

Gerçekçi Olmayan Ebeveyn İyimserliği

Unrealistic Parental Optimism

© Gülçin Karadeniz¹

¹İstanbul 29 Mayıs Üniversitesi, İstanbul

ÖZ

Gerçekçi olmayan iyimserlik, bireyin kendini abartma, koruma güdülerine dayanan bir iyimserlik yanlılığı olarak ele alınmakta ve kendini diğerlerinden daha olumlu değerlendirmesi olarak tanımlanmaktadır. Gerçekçi olmayan iyimserlik kavramı aracılığıyla bireyin kendi benliğini beslemesinin önemli bir örneği ebeveyn çocuk ilişkisi olarak gösterilmektedir. Ebeveynin çocuğu ile ilgili gerçekçi olmayan olumlu algılara sahip olmasının ebeveynlik deneyiminde önemli bir rol oynadığı, ebeveynin kendi benliğini beslediği ve çocukla etkileşimini değiştirebildiği bildirilmektedir. Bireyin ebeveynliğini hayatının merkezine alması yalnızca kendisini olduğundan iyi görmesiyle sınırlı kalmayıp çocuğu hakkındaki değerlendirmelerini de etkileyebilmektedir. Gerçekçi olmayan ebeveyn iyimserliğinin hayal kırıklığına, uygun olmayan ısrarcılığa ve kişisel tehditlere hazırlıksız olmaya yol açtığı bildirilmektedir. Evrimsel olarak adaptif olan olaylara iyi yönünden bakabilme yetisinin kişide oluşturduğu beklentiler ve bu beklentiler doğrultusunda da yaşayabileceği hayal kırıklıklarının çocuk yetiştirme gibi önemli bir bağlamda da incelenmesi psikoloji bilimi için önemli bulunmaktadır. Bu derleme çalışmasında, anne babaların gerçekçi olmayan ebeveyn iyimserliği sergileme nedenleri, bu bağlamda ne tür davranışlar gösterdikleri ve bu davranışlarının çocuklar üzerindeki çıktıları ele alınmıştır.

Anahtar sözcükler: Gerçekçi olmayan iyimserlik, iyimser önyargı, kendini kandırma

ABSTRACT

Unrealistic optimism is considered as an optimism bias based on the individual's motives of self-exaggeration and protection and is defined as evaluating oneself more positively than others. An important example of nurturing one's own self through the concept of unrealistic optimism is the parent-child relationship. The parent's having unrealistically positive perceptions about his/her child is reported to play an important role in the parenting experience, nourishing the parent's own self and changing the interaction with the child. An individual's placing parenting at the center of their life is not only limited to seeing themselves as better than they are, but can also affect their evaluations of their child. Unrealistic parental optimism can lead to disappointment, inappropriate persistence and unpreparedness for personal threats. The expectations created by the evolutionarily adaptive ability to look on the bright side of events and the disappointments that may be experienced in line with these expectations are significant for psychological science to be examined in an important context such as child rearing. This review focuses on the motives of parents to exhibit unrealistic parental optimism, what kind of behaviors they exhibit in this context and the outcomes of these behaviors on children.

Keywords: Unrealistic optimism, optimistic bias, self-deception

Giriş

Psikoloji literatürü incelendiğinde pozitif yanılsamalar farklı çalışmalara konu olmaktadır (Shepperd ve ark. 2008, Krizan ve Windshittl 2009). Pozitif yanılsama/Öz aldatmaca, kişinin savunduğu görüşün karşı kanıtıyla yüzleştiği halde ilk inancını tutma motivasyonu olup gerçekçi olmayan iyimserlik düşüncesi ile ilişkilendirilmektedir (DeWeese ve Boyd 2007). Taylor (1989) pozitif yanılsamaları kişilerin dünya, benlik, gelecek hakkında gerçeğin sistemli olarak çarpıtılmasına dayanan sürekli inanç kalıpları olarak tanımlamaktadır. İncinmezlik yanılsaması olarak da ifade edilebilen (Perloff ve Fetzer 1986) bu düşünceye sahip bireyler gelecekteki yaşam olaylarıyla ilgili risk yargılarında gerçekçi olmayan iyimserlik eğilimi gösterebilmektedirler (Valeria ve ark. 2000, Harris ve ark. 2011). Gerçekçi olmayan iyimserlik, bireyin diğer insanlara göre olumsuz olayları yaşama olasılıklarının düşük, olumlu olayları yaşama olasılıklarının ise yüksek olduğuna inanma eğilimi şeklinde açıklanmaktadır (Shepperd ve ark. 2015, Jefferson ve ark. 2017). Gerçekçi olmayan iyimserlik kavramın temeli insanların kendini abartma ile kendini koruma güdülerine dayanan ve farklı fenomenleri şemsiyesi altına toplayan bir iyimserlik yanlılığı olarak tanımlanmaktadır (Bortolotti ve Antrobus 2015, Jefferson ve ark. 2017). Bu fenomenlerin en güçlüsü kabul edilen ortalamadan daha iyi etkisi tipik bir sosyal karşılaştırmadan yola çıkarak kişinin kendisini diğerlerinden daha olumlu değerlendirmesini ifade etmektedir (Alicke ve Govorun 2005).

Yazışma Adresi /Address for Correspondence: Gülçin Karadeniz, İstanbul 29 Mayıs Üniversitesi, Psikoloji Bölümü, İstanbul, Türkiye **E-mail:** gkaradeniz@29mayis.edu.tr

Geliş tarihi/Received: 31.08.2023 | **Kabul tarihi/Accepted:** 03.04.2024

Bireyin kendisini ve geleceğini pozitif olarak algılamasına dair yürütülen gerçekçi olmayan iyimserlik araştırmaları, ebeveynlerin çocuklarına ilişkin algılarının inceleme kapsamına dahil edilmesiyile genişletilmektedir.

Ebeveynler, çocuklarının hayatlarında önemli bir rol oynar ve onların potansiyellerini keşfetmelerine yardımcı olmak için çaba göstermektedirler. Bu süreçte, ebeveynlerin iyimser bir bakış açısına sahip olması ve çocuklarına güvenmesi doğaldır. Ancak bazı durumlarda, ebeveynler çocuklarının gerçekçi olmayan bir şekilde potansiyelini abartmaya ve onlardan imkânsız gibi görünen başarılar beklemeye başlayabilirler. Bu durum, gerçekçi olmayan ebeveyn iyimserliği olarak adlandırılır ve çocukların gelişimi üzerinde önemli etkilere yol açabilir.

