



## **Anne Babaların Akılcı Olmayan İnançları ile Yaşam Doyumları Arasındaki İlişkinin İncelenmesi<sup>1</sup>**

### **Examining The Relationship Between Parents' Irrational Beliefs and Life Satisfaction**

Ali ÇEKİÇ<sup>2</sup>, İdris KAYA<sup>3</sup>, Ahmet BUĞA<sup>4</sup>

#### **Öz**

Bu araştırmanın amacı anne babaların akılcı olmayan inançları ile yaşam doyumları arasındaki ilişkiyi belirlemektir. Çalışma, yaşları 24 ile 68 arasında değişen 248'i anne 70'i baba olmak üzere toplam 318 kişiden toplanan veriler üzerinde gerçekleştirilmiştir. Araştırma da veri toplama aracı olarak Anne Babaların Akılcı Olmayan İnançları Ölçeği ile Yaşam Doyumu Ölçekleri kullanılmıştır. Verilerin çözümlenmesinde *t testi*, *ANOVA*, *Kruskal-Wallis testi*, *korelasyon ve regresyon* teknikleri kullanılmıştır. Araştırma bulguları anne babaların akılcı olmayan inançlarından gerek beklentiler gerekse mükemmeliyetçilik boyutunda cinsiyete, çalışma durumuna, aile türüne ve köken ailede algılanan aile içi ilişkilere göre farklılaşmadığı, eğitim durumuna ve ailenin ekonomik düzeyine göre farklılaştığı sonucuna ulaşılmıştır. Bununla birlikte yaşam doyumunun cinsiyet, çalışma durumu, aile türü ve anne babaların eğitim durumuna göre farklılaşmadığı; ailenin gelir durumuna ve köken aileden algılanan aile içi ilişkilere göre farklılaştığı belirlenmiştir. Anne babaların akılcı olmayan inançlarının yaşam doyumlarını yordama durumunu belirlemek için yapılan regresyon analizinde ise akılcı olmayan inançların, beklentiler ve mükemmeliyetçilik boyutlarının yaşam doyumunu anlamlı şekilde yordadığı sonucuna ulaşılmıştır. Son olarak araştırmadan elde edilen bu bulgular ilgili alan yazın çerçevesinde tartışılmıştır.

**Anahtar Kelimeler:** Ebeveyn, akılcı olmayan inançlar, yaşam doyumunu

#### **Abstract**

The purpose of this research was to explore the relationship between parents' irrational beliefs and life satisfaction. The study was conducted using the data gathered from 318 parents (248 mothers, 70 fathers) whose ages ranged between 24 and 68. In the research, Parents' Irrational Beliefs Scale and Life Satisfaction Scale were used to collect the data. The data were analyzed using t-test, ANOVA, Kruskal-Wallis test, correlation and regression techniques. The findings of the research revealed that parents' irrational beliefs did not differ significantly based on both expectations and perfectionism dimensions in terms of gender, occupational status, family type and intra-familial relations perceived in the family. However, it differed statistically significantly in terms of education status and the economic status of the family. In addition, life satisfaction did not differ according to gender, occupational status, family type and educational status of parents; but it differed according to the family income and intrafamilial relationships perceived. It was found that the expectations and perfectionism dimensions of parents' irrational beliefs significantly predicted their life satisfaction. The paper concludes by discussing the findings of the research in the light of the related literature.

**Keywords:** Parent, irrational beliefs, life satisfaction

1. Bu çalışma 2016 yılında düzenlenen III. International Eurasian Educational Research Congress'de sözlü bildiri olarak sunulmuştur.

2. Gaziantep Üniversitesi, Gaziantep, Türkiye; <https://orcid.org/0000-0002-7893-268X>

3. Mustafa Kemal Üniversitesi, Hatay, Türkiye; <https://orcid.org/0000-0001-9562-3347>

4. Gaziantep Üniversitesi, Gaziantep, Türkiye; <https://orcid.org/0000-0002-9598-2451>

**Atf / Citation:** Çekiç, A., Kaya, İ., & Buğa, A. (2019). Anne babaların akılcı olmayan inançları ile yaşam doyumları arasındaki ilişkinin incelenmesi. *Kastamonu Education Journal*, 27(2), 567-575. doi:10.24106/kefdergi.2594

## Extended Summary

When mothers and fathers meet with their children for the first time, it is like a dream come true. Having a small, cute, but vulnerable baby is an important source of happiness for parents (Davis & Keyser, 1997). However, such non-human attributes to parenting and motherhood may cause disappointment in mothers and cause them to feel incapable. This situation negatively affects the lives of mothers, and may cause certain pathological circumstances (Choi, Hensaw, Baker & Tree, 2007). In families where individuals meet their own needs, thoughts of parents regarding their role, expectations of children, and thoughts related with how to be parents may have irrational properties (Stimac, 1985).

As such irrational beliefs of parents increase within parental relationships, this could disrupt their relationship with their child, affect the mental health of parents, and negatively affect life quality of parents. Studies regarding irrational parental beliefs of parents observed that there is a relationship between such beliefs and parental stress (Starko (1991), self-blame and anger (Joyce, 1995), and depression (Eryüksel and Agün, 2003).

In literature, mainly such irrational beliefs of parents, and negative properties such as disrupted parent-child relationship (Stimac, 1985; Bağcı, 2015), and resulting behavioural problems in children (Bağcı, 2013) were investigated. The aim of the study is to investigate irrational beliefs on parents on parental role and the relationship between demographic properties and satisfaction with life.

**Method:** The study group of this research consists of mothers and fathers of middle school students in three different schools with different socio-economic structure. The study group consisted total of 318 people where 248 were mothers (78%) and 70 were fathers (22%). The age of the study group varied between 24-68, and the average age was 37.6 (sd=6.8). The number of children of the parents ranged between one and nine, and majority of the parents had two, three, or four children (89.3%). When the sample was investigated for income level and employment status, 66.6% belonged to higher income group, 33.4% belonged to lower income group, 137 (43.1%) were actively working, and 181 (53.9%) were not working. When family properties were investigated, 82.4% of the families was nuclear family, and 14.8% of the families were extended family. When education level of the sample was investigated, 134 (42.1%) were literate/elementary school graduate, 62 (19.5%) were middle school graduate, 78 (24.5%) were high school graduate, 44 (13.8%) were university (or higher) graduate.

In this study, to determine satisfaction with life values of parents, Life Satisfaction test was used; to determine irrational beliefs Parental Irrational Belief Scale, and to determine demographical properties Demographical Information Form was used.

**Findings :** When differentiation of expectation and perfection sub-dimensions of irrational beliefs of parents were investigated for demographical variables and family relationships of the related family was investigated, it was observed that there was differentiation for education level and income level. However, there was no significant difference for gender, working status, family type, and perceived family relationships.

When differentiation of life satisfaction of parents for demographical variables and family relationships of the related family was investigated, it was observed that there was differentiation for perceived family relationship and income level. However, there was no significant difference for gender, working status, family type, and education level.

Table 4 indicated the correlation analyses to investigate the relationship between research variables. Based on these results, there was negative significant relationship between life satisfaction and expectation sub-dimension of irrational belief scale ( $r=-.26$ ;  $p<.01$ ). However, there was no significant relationship between perfection sub-dimension and life satisfaction ( $r=-.02$ ;  $p<.05$ ).

In standard regression analysis to determine the predictive nature of irrational child rearing beliefs of parents and life satisfaction, there was significant relationship between expectation and perfection variables and life satisfaction ( $R= .283$ ,  $R^2 = .080$ ,  $Adj. R^2 = .074$ ) ( $F(2,315) = 13,668$ ,  $p < .01$ ). Based on this data, it could be commented that perfection explained the change of life satisfaction scores of parents by 7%. Based on standardized regression coefficients, predictive variables for life satisfaction explanation was expectations ( $b = -.322$ ) and perfection ( $b = .134$ ) respectively. When significance test of regression coefficients was considered, both expectations ( $p<.01$ ) and perfection ( $p<.05$ ) were significant as predictive variables.

**Discussion:** The results of this study showed that irrational beliefs of parents differentiated based on income and education level of expectation and perfection sub-dimension. While parents in low income and education level groups had high irrational beliefs, perfection properties were observed regarding their own parenting roles. Life satisfaction levels of parents that perceived the family environment as warm and sincere was higher than life satisfaction levels of parents that perceived the family environment as cold/controversial or daily/regular. Tümkaya, Çelik, and Aybek (2011) stated in their study on adolescence that adolescence that perceived parental attitude as democratic had positive life satisfaction compared to adolescence that perceived parental attitude as authorizer and protective.

As life satisfaction of parents were impacted from irrational beliefs of both mothers and fathers, life satisfaction of parents can be impacted from demographical properties such as income or education level. In this context, Bağcı (2013) reported that irrational belief of parents caused negative reflections that negatively effects family environment such as disruptions in family functions, applied strict discipline on parent-child relationship, caused negative communication between family members, and created unrealistic expectations in children.

As a result, irrational beliefs of parents can be reflected in their children as irrational beliefs. Çivitçi (2006) who worked on adolescence stated that education level of parents affected irrational beliefs of adolescence. Accordingly, lower education level of parents leads to increased irrational beliefs in adolescence. According to Ellis and Harper (2005), source of irrational thought in children was mainly based on their parents.

## 1. Giriş

İnsanların hayatlarına anlam katan, genellikle hayatta önemli bir mutluluk ve umut kaynağı olan anne babalık bireylerin yaşam doyumlarına son derece önemli katkılar yapabilmektedir. Anne baba olmak iki insanın birbirini sevmesi ile başlayan, evlilikle devam eden mutlu bir sürecin çocukla taçlandırılmasıdır. Anne babalığa ilişkin ilk düşünceler ve duygular büyük bir oranda olumludur. Anne baba olmak hem çiftlerin hem de onların etrafında bulunan aile üyelerinin, aynı zamanda anne babaların sosyal çevrelerindeki diğer insanların da olumlu duygular hissetmelerine yol açabilmektedir.

Örneğin Google ( 12 Temmuz 2017) üzerinden anne baba anahtar kelimeleri ile yapılan Türkçe ve İngilizce görsel aramalarda; arama sonuçlarının çok büyük bir çoğunluğunun (anne= %85, baba=%86, mother=%93, father= %96) ebeveynliğe ilişkin olumlu özellikler (mutluluk, heyecan, gurur, güven ve huzur gibi duygular) barındırdığı görülmüştür. Anne baba olmanın olumlu yanlarına yönelik değerlendirmeler, ebeveynliğin getirdiği zorlukların konuşulmasını bile adeta yasaklamaktadır. Üç çocuğa sahip ve ebeveynlikle ilgili oldukça popüler bir web sayfasının da kurucuları olan Rufus Griscom ve Alice Volkman çifti TED konferanslarında yaptıkları bir konuşmada anne baba olmakla ilgili tabuların çok fazla olduğuna, anne baba olmanın zorluklarından neredeyse hiç kimse tarafından bahsedilmediğine vurgu yapmışlardır. (TEDWomen, 2010). Choi, Hensaw, Baker ve Tree (2007) 99 anne ile yaptıkları görüşmede kadınların pek çocuğunun sanılanın aksine mutlu olmadığını, birçoğunun ruh sağlığında bozulmalar ve ebeveynlik konusunda kendilerini oldukça yetersiz ve genel olarak mutsuz algıladıklarını ortaya koymuşlardır.

Anne babaların çocukları ile ilk tanışma anları adeta bir rüyanın gerçeğe dönüşmesidir. Bu küçük, sevimli ve bir o kadar da çaresiz yavruya sahip olmak anne babalar için önemli bir mutluluk kaynağı ve yaşam amacıdır. Pek çok anne baba çocukları için en iyisini yapmak ister ve bu konuda çok çaba sarf eder (Davis & Keyser, 1997). Ama ebeveynliğe ve özellikle de anneliğe ilişkin bu insanüstü atflar, gerçeklerle karşılaşıldığında annelerin büyük bir hayal kırıklığı yaşamalarına ve kendilerini yetersiz hissetmelerine yol açmaktadır. Bu durum annelerin yaşam doyumlarını olumsuz etkilediği gibi depresyon gibi bazı patolojik durumlara da yol açabilmektedir (Choi, Hensaw, Baker & Tree, 2007).

