilme nedeni ve bulguların ne şekilde düzenlendiği ayrıntılı bir biçimde açıklanmıştır. Diğer yandan katılımcıların seçiminde uygun bireylerin olmasına özellikle dikkat edilmiş katılımcıların araştırmaya uygunluğu birkaç defa kontrol edilmiştir.

İç güvenilirliğin sağlanması amacıyla görüşmelerde çift kayıt cihazı kullanılmış böylece olası bir aksaklık neticesinde oluşabilecek veri kaybının önüne geçilmiştir. Çalışma sonunda ortaya çıkan bulgular ekleme, çıkarma yapılmadan yorumsuz bir şekilde sunulmuştur. Verilerin kodlanması aşamasında yine uzman görüşü ve desteği alınmıştır. Böylece çalışmanın iç güvenilirliğini artırılmaya çalışılmıştır.

Dış güvenilirliğin sağlanması amacıyla bulgular sonunda elde edilen sonuçlar literatürde yer alan benzer araştırmalar ışığında tartışılmıştır. Yine veri setleri arasındaki tutarlılık da kontrol edilmiştir. Yapılan bu çalışmalarla araştırmanın dış güvenilirliği artırılmaya çalışılmıştır.

### **3.7. Araştırma Etiği**

Araştırma kapsamında katılımcılarla görüşme amacıyla hazırlanan bilgilendirilmiş onam formu ile görüşme formu Hasan Kalyoncu Üniversitesi Etik Komisyonu tarafından

incelenerek 27.07.2023 tarih ve E-97105791-050.01.01-38699 sayılı karar ile uygun bulunmuş ve onaylanmıştır.

Onam formunda yer alan bilgilerin tümü katılımcılara aktarılmış ve onayları alınmıştır. Çalışmanın tamamı gönüllü katılım ilkesi ile gerçekleştirilmiştir. Katılımcılara görüşmenin herhangi bir aşamasında görüşmeden ayrılacakları, konuyla ilgili soru sorabilecekleri veya ara verebilecekleri ifade edilmiştir.

Çalışmadaki en büyük zorluk uygun özellikteki katılımcılara ulaşma noktasında yaşanmıştır. Diğer yandan katılımcıların kimi sorulara verdikleri duygusal tepkiler de zaman zaman görüşmeye ara vermeyi gerektirmiştir. Katılımcıların tamamına çalışma ile ilgili tüm etik izinlerin alındığı, çalışma kapsamında alınan tüm kayıtların gizlilik esasına uygun bir şekilde saklanacağı, verilerin kişisel bilgiler olmadan yalnızca bu çalışma kapsamında kullanılacağı ve araştırmanın sonuçlanmasının ardından verilerin imha edileceği bilgisi verilmiştir.

Görüşmelerin tamamında katılımcıların onayı ile ses kayıtları alınmış ve bu kayıtlar kişisel bilgisayarda çevrimiçi erişime kapalı bir şekilde şifreli bir dosya içerisinde saklanmıştır. Görüşülen kişilerin tüm kişisel bilgileri kayıt dökümü aşamasında gizlenmiş katılımcılar belirli çiçek isimleri ile kodlanmıştır. Ses kaydının dökümü araştırmacının kendisi tarafından yapılmıştır.

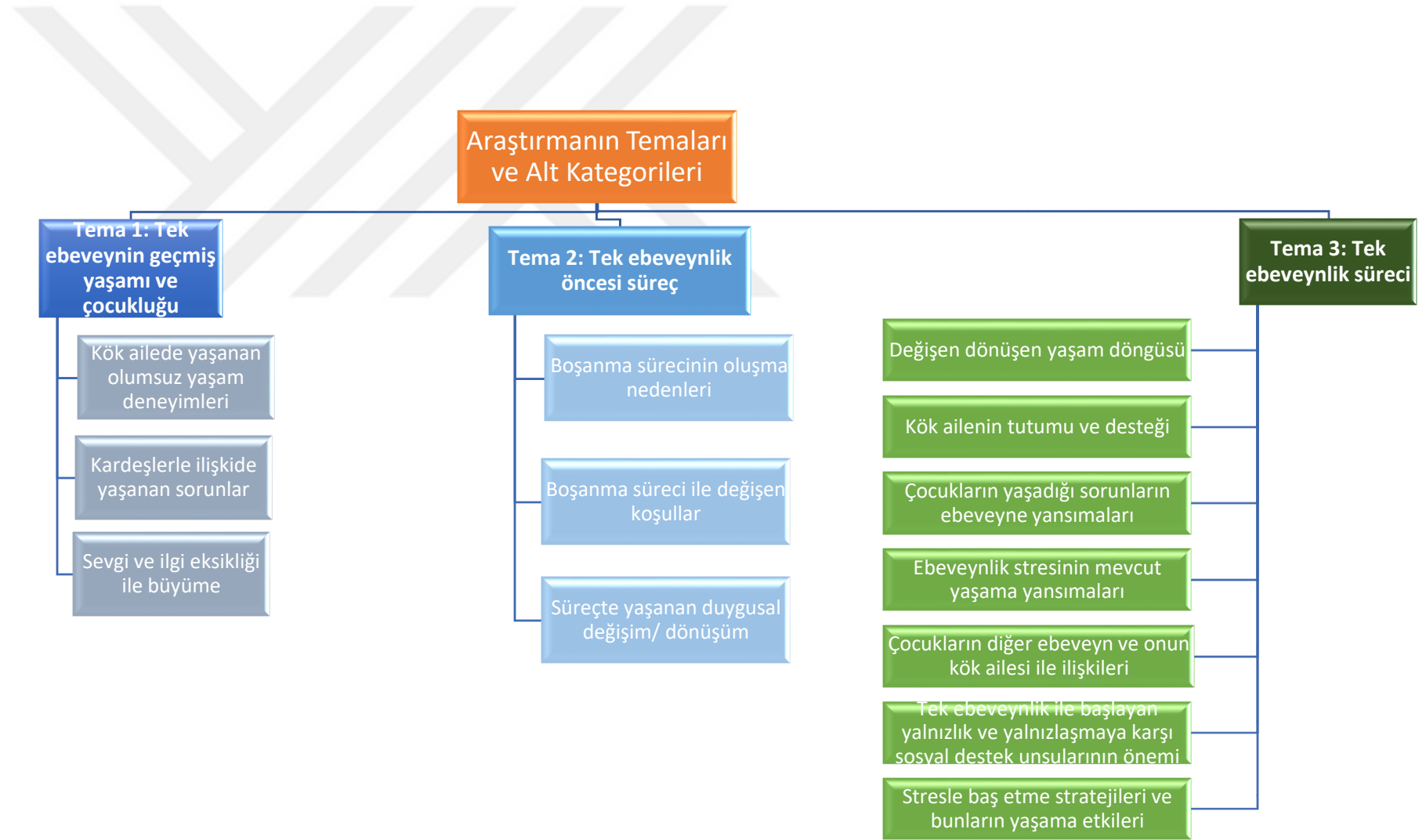
#### 4. ARAŞTIRMA BULGULARI

Tek ebeveynli olma sürecinin öncesi ve sonrası, bireyin ekosisteminde yer alan sistemlerin bireyin yaşamına etkileri, değişen dönüşen yaşam süreçleri gibi uzun süreçler vardır. Bu çalışmada tek ebeveynli bireylerin tek ebeveynlik süreçlerine dair yaşam öyküleri ele alınmıştır. Bu öykülerdeki en çarpıcı unsur bireylerin tek ebeveynlik sürecinde yaşadıklarıdır ve bireylerin anlatımları bu temelde şekillenmiştir.

Bu sürecin ana başlıklar halinde bir bütün olarak ele alınabilmesi için görüşme formu kronolojik bir şekilde hazırlanmış ve sorular da o şekilde sorulmuştur. Araştırmacı görüşmeye ayrılık, terk, boşanma ve ölüm gibi tek ebeveynli olma sebebi ile başlamış diğer sorularla sürecin ayrıntılarını öğrenmeye çalışmıştır.

Ses kayıt dökümlerinin MAXQDA 24 programına yüklenmesinden sonra yapılan kodlama ve analizler sonucunda tek ebeveynlerin kök aile ilişkileri ve ebeveynlik stresi ile ilgili olarak 3 ana tema 13 kategoriden oluşan bir harita oluşmuştur.

Araştırma kapsamında toplanan verilerin MAXQDA 24 programı ile analiz edilmesi sonrasında Şekil 2’de görüldüğü gibi 3 ana tema belirlenmiştir. Bunlar tek ebeveynin geçmiş yaşantısı ve çocukluğu, tek ebeveynlik öncesi süreç ile tek ebeveynlik sürecidir. Tüm bu temel veriler ışığında araştırmanın amacına bağlı olarak yapılan analizler sonucunda veriler, 3 ana 13 alt kategori altında yapılandırılmıştır. Bu temalar tek ebeveynin geçmiş yaşamı ve çocukluğu (kök ailede yaşanan olumsuz yaşam deneyimleri, kardeş ilişkilerinden yaşanan sorunlar, sevgi ve ilgi eksikliği ile büyüme), tek ebeveynlik öncesi süreç (boşanma sürecinin oluşma nedenleri, boşanma süreci ile değişen koşullar, süreçte yaşanan duygusal değişim/dönüşüm) ile tek ebeveynlik sürecidir (değişen dönüşen yaşam döngüsü, kök ailenin tutumu ve desteği, çocukların yaşadığı sorunların ebeveyne yansımaları, ebeveynlik stresinin mevcut yaşama yansımaları, çocukların diğer ebeveyn ve onun kök ailesi ile ilişkileri, tek ebeveynlik ile başlayan yalnızlık ve yalnızlaşmaya karşı sosyal destek unsurlarının önemi, stresle baş etme stratejileri ve bunların yaşama etkileri). Ortaya çıkan temalar kronolojik olarak sıralanmıştır.

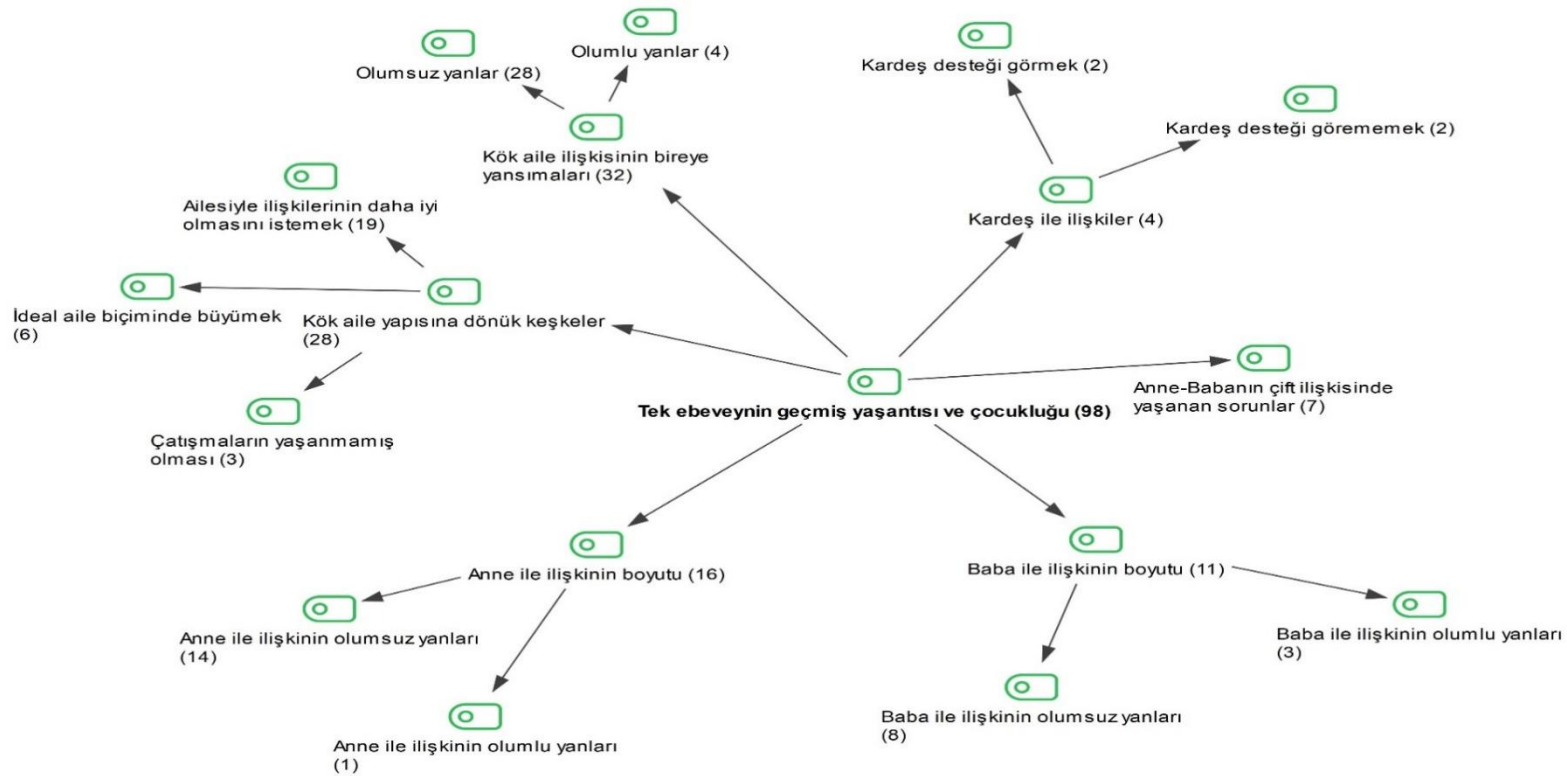


**Şekil 2:** Tek ebeveynlerin kök aile ilişkileri ve ebeveynlik stresi

Araştırma bulguları 3 ana tema, 13 alt kategoriden oluşan başlıklar halinde aktarılacaktır.

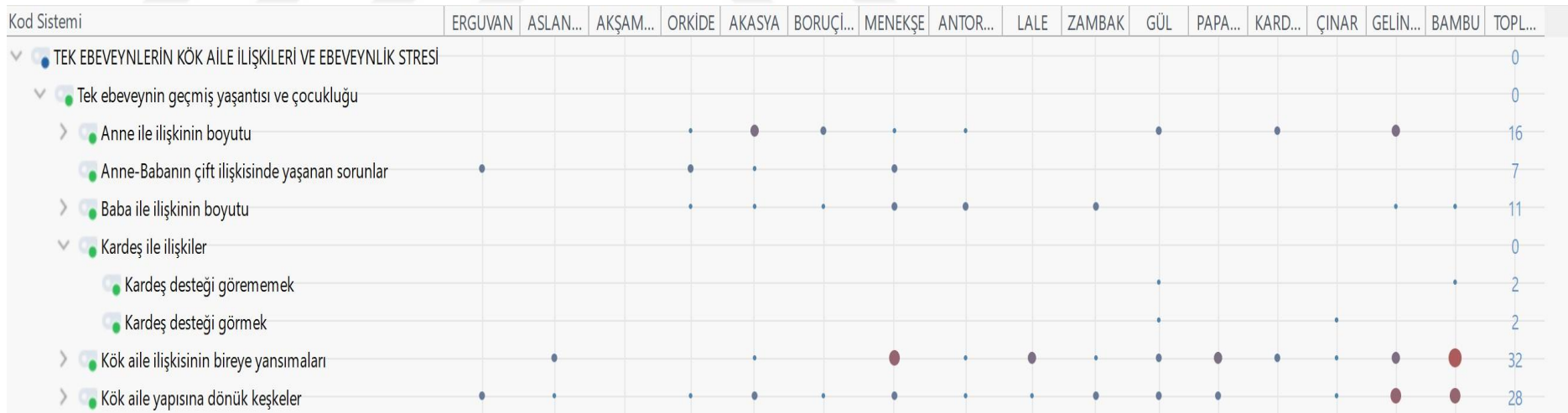
#### 4.1. Tek Ebeveynin Geçmiş Yaşamı ve Çocukluğu

Bu temada tek ebeveynin geçmiş yaşamı ve çocukluğu ele alınmıştır. Çocukluk yılları, kök aile geçirdiği zaman, anne ve babası ile ilişkileri, anne babasının birbirleri ile ilişkileri, kardeşleri ile ilişkileri ve kök aile yapısına yönelik keşkeleri ele alınarak bu yaşam öyküsünün sonraki süreçte yaşananlarla ilişkisine bakılmaya çalışılmıştır.



Şekil 3: Tek ebeveynin geçmiş yaşamı ve çocukluğuna ilişkin kod teori modeli.

Katılımcıların geçmiş yaşamı ve çocukluğuna ilişkin aktarımlarının 6 farklı başlıkta toplandığı Şekil 3'te görülmektedir. Buna göre katılımcıların geçmiş yaşamı ve çocukluğuna ilişkin aktarımlarının ağırlıklı olarak kök aile ilişkisinin bireye olumsuz yansımaları ve kök aile yapısına dönük keşkeler üzerinde yoğunlaştığı görülmektedir (Şekil 4). Katılımcıların geçmiş yaşamı ve çocukluğuna ilişkin 6 başlıkta toplanan aktarımlar 3 başlık altında toplanmıştır. Bu başlıklar ağırlıklı olarak dile getirilen olumsuz aktarımların yoğunluğu dikkate alınarak oluşturulmuştur.



**Şekil 4:** Tek ebeveynin geçmiş yaşamı ve çocukluğuna ilişkin sınıflama

Kök aile ilişkisinin bireye yansıdığı olumsuz yanlara ilişkin aktarımlara bakıldığında bu olumsuz yansımaların “aile desteğinin olmaması, bakış açılarının uymaması, cesaretlendirilmemek, güçlü olmaya çalışmak, sorumluluk yüklenmesi, sınırların keskin olması, tartışmanın sık yaşanması, yaşam tarzlarının çok uymaması, çatışmalı bir aile ilişkisi, çok benzemek, ilişkilerin değişkenlik göstermesi ve şiddete maruz kalmak” gibi 12 başlık altında toplandığı görülmektedir. Diğer yandan kök aile yapısına dönük keşkelerin de önemli bir yoğunlukta olduğu ve bu keşkelerin geçmişte yaşanan olumsuzların ortadan kalkması duygusu ile ifade edildiği görülmektedir.

Katılımcıların geçmiş yaşamı ve çocukluğuna ilişkin aktarımları olumsuzluk ve keşkeler üzerine yoğunlaştığından katılımcıların aktarımları kök ailede yaşanan olumsuz yaşam deneyimleri, kardeşlerle ilişkide yaşanan sorunlar ile sevgi ve ilgi eksikliği ile büyüme başlıkları altında ele alınmıştır.

#### 4.1.1. Kök Ailede yaşanan olumsuz yaşam deneyimleri

Kök aile ilişkisinin bireye yansımaları başlığı altında en yoğun yer alan kod olumsuzluktur. Görüşülen kişilerin çoğu geçmiş yaşantılarındaki ve çocukluk çağında yaşadıkları travmaları anlatırken anne ve babalarının hem kendi aralarındaki ilişkilerine hem de kendisi ile olan ilişkilerine vurgu yapmışlardır. Çocukluk gençlik dönemlerinde yaşanan sorunların birçoğunda anıların hala çok taze olduğu anlatımlardaki ayrıntıcı tavırdan anlaşılmıştır. Anne baba ilişkilerinde yaşanan sıkıntıların sonraki evlilik sürecini ve sonrasında yaşananları bir biçimiyle etkilediği düşünülmektedir.

Bazı ailelerde anne ve baba arasında yaşanan tartışma ve şiddeti deneyimleyen çocuklar kendi evlilik süreçlerinde yaşadıklarını bu süreçlerle bağdaştırabilmektedir. Bu bağlamı Bambu ve Papatya şu şekilde ifade etmişlerdir:

*“Bizim ailede... ben doğduktan sonra bir nevi artık erkek çocuktan ümidi kestikleri için beni erkek gibi yetiştirmeye karar vermişler..... Erkek çocuk olmadığı için babam beni alır kahveye götürürmüş. Bir taraftan işte ava giderken bütün arkadaşları erkek çocuklarını getirirken o da beni alıp götürürmüş işte ne bileyim alkol aldıklarında. Mesela ben de onların yanında bir erkek çocuğu gibi durmuşumdur. Babam akşamları alkol alırdı. Çok fazla olmamakla birlikte alkol ama her akşam alırdı. Her akşam ben onun bir de alkol arkadaşıydım... annemle babam arasında kavgalar fiziksel şiddete kadar varan kavgalar olduğunda annemle babamın arasına girip onları ayırırdım (Bambu, 51, K.- Baba ile ilişkinin olumsuz yanları).”*

*"Ben çocukluğumdan herhalde o an bilmiyordum mesela o an benim strete miydim, çocukluğum muydum ama ben işte büyüdüm, büyüdükten sonra evlendim. Biz böyle kapalı bir ailede yaşamıştık. Bizim ailemiz özellikle annem çok baskıcı bir anneydi. Ben evlendikten sonra neyin kötü neyin iyi olduğunu bile bilmiyordum. Çünkü biz hiç böyle dışarıda yaşamadık. Hep evin içinde şiddetle yaşadık. Ben evlendik sonra bazı şeyleri öğrendim ve bu stresim çocukluğumdan gelen bir şeymiş benim ben bunu sonra öğrendim. (Papatya, 49, K. – Şiddete maruz kalmak).”*

Diğer yandan görüşme yapılan bireyler evlenmeden önce aile yanında geçirdikleri zamanda kendi ebeveynlerinin fiziksel şiddetine maruz kaldıklarını ve bu durumun onları çok etkilediğini ifade etmişlerdir. Zaman zaman bu şiddet sarmalının bireyde bir çeşit öğrenilmiş çaresizlik durumunun oluşmasına zemin hazırladığı ve sonrasında bu döngünün şekil değiştirerek evlilik sürecinde de devam ettiği görülmüştür. Bireylerin

geçmiş yaşamlarında maruz kaldıkları fiziksel şiddete dair aktarımlara bakıldığında Papatya, Gül ve Menekşe durumu şu şekilde ifade etmişlerdir:

*"İşte bilmiyorum, psikolojim bozuk ondan mı bilmiyorum. Evde oturmak beni mutlu ediyor. Ben bir yere gittiğimde bilmiyorum. Belki benim psikolojim bozuk, gidiyorum 15-20 dakika sonra diyorum ki benim burada ne işim var ya beni niye geldim buraya? Ben evimde otursaydım daha iyi diye biliyorum. Belki bu benim hani çocukluğumdan yaşadığım psikolojiden dolayı mıdır bilmiyorum. Ben çocukken evleneceğim döneme kadar şiddet gördüm. Ailemden dolayı sonra bu eşimde de başladı (Papatya, 49, K. – Şiddete maruz kalmak)."*

*"Ben çok sağlıklı bir anne baba ilişkisinin içinde büyümedim. Biraz kavga gürültüyle şiddetin falan olduğu bir evde büyüdüm. Yani çok parlak bir ilişkileri yoktu. Biz de eşimle pek farklı değildik. Ben çok isterdim mesela biz annem gençken boşansın şu an babam yaşlı ve hasta mesela annem hala onun bakımıyla ilgileniyor. Benim annem 74 yaşında, genç biri değil. Babam da 85. Yani isterdim zamanında boşanmış olsunlar (Gül, 41, K. – Olumsuz yanlar)."*

*"Ben çok erken evlendim. Babamla çok zaman ailemle çok zaman geçirmedim. 17 yaşında o evden çıktım ben. Ben kayıinvalidelerde, kayıinvalidemle daha fazla zaman geçirdim. Daha uzun yıllar yaşadım. Çok iyi sayılmazdı ya benim babam çok böyle şiddete meyilli bir adamdı... eşim de kaç defa bana şiddet uyguladı, en çok da psikolojik şiddet... (Menekşe, 42, K. – Baba ile ilişkinin olumsuz yanları)."*

Kimi zaman bu şiddet psikolojik baskı ile de ortaya çıkmış ve bu süreçte kendi ebeveynlerinin yanında ebeveynlerinin kök aileleri de aile yaşamlarında ciddi krizlerin oluşmasına zemin hazırlamıştır. Bireylerin geçmiş yaşamlarında maruz kaldıkları psikolojik şiddete dair aktarımlara bakıldığında Çınar, Menekşe ve Akasya durumu şu şekilde ifade etmişlerdir:

*"... ben Çerkez bir ailenin kızıyım. Çerkezlerde çok şiddetlidir biliyorsunuz. Kurallar çok keskin ve nettir. Çocukluğumuzdan beri aile apartmanında alt üst yaşıyoruz. Ben babaannemin çok büyük baskısıyla büyüdüm... Çok zor bir çocukluk geçirdim. Çok travmalı bir çocukluk geçirdim. Çünkü sürekli babam annemle babaannemin arasında kalırdı. Ve hatırlıyorum, babamın bir gün beddua ettiğini, Allah'ım canımı al da kurtulayım dediğini ....bir ay sonra öldü zaten trafik kazasında. Sonrasında da bitmedi, hala babaannemin etkileri, yani onun acımasızlığının diktatörlüğünün etkilerini hala yaşıyorum. Yani zor bir çocukluktu ...babaannem çok acımasız bir liderdi, çok keskindi, herkesi yönetirdi dedem de dahil ve o yüzden de ben çok anlaşılamadım onunla ve çocukluğumu beni mahvetti. Çok ciddi travmalarım var onunla ilgili (Çınar, 55, K. – Sınırların keskin olması)."*

*"Ya benim biraz babamla sorunlarım var aslında da aslında annemle de sorunlarım vardı. Annemle sorunlarımı yenmeye çalıştım kendimce. Çünkü bende bir anneyim ya hani hemcinsim belki de o anlamda bazı şeyleri kafamda yıkmaya çalıştım. Ama babam babamla sanırım. Babamı affedemiyorum ben babama kızgıyım (Menekşe, 42, K.- Baba ile ilişkinin olumsuz yanları)."*

*"Babam da değiştireceğim bir şey yok. Babam şeydi, iyi babaydı yani. Onun sınırları da güzeldi. Yasakları, kızgınlığı, bilmem hepsi dozunda olan birisiydi. Annem daha*

*böyle şey hayattan çok acı çekmişti. Biraz annemin bir psikolojik sorunu var...Beni galiba suçlardı. Yani doğduğum günden beri bir suçlanan kişi oldum... Böyle ilk başta, yani çocukluğumdan beri hep hatırladığım şey, annem beni sevmiyor gibi ya da ne bileyim ben zarar görünce ama aslında çok zor bir durumda kalsam o hani savaşıcı kadın ya geliri benim içinde savaşıyor ama ikinci gün senin ağzına yine tükürür öyle diyeyim yapı öyle çünkü. İlişkiyi düzeltmek isterdim annemle (Akasya, 40, K.- Anneye dair beklentiler)."*

Kimi zaman bireyin çocukluk ve gençlik döneminde yaşadıkları sadece bireyin kendisini değil tüm aile üyelerini ve sonrasında onların kurdukları hayatları da etkilemiştir. Bireylerin geçmiş yaşamlarında eksikliğini hissettikleri duyguların şimdiki yaşamlarına etki etmesine dair dair aktarımlara bakıldığında Papatya ve Menekşe durumu şu şekilde ifade etmişlerdir:

*"Ama tek ben değil benim bütün kardeşler, biz 8 kardeşiz ve bizim 8 kardeşimizin hiçbiri böyle bir sevgi görmedi. Belki o yüzden de biz şu anda öyle bir sevgiyi veremiyoruz galiba çocuklarımıza (Papatya, 49, K. – Anne babanın çift ilişkisinde yaşanan sorunlar)."*

*"Çok kötüydü anne babamın ilişkileri. Keşke boşansalardı zamanında, yani bize kötü bir çocukluk bıraktılar belki ben bugün belki iyi bir evlilik yapmamamızın sebebi de o olabilir. Onlar da olabilir. Böyle arka arkaya oldu boşanmalar. Onlar da boşandılar. Mesela 4 kardeşiz, hepimiz şu anda bekâriz. Evli olanlar da boşandı (Menekşe, 42, K. - Anne babanın çift ilişkisinde yaşanan sorunlar)."*

#### **4.1.2. Kardeşlerle ilişkide yaşanan sorunlar**

Kardeşler arasında yaşanan sorunların ve ebeveynlerin çocuklar arasında ayrım gözetmesinin bireylerin sonraki yaşamlarını ciddi şekilde etkilediği görülmüştür. Bu süreçte yaşanan eksiklik ve ait olamama duygusu bireyin tüm yaşamında bir özgüven problemi yaratmıştır. Bu durumu Bambu, Boru Çiçeği ve Gül şu şekilde aktarmışlardır:

*"O desteği göremedim, şöyle açıklayayım, benim en büyük ablam eczacıydı. Çok başarılı işte eczacı, diğer ablam doktordu çok başarılı doktor, öteki ablam, onlara göre bir nebze daha aşağıdaydı. O da üniversiteyi İstanbul'da kazandı. Ailenin en tembel çocuğu bendim. En başarısız çocuğu bendim ve en fazla dışlanan belki en fazla beğenilmeyen, hor görülen ve bundan dolayı da belki öz güveni eksik olan kişi de her zaman bendim... "....yatalak babaannemin de down sendromlu kız kardeşimin de tüm sorumluluğunu ben aldım tüm bakımlarını ben isteyerek yaptım (Bambu, 51, K.- Aile desteğinin olmaması&sorumluluk yüklenmesi)."*

*"Benim şu anda ailem var diye biliyorum ama benim ailem yok. Çünkü ben onlara oturup derdimi anlatacağım büyük kız kardeşim bir oğlan kardeşim yok. Çünkü ben ayakta durdukça onlar hep beni güçlü gibi görüyor galiba. Benim hiçbir sıkıntım yok sanıyorlar ama. Böyle dokunsan düşeceğim şekilde onlarla da böyle bir şey paylaşmıyorum. Konuşamıyorum çünkü bana destek olmuyorlar. Ailem geçmişten bugüne beni gerçek bir evlat gibi görmediği için bu kardeşlerime de yansıdı gibi düşünüyorum. Konuşmak istediklerinde farklı bir şeyler söylüyorlar. Ben de onu"*

*kaldıramıyorum. O yüzden hiçbir şekilde konuşmuyorum (Boru Çiçeği, 48, E.- Aile desteğinin olmaması)"*

*"Şöyle, benim 3 tane kardeşim var, bir tane ağabeyim var. Yurt dışında yaşayan bir ablam var. Bir de burada bana yakın oturan bir ablam var. Bana yakın oturan ablamla ilişkilerim çok iyi değil, hep çatışmalarımız var (Gül, 41, K – Kardeş desteği görememek)."*

#### **4.1.3. Sevgi ve ilgi eksikliği ile büyüme**

Bazı ailelerde de sevgi ve ilgi eksikliğinin yoğun bir şekilde görüldüğü ve bunun bireyin gelecek yaşamında kendi sevgi gösterme biçimini de etkilediği görülmektedir. Katılımcıların aktarımlarında olumsuzluk kategorisi altında daha çok anne ile ilişkinin olumsuz yanlarının ön plana çıktığı da görülmüştür. Bu konuda katılımcılardan Gelincik, Akasya, Menekşe, Orkide ve Gül durumu şu şekilde ifade etmişlerdir:

*"Hiç kimsenin yani herkesin içinde bir ukde vardır. Annesiyle ya da babasıyla alakalı annemle daha çok böyle bir mesafe vardır aramızda (Gelincik, 32, K. – Anne ile ilişkinin olumsuz yanları)."*

*"Kötü yani. Annem, şey, bir kadın, biraz despottur böyle şeydir serttir. Hani şey kadın eski Osmanlı kadını mı derler artık böyle Anadolu kadınları böyle dediğim dedik. ...Annemle mecburi ilişki öyle annemle çok iyi değiliz. Çok iyi anne kız ilişkisi kurmadık (Akasya, 40, K. - Anne ile ilişkinin olumsuz yanları)."*

*"Annem de bizi sevmeyi unuttu ve bunu yıllar sonra da itiraf etti. Sizi sevmeyi unuttum dedi. Yani sanırım sevgisizlikten ve huzursuzluktan kaçıştı benim evliliğim o erken yaşta o çocuk evliliğim ondan kaynaklıydı... Ne zaman ihtiyacın olursa hep arkadayım diyen bir babam olmasını isterdim. Annem sevgisini hep o da gizli bir tuttu. Hiç bize göstermedi. Mesela bir gün annem başımızı saçımızı okşamadı. Bir gün sevdiğini söylemedi ya da ona benzer bir şey göstermedi. Belki de bu yüzden çocuklarım olan düşkünlüğüm (Menekşe, 42, K.- Değerli hissetmek istemek)."*

*"Mesela benim ilişkilerim, hep kötüydü benim normal değildi şimdi belki anne kız ilişkisi yaşıyoruz. Hani öyle söyleyeyim (Orkide, 40, K - Anne ile ilişkinin olumsuz yanları)."*

*"Ben annemle babamı şöyle diyeyim evlatları kullanabildikleri sürece anne babalar problem yoktur. Onların sözünden çıkmazsanız onların isteklerini yerine getirirseniz Allah sizden razı olsun, sizden iyi evlat olmaz ama çıkar çatışması yaşarsan ya da kendi karakterinizi ortaya koymaya çalışırsanız sınırlar çizmeye çalışırsanız bakın burası benim hanem benim kurallarına uyulacak sözünü ve rahatsızlıklarını duyarsınız... (Gül, 41, K.- İlişkilerin değişkenlik göstermesi)."*

Ebeveynlerin kendi çocukluklarının geçtiği kök ailelerinde doyuma ulaşamayan sevgi ihtiyaçları yetişkin bir ebeveyn olduklarında açığa çıkabilmektedir. Kök aile tarafından arzulanan sevgi ihtiyacının yaşamlarında oluşturduğu eksiklik ve boşluk duygusu bireyleri derinden etkileyebilmektedir. Bu konuda Kardelen ve Bambu'nun aktarımları şu şekildedir:

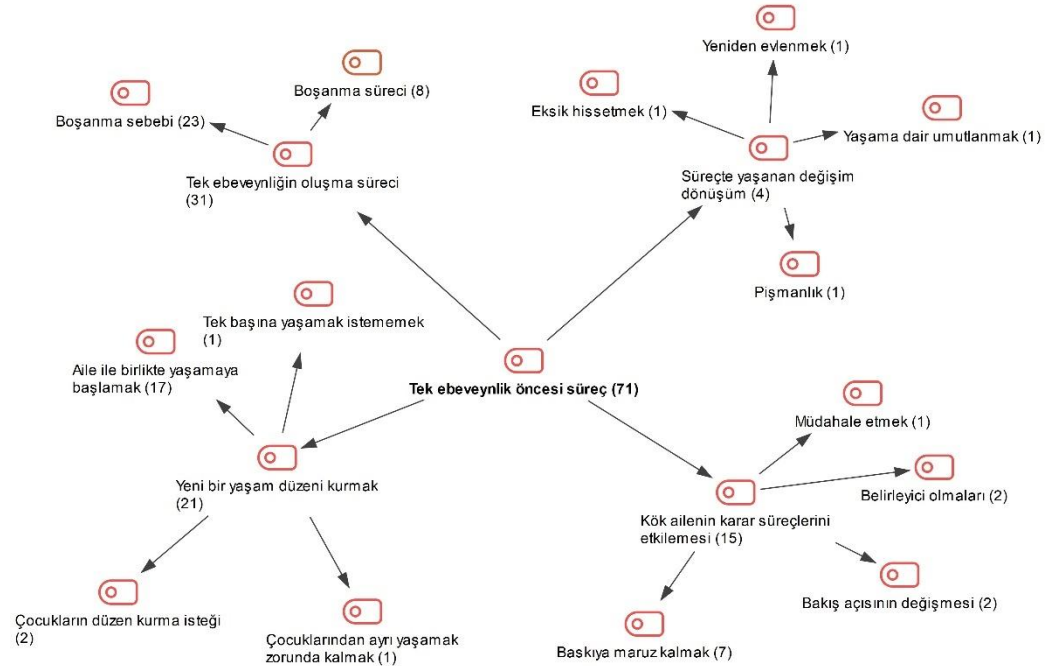
*“Babam yok, annemle de iletişimim yani standart çok samimi bir ilişki değil. Yani benim tarafımdan değil. Hani bir sevgi var, yeteri kadar gösteriyor. Kendi elinden geldiğince o konuda sıkıntı yok ama benimle onun bakış açısı, düşüncelerimiz, fikirlerimiz çok çok daha farklı olduğu için yaşam tarzımız biraz daha mesafeli. Benden yana.” (Kardelen, 37, K. - Olumsuz baş etme mekanizmaları). ”*

*“Sevgi. Yani anne babanın insanın yaşı kaç olursa olsun, 7 yaşında da elli yaşında da bence anne babadan o sevgiyi her zaman ihtiyaç duyuyor, görmek istiyor. Sevgi ve değer verildiğini hissetmek çok önemli. Bunu çok isterdim... bana benim için maddiyattan çok maneviyat çok daha önemli yani zor süreçlerimde daha fazla ilgilenmelerini isterdim (Bambu, 51, K. – Çok duygusal olmak). ”*

Tek ebeveynlerin çocukluk ve gençlik dönemlerine bakıldığında pek çoğunun kök aile odaklı sorunlar yaşadıkları ve bu sorunların ağırlığına göre bireylerin sonraki yaşamlarını derinden sarsabilecek sorunlara neden olduğu görülmüştür. Çocukluk çağı travmalarının sonraki yaşamlarına bireyin kurduğu tüm ilişkilere bir şekilde yansması hem yanlış eş seçimlerine neden olmuş hem de bireylerin yaşadıkları çoğu soruna temel teşkil etmiştir. Bu noktada bireyin ekosisteminde mikro alanda yer alan alt sistemlerin bireyin gelecek inşasında çok özel öneme sahip olduğu, bu sistemlerle yaşanan sorunların bireyin tüm yaşamını olumsuz etkileyebildiği söylenebilir.

