

Ebeveynlikte Olumlu Yanılsamalar: Sistematik Derleme

Positive Illusions in Parenting: Systematic Review

 Gülçin Karadeniz¹,  Rabia Hıdırlar¹,  İlaydanur Taşdemir¹

¹İstanbul 29 Mayıs Üniversitesi, İstanbul

Öz

Ebeveynlikte olumlu yanılsamalar, ebeveynlerin çocuklarının yetenekleri, zekâları, karakterleri veya başarıları hakkında nesnel gerçeklikten saparak aşırı olumlu inançlar geliştirme eğilimini ifade eder. Üstünlük yanılsaması, olumlu önyargı, iyimserlik önyargısı, kontrol yanılsaması, aşırı değer biçme ve öz-yansıtmaya gibi türleri kapsayan bu yanılsamalar, ebeveynlerin iyilik halini, öz-yeterlik algısını ve motivasyonunu artırırken destekleyici ebeveynlik davranışlarını teşvik eden psikolojik mekanizmalar olarak işlev görür. Ancak, gerçekçi olmayan beklentiler, çocukların gelişim ihtiyaçlarının ihmal edilmesi ve çocuklarda narsistik özellikler veya çarpık benlik algıları oluşma riski gibi olumsuzlukları da beraberinde getirir. Bu sistematik incelemede, Google Scholar, ProQuest ve Wiley Library üzerinden belirlenen 1988-2024 yılları arasındaki 25 çalışmanın bulgularını sentezleyerek olumlu yanılsamaların ebeveynlik tutumları, davranışları ve ebeveyn-çocuk etkileşimleri üzerindeki etkilerini araştırılmıştır. Sonuçlar, olumlu yanılsamaların ebeveynlik memnuniyetini ve duygusal direnci artırabileceğini, ancak aşırı veya dengesiz yanılsamaların çocukların eksikliklerini göz ardı etme, performans kaygısı yaratma veya özerklik gelişimini engelleme gibi zararlı sonuçlara yol açabileceğini göstermektedir. Özellikle, daha yüksek sosyoekonomik statü ve eğitim seviyesine sahip ebeveynler, sosyal rekabeti artırmak için daha güçlü olumlu yanılsamalar sergilemişlerdir. Bu inceleme, sağlıklı çocuk gelişimini ve etkili ebeveynliği desteklemek için olumlu yanılsamaların gerçekçi beklentilerle dengelenmesinin önemini vurgulamaktadır. Psikolojik danışmanlık ve ebeveynlik programlarında, ebeveynlerin çocuklarının gerçek potansiyelini tanıırken bilişsel çarpıtmaların olumsuz etkilerini azaltmalarına yardımcı olacak hedefe yönelik eğitimler önerilir.

Anahtar sözcükler: Olumlu yanılsamalar, ebeveynlik, sistematik derleme

ABSTRACT

Positive illusions in parenting refer to the tendency of parents to hold overly favorable beliefs about their children's abilities, intelligence, character, or achievements, often diverging from objective reality. These illusions, encompassing superiority illusion, positive bias, optimism bias, illusion of control, overvaluation, and self-reflection, serve as psychological mechanisms that enhance parental well-being, self-efficacy, and motivation while fostering supportive parenting behaviors. However, they also pose risks, including unrealistic expectations, neglect of children's developmental needs, and the potential for fostering narcissistic traits or distorted self-concepts in children. This systematic review synthesizes findings from 25 studies (1988-2024) identified through Google Scholar, ProQuest, and Wiley Library, exploring the effects of positive illusions on parenting attitudes, behaviors, and parent-child interactions. The results indicate that while positive illusions can bolster parenting satisfaction and emotional resilience, excessive or unbalanced illusions may lead to detrimental outcomes, such as overlooking children's shortcomings, fostering performance anxiety, or hindering autonomy development. Notably, parents with higher socioeconomic status and education levels exhibit stronger positive illusions, potentially as a strategy to enhance social competitiveness. The review underscores the importance of balancing positive illusions with realistic expectations to support healthy child development and effective parenting. Recommendations include targeted education in psychological counseling and parenting programs to help parents recognize their children's true potential while mitigating the adverse effects of cognitive distortions.