Anne babaların yaşadıkları bu hayal kırıklığı ve hayal kırıklığının yol açtığı yetersizlik, değersizlik ve depresyon gibi yaşam doyumlarını olumsuz etkileyen duyguların altında ebeveynliğe ilişkin sahip olunan hatalı değerlendirmelerin yer aldığı söylenebilir. Örneğin çocuklarının yürüme, konuşma gibi gelişim görevlerine ilişkin erken beklentileri olan ebeveynler, çocukları bu beklentiyi karşılamadığında kendilerini suçlayabilir, ebeveyn ile çocuk arasındaki ilişki problemlile hale gelebilir (Hortaçsu, 2012).

Anne babaların da diğer bireyler gibi olumlu ve olumsuz duygularının altında yatan şey olaylara, durumlara veya kişilere ilişkin düşünceleridir. Bu düşünceler birer anne baba olarak çocuklarımıza karşı olan tutumlarımızı da belirler. Ellis ve Harper duyguları olumlu ve olumsuz duygular olarak ayırmıştır. Ellis ve Harper'a göre olumsuz duyguların kaynağı gerçekçi olmayan, mantıksız ve kişinin kendisini baltalayan düşüncelerinden kaynaklanmaktadır (Ellis ve Harper, 2005).

Bireylerin en temel ihtiyaçlarının karşılandığı ailede anne babaların kendi ebeveyn rollerine ilişkin düşünceleri, çocuklarından beklentileri ve nasıl bir anne baba olmaları gerektiğine ilişkin düşünceleri akılcı olmayan özellikler taşıyabilir (Stimac, 1985). Çeşitli yollarla kazanılan akılcı olmayan inançlar bireyleri mutsuz etmektedir. Hatta nevrotik davranışların temelinde olaylar değil, olaylara ilişkin sağlıklı olmayan düşünceler vardır (Ellis ve Harper, 2005).

Kaya ve Hamamcı (2011) anne babaların ebeveynlik rollerine ilişkin sahip oldukları akılcı olmayan inançları belirlemeye yönelik ölçek geliştirme çalışmasında ebeveynliğe dair akılcı olmayan inançları mükemmeliyetçilik ve beklentiler olarak iki alt boyut olarak sınıflandırmışlardır. "Beklentiler", anne babaların çocukla olan ilişkilerinden beklentilerini ifade ederken, "mükemmeliyetçilik" ise anne babaların çocuk yetiştirme ile ilgili mükemmeliyetçi düşüncelerinden oluşmaktadır. Ackerman (1991) ise anne babaların ebeveynlik rolüne ilişkin inançlarını akılcı olmayan tarzda düşünme ve katı düşünme olarak iki kategoriye ayırmıştır. Bu düşünme şekilleri anne babaların çocuklarından ve bir ebeveyn olarak kendilerinden gerçekçi olmayan beklentilerine karşılık gelmektedir.

Langford'a (1988) göre ebeveynlerin akılcı olmayan inançları arttıkça kendilerine ilişkin yeterli algıları, eşleri ile olan ilişkileri zayıflamakta ve daha fazla sosyal izolasyon yaşamaktadırlar (Akt; Starko, 1991). Yine akılcı olmayan inançları yüksek olan otistik çocuğa sahip anne babalar çocuklarının gösterdiği semptomları daha stresli bulmaktadırlar (Witt, 2005). Anne ve babaların ebeveynliğe ilişkin sahip oldukları akılcı olmayan inançların artması onların çocuklarıyla ilişkisini bozabildiği gibi, anne ve babanın kendi ruh sağlığını, dolayısıyla yaşam kalitesini olumsuz etkileyebilmektedir. Nitekim yapılan araştırmalar anne babaların ebeveynlik rollerine ilişkin sahip oldukları akılcı olmayan inançlar ile ebeveyn stresi (Starko (1991), kendilerini suçlama ve öfke (Joyce, 1995), ve depresyon (Eryüksel ve Agün, 2003) arasında ilişki olduğu da gözlenmektedir.

Alan yazında anne babaların sahip oldukları akılcı olmayan inançlarla daha çok bu inançların sonucu olarak karşımıza çıkan olumsuz duygularla, bozulan ebeveyn çocuk ilişkisi (Stimac, 1985; Bağcı, 2015), ve bunun sonucunda çocuklarda gözlenen davranış problemleri (Bağcı, 2013) gibi negatif özellikler üzerinde yoğunlaştığı görülmektedir. Bu araştırmanın amacı ise anne babaların ebeveynlik rollerine ilişkin akılcı olmayan inançları ve demografik özellikleri ile yaşam doyumları arasındaki ilişkiyi incelemektir.

## 2. Yöntem

### Çalışma Grubu

Araştırmanın çalışma grubu farklı sosyo-ekonomik yapıya sahip üç ortaokulda çocukları öğrenim gören anne babalardır. 248'i (% 78) anne, 70'i (% 22) baba olmak üzere 318 kişiden oluşan çalışma grubunun yaşları 24 ile 68 arasında değişmekte olup yaş ortalamaları 37,6'dır (Ss= 6,8). Çocuk sayıları bir ile dokuz arasında değişen anne babaların büyük çoğunluğu (%89,3) iki, üç ve dört çocuk sahibidir. Gelir düzeyi ve çalışma durumu açısından örneklem incelediğinde % 66,6'sının alt, % 33,4'ünün üst gelir grubunda olduğu; 137'sinin fiilen çalışıyor (%43,1); 181'inin çalışmıyor (%53,9) olduğu görülmüştür. Aile özellikleri açısından incelendiğinde ailelerin %82,4'nün çekirdek aile, %14,8'nin geniş aile tipine sahip olduğu belirlenmiştir. Çalışma grubunun eğitim düzeyi incelendiğinde ise 134'ünün okuryazar/ilkokul (% 42,1), 62'sinin ortaokul (%19,5), 78'inin lise (%24,5), 44'ünün üniversite (veya üstü) (%13,8) mezunu olduğu görülmüştür.

### Veri Toplama Araçları

Çalışmada anne babaların yaşam doyumlarını belirlemek için Yaşam Doyumu Ölçeği; akılcı olmayan inançlarını belirlemek için Anne Babaların Akılcı Olmayan İnançları Ölçeği, demografik özellikler için ise Demografik Bilgi Formu kullanılmıştır.

### Anne Babaların Akılcı Olmayan İnançları Ölçeği

Ölçek Kaya ve Hamamcı (2011) tarafından çocuğu ilkökula devam eden anne babalar üzerinde geliştirilmiştir. Ölçeğin 12'si Mükemmeliyetçilik ve 17'si Beklentiler alt boyutunda olmak üzere toplam 29 maddesi bulunmaktadır. Beşli Likert tipi ölçme yapan araçtan alınabilecek en yüksek puan 145 iken; en düşük puan 29 olup; yüksek puan anne babalığa ilişkin yüksek akılcı olmayan inançları göstermektedir. Ölçeğin geçerlik çalışmaları kapsamında yapılan açımlayıcı faktör analizinde iki boyutlu yapının toplam varyansın %38.3'ünü açıkladığı ve çocuğu herhangi bir psikiyatrik tanı almış anne babaları böyle bir tanı almamış anne babalardan ayırt edebildiği belirlenmiştir. Güvenirlik çalışmalarında ise ölçeğin Beklentiler alt boyutunun iç tutarlılık değerinin .89, test tekrar test değerinin ise .84 olduğu; Mükemmeliyetçilik alt boyutunun iç tutarlılık değeri .86, test tekrar test değeri ise .80 olarak belirlenmiştir (Kaya & Hamamcı, 2011). Ölçeğin çocukları ortaokula devam eden anne babalar için kullanılıp kullanılmayacağını belirlemek amacıyla Kaya ve Hamamcı (2013) tarafından yapılan doğrulayıcı faktör analizinde iki faktörlü yapısı olan ölçeğin ortaokulda çocuğu olan anne babalar için de kullanılabilirliği anlaşılmıştır. Bu çalışma kapsamında yapılan Cronbach alfa iç tutarlık analizinde ise .89 güvenirlilik kat sayısı elde edilmiştir.

### Yaşam Doyumu Ölçeği

Anne babaların yaşam doyumlarını belirlemek için Diener, Emmons, Laresen ve Griffin (1985) tarafından geliştirilen Yaşam Doyumu Ölçeği kullanılmıştır. Ölçek yedili derecelendirmeye sahip olup beş maddeden oluşmaktadır. Ölçekten alınabilecek en düşük puan 5, en yüksek puan ise 35'tir. Ölçekten alınan puanın yüksek olması yaşam doyumunun yüksekliğine işaret eder. Geçerlik güvenirlilik çalışmaları kapsamında ölçeğin orijinal çalışmasında iç tutarlılık düzeyi .87; ölçüt geçerliği ise .82 olarak bulunmuştur. Ölçeğin Türkçe uyarlama çalışması Yetim (1993) tarafından yapılmış olup bu çalışmada iç tutarlılık güvenirliliği .86 test tekrar test güvenirliliği .73 bulunmuştur. Bu çalışma kapsamında yapılan güvenirlilik analizinde ise alfa değeri .83 olarak tespit edilmiştir.

### Demografik Bilgi Formu

Çalışmaya katılan anne babaların cinsiyet, yaş, çalışma durumu, çocuk sayısı, gelir ve eğitim durumu, aile türü ve aile içi ilişkileri nasıl algıladığı/tanımladığı ile ilgili bilgileri, araştırmacılar tarafından geliştirilen demografik bilgi formu ile toplanmıştır.

### Verilerin Toplanması

Uygulama yapılacak okulların yönetici ve psikolojik danışmanları ile yapılan görüşmeler sonucunda uygulama yapılacak sınıflar belirlenmiştir. Okulların psikolojik danışmanları ile birlikte uygulama yapılacak sınıflara girilmiş ve öğren-



cilere yapılacak çalışma hakkında bilgi verilmiştir. Ölçme araçları zarfların içerisinde konarak çocuklara teslim edilmiş ve bu formları anne babalarına doldurarak bir sonraki gün okula getirmeleri istenmiştir.

### Verilerin Analizi

Veriler üzerinde analiz aşamasına geçmeden önce uç değerler, kayıp veriler gibi temel analizler yapılmıştır. Yapılması planlanan analizler için verilerin uygun olup olmadığını sınamak amacıyla normallik ve doğrusallık analizleri yapılmış ve bu analizlerden elde edilen sonuçlardan veriler üzerinde; t testi, ANOVA, Kruskal-Wallis testi, korelasyon ve regresyon tekniklerinin kullanılabilirliği belirlenmiştir. Araştırma değişkenleri olan anne babaların akılcı olmayan inançları ve yaşam doyumlarının cinsiyet, aile türü, birlikte yaşama, gelir ve çalışma durumuna göre farklılaşıp farklılaşmadığı t testi ile incelenmiştir. Araştırma değişkenlerinin eğitim düzeyine göre farklılaşıp farklılaşmadığı ANOVA ile değişkenlerin birbirleri ile olan ilişkileri ise Pearson Korelasyon katsayısı ile analiz edilmiştir. Değişkenlerden köken ailede algılanan aile içi ilişki değişkeni grup başına düşen ölçüm sayısı 30'un altında olduğu için parametrik olmayan testlerden Kruskal-Wallis testi ile incelenmiştir. Son olarak yaşam doyumunun akılcı olmayan inançlar tarafından yordanma düzeyi regresyon analizi ile incelenmiştir. Analizler SPSS - 20 paket programıyla yapılmış olup bulguların anlamlılık düzeyi .05 ve .01 hassasiyet ile yapılmıştır.

### 3. Bulgular ve Yorumlar

Araştırma değişkenlerinin demografik özelliklere göre farklılaşma durumuna ilişkin bulgular tablo 1, tablo 2 ve tablo 3'te verilmiştir.

**Tablo 1. Anne Babaların Akılcı Olmayan İnançlarından Beklentiler Alt Boyutunun Demografik Değişkenlere Göre Farklılaşma Düzeyini Gösterir t/F/  $\chi^2$  Testi**

Değişken		n	$\bar{X}$ /Sıra ort.	SS	sd	t/F/ $\chi^2$	p
Cinsiyet	Kadın	248	41,99	10,90	316	.25	.81
	Erkek	70	41,66	9,78			
Çalışma durumu	Çalışıyor	137	41,90	11,82	316	-.03	.97
	Çalışmıyor	181	41,94	9,71			
Aile türü	Çekirdek	262	41,56	10,29	307	-.24	.81
	Geniş	47	42,00	11,55			
Gelir	Alt	209	43,35	10,63	312	3,72	.00*
	Üst	105	38,86	9,83			
Eğitim durumu	Okuryazar/ilkokul	134	44,99	11,86	314	12,24	.00*
	Ortaokul	62	42,46	8,99			
	Lise	78	40,25	9,12			
	Üniversite	44	34,75	7,06			
Köken ailede algılanan aile içi ilişki	Soğuk/tartışmalı	22	197,05	9,98	2	4,20	.12
	Günlük/sıradan	48	155,34	10,19			
	Sıcak/içten/yakın	247	160,42	10,76			

Anne babaların akılcı olmayan inançlarının beklentiler alt boyutunun demografik değişkenler ve köken ailede algılanan aile içi ilişki durumuna göre farklılaşma durumu incelendiğinde söz konusu değişkenin eğitim durumu ( $F_{(3,314)} = 12.24$ ;  $p < .01$ ) ve gelire ( $t_{(312)} = 3,72$   $p < .01$ ) göre farklılaştığı; cinsiyet, çalışma durumu, aile türü ve köken aileden algılanan aile içi ilişkiye göre farklılaşmadığı görülmüştür. Anlamlı fark bulunan eğitim düzeyi değişkeninde hangi alt gruplar arasında fark olduğunu belirlemek için yapılan tukey testinde farkın üniversite ile okuryazar/ilkokul, ortaokul ve lise; lise ile okuryazar/ilkokul arasında olduğu belirlenmiştir. Ayrıca alt gelir grubundaki bireylerin beklentiler alt boyutu puanlarının üst gelir grubundaki ailelere göre anlamlı derecede daha yüksek olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Diğer bir ifade ile alt gelir grubunun üst gruba göre çocuklarından daha yüksek beklentiler içerisinde olduğu bulunmuştur.

**Tablo 2. Anne Babaların Akılcı Olmayan İnançlarından Mükemmeliyetçilik Alt Boyutunun Demografik Değişkenlere Göre Farklılaşma Düzeyini Gösterir t/F/  $\chi^2$  Testi**

Değişken		n	$\bar{x}$ /Sıra ort.	SS	sd	t/F/ $\chi^2$	p
Cinsiyet	Kadın	248	47,55	7.74	316	-1,53	.13
	Erkek	70	45,97	7.61			
Çalışma durumu	Çalışıyor	137	47,49	7.39	316	-0,58	.56
	Çalışmıyor	181	46,99	7.99			
Aile türü	Çekirdek	262	47,10	7.67	307	.08	.94
	Geniş	47	47,00	7.62			
Gelir	Alt	209	48,78	6.82	312	5,38	00*
	Üst	105	44,00	8,48			
Eğitim durumu	Okuryazar/ilkokul	134	49,32	6,83	314	17,48	00*
	Ortaokul	62	48,47	6,81			
	Lise	78	46,31	7,85			
	Üniversite	44	40,55	7,55			
Köken ailede algılanan aile içi ilişki	Soğuk/tartışmalı	22	156,11	7,25	2	2,11	.35
	Günlük/sıradan	48	162,61	8,26			
	Sıcak/içten/yakın	247	141,75	7,66			

Anne babaların akılcı olmayan inançlarının mükemmeliyetçilik alt boyutunun demografik değişkenler ve köken ailede algılanan aile içi ilişki durumuna göre farklılaşma durumu incelendiğinde mükemmeliyetçiliğin de eğitim durumu ( $F_{(3,314)} = 17.48$ ;  $p < .01$ ) ve gelire ( $t_{(312)} = 5,38$ ;  $p < .01$ ) göre farklılaştığı; cinsiyet, çalışma durumu, aile türü ve köken aileden algılanan aile içi ilişkiye göre farklılaşmadığı belirlenmiştir. Anlamlı fark bulunan eğitim düzeyi değişkeninde hangi alt gruplar arasında fark olduğunu belirlemek için yapılan tukey testinde ise farkın üniversite ile okuryazar/ilkokul, ortaokul, lise; lise ile okuryazar/ilkokul arasında olduğu belirlenmiştir. Ayrıca alt gelir grubundaki bireylerin mükemmeliyetçilik alt boyutu puanlarının üst gelir grubundaki ailelere göre anlamlı derecede daha yüksek olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Diğer bir ifade ile alt gelir grubunun üst gruba göre daha fazla mükemmeliyetçi ebeveyn tutumları içerisinde olduğu görülmektedir.