Bu çalışmanın amacı; ebeveynlerin çocuklarının potansiyeline dair gerçekçi olmayan bir şekilde iyimser olabileceğine ve bunun olumsuz sonuçlar doğurabileceğine dikkat çekmektir. Çünkü ebeveynlerin, çocuklarını gerçekçi bir şekilde değerlendirmeleri uygun hedefler belirlemeleri açısından önemlidir. Bu sayede çocukların sağlıklı bir benlik algısı, zorluklarla başa çıkabilme becerileri geliştirebilecekleri, yaşanan kaygı, stres ve düşük özgüvenin önlenilebileceği ve de potansiyellerini daha rahat gerçekleştirebilecekleri düşünülmektedir.

Gerçekçi Olmayan İyimser Ebeveynlik

İyimserlik, bireyin gelecek için olumlu vizyonunu ifade etmektedir (Özpehriz 2020) ve aynı zamanda bireyin psikolojik iyi oluşunun temelini oluşturmaktadır (Carver ve Scheire 2014, Li ve ark. 2023). İyimserlik, motivasyonla da ilgili olan bilişsel bir yapıdır ve iyimser insanlar çaba gösterirken, kötümser insanlar çabadan vazgeçmektedirler (Carver ve Scheire 2014). Castro-Schilo ve arkadaşları (2013) yürütmüş oldukları araştırmada, ebeveyn iyimserliğinin olumlu ebeveynliğe yol açtığını ve bunun da çocuğun sosyal becerilerini olumlu yönde etkilediğini saptamışlardır. Metzger ve arkadaşları (2015) yapmış oldukları çalışma, çocukların ve ebeveynlerin karşılaştırmalı iyimserliğinin, bilişsel düşünme stili ve algılanan öz-yeterlik dahil olmak üzere önemli öncüllerini belirlemiştir. Ancak ebeveyn iyimserliği, gerçekçi olmayan iyimserlik eğilimine evrilirse, ebeveyn-çocuk arasındaki ilişkinin boyutu olumsuz yönde değişebilmektedir (Lench ve ark. 2006, Mack ve ark. 2007, Sung ve ark. 2009). Bir başkasına yönelik gerçekçi olmayan iyimserlik aracılığıyla kişinin kendi benliğini beslemesinin önemli bir örneği ebeveyn çocuk ilişkisi olarak gösterilmektedir (Wenger ve Fowers 2008).

Ebeveynlerin çocuklarının pozitif ve negatif durumları deneyimleme ihtimallerini değerlendirdiklerinde gerçekçi olmayan iyimser düşüncelerini sürece dâhil ettikleri vurgulanmaktadır (Balı 2022). Bu noktada başvurulan gerçekçi olmayan ebeveyn iyimserliği, anne babalar tarafından çocuklarının gelecekte pozitif durumları deneyimleme ihtimalinin daha olası negatif durumları deneyimleme ihtimalinin ise daha az olacağına dair inançlarıdır (Lench vd 2006).

Ebeveynin çocuğu ile ilgili gerçekçi olmayan olumlu algılara sahip olmasının ebeveynlik deneyiminde önemli bir rol oynadığı, ebeveynin kendi benliğini beslediği ve çocukla etkileşimini olumsuz yönde değiştirebildiği bildirilmektedir (Krizan ve Brown 1988, Wenger ve Fowers 2008).

Wenger ve Fowers (2008) ebeveyn olmanın bireyde çok büyük bir tatmin duygusu uyandırdığını ve çocuk sahibi olmanın hayat oyununda merkezi bir noktada olduğunu bunun da aşırı taleplerde bulunmaya yol açarak gerçekçi olmayan iyimser ebeveynliğe neden olduğuna dikkat çekmişlerdir. Alan yazında konuyla ilgili veriler sınırlı olmakla birlikte Nomaguchi ve Milkie (2003) tarafından ebeveynlerle yürütülen çalışmanın verileri bu çalışmayı destekler niteliktedir. Onlar araştırmalarında evli annelerin evli çocuksuz yaşlılarına kıyasla daha az depresyon sergilediğini ve iyimser olduklarını rapor etmişlerdir. Bireyin ebeveynliğini hayatının merkezine alması yaşattığı tatmin benlik saygısını yükseltmekle birlikte yanlılığını etkileyebilmektedir. Ortak görüş pozitif yanlısıların annenin yalnızca kendisini olduğundan iyi görmesiyle sınırlı kalmayıp çocuğu hakkındaki değerlendirmelerini de etkileyebildiği yönündedir.

Gerçekçi Olmayan Ebeveyn İyimserliğinin Nedenleri

İnsanların, olaylara, durumlara ve düşüncelere karşı gerçekçi olmayan iyimserlik geliştirmesinin birçok olası nedeni olabileceği bildirilmektedir (Weinstein 1980, Weinstein ve Lachendro 1982). Ego savunma davranışı, bilişsel hatalar ve iyimser önyargılardır bunların başında gelmektedir (Ross ve Sicoly 1979, Weinstein 1982, Kirscht ve ark. 1966).

Psikolojideki sosyal, klinik, gelişim ve kişilik gibi birçok çalışma alanı nörotipik bireylerin kendileri, geleceklere ve olaylar üzerindeki kontrolleri hakkında gerçekçi olmayan düzeyde olumlu bir bakış açıları olduğunu bildirmektedir (Taylor ve Brown 1988).