## 4.2. Tek Ebeveynlik Öncesi Süreç

Bu temada tek ebeveynlik öncesi süreç olgusu ele alınmıştır. Tema eşle fiili ayrılık sürecinin başlaması ile başlamakta, boşanmanın/ayrılığın gerçekleşmesi ile sonlanmaktadır. Bireylerle yapılan görüşmelerde tek ebeveynlik öncesi sürecin bireylerin hayatında önemli bir yeri olduğu bu süreçte yaşanan pek çok olayın sonraki yaşamlarını da etkilediği görülmüştür. Tek ebeveynlik öncesi süreç tek ebeveynliğin oluşma süreci, süreçte yaşanan değişim dönüşüm, yeni bir yaşam düzeni kurmak ile kök ailenin karar süreçlerini etkilemesi kategorileri altında şekillenmiştir. Kategori altında yer alan kodların yoğunluğa bakıldığında (Şekil 6) boşanma sebebi, aile ile birlikte yaşama ve kök ailenin karar süreçlerini etkilemesi kodlarının öne çıktığı Şekil 5'te görülmektedir.



Şekil 5: Tek ebeveynlik öncesi sürece ilişkin kod teori modeli.

Tek ebeveynlik öncesi süreç çoğunlukla kısa bir sürede gerçekleşmediği için tek ebeveynlik öncesi süreç de boşanma sürecinin oluşma nedenleri, boşanma süreci ile değişen koşullar ve süreçte yaşanan duygusal değişim/dönüşüm başlıklarından oluşan 3 ayrı alt kategori ile ele alınmıştır.

| Kod Sistemi                                               | ERGUVAN | ASLAN... | AKŞAM... | ORKİDE | AKASYA | BORUÇI... | MENEKŞE | ANTOR... | LALE | ZAMBAK | GÜL | PAPA... | KARD... | ÇINAR | GELİN... | BAMBU | TOPL... |
|-----------------------------------------------------------|---------|----------|----------|--------|--------|-----------|---------|----------|------|--------|-----|---------|---------|-------|----------|-------|---------|
| TEK EBEVEYNLERİN KÖK AİLE İLİŞKİLERİ VE EBEVEYNLİK STRESİ |         |          |          |        |        |           |         |          |      |        |     |         |         |       |          |       | 0       |
| Tek ebeveynlik öncesi süreç                               |         |          |          |        |        |           |         |          |      |        |     |         |         |       |          |       | 0       |
| Tek ebeveynliğin oluşma süreci                            |         |          |          |        |        |           |         |          |      |        |     |         |         |       |          |       | 0       |
| Boşanma süreci                                            | •       |          |          |        | •      |           |         | •        | •    |        |     | •       | •       | •     |          |       | 8       |
| Boşanma sebebi                                            |         | •        |          | •      |        | •         | •       | •        |      | •      | •   | •       | •       | •     |          |       | 21      |
| Kök ailenin karar süreçlerini etkilemesi                  | •       |          | •        |        |        |           |         |          |      | •      | •   | •       |         |       | •        |       | 15      |
| Süreçte yaşanan değişim dönüşüm                           |         |          |          | •      |        |           |         |          |      |        |     | •       |         | •     |          |       | 4       |
| Yeni bir yaşam düzeni kurmak                              | •       | •        | •        | •      | •      | •         | •       |          | •    | •      |     | •       | •       | •     |          |       | 21      |

**Şekil 6:** Tek ebeveynlik öncesi süreç temasının kod yoğunluk matrisi

#### 4.2.1. Boşanma sürecinin oluşma nedenleri

Yapılan görüşmelerde boşanma nedenleri arasında aldatma, anlaşamama, bağın kopması, ebeveynlik rolünü yerine getirmeme, eşin talebi, ekonomik, fiziksel ve psikolojik şiddete maruz kalma başlıklarının olduğu, en büyük nedenler arasında anlaşamama ve bağ kopmasının yoğunlukta olduğu görülmektedir.

Boşanmaya giden süreçte çocukların sağlık durumu ve ebeveynlerden birinin diğerine oranla daha çok sorumluluk alması da süreci olumsuz etkilemektedir. Bu konuda Boruçiçeği, Menekşe ve Aslanağzı'nın ifadeleri şu şekildedir:

*"Boşanma. Yani çocuklardan kaynaklı eşim de meslektaşım. O da milli eğitim personeli 2 yaşındayken aslında bir buçuk yaşındayken özellikle çocuklarından biri otizmlili benim aslında aspergerli, ön teşhis olarak olan şey atipik otizm. Bir buçuk yaşında konmuştu tamamıyla ilk teşhis koyduğumuz zaman. Meslektaş olduğumuzdan dolayı o dönemde çocuğun mesela aslında kapanma sebeplerinden birinin eşim olduğunu fark ettim. Ondan dolayı ayrılmak zorunda kaldım. Çocukları istemedi ilk sene, ikiz çocuklarım var bu arada 4, 5 yaşında şu anda. O dönemde ayrıldık (Boru çiçeği, 48, E.- Anlaşamamak)."*

*"...Çocuk büyütürken de zıtlıydık mesela onun çok katı kuralları vardı. Ben biraz daha esnek ve yumuşak bir ebeveynim. Biz o çocukları büyütürken de hep çatışıyorduk. Aslında çoğu kavgamız da belki de hani eklendi. Çocukların sorunları da bizi etkiledi. O işte sen yanlış yapıyorsun, sen yüz veriyorsun muhabbetinde ve kafasındaydı ve hep suçlayıcıydı, suçluyordu beni sürekli suçluyordu işte çocuk bir yanlış yaptığı zaman. Senin yüzünden böyle oldu bu çocuk senin yüzünden böyle zayıf aldı. Senin yüzünden şöyle oldu senin yüzünden böyle oldu gibi ... Yani bir çözüm odaklı değil de hep suçlayarak konuşurdu, Menekşe, 42, K. - Anlaşamamak)."*

*"Ben açıkçası şöyle söyleyeyim, ben kızım için ölüme giderim, o yüzden zaten kızımı bana verdiler, ona vermediler çünkü çocuğuna annelik yapmadı hiç (Aslanağzı, 43, E. - Ebeveynlik rolünü yerine getirmemek)."*

Bazı bireylerin ayrılmasında kendisinin veya diğer tarafın kök ailesinin etkisi olduğu gibi bazen karşı tarafın ailesinin tek ebeveyne hak verdikleri de olmaktadır. Özellikle kadından beklenen toplumsal ataerkil bakış açısı ile şekillenen roller kadınların evlilik içindeki konumu ve rollerini farklılaştırabilmektedir. Bu konuda Antoryum, Erguvan ve Boruçiçeği'nin ifadeleri şu şekildedir:

*"Benim değil ama eşimin kök ailesinin çok etkisi oldu. Çünkü onların arasında çok enteresan ilişkiler vardı. Enteresan bir aileydi. Yani onların birbirleriyle de bağları yoktu. Çok yüzeyseller ve derinleşememişler. O yüzden de hani burada da bir aile kurma kavramı oturmadı kafasında çok. Ama benim ailemden kaynaklı dersiniz, benim ailemden kaynaklı bir şey olduğunu düşünmüyorum aslında. Ancak daha çok oradan kaynaklı bir şey (Antoryum, 47, K. – Bağın kopması)."*

*"Boşanma sürecinde ailem çok baskı yaptı. Ben istemedim. Eşim de istemiyordu. Hatta konuştu, kabul etmediğini söyle boşanmayı dedim. Ama yani mecbur kaldı böyle diyeyim yani o süreçte pek sağlıklı düşünemiyordum... Ama sonrasında yani şey nasıl söyleyeyim? Ya verdiğim kararın doğru olduğunu anladım yani yani daha doğrusu babamların verdiği kararın doğru olduğunu belki de öyle olmasa bazı şeyler daha kötü olacaktı (Erguvan, 45, K.- Baskıya maruz kalmak)."*

*"Yani bir 6-7 ay ayrılmama konusu ile ilgili yani onlarda aslında sıkıntıyı bildikleri için yani arayıp bir şey diyemediler. Hani ben daha öncesinden şey yapmıştım, yardım istemişim gönülleri olsun diye yani ilişkinin bitmemesi konusunda. Bunu bildikleri için şey yapmadılar. Yani bu süreçte karşımda duran bir yapı olmadılar. Yani bunu olumlu karşıladılar. Boşanma sürecine ben o konuda sıkıntı yaşamadım. Aradıkları zamanda konuşuyorum, iletişimim kopuk sayılmaz (Boru çiçeği, 48, E.- Bağın kopması)."*

#### **4.2.2. Boşanma süreci ile değişen koşullar**

Yapılan görüşmelerde bireylerin boşanma ve ayrılık sürecinin başlarında çok ciddi sorunlar yaşadıkları, bu sıkıntıların çocuklara da yansıdığı görülmüştür. En temel sorunlar arasında maddi zorluklar olduğu görülmektedir. Özellikle yeni bir düzen kurma süreci kimi zaman oldukça sancılı olabilmektedir. Bu konuyla ilgili olarak Zambak, Kardelen ve Papatya'nın aktarımları şu şekildedir:

*"...3 ay boyunca bu soğuk evde sobalarla işte klimalarla ısıtıp yeter ki çocuklar daha fazla yıpranmasın diye dayılarında kalıyorduk. Bir hafta sonu bir dayıda bir hafta sonunda bir dayıda kalıyorduk. İster istemez onlar da yıpranıyordu. ...eşim arabayı aldığı için arabasız kaldık ve kendi çocuklarımı bile okula götürüp getirmede zorluk yaşadım. ...o süreçte çocukları ne kadar az yıpratırsam hani daha iyi olur diyerekten bu soğuk evde 3 ay 4 ay geçirdik. ...onları konforundan etmeyeyim diyerekten, muhit iyi olsun diyerekten zemin katta 2 + 1 ev tuttuk ama bazen çocuklara arkadaşları şey demiş burası kapıcı dairesi mi? Çocuklar da bana sordu hayır, oğlum nasıl bir şey düşünüyorsun? Dedim. Çocuklar biraz bunun şeyini yaşadı ilk zamanlar ama sonra onlar da alıştılar. Şu an gayet iyiler hatta küçük olan burayı çok seviyor (Zambak, 41, K – Çocukların düzen kurma isteği)."*

“...Yoksa ben şu anda çok isterim yani hani çocuğumun da bunu istediğini düşünüyorum. Mesela evde yalnız kaldığımızda filan çok mutlu oluyor veya işte hani ben şimdi o yaşa göre şu an şey de diyor. Mesela ben işte ayrı eve çıkmak istiyorum falan diyor mesela işte hani anlıyorum böyle kendine ait bir hayatı istiyor farkındayım. Ama en başından onu yapamadığımız için şu anda da o bağları koparıp bunu yapmam maddi olarak mümkün değil...(Kardelen, 37, K - Aile ile birlikte yaşamaya başlamak).”

“Hayatım daha çok zorlaştı, zorlaştırıyorlar. Mesela çocuklarıma da karıştırıyorlar. Bana da karıştırıyorlar kardeşlerim işte annelerinin evinde oturuyorum diye işte niye burayı bozdunuz, niye burayı böyle yapıyorsunuz falan böyle sıkıntıları da oluyor. Düzenin bozulması çok zor (Papatya, 49, K – Baskıya maruz kalmak).”

Kimi zaman tek ebeveynlerin yeni bir düzen kurma adına attıkları adım çocuklarından ayrı kalmalarına neden olabilmektedir. Bu konuda Çınar’ın aktarımı şu şekildedir:

“... Evlendim diye annem onu götürdü yanımdan, oğlumu. Ama tabi ben ayda bir onların yaşadığı şehre gidip geliyordum. Her şeyi travmaydı bizim için. Çünkü oğlumdan ayrılmak çok zordu, her yaz yanıma geliyorlardı 3 ay bende kalıyorlardı. Ara tatillerde de bende, diğer zamanlarda ben gidiyordum (Çınar, 55, K - Çocuklarından ayrı yaşamak zorunda kalmak).”

Tek ebeveynlik sürecinde aile yanına dönme, tek başına yaşama veya yeni bir ev tutup aile üyeleri ile birlikte yaşama konuları sıklıkla karşılaşılan durumlardır. Bu durumun oluşmasında çocukların varlığı ve yaşları etkili olmaktadır. Özellikle çalışan ebeveynlerin bir şekilde ebeveyn desteği alarak yeni düzene uyum sağlamaya çalıştıkları görülmektedir. Bu konuda Orkide, Boruçiçeği ve Akasya’nın aktarımları şu şekildedir:

“Ben şu an kendim yaşıyorum ama bazı günler çıkışlarda işim olduğu için annem oğluma bakmaya geliyor. Yani şöyle söyleyeyim, haftanın 3-4 günü tek başımayım, 2-3 günü annemle beraberim ama kendime ait bir evim var (Orkide, 40, K. - Aile ile birlikte yaşamaya başlamak).”

“Yani şu anda aileye ait bir evde yaşıyorum. Yani kendi aileme ait bir evde arada annemler de geliyorlar. Bazen annemle birlikte kalıyoruz. Yani bazen birlikte bazen ayrı kalıyoruz, düzenimiz değişti ama mutluyuz. (Boruçiçeği, 48, E. - Aile ile birlikte yaşamaya başlamak).”

“Çocuğumla beraber tek başıma bir evde... (Akasya, 40, K. - Aile ile birlikte yaşamaya başlamak).”

Yapılan çalışmada özellikle tek ebeveynlerin boşanma sonrasında özellikle yeni bir düzen kurma aşamasında hem maddi hem de sosyal açıdan ciddi zorluk yaşadıkları ve bu zorluğun tüm yaşamlarına bir biçimde yansıdığı görülmektedir. Burada tek ebeveynin sahip olduğu olanakların onu güçlü kıldığı, olanaksızlıkların ise yaşamlarını ciddi şekilde zorlaştırdığı görülmektedir. Bu olanaksızlıklar kimi zaman maddi yetersizlik ve güçsüzlük olarak kimi zaman da bireylerin ailelerinin ve içinde yaşadıkları toplumun

normlarına uyma zorunluluğu olarak karşımıza çıkmaktadır. Bu süreçte kadın olmak sürecin zorluğunu bir miktar artırmaktadır.

#### 4.2.3. Süreçte yaşanan duygusal değişim/dönüşüm

Yapılan görüşmelerde boşanma sürecinde bireylerin duygusal anlamda ciddi şekilde yıprandıkları görülmüştür. Boşanma sonrası yaşanan boşlukta hissetme ve yeni düzene alışmama gibi düşünceler bireylerin yaşamını ciddi şekilde etkileyebilmektedir. Konuyla ilgili Orkide'nin aktarımı şu şekildedir:

*"...Yani eksiklik kısmı şu, hayatınız tamamen değişiyor. Alıştığınız bir düzen var. O düzen değişiyor. Canım akşam gelirken bir yoğurt al diyorsunuz ama mesaj yazıp da hani yoğurdunuz getiren yok aslında çok hani alamayacak gibi değil burada duygusal bir eksiklik yaşıyorsunuz. Ne bileyim. Şöyle bir şeyin kaybını da yaşıyorsunuz, ben kendi adıma yaşadım, yani hiç mi bir değer yoktu, hiç mi tutunulabilecek bir şey yoktu yani benim için mesela bir baş koyma, bir mücadele verme bakış açısı hakimken karşı tarafta da böyle olduğunu düşünürken o hayır, hayat dinamik böyle şeyler olabilir gibi bir yerden yaklaştı. Kuşkusuz ki böyle ama. Ne bileyim, ben birçok konuda eksikliğini eksiklik olarak yaşadım. Kayıp olarak yaşadım bunu. Hala daha yaşadığım noktalar var açıkçası (Orkide, 40, K. - Eksik hissetmek)."*

Görüşme yapılan bireyler boşanmaya giden zaman dilimini zorlu bir süreç olarak ele almışlardır. Boşanma sürecinde farklı boyutlarda ortaya çıkan şiddet unsuru önemli boşanma gerekçelerinden biri olmuştur. Ebeveynin hem eş tarafından şiddete maruz kalması hem de eşin çocukların bakımıyla ilgilenmeyişi zorlayıcı süreçler içinde yer almış. Duygulara bakıldığında çoğunda evliliğe ve geçmişe dair bir pişmanlık duygusunun hâkim olduğu görülmektedir. Bu konuda Çınar ve Papatya'nın ifadeleri şu şekildedir:

*"Biz, ilk eşim askeri personeldi zor bir işi vardı birkaç kez ciddi kazalar atlattı bazı çalışma arkadaşlarını kaybetti kendisi de yaralandı. İstenmeyen bir gebelik sonucu oğlum doğdu, annem yanımdaydı sonra babamı kaybettik, eşim yaşadıklarından sonra oldukça travmatik zamanlar geçirdi ve çok ciddi bunalımlar yaşadı. Yaşadıklarından sonra çok sert ve öfkeli birine dönüştü, dememe rağmen psikolojik destek almadı. Yaşadığı durum tüm ilişkimizi derinden etkiledi sonrasında boşandık. Zorlu bir süreç olduğu şöyle, zorlu hani ayrılmak aslında zor geldi ikimize de. Sonra o başka biriyle evlendi. (Çınar, 55, K.- Boşanma süreci)."*

*"...hem pişmanlık yaşadım ayrıldım diye. Çünkü bütün yük üstüme bindi, bir de ben kötü bir insana 20 sene katlanmışım diye psikolojim bozuldu. Çünkü düzelmiyor, düzelecek diye bekledim ama düzelmedi, daha kötüye gitti ve ben ayrıldığıma da*

*birazcık pişmanım... Çocuklarına şiddet hiç uygulamıyordu ama bana çok uyguluyordu. Şey, benim çocuklarımın babası dışarıda mutlu olmak istiyordu. Evde mutlu değildi. Hiç de çocuklarıyla da ilgilenmedi (Papatya, 49, K - Pişmanlık). ”*

Bazı bireylerin anlatımlarında sonucu önceden görmesine rağmen eşindeki sorunları düzeltebileceğine olan inancın yıllar içinde yok olduğu ve bir şekilde boşandıkları görülmektedir. Güvensizliğin neden olduğu bir boşanma sürecine dair Zambak’ın ifadeleri şu şekildedir:

*"...Onu, dediğim gibi çocuk daha yeni doğmuş tolere edebilirsin, hani bazı bayanların böyle hani cesareti yok o sırada. Ailemin temkinleri vesaire vesaire. Annemin özellikle doğu kadını olduğu için tamam, kızım bu seferlik affet demesi ama sonrasında ben boşandıktan sonra herkes eteğindeki hani taşlar döker misal bir taraftan beni teselli etmeye çalışıyorlar, işte. Kendi akrabalarından bile eşi şu şahısla, şöyle olmuş bu şahısla da böyle olmuş, şunlar şöyle olmuş, hani ben boşandıktan sonra aslında ben evliyken birçok arkadaşım, birçok insan birçok şey tanıklık etmişler ama susmuşlar. Meğerse o zamanlarda bile sözüm ona tamam bitti bir daha bir şey dediğimde dahi bu adamla 15 yıl evli olmama rağmen hiçbir zaman telefonuna açıp bakamıyordum. Çünkü hep bir bahane bir şey, aslında yani bazı şeyleri görmemezlikten geliyordum öyle söyleyeyim. Yani biliyordum, farkındaydım ama cesaretim yoktu. Zaten bir tanesi tanıklık ettim onu affettim ama sonrasındaki de yine hissediyorsun ama diyorsunuz ki şu an o cesarete değil, şu an o celsede kapatıyorsunuz. Hayır, görmek istemiyorum. Hani görüyorsunuz ama ağzınızı kapatıyorsunuz, görmek istemiyorum, duymak istemiyorum diyorsun öyle bir şey yani sonuç yine boşanma oluyor...Artık kimseye güven duymuyorsun bunu öğrenmek zorunda kalıyorsun... (Zambak, 41, K. – Aldatma). ”*

Kimi zaman sonu benzer şekilde sonuçlansa da boşanma kararından emin olamama ve verilen kararın doğruluğunu sorgulama için geri dönüşler de mümkün olmuştur. Bu tür bir süreci tecrübe eden Gül ve Kardelen’in aktarımları şu şekildedir:

*"...boşanma şöyle oldu, üniversiteden sonra evlendim. O zamanki eşimin Ankara'ya tayini çıktı. Ankara'da yaşadık. Sonra bir kere bir boşandık. Boşanmayı tecrübe edindik. Kısa bir süre sonra tekrar denemek istediğini söyledi. O zaman bir tane çocuğunuz vardı, sonra bir kez daha evlendik. 2 çocukla bu sefer tekrar boşandık. Sağlamasını yaptık, baktık olmuyor, tekrar boşandık (Gül, 41, K. - Anlaşamamak). ”*

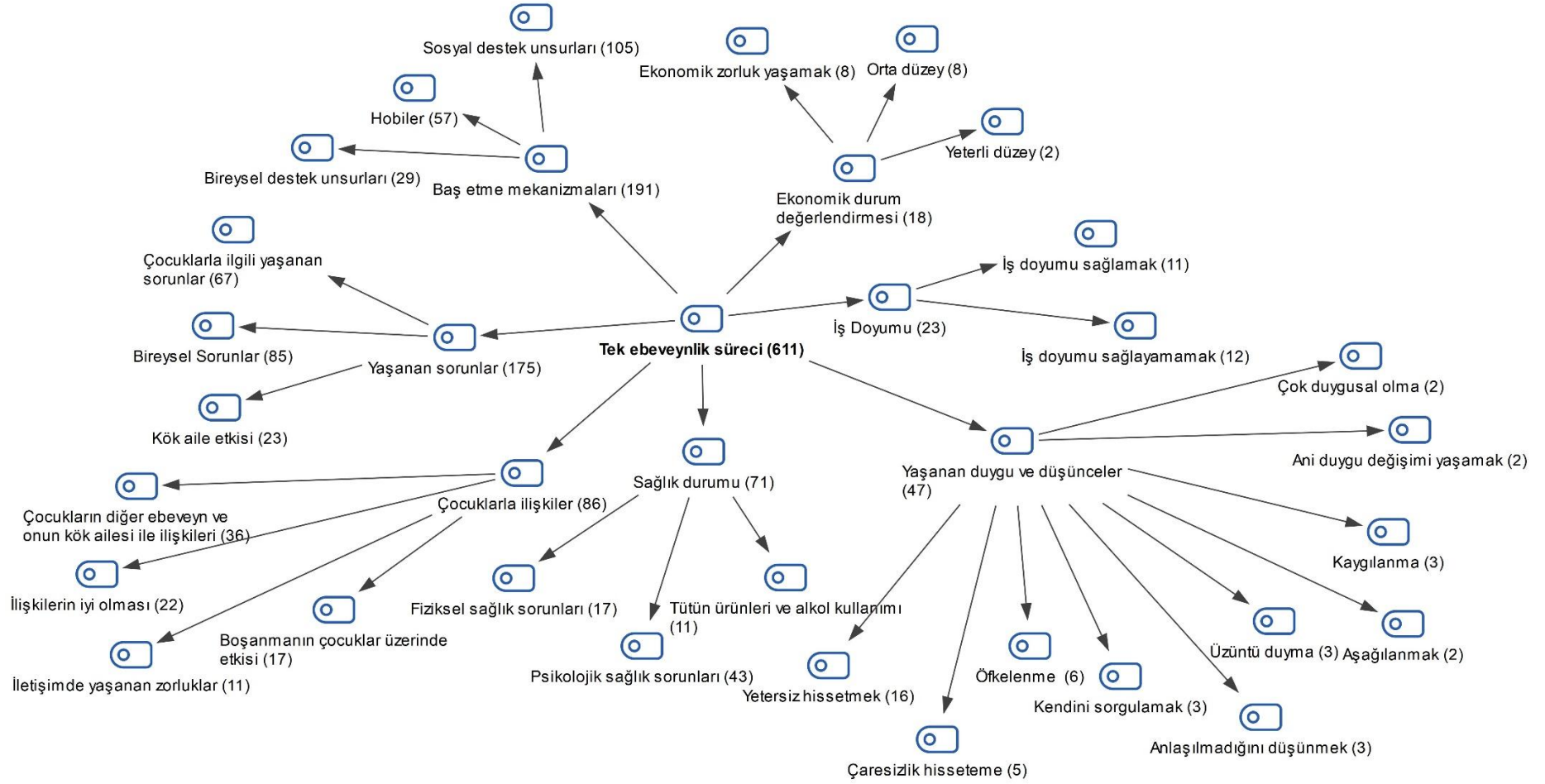
*"İşte anlaşılmadık vesaire erken evlilik aslında doğru eş seçememek onun için de benim için de bir boşanma süreci yaşadık. Ondan sonrasında tekrar barıştık ama yine yapamadık bu şekilde oldu (Kardelen, 37, K.- Anlaşılmamak).",*

Tek ebeveynlik öncesi süreçte bireylerin boşanma ve ayrılık aşamalarında ciddi zorluklar yaşadıkları sonrasında da yeni bir düzen kurmak için maddi manevi yaşadıkları zorlukların tüm yaşamlarına yansıdığı görülmektedir. Bu noktada boşanma sürecinin nasıl gerçekleştiği, bu süreçlerde eş desteğinin yetersiz olması, çocuk sayısı, kök ailenin desteği bireyin yeni bir düzen kurmadaki hazırlık sürecini olumlu ve olumsuz anlamda çok ciddi şekilde etkilemektedir. Bu süreçte yaşanan sorunlar ve eksikler sonraki süreçlerde bireylerde bir eksiklik ve yetersizlik duygusu yaratmaktadır.

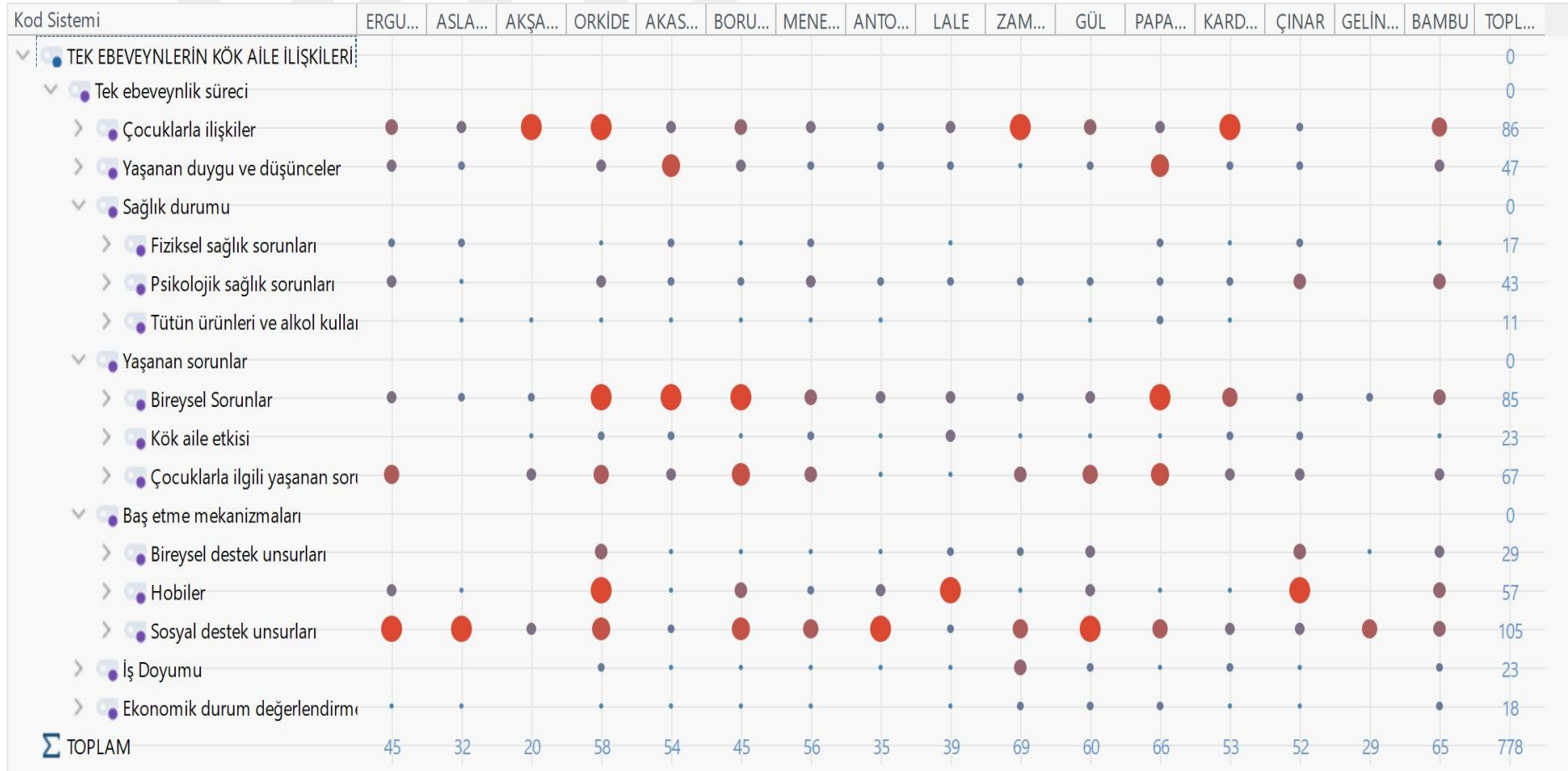
#### **4.3. Tek Ebeveynlik Süreci**

Butemada tek ebeveynlik süreci olgusu ele alınmıştır. Tema boşanma/ayrılık veya ölümün gerçekleşmesi ile başlamakta ve günümüze doğru devam etmektedir. Tek ebeveynlik süreci Şekil 7’de görüleceği üzere baş etme mekanizmaları, ekonomik durum değerlendirmesi, iş doyumu, yaşanan duygu ve düşünceler, sağlık durumu, çocuklarla ilişkiler ve yaşanan sorunlar alt kategorileri ile şekillenmiştir. Tek ebeveynlik sürecinde yaşanan sorunlar ve baş etme mekanizmalarının yoğunluk gösterdiği görülmektedir. Sorunlara bakıldığında ilk sırada bireysel sorunlar yer alırken, ikinci sırada çocuklarla ilgili sorunlar yer almaktadır. Baş etme mekanizmalarına bakıldığında sosyal destek unsurlarının en temel baş etme mekanizması olduğu görülmektedir. Yine yaşanan duygu ve düşüncelere bakıldığında ilk sırada yetersiz hissetme duygusunun olduğu, sağlık durumuna bakıldığında en sık yaşanan sorunun psikolojik sağlık sorunları olduğu görülmektedir. Çocukların diğer ebeveyn ve onun kök ailesi ile kurduğu ilişki de tema başlığı altında yoğun olan kategorilerden biri olmuştur (Şekil 8).

Tek ebeveynlik süreci birbiri içine giren pek çok sorun ve olayı barındırdığı için çalışmanın son teması değişen dönüşen yaşam döngüsü, kök ailenin tutumu ve desteği, çocukların yaşadığı sorunların ebeveyne yansımaları, ebeveynlik stresi ile dönüşen yaşamlar, çocukların diğer ebeveyn ve onun kök ailesi ile ilişkileri, tek ebeveynlik ile başlayan yalnızlık ve yalnızlaşmaya karşı arkadaş çevresinin önemi, stresle baş etme stratejileri ve bunların yaşama etkileri olmak üzere 7 alt kategoriye ayrılarak ele alınmıştır.



Şekil 7: Tek ebeveynlik sürecine ilişkin kod teori modeli.



Şekil 8: Tek ebeveynlik öncesi süreç temasının kod yoğunluk matrisi

#### 4.3.1. Değişen dönüşen yaşam döngüsü

Tek ebeveynli bireylerin yaşamları boşanma veya ayrılık süreci ile önemli ölçüde değişmiştir. Kimi yaşadığı kenti ve yaşadığı evi değiştirmek zorunda kalmıştır. Yaşanan bu süreç bireylerin çoğunu maddi manevi sıkıntılarla baş etmek zorunda bırakmıştır.

Bireylerin yaşam döngülerinde meydana gelen sorunların ciddi bir kısmı maddi konularla ilgilidir. Bu durumlardan biri tek ebeveynlik sürecinde kök aile yanına dönüştür.

Boşanma sonrası birçok tek ebeveynli aile tekrar geniş ve kalabalık aile yaşamlarına kök ailelerinin yanına geri dönmüşlerdir.