**Tablo 3. Anne Babaların Yaşam Doyumlarının Demografik Değişkenlere Göre Farklılaşma Düzeyini Gösterir t/f/  $\chi^2$  Testi**

Değişken		n	$\bar{x}$ /Sıra ort.	SS	sd	t/F/ $\chi^2$	p
Cinsiyet	Kadın	248	20,31	7,25	316	-0,75	.46
	Erkek	70	21,04	7,03			
Çalışma durumu	Çalışıyor	137	20,70	7,38	316	.48	.63
	Çalışmıyor	181	20,31	7,08			
Aile türü	Çekirdek	262	20,52	7,25	307	-0,23	.82
	Geniş	47	20,79	7,11			
Gelir	Alt	209	19,26	7,06	312	-4,20	00*
	Üst	105	22,77	6,84			
Eğitim durumu	Okur/yazar, ilkokul	134	19,89	7,43	314	.98	.40
	Ortaokul	62	21,73	6,38			
	Lise	78	20,68	7,32			
	Üniversite	44	20,14	7,30			
Köken ailede algılanan aile içi ilişki	Soğuk/tartışmalı	22	118,84	7,35	2	13,71	.00*
	Günlük/sıradan	48	125,38	7,11			
	Sıcak/içten/yakın	247	169,11	7,02			

Anne babaların yaşam doyumlarının demografik değişkenler ve köken ailede algılanan aile içi ilişki durumuna göre farklılaşma durumu incelendiğinde yaşam doyumunun köken aileden algılanan aile içi ilişki ( $\chi^2(2) = 13,71; p < .01$ ) ve gelire ( $t(312) = -4,20; p < .01$ ) göre farklılaştığı; cinsiyet, çalışma durumu, aile türü ve eğitim durumuna göre farklılaşmadığı belirlenmiştir.

Anlamli fark bulunan köken aileden algılanan aile içi ilişki değişkeninde hangi alt gruplar arasında fark olduğunu belirlemek amacıyla ikili gruplar U testi ile karşılaştırılmıştır. Bu testin sonucunda farkın sıcak/içten/yakın ile soğuk/tartışmalı ve günlük/sıradan arasında olduğu, soğuk/tartışmalı ile günlük/sıradan arasında ise anlamlı bir fark olmadığı görülmüştür. Buna göre köken aileden algılanan sıcak/içten/yakın aile içi ilişkiye sahip ebeveynlerin yaşam doyumlarının soğuk/tartışmalı ve günlük/sıradan algılayan ebeveynlere göre anlamlı derecede daha fazla olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Gelire göre ise yaşam doyumunu değişkenin üst grup lehine farklılaştığı diğer bir ifade ile üst gelir grubundaki kişilerin daha yüksek bir yaşam doyumuna sahip olduğu çıkarımı yapılabilir.

Anne babaların akılcı olmayan inanç ve yaşam doyumlarına ilişkin aritmetik ortalama, standart sapma ve bu değişkenler arasındaki ilişkiler tablo 4'te verilmiştir.

**Tablo 4. Aritmetik Ortalama, Standart Sapma ve Korelasyonlar**

	1	2	3
1. AOİ-Beklentiler	-		
2. AOİ-Mükemmeliyetçilik	.48*	-	
3. Yaşam doyumunu	-.26*	-.02	-
X	41.92	47.20	20.47
Ss	10.65	7.73	7.20

n= 318, \* p<.01 AOİ: Akılcı olmayan inanç

Araştırma değişkenleri arasındaki ilişkiyi incelemek amacıyla yapılan korelasyon analizinde, Tablo 4'te de görüldüğü üzere, yaşam doyumunu ile akılcı olmayan inançlar ölçeğinin beklentiler alt boyutu arasında ( $r = -.26; p < .01$ ) negatif yönlü anlamlı ilişki bir ilişki gözlenirken; mükemmeliyetçilik alt boyutu ile yaşam doyumunu arasında anlamlı bir ilişki belirlenmemiştir ( $r = -.02; p > .05$ ).

Anne babaların beklentiler ve mükemmeliyetçilik alt testlerinden aldıkları puanların yaşam doyumları üzerindeki etkisi tablo 5'te verilmiştir.

**Tablo 5. Yaşam Doyumunun Yordanmasına İlişkin Regresyon Analizi Sonuçları**

Yordayıcı Değişkenler	B	Standart hata	$\beta$	t	p
Sabit	10.515	2,238	-	4,698	.000
Beklentiler	-.217	.042	-.322	- 5,214	.000**
Mükemmeliyetçilik	.125	.057	.134	2,17	.030*
R= .283	R <sup>2</sup> = .080	Adj. R <sup>2</sup> = .074			

$F_{(2,315)} = 13,668$  \*p<.05; \*\*p < .01

\* p<.05 \*\* p<.01

Anne babaların çocuk yetiştirmeye ilişkin akılcı olmayan inançlarının yaşam doyumlarını yordama durumunu belirlemek için standart yöntem (Enter) ile yapılan regresyon analizinde; beklentiler ve mükemmeliyetçilik değişkenleri birlikte yaşam doyumunu ile anlamlı bir ilişki ( $R = .283, R^2 = .080, \text{Adj. } R^2 = .074$ ) göstermektedir ( $F_{(2,315)} = 13,668, p < .01$ ). Bu verilerden hareketle beklentiler ve mükemmeliyetçiliğin birlikte anne babaların yaşam doyumunu puanlarındaki değişimin % 7'sini açıkladığı görülmektedir. Standartlaştırılmış regresyon katsayılarına göre yordayıcı değişkenlerin yaşam doyumunu açıklamadaki görece önem sırası beklentiler ( $\beta = -.322$ ) ve mükemmeliyetçilik ( $\beta = .134$ ) şeklindedir. Regresyon katsayılarının anlamlılık testleri göz önüne alındığında yordayıcı değişkenlerden gerek beklentilerin ( $p < .01$ ) gerekse mükemmeliyetçiliğin ( $p < .05$ ) modele anlamlı katkı sağladığı görülmektedir.

