



Parenting Stress in Women with Adolescent Children¹

ARTICLE TYPE	Received Date	Accepted Date	Published Date
Research Article	09.05.2024	12.01.2024	04.15.2025

Humeyra Karatatar Karagöz² 

Hacettepe University

Filiz Bilge³ 

Hacettepe University

Abstract

The purpose of this study is to investigate the experiences of parenting stress among women with adolescent children. Designed within the framework of qualitative research using a phenomenological approach, the study involved in-depth individual interviews with 10 women who have adolescent children. The data obtained from these interviews were analyzed using thematic analysis. According to the findings, parenting stress was categorized into five themes under the parent-related domain: attitudes towards the developmental stage, personality traits, competence, sources of life stress, and coping strategies. Under the child-related domain, four themes were identified: emotional characteristics of the child, social characteristics of the child, academic performance/school life, and the child's strengths and weaknesses. In the domain of parent-child relationships, five themes emerged: the child's relationship with the other parent, sibling relationships, the child's attitude towards the parent, changes in parental roles and the child's changing relationships with others. The results of this study can contribute to understanding the stress experienced by mothers of adolescent children due to their parenting roles and may inform preventive interventions designed for adolescents and their families.

Keywords: Phenomenological design, adolescent, adolescence, parenting stress, women.

Citation: Karatatar Karagöz, H., & Bilge, F. (2025). Parenting Stress in Women with Adolescent Children. *Ankara University Journal of Faculty of Educational Sciences*, 58(1), 291-336. <https://doi.org/10.30964/auebfd.1544014>

¹This study is part of the first author's doctoral dissertation, conducted under the supervision of the second author, within the Department of Guidance and Psychological Counseling at Hacettepe University.

²Corresponding Author: PhD Student, Institute of Educational Sciences, Department of Guidance and Psychological Counseling, E-mail: humeyrakaratatar@gmail.com, <https://orcid.org/0000-0001-8936-7308>

³Prof. Dr., Faculty of Education, Department of Guidance and Psychological Counseling, E-mail: fbilge@hacettepe.edu.tr, <https://orcid.org/0000-0001-7502-3846>

The transition to parenthood is a process that brings about various changes on both a personal and interpersonal levels. A similar process occurs when the child enters adolescence. In response to the changing desires and behaviors of adolescents, parents are often required to adjust their parenting behaviors. These adjustments, which are not always easy, may increase a person's vulnerability to developing parenting-related stress, commonly referred to as "parenting stress."

Having a child who exhibits the developmental characteristics of adolescence presents a new situation for parents, one that requires adaptation. Steinberg (2001) explains this by pointing out the differentiation between the needs of adolescents and their parents during this transitional period. During this time, parents' needs often become secondary, neglected, or postponed. As a result, parents may experience stress related to their parenting roles. This stress can also result from parents' assessments of their own parenting abilities. Additionally, for parents of adolescent children, increasing social roles and age-related physical health issues can also be considered stress factors during this period (Sung, 2013).

Parenting stress can be defined as the cumulative physiological and psychological responses that parents exhibit as they attempt to adapt to the demands of parenthood (Kaymak-Özmen & Özmen, 2012). Parenting stress arises when parents perceive that the demands of parenting exceed their personal and social resources for coping (Abidin, 1992). It is influenced by a variety of factors. Regardless of their socio-cultural background or mental health status, all parents experience some degree of parenting stress at certain points in their lives (Crnic & Greenberg, 1990; Deater-Deckard, 2004).

Although research generally tends to focus on early childhood as the most stressful period for parents, parenting stress and emotional risks can continue even after children reach adulthood (Milkie et al., 2008; Umberson, 1992). The specific concerns parents have about their children evolve as the children grow. For parents of newborns, stress sources may include physical fatigue and the fear of not adequately caring for the baby (Roy et al., 2014), while for parents of school-aged children, concerns may center more on inappropriate behavior at school, failure to achieve acceptable grades, or issues with friends (Nomaguchi, 2012). As children enter adolescence, these stressors may include factors related to the parent, the child, and their relationship. To mitigate parenting stress, parents are expected to respond to their child's developmental stage appropriately and adopt suitable parenting attitudes (Ha, 2004; Lerner & Steinberg, 2009; Yoo, 2005).

Understanding and identifying the factors that can increase the likelihood of parenting stress is crucial for designing effective screening and intervention strategies that can help parents better manage parenting stress. Furthermore, parenting stress is a strong risk factor for negative parenting behaviors (Anthony et al., 2005; Coleman & Karraker, 1998), which in turn can lead to maladaptive development and psychopathology in children (Deater-Deckard, 1998). Parenting stress has also been linked to children's externalizing problems (Schleider et al., 2015; Stone et al., 2016;

Williford et al., 2007), internalizing problems (Rodriguez, 2011; Stone et al., 2016), aggressive behavior (Krahé et al., 2015), and diminished coping competence (Moreland et al., 2016).

To comprehensively examine the effects of parenting stress, it may be useful to evaluate the different reflections of stress between mothers and fathers and the role of gender in this process. Various studies have explored the relationship between parent gender and parenting stress (Deater-Deckard, 2004; Matud, 2004; Nomaguchi & Milkie, 2003; Thompson, 2022). These studies often examine whether mothers and fathers experience stress differently, the effects of gender on stress, and the roles of various contextual factors. According to Nomaguchi and Milkie (2003), parenting may be a greater source of stress for mothers, as they tend to spend more time caring for children and feel more pressure due to societal expectations.

In light of the preceding discussion, understanding parenting stress in parents of children at different developmental stages and of different genders is important. Accordingly, this study aims to examine the parenting stress experienced by women with adolescent children through their personal experiences. The research seeks to answer the question of what factors influence parenting stress in women with adolescent children.

Method

Research Model

Qualitative research allows for an exploratory and interpretive understanding of the research problem in its natural environment (Lincoln & Guba, 1985). The phenomenological design, a qualitative research method, is used to provide a detailed explanation of how people perceive and experience a particular phenomenon (Creswell, 2014). In this study, a phenomenological design was employed to examine the parenting stress experienced by women who have adolescent children.

Study Group

The criterion sampling method, a purposive sampling technique, was used to select the research group. In this technique, individuals possessing the characteristics related to the research problem are chosen (Büyüköztürk et al., 2012). The criteria for inclusion in the study were as follows: being women, voluntary participation, having their oldest child aged between 11-18, not having a child with special needs, holding at least a primary school degree, and not having a clinical psychological diagnosis. To ensure diversity in the data, it was ensured that the age and gender of women's first children were different. In qualitative research, sample size varies depending on the depth of the data and the research objectives. A critical point for determining the sample size is the saturation of information, which is achieved when data begins to repeat (Creswell, 2014). In this study, the data collection process was terminated when the 10th participant began to provide repetitive information from previous interviews, indicating data saturation.

The participants were coded as K-1, K-2, K-3, etc. Information about the women and their adolescent children is provided in Table 1. The participants ranged in age from 36 to 45. Most had a university degree and were currently employed. K-7 is divorced; all participants except her are married.

Table 1

Demographic Information of Women with Adolescent Children

Participant	Age	Educational Status	Employment Status	Number of Child	Adolescent Child's Gender	Adolescent Child's Age
K-1	43	High School	Restaurant Worker	2	Male	16
K-2	37	Universty Degree	Teacher	2	Female	13
K-3	38	Universty Degree	Police Officer	2	Male	13
K-4	36	Universty Degree	Teacher	1	Female	14
K-5	39	Universty Degree	Teacher	1	Female	15
K-6	45	Universty Degree	Banker	2	Male	16
K-7	37	High School	Hair Dresser	2	Male	15
K-8	39	Universty Degree	Teacher	3	Female	15
K-9	36	Universty Degree	Teacher	1	Male	13
K-10	39	PhD	Lecturer	1	Female	14

Data Collection Tools

The research data were collected using a semi-structured interview form. The relevant literature was reviewed during the preparation of the form. To explore women's parenting stress experiences with their adolescent children, open-ended questions were designed based on the parenting domain, the adolescent child domain, and the parent-adolescent relationship domain. The questions were reviewed by three professors specializing in psychological counseling and guidance (PCG) and by an expert in qualitative research. After receiving feedback, the final version of the form was prepared.

Pilot interviews were conducted to test the clarity and appropriateness of the questions in the interview form. Since no issues arose during these pilot interviews and the questions were deemed clear, the form was approved for use in the study.

Data Collection Process

Approval to access the study group was sought from the Bolu Provincial Directorate of National Education. After receiving approval via the letter numbered

E-39307281-605.01-64037297 from the Bolu Governorship, communication was established with the psychological counselors of schools that were granted permission, and the study's objectives were explained to them. Through these services, volunteer participants were recruited. Given the in-depth nature of the interviews, building close and trusting relationships with the participants was crucial (Smith et al., 2009). In this study, such a relationship was established with the participants. The interviews were conducted face-to-face at the PCG services of five different schools. These services were preferred because they provided a quiet and distraction-free environment conducive for participants to fully engage with their experiences and express themselves honestly.

Before beginning the interviews, the study's purpose and topic were explained, and participants provided both verbal and written consent. Voluntary participation was emphasized, and participants were informed about how their interview data would be used. They were given assurances that the data would not be utilized for purposes other than the study, and that the recordings would be deleted upon the study's completion. The interviews were conducted between March and April 2023. The duration of the interviews ranged from 28 to 56 minutes, with the total time for the ten interviews being 373 minutes.

Validity and Reliability of the Study

To ensure internal validity, participants were informed about the study's topic before data collection began. They were told that the interviews would focus on the experiences of having adolescent children and parenting stress, and were assured that their data would be kept confidential throughout both the research process and the reporting phase. They were also informed that their recordings would be deleted at the conclusion of the study. This approach aimed to encourage participants to provide sincere responses. Additionally, efforts were made to include a diverse range of participants based on the age and gender of their first child to capture a variety of perceptions and experiences.

To ensure external validity, the data obtained from the interviews were detailed. Moreover, the women who participated in the study were selected through purposive sampling. Their interviews were transcribed verbatim without any researcher interpretation.

To ensure reliability, support was sought from three professors specializing in the PCG field and a doctorate-level qualitative research expert during the preparation, recording, and analysis of the semi-structured form. The data were analyzed within the framework of the research's theoretical foundation.

Transferability in qualitative research refers to the applicability of the research findings to other groups (Lincoln & Guba, 1985). To meet this criterion, the characteristics of the study group, the data collection process, and the participants' opinions were presented in detail through direct quotes. Consistency in qualitative research pertains to whether other researchers using the same data would reach similar

conclusions (Yıldırım & Şimşek, 2016). In this study, both the primary researcher and the expert coded the data, applying Miles and Huberman's (1994) formula to calculate inter-coder reliability. The reliability scores were 83.3% for the parent domain, 90.1% for the child domain, and 86.9% for the parent-child relationship domain.

Ethical Committee Approval

This study was conducted as part of a doctoral dissertation and received approval from the Hacettepe University Senate Ethics Committee, under the approval number E-35853172-300-00002373993, dated September 6, 2022.

Data Analysis

The qualitative data obtained from the in-depth interviews were analyzed using thematic analysis. Braun and Clarke (2006) describe thematic analysis as a method that allows researchers to summarize large datasets by highlighting key descriptive themes.

The data analysis was carried out by the primary researcher under the supervision of the second researcher. To enhance the reliability of the analysis, support was received from an expert in qualitative methods and data analysis. Braun and Clarke (2006) outline six steps for conducting thematic analysis: familiarizing oneself with the data, generating initial codes, searching for themes, reviewing relationships between themes, defining and naming themes, and producing the report. In determining the themes and categories in the current study, parenting stress literature was used as a basis. Prior to the analysis, the researchers and the expert met and agreed to apply thematic analysis following these steps. The expert, independently of the researchers, conducted the data analysis using the Nvivo 14.0 software. After five interviews, the codes, potential themes, and categories were discussed among the researchers and the expert, who decided to continue data collection.

After the 10th interview, when it was determined that the participant's data reflected those already presented by the previous participants, the researchers and the expert agreed that data saturation had been reached, and the data collection process was concluded. The data were categorized into three themes: parental evaluation of their adolescent child, parental self-evaluation, and the evaluation of the relationship between the parents and the adolescent child. These categories and themes were then compared and evaluated together with the expert, and the analysis process was finalized by consensus.

Results

This section presents the findings of the study: answering the main research purpose. Based on interviews with 10 women who have adolescent children, three themes and 14 categories were identified. These themes and categories are presented with the help of tables and figures.

Parent Theme

The parent theme includes factors related to parenting stress within the parent domain. This domain encompasses the individual's self-assessment as a parent, including factors such as attitudes toward adolescence and parental competence. The codes in this theme are grouped under five categories.

Table 2

Parent Theme and Categories

Theme	Categories
Parent	Attitudes toward adolescence Personality traits Competence Sources of life stress Coping strategies

In the parent domain, it is observed that attitudes toward adolescence influence the experience of parenting stress. Women evaluated their current relationships with their adolescent children based on their own adolescence and relationships with their parents at that time. Over time, the women expressed that both adolescence and parenting are now experienced differently, compared to their own youth. They stated that the differences in how adolescence is experienced today presented new challenges for them. Some participant examples are as follows:

We didn't behave like my son did during our own adolescence. We didn't even know what adolescence was. It was never explained to us, and we didn't even know what we were going through. Yes, sometimes we felt anger towards our parents and repressed it because we couldn't express it. Today's youth speak their mind freely. They won't talk if they don't feel like it. They slam doors and walk away. We weren't like that. Our time was different. Our youth wasn't as free. (K-7)

These door slams and sulking did not exist in our time. Adolescent problems were more childish in earlier times. Now kids learn everything faster. We used to argue over minor things, like playing outside. Now they want bigger things like tablets and phones... I understand adolescence better now, but sometimes I wonder if it would be easier if I didn't know about it. Did our parents know? We stayed quiet and sat down. Now try making them stay quiet. (K-3)

Overall, the women appeared to develop a positive attitude toward gaining knowledge about the developmental features of adolescence, although they expressed that this understanding also challenged them as parents. K-2 explained this as follows: *"Yes, I know it's a difficult process, but maybe we call it a difficult process because we see it that way. If we didn't label it as such, maybe it wouldn't be so difficult."*

Women expressed a desire to prevent their children from going through the same difficulties they themselves experienced during adolescence. K-6 explained: *"I tried*

to go through my adolescence without letting my family notice I lived everything internally. Luckily, my son is more open about it. I want him to be more open anyway, not to bottle things up like I did.” Similarly, K-1 said: *“I went through a tough adolescence myself. My mother was not a patient person at all. With just a look, she ended my adolescence... I don’t want to make my child go through that.”*

Women’s descriptions of their own personality traits also influenced their parenting experiences. K-3 stated: *“According to the people around me, I’m a patient person. That’s what they say. I try to be as patient as possible with my child, reminding myself that I went through the same period. I try to restrain myself, to avoid reacting impulsively.”* It was observed that anger and tension affected parenting behaviors. K-2 provided an example: *“...I can’t be a very calm mother. That’s why sudden outbursts and closing myself in a room affect me negatively.”* Similarly, K-10 said: *“I’m a bit of a tense person... My daughter’s adolescence became my ‘tense-escence.’ I’ve become an even more tense and aggressive person.”* The desire for control was also a challenge for parents, as expressed by K-8: *“Maybe I want to be in control... to know everything, to be able to control it all... Nowadays, it doesn’t matter if the child is a boy or a girl, I want her to tell me everything, whether it’s good or bad. This wears me out even more.”*

The competence category includes codes related to feeling competent or inadequate in the parental role, professional competence, access to support, spousal support, having prepared for adolescence in the past, and feeling ready for the developmental challenges of adolescence. K-3 explained: *“I was prepared for this period... reading, observing other friends’ children and so on... Of course, no matter how prepared you are, it’s still difficult, but compared to others, we’re doing well. Sometimes our voices may rise, but by the end of the day, we always talk about what’s right and wrong and return to normal.”* It was evident from participants’ statements that receiving support in maintaining parental competence reduced parenting stress. K-10 and K-7 explained this as follows, respectively: *“I managed to do many things I thought I couldn’t while raising my child.”* *When she entered adolescence, the situation remained the same. My husband and the people around me were very supportive. Thanks to them, we are trying to get through this without too much damage.”* *“I attended all the trainings at the school. Parenting, adolescent characteristics, communication activities ... I felt more informed.”*

This category includes codes related to work-related stress, being employed, concerns about the future, changes in family roles, distancing from the spouse, fear of natural disasters (earthquakes), and responsibilities toward other family members. These life stressors also emerged as a category of parenting stress in women. All participants expressed that the responsibilities they assumed at home and in other areas increased their levels of stress. K-8 summarized this sentiment: *“I have different missions; I’m a mother, a teacher, a wife, a daughter... This process is very exhausting.”*

It was found that women with adolescent children used various methods to cope with parenting stress, including seeking professional support (psychologists, psychological counselors, school guidance services), receiving support from family and friends, sharing their problems, using calming techniques (meditation, breathing exercises, self-suggestions), reading books and watching videos about adolescent development, participating in adolescent-family education programs, taking time for themselves, cooperating with their spouse, and drawing on their own experiences. K-3 and K-6 described the support they received from close individuals as follows: *"We have a trusted family friend who helps calm me down. Her feedback on how I approach this period really motivates me. I get through it with her support."* *"Sometimes I talk to my friends about their children: 'What did you do? How did you get through it?' This does lead to some comparisons, but at that moment, it gives me ideas on how to solve the problem, and it helps."* K-10, on the other hand, described the paths they followed to receive support:

We attended almost every training we could find on adolescent development characteristics. I also get support from books and videos. Ever since my daughter was born, I've been receiving professional help... With my job becoming more intense, if I feel like I can't understand her in a certain situation, I will seek professional help again.