Bu durum kimi zaman destekleyici olurken kimi zaman da müdahaleci ve baskıcı bir alan da yaratmıştır. Her ne kadar aile evine dönüş bir zorunluluk olsa da kimi zaman aile yanına dönme isteği sosyal kabul ile de açıklanabilir. Kök aile sürecinde ailelerin tek ebeveynin yaşamına doğrudan müdahalede bulunmaları ve baskı altına almaları bireyleri oldukça zorlamaktadır. Hem zorunluluk hem sosyal kabul için kabul edilen bu sürece dair Papatya ve Çınar'ın aktarımları şu şekildedir:

*"Ben şu anda aileme muhtacım. Benim en son dönüp geleceğim bir eve ben tekrar geldim ve ben o eve gittiğimde psikolojim bozuldu. Ben sokağa bile çıkamıyordum. Beni kimse görmesin diye, erkenden işe gidiyordum. Kızımı götürüyordum. Okula erkenden kızımı kaldırıp okula götürüyordum, oradan işe gidiyordum ve ben kız arkadaşımın yanına gidiyordum. Akşam 10'da geliyordum. Mahallede kimse beni görmesin diye (Papatya, 49, K. – Aile baskısı yaşamak)."*

*"Boşanma kararı dahil annem o dönemde ben dahil bütün aileyle çok ciddi baskı yaptı. Çocuğumun yaşı da çok küçüktü. Bırakmamak için çok uğraş verdim, sonra anneme kanser tanısı konuldu. Bu haber çıkınca artık dayanamadım çocuğumu bir süre babasının yanına yolladım ama tabi o bütün cefayı da ben çektim. Oğlum da çekti, çekmedi değil ama o annenin verdiği zorluk çok başkaydı baba zaten bir yıl sonra deniz kazasında boğularak öldü. Bütün sorumluluk benim üzerime kaldı. Annem yanıma gelince bir ton sıkıntı yaşadım. Annem çok müdahaleci bir insan, ben zor bir anneye sahibim. Çok zor zamanlar geçirdim (Çınar, 55, K. – Aile baskısı yaşamak)."*

Yaşamına çocuğu ile birlikte devam eden ebeveyn için çocuğu, ebeveynin kendi yaşamındaki birçok şeyi değiştirebilmektedir. Aile ile birlikte yaşamak nedenleri farklı olsa da her iki cinsiyet için de bir zorunluluğa dönüşebilmektedir. Erkek için çocuk bakımı kadın için himaye koruma altında olma baskısı tek ebeveynleri aile yanında yaşamaya zorlamaktadır. Bu konuya dair Lale, Aslanağzı ve Bambu'nun ifadeleri şu şekilde olmuştur:

*"Hayatımdan çok ödün verdim. Oğlum benim toparlayan işte daha fazla sorumluluk almama daha fazla kendime bakmama sağlayan bir şeydi. O yüzden böyle getirdikleri götürdükleri diye baktığım zaman hayatımda çok daha fazla şey getirdi. O anlamda çok şikayetçi değilim. Kendimle ilgili var hâlâ ama bu süreçle ilgili boşanmayla ilgili değil ama kök ailemin hani bu bakış açısıyla ilgili dersiniz kültürün evet çok fazla var ailemin de tabii ki (Lale, 46, K. – Hayatından ödün vermek)."*

*"Valla benim bir sosyal yaşantım yok zaten yani ben bir eğlence yerlerine gitmem, kahveye falan gitmem. Ben işte çalıştığım süreçte mesela işten gelirim, kızımınla vakit geçiririm, bir yere gideceksem bile onunla giderim veya bir misafirliliğe gidersem benim burada etrafımda konu komşum da var kardeşlerim de var. Mesela onlara da gitsem ben kızımınla giderim. Nereye gidersem yalnız gitmem ben hani kızım sen dur da benim bugün bir özel hayatım var demem yani... stresli ama alışyorsun zamanla bu yaşımda kadar çamaşır yıkamamıştım. Onu öğrendim... Tabii ki sonuçta bu evin içinde bir yaşanmışlıklar oluyor, insanın ruhuna gelebiliyor. Bazen farklı ama çok aşırı zorlanmadım ya hani o konuda rahatım çünkü ben yalnızlığa alışkınım ki, hayatımı da şu anda zaten kızımı adandığım için önemli olan ben değil, onun yaşantısı önemli benim için (Aslanagzı, 43, E. – Çocukları hayatının merkezine almak)."*

*"Çocuğumla ilişkim? Tabi dalgalanmalar arada bir dalgalanmalar oluyor ama bence çok çok iyi diye düşünüyorum ben. Çünkü benim hayatım, benim hayat arkadaşım. Bazen benim ablam annem bazen ben onun annesi tabi arada dediğim gibi dalgalanmalar oluyor. Kızdığım zamanlar sitem ettiğim zamanlar çok oluyor ama bir arkadaş gibi. Onunla her şeyi yeniden kurguladık...(Bambu, 51, K- Dönemsel tartışmaların yaşanması)."*

Tek ebeveynlik sürecinde kimseden maddi destek alınamadığı zamanlarda söz konusu ebeveyn hem maddi olarak hem de manevi olarak kendini daha yorgun, sıkışmış ve hiçbir şeye zaman ayıramayacak gibi hissedebilmektedir. Geçinmek için fazla çalışan ve kısıtlı gelirle harcama planı yaparken ciddi anlamda zorlandıkları görülmektedir. Ayrıca bu maddi zorluk bireyin tek başına bir yaşam kurmasının önündeki engellerden biri olabilmektedir. Yaşanan bu sorunlara ilişkin Papatya, Bambu ve Akasya'nın aktarımları şu şekildedir:

*"Ben mecbur kaldığım için çalışmak zorunda olduğum için çalışıyorum Ekonomik durumum işte bütçeme göre ayarlamaya çalışıyorum. Çabalıyorum işte birini ödüyorum sonra birini ödüyorum, kapatıyorum öyle... Ben çalışmak zorunda olduğum için onlara çok sevgi veremiyorum ama hani maddi olarak ben onların iyi kötü her şeyini karşılamaya çalışıyorum. Ama sevgi dersiniz yalan söylerim. Çok sevgi veremiyorum. Çalışmak zorunda olduğum için. (Papatya, 49, K.- Ekonomik zorluk yaşamak)."*

*"Ekonomik durumumuz tabi ki tek başına olmak, tek maaşlı olmak, kirada olmak. Günümüz şartlarında zorluyor. Tabi ki beni zorluyor ama elimden geleni yapıp mutlu olmaya çalışıyorum (Bambu, 51, K.- Ekonomik zorluk yaşamak)."*

*"Ekonomik durumum iyi değil, yani orta seviyede bir türlü çok iyi olmuyor, ama kötü değilim (Akasya, 40, K.- Orta düzey)."*

*"... ayrı bir eve çıkmak gibi bir imkânım param yoktu açıkçası, yani cesaretim yoktu. Yani çok fazla kendime zaman ayıramadığım için hafta sonları çalışıyorum. Sonuçta herkes hafta sonu çalışmıyorken ben çalışıyorum öyle yani (Kardelen, 37, K. – Uzun süre çalışmak)."*

Tek ebeveynler yeni düzenin getirdiğı harcama düzenlemesi ile ilk olarak kişisel bakım, hobiler ve sosyal faaliyetlerden vazgeçebilmektedirler. Bu noktada hayatının merkezine çocuklarını alan tek ebeveynlerin sosyal ilişkilerinde de kendine ait alan yaratmada da zorluk yaşadıkları görülmektedir. Konuya dair Kardelen, Papatya ve Akasya'nın aktarımları şu şekildedir:

*"Hobilerim var mı? Aslında çok. Yani onu yapacak zamanım ve param yok (Kardelen, 37, K.- Zamansızlık)."*

*"Ben bir sinemaya gitmek istesem bile gidemiyorum. Bir tek başıma kahve içeyim desem gidemiyorum... Ben yol bilmiyorum (Papatya, 49, K.- Maddi zorluk yaşamak)."*

*"Yani şöyle söyleyeyim mesela 7-8 yıldır ayrılmışım. Ya işte kıyafetle ayakkabıydı. Suydu buydu onların hepsini kesiyorum. Onların hepsini boş ver. Benim turnaklarımda sorunlar var. Ayağımda ve elimde ben yıllarca manikür yapamadım. Hani böyle her ay gideceğim? Düzenli manikür yapamıyorum ya bir ay gidiyorum, öbür ay olmuyor? Çünkü her zaman benim daha önemli bir sorunun çıkıyor. Onu düzenli yapsam mesela o ağrım geçecek yani ya onu yapmıyorum mesela. Sadece kızımın istediğı tarz besleniyoruz. Ne bileyim yaz tatili onun istediğı şekilde geçiriyoruz. Ben şey yapıyorum. Şeyi de bile bile hani bu buna kıymet verir bana geri döner, hesabım yok muhtemelen kıymeti olmayacak. ...Ama benim hayatımda bir tane amaç olmuş. Onun için uğraşıyorum. Ben ödün veriyorum (Akasya, 40, K. - Maddi zorluk yaşamak)."*

Söz konusu ebeveynler, çocuklarıyla ilgili karar verme ve sorumluluk alma konusunda yalnız hissettikleri için kendi yaşamlarına dair değişim yapma ya da yeni kararlar alma konusunda kendilerini kısıtlanmış hissedebilmektedir.

Bu noktada toplumsal cinsiyet, toplumsal normlar, ekonomik güç, damgalanma ve toplumsal baskı unsurları bireyin kendisine ve ailesine dair bağımsız kararlar almasının önüne geçebilmektedir. Konuyla ilgili Kardelen, Bambu, Erguvan, Boru çiçeğı, Menekşe, Akşam sefası ve Gelincik'in ifadeleri şu şekildedir:

*"Yani yapacağım işleri mesela hani burada değil de atıyorum. Farklı bir şehirde yapmak istiyorum. Burada yaşamak istemiyorum atıyorum İstanbul'da yaşamak istiyorum ama çocuğumu alıp da oraya gidemem. Onun düzenini bozamam vesaire hani? Kendimi öteleyip onun hayatını daha çok merkeze koyuyorum. Birisiyle ilişki*

yaşarken veya işte ikinci evlilik düşünürken vesaire düşünmüyorum bile zaten (Kardelen, 37, K. – Çocukları hayatın merkezine almak).”

”Yani sen evlenip boşanmış bir kadınsın, evlenip boşanmış bir kadının kaybedecek bir şeyi yoktur zaten ve sanki böyle her şeye açıktır. Evet, deneyenler çok oldu, hala oluyor. Dediğim gibi ilk zamanlar tümüyle kapatıyorsun, zaten yaşadığın o travma seni çok etkilemiş oluyor ve dediğim gibi bu rollerden dolayı da her şeye çok dikkat ediyorsun. Aman işte çok geç saatlerde dışarıda olmayayım aman işte bir erkekle konuşurken dikkat edeyim. Aman işte beni yanlış anlamasınlar diye. Bir ara yürüyüşüm bile değişmiş erkek gibi yürümeye başlamışım ben ve bu konuda bana söylediler ya sen erkek gibi yürümeye başladın yani. Yani hem anne hem baba olma rolünün de çok büyük etkisi var. Çünkü baba rolünde baba rolüne de giriyorsun. Erkek gibi davranmaya başlıyorsun. Sorumlulukları ona göre alıyorsun ve artık o dışı şeyinden çıkıyorsun... Çocuğum hasta olduğunda tek başına bakmak zorunda kaldım. Çocuğumla ilgili kararlarda tek başıma hissediyorum (Bambu, 51, K. – Sosyal baskıya maruz kalmak).”

”Kendime vakit evet yani şöyle çok ayıramıyorum. Şöyle yapıyorum. Resim çiziyorum, boş vakit fırsat buldukça, ders çalışıyorum, çalışmak zorundayım. Hani sınavlarım oluyor ders çalışıyorum. İlaç içtiğim için çok erken kalkamıyorum. Bazen erken kalkıyorum bazı günler kalkamıyorum. Çocuklar geliyor, onların dersi onlarla ilgileniyorum. Yani nasıl akşam oluyor ben hani anlamıyorum, nasıl akşam olduğunu o kadar yoğun yaşıyorum ki hayatı (Erguvan, 45, K.- Kendine vakit ayıramamak).”

”Bu boşanma süreci, artı çocukların şeyleri, eğitimleri bir oğlumun özel yetenekleri var. Diğer oğlumun farklı yetenekleri var. Bunları değerlendirmeye çalışıyorum. Mesela oğlum şey yapıyor işte aspergerli olan piyano çalıyor. Yüzmeye götürüyorum. Yani bu sosyal aktivitelerinden dolayı ben kendi sosyal aktivitelere biraz daha daraltmış durumdayım... Çok büyük ödünler verdim. Yani akademik hayatımdan ürün verdim, bazı şeyleri bıraktım. Onu söyleyeyim işte bir şeyler yazıyordum, karalıyordum onları bırakmak zorunda kaldım. Dostlar çevrem biraz daha daraldı. Çok geniş bir sosyal çevremiz vardı. O biraz artık daralmaya başladı (Boru çiçeği, 48, E. – Çocukları hayatın merkezine almak).”

”Benim mesela hep hayalimde işte çocuklarımı çok iyi okullarda okutmak çok iyi evlerde yaşatmak hep konforlarını düşündüm. Onların konforlarını düşünürken kendi konforumdan oldum. Hala öyleyim. Çocuklarım en iyi evde otursun, en iyi şeyleri yesinler. En iyi şeyleri giysinler. En iyi okullarda okusunlar. Düşüncesiyle hep yaklaşıyorum. Halen de öyle. Bunları isterken de tabi ki kendinden ödün vermek zorundasın. ... (Menekşe, 42, K. – Çocukları hayatın merkezine almak).”

”Ben yani kızım için mesela evlenmedim 2010 yılından bu yana ayrıldık, kızıma en iyi şekilde baktım (Akşam sefası, 44, E. – Çocukları hayatın merkezine almak).”

”Tüm sorumluluk bende. Çift ebeveyn anne baba olması gerekirken hem anneyim hem babayım. Anne hem anne hem baba olunca babanın da yüklenmesi gereken görevleri annenin de ayrıca yüklenmesi, görev gereken görevlerin ikisini birden yükleniyorum (Gelincik, 32, K. – Tek başına sorumluluk almak).”

Diğer ebeveyninden destek almayarak tek ebeveyn olarak çocukların sorumluluğunu tek başına almanın bireyin kendi istek ve arzularını geri planda tutma hem anne hem baba rolü üstlenme, zamanı yetiştirmekte güçlük yaşama, çocukla ilgili verilecek kararlarda tek başına hissetme, çocukların talepleri ve kendi istek ve ihtiyaçları konusunda sıkışma hissetmesine sebep olmaktadır.

#### 4.3.2. Kök ailenin tutumu ve desteği

Bazı kök aileler, tek ebeveynlik sürecinde kimi zaman daha önce olduğu gibi müdahaleci yahut baskıcı olmayabilir. Bu da ebeveyn için çocuğu üzerinde kurduğu otoritenin sarsılmaması anlamına gelebildiği gibi sınırlarını koruyor olmanın verdiği bir güven de verebilmektedir. Diğer yandan bunun tam tersi durumlar da söz konusu olabilmektedir.

Tek ebeveynli bireyler için kök ailenin desteği önemli bir unsurdur. Kök ailenin bu süreçte hem ebeveyn stresinin ortaya çıkmasında hem de önlenmesinde etkin bir güç olduğu görülmektedir. Bu sürecin olumlu veya olumsuz ilerlemesi çoğunlukla ailenin bireye bakışı ile ilgilidir. Diğer yandan bireyin kendi alanını yaratması ve kendi yaşamına dair yeni düzenini ailesinin baskıcı anlayışından uzak yapması bireyi psikososyal açıdan güçlendirmektedir. Bu durumla ilgili Orkide, Kardelen, Akşam sefası, Boru çiçeği ve Akasya'nın aktarımları şu şekildedir:

*"Hayır, onlar çok üzüldüler çünkü eşimi seviyorlardı ve ben çok üzülünce çok üzüldüler. Çünkü ben böyle şu an konuşabiliyorum ama ben gerçekten çok kötüydüm, böyle paspas olmuştum yerlerde. Onlar hep destek oldular yani ben şunu söylemeyin dediğimde söylemediler. Karışmayın dediğimde karışmadılar. Yani ben ne istiyorsam o konuda destek oldular. Konuşmanın başında da söyledim. Ben şanslı kadınlardan biriyim, bu konuda gerçekten desteksiz kalmadım (Orkide, 40, K.-Müdahale etmemek)."*

*"Ben karar veriyorum ailem dahil olmuyor. Zaten pek bir destekleri yok, hatta hiç yok (Kardelen, 37, K. – Müdahale etmemek)."*

*"Ben kendi işlerime, ailemi karıştırmam. Yani örnek veriyorum, bir ameliyat olacağım diyelim yine ailemi çağırmam haberleri olmaz. Örnek veriyorum, öyle bir yapım var. Bir sıkıntım olur yine ailemin haberi olmaz. Kendi başıma halletmeye çalışırım. Boşanacağım zaman da öyle oldu yani ama paylaşırsam hepsi yardımcı olur, yanımda olur (Akşam sefası, 44, E. – Müdahale etmemek)."*

*"Bana bıraktılar, tamamıyla süreci destek oldular ama yani hem mali hem psikolojik destek sundular. Öyle söyleyeyim, aile desteği tamamıyla sunuldu bize (Boru çiçeği, 48, E. - Müdahale etmemek)."*

*"Ben hayatım boyunca hep kararlarımı tek verdim asla zor zamanlarımda yanımda görmedim (Akasya, 40, K. – Müdahale etmemek)."*

Tek ebeveynler çocuk bakımı, ev düzeninin sağlanması, maddi zorluk gibi durumlarda aile desteğine oldukça ihtiyaç duyduklarını belirtmektedirler. Özellikle yalnız yaşamının getirdiği zorluklarda aile desteği kolaylaştırıcı olabilmektedir.

Bireyin ekosisteminin mikro alanında yer alan en güçlü sosyal destek mekanizması aile olmaktadır. Özellikle boşanma kararının verilmesi ve sonrasında yeni bir düzen

kurulması ile çocuk bakımına dair süreçlerde ailenin desteği oldukça önemlidir. Ülkede gerekli kurumsal alt yapı yetersiz olduğu için çocukların bakımını genelde kök aile üstlenmektedir. Bu durum tek ebeveynli birey için çok önemli bir güce dönüşmektedir. Bu konuyla ilgili Gelincik, Antoryum, Akşam sefası, Orkide, Gül ve Boru çiçeği'nin aktarımları şu şekildedir:

*"Çocuğa bakarken bakım açısından da hani arkamı dönüp bırakabileceğim ailem var. Ondan yana bir zorluk yaşamıyorum ... yani destek olarak dediğim gibi çocuğuma bakmaları dışında ve boşanmamı kabul etmeleri biraz zor oldu. O kabul etmeleri ve beni evlerine almaları önemliydi (Gelincik, 32, K. – Çocuk bakımı)."*

*"Her zaman bana destek olmuşlardır. Çocuk büyütürken de destek olmuşlardır, sonrasında da. O küçükken tabi daha çok desteğe ihtiyaç duyuyor insan. Annem büyüttü mesela 2 yaşına kadar annem baktı zaten oğluma, sonra kreşe başladı. İyidir aramız (Antoryum, 47, K. – Aile desteği)."*

*"Çok destekledi ailem. Anlaşılmıyorsan tabi ki ayrılacaksınız yani, hani bazı aileler gibi oğlum bir tane daha çocuk yap, daha iyi olur. İkincisi gelince daha düzelir falan demediler yani (Akşam sefası, 44, E- Aile desteği)."*

*"Her anlamda ailem destekler. Maddi destek almıyorum ama mesela annem bana geldiği zaman bir bakıyorum koca bir paket market alışverişi ile gelmiş ama bir para vesaire falan almıyorum onlardan. Ya aslında hep şöyle bir şey oldu benim açımdan duygusal olarak yüküm fazla ama fiziksel sorumluluklarımın daha azaldığını düşünüyorum. Annem haftanın 2-3 günü geliyor ve yemek yapıyor. Ben yemek yapma derdiyle uğraşmıyorum. Bu benim hayatımı çok kolaylaştırıyor. Mesela işten gel koştur koştur gelip yemek yapmıyorum. Sonra ne bileyim annemler bende olduğu zaman işte hadi oğluma pijamayı giy bilmem ne gibi bir şey biraz da onlar yapıyorlar. Bırakıyorum sorumluluğu açıkçası. İşte ne bileyim, onlar biraz moralim bozuk falan bana şey diyorlar sen çık git bir arkadaşlarınla dolaş, çocuğumu onlara bırakabiliyorum mesela. Bana biraz avantaj oldu açıkçası. Böyle hoşuma giden tarafları da oldu benim hayatımda. Çok arttırmadı bu alanda sorumluluklarımı (Orkide, 40, K. – Aile desteği)."*

*"Başka kimsem yok. ...Boşanma noktasına geldiğimizde de kapılarını açtılar. Maddi manevi destek oldular. Bu evi alırken annemlerden bir maddi destek almıştım... Ben boşanıp geldikten sonra onlar benim çocuklarıma bakım konusunda destek oldukları için çocuklarım da küçük olduğu için ben onlara yakın bir yerden ev aldım aynı binadan. Sağ olsunlar işte onlarda çocukları gözettiler, ilgilendiler çünkü ben çalışıyorum. Mecburen bir güvendiğim birine emanet etmeliyim. Hâlâ da bu şekilde devam ediyor (Gül, 41, K. - Aile desteği)."*

*"Şöyle söyleyeyim... 6 kardeşiz çünkü babamız öğretmendi bizim eğitimliydi. Böyle nasıl diyeyim? Ailemizde kaleydi, kale gibi bir yapı dışarıdan müdahaleye kapalı ama herkesin birbirine destek olduğu. Akademik alanda tüm aile bireyleri böyle bir yerlere geldi. Herkesin birbirini desteklediği bir aile yapısı vardı (Boru çiçeği, 48, E. - Aile desteği)."*

Kök aile kimi zaman tek ebeveyne veya çocuğa müdahale ederek ebeveynin yaşadığı stresi, zorlanmayı daha çok arttırabilmektedir. Bu durum ebeveyn gibi hissetmeyip sürekli çatışma yaşanmasına da sebep olabilmektedir. Bu destek yoksunluğu tek ebeveynler için en büyük sosyal destek kaybı olarak görülmektedir. Bu konuda Orkide, Çınar, Gelincik, Gül ve Kardelen şu aktarımları yapmışlardır:

*"Annem bazen şey söyler, -ders çalıştır çocuğa hiç çalıştırmıyorsun- gibi bir yerden yaklaşıyor mesela o beni strese sokuyor. Acaba yanlış mı yapıyorum gibi eleştirel bir yerden bana yaklaşılabilecek, beni birileri eleştirecek yapıyorum oğlumla ilişkimde. Onu yapıyorum biraz. Sanırım eleştirilmekle ilgili şey yaşıyorum. Anne tarafından eleştirilmek (Orkide, 40, K. -Eleştirilme kaygısı yaşamak)."*

*"...sanki kendisi çok dört dörtlük bir ebeveynmiş gibi. Ben bunu hep eleştiriyorum. Yaşlılar bizim anamızı ağlatıyorlar...Yani bizim yaşlılarımız sanki bize dört dörtlük ebeveynlik yapmışlar gibi sürekli akıl veriyorlar. Böyle yap şöyle yap stres en büyük stresim benim onlar yani çocuk nerede, niye oraya gönderdin, niye oraya bıraktın bunu yedir şunu yap. Ebeveynlerin hayatı zaten zor onlar gibi değil, geçmiş dönem gibi değil, çok zor şartlarda çalışıyoruz. Para kazanmak çok zor. Çocuklarımızın istekleri çok zor. Hoca tutmak yok bilmem ne yok o yok bu bir de üstüne üstlük çocuğunu sev çocukla zaman geçir otur ona işte hikâye anlat ya ben kendime zaman ayıramıyorum ki. Evin temizliği ondan sonra çocuğun temizliği, yemek bulaşık... Yani ben gün içerisinde 10 tane role bürünmek zorundayım. Ya iş yerinde ayrı her şey ayrı, yani, o yüzden de en büyük stresi ben annenin babanın yaptığı stres, evlatlarına ebeveyn olarak... Çok mücadele ettim onunla ve benim normal ebeveynlik olmadı. Ben normal bir ebeveynin gösterdiği 7-8 kat fazla uğraş, çaba göstermek zorunda kaldım (Çınar, 55, K. – Sorumlulukların altında ezilmek)."*

*"... Destek almak bir yana onların evinde kaldığım için ekstradan kendimi borçlu görüyorum. Ben onlara maddi destek sunuyorum (Gelincik, 32, K. – Maddi destek almamak)."*

*"Annem ile işte aynı binada olmamız sebebiyle zaman zaman gergin zaman zaman iyi giden değişken dalgalı kurulu bir ilişkimiz var... benim çocuklarımdan benim anne babamın da beklentileri var. Onlar karşılanmadığında mesela işte bir markete gidilecek bir alışveriş yapılacak. Bunu kimden istiyorlar, benim oğlumdan istiyorlar. Oğlum buna söylenmeye başlıyor mesela uf ya neden ben falan gibi. Yani sorun haline geliyor bu. Benim çocuklarımla ilişkimde soruna neden olan bu durumun sebebi kök ailemdir (Gül, 41, K – Beklentiye girmeleri)."*

*"...işte annemle yaşadığım için ben yeteri kadar kendimi tam olarak ebeveyn gibi hissedemiyorum. Bazen şey yapıyor işte atıyorum yani örnek verecek olursam çocuğumun üstü örtük mü gidip bakıyor mesela gece kendisi hala onun üstünü örtmeye çalışıyor. Bana soruyor, üstü örtülü mü, yemek yedirdin mi yedin mi mesela bunun gibi şeyler (Kardelen, 37, K – Çocuk bakımı)."*

Kök aile üyelerinin tek ebeveyne karşı olumlu davranışları, yeni düzen kırma sürecinde ebeveynin yanında olmaları tek ebeveyn için ciddi bir güç unsuru iken tersi durum birey için en büyük sorun başlığı haline dönüşmektedir. Tek ebeveynli bireyler her ne kadar yetişkin olsalar da zor durumlarda aile desteğine ihtiyaç duymaktadırlar. Bireylerin sorunlarını daha kolay çözebilmeleri ve kendilerini daha

güçlü hissetmelerinde en başta gelen sosyal destek unsurlarından birini aile olduğu görülmektedir.

#### 4.3.3. Çocukların yaşadığı sorunların ebeveyne yansımaları

Yapılan görüşmelerde çocukların yaşadıkları sorunların doğrudan tek ebeveynlere yansıdığı, zaman zaman çatışmalar yaşansa da bireylerin sorumluluk alarak çocukları ile aralarındaki ilişkiyi düzgün bir şekilde sürdürmeye çalıştıkları görülmektedir. Bu süreçte tek ebeveynin genel sağlık durumu ve olanakları, çocukların psikolojik sağlık durumu, diğer ebeveynle ilişkisinin düzeyi ve yaşları belirleyici olmaktadır.

Özellikle okul süreçleri ve okul başarısı konusunda ebeveynlerin sorun yaşadıkları bu sorunların diğer ailelerin yaşadıkları sorunlara benzer olduğu söylenebilir. Buradaki temel farklılık sorunlarla ağırlıklı olarak tek bir ebeveynin baş etmeye çalışmasıdır. Konuyla ilgili Bambu, Erguvan, Gelincik, Gül ve Kardelen'in aktarımları şu şekildedir:

*"Bazen benim ablam annem bazen ben onun annesi tabi arada dediğim gibi dalgalanmalar oluyor. Kızdığım zamanlar sitem ettiğim zamanlar çok oluyor ama bir arkadaş gibi (Bambu, 51, K. – Dönemsel tartışmaların yaşanması)."*

*"Bazen işte davranış konusunda çünkü çok uğraşıyorlar birbirleriyle. Şimdi ilaç içiyor ikisi de ve 8 saat etkili bir ilaç ama işte geçince bizim ev savaş alanına dönüyor. Evet orada bayağı sıkıntı oluyor. O zaman biz birbirimizi biraz kırabiliyoruz. Hani ben sabrediyorum. Anne olarak ama babam tabii ki yaşı gereği de bazen sabredemiyor bir iki vuruyor popolarına ama sonra o da çok pişman oluyor, o da yaptığığın sonradan. Yani öyle bazen çatışmalar olabiliyor, ona canım sıkılıyor bazen üzülüyorum ama çocuk işte bunlar. Hani öyle bir takılmasalar da evet, çok normal aslında. Ben normal karşılayabiliyorum ama bazen büyükler dediğim gibi yoruluyorlar çünkü. Bazen sabredemeyebiliyorlar. Hani? Tamam, ben de yoruluyorum ama zihnen yoruluyorum bedenem değil ama onlar hem beyin hem beden olunca onları da çok görmüyorum. O yüzden hiç karışmıyorum. Aralarındaki ilişkiye de (Erguvan, 45, K. – Davranış sorunları)."*

*"Okulda olsun çocuğun sosyal gelişiminde olsun psikolojik olarak olsun her türlü her alana ben yetiştiğim için hem fiziksel hem de ruhen zorluk yaşıyorum (Gelincik, 32, K. – Tek başına sorumluluk almak)."*

*"Şimdi oğlum ergenlik döneminde olduğu için dersleriyle hiç alakası yok. Derslerden çok uzaklaştı, daha çok böyle hani o sınıfların fırlama tipleri vardır bilelim, eğlenelim işte Sayısal Loto gibi derslerimiz karnelerimiz olsun, sınıfı geçelim, oğlum biraz bu ara o kafada. Umarım diyorum o da artık hayatın gerçeklerini belki seneye belki ondan sonra 2 sene bir dank edecek kafasına. Bir tekrar bir yerden başlayacak diye umut ediyorum. Onunla ilgili ders konusunda da düşük notlarla zorlanıyorum (Gül, 41, K. - Çocuklarla çatışma yaşamak)."*

*"...mesela okul okumuyor. Tamam hani okul okumuyorlar ya gidiyor okula filan da. Peki bunun hani devam edemeyecekse bir meslek edinmesi gerekecek işte o*

*bağlamda. Belki de ben daha çok erken küçük yaşta belki de ona bu sorumluluğumu kafamda koyuyorum acaba bilemedim... inanın başka sorun yaşamıyorum ben onunla. Yani şeydir çünkü aslında olması gereken yaşta olması gereken şeyi yapıyor. Ekstra şey, bir durumu yok, anlaşılmayacak bir yanı yok (Kardelen, 37, K – Okumak istememek).”*

Çocuklarından birini kaybeden tek ebeveyn bir annenin aktarımı ebeveynin psikolojik sağlığının çocuklara yansımalarının ne kadar önemli olduğu göstermektedir. Geçmişte yaşanan travmatik olaylar bir biçimiyle çocuklara ve onlarla olan ilişkilere yansımaktadır. Konuya dair Çınar’ın ifadesi şu şekildedir:

*"Bir evlat kaybettim, ben bu ikinci eşimden 6 yaşındaydı. Kazada vefat etti söylemiştim. Ondan sonra çeşitli hastalıklar çıktı. Yüksek tansiyon kalple ilgili sonra 30 kilo verdim. Diyet ve sporla sonra çok ciddi de bir ameliyat oldum. Tüm derileri toplattım. Ya tabi annem zorla bir şey yapıyordu. Hani bana empoze etmeye çalışıyordu. Onu aştım, birçok şeyi açtım aslında o aydınlanmada. Şu anda sadece zorlandığım şu, hani oğlum küçük ölen oğlumun yerine konulmaktan dolayı belki biraz sıkıntı yaşıyor olabilir. Hani onu hep istiyordum çünkü bu oğlum ondan çok farklı. O onun yapısı o bana benziyordu bu babasına benziyor karakter olarak. (Çınar, 55, K. – Ebeveynlikte zorlanmak).”*

Çocukların diğer ebeveynleri ile ilgili yaşadıkları eksiklik duygusu da ebeveyn ile çocuk arasındaki ilişkiyi etkileyebilmektedir. Diğer ebeveynle olan sınırlı iletişim çocukların tüm duygusal sürecini olumsuz etkileyebilmektedir. Bu konuda Bambu’nun aktarımı şu şekildedir:

*"...mesela çocuğum okula gidiyor. Arkadaşlarının işte anne babalarının katıldığı ortamlarda benim çocuğumun sadece işte annesinin olması babasının olmaması bu beni çok etkiledi. Çocuğumun yazmış olduğu bir notu görmüştüm bu beni çok etkilemişti. Bir zarfın içine bir kâğıt yazmıştı, babasından prensesine diye. Doğum günün kutlu olsun diye. Oysa öyle bir şey yoktu. Onun bir hayaliydi, belki de ben bunu gördüğümde çok etkilenmiştim mesela ve bu beni üzmüştü. (Bambu, 51, K. – Sınırlı iletişim olması).”*

Çocuklarda olan bir sağlık sorunu tek ebeveyni çok ciddi şekilde etkileyebilmektedir. Kendini suçlamaya kadar varabilen bu süreç ebeveyn de ciddi kaygıların oluşmasına da neden olabilmektedir. Bu konuda Kardelen ve Erguvan’ın aktarımları şu şekildedir:

*"Disleksi çocuk zaten yani disleksi olduğunu anladığımızda beşinci sınıfa gidiyordu. Biraz geç farkına varıldı. O yüzden aslında birçok şeyi de kaçırmış olduk. O süre zarfında disleksi çocukların zaten bir özgüven eksikliği oluyor çocuklarda, öyle*

*olunca da okula karşı süper bir ilgisizlik, alakasızlık var. Bu durum haliyle beni de etkiliyor (Kardelen, 37, K. – Özgüvensizlik). ”*

*”... bazen hani onlarda bipolar olacak, onlarda da olabilir mi risk genetik öyle korkularım oluyor. Zaten DEHB tanıları var. Kaygılı bir anneyim. Oldukça kaygılı bir anneyim. Onların kendini kötü hissetmesi beni mesela uykularımı kaçırıyor bazen sabah kadar uyuyamam. Yani öyle, bazen de bazı şeyleri abartabiliyorum. Tamam, çocuk biliyorum, ama bazen de dediğim gibi işte öyle kötü hissediyorum ya onları mutlu olsun, hep gülsün istiyorum. Tabii ki olamaz. (Erguvan, 45, K. – Çocuklara ilişkin kaygının artması). ”*

Kimi zaman çocuklardan beklenen davranışların görülmemesi tek ebeveynde ciddi kaygıların oluşmasına neden olabilmektedir. Burada zaman zaman çocukların diğer ebeveyn ile kıyaslanması da bu durumun etkilerini artırabilmektedir. Süreçle ilgili Papatya ve Bambu’nun aktarımları şu şekildedir:

*”Ben oğlumda inanılmaz psikolojim bozuldu. Ben oğlum evet küçüktü. Şu anda 23 yaşında, 23 yaşında bir çocuk, baba da olabiliyor. Evlenip baba olabiliyor. Ben oğlumun benim arkamda duracağını düşünüyordum ve ben oğlumdan dolayı inanılmaz daha çok böyle nasıl diyeyim, hayallerim suya düştü. Ben sanıyordum ki, oğlum benim arkamda duracak. Biz onunla bir şeyler başaracağız diye düşünüyordum ve bu tam tersi oldu. Benim oğlum aynı babasının bana yaptıklarının aynısını yaşıyor ve ben ona diyorum ki, senin babanın bana yaşattıklarını unutamıyorum senden dolayı. Senin baban bana ne yaşattıysa sen aynısını yaşıyorsun. Sen bana bu ızdırabı yapma çünkü ben ikinciye yaşıyorum ve ben bundan dolayı da inanılmaz gerçekten psikolojim bozuluyor (Papatya, 49, K. – Çocukların psikolojisinin bozulması). ”*

*”Öyle bir sorun yaşıyorum. Ayrıca kuşak çatışması ne olursa olsun bence hala var tabi hani ben elimden geldiğince onu yakalamaya çalışıyorum ama bazı şeyleri hala anlamadığım şeyler oluyor. Anlamlandıramadığım şeyler oluyor. Yine hep belki anne babanın hep ortak şeyidir. Ben onu düşünüyorum. Onu düşündüğüm için klasik bir laftır ama gerçekten çok doğru bir söz olduğunu düşünüyorum. Evet, ona çok normal. Genel şeyler bana anormal geliyor. Niye yine onu düşündüğüm için ona zarar gelsin istemiyorum. Bundan dolayı kuşak çatışması oluyor. Bazı konularda bundan dolayı ters düştüğümüz zamanlar oluyor (Bambu, 51, K – Kuşak çatışması). ”*

#### **4.3.4. Ebeveynlik stresinin mevcut yaşama yansımaları**

Görüşme yapılan bireylerin özellikle tek ebeveynlik sürecinin başlaması ile birlikte yaşadıkları stresin daha da arttığı anlaşılmıştır. Bireylerin yaşamlarında meydana gelen bu değişim ciddi baş etme sorunlarını da beraberinde getirmiş kimi bireyde ciddi sağlık sorunları kimisinde ciddi çatışmalarla kendini göstermiştir.

Görüşme yapılan tek ebeveynlerin büyük bir kısmı psikolojik açıdan zorlandıklarını ve bu süreçte ya ilaç tedavisi ya da terapi aldıklarını belirtmişlerdir. Yaşanan sürecin zorlukları ile sosyal destek unsurlardan gerekli desteği alamama durumu birleştiğinde süreç tek ebeveynler için üstesinden gelinemez bir hale gelebilmektedir. Terapiye normal bir zamanda da ihtiyaç duyulabilirken bu süreçlerde bireylerin terapi veya psikiyatrik ilaç desteği alması bir gerekliliğe dönüşebilmektedir. Bu konuyla ilgili Erguvan, Çınar, Menekşe, Gül, Antoryum, Akasya ve Papatya'nın aktarımları şu şekildedir:

*"Bazen hassaslaşıyorum yani. Böyle daha bi duygusallaşıyorum ağlamakta falan oluyorum. Yani gittim en son yani çok biz geçen sene gitmiştim en son psikiyatristte hani ilaç dozumu bile değiştirmedim bilmiyorum risk mi almak istemedi, hani ilaç dozunu bile değiştirmedim, hiçbir şey yapmadı, aynı şekilde devam et demişti. O zaman iyi değildim mesela psikoterapi bana iyi gelmişti, daha öncesinden de almıştım. Şu anda hani iyiyim ama gerekirse tabii ki alırım yine (Erguvan, 45, K.- İlaç tedavisi almak)."*

*"Ruhsal zorlanma var bedensel herhangi bir zorlanmam yok harikayım o anlamda ama ruhsal olarak çöküğüm. Hem yüksek tansiyon sinire bağlı bu hem de ara ara panik atak ve anksiyete ciddi ilaçlar kullanıyorum. ...belli dönemlerde ilaç içmediğim zaman yediklerimi çıkarıyorum günde bir kere. O da çok eskiden kalma bir alışkanlık oldu. Son zamanlarda yine çoğaldı. Psikolojik baskım arttığı zaman bu devam ediyor. Bende yani bu tip şeylere başlıyorum. Çok ağır gece ataklarım var. O zamanda Zanax alıyorum o atakları durdurabilmek için doktor kontrolünde. Onun dışında yok... Ama hala hem anksiyete hem panik atak 20 yaşımdan beri yaşıyorum bunları. Devam yani. Daha az da olsa yine devam ediyor (Çınar, 55, K. – Ruhsal çöküntü)."*

*"Yıllar önce ilaç desteği aldım ama kısa sürdü. Eski eşim çok istemiyordu ilaç kullanmama izin vermedi. Ayrılmaya karar verdiğim süreçte de bir ağlama atakları başlamıştı. O dönemde çok ihtiyaç hissettim çünkü iş yapamaz hale geldim. Günlük hayatımdaki hiçbir işi yerine neredeyse getiremiyordum ne evde ne işte hep ağlama. O dönemde gittim ama ilaç almak istemedim. Psikoloğa gitmek istedim, konuşmak istedim. Çünkü ilaç alırsam doğru bir sağlıklı bir karar vereceğimi düşünmüyordum. Ben dedim ki ayık kafayla bir karar vermeliyim (Menekşe, 42, K. – Psikolojik sağlık sorunları)."*

*"Boşanma sonrasında terapi almam aslında çok gerekliydi ama bunu sağlayacak maddi gücüm yoktu. Çünkü bambaşka önceliklerim vardı. 2 tane çocuğum vardı. Yalnız siz de biliyorsunuz terapi süreçleri günümüzde ne kadar maliyetli olduğunu. Yani bundan bir 7 yıl önce seans ücretleri beynim dur önce kendimi sağaltayım, çocuklarımla ihtiyaçları köşede dursun diyebileceğim rakamlar değildi açıkçası. Onlara bir ev, bir yuva bir şey kurmak zorundaydım. Çünkü boşanıp annemin yanına geldim. Bir süre, bir yıl kadar annemle birlikte yaşadım. Sonrasında kendi evimi açabildim. Hayat önceliklerim farklıydı. Psikolojik destek alsam, çevrenin desteğiyle birazcık kendi mesleki bilgi birikimimizle de aşmaya çalıştım elimden geldiğince (Gül, 41, K. – Kendisini destek olarak görme)."*

*"Doğum yaptıktan sonra bir süre antidepresan ilaç kullandım 6 ay kadar. Doğumdan sonra değil de işte bir yaşındaydı oğlum herhalde o zaman kullandım (Antoryum, 47, K. - Psikolojik sağlık sorunları)."*

*"İlaç da aldım, terapi değil de yani bir görüşmeydi, bir görüşme desteği almıştım." (Akasya, 40, K- Psikolojik sağlık sorunları)."*

*"Ben stres yaşadığımda diyorum ki, benim annem niye beni doğurmuş? Benim bu kadar ızdırap çile çekmek için mi doğdum diyorum. Bazen Allah'ım al canımı da artık kurtulayım diyorum. Çünkü benim burama geldiği zaman gerçekten kaldıramıyorum, yapamıyorum ve o an ben iş yapmak istemiyorum, ben yerimden kalkmak istemiyorum. Hiçbir şey yapmak istemiyorum... Benim psikolojim zaten inanılmaz kötü işte (Papatya, 49, K. – Çaresizlik hissetme)."*

Bazı tek ebeveynler de yaşadıkları stresin fiziksel olarak bazı rahatsızlıklarla kendini gösterdiğini ifade etmiştir. Bu noktada yine tek ebeveynlerin streslerini azaltmak için hobi ve sosyal faaliyetlerden uzak durmaları, kendilerine zaman ayıramamaları yorgunluk ile beraber fiziksel bazı belirtilerin de ortaya çıkmasına zemin yaratabilmektedir. Bu konuyla ilgili Papatya, Menekşe ve Orkide'nin aktarımları şu şekildedir:

*"Tansiyonum falan var ama ben yine de mecbur ayakta durmak zorundayım. Evet elimi kolumu kaldıramıyorum ve ben sürekli baş ağrısı yaşıyorum. O da öyle olduğu zaman ve bu baş ağrıları bende 3-4 gün geçmiyor. Ya çaresizlik gerçekten çok zor ama hani çaresizim diye de bırakmıyorum. Diyorum ki, kendine gel, silkelen artık diyorum artık mecbursun diyorum, yaşıyorsun. (Papatya, 49, K. – Çaresizlik hissetme)."*

*"Böyle sanki biraz zorlanıyorum, böyle daha çabuk yoruluyorum Sabahları uyanırken zorlanıyorum mesela geçmiş yıllarda daha dinçtim. Sorumluluk olarak daha fazla bende mesela haftanın 6 günü bende onun dersi işte okulu özel dersi ayrı sınavları falan muhabbeti okula götür, etüte götür...fiziksel olarak beni yoruyor, akşam gidiyorum, evde yemek yap ödevlerini işte takip et yaptığını sınavımı var işte çantasını hazırlasın bu yani bu talimatların hepsini ben şu anda veriyorum şu anda oğluma zaten biraz geç oldu biliyorum ama sorumluluk vermeye çalışıyoruz bu yıl yani iyi de gidiyor şu anda. O beni biraz yoruyor. Onun dışında kızım zaten dediğim gibi beni çok yoran bir çocuk değil. Yani zaten uzakta tatillerde geliyor. Sorumluluklarını da yerine getiriyor. Beni de üzmiyor, sözümü de dinliyor Birçok şey benim üzerimde ama kafa olarak daha iyi aslında (Menekşe, 42, K.- Tek başına sorumluluk almak)."*

*"Bir Haşimato hastalığım var, otoimmün bir hastalık ve biraz önemli, kendini yok edici bir hastalık aslına bakarsanız psikolojik olarak da. Onun birtakım etkileri oluyor, yorgunluk gibi, saç dökülmesi gibi vesaire ama sanırım ben biraz dikkat ettiğimde beslenmeme ve sağlığıma daha iyi oluyor" (Orkide, 40, K. – Psikolojik sağlık sorunları)."*

Görüşme yapılan tek ebeveynlerin bir kısmı kendilerinde bir yetersizlik gördüklerini, eksiklik duyguları yaşadıklarını ve bundan dolayı mutsuz olduklarını ifade etmişlerdir.

Konuyla ilgili Papatya, Aslanağzı, Gül, Boru çiçeği ve Kardelen'in aktarımları şu şekildedir:

*"Benim çocuklarım zaten kendi kendine büyüdü ben onlara bir annelik yapamadım mesela. Benim 2 tane çocuğum var. İkisi de kendi kendine büyüdü. Benim çocuklarım küçükken büyüdü. O da beni çok üzüyor. Ben onlara gerçekten istedikleri hiçbir şey veremedim (Papatya, 49, K. – Yetersiz hissetmek)."*

*"Benim belli bir sorumluluklarım var yani ben. 10 gün hastanede yattım. Mide kanaması geçirdiğimde mesela hiçbir şey yiyemedim. Su bile içemedim 1 hafta boyunca damar yoluyla beslendim. Orda da mesela hep düşündüm. Benim çocuğuma acaba benim bakabildiğim gibi ilgileniliyor mu? Benim bakabildiğim gibi yemeğini yiyebiliyor mu diye bunları çok düşündüm... (Aslanağzı, 43, E. – Çocuk bakımı)."*

*"Yani bilmiyorum, belki baba olmak için de babalar içinde bu böyledir ama ebeveyn olmak kendinizi sürekli yetersiz hissetmenize neden oluyor yani. Acaba şurada bir konuda kızdım ama iyi mi yaptım kötü mü yaptım, acaba şu isteğini almadım ama burada iyi mi yaptım, kötü mü yaptım, ya da işte şu istediği şeyi aldım ama çocuğum için iyi mi yaptım, kötü mü yaptım de şu söylediğim için kırdım mı döktüm mü? Sürekli böyle bir kendinle muhasebe en iyi olmaya çalışma ama en iyi anne baba diye bir şey yok. Bunu hepimiz biliyoruz yani mükemmel anne baba yok, hepimiz eksiziz, hepimiz kusurluyuz. Yine de sürekli böyle bir vicdan muhasebesi kendinle (Gül, 41, K. – Yetersiz hissetmek)."*

*"Yani tek ebeveyn olmanın işte dezavantajlı koşulları var. Şimdi çocukların bazı şeylerine yetişemiyorsun. Bazı şeyleri göremiyorsun. Yani eksik kaldığım yönlerin olduğunu biliyorum. Mesela bir anne figürünün eksik olduğunu farkındayım. Yani bu figürün nasıl doldurulacağını yani aynı meslekte olmama rağmen bilemiyorum bazen işte. Arkadaşlarıma danışıyorum. Yani psikolojikse altında aslında şöyle bir şey akran ilişkileriyle veyahut meslektaş dayanışması üzerinden yapıyorum. Bu biraz zorlayıcı şeyler... Yani tek ebeveyn olmak çok zorlayıcı (Boru çiçeği, 48, E – Yetişememek)."*

*"...yeteri kadar ben ona özveride bulunabilirim, sevgi gösterebilirim ya buna koşulsuz şartsız hani çok fazla her şeyi yapabilirim ama maddi konuda bir yerde ben de yetersiz kalabiliyorum (Kardelen, 37, K. - Maddi zorluk yaşamak)."*

Ebeveynlerin bir kısmı yaşadıkları bu tek ebeveynlik sürecinin kendi yaşamlarını ciddi şekilde kısıtladığını ve bu durumun kendilerinde yoğun bir stres yarattığını aktarmıştır. Bu süreçte toplumsal normların birer baskı unsuruna dönüştüğü de görülmektedir. Ayrıca cinsiyet farklılığı da burada net bir ayrım yaratmaktadır. Toplumsal yaşamın her alanında olduğu gibi tek ebeveynlikte kadın olmak da erkek olmaya göre ciddi zorlukları içinde barındırmaktadır. Bu konuda kadın katılımcılardan Papatya, Kardelen, Çınar, Orkide, Bambu ve Gül'ün ifadeleri şu şekildedir:

*"... ben ilkokuldan çıktım şu yaşuma kadar hep kendimden ödün verdim (Papatya, 49, K. – Hayatından ödün vermek)."*

*"Kendi hayatımdan çok ödün verdiğimi düşünüyorum (Kardelen, 37, K. - Hayatından ödün vermek)."*

*"Hayatım boyunca, ben çok üzülüyorum yani şu anda dedim ya düşünün ben 50 yaşındayım. 48 yaşında bu aydınlanmayı yaşadım ama çok geç olmuştu. Yani hayatımın en güzel dönemlerine baktığım zaman, geriye döndüğümde çok büyük hatalar yaptığımı düşünüyorum. Kendime hiç zaman ayırmadığım gibi hayatımı onun bunun dedikleri üzerinde tamam, kendi bildiğimi yapmışım ama şöyle bir şey onları yaparken de kendimi unutmuşum. Başkalarına kanıtlamak için doğru yaptığımı anlatabilmek için onlara. Bu uğraşı verdiğim için çok yorulmuşum (Çınar, 55, K. - Kendine vakit ayıramamak)."*

*"Boşanmak bence her şartta her koşulda kadının hayatını zorlaştırıyor. Hele ki çocuk sizinle beraber kalıyorsa ödün vermek durumunda kalıyorsunuz. Gerçekten bazı konularda ekstra çalışmak zorunda kalıyorsunuz. Duygusal bir sorunu paylaşamıyorsunuz, bunun yükümlülüğü var. Hasta olduğunda birine telefon açacak uzaklıkta olmuyorsunuz. Bunun yükümlülüğü var. Bunlardan hep tabii ki ödün veriyorsunuz kendinizden. Bu konular çünkü bir duygusal yükü paylaşamıyorsunuz. Bu o zaman ödün vermek bence yani. Ayrıldık da işte çocuğu da böyle büyüteceğiz, ben hiç çok böyle modern çok şey bir yerden bakan bir kadın değilim. İşte sosyal medyası, her yer, özgürlük vesaire falan pompalıyor ama kimse nasıl bağ kurulacağını anlatmıyor açıkçası. Yani herkes her şeyden çok kolay vazgeçiyor ama kimse nasıl bağ kuracağız, nasıl iletişim kuracağız, kimse bundan bahsetmiyor, herkes o zaman böyle apışıp kalıyor. Bu kadar kolay o değil yani o yüzden tabii ki de ödün veriyorsunuz bence boşanınca, birçok şeyden. Zamanımdan da ödün veriyorum çünkü ekstra çalışmak zorundayım (Orkide, 40, K. - Hayatından ödün vermek)."*

*"Omuzlarında hem bir anne olma rolü var. Anne rolü hem bir eğitimci olma rolü var. Hem ailenin bir rolü var işte yaşadığım kentte tanınan bir aileyiz. Bundan dolayı bu 3 unsur birleşip tabii ki çok fazla baskı yaptı üzerimde işte. Hareketlerimde yani şöyle diyeyim. Bazen gülmek bile gülmek bile aslında sanki bir suç hani karşı cinse karşı (Bambu, 51, K. - Sosyal baskıya maruz kalmak)."*

*"Mesela işten eve geliyorum. Haftanın 5 günü çalışıyorum. Eve geldiğimde evle ilgili işleri yapıp yetiştirmeye çalışıyorum. Gelip bu yatağıma uzanan bir anne değilim (Gül, 41, K. - Kendine vakit ayıramamak)."*

Bazı bireylerin kendilerine ve seçimlerine karşı ciddi öfke barındırdıkları görülmüştür. Yaşadıkları durumu anlamlandırmakta ve çözüm üretmekte zorlandıkları anda yoğun bir kararsızlık yaşadıkları görülmektedir. Konuyla ilgili Papatya ve Gül'ün ifadeleri şu şekildedir:

*"Ay, evet, ben bazen ayrıldığıma pişman oldum çünkü çocuklarımdan maddi sıkıntısı bana bakıyor. Onların başına bir şey geldi mi diye ben isteyken ben hem çalışıyorum hem beynim onlarla. Bir sıkıntısı mı oldu, bir şey mi oldu onlara falan ve ben bazen gerçekten ayrıldığıma pişman oluyorum. Ben hem çabalıyorum olmuyor, çabalamıyorum olmuyor. Ben de ne yapacağımı bilmiyorum. Bazen insan çıkmaz sokağa girer ya ben aynen bir çıkmaz sokağa geliyorum ve çıkmaz sokağın başında"*

*duruyorum. O yüzden bilmiyorum. Ben bazen şaşırıyorum ne yapacağımı... Yaşadığım konu şey mesela ben işe gitmek zorundayım. Çocuğun okulunda mesela toplantısı oluyor işte. Ben kızla sıkıntı yaşıyorum. Sen gelmiyorsun benim toplantıma işe gidiyorsun falan. O an mesele okulda bir şey oluyor. Benim gitmem gerekiyor, gidemiyorum. Çalışmak zorunda olduğum için ve bu aramızda çocuklarla sorun oluyor. Oğlanla olsun kızla olsun. Hani istedikleri zaman ben orada bulunamıyorum. Çalışmak zorunda olduğum için hem onlar üzülüyor hem ben üzülüyorum (Papatya, 49, K. - Tek başına sorumluluk almak)."*

*"Öfke yaşıyorum ama karşı taraftan çok kendime duyuyorum açıkçası, yani nasıl böyle bir seçim yaptım, neden yaşıyorum, neden çocukluklarıma hani daha düzgün bir baba modeli seçemedim. Peki ben eş olarak başaramadım. Tamam ayrıldım, gitti uzağımda tuttum onu ama onlar baba olarak bir hayat boyu hayatlarında mecbur tutacak. Daha düzgün bir baba seçebilir miydim çocuklarıma o noktada kendime kızyorum, kendine kırılıyorum (Gül, 41, K. - Öfkelenme)."*

Bazı bireyler sahip olduğu olanaklar üzerinden giderek geleceğe dair daha umutlu olduklarını vurgulamışlardır. Burada umudun oluşmasında maddi olanakların etkin bir güç olduğu görülmektedir. Orkide, Menekşe ve Boru çiçeği'nin konuyla ilgili ifadeleri şu şekildedir:

*"Yani şöyle boşanmadan önce iyi, boşandıktan sonra stresli tarif edebilirim açıkçası ama hani birçok Türkiye'deki boşanmış kadına göre düşündüğünüzde kendimi iyi konumda tanımlıyorum. Kamudayım işte ne bileyim bir lojman hakkım var. Düzenli bir maaşım var. Ekstra özel ders gibi işte danışmanlık merkezlerinde çalışabiliyorum. Akademik kariyerimde bu konuda bana katkısı sağlıyor. Kötü tanımlamam yani bence fena değil. Yani çabaladıkça da sanki toparlayacakmış gibi hissediyorum (Orkide, 40, K.- Yeterli düzey)."*

*"Şeyi hiç sevmem mesela çaresiz kalmaktan nefret ederim. Çaresizlik çok kötü bir şey. Hemen bir şey, çözüm bulmak zorundayım. Yani bir şeye canım sıkıldığı zaman bir sorunla karşılaştığım zaman. Çözüm odaklı düşünürüm hep. Çok büyük bir üzüntü yaşarsam stres yaşarsam bile ben onu o gün yaşarım o üzüntümü ama sabahleyin tekrar dimdik kalkmak zorundayım. O duygu var bende hep. O yüzden. Sorunlarımı çok uzatmadan hemen çözüm odaklı düşünüp o şeyi çözmeye çalışırım (Menekşe, 42, K. – Çaresizlik hissetme)."*

*"Yani çaresizlik bazen oluşuyordu o süreçlerde ama benim şeyim vardır. Yetişme tarzından mı kaynaklı ya yetiştiğimiz dönemden mi kaynaklı sorunlarla mücadele etme yöntemlerini biliyordum. Çaresizlik sevmem. Hiçbir zaman da pes etmiyorum. Yani ondan dolayı çaresizlik duygusu çok böyle nadir gelmiştir (Boru çiçeği, 48, E. – Çaresizlik hissetme)."*

#### **4.3.5. Çocukların diğer ebeveyn ve onun kök ailesiyle ilişkileri**

Yapılan görüşmelerde bireylerin çoğu çocuklarının diğer ebeveyn ile görüşmesi taraftarı olduğu, bu yönde çocukları yönlendirdikleri, onlara gerekli imkanları sundukları ve

kolaylaştırıcı bir ebeveyn olmaya gayret ettikleri görülmüştür. Bu durumun çocukların sağlıklı psiko-sosyal ve cinsel gelişimleri için oldukça önemli olduğu söylenebilir. Bu anlamda ebeveynlerin bu tutum ve davranışları özellikle çocuklar adına çok değerlidir. Konuyla ilgili Gül, Kardelen, Boru çiçeği, Aslanağzı, Zambak, Menekşe ve Orkide'nin aktarımları şu şekildedir:

*"...hiçbir zaman babalarıyla görüşmeleri konusunda engelleyen bir tutumum olmadı. Hatta fazlasıyla destekledim. ...Yakın zamanda zaten kızım bu bir haftalık tatil vardı okullarda, İstanbul'a gitti gördü dedesini. Zaten onları görsün istiyorum yani. Çünkü o başka bir zenginlik. Hani benim ailemin ilişkileri farklı onun ailesiyle bunun ilişkisi farklı yani oradan da o doyumunu elde etsin istiyorum çocuklarımın (Gül, 41, K. – Çocukların görüşmesini engellemek)."*

*"...evet halalarıyla amcalarıyla görüşüyor. Yani ben de amcasıyla görüşebiliyorum. Zaman zaman hani bir nefret ya da işte yüz yüze bakmıyoruz gibi bir durum yok. Hani şey olduğu zaman hani nasıl söyleyeyim? Ortak bir durum varsa konuşuyoruz, görüşüyoruz (Kardelen, 37, K. – Çocukların görüşmesini engellemek)."*

*"Çocuklardan dolayı da şey yapmak istemiyorum. Yani ilişki ağımı koparmak istemiyorum. Bu çocuklar üzerinde olumsuz etkileri de olabiliyor bazen. Ama şey yapmıyorum. Yani görüşmelerine sıkıntı yaratmıyorum (Boru çiçeği, 48, E - Çocukların görüşmesini engellemek)."*

*"... ben şöyle söyleyeyim, ben ayrılmış olsam bile benim sonuçta kardeş çocukları bunlar. Hiçbirine bir küslük besleyip de. Onları ayıramam, bu benim hakkım değil. Çocuklar görüşmek isterse görüşebilir. Biz görüşüyoruz. Ben büyük yengem ile görüşüyorum. O bizi arar biz onu ararız, bir sıkıntımız yok bizim ben onların her şeyisine aradıklarında giderim (Aslanağzı, 43, E – Eski eşle ve ailesi ile olumlu iletişimi sürdürmek)."*

*"İyi iyi, bir sıkıntıları yok hatta babadan çok nenede kalıyorlar öyle söyleyeyim (Zambak, 41, K. – Çocukların görüşmesini engellemek)."*

*"... yani çocuklarım görüşüyorlar ama ben görüşmüyorum (Menekşe, 42, K. – Eski eş ve ailesi ile görüşmemek)."*

*"Çok acil bir işi çıkmadığı sürece sabahları geliyor, bana bırakıyor. Yani sorumluluk alma konusunda çaba sarf ediyor. Bana soracak olursanız yeterli değil ama son zamanlar çok acımasız olduğumu düşünmeye başladım ve şey diyorum yani o da demek ki bu kadarını yapabiliyor noktasındayım açıkçası. İlişkileri de oğlumu hatırlıyorum eskiden daha şeydi, daha böyle sıcak, daha pozitif. Şimdi bazen böyle çok etik olmasa da yapıyorum. Babanla ne yaptığını falan diye sorduğumda. Çok böyle eskisi gibi anlatmıyor gibi geliyor ama çok emin değilim, açıkçası (Orkide, 40, K. – Babanın çocukla ilgilenmesi)."*

Kimi durumlarda tek ebeveyn kolaylaştırıcı olsa da diğer ebeveynin çocuklarla gerektiği ölçüde ilgilenmediği de görülmüştür. Bu noktada özellikle diğer ebeveynin

sorumsuzluğundan daha çok bahsedilmiştir. Konuyla ilgili Gül, Papatya, Akasya ve Orkide'nin aktarımları şu şekildedir:

*"Tabii 2 haftaya bir olacak şekilde düzenli görüşmeleri var. Ama tabi biz hiçbir zaman bu sürelerle sadık kalmadı. Baba hangi hafta uygunsa o hafta aldı işte ben uygun değilse almadı. Yaz tatillerinde normalde bir ay alma hakkı var. Ama biri gidiyor biri gitmiyor mesela bazen tatilde almadığı oluyor, daha az aldığı oluyor. Değişiyor yani (Gül, 41, K. - Babanın çocukla ilgilenmesi)."*

*"Görüşüyorlar. Ben hiç engel olmadım ama öyle bak seviyorlar ama çok sık sık görüşmüyorlar. Babalarıyla böyle sadece nasılsın, iyi misin, ne yapıyorsun bitti bu kadar (Papatya, 49, K. – Sınırlı iletişimin olması)."*

*"Çocuğumun babasıyla ilişkisi çocuğum biraz daha mesafeli babasına, babasının bir zaman sorunu var. Ona zamanını kaliteli kullanmıyor. O yüzden her halde ona o tarz bir öfkesi olduğu için çocuk da ona uzak davranıyor ama ben onları biraz zorla görüştüyorum öyle diyeyim (Akasya, 40, K. – Sınırlı iletişimin olması)."*

*"Görüşüyor. İlişkilerini son zamanlar tabi göremiyorum ama hani şunu gözlemliyorum. O konuda onunla bir sıkıntı var bence. Yani dışarıdan artık, bir seneden fazla görmüyorum. Gözlemlediğim kadarıyla bir gelgitli hali var. Mesela bazen 2-3 gün veya 4 gün hiç çocuğu aramıyor. Bazen çok düzenli bir şekilde arıyor ama son zamanlarda özellikle 2 aydır sanki bir toparlama var onda. O da bu arada analize giden biri. Yani belki parçalanmış da olabilir bilmiyorum duygusal olarak ama alıyor her hafta sonları her pazarı onunla geçiriyor, aksatmıyor (Orkide, 40, K. – Çocuğun babasıyla görüşmek istememesi)."*

Görüşme yapılan tek ebeveynlerin bir kısmı çocuk ile diğer ebeveynin ilişki kurmasına çok taraftar olmadığını ifade etmişlerdir. Buna gerekçe olarak da diğer tarafın ilgisiz olması, görüşmelerin sonunda çocukların psikolojik olarak olumsuz etkilenmeleri gösterilmiştir. Konuyla ilgili Bambu, Kardelen, Papatya, Aslanağzı ve Gül'ün aktarımları şu şekildedir:

*"Benim bildiğim kadarıyla babasıyla ilişkisi hiç yok. Tabi bazen kafamda soru işaretleri olmuyor değil. Acaba bana söylemeden konuşuyor mudur? Aslında konuşabilir. Ben buna tepki asla göstermem. Çünkü en baştan beri o konuda kendisini ben serbest bıraktım. Nasıl istersen dedim ama beni çok düşündüğü için. İşte anneme annemi üzen bir insanla ben iletişime geçmeyeyim diye düşünmüş olabilir mi? Bilemiyorum. Bunu bilemiyorum ama benim bildiğim kadarıyla ilişkisi yok diye biliyorum yani hiç arayıp sorma ilgilenme şeyi hiçbir zaman olmadı. Şu anda da yok ama ilk ayrıldığımız dönemlerde tabi ki birazcık bence çocuğu kullanmak istedi. Bana yaklaşmak için çocuğu kullanmak istedi. Bir üç beş denedi olmayınca tümünden vazgeçti (Bambu, 51, K.- Çocuğun babasıyla görüşmek istememesi)."*

*"Şöyle istemiyorum hani yani olumsuz da etkilesin istemiyorum çocuğumu. Hani evet, iyi anlaşıyorlar filan ama sonuçta işte. Yani ben de bazı şeylerden dolayı boşanmış oldum yani. Çünkü çok sorumluluk sahibi bir baba değil aslında. Hani"*

*artık ama yani oğlum da farkında bunun (Kardelen, 37, K. – Babanın sorumluluk almaması). ”*

*”Bazen oğlum konuşuyor, kızım hiç görüşmüyor. Yani kızım daha önce biz evliyken de kızım görüşmüyordu. Biz ayrıldığımız dönemde de kızım asla görüşmüyor, oğlan çok nadir görüşüyor (Papatya, 49, K. – Sınırlı iletişim olması). ”*

*”Anne ile iyi değil ilişkileri. Açıkçası şu anda. Hiçbir ilişkisi yok, teması bile yok görüşmesi de yok. ...Kızım diyorum, istediği zaman arayabilirsin. İstedğin zaman da bana söyleyebilirsin istemiyorum diyor. Yani çocuk şimdi benim çocuğum onları istemiyor. Ben de psikolojik olarak etkilenmesin istiyorum açıkçası.” (Aslanağzı, 43, E. – Çocuk ile iletişime geçmemek). ”*

*”Direkt anneye geliyor ya da babaya giden talepler geri çevriliyor. Artık çocuklar bir süre sonra öğrenilmiş çaresizlik yaşıyor ve babaya hiçbir talebi iletmiyorlar. Ne ihtiyaçları varsa gelip bana söylüyorlar. Ben de hani tamam yapıyım ama babanıza da söyleyin onun da haberi olsun diyorum. Belki atıyorum işte oğlum spora gitmek istiyor 600 TL aylık annecim tamam gönderelim ama işte 300 ben vereyim 300 baban versin, birlikte gönderelim falan dediğimde oğlum direkt şey diyor mesela yok anne ya babama söylemeye gerek bile yok çünkü yapmaz anneciğim hemen vazgeçme bir söyle bakalım belki yapacak. Ve çocuk söylüyor babası diyor ki, ben veremem annenize söyleyin anneniz versin. Bu noktalarda zorlanıyorum (Gül, 41, K. – Ebeveynin eksikliği yaşamak). ”*

Karşı tarafın yeni bir evlilik yapmış olması da kimi zaman çocuk ile diğer ebeveyn arasındaki ilişkiyi değiştirebilmektedir. Bu konuda Çınar’ın aktarımı şu şekildedir:

*”Babası başkasıyla evlenince biraz soğudu, ondan uzaklaştı. Ama ben de o ben daha çok bağlandım çünkü her şeyimi onunla paylaşıyordum. Hala her şeyimi onunla paylaşıyorum ama tek başına olmak daha yeni nişanladım onu bu sene en büyük zorluğu da orada yaşadım. Tek başına mücadele ettim. Her şeyiyle ben ilgilenmek zorunda kaldım ve hep ona şunu dedim. Hatta bana bir gün şöyle söyledi, anne biz kız istemeye gideceğiz. Babam yok. Kimden destek dedim. Ben varım. Her zaman ben vardım. Gene birlikte başardık her şeyi. Yani biz oğlumla her şeyi birlikte başardık. Öyle söylüyorum. Çok zor şartlarda da olsak altından kalktık. Sürekli bana şimdi söyler dünyanın en iyi annesi diye (Çınar, 55, K. – Çocukların babasından uzaklaşması). ”*

#### **4.3.6. Tek ebeveynlik ile başlayan yalnızlık ve yalnızlaşmaya karşı sosyal destek unsurlarının önemi**

Yapılan görüşmelerde bireylerin tek ebeveynlik süreci ile bazı hobilerinden ve sosyal faaliyetlerden uzak durmaya başladıkları görülmüştür. Bu uzak duruşun altında bazen zamansızlık bazen maddi yetersizlikler bulunmaktadır. Bu konuyla ilgili Zambak, Bambu, Kardelen ve Papatya’nın aktarımları şu şekildedir:

*"...hani benim bütün motivasyonum bütün hani zaten çocuklarla da sürekli ben ilgilendiğim için şunu söyleyebilirim 10 yıl hiçbir şey yapmadım. Neredeyse kendim için hiçbir şey yapmadım yani. Bir hobim var mı, bir fobim var mı, onu bile bilmiyordum çünkü hani derler ya hem okula gidiyorsun hem market manav pazar her şey sen de çocukların okulu sende her şey sende yani (Zambak, 41, K. – Gezmek dolaşmak)."*

*"...belki de kafamı dağıtmak için, arkadaşlarımla bir araya gelmek, arkadaşlarımla sohbet etmek, onlarla bir yerlere gitmek, onlarla vakit geçirmek. Bunları seviyorum. Tabi ki daha fazla hobi olsun isterdim ama maddi açıdan imkansız. ....arkadaşlarımla bir araya gelmek, arkadaşlarımla sohbet etmek, onlarla bir yerlere gitmek, onlarla vakit geçirmek. Bunları seviyorum. Tabi ki daha fazla hobi olsun isterdim ama maddi açıdan zorluyor. Mesela bir spora gitmek isterdim ama bunu yapamıyorum. Daha sık konserlere vesaire gitmek isterdim ama bunların hepsini yapamıyorum ama benim için sorun da değil yaptıklarım yetiyor (Bambu, 51, K. – Sosyalleşmek)."*

*"...zamanım pek olmuyor olan zamanı da aslında arkadaşlarımla vakit geçirerek yapmaya çalışıyorum. Geçirmeye çalışıyorum (Kardelen, 37, K. - Sosyalleşmek)."*

*"Benim o hobi falan yapamıyorum çünkü ben 2 tane çocuk okutuyorum. İşe git eve gel yemek yap işte o yüzden olsa da olmuyor (Papatya, 49, K. - Zamansızlık)."*

Görüşme yapılan bireylerin çoğu sosyal destek unsurları olarak en başta arkadaşlarını gördüklerini ifade etmişlerdir. Ekosistemlerinin mikro alanında bulunan arkadaşları ile yaptıkları faaliyetlerin kendilerine iyi geldiğini, en zor anlarında arkadaşlarının yanında olduğunu belirtmişlerdir.

Bireylerin çevresinde olan arkadaşlarının zorlu zamanlarda bireylerin yanında olması onlar adına ciddi bir güç kaynağı olarak görülmektedir. Bazen benzer sorunları yaşayan bireylerin bu tür durumlarda daha fazla destek vermeye hazır olmaları da ortak sorun ve ihtiyaçlardan kaynaklanmaktadır.

Burada arkadaş desteği kök aile ile bireylerin en büyük psikososyal destek unsuru olmaktadır. Kısıtlı maddi imkanlar nedeniyle profesyonel psikolojik destek hizmetlerinden faydalanamayan bireyler arkadaş desteği ile psikolojik açıdan rahatlamakta ve yalnızlık duygusunun önüne geçebilmektedirler. Hem erkek hem kadın tek ebeveynlerin en büyük sosyal destek unsurlarının başında arkadaşları gelmektedir. Konuya dair Lale, Bambu, Orkide, Gül, Antoryum, Boru çiçeği, Kardelen ve Menekşe'nin aktarımları şu şekildedir:

*"Arkadaşlarım var. O konuda şanslıyım. Oldukça sevdiğim hani problem çıktığında destek olabilecek arkadaşlarım var (Lale, 46, K. – Arkadaş desteği)."*

“Şöyle yaşamında genelde benim hep eskiden gelen dostluklarım var. Yeni dostluklara çok fazla açık değilim. Eski dostluklarım olunca da tabi ki köklü dostluklar oluyor. Ve sırtımı gerçekten yaslayabileceğim, her konuda güvenebileceğim az sayıda ama çok iyi arkadaşlarım, dostlarım var deyim. Ben onların destekleri her zaman bana sonsuzdur. Bunu bilmem bile bana yeter ama denemişliğim de vardır. Mesela çok hasta olduğum zamanlar olmuştur. Telefon açmışımdır. Bir telefonuma koşup beni alıp hastaneye götürüp her şeyimle ilgilenen, yemek yapan, getiren Dostlarım vardır. Hatta ailemden öte, bence onlar daha fazla diyeyim... arkadaşlarımın varlığı güç veriyor (Bambu, 51, K. - Arkadaş desteği).”

“Arkadaşlarım çok fazla da var. Ve işte ne bileyim dışarı çıkmak, gezmek işte arkadaşlarım var. Özellikle bu boşanma şansında gerçekten çok şanslı hissediyorum kendimi. Çok fazla moral verdiler. Kendimi çok değersiz hissettiğim zaman bana değerimi hatırlatacak şeyleri çok fazla söylediler. Özellikle birkaç arkadaşım, birkaç kadın arkadaşım. Bu anlamda bana çok destek oldular. Şimdi de artık biraz böyle kendime geldim. Tiyatro, sinema vesaire gittiğim, oturup kahve içtiğim birçok arkadaşım var. Bilmem, daha sonra çevresel olarak ya zaten ben çok şey birisi de değilimdir. Çok böyle insan hayatıma da sokmam ama var olanlar da gerçekten bana yetiyor ve destek veriyorlar bana her anlamda. Beni koşulsuz dinleyen arkadaşlarım var öyle söyleyeyim (Orkide, 40, K. - Arkadaş desteği).”