Gerçekçi olmayan ebeveyn iyimserliğinin nedenlerinin başında medya ve popüler kültürün yarattığı mükemmel ebeveyn ve kusursuz çocuklar imajı üzerine şekillenen toplumsal baskı olduğu düşünülmektedir. Bu durum, ebeveynlerin özellikle de annelerin çocuklarının gerçekçi olmayan standartlara ulaşmasını beklemelerine yol açabilmektedir. Yine ebeveynlerin kişisel deneyimleri de (kendi rol modellerinin aşırı iyimser olması ya da zorlu çocukluk deneyimleri yaşamış olmaları) gerçekçi olmayan ebeveyn iyimserliğine neden olabilmektedir. Ayrıca ebeveynler, çocuklarının başarısına duygusal olarak yatırım yapabilmekte ve bu durum, gerçeklerden kopuk bir iyimserliğe yol açabilmektedir. Duygusal ihtiyaçlarını bu şekilde karşılayan ebeveynler çocuğun başarısının, kendi değerlerini ve başarılarını onaylayacağına inanabilmektedirler. Bu durumun tam aksi de gözlenebilmektedir. Özellikle bireyselliğe önem veren kültürlerde bazı ebeveynler, çocuklarının başarısız olmasından korkabilir ve bu nedenle potansiyellerini abartılı bir şekilde değerlendirebilirler. Çünkü çocuğun başarısızlığının ailesinin sosyal statüsünü veya saygınlığını zedeleyeceğinden endişe duyabilirler. Tüm bunlara ek olarak ebeveynlik hakkındaki bilgi eksikliği de bu duruma neden olabilmektedir.

Ebeveynlerin gerçekçi olmayan iyimserliğini yordayan değişkenlerden birinin de bağlanma stilleri olduğu vurgulanmaktadır (Brennan ve ark. 1998, Fraley ve Waller 1998, Lench ve ark. 2006). Kaygılı ya da kaçınan ebeveynlerin çocukları ile ilişkilerinde olumsuz modellere sahip olma oranlarının daha yüksek olduğu (Rholes ve ark. 1995) ve kaçınma düzeyinin iyimserliği yordadığı yönündedir (Lench ve ark. 2006). Kaçınan bağlanma yüksek olan ebeveynler, çocuklarının olumlu sonuçlar yaşaması ve bir dereceye kadar olumsuz sonuçlardan kaçınması konusunda daha az iyimserdir (Lench ve ark. 2006). Bu nedenle, ilişkilere daha az dahil olma ve daha düşük iyimserlikle ilişkilendirilmektedir (Lench ve ark. 2006). Bu bulgu bağlanma stillerinin gerçekçi olmayan ebeveynlik üzerindeki etkisini ortaya koyarken, bir başka çalışma çocukların iyimserlik seviyesinin bundan nasıl etkilendiğini incelemiştir. Kaçınan bağlanma ve gerçekçi olmayan iyimserliğin çocuklar üzerindeki etkisini, çocukların duygusal deneyimleri ve ebeveyn bakımları yoluyla ölçen çalışmada (Borelli ve ark. 2013), kaçınmacı bağlanan çocukların, güvenli bağlananlara kıyasla tehdit anında daha az sıkıntı bildirdikleri ebeveynlerini ise daha sıcak ve ilgili değerlendirdikleri ortaya konmuştur.

Ebeveynlerin Gerçekçi Olmayan İyimser Davranışları

Gerçekçi olmayan ebeveyn iyimserliği, anne babaların çocuğunun kapasitesinin üstünde olan beklentilere sahip olmasını ifade etmektedir (Twentyman ve Plotkin 1982). Gerçekçi olmayan ebeveyn iyimserliği; aşırı iyimserlik, olumsuzlukları görmezden gelme ve kendini kandırma olarak kendini göstermektedir.

Okul öncesi çocuğu olan ebeveynlerin kendilerini olumlu değerlendirme oranları ile çocuklarını olumlu değerlendirme oranları arasında anlamlı bir ilişki bildirilmektedir (Wenger ve Fowers 2008). Ancak ebeveynlerin beklentileri karşılanmadığında ise hayal kırıklığı yaşayabildiği, çocuğa karşı saldırganlaşabildiği ve çocuğun ihtiyaçlarını ihmal edebildiği hususuna dikkat çekilmektedir. Twentyman ve Plotkin (1982) tarafından yürütülen benzer bir çalışmada ise beklentileri karşılanmayan ebeveynlerin diğer ebeveynlerden daha fazla beklenti içinde oldukları vurgulanmaktadır.

Ebeveynler elde edemedikleri arzularını çocukları üzerinden karşılamaya çalışmalarının yanı sıra yaşantılarında yaptıkları hataları yine çocukları üzerinden telafi edebilmektedirler (Heffner 2011). Çocukluğunda ebeveynleri tarafından ihtiyaçları karşılanmadan anne baba olan bireyler yaşam süreci boyunca bu ihtiyaçlarını karşılama arayışı içinde olup son umudu olarak çocuğunu gördüğünde ona karşı gerçekçi olmayan beklentiler içine girilebilmekte ve beklentilerin karşılanmaması sonucu çocuğuna karşı istismarcı davranışlar sergileyebilmektedir (Twentyman ve Plotkin 1982).

Goetting'e göre (1986) anne babalar ebeveynlik çabalarını zorlu ancak bireysel olarak değerli görmektedirler. Wenger ve Fowers'ın (2008) aktarımına göre ebeveynler, çocuk sahibi olmanın kendilerini tatmin ettiğini ve bu tatmini yaşamlarındaki ana tatmin olarak tanımlayabileceklerini belirtmişlerdir (Meredith ve ark. 1984, Ohashi 1992). Gerçekleştirilen çeşitli çalışmalar da ebeveynlik memnuniyetinin genel yaşam doyumunun ve kişisel refahın önemli bir belirleyicisi olduğu fikrini desteklemiştir (Meredith ve ark. 1984, Cheng ve ark. 1991, Rogers ve White, 1998, Elek ve ark. 2003). Bununla birlikte ebeveynlerin çocuklarına yaptıkları yatırımın karşılığı olarak gerçekçi olmayan beklentilere ve kendi çocuklarının diğer çocuklara göre daha fazla olumlu sonuçlar alacağına yönelik iyimser bir inanca sahip olabildikleri ifade edilmektedir (Lench ve ark. 2006). Aynı zamanda ebeveynlerin çocukları ile ilgili risk ihtimallerini değerlendirirken olumsuz sonucu dikkate almadıkları bildirilmektedir (Lench ve ark. 2006). Twentyman ve Plotkin (1982) bireyin bu ve benzeri durumları yüksek ebeveynlik memnuniyetini sürdürebilmek amacıyla sergilediklerini belirtmektedirler.

