Academic Platform Journal of Education and Change

journal homepage: http://apjec.net/

Travma Yaşamış Annelerin Tutumlarının Çocuklarının Psikososyal Gelişimine Etkisi

*[1]Emel Ezgi İrak, [2] Hanifi Parlar
[1]0000-0003-0839-6444, İstanbul Ticaret Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Aile Danışmanlığı ve Eğitimi Yüksek Lisans Öğrencisi, eezgiirak@gmail.com

[2]0000-0002-6313-6955, İstanbul Ticaret Üniversitesi Eğitim Bilimleri Böl. Öğretim Üyesi, hparlar@ticaret.edu.tr

Öz

Bu araştırmanın temel amacı; Bu araştırma, travma yaşamış annelerin tutumlarının çocuklarının gelişimi üzerinde etkisinin olup olmadığını araştırmaktır. Araştırmanın çalışma grubunu, İstanbul ilinde ikamet eden ve danışmanlık talebi ile gelen 20 anne oluşturmaktadır. Araştırmanın verileri, araştırmacı tarafından literatür taraması ve uzman görüşü alınarak oluşturulan mülakat sorularından ve travma'yı tanımlamak için oluşturulan 'Travmatik Yaşantılar Listesi' kullanılarak oluşturulmuştur. Araştırma sonucunda elde edilen bulgulara göre travma yaşamış annelerin çocuklarının psikososyal gelişimi demografik özelliklere göre farklılık göstermektedir. Sonuç olarak, travma yaşamış annelerin çocuklarının psikososyal gelişiminin olumsuz etkilendiği gözlemlenmiştir.

Anahtar kelimeler: Travma, Anne, Çocuk Gelişimi

Mothers who Have Experienced Trauma Have an Impact in The Development of Their Children

*[1] Emel Ezgi İrak, [2] Hanifi Parlar
[1]İstanbul Ticaret Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Aile Danışmanlığı ve Eğitimi Yüksek Lisans Öğrencisi, eezgiirak@gmail.com
[2] İstanbul Ticaret Üniversitesi Eğitim Bilimleri Bölümü Öğretim Üyesi, hparlar@ticaret.edu.tr

Abstract

The main purpose of this research is; This study aims to investigate whether the attitudes of mothers who have experienced trauma have an impact on the development of their children. The study group consisted of 20 mothers residing in Istanbul and requesting counseling. The data of the study were created by using the literature review and expert opinion by the researcher and by using the ' List of Traumatic Experiences' created to identify the trauma. According to the findings of the study, psychosocial development of children of traumatized mothers varies

according to demographic characteristics. As a result, it was observed that the psychosocial development of the children of traumatized mothers was adversely affected.

Keywords: Trauma, Mother, Child Development

1. GİRİŞ

Psikanalitik kuramcıların büyük bir çoğunluğu anne-çocuk ilişkisi üzerinde durmaktadır (Bowlby, 1969; Fonagy, 2001; Freud, 1966; Klein, 1932).

Bebeğin benlik tasarımının gelişimi sırasında anne ile bebek arasındaki duygusal uyumun oluşmasında birtakım süreçler olmalıdır. Bu süreçlerden ilki annenin bebeğin duygularını okuması ve fark etmesi becerilerinin olmasının önemidir. İkincisi, annenin bebeğin davranışlarını taklit etmesi ve son olarak da annenin bu taklitleri içselleştirerek, duygusal gelişimini geliştirmelidir (Stern, 1985).

Annenin çocuğunun ihtiyaçlarını karşılaması ve ulaşılabilir olması çok önemlidir. Ulaşılabilir olmak fiziksel olmasının yanı sıra duygusal olarak yakınlık da son derece önemlidir. Normal gelişim içerisinde anne bebeğine duygusal olarak da yaklaşabilen, bebeğinin duygularını ve iç dünyasını anlayabilen bir anneyken kimi zaman bu durum farklılık gösterebilir. Anne herhangi bir sebepten dolayı bu ulaşılabilir olma özelliğini kaybederse bebek buna tepki vermektedir (Bowlby, 1973). Anne ile çocuğun bağlanmasında bebeklik döneminin önemi son derece büyüktür. Özellikle yaşamın ilk üç yılında bebeğin annesi ile kurduğu ilişkinin türü ve bağlanmanın gelişimi, erişkin dönemlerde etkilerini fazlasıyla göstermektedir.

Dünya üzerinde var olan tüm toplumlarda, toplumsal olarak belirlenmiş ve ailelerin gelişimsel süreçlerini devam ettirmeleri adına, her aile üyesinin işgal ettiği konuma uygun toplumsal olarak belirlenmiş bazı roller vardır. Her aile üyesinden, ona uygun olan konuma ait görevleri yerine getirmesi için diğer aile üyeleri tarafından beklenti oluşmaktadır. Örneğin, babalık-kocalık konumuna sahip olan bireyin bu role uygun görevleri yerine getirmesi gerekmektedir (Sayın, 1990).

Toplumumuzda ve hemen hemen tüm toplumlarda kadınlara atfedilen en önemli rollerden biri anneliktir. Kadının anne olması, hayatında ki önemli olaylardan birisidir. Anne olmak, bir kadının hayatında pek çok açıdan (psikolojik, sosyolojik, sosyal) değişim ve gelişim yaşamasına sebep olmaktadır. Bebeğin anne rahmine düştüğü andan itibaren anne, bebeğini tanımaya başlar ve bebeğin doğumuyla da onu keşfederek rolüne devam eder. Bu süreç içerisinde anne de kendisini yeniden tanır, keşfeder kendi ile ilgili annelik rolüne dair algı oluşturmaya başlar, annelik rolünü öğrenir (Zabielski, 1994).