Child Theme

In the experiences of parenting stress among women with adolescent children, evaluations related to their adolescent children were categorized into four areas: the child's emotional characteristics, the child's social characteristics, academic achievement/school life, and the child's strengths and weaknesses. These categories are explained in more detail below.

Table 3

Child Theme and Categories

Theme	Categories
Child	Emotional characteristics of the child
	Social characteristics of the child
	Academic achievement/school life
	Strengths and weaknesses of the child

Women reported that their children's emotional characteristics, such as introversion, anger outbursts, stubbornness, oppositional behavior, oversensitivity, crying fits, mood instability, tension, impulsivity, sudden reactions, and intense emotional transitions, were challenging to manage. K-10 and K-7 provided the following examples, respectively: *"Shyness, anxieties, quick, emotional changes... These made me start worrying that something was going on."* *"I realized my child had entered adolescence when his emotional characteristics changed. Suddenly there were outbursts, slammed doors, unnecessary anger"*.

With regard to the social behaviors of their children, women noted changes such as withdrawing from previously enjoyed activities, distancing from family, forming new social circles, spending more time on social media, and entering romantic relationships. All participants expressed that they found it more challenging to parent due to these social changes in their children. K-7 described her child's changes and the difficulty of coping with them as follows: *"Now, it's all about the phone. Wherever his friends are, that's where he wants to be. Are they good people or bad? Every day there's a new friend ... Of course, my mind is always on him. Similarly, K-6 and K1-10 respectively expressed their concerns about their children's social changes: "Friendships have become much more valuable. He has distanced himself from family... What are we doing? We follow him discreetly." "She used to be such a social girl, but now she's more withdrawn due to shyness. She used to be more of a go-getter, someone who could solve problems, but now she's stepping back in social situations. It's worrisome."*

Changes in academic achievement and school life were expressed through codes such as decreased motivation to study, procrastination with homework, inability to focus, lower grades, lack of seriousness about studies, avoidance of responsibilities, and diminished academic ambition. K-1 explained this change: *"In elementary and middle school, he was more ambitious. When he entered high school, he became more relaxed. There wasn't a difference in terms of success, but he was more organized before."* K-4 and K-5 described their children's academic changes as follows: *"They used to take exams more seriously... We've always emphasized taking responsibility, but now, they spend more time with friends, and the time they allocate to their studies has decreased. As a result, grades have started to drop."* *"There's been a significant decline in school performance. They no longer enjoy school. Maybe they're working, but there's no ambition, no goals, and a dependency on technology."* K-7 expressed the change in school life and the resulting frustration: *"She used to come home from school and tell me all about it, what happened, what the teacher said... She'd talk for hours. She'd do her homework... Now she comes home, maybe says hello. The bag gets thrown to one side, and she locks herself in her room with the phone. I sit there fuming in the living room."*

According to the study's findings, children's strengths and weaknesses during adolescence influenced the level of parenting stress experienced by the women. Characteristics like taking responsibility, showing compassion, and demonstrating mercy were considered strengths that made parenting roles easier. K-8 and K-7 shared their perspectives, respectively: *"He's self-disciplined, has self-control, and can work independently. That's definitely an advantage."* *"She's always been very compassionate. In the past, when she got sick, I'd take care of her. Now, if I'm even a little sick, she can't stand it; she comes and checks my temperature and takes care of me. She's a very empathetic child, and that really makes my job easier."* On the other hand, characteristics like being easily influenced by others were considered weaknesses that made it harder to fulfill the parenting role, increasing stress levels.

K-1 explained: *"I don't trust the environment, but I also know that my child is very easily swayed by things... I'm afraid he'll get caught up in something bad."*

Parent-Child Relationship Theme

The child's relationship with the other parent, the child's relationships with siblings, the child's attitude towards the parent, changes in parental roles and changing relationships constitute the categories of this theme. The categories in the theme of parent-child relationships are as follows:

Table 4

Parent-Child Relationship Theme and Categories

Theme	Categories
Parent-Child Relationship	Relationship with the other parent Relationship with siblings Child's attitude towards the parent Changes in parental roles Changing relationships

Women with adolescent children reported experiencing greater challenges in their parenting roles when their children had conflicts or communication issues with the other parent. Additionally, mothers reported being more exposed to adolescent-related problems, as fathers often overlooked these issues. K-2 and K-7 described their experiences as follows, respectively: *"She shares more private things with me than with her father... It feels like all the weight is on my shoulders."* *"The father is relaxed. He thinks, 'It will pass, we went through the same thing.' (referring to adolescent behavior). But things aren't the same as they were back then."* Women who felt caught between their partner and child also experienced difficulties. For example, K-5 said: *"The girl who was in love with her father is gone... Now, she sometimes looks at him with such anger... My husband asks what's going on, and I say, 'It will pass, just wait.' And then trying to mediate between them... It's tough."*

The study's findings also indicated that negative relationships between adolescent children and their siblings negatively affected the women's parenting experiences. K-2, K-3, and K-1 shared examples of these challenges: *"She is constantly arguing with her sibling... Our house is quite tense."* *"I know she loves her sibling, but she constantly teases and irritates them". I don't know why, but it seems like she takes pleasure in making them cry, as if she's always in a battle with them.* *"My mom used to make me take my sibling along when I went places.... I do the same, but my child wants nothing to do with his sibling now. He used to play with them, but now he immediately yells at them."*

The child's attitude toward the parent was identified as a factor that influenced the parenting stress of women with adolescent children. The participants expressed that their children's increasing distance, disdain, embarrassment, negative reactions, and aggressive responses toward them were challenging experiences. K-6 explained:

"It really hurts that he's distancing himself from me..." K-6 further elaborated on her attempt to adjust the relationship: "My child is pulling away during this period... I realized I also needed to detach from him. This separation has been difficult for me." K-7 shared: "I've always gone to his school. Recently, when he saw me at school, he was embarrassed." K-5 expressed her concern over her child's increasing detachment: "I'm stuck... the more I try to get closer, the further she pulls away. I'm constantly afraid that she'll distance herself even more... I always have this fear in the back of my mind when I say anything." K-6 interpreted the change in her child's view of them: "I used to be the mother who guided her children's every development, the one they admired, the one they looked up to. Now, to my son, I'm nothing but a servant in the house, just someone who provides."

Mothers of adolescent children also viewed the changes in their parental roles as a source of stress. The participants described how their caregiving roles shifted, and they found it stressful to approach their children more like friends rather than in their previous nurturing capacity. Moreover, adapting to their children's evolving needs was a new and challenging experience for the women. Below are examples of their experiences:

I think the role of the mother is to provide care... Most of the time, I've been the one telling her what to do. However, I don't think she wants that at this time anymore. What she wants now is for me to just be there, to listen to her problems. When I give orders or tell her what to do, she doesn't like it. She wants me to move from the caregiver role to the role of a friend. But I believe we shouldn't be friends with our children; we should stay in the parent role, so I'm struggling with this. (K-4)

Right now, I have realized she does not want someone constantly giving advice or setting rules. That just increases her anger. I shouldn't be the one enforcing rules or reminding her of those rules all the time. I need to be a good friend instead of just a mother so she doesn't shut down or pull away entirely. (K-2)

When they were babies, they were dependent on you. You adjusted everything around them: your food, your sleep. Now I spend less time on them. They sleep and eat on their own. They dress themselves and pack their own bag for school... They aren't like a helpless baby anymore. But when I want to talk to my son, he shuts me down; he looks down on me... He tells me to stay quiet, calling me ignorant. Before, he asked me everything and wanted to learn from me. Now, he won't listen to me at all. It hurts. (K-7)

All participants in the study reported that their relationships with their children and other family members had changed as their children entered adolescence. These changes included differences in shared activities, spending less time together, altered routines, growing distance in relationships, and spending less time as a family. K-5 expressed the frustration of these changes: *"My child's desire to be left alone drives me crazy. Okay, I tell myself, let her spend some time alone. She does not need to sit*

with us. But then, my mind is always on her.” Other participants shared similar experiences:

We used to go to the movies together. Now, his taste in movies has changed. He’s started doing these kinds of activities with his friends instead. We used to go on picnics together. Now, he does that with his friends. It’s like his friends have replaced me... I’ve even tried playing the role of a friend to spend more time with him. (K-1)

...Since our daughter entered adolescence, my husband and I have clashed more. I’m the more understanding one... My husband constantly says, ‘No, we didn’t grow up like this... Did your mom raise you like that?’ He is more traditional. He prefers to follow the methods his parents used. In the end, we do find a middle ground, but it’s always after a conflict. (K-3)

All of a sudden, she wants to grow up, she wants to be independent, she wants to do everything on her own. She doesn’t want our help. She’s become a different child, constantly watching movies and wanting to be alone. I steal time from my other children and from my husband to make time for her, but she doesn’t want me. It breaks my heart as a mother. (K-8)

Discussion

Parent Theme

Parenting stress in women with adolescent children is related to their own adolescent experiences and their relationships with their parents. The women participating in the study reported recalling their own adolescence and the conflicts they had with their parents when their children entered adolescence. These memories influenced their current parenting approaches. In particular, women who experienced conflict with their parents during adolescence expressed that they exhibited more protective, understanding, and tolerant behaviors with their children in an effort to avoid similar conflicts. However, this level of understanding sometimes made it difficult for them to set healthy boundaries, and they found this challenging. Kiff et al. (2011) suggest that excessive understanding, especially with children with difficult temperaments, can lead to behavioral problems, and that the absence of discipline and boundaries can negatively affect children’s adjustment abilities. Similarly, Bailey et al. (2012) found that women who were subjected to childhood abuse, domestic violence, neglect, and emotional abuse were more likely to exhibit hostile behaviors toward their children. In summary, as Belsky and Jaffee (2006) explain in their study on the various factors that influence parenting behaviors, parents’ own childhood experiences directly affect their child-rearing practices.

The findings suggest that the dynamics of adolescence today differ from those experienced by the women during their youth. The participants noted that, during their adolescence, the internet and social media were not prevalent, and they expressed concerns about the amount of time their children spent online. According to the Household Information Technology Usage Survey conducted by the Turkish Statistical Institute (TÜİK), internet usage among individuals aged 16-74 increased

from 48.89% in 2013 to 87.1% in 2023. Thus, there has been a significant rise in internet and social media usage over the last decade. Valkenburg and Peter (2011) highlight the risks associated with online behavior in adolescents, such as cyberbullying, interactions with strangers, and exposure to inappropriate content. Additionally, a study by Derin and Bilge (2016) found that adolescents who primarily use the internet for social media purposes are more likely to become addicted compared to those who use it mainly for school-related activities. Thus, the increasing use of the internet and social media has introduced new challenges for both adolescents and their parents. Awareness of these emerging risks may contribute to increased parenting stress among the women in the study.

Participants expressed that having knowledge about their children's emotional, social, and physical development during adolescence positively affected their parenting behaviors. Bornstein (2002) found that as parents' knowledge of their child's developmental stages increases, they are better able to respond to their children's needs. Crnic and Low (2002) also found that parents who have a better understanding of their children's behaviors and developmental processes experience less stress. Being prepared for a new developmental stage can help parents better understand their children's needs and guide them more effectively, thus reducing stress.

In addition to preparing for adolescence, it is important for parents to demonstrate flexibility and adaptability in response to the challenges they encounter during this period is important. As parents adapt to the changes brought on by adolescence, they may feel more competent, which can reduce their stress levels. In this sense, it can be said that the ability to adapt to change and be open to new challenges helps reduce parenting stress. Research has also shown that adaptability reduces parenting stress (Deater-Deckard, 1998; Neece & Baker, 2008; Smith et al., 2001).

The findings suggest that personality traits significantly affect parenting stress. Studies (Belsky & Barends, 2002; Clark et al., 2000; John & Gross, 2004; Prinze et al., 2009; Smith et al., 2007) have shown that certain personality traits influence both stress-coping mechanisms and parenting behaviors. In this study, women who described themselves as tense and aggressive reported more difficulties in fulfilling their parenting roles. It is believed that these women are more sensitive to the changes their children experience as they transition into adolescence. As Neece and Baker (2008) mention, heightened sensitivity to stress may lead to an increased perception of behavioral issues in children and more stress for parents. Similarly, Deater-Deckard (1998) found that parents with high levels of neuroticism experienced higher parenting stress. Smith et al. (2001) observed that parents with low emotional stability experienced more stress, and Belsky and Barends (2002) reported that neurotic parents had greater difficulty and stress in fulfilling their parenting roles.

The findings from this study also suggest that women who described themselves as controlling and wanting to know everything about their children's lives experienced

more difficulties in their parenting roles. Participants indicated that while they had more knowledge about their children's lives during early childhood, this decreased as their children entered adolescence. This lack of knowledge made them uncomfortable. Kiff et al. (2011) found that overly controlling parenting styles increase parenting stress. The present study found that changes in social environments and social needs associated with adolescence made it more difficult for women who wanted to control their children's behavior.

Parental competence refers to how competent and effective parents feel in their parenting roles. Research has shown that parental self-efficacy plays a role in using parenting skills more effectively and coping with stress (Coleman & Karraker, 1998; Galasgow et al., 1997; Jones & Prinz, 2005; Raikes & Thompson, 2005; Teti & Gelfand, 1991). Feeling competent can help parents be more patient and empathetic with their children, which positively affects children's emotional and social development. In the present study, women who felt competent and received support in their parental roles experienced less difficulty in fulfilling their parenting roles.

In recent years, studies based on parenting stress theory have focused on the impact of situational life stressors on parenting stress (Chung et al., 2023; Miller et al., 2020; Keleşoğlu & Adam Karduz, 2020; Limbers et al., 2020). It has been found that life stressors increase parenting stress in women who juggle multiple roles. The women in this study indicated that their other life roles, economic concerns, worries about their children, and experiences related to their spouses and work affected their stress levels. Rodgers (1998) also found that factors such as unemployment, low income, and debt created high levels of stress in parents, negatively affecting their parenting abilities. Moreover, stress caused by external factors can lead to burnout and emotional distancing, making it more difficult for parents to meaningfully interact with their children. Mikolajczak and Roskam (2018) emphasized in their study that parental burnout negatively affects parenting behaviors.

All participants in this study employed various strategies to cope with the stress stemming from their parenting roles. Receiving support played a critical role in reducing parenting stress. Support from family, friends, or professional resources can help parents improve their parenting skills and cope with stress more effectively. Research also supports this finding (Belsky & Vondra, 1989; Cutrona & Troutman, 1986; Dumka et al., 1996; McConnell et al., 2011; Sarason et al., 1990). Crnic and Greenberg (1990) found that parents reported lower stress levels when they received social support and that this support contributed to the development of parenting skills. The women in this study reported that support from family and friends had positive effects on their relationships with their adolescent children. Seeking support can help parents better meet their children's needs and boost their self-confidence, thus reducing stress. As Romm et al. (2021) point out, efforts to improve communication skills among parents, resolve conflicts constructively, and provide emotional support can effectively reduce parenting stress.

Child Theme

Studies on parenting stress have shown that the individual characteristics and circumstances of the child significantly influence parenting stress. In the literature, challenging temperament traits (McQuillan & Bates, 2017), developmental and behavioral problems (Tervo, 2012), and health issues (Theule, 2010) have all been identified as factors that increase parents' stress levels.