Ebeveynin normal gelişim gösteren ya da farklı gelişim gösteren çocuğunun olması gerçekçi olmayan iyimserliğe kapılmasını etkileyebilmektedir (Twentyman ve Plotkin 1982). Engelli çocuğa sahip, gerçekçi olmayan beklenti

içinde olan ebeveynler çocukların kapasitelerinin ötesine performans sergilemelerini, tıpkı bir yetişkin gibi davranmalarını ayrıca kendilerine verilen tepkileri olgunlukla anlamalarını bekleyebilmektedirler (Steele ve Pollock 1974). Bu bulgular, ihmalkâr ve istismarcı ebeveynlerin çocuklarını diğer çocuklara kıyasla sosyal olgunluk düzeyi daha düşük algıladıkları görüşüyle paralellik göstermektedir (Hoffman ve ark. 1980).

Lindberg ve arkadaşları (2019) Türkiye’de yürüttüğü çalışma kapsamında ailelerle görüşme yapılarak çocuklarının yılsonu başarı beklentileri sorulduğunda 50 anne babadan 44’ünün çocuklarının beklentilerini olumlu şekilde karşılayacaklarını bekledikleri bulunmuştur. Lench ve ark. (2006) tarafından yapılan çalışmada da ebeveynlerin çocuklarının pozitif deneyimler elde etmesinden ziyade negatif deneyimlerden kaçınma durumunda daha fazla gerçekçi olmayan iyimserlik gösterdikleri saptanmıştır.

Yürütülen araştırmalar (Mack ve ark. 2007, Sung ve ark. 2009) kronik hastalığı olan çocuklara sahip ebeveynlerin (özellikle kanser hastalığında), tedavi sürecinde gerçekçi olmayan iyimserlik eğilimlerinin yüksek olduğunu bildirmektedir. Kötü prognozlu ileri evre hastalıkları olan çocukların ebeveynleriyle gerçekleştirilen çalışmalarda (Mack ve ark. 2007, Sung ve ark. 2009, Nayak ve ark. 2021) ise ebeveynlerin çoğunun hekimlerin öngördüğünden yüksek iyileşme olasılıkları bildirerek umudun ötesinde aşırı ve gerçekçi olmayan iyimserlik sergilediklerine dikkat çekilmektedir. Bütün bu özellikler dikkate alındığında gerçekçi olmayan ebeveyn iyimserliği ortalamadan daha iyi etkisi, kontrol yanılması ve aşırı umut gibi fenomenleri içeren, çocuğun kapasitesinin ötesine geçen ebeveyn inançlarıyla karakterize bir yanlılık olarak özetlenebilir.

Ebeveynlerin çocuklarının pozitif ve negatif durumları deneyimleme ihtimallerini değerlendirdiklerinde gerçekçi olmayan iyimser düşüncelerini sürece dâhil ettikleri vurgulanmaktadır (Balı 2022). Bu noktada başvuru alan gerçekçi olmayan ebeveyn iyimserliği, anne babalar tarafından çocuklarının gelecekte pozitif durumları deneyimleme ihtimalinin daha olası negatif durumları deneyimleme ihtimalinin ise daha az olacağına dair inançlarıdır (Lench ve ark. 2006). Ebeveynler, gerçekçi olmayan iyimser inançlarını çocuklarına bilinçli veya bilinçsiz şekilde aşılama yapmaktadırlar (Aglia ve Renk 2008). Bunu mesajla ya da psikolojik kontrol mekanizması yoluyla iletebilmektedirler (Rudy ve ark. 2014). Ebeveyn gerçekçi olmayan iyimserlik olgusunun kültüre göre değişiklik gösterdiği Asyalı ebeveynlerin diğer kültürlerle kıyasla daha yüksek beklenti içinde oldukları bildirilmektedir (Naumann ve ark. 2012). Bu bağlamda Asyalı üniversite öğrencileri Avrupalı üniversite öğrencilerinden daha yüksek düzeyde stres ve yükümlülük rapor etmektedirler (Oishi ve Sullivan 2005).

Bireyin kendisini ve geleceğini pozitif olarak algılamasına dair yürütülen gerçekçi olmayan iyimserlik araştırmaları, ebeveynlerin çocuklarına ilişkin algılarının inceleme kapsamına dahil edilmesiyle genişletilmektedir. 2 ila 5 yaş arasındaki çocukların ebeveynleriyle gerçekleştirilen çalışmada (Wenger ve Fowers 2008), ebeveynlerin kendi çocuklarına ortalama bir çocuğa kıyasla anlamlı ölçüde daha fazla olumlu ve daha az olumsuz davranış atıfları yaptıkları ortaya konulmuştur. Başka bir çalışmada (Chadi ve ark. 2020) ise diğer çocuklara oranla kendi çocuklarının 18 yaşından önce tütün, esrar ve uyuşturucu kullanmaya başlama olasılıklarını ve ebeveyn kontrol algılarını derecelendiren ebeveynlerin çoğu yüksek düzeyde iyimserlik ve kontrol bildirmişlerdir. Yalnızca sigara kullanım öyküleri olan ebeveynlerin, sigara kullanımı hakkında düşük kontrol bildirmeleri araştırmacılar tarafından artan gerçekçilikle açıklanmıştır.

Gerçekçi Olmayan Ebeveyn İyimserliğinin Çocuk Üzerindeki Etkileri

Gerçekçi olmayan iyimser tutum ebeveynin çift olarak ilişkilerinde ve çocuklarıyla ilişkilerinde olumsuz bazı sonuçlara da yol açabilmektedir. Bu etkilerin çocuk doğmadan önce ortaya çıktığını tartışan bir araştırma, ebeveyn olacak bireylerin gerçekçi olmayan iyimser beklentilerinin doğum sonrası süreçte depresif belirtiler ve evlilik memnuniyetinde düşüşe sebep olduğunu rapor etmektedir (Bouchard 2009). Aynı zamanda bu ebeveynler genel olarak daha uygunsuz kabul edilen çocuk yetiştirme tutumlarını sergileme riskini de göstermektedirler. Bir başka araştırma da bu bulguları desteklemekte ve gerçekçi olmayan iyimser tutumların çocuk doğduktan sonra daha zor bir ebeveynliğe alıştırma süreci ile ilişkili olduğunu saptamıştır (Harwood ve ark. 2007). Robakis ve arkadaşları (2015) ihtiyatlı iyimserlik gösteren kadınların gerçekçi olmayan iyimser ve kötümser kadınlara kıyasla daha az doğum sonrası depresif semptomlar gösterdiğini bildirmektedir. Çalışmalar (Hart 2003, Drouin 2019) ebeveynlerin gerçekçi olmayan iyimser davranışlarının çocuklarının sağlığı konusunda erkenden alınabilecek önlemleri engelleyebildiğini göstermektedir.

Ebeveynler özellikle çocukları söz konusu olduğunda gerçekçi olmayan şekilde iyimser olabilmekte ve ulaşılması güç beklentiler oluşturabilmektedirler (Bouchard 2009). Yapılan araştırmalarda ebeveynlerin öz çocuklarını diğer çocuklara kıyasla daha olumlu ve güzel şeylerin beklediği konusunda daha iyimser oldukları (Lench ve ark. 2006) ve onların otuz yaşından önce pozitif deneyimler elde edebileceklerine inandıkları raporlanmaktadır (Wright ve ark. 2018). Bu tip olumlu yanlılıkların çocuk ebeveyn ilişkisinde pozitif yönde etkileri olması

beklenebilir. Wright ve arkadaşları (2018) gerçekçi olmayan iyimserliğin daha yüksek motivasyon, istikrar ve etkin bir performansla ilişkili olduğunu bildirmektedirler. Cohen ve arkadaşları (2004) üvey ebeveynler ve çocuklarıyla yürüttükleri araştırmalarının sonucunda ise olumlu yanılısamların üvey ebeveyn ve çocuk ilişkisinde zor zamanları atlattığı işlevsel bir aile olma yolunda pozitif etkisi olduğuna vurgu yapmaktadırlar.

Tartışma

Yapılan araştırmalar ebeveynlerin gerçekçi olmayan beklentilerinin hem kendi ruh sağlıkları hem de çocuklarının fiziksel sağlığı için önlem almalarını olumsuz yönde etkilediğini göstermektedir. Armor ve Taylor (1998) ve arkadaşları gerçekçi olmayan iyimserliğin hayal kırıklığına, uygun olmayan ısrarcılığa ve kişisel tehditlere hazırlıksız olmaya yol açtığını bildirmektedir. Evrimsel olarak adaptif olan olaylara iyi yönünden bakabilme yetisinin kişide oluşturduğu beklentiler ve bu beklentiler doğrultusunda da yaşayabileceği hayal kırıklıklarının çocuk yetiştirme gibi önemli bir bağlamda da incelenmesi psikoloji bilimi için önemli bulunmaktadır. Gerçekçi olmayan iyimserliğin kişinin bakış açısını şekillendirebildiğini ve bu etkinin davranışlarına da yansıdığı göz önünde bulundurulduğunda ebeveynlerin çocuk doğmadan önce gerçekçi beklentilere sahip olmasının önemi açığa çıkmaktadır. Araştırmalar (Harwood ve ark. 2007, Robakis ve ark. 2015) ebeveynlerin çocuk sahibi olma sürecinde gerçekçi beklentiler içinde olmasının önemini vurgulamaktadır. Churchill ve Davis'in (2010) bulguları gerçekçi bir eğilimin iyimserlik veya kötümserliğe kıyasla çok daha koruyucu olduğunu ortaya koymaktadır. Fakat bu noktada dengeyi bulabilmek çok önemli gibi görünmektedir. Çünkü yalnızca doğru olanı bulmak adına olumlu yanılısamlara karşı durmaya çalışmanın kişinin performansını zayıflatmakla birlikte istenen doğruluğa ulaşmasını da sağlayamadığı bildirilmektedir (Gilovich 2013).

Bu çalışma için incelenen araştırmalar gerçekçi olmayan iyimser ebeveyn algısının çocuğa yönelik kontrol, risk değerlendirmesi ve duygu tahminini olumsuz yönde etkilediği, buna karşın gelişimsel zorlukları olan çocuklar için ise koruyucu bir faktör olabildiği yönünde değerlendirilmektedir. Ebeveynlerin uygunsuz beklentileri karşılanmadığında ise hayal kırıklığı yaşayabildiği, çocuğa karşı saldırganlaşabildiği, çocuğun ihtiyaçlarını ihmal edebildiği ve çocuk istismarının ortaya çıkabildiğine dikkat çekilmektedir (Twentyman ve Plotkin 1982). Ebeveynlerin tutumlarını ve davranışlarını model alarak yetişen çocuk için ise istismarın, yaşam boyu sürebilecek olumsuz etkilerine dikkat çekilmektedir (Plotkin ve ark. 1981, Twentyman ve Plotkin 1982).

Ebeveynlerinin gerçekçi olmayan beklentileri sonucunda çocukların hedefin ulaşamaz olduğunu düşünerek sergileyebileceğinden daha düşük düzeyde performans gösterdikleri tespit edilmiş olup ebeveynleri çocuklarıyla onların potansiyelleri doğrultusunda ortak hedefler oluşturarak onları cesaretlendirmelerinin süreci olumlu etkileyeceği düşünülmektedir (Ballı 2012). Vadillo ve ark. (2013) tarafından yürütülen bir çalışmada bireyleri yanılısamanın zararlı etkilerinden korumak için sonuçların nedenleri hakkında ek bilgilendirmeler yapılmış ve gerçekçi olmayan iyimser davranışlarda azalma saptanmıştır. Etkililiği kanıtlanmış bu yöntem farklı kültürlerde de denenebilir.

Gerçekçi olmayan ebeveyn iyimserliğini anlatan "Kirpi yavrusunu pamuğum diye severmiş", "Kuzguna yavrusu anka görünürmüş" gibi atasözlerimiz olmasına rağmen ülkemizde bunu bir halk bilgeliliğinden öteye taşıyacak sınırlı sayıda bilimsel çalışma yapılmıştır (Ör. Çekiç ve ark. 2019, Aydın ve Buğa 2020). Ülkemizde bu alanda çalışmaların yapılmasının literatüre kültürlerarası açıdan da fayda sağlayacağına inanılmaktadır.

Bir kavramın literatürde yer alması onun ölçülebilir olması ile anlam bulunmaktadır. Kültürümüzde yürütülen çalışmalar incelendiğinde Elmas ve Akfırat (2015) tarafından geliştirilen Gerçekçi Olmayan İyimserlik ve Çevre Üzerinde Kontrol Algısı Ölçeği'nin bir alt boyutu gerçekçi olmayan iyimserliği değerlendirmeye yönelik olup, ebeveynler için geliştirilmemiştir. Ebeveyn örnekleminde geliştirilecek bir ölçme aracının alan yazına büyük katkı sunacağı düşünülmektedir.

Gerçekçi olmayan iyimserlik eğilimi gösteren ebeveynlerin çocuklarında düşük akademik performans gözlenebilmektedir (Aderanti ve ark. 2013, Cho ve ark. 2013, Metzger ve ark. 2015). Özellikle günümüzde çocukların çoğunluğunun uzun saatler boyunca bilgisayar ile zaman geçirmesi ve ebeveynlerin bu konuda tutarlı denetim sergilemeyi tercih etmemelerinin/ istememelerinin nedenlerinden birinin de ebeveynlerin dijital farkındalıklarının oluşmasındaki gerçekçi olmayan iyimserliğin olabileceğini düşündürmektedir. Değişkenlerini, dijital ebeveynlik farkındalığı ve gerçekçi olmayan ebeveyn iyimserliğinin oluşturduğu araştırmalar yürütülmesi önerilmektedir.

Mevcut derleme çalışması için alan yazın incelendiğinde ebeveynlerin gerçekçi olmayan iyimser davranışları ile çocukların daha çok akademik alandaki becerileri ve iyi oluşları arasındaki ilişkiler incelenmiştir (Zang ve ark. 2007, Aderanti ve ark. 2013, Aoki 2019). Bu alanda yürütülecek çalışmalarda çocuklardaki akademi çıktılarının yanı sıra diğer alandaki çıktılara odaklanmak çeşitliliği arttıracak olup alanyazına katkı sağlayabilir. Ayrıca

ülkemizde ebeveynlerin gerçekçi olmayan iyimser davranışları üzerine az sayıda çalışma yürütülmüş olup bu noktada daha fazla çalışmanın yapılması kültürel çıktı olarak çeşitliliği arttırıp alan yazına katkı sunabilir. Modern kapitalist düzenin, akıl üzerinde hakimiyet kuran ve onu araçsallaştıran bir güç olduğu düşünüldüğünde gerçekçi olmayan iyimserlik beklentisinin bir zorunluluğa mı dönüştüğü de cevap bekleyen sorular arasındadır.

Ebeveynlerin çocuklarının geleceği konusunda daha sağlıklı kararlar alabilmesi için iyimser tutumlarının ne kadar gerçekçi olduğunu gözden geçirmesi gerekmektedir. Bu konuda doğum öncesinden başlanarak ebeveynlerin alanında yetkin psikologlara erişimlerinin sağlanması sağlık kuruluşlarının üzerinde düşen önemli bir görevdir. Her ne kadar bu derlemede tartışılan araştırmalar gerçekçi olmayan iyimser bakışım olumsuz etkilerini incelemek olsa da ebeveynlerin çocuklarını diğerlerinden daha özel olarak görmesi ve o şekilde davranması çocuklarına yapacakları yatırımları etkileyebilecek bir faktör olabilir. Çocuğun eğitimine gösterilen özen, ilgi alanları konusunda teşvik edilip edilmediği bağlamlarda bu konunun araştırılmasının önemli olduğu düşünülebilir. Daha kısa süreçte ulaşılan sonuçların yanı sıra yapılabilecek boylamsal çalışmalar ebeveynlerin edindiği tutumun önemini anlamak için önemli olabilir gibi görünmektedir. Ayrıca yürütülmesi planlanan çalışmalarda ebeveynlerin bağlanma stillerinin de değişken olarak ele alınması önerilmektedir.

Sonuçlar dikkate alınarak gerçekçi olmayan ebeveyn iyimserliğinin, risk faktörlerini fark etme ve önleme yetisini gölgelememesi adına ebeveynler için müdahale programlarının oluşturulmasının fayda sağlayabileceği düşünülmektedir. Aynı şekilde tedavi gören ya da gelişimsel sorunları olan çocuklara sahip ebeveynlere yönelik iyimserlik çalışmalarının düzenlenmesi çocuklara ve ailelere yararlı olabilir.

Sonuç

Ebeveynlerin çocuklara yönelik tutumlarının çocuklarıyla olan ilişkilerini ve yetişkinlikte çocukların davranışlarını etkileyebileceği bildirilmektedir (Kaya 2010). Bu nedenle ebeveynlerin gerçekçi olmayan iyimserlik eğilimini daha iyi tanımlamak, gerçekçi olmayan beklentilerini ve risk yargılarındaki gerçekçi olmayan iyimserliği işlevselleştirmek önemli görünmektedir (Azar ve ark. 1984). Aynı zamanda ebeveynlikte gerçekçi olmayan iyimserlik eğiliminin önüne geçebilmek amacıyla ebeveynlere yönelik psikoeğitim ve terapötik müdahale programlarının geliştirilmesinin faydalı olacağı düşünülmektedir (Kaya 2010). Literatür incelendiğinde, ebeveynlerin gerçekçi olmayan beklentilerinin farkında olmasına, beklentilerinin kendilerini ve çocuklarını olumsuz etkilediğini kabul etmesine yardımcı olabilmesi için Akılcı Duygusal Davranışçı Terapi Modeli kullanılması önerilmiştir (Ellis 1991, Kaya 2010). Gerçekçi olmayan ebeveyn iyimserliği konusunda “benlik saygısı”, “bağlanma stilleri”, “kültürel değişimin rolü” vb. değişkenler ele alınarak çalışmalar yürütülmesi önerilmektedir. Bu değişkenlerle yürütülecek çalışmalar z kuşağının anlaşılmasına katkı sunmasının yanı sıra ipotekli kimlik statüsünün de açıklanmasına farklı bir boyut katabileceği düşünülmektedir.

