

## COVID-19 PANDEMİSİ SÜRECİNDE ANNELERİN İYİMSERLİK SEVİYESİNİ ETKİLEYEN FAKTÖRLERİN İNCELENMESİ: TÜRKİYE ÖRNEĞİ\*

Hatice Kübra TONGAR<sup>1</sup>

Nurper ÜLKÜER<sup>2</sup>

Ekmel GEÇER<sup>3</sup>

Murat YILDIRIM<sup>4</sup>

Ömer AKGÜL<sup>5</sup>

### Öz

Bireylerin karşılaştıkları hastalık, deprem, afet gibi olağanüstü olaylar, psikolojik yapı ve farklılıklarına göre onları çeşitli biçimlerde etkilemektedir. Bu bağlamda, bu araştırmanın amacı, COVID 19 pandemisi sürecinde 3-6 yaş arasında çocukları olan annelerinin iyimserlik seviyesini etkileyen faktörlerin incelenmesidir. Araştırmaya 33.362 anne dahil edilmiştir. Katılımcıların iyimserlik düzeylerinin belirlenmesi için “İyimserlik-Kötümserlik Ölçeği” kullanılmıştır ve veriler çevrimiçi ortamda toplanmıştır. Araştırmanın sonuçları, Türkiye genelinde annelerin iyimserlik puanları ortalamalarının yüksek düzeyde olduğunu göstermiştir. Eğitim durumu, yaş, gelir durumu, çocuk sayısı ve çalışma gibi değişkenlerin annelerin iyimserlik düzeylerini etkilediği, fakat medeni durumunun iyimserlik düzeylerini etkilemediği görülmüştür. Öte yandan, evlilik doyumu ve mutluluk düzeyinin artmasına bağlı olarak iyimserlik düzeylerinin arttığı; sosyal medya kullanımı ve televizyon izleme süresinin artmasına bağlı olarak da iyimserlik düzeyinin azaldığı saptanmıştır.

**Anahtar Kelimeler:** COVID-19, İyimserlik, Anne, Türkiye, Çocuk.

\* Bu çalışma, “Pandemi Sürecindeki Annelerin İyimserlik-Kötümserlik Düzeyleri ile Çocuklarının Kaygı Seviyeleri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi: Türkiye’de Covid-19 Örneği” başlıklı tezden üretilmiştir.

<sup>1</sup> Çocuk Gelişim Uzmanı, e-posta: [kubratongar@gmail.com](mailto:kubratongar@gmail.com), ORCID: 0000-0003-4411-3368.

<sup>2</sup> Prof., Üsküdar Üniversitesi, e-posta: [nurper.ulkuer@uskudar.edu.tr](mailto:nurper.ulkuer@uskudar.edu.tr), ORCID: 0000-0002-9454-7693.

<sup>3</sup> Doç. Dr., Sağlık Bilimleri Üniversitesi, e-posta: [ekmel.gecer@sbu.edu.tr](mailto:ekmel.gecer@sbu.edu.tr), ORCID: 0000-0003-3367-2236.

<sup>4</sup> Dr. Öğr Üyesi, Ağrı İbrahim Çeçen Üniversitesi, e-posta: [my168@le.ac.uk](mailto:my168@le.ac.uk), ORCID: 0000-0003-1089-1380.

<sup>5</sup> Dr. Öğr Üyesi, Sağlık Bilimleri Üniversitesi, e-posta: [omer.akgul@sbu.edu.tr](mailto:omer.akgul@sbu.edu.tr), ORCID: 0000-0002-2614-6476.

## EXAMINING THE FACTORS AFFECTING THE MOTHERS' OPTIMISM LEVELS DURING COVID-19: THE TURKISH CASE

### **Abstract**

People experience extraordinary events such as illness, earthquake, and disaster differently based on their psychological structure and differences. Therefore, the aim of the present study was to examine the factors that affect the optimism levels of mothers who have children aged 3-6 years during the COVID 19 pandemic. In total, 33,362 mothers were included in the study. The Optimism-Pessimism Scale was used to measure the optimism levels of the participants using online survey. The results of the study showed that the average of optimism scores of mothers in Turkey was high. Results also showed that variables such as education level, age, income status, number of children and working status affected the optimism levels of the mothers, but marital status did not affect the optimism levels. Furthermore, the level of optimism increased due to the increase in marital satisfaction and happiness. Moreover, the level of optimism decreased due to the increase in social media use and television watching time.

**Keywords:** Covid-19, Optimisim, Mother, Turkey, Child.

### **GİRİŞ**

Pandemi; dünyanın birçok ülkesi ve kıtasında görülen, çok geniş bir alanda yayılan ve çeşitli biçimlerde etkisini gösteren salgın hastalıklara verilen genel isimdir (Carduff, 2015, s. 96). Ne var ki literatürde bedensel sağlık üzerindeki etkileri sıklıkla vurgulanmasına karşın, psikolojik etkilerinin ve neden olduğu sonuçların geri plana atıldığı gözlenmektedir. Salgınların bedensel etkileri yıkıcı ve hayati olsa da pandemi sırasında ortaya çıkan psikolojik reaksiyonlar, salgın sonrası zamanlarda uzun süreli etkisini devam ettirmektedir (Taylor, 2019).

Söz konusu psikolojik etkilerinin en çok gözlemlendiği alanlardan biri de aile içi ilişkilere dir. Tüm dünyayı etkisi altına alan ve her yaş grubu insanın yaşam akışını derinden etkileyen COVID-19 pandemisi, ebeveynlerin gerek kendi aralarındaki ilişkilerde gerekse çocukları ile olan iletişimlerinde yeni düzenlemeler yapmasını zorunlu kılmıştır (Başaran & Aksoy, 2020). Nitekim pandemi sürecinin ilk adımları olan okulların kapanması ve ev karantinası çocuklar dahil tüm ailenin evde olduğu bir düzeni beraberinde getirmiştir (Kırık & Özkoçak, 2020, s. 134-148).

Türkiye’de ilk sokağa çıkma yasağı 20 yaş altı çocukları da kapsamış, sosyal hayatın tamamen durması ebeveyn ve çocuk psikolojisini derinden etkilemiştir (Başaran & Aksoy, 2020). Ayrıca pandemi döneminde ebeveynlerin, bir yandan evden çalışmaya devam ederken, diğer yandan evde eğitim gören çocuklarını da desteklemeleri beklenmiştir. COVID-19 salgını hakkında çocukları bilgilendirmek, eşlik eden korku ve endişeyle baş etmek de ebeveynlerin bu süreçte ilgilenmeleri gereken başlıca hususlardan biri olmuştur. (Erol, 2020, s. 109-112).

Bireylerin içinde buldukları durumla ya da karşılaştıkları sorunlarla başa çıkmalarını sağlayan yöntemlerden biri de “iyimserlik” özellikleridir. Felsefe, psikoloji ve sosyoloji literatürlerinde de karşımıza çıkan iyimserlik, gelecekle ilgili yapıcı bilişlerle ilgili pozitif psikolojinin dinamiklerinden biridir. İyimserlik tanımı genel olarak geleceğe yönelik olumlu beklentiler olarak tanımlanır (Carver vd., 2010, s. 879-889). Bireyin, karşılaştığı durumların genel olarak iyi yanını gören ve hemen her konuda iyi bir çıkış yolu olduğunu düşünen bir dünya görüşüdür ve/veya nikbinliktir. Başka bir deyişle, gelecekte iyi şeylerin olmasını beklemek için sahip olunması gereken bir kişilik özelliği olarak tanımlanmaktadır. Olumlu sonuçlar ve gelişmeler bekleme eğilimlerinden oluşan bir düşünce tutumudur (Öztürk & Çetinkaya, 2015, s. 335-356).

Daha geniş çerçevede açıklayıcı stil ya da tarz, iyimserliği öz-yeterlikle ilişkilendirir. İnsanların olayları açıklama yollarının aslında onların iyimser veya karamsar yönlerinin yansımaları olduğunu, yani atıfların bu eğilimlere neden olduğu ileri sürülür. Bu bağlamda çaresizlik ve etkililik iyimserlik ve karamsarlıkta önemli bir rol oynamaktadır. Bireyler kendini engellerin üstesinden gelmek için yeterli ve yetkin hissediyorsa, eğilim iyimserlik eğilimindedir (Gillham vd., 2001, s. 53-75). Tam tersi anlamda karamsarlık, kötü şeylerin olma ihtimalinin abartılmasına ve bu olasılığın zihinde sürekli var olmasına neden olan bilişsel bir ön yargıdır. Bu ön yargı, insanların düşünme biçimleri üzerinde negatif anlamda etkili olur, onları çarpıtır ve uzun dönemde duygusal sağlığa zarar verir. Özellikle böyle zamanlarda iyimserlik, insanların kendilerini yaşamın zorluklarından korumak için savunma olarak kullandıkları bir tür ihtiyaç olarak ortaya çıkar. Bu nedenle iyimser kişilikler; iyi günler için bir umutları olduğu ve bu düşünce doğrultusunda aktif bir rol oynama eğiliminde oldukları için savaştığı kişilikler olarak tanımlanırlar (Tarhan, 2015). Düzenleyici iyimserliğe sahip olan insanlar, travmatik olaylarda dahi daha az sıkıntı yaşadıklarını ifade ederler (Suzanne & Segerstrom, 2006, s. 235-251). Pozitif düşünme ile ilgili araştırmalar, bunun sağlık üzerinde olumlu etkileri olduğunu kanıtlamıştır (Carver vd., 2010, s. 879-889). Ayrıca, iyimser olan insanlar kötümserlerden daha olumlu duygular yaşarlar ve bu da daha yüksek mutluluk seviyeleri ve olumlu tutumlarla sonuçlanır (Bal & Gülcan, 2014, s. 41-52). Böylece olumlu tutumlar bireyin tüm yaşam tarzını etkiler. Sorunları çözme, üzüntü ile baş etme tarzlarında farklılık gösterirler ve sosyal ve sosyo-ekonomik ilişkilerinde farklılıklar vardır (Carver vd., 2010, s. 879-889).

Çok sayıda çalışma, iyimserliğin psikolojik ve fiziksel refah üzerinde olumlu (MErcer & Troiani, 1998) etkileri olduğunu göstermiştir (Seligman, 2018). İyimserlik fiziksel ve

psikolojik sağlığın korunmasının bir göstergesi olarak bulunmuş, kötümserlik ise sağlığa zarar veren davranışlarla birleştirilmiştir (Carver vd., 2010, s. 879-889). Ayrıca, iyimser insanlar daha iyi problem çözme becerileri geliştirir, stres faktörlerine daha iyi uyum sağlar (Rasmussen vd., 2006, s. 1721-1748), yaşam doyumunu daha yüksek yaşar, daha iyi sağlık koşullarına kavuşurlar, işyerinde mutluluk ve iş tatminini deneyimlerler.

Karamsar bakış açısı diğer taraftan zamanla sağlık sorunlarının artmasına ve yeni durumlara uyumda zorluklarla karşılaşılmasına neden olabilmektedir. Ne var ki iyimserliğin bir “ötekileştirme” nedeni olma durumu da söz konusudur (Dienstag, 2009). Sosyal yaşamda yaygın olarak görülen, karamsar insanlardan kaçınma davranışı ve bunun psikolojik sağlamlığı daha güçlendireceği inancı karamsarların kendilerini dışlanmış hissetmelerine yol açmaktadır (Youssef & Luthans, 2007, s. 774-800). İyimserler hayatın zor zamanlarında güven ve sabır gösterirken, kötümserler, fiziksel ve zihinsel sağlıklarını etkileyen zorlu durumlarda şüphe ve tereddüt gösterme eğilimi içinde olmaktadır (Carver vd., 2010, s. 879-889).

Çocukların COVID-19 salgını ile ilgili bilgilendirilmesi ve bu durumun çocuklarda kaygı ve korku oluşturulmadan gerçekleştirilmesi ebeveynlere önemli sorumluluklar yüklemektedir. Çocukların anlama ve yorumlama kapasitesi yaşa göre değişmektedir. Bu nedenle, yetişkinler çocuklarla konuştuğunda, verilen bilgiler çocuğun yaşı ve anlama seviyesi dikkate alınarak yapılmalıdır. Bu sorumluluk özellikle çocuklarla daha çok ilişki halinde olan annelere verilmektedir. Özellikle 3-6 yaş arası çocuklarda motor becerilerinin artması sonucu hareketliliğin artması, yeni beceriler edinmesini, sosyal çevresinin genişlemesi ve kendisi ve çevresindeki her şey ile ilgili merak ve öğrenme eğilimi artmaktadır (Karoğlu & Ünüvar, 2017, s. 231-254). Pandemi süresinde çocuklara ev kısıtlamasının getirilmesi ve evdeki yaşam tarzının değişmesi 3-6 yaş arası çocukların normal gelişim süreçlerinin farklılaşmasına neden olmuştur. Bu çerçevede, bu çalışma bir anlamda karamsar bir zaman olarak nitelendirilebilecek pandemi sürecinde, ailenin tüm bireyleri hakkında çıkarımlarda bulunma kabiliyetine sahipse de özellikle 3-6 yaş arasında çocukları olan annelerinin iyimserlik düzeylerini etkileyen faktörlerini nicel bir biçimde incelemekte; böylece baskılı dönemlerde aile ilişkileri ve ebeveyn-çocuk iletişimine dair bilgiler vermeyi amaçlamakta ve annelerin iyimserlik düzeylerini etkileyen faktörlere ulaşmayı hedeflemektedir.

## 1. YÖNTEM

Çalışmada tarama modeli kullanılmıştır. Tarama modeli, bir konunun veya olayın örneklem veya evren üzerindeki araştırmalarının tamamen kendi koşulları içerisinde yani herhangi bir müdahale gerçekleştirilmeden betimlenmesidir (Bahtiyar & Can, 2016).

### 1.1. Çalışma Grubu

Araştırmanın evrenini Türkiye’de yaşayan ve sosyal medya kullanan anneler oluşturmaktadır. Anketler 01.04.2020-01.05.2020 tarihleri arasında çevrimiçi olarak Türkiye genelinde uygulanmıştır. Çalışma örneklemini araştırmaya gönüllü olarak katılan anneler oluşturmaktadır. Çalışmaya toplam 34.585 kişi katılmış, katılımcılardan 3-6 yaş döneminde çocuğu olduğunu belirten 33.362 kişi araştırmaya dahil edilmiştir.

### 1.2. Veri Toplama Araçları

#### 1.2.1. Kişisel Bilgi Formu

Kişisel bilgi formu araştırmacı tarafından hazırlanmış olup, katılımcıların sosyodemografik bilgileri ile Koronavirüs (COVID 19) pandemisi süreci ile ilgili bilgileri kapsamaktadır.

#### 1.2.2. İyimserlik-Kötümserlik Ölçeği

Annelerin iyimserlik-kötümserlik düzeyini belirlemek için Çalışkan ve Uzunkol (2018) tarafından geliştirilmiş olan İyimserlik-Kötümserlik ölçeği kullanılmıştır. Ankette beşli Likert tipi “Hiç Uygun Değil (1), Uygun Değil (2), Biraz Uygun (3), Uygun (4), Tamamen Uygun (5)” kullanılmıştır. Ankette 2 alt boyut ve toplamda 16 madde bulunmaktadır. İyimserlik alt boyutu (8 madde) ve Kötümserlik alt boyutu (8 madde) yer almaktadır. Ölçekte ters madde bulunmamaktadır. Ölçeğin her bir alt ölçeğinden alınan yüksek puan bireyin ilgili alt boyutun değerlendirdiği özelliğe sahip olduğunu göstermektedir. AFA sonucunda ölçeğin toplam varyansın %43.24’ünü açıklayan 16 madde ve iyimserlik-kötümserlik olmak üzere 2 faktörden oluşan bir yapı ortaya koyulmuştur. DFA sonucunda elde edilen model uyum indekslerinin ve tüm sonuçların temel ölçütleri oldukça iyi düzeyde karşıladığından yapının kuramsal ve istatistiksel açıdan da uygun olduğu doğrulanmıştır. Güvenirlik çalışmaları sonucunda, Cronbach Alfa güvenirlilik katsayıları, iyimserlik için. 86, kötümserlik için. 82 olarak hesaplanmıştır. İyimserlik ve kötümserlik kavramları birbirinin zıttı kavramlar olduğu için ölçek birleşik ölçek olarak değil her bir alt ölçek puanları kendi içinde ayrı ayrı toplam puanları alınarak kullanılabilir. Araştırmada sadece iyimserlik seviyeleri değerlendirildiğinden ölçekte yer alan iyimserlik soruları katılımcılara uygulanmıştır

(Çalışkan ve Uzunkol, 2018). Mevcut araştırmada ise Cronbach Alfa güvenirlik katsayıları, iyimserlik için .883, kötümserlik için .848 olarak bulunmuştur.

Araştırmanın bilimsel etik kurallarına uygun olarak yürütüldüğüne dair “onay” Üsküdar Üniversitesi Girişimsel Olmayan Araştırmalar Etik Kurulu Başkanlığından alınmış; ayrıca katılımcılar bir “onam formuyla” soruları cevaplamadan önce araştırma hakkında bilgilendirilmiş ve kendilerinden onay alınmıştır.

### 1.3. İstatiksel Analiz

Verilerin analizi SPSS 25 paket programı kullanılarak gerçekleştirilmiştir. Nitel değişkenler için yüzde ve frekans değerleri; nicel değişkenler için ise aritmetik ortalama, standart sapma, minimum ve maksimum değerleri sunulmuştur. İki kategorili nitel değişkenlerle nicel değişkenlerin karşılaştırılmasında bağımsız örneklem t testi; ikiden çok kategorili nitel değişkenlerle nicel değişkenlerin karşılaştırılmasında tek yönlü varyans analizi (ANOVA) kullanılmıştır. Araştırmada tip I hata oranı ( $\alpha$ ) 0,05 olarak alınmıştır.

## 2. BULGULAR

Annelerin iyimserlik puanları ortalamaları  $30,07 \pm 5,56$  bulunmuştur. Annelerde eğitim durumuna, yaş, gelir durumu, çocuk sayısı ve çalışma durumuna göre iyimserlik düzeyleri arasında istatistiksel anlamda farklılık saptanmıştır ( $p \leq 0,05$ ). Çalışan annelerde ve yüksek lisans ve üstü mezunlarında iyimserlik puanları daha yüksektir. Annelerde yaşın artmasına bağlı olarak iyimserlik puanlarının arttığı bulunmuştur. Ayrıca gelir durumu yüksek olanlarda iyimserlik düzeyinin de yüksek olduğu saptanmıştır. Fakat medeni duruma göre iyimserlik düzeyleri arasında istatistiksel anlamda farklılık saptanmamıştır ( $p \geq 0,05$ ) (Tablo 1).

**Tablo 1.** Annelerin Sosyodemografik Özelliklerine Göre İyimsizlik Puanları

		n	ort±std	Min.	Max.	p*
Eğitim durumu	Okuryazar	172	29,48±6,58	8	40	0,000*
	İlkokul	7159	30,16±5,75	3	40	
	Lise	12332	30,25±5,62	0	40	
	Üniversite	12781	29,86±5,38	3	40	
	Yüksek lisans ve üstü	880	30,23±5,28	8	40	
Yaş	20-25	2089	29,75±6,13	0	40	0,000*
	26-30	11426	29,97±5,58	0	40	
	31-35	13197	30,20±5,50	0	40	
	36-40	6650	30,12±5,43	7	40	
Gelir durumu	Düşük	2803	28,20±6,33	8	40	0,000*
	Orta	27921	30,15±5,45	0	40	
	Yüksek	2615	31,25±5,41	8	40	
Medeni durumu	Evli	32788	30,08±5,54	0	40	0,102
	Boşanmış	261	29,67±6,56	8	40	
	Eşi vefat etmiş	83	29,13±5,54	15	40	
	Ayrı yaşıyor	195	29,47±6,55	8	40	
Çocuk sayısı	1	8365	29,65±5,61	0	40	0,000*
	2	17128	30,05±5,55	0	40	
	3	6456	30,51±5,48	7	40	
	4 ve üzeri	1413	30,91±5,49	10	40	
Çalışma durumu	Evet	7015	30,23±5,19	8	40	0,010*
	Hayır	26299	30,03±5,66	0	40	

Evlilik doyumunu arttıkça iyimsizlik puan ortalamaları da artmaktadır. Annelerde evlilik doyumuna göre iyimsizlik düzeyleri arasında istatistiksel anlamda farklılık saptanmıştır ( $p \leq 0,05$ ) (Tablo 2).

**Tablo 2.** Annelerin Evlilik Doyumuna Göre İyimsizlik Puanları

		n	ort±std	Min.	Max.	p*
İyimsizlik	Çok uyumlu	6000	32,68±4,67	8	40	0,000*
	Uyumlu	21227	30,22±5,14	0	40	
	Uyumsuz	4726	27,01±5,98	3	40	
	Hiç uyuşmuyoruz	1062	26,20±7,34	0	40	

Annelerin kendi anneleriyle olan ilişki yakınlığı arttıkça iyimsizlik puan ortalamaları da artmaktadır. Annelerin kendi anneleriyle ilişkilerine göre iyimsizlik düzeyleri arasında istatistiksel anlamda farklılık saptanmıştır ( $p \leq 0,05$ ). Annelerin kendi babalarıyla olan ilişki yakınlığı arttıkça iyimsizlik puan ortalamaları da artmaktadır. Annelerin kendi babalarıyla ilişkilerine göre iyimsizlik düzeyleri arasında istatistiksel anlamda farklılık saptanmıştır ( $p \leq 0,05$ ) (Tablo 3).

**Tablo 3.** Annelerin Kendi Anneleri ve Babalarıyla İlişkilerine Göre İyimsizlik Puanları

		n	ort±std	Min.	Max.	p*
Anne	Çok yakın	14704	30,96±5,40	0	40	0,000*
	Normal	14858	29,64±5,38	3	40	
	Uzak	3189	28,63±6,22	0	40	
	Hiç ilişkimiz yok	483	28,29±6,18	8	40	

Baba	Çok yakın	7843	31,55±5,31	0	40	0,000*
	Normal	16825	30,08±5,29	0	40	
	Uzak	6681	28,99±5,84	3	40	
	Hiç ilişkimiz yok	1661	28,60±6,41	0	40	

Annelerin mutluluk düzeyi arttıkça iyimserlik puanları da artmaktadır. Annelerin kendi mutlu hissetme durumuna göre iyimserlik düzeyleri arasında istatistiksel anlamda farklılık saptanmıştır ( $p \leq 0,05$ ) (Tablo 4).

**Tablo 4.** Annelerin Kendilerini Mutlu Hissetme Oranlarına Göre İyimserlik Düzeyleri

	n	ort±std	Min.	Max.	p*
Çok mutlu	1321	35,52±3,82	8	40	0,000*
Mutlu	10275	32,95±4,02	0	40	
Normal	19361	29,04±5,05	0	40	
Mutsuz	2139	23,39±5,87	8	40	
Çok mutsuz	245	20,13±7,53	8	40	

Annelerin günlük sosyal medya kullanma süreleri arttıkça iyimserlik puanları düşmektedir. Annelerin günlük sosyal medya kullanma sürelerine göre iyimserlik düzeyleri arasında istatistiksel anlamda farklılık saptanmıştır ( $p \leq 0,05$ ). Annelerin günlük televizyon izleme arttıkça iyimserlik puanları düşmektedir. Annelerin günlük televizyon izleme sürelerine göre iyimserlik düzeyleri arasında istatistiksel anlamda farklılık saptanmıştır ( $p \leq 0,05$ ) (Tablo 5).

**Tablo 5.** Annelerin Günlük Sosyal Medya Kullanma ve Televizyon İzleme Sürelerine Göre İyimserlik Puanları

		n	ort±std	Min.	Max.	p*
Sosyal medya	1 saatten az	5616	30,79±5,65	8	40	0,000*
	1-2 saat	19164	30,29±5,37	0	40	
	3-4 saat	6823	29,37±5,61	0	40	
	4 saatten fazla	1722	28,16±6,41	0	40	
Televizyon	1 saatten az	15198	30,40±5,58	3	40	0,000*
	1-2 saat	11712	30,09±5,40	0	40	
	3-4 saat	4612	29,51±5,46	8	40	
	4 saatten fazla	1478	28,35±6,23	0	40	

Büyük annenin eğitim durumuna göre iyimserlik düzeyleri arasında istatistiksel anlamda farklılık saptanmamıştır ( $p \leq 0,05$ ). Büyük babanın eğitim durumuna göre iyimserlik düzeyleri arasında istatistiksel anlamda farklılık saptanmıştır ( $p \leq 0,05$ ) (Tablo 6).



**Tablo 6.** Büyük Annenin Eğitim Durumu Annenin İyimsizlik Bakış Açısına Etkisi

		n	ort±std	Min.	Max.	p*
Anne	Okuryazar	8542	30,11±5,68	0	40	0,111
	İlkokul	19516	30,08±5,51	0	40	
	Ortaokul	2160	30,34±5,38	8	40	
	Lise	1566	29,96±5,48	8	40	
	Üniversite ve üzeri	449	29,71±5,56	3	40	
Baba	Okuryazar	3072	30±5,96	0	40	0,000*
	İlkokul	17170	30,10±5,54	0	40	
	Ortaokul	4887	30,25±5,51	7	40	
	Lise	5368	30,04±5,47	3	40	
	Üniversite ve üstü	2626	29,76±5,51	3	40	

## TARTIŞMA VE SONUÇ

İyimsiz olma daha çok iyimsizlik eğilimi anlamını içermektedir. İyimsizlik durumu stres gibi kaygı kaynaklı faktörlerden oldukça etkilenmektedir (Arıdağ & Erbiçer, 2018, s. 257-275; Zaidman-Zait, 2020, s. 645-657). Olcay ve Doğan'ın yaptıkları çalışmada cinsiyete göre iyimsizlik düzeyinde farklılık olduğunu ve annelerin iyimsizlik düzeylerinin babalara göre daha yüksek olduğunu bildirmişlerdir (Olcay & Doğan, 2020, s. 553-571). Willis ve arkadaşlarının (2016) çalışmasında *otizm spektrum bozukluğu* olan çocukların anne ve babalarında düzenleyici iyimsizlik, başa çıkma ve depresif belirtileri arasındaki ilişkide cinsiyet farklılıkları incelenmiştir (Willis vd., 2016, s. 2427-2440). Sonuç olarak annelerin babalara göre daha iyimsiz olduğu belirtilmiştir. Fakat Eryılmaz'ın (2012) yapmış olduğu çalışmada iyimsizlik puanlarında kadın ve erkekler arasında farklılık olmadığı belirtilmiştir (Eryılmaz, 2021). Araştırmamızda ise annelerde iyimsizlik puan ortalamalarının 30,07±5,56 olarak bulunmuş olup, annelerde iyimsizlik düzeyinin yüksek olduğu saptanmıştır. Bu anlamda çalışmamızın sonuçları daha önce yapılmış araştırma bulgularıyla paralellik göstermektedir. Nitekim literatürde özellikle kadınlarda iyimsizlik puanlarının daha yüksek olduğu belirtilmiştir.