According to the findings of this study, the emotional characteristics of adolescent children, such as stubbornness, anger outbursts, and crying fits, were difficult for parents to manage. These emotionally challenging behaviors were seen as significant stressors. According to Abidin's (1992) parenting stress model, the degree to which parents experience stress in their role depends on the temperament and behavioral factors of the child, such as adaptability, demand, mood, and distractibility/hyperactivity. All of these elements are known to directly impact parenting stress.

Adolescence is a period of significant changes in social relationships, which can also influence parenting stress. Steinberg and Silk (2002) stated that the transformations in adolescents' friendships and their increasing demands, for social independence can make it more difficult for parents to guide and control their children, thereby increasing their stress. Some women in this study noted that changes in their children's social circles led to conflict between them and their spouses. Davies and Cummings (1994) pointed out that such parental conflicts regarding their children's social relationships can also affect parenting stress. In such cases, women's concerns about both family relationships and their children's behaviors influence their parenting stress and behaviors.

In Türkiye, a strong emphasis on academic achievement is a prevalent approach to parenting. Families often place a high value on their children's education and aim for them to achieve success and respect in their future careers. Consequently, many parents in Türkiye prioritize their children's academic performance and employ various methods to enhance their success. The women in this study also expressed concerns about their children's academic achievement, noting that as their children entered adolescence, their performance declined, and they became less motivated to study or complete schoolwork. This decline in academic performance caused significant anxiety for the mothers.

The academic performance of adolescents can be affected by a range of individual and environmental factors, including social relationships, family support, and the school environment. Eccles et al. (1993) attributed changes in academic motivation during adolescence to hormonal shifts, identity formation, and the growing desire for independence. Therefore, it is important for mothers to be prepared for these changes and to understand the developmental characteristics of adolescence in order to help improve their children's academic success and reduce parenting stress.

The study also found that children's strengths, as perceived by their mothers, made parenting easier. Numerous studies have examined the relationship between a child's temperament and parenting (Abidin, 1992; Bates & Petit, 2015; Deater-Deckard, 2004; Karreman et al., 2010; Laukkanen et al., 2014; Neece & Baker, 2008; Putnam et al., 2002; Rothbart & Bates, 2006). These studies, consistent with the current findings, emphasize that positive temperament traits, or a child's strengths, can facilitate parenting and reduce stress.

Parent-Child Relationship Theme

Systemic interactions within the family are important factors that influence parenting stress (Cox & Paley, 2003). In this study, one factor affecting the parenting stress of women was their children's relationship with the other parent. Mothers who perceived this relationship as negative reported facing greater challenges in their parenting roles. In addition, the indifferent or authoritarian attitudes of fathers contributed to increased parenting stress in mothers. Similar findings were reported in the literature. Brown et al. (2012) found that fathers' active involvement in their children's education and social activities significantly reduced mothers' stress levels. Fathers can help alleviate the burden on mothers by contributing to childcare and household tasks, thereby supporting their psychological well-being. Lamb et al. (2004) found that when fathers were not sufficiently involved in their children's lives, mothers felt a greater burden of parenting responsibility, which heightened their stress levels. An uninvolved father figure can increase stress by leaving the mother to bear the full responsibility of raising the child.

The women in this study also reported that as their older children entered adolescence, the relationship between their children and siblings changed, becoming more contentious. According to a longitudinal study by Kim et al. (2006), adolescence is a period in which greater independence and individuation are observed in sibling relationships, changing the dynamics of these relationships. The women in this study expressed feeling caught between their children's sibling conflicts, which exacerbated their stress. Lardieri (2000) similarly found that parents may experience stress when managing sibling relationships, which can affect the overall family system.

Tension and conflict between parents and children often emerge during adolescence. Grotevant and Cooper (2013) noted that during adolescence, conflicts with parents increase as part of the identity development process. Steinberg (2001) also explained that adolescents' pursuit of autonomy can manifest as negative attitudes toward their parents. Collins and Laursen (2004) further stated that the search for independence often leads to conflict with mothers, resulting in negative attitudes from adolescents. In line with the literature, the women in this study reported experiencing increased conflict with their adolescent children, which negatively affected their parenting roles. This conflict is generally attributed to adolescents' growing desire for independence (Smetana, 2011). Accepting that their adolescent children's negative attitudes are part of normal development may help mothers reduce their stress.

All participants in this study expressed that the parental roles expected from them changed as their children entered adolescence, and they found it difficult to adapt to this change. The women noticed that their children began to distance themselves or alternatively tried to establish a friendship-like closeness with them. They also reported struggling to meet their children's evolving needs. During early childhood, the mothers were able to respond to their children's needs quickly and efficiently. However, as their children entered adolescence, they reported feeling frustrated that their children no longer relied on them to solve their problems or meet their needs. Many of the women indicated that they preferred the caregiving role they had when their children were younger. Van Doorn et al. (2011) noted that when parents attempt to maintain the same parenting roles they had during their children's infancy or early childhood, adolescent children may develop a strong sense of resistance. This can further deepen the conflict between parents and children. Parents' ability to adapt to the changes in their roles not only helps them better understand their roles but also helps support the healthy development of their adolescent children.

The women in this study also found it challenging when their adolescent children wanted to spend less time with them due to changing relationships. They perceived their children's preference for spending time with friends instead of family as a problem that needed to be addressed. However, it is expected that adolescents' social needs will change during this period (Smetana et al., 2006). Parents' ability to adapt to these changing needs can help reduce parenting stress during this period.

Conclusion and Suggestions

Parenting stress in women with adolescent children is a complex and multifaceted experience. Studies that form the basis of research on parenting, such as those by Abidin (1992) and Belsky (1984), as well as studies that address parenting stress as a model (Östberg & Hagekull, 2007; Webster-Stratton, 1990; Younger, 1991), have shown that multiple factors, including both the parent and child, and the relationship between the two, affect parenting stress. Consistent with the literature, this study found three main themes that influenced the parenting stress of women with adolescent children.

Understanding and adapting to the changes that occur during adolescence can influence parents' stress management strategies. Experts working in the field of psychological counseling and guidance can develop support and education programs for parents by evaluating each of the themes and categories identified in the research.

As mentioned in the introduction, research has shown that parental stress leads to negative behaviors in children. Moreover, mindfulness-based stress reduction programs (Burgdorf et al., 2019; Tumthamarong et al., 2022) and individual or group therapy (Solomon, 2008) have been found to reduce parenting stress. In light of these findings, schools could offer mindfulness-based programs for parents, as well as individual or group psychological counseling services.

The findings of this study also highlighted the importance of support in coping with parenting stress. The literature has demonstrated a positive relationship between social support and adjustment to parenting (Chase-Lansdale et al., 1994; Oyserman et al., 1994). Social support, defined as individuals' perceptions of the supportive resources available to them within their social networks, is an important protective factor against parenting stress (Bonds et al., 2002; Quittner et al., 1990). Coleman and Karraker (1998) found that mothers who felt they had more support enjoyed spending time with their children more and had a stronger sense of competence. This sense of competence can reduce mothers' parenting stress. Therefore, psychological counselors working with parents can encourage them to seek support and guide them toward social support resources.

In the current study, the study attempted to provide a more specialized and detailed perspective by addressing stress sources specific to women. The experience of parenting stress may be different for women and men. In this context, repeating the study with male participants may help enrich the parenting stress literature and provide a comprehensive perspective.



Ergenlik Döneminde Çocuğu Olan Kadınlarda Ebeveynlik Stresi¹

MAKALE TÜRÜ	Başvuru Tarihi	Kabul Tarihi	Yayın Tarihi
Araştırma Makalesi	05.09.2024	01.12.2024	15.04.2025

Humeyra Karatatar Karagöz² 

Hacettepe Üniversitesi

Filiz Bilge³ 

Hacettepe Üniversitesi

Öz

Bu çalışmanın amacı ergenlik döneminde çocuğu olan kadınların ergen çocuk yetiştirme stresiyle ilgili deneyimlerinin araştırılmasıdır. Nitel araştırma kapsamında yer alan fenomenolojik desenle tasarlanan çalışmada ergenlik döneminde çocuğu olan 10 kadınla derinlemesine bireysel görüşmeler yapılmıştır. Görüşmelerden elde edilen veriler tematik analiz ile değerlendirilmiştir. Araştırma sonuçlarına göre ebeveynlik stresinin ebeveyn temasında döneme ilişkin tutum, kişilik özellikleri, yetkinlik, yaşamsal stres kaynakları ve baş etme yöntemleri olmak üzere 5 kategori; çocuk temasında çocuğun duygusal özellikleri, çocuğun sosyal özellikleri, akademik başarıları/okul yaşamı, çocuğun güçlü ve zayıf yönleri, olmak üzere 4 kategori; ebeveyn çocuk ilişkisi temasında ise çocuğun diğer ebeveynle ilişkisi, çocuğun kardeşleri ile ilişkileri, çocuğun ebeveyne yönelik tutumu, ebeveyn rollerinde değişim ve değişen ilişkiler olmak üzere 5 kategoriye ulaşılmıştır. Araştırmadan elde edilen sonuçlar ergenlik döneminde çocuğu olan kadınların ebeveynlik rollerinden kaynaklanan streslerini anlamada ve ergen çocuklar ile aileleri için planlanacak önleyici çalışmalarda kullanılabilir.

Anahtar sözcükler: Fenomenolojik desen, ergen, ergenlik dönemi, ebeveynlik stresi, kadınlar.

¹Bu çalışma, birinci yazarın Hacettepe Üniversitesi Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık Anabilim Dalı'nda ikinci yazarın danışmanlığında yürütülen doktora tezinin bir bölümünden türetilmiştir.

²*Sorumlu Yazar:* Doktora Öğrencisi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık Bilim Dalı, E-mail: humeyrakaratatar@gmail.com, <https://orcid.org/0000-0001-8936-7308>

³Prof. Dr., Eğitim Fakültesi, Eğitim Bilimleri Bölümü, Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık Anabilim Dalı, E-mail: fbilge@hacettepe.edu.tr, <https://orcid.org/0000-0001-7502-3846>

Ebeveynliğe geçiş, kişisel ve kişiler arası düzeyde çeşitli değişiklikleri beraberinde getiren bir süreçtir. Bu sürecin bir benzeri çocuğun ergenlik dönemine girmesi ile yaşanmaktadır. Ebeveynler ergenlerin değişen istekleri ve davranışları karşısında kendi ebeveynlik davranışlarını yeniden düzenlemek durumundadır. Her zaman çok kolay olmayabilen bu düzenlemeler, kişinin çocuk yetiştirmeye ilgili stres geliştirmeye karşı savunmasızlığını bir diğer ifadeyle ebeveynlik stresini artırabilmektedir.

Ergenlik döneminin gelişimsel özelliklerini gösteren çocuğa sahip olmak anne babalar için yeni ve uyum sağlanması gereken bir durumdur. Steinberg (2001) bunu ergenliğe geçiş döneminde ergenlerin ve ebeveynlerin ihtiyaçlarının birbirinden farklılaşmasıyla açıklamaktadır. Bu geçiş sürecinde ebeveynlerin ihtiyaçları biraz geride kalır, göz ardı edilir veya ertelenir. Dolayısıyla ebeveynler bu dönemde ebeveynlik rolleri ile ilgili stres yaşayabilirler. Stres, ebeveynin kendi ebeveynliği ile ilgili değerlendirmelerinin bir sonucu olarak da ortaya çıkabilir. Bununla birlikte ergen çocuğu olan anne babalar için artan sosyal roller, yaşın ilerlemesiyle oluşan fiziksel sağlıkta bozulmalar da bu dönemde bir stres faktörü olarak görülebilir (Sung, 2013).

Ebeveynlerin, çocuk sahibi olmakla birlikte üstlendikleri görevlere uyum sağlamaya yönelik gösterdikleri fizyolojik ve psikolojik tepkilerden oluşan süreçler bütünü ebeveyn stresi olarak tanımlanabilir (Kaymak-Özmen ve Özmen, 2012). Ebeveynlik stresi, ebeveynlerin, ebeveynliğin taleplerinin, bu taleplerle başa çıkmak için kişisel ve sosyal kaynaklarını aştığını algıladıklarında ortaya çıkan strestir (Abidin, 1992) ve çeşitli faktörlerden etkilendiğini söylemek mümkündür. Tüm ebeveynler, sosyo-kültürel geçmişleri ve zihinsel sağlık durumları ne olursa olsun, hayatlarının bir noktasında bir dereceye kadar ebeveynlik stresi yaşarlar (Cnric ve Greenberg, 1990; Deater-Deckard, 2004).

Alanyazın incelendiğinde araştırmaların, ebeveynliğin en stresli olduğu dönem olarak erken çocukluğa odaklanma eğiliminde olduğu görülse de ebeveynlik stresi ve duygusal riskler çocuklar yetişkinlik dönemine girdikten sonra bile devam etmektedir (Milkie vd., 2008; Umberson, 1992). Ebeveynlerin çocuklarla ilgili özel endişeleri çocuklar büyüdükçe değişmektedir. Yeni doğan bebeklerin ebeveynleri için zorlanma kaynakları fiziksel yorgunluk ve bebeğe uygun şekilde bakıldığından emin olma korkusu olabilirken (Roy vd., 2014) okul çağındaki çocukların ebeveynleri, okuldaki uygunsuz davranışlar, kabul edilebilir notlar alamama ve arkadaşlarla ilişkiler konusunda daha fazla endişe duyabilirler (Nomaguchi, 2012). Çocuğun ergenlik dönemine girmesiyle birlikte bu stres kaynakları ebeveynin kendi ile ilgili, çocuğu ile ilgili ve aralarındaki ilişki ile ilgili faktörlerden oluşabilir. Ebeveynlik stresini önlemek adına ebeveynin çocuğun gelişim dönemine uygun tepki vermesi ve ebeveynlik tutumu sergilemesi beklenmektedir (Ha, 2004; Lerner ve Steinberg, 2009; Yoo, 2005).

Ebeveynlik stresi olasılığını artırabilecek faktörleri anlamak ve belirlemek, ebeveynlerin, ebeveynliğin stresleriyle daha iyi başa çıkmasına yardımcı olabilecek

etkili tarama ve müdahale stratejileri tasarlamak için önemlidir. Bununla birlikte ebeveynlik stresi olumsuz ebeveynlik davranışları (Anthony vd., 2005; Coleman ve Karraker, 1998) ve bunun sonucunda çocuklarda uyumsuz gelişim ve psikopatoloji (Deater-Deckard, 1998) için güçlü risk faktörlerinden biridir. Ebeveynlik stresinin çocukların dışsallaştırma sorunları (Schleider vd., 2015; Stone vd., 2016; Williford vd., 2007), içselleştirme sorunları (Rodriguez, 2011; Stone vd., 2016), saldırgan davranış (Krahé vd., 2015) ve azalmış başa çıkma yeterliliği (Moreland vd., 2016) ile de ilişkili olduğu bilinmektedir.

Ebeveynlik stresinin etkilerinin kapsamlı bir şekilde incelenebilmesi için, stresin anneler ve babalar arasındaki farklı yansımalarının ve cinsiyetin bu süreçteki rolünün değerlendirilmesi yararlı olabilir. Ebeveyn cinsiyeti ve ebeveynlik stresi arasındaki ilişkiyi inceleyen çeşitli araştırmalar mevcuttur (Deater-Deckard, 2004; Matud, 2004; Nomaguchi ve Milkie, 2003; Thompson, 2022). Bu araştırmalar, genellikle anneler ve babalar arasında stres deneyimlerinin farklı olup olmadığını, cinsiyetin bu stres üzerindeki etkilerini ve çeşitli bağlamsal faktörlerin rolünü ele almaktadır. Nomaguchi ve Milkie'ye (2003) göre ebeveynlik, özellikle anneler için daha fazla stres kaynağı olabilir çünkü anneler çocuk bakımına daha fazla zaman harcamakta ve sosyal beklentilerden dolayı daha fazla baskı hissetmektedir.

Yukarıda anlatılanlar doğrultusunda ebeveynlik stresini farklı gelişim döneminde çocuğu olan ve farklı cinsiyetteki ebeveynler için anlamak önemli görülmektedir. Bundan yola çıkılarak çalışmada ergenlik döneminde çocuğu olan kadınların ebeveynlik streslerinin kendi deneyimleri aracılığıyla incelenmesi amaçlanmıştır. Bu amaç doğrultusunda ergenlik döneminde çocuğu olan kadınlarda ebeveynlik stresinin hangi faktörlerden etkilendiği sorusuna cevap aranmaktadır.