Kadının annelik rolü kavramı ile tanışması kendi çocukluğunda yaşantıladığı deneyimlerle başlar ve hamilelik sürecinde etrafında rol modellerini izlemesi ile anlam kazanır. Bebeğinin dünyaya gelmesi ile kadının bildiği annelik kavramı etkilenir ve kendi stilini oluşturmaya

başlar. Kendini de tam olarak yeterli bir durumda değerlendirdiğinde de annelik kavramı algısı tamamlanır (Zabielski, 1994).

Ülkemizde de birçok bilim insanı annelik rolü üzerinde çalışmalar yapmaktadır. Türk kadının annelik ile ilgili görüşleri, bunu nasıl gerçekleştirdiği, edindiği görevi yerine getirirken kendisini nasıl algıladığına yönelik çalışmalar önemlidir. Çocukluğunda geleneksel kadın rolü benimsetilerek sosyalleştirilen Türk kadını kendi hayatında çocuk yetiştirmeyi ve bir bakıma annelik rolünü neredeyse temel olarak görmektedir (Kağıtçıbaşı, 1984).

Bir annenin annelik rolünü yerine getirmedeki becerisini kazanmada genellikle kişilik yapısı, özellikleri ve psikolojik olarak iyi oluş halinde olup olmaması, annelikle ilgili destek sistemleri ve çocuğunun özellikleri (mizacı, hastalık varlığı) rol oynadığı belirtilmektedir (Crnic, Greenberg, & Ragozin, 1983).

Bazı araştırmacılar annenin kişilik yapısının, bebeği ile olan ilişkisini ve o annenin gelecekteki annelik davranışını etkilediğini bildirmişlerdir (Clark, Kochanska, & Ready, 2000).

Mangelsdorf ve arkadaşları (1990) yaptıkları çalışmada, yaş, doğum sayısı gibi anneye ait faktörlerin, çocuğun ve bazı durumsal faktörlerin rolü anneliğin başarım sürecini etkileyebileceğini belirtmişlerdir.

Anne olmak, tüm gelişimsel basamaklar, sosyal roller ve tavırların birleşimi anlamına gelir. Anne ve bebeği arasındaki ilişki, annenin gebe kaldığını öğrendiği ilk andan itibaren başlar ve annenin sahip olduğu yetenekler ile de güçlenir. Sağlıklı bir anne-bebek iletişimi bebeğin doğumuyla beraber kendiliğinden değil, anne ve bebeğin birbirlerine verdiği tepkiler ile gelişir (Karaçam, 2008).

Annelik rolü kazanma, çok karmaşık ve çok aşamalı bir süreçtir. Bu sebeple Mercer'in Anne Olma Teorisi ve Modeli bu karışık sürecin açıklanmasına yardımcı olur (Mercer, 2006).Annelik rol kazanımı ilk kez gebelik döneminden başlayarak, doğumdan sonraki ilk bir yılı kapsayan ve bu süreç içerisinde de annelik kimliğinin tamamlanmasıyla geçen bir süreçtir. Mercer, annenin hali hazırda var olan kurulu düzenine annelik davranışlarını eklemesini rol başarım süreci olarak açıklamaktadır (Mercer R. , 1981).

Çocuğun gelişimindeki en önemli süreçlerden birisi sosyal-duygusal gelişimdir. Sosyal gelişim bireyin doğduğu andan yetişkin oluncaya kadar, diğer insanlarla olan ilişkilerinin ve onlara karşı geliştirdiği ilgi ve duyguların tümü olarak tanımlanabilir (Çağdaş ve Seçer, 2002).

Sosyal ve duygusal gelişim, çocuğun kendini ifade edebilmesi, duygularını kontrol edebilmesi, kendisiyle ve etrafındakilerle barışık ve uyum içinde olabilmesidir. Güven, korku, gurur, arkadaşlık ve mizaç gibi duygular sosyal-duygusal gelişimin parçalarıdır (Kandır ve Alpan, 2008).

Erikson(1968), kuramını 'aşamalı oluşum (epigenetik) ilkesiyle temellendirmektedir. Aşamalı oluşum ilkesi gelişen her şeyin bir zemin planı olduğunu, bu zemin planında parçaların ortaya

çıktığını, bütün parçalar işleyen bir bütün olarak ortaya çıkana kadar her parçanın kendine özel hüküm süresi olduğu düşüncesidir. Genetik bilimi ile de ilişkilendirilen bu ilke; döllenmiş yumurtanın anne karnında gelişimine ilişkin temel bir amacı anlatır: Tüm doku ve organlar zamanı geldiğinde ayrışıp gelişir. Bir dokunun olması gerektiği gibi gelişmesi; arkasından gelecek ayrışma basamağının da oluşmasına zemin hazırlar. Gelişim zamanında gelişemeyen bir doku ardından gelecek gelişim basamaklarını da sekteye uğratır. Erikson da aynı bu aşamalı gelişim ilkesinin kişilerin psikolojik ve toplumsal gelişimine uyarlanabileceğini düşünmektedir. Erikson'a göre kişiliğin gelişimi birbiri üzerine binen 8 aşamada gerçekleşir. Her aşamada bir olumlu bir de olumsuz duygu ayrışıp olgunlaşır. Bu iki zıt duygu arasında ki çatışma, o aşamaya özgü krizin konusunu oluşturur.