Kaynaklar

- Aderanti RA, Williams TM, Oyinloye CA, Uwanna NC (2013) Academic procrastination, overconfidence and parental unrealistic expectations as correlates of academic rebelliousness among some Nigerian Undergraduate students. African Symposium: 13:12-18.
- Alicke MD, Govorun O (2005) The better-than-average effect. In *The Self in Social Judgment* (Eds MD Alicke, DA Dunning, JI Krueger):85-106. London, Psychology Press.
- Armor DA, Taylor SE (1998) Situated optimism: Specific outcome expectancies and self-regulation. *Adv Exp Soc Psychol*, 30:309-379.
- Aypay A (2008). Gerçekçi olmayan iyimserlik kuramı. *Türkiye Sosyal Araştırmalar Dergisi*,12:19-34.
- Azar ST, Robinson DR, Hekimian E ve Twentyman CT (1984) Unrealistic expectations and problem-solving ability in maltreating and comparison mothers. *J Consult Clin Psychol*, 52:687-691.
- Blanton H, Axsom D, McClive KP, Price S (2001) Pessimistic bias in comparative evaluations: A case of perceived vulnerability to the effects of negative life events. *Pers Soc Psychol*, 27:1627-1636.
- Brennan KA, Clark CL, Shaver PR (1998) Self-report measurement of adult attachment: An integrative overview. In *Attachment Theory and Close Relationships* (Eds JA Simpson, WS Rholes):46-76. London, Guilford Press.
- Bortolotti L, Antrobus M (2015) Costs and benefits of realism and optimism. *Curr Opin Psychiatry*, 28:194-198.
- Borelli JL, David DH, Crowley MJ, Snavely JE, Mayes LC (2013) Dismissing children's perceptions of their emotional experience and parental care: Preliminary evidence of positive bias. *Child Psychiatry Hum Dev*, 44:70-88.
- Bouchard G (2009). Parents-to-be with overly optimistic expectations of parenthood: Who are they and what should counsellors do? *Can J Couns*, 43:165-177.
- Chadi N, Winickoff JP, Drouin O (2020) Parental optimism and perceived control over children's initiation of tobacco, cannabis, and opioid use. *Int J Environ Res Public Health*, 17:61-81.

- Cheng TC, Taylor MR, Ladewig BH (1991) Personal well-being: A study of parents of young children. *Family Persp*, 25:97-106.
- Churchill AC, Davis CG (2010) Realistic orientation and the transition to motherhood. *J Soc Clin Psychol*, 29:39-67.
- Castro-Schilo L, Taylor ZE, Ferrer E, Robins RW, Conger RD, Widaman KF (2013) Parents' optimism, positive parenting, and child peer competence in Mexican-origin families. *Parent Sci Pract*, 13:95-112.
- Cho H, Lee JS, Lee S (2013) Optimistic bias about H1N1 flu: Testing the links between risk communication, optimistic bias, and self-protection behavior. *J Health Commun*, 28:146-158.
- Coelho MP (2010) Unrealistic optimism: Still a neglected trait. *J Bus Psychol*, 25:397-408.
- Cohen JD, Fowers BJ (2004) Blood, sweat, and tears. *J Divorce Remarriage*, 42:39-59.
- Çekiç A, Kaya İ, Buğa A (2019) Anne babaların akılcı olmayan inançları ile yaşam doyumları arasındaki ilişkinin incelenmesi. *Kastamonu Eğitim Dergisi*, 27:567-575.
- Day L, Maltby J (2003) Belief in good luck and psychological well-being: The mediating role of optimism and irrational beliefs. *J Psychol*, 137:99-110.
- Drouin O, Winickoff JP, Thorndike AN (2019) Parental optimism about children's risk of future tobacco use and excessive weight gain. *Acad Pediatr*, 19:90-96.
- Elek SM, Hudson DB, Bouffard C (2003) Marital and parenting satisfaction and infant care self-efficacy during the transition to parenthood: The effect of infant sex. *Issues Compr Pediatr Nurs*, 26:45-57.
- Ellis A (1991) The revised ABC's of rational emotive therapy (RET). *J Ration-Emot Cogn*, 9:142-143.
- Elmas P, Akfırat S (2015) Mazeret bulma eğilimi ile özsaygı arasındaki ilişkinin incelenmesi: Mazeret bulma eğilimi başarısızlık durumunda özsaygıyı korur mu? Başlangıçtaki özsaygı düzeyinin rolü. *Psikoloji Çalışmaları Dergisi*, 34:17-34.
- Fraley RC, Waller NG (1998) Adult attachment patterns: A test of the typological model. In *Attachment Theory and Close Relationships*. (Eds JA Simpson, WS Rholes):77-114. New York, Guilford Press.
- Gilovich T (2013) *Heuristics and Biases: The Psychology of Intuitive Judgment*. Cambridge, Cambridge University Press.
- Gordon KE, Dooley JM, Camfield PR, Camfield CS, MacSween J (2002) Parents of children with epilepsy are optimistic for their children's health, but relatively pessimistic when compared with other parents. *Epilepsy Behav*, 3:262-265.
- Goetting A (1986) Parental satisfaction: A review of research. *J Fam Issues*, 7:83-109.
- Harris AJL, Hahn U (2011). Unrealistic optimism about future life events: A cautionary note. *Psychol Rev*, 118:135-154.
- Hart KH, Herriot A, Bishop JA, Truby H (2003) Promoting healthy diet and exercise patterns amongst primary school children: A qualitative investigation of parental perspectives. *J Hum Nutr Diet*, 16:89-96.
- Harwood K, McLean N, Durkin K (2007) First-time mothers' expectations of parenthood: What happens when optimistic expectations are not matched by later experiences? *Dev Psychol*, 43:1-12.
- Higgins NC, Amand MDST, Poole GD (1997) The controllability of negative life experiences mediates unrealistic optimism. *Soc Indic Res*, 42:299-323.
- Hoorens V, Van Damme C, Helweg-Larsen M, Sedikides C (2017) The hubris hypothesis: The downside of comparative optimism displays. *Conscious Cogn*, 50:45-55.
- Jefferson A, Bortolotti L, Kuzmanovic B (2017) What is unrealistic optimism? *Conscious Cogn*, 50:3-11.
- Kaya İ (2010). Anne-babaların akılcı olmayan inançları ölçeğinin geliştirilmesi: Psikometrik özelliklerinin incelenmesi (Yüksek lisans tezi). Gaziantep, Gaziantep Üniversitesi.
- Kirscht JP, Haefner DP, Kegeles SS, Rosenstock IM (1966) A national study of health beliefs. *J Health Hum Behav*, 2:248-254.
- Kruger J, Burrus J (2004) Egocentrism and focalism in unrealistic optimism (and pessimism). *J Exp Soc Psychol*, 40:332-340.
- Li Y, Bressington D, Wang S, Leung S F, Mak YW (2023) Relationship between parental psychological control and optimism among Hong Kong adolescents: The mediating role of self-mastery. *Curr Psychol*, 42:10115-1012.
- Mack J W, Cook EF, Wolfe J, Grier HE, Cleary PD, Weeks JC (2007) Understanding of prognosis among parents of children with cancer: parental optimism and the parent-physician interaction. *J Clin Oncol*, 25:1357-1362.
- Meredith W, Capioppo B, Stinnett N (1984) Satisfaction with parenting. *Fam Perspect*, 18:33-36.
- Metzger M, Flanagan A, Nekmat E (2015) Comparative optimism in online credibility evaluation among parents and children. *J Broadcast Electron Media*, 59:509-529.
- Murray SL, Holmes JG, Griffin DW (1996) The benefits of positive illusions: Idealization and the construction of satisfaction in close relationships. *J Pers Soc Psychol*, 70:79-98.
- Nayak B, Moon, JY, Kim M, Fischhoff B, Haward MF (2021) Optimism bias in understanding neonatal prognoses. *J Perinatol*, 41:445-452.
- Nomaguchi KM, Milkie MA (2003) Costs and rewards of children: The effects of becoming a parent on adults' lives. *J Marriage Fam*, 65:356-374.
- Ohashi JP (1992) Maternal role satisfaction: A new approach to assessing parenting. *Int J Nurs Pract*, 6:135-149.
- Özpehriz HS (2020) Positive prevention theory: The investigation of parenting styles as a predictor of optimism. *J Educ Psychol*, 4:114-132.