#### 4. Tartışma

Elde edilen sonuçlar anne babaların akılcı olmayan inançlarının hem beklentiler hem de mükemmeliyetçilik alt boyutlarında gelire ve eğitim durumuna göre farklılaştığını göstermektedir. Kendilerini alt gelir grubu olarak tanımlayan ve

eğitim seviyesi düşük anne babaların çocuklarından beklentileri yüksek akılcı olmayan inançlar içerirken kendi ebeveynlik rollerine ilişkin değerlendirmelerinde de mükemmeliyetçi özellikler gözlenmektedir. Ackerman, (1991) tarafından yapılan çalışmada da üst ekonomik düzeydeki annelerin alt ekonomik düzeydeki annelere göre akılcı olmayan inançlarının daha düşük olduğu tespit edilmiştir. Hocoğlu (2016) tarafından yapılan başka bir çalışmada da eğitim durumu değişkenine göre anne babaların akılcı olmayan inanç düzeylerinin farklılaşma durumu incelenmiş olup, annelerin beklenti düzeyleri ve babanın her iki alt boyuttan (beklentiler ve mükemmeliyetçilik) aldıkları puanların eğitim durumuna göre farklılaşma durumu anlamlı bulunmuştur. Buna göre; okur-yazar olmayan annelerin beklentilerinin, üniversite ve üstü mezuniyete sahip annelerin beklentilerinden yüksek olduğu belirlenmiştir. Babaların beklenti düzeylerine bakıldığında, sadece okur-yazar ya da ilkökul mezunu olan babaların beklenti düzeyleri, üniversite ve üstü mezuniyete sahip babaların beklentilerinden yüksek bulunmuştur. Yine çalışma sonuçlarına göre; kendilerini dar gelir düzeyine sahip olarak tanımlayan annelerin beklentileri, orta ve üstü gelir düzeyine sahip annelerin beklentilerinden yüksek bulunmuştur. Dar gelirli annelerin mükemmeliyetçilik düzeyleri, orta ve üstü gelir düzeyine sahip annelerin mükemmeliyetçilik düzeylerinden yüksek bulunmuştur. Babaların beklenti düzeyleri incelendiğinde ise, kendilerini dar gelir düzeyine sahip olarak tanımlayan babaların beklentileri, orta ve üstü gelir düzeyine sahip babaların beklentilerinden yüksek bulunmuştur.

Anne babaların yaşam doyumları incelendiğinde yetiştikleri aile ortamındaki aile içi ilişkilerini sıcak ve samimi olarak algılayanların soğuk/tartışmalı veya günlük/sıradan olarak algılayanlara göre daha yüksek olduğu görülmektedir. Tümkaya, Çelik ve Aybek (2011) ergenler üzerinde yaptıkları araştırmada kendi anne baba tutumunu demokratik olarak algılayan ergenlerin otoriter ve koruyucu olarak algılayanlara göre yaşam doyumlarının daha olumlu olduğunu belirlemiştir. Anne baba tutumlarının sıcak ve samimi bir aile ortamı için belirleyici olduğu göz önüne alındığında ister yetişkin ister ergen olsun içinde bulunduğu aile ortamını olumlu algılaması yaşam doyumuna da olumlu katkı sunabilmektedir.

Araştırma sonuçlarından birisi de üst gelir grubunda yer alan ailelerin yaşam doyumlarının alt gelir grubunda yer alan ebeveynlere göre yaşam doyumlarının daha yüksek olduğudur. Akgün (2015) tarafından yetişkinler üzerinde yapılan çalışma sonucuna göre aylık geliri 6000 TL ve üzeri olanların, aylık geliri 3000 TL ve altında olanlara göre yaşam doyumları düzeylerinin daha fazla olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Tuzgöl Dost (2007) üniversite öğrencileri üzerinde yaptığı çalışmada araştırma bulguları ile benzer şekilde üst gelir grubunda yer alan öğrencilerin yaşam doyumlarının orta ve alt gruptakilere göre daha iyi olduğunu ortaya koymuştur. Araştırma sonuçlarına göre yaş ve cinsiyet gözetmeksizin üst gelir grubunda olanların alt gelir grubunda yer alanlara göre yaşam doyumlarının daha iyi olduğu sonucuna ulaşılmıştır.

Ayrıca anne babaların yaşam doyumları ile akılcı olmayan inançları da karşılıklı etkileşim halindedir. Nitekim sahip olunan akılcı olmayan inançlar bireylerin kendilerini mutsuz hissetmelerine yol açtığı gibi, birtakım psikolojik rahatsızlıkların da sebebi olabilmektedir (Ellis ve Harper, 2005). Anne babaların yaşam doyumlarının hem anne baba olmaya ilişkin birtakım akılcı olmayan inançları içeren kişilik özelliklerinden etkilendiği gibi, gelir ve eğitim seviyesi gibi demografik özelliklerden de etkilenebilmektedir. Bu bağlamda Bağcı (2013) tarafından yapılan çalışma sonucunda anne babaların akılcı olmayan inançlarının aile işlevlerinde bozulmalara neden olduğu, ebeveyn çocuk ilişkisine katı disiplin yöntemleri uygulama, aile üyeleri arasında olumsuz iletişim ve çocuklardan gerçekçi olmayan beklentileri gibi aile atmosferine olumsuz yansımalarının olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Dolayısıyla aile içi iletişimin sağlıklı oluşunun anne babaların yaşam doyumlarını da olumsuz olarak etkilediği çıkarımı yapılabilir.

Bu sonuçların yanı sıra anne babaların akılcı olmayan inançlara sahip olmaları aynı zamanda kendi çocuklarında da akılcı olmayan düşünme biçimlerinin görülmesine neden olabilir. Nitekim Çivitçi (2006) ergenler üzerinde yaptığı bir araştırmada ergenlerin mantık dışı inançlarının anne ve babalarının eğitim seviyesinden etkilendiğini ortaya koymuştur. Buna göre anne ve babanın eğitim seviyesinin düşmesi ergenlerin mantık dışı inançlarının artmasına yol açmaktadır. Çünkü Ellis ve Harper (2005)'e göre çocuklarda akılcı olmayan düşüncelerin kaynağı büyük oranda anne ve babalardır.