“...liseden beri süregelen dostluklarım var. Yakın dostlarım var. Bugüne kadar iş yerindeki ilişkilerim de hep iyi olmuştur. Arkadaşlarımla hep karşıma güzel insanlar çıktı. Onlar da hep o süreçte destek oldu. Yani ben sosyal destek anlamında hiç yalnız kalmadım. Hep iyi komşularım oldu iyi arkadaşlarım oldu gerçekten. Kendimi hayatta en çok o noktada şanslı hissediyorum yani. Genel olarak sağlığını yaptığım iş itibariyle de birbirimizle, arkadaşlarımızla sohbet ederek işte terapi gibi kendi aramızda dertleşerek sağlamaya çalışıyoruz, psikolojik sağlığımızı... Orada deşarj oluyoruz. En azından öbürü de kendi yaşantısından bir şey anlatıyor. İnsana şey duygusu değil yani iyi tek değilmiş, en azından bir tek ben yaşamıyormuşum (Gül, 41, K. - Arkadaş desteği).”

“Arkadaşlarım var, arkadaşlarımdan daha çok destek alıyorum. Hakikaten çok onlarla vakit geçiriyorum (Antoryum, 47, K. - Arkadaş desteği).”

“Ya aslında işte branşdaşlarım var yani. Ya birlikte çalıştığım bir psikolog var o da rehber öğretmen olarak çalışıyor benlen. Onla işte bir şeyimiz var bazen yani epey bir destek psikolojik destek olabiliyor. Yani sağaltımımı öyle yapabiliyorum. Kafamdakileri öyle dökabiliyorum (Boru çiçeği, 48, E. - Arkadaş desteği).”

“Önemli ölçüde katkı sağlıyorlar. Mesela enerjimi yükseltiyorlar. Motivasyonumu artırıyorlar. Bir sürü şey paylaşım, bir sürü paylaşım yapabiliyorum. Evet biri de şu an yanımda. Arkadaşlarım var gerçekten hani öylesine değil gerçek anlamda öyle (Kardelen, 37, K. - Arkadaş desteği).”

“Arkadaşlarım var. Geziyorum, zaman geçiriyorum, tiyatrom var. Hafta sonları 6 ay falandır onunla bir uğraşıyorum. Tiyatrodan arkadaşlarım var. Dışarıda zaman geçirmeyi de seviyorum. Ev, evde de geçirmeyi seviyorum ama hafta sonları dışarı çıkıp arkadaşlarımla zaman geçiriyorum (Menekşe, 42, K. - Arkadaş desteği).”

Tek ebeveynlerin sosyal destek sistemleri içerisinde bazen komşularının ve çocuğun bakımında ebeveyne yardımcı olan ücretli çalışanların da olabildiği görülmektedir. Konuya dair Bambu'nun ifadeleri şu şekildedir:

*"Bebeklik döneminde 2 tane bakıcım oldu mesela Daha doğrusu kızıma bakan ablamız oldu iki tane. O yönden de çok çok şanslıydım. Ben onlardan destek aldım... komşularımdan destek aldım o süreçte (Bambu, 51, K. – Bakıcı desteği)."*

#### **4.3.7. Stresle baş etme stratejileri ve bunların yaşama etkileri**

Yapılan görüşmelerde bireylerin arkadaş çevresinin mikro alanlarındaki en büyük sosyal destek mekanizması olduğu görülmüştür. Bunun dışında stresle nasıl baş ettiklerine bakıldığında ev işi, yemek, temizlik yapma, kitap okuma, film/TV izleme, spor faaliyetlerde bulunma, gezmek ve dolaşmak gibi faaliyetlerin ön plana çıktığı görülmektedir. Bu faaliyetlere ilişkin Çınar, Orkide, Kardelen, Menekşe, Lale, Papatya, Boru çiçeği, Bambu, Aslanağzı, Gül ve Zambak'ın aktarımları şu şekilde olmuştur:

*"Çok şeyle uğraşırım ben yani sanatla uğraşırım el sanatlarıyla uğraşırım. Dans etmeyi çok severim, eğitimini de aldım... son zamanlarda meditasyon ve yogaya yöneldim, iç sesimi dinlemeye çalışıyorum ve bazı şeylerim var sabah telkinlerim var kendime (Çınar, 55, K. – Kültür sanat faaliyetleri ile ilgilenmek)."*

*"Kendime zaman ayırmaya çalışıyorum işte bu yürüyüşleri biraz yapmaya başladım. O benim gerçekten bana terapi gibi oluyor. Bir saat yürüyorum... yürürken müzik dinlemek inanılmaz terapötik bir etki yaratıyor bana... Ya akademik kariyerimi kendi mesleğimde yapıyorum. Hani böyle bir hobi gibi başka bir uğraşım olarak söylersem yalan değil açıkçası ama ilgilendiğim konular var mesleğimle ilgili. Onlar doyum sağlamamı sağlıyor gerçekten (Orkide, 40, K. – Spor yapmak)."*

*"Eğlenerek aynen arkadaşlarımla partileyerek eğlenerek alkol alarak böyle. Sigara kullanıyorum. Sigara bağımlısıyım diyebilirim. Alkol de düzenli olarak tüketiyorum bağımlılık düzeyinde değil ama bana iyi geliyor. (Kardelen, 37, K. – Tütün ürünleri ve alkol kullanımı)."*

*"... tiyatroyla ilgileniyorum, geçmiş yıllarda da yaptım. Bir oyun çıkardık, 9 defa oynadık. O bana inanılmaz keyif veriyor. Sonra yıllar sonra tekrar niye yapmayayım dedim. Tekrar başladım. Şimdi bir ekip gelip çalışıyoruz... geçen gün canım çok sıkıldı oğlumla mesela aşağı indim. Yürüyüş yaptım. Nefes almak istedim çünkü dışarı attım kendimi aşağıda sitede böyle bir yarım saat falan yürüdüm, sadece yürüdüm (Menekşe, 42, K - Kültür sanat faaliyetleri ile ilgilenmek)."*

*"Yani bisiklete biniyorum, uzun yürüyorum, bu şekilde... Konser öbür türlü de yine. Kışın çok kar yağdığında biri işte Anadolu yakasındayım, Avrupa yakasındaki bir yerde varsa oradaki bir tiyatroya gider keyifle izler, oradan dönerim. Yani o anlamda hareket halindeyimdir (Lale, 46, K. - Kültür sanat faaliyetleri ile ilgilenmek)."*

*"...Sigara içiyorum ilk başta sigarayla uyanıyorum ben. Sigarayla uyanıyorum ama düşünüyorum benim beynim başka yerde vücudum başka yerde oluyor... Sonra diyorum ki benim müzik dinlemem lazım diyorum. Ben kulaklığı takıyorum, müzik dinliyorum sonra kendime geliyorum (Papatya, 49, K. – Müzik dinlemek)."*

"Aslında tarımla uğraşıyorum, aynı zamanda bahçe işlerini çok severim. Yemek yapmayı çok severim. Severek yaptığım şey, gençlik yıllarımdan kalma bir şey bilmediğim mutfak yoktur. Öyle söyleyeyim, sevdiğim insanlara da güzel yemek yapmayı seviyorum yani (Boru çiçeği, 48, E. – Tarım ve hayvancılık faaliyetleri yapmak)."

"Bir şey beni üzüyorsa eğer o şeyden dolayı kaygılıysam beynimin bir tarafında onu örtüyorum, kapatıyorum ve başka şeylerle uğraşıyorum. Hafta içi okuldaki çocuklarla, dersle mesela derse kendimi çok çok veriyorum. Çok elimden geldiğince çok fazla çocuklara bir şeyler vermeye çalışarak unutmaya çalışıyorum. Eve gelince ya temizlikle işle güçle uğraşıyorum. Ya bir film izliyorum kendimi yorana kadar yorulup hem bedenime hem beynimi yorup yatağa girip. Bayılacak gibi (Bambu, 51, K. – Odağı değiştirmek)."

"Benim hobim tavuk ya tavuklar. İnsanlardan daha iyi geliyor...? Strese girdiğim zaman hâliyle o anki duruma bağlı. Ben genelde stresimi çalışarak atmaya çalışıyorum. Yani bir şeyler yapmak istiyorum, yani kendi stres strese girdiğimde oturup da onu şey yapmak istemiyorum. Yani elimde yapılmayacak. Gece bile olsa o işi yaparım yani. (Aslanagzı, 43, E - Tarım ve hayvancılık faaliyetleri yapmak)."

"Sosyal bir hayatım var. Ayda bir kere bile olsa arkadaşlarımla çıkarım, bir şeyler içerim, onlarla vakit geçiririm. Bunun benim hakkım olduğunu düşünüyorum çünkü 28-29 gün bakıyorsam 1 günü kendime ayırabilirim diye düşünüyorum. Öyle yani dinlenmeye özen göstermeye çalışırım, çok fazla böyle evle eşyayla malla mülkle geçmiyor ama hayattan keyif almaya çalışıyorum (Gül, 41, K. - Olumlu baş etme mekanizmaları)."

"Kesinlikle mesela müzik çok iyi geliyor bana. Ruhumu dinlendiriyor, çok severim mesela dinlemeyi. O bile motive ediyor. Bir müzik açıyorum tamam, oyun bitti, öyle yani (Zambak, 41, K. - Sosyaleşmek)."

Bazı tek ebeveynlerin stresten uzaklaşma yöntemi olarak çocukları ile vakit geçirdikleri ve bundan keyif aldıkları görülmüştür. Bu duruma dair Kardelen, Erguvan ve Antoryum'un aktarımları şu şekildedir:

"Çocuğumla ilişkim, yani güzel benim bir problemimiz yok aslında şey olarak anne oğul olarak bir problemimiz yok. Birbirimizi seviyoruz. Oyunlar oynuyoruz, keyif alıyoruz (Kardelen, 37, K. – Oyunlar oynamak)."

"Onlar olmasaydı ben toparlanamazdım... onların varlığı beni güçlü kılıyor şu anda (Erguvan, 45, K. - Çocukların varlığı)."

"Oğlum müthiş bir destek benim için. Çünkü bayağı sohbet edebiliyoruz onunla hani dertleşmek gibi değil ama dertlerimi anlatmıyorum ona. Yani hayatla ilgili işte genel geçer şeylerle ilgili güzel sohbet edip destek oluyoruz, eğleniyoruz birbirimizi öyle diyeyim (Antoryum, 47, K. - Çocukların varlığı)"

Bazı tek ebeveynler bir ruhsal aydınlanma olarak tarif ettikleri kendileri ile ilgili farkındalık kazandıkları sürecin baş etme becerilerinin gelişmesinde büyük destek sunduğunu ifade etmişlerdir. Bu farkındalık süreci ile farklı ilgi alanlarına ve kendi isteklerini gerçekleştirmeye yönelen bireylerin eskiye oranla daha mutlu oldukları

görülmüştür. Konuya dair Gül, Çınar, Orkide, Menekşe, Zambak ve Bambu'nun aktarımları şu şekildedir:

*"...çocuklarıma da bakıyorum, işime de gidiyorum geliyorum hayatımda da biri var seviyorum, değer görüyorum. Yani orayı da o kanalı da yürütmeye çalışıyorum. Elimden geldiğince hayatı yaşamaya çalışıyorum. Yani bir şeyden vazgeçtim diye her şeyden vazgeçmiyorum. Evliliğim bitmiş olabilir, tamam, çocuklarım tek ebeveynli büyüyor olabilir. Ama bu sadece benim anne olduğumu göstermez, aynı zamanda bir kadının aynı zamanda bir insanın devam eden de bir hayatım var..., onun dışında hani makyajımı yaparım, saçıma bakarım ojemi sürerim, kişisel bakımına hani aram iyi çıktı değil böyle kendimi salmış biri değilim. Kendimden vazgeçmiş bir halim yok. Ben hem çocuklarımı hem kendimi mutlu edebilirim. Belki çok bencilce bir duygu ama insana yine de iyi hissettiriyor. Bir tek ben bununla uğraşmıyorum işte herkes benzer şeylerle uğraşüyor, yalnız değilim duygusu iyi geliyor. Grup terapilerinin amacı da bu zaten (Gül, 41, K. – Hayatı yaşamaya çalışmak, Kişisel bakımına özen göstermek & Arkadaş desteği)."*

*"Artık kendime vakit ayırıyorum. Evet artık kesinlikle. Çünkü hayat çok kısa, çok hızlı süreçte ilerliyoruz artık. Ayırıyorum ayırmaya çalışıyorum. Sinirlendiğimde veya üzüldüğümde hemen toparlıyorum kendimi. Bilmiyorum, kendimi bir gün bir saat, yani hemen bakıyorsunuz bir saatim bir saate uymaz. Yani çok sinirliken bile kendimi çok sakinleştirebiliyorum... Alışveriş, sonra hediye insanlara hediye vermek, mutlu etmek, hoşuma gider. Bir yerden bir şekilde sıyrılıveriyorum kendime bakmak hoşuma gidiyor (Çınar, 55, K. – Kendini sevmek, Hızlı toparlanmak & İnsanlara sürpriz yapmak)."*

*"Son zamanlarda fiziksel bakımına çok dikkat ediyorum. Bu beni motive ediyor, fiziksel bakım ile ilgili işte ne bileyim cilt bakımı yapmak, saçımı yapmak gibi ve evde yaptığım şeyler bunlar. Özellikle dışarı gidip de vakit ayırdığım şeyler değil. Hani bunu yapıyorum ve iyi geliyor, ne bileyim saçıma zeytinyağı sürüp beklemek gibi. Biraz daha ayırabiliyorum bence vakit ama yeni yeni (Orkide, 40, K. – Kişisel bakımına özen göstermek).*

*"Geçmişte çok ilkel bir hayat yaşadım açıkçası. 40 yaşında boşandım. Hani kırkımdan sonra doğdum gibi geliyor bana artık. Hayatı kırkımdan sonra yaşamayı öğrendim. Çok şeyden ödün verdim ama artık başka... (Menekşe, 42, K. – Hayatından ödün vermek)."*

*"Sağlık durumumum iyi çünkü psikolojik olarak öncesinde bazı sıkıntılar yaşadığım için spora başladım ve düzenli olarak 10 yıldır spor yapıyorum. Yürüyüşler işte spor salonunda bazen işte takılıyorum (Zambak, 41, K. – Psikolojik sağlık sorunları & Spor yapmak)."*

*"Hafta sonlarını kesinlikle kendime ayırıyorum. Daha önceden daha çok anneme ayırıyordum ama şimdi onu bıraktım. Hafta sonlarını kendime ayırıyorum mutlaka (Bambu, 51, K. – Bireysel destek unsurları)."*

Bazı bireylerin stresten uzaklaşma adına stratejiler geliştiremedikleri, geleceğe ve hayata karşı daha umutsuz oldukları görülmüştür. Bu noktada bireylerin özellikle geçmiş yaşantılarının ve evlilik süresince yaşadıkları sorunların sonrasında bireylerin yaşamlarında çok ciddi sorunlara neden olduğu görülmektedir.

*"Hayal etmeyi bıraktığım ve o kadar çok olmayacağına inandığım için o hayal ettiklerimi de unuttum diyebilirim. O yüzden vazgeçtim. Onu da geçtim, yani vazgeçmek çok önemli bir şey değil. Hayal ettiklerimi unutmak çok daha önemli bir şey (Papatya, 49, K. – Üzüntü duymak)."*

*"Evet. Sorundan kaçarak kesinlikle hep üstünü kapatıp sorunlardan kaçıyorum (Bambu, 51, K. – Odağı değiştirmek)."*

*"Kendime çok vakit ayıramıyorum maalesef. Yani şöyle hani ayırabildiğim zamanlar kısıtlı zaten. Hani akşam vakitleri onun dışında benim işim çok yoğun çünkü (Kardelen, 37, K. - Kendine vakit ayıramamak)."*

*"En iyi bir şey vardı. Evliliğin içinde birazcık benim kendi kişiliğim zedelenmişti. Karar vermede böyle hep çekingen kalır bir hal öyle değilim ama o süreçte öyle olmuşum işte karar verme süreçlerim böyle kötüydü. Cesur adımlarım hiç yoktu. Bir yerlerde hep böyle hani lanet gelsin susayım bitsin şeyim vardı. Oraların hepsi mesela kendi kişiliğim adına, kendi kişiliğime sahip çıkabildim artık şimdi yani mesela fark etmiyor. Herkesin önünde istediğim şekilde bende kendimi ifade ediyorum. Ne bileyim böyle birilerini kaybetme korkusu çok fazlaydı. O hepten gitti mesela şu anda kim kayboluyorsa kaybolsun moduna geldim. Maddi atılımlarda da yani şu anda da para yok olsa mesela daha atılımcı olacağım. Hani cesaret oraya da geldi. Ne bileyim ya daha gerçekçi oldum o zaman daha hayalperest yani uyduruk bir şeye inanıyordum, onunla ilerliyordum. Hayata daha gerçekçiyim şimdi. Biraz daha acımasız oluyor insan ya kendime de acımasızım (Akasya, 40, K. – Daha cesur olmak)."*

*Herkes iyi kötü bir şekilde bu süreçte yardımcı olmaya, yanımda olmaya çalıştılar. Sağ olsunlar ama ben zaten şunu biliyorum, bir insanın gerçekten ilacı yine kendisi. Sabaha kadar annem bana anlatsın, arkadaşım bana anlatsın ama ben kendi kendimi, kendi yaralarımı saracak boyutta değilsem emin olun karşıdaki insanlar, şu anlamda mesela otursun bir sohbet, bir muhabbet, bir kahve, belki kafan dağılır ama eve döndüğün zaman yine o sorunlarına o sıkıntılarla baş başa olacak olan sensin (Zambak, 41, K. – Kendisini destek olarak görmek)."*

## **5. TARTIŞMA, SONUÇ VE ÖNERİLER**

### **5.1. Tartışma**

#### **• Tek ebeveynin geçmiş yaşamı ve çocukluğu**

Yapılan çalışma sonunda tek ebeveynlerin geçmiş yaşamı ve çocukluk süresince yaşadıkları olumlu, olumsuz tüm süreçlerin bir biçimiyle sonraki yaşamlarına yansıdığı söylenebilir. Çocukluk sürecinde yaşanan travmatik olayların çoğu zamanında etkili bir psikolojik destek alınmadığı için sonrasında bireyin tüm yaşam kurgusunu bozabilmektedir. Bu sürecin içinde yanlış evlilik kararlarının alınması, yanlış alınan kararda ısrar edilmesi ve yaşanan kaotik sürecin daha da derinleşmesi gibi bir dizi sorun oluşabilmektedir. Kök aile ilişkileri daha iyi olan bireylerin bu anlamda sorunlardan uzak kaldıkları ve var olan sorunlara daha etkin ve hızlı çözümler üretebildikleri

görülmektedir. Bu bağlamda bireyin ekosisteminin mikro alanında yer alan kök aile üyeleri ile kurulan tüm duygusal bağın birey için son derece önemli olduğu bu süreçte yaşanan olumlu ve olumsuz tüm olayların bireyin geleceğini bir şekilde etkilediği görülmektedir. Özellikle anne ve baba ile kurulan sağlıklı ilişkilerin bireyleri sosyal ve duygusal anlamda daha güçlü kıldığı söylenebilir.

Bu doğrultuda özellikle kadınların kendi aileleri tarafından uygulanan çeşitli baskı ve engeller evlilik kararı verme sürecini kadın tarafından istemsizce hızlandırmakta ve evlilik adeta aileden kaçmak için bir fırsat olarak görülmektedir. Ailelerin kısıtlama, engel ya da davranışları kontrol altına alma arzusu kadınların objektif karar verme becerilerini olumsuz etkilemekte ve devamında yanlış kararlar vermelerine neden olabilmektedir. Sonrasında da kadınların kendi aileleri tarafından uygulanan çeşitli baskı ve engeller evlilik kararı verme sürecini etkilediği kadar bu sürecin devamını sağlama konusunda da büyük bir role sahiptir (Çoban, 2021).

- ***Tek ebeveynlik öncesi süreç***

Çalışma sonunda boşanmaya giden süreçte bireylerin duygusal anlamda ciddi şekilde yıprandıkları görülmektedir. Boşanma sonrası yaşanan boşlukta hissetme ve pişmanlık duyguları bireylerin yaşamını önemli düzeyde etkilemektedir. Yapılan bazı çalışmalar da araştırma sonuçlarına paralel şekilde boşanma sürecinin sonrasında üzüntülü hissetme, karamsarlık duyma, kendini değersiz/suçlu hissetme gibi duyguların oluşmasını tetiklediği bulunmuştur (Acar, 2013; Strateji Düşünce ve Analiz Merkezi, 2018).

Yine tek ebeveynliğin yaşanma sürecinde kadınların erkeklere oranla neredeyse 3 kat daha fazla yer aldıkları görülmüştür. Bu durum TÜİK'in 2021 yılına evlenme ve boşanma istatistiklerinde de görülmektedir. Yine Öztürk (2012) tarafından yapılan çalışmada tek ebeveynin kadın olduğu ailelerin (%76.5), ebeveynin erkek olduğu ailelerden (%23.5) fazla olduğu bulunmuştur. Ayrıca geleneksel toplumsal cinsiyet rollerine göre, çocuğun bakım ve yetiştirilmesinden annenin sorumlu görülmesi kadının tek ebeveyn olduğu ailelerin erkeğin tek ebeveyn olduğu ailelere oranla daha yaygın olmasına neden olmaktadır. Aile ve Sosyal Hizmetler Bakanlığı Araştırma Daire Başkanlığı tarafından 2018 yılında yapılan Türkiye Aile Yapısı İleri İstatistik Analizi isimli çalışmada tek kişilik hanelerin %64'ünün, tek ebeveynli hanelerin ise %90'ının kadınlardan oluştuğu görülmektedir. Tek ebeveynli bireylerin yaş ortalaması yıllar içinde giderek düşmekte ve

tek ebeveynler daha genç ebeveynlerden oluşmaktadır. Tek ebeveynliğin en büyük oluşma sebebi ise boşanmadır. Aynı araştırmanın verilerine göre tek kişilik hanelerde yaşayan erkeklerin %39'u hiç evlenmemiş iken tek kişilik hanelerde yaşayan kadınların %71'inin ya eşinin vefat ettiği ya da boşanmış olduğu bulunmuştur. Tek kişilik hanelerde yaşayan erkeklerin %30'unun, kadınların ise %13'ünün boşanmış olduğu görülmektedir. Yine Arslansoyu (2021) tarafından yapılan benzer bir çalışmada tek ebeveynlerin %92'sinin kadın olduğu bulunmuştur. Bu bağlamda bu araştırmanın bulguları literatürdeki bulgularla benzerdir.

Tek ebeveynli olmak zor koşulları da beraberinde getirirken tek ebeveynli kadın olmak toplumsal anlamda da bekar kadın anne olmayı ciddi anlamda zorlaştırmaktadır. Hem toplumsal kabul süreçlerinde hem de toplumun içinde bir kadın olarak var olma süreçlerinde çok ciddi sorunlara neden olabilmektedir. Diğer yandan ülkedeki medeni kanunun çocukların velayetini ağırlıklı olarak kadına verme yönünde bir iç kabule sahip olması kadının ebeveyn sorumluluğunu daha da zorlaştırmakta kadının yükünü ciddi şekilde artırmaktadır. Bu durum en temelde ebeveynlik stresinin de artmasına neden olmaktadır.

Boşanma kararı almanın, boşanmış bir kadın olarak yaşamanın son derece zorlu olduğu bu süreç ve sonrasında, özellikle ailesel destek alamayan ve ekonomik güvencesi olmayan kadınlar, boşanma kararı alırken büyük zorluklarla karşılaşmaktadırlar (Karaca Aydın, 2019).

Bireylerin tek ebeveyn olmaya giden süreçlerde ciddi psiko-sosyal ve ekonomik sorunlar yaşadıkları görülmektedir. Demirel ve Buz (2021)'a göre tek ebeveyn bireyler açısından, ekonomik alanda sorunlar ve güçlüklerin öne çıktığı ve ekonomik kaynaklı yoksunluk yaşandığı gözlemlenmektedir.

Aile ve Sosyal Hizmetler Bakanlığı Araştırma Daire Başkanlığı tarafından 2018 yılında yapılan Türkiye Aile Yapısı İleri İstatistik Analizi isimli çalışmada 2006-2016 döneminde boşanmış ebeveyn oranı %20'den %37'ye yükselmiştir. Bu dikkate değer bir artıştır. Bu süreçte tek ebeveynli ailelerdeki gelir artışının 2.1 kat olarak gerçekleşirken, erkeklerin tek ebeveyn olduğu ailelerdeki gelir artışı 2.7 katına çıkmış, kadınların tek ebeveyn olduğu ailelerde ise gelir yalnızca 2 katına yükselmiştir. Kadınlardan oluşan tek kişilik ailelerde %12'ye düşen aylık ortalama tasarruf eğilimi, kadının tek ebeveyn olduğu ailelerde %11'e gerilemektedir. Bu durum, özellikle kadının tek ebeveyn olduğu ailelerin

elde ettikleri gelirin büyük bir bölümünü tüketim harcamalarına ayırmak zorunda kaldığını ve bu nedenle ekonomik olarak daha kırılgan bir yapıya sahip olduklarını göstermektedir. Tek kişilik ailelerde borç/kredi almış olan ailelerin oranı %16 seviyesinde kalırken, tek ebeveynli ailelerde bu oran %25'e, kadınların tek ebeveyn olduğu ailelerde ise %29'a yükselmektedir. Bu veriler, tek ebeveynli ailelerin hane halkı refahı açısından, yani sosyoekonomik seviye, ortalama gelir, tüketim ve tasarruf eğilimi bakımından daha dezavantajlı bir konumda olduğunu göstermektedir. Yapılan çalışmada da kadınların bireysel harcamalara ayırdıkları kaynağın çok kısıtlı olduğu kaynağın büyük çoğunluğunun temel ihtiyaçlar ve çocuklar için harcandığı görülmüştür.

Ayrıca kadınların toplumsal cinsiyete dayanan iş bölümü ve hane içindeki eşitsiz toplumsal cinsiyet rolleri sebebiyle daha fazla sorumluluk almak durumunda kalmaktadırlar. Karaaslan ve Opçin'in (2020) yaptığı çalışmada görüşülen kadın tek ebeveynler açısından ekonomik sorunların, tek ebeveyn durumunun ilk olduğu zamanlarda daha şiddetli yaşandığı bulunmuştur. Bu çalışmada da tek ebeveynliğe geçiş sürecinin oldukça zorlayıcı yaşam olaylarını içinde barındırdığı bu durumu kadın tek ebeveynlerin daha ağır bir biçimde yaşadıkları görülmektedir.

Diğer yandan eşinden ayrı yaşama, eşinin vefatı ya da boşanma ardından; kadının tek başına yaşamaya karar vermesi sonrasında, ekonomik gelirlerinde bölünme ve düşüş meydana gelmesi, çocukların anneleriyle birlikte kalması, kadının ailesinin sağladığı maddi desteğin yetersiz olması ve yoksulluk nafakasını alamama gibi faktörler, tek ebeveyn konumunda olan annenin yaşam standardını olumsuz yönde etkilemekte ve anneyi büyük ekonomik zorluklarla baş başa bırakmaktadır (Karaca Aydın, 2019). Bu duruma ebeveynlik stresi odağından bakıldığında kadın tek ebeveynlerin ebeveynlik stresi yaşama olasılıklarının daha yüksek olduğu söylenebilir.

Bu bağlamda yapılan diğer çalışmalara bakıldığında kadının tek ebeveyn olduğu ailelerin, erkeğin tek ebeveyn olduğu ailelere göre istek ve ihtiyaçlarını karşılama düzeylerinin düşük olmasının arkasında, geleneksel toplumsal cinsiyet rollerine ilişkin beklentiler ve eski eşlerin maddi destek sağlamamasından kaynaklanan ekonomik zorluklar olduğu görülmektedir (Öztürk, 2012, Aydın Boylu, & Öztop, 2013). Bu çalışmada da eski eşinden gerekli maddi desteği alamayan kadınların özellikle ekonomik anlamda çok ciddi zorluk yaşadıkları bu noktada aile desteği ile yaşamlarını sürdürdükleri görülmüştür.

Tüm bu ekonomik göstergeler tek ebeveynliğin oluşma süreci ve sonrasında bireyin maddi anlamda ciddi şekilde zorlandığını göz önüne sermekte ancak bu süreçte kadın olmanın sürecin tamamını daha ağır bir şekilde yaşamaya neden olduğunu da göstermektedir.

Maddi anlamda yaşanan sorunlar tek ebeveynlerin tüm yaşamına olumsuz bir şekilde yansımaktadır. Bu bağlamda çalışmanın sonuçları literatürdeki diğer çalışmalarla da benzerdir (Öztürk, 2012; ASHB, 2018; Bingöl, 2022; Çoban, 2021; Karaca Aydın, 2019; Aydın Boylu&Öztop, 2013; Afyonoğlu vd, 2021; Karaaslan & Opçin, 2020, Demirel & Buz, 2021).

Araştırmaya göre boşanmaya giden süreçte gerekli desteği alamayan bireyler ciddi psiko-sosyal sorunlar yaşamaktadır. Sürece bakıldığında boşanma sonucunda ortaya çıkan tek ebeveynli ailelerdeki boşanmış annelerin, boşanma süreci ve sonrasında gösterdikleri psikolojik tepkilerin dereceleri farklılık arz etmektedir. Bu tepkiler içinde en yüksek oranı üzülmek (%69), sonra yorgunluk hissi ve enerji kaybı (%52.2) gelmektedir (Acar, 2013).

- ***Tek ebeveynlik süreci***

Tek ebeveynli bireylerin yaşamları tek ebeveynlik süreci ile ciddi şekilde değişmektedir. Bu süreçte cinsiyet faktörü net bir değişken olarak tüm süreci kadının aleyhine değiştirebilmektedir. Çoban'ın (2021) da ifade ettiği üzere tek ebeveyn anneler, kültürel normlar sebebiyle toplumda "dul" etiketi ile anılmakta ve "bekâretini yitirmiş olması" nedeniyle farklı bir sosyal konuma yerleştirilmektedirler. Bu durum sadece toplumsal algıda olumsuz bir etki yaratmakla kalmayıp aynı zamanda tek ebeveyn annelerin geçmişte kurdukları sosyal çevreler, arkadaşlıklar ve akraba ilişkileri üzerinde de etkisini göstermektedir. Bu süreçte, kadınlar "sahipsiz", "erkeksiz" ya da "eşsiz" olarak algılandıkları için kimlikleri zarar görmektedir. Bu olumsuz imajı sergilemek istemeyen tek ebeveyn anneler, zaman zaman boşanma gerçeğini açıklamamakta, sosyal etkinliklere katılımlarını sınırlamakta veya çevrelerini benzer durumda olan kişilerle kurmaktadırlar.

Diğer yandan eşi vefat etmiş veya boşanmış, ailenin tek sorumluluğunu üstlenen kadın, bu süreçte çevrenin bakış açısı ve algısı nedeniyle sosyal hayatında olumsuz etkilenme riskiyle karşı karşıyadır. Bu durum, kadının sosyal ilişkilerinde zorluklarla karşılaşmasına ve kendisini izole hissetmesine yol açabilir (Karaca Aydın, 2019). Tek ebeveynli aileye geçiş süreci, kuşkusuz ki hane halkı üzerinde maddi ve manevi sonuçlar doğurmaktadır. Özellikle ailede sorumluluk taşıyan kadın ebeveynler, bu geçişin getirdiği zorluklarla

daha karmaşık ve yoğun bir şekilde karşılaşmaktadırlar. Kendi geçimini sağlamaya çalışan kadın, bir yandan da çocuklarının bakım yükümlülüğünü üstlenmek durumunda kalırken, bu süreçte çeşitli zorluklarla mücadele etmek zorunda kalmaktadır (Karaaslan & Opçin, 2020).

Tek ebeveynli bireyler çoğunlukla kök aileleri ile birlikte veya onlara çok yakın yerlerde yaşamaya başlamaktadır. Bu özellikle kadınlar için adeta bir zorunluluğa dönüşmüştür. Bingöl (2022) tarafından yapılan araştırmada tek ebeveyn kadınların %31, 2'sinin ailesiyle, %68, 8'inin ise çocukları ile birlikte yaşadığı belirlenmiştir. Ailesi ile yaşayan tek ebeveyn kadınların, genellikle evin temel ihtiyaçlarını karşılamak ve sürekli gelir getirecek işlere devam etmek gibi sorumluluklarının öne çıktığı bir durumda olduğu belirtilmiştir. Bu bağlamda, çocuklarıyla birlikte yaşayan tek ebeveyn kadınların, rol ve sorumluluklarının daha yoğun olduğu ifade edilebilir. Bu noktada, çocuklarıyla ayrı bir evde yaşayan kadınların, maddi, sosyal, kültürel ve sosyal katılımcılık gibi alanlarda, ailesi ile yaşayan tek ebeveyn kadınlara göre daha fazla sosyal dışlanmışlıkla karşı karşıya olmaları beklenmektedir. Bu duruma ebeveynlik stresi açısından bakıldığında kadının kök aileden uzak yaşamasının kök aile temelli stresten de uzaklaşmasını sağlayacakken kadının sosyo-kültürel değerler ve toplumun değer yargıları nedeniyle ailesi ile birlikte veya ailesine yakın yaşaması üzerindeki baskıyı ve stresi de artırmaktadır. Özellikle çocukların bakımı ve ev idaresi konuların kök aileden gelen müdahaleler bireyin ebeveynlik stres düzeyini artırabilmektedir.

Bingöl (2022) tarafından yapılan çalışmada çocuklarıyla yaşayan tek ebeveyn kadınların sosyal dışlanmışlık düzeylerinin, aileleriyle birlikte yaşayan tek ebeveyn kadınların sosyal dışlanmışlık düzeyinden yüksek olduğu bulunmuştur. Çoban (2021) tarafından yapılan çalışmada tek ebeveyn annelerin kök aileye ait eve döndüklerinde “baba evi” temelli kurulan erkek hegemonyasından çıkıp evlilik sürecine dâhil olarak tekrar başka bir erkek hegemonyasına girmesiyle yalnızlaşabilmekte ancak biten evliliğin sonunda tekrar aile evine dönüşle beraber baskı yalnızca kadının kendisine değil aynı zamanda çocuklarına da yönelmektedir.

Tek ebeveyn annelerin kendi ailelerinden ayrı yaşamayı tercih etmesi durumunda kira, gıda, kıyafet vb. ihtiyaçlara yönelik yardımlar lüks olarak görülmektedir. Eğer çok zor durumdaysa ailesiyle yaşasın gibi bir algı ön plana çıkmakta bu da kadınların mutlaka bir aile ya da bir erkek himayesi altında yaşaması gerektiği inancını güçlendirerek tek

ebeveyn annelerin kendine ait yaşam alanı oluşturmaya engel olmakta, ev arama süreçlerinde "bekâr çocuklu kadın" olmaları nedeniyle aile apartmanlarına yerleşmeye zorlanmaktadır. Bu durum, tek ebeveyn annelerin hem aile hem de yalnız ebeveyn olarak algılanmalarına neden olarak, onları izole bir konuma sokmaktadır. Aile olmanın ortasında kalan kadınlar, sürekli olarak sosyal çevreleri tarafından yalnız olduklarına dair mesajlarla karşılaşmakta ve bu durumla yüzleşmek zorunda kalmaktadırlar (Çoban, 2021).

Tek ebeveynlerin, tek ebeveynlik süreci ile bazı hobilerinden ve sosyal faaliyetlerden uzak durmaya başladıkları görülmüştür. Bu uzak duruşun altında bazen zamansızlık bazen maddi yetersizlikler bulunmaktadır. Bu bağlamda araştırma bulguları yapılan diğer çalışmaların tek ebeveynlerin yaşam kaliteleri üzerinde etkili olan faaliyetleri azaltma yoluna gittikleri yönündeki bulguları ile desteklemektedir (Öztürk, 2012; ASHB, 2018; Çoban, 2021; Afyonoğlu vd., 2021).