Bağlanma kuramı, John Bowlby'nin (1973) psikanalitik yaklaşımının kavramlarına dayandırarak oluşturduğu bir kişilik gelişimi kuramıdır. Kuram, bireylerin kendileri için önem taşıyan başka bireylerle güçlü duygusal bağlar kurma eğiliminin kavramlaştırılması için bir olanak sağlamaktır (Bahadır, 2006). Bowlby (1973) bebeklerin, anneleri (ebeveynleri) arasındaki güçlü bağların nasıl oluştuğunu ve geliştiğini, onların yokluğunda yaşadığı duygusal stresin nelerden kaynaklandığını araştırmıştır.

Bağlanma figürünün bebekten gelen duyusal sinyallere karşı hassasiyeti, bebeğin duygusal yaşantısını nasıl kodlayacağını ve nelere odaklanacağını etkilemektedir. Eğer bebek korku ve kaygı gibi olumsuz duygularına hassasiyetini ve bağlandığı kişinin sakin cevap verdiğini hissederse, kaygı korku gibi olumsuz duygularla başa çıkma stratejileri daha çok rahatlama ve destekleme işlevi taşıyacaktır bu da bebeğin güvenli bağlanmasını güçlendirir. Tersi durumda ise bebek olumsuz duygular ile olumsuz sonuçları ağ kurmayı güvensiz bağlanmaya etki edecek stratejiler geliştirmesine neden olacaktır (Brown & Wright, 2001).

Travmanın sözcük anlamı; bir dokunun ya da organın var olan şeklini bozucu ve dıştan gelen bir etki sonucu meydana gelen yaradır. Travma, bireyin kişiliği ve ruhsal bütünlüğü açısından olağandışı ve felaket düzeyinde olan bir olay sonrasında kişide kalıcı olan az veya çok etkisiyle bozukluk veya rahatsızlık yaratan bir durumdur (Budak, 2005).

Fischer ve Riedesser'a göre (1999) travma; ''Özel bir duruma bağlı tehdit edici faktörler ile kişinin baş etme yeteneği arasındaki tutarsızlığın yarattığı; çaresizlik ve başkalarının ve olayların merhametine kalmış olma duygularının eşlik ettiği, buna bağlı olarak kendine ve dünyaya dair algıda kalıcı şok yaratan kritik deneyim'' şeklindedir (Ruppert, 2011).

Travma kavramı; tecavüz, taciz, şiddet gibi olayların yanı sıra kişisel olaylar da algılamaya ve başa çıkma becerilerine göre kişilerde travmatik etki yaratan deneyimleri de içermektedir (Levin & Kline, 2014).

Tedeschi ve Calhoun'a göre, psikolojik travmalar, ani ve beklenmedik bir anda ve şekilde meydana gelen bireyin ruhsal ve bedensel bütünlüğünü bozan, yaşamını tehdit eden; kişinin üzerinde şok, çaresizlik ve aşırı korku duygularını yaşatması; canlının organizmasında değişimlere neden olan fizyolojik veya psikolojik şiddet ve bütünlüğe zarar verici etki ve tepkiler bütünüdür. Travmatik olayların sonrasında olumsuz olay başına gelen her insan yüksek oranda hemen hemen aynı tepkisel davranışları sergilemektedirler, yaşanılan olayın yanı sıra

verdikleri tepkiler de ortak yönleri olmaktadır. Her olayın yarattığı etki kişiden kişiye değişmektedir, bazı insanlarda travmatik yaşantıların etkisi uzun sürmekte bazen hafta, ay hatta yıl sürebilmektedir (Tedeschi & Calhoun, 2004).

Bir yaşantının psikolojik travma olarak ele alınması için üç unsur bulunmaktadır. Bunlar; 1. Olayın ani ve beklenmedik olması, 2. Kontrol edebilirliğinin az olması, 3. Olayın sıra dışı olması, 4. Olayın kalıcı ve süreğen sorunlar yaratma derecesi, 5. Olaya dair başkalarını suçlamanın var oluşu (Bayraktar, 2012).

Psikolojik travma; akut stres bozukluğu, travma sonrası stres bozukluğu, kaybı bozukluğu, depresyon gibi tüm psikolojik hastalıkları kapsayan travmalardır. Kombine travmalar ise her iki travma türünün de bir arada yaşanmasıdır (Oltmans, Neale, & Davison, 2003).

Öz (2017)'e göre travma yaşamış annelerden bahsederken çocuk ile anne arasındaki bağlanma modellerinden bahsetmemek mümkün değildir. Çünkü Öz'e göre bağlanma modelleri bir annenin neden travmalı olabileceğini göstermektedir. Bir annenin kendi bebekken annesi ile kurduğu bağın kendi bebeği ile bağlarını etkileyebileceği düşünülmektedir. Travma yaşamış annelerin ilişki biçimleri, evlilik yaşantıları ve hamilelikleri duygusal açıdan zor ve travmalı geçebilir. Çoğunlukla bebeğine planlamadan ve istemeden hamile kalan anneler bebeklerini doğurmak istemediklerinden hem hamilelikleri hem de doğum sonrası süreçleri fiziksel ve ruhsal birçok sorunla geçmektedir (Öz, 2017)

Travmalı annelerin çocuklarının ergenlik öncesi ve ergenlik süreçlerinin de travmalı yaşanabileceğinden bahseden Öz (2017), bu ergenlerin anneleri ile ciddi ölçüde problem yaşadıklarını dile getirmektedir. Çünkü bu ergenler, anneleri ile güvenli sevgi bağı kuramayıp annelerini ret etmektedir. Travmalı annenin hoşgörülü olmayışı, paylaşımcı olmaması, çocuğuna karşı gösterdiği acımasız tutumları, ihmali, destekleyici anne olmaması, çocuğuna zaman ayırmaması, çocuğu ile işbirlikçi olup onun duygu dünyasına girememesi, empati kuramaması bu çocukların ruhsal ve duygusal gelişimini olumsuz etkilemektedir.

2. YÖNTEM

Bu çalışma, travma geçirmiş annelerin çocuklarının psikososyal gelişimlerinin nasıl olduğunu incelemek amacıyla, nitel araştırma yöntemiyle gerçekleştirilmiş olup ve araştırmada olgu bilim (fenomenoloji) deseninden yararlanılmıştır. Nitel araştırma; "sosyal ya da beşerî bir probleme bireylerin veya grupların atfettiği anlamları keşfetme ve anlamaya yönelik bir yaklaşım" olarak tanımlanmaktadır (Creswell, 2013). Bu yöntem özellikle sosyal bilimler alanında sıklıkla kullanılmaktadır. Bunun farklı sebepleri olmakla birlikte başlıca sebep olarak insan ilişkilerinin karmaşık bir yapıda ve anlaşılmasının zor olması gösterilmiştir (Demir, 2009).

Nitel araştırma, gözlem görüşme ve doküman analizi gibi nitel veri toplama yöntemlerinin kullanıldığı, algıların ve olayların doğal ortamda gerçekçi ve bütüncül bir biçimde ortaya konmasına yönelik nitel bir sürecin izlendiği araştırma olarak tanımlanır. Başka bir deyişle nitel

araştırma, kuram oluşturmayı temel alan bir anlayışla sosyal olguları bağlı bulundukları çevre içerisinde araştırmayı ve anlamayı ön plana alan bir yaklaşımdır.” (Yıldırım ve Şimşek, 2008, s. 19).

Bu araştırmada İstanbul ilinde yaşayan, anneler evren olarak kabul edilmiştir. Çalışma grubunu ise travma geçirmiş olan 20 anne oluşturmaktadır. Görüşülen annelere, T1, T2, T3, T4, T5, T6, T7, T8, T9, T10, T11, T12, T13, T14, T15, T16, T17, T18, T19, T20 kodları verilmiştir. Görüşülen anneler ile yapılan görüşmelerde en kısa 25 dakika en uzun 45 dakika olmasına dikkat edilmiştir.

Görüşme yapılan anneler arasında aile danışmanlığı ya da psikolojik danışmanlık hizmetine başvuru nedenleri kendi travmaları ile ilgili değildir. Anneler çocukları için başvuru yapmışlardır.

Yapılan görüşmelerde annelere etik kural ve ilkelere bağlı kalınacağına dair bilgilendirme yapılmıştır. Annelere isimlerinin hiçbir şekilde paylaşılmayacağı ve görüşme esnasında not alarak görüşme yapılacağı bildirilmiştir.

Görüşme yapılan annelere ilk olarak demografik sorular yöneltilmiş ve genel bilgiler alınmıştır. Demografik bilgisi alınan annelere daha sonra travmalarını tanımlayabilmek adına hazırlanan ‘Travmatik Yaşantılar Listesi’nde bulunan travma çeşitleri sorulmuştur. Travması tanımlanan annelere ardından görüşme sırasında sorulacak mülakat soruları sorulmuştur.
Annelerden alınan cevaplar doğrultusunda kendi yaşadıkları travmanın, çocuklarının gelişimini ne şekilde etkilediği anlaşılmaya çalışılmıştır.

Görüşmeler sırasında anneler sorulara cevap verirken yüz ifadeleri, mimikleri, hareketleri, davranış ve tutumları da incelenerek verdikleri cevapların doğruluğu ve dürüstlüğü açısından incelenmeye çalışılmıştır. İçerik analizi yapılması esnasında bireylerin tüm tutumları da göz önüne alınarak analiz sonucuna varılmıştır.

Bu araştırmada araştırmanın verileri Yarı Yapılandırılmış görüşme tekniği ile toplanmıştır.
Görüşmede sorulacak soruların görüşülen kişi tarafından kolay bir biçimde anlaşılabilmesi için soruların mümkün olduğunca açık bir şekilde ifade edilmesi gerekmektedir. Görüşmenin başında sorular görüşülen kişiye sorulmadan önce araştırma ile ilgili bireye görüşmenin amacı açıklanmalı ve görüşülen bireyin kendini rahat hissettirilmesi ve ısınması sağlanmalıdır (Yıldırım ve Şimşek, 2008).

Araştırma ’da görüşmeler direk araştırmacı tarafından önceleri çalıştığı kurum olan Küçükçekmece Belediyesine bağlı danışmanlık Merkezinde daha sonra da özel bir danışmanlık merkezinde her bir anne ile toplamda 3 kez sürdürülmüştür.

Mevcut araştırmada alan yazın incelemesi yapılarak görüşme soru havuzu oluşturulmuş; alandan uzman görüşleri alınarak soru seti yeniden yapılandırılmıştır. Daha sonra bu soru seti 3 kişiye uygulanarak pilot uygulaması yapılmış ve sorulara son hali verilmiştir.Görüşülen kişilere 10 demografik, 11 Travmatik yaşantıyı tanımlama ve 5 tane de travmatik yaşantının çocuklarının gelişimine etkisini anlamaya yönelik sorular sorulmuştur.