Bu araştırma sonuçlarından hareketle düşük gelir ve ekonomik seviyede yer alan anne babalara yönelik olarak yapılacak bilişsel davranışçı yaklaşımı temel alan psiko-eğitim programları ile ebeveynliğe ilişkin akılcı olmayan inançlarının azaltılmasına yönelik çalışmalar yapılabilir. Böylelikle anne babaların daha gerçekçi beklenti ve düşüncelere sahip olmaları aile işlevlerine bunun yanı sıra yaşam doyumlarına olumlu katkı sağlayacağı beklenebilir.

## 5. Kaynakça

- Ackerman, K. A. (1991). *Irrational beliefs and parenting stress*. Unpublished Doctoral dissertation. Canada: University of Alberta.
- Akgün, C. (2015). *Lise öğretmenlerinin psikolojik sermaye düzeyleri ile yaşam doyumları arasındaki ilişki*. Yayımlanmamış yüksek lisans tezi. Kahramanmaraş: Kahramanmaraş Sütçü İmam Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.



- Bağcı, C. (2013). *Anne babaların akılcı olmayan inançlarının aile işlevi ve çocuklardaki davranış problemleri arasındaki ilişkinin incelenmesi*. Yüksek lisans tezi. Gaziantep : Gaziantep Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Bağcı, B. (2015). *Çocuk ve yetişkin prososyallik ölçeklerinin geçerlik güvenirlik çalışması ve çocuk ile anne-baba prososyal davranışları arasındaki ilişkinin incelenmesi*. Yüksek lisans tezi. Aydın: Adnan Menderes Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Choi,P., Henshaw, C., Baker, S. & Tree, J (2007). Supermum, superwife, supereverything: Performing femininity in the transition to motherhood. *Journal of Reproductive and Infant Psychology*, Vol. 23, Pages 167-180. <http://dx.doi.org/10.1080/02646830500129487>.
- Çivitci, A. (2006). Ergenlerde mantıkdışı inançlar: Sosyodemografik değişkenlere göre bir inceleme. *Pamukkale Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 19(19), 7-17.
- Davis, L. & Keyser, J. (1997). *Becoming the parent you want to be: A source book of strategies for the first five years*. New York: Broadway Books.
- Diener, E., Emmons, R. A., Larsen, R. J. & Griffin, S. (1985) The satisfaction with life scale. *Journal of Personality Assessment*, 49, 71-75
- Ellis, A. & Harper, R. A. (2005) *Akılcı yaşam kılavuzu*. (Çev. Semra Kunt Akbaş). Ankara: HYB Yayıncılık.
- Eryüksel, G. N. ve Agün, E. (2003). Depresyonu olan Ergenler ile Anne Babaların Aile İlişkilerinin ve Bilişsel Çarpıtmalarının İncelenmesi. *Türk Psikoloji Dergisi*, 18 (51): 59–73.
- Google. (12 Temmuz 2017 tarihinde [https://www.google.com.tr/search?q=anne&source=lnms&tbm=isch&sa=X&ved=0ahU-KEWjtlrjCo4PVAhVMbIAKHVpASoQ\\_AUICygC&biw=1440&bih=804#tbm=isch&q=father](https://www.google.com.tr/search?q=anne&source=lnms&tbm=isch&sa=X&ved=0ahU-KEWjtlrjCo4PVAhVMbIAKHVpASoQ_AUICygC&biw=1440&bih=804#tbm=isch&q=father) adresinden erişilmiştir.
- Hocaoğlu, Ö. H. (2016). *Zihinsel yetersizliği olan çocuk sahibi anne ve babaların akılcı olmayan inançları ile çocuklarının sosyal becerileri ve problem davranışlarının karşılaştırılarak incelenmesi*. Yüksek lisans tezi. İstanbul: Marmara Üniversitesi eğitim Bilimleri Enstitüsü.
- Hortaçsu, N. (2012). *İnsan ilişkileri*. Ankara: İmge Kitabevi.
- Joyce, M. (1995). Emotional reliefs for parents: Is rationale emotive parent education effective? *Journal of Rational- Emotive & Behavior Therapy*, 13:55-75.
- Kaya, İ., & Hamamcı, Z. (2011). Development of the parent irrational beliefs scale. *Educational sciences: The Oryand Practice*, 11(3), 1160-1165.
- Kaya, İ.,& Hamamcı, Z. (2013). Parent irrational beliefs scale: Reliability and validity on parents with secondary schools children. *Eğitimde Kuram Ve Uygulama*, 9(4), 408-420.
- Lanford, S. (1988). *A Relational Analysis of Mother-Related Variables, Use of Parent Services and Demographic Factors*. Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi. Edmonton: Universty of Alberta.
- Starko, T.J. (1991). *Parent stress and parent irrational beliefs: Mother father differences*. Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi. Edmonton: Universty of Alberta.
- Stimac, T. M. (1985). *The impact of a cognitively-oriented parent education program on parents' rationality of beliefs and the family environment*. Doktora Tezi. Oregon: Oregon University Division of Counselling and Educational Psychology.
- TED Women (2010). 24 Ocak 2017 tarihinde [https://www.ted.com/talks/rufus\\_griscom\\_alisa\\_volkman\\_let\\_s\\_talk\\_parenting\\_taboos?language=tr](https://www.ted.com/talks/rufus_griscom_alisa_volkman_let_s_talk_parenting_taboos?language=tr) adresinden erişildi.
- Tuzgöl Dost, M. (2007). Üniversite öğrencilerinin yaşam doyumunun bazı değişkenlere göre incelenmesi. *Pamukkale Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi Yıl 2007 (2) 22. Sayı (132-143)*.
- Tümkeya, S., Çelik, M. & Aybek, B. (2011). Lise Öğrencilerinde Boyun Eğici Davranışlar Otomatik Düşünceler Umutsuzluk Ve Yaşam Doyumunun incelenmesi. *Çukurova Üniversitesi sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, Cilt 20, Sayı 2, 2011, Sayfa 77-94
- Witt, K. (2005). *The role of parental irrationality and child autism characteristics on parental stress level*. Doktora Tezi. New York: St.John's University.
- Yetim, Ü. (1993). Life satisfaction: A study based on the organization of personal projects. *Social Indicators Research*, 29(3), 277-289.