Keywords: Positive illusions, parenting, systematic review

Giriş

Hayatın pek çok alanında, insanlar kendisi ve çevresi hakkında gerçeklikle örtüşmeyen olumlu yönde abartılı düşünceler, algılar ve inançlara sahip olabilmektedir. Kişilerin düşünme tarzlarının, algılarının ve inançlarının gerçeklikten sapmasıyla ortaya çıkan bu fenomen, olumlu yanılsama olarak adlandırılmaktadır (Kart 2004). Olumlu yanılsamalar kişinin kendisini, hayatını ve ilişkilerini daha olumlu bir şekilde görmesi anlamına gelir (Wenger ve Fowers 2008). Bu durum, kişinin kendisini daha becerikli, başarılı, çekici olarak görmesine ve ilişkilerindeki problemleri küçümsemesine neden olabilir. Aynı zamanda, bireylerin kendileri, yetenekleri ve etraflarındaki dünya hakkında gerçekçi olmayan ve aşırı olumlu inançlara sahip olma eğilimini ifade eden bir kavramdır. Olumlu yanılsamalar, kişi ve gelecek hakkında aşırı iyimser görüşlere yol açan ve genellikle gerçekçi olmayan beklentiler ve davranışlarla sonuçlanan önyargılı düşünme ve karar vermeyi içerir (Wenger ve Fowers 2008).

Literatür incelendiğinde (Taylor ve Brown 1988, 1994) psikolojik olarak sağlıklı bireylerin, gerçeklikle yakın temas kurabilenler ve bunu sürdürabilenler olduğu vurgulanmaktadır. Buna karşın, yanılsama, algılanan bir durumu gerçek durumdan farklı olacak bir şekilde görme ve yorumlama eğilimi olarak tanımlanmaktadır (Taylor ve Gollwitzer 1995). Bu sebeple, bireyin zihninde kendisiyle ilgili gerçekçi olmayan bir imge veya kavram oluşturması söz konusudur. Taylor ve Brown (1994) bireylerin olumlu yanılsamalarını üç temel başlıkta ele almıştır. Bunlar; bireylerin çevrelerinde olup bitenler üzerinde gerçekte olduğundan daha fazla kontrole sahip olduklarına inanmaları, kendilerini olduğundan daha olumlu değerlendirmeleri ve geleceği aşırı derecede iyimser ve sorunsuz görmeleridir.

Dolayısıyla birçok kişinin hayatında var olan olumlu yanılsamalar, bireyin kendisi ve içinde yaşadığı dünya hakkında tarafsız ve gerçekçi algılara sahip olamamasına neden olabilmektedir. Bu yanılsamalar, kişinin yakın çevresine de yayılabilir. Bu durum, bireyin sevdiklerini gerçekçi olmayan bir şekilde olumlu görme eğiliminde olmasına yol açabilmektedir (Wenger ve Fowers 2008). Bu yanılsamalar bireysel ilişkilerin kurulması ve yürütülmesinde önemli bir yere sahip olabilmektedir. Olumlu yanılsamaların bazıları evliliğin kendisi, bazıları da ebeveynlikle ilgili olabilir. Fowers ve ark. (1996) evliliğe dair pozitif yanılsamaların (evliliğin boşanma ile sonuçlanmayacağını dair olumlu inancın) evlilik doyumu, memnuniyet ve boşanma oranları üzerinde önemli bir etkisi olduğunu belirtmişlerdir. Benzer şekilde, ebeveynin çocuğuyla olan ilişkisine dair gerçekçi olmayan olumlu algılara sahip olması da ebeveynlik deneyimini nasıl algıladığı üzerinde belirleyici bir rol oynamaktadır.

Ebeveynlik çoğu kişi için önemli bir yaşam geçişi olarak tanımlanmaktadır (Smith 2010). Anne ve babaların rolleri, çocukların hayata hazırlanması ve gelişimi üzerinde önemli bir etkiye sahiptir. Bu etkiler, ebeveynlerin çocuklarına yönelik tutum, inanç ve düşüncelerinin kalitesine bağlıdır (Kaya 2010). Ebeveynlerin çocuklarının potansiyelini fark etmeleri, çocuklarının başarılarını takdir etmeleri ve onlara destek olmaları olumlu ebeveynliğin temelini oluşturur (Jeon ve Neppi 2016). Ancak bu olumlu tutum ve inançlar bazen gerçeklikle örtüşmeyebilir ve aşırı iyimserliğe yol açabilir. Ebeveynlerin çocukları hakkında gerçekçi olmayan iyimser tutum ve inançlara sahip olmaları, olumlu yanılsamalar kapsamında değerlendirilmektedir (Karadeniz 2024).