Olgu bilim araştırmalarında yaşantıları ve anlamları ortaya çıkarmak amacıyla yapılan içerik analizinde, verilerin kavramsallaştırılması ve olguyu betimleyebilecek temaların ortaya çıkarılması çabası bulunmaktadır. Bununla birlikte ortaya çıkan temalar ve örüntüler çerçevesinde elde edilen sonuçlar açıklanır ve yorumlanır (Yıldırım ve Şimşek, 2008).

Fenomolojik analiz; çalışmaya katılan kişi tarafından tecrübe edilmiş bir olguya yönelik psikolojik özü ortaya çıkarmaya çalışır. Nitel çalışmalarda kullanılan bu muhakeme süreci algısal olarak parçaları bir araya getirerek bir bütün yaratmayı amaçlar (Akturan ve Esen, 2008).

Bu araştırma da görüşme soruları ile elde edilen veriler içerik analizi ile incelenmiştir. İncelenen veriler sonucunda yorumlama ve çıkarımda bulunma yolları ile derinlemesine analiz yapılmaya çalışılmıştır.

3. BULGULAR

Bu araştırma 29-70 yaş aralığında olan travma yaşamış anneler ile yapılmıştır. Yapılan görüşmeler sonucunda yaş faktörü dikkate alındığında 21-33 yaş aralığında travmatize olan annelerin travmayı daha yoğun yaşadıkları beyan edilmiştir. Gruptaki annelerin eğitim durumları incelendiğinde travmatik yaşantı sonucunda duygu durum bildirmelerinin eğitim düzeyi açısından çok değişiklik göstermediği gözlemlenmiştir.

Medeni duruma bağlı olarak; evli olan annelerin, çocukları ile bağlanma stilleri üzerinde daha çok durduğu görülmektedir. Travma yaşandığı zamanda annenin çocuk sahibi olup olmaması durumu açısından incelendiğinde iki ilişki arasında anlamlı bir fark olmadığı gözlemlenmiştir. Annenin sahip olduğu mesleğin travma duygusu sonrasında çocuğuna etkisi açısından değişiklik göstermediği gözlemlenmiştir.

Tablo 1. Travma Temalı Sözcük Kullanım Sıklığı ve Travmayı Yaşama Yaşı Karşılaştırması

Travmayı Yaşama Yaşı	8-20	21-33	>34
Travma temalı sözcük kullanım sıklığı	7	28	12

Annelerin yaşadıkları travmayı hissetmesi ve travma ifadesi en çok 21-33 yaş aralığında güçlü olmaktadır. Bu yaş aralığında annelerin duyguları önceki ve sonraki dönemlere göre hormonlarından da daha çok etkilendiği için travmanın hissettirdikleri bu yaş grubunda daha yoğun gözükmektedir.

Tablo 2. Bağlanma Temalı Sözcük Kullanım Sıklığı ve Travmayı Yaşama Yaşı Karşılaştırması

Travmayı Yaşama Yaşı / Bağlanma temalı sözcük kullanım sıklığı	8-20	21-33	>34
0	4	7	4
1		2	
2		2	
4		1	

Yapılan araştırma sonucuna göre, annenin yaşamış olduğu travmayı yaşama yaşının, çocuğu ile arasında olan bağlanma stilini etkilemediği gözlemlenmiştir. Çocuk ile annenin birbirine bağlanması annenin yaşından bağımsızdır.

Tablo 3. Saldırganlık Temalı Sözcük Kullanım Sıklığı ve Travmayı Yaşama Yaşı Karşılaştırması

Travmayı Yaşama Yaşı	8-20	21-33	>34
Saldırganlık temalı sözcük kullanım sıklığı	5	13	2

21-33 yaş aralığındaki annelerin çocuklarında saldırgan davranışların daha fazla olduğu ortaya çıkmıştır. Bu yaş grubunda travma yaşamış annelerin travmanın üzerindeki ağır etkisi sonucunda kendi duygu ve davranış değişikliklerini çocuklarına yansıttıkları ve bunun sonucunda oluşan güvensiz duygu aktarımı neticesinde da çocuklarında bir takım saldırgan davranışlar ortaya çıktığı düşünülmektedir.

Tablo 4. Saldırganlık Temalı Sözcük Kullanım Sıklığı ve Bağlanma Temalı Sözcük Kullanım Sıklığı Karşılaştırması

Saldırganlık / Bağlanma	0	1	2	3	4
0	7	3	4	1	
1		1			1
2	1	1			
4	1				
Genel Toplam	**9**	**5**	**4**	**1**	**1**

Travma sonrasında annenin çocuğu ile olan bağlanma stilinin değişmesi sebebi ile çocuğu bir takım saldırgan davranışlar göstermektedir. Bağlanmanın güvensiz bir ortam yüzünden güçsüz hale gelmesi çocuğun ihtiyaçlarının karşılanmaması çocuğu saldırgan davranışlar göstermeye itmektedir.

Tablo 5. Sosyal Gelişim Temalı Sözcük Kullanım Sıklığı ve Travmayı Yaşadığında Çocuk Sahibi Olma Durumu Karşılaştırması

Travma yaşadığında çocuk sahibi olma	**VAR**	**YOK**
Sosyal Gelişim temalı sözcük kullanım sıklığı	15	28

Travma yaşadıkları sırada çocuğu olan anneler, çocuklarının sosyal gelişimine ilişkin endişeleri daha yoğun yaşamışlardır. Travma sırasında anneler duygusal açıdan hassas bir dönemde ya da tamamen yoksun bir dönemde oldukları için çocukları bu süreçten sosyal gelişimleri boyutunda etkilenmektedir.