Yöntem

Araştırma Modeli

Nitel araştırma, araştırma sorusuna ilişkin problemin doğal ortamındaki biçimini sorgulayıcı ve yorumlayıcı biçimde anlamaya fırsat vermektedir (Lincoln ve Guba, 1985). Bir nitel araştırma yöntemi olan fenomenolojik desen ise insanların belli bir olguyu nasıl anlamlandırdıklarının ve deneyimlediklerinin derin ve ayrıntılı bir açıklamasını göstermek için kullanılmaktadır (Creswell, 2014). Bu araştırmada fenomenolojik desen kullanılarak ergenlik döneminde çocuk sahibi olmakla ilgili yaşanan ebeveynlik stresi incelenmiştir.

Çalışma Grubu

Araştırma grubunun belirlenmesinde, amaçlı örnekleme yöntemlerinden ölçüt örnekleme kullanılmıştır. Bu teknikte, araştırmanın problemi ile ilgili olarak belirlenen niteliklere sahip kişiler seçilmektedir (Büyüköztürk vd., 2012). Araştırmaya dâhil edilecek bireylerin gönüllü olması, kadın olması, en büyük çocuğunun 11-18 yaşları arasında olması, özel gereksinimli çocuğunun olmaması, en az ilkokul mezunu olması ve psikolojik olarak klinik bir tanısının bulunmaması şeklinde ölçütler belirlenmiştir. Veri çeşitliliğini sağlamak adına kadınların ilk

çocuklarının yaş ve cinsiyetlerinin farklı olmasına dikkat edilmiştir. Nitel araştırmalarda örneklem büyüklüğü, nitel verinin derinliğine ve araştırma amaçlarına göre değişmektedir. Örneklem sayısına karar vermedeki kritik nokta, bilgilerin doyuma ulaşmasıyla oluşan tekrarlanma döngüsüdür (Creswell, 2014). Veri toplama sürecinde 10. katılımcı, araştırmanın geçmiş bölümlerindeki gruptan alınan veriyi sunmaya başladığı başka bir ifade ile veriler doyma noktasına ulaştığı anda veri toplama işlemine son verilmiştir.

Katılımcılara K-1, K-2, K-3... şeklinde kod isim verilmiştir. Kadınlar ve ergen çocuklarına ait bilgiler Tablo 1’de verilmiştir. Katılımcıların yaşları 36 ile 45 arasındadır. Çoğunluğu lisans mezunu olup halen çalışmaktadır. K-7 boşanmış, onun dışındaki tüm katılımcılar evlidir.

Tablo 1

Ergenlik Döneminde Çocuğu Olan Kadınların ve Çocuklarının Demografik Bilgileri

Katılımcı	Yaş	Eğitim Durumu	Çalışma Durumu	Çocuk Sayısı	Ergen Çocuğunun Cinsiyeti	Ergen Çocuğunun Yaşı
K-1	43	Lise	Restoran görevlisi	2	Erkek	16
K-2	37	Lisans	Öğretmen	2	Kadın	13
K-3	38	Lisans	Polis Memuru	2	Kadın	13
K-4	36	Lisans	Öğretmen	1	Kadın	14
K-5	39	Lisans	Öğretmen	1	Kadın	15
K-6	45	Lisans	Bankacı	2	Erkek	16
K-7	37	Lise	Kuaför	2	Erkek	15
K-8	39	Lisans	Öğretmen	3	Kadın	15
K-9	36	Lisans	Öğretmen	1	Erkek	13
K-10	39	Doktora	Öğretim Üyesi	1	Kadın	14

Veri Toplama Aracı

Araştırma verileri yarı yapılandırılmış görüşme formu ile toplanmıştır. Görüşme formu hazırlanırken öncelikle alanyazın incelenmiştir. Kadınların ergen çocukları ile ilgili ebeveynlik stresi deneyimlerini keşfetmek için ebeveyn alanı, ergen çocuk alanı ve ebeveynler ile ergen çocuklar arasındaki ilişki alanı temelinde açık uçlu sorular oluşturulmuştur. Sorular, psikolojik danışma ve rehberlik (PDR) alanında üç profesörün ve nitel araştırma konusunda bir uzmanın görüşlerine sunulmuş ve önerilerin ardından forma son şekli verilmiştir.

Görüşme formunda yer alan soruların anlaşılabilirliğinin ve amaca uygunluğunun sınanması için pilot görüşmeler yapılmıştır. Bu görüşmeler sırasında herhangi bir sorun yaşanmadığından ve soruların anlaşılabilirliğinden emin olduğundan formun araştırmada kullanılabileceğine karar verilmiştir.

Veri Toplama Süreci

Çalışma grubuna ulaşmak için Bolu İl Milli Eğitim Müdürlüğü'ne başvurulmuştur. Bolu Valiliği'nin E-39307281-605.01-64037297 sayılı yazısı ile onay alındıktan sonra, izin alınan okulların psikolojik danışmanları ile iletişime geçilmiş ve araştırmanın amacı hakkında bilgi verilmiştir. Ardından bu servisler aracılığı ile gönüllü katılımcılara ulaşılmıştır. Araştırma verileri katılımcılarla yapılan derinlemesine görüşmelerden elde edildiğinden bu süreçte katılımcılar ile samimi ilişkilerin kurulması önemlidir (Smith vd., 2009). Çalışmada katılımcılarla güvene dayalı bir ilişki kurulmuştur. Görüşmeler beş farklı okulun PDR servisinde yüz yüze gerçekleştirilmiştir. Servisler katılımcıların deneyimlerine kendilerini kaptırmaları ve dürüstçe ifade edebilmeleri için sessiz ve dikkat dağıtmayacak bir ortam olması nedeniyle tercih edilmiştir.

Görüşmelere başlamadan önce çalışmanın amacı ve konusu açıklanarak katılımcılardan sözlü ve yazılı onamları alınmıştır. Araştırmaya katılımda gönüllülüğün esas olduğu vurgulanmıştır. Ayrıca görüşme verilerinin nasıl kullanılacağı açıklanmış, verilerin araştırma amacı dışında kullanılmayacağı belirtilmiştir. Görüşmeler 2023 yılı Mart ve Nisan ayları arasında yapılmıştır. Görüşme süreleri 28 dakika ile 56 dakika arasında değişmiştir. On katılımcı ile yapılan görüşmelerin toplam süresi 373 dakikadır.

Araştırmanın Geçerliliği ve Güvenilirliği

Bu araştırmada iç geçerliliğin sağlanabilmesi için veriler toplanmaya başlamadan önce katılımcılar, araştırma konusu hakkında bilgilendirilmiştir. Katılımcılara kendileriyle yapılan görüşmelerin ergenlik döneminde çocuk sahibi olma deneyimi ve ebeveynlik stresinin incelenmesi amacıyla yapılacağı, araştırma sürecinde ve raporlaştırma çalışmalarında gizli tutulacağı, görüşme kayıtlarının araştırma bitiminde silineceği konusunda bilgi verilmiştir. Bu sayede katılımcıların samimi yanıtlar vermesi sağlanmaya çalışılmıştır. Araştırmada birbirinden farklı algı ve deneyimlerin ortaya çıkarılması amacıyla katılımcıların ilk çocuklarının yaşlarının ve cinsiyetlerinin çeşitlilik göstermesi sağlanmıştır.

Araştırmanın dış geçerliliğini sağlamak için görüşmelerden elde edilen veriler ayrıntılandırılmıştır. Bunun yanında araştırmaya katılan kadınlar, amaçlı örnekleme yöntemi ile seçilmiştir. Kadınlarla yapılan görüşmeler araştırmacının yorumu olmadan doğrudan yazıya dökülmüştür.

Araştırmada güvenilirliğin sağlanması için görüşmelerde kullanılacak olan yarı yapılandırılmış formun hazırlanması, kaydedilmesi ve analiz edilmesi sürecinde araştırmacı, PDR alanında uzman üç profesör ve nitel araştırma konusunda uzman bir doktor öğretim üyesinden destek almıştır. Veriler, kuramsal çerçeveye uygun olarak analiz edilmiştir.

Nitel araştırmalarda aktarılabirlik, araştırma bulgularının başka gruplar için uygun olup olmayacağı ile ilgilidir (Lincoln ve Guba, 1985). Bu çalışmada aktarılabirlik ölçütü için çalışma grubunun özellikleri verilmiş, veri toplama süreci

açıklanmış ve katılımcıların görüşleri doğrudan alıntılarla verilmeye çalışılmıştır. Nitel bir araştırmada tutarlılık başka araştırmacıların aynı veriyi kullanarak benzer sonuçlara ulaşp ulaşamayacağı ile ilgilidir (Yıldırım ve Şimşek, 2016). Bu araştırmada hem birinci araştırmacı hem de uzman aynı verileri kullanarak kodlama yapmışlardır. Her bir tema için Miles ve Huberman (1994) formülü uygulanarak kodlayıcılar arası güvenilirlik hesaplanmış ve ebeveyn teması için %83.3, çocuk teması için %90.1, ebeveyn çocuk ilişkileri teması için %86.9 bulunmuştur.

Etik Kurul Kararı

Doktora tez çalışması kapsamında yürütölen bu çalışma için Hacettepe Üniversitesi Senatosu Etik Komisyonu'na başvurulmuştur. Komisyondan E-35853172-300-00002373993 sayılı ve 06.09.2022 tarihli etik komisyon izni alınmıştır.

Verilerin Analizi

Araştırmada derinlemesine görüşmeler yoluyla elde edilen nitel veriler tematik analizi ile çözümlenmiştir. Braun ve Clarke (2006) tematik analizin geniş bir veri setini öne çıkan birkaç anahtar betimlemeyle özetlemeye imkan verdiğini ifade etmektedir.

Veri analizi birinci araştırmacı tarafından ikinci araştırmacı danışmanlığında yürütölmüştür. Araştırmanın güvenilirliğini artırmak için verilerin analizinde nitel yöntem ve nitel veri analizi konusunda uzman bir kişiden destek alınmıştır. Braun ve Clarke (2006) tematik analiz için altı aşama önermiştir; veriyi tanıma, genel kodlama, tema arama, temalar arası ilişkileri inceleme, temaları tanımlama ve kodlama, raporlama. Mevcut araştırmada temalar ve kategoriler belirlenirken, ebeveynlik stresi alanyazını temel alınmıştır. Analiz öncesi araştırmacılar ve uzman görüşmüş ve aynı aşamaları izleyerek verilere tematik analiz uygulamaya karar vermiştir. Uzman, bu çalışmanın araştırmacılarından bağımsız olarak veri analizlerini Nvivo 14.0 programı üzerinden yürütölmüştür. Beş görüşmenin ardından araştırmacılar ve yardım alınan uzman ile ortaya çıkan kodlar, olası tema ve kategoriler tartışılmış, veri toplamaya devam edilmesine karar verilmiştir.

Veri toplama sürecinde 10. görüşmenin ardından katılımcının, araştırmanın geçmiş bölümlerinde yer alan gruptan alınan veriyi sunmaya başlamasıyla uzman ve araştırmacılar veri doygunluğuna ulaşıldığı yönünde görüş birliğine varmış ve veri toplama işlemine son verilmiştir. Birinci araştırmacı tarafından ikinci araştırmacı danışmanlığında ebeveynlerin ergen çocuklarını değerlendirmesi, ebeveynlerin kendilerini değerlendirmesi ve ebeveynler ile ergenler arasındaki ilişkinin değerlendirilmesi olmak üzere üç temada kategorize edilen veriler uzman tarafından karşılaştırılıp değerlendirilmiştir. Uzman ile ulaşılan kategoriler ve temalar değerlendirilip uzlaşılarak analiz süreci sonlandırılmıştır.

Bulgular

Bu bölümde araştırmanın temel amacına yönelik ulaşılan sonuçlar sunulmuştur. Ergenlik döneminde çocuğu olan kadınlarla yapılan görüşmeler sonucu üç tema ve 14 kategori oluşturulmuştur. Oluşturulan tema ve kategoriler tablolar ve şekiller yardımıyla gösterilmiştir.

Ebeveyn Teması

Ebeveyn teması, ebeveynlik stresinin ebeveyn alanındaki faktörlerini içermektedir. Bu alan ergenlik dönemine karşı tutum, ebeveynlik yeterliliği gibi faktörler de dahil olmak üzere ebeveyn olarak kişinin kendisine yönelik değerlendirmelerini ifade etmektedir. Bu temadaki kodlar beş kategori altında toplanmıştır.

Tablo 2

Ebeveyn Teması ve Kategoriler

Tema	Kategoriler
Ebeveyn	Döneme ilişkin tutum Kişilik özellikleri Yetkinlik Yaşamsal stres kaynakları Başa çıkma yöntemleri

Ergenlik döneminde çocuğu olan kadınlar kendi ergenlik dönemi yaşantılarından ve o dönemde kendi ebeveynleri ile ilişkilerinden yola çıkarak çocukları ile mevcut ilişkilerini değerlendirmiştir. Zamanla hem ergenlik döneminin hem de ebeveynliğin kendi dönemlerindeki farklı yaşandığı konusunda görüş bildiren kadınlar, ergenlik döneminin artık daha farklı yaşandığını ve bunun da kendilerini zorlayan bir durum olduğunu ifade etmişlerdir. Bununla ilgili örnek katılımcı ifadeleri aşağıdaki gibidir.

Biz kendi ergenlik dönemimizde oğlumun şu anki davranışlarını göstermiyorduk. Biz ergenlik dönemini bilmiyorduk ki... Bize anlatılmadı, ne yaşadığımızı bilmedik zaten. Evet ailemize karşı bazen öfke duyuyorduk, bazen içimizde biriktiriyor söyleyemiyorduk. Gençler şimdi rahat, ağızlarına geleni söylüyorlar, konuşmak istemezlerse konuşmuyorlar, kapıyı çarpıp gidiyorlar. Biz öyle değildik, bizim dönemimiz farklıydı, gençliğimiz bu kadar rahat değildi. (K-7)

Bu ergenlik döneminde yaşanan kapı çarpmalar, surat asmalar falan bizde yoktu... Bizim zamanımızda ergenlik dönemi sorunları daha çocuksuydu... Şimdi çocuklar her şeyi daha hızlı öğreniyorlar. Biz daha küçük şeylerle ilgili çatışuyorduk. Dışarda oynamak mesela... Şimdi çocuklar daha büyük şeyler istiyorlar, tablet, telefon gibi... Tamam şimdi biliyoruz ergenliği, anlıyoruz ama bilmesek daha mı kolay olurdu acaba diye düşünüyorum. Bizimkiler bildi mi... Sustuk oturduk. Şimdi sustur bakalım... (K-3)

Genel olarak kadınların ergenlik döneminin gelişim özellikleri ile ilgili bilgi sahibi olmaya yönelik olumlu bir tutum geliştirdikleri ve bununla birlikte gelen anlayışın onları ebeveyn olarak zorladığı söylenebilir. K-2 bu durumu şöyle açıklamıştır: *'Evet biliyorum sıkıntılı bir süreçten geçiyor, belki de biz bu sürece sıkıntılı süreç dediğimiz öyle gördüğümüz için sıkıntılı bir süreç, öyle adlandırmamak bu süreç belki de sıkıntılı değil.'*

Kadınlar kendi ergenlik dönemlerinde yaşadıkları güçlükleri çocuklarının yaşamasını istememektedir. K-6 bunu şöyle ifade etmektedir: *'Ben ergenlik dönemine girdiğimi aileme belli etmeden yaşamaya çalıştım. Her şeyi içimde yaşadım yani. Oğlum bu konuda neyse ki rahat. Ben zaten daha rahat olmasını istiyorum. Benim gibi içine atmasın.'* Benzer şekilde K-1 bunu şöyle anlatmaktadır: *'Ben kendim zor bir ergenlik sürecinden geçtim. Benim annem sabırlı bir insan asla değildi. Bir bakışıyla benim ergenliğimi bitirdi... Ben çocuğuma bunu yaşatmak istemedim.'*

Kadınların kendi kişilik özellikleri ile ilgili tanımlamalarının ebeveynlikle ilgili deneyimlerini etkilediği söylenebilir. Bununla ilgili K-3'ün ifadesi şöyledir: *'Ben etrafımdaki insanların söylediğine göre sabırlı bir insanmışım. Öyle olduğumu söylüyorlar. Elimden geldiğince çocuğuma sabrederek; aynı dönemlerden benim de geçtiğimi düşünerek, kendi kendime ket vurmaya, kendimi engellemeye çalışıyorum. Fevri tepkiler vermemeye çalışıyorum.'* Öfke ve gerginliğin ebeveynlik davranışlarını etkilediği görülmektedir. Buna örnek olarak K-2 şöyle söylemektedir: *'...çok sakın bir anne de olamıyorum. O yüzden ani sinir patlamaları, odaya kapanma durumları tabi ki de beni olumsuz yönde etkiliyor.'* Benzer şekilde K-10 da kendini şöyle ifade etmektedir: *'Biraz gergin bir insanım... Kızımın ergenlik dönemi benim de 'gergenlik' dönemim oldu. Daha da gergin ve agresif bir insan haline geldim.'* Kontrol sahibi olmak istemenin ebeveynleri zorladığını K-8 şu ifadelerle dile getirmektedir: *'Kontrolün bende olmasını istiyorum belki de... Her şeyi bilmek, kontrol edebilmek... Günümüz şartlarında kız ya da erkek olmasının hiçbir önemi yok, olumlu ya da olumsuz her şeyi bana anlatmasını istiyorum. Bu da beni daha da yıpratıyor.'*