Ebeveynlikte olumlu yanılsama, ebeveynlerin çocuklarının kişilik özellikleri, yetenekleri, zekâ düzeyleri, sosyal yeterlilikleri veya başarıları hakkında gerçeklikten sapma içeren aşırı olumlu inançlara sahip olma eğilimidir. Bu tür yanılsamalar, ebeveynin çocuğunu olduğundan daha iyi, başarılı veya özel görmesine yol açarak çocuğun eksiklikleri veya zayıf yönlerini fark etmesini engelleyebilir (Taylor ve Brown 1988). Böyle bir durum, ebeveynin duygusal bir filtre kullanarak çocuğunu aşırı yüceltmesine ve olumsuz özelliklerini göz ardı etmesine neden olabilir. Gerçeklikten koparak olumlu düşünmeye yönelik eğilim olarak tanımlanan olumlu yanılsamalar, ebeveyn-çocuk ilişkilerinde önemli rol oynar. Bu nedenle, olumlu yanılsamalar ebeveynlerin çocuklarına karşı davranış ve görüşlerini büyük ölçüde etkiler. Ebeveynlikte olumlu yanılsamalara sahip olmak, ebeveynlerin gelişimi ve kazandıkları deneyimler açısından önem taşır (Cohen 2001).

Olumlu yanılsamalar, ebeveynler için psikolojik olarak koruyucu bir işlev görür. Ebeveynin öz-yeterlik duygusunu desteklemekle kalmayıp, zorlayıcı ebeveynlik koşulları altında stresi azaltır. Ayrıca, ebeveyn-

çocuk ilişkisine duygu temelli yatırımı artırarak memnuniyetle ilişkili olduğu ve pozitif ebeveynlik davranışlarını güçlendirdiği gösterilmiştir (Taylor ve Brown 1988, Mazur 2006).

Çalışmalar, ebeveynlerin çocukları hakkındaki algılarını etkileyen çeşitli olumlu yanılsama türleri olduğunu göstermiştir. Bu olumlu yanılsamalardan ilki anne babaların, çocuklarının ortalamadan daha yetenekli ve zeki olduğuna inanma eğilimleridir. Bu durum üstünlük yanılsaması olarak adlandırılmaktadır (Alicke 1985). Üstünlük Yanılsaması (Illusory Superiority / Better-than-Average Effect) bireylerin kendi özelliklerini ya da yakınlarını, başkalarına kıyasla nesnel gerçeklikten daha olumlu değerlendirme eğilimidir (Alicke 1985, Taylor ve Brown 1988). Bu ebeveyn, çocuğunun sosyal becerilerinin akranlarından çok daha gelişmiş olduğunu düşünürken, aslında çocuğun aynı yaş grubundaki yaşlıları ile yapılan objektif değerlendirmelerde ortalama düzeyde olduğu saptanmıştır. Bu ebeveyn, çocuğunu diğer çocuklara kıyasla gerçekçi olmayan bir şekilde üstün algılamaktadır, yani üstünlük yanılsaması sergilemektedir. Bu tür algılar, özellikle Fowers ve Wenger (2008) ve Wenger (1998) çalışmalarında belirtildiği gibi, ebeveynlerin büyük çoğunluğunun çocuklarını ortalamanın üzerinde görme eğiliminde olmalarıyla kendini gösterir. Fowers ve Wenger (2008) çalışmasında, ebeveynlerin yaklaşık %90'ı çocuklarını hem olumlu özelliklerde hem de olumsuzlardan uzaklık açısından diğer çocuklardan daha iyi olarak değerlendirmiştir. Ebeveynlerin kendilerini diğer ebeveynlerden daha başarılı, daha fedakâr veya daha doğru ebeveynlik yapan bireyler olarak algıladıkları da bulgulanmıştır. Bu üstünlük yanılsaması, anne babaların kendi ebeveynlik tarzlarını idealize etmelerine ve sorgulamadan sürdürmelerine neden olur.

Epley ve Dunning (2000) bireylerin kendilerini başkalarına kıyasla daha yetkin, ahlaklı veya becerikli görme eğiliminde olduklarında üstünlük yanılsaması taşıdıklarına dikkat çeker. Ebeveynler kendi çocuk yetiştirme becerilerini diğer anne babalara kıyasla daha iyi görme eğiliminde olabilirler. Bu durum, eleştirilere kapalı olma, çocuğun sorunlarını dışsallaştırma (Ben iyi bir ebeveynim, sorun çocuğun yapısında) ya da aşırı güven gibi sonuçlar doğurabilir. Böyