

## Anne Baba Tutumlarından Kaynaklanan, İhmal ve Duygusal İstismara Maruz Kalmış Çocukların En Çok Kullandığı Savunma Mekanizmaları Üzerine Bir Literatür Taraması

Gülay Arslan Toker\*

Aylin Sözer Çapan\*\*

\* İstanbul Aydın Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Psikoloji Bölümü, Yüksek Lisans Tez Öğrencisi, İstanbul

E-Posta: [gulay\\_arslan4@hotmail.com](mailto:gulay_arslan4@hotmail.com) Tel: 05077036607

\*\* İstanbul Aydın Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü & Eğitim Fakültesi, Dr. Öğr. Üyesi, İstanbul  
E-Posta: [aylinsozer@aydin.edu.tr](mailto:aylinsozer@aydin.edu.tr)

### Öz

**Amaç:** Bu çalışmanın amacı, çocuklar üzerindeki ihmal ve duygusal istismara neden olan anne baba tutum ve davranışlarının, çocuklar üzerinde bıraktığı duygusal çatışma sonucu, çocukların bu çatışmanın üstesinden gelebilmek için kullandığı savunma mekanizmalarını konu alan çalışmaların analiz ve sentez süreçlerinden geçirilerek sunulmasıdır.

**Yöntem:** Çeşitli tezler, makaleler, kitaplar ve bugüne kadar öğrenilen tüm bilgi ve deneyimler çalışma kapsamına alınmış; bu çalışmalarda ulaşılan bulgular çerçevesinde analiz edilmiştir.

**Sınırlılıklar/ Kapsam:** İlk çocukluk yıllarını kapsayan okul öncesi (0-6 yaş grubu) dönem ele alınmıştır.

**Bulgular:** Literatür taramasına dahil edilen tüm çalışmaların ortak yönü, bilinçli ya da bilinçsizce uygulanan anne baba tutumlarının, çocukları olumsuz yönde etkilediği sonucuna ulaşılmıştır. Çocukların ihtiyaç duydukları sevgi, onay ve değer olgularının aksi yönünde gerçekleşen olumsuz tutum, duygusal ihmal ve istismarın, buna maruz kalan çocukların bilinçdışı olarak kullandıkları savunma mekanizmaları üzerinde olumsuz yönde etkili olduğu görülmektedir.

**Bilime Katkısı:** Bu araştırma yıkıcı anne baba tutumlarının yol açtığı duygusal ihmal ve istismarının çocuklardaki iç çatışmaların üstesinden gelmek için kullandıkları savunma mekanizmalarına ve bununla ilişkili olarak benlik saygısı ve duygusal gelişimlerine etkisi üzerine bir ışık tutmak amacı taşımaktadır.

**Anahtar Kelimeler:** “anne baba tutumları”, “savunma mekanizmaları”, “çocuk ihmal ve istismar”, “duygusal istismar”, “anne-çocuk”

## A Literature Review Study On The Most Used Defense Mechanisms Of The Children Who Are Exposed To Neglect And Emotional Abuse By Parents Attitudes

### Abstract

**Objective:** The purpose of this study is to present the analysis and synthesis processes of the defense mechanisms used by children who live emotional conflict in their mind because of the parents' attitudes and behaviors that cause neglect and emotional abuse on children.

**Method:** Various theses, articles, books and all the knowledge and experiences learned so far have been included in the scope of the study and there were analyzed on the basis of findings from these studies.

**Limitations/Scope:** The first years of childhood which is 0-6 age group is included in this study.

**Results:** The common aspect of all studies involved in literature review study is the attainment of parental attitudes, whether consciously or unconsciously, that adversely affect children. Negative attitudes, emotional neglect and exploitation that children face in the opposite direction of love, approval and value are seen to have an adverse impact on the defense mechanisms they use unconsciously.

**Contribution to Science:** This research is aimed to shed light on the impact of emotional neglect and abuse of destructive parental attitudes on defense mechanisms and their associated self-esteem and emotional development in order to overcome internal conflicts in children.

**Key Words:** “Parent Attitudes”, “Defense Mechanisms”, “Child Neglect and Abuse”, “Emotional Abuse”, “Mother-Child”



Uluslararası Toplum Araştırmaları Dergisi  
International Journal of Society Researches

ISSN:2528-9527  
E-ISSN : 2528-9535  
Yıl *Year* : XX  
Cilt *Volume*:XX  
Sayı *Issue* :XX  
Haziran *June* 20xx

Makalenin Geliř Tarihi *Received Date*: xx/xx/20xx  
Makalenin Kabul Tarihi *Accepted Date*: xx/xx/20xx