Yetkinlik kategorisi altında ebeveyn rolünde kendini yeterli ya da yetersiz hissetme, mesleki yetkinlik, desteğe ulaşma, eş desteği alma, geçmişte bu dönem için yatırım yapma, ergenlik dönemi gelişim özelliklerine hazırlıklı olduğunu düşünme kodları yer almaktadır. Örnek olarak K-3'ün ifadesi şöyledir: *'Ben bu döneme hazırlıklıydım... okumalar, arkadaşların çocuklarından gördüklerim falan. Tabii ne kadar hazır olursan ol, zorlanıyorsun ama yine de başkalarına kıyasla iyiyiz. Bazen sesimiz yükselebiliyor ama eninde sonunda, gün bitmeden ikimiz de neyin doğru yanlış olduğunu konuşup normale dönebiliyoruz.'* Katılımcıların ifadelerinde ebeveyn rolünde yetkinliği sağlamada destek almanın ebeveynlik stresini azaltan etkisi olduğu görülmüştür. Sırasıyla K-10 ve K-7 bunu şöyle açıklamışlardır: *'Çocuk büyürken yapamam dediğim birçok şeyi yapabildim. Ergenliğe girince de öyle... Etrafımdaki insanlar, eşim çok destek oldu. Sayelerinde hasarsız gitmeye çalışıyoruz bakalım.'* *'Okulda yapılan bütün eğitimlere gittim. Aile eğitimleri, ergenlik özellikleri, iletişim etkinlikleri... Kendimi daha bilinçli hissettim.'*

İşle ilgili stres, çalışıyor olmak, gelecek kaygısı, aile içi rollerde değişim, eşle uzaklaşma-ara açılması, depresyon/doğal afet endişesi, diğer aile bireylerine olan sorumluluklar gibi kodlarla bir araya getirilen yaşamsal stres kaynakları kadınlarda ebeveynlik stresine ait bir kategori olarak ortaya çıkmaktadır. Katılımcıların tamamı ev içinde ve farklı alanlarda üstlendikleri sorumlulukların stres düzeylerini artırdığını ifade etmektedir. Bunu özetleyen cümle K-8'e aittir: *'Benim farklı farklı misyonlarım var. Annemim, öğretmenim, eşim, evladım... Bu süreçte çok yoruluyorum.'*

Ergenlik döneminde çocuğu olan kadınların yaşadıkları ebeveynlik stresi ile başa çıkmak için profesyonel destek almak(psikolog/psikolojik danışman/okul rehberlik servisleri), aile ve arkadaş desteği almak, onlarla sorunları paylaşmak, kendini sakinleştirme tekniklerini (meditasyon/nefes terapileri/telkin) kullanmak, ergenlik dönemi gelişim özellikleri ile ilgili kitap okumak, video izlemek, eğitim almak, kendine zaman ayırmak, eşle işbirliği/iş bölümü yapmak, deneyimlerden yola çıkmak gibi yollara başvurdıkları anlaşılmaktadır. K-3 ve K-6 yakınlarından aldıkları desteği şöyle ifade etmektedir: *'Çok güvendiğim bir aile dostumuz var, beni daha çok o sakinleştiriyor. Ondan aldığım geri dönüşler beni çok motive ediyor bu dönemdeki yaklaşımım ile ilgili. Biraz onun desteğiyle bu süreci atlattım...' 'Bazen arkadaşlarımla çocuklarıyla ilgili 'siz ne yaptınız, nasıl atlattınız' gibi konuşuyorum. Bu da biraz karşılaştırmaya giriyor ama o an sorunu çözmek adına fikir vermesi bakımından iyi geliyor.'* K-10 ise destek almak için başvurdıkları yolları aşağıdaki gibi açıklamaktadır:

Biz bu konuda (ergenlik dönemi gelişim özellikleri) neredeyse denk geldiğimiz tüm eğitimlere katıldık... Kitaplar, videolardan destek alıyorum. Ben zaten kızımın doğumuyla birlikte profesyonel destek aldım.... Kendi işimden dolayı yoğun bir döneme giriyorum. Bu dönemde onu anlayamadığımı hissettiğim bir durum olursa yeniden bir profesyonel destek almaya başvururum.

Çocuk Teması

Ergenlik döneminde çocuğu olan kadınların çocuk yetiştirme stresi deneyimlerinde, ergen çocuklarına ilişkin değerlendirmeleri çocuğun duygusal özellikleri, çocuğun sosyal özellikleri, akademik başarıları/okul yaşamı ve çocuğun güçlü ve zayıf yönleri olmak üzere dört kategoriden oluşmaktadır. Aşağıda bu kategoriler ayrıntılandırılmıştır.

Tablo 3

Çocuk Teması ve Kategoriler

Tema	Kategoriler
Çocuk	Çocuğun duygusal özellikleri Çocuğun sosyal özellikleri Akademik başarıları/okul yaşamı Çocuğun güçlü ve zayıf yönleri

Kadınlar, çocuklarındaki içe kapanma, öfke nöbetleri, inatçılık, karşı çıkışlar, alınganlık gösterme, ağlama krizleri, dengesizleşme, gerginlik, dürtüsellik, ani

çıkışlar, yoğun duygu geçişleri gibi kodlarla bir araya getirilen duygusal özelliklerin kendilerini etkileyen bir deneyim olduğunu ifade etmişlerdir. Sırasıyla K-10 ve K-7'nin ifadeleri şöyledir: *'Utangaçlık, kaygılar, duygusal hızlı değişimler... Böyle olunca bir şeyler geliyor galiba diye korkmaya başladım.'* *'Ben zaten duygusal özelliklerinin değişmesiyle ergenliğe girdiğini fark ettim. Bi' ani çıkışlar, kapılar çarpıldı, gereksiz bi' öfke...'*

Kadınlardan ergenlik dönemi ile çocuğun değişen sosyal özellikleri daha önce zevk aldığı aktivitelere katılmama, aileden uzaklaşma, yeni sosyal çevre edinme, sosyal medyada daha fazla vakit geçirme, romantik ilişki kurma gibi davranışlarla ifade edilmiştir. Katılımcıların tamamı çocuğunun değişen sosyal özelliklerinden dolayı ebeveyn olarak daha fazla zorlandığını ifade etmiştir. K-7 çocuğunun yaşadığı değişimi ve zorlanmasını şu cümlelerle açıklamıştır: *'Şimdi elinde telefon.... Arkadaşları nerde bu (çocuğu) orda. Hırlılar mı hırsızlar mı... her gün yen bir arkadaş edinme... Aklın hep onda tabii...'* Benzer şekilde K-6 ve K1-10 sırasıyla çocuklarının sosyal değişiminden dolayı yaşadıkları endişeyi dile getirirken şu cümleleri kullanmıştır: *'Arkadaşlık ilişkileri çok daha kıymetli hale gelmeye başladı. Aileden uzaklaştı... Biz ne yapıyoruz... arkasından ona belli etmeden takipteyiz.'* *'Aslında sosyal bir kızımız vardı ama tabi ki eskiye nazaran utangaçlık başladığı için bazı anlarda daha geri çekiliyor. Normalde daha girişimci iken daha anlamda çözebilen kişiyken sosyal ortamlarda geri çekilmeler başladı... Bu endişe verici.'*

Çocukların akademik başarısı/okul yaşamındaki değişiklikler, çalışma isteğinde azalma, ödevleri erteleme, odaklanamama, not düşmesi, dersleri ciddiye almama, sorumluluk almama, akademik başarı hırslarının azalması gibi kodlarla ifade edilmiştir. K-1 bu değişimi *'İlkokul ve ortaokulda daha hırslıydı. Liseye geçtiğinde daha rahat (rahat) oldu. Başarı anlamında bir farklılık yoktu belki ama daha düzenliydi'* olarak açıklamıştır. K-4 ve K-5 sırasıyla çocuklarındaki akademik değişimi açıklarken şu ifadeleri kullanmıştır: *'Sınavlara hazırlanırken çok daha ciddiye alırdı... Eskiden beri biz bu konuda sorumluluk almasını söylüyoruz ama şuan şöyle bir şey oldu: Arkadaşlarına daha fazla zaman ayırdığı için derslere ayırdığı zaman azaldı, çalışmalar azaldı, notlarda düşüşler başladı...'* *'Derslerde ciddi düşüş var. Artık okuldan da hoşlanmıyor. Çalışıyor belki ama hırs yok, hedef yok, teknoloji bağımlılığı var.'* K-7 ise okul yaşamındaki değişikliği ve bundan dolayı yaşadığı öfkeyi şöyle ifade etmektedir: *'Eskiden okuldan gelince okulda neler olduğunu anlatırdı. O oldu, bu oldu, öğretmenim şunu dedi bunu dedi... Saatlerce anlatırdı, paylaşırdı. Ödevlerini yapardı... Şimdi okuldan geliyor merhaba derse diyor.. Çanta bir tarafa... Odasına kapanıyor, sürekli elinde telefon. Ben salonda sinir küpü...'*

Bu araştırmadan elde edilen bulgulara göre ergenlik dönemindeki çocukların güçlü ve zayıf yönlerinin kadınların ebeveynlik stresini etkilediği anlaşılmaktadır. Kadınlar tarafından güçlü yön olarak tanımlanan çocuğun sorumluluk alma, şefkatli olma, merhamet gösterme gibi özelliklerinin ebeveynlik rollerini kolaylaştırdığı görülmektedir. Örnek olarak sırasıyla K-8 ve K-7'nin ifadeleri şöyledir: *'...özdisiplinli, otokontrolü olan, kendi başına çalışabilen bir çocuk. Bu da bir avantaj*

tabii.’ ‘Çok merhametliydi her zaman... Eskiden o hastalandığında ben ona bakardım, şimdi ben azcık hasta olayım hemen bana kıyamaz, gelir bana bakar, ateşimi ölçer, başımda bekler... Çok vicdanlı bir çocuk... O açıdan işimi çok kolaylaştırıyor.’ Bunun karşılığında çocuğun kolay ikna edilebilir olması gibi zayıf yönlerinin ise ebeveynlik rollerinin gerektirdiği davranışları zorlaştırarak daha fazla strese neden olduğu anlaşılmaktadır. K-1 bunu şöyle açıklamaktadır: ‘...Çevreye güvenim yok zaten ama benim çocuğum da çok kolay kanabilir her şeye... Bir şeye (olumsuz/tehlikeli) kapılıp gitmesinden korkuyorum.’

Ebeveyn Çocuk İlişkileri Teması

Çocuğun diğer ebeveynle ilişkisi, çocuğun kardeşleri ile ilişkileri çocuğun ebeveyne yönelik tutumu, ebeveyn rollerinde değişim ve değişen ilişkileri bu temanın kategorilerini oluşturmaktadır. Ebeveyn çocuk ilişkileri temasındaki kategoriler aşağıdaki tablodaki gibidir:

Tablo 4

Ebeveyn Çocuk İlişkileri Teması ve Kategoriler

Tema	Kategoriler
Ebeveyn çocuk ilişkisi	Çocuğun diğer ebeveynle ilişkisi Çocuğun kardeşleri ile ilişkileri Çocuğun ebeveyne yönelik tutumu Ebeveyn rollerinde değişim Değişen ilişkiler

Ergenlik döneminde çocuğu olan kadınların çocukları diğer ebeveynle çatıştıklarında ya da iletişimlerinde sıkıntı yaşadıklarında ebeveynlik rollerini yerine getirirken daha fazla zorlandıkları anlaşılmaktadır. Bununla birlikte kadınların ergenlik dönemi sorunlarına daha fazla maruz kalması, diğer ebeveynlerin ergenlik sorunlarını görmezden gelmesi kadınların zorlandıkları etkenler olarak ortaya çıkmaktadır. Sırasıyla K-2 ve K-7 bu durumu şöyle ifade etmektedir: ‘...babasından ziyade daha özel şeyleri benimle paylaşıyor.... Sanki tüm yük benim omuzlarımda...’ ‘Baba rahat... Aman geçer, aman biz de böyleydik... (ergenlik dönemi davranışları ile ilgili olarak) Bizim zamanımız gibi değil ki şimdi...’ Bunun yanında kendini diğer ebeveyn ve çocuk arasında kalmış hissedenden kadınların zorlandıkları görülmektedir. Örnek olarak K-5’in ifadesi gösterilebilir: ‘Babaya aşık olan kız gitti... Ona böyle bazen öfke dolu bakıyor... Eşim buna ne oluyor diye soruyor. Diyorum geçecek bekle. Bir de arayış bulmaya çalışma falan...’

Araştırmadan elde edilen bulgulara göre ergenlik dönemindeki çocukların kardeşleri ile yaşadıkları olumsuz ilişkiler kadınların ebeveynlik deneyimlerini olumsuz etkilemektedir. Sırasıyla K-2, K-3 ve K-1’in ifadeleri örnek gösterilebilir: ‘Kardeşi ile sürekli tartışma evresinde... Bizim evde durum baya sıkıntılı yani.’ ‘Kardeşini çok seviyor biliyorum ama sürekli onu kızdırıyor, çileden çıkarıyor. Niye bilmiyorum ama onu ağlatmaktan zevk almaya başladı sanki, sürekli inatlaşma

halinde onunla.’ ‘... bana da annem yapardı, kardeşini yanına al bir yere giderken diye... Ben de yapıyorum bunu ama kardeşini de istemiyor hiç... Eskiden oynatırdı onu, şimdi hemen bağırtıyor, kızıyor (kardeşine)...’

Ergenlik dönemindeki çocuğun ebeveynine yönelik tutumu, kadınların ebeveynlik stresini etkileyen bir faktör olarak ortaya çıkmaktadır. Araştırmaya katılan kadınlar çocuğun ergenlik dönemine girmesiyle ebeveyniden uzaklaşmasını, ebeveynini küçümsemesini, ondan utanmasını, olumsuz tepki göstermesini ve hiddetle karşılık vermesini ebeveynlik rollerini zorlaştıran deneyim olarak ifade etmişlerdir. Bu konuda zorlanan K-6 ‘*Benden uzaklaşması çok zoruma gidiyor...*’ diyerek kendini ifade etmektedir. Çocuğu ile ilişkisini yeniden düzenleme durumunda kalan K-6 yaşadıklarını şöyle ifade etmektedir: ‘*Çocuğum bu dönemde benden kopuyor... Benim de ondan kopmam gerektiğini fark ettim. Bu kopuş bana zor geldi...*’ K-7 ise çocuğunun kendisinden utandığını dile getirmiştir: ‘*Ben eskiden beri okuluna (çocuğunun) giderim. Son zamanlarda okulda beni gördüğünde utanır oldu...*’ Çocuğunun kendisinden uzaklaşmasından endişe duyan K-5 bunu şöyle açıklamaktadır: ‘*... iyice sıkıştım... ben yakınlaşmaya çalıştıkça uzaklaşıyor. Sürekli daha da uzaklaşır mı korkusu yaşıyorum... Bir şey söylerken hep bu korku var içimde.*’ K-6 ise çocuğunun gözündeki değişimini şöyle yorumlamaktadır: ‘*Önceden çocuklarının her gelişimi için olanak sağlayan, rehberlik eden bir anneyken... zaman zaman onların model aldığı, gıptaıyla baktığı biriyken şimdi oğlum için hizmet eden bir köle gibiyim evin içinde...*’

Çocuğu ergenlik dönemine giren kadınlarda ebeveyn rollerinin gerektirdiği davranışların değişmesi ebeveynlik stresinin bir kaynağı olarak görülmektedir. Çocuğun değişen ihtiyaçlarına uyum sağlamanın, kadınlar için yeni ve zorlayıcı bir deneyim olduğu anlaşılmaktadır. Aşağıda bununla ilgili örnek ifadeler yer verilmiştir.