4. SONUÇ VE ÖNERİLER

Yapılan araştırmada, annenin yaşadığı travmanın çocuğuna etkisinin incelenmesi amaçlanmıştır. Bununla birlikte yaş, travma anında çocuk sahibi olma durumu, eğitim, saldırganlık, medeni durum, bağlanma gibi değişkenlerle annenin yaşadığı travmanın çocuğuna etkisi anlaşılmaya çalışılmıştır. Ayrıca, bu bölümde araştırmanın amaçları doğrultusunda yapılan bulgular sonucunda sunulan analizlerin sonuçları değerlendirilecektir.
Bu amaç doğrultusunda, yarı yapılandırılmış mülakat yöntemi ile görüşülen annelerin demografik özellikleri ile travma algılarının çocuklarına etkisi anlamında bir etkisi olup olmadığı incelenmiştir.

Her bireyin çevresi, ailesi, hayata bakış açısı, psikolojik dayanıklılığı açısından travmatik yaşantıya verdiği tepkiler birbirinden farklılık göstermektedir. Her bir travmatik deney birbirinden farklıdır ve kişiye özeldir. Travmalar sadece yaşayanlarını değil, seyircilerini ve yaşandığı toplumu da etkiler. Travmatize olan annelerin psikolojik bozukluk semptomları dile getirilemez bir gizil durumun varlığına dikkat çeker ve tüm dikkati travmadan uzaklaştırır. Travmatik annelerde duygusal uyuşukluk ve olayı yeniden yaşama arasından gidip gelme fazlasıyla görülmektedir. Travma anında annelerin, ezici bir kuvvet tarafından çaresiz hale geldiği gözlemlenmiştir. Annenin yaşadığı tüm travmatik olaylar annelere, kontrol, bağ kurma ve anlam duygusu veren tüm davranış sistemlerini alt üst etmektedir.

Yapılan araştırmada görülmüştür ki, psikolojik travmanın tüm annelerde yarattığı ortak sonuç ‘yoğun korku, çaresizlik, kontrol kaybı ve yok olma tehdididir. Annenin yaşadığı tüm bu travmatik durumların ortak sonucu olarak da çocuklarında saldırganlık, benlik saygısında eksiklik, bağlanma gibi durumlarda sıkıntı yaşadıkları görülmüştür.

Yapılan çalışmada annelerin verdiği olağan yanıt hem beden hem de zihni içine alan karmaşık tepkiler sistemidir. Annenin verdiği bu tepkilenen çocuklarının da aynı şekilde hem beden hem de zihin anlamında kendilerini karmaşa içinde hissettikleri görülmektedir. Annenin yaşadığı travmatik deneyimden sonra, yaşanan o duygu her an geri dönebilirmiş gibi, annenin kendini koruma sistemini sürekli ayakta tuttuğu gözlemlenmiştir. Bunun sonucunda annenin gösterdiği aşırı uyarılma tepkileri sonucunda çocuklarının da bu tepkilere reaksiyon verdiği gözlemlenmiştir. Annenin verdiği yoğun tepkinin yanı sıra, beklenmeyen uyarana aşır irkilme tepkisi de gösterdiği gözlemlenmiştir. Travmatik annelerin, çocuklarının da olması sebebiyle başkalarının yalnızca can sıkıcı buldukları tekrarlayan uyaranları, duymazdan gelemedikleri de fark edilmiştir.

Travmatik olan annelere çocuklarının sosyal gelişimleri, oyun becerileri sorulduğunda; annelerin yaşadıkları travma öncesi ve sonrasında gözlemledikleri bazı durumlar olduğu fark edilmiştir. Çocukların normalde oynadıkları oyunlar serbest ve kolay olduğu; çocukların Kıpır kıpır ve neşeli olduğu ancak travma sonrasında bu oyunların sert ve monoton oyunlar olduğu annelerin söylemlerinde fark edilmiştir. Sıradan oyunların aksine travmatik deneyimin takıntılı olarak tekrar ettiği görülmektedir.

Yapılan çalışmada travmatize olan annelerin kendilerini farklılaşmış bir biçim içinde travma sahnesinde gördükleri gözlemlenmiştir. Travma yaşadıklarında hali hazırda çocukları olan annelerini bu travmayı yaşama sürecinde çocuklarına travmayı aktardıkları gözlemlenmiştir. Çünkü travmatik süreç evreleri çocukları varken atlatılmaya çalışılmış ve bu süreçte çocukların ihmal edildiği de fark edilmiştir. Kimi travmatik annelerin çocukları ile bağlanma sürecinde de sıkıntı yaşadıkları da gözlemlenmiştir. Travmatik tüm annelerin hepsini çaresiz, incinmiş ve duygusal olarak son derece kırılmış oldukları gözlemlenmiştir. Travmatize annenin iç yaşamı ve aktivitelerinin dış sınırları üzerindeki kısıtlamalar negatif etkilerdir. Bu negatif etkiler, çaresizlik ve korkuyla da kısıtlanır. Travmatik olaydan sonra annelerin birçoğunda travmatize annelerin bir parçasının adeta yok olduğu, öldüğü gözlemlenmiştir.
Travmatik olaya maruz kalan anne temel insan ilişkilerinde de sorun yaşamaktadır. Aile, arkadaşlık, sevgi ve toplumla bağları kopma seviyesine gelmektedir. Bu nedenle bu annelerin süreçte çok fazla ailesel desteğe de sahip olmadıkları gözlemlenmiştir. Travma başkalarıyla ilişkileri şekillendiren ve destekleyen kendilik yapısını paramparça etmektedir.