---

---

## Giriş

Her bir insanda var olan, kompleksler ve karşılaştığı olaylara ve durumlara karşı geliştirdiği savunma mekanizmalarının nasıl oluştuğu kavramı Freud ve Jung'un da bahsettiği gibi çocukluk yıllarına dayanmaktadır. Hangi duygularla baş edilemediğini ve onlara karşı nasıl bir yaklaşımla davranıldığı, bilinçli ve bilinçdışı süreçlerle nasıl tepkiler verildiği, tüm yaşantılara hatta temelde çocukluk yıllarına ve o zaman yaşanan duygulara, ihtiyaçlara nasıl cevap verildiğine dayanmaktadır (Geçtan, 2002:164). Bu nedenle birçok psikoloji ekolü, insana bakarken, onu değerlendirirken, asıl özneye -o çocuğa, çocukluk yıllarına- bakmanın ve değerlendirmenin önemini vurgularlar. Dolayısıyla, bu çalışma özellikle çocukluk yaşantıları üzerine vurgu yapmaktadır. Birçok psikolojik hastalık ve zorlantıların temel kaynağı nörobiyolojik ve çevresel faktörlerle yaşananlara karşı gösterilen reaksiyon olmakla beraber, büyük oranda aile içi yaşantılarıdır (Rafaeli, Bernstein ve Young, 2017). Çünkü ilk öğrenmeye başlanılan yer, aile ya da bakım verenlerdir. İnsanlar burada ihtiyaçlarının nasıl karşılandığını, temel değerleri, zorluklarla nasıl baş edebileceğini ve baş etme yollarını görerek, deneyimleyerek ya da maruz kalarak öğrenir (Arntz ve Jacob, 2016). Dolayısıyla çocuğun duygusal, bilişsel, fiziksel olarak sağlıklı gelişimi için aile içindeki psikolojik yapı çok kritik bir önem taşımaktadır. Anne baba tutumlarının bir çocukta nasıl etkilere neden olduğu çok sayıda araştırmayla ortaya konulmuştur (Baumrind, 1980; Darling ve Steinberg, 1993). Bu tutumlardaki bozuklukların, ihmal ya da hatalı davranışların çocuklar üzerinde nasıl bir duygusal istismara neden olduğu aileler açısından yeterince farkında olunan bir konu değildir. Bunlar çocuklarda nasıl gözlemlenir, çocukların

---

bilinçdışı kullandığı savunma mekanizmalarıyla bir ilişkisi var mıdır? sorusu bu araştırmada incelenen ve bugüne kadar yapılan çalışma ve araştırmalardaki bulgularla sentezlenen makalenin ana konusudur.

## **Duygusal İhmal ve İstismar**

Anne-Baba-Çocuk üçgeni ele alındığında öncelikle farkında olunması gereken konu duygusal ihmal ve istismarın ne olduğudur. Çünkü özellikle ebeveynlerin tutum ve davranışları, bilinçli olarak ya da bilinçsiz olarak bu olgunun içinde yer alır. Ne yazık ki duygusal istismar vakaları çok yaşanan ancak önemine oranla çok ortaya dökülmeyen bir konudur (Doğanlı ve Karaörs, 2017). Öncelikle istismar konusu, Dünya Sağlık Örgütü (WHO) tarafından, bir yetişkin tarafından bilerek veya bilmeyerek yapılan ve çocuğun sağlığını, fiziksel ve psikososyal gelişimini olumsuz yönde etkileyen davranışları çocuk istismarı olarak tanımlanmaktadır (1999) ve dört bölümde incelenmektedir; Fiziksel, duygusal, cinsel ve ekonomik istismardır. Ancak diğer türlerin de sonucu duygusal olarak yıpratılmaya ve duyguların istismar edilmesine dayanıyor; “Duygusal istismar, diğer istismar türlerini şemsiye gibi bir çatı altında toplayan bir olgudur. Tek başına var olduğu gibi fiziksel ve cinsel istismarın gerçekleştiği her yerde de bu istismar biçimlerine eşlik eder. Hatta bunların etkileri yok olduktan sonra bile duygusal istismarın etkileri devam edebilmektedir” (Arıcıoğlu, 2003: 7). İstismar özünde fiziksel ve duygusal yapı olarak iki temel yapıda değerlendirilebilir (Murty v.d., 2003: 1073-1075). Fiziksel ve psikolojik istismar genellikle bir arada meydana gelse de psikolojik istismarın “duygusal iyi hissetme” üzerindeki olumsuz etkisi fiziksel istismara göre çok daha yüksektir. (Katz ve Arias, 1999: 281-295).

---

Hem bu nedenle hem de bu çalışmada vurgulanmak istenenin, çocukların görünmeyen istismarları olan duygusal ihmal ve istismarı olduğu için, bu konu ele alınmıştır. Özellikle istismarın psikolojik boyutları düşünüldüğünde, istismara maruz kalan insanların sosyal ilişkilerinde çok ciddi oranda zorlanmalar yaşadıkları ve psikopatolojik bir hastalığa sahip olma eğilimlerinin diğer sağlıklı bireylere nazaran çok daha yüksek olduğu gözlemlenmiştir (Branstetter v.d., 2008: 208-214).

Duygusal ve psikolojik istismar, özellikle çocukların psikolojik gelişimine, kişilik ve kimlik oluşumuna olumsuz yönde etki etmektedir. Bu durum çocuklarda savunucu bir yaşam tarzı oluşturmalarına, bilinçli ve bilinçsiz olan saldırgan davranışlar göstermelerine sebep olmaktadır (Glaser, 2002). “Özellikle anneler tarafından uygulanan duygusal istismar bireyin duygularını ifade etme düzeylerini, duygularını düzenlemelerini doğrudan etkilemektedir” (Graham vd. 1997). Bazı araştırmacılar, annelerin gösterdiği ihmal ve istismar ile ilgili bazı yapıardan bahseder. Miller’ın (2015) söz ettiği gibi, eğer ki bir anne çocuğunun ihtiyaçlarını fark edip giderecek farkındalıkta olmayıp, çocuğunun fiziksel ve duygusal ihtiyaçlarını ihmal ederse, daha da kötüsü kendisi ihtiyaç içinde biri olup bu ihtiyaçlarını karşılamak için çocuğunu duygusal olarak istismar ediyorsa, bilinçli olarak yapmasa bile çocuğun yardımı ile kendi ihtiyaçlarını tatmin etme yollarını aramaya başlar. Bu tarz temelinde sömürüye dayalı olan bu ilişkide çocuk, güvenilirlik, süreklilik, tutarlılık gibi kavramlardan, daha da önemlisi çocuğun duygu ve düşüncelerini yaşayabileceği bir alandan yoksun olur.

Duygusal istismara maruz kalmış çocukların ailelerinin gösterdiği duygusal tutumlar bazı duygusal ifadelerle ölçülebilmektedir. Bu ifadeler eleştirel,

---

düşmanca, yakınlık gösteren ve aşırı koruyucu olarak dört grupta ele alınabilir (Calam v.d., 2002). Bir aile içinde, bilinçli ya da bilinçsiz olarak duygusal istismara neden olan tek gerçek anne baba ya da bakım vere kişilerin çocuklarına gösterdiği tutum ve davranışlarıyla ortaya çıkmaktadır.

### **Anne Baba Tutumları**

Duygusal istismar konusunda bahsedilen bu dört tutum, yaşanan her türlü duygusal istismarda, daha sonra bireyin sosyal yaşamında hatalı bir istismar algısının oluşumunda temel oluşturacaktır. Birey istismar söz konusu olmayan bir yaşantıyı istismar olarak değerlendirebilecek ve ilişkilerini bu doğrultuda düzenleyecektir. Bu tür bir yaklaşım onun sağlıklı ilişkiler kurmasını güçleştirecektir (Ersanlı v.d., 2013).

Çocuğun kendisine karşı olumlu bir benlik kavramı geliştirmesi ve benlik saygısının yüksek olması için çocuğun içinde bulunduğu ailede kişiler arasındaki ilişkilerin güven verici, saygı, sevgi, hoşgörü ve esnek bir yaklaşımda olması gerekir (Kaya, 1997: 196). Bu da benliğin oluşumuna en büyük etkisi olan anne baba ve onların tutum ve davranışlarına göre şekillenir.

Anne baba tutumlarının önemi tüm araştırmalarla vurgulanmış ve tüm bu bilinçli ya da bilinçsiz olarak yapılan tutum ve davranışlar çocuklar üzerinde ciddi bir ihmal ve duygusal istismara neden olabilmektedir. “Özellikle, Baumrind’in (1980; 1991) anababa stilleri kavramını ortaya atmasıyla birlikte, son 40 yılda Batı ülkelerinde, ebeveyn tutum ve davranışlarının çocuk ve ergenlerin gelişimindeki etkisi yaygın olarak araştırılmıştır” (Sümer, Aktürk, Helvacı, 2010: 43).

---

Genel olarak yapılan olumsuz anne baba tutumlarını dört başlıkta inceleyebiliriz. Bunlar; İtici (ilgisiz), aşırı koruyucu, tutarsız ve otoriter diye gruplanan olumsuz anne baba tutumlarıdır. Bu olumsuz anne baba tutumlarına karşı sağlıklı çocuk gelişimi için olması gereken demokratik anne baba tutumudur.

- **İtici (ilgisiz) anne-baba tutumları:** “Anne-babanın, çocuğun beslenme ve sağlık hizmetlerini aksatması, çocuğu çeşitli nedenlerden dolayı istememesi ve ona karşı düşmanca duygular beslemesi olarak tanımlanır” (Çağdaş, 2012: 136). Anne babaların, çocuklarına karşı itici davranışları genellikle açık düşmanlık ve ilgisizlik, yetkincilik ve ödünleyici aşırı koruma şeklinde görülebilir. Açık iticiliğin başlıca belirtileri, çocuğa hırçın davranma, azar, dayak ya da gereksiz yere ceza verme, ilgisizlik, çocuğu terk etme ya da başka bir yere gönderme tehditleri ve çocuğu kötü sıfatlarla çağırma biçimlerinde görülür. Bazı anneler, çocuklarıyla bedensel yakınlık da kurmaz, kucaklarına almaz ve okşamazlar. Çocukla bir başkasının ilgilenmesini sağlayarak ilk fırsatta kendi yaşantılarına dönerler (Aktürk, 2015).

Çocuğunun korkusuna ya da okulda yaşadığı kötü bir deneyime aldirmama da itici ve ilgisiz anne baba tutumuna bir örnektir. Bu aynı zamanda iki uçlu yüzeysel ilgi ve sevginin davranışsal izdüşümüdür. Yani bir çocuğa sadece uslu durduğu, üstünü başını temiz tuttuğu ya da okulda çok başarılı olduğu zaman sevilleceğini söylemek veya ilgi göstermek de istediği her şeyi vererek onu susturmak için bir dediğini iki etmemek de aynı tutumdur (Jersild, 1979: 223).



- 
- **Aşırı koruyucu anne-baba tutumu:** Bu yaklaşımda bulunana ebeveynler, çocukları ile aşırı düzeyde ilgilenir ve onlarla ilgili her şeyi kendileri yapmak isterler, çocuklarına olan sevgilerini aşırı bir denetim ile birleştirerek, çocuklarının bireysel ve bağımsız yaşantılarına olanak vermezler (Özgüven, 2010: 213). Anne ve babaların aşırı korumacı ve müdahaleci olmasının belli başlı sebepleri vardır; planlanmayan bir çocuk olup, kürtaj düşünülmüş ve sonra vazgeçilmiş olabilir. Ancak başlangıçtaki bu düşünceler, anne babada suçluluk duygusuna neden olmuş ve bu suçluluk duygusundan kurtulmak için çocuklarına aşırı koruyucu davranmaya başlamış olabilirler. Anne babanın yaşlılık döneminde dünyaya gelen çocuklar, en küçük çocuklar, bir evin tek kızı ya da tek oğlu olan çocuklara karşı daha çok korumacı davranılabilir. Çocuğun ölen bir bebeğin ardından doğması, çok güç bir doğum veya güç hamilelik dönemi olması, çocuğun tehlikeli bir hastalık geçirmiş olması, eşler arasında meydana gelen çatışmalar, annenin ya da babanın eşten erken ayrılması, evlilik yaşamının kısa sürmesi ve anne babanın kendi çocukluğunda yeterince sevgi görmeyerek, sağlıksız ortamlarda büyümüş olmaları da bu tür tutum gösteren ailelerin görüngülerindedir. Özellikle annenin çocuğa karşı aşırı koruyuculuğu, gerçekte annedeki örtülü ya da bilinen ruhsal bozukluğun bir sonucu olabilir (Çağdaş, 2012).
- **Tutarsız anne-baba tutumu:** Bazı anne babalar, çocuklarına karşı zaman zaman baskıcı, otoriter bir tavır sergilerken; bazen aşırı hoş görülü bir tutum gösterirler. Kuralların çerçevesi belli değildir ve uygulamada kararlılık ve süreklilik yoktur (Dursun, 2010), buna

---

rağmen anne babanın talepleri ve tepkileri uygunsuzdur. Anne babaların aile içerisinde sergiledikleri bu kararsız ve tutarsız davranışlar çocukların sağlıklı bir kişilik geliştirmesine neden olabilir.

“Çocuk kendini kanıtlamak ve dikkatleri üzerine çekmek için yumuşak huylu, ılımlı, söz dinleyen ya da kendi benliğini ve bağımsızlığını göstermek için kavgacı, asabi, çabuk kırılıp öfkelenen, tepkisel bir kişilik yapısı geliştirebilir. Her şeyden önemlisi dengeli ve sağlıklı bir kişilik yapısı geliştirmek için oldukça fazla çaba harcaması gerekecektir. Bu anne-baba tutumu çocuğun kişilik gelişimini baltalar. Çocuk kendi kişilik gelişimi sağlamak için oldukça uzun zaman ve emek harcar ama asla istenilen sonuca ulaşamaz” (Yılmaz, 2007: 210).

- **Otoriter anne-baba tutumu:** Bu yapıda olan ebeveynler, kendi taleplerinin, isteklerinin çocukları tarafından emir gibi kabul edilemsini ve tartışmasızca yerine getirmelerini beklerler. Aile ilişkileri mesafeli ve yüzeyseldir. Olaylara yaklaşımları tek yönlüdür; hep kendi değer yargılarıyla ve kendi bakış açılarıyla değerlendirir, çocuklarının gözünden bakmazlar. Otoriteyi korumak için çocukları ile aralarında hep bir mesafe olmasını isterler (Özgüven, 2010: 211). Bazı araştırmalara göre aşırı baskı altında yetişen çocuklarda, anne babadan nefret etme, sınırlarına hakim olmakta güçlük çekme, alıngan ve çabucak parlayıveren bir kişiliğe sahip olmak ve bir takım yersiz korku ve kaygıları olma gibi durumlar görülmektedir (Yılmaz, 2007).

---

Tüm bu istemsizce yapılan ihmalkar ve hatalı tutumlar, bu döngüde olan anne babaların kendi geçmiş bedellerini bilinçdışı olarak birçok nedene bağlı olarak çocuklarına ödetme eğilimli olduklarından veya kendi tutarsız ve sağlıklı ilişki biçimlerinden kaynaklandığını göstermektedir.

Alice Miller, kitabında anne baba tutumlarının doğurduğu psikolojik bunalımla ilgili bir anısından şöyle bahseder;

*“Bir bunalımdan şikayet ederek bana yardım için başvuruların büyük çoğunluğunun anneleri de kural olarak son derece güvensiz ve bunalımlı kişilerdi. Bu anneler genellikle sahip oldukları tek çocuğu ya da çocuklarının en büyüğünü kendi malı olarak görüyordu... Bir anne kendi annesinden sağlayamadığını çocuğundan sağlayabilir: Çocuk kendini kullandırmaya açıktır, annenin yankısı olmaya hazırdır, kontrol edilmeye uygundur, tamamen anneye odaklanmıştır, onu asla terk etmez, ona ilgi ve hayranlık duyar. Anne ise çocuğun ihtiyaçları ile bunaldığı zamanlarda (önceleri kendi annesinin talepleri karşısında bunalıyordu) artık o zamanlarda olduğu kadar savunmasız değildir. Kendi annesine karşı çıkmamışsa, şimdi kendi çocuğuna karşı çıkabilir ve kendine eziyet edilmesini engeller; bu amaçla çocuğunu bağırması ve kendisini rahatsız etmemesi için terbiye eder. Bu anne şimdi artık dikkate alınmayı ve saygı görmeyi ya da kendi ana/babasının ona borçlu olduğu özenli muameleyi ve esenliği talep edebileceği bir konumdadır” (2015: 46-47).*

Çocukların sağlıklı bir ailede yetişmeleri için öncelikle o ailedeki anne babaların kişilikleri ve birbirleriyle ilişkileri çok önemlidir. Ancak Anne babaların çocuklarına sağlıklı davranışlarda bulunmaları büyük ölçüde onların

---

kişilik özelliklerinin ve birbirleri ile olan ilişkilerinin sağlıklı olmasına bağlıdır. Fakat birçok anne baba da kendi çocukluklarında yaşadıkları üstü kapanmış duygusal ihtiyaç ve sorunların acısını çocuklarından çıkarmakta ve anne babalarında gördükleri hatalı tutumları kendi çocuklarında da devam ettirmektedir (Tuzgöl, 1998). Bu döngü içinde çocuk, annesinin ihtiyaç duyduğu duygu ve eylemleri karşılayan ve tabii aslında -kendisine göre- ana/babasının sevgisini de garantileyen, ancak genellikle sonraki yaşamında onun “kendisi” olmasını engelleyen bazı gelişmeler gösterir. Bu şartlar altında, çocuk, yaşının gereği olan doğal ihtiyaçlarını benliği ile bütünleştiremez. Miller’ın dediği gibi, sonuçta bunlar benliğinden kopar ya da bilinçdışına itilir ve bu insan daha sonra, hiç farkında olmadan, hep geçmişinde yaşayan biri olur ya da birçok savunma mekanizmasını yoğun veya sağlıklı bir şekilde kullanarak psikopatolojik rahatsızlıkların tohumunu ekmeye başlar (2015). Kendi ihtiyaçlarının doğal ve sağlıklı bir şekilde farkına varılmasına ve giderilmesine ihtiyaç duyan çocuk, anne babanın kendi çocukluk ihtiyaçlarından, korku ve kaygılarından dolayı olumsuz tutum ve davranışlar sergilemesine izin vererek, tüm yaşamı boyunca bu tohumlarla büyümek zorunda kalabilir.

### **Çocukların Temel İhtiyaçları - Buna Karşıt Kaygı ve Korkuları**

Geçtan, yeni doğmuş bebeğin tüm ilişkisinin annesiyle başlayacağından bahseder. Bebeğin temel ihtiyaçlarının, açlık, soğuk, altını kirletme gibi bedensel rahatsızlıklarının karşılanmasının yanında asıl olarak yaşamın birinci yılında insanın çevresine karşı geliştirdiği güven ya da güvensizlik duygularının temeli atıldığı için, güven duygusunun oluşturulması ve bu temel ihtiyacın karşılanması önemlidir. Güven duygusu gelişen bir çocuğun hem

---

çevreye karşı duyduğu güven ile hem de kendine duyduğu güven yüksek olacaktır (1993). Çünkü güven duygusu aynı yerden beslenir, çocuklukta oluşturulan temel bu temel ihtiyacın karşılanmasıyla gerçekleşir. Çocukluk yıllarında beslenilmesi gereken bu duygunun sonradan edinilmesi çok zordur. “İnsan kendisine güvenirse, diğer kişilerden de korkmaz; diğer insanlardan korkan biri ise çaresizlik duyguları yaşar. Bir insanın kendine güvenmesi çocukluk yıllarında çevresine duyduğu güvenle başlar” (Geçtan, 1993: 29).

Güven duygusunun temelde ne kadar önemli bir ihtiyaç olduğunu ve duygusal ihmal ya da duygusal istismar sonucu karşılanmadığı takdirde bir insanın gelişimi açısından nelere mal olabileceğine dair düşüncelerini Maslow küçük bir örnekle özetlemiştir; “Emekleyen bebeğin annesinin dizlerinin dibinden bilinmeyen bir çevreye yönelmesini bir örnek olarak alabiliriz. Bebek, odayı önce gözleriyle keşfederken annesine bağlı kalacaktır. Daha sonra annesinin verdiği güvenin tam olduğuna inanarak küçük gezintilere çıkmaya başlayacaktır. Bu gezintilerin çapı gitgide büyüyecektir. Bu şekilde bebek bilinmeyen ve tehlikeli bir dünyayı keşfedebilecektir. Annesi birdenbire ortadan kaybolursa dünyayı keşfetmekle daha fazla ilgilenmeyecek, kaygılanmaya başlayacak, yalnızca eski güvenliğini geri isteyecek ve hatta yeteneklerini yitirmeye başlayacaktır. Örneğin yürümeyi göze alamayacak, emeklemeyi sürdürecektir. Bu örneği rahatlıkla genelleştirebileceğimizi düşünüyorum. Tam bir güven daha yüce gereksinimlerin ve itkilerin ortaya çıkmasına ve ustalığa doğru gelişimin gerçekleşmesine olanak sağlayacaktır. Güvenliğin tehlikeye düşmesi, gerileme ve daha basit temellere dönüş anlamına gelecektir” (2001: 57-58).

---

Bir çocuğun en temel ve en doğal ihtiyaçlarını anne odaklı bir ihtiyaç dizini olarak gören Miller, annesi tarafından görülen, anlaşılan, ciddiye alınan, önem ve itibar gören bir çocuğun ihtiyaçlarının temel olarak doyurulduğunu ve güçlü bir bağın oluştuğunu öne sürer. Bu durumun aksi halini Winnicott'un tablosuyla açıklar; "Anne kollarında tuttuğu bebeğine bakar, bebek dosdoğru annenin yüzüne bakar ve bu yüzde kendini bulur... Fakat anne bu sırada sadece küçük, emsalsiz, aciz yavrusunu görüyor olması, çocuğuna kendi beklentilerini, korkularını, çocuk için kurduğu planlarını yansıtıyor olmaması koşuluyla. İkinci durumda bebek annenin yüzünde kendini değil, sadece annenin yoksunluğunu bulur. Böyle bir bebek kendini yansıtacağı aynadan mahrum kalarak bütün sonraki yaşamında bu aynanın arayışı içinde olur" (2015: 43). Miller, özellikle anne ile ilişkili bağın önemini vurgular ve annelerin belki de kendilerinin bile farkında olmadan beklentileri, korkuları, yaşadıkları ya da yaşayamadıkları yüzünden çocuklarına nasıl bir yük ve duygusal bir savaş içinde bıraktıklarının altını çizer. Çocuklar, bu duygusal yükün altından kalkamayabilirler ve bu ihmal ve istismarın acı gerçeğiyle yüzleşmek istemez ve beyinleri bu çatışmayı dindirmek için savunma mekanizmaları geliştirmeye başlarlar.

### **Savunma Mekanizmaları**

Savunma, genel anlamıyla, anksiyetenin etkisini azaltmak için öğrenilmiş tepki olduğunu belirten Yavuzer, egonun bir koruma içgüdüleriyle kendisini çeşitli sıkıntı verici durumlardan koruma çabası içinde olduğunu söyler (2006). Çeşitli savunma mekanizmalarını kullanan ego, anne baba tutumlarındaki ihmal ve istismar ile ilgili olarak daha çok "sevgi, özlem,

---

kıskançlık, küçük düşme, acı ve yas, saldırgan arzuların yanında nefret, kızgınlık ve öfke, ait oldukları dürtü istemi bastırıldıktan sonra benin çeşitli dizginleme cabalarıyla karşılaşır” ve bu doğrultuda ego “yaşamının belli dönemlerinde, kendi yapısına uygun olarak bastırma, yer değiştirme, karşıtına çevirme gibi değişik savunma mekanizmalarını tercih edebilir ve bunları gerek dürtüye karşı olan savaşında, gerekse duygulanımın ortaya çıkmasına karşı olan savunmasında kullanabilir” (Freud, 2011).

Savunmalar, hoş gitmeyen duygulanımın bileşenlerini bilinçli farkındalıktan uzaklaştıran zihinsel işlemlerdir. Hoşa gitmeyen duygulanımın içine kaygı, depresyon ve öfke girer. Kaygıyı oluşturan, hoş gitmeyen bir duyumsama artı kötü bir şey olacağı düşüncesidir. Depresif duygulanım, hoş gitmeyen bir duyumsama artı olmuş olan kötü bir şeye dair bir düşünceden oluşur. Öfke ise, hoş gitmeyen bir duyumsama artı birine veya bir şeye zarar verme düşüncesinden oluşur (Blackman, 2014). Örneğin, diktatörlerin ve insanları hor görenlerin çocukluk yıllarına dayalı acizlikten ve çaresizlikten doğan öfkelerinin olduğunu, asla saygı gösterilmemiş bir çocukluk yaşadıklarını ve daha sonra kazandıkları büyük güç sayesinde çocuklukta kazanamadıkları o saygıyı kazanmak için her şeyi yapabileceklerinden bahsetmektedir. Ancak esas olan bastırılmış ve yön değiştirilmiş çocukluk yıllarındaki bu savunmalar, gerçeklerden uzaklaşmak ve kaçmaktan başka bir şey değildir. Dolayısıyla gerçek savaşını gerçekleştirememiş olurlar. Hitler’in sığınağında, Stalin’in paranoid korkularında, Mao halkı tarafından sonunda reddedilişinde, Napolyon sürgünde, Miloşeviç hapiste, Saddam Hüseyin iktidardan küçük düşürücü bir şekilde düşüşünde bulunduğu şey: çocukluklarında hissettikleri iktidarsızlık, acizlikti ve bu gerçeği kendi zihinlerinden sakladılar ancak çocukluklarına dair bu gerçek, bu diktatörlerin kalplerine öylesine bir korku

---

aşlamıştı ki, hakikatle yüzleşmektense insanların hepsini silmeyi, milyonlarca insanı yok etmeyi tercih etmişlerdi (Miller, 2015). Bu, yarattığımız savunma mekanizmalarının ne denli büyük bir etki yarattığının küçük bir örneğiydi. İnsanın en büyük savaşı kendiyile yaptığı savaş olduğunun gerçeği... Bir tarafı sınırsız güç savaşıyla dışa yöneltilen travmalar, diğeri de öfke ve azap duygularını içe, kendine yönelten insanlardır.

Beynin görevi, her zaman için kişinin kendisini korumaktır ve bu iki yolla gerçekleşir; savaşmak ya da kaçmak... Bir zaman çocuk olan yetişkinlerin hali hazırda yaşadıkları kaygılara ve onların çocukken kabullenemedikleri ya da baş edemedikleri gerçeklere karşı savaşamayacağı için kendini yaşadığı bu yoğun duygulardan kurtarmak ister (Blackman, 2014). Hele ki bu aciz ve sevgiye muhtaç olan bir çocuksa, kazanamayacağı bir savaşa karşı bir savunma geliştirir, aksi halde bu duygular ona taşıyamayacağı kadar acı gelir. Özellikle en savunmasız olduğu yer ailesidir çünkü onlara muhtaçtır ve sevmeyi, seilmeyi, değerli olmayı ailesi tarafından öğrenir. Çocuklar ebeveynlerine güvenir ve onları sever bu nedenle onların beklentilerine göre yaşamaya çalışırlar ki onları sevsinler ve onlardan memnun olsunlar. Miller (2015), küçük bir çocuk olarak, kendi duygularını hiç netleştirmeye çalışmamış ebeveynlerle baş edilmesi gerekiyorsa, aşırı derecede rahatsızlık veren bir kaos türüne maruz kalılabileceğinden, bu karmaşa ve belirsizlik duygularından kaçmak için bastırma ve çözülme mekanizmasını harekete geçirildiğinin altını çizer. İstismara uğramış bir çocuğun öfkesini, korkusunu, gazabını ve dehşetini görmezden gelmeye ya da inkar etmeye devam ederse, fiziksel ve ruhsal belirtilerin ortaya çıkacağı kaçınılmazdır.



---

Yaşanılan tüm bu travma ve anksiyeteye karşı özellikle çocukların kullandığı temel savunma mekanizmaları: “İçe çekilme”, “Bastırma”, “İnkar”, “Gerileme” ve “Yansıtma”dır. Bir çocuk daha çok korktuğu anda içe çekilme savunma mekanizmasını, çocukluğun daha güvenli ve sevgi dolu yıllarına dönmek için gerileme savunma mekanizmasını, unutmak yok saymak istenilen duygusal çatışmalar için inkar savunma mekanizmasını, bilinçle kabul edilemeyecek duygulanımlar için bastırma savunma mekanizmasını, kendi eksik ve yanlışlarıyla yüzleşemeyecek bir ortam oluşturulmuşsa yansıtma savunma mekanizmasını geliştirir (Yavuzer, 2006).

## **Tartışma ve Sonuç**

Bir çocuğun anne babasının tüm ihmal ve duygusal istismarına neden olan tutum ve davranışlarına boyun eğmesinin ve yargılamadan koşulsuz kabul edip, karşı çıkmamasının tek nedeni sadece onaylanma ve sevilme ihtiyacından kaynaklanmasıdır (Rafaeli, Bernstein ve Young, 2017). Bu sayede değerli ve önemli hisseder ve bu temel ihtiyaçlar suni olarak bile olsa tatmin edilir. Ancak bu sahte değerlilik hissiyatı yön değiştirerek kişiliklerinde, davranışlarında, sosyal ilişkilerinde ortaya çıkmaktadır ve tüm yaşamını etkilemektedir. Tüm bu duygular çocukların bilinçdışından sızarak bilince çıkmaya çalışır ancak çocuk hayatındaki en önemli kişilerin ve ait olduğu en temel yerden, ailesinden gelen sarsıcı, sömürücü, zorlayıcı, güven yıkıcı tutum ve davranışlarının gerçekliğiyle yüzleşemeyecek kadar ebeveynlerine bağlı olmaya niyetli olduğu için bu duygularla baş edemez ve zihni onu korumak için bir takım savunma mekanizmaları geliştirir (Blackman, 2014). Çocuğun görmek istediği, inandığı tüm bu duygular

---

savunma mekanizmalarının ortaya çıkabileceği olay örüntülerinde kendini gösterir. Buna ek olarak bunların kullanım sıklığı, hangi durumlara karşı hangi savunma mekanizmalarını kullandığı, ne zaman psikolojik olarak zarar vermeye başlaması, zamanlaması gibi konular göz önünde tutularak çeşitli teknik ve yöntemlerle değerlendirmeler yapılmalıdır.

Bu araştırmada özellikle vurgulanmak istenen durum, tüm bu yaşanan duygusal kaosu derinlerine bakmak ve bilinçdışından farklı yönlerle sızan savunma mekanizmalarını ortaya çıkarmaktır. Çünkü bu sayede çocuğun yaşadığı o yoğun duygular, kabullenemediği ve görmek istemediği gerçekler; eksik kalmış, doyurulmamış ya da zarar görmüş gizli duyguları ve temel ihtiyaçları ortaya çıkarılabilir.

## KAYNAKÇA

- Aktürk, F.M. (2015). Çocukları okul öncesi eğitime devam eden (5 yaş grubu) ebeveynlerin ana-baba tutumlarının farklı değişkenler açısından incelenmesi. Konya: Selçuk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Yüksek Lisans Tezi.
- Arıcıoğlu, A. (2003). Sekizinci sınıf öğrencilerinin algıladıkları duygusal istismarın yordanması. Ankara: Hacettepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi.
- Arntz, A., Jacob, G. (2016). *Uygulamada şema terapi / şema mod yaklaşımına giriş rehberi*. Ankara: Nobel Yayıncılık.
- Baumrind, D. (1980). New directions in socialization research. *American Psychologist*, 35 (7), 639- 652.

- Blackman, S. J. (2014). *Zihnin kendini koruma yolları*. İstanbul: Psikoterapi Enstitüsü Yayınları.
- Branstetter, A.S., Bower, H., Komien, J., Amass, L. (2008). A History of Sexual, Emotional, or Physical Abuse Predicts Adjustment During Opioid Maintenance Treatment. *Journal of Substance Abuse Treatment*. Volume 34, Issue 2.
- Çağdaş, Aysel (2012). *Anne-baba-çocuk iletişimi*. Ankara: Eğiten Kitap.
- Calam, R., Bolton, C., Barrowclough, C., Roberts, J. (2002). Maternal Expressed Emotion and Clinician Ratings of Emotional Maltreatment Potential. *Child Abuse&Neglect*, 26.
- Darling, N. ve Steinberg, L. (1993). Parenting style as context: An integrative model. *Psychological Bulletin*, 113(3), 487-496.
- Doğanlı, B., & Karaörs, G. (2017). Çocuk İstismarı ve Sosyal Devlet Kapsamında Çocuk İstismarına Yönelik Alınan Önlemler. *The Journal of International Scientific Researches*, 2(7), 82-92.
- Dursun, A. (2010). Okul öncesi dönemdeki çocukların davranış problemleriyle anne-baba tutumları arasındaki ilişkinin incelenmesi. İzmir: Dokuz Eylül Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Yüksek Lisans Tezi.
- Ersanlı, K., Yılmaz, M., Özcan, K. (2013). Algılanan duygusal istismar ölçeği (ADIÖ): Geçerlik ve güvenilirlik çalışması. *Ondokuz Mayıs Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 32(1), 147-164.
- Freud, A. (2011). *Ben ve savunma mekanizmaları*. (çev. Erim, Y.). İstanbul: Metis Yayınları.
- Geçtan, E. (1993). *İnsan olmak*. Ankara: Remzi Kitapevi.
- Geçtan, E. (2002). *Psikanaliz ve sonrası*. İstanbul: Metis Yayınları.

- 
- Glaser, D. (2002). Emotional Abuse and Neglect (Psychological Maltreatment): A Conceptual Framework. *Child Abuse and Neglect*, 26.
- Graham-Bermann, S. A., & Levendosky, A. A. (1997). The social functioning of preschool-age children whose mothers are emotionally and physically abused. *Journal of Emotional Abuse*, 1(1), 59-84.
- Jersild, A.T. (1979). *Çocuk psikolojisi*. (çev. Günçe, G.). Ankara: Ankara Üniversitesi Eğitim Fakültesi Yayını.
- Katz, J., Arias I. (1999). Psychological Abuse and Depressive Symptoms in Dating Women: Do Different Types of Abuse Have Differential Effects? *Journal of Family Violence*, Vol 14, No. 3.
- Kaya, M. (1997). Ailede anne-baba tutumlarının çocuğun kişilik ve benlik gelişimindeki rolü. *Ondokuz Mayıs Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi*, 9(9), 193-204.
- Maslow, A. (2001). *İnsan olmanın psikolojisi*. İstanbul: Kuraldışı Yayıncılık.
- Miller, A. (2015). *Beden asla yalan söylemez*. İstanbul: Okuyan Us Yayıncılık.
- Miller, A. (2015). *Yetenekli çocuğun dramı*. İstanbul: Profil Yayıncılık.
- Murty, S., Asa, C.P., Zwerling, C., Burmeister, L.F., Merchont, J.A. (2003). Physical and Emotional Partner Abuse Reported by Men and Women in a Rural Community. *American Journal of Public Health*, Vol 93, No. 7.
- Özgülven, İ.E. (2010). *Ailede iletişim ve yaşam*. Ankara: PDREM Yayınları
- Rafaeli, E., Bernstein, D. P., & Young, J. (2017). *Şema terapi-ayırıcı özellikler*. İstanbul: Psikonet Yayınları.
- Sümer, N., Aktürk, E. ve Helvacı E. (2010). Anne-baba tutum ve davranışlarının psikolojik etkileri: Türkiye’de yapılan çalışmalara toplu bakış. *Türk Psikoloji Yazıları*, 13 (25), 42-59.

- 
- Tuzgöl, M. (1998). Ana-baba tutumları farklı lise öğrencilerinin saldırganlık düzeylerinin çeşitli değişkenler açısından incelenmesi. Ankara: Hacettepe Üniversitesi
- Yavuzer, H. (2006). *Çocuk psikolojisi*. İstanbul: Remzi Kitabevi.
- Yılmazer, Y. (2007). Anne-baba tutumları ile ilköğretim ikinci kademe öğrencilerinin okul başarısı ve özerkliklerinin gelişim arasındaki ilişkinin incelenmesi. Ankara: Hacettepe Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Yüksek Lisans Tezi.