Tek ebeveynli aile olmanın ekonomik nedenlerle, sinema, tiyatro ve konsere gitme (%62.2), ücretli spor, kurs gibi faaliyetlere katılma (%52.9) ve dışarıda yemek yemeye ilişkin faaliyetlerde azalmaya neden olmaktadır. Tek ebeveynli aile olmanın ayrıca, mobilya ve ev aletleri (%61.3), eğlence ve kültür (%55.5) ile giyim ve ayakkabıya (%51.3) ilişkin istek ve ihtiyaçları karşılama düzeyinde azalmaya neden olduğu belirlenmiştir. Tek ebeveynli ailelerin yaşadığı ekonomik zorluklar, ebeveynin öğrenim düzeyi ve ailenin gelir düzeyi açısından, yaşamdan duydukları tatmin ise ebeveynin öğrenim düzeyi, ailenin aylık gelir düzeyi ve evde yaşayan kişi sayısı açısından anlamlı farklılıklar göstermektedir (Öztürk, 2012).

Tek ebeveynli aileler içinde ebeveynin kadın olduğu ailelerde, ebeveynin erkek olduğu ailelere oranla gelir düzeyi daha düşük olduğu için kadınlar temel harcamaların dışında kalan faaliyetleri azaltma yoluna gidebilmektedir (Öztürk, 2012). Bu faaliyetlerin başında bireyin keyif aldığı hobiler ve diğer sosyal faaliyetler gelmektedir. Acar (2013) tarafından yapılan çalışmada tek ebeveynli annelerin boşanma sonrası süreçte kişisel zevklere karşı ilgi kayıpları %46 olarak bulunmuştur.

Kadın tek ebeveynli ailelerde kadınların sosyalleşmesi ve sosyal faaliyetlerde bulunması çok mümkün olmamaktadır. Ekonomik sorunlarla baş etmek zorunda kalan tek ebeveyn anneler bu tür faaliyetlere katılarak kendilerini geliştirme ya da eğlendirme yerine buraya aktarılabilecek maddi kaynakları çocukları için değerlendirmektedir (Çoban, 2021).

Diğer yandan tek ebeveynlik durumunda kadınların sosyal aktivitelerinin ve sosyal çevreyle etkileşimlerinin azaldığı, toplumun olumsuz tepkilerine maruz kaldıkları, genellikle sosyal ve psikolojik destek mekanizmalarından faydalanmadıkları gözlemlenmektedir. Kadınlar damgalanma süreçlerine rağmen sosyalleşmek istediklerinde içinde bulundukları durumdan ötürü artan iş yükü ve sorumluluklar sebebiyle sosyalleşememekte ve çocukları ile daha fazla vakit geçirebilmek için sosyal çevreyle ilişkilerini kısıtlamaktadırlar (Afyonoğlu vd., 2021).

Tek ebeveynli bireylerin yaşantısında, evlilik dönemine göre sorumluluklarda değişim beklentisi bulunmaktadır. Kadınların ev içindeki sorumlulukları daha fazla üstlenmiş olmaları, sorumluluklarda bir artışa işaret etse de aslında tek ebeveyn kadınların ifadelerine göre, hane içinde ve çocuklarına yönelik sorumluluklarında zaten ana yükü taşıdıkları için evlilik süreci ve sonrasında belirgin bir değişiklik yaşanmamaktadır. Toplumsal cinsiyete dayalı iş bölümü ve hane içindeki eşitsiz toplumsal cinsiyet rolleri nedeniyle, kadınların daha fazla sorumluluk üstlenmek durumunda kaldığı gözlemlenmektedir (Demirel & Buz, 2021).

Afyonoğlu vd. (2021) tarafından yapılan araştırmada katılımcıların ifadeleri, sosyal hayatlarının toplum içinde yalnız kadının damgalanması ve çocuk bakımı nedeniyle kısıtlandığını açıkça ortaya koymaktadır. Bu kişiler, "dul kadın" etiketiyle damgalanmalarının, toplumda bir tehlike olarak algılanmalarına yol açtığını dile getirmişlerdir. Kendileri sosyalleşmek için bir erkeğe ihtiyaç duymamalarına rağmen, toplumun bu beklentisini karşılamak zorunda hissettiklerini belirtmişlerdir.

Toplumsal normların ağırlığının bu denli yoğun bir baskı unsuru oluşturduğu kadınların hem evlilik süreçlerinde hem de evlilik sonrası süreçlerde bu toplumsal baskıya maruz kaldıkları bir gerçek olarak karşımızda durmaktadır. Bu bağlamda Demirel ve Buz (2021)'un ifade ettiği üzere bu durumun ev içi ve çocuklara yönelik sorumlulukların çoğunlukla kadınların üzerinde olmasının temelinde, ataerkil toplumsal bakış açısı ve toplumsal cinsiyet rollerinin etkisi vardır. Yani, bu durumun kökeni, kadınların ev içi işlerden ve çocuk bakımından birinci derecede sorumlu tutulmasının etkisiyle ilişkilendirilebilir.

Tek ebeveynlerin en önemli destek mekanizmalarının başında kök aileleri olmaktadır. Kimi zaman bu durum bireyleri çok zorlasa da kök ailenin yapıcı duruşu ve varlığı tüm süreci birey lehine değiştirebilmektedir.

Yapılan çalışmalara bakıldığında bireylerin tek ebeveynlik sürecinde olumsuz süreçlerle baş etme noktasında aldıkları resmi olmayan desteklerde, kök aile ve yakın çevrenin ön planda olduğu görülmektedir. Aileden gelen desteklerin genellikle ekonomik ve barınma odaklı olduğu anlaşılmaktadır (Demirel & Buz, 2021).

Başka bir çalışmada, bireylerin sosyal hayatlarıyla ilgili sorunlar yaşamalarına rağmen, boşanma sürecinde ve sonrasında aileleriyle ve sosyal çevreleriyle destek aldıkları görülmüştür. Bu noktada enformel baş etme mekanizmalarının başında aile desteğinin geldiği söylenebilir (Afyonoğlu vd., 2021)

Yapılan çalışmada tek ebeveynler için kök aile ve yakın çevre desteği bu denli önemli çıkarken tersi durumda çevresinden gerekli ilgi ve desteği göremeyen tek ebeveynli bireyler çok ciddi sorunlarla tek başlarına mücadele etmek zorunda kalmaktadır ve bu durum tek ebeveynli bireylerin tüm yaşlarda kök ailenin desteğine ihtiyaç duydukları ve kök aile üyelerinin bazı olumsuz tutum ve davranışlarına maruz kalsalar da bu desteği önemli buldukları görülmektedir (Demirel & Buz, 2021; Afyonoğlu vd., 2021; Karaca Aydın, 2019; Bingöl, 2022).

Kök aile ile yaşamının avantajları olduğu kadar dezavantajları da bulunmaktadır. Bunun başında hem bireyin hem de çocukla birey arasındaki ilişkide yaşanan sınır ihlalleri gelmektedir. Ailenin ilgi ve desteğine muhtaç olan ebeveynin bu tür konularda sessiz, tepkisiz kalması bu tür sorunların daha da derinleşmesine ortam hazırlamakta ve bireyin ebeveyn rolünü olumsuz yönde etkilemektedir. Bu durum bireyde ebeveynlik stresi oluşmasına ciddi bir zemin oluşturmaktadır. Yeni yaşam düzenlerini bazı zorunluluklarla kurmak zorunda kalan bireylerin yaşadığı bu olumsuz durum ebeveynlik stresinin oluşmasına ve sürecin ağırlığı ile birlikte giderek artmasına da neden olabilmektedir.

Çocukların yaşadığı hemen her sorun tek ebeveyni çift ebeveynli bir aileye göre daha derinden etkileyebilmektedir. Hem tek kişi olarak hemen her soruna yetiştirme telaşı hem de yetememe duygusu bireyi psikolojik açıdan zorlayabilmektedir. Özellikle annenin çalıştığı aile profillerinde bu daha da zor olabilmektedir. Bu noktada da bireyin mikro sisteminin desteğinin bireyin yaşamındaki önemi ortaya çıkmaktadır.

Afyonoğlu vd. (2021) tarafından gerçekleştirilen bir çalışmada, tek ebeveynli ailelerdeki katılımcılar, ebeveyn rollerinin tek bir kişi tarafından üstlenmesi gerektiğini, bu durumun ise yüklerin arttığını ve beraberinde yetersizlik hissi ile otorite boşluğu sorunlarına neden olduğunu ifade etmişlerdir. Öte yandan, temel ihtiyaçlarını karşılamak zorunda olan

alışan kadınların, işleri nedeniyle çocuklarına yeterli psikososyal destek sağlayamadıkları gözlemlenmiştir. Bu durum da yine tek ebeveynler de stresin artmasına bir gerekçe olmaktadır.

alışan kadınların küçük çocuklarını bırakacak bir destek sistemine sahip olmamaları, özellikle ergenlik döneminde çocuklar üzerinde kısmen ya da hiç kontrol sağlayamamalarına neden olabilmektedir. Bu durum, çocuklarda sosyal ve psikolojik sorunların ortaya çıkmasına, öğrenimlerini yarıda bırakmalarına, ev işlerinde kısmi yardıma ihtiyaç duymalarına ve geleneksel olarak "erkek işi" olarak tanımlanan tadilat, tamirat gibi konularda sorun yaşamalarına yol açabilmektedir. Bu zorluklarla başa çıkarken, çalışan kadınlar genellikle psikolojik destek alma ihtiyaını unutabilmekte ve bu durum onları zamanla yıpratabilmektedir (Karaca Aydın, 2019).

Çocukların yaşadıkları sorun tek ebeveynli bireyi bu denli etkilerken tek ebeveynin genel sağlık durumunun iyi olması, genel olanaklarının yeterli olması, çocukların psikolojik sağlık durumlarının iyi olması, çocukların diğer ebeveynleri ile iyi ilişki kurmaları, ocuk sayısı ve çocukların yaşları yaşanan sorunların etki düzeylerinde belirleyici olmaktadır. Özellikle çocuklardan ciddi bir beklenti oluştuğu ancak bunun gerçekleşmediği hallerde tek ebeveynin stres ve kaygı düzeyinin arttığı söylenebilir.

Tek ebeveynler yaşadıkları süreçleri her zaman sorunsuz atlatamamaktadır. Kimi zaman psikolojik ve fiziksek sağlıkları için destek almak zorunda kalmaktadırlar. Bu desteğin alınma sürecinde ebeveynler kimi zaman çeşitli eksiklikler sebebi ile bu destekten mahrum da kalabilmektedir. Çalışma kapsamında görüşülen tek ebeveynlerin büyük bir kısmı psikolojik açıdan zorlanmakta ve bu süreçte ya ilaç tedavisi ya da terapi almaktadır. Bu süreçte tek ebeveynlerin çoğu sosyal destek unsurları olarak en başta arkadaşlarını görmektedir. Burada bireyin mikro sisteminin sosyal destek unsuru olarak varlık göstermesinin birey için önemi bir kez daha vurgulanmaktadır.

Yapılan diğer çalışmalarda da bireylerin psikolojik anlamda ciddi derecede zorlandıkları bir kısmının kısmi bir süre psikolojik destek aldığı ancak farkındalık eksikliği, yeterli zamanın bulunmaması ve sosyo-ekonomik koşullar gibi nedenlerle profesyonel destek mekanizmalarından yeterli derecede yararlanamadıkları görülmüştür (Bingöl, 2022; oban, 2021; Afyonoğlu vd., 2021; Alkan, 2021; Demirel ve Buz, 2021).

Bingöl (2022) tarafından yapılan çalışmada kadınlardan %60, 1'inin tek ebeveyn olma sürecinde aile, arkadaş ve sosyal çevreden destek gördüğü bulunmuştur. Acar (2013)

tarafından yapılan araştırmada tek ebeveynlerin %32, 7'si boşanmadan sonraki süreçte psikolojik destek aldıklarını belirtmiştir. Bunların %9, 5'i ilaç tedavisi, %7, 1'i psikoterapi ve %6, 2'si de her iki psikolojik desteği birlikte aldıklarını belirtmişlerdir. Bakıldığında profesyonel psikolojik desteğin çok az birey tarafından alındığı görölmektedir.

Çoban (2021) tarafından yapılan çalışmada kadınların genel olarak psikolojik destek konusunda hassas davrandıkları ve durumlarına uygun yardım kaynaklarını araştırdıkları belirlenmiştir. Görüşmeci annelerin 5 tanesi dışında kalanlar ya geçmişte ya da hala devam eden süreçte psikolog desteği aldıklarını ifade etmişlerdir. Profesyonel anlamda psikolojik destek almamış olan görüşmeciler, sıkıntılarını gidermek için kendilerini rahatlatacak ve zorlandıkları dönemi birlikte atlatacak farklı yöntemler ve kişilerden faydalanmışlardır.

Katılımcılar, yaşadıkları sorunlarla başa çıkmak için bireysel güçlerinden, sosyal destek mekanizmalarından ve ekonomik desteklerden yararlandıkları görölmektedir. Ancak, çoğu katılımcının psikolojik destek mekanizmalarından faydalanmadıkları gözlemlenmiştir. Yaşam döngüsündeki bir kriz durumu olarak nitelendirilebilecek boşanma ve sonrasındaki süreçte alınacak psikolojik destek, yaşanan ve yaşanabilecek sorunların çözümünde önemli bir rol oynamaktadır. Ancak, katılımcıların çoğunluğu, psikolojik destek alma ihtiyacı olmasına rağmen, bu desteği al(a)madıkları gözlemlenmiştir. Farkındalık eksikliği, yeterli zamanın bulunmaması ve sosyo-ekonomik koşullar, psikolojik destek alamamanın temel sebepleri olarak öne çıkmaktadır (Afyonoğlu vd., 2021).

Alkan (2021) tarafından yapılan çalışmada tek ebeveyn kadınların psikolojik iyi oluş ölçeği ortalamaları, aylık gelir düzeyi, yaşam yerleri, eğitim düzeyi, evlenme yaşı, evlilik kararı alma süreci, evlenme şekli, eski eşle akrabalık düzeyi ve tek ebeveyn olma sebebine göre değişiklik göstermektedir. Tek ebeveyn olmanın gelir durumunu olumsuz etkilediği durumlarda, sosyal çevre ve ilişkilerin de değişmesinin, tek ebeveyn kadınların psikolojik iyi oluş düzeylerini olumsuz etkilediği belirtilmiştir. Ayrıca, tek ebeveyn kadınların sosyal çevreleriyle ve aileleriyle olumlu ilişkilere sahip olmalarının, psikolojik iyi oluş düzeyi ile bağlantılı olduğu ortaya çıkmıştır.

Demirel ve Buz (2021) tarafından yapılan araştırmada tek ebeveyn kadınların, profesyonel hukuksal ve psikolojik desteğe olan ihtiyaçları yanında, sosyal destek

ihtiyacının da öne çıktığı bilinmektedir. Yapılan görüşmelerde, süreç içinde kadınların ve hanedeki çocukların bir kısmının profesyonel destek sürecine dahil olduğu, bir kısmının ise enformel bir şekilde aile, arkadaş, akraba gibi kişilerle sosyal destek ağı oluşturduğu, bazılarının ekonomik destek süreçlerine dahil olduğu, bir kısmının ise çocukları dışında başka bir destek mekanizmasının olmadığı sonuçlarına ulaşılmıştır.

Tek ebeveynlerin çoğunun velayeti kendilerinde olan çocuklarının diğer ebeveyn ile görüşmesini destekleyecek tutum ve davranış içinde oldukları görülmüştür. Bu durum özellikle çocukların sağlıklı psiko-sosyal ve cinsel kimlik gelişimleri için önemlidir.

Tek ebeveynlerin ev işi, yemek, temizlik yapma, kitap okuma, film/TV izleme, spor faaliyetlerde bulunma, alkol alma, gezmek ve dolaşmak gibi faaliyetlerle stresle baş etmeye çalıştıkları görülmektedir. Bu noktada yine diğer araştırma verilerinde olduğu gibi (Öztürk, 2012; ASHB, 2018; Bingöl, 2022; Çoban, 2021; Karaca Aydın, 2019; Aydınır Boylu&Öztop, 2013; Afyonoğlu vd, 2021; Karaaslan & Opçin, 2020; Demirel & Buz, 2021) ekonomik temelli kısıtlar sebebiyle daha çok ücretsiz yapabilecekleri sosyal faaliyetlere yöneldikleri görülmektedir.

Son olarak tek ebeveynlerin kendileri ile ilgili farkındalık süreçlerinin artması ile farklı ilgi alanlarına ve kendi isteklerini gerçekleştirilmeye yönelerek eskiye oranla daha mutlu oldukları görülmüştür.

## **5.2. Sonuçlar**

### **5.2.1. Tek ebeveynin geçmiş yaşamı ve çocukluğuna dair sonuçlar**

- Tek ebeveynlerin kendi anne babaları ile ilişkileri sonraki evlilik sürecini ve genel olarak yaşamlarını bir biçimiyle etkilemektedir.
- Çocukluk ve gençlik yıllarında yoğun travmatik olaylar yaşayan bireylerin evlilik süreçlerinde ve duygusal ilişkilerinde sorun yaşama ihtimalleri daha fazladır.
- Çocukluk ve gençlik döneminde şiddete maruz kalan kadınların evlilik sürecinde eşlerinden şiddet görme ihtimalleri daha fazladır. Bu durumun oluşmasında öğrenilmiş çaresizlik etkili olmaktadır.

- Bireylerin çocukluk dönemindeki geniş aile deneyimleri de travmatik sonuçların oluşmasına zemin hazırlayabilmektedir.
- Kök ailesi ile daha iyi ilişkiler kuran bireylerin sorunlarla baş etme kapasiteleri daha yüksektir.
- Anne ve babanın kardeş ayrımcılığı ile ilgili tutumları sonraki süreçte bireylerin yetişkinlik sürecinde de sorunların devamına neden olmaktadır.
- Bireyin ekosisteminde mikro alanda yer alan alt sistemler bireyin gelecek inşasında çok özel öneme sahiptir ve bu sistemlerle yaşanan sorunlar bireyin tüm yaşamını olumsuz etkileyebilmektedir.

#### **5.2.2. Tek ebeveynlik öncesi sürece dair sonuçlar**

- Boşanmaya giden süreçte gerekli desteği alamayan bireyler ciddi psiko-sosyal sorunlar yaşamaktadır.
- Tek ebeveynli bireylere boşanma sonrası süreçte gerekli ücretsiz psiko-sosyal destekler sunulmamaktadır. Sunulan destekler de yetersiz kalmaktadır.
- Boşanma öncesi süreçte verilen ücretsiz destek hizmetleri yeterli değildir.
- Tek ebeveynli bireyin yeni bir düzen kurma sürecinde gerekli maddi destek sunulmamaktadır.

#### **5.2.3. Tek ebeveynlik sürecine dair sonuçlar**

- Tek ebeveynli bireylerin yaşam döngüleri boşanma veya ayrılık sonrası ciddi şekilde değişmektedir.
- Boşanma sonrası bireylerin çoğu genellikle kök aileleri ile birlikte veya onlara çok yakın yerlerde yaşamaya başlamaktadır.
- Tek ebeveynlerin çoğu boşanma sonrası süreçte ciddi bir kök aile baskısı ile yüzleşmek zorunda kalmaktadır.
- Tek ebeveynlerin çoğu boşanma sonrası süreçte boyutu değişen ölçüde maddi zorluk yaşamaktadır.
- Tek ebeveynlerin kök ailelerinin destekleyici tutumu boşanma sonrası süreçte birey için en önemli sosyal destek mekanizmalarından biri olmaktadır.
- Çevresinden gerekli ve ilgi ve desteği göremeyen tek ebeveynli bireyler çok ciddi sorunlarla tek başlarına mücadele etmek zorunda kalmaktadır.

- Tek ebeveynlerin çoğu kök ailelerinin çocukla kendileri arasındaki ilişkide yaptıkları sınır ihlallerinden şikayetçidir.
- Çocukların yaşadıkları sorunlar doğrudan tek ebeveynlere yansımaktadır.
- Tek ebeveynler sorumluluk alarak çocukları ile aralarındaki ilişkiyi düzgün bir şekilde sürdürmeye çalışmaktadır.
- Tek ebeveynin genel sağlık durumu ve olanakları, çocukların psikolojik sağlık durumu, diğer ebeveynle ilişkisinin düzeyi ve yaşları yaşanan sorunların etki düzeylerinde belirleyici olmaktadır.
- Çocukların diğer ebeveynleri ile ilgili yaşadıkları eksiklik duygusu ebeveyn ile çocuk arasındaki ilişkiyi etkilemektedir.
- Kardeşler arasındaki kıskançlık duygusu tek ebeveynli ailede olmayla bir miktar artış gösterebilmektedir.
- Kimi zaman çocuklardan beklenen davranışların görülmemesi ebeveynde ciddi kaygıların oluşmasına neden olabilmektedir.
- Tek ebeveynlerin büyük bir kısmı psikolojik açıdan zorlanmakta ve bu süreçte ya ilaç tedavisi ya da terapi almaktadır.
- Tek ebeveynlerin bir kısmı yetersizlik, eksiklik duyguları yaşamakta ve bundan dolayı mutsuz olmaktadır.
- Tek ebeveynlik süreci bireylerin yaşamlarını ciddi şekilde kısıtlamakta ve bu durum kendilerinde yoğun bir stres yaratabilmektedir.
- Tek ebeveynlik sürecinde toplumsal normlar birer baskı unsuruna dönüşebilmektedir.
- Tek ebeveynlik sürecinde cinsiyet farklılığı net bir ayrım yaratmaktadır.
- Toplumsal yaşamın her alanında olduğu gibi tek ebeveynlikte de kadın olmak erkek olmaya göre ciddi zorlukları içinde barındırmaktadır.
- Tek ebeveynlerin çoğunun çocuklarının diğer ebeveyn ile görüşmesi taraftarı oldukları, bu yönde çocukları yönlendirdikleri, onlara gerekli imkanları sundukları ve kolaylaştırıcı bir ebeveyn olmaya gayret ettikleri görülmüştür.
- Tek ebeveynlerin, tek ebeveynlik süreci ile bazı hobilerinden ve sosyal faaliyetlerden uzak durmaya başladıkları görülmüştür. Bu uzak duruşun altında bazen zamansızlık bazen maddi yetersizlikler bulunmaktadır.
- Görüşme yapılan tek ebeveynlerin çoğu sosyal destek unsurları olarak en başta arkadaşlarını gördüklerini ifade etmişlerdir.

- Tek ebeveynlerin stresle nasıl baş ettiklerine bakıldığında ev işi, yemek, temizlik yapma, kitap okuma, film/TV izleme, spor faaliyetlerde bulunma, alkol alma, gezmek ve dolaşmak gibi faaliyetlerin ön plana çıktığı görülmektedir.
- Tek ebeveynlerin farkındalık süreci ile farklı ilgi alanlarına ve kendi isteklerini gerçekleştirmeye yönelerek eskiye oranla daha mutlu oldukları görülmüştür.

### 5.3. Öneriler

Bu araştırmadan elde edilen bilgilere göre araştırmacılara, konuyla ilgili çalışan ruh sağlığı çalışanlarına ve politika yapıcılara yönelik öneriler sunulmaktadır.

#### 5.3.1. Araştırmacılara yönelik öneriler

Bu araştırmadan elde edilen sonuçlara göre tek ebeveynlik sürecinin tamamında kök ailenin yadsınamaz bir etkisi vardır. Kök aile etkisinin bireye olumlu şekilde yansımaları adına kapsamlı aile müdahale programları geliştirebilir. Bu bağlamda tek ebeveynlerin kök aileleri ile ilgili ayrı bir nitel çalışma yapılarak kök ailelerin süreçle ilgili duygu ve düşünceleri incelenebilir.

Elde edilen sonuçlara bakıldığında çocukluk ve gençlik döneminde yaşanan kök aile bağlantılı travmatik olayların evlilik sürecine doğrudan yansıdığı görülmektedir. Bu travmatik deneyimlerin bireylerin hayatlarının eğitim, iş yaşamı gibi farklı alanlarına nasıl yansıdığı araştırılabilir.

Çalışma kapsamında elde edilen sonuçlara göre kök ailesi ile daha iyi ilişkiler kuran bireylerin sorunlarla baş etme kapasitelerinin daha yüksek olduğu görülmektedir. Bu bağlam kapsamlı bir nicel araştırma ile daha derinlemesine araştırılabilir.

Bulgulara bakıldığında anne ve babanın kardeş ayrımcılığı ile ilgili tutumlarının bireylerin tüm yaşamlarını etkileyebildiği görülmektedir. Kardeş ayrımcılığı ile ilgili farklı nitel çalışmalar yapılabilir ve sorunun nedenleri araştırılabilir.

Çalışmanın sonuçlarına bakıldığında çocukların birlikte yaşamadıkları ebeveynleri ile ilgili yaşadıkları eksiklik duygusu ebeveyn ile çocuk arasındaki ilişkiyi etkilemektedir. Bu konuda velayeti almayan/alamayan ebeveynlerle yapılacak çalışmalar çocuk-ebeveyn ilişkisinin farklı boyutlarını ortaya çıkarmada etkili olacaktır.

Çalışma sonuçlarına göre tek ebeveynlerin erişebildikleri ücretsiz hizmetler sınırlıdır. Bu bağlamda Türkiye’de tek ebeveynlere yönelik sunulan hizmetlerin tümüyle değerlendireceği bir çalışmaya ve bu çalışma sonunda ortaya konulacak bir modele ihtiyaç vardır. Bu çalışma kapsamlı bir örneklem ile karma bir modelle tasarlanabilir.

### **5.3.2. Uygulayıcılara yönelik öneriler**

Bulgular bireyin ekosisteminde mikro alanda yer alan sistemlerle yaşanan sorunlar bireyin tüm yaşamını olumsuz etkileyebildiğini göstermektedir. Bu tür vakaların ele alınmasında ekosistem yaklaşımının bilinmesi ve kullanılması bireye ve soruna daha bütüncül bakılmasını sağlayacağından sorunun çözümüne daha etkin katkılar sunacaktır.

Çalışma sonuçlarına bakıldığında kök ailesi ile daha iyi ilişkiler kuran bireylerin sorunlarla baş etme kapasitelerinin daha yüksek olduğu görülmüştür. Bu noktada çocuklarla yapılan çalışmalarda mutlaka ebeveynlerin de sürece dahil edilmesinin önemi bir kez daha görülmektedir. Çocukların ebeveynlerle sosyal-duygusal temasını arttırmak amacıyla ebeveyn katılımlı anne-baba-çocuk etkinliklerin oluşturulup yaygınlaştırılması gereklidir.

Bulgulara göre tek ebeveynlerin kök ailelerinin destekleyici tutumu boşanma sonrası süreçte bireyler için en önemli sosyal destek mekanizmalarından biri olmaktadır. Bu nedenle tek ebeveynlerle yapılacak çalışmalarda kök aile desteğinin önemi göz ardı edilmemelidir.

Çalışma sonuçlarına göre çocukların birlikte yaşamadıkları ebeveynleri ile ilgili yaşadıkları eksiklik duygusu ebeveyn ile çocuk arasındaki ilişkiyi ciddi şekilde etkileyebilmektedir. Tek ebeveynli çocuklarla yapılan çalışmalarda gerekli durumlarda her iki ebeveyn ile görüşme yapılması çocuğun sağlıklı gelişimi adına gereklidir.

Bulgulara göre çocukların tek ebeveynlik sürecinden olumsuz etkilendikleri görülmektedir. Okullarda eğitim gören öğrencilerin ailevi sorun yaşamaları halinde tek ebeveynlerin öğretmenleri ve okul psikolojik danışmanlarını bilgilendirmeleri için bilinçlendirilmeleri gereklidir. Okul içinde gerekli desteğin sağlanması konusunda öğrencilerin ve velilerin yönlendirilmesi ve kurum içi konsültasyonun artırılmasına özen gösterilmesi gereklidir.

### 5.3.3. Politika yapıcılara yönelik öneriler

Boşanmaya giden süreçte gerekli desteği alamayan bireyler ciddi psiko-sosyal sorunlar yaşayabilmektedir. Bu sürecin oluşmasında zaman azlığı ve maddi yetersizlikler ön plandadır. Bu sorunun ortadan kaldırılması için ücretsiz psikolojik destek hizmetlerinin hem sayıca hem de erişilebilir anlamda artırılması gereklidir. Ebeveynlerin çocuklarıyla ilgili yaşadığı kriz durumlarında Aile Sosyal Hizmetler Bakanlığı, Sağlık Bakanlığı, Milli Eğitim Bakanlığı gibi kurumlardan ücretsiz destek alabileceği birimlerin niceliğinin ve kalitesinin artırılması gereklidir.

Çalışma sonuçlarına bakıldığında çocukluk ve gençlik döneminde şiddete maruz kalan kadınlar evlilik sürecinde de eşlerinden şiddet gördüklerini ifade etmişlerdir. Bu bulgu ışığında özellikle kız çocuklarının daha etkin politikalarla korunması gereklidir. Bu konuda Milli Eğitim Bakanlığı'nın okul içinde yapılacak çalışmalarla bu farkındalığın oluşması için politikalar üretmesi gereklidir.

Bulgulara göre tek ebeveynlerin çoğu boşanma sonrası süreçte boyutu değişen ölçüde maddi zorluk yaşamakta ve yeni bir düzen kurma sürecinde gerekli maddi desteğe erişemedikleri görülmektedir. Bu süreçte özellikle tek ebeveynlerin maddi olarak çeşitli ödenekler, kredi olanakları ve vergi indirimleri ile desteklenmeleri gereklidir.

Çalışma sonuçlarına bakıldığında tek ebeveynlik sürecinde çocukların sorumluluklarının bireylerin yaşamlarını ciddi şekilde kısıtladığı ve bu durumun onlarda yoğun bir stres yaratabildiği görülmüştür. Bu noktada maddi desteklerin yanında çocuk bakımı, kreş ve gündüzlü bakım hizmetlerinin de artırılmasının gerekliliği ön plana çıkmaktadır.

Çalışma sonuçlarına göre tek ebeveynlik sürecinde cinsiyet farklılığı net bir ayrım yaratmakta, kadın olmak erkek olmaya göre tek ebeveynlikte ciddi zorlukları içinde barındırmaktadır. Bu sürecin eşitlik ilkesi gözetilerek düzeltilebilmesi adına tek ebeveynli kadınlara yönelik daha fazla koruyucu pozitif ayrımcı hizmet modelinin ve politikanın geliştirilmesi gereklidir.

Araştırma bulgularına göre tek ebeveynlerin zamansızlık ve maddi yetersizlikler nedeniyle bazı hobilerinden ve sosyal faaliyetlerden uzak durmaya başladıkları görülmüştür. Bu durumun ortadan kalkması için TÜİK istatistiklerinde de görüldüğü gibi nüfus yoğunluğu fazla olan kentler başta olmak üzere tek ebeveynlerin yoğun yaşadığı kentlerde bulunan yerel yönetimlerin ücretsiz sosyal faaliyet sayısını artırması gereklidir. Bu etkinliklerin kadın ve çocuk dostu bir anlayış ile kurgulanması önemlidir.