Çocuğun ona bakan bakıcı konumundaki kişiye, ki bu çoğu zaman annedir, güven dolu bir bağlanma duygusu kişilik gelişiminin temelidir. Bu bağ parçalandığında travmatik durumdan etkilenen çocuk kendilik duygusunu kaybeder. Çocuğun pozitif kendilik duygusunun gelişmesi annesinin iyicil bir güç kullanımına bağlıdır. Çocuktan çok daha güçlü olan bir ebeveyn, çocuğun bireysellik ve haysiyetine biraz hürmet ettiğinde, çocuk kendini değerli ve saygıdeğer hisseder; kendine saygısı gelişir. Otonomi, yani ilişki içerisinde kendisinin farklı olduğu duygusunu da geliştirir. Normal gelişmekte olan çocuğun büyüyen yeterlilik ve inisiyatif kapasitesi, olumlu kendilik imgesine eklenmektedir. İnisiyatif ve yeterlilik üzerindeki normal gelişimsel çatışmaların memnun edici olmayan bir şekilde halledilmesi, çocuğu suçluluk ve aşağılık hissetmeye eğilimli hale getirir ve yapılan çalışmada da annesinin travma sahibi olan çocukların bu duyguları fazlasıyla hissettiği gözlemlenmiştir.

Araştırılan konuda psikolojik travmanın merkezi deneyimlerinin, başkalarıyla bağların kopması ve güçsüzleştiği fark edilmiştir. Bu bağların genellikle annelerin çocukları ile bağlarının koptuğu gözlemlenmiştir. Bu yüzden travmatik annelerin iyileşme sürecinde çocuklarının etkilenmemesi için annenin güçlendirilmesi ve yeni bağların yaratılması üzerine olmalıdır. Çocuğu ve çevresi ile bağlarını yenileme sürecinde olan annenin deforme edilen psikolojik becerilerini yeniden geliştirmesi üzerine çalışılmalıdır. Bu beceriler güven, otonom, inisiyatif, yeterlilik, kimlik ve yakınlık için temel kapasitelerin gelişimini kapsamaktadır. Yapılacak iyileşmenin birinci ilkesi annenin güçlendirilmesi olmalıdır. Anne kendi iyileşmesinin uzmanı ve hakemi olmak zorundadır. Annenin çevresindekiler tavsiye, destek, yardım, sevecenlik ve sunabilir fakat tedavi sunamaz. Bu sebeple bu süreçte travmatize olan annenin kendine ve çocuğuna iyi davranabilmesi için psikolojik destek alması gerekmektedir.
Yapılan çalışmada, Travmalı annelerin çocuklarını tehlikelere karşı korumakta yetersiz kaldıkları gözlemlenmiştir. Travmalı annelerin bazen daha çok kendi sorunlarına odaklı yaşadıklarından, çocukları ile yeterince ilgilenmedikleri fark edilmiştir.

Bu araştırmanın sonucunda aşağıdaki öneriler geliştirilmiştir:

Araştırmacılara öneriler:

Bu araştırmada annenin yaşadığı travmanın çocuğuna psikososyal etkisi yorumlanmıştır. Bir başka araştırmada diğer etikleri incelenebilir.
Bu çalışma bazı sınırlılıklar içermektedir. Çalışmanın başlıca sınırlılığı, evrenin İstanbul ili olmasıdır. Bu araştırma farklı metropollerde de uygulanılması ile daha farklı sonuçlar elde edilebilir.

Ayrıca kırsal da sağlık ocakları, aile danışmanlık merkezleri ve benzeri kurumların yardımlarıyla benzer değerlendirmeler yapılabilir.

Bir başka sınırlılıkta görüşülen bireylerin aile danışmanı uzmanlarından yardım almaları olduğundan dolayı profesyonel yardım almayan anneler içinde yapılabilir.

Anne ve baba adaylarına öneriler:

Travmalı anne adaylarına bebek sahibi olmaya karar vermeden önce, anne olmanın özellikle duygusal sorumluluğuna hazır olup olmadığını belirlemeye ve bilinçlendirmeye yönelik çalışmalar yapılmalıdır.

Travmalı bireylerin bu sorunlarını çözdükten sonra anne olmalarının çocuklarının ruh sağlığı açısından daha yararlı olacağı önerilmektedir.

Ebeveynlere öneriler:

İlk çocukluk yıllarında yaşanan travmalarda ebeveyn ihmali, ilgisizliği, bilinçsizliğinden kaynaklı bir çok etken vardır. Bu sebeple anne-babaların çok dikkatli olması gerekmektedir.

Anne babaların çocuklarını uzun ya da kısa süreli komşuya, gece yatılı olarak akrabalarına emanet etmemeleri önerilmektedir.

0-2 ile 2-4 yaş arası bebek ve çocukları bakıcıları ile yanlız bırakmamalıdırlar.

Ebeveyn ihmalinden kaynaklanan balkondan, pencereden aşağı düşme, ocakta kaynayan suyun, çaydanlığın çocuğun üzerine devrilmesi, ütü masasının ve sıcak ütünün çocuğun üzerine düşmesi gibi nedenlerle yaşanabilecek travmaların önüne geçmeleri önerilmektedir.
Arabada uyuyan çocuklarını araç içinde yanlız bırakmamalıdırlar.