Literatür çalışmasında iyimsizlik puan ortalamaları en yüksek 3.08 ile lisans ve üzeri grubundaki anne-babalara ait olduğu, 3.05 ortalama ile ortaokul grubu, 3.04 ortalama ile lise grubu ve 3.00 ortalama ile ilkokul grubuna ait anne-babaların izlediği belirtilmiştir. Bu sonuçlara göre iyimsizlik ölçeği puan ortalamalarının eğitim seviyesi yüksek olan anne-babaların daha iyimsiz olduğu sonucuna varılmıştır (Olcay & Doğan, 2020, s. 552-571). Çalışmamızda ise annelerde eğitim durumuna göre iyimsizlik düzeyleri arasında istatistiksel anlamda farklılık bulunmuştur. En yüksek iyimsizlik puanı lise mezunu olanlarda bulunurken, en düşük ortalama sadece okuryazar olanlarda bulunmuştur. Kötümserlik puanlarının ise eğitim düzeyi arttıkça azaldığı bulunmuştur.

Yine Olcay ve Doğan'nın (2020) çalışmasında, iyimselik ölçeği puan ortalamalarının en yüksek 46 yaş ve üzeri yaş grubundaki anne-babalara ait olduğu ve bunu 36-45 ile 20-35 yaş grubunun izlediği bildirilmiştir. Annelerin yaş grubuna göre iyimselik puanları yaş ilerlemesine bağlı olarak artmaktadır. Bu durumun yaşa bağlı olarak kazanılan yaşam ve anne olma tecrübesinden kaynaklandığı düşünülmektedir. Çalışmamız bu anlamda da literatürle uyumlu sonuçlar ortaya koymuştur.

Okutan ve Avşaroğlu'nun (2016) zihin engelli çocuğa sahip ebeveynler ile ilgili yapmış olduğu çalışmada, ekonomik durumu düşük olan ebeveynlerin, diğer gruplara göre iyimselik düzeyinin düşük olduğu belirtilmiştir. Parmaksız'ın (2011) çalışmasında ise sosyo-ekonomik durumu orta olan öğretmen adaylarının iyimselik puan ortalamaları ailelerinin sosyo-ekonomik durumu düşük olanlardan yüksek olduğu ifade edilmişti. Fakat bazı araştırmalarda ise ekonomik durumun anne-baba iyimselik puanları üzerinde etkili olmadığı vurgulanmıştır (Olcay & Doğan, 2020, s. 552-571). Ekonomik durum ile iyimselik düzeyi arasında anlamlı pozitif sonuçlar bulan çalışmalarla uyumlu biçimde, bizim analizimiz de ekonomik durum düzeyi yükseldikçe iyimselik puanları arttığını göstermiştir.

Çalışmamızda ayrıca annelerde çocuk sayısına göre iyimselik düzeyleri arasında anlamlı farklılıklar bulunmuştur. Annelerin iyimselik puanlarının çocuk sayısı arttıkça arttığı görülmüştür. Diğer yandan çalışmamızda sosyal medya ve iyimselik düzeylerine dair de anlamlı sonuçlar çıkmıştır. Söz gelimi, annelerin günlük sosyal medya kullanma ve televizyon izleme sürelerine göre iyimselik düzeyleri arasında anlamlı farklılık bulunmuştur. Annelerin günlük sosyal medya kullanma ve televizyon izleme süreleri arttıkça iyimselik puanlarının düşmekte olduğu saptanmıştır. Bu nedenle sosyal medya kullanımı ve televizyon izleme süresinin artmasının annelerin iyimselik düzeylerinde negatif bir etkisinin olduğu anlaşılmaktadır.

Yaptığımız araştırmada çalışan annelerde iyimselik puanları, çalışmayanlara göre daha yüksektir. Literatürde kamuda çalışan annelerin iyimselik puanlarının ev hanımı olanlardan daha yüksek olduğu belirtilmiştir (Olcay & Doğan, 2020, s. 552-571). Yine aynı şekilde 33 bin annenin katılımıyla gerçekleştirdiğimiz araştırmanın sonuçları da çalışan annelerin iyimselik düzeylerinin ev hanımı olanlara kıyasla daha yüksek olduğunu göstermiştir.

Eşlerin iyimselik ya da kötümser kişilik özelliklerine sahip olmaları evlilik doyumunu etkileyen önemli faktörlerdendir. Machaty (2013) yaptığı çalışmada; kadınların iyimselik düzeylerinin hem kendilerinin hem de eşlerinin uzun dönemdeki evlilik doyum düzeylerini etkilediğini;

ancak erkeklerin iyimserlik düzeylerinin ne kendilerinin ne de eşlerinin uzun dönemdeki evlilik doyum düzeyleri üzerinde bir etkisi olmadığını bulmuştur (Machaty, 2012). Çalışmamızın sonuçları da annelerde evlilik doyumuna göre iyimserlik düzeyleri arasında farklılık bulunduğunu göstermiş; evlilik doyumunu arttıkça iyimserlik puan ortalamalarının da arttığı görülmüştür.