## KAYNAKLAR

- Abidin, R. R (1992). The determinants of parenting behaviour. *Journal of Clinical Child Psychology*, 21(4), 407-412. [https://doi.org/10.1207/s15374424jccp2104\\_12](https://doi.org/10.1207/s15374424jccp2104_12)
- Abidin, R. R (1995). *Parenting Stress Index Manual*, (3. basım). Psychological Assessment Resources.
- Acar, İ (2013). *Tek ebeveynli ailelerde psikolojik tepkiler ile psikolojik destek almanın klinik sosyal hizmet açısından analizi: Yalova örneği* [Yayınlanmamış yüksek lisans tezi]. Yalova Üniversitesi
- Adak, N (2012). *Değişen Toplumda Değişen Aile*. Siyasal Kitabevi.
- Afyonoğlu, M.F., Bayyar A.B., Kesen, N.F. ve Morgül, B. (2021). Tek Ebeveyn Kadınların Sorunlarının Sosyal Hizmet Perspektifinden Değerlendirilmesi. *Türkiye Sosyal Hizmet Araştırmaları Dergisi*, 5(2), 85-107.
- Aile ve Sosyal Araştırmalar Genel Müdürlüğü, (2011). *Tek Ebeveynli Aileler Araştırması*, Yayın No: 148. Ankara: T.C. Başbakanlık Aile ve Sosyal Araştırmalar Genel Müdürlüğü Yayınları.
- Aile Sosyal Hizmetler Bakanlığı (2018). *Türkiye Aile Yapısı İleri İstatistik Analizi*, 2018. 5 Eylül 2023 tarihinde <https://www.aile.gov.tr/athgm/yayin-kaynak/arastirmalar/> adresinden erişildi.
- Alkan, Y (2021). *Tek ebeveyn kadının yaşam doyumunun psikolojik iyi oluş düzeyine etkisi: Mersin örneği* [Yayınlanmamış yüksek lisans tezi]. Çığ Üniversitesi
- Allender, J. A., & Spradley, B. W. (2001). *Community health nursing: Concepts and practice*. Lippincott Williams & Wilkins.
- Arslansoyu, N (2021). *Tek ebeveynli ailelerin algıladıkları sosyal destek ve problem çözme becerileri arasındaki ilişkinin incelenmesi: Lefkoşa örneği* [Yayınlanmamış yüksek lisans tezi]. Ankara Üniversitesi
- Aslantürk, H (2017). *Tam aileye ve tek ebeveynli aileye sahip üniversite öğrencilerinin aile aidiyetlerinin karşılaştırılması* [Yayınlanmamış doktora tezi]. Selçuk Üniversitesi

- Aydiner Boylu, A. & Öztop, H. (2013). Tek ebeveynli aileler: Sorunlar ve çözüm önerileri. *Sosyo Ekonomi*, 19(19) 207-220. <https://doi.org/10.17233/se.37916>
- Aydoğan, D. & Özbay, Y (2017). Ebeveynlik stres ölçeği geçerlik ve güvenirlik çalışması. *Uluslararası Erken Çocukluk Eğitimi Çalışmaları Dergisi*, 2(2), 24-38.
- Bayraktar, E (2016). *Tek ebeveynli, lisede okuyan ergenlerde algılanan yalnızlık düzeyleri ile öfke ifade tarzları arasındaki ilişkinin incelenmesi* [Yayınlanmamış yüksek lisans tezi]. Marmara Üniversitesi
- Bıçak, E (2016). *Anne ya da babasından biri ölen çocuklar ile boşanma nedeniyle tek ebeveyn ile yaşayan çocukların depresyon ve anksiyete düzeylerinin karşılaştırılması* [Yayınlanmamış yüksek lisans tezi]. Hasan Kalyoncu
- Bingöl, Ü (2022). *Tek ebeveyn kadının sosyal dışlanmışlık durumları ve etkileyen faktörler* [Yayınlanmamış yüksek lisans tezi]. Mersin Üniversitesi
- Botha, A., Berg, H. S., & Venter, C. A. V (2009). The relationship between family-oforigin and marital satisfaction. *Health SA Gesondheid*, 14(1), 1–7. <https://doi.org/10.4102/hsag.v14i1.441>
- Bowen, M (1993). *Family Therapy in Clinical Practice*. Jason Aronson.
- Bowen, M., & Kerr, M. E. (2009). *Family evaluation*. WW Norton & Company.
- Bowlby, E. J. M. (2008). *Loss-Sadness and Depression: Attachment and Loss Vol 3*. Random House.
- Bray, J. H., Harvey, D. M., & Williamson, D. S (1987). Intergenerational family relationships: An evaluation of theory and measurement. *Psychotherapy: Theory, Research, Practice, Training*, 24(3S), 516–528. <https://doi.org/10.1037/h0085749>
- Bronfenbrenner, U (1994). Ecological models of human development. *Readings on the Development of Children*, 2 (1), 37-43.
- Brown, J (1999). Bowen family systems theory and practice: Illustration and critique. *Australian and New Zealand Journal of Family Therapy*, 20. 94-103. doi: 10.1002/j.1467-8438.1999.tb00363.x
- Buldu, P (2021). *Tam aileye ve tek ebeveynli aileye sahip ergenlerin algıladıkları psikolojik istismar düzeylerinin, kendine zarar verme davranışlarının ve başa*

- çıkma becerilerinin karşılaştırılması* [Yayınlanmamış yüksek lisans tezi]. İstanbul Gelişim Üniversitesi
- Büyüköztürk, Ş.; Kılıç Çakmak E.; Akgün, Ö.E.; Karadeniz, Ş. & Demirel, F (2019). *Eğitimde bilimsel araştırma yöntemleri*. Pegem Akademi
- Cartıllı, K (2016). *Öfke ile başa çıkma eğitiminin tek ebeveynli öğrencilerin öfke ve olumlu duygularına etkisi* [Yayınlanmamış yüksek lisans tezi]. Mevlana Üniversitesi
- Conroy, S. A. (2003). A pathway for interpretive phenomenology. *International journal of qualitative methods*, 2(3), 36-62.
- Coontz, S (1992). *The way we never were*. Basic Books.
- Coşan, B (2017). *Sosyal politika perspektifinden Türkiye'de tek ebeveynli aile sorunsalının boşanma bağlamında değerlendirilmesi* [Yayınlanmamış yüksek lisans tezi]. İstanbul Üniversitesi
- Crnic, K., & Greenberg, M (1990). Minor parenting stresses with young children. *Child Development*, 61, 1628-1637.
- Crnic, K., & Low, C (2002). *Everyday stresses and parenting*. M. H. Bornstein (Ed.). *Handbook of parenting: Vol. 5: Practical issues in parenting* (2. basım) içinde (s. 243–267). Lawrence Erlbaum Associates.
- Creswell, J. M. (1997). *Research design, quantitative and qualitative approaches*. Sage.
- Çalışkan, M. (2017). Aile işlevselliğın evlilik doyumuyla incelemesi. *Sosyal Politika Çalışmaları Dergisi*, 17(39), 59-74
- Çoban, M. N (2021). *Tek ebeveyn olarak annelik deneyiminin sosyal politika yaklaşımı çerçevesinde incelenmesi: Türkiye-Almanya karşılaştırması* [Yayınlanmamış yüksek lisans tezi]. İstanbul Üniversitesi
- Deater-Decker, K (1998). Parenting stress and child adjustment: Some old hypotheses and new questions. *Clinical Psychology: Science and Practice*, 5, 314-332.
- Demir, E (2022). *Tek ebeveynli ailede çocuk ve çocukluk algısı: Antalya'daki kadın ebeveynler üzerine nitel bir çalışma* [Yayınlanmamış yüksek lisans tezi]. Kütahya Dumlupınar Üniversitesi

- Demirbilek, M (2013). *Tek ebeveynli olan ve olmayan ergenlerin atılğanlık düzeyleri ile benlik saygılarının incelenmesi: İstanbul ili Sancaktepe örneği* [Yayınlanmamış yüksek lisans tezi]. Yeditepe Üniversitesi
- Demirel, B (2021). *Sosyal hizmet bakış açısıyla tek ebeveynli ailelerin gereksinimleri ve sosyal politika uygulama süreci üzerine bir değerlendirme* [Yayınlanmamış doktora tezi]. Hacettepe Üniversitesi
- Demirel, B., Buz, S. (2021). Tek ebeveynli hanelerdeki kadınların rol ve sorumluluklarındaki değişimler ve deneyimledikleri güçlükler. *Akademik Hassasiyetler*, 8(17), 157-192.
- Demirkan, S (2006), Türk Ailesinin Korunması ve Güçlendirilmesinde Sivil Toplum Kuruluşları ile İşbirliğinin Önemi, *Aile ve Toplum Dergisi*, 3(9), 91-95.
- Doğan İ. (2007). *Vatandaşlık, Demokrasi ve İnsan Hakları*. Pegem Yayıncılık.
- Drake, J. R., Murdock, N. L., Marszalek, J. M., & Barber, C. E (2015). Differentiation of Self Inventory—Short Form: Development and preliminary validation. *Contemporary Family Therapy*, 37, 101-112. doi: 10.1007/s10591-015-9329-7
- Erbaş, Ş (2022). *Tek ebeveynli ailede yetişen bireylerin bağlanma stilleri ve aidiyet ilişkisinin incelenmesi* [Yayınlanmamış yüksek lisans tezi]. Üsküdar Üniversitesi
- Ersoy, A. F (2017). *Fenomenoloji*. A. Saban ve A. Ersoy (edt.). Eğitimde nitel araştırma desenleri içinde (ss.81-134). Anı
- Friedrich, W. N., Greenberg, M. T., & Crnic, K. A (1983). A short form of the Questionnaire on Resources and Stress. *American Journal of Mental Deficiency*, 85, 551-553.
- Gander, M.J. & Gardiner, H.W (2001). *Çocuk ve ergen gelişimi*. İmge
- Genç, Ö (2019). *Tek ebeveynli ailelerin yaşadığı sorunların incelenmesi* [Yayınlanmamış yüksek lisans tezi]. Üsküdar Üniversitesi
- Giddens A (2005). *Sosyoloji*. Ayraç Yayınevi.
- Gladding, S.T (2012), *Aile Terapisi: Tarih Kuram ve Uygulamaları*, (Çev: İbrahim Keklik, İbrahim Yıldırım). Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Derneği Yayınları

- Glaser, B.G. & Strauss, A.L. (2017). *Discovery of Grounded Theory: Strategies for Qualitative Research*. Routledge.
- Goldenberg, H., & Goldenberg, I (2013). *Family therapy: An overview* (8. basım). Brooks/Cole.
- Gönülağan Özer, A (2022). *Yeni sosyal risk perspektifinde Türkiye'de tek ebeveynli aile olma deneyimleri: Fenomonolojik bir inceleme* [Yayınlanmamış doktora tezi]. Süleyman Demirel Üniversitesi
- Gu, D. (2021). *Encyclopedia of Gerontology and Population Aging*. Springer Pub.
- Güler Öztekin, G (2021). *Tek ebeveynli çocuklar ve ebeveynleri üzerinde çocuk-ebeveyn ilişkisi terapisi odaklı psikoeğitim programının etkisi* [Yayınlanmamış doktora tezi]. Atatürk Üniversitesi
- Güler, D., ve Ulutak, N (1992). Aile Kavramının Tarihsel Gelişimi ve Türk Toplum Yaşantısında Aile. *Kurgu Dergisi*, 11, 51-76.
- Güloğlu, B. & Kararımak, Ö. (2017). Erken çocuklukta baba kaybında bağlanma biçimleri ve yakın ilişkilerdeki psikolojik eğilimler. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 7(47), 99-115.
- Güngör, H. C (2007). *Evlilik doyumunu açıklamaya yönelik bir model geliştirme* [Yayınlanmamış doktora tezi]. Gazi Üniversitesi
- Harvey, D. M., & Bray, J. H (1991). Evaluation of an intergenerational theory of personal development: Family process determinants of psychological and health distress. *Journal of Family Psychology*, 4, 298–325. doi: 10.1037/0893-3200.4.3.298
- Hinkle, L. E. (1974). The concept of “stress” in the biological and social sciences. *The International Journal of Psychiatry in Medicine*, 5(4), 335-357. <https://doi.org/10.2190/91DK-NKAD-1XP0-Y4RG>
- Homes, T. H., & Rahe, R. H (1967). The Social Readjustment Scale. *Journal of Psychosomatic Research*, 11, 213-218.
- Hovestadt, A. J., Anderson, W. T., Piercy, F. P., Cochran, S. W., & Fine, M. (1985). A family of origin scale. *Journal of Marital and family therapy*, 11(3), 287-297.
- İçağasıoğlu Çoban, A. & Özbesler, C. (2009). Türkiye'de aileye yönelik sosyal politika ve hizmetler. *Aile ve Toplum*, 5 (18), 31-41

- Kain, E (1990). The myth of family decline. Lexington Books.
- Kaiser, P. (2003). Transgenerationale Interaktionen und Partnerschaft. In: Grau, I., Bierhoff, HW. (edt) *Sozialpsychologie der Partnerschaft*. Springer. [https://doi.org/10.1007/978-3-642-55590-9\\_5](https://doi.org/10.1007/978-3-642-55590-9_5)
- Kanner, A. D., Coyne, J. C., Schaeffer, C., & Lazarus, R. S (1981). Comparisons of two modes of stress measurement: Daily hassles and uplifts versus major life events. *Journal of Behavioral Medicine*, 4, 1-39.
- Kara, F. R (2022). *Dezavantajlı ailelerde yeniden evlenme ve boşanma döngüsü: Tek ebeveynlik deneyimleri* [Yayınlanmamış doktora tezi]. Selçuk Üniversitesi
- Karaaslan, İ., & Opçin, E. (2020). Tek ebeveynli ailelerin aldıkları sosyal yardımlar ve sosyal yardım beklentileri üzerine bir araştırma. *Kırklareli Üniversitesi Sosyal Bilimler Meslek Yüksekokulu Dergisi*, 1(2), 81-103.
- Karaca Aydın, S. (2019). Kadınlar için tek (yalnız) ebeveynlik ve zorlukları. *Atatürk Üniversitesi Kadın Araştırmaları Dergisi*, 1(1), 23-34.
- Karataş, K. (2001). Toplumsal değişme ve aile. *Toplum ve Sosyal Hizmet*, 12(2), 89-98.
- Karney, B. R., & Bradbury, T. N. (1995). The longitudinal course of marital quality and stability: A review of theory, methods, and research. *Psychological Bulletin*, 118(1), 3-34. [dx.doi.org/10.1037/0033-2909.118.1.3](https://doi.org/10.1037/0033-2909.118.1.3)
- Kerlinger, F. N., & Lee, H. B (2000). *Foundations of Behavioral Research* (4. Basım). Thomson Learning.
- Kılıçoğlu, N. A (2016). *Tek ebeveynli ergenlerin sosyal-duygusal öğrenme becerilerini geliştirmeye yönelik dışavurumcu temelli grup çalışmasının etkililiğinin sınanması* [Yayınlanmamış doktora tezi]. Marmara Üniversitesi
- Kızıl Aslan, Z (2020). *Sistemik aile yapısı*. S. Nazlı (Ed.), Evlilik ve aile psikolojik danışmanlığı içinde (s.25-46). Anı Yayınevi.
- Kiye, S (2022). *Boşanmaya uyum programının tek ebeveynli ailelerin boşanmaya uyumu ve aile yaşam doyumlarına etkisi* [Yayınlanmamış doktora tezi]. Ankara Üniversitesi
- Lazarus, R. S (1966). *Psychological stress and the coping process*. McGraw Hill.
- Lazarus, R. S. & Folkman, S (1984). *Stress, Appraisal and Coping*. Springer.

- Lumsden D.P. (1981). *Is the concept of stress of any use any more?* D. Randall (Ed.), Contributions to Primary Prevention in Mental Health içinde (s. 213-243). Canadian Mental Health Association.
- Mason, J (2002). *Qualitative Researching* (2. basım). Sage
- Miles, M. B. & Huberman, A. M. (1994). *Qualitative data analysis: An expanded sourcebook*. Sage.
- Monat, A., & Lazarus, R. S (Edt.). (1991). *Stress and Coping. An Anthology*. Columbia university press.
- Murdock G. P (1949). *Social structure*. Macmillan Press.
- Murdock, N. L. & Gore Jr, P. A (2004). Stress, coping, and differentiation of self: A test of Bowen theory. *Contemporary Family Therapy*, 26, 319-335. Doi: 10.1023/B:COFT.0000037918.53929.18
- Ng, K. M. & Smith, S. D (2006). The relationships between attachment theory and intergenerational family systems theory. *The Family Journal*, 14, 430-440. DOI: 10.1177/1066480706290976
- Nisbet, R. A. (2017). *The Sociological Tradition*. Routledge.
- Opçin, E (2018). *Tek ebeveynli ailelerde çocuk yoksulluğu: Tekirdağ ili alan çalışması* [Yayınlanmamış yüksek lisans tezi]. Kırklareli Üniversitesi
- Öztürk, M. S (2012). *Tek ebeveynli ailelerin yaşadıkları ekonomik güçlüklerin incelenmesi* [Yayınlanmamış yüksek lisans tezi]. Hacettepe Üniversitesi
- Pardeck, J. T. (1988a). An ecological approach for social work practice. *The Journal of Sociology & Social Welfare*, 15 (2), 133-142.
- Pardeck, J. T (1988b). Social treatment through an ecological approach. *Clinical Social Work Journal*, 16, 92-104.
- Peleg, O., & Zoabi, M (2014). Social anxiety and differentiation of self: A comparison of Jewish and Arab college students. *Personality and Individual Differences*, 68, 221-228. doi: 10.1016/j.paid.2014.04.032
- Pence, A. R (Ed.) (1988). *Ecological research with children and families*. Teachers College.

- Sanik, M. M & Mauldin, T (1986). Single versus two parent families: A comparison of mothers' time. *Family Relations*, 35, 53-56.  
<https://psycnet.apa.org/doi/10.2307/584282>
- Sayın, Ö (1990). *Aile Sosyolojisi: Ailenin Toplumdaki Yeri*. Ege Üniversitesi Basımevi.
- Scheyett, AM & McCarth, E (2006). Women and men with mental illnesses: Voicing different service needs. *Affilia*, 21(4); 407-418.  
<https://doi.org/10.1177/0886109906292114>
- SDAM (Strateji Düşünce ve Analiz Merkezi) (2018). *Sebepler ve Sonuçlarıyla Türkiye'de Boşanma Sorunu*. 14 Ekim 2023 tarihinde [https://sdam.org.tr/image/foto/2018/10/06/Sebepler-ve-Sonuclarıyla-Turkiyede-Bosanma-Sorunu\\_1538816314.pdf](https://sdam.org.tr/image/foto/2018/10/06/Sebepler-ve-Sonuclarıyla-Turkiyede-Bosanma-Sorunu_1538816314.pdf) adresinden erişildi.
- Selye, H (1976). *The stress of life*. McGraw-Hill.
- Sezgin, F. Z (2022). *Pandemi döneminde tek ebeveynlik: Yaratıcı kapasitenin rolü* [Yayınlanmamış yüksek lisans tezi]. İstanbul Bilgi Üniversitesi
- Siporin, M (1980). Ecological systems theory in social work. *The Journal of Sociology & Social Welfare*, 7(4), 507-532.
- Skowron, E. A., Stanley, K. L., & Shapiro, M. D (2009). A longitudinal perspective on differentiation of self, interpersonal and psychological well-being in young adulthood. *Contemporary Family Therapy*, 31, 3-18. doi: 10.1007/s10591-008-9075-1
- Steiner, F. (2016). *Human ecology: How nature and culture shape our world*. Island press
- Şanal Güngör, B (2020). *Tek ebeveynle ve iki ebeveynle yaşayan ergenlerin öznel iyi oluşuna göre okulda öznel iyi oluş ve arkadaşla bağlanma düzeylerinin incelenmesi* [Yayınlanmamış yüksek lisans tezi]. Yıldız Teknik Üniversitesi
- Şentürk, Ü (2006). *Parçalanmış aile çocuk ilişkisinin sebepleri olduğu sosyal problemler (Malatya Uygulaması)* [Yayınlanmamış doktora tezi]. İnönü Üniversitesi
- Talay, M (2022). *Tek ebeveynli ailelerin çocuk yetiştirmede yaşadıkları sorunlar ve bu sorunlarla baş etme yöntemleri* [Yayınlanmamış yüksek lisans tezi]. Van Yüzüncü Yıl Üniversitesi

- Taylan, H. H (2003). *Köy Ailesinde Aile İçi İlişkiler: "Selçuklu Köyü Örneği"* [Yayınlanmamış yüksek lisans tezi]. Selçuk Üniversitesi
- Topal, M. (2018). Çekirdek aileye ve tek ebeveynli aileye sahip ergenlerin sosyal kaygı düzeyleri ile empatik eğilimleri arasındaki ilişki ve sosyoterapi [Yayınlanmamış yüksek lisans tezi]. Uşak Üniversitesi
- Topçu, Z (2020). *Tek ebeveynli ailelerin karşılaştığı sosyo-ekonomik sorunlarının ve gereksinimlerinin incelenmesi: Üsküdar örneği* [Yayınlanmamış yüksek lisans tezi]. Üsküdar Üniversitesi
- Townley, K. F. & Edmonson, M. E (1991). Self sufficiency for single parent families: An integrated approach. *Journal of Home Economics*, 83, 16-69.
- Turan Cebeci, S. G (2009). *Tam aileye ve tek ebeveyne sahip ailelerden gelen 7-12 yaşları arasındaki çocukların bağlanma stilleri ve kaygı durumları arasındaki ilişki* [Yayınlanmamış yüksek lisans tezi]. Maltepe Üniversitesi
- Turan, N (1992). *Sosyal kişisel çalışma birey ve aile için sosyal hizmet*. Aydınlar
- Türkiye İstatistik Kurumu (TÜİK), (2022). *Evlenme ve Boşanma İstatistikleri, 2021*. 25.02.2022 tarih 45568 sayılı bülten. 14 Mayıs 2023 tarihinde <https://data.TÜİK.gov.tr/Bulten/Index?p=Evlenme-ve-Bosanma-Istatistikleri-2021-45568> adresinden alındı.
- Uhlenberg, B.M (1989). Life Skills: How Interested Are Single Parents. *Journal of Home Economics*, 81(4), 4-9.
- Ünal, S., & Özcan, E. (2000). Depresyonda hazırlayıcı, ortaya çıkarıcı ve koruyucu etkenler. *Anadolu Psikiyatri Dergisi*, 1(1), 41-48.
- Varhan, Ş (2016). *Orta öğretim düzeyindeki tek ebeveynli sporcu öğrencilerin 12 haftalık sportif etkinliklerinin saldırganlık ve şiddet eğilimi düzeylerine etkilerinin incelenmesi* [Yayınlanmamış yüksek lisans tezi]. Dumlupınar Üniversitesi
- Walsh F (2014). *Promoting healthy functioning in divorced and remarried families*, Gurman AS, Kniskern DP. (Edt). Handbook of family therapy içinde (s. 525-545). Routledge.

- Walsh, F. (2012). *Changing families in a changing world: reconstructing family normality*. Patrick F. Walsh (Edt.). Normal Family Processes: Growing Diversity And Complexity içinde (s. 3-26). Guilford Press.
- Xue, Y., Xu, Z. Y., Zaroff, C., Chi, P., Du, H., Ungvari, G. S., ... & Xiang, Y. T (2016). Associations of differentiation of self and adult attachment in individuals with anxietyrelated disorders. *Perspectives in Psychiatric Care*. 54(1), 54-63. doi: 10.1111/ppc.12200
- Yıldırım A. & Şimşek H (2013). *Sosyal bilimlerde nitel araştırma yöntemleri*. Seçkin
- Yıldız, Y (2017). *Tek ebeveynli çocukların yaşam deneyimleri* [Yayınlanmamış doktora tezi]. İstanbul Üniversitesi
- Yörükoğlu, A (2007). *Gençlik çağı ruh sağlığı ve ruhsal sorunlar*. Özgür yay.

## EKLER

### EK-1: GÖRÜŞME FORMU

#### *Tek Ebeveynlerin Kök Aile İlişkileri ve Ebeveynlik Stresi Araştırması*

### GÖRÜŞME FORMU

*Bu çalışma Psk. Dan. Hayriye Erçetin Altındağ tarafından Hasan Kalyoncu Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Psikolojik Danışmanlık ve Rehberlik Anabilim Dalında yapılan “Tek Ebeveynlerin Kök Aile İlişkileri ve Ebeveynlik Stresi Araştırması” isimli yüksek lisans tezi kapsamında tek ebeveynli bireylerin kök aile ilişkileri ve bu süreçte ebeveynlik streslerini ortaya çıkarma amacıyla yapılmaktadır. Araştırma kapsamında toplanan verilerin tamamı gizlilik esasına dayalı olarak isimsiz bir şekilde saklanacak, sonuçlar yüksek lisans tez çalışması kapsamında tez raporunda yer alacaktır. Araştırmanın tek ebeveynli bireylerin kök aile ilişkilerini ve bu ilişkinin ebeveynlik stresi üzerindeki etkilerini ortaya çıkararak bu sorunlara dönük çözümlerin oluşturulmasına katkı sağlaması beklenmektedir.*

*İLETİŞİM*

*Psk. Dan. Hayriye Erçetin Altındağ*

*GSM :*

*Araştırmacı*

*E-Posta: ercetinhayriye21@gmail.com*

**Bu çalışma kapsamında gizlilik esasına dayalı olarak; bireysel özelliklerim, kök aile ilişkilerim ve ebeveynlik stres düzeyim ile ilgili veri toplanması amacıyla ilgili araştırmacı ile görüşme yapmayı kabul ediyorum.**

**Katılımcı**

**İmzası**

**Görüşme Numarası :**

**Mülakat Tarihi :**

**Rumuz :**

## **SOSYO-DEMOGRAFİK BİLGİLER**

- Cinsiyetiniz nedir?
- Kaç yaşındasınız?
- Ne iş yapıyorsunuz?
- Sosyal güvenceniz var mıdır?
- İşinizle ilgili iş doyumunuzu nasıl anlatırsınız?
- Ekonomik durumunuzu nasıl değerlendirirsiniz?
- Eğitim durumunuz nedir?
- Sağlık durumunuz nasıl?
- Daha önce herhangi bir nedenle psikolojik destek aldınız mı?
- Herhangi bir bağımlılığınız var mı?
- Hobileriniz var mı varsa neler yapıyorsunuz?
- En uzun süre nerede yaşadınız?

## **TEK EBEVEYNLİ OLMA SÜRECİ**

1. Tek ebeveynli olma sürecinizi kısaca anlatabilir misiniz? (kayıp, boşanma, istismar vs.)
2. Kaç çocuğunuz var, çocukların cinsiyeti, yaşı, engel durumu, sağlık durumu, eğitim hayatları nasıldır?
3. Çocuğunuz ile ilişkileriniz nasıldır?
4. Çocuğunuzun/çocuklarınızın diğer ebeveyni ile ilişkileri nasıldır?
5. Şu an kimlerle, nerede yaşıyorsunuz?
6. Yaşadığınız evin mülkiyeti kime ait?

## **KÖK AİLE İLİŞKİLERİ**

7. Diğer ebeveynin kök ailesi ile bir iletişiminiz var mı? Varsa nasıl bir iletişiminiz var?
8. Kendi kök aileniz ile iletişiminiz nasıldır, anlatabilir misiniz?

## **AİLE DIŞINDAKİ SOSYAL DESTEK UNSURLARI**

9. Ailenizin dışındaki sosyal destek unsurlarınız nelerdir? Çevrenizde kimler var ve yaşamınıza ne ölçüde nasıl katkı sunuyorlar anlatır mısınız?

## **EBEVEYNLİK STRESİ**

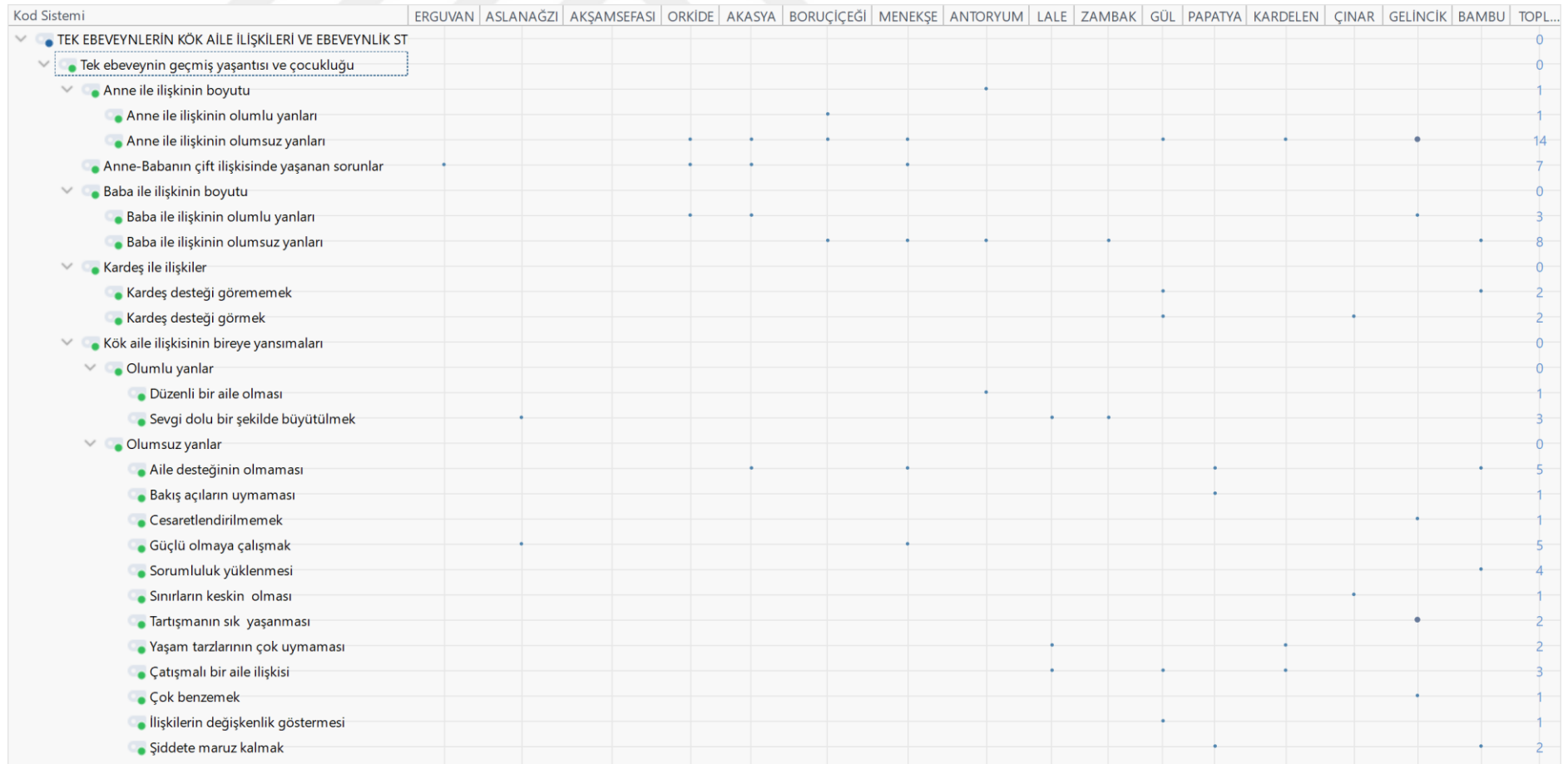
10. Ebeveynlik sürecinde stres yaşıyor musunuz? Yaşıyorsanız hangi konularda ne tür stres yaşıyorsunuz?
11. Bu stresin oluşmasında kök ailenin bir etkisi var mı? Varsa ne tür bir etkisi var?
12. Kendi hayatınızdan ödün verdiğinizi düşünüyor musunuz?
13. Kendinize vakit ayırabiliyor musunuz?
14. Tek ebeveynlik sürecinin sorumluluklarınız üzerinde ne tür bir etkisi oldu?
15. Çocuğunuz ile ilgili ne tür sorunlar yaşıyorsunuz?
16. Tek ebeveynlik sürecinde sizi en çok etkileyen sorunlar nelerdir anlatabilir misiniz?
17. Stres yaşadığınız süreçlerde en çok hangi duyguları yaşıyorsunuz?
18. Kendinizi yetersiz hissettiğiniz ve hayatınızı sorguladığınız anlar oluyor mu? Hangi durumlarda nasıl hissediyorsunuz?
19. Stresle nasıl baş ediyorsunuz?
20. Psikolojik destek almayı düşündünüz mü?

## **SONLANMA**

21. Ekleyeceğiniz bir şeyler var mı?

## TEMALARA AİT KOD YOĞUNLUK HARİTALARI

## 1. Tek ebeveynin geçmiş yaşantısı ve çocukluğu



| Kod Sistemi                                           | ERGUVAN | ASLANAĞZI | AKŞAMSEFASI | ORKIDE | AKASYA | BORUÇİÇEĞİ | MENEKŞE | ANTORYUM | LALE | ZAMBAK | GÜL | PAPATYA | KARDELEN | ÇINAR | GELİNCİK | BAMBU | TOPL.. |
|-------------------------------------------------------|---------|-----------|-------------|--------|--------|------------|---------|----------|------|--------|-----|---------|----------|-------|----------|-------|--------|
| TEK EBEVEYNLERİN KÖK AİLE İLİŞKİLERİ VE EBEVEYNLIK ST |         |           |             |        |        |            |         |          |      |        |     |         |          |       |          |       | 0      |
| Tek ebeveynin geçmiş yaşantısı ve çocukluğu           |         |           |             |        |        |            |         |          |      |        |     |         |          |       |          |       | 0      |
| Kök aile yapısına dönük keşkeler                      |         |           |             |        |        |            |         |          |      |        |     |         |          |       |          |       | 0      |
| Ailesiyle ilişkilerinin daha iyi olmasını istemek (   |         |           |             |        |        |            |         |          |      |        |     |         |          |       |          |       | 2      |
| Anneye dair beklentiler                               |         |           |             |        |        |            |         |          |      |        |     |         |          |       |          |       | 1      |
| Konuşmak istemek                                      |         |           |             |        |        |            |         |          |      |        |     |         |          |       |          |       | 1      |
| Babaya dair beklentiler                               |         |           |             |        |        |            |         |          |      |        |     |         |          |       |          |       | 0      |
| Baba sevgisini daha fazla hissetmek                   |         |           |             |        |        |            |         |          |      |        |     |         |          |       |          |       | 1      |
| Torunlarına sevgi göstermesi                          |         |           |             |        |        |            |         |          |      |        |     |         |          |       |          |       | 1      |
| Babasının ilgili olması                               |         |           |             |        |        |            |         |          |      |        |     |         |          |       |          |       | 1      |
| Babasının yaşıyor olması                              |         |           |             |        |        |            |         |          |      |        |     |         |          |       |          |       | 3      |
| Değerli hissetmek istemek                             |         |           |             |        |        |            |         |          |      |        |     |         |          |       |          |       | 4      |
| Birbirlerini anlayabilmek                             |         |           |             |        |        |            |         |          |      |        |     |         |          |       |          |       | 1      |
| Hayal edememek                                        |         |           |             |        |        |            |         |          |      |        |     |         |          |       |          |       | 3      |
| Sevgiyi hissedememek                                  |         |           |             |        |        |            |         |          |      |        |     |         |          |       |          |       | 1      |
| Çatışmaların yaşanmamış olması                        |         |           |             |        |        |            |         |          |      |        |     |         |          |       |          |       | 3      |
| İdeal aile biçiminde büyümek                          |         |           |             |        |        |            |         |          |      |        |     |         |          |       |          |       | 2      |
| Manevi destek talebi                                  |         |           |             |        |        |            |         |          |      |        |     |         |          |       |          |       | 1      |
| Yanında olmasını istemek                              |         |           |             |        |        |            |         |          |      |        |     |         |          |       |          |       | 1      |
| Sevgisini fiziki göstermek                            |         |           |             |        |        |            |         |          |      |        |     |         |          |       |          |       | 2      |

## 2. Tek ebeveynlik öncesi süreç

| Kod Sistemi                                           | ERGUVAN | ASLANAĞZI | AKŞAMSEFASI | ORKİDE | AKASYA | BORUÇİÇEĞİ | MENEKŞE | ANTORYUM | LALE | ZAMBAK | GÜL | PAPATYA | KARDELEN | ÇINAR | GELİNCİK | BAMBU | TOPL... |
|-------------------------------------------------------|---------|-----------|-------------|--------|--------|------------|---------|----------|------|--------|-----|---------|----------|-------|----------|-------|---------|
| TEK EBEVEYNLERİN KÖK AİLE İLİŞKİLERİ VE EBEVEYNLIK ST |         |           |             |        |        |            |         |          |      |        |     |         |          |       |          |       | 0       |
| Tek ebeveynlik öncesi süreç                           |         |           |             |        |        |            |         |          |      |        |     |         |          |       |          |       | 0       |
| Tek ebeveynliğin oluşma süreci                        |         |           |             |        |        |            |         |          |      |        |     |         |          |       |          |       | 0       |
| Boşanma süreci                                        |         |           |             |        |        |            |         |          |      |        |     |         |          |       |          |       | 8       |
| Boşanma sebebi                                        |         |           |             |        |        |            |         |          |      |        |     |         |          |       |          |       | 2       |
| Aldatma                                               |         |           |             |        |        |            |         |          |      |        |     |         |          |       |          |       | 2       |
| Anlaşamamak                                           |         |           |             |        |        |            |         |          |      |        |     |         |          |       |          |       | 7       |
| Anlaşmalı boşanmak                                    |         |           |             |        |        |            |         |          |      |        |     |         |          |       |          |       | 2       |
| Bağın kopması                                         |         |           |             |        |        |            |         |          |      |        |     |         |          |       |          |       | 3       |
| Ebeveynlik rolünü yerine getirmemek                   |         |           |             |        |        |            |         |          |      |        |     |         |          |       |          |       | 1       |
| Eşinin talebi ile boşanmak                            |         |           |             |        |        |            |         |          |      |        |     |         |          |       |          |       | 1       |
| Şiddete maruz kalmak                                  |         |           |             |        |        |            |         |          |      |        |     |         |          |       |          |       | 5       |
| Kök ailenin karar süreçlerini etkilemesi              |         |           |             |        |        |            |         |          |      |        |     |         |          |       |          |       | 3       |
| Bakış açısının değişmesi                              |         |           |             |        |        |            |         |          |      |        |     |         |          |       |          |       | 2       |
| Baskıya maruz kalmak                                  |         |           |             |        |        |            |         |          |      |        |     |         |          |       |          |       | 7       |
| Belirleyici olmaları                                  |         |           |             |        |        |            |         |          |      |        |     |         |          |       |          |       | 2       |
| Müdahale etmek                                        |         |           |             |        |        |            |         |          |      |        |     |         |          |       |          |       | 1       |
| Süreçte yaşanan değişim dönüşüm                       |         |           |             |        |        |            |         |          |      |        |     |         |          |       |          |       | 0       |
| Eksik hissetmek                                       |         |           |             |        |        |            |         |          |      |        |     |         |          |       |          |       | 1       |
| Pişmanlık                                             |         |           |             |        |        |            |         |          |      |        |     |         |          |       |          |       | 1       |
| Yaşama dair umutlanmak                                |         |           |             |        |        |            |         |          |      |        |     |         |          |       |          |       | 1       |
| Yeniden evlenmek                                      |         |           |             |        |        |            |         |          |      |        |     |         |          |       |          |       | 1       |
| Yeni bir yaşam düzeni kurmak                          |         |           |             |        |        |            |         |          |      |        |     |         |          |       |          |       | 0       |
| Çocuklarından ayrı yaşamak zorunda kalmak             |         |           |             |        |        |            |         |          |      |        |     |         |          |       |          |       | 1       |
| Aile ile birlikte yaşamaya başlamak                   |         |           |             |        |        |            |         |          |      |        |     |         |          |       |          |       | 17      |
| Tek başına yaşamak istememek                          |         |           |             |        |        |            |         |          |      |        |     |         |          |       |          |       | 1       |
| Çocukların düzen kurma isteği                         |         |           |             |        |        |            |         |          |      |        |     |         |          |       |          |       | 2       |

## 2. Tek ebeveynlik süreci

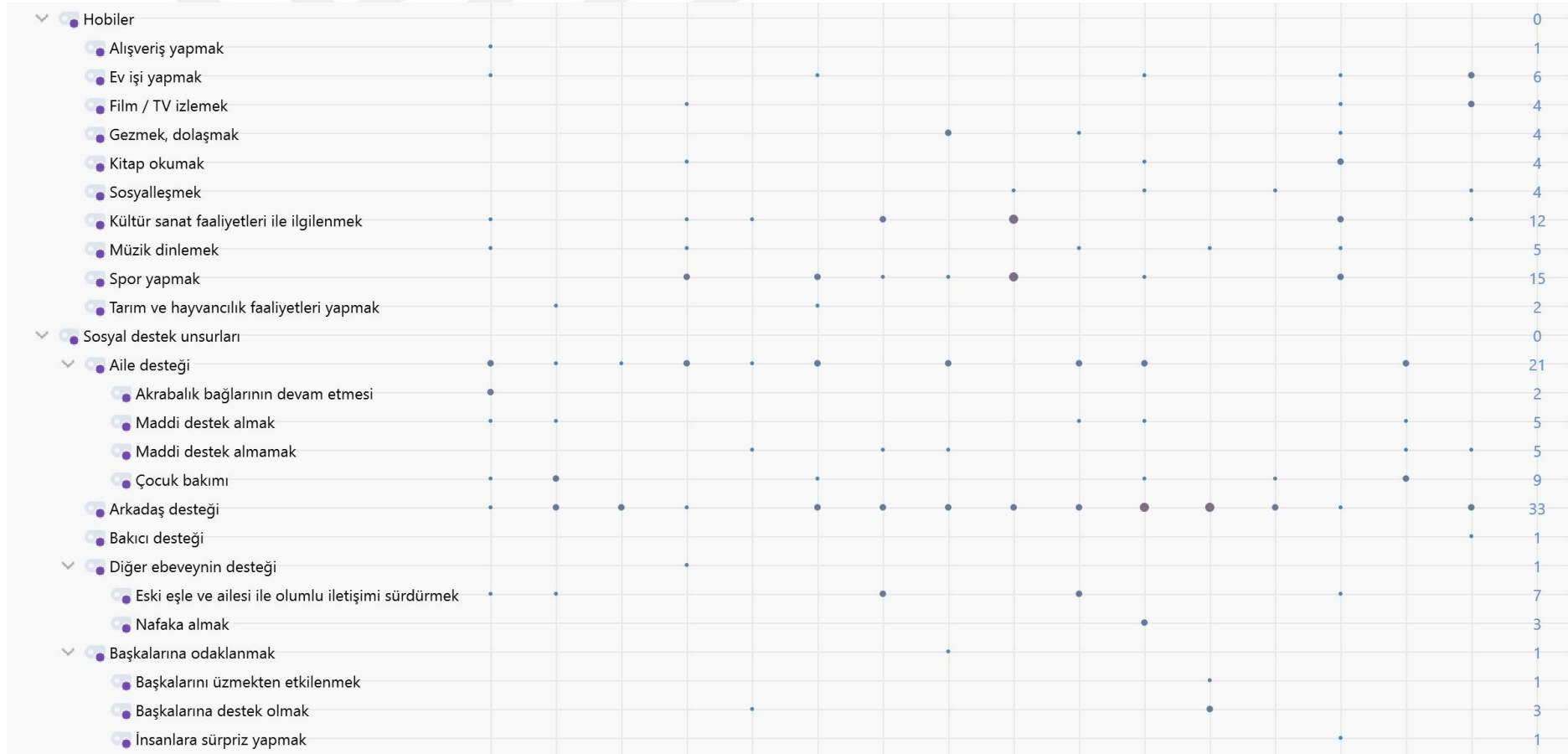
| Kod Sistemi                                                 | ERGUVAN | ASLAN... | AKŞAMSEFASI | ORKİDE | AKASYA | BORUÇİÇEĞİ | MENEKŞE | ANTORYUM | LALE | ZAMBAK | GÜL | PAPATYA | KARDELEN | ÇINAR | GELİNCİK | BAMBU | TOPLAM |
|-------------------------------------------------------------|---------|----------|-------------|--------|--------|------------|---------|----------|------|--------|-----|---------|----------|-------|----------|-------|--------|
| TEK EBEVEYNLERİN KÖK AİLE İLİŞKİLERİ VE EBEVEYNLIK STRESİ   |         |          |             |        |        |            |         |          |      |        |     |         |          |       |          |       | 0      |
| > Tek ebeveynin geçmiş yaşantısı ve çocukluğu               |         |          |             |        |        |            |         |          |      |        |     |         |          |       |          |       | 98     |
| > Tek ebeveynlik öncesi süreç                               |         |          |             |        |        |            |         |          |      |        |     |         |          |       |          |       | 69     |
| > Tek ebeveynlik süreci                                     |         |          |             |        |        |            |         |          |      |        |     |         |          |       |          |       | 0      |
| > Çocuklarla ilişkiler                                      |         |          |             |        |        |            |         |          |      |        |     |         |          |       |          |       | 0      |
| > Çocukların diğer ebeveyn ve onun kök ailesi ile ilişkiler |         |          |             |        |        |            |         |          |      |        |     |         |          |       |          |       | 1      |
| > Babanın maddi destek olması                               |         |          |             |        |        |            |         |          |      |        |     |         |          |       |          |       | 2      |
| > Babanın sorumluluk almaması                               |         |          |             |        |        |            |         |          |      |        |     |         |          |       |          |       | 1      |
| > Babanın çocukla ilgilenmesi                               |         |          |             |        |        |            |         |          |      |        |     |         |          |       |          |       | 4      |
| > Diğer ebeveynin şiddetine maruz kalmak                    |         |          |             |        |        |            |         |          |      |        |     |         |          |       |          |       | 1      |
| > Kök aile ile görüşmemek                                   |         |          |             |        |        |            |         |          |      |        |     |         |          |       |          |       | 1      |
| > Sınırlı iletişim olması                                   |         |          |             |        |        |            |         |          |      |        |     |         |          |       |          |       | 6      |
| > Çocuk ile iletişime geçmemek                              |         |          |             |        |        |            |         |          |      |        |     |         |          |       |          |       | 3      |
| > Çocuk ile kavga etmek                                     |         |          |             |        |        |            |         |          |      |        |     |         |          |       |          |       | 1      |
| > Çocukların görüşmesini engellemek                         |         |          |             |        |        |            |         |          |      |        |     |         |          |       |          |       | 9      |
| > Çocuğu kullanmak                                          |         |          |             |        |        |            |         |          |      |        |     |         |          |       |          |       | 1      |
| > Çocuğun babasıyla görüşmek istememesi                     |         |          |             |        |        |            |         |          |      |        |     |         |          |       |          |       | 6      |
| > İletişimde yaşanan zorluklar                              |         |          |             |        |        |            |         |          |      |        |     |         |          |       |          |       | 0      |
| > Dönemsel tartışmaların yaşanması                          |         |          |             |        |        |            |         |          |      |        |     |         |          |       |          |       | 6      |
| > Ebeveynlikte zorlanmak                                    |         |          |             |        |        |            |         |          |      |        |     |         |          |       |          |       | 1      |
| > Ergenlik dönemi etkileri                                  |         |          |             |        |        |            |         |          |      |        |     |         |          |       |          |       | 1      |
| > Travma yaşamaları                                         |         |          |             |        |        |            |         |          |      |        |     |         |          |       |          |       | 1      |
| > Çocuklar üzerinden iletişim kurmak                        |         |          |             |        |        |            |         |          |      |        |     |         |          |       |          |       | 1      |
| > Çocukların psikolojik yardım ihtiyacı                     |         |          |             |        |        |            |         |          |      |        |     |         |          |       |          |       | 1      |
| > İlişkilerin iyi olması                                    |         |          |             |        |        |            |         |          |      |        |     |         |          |       |          |       | 3      |
| > Açık ve sıcak bir iletişim kurmak                         |         |          |             |        |        |            |         |          |      |        |     |         |          |       |          |       | 8      |
| > Güven ilişkisi kurmak                                     |         |          |             |        |        |            |         |          |      |        |     |         |          |       |          |       | 3      |
| > Oyunlar oynamak                                           |         |          |             |        |        |            |         |          |      |        |     |         |          |       |          |       | 1      |
| > Sevgisini hissettirmeye çabalamak                         |         |          |             |        |        |            |         |          |      |        |     |         |          |       |          |       | 4      |
| > Çocukların desteğini hissetmek                            |         |          |             |        |        |            |         |          |      |        |     |         |          |       |          |       | 1      |
| > Çocuğuna iyi bakmak                                       |         |          |             |        |        |            |         |          |      |        |     |         |          |       |          |       | 2      |

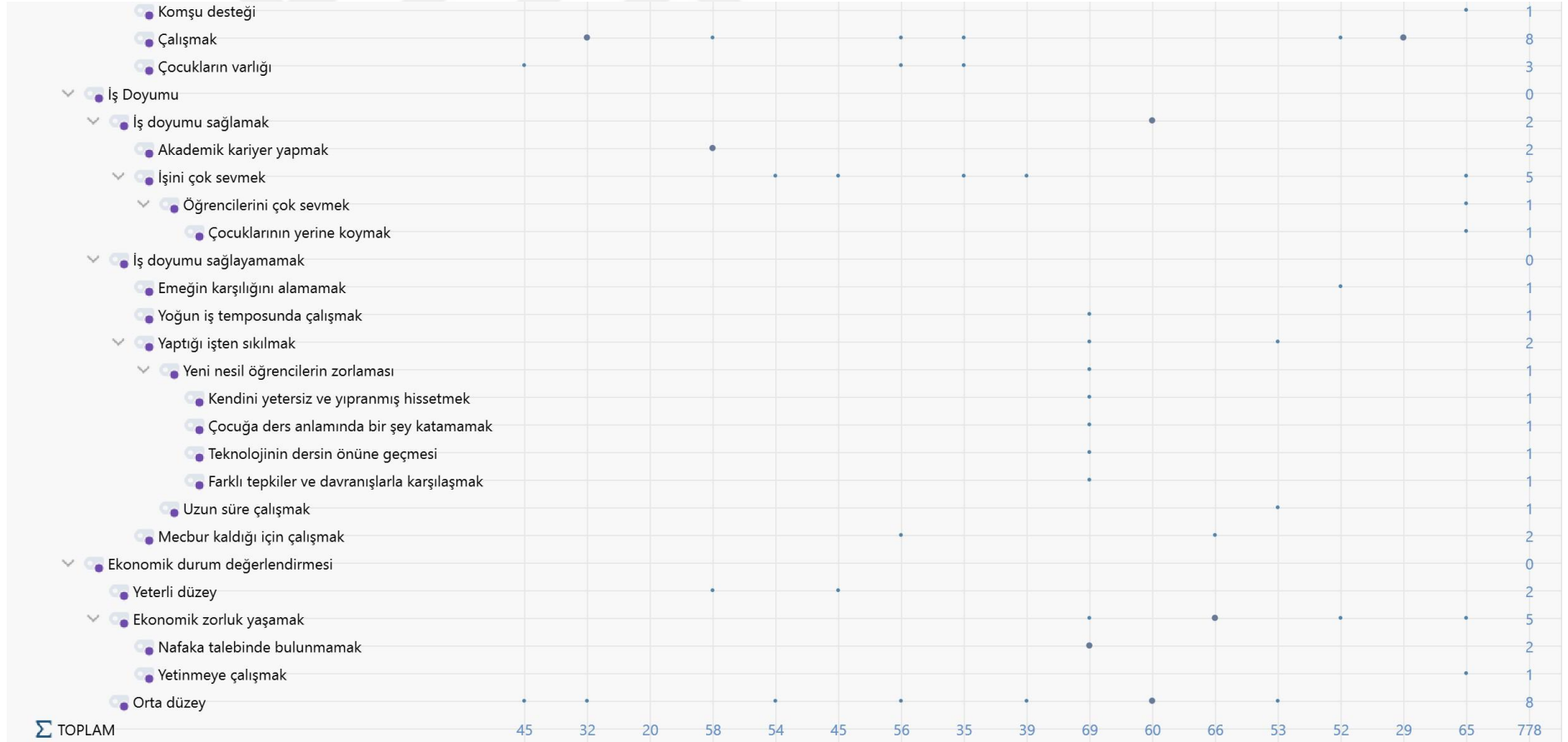
| Kod Sistemi                             | ERGUVAN | ASLAN... | AKŞAMSEFASI | ORKİDE | AKASYA | BORUÇİÇEĞİ | MENEKŞE | ANTORYUM | LALE | ZAMBAK | GÜL | PAPATYA | KARDELEN | ÇINAR | GELİNCİK | BAMBU | TOPLAM |
|-----------------------------------------|---------|----------|-------------|--------|--------|------------|---------|----------|------|--------|-----|---------|----------|-------|----------|-------|--------|
| Boşanmanın çocuklar üzerinde etkisi     |         |          |             |        |        |            |         |          |      |        |     |         |          |       |          |       | 1      |
| Çocuklarla çatışma yaşamak              |         |          |             |        |        |            |         |          |      |        |     |         |          |       |          |       | 3      |
| Çocukların sağlık durumunun etkilenmesi |         |          |             |        |        |            |         |          |      |        |     |         |          |       |          |       | 4      |
| Özgüvensizlik                           |         |          |             |        |        |            |         |          |      |        |     |         |          |       |          |       | 1      |
| İletişim zorlukları yaşama              |         |          |             |        |        |            |         |          |      |        |     |         |          |       |          |       | 1      |
| Okul başarısına etkisi                  |         |          |             |        |        |            |         |          |      |        |     |         |          |       |          |       | 7      |
| Yaşanan duygu ve düşünceler             |         |          |             |        |        |            |         |          |      |        |     |         |          |       |          |       | 1      |
| Ani duygu değişimi yaşamak              |         |          |             |        |        |            |         |          |      |        |     |         |          |       |          |       | 2      |
| Anlaşılmadığını düşünmek                |         |          |             |        |        |            |         |          |      |        |     |         |          |       |          |       | 3      |
| Aşağılanmak                             |         |          |             |        |        |            |         |          |      |        |     |         |          |       |          |       | 2      |
| Kendini sorgulamak                      |         |          |             |        |        |            |         |          |      |        |     |         |          |       |          |       | 3      |
| Kaygılanma                              |         |          |             |        |        |            |         |          |      |        |     |         |          |       |          |       | 3      |
| Pişmanlık duyma                         |         |          |             |        |        |            |         |          |      |        |     |         |          |       |          |       | 1      |
| Çaresizlik hissetme                     |         |          |             |        |        |            |         |          |      |        |     |         |          |       |          |       | 5      |
| Yetersiz hissetmek                      |         |          |             |        |        |            |         |          |      |        |     |         |          |       |          |       | 16     |
| Çok duygusal olma                       |         |          |             |        |        |            |         |          |      |        |     |         |          |       |          |       | 2      |
| Öfkelenme                               |         |          |             |        |        |            |         |          |      |        |     |         |          |       |          |       | 6      |
| Üzüntü duyma                            |         |          |             |        |        |            |         |          |      |        |     |         |          |       |          |       | 3      |
| Sağlık durumu                           |         |          |             |        |        |            |         |          |      |        |     |         |          |       |          |       | 0      |
| Fiziksel sağlık sorunları               |         |          |             |        |        |            |         |          |      |        |     |         |          |       |          |       | 0      |
| Astım                                   |         |          |             |        |        |            |         |          |      |        |     |         |          |       |          |       | 2      |
| Fiziksel ağrılar                        |         |          |             |        |        |            |         |          |      |        |     |         |          |       |          |       | 3      |
| Fıtık                                   |         |          |             |        |        |            |         |          |      |        |     |         |          |       |          |       | 3      |
| Kalp hastalığı                          |         |          |             |        |        |            |         |          |      |        |     |         |          |       |          |       | 1      |
| Mide kanaması                           |         |          |             |        |        |            |         |          |      |        |     |         |          |       |          |       | 1      |
| Migren                                  |         |          |             |        |        |            |         |          |      |        |     |         |          |       |          |       | 1      |
| Tansiyon                                |         |          |             |        |        |            |         |          |      |        |     |         |          |       |          |       | 2      |
| Uyanamamak                              |         |          |             |        |        |            |         |          |      |        |     |         |          |       |          |       | 1      |
| Yürüme Engeli                           |         |          |             |        |        |            |         |          |      |        |     |         |          |       |          |       | 2      |
| Şeker hastalığı                         |         |          |             |        |        |            |         |          |      |        |     |         |          |       |          |       | 1      |

| Kod Sistemi                            | ERGUVAN | ASLAN... | AĞSAMSEFASI | ORKİDE | AKASYA | BORUÇİÇEĞİ | MENEKŞE | ANTORYUM | LALE | ZAMBAK | GÜL | PAPATYA | KARDELEN | ÇINAR | GELİNCİK | BAMBU | TOPLAM |
|----------------------------------------|---------|----------|-------------|--------|--------|------------|---------|----------|------|--------|-----|---------|----------|-------|----------|-------|--------|
| ▼ Psikolojik sağlık sorunları          |         |          |             | •      | •      |            | •       | •        |      | •      |     |         |          | •     |          |       | 8      |
| • Anksiyete                            |         |          |             |        |        |            |         |          |      |        |     |         |          | •     |          |       | 1      |
| • Bipolar bozukluk                     | •       |          |             |        |        |            |         |          |      |        |     |         |          |       |          |       | 1      |
| • Psikolojik Destek almamak            |         | •        |             |        | •      |            | •       |          | •    | •      |     |         |          |       |          |       | 6      |
| • Psikolojik destek almak              |         |          |             | •      |        | •          |         | •        | •    |        |     |         | •        | •     |          | •     | 11     |
| • Ruhsal çöküntü                       |         |          |             |        |        |            |         |          |      |        | •   | •       |          | •     |          |       | 3      |
| • İlaç tedavisi almak                  | •       |          |             |        |        |            |         |          |      |        | •   | •       | •        | •     |          | •     | 9      |
| • Tedaviden kaçmak                     |         |          |             |        |        |            | •       |          |      | •      |     |         |          |       |          | •     | 4      |
| ▼ Tütün ürünleri ve alkol kullanımı    |         |          |             |        |        |            |         |          |      |        |     |         |          |       |          |       | 0      |
| • Alkol almak                          |         |          |             |        |        |            |         |          |      |        | •   |         | •        |       |          |       | 2      |
| • Sigara kullanımı                     |         | •        |             |        | •      | •          | •       | •        |      |        |     | •       |          |       |          |       | 7      |
| • Sigara ve alkol kullanmamak          |         |          | •           | •      |        |            |         |          |      |        |     |         |          |       |          |       | 2      |
| ▼ Yaşanan sorunlar                     |         |          |             |        |        |            |         |          |      |        |     |         |          |       |          |       | 0      |
| ▼ Bireysel Sorunlar                    |         |          |             |        |        |            |         |          |      |        |     |         |          |       |          |       | 0      |
| • Eski eş ve ailesi ile görüşmemek     | •       |          |             | •      | •      | •          | •       |          | •    | •      | •   |         |          |       |          |       | 10     |
| • Agresif olmak                        |         |          |             |        | •      |            |         |          |      |        |     |         |          |       |          |       | 2      |
| • Evin yeni düzenine uyumlanmak        |         | •        |             | •      |        |            |         |          |      |        |     |         |          |       |          |       | 2      |
| • Hayatı yaşamaya çalışmak             |         |          |             |        |        |            |         |          |      |        | •   |         |          |       |          |       | 2      |
| > Hayatından ödün vermek               |         | •        | •           | •      | •      | •          | •       | •        | •    | •      |     | •       | •        |       |          |       | 19     |
| • Kendine vakit ayıramamak             | •       |          |             |        | •      | •          | •       |          |      |        |     |         | •        | •     |          |       | 7      |
| • Maddi zorluk yaşamak                 |         | •        |             | •      | •      | •          |         |          | •    | •      | •   | •       | •        |       |          |       | 13     |
| > İmkansızlık nedeniyle hobi yapamamak |         |          |             |        |        |            |         |          |      |        |     | •       | •        |       |          | •     | 3      |
| • Sorumlulukların altında ezilmek      |         |          |             |        |        |            |         |          |      |        |     | •       |          | •     |          |       | 2      |
| • Sosyal baskıya maruz kalmak          |         |          |             |        |        |            |         |          |      |        |     | •       |          |       |          | •     | 4      |
| • Sosyal çevrenin daralması            |         |          |             |        |        | •          |         |          |      |        |     |         |          |       |          |       | 1      |
| • Tacize uğramak                       |         |          |             |        |        |            |         |          |      |        |     |         |          |       |          | •     | 2      |
| • Tek başına sorumluluk almak          |         |          |             | •      | •      | •          | •       | •        | •    |        | •   | •       | •        |       | •        | •     | 18     |

| Kod Sistemi                                 | ERGUVAN | ASLAN... | AKŞAMSEFASI | ORKİDE | AKASYA | BORUÇİÇEĞİ | MENEKŞE | ANTORYUM | LALE | ZAMBAK | GÜL | PAPATYA | KARDELEN | ÇINAR | GELİNCİK | BAMBU | TOPLAM |
|---------------------------------------------|---------|----------|-------------|--------|--------|------------|---------|----------|------|--------|-----|---------|----------|-------|----------|-------|--------|
| ▼ Kök aile etkisi                           |         |          |             |        |        |            |         |          | •    |        |     |         |          |       |          |       | 1      |
| • Aile baskısı yaşamak                      |         |          |             |        |        |            |         |          |      |        |     | •       |          | •     |          |       | 3      |
| • Aile etkisinin olmaması                   |         |          |             |        |        |            | •       |          |      | •      |     |         |          |       |          |       | 2      |
| • Ailenin kültürel etkisi                   |         |          |             |        |        |            |         |          | •    |        |     |         |          |       |          |       | 2      |
| • Beklentiye girmeleri                      |         |          |             |        |        |            |         |          |      |        | •   |         |          |       |          |       | 1      |
| • Eleştirilme kaygısı yaşamak               |         |          |             | •      |        |            |         |          |      |        |     |         |          |       |          |       | 1      |
| • Müdahale etmemek                          |         |          | •           | •      | •      | •          | •       | •        | •    | •      |     |         | •        |       |          | •     | 12     |
| • İşlevsiz olduklarını düşünmek             |         |          |             |        | •      |            |         |          |      |        |     |         |          |       |          |       | 1      |
| ▼ Çocuklarla ilgili yaşanan sorunlar        |         |          |             |        |        |            |         |          |      |        |     |         |          |       |          |       | 0      |
| • Ebeveynin eksikliği yaşamak               |         |          |             | •      |        | •          |         |          |      | •      | •   |         |          |       |          |       | 8      |
| • Davranış sorunları                        | •       |          |             |        | •      |            |         |          |      |        |     |         |          |       |          |       | 3      |
| ▼ Disiplin oluşturmaya çalışmak             |         |          | •           |        |        |            |         |          |      |        |     |         |          |       |          |       | 1      |
| • Evde görev dağılımını oturtmak            |         |          |             |        |        |            |         |          |      |        | •   |         |          |       |          |       | 1      |
| • Sınır oluşturmakta zorlanmak              |         |          |             |        |        | •          |         |          |      |        |     |         |          |       |          |       | 1      |
| • Çalışarak sorumluluk kazandırmak          |         |          | •           |        |        |            |         |          |      |        |     |         |          |       |          |       | 2      |
| ▼ Ergenlik süreci                           |         |          |             |        |        |            |         |          |      |        |     |         |          |       |          |       | 0      |
| • Kullanılan dil                            |         |          |             |        |        |            |         |          | •    |        |     |         |          |       |          |       | 1      |
| • Kuşak çatışması                           |         |          |             |        |        |            | •       |          |      |        |     |         |          |       |          | •     | 2      |
| ▼ Çocukların isteklerinin bitmemesi         |         |          |             |        |        |            |         |          |      |        |     |         |          | •     |          |       | 1      |
| • Birbirinden farklı isteklerde bulunmak    |         |          |             |        |        | •          |         |          |      |        |     |         |          |       |          |       | 1      |
| • Çok talepkar bir neslin olması            |         |          |             |        |        |            |         |          |      |        |     |         |          | •     |          |       | 1      |
| • Evlat sahibi olmak                        |         |          |             |        |        |            |         |          |      |        | •   |         |          |       |          |       | 1      |
| • Güvensizlik yaşamak                       |         |          |             |        | •      |            |         |          |      |        |     |         |          |       |          |       | 1      |
| ▼ Okulla ilgili problem yaşamak             |         |          |             |        |        |            | •       |          |      |        | •   |         | •        |       |          |       | 3      |
| • Rahat davranması                          |         |          |             |        |        |            |         |          |      |        |     |         |          |       |          |       | 1      |
| ▼ Çocukların eğitim sürecinin iyi gitmemesi | •       |          |             | •      |        |            | •       |          |      |        |     | •       |          |       |          |       | 5      |
| • Ek ders aldırılmamak                      |         |          |             |        |        |            |         |          |      |        |     | •       |          |       |          |       | 1      |
| • Okumak istememek                          |         |          |             |        |        |            |         |          |      |        |     |         | •        |       |          |       | 2      |
| • Süreci kabul etmemeleri                   | •       |          |             |        |        |            |         |          |      |        |     |         |          |       |          |       | 1      |
| • Yetişememek                               |         |          |             |        |        | •          |         |          |      |        |     |         |          |       |          |       | 1      |

| Kod Sistemi                                  | ERGUVAN | ASLAN... | AKŞAMSEFASI | ORKİDE | AKASYA | BORUÇİÇEĞİ | MENEKŞE | ANTORYUM | LALE | ZAMBAK | GÜL | PAPATYA | KARDELEN | ÇINAR | GELİNCİK | BAMBU | TOPLAM |
|----------------------------------------------|---------|----------|-------------|--------|--------|------------|---------|----------|------|--------|-----|---------|----------|-------|----------|-------|--------|
| ▼ Çocuk-ebeveyn ilişkisinde yaşanan sorunlar |         |          |             |        |        |            |         |          |      |        |     |         |          |       |          |       | 0      |
| ▼ Çocukların babasından uzaklaşması          |         |          |             |        |        |            |         |          |      |        |     |         |          |       |          |       | 1      |
| ▼ Çocukların diğer ebeveynden destek göremem |         |          |             |        |        |            |         |          |      |        |     |         |          |       |          |       | 7      |
| ▼ Çocuklarına sevgi verememek                |         |          |             |        |        |            |         |          |      |        |     |         |          |       |          |       | 1      |
| ▼ Çocukların kendisini suçlu görmesi         |         |          |             |        |        |            |         |          |      |        |     |         |          |       |          |       | 1      |
| ▼ Çocukların psikolojisinin bozulması        |         |          |             |        |        |            |         |          |      |        |     |         |          |       |          |       | 1      |
| ▼ Çocuklarıyla babaları arasında kalmak      |         |          |             |        |        |            |         |          |      |        |     |         |          |       |          |       | 2      |
| ▼ Çocuklara ilişkin kaygının artması         |         |          |             |        |        |            |         |          |      |        |     |         |          |       |          |       | 1      |
| ▼ Çocuklara maddi destek olamamak            |         |          |             |        |        |            |         |          |      |        |     |         |          |       |          |       | 1      |
| ▼ Çocuklarla yeterince vakit geçirememek     |         |          |             |        |        |            |         |          |      |        |     |         |          |       |          |       | 5      |
| ▼ Çocuğun geleceği ile ilgili endişe duymak  |         |          |             |        |        |            |         |          |      |        |     |         |          |       |          |       | 2      |
| ▼ Çocuğun güvenliğine dair korku yaşamak     |         |          |             |        |        |            |         |          |      |        |     |         |          |       |          |       | 1      |
| ▼ İletişim kurmakta zorluk çekmek            |         |          |             |        |        |            |         |          |      |        |     |         |          |       |          |       | 6      |
| ▼ Baş etme mekanizmaları                     |         |          |             |        |        |            |         |          |      |        |     |         |          |       |          |       | 0      |
| ▼ Bireysel destek unsurları                  |         |          |             |        |        |            |         |          |      |        |     |         |          |       |          |       | 7      |
| ▼ Beslenmeye dikkat etmek                    |         |          |             |        |        |            |         |          |      |        |     |         |          |       |          |       | 1      |
| ▼ Evde vakit geçirmek                        |         |          |             |        |        |            |         |          |      |        |     |         |          |       |          |       | 1      |
| ▼ Daha cesur olmak                           |         |          |             |        |        |            |         |          |      |        |     |         |          |       |          |       | 1      |
| ▼ Hızlı toparlanmak                          |         |          |             |        |        |            |         |          |      |        |     |         |          |       |          |       | 1      |
| ▼ Kendine dur diyememek                      |         |          |             |        |        |            |         |          |      |        |     |         |          |       |          |       | 1      |
| ▼ Kendini sevmek                             |         |          |             |        |        |            |         |          |      |        |     |         |          |       |          |       | 4      |
| ▼ Kişisel bakımına özen göstermek            |         |          |             |        |        |            |         |          |      |        |     |         |          |       |          |       | 3      |
| ▼ Kendisini destek olarak görmek             |         |          |             |        |        |            |         |          |      |        |     |         |          |       |          |       | 5      |
| ▼ Mesafe koymak                              |         |          |             |        |        |            |         |          |      |        |     |         |          |       |          |       | 2      |
| ▼ Mesleki deneyim                            |         |          |             |        |        |            |         |          |      |        |     |         |          |       |          |       | 1      |
| ▼ Odağıdeğiştirmek                           |         |          |             |        |        |            |         |          |      |        |     |         |          |       |          |       | 2      |





## EK-3: ETİK KURUL İZNİ

Evrak Tarih ve Sayısı: 27.07.2023-38699

|                                                                                                                     |                                                                                                                          |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <br>HASAN KALYONCU<br>ÜNİVERSİTESİ | <b>T.C.</b><br><b>HASAN KALYONCU ÜNİVERSİTESİ</b><br><b>BİLİMSEL ARAŞTIRMA VE</b><br><b>YAYIN ETİĞİ KURULU KARARLARI</b> |
| <b>TOPLANTI TARİHİ</b><br><b>14.07.2023</b>                                                                         | <b>TOPLANTI NO</b><br><b>2023-25</b>                                                                                     |

Sayı : E-97105791-050.01.01-38699  
Konu : Etik Kurul Hk.

|                     |                                                             |
|---------------------|-------------------------------------------------------------|
| Çalışmanın Türü     | Yüksek Lisans Tezi                                          |
| Konu                | Anket Uygulama                                              |
| Başlık              | "Tek Ebeveynlerin Kök Aile İlişkileri ve Ebeveynlik Stresi" |
| Yürütücü / Danışman | Prof. Dr. Yaşar ÖZBAY                                       |
| Yazar               | Hayriye ERÇETİN ALTINDAĞ                                    |
| Karar               | Olumlu                                                      |

Prof. Dr. Mehmet Lütfi YOLA  
Etik Kurul Başkanı

Prof.Dr. Muhammet Fatih HASOĞLU  
Etik Kurul Üyesi

Prof.Dr. Bülent Bahri KÜÇÜKERDOĞAN  
Etik Kurul Üyesi

Prof.Dr. Kezban BAYRAMLAR  
Etik Kurul Üyesi

Prof.Dr. Mahmut Serhat YENİCE  
Etik Kurul Üyesi

Prof.Dr. Mazlum ÇELİK  
Etik Kurul Üyesi

Ek:Hayriye Erçetin ALTINDAĞ EKBF.

Bu belge, güvenli elektronik imza ile imzalanmıştır.

Belge Doğrulama Kodu :\*BSRMM42V7\*

Belge Takip Adresi : <https://turkiye.gov.tr/ebd?eK=5999&eD=BSRMM42V7&eS=38699>

Adres:Hasan Kalyoncu Üniversitesi Havaalanı Yolu Üzeri 8. Km. Şahinbey / Gaziantep

Telefon:0 (342) 211 8080 / 1400/1402 Faks:0 (342) 211 80 81

e-Posta:info@hku.edu.tr Web:www.hku.edu.tr

Kep Adresi:hasankalyoncu.univ@hs01.kep.tr

Bilgi için: Merve BİLGİN

Unvanı: Memur



## ÖZGEÇMİŞ

Adı Soyadı : Hayriye ERÇETİN  
Doğum Tarihi : 23.11.1987  
Gmail : ercetinhayriye21@gmail.com

|               | Üniversite                  | Fakülte/Enstitü  | Bölüm                               | Mezuniyet Tarihi |
|---------------|-----------------------------|------------------|-------------------------------------|------------------|
| Lisans        | Mersin Üniversitesi         | Eğitim Fakültesi | Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık | 2006-2010        |
| Yüksek Lisans | Hasan Kalyoncu Üniversitesi | Eğitim Fakültesi | Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık | 2021-2024        |

## MESLEKİ DENEYİM

|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |                     |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------|
| Halen Çalıştığı Kurum/Kuruluş                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               | MEB                 |
| Yer                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         | DİYARBAKIR          |
| Tarih                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       | 2010- Halen         |
| Pozisyon                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    | PSİKOLOJİK DANIŞMAN |
| <p><b>Üstlenilen Ana Görevler ve Sorumluluklar:</b></p> <p><b><u>Psikolojik Danışmanlık ve Rehberlik</u></b></p> <p><b><u>Aile Danışmanlığı</u></b></p> <p><b><u>Wnv (Formatör)</u></b></p> <p><b><u>KBİT-2 (formatör)</u></b></p> <p><b><u>5395 Sayılı ÇKK ve Danışmanlık Tedbiri (İl Koordinatörü)</u></b></p> <p><b><u>Özel Eğitim Değerlendirme</u></b></p> <p><b><u>İlçe Krize- Travma Müdahale Ekip üyesi</u></b></p> |                     |

## BİLİMSEL YAYINLAR

Aydın R. Binay B. Erçetin. H (2023). Çocuk ve Ergen Psikolojisi (ed.) Topkaya N. Balcı S. Göçmen ve Mülteci Çocuklar, Pegem Akademi Yayınları, Ankara

Erçetin, H. & Alp, Z (2022). Psikososyal müdahale çalışmalarına katılan uzmanların yaşadıkları ikincil travmalar. Uluslararası Çocuk ve Ergen Travma Kongresi, İzmir: EGEDEN Çocuk ve Travma Vakfı.

Erçetin, H (2022). Kendini açma ve kabul yöntemi olarak itiraf sayfaları. İstanbul: 23. Uluslararası Psikolojik Danışma ve Rehberlik Kongresi.

Erçetin, H.; İlikhan Uygun, S.; Çakır, C.; Arıca, F.; Akçadağlı, C.; Soykuvvet, A.; Genç, S.; Biçer, M.; Doğan, B.; Kaplan, Y.; Erdoğan, E.; Dursun, A.; Toprak, F. & Demirhan, Ş (2020). Elif ile Alp koronavirüs. Ankara: MEB Özel Eğitim ve Rehberlik Hizmetleri Genel Müdürlüğü.

Erçetin, H.; İlikhan Uygun, S.; Çakır, C.; Arıca, F.; Akçadağlı, C.; Soykuvvet, A.; Genç, S.; Biçer, M.; Doğan, B.; Kaplan, Y.; Erdoğan, E.; Dursun, A.; Toprak, F. & Demirhan, Ş (2020). Elif ile Alp benzetme oyunu. Ankara: MEB Özel Eğitim ve Rehberlik Hizmetleri Genel Müdürlüğü.

Erçetin, H.; İlikhan Uygun, S.; Çakır, C.; Arıca, F.; Akçadağlı, C.; Soykuvvet, A.; Genç, S.; Biçer, M.; Doğan, B.; Kaplan, Y.; Erdoğan, E.; Dursun, A.; Toprak, F. & Demirhan, Ş (2020). Elif ile Alp piknik hazırlığı. Ankara: MEB Özel Eğitim ve Rehberlik Hizmetleri Genel Müdürlüğü.

#### **DERNEK ÜYELİKLERİ VE AKADEMİK DİĞER GÖREVLER**

- Ufkun Ötesi Bilim Dergisi sekreterliği. e-ISSN: 2791-9994, Başlangıç: 2001, Periyot: Yılda 2 Sayı, Yayıncı: Körler Federasyonu
- Türk PDR Derneği
- EMDR Derneği
- Sinema Araştırmacıları Kültür ve Sanat Derneği