- Perloff LS, Fetzer BK (1986) Self–other judgments and perceived vulnerability to victimization. *J Pers Soc Psychol*, 50:502-510.
- Plotkin RC, Azar S, Twentyman CT, Perri MG (1981) A critical evaluation of the research methodology employed in the investigation of causative factors of child abuse and neglect. *Child Abuse Neglect*, 5:449–455.
- Robakis TK, Williams KE, Crowe S, Kenna H, Gannon J, Rasgon, NL (2015) Optimistic outlook regarding maternity protects against depressive symptoms postpartum. *Arch Women's Ment Health*, 18:197-208.
- Rholes WS, Simpson JA, Blakely BS (1995) Adult attachment styles and mothers'. *Pers Relatsh* 2:35-54.
- Rogers SJ, White LK (1998) Satisfaction with parenting: The role of marital happiness, family structure, and parents' gender. *J Marriage Fam*, 60:293-308.
- Ross M (1979) Sicolyc Egocentric biases in availability and attribution. *J Pers Soc Psychol*, 37:322-336
- Sharot T, Guitart-Masip M, Korn CW, Chowdhury R, Dolan RJ (2012) How dopamine enhances an optimism bias in humans. *Curr Biol*, 22:1477-1481.
- Sharot T, Korn CW, Dolan RJ (2011) How unrealistic optimism is maintained in the face of reality. *Nat Neurosci*, 14:1475-1479.
- Shepperd JA, Klein WM, Waters EA, Weinstein ND (2013) Taking stock of unrealistic optimism. *Perspect Psychol Sci*, 8:395-411.
- Shepperd JA, Carroll P, Grace J, Terry M (2002) Exploring the causes of comparative optimism. *Psychol Belg*, 42:65-98.
- Shepperd JA, Pogge G, Howell JL (2017) Assessing the consequences of unrealistic optimism: Challenges and recommendations. *Conscious Cogn*, 50:69-78.
- Steele B, Pollack C (1974) A psychological study of parents who abuse infants and small children. In *The Battered Child* (Eds R Helfer, C Kempe):103-148. Chicago, IL, University of Chicago Press.
- Sung L, Klaassen RJ, Dix D, Pritchard S, Yanofsky R, Ethier MC et al. (2009) Parental optimism in poor prognosis pediatric cancers. *Psychooncology*, 18:783-788.
- Taylor SE, Brown JD (1988) Illusion and well-being: a social psychological perspective on mental health. *Psychol Bull*, 103:193-210.
- Taylor SE (1989) *Positive Illusions: Creative Self-Deception and the Healthy Mind*. New York, Basic Books.
- Twentyman CT, Plotkin RC (1982) Unrealistic expectations of parents who maltreat their children: An educational deficit that pertains to child development. *J Clin Psychol*, 38:497-503.
- Vadillo MA, Matute H, Blanco F (2013) Fighting the illusion of control: How to make use of cue competition and alternative explanations. *Universitas Psychologica*, 12:261-270
- Weinstein ND (1980). Unrealistic optimism about future life events. *J Pers Soc Psychol*, 39: 806-820.
- Weinstein ND (1982) Unrealistic optimism about susceptibility to health problems. *J Behav Med*, 5:441-460.
- Wenger A, Fowers BJ (2008) Positive illusions in parenting: Every child is above average. *J Appl Soc Psychol*, 38:611-634.
- Wright DR, Christakis DA, Lozano P, Saelens BE (2018) Healthy, wealthy, and wise? Exploring parent comparative optimism about future child outcomes. *MDM Policy Pract*, 3:2381468318774776.

Yazarların Katkıları: Çalışmaya önemli bir bilimsel katkı sağlandığı ve makalenin hazırlanmasında veya gözden geçirilmesinde yardımcı olduğu tüm yazar(lar) tarafından beyan edilmiştir.

Danışman Değerlendirmesi: Dış bağımsız

Çıkar Çatışması: Çıkar çatışması bildirilmemiştir.

Finansal Destek: Bu çalışma için finansal destek alındığı beyan edilmemiştir.

Authors Contributions: The author(s) have declared that they have made a significant scientific contribution to the study and have assisted in the preparation or revision of the manuscript

Peer-review: Externally peer-reviewed.

Conflict of Interest: No conflict of interest was declared.

Financial Disclosure: No financial support was declared for this study.