Anne rolü dediğimiz bakımlı üstlenme rolü diye düşünüyorum... Çoğunlukla ona ne yapması gerektiğini söylediğim zaman oldu hep. Sanırım bu dönemde bunu çok istemiyor. Daha çok istediği, onun yanında olmam, onun dertlerini dinlemem, ona herhangi bir emir verdiğimde ya da herhangi bir şeyi yapmasını söylediğimde bunu istemiyor. Bakım veren rolünden tamamen arkadaş rolüne geçmemi istiyor. Ama ben de arkadaş olmamız gerektiği için çocuğumla, anne-baba rolünde olmamız gerektiğini düşündüğüm için zorlanıyorum. (K-4)

Şu anda bu süreçte sürekli öğüt veren birisini istemiyor onu fark ettim. Sürekli uyaran, sürekli kurallar koyan birini istemiyor. Bu onun öfkesinin şiddetini artırıyor. Sürekli kural koyan ve kuralları hatırlatan birisi olmamalıyım... Daha çok anneden ziyade iyi bir arkadaş olmalıyım ki tamamen kendi içine kapanmasın, uzaklaşmasın.(K-2)

Bebeklikte sana muhtaç bir can var kucağında... Her şeyiyle sana muhtaç. Yemeni, içmeni, uykunu ona göre şekillendiriyorsun. Şuan daha az zaman ayırıyorum evet... Kendi başına uyuyor, yemek yiyor. Kendisini kıyafetini

giyiyor, çantasını hazırlıyor, okuluna gidiyor... Muhtaç bir bebek gibi 24 saat ayırmıyorum ama ayırdığım zamanda da konuşmak istediğimde sürekli beni aşağılıyor... Sen sus, konuşma, cahilsin diye beni azarlıyor... E önceden her şeyi bana sorardı, benden öğrenmek isterdi, o gitti... Onu sen besle büyüt, seni beğenmesin.... Zoruma gidiyor. (K-7)

Araştırmaya katılan kadınların tamamı, çocuklarının ergenlik dönemine girmesiyle birlikte çocukları ve diğer aile üyeleri ile ilişkilerinin değiştiğini ifade etmişlerdir. Birlikte yapılan aktivitelerin değişmesi, beraber geçirilen zamanın azalması, değişen rutinler, ilişkilerde kopuş, daha az birlikte vakit geçirme gibi değişikliklerin kadınları zorlayan deneyimler olduğu anlaşılmaktadır. K-5 bu zorluğu şöyle anlatmaktadır: *'Kendi halinde kalma isteği (çocuğunun) beni çok sinir ediyor. Tamam diyorum biraz takılsın kendi kendine, bizimle gelmesin, oturmasın... Bu sefer de aklım hep onda...'* Diğer örnek katılımcı ifadelerine aşağıda yer verilmiştir:

Mesela önceden sinemaya birlikte giderdik. Hoşlandığı film tarzları değişti. ... Artık bu tür aktiviteleri arkadaşlarıyla yapmaya başladı. Pikniğe giderdik. Artık onları da arkadaşlarıyla yapıyor. Adeta arkadaşları benim yerimi aldı. ... Daha fazla vakit ayırmak için arkadaş rolü yapmayı bile denedim.(K-1)

... Biz kızımın ergenlik dönemine girmesiyle babayla daha fazla çatışır olduk. Ben daha anlayışlı tarafım... Baba sürekli 'hayır, biz öyle mi büyüdük... Seni annen öyle mi büyüttü?' diyen taraf. O daha ataerkil. Anne babadan gördüğü yöntemlerle ilerlemeyi tercih ediyor. Gün sonunda orta yolu bulsak da bir çatışma oluyor. (K-3)

Birden büyüme isteği, dışarıya özenme, her şeyi kendim yaparım isteği, bizim yardım teklifimizi kabul etmiyor... Kendi halinde değişik bir çocuk oldu. Sürekli film izliyor, yalnız takılmak istiyor. Ben ona zaman ayırmak için diğer çocuklarımdan zamanından, eşimle zamanımdan çalıyorum ama beni istemiyor... Anne olarak çok üzülüyorum. (K-8)

Tartışma

Ebeveyn Teması

Ergenlik döneminde çocuğu olan kadınlarda ebeveynlik stresinin, kendi ergenlik deneyimleri ve ebeveynleriyle olan yaşantılarıyla ilişkili olduğu söylenebilir. Araştırmaya katılan kadınlar, çocuklarının ergenlik dönemine girmesiyle birlikte kendi ergenlik anılarını ve ebeveynleriyle yaşadıkları çatışmaları hatırladıklarını ve bu anıların mevcut ebeveynlik yaklaşımlarını etkilediğini ifade etmektedir. Özellikle kendi ergenlik dönemlerinde ebeveynleriyle çatışma yaşamış kadınların, benzer durumları çocuklarıyla yaşamaktan kaçınmak için aşırı korumacı, daha anlayışlı ve hoşgörülü davranışlar sergileyebildikleri anlaşılmaktadır. Ancak bu anlayışlı olma halinin sağlıklı sınırlar koymayı zorlaştırarak kadınları zaman zaman zorladığı ortaya çıkmıştır. Kiff vd. (2011) fazla anlayışın özellikle zor mizaçlı çocuklarda davranış sorunlarını artırabileceğini, disiplin ve sınırların eksikliğinin çocukların uyum becerilerini olumsuz etkileyebileceğini ifade etmektedir. Bailey vd. (2012) ise

çalışmalarında çocukluk çağı istismarı, aile içi şiddet, ihmal ve duygusal istismara maruz kalan kadınların, çocuklarına karşı daha düşmanca davrandığını ortaya koymuştur. Özetle Belsky ve Jaffee'nin (2006) ebeveynlik davranışlarını etkileyen çeşitli faktörleri inceledikleri çalışmalarında ifade ettikleri gibi ebeveynlerin kendi çocukluk deneyimleri, çocuk yetiştirme tarzlarını doğrudan etkilemektedir.

Günümüzde ergenlik döneminin yaşanış biçiminin, araştırmaya katılan kadınların kendi ergenlik dönemlerinden farklı dinamiklere sahip olduğu görülmektedir. Kadınlar, kendi ergenlik döneminde internet ve sosyal medya kullanımının yaygın olmadığını, çocuklarının internette ve cep telefonunda fazla vakit geçirmelerinden endişe duyduklarını ifade etmektedir. Türkiye İstatistik Kurumunun Hanehalkı Bilişim Teknolojileri Kullanım Araştırması'na göre 16-74 yaş arası bireylerde internet kullanım oranı 2013 yılında %48.89 iken bu oran 2023 yılında %87.1 olmuştur. Son 10 yılda internet ve sosyal medya kullanımında ciddi bir artış olduğu söylenebilir. Valkenburg ve Peter (2011) ergenlerin çevrimiçi davranışlarını anlamak amacıyla yaptıkları çalışmalarında internetin ve özellikle sosyal medyanın ergenler için siber zorbalık, yabancılarla temas kurma ve uygunsuz içeriklere maruz kalma gibi riskler taşıdığını vurgulamaktadırlar. Bununla birlikte Derin ve Bilge (2016) tarafından yapılan bir araştırmaya göre, internete daha çok sosyal medya amacıyla bağlanan ergenlerin internet bağımlısı olma olasılığı internete daha çok ödev yapmak için bağlanan ergenlere göre daha yüksektir. Dolayısı ile internet ve sosyal medya kullanımının artmasının hem ergenleri hem de ebeveynlerini zorlayan yeni sorunlar ortaya çıkardığı söylenebilir. Yaygınlaşan riskler konusunda farkındalık yaşayan kadınların ebeveynlik streslerinin artması beklenebilir.

Araştırmaya katılan kadınlar, çocuklarının ergenlik dönemine geçişlerinde yaşadıkları duygusal, sosyal ve fiziksel gelişimlerine dair bilgi sahibi olmalarının ebeveynlik davranışlarını olumlu etkilediğini ifade etmişlerdir. Bornstein (2002) çalışmasında çocukla ilgili gelişimsel bilgi arttıkça ebeveynlerin çocuklarının ihtiyaçlarına daha uygun yanıt verebildikleri sonucuna ulaşmıştır. Crnic ve Low (2002) da çalışmalarında çocuklarının davranışlarını ve gelişimsel süreçlerini daha iyi anlayan ebeveynlerin, daha az stres yaşadıklarını ortaya koymaktadır. Yeni bir gelişim dönemine hazırlıklı olmak, ebeveynlerin çocuklarının ihtiyaçlarını daha iyi anlamalarını ve onlara daha etkili bir şekilde rehberlik etmelerini sağlayarak stresi azaltabilir.

Ergenlik dönemi için hazırlıklı olmanın yanı sıra, ebeveynlerin bu süreçte karşılaştıkları zorluklara esneklik ve uyum gösterme yetenekleri de önemlidir. Ebeveynler, ergenlik döneminin getirdiği değişimlere uyum sağladıkça, kendilerini daha yetkin hissedebilir ve bu da streslerini azaltabilir. Bir anlamda değişikliğe uyum sağlamanın ve açık olmanın ebeveynlik stresini azalttığını söylemek mümkündür. Değişime uyum sağlama kapasitesinin ebeveynlik stresini azalttığı araştırmalarla da kanıtlanmıştır (Deater-Deckard, 1998; Neece ve Baker, 2008; Smith vd., 2001).

Kadınların kişilik özelliklerinin ebeveynlik stresini önemli ölçüde etkilediğini söylemek mümkündür. Araştırmalar (Belsky ve Barends, 2002; Clark vd., 2000; John

ve Gross, 2004; Prinze vd., 2009; Smith vd., 2007) belirli kişilik özelliklerinin hem stres faktörleriyle başa çıkma mekanizmalarını hem de ebeveynlik davranışlarını etkileyebileceğini göstermektedir. Mevcut çalışmada kendini gergin ve agresif olarak tanımlayan kadınların, ebeveynlik rollerini yerine getirirken daha fazla zorlandığı anlaşılmaktadır. Bu kadınların, çocuklarının ergenlik dönemine geçişlerindeki değişikliklere karşı daha hassas oldukları düşünülmektedir. Neece ve Baker'ın (2008) çalışmasında söz ettiği gibi gerginlik, çocukların davranış sorunlarına ilişkin hassasiyet oluşturup daha fazla stres yaşamayı beraberinde getirebilir. Buna benzer olarak Deater-Deckard (1998) yüksek nevrotizm seviyesine sahip ebeveynlerin, daha fazla ebeveynlik stresi yaşadığını; Smith vd. (2001) düşük duygusal dengeye sahip ebeveynlerin fazla stres yaşadığını; Belsky ve Barends (2002) de nevrotik ebeveynlerin, ebeveynlik rollerinde daha fazla zorluk ve stres yaşadığını çalışmalarıyla ortaya koymuşlardır.

Bu araştırmadan elde edilen bulgularda kendini kontrolcü ve çocuğunun her şeyini bilmek isteyen olarak tanımlayan kadınların ebeveynlik rollerini yerine getirirken daha fazla zorlandıkları görülmüştür. Katılımcılar, çocuklarının ilk çocukluk dönemlerinde çocuklarının yaşamlarına dair daha fazla bilgi sahibi olduklarını, ergenliğe girmeleriyle birlikte bunun azaldığını ve bu bilgi sahibi olamama halinin onları rahatsız ettiğini ifade etmişlerdir. Kiff ve vd. (2011) çalışmalarında aşırı kontrolcü ebeveynlik tarzının ebeveynlik stresini artırdığını belirlemiştir. Mevcut çalışmada ergenlikle birlikte değişen sosyal çevre ve değişen sosyal gereksinimlerin, çocuklarının davranışlarını kontrol etmek isteyen kadınları daha fazla zorladığını söylemek mümkündür.

Ebeveyn rolünde yetkinlik, çocuk yetiştirme sürecinde ebeveynlerin kendilerini ne kadar yeterli ve etkili hissettikleri ile ilgilidir. Araştırmalara göre ebeveynlerin kendilerini yeterli hissetmeleri, onların ebeveynlik becerilerini daha iyi kullanmalarında ve stresle daha etkili bir şekilde başa çıkmalarında rol oynamaktadır (Coleman ve Karraker, 1998; Galasgow vd., 1997; Jones ve Prinz, 2005; Raikes ve Thompson, 2005; Teti ve Gelfand, 1991) Yeterli hissetmenin, ebeveynlerin çocuklarına karşı daha sabırlı ve empatik olmalarını ve bu durumun da çocukların duygusal ve sosyal gelişimlerini olumlu yönde etkilediği söylenebilir. Mevcut araştırmada ebeveyn rolünde kendini yeterli hisseden ve bunun için destek alan kadınların ebeveyn rollerinde daha az zorlandıkları görülmüştür.

Son yıllarda ebeveynlik stres teorisi temel alınarak yapılan çalışmalarda durumsal yaşam streslerinin ebeveynlik stresi üzerindeki etkisinin incelendiği görülmektedir (Chung vd., 2023; Keleşoğlu ve Adam Karduz, 2020; Limbers vd., 2020; Miller vd., 2020). Yaşamsal stres kaynaklarının birden fazla role sahip kadınlarda ebeveynlik stresini artırdığı görülmektedir. Araştırmaya katılan kadınlar, diğer yaşamsal rollerinin, ekonomik kaygıların, çocukları ile ilgili endişelerinin, eşleri ve işleri ile ilgili deneyimlerinin streslerini etkilediğini ifade etmişlerdir. Rodgers (1998) da işsizlik, düşük gelir, borç gibi faktörlerin ebeveynlerde yüksek düzeyde stres yarattığını ve bunun ebeveynlik becerilerini olumsuz etkilediğini ortaya

koymuştur. Bununla birlikte başka faktörlerden dolayı yaşanan stres tükenmişliğe ve duygusal olarak uzaklaşmaya yol açarak ebeveynlerin çocuklarıyla anlamlı bir şekilde etkileşim kurmasını zorlaştırabilir. Mikolajczak ve Roskam (2018) çalışmasında ebeveyn tükenmişliğinin ebeveynlik davranışlarını olumsuz etkileyebileceğini vurgulamaktadır.

Bu araştırmaya katılan kadınların tamamı ebeveynlik rollerinden kaynaklanan stresleri ile baş etmek için çeşitli yollara başvurmaktadırlar. Destek almak ebeveynlik stresini azaltmada kritik bir rol oynamaktadır. Araştırmalar da çalışmanın bu bulgusunu desteklemektedir (Belsky ve Vondra, 1989; Cutrona ve Troutman, 1986; Dumka vd., 1996; McConnell vd., 2011; Sarason vd., 1990). Crnic ve Greenberg (1990) ebeveynlerin, sosyal destek aldıklarında daha düşük stres seviyeleri bildirdiklerini ve bu desteğin, ebeveynlik becerilerinin gelişmesine katkıda bulunduğunu ortaya koymuştur. Mevcut çalışmaya katılan kadınlar için desteğin ergenlik dönemindeki çocukları ile ilişkilerinde olumlu etkileri olduğu görülmüştür. Ebeveynlerin destek arayışları, çocuklarının ihtiyaçlarını daha iyi karşılamalarına ve kendilerine olan güvenlerini artırmalarına katkıda bulunarak stresin azalmasını sağlayabilir. Romm vd.'nin (2021) de belirttiği gibi ebeveynler arasında iletişim becerilerini geliştirmeye, çatışmaları yapıcı bir şekilde çözmeye ve birbirlerine duygusal destek sağlamaya yönelik çalışmalar, ebeveynlik stresini azaltmada etkili olabilir.

Çocuk Teması

Ebeveynlik stresi ile ilgili yapılan çalışmalarda çocuğun bireysel özelliklerinin ve durumlarının ebeveynlik stresini önemli ölçüde etkileyebileceği görülmektedir. Alanyazında çocukla ilgili zorlayıcı mizaç özellikleri (McQuillan ve Bates, 2017), gelişimsel ve davranışsal sorunlar (Tervo, 2012) ve sağlık sorunları (Thelue, 2010) gibi faktörlerin ebeveynlerin stres düzeylerini artırdığını gösteren çalışmalar mevcuttur.

Bu araştırma bulgularına dayanarak ergenlik dönemindeki çocuğun inatçılık, öfke nöbetleri ve ağlama krizleri gibi baş etmesi güç olarak algılanan davranışlarının ve duygusal özelliklerinin ebeveynleri zorladığı ifade edilebilir. Abidin'in (1992) ebeveynlik stresi modeline göre, ebeveynlerin bu rolde stres yaşama derecesi çocuğun mizacını ve bazı davranışsal etkenleri (uyumluluk, talepkarlık, ruh hali ve dikkat dağınıklığı/hiperaktivite) içerir. Tüm bunların ebeveynlik stresini doğrudan etkilediği söylenebilir.