Kadının, çocukluğuna dair hatırladığı ya da ağır biçimde etkilendiği olumsuz yaşantıları çözüme kavuşturmadan çocuk sahibi olması ya da çocuğu ile ilişkisini sürdürmeye çalışmasının beraberinde pek çok risk taşıdığı noktasında annelerin daha fazla bilinçlendirilmesi önerilmektedir.

Bazı anneler, bazı kişilikler diğer kişiliklere göre strese karşı daha duyarlıdır. Aceleci, telaşlı, tez canlı, sabırsız, kaygılı, hata yapma korkusu yüksek olan insanlar çabuk stres altına girerler ve stresin yarattığı gerilimden uzun süre çıkamazlar. Bu anlamda annelerin kendilerini tanıyıp uzmandan yardım almaları önerilmektedir.

Politikacılara öneriler:

Aile ve Sosyal politikalar bakanlığı, travmatik yaşantıdan kaynaklı oluşabilecek olumsuz durumları önlemek için halkı bu konularda bilinçlendirme çabasında bulunmalıdır ve bu konuda alanda çalışan psikolog istihdamını arttırmalıdır.

Mahkemelerde Adli Psikologların istihdamı arttırılmalıdır; konunun önemi üzerinde durulmalıdır.

Aile ve Sosyal Politikalar Bakanlığı alanında uzman psikologlar tarafından, anne-baba olmak isteyen bireylere seminerlerin verilmesi konusunda çalışmalar yapmalıdır.

Aile ve Sosyal Politikalar Bakanlığı, ayrıca anne-baba olduktan sonra da anne-baba'nın annelik ve babalık rollerine alışmalarını sağlayan süreçlerin eğitimini zorunlu hale getirmeli ve annenin doğum sonrasında hormonların hızlı değişimi neticesinde yaşayacakları doğum sonrası oluşabilecek annelik rollerini etkileyecek durumlar için önleyici ruh sağlığı çalışmaları yapmalıdır.

Koruyucu ve önleyici ruh sağlığı çalışmaları için Aile ve Sosyal Politikalar Bakanlığı ile Sağlık Bakanlığı eş zamanlı çalışmalıdır. Yaşanabilecek olumsuzlukların önüne geçebilmek için aile hekimliği gibi her bireye atanmış psikologların olması ve bireylerin bu hizmetten düzenli olarak faydalanması bu gibi durumlar için önleyici olacağından uygulanması önerilmektedir.

KAYNAKÇA

Adriaans, P., ve D. Zantinge. Data Mining. Boston, MA: Addison Wesley Longman Publishing, 1997.

Bahadır, Ş. «Romantik ilişkilerde bağlanma stilleri çatışma çözme stratejileri ve olumsuz duygu durumunu düzenleme arasındaki ilişki.» A.Ü Sosyal Bilimler Enstitisü, 2006.

Bowlby, J. New York: Basic Books, 1973.

Brown, S.L, ve J Wright. «Attachment theory in adolesence and its relevance to development psychopathology.» Journal of Clinical Psychology and Psychotherapy, 2001: 15-32.

Budak, S. Psikoloji Sözlüğü. Ankara: Bilim ve Sanat Yayınları, 2005.

Clark, LA, G Kochanska, ve R Ready. «Mothers' personality and its interaction with temparement as predictors of parenting behavior.» Journal of Psychology and Social Psychology, 2000: 274-285.

Creswell. Qualitative Inquiry and Research Design. Oaks, 2013.

Crnic, KA, MT Greenberg, ve AS Ragozin. «Effects of Stress and Social Support on Mothers and premature and full-term infants.» Child Devolopment , 1983: 209-217.

Kağıtçıbaşı, Çiğdem. Aile İçi Etkileşimler ve İlişkiler. Türk Sosyal Bilimler Derneği, 1984.

Karaçam, Z. Normal Postpartum Dönemin Fizyolojisi ve Bakımı. İstanbul: Kenan Ofset Matbaa BaskıHizmetleri, 2008.

Levin, P. A, ve M. Kline. Ey Travma Bizden Uzak Dur. İstanbul: Doğam Egmont Yayıncılık, 2014.

Mercer. Nursing theorists and their work. Mosby, 2006.

Mercer, RT. «A theoretical framework for studying factors that impact on the maternal role.» Journal of Nursing Research, 1981: 73-77.

Oltmans, T.F, J.M Neale, ve G.C Davison. «Anormal Davranışlar Psikolojisinde Vak' a Çalışmaları.» Türk Psikologlar Derneği Yayınları, 2003.

Öz, İlkim. Travma Çağı: Geçmişin Gölgesinden Kurtulmak. İstanbul: Martı Yayıncılık

Ruppert, F. Travma, Bağlanma ve Aile Konstelasyonları. İstanbul : Kaknüs Yayınları, 2011.

Sayın, Önal. Aile Sosyolojisi Ailenin Toplumdaki Yeri. İzmir: Ege Üniversitesi Edebiyat Fakültesi Yayınları, 1990.

Seyhan, A, Badem, A. Erzincan İlindeki Hayvansal Atıkların Biyogaz Potansiyelinin Araştırılması. Academic Platform, 2018.

Stern, D. The Interpersonal World of the Infant. USA: Basic Books, 1985.

Tedeschi, ve Calhoun. Psychological Inquiry, 2004: 1-18.

Zabielski, MT. «Recognition of maternal identity in patern of fulterm mothers.» Maternal Child Nursing Journal, 1994: 22-36.