Kişilerde zihinsel bir algı olan ve bilişsel yapıya dayanan *yaşam doyumunu* öznel iyi olmanın önemli bir parçası olarak görülmektedir. Bireyin zihninde olumlu düşünce ve duyguların daha fazla olması neticesinde hissettiği ve genel anlamda bireyin kendi hayatını sevme ya da sevmemesi olarak düşünülebilecek öznel bir değerlendirmedir. Yaşam doyumunu “genel mutluluk”, “mutluluk”, “yaşamdan hoşnut olma” veya “hoşnutluk” gibi bilişsel yönü ağır basan kavramlarla ifade edilmektedir (Veenhoven, 2012, s. 63-77). Bu kavramlar içerisinde yer alan “mutluluk” kavramı, iyi olma ve yaşamdan doyum alma örüntüsünü en doğru şekilde aktarabilecek bir ögedir (Style, 2011). Fakat mutlu olma durumları arasında bireyin çevresi ile olan ilişki doyumunu da bulunmaktadır. Bu bağlamda çalışmamız annelerin, kendi anne ve babalarıyla olan ilişki yakınlığı arttıkça iyimserlik puan ortalamalarının da arttığını göstermiştir. Dolayısıyla pozitif yönlü sosyal ilişkilerin bir etkileşim zinciri olarak bireyden bireye ve aile içinde fertten ferde aktarıldığını söylemek mümkündür.

Olca ve Doğan’ın (2020) çalışmasında bireylerin anne-baba eğitim durumlarına göre iyimserlik puanları arasındaki ilişki incelendiğinde farklılık bulunmadığı belirtilmiştir. Öztürk (2017) araştırmasında anne ve babanın eğitim seviyesi ile iyimserlik arasında pozitif yönde ve anlamlı bir ilişkinin olduğunu sonucuna ulaşmıştır. Bu sonuçlardan farklı olarak çalışmamız büyük annenin eğitim durumuna göre anne iyimserlik puanları eğitim düzeyi arttıkça azalmaktadır.

Geniş bir katılımı yapılan çalışmamız pandemi dönemleri gibi stresli zamanlarda annelerin psikolojik durumları ile ilgili önemli sonuçlar ortaya çıkarmıştır. Bu bağlamda normal zamanlarda olduğundan fazla ve daha hassas olarak, politika yapıcılarının, sivil toplum kuruluşlarının ve gönüllü grupların annelere olan psikolojik desteği artırılmalıdır (Geçer, 2020, s. 561). Ayrıca pandemi sürecinin çocukları farklı şekillerde ve genellikle olumsuz olarak etkilediği gözlemlenmektedir. Gerek fiziksel olarak gerekse psikolojik anlamda ebeveynin çocuğuna neyi nasıl vermesi konusunda bilgiler de kendilerine ulaştırılmalı, ailelerde karantina zamanlarına dair bir farkındalık oluşturulmalıdır. Söz gelimi, bebeklerin bu süreçte çevredeki kişilerle temasının sınırlandırılması en başta tavsiye edilen hususlardan

birdir. Oyun çağındaki çocukların söz konusu baskıyı en asgari düzeyde atlatması için bu süreci olabildiğince oyunmuş gibi algılamaları ve ev sürecinde keyifli aktivitelerle vakit geçirmeleri gerekliliği dikkat edilmesi gereken diğer önemli konulardan biridir.

Son olarak belirtmek gerekir ki çalışmanın eksik ve sınırlı yönleri de mevcuttur. Ne var ki verilerin online olarak toplanması bir araştırma noksanlığı ya da verilerde bir yanlışlığa neden olacak gibi görünse de virüsün yaygın olduğu zamanlarda teması olabildiğince azaltmak için bu türden bir veri toplama biçiminin daha sağlıklı olacağı açıktır. Ayrıca mutluluk veya evlilik doyumu değişkenlerinin bir ölçekle ölçülmemesi, çocukların yaş aralığı veya sadece annelerle yapılmış olması çalışmanın diğer limitleri arasında sayılabilir.

## KAYNAKÇA

- Arıdağ, N. Ç., & Erbiçer, E. S. (2018). Grupla Psikolojik Danışma Uygulamasının Özel Gereksinimli Çocuğu Olan Annelerin Kaygı Düzeyleri ve Yaşam Doyumları Üzerindeki Etkisinin İncelenmesi. *Ankara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Fakültesi Özel Eğitim Dergisi*. 19(2), 257-275.
- Bahtiyar, A. & Can, B. (2016). Fen Öğretmen Adaylarının Bilimsel Süreç Becerileri ile Bilimsel Araştırmaya Yönelik Tutumlarının İncelenmesi. *Buca Eğitim Fakültesi Dergisi* 42(1), 47-58.
- Bal, P. N., & Gülcan, A. (2014). Genç yetişkinlerde iyimserliğin mutluluk ve yaşam doyumu üzerindeki etkisinin incelenmesi. *Asya Öğretim Dergisi*. 2(1), 41-52.
- Başaran, M., & Aksoy, A. (2020). Anne-Babaların Korona-Virüs (Covid-19) Salgını Sürecinde Aile Yaşantılarına İlişkin Görüşleri. *Journal of International Social Research*. 13(7), ss.668-678, 2020.
- Çalışkan, H., & Uzunkol, E. (2018). Ergenlerde iyimserlik-kötümserlik ölçeğinin geliştirilmesi: geçerlilik ve güvenilirlik çalışması. *The Journal of Happiness & Well-Being*. 6(2), 78-95.
- Carver, C. S., Scheier, M. F., & Segerstrom, S. C. (2010). Optimism. *Clinical psychology review*. 30(7), 879-889.
- Çiftçi Arıdağ, N., & Erbiçer, E. S. (2017). Grupla psikolojik danışma uygulamasının özel gereksinimli çocuğu olan annelerin kaygı düzeyleri ve yaşam doyumları üzerindeki etkisinin incelenmesi. *Ankara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Fakültesi Özel Eğitim Dergisi*. 19, 1-20.
- Dienstag, J. F. (2009). *Pessimism*. Princeton: Princeton University Press.
- Erol, R. (2020). COVID-19 Enfeksiyonunun Çocuklar Üzerindeki Psikososyal Etkileri. *YIU Sağlık Bilimleri Dergisi*, 1, 109-114.

- Eryılmaz, S. (2012). *Üniversite öğrencilerinde psikolojik sağlamlığı yordamada yaşam doyumu, benlik saygısı, iyimserlik ve kontrol odağının incelenmesi*. Yayınlanmamış yüksek lisans tezi. Muğla: Muğla Üniversitesi SBÜ.
- Geçer, E. (2020). Salgın Hastalıklar, Kültürel Psikoloji ve Politika: Yerel Bir Yaklaşım. *Çukurova Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 29(3), 550-567.
- Gillham, J. E., Shatté, A. J., Reivich, K. J., & Seligman, M. E. P. (2001). Optimism, pessimism, and explanatory style. In E. C. Chang (Eds.), *Optimism & pessimism: Implications for theory, research, and practice* (pp. 53–75). New York: American Psychological Association
- Karoğlu, H., & Ünüvar, P. (2017). Okul Öncesi Dönem Çocuklarının Gelişim Özellikleri ve Sosyal Beceri Düzeyleri. *Mehmet Akif Ersoy Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, (43), 231-254.
- Kırık, A. M., & Özkoçak, V. (2020). Yeni dünya düzeni bağlamında sosyal medya ve yeni koronavirüs (covid-19) pandemisi. *Akademik Sosyal Araştırmalar Dergisi*. 45, 133-154.
- Machaty, A. (2013). *Dispositional optimism and marital adjustment*. Kentucky: University of Kentucky Press.
- Mercer, M. W. & Troiani, M. V. (1998). *Spontaneous Optimism: Proven Strategies for Health, Prosperity & Happiness*. Barrington: Castlegate Publishers.
- Nes, L. S., & Segerstrom, S. C. (2006). Dispositional optimism and coping: A meta-analytic review. *Personality and social psychology review*. 10(3), 235-251.
- Okutan, H. (2016). *Zihin engelli çocuğa sahip ebeveynlerin yaşam doyumlarının iyimserlik ve psikolojik belirti düzeyleri açısından incelenmesi*. Yayınlanmamış YL Tezi. Konya: Necmettin Erbakan Üniversitesi SBÜ.
- Olçay, A., & Doğan, G. (2020). Turizm Eğitimi Alan Öğrencilerin İyimserlik ve Kötümserlik Kişilik Özelliklerinin Yıllar İtibarıyla Kıyaslanması. *Gaziantep Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*. 19(2), 552-571.
- Öztürk, A., & Çetinkaya, R. S. (2015). Eğitim fakültesi öğrencilerinin öznel iyi oluş düzeyleri ile tinsellik, iyimserlik, kaygı ve olumsuz duygu düzeyleri arasındaki ilişki. *Marmara Üniversitesi Atatürk Eğitim Fakültesi Eğitim Bilimleri Dergisi*. 42(42), 335-356.
- Öztürk, E. E. (2017). Üniversite Öğrencilerinde İyimserlik, Dindarlık ve Dini Yönelim İlişkisi. *İslâmî İlimler Dergisi*. 12(3).
- Parmaksız, İ. (2011). *Öğretmen adaylarının benlik saygısı düzeylerine göre iyimserlik ve stresle başa çıkma tutumlarının incelenmesi*. Yayınlanmamış Doktora Tezi. Konya: Selçuk Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü.
- Rasmussen, H. N., Wrosch, C., Scheier, M. F., & Carver, C. S. (2006). Self-regulation processes and health: the importance of optimism and goal adjustment. *Journal of personality*. 74(6), 1721-1748.

- Seligman, M. E. (2006). *Learned optimism: How to change your mind and your life*. New York: Vintage.
- Style, C. (2011). *Brilliant positive psychology: What makes us happy, optimistic and motivated*. New York: Prentice Hall.
- Tarhan, N. (2018). *Duyguların psikolojisi ve duygusal zekâ*. İstanbul: Timaş Yayınları,
- Taylor, S. (2019). *The psychology of pandemics: Preparing for the next global outbreak of infectious disease*. London: Cambridge Scholars Publishing.
- Terveer, A. M., & Wood, N. D. (2014). Dispositional optimism and marital adjustment. *Contemporary family therapy*. 36(3), 351-362.
- Veenhoven, R. (2012). Happiness: Also known as ‘life satisfaction’ and “subjective well-being. In *Handbook of social indicators and quality of life research* (pp. 63-77). London: Springer, Dordrecht.
- Willis, K., Timmons, L., Pruitt, M., Schneider, H. L., Alessandri, M., & Ekas, N. V. (2016). The relationship between optimism, coping, and depressive symptoms in Hispanic mothers and fathers of children with autism spectrum disorder. *Journal of autism and developmental disorders*. 46(7), 2427-2440.
- Youssef, C. M., & Luthans, F. (2007). Positive organizational behavior in the workplace: The impact of hope, optimism, and resilience. *Journal of management*. 33(5), 774-800.
- Zaidman-Zait, A. (2020). The contribution of maternal executive functions and active coping to dyadic affective dynamics: Children with autism spectrum disorder and their mothers. *Autism*. 24(3), 645-657.