Ergenlik dönemi, çocukların sosyal ilişkilerinde önemli değişikliklerin yaşandığı bir dönemdir ve bu değişiklikler ebeveynlik stresini etkileyebilir. Steinberg ve Silk (2002) ergenlerin arkadaşlık ilişkilerindeki değişikliklerin ve sosyal bağımsızlık taleplerinin, ebeveynlerin çocuklarını yönlendirme ve kontrol etme becerilerini zorlaştırarak streslerini artırabildiğini ifade etmektedir. Araştırmaya katılan kadınlardan bazıları çocuklarının sosyal çevre değişikliğinin eşleri ile arasında çatışmaya neden olduğunu belirtmişlerdir. Davies ve Cumming (1994) bununla ilgili olarak ergenlerin sosyal ilişkilerindeki değişikliklerle ilgili ebeveynler arasında

yaşanan çatışmaların ebeveynlik stresini etkilediğini ifade etmektedir. Bu durumda kadınların hem değişen aile içi ilişkileri hem eş ilişkileri hem de çocukları ile ilgili endişelerinin ebeveynlik davranışlarını ve streslerini etkilediği söylenebilir.

Türkiye'de akademik başarı odaklı ebeveynlik yaygın bir yaklaşım olarak görülmektedir. Aileler, çocuklarının iyi bir eğitim alarak gelecekte başarılı ve saygın bir kariyer yapmasını arzulamaktadır. Bu nedenle, Türkiye'deki birçok ebeveyn, çocuklarının eğitimine büyük önem vermekte ve onların akademik başarılarını artırmak için çeşitli yöntemler uygulamaktadır. Çalışmaya katılan kadınların da çocuklarının akademik başarıları ile ilgili olarak kaygı duydukları anlaşılmaktadır. Kadınların birçok çocuğunun ergenlik dönemine girmesiyle akademik başarılarının düştüğünü, ders çalışmaya karşı daha isteksiz hale geldiklerini, dersleriyle ilgili sorumluluklarını yerine getirmekten kaçındıklarını ve bunun kendileri için kaygı verici olduğunu ifade etmişlerdir.

Ergenlerin akademik performansı, bireysel ve çevresel faktörlerin yanı sıra sosyal ilişkiler, aile desteği ve okul ortamı gibi pek çok değişkenden etkilenebilir. Eccles vd. (1993) ergenlik döneminde değişen akademik motivasyonu hormonal değişimler, kimlik oluşumu ve artan bağımsızlık isteği ile açıklamaktadır. Bu nedenle, kadınların buna hazırlıklı olmaları ve ergenlerin eğitim süreçlerinde başarılarını artırmak ve dolayısıyla ebeveynlik streslerini azaltmak için ergenlik dönemi gelişim özellikleri hakkında bilgi sahibi olmaları önemlidir.

Araştırmaya katılan kadınlara göre çocukların güçlü gördükleri yanları ebeveynlik davranışlarını kolaylaştırmaktadır. Çocuğun mizacı ile ebeveynlik ilişkisini ele alan birçok çalışma mevcuttur (Abidin, 1992; Bates ve Petit, 2015; Deater-Deckard, 2004; Karreman vd., 2010; Laukkanen vd., 2014; Neece ve Baker, 2008; Putnam vd., 2002; Rothbart ve Bates, 2006). Genel olarak bu çalışmalar, mevcut araştırmanın bulgusuyla benzer olarak çocukların zorlayıcı olmayan mizaç özelliklerinin bir anlamda çocukların güçlü yanlarının ebeveynliği kolaylaştırdığını ve stresi azalttığını vurgulamaktadır.

Ebeveyn Çocuk İlişkileri Teması

Aile içindeki sistematik etkileşimler, ebeveynlerin yaşadığı stresi etkileyen önemli faktörlerdendir (Cox ve Paley, 2003). Mevcut araştırmaya göre kadınların ebeveynlik stresini etkileyen bir faktör çocukların diğer ebeveynle kurdukları ilişkidir. Bu ilişkiyi olumsuz olarak algılayan kadınların ebeveynlik rollerinde daha fazla zorlandığı görülmektedir. Bunun yanında babaların ilgisiz ve otoriter tutumlarının kadınların ebeveynlik stresini artırdığı anlaşılmaktadır. Alanyazında da benzer olarak Brown vd. (2012) tarafından yapılan bir çalışmada, babaların çocukların eğitimine ve sosyal faaliyetlerine aktif katılımının, annelerin stres seviyelerini önemli ölçüde azalttığı belirlenmiştir. Babalar, çocukların günlük bakımına ve ev işlerine katkıda bulunarak, annelerin üzerindeki yükü paylaşabilir ve onların psikolojik iyi oluşlarını destekleyebilir. Lamb vd. (2004) babaların çocukların yaşamlarına yeterince dahil olmadığı durumlarda annelerin daha fazla ebeveynlik yükü hissettiklerini ve bunun da stres seviyelerini artırdığını ortaya koymaktadır. İlgisiz bir baba figürünün, annenin

tek başına çocuk yetiştirme sorumluluğunu üstlenmesine neden olarak stresi artırdığı düşünülebilir.

Kadınlr, çocuklarının ergenlik dönemine girmesiyle kardeşleri ile ilişkilerinin değiştiğini, kardeşlerine karşı daha uyumsuz davrandıklarını belirtmişlerdir. Kim vd. (2006) tarafından yapılan boylamsal araştırmaya göre ergenlik döneminde kardeş ilişkilerinde daha fazla bağımsızlık ve bireyselleşme görülmekte, bu da ilişkilerdeki dinamikleri değiştirmektedir. Mevcut araştırmaya katılan kadınlar bu değişiklik karşısında arada kaldıklarını ve bundan dolayı zorlandıklarını ifade etmişlerdir. Lardieri (2000) de çalışmasında bu araştırmanın bulgusuna benzer olarak ebeveynlerin, çocuklarının kardeş ilişkileri ile başa çıkma süreçlerinde stres yaşayabileceklerini, kardeşler arası ilişkinin tüm aile içi sistemi etkileyebileceğini ortaya koymaktadır.

Ergenlik döneminde ebeveyn-çocuk ilişkilerinde gerilim ve çatışma ortaya çıkabilir. Grotevant ve Cooper'a (2013) göre ergenlerin kimlik gelişimi sürecinde ebeveyn ile yaşanan çatışmalar artmaktadır. Yine Steinberg (2001) ergenlerin özerklik kazanma isteğinin, ebeveyne yönelik olumsuz tutum olarak yansıdığını ifade etmektedir. Collins ve Laursen (2004) de ergenlerin bağımsızlık arayışları nedeniyle anneleriyle çatışma yaşayabildiklerini ve bunun da olumsuz tutumların ortaya çıkmasına neden olabileceğini ifade etmektedir. Mevcut araştırmaya katılan kadınlar alanyazını destekler biçimde ergenlik döneminde çocukları ile daha fazla çatışma yaşadıklarını ve bunun ebeveynlik rollerine olumsuz yansıdığını ifade etmişlerdir. Bu durum genellikle ergenlerin artan bağımsızlık isteğinden kaynaklanmaktadır (Smetana, 2011). Dolayısı ile kadınların kendilerine yönelik olumsuz tutumun ergenlik döneminin gelişim özelliklerinin bir parçası olabileceğini kabul etmeleri streslerini azaltmaya yardımcı olabilir.

Bu araştırmaya katılan tüm kadınlar, ergenlik dönemiyle birlikte çocuklarının kendilerinden bekledikleri ebeveynlik rollerinin değiştiğini ve buna ayak uydurmakta zorlandıklarını ifade etmişlerdir. Çocuklarının kendilerinden uzaklaştığını ya da bir arkadaş yakınlığı kurmaya çalıştığını fark eden kadınlar bu değişiklikler karşısında zorlanmaktadır. Kadınlar, ergenlik öncesi dönemde bakım veren rolünde çocuklarının ihtiyaçlarına anında cevap verebilir ve çocukları için sorunlara çözüm bulabilir nitelikte iken ergenlikle birlikte çocuklarının sorunlarını çözmek için kendilerine başvurmadıklarını, ihtiyaçlarını hemen karşılamakta zorlandıklarını ifade etmişlerdir. Çocuklarının gözünde artık çözüm bulucu olarak görülmemekten dolayı mutsuz olan kadınların birçoğu, bakım veren olarak bebeklik dönemini tercih ettiğini ifade etmişlerdir. Van Doorn vd.'ne (2011) göre ergenliğe geçiş yapan çocuklarda ebeveynlerin çocuklarına göstermiş oldukları ebeveyn rollerini ve tutumlarını bebekliklerindeki ya da ilk çocuklarındaki şekliyle sürdürmeleri, ergen çocukların güçlü bir direnç duygusuna sahip olmalarına neden olabilir. Böylece ebeveynlerle çocuklar arasındaki çatışma daha da derinleşebilir. Ebeveynlerin, rollerinin gerektirdiği değişimlere uyum sağlamalarının hem kendi rollerini anlamalarına hem de ergenlerin sağlıklı bir şekilde gelişmelerine olanak tanıyacağı söylenebilir.

Ergenlik dönemiyle değişen ilişkiler sonucu çocukların kendileri ile daha az vakit geçirmek istemesi, araştırmaya katılan kadınlar için zorlayıcı bir deneyim olmuştur. Çocuklarının kendileri ile zaman geçirmek yerine arkadaşlarını tercih etmesinin kadınlar için baş edilmesi gereken bir sorun olarak algılandığı görülmektedir. Oysa ergenlik dönemi ile çocuğun sosyal ihtiyaçlarının değişmesi beklenen bir durumdur (Smetana vd., 2006). Buna uyum sağlamak ebeveynlik stresini azaltmaya yardımcı olabilir.

Sonuç ve Öneriler

Ergenlik dönemindeki çocuklara sahip kadınlar için ebeveynlik stresi, karmaşık ve çok yönlü bir deneyimdir. Ebeveynlikle ilgili araştırmalara temel oluşturan Abidin (1992) ve Belsky'nin (1984) çalışmalarının yanı sıra ebeveynlik stresini bir model olarak ele alan çalışmalar incelendiğinde (Östberg ve Hagekull, 2007; Webster-Stratton, 1990; Younger, 1991) hem ebeveyn hem çocuk hem de ikisi arasındaki ilişkiden kaynaklanan birçok faktörün ebeveynlik stresini etkilediği söylenebilir. Bu çalışmada da alanyazına benzer olarak ergenlik döneminde çocuğu olan kadınların ebeveynlik stresini etkileyen üç tema ortaya çıkmıştır.

Ebeveynlerin ergenlik dönemindeki değişimleri anlamaları ve bu değişimlere uyum sağlamaya çalışmaları, stresi yönetme stratejilerini etkileyebilir. PDR alanında çalışan uzmanlar için araştırmada ortaya çıkan her bir temada elde edilen kategoriler ayrı ayrı değerlendirilerek ebeveynler için destek ve eğitim programları oluşturulabilir.

Giriş kısmında bahsedildiği gibi ebeveynlerdeki stresin, çocuklarda olumsuz davranışlara neden olduğu birçok çalışma ile kanıtlanmıştır. Bununla birlikte farkındalık temelli stres azaltma programlarının (Burgdorf vd., 2019; Tumthammarong vd., 2022), ebeveynler için bireysel veya grup terapilerinin (Solomon, 2008) ebeveynlik stresini azalttığı görülmektedir. Bu bulgular ışığında okullarda veliler için farkındalık temelli uygulamalardan ve bireysel ya da grupla psikolojik danışma uygulamalarından yararlanılabilir.

Araştırmada da görüldüğü üzere destek almak ebeveynlik stresi ile baş etmede önemlidir. Alanyazında da sosyal destek ile ebeveynliğe uyum arasında olumlu bir ilişki olduğu ortaya konmuştur (Chase-Lansdale vd., 1994; Oyserman vd., 1994). Bireyin sosyal ağları içindeki erişilebilir destekleyici kaynaklara ilişkin algısı olarak tanımlanan sosyal destek, ebeveynlik stresine karşı önemli bir koruyucu faktördür (Bonds vd., 2002; Quittner vd., 1990). Coleman ve Karraker (1998) daha fazla desteğe sahip olduklarını hisseden annelerin, çocuklarıyla olmaktan daha çok zevk aldıklarını ve daha fazla yeterlik duygusuna sahip olduklarını ifade etmektedir. Dolayısı ile ebeveynlerle çalışan psikolojik danışmanlar aileleri destek almaları konusunda cesaretlendirebilir ve sosyal destek kaynaklarına yönlendirebilirler.

Mevcut çalışmada kadınlara özgü stres kaynakları ele alınarak, daha özelleştirilmiş ve ayrıntılı bir bakış açısı sunulmaya çalışılmıştır. Ebeveynlik stresi deneyimi kadın ve erkekler için farklı olabilir. Bu bağlamda çalışmanın erkek katılımcılarla tekrarlanması ebeveynlik stresi alanyazını zenginleştirmenin yanı sıra kapsamlı bakış açısı sunmaya yardımcı olabilir.

References

- Abidin, R. R. (1992). The determinants of parenting behavior. *Journal of Clinical Child and Adolescent Psychology*, 21, 407–412. https://doi.org/10.1207/s15374424jccp2104_12
- Anthony, L. G., Anthony, B. J., Glanville, D. N., Naiman, D. Q., Waanders, C., & Shaffer, S. (2005). The relationships between parenting stress, parenting behaviour and preschoolers' social competence and behaviour problems in the classroom. *Infant and Child Development*, 14(2), 133–154. <https://doi.org/10.1002/icd.385>.
- Bailey, H. N., DeOliveira, C. A., Wolfe, V. V., Evans, E. M., & Hartwick, C. (2012). The impact of childhood maltreatment history on parenting: A comparison of maltreatment types and assessment methods. *Child Abuse & Neglect*, 36(3), 236–246.
- Bates, J. E., & Pettit, G. S. (2015). Temperament, parenting, and social development. *Handbook of Socialization: Theory and Research*, 2, 372–397.
- Belsky, J., & Barends, N. (2002). Personality and parenting. In M. H. Bornstein (Ed.), *Handbook of parenting: Being and becoming a parent* (pp. 415–438). Lawrence Erlbaum Associates Publishers.
- Belsky, J., & Jaffee, S. R. (2006). The multiple determinants of parenting. *Development and Psychopathology*, 18(3), 635–649.
- Belsky, J., & Vondra, J. (1989). Lessons from child abuse: The determinants of parenting. In D. Cicchetti & V. Carlson (Eds.), *Child maltreatment: Theory and research on the causes and consequences of child abuse and neglect* (pp. 153–202). Cambridge University Press. <https://doi.org/10.1017/CBO9780511665707.007>
- Bonds D. D., Gondoli D. M., Sturge-Apple M. L., Salem L. N. (2002). Parenting stress as a mediator of the relation between parenting support and optimal parenting. *Parenting: Science and Practice*, 2(4), 409–435.
- Bornstein, M. H. (2002). Parenting infants. In M. H. Bornstein (Ed.), *Handbook of parenting: Children and parenting* (Vol. 1, pp. 3–41). Lawrence Erlbaum Associates
- Braun, V., & Clarke, V. (2006). Using thematic analysis in psychology. *Qualitative Research in Psychology*, 3(2), 77–101.
- Brown, G. L., Mangelsdorf, S. C., & Neff, C. (2012). Father involvement, paternal sensitivity, and father– child attachment security in the first 3 years. *Journal of Family Psychology*, 26(3), 421–430. <https://doi.org/10.1037/a0027836>

- Burgdorf, V., Szabó, M., & Abbott, M. J. (2019). The effect of mindfulness interventions for parents on parenting stress and youth psychological outcomes: A systematic review and meta-analysis. *Frontiers in Psychology*, 10, 1336.
- Büyüköztürk, Ş., Kılıç Çakmak, E., Akgün, Ö., Karadeniz, Ş., & Demirel, F. (2012). *Bilimsel araştırma yöntemleri*. Ankara: Pegem.
- Clark, L. A., Kochanska, G., & Ready, R. (2000). Mothers' personality and its interaction with child temperament as predictors of parenting behavior. *Journal of Personality and Social Psychology*, 79(2), 274-285.
- Chung, G. S. K., Chan, X. W., Lanier, P., & Wong, P. Y. J. (2023). Associations between work-family balance, parenting stress, and marital conflicts during COVID-19 pandemic in Singapore. *Journal of Child and Family Studies*, 32(1), 132-144.
- Coleman, P. K. ve Karraker, K. H. (1998). Self-efficacy and parenting quality: Findings and future applications. *Developmental Review*, 18(1), 47-85.
- Collins, W. A., & Laursen, B. (2004). Parent-adolescent relationships and influences. In R..M. Lerner, L. Steinberg (Eds.) *Handbook of adolescent psychology* (pp. 331-361). John Wiley & Sons.
- Cox, M. J., & Paley, B. (2003). Understanding families as systems. *Current directions in Psychological Science*, 12(5), 193-196.
- Creswell, J. W. (2014). *Nitel araştırma yöntemleri beş yaklaşıma göre nitel araştırma ve araştırma deseni*. (M., Bütün & S. B., Demir, Çev.) Ankara: Siyasal.
- Crnic, K. A., & Greenberg, M. T. (1990). Minor parenting stresses with young children. *Child Development*, 61(5), 1628-1637.
- Crnic, K., & Low, C. (2002). Everyday stresses and parenting. In M. H. Bornstein (Ed.), *Handbook of parenting: Practical issues in parenting* (Vol. 5, pp. 243-267). Lawrence Erlbaum Associates
- Cutrona, C. E., & Troutman, B. R. (1986). Social support, infant temperament, and parenting self-efficacy: A mediational model of postpartum depression. *Child Development*, 57(6), 1507-1518.
- Davies, P. T., & Cummings, E. M. (1994). Marital conflict and child adjustment: An emotional security theory perspective. *Psychological Bulletin*, 116(3), 387-411.
- Deater-Deckard, K. (1998). Parenting stress and child adjustment: Some old hypotheses and new questions. *Clinical Psychology: Science and Practice*, 5(3), 314-332. <https://doi.org/10.1111/j.1468-2850.1998.tb00152.x>
- Deater-Deckard, K. (2004). *Parenting stress*. New Haven: Yale University Press.
- Derin, S., & Bilge, F. (2016). Ergenlerde internet bağımlılığı ve öznel iyi oluş düzeyi. *Turkish Psychological Counseling and Guidance Journal*, 6(46), 35-51.

- Dumka, L. E., Stoerzinger, H. D., Jackson, K. M., & Roosa, M. W. (1996). The role of social support in parenting stress and adjustment. *Journal of Marriage and the Family*, 58(2), 374-384.
- Eccles, J. S., Midgley, C., Wigfield, A., Buchanan, C. M., Reuman, D., Flanagan, C., & Mac Iver, D. (1993). Development during adolescence: The impact of stage-environment fit on young adolescents' experiences in schools and in families. *American Psychologist*, 48(2), 90-101.
- Grotevant, H. D., & Cooper, C. R. (2013). Patterns of interaction in family relationships and the development of identity exploration in adolescence. In *Adolescents and their families* (pp. 103-116). Routledge.
- Ha, Y. H. (2004). Effects of parent-adolescent relationships and depression on adolescents' problem behavior. *The Korea Journal of Youth Counseling*, 12(2), 42-52.
- John, O. P., & Gross, J. J. (2004). Healthy and unhealthy emotion regulation: Personality processes, individual differences, and life span development. *Journal of Personality*, 72(6), 1301-1334.
- Jones, T. L., & Prinz, R. J. (2005). Potential roles of parental self-efficacy in parent and child adjustment: A review. *Clinical Psychology Review*, 25(3), 341-363.
- Karreman, A., de Haas, S., van Tuijl, C., van Aken, M. A., & Deković, M. (2010). Relations among temperament, parenting and problem behavior in young children. *Infant Behavior and Development*, 33(1), 39-49.
- Kaymak-Özmen, S., & Özmen, A. (2012). Anne baba stres ölçeğinin geliştirilmesi. *Milli Eğitim Dergisi*, 196(41), 20-35.
- Keleşoğlu, F., & Karduz, F. F. A. (2020). Covid-19 sürecinde dijital ebeveynlik ile anne-baba stresi arasında yordayıcı ilişkiler. *Online Journal of Technology Addiction and Cyberbullying*, 7(2), 70-102.
- Kiff, C. J., Lengua, L. J., & Zalewski, M. (2011). Nature and nurturing: Parenting in the context of child temperament. *Clinical Child and Family Psychology Review*, 14(3), 251-301.
- Kim, J. Y., McHale, S. M., Osgood, D. W., & Crouter, A. C. (2006). Longitudinal course and family correlates of sibling relationships from childhood through adolescence. *Developmental Psychology*, 42(5), 900-917.
- Krahé, B., Bondu, R., Hose, A., & Esser, G. (2015). Child aggression as a source and a consequence of parenting stress: a three-wave longitudinal study. *Journal of Research on Adolescence*, 25(2), 328-339. <https://doi.org/10.1111/jora.12115>
- Lamb, M. E., & Tamis-LeMonda, C. S. (2004). The role of the father: An introduction. *The Role of the Father in Child Development*, John Wiley & Sons.

- Lardieri, L. A., Blacher, J., & Swanson, H. L. (2000). Sibling relationships and parent stress in families of children with and without learning disabilities. *Learning Disability Quarterly*, 23(2), 105-116.
- Laukkanen, J., Ojansuu, U., Tolvanen, A., Alatupa, S., & Aunola, K. (2014). Child's difficult temperament and mothers' parenting styles. *Journal of Child and Family Studies*, 23, 312-323.
- Lerner, R. M., & Steinberg, L. (2009). Handbook of adolescent psychology: Individual bases of adolescent development (Vol. 1). John Wiley & Sons.
- Limbers, C. A., McCollum, C., & Greenwood, E. (2020). Physical activity moderates the association between parenting stress and quality of life in working mothers during the COVID-19 pandemic. *Mental Health and Physical Activity*, 19, 1-7. <https://doi.org/10.1016/j.mhpa.2020.100358>
- Lincoln, Y. S., & Guba, E. G. (1985). Establishing trustworthiness. *Naturalistic Inquiry*, 289(331), 289-327. [https://doi.org/10.1016/0147-1767\(85\)90062-8](https://doi.org/10.1016/0147-1767(85)90062-8)
- Matud, M. P. (2004). Gender differences in stress and coping styles. *Personality and Individual Differences*, 37(7), 1401-1415.
- McConnell, D., Breitzkreuz, R., & Savage, A. (2011). The role of social support in parenting and child development: Implications for intervention and prevention. *Journal of Child Psychology and Psychiatry*, 52(3), 355-362.
- McQuillan, M. E., & Bates, J. E. (2017). Parental stress and child temperament. Parental stress and early child development: Adaptive and maladaptive outcomes. In K. Deater-Deckard, R. Panneton (Eds.), *Parental stress and early child development: Adaptive and maladaptive outcomes* (pp. 75-106). Springer.
- Mikolajczak, M., & Roskam, I. (2018). A theoretical and clinical framework for parental burnout: The balance between risks and resources (BR2). *Frontiers in Psychology*, 9, 1-11. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2018.00886>
- Miles, M.B., & Huberman, A.M. (1994). *Qualitative data analysis: An expanded sourcebook*. Sage.
- Miller, J. J., Cooley, M. E., & Mihalec-Adkins, B. P. (2020). Examining the impact of COVID-19 on parental stress: A study of foster parents. *Child and Adolescent Social Work Journal*, 1-10.
- Milkie, M. A., Bierman, A., & Schieman, S. (2008). How adult children influence older parents' mental health: Integrating stress-process and life-course perspectives. *Social Psychology Quarterly*, 71(1), 86-105.

- Moreland, A. D., Felton, J. W., Hanson, R. F., Jackson, C., & Dumas, H. E. (2016). The relation between parenting stress, locus of control and child outcomes: Predictors of change in a parenting intervention. *Journal of Child and Family Studies*, 25, 2046–2054. <https://doi.org/10.1007/s10826-016-0370-4>
- Neece, C., & Baker, B. (2008). Predicting maternal parenting stress in middle childhood: The roles of child intellectual status, behaviour problems and social skills. *Journal of Intellectual Disability Research*, 52(12), 1114–1128.
- Nomaguchi, K. M. (2012). Parenthood and psychological well-being: Clarifying the role of child age and parent-child relationship quality. *Social Science Research*, 41(2), 489–498.
- Nomaguchi, K. M., & Milkie, M. A. (2003). Costs and rewards of children: The effects of becoming a parent on adults' lives. *Journal of Marriage and Family*, 65(2), 356–374.
- Oyserman, D., Radin, N., & Saltz, E. (1994). Predictors of nurturant parenting in teen mothers living in three generational families. *Child Psychiatry and Human Development*, 24, 215–230.
- Östberg, M., Hagekull, B., & Hagelin, E. (2007). Stability and prediction of prenting stress. *Infant and Child Development*, 16(2), 207–223.
- Putnam, S. P., Sanson, A. V., Rothbart, M. K., & Bornstein, M. H. (2002). Child temperament and parenting. *Handbook of Parenting*, 1, 255–277.
- Quittner A. L., Glueckauf R. L., Jackson D. N. (1990). Chronic parenting stress: Moderating versus mediating effects of social support. *Journal of Personality and Social Psychology*, 59(6), 1266–1278.
- Raikes, H. A., & Thompson, R. A. (2005). Efficacy and social support as predictors of parenting stress among families in poverty. *Infant Mental Health Journal: Official Publication of The World Association for Infant Mental Health*, 26(3), 177–190.
- Rodgers, A. Y. (1998). Multiple sources of stress and parenting behavior. *Children and Youth Services Review*, 20(6), 525–546.
- Rodriguez, C. M. (2011). Association between independent reports of maternal parenting stress and children's internalizing symptomatology. *Journal of Child and Family Studies*, 20, 631–639. <https://doi.org/10.1007/s10826-010-9438-8>
- Romm, K. F., Metzger, A., & Turiano, N. A. (2021). Parental emotional support and health problems: The role of social support and social strain. *Journal of Adult Development*, 28(4), 319–331.
- Rothbart, M. K., & Bates, J. E. (2006). Temperament. In N. Eisenberg (Ed.), *Handbook of child psychology: Social, emotional, and personality development* (6th ed., pp. 99–166). John Wiley & Sons.

- Roy, R. N., Schumm, W. R., & Britt, S. L. (2014). Theoretical perspectives. In *Transition to parenthood* (pp. 27-47). Springer.
- Sarason, I. G., Sarason, B. R., & Pierce, G. R. (1990). *Social support: An interactional view*. Wiley.
- Schleider, J. L., Patel, A., Krumholz, L., Chorpita, B. F., & Weisz, J. R. (2015). Relation between parent symptomatology and youth problems: Multiple mediation through family income and parent-youth stress. *Child Psychiatry & Human Development*, 46(1), 1-9. <https://doi.org/10.1007/s10578-014-0446-6>
- Smetana, J. G., Campione-Barr, N., & Metzger, A. (2006). Adolescent development in interpersonal and societal contexts. *Annu. Rev. Psychol.*, 57(1), 255-284.
- Smith, C. L., Spinrad, T. L., Eisenberg, N., Gaertner, B. M., Popp, T. K., & Maxon, E. (2007). Maternal personality: Longitudinal relations to parenting behavior and maternal emotional expressions toward toddlers. *Parenting: Science and Practice*, 7(3), 305-329.
- Smith, J.A., Flowers, P., & Larkin, M. (2009). Interpretative phenomenological analysis: Theory, method and research. Sage.
- Smith, T. B., Oliver, M. N., & Innocenti, M. S. (2001). Parenting stress in families of children with disabilities. *American Journal of Orthopsychiatry*, 71(2), 257-261.
- Solomon, M., Ono, M., Timmer, S., & Goodlin-Jones, B. (2008). The effectiveness of parent-child interaction therapy for families of children on the autism spectrum. *Journal of Autism and Developmental Disorders*, 38, 1767-1776.
- Steinberg, L. (2001). We know some things: Parent-adolescent relationships in retrospect and prospect. *Journal of Research on Adolescence*, 11(1), 1-19.
- Steinberg, L., & Silk, J. S. (2002). Parenting adolescents. In *Handbook of parenting* (Vol. 1, pp. 103-133). Lawrence Erlbaum Associates.
- Stone, L. L., Mares, S. H. W., Otten, R., Engels, R. C. M. E., & Janssens, J. M. A. M. (2016). The co-development of parenting stress and childhood internalizing and externalizing problems. *Journal of Psychopathology and Behavioral Assessment*, 38(1), 76-86. <https://doi.org/10.1007/s10862-015-9500-3>
- Sung, K. M. (2013). Development of a scale to measure stress in parents of adolescents. *Journal of Korean Academy of Psychiatric and Mental Health Nursing*, 22(3), 216-229.
- Tervo, R. C. (2012). Developmental and behavior problems predict parenting stress in young children with global delay. *Journal of Child Neurology*, 27(3), 291-296.

- Teti, D. M., & Gelfand, D. M. (1991). Behavioral competence among mothers of infants in the first year: The mediational role of maternal self-efficacy. *Child Development*, 62(5), 918-929.
- Theule, J. (2010). Predicting parenting stress in families of children with ADHD. (Publication No. NR73025) [Doctoral dissertation, University of Toronto]. ProQuest Dissertations & Theses Global.
- Thompson, P. (2022). Gender differences of parenting stress during child custody evaluations as measured by the Parenting Stress Index (Publication No. 29207094) [Doctoral dissertation, Alliant International University]. ProQuest Dissertations & Theses Global.
- Tumthammarong, C., Pornnoppadol, C., & Atsariyasing, W. (2022). Effectiveness of mindfulness-based parenting programs in reducing parenting stress in parents of children and adolescents with attention-deficit/hyperactivity disorder: Systematic review and meta-analysis. *Siriraj Medical Journal*, 74(6), 371-380.
- Türkiye İstatistik Kurumu. (2024, Ağustos 20). Hanehalkı bilişim teknolojileri kullanım araştırması, 2013. [https://data.tuik.gov.tr/Bulten/Index?p=Hanehalki-Bilisim-Teknolojileri-\(BT\)-Kullanim-Arastirmasi-2013-13569](https://data.tuik.gov.tr/Bulten/Index?p=Hanehalki-Bilisim-Teknolojileri-(BT)-Kullanim-Arastirmasi-2013-13569)
- Türkiye İstatistik Kurumu. (2024, Ağustos 20). Hanehalkı bilişim teknolojileri (BT) kullanım araştırması, 2023. [https://data.tuik.gov.tr/Bulten/Index?p=Hanehalki-Bilisim-Teknolojileri-\(BT\)-Kullanim-Arastirmasi-2023-49407](https://data.tuik.gov.tr/Bulten/Index?p=Hanehalki-Bilisim-Teknolojileri-(BT)-Kullanim-Arastirmasi-2023-49407)
- Umberson, D. (1992). Relationships between adult children and their parents: Psychological consequences for both generations. *Journal of Marriage and the Family*, 664-674.
- Valkenburg, P. M., & Peter, J. (2011). Online communication among adolescents: An integrated model of its attraction, opportunities, and risks. *Journal of Adolescent Health*, 48(2), 121-127.
- Van Doorn, M. D., Branje, S. J., & Meeus, W. H. (2011). Developmental changes in conflict resolution styles in parent-adolescent relationships: A four-wave longitudinal study. *Journal of Youth and Adolescence*, 40, 97-107.
- Webster-Stratton, C. (1990). Stress: A potential disruptor of parent perceptions and family interactions. *Journal of Clinical Child Psychology*, 19(4), 302-312. https://doi.org/10.1207/s15374424jccp1904_2
- Williford, A. P., Calkins, S. D., & Keane, S. P. (2007). Predicting change in parenting stress across early childhood: child and maternal factors. *Journal of Abnormal Child Psychology*, 35(2), 251-263. <https://doi.org/10.1007/s10802-006-9082-3>
- Yıldırım, A., & Şimşek H. (2016). *Sosyal bilimlerde nitel araştırma yöntemleri*. Seçkin Yayıncılık.

- Yoo, I. Y. (2005). Parenting stress of adolescent children. *Korean Parent-Child Health Journal*, 8(1), 17-22.
- Younger, J. B. (1991). A model of parenting stress. *Research in Nursing & Health*, 14(3), 197-204. <https://doi.org/10.1002/nur.4770140306>

Ethical Declaration and Committee Approval

In this research, the principles of scientific research and publication ethics were followed.

For this study conducted within the scope of doctoral thesis, an application was made to the Hacettepe University Senate Ethics Commission. Ethics commission permission numbered E-35853172-300-00002373993 and dated 06.09.2022 was received from the commission.

Acknowledgement

The works published in our journal are copyrighted by our journal and published as open access with CC-BY-NC-ND license.

Dergimizde yayımlanan çalışmaların telif hakları dergimizde olup, CC-BY-NC-ND lisansı ile açık erişim olarak yayımlanmaktadır.

Proportion of Author's Contribution

The authors contributed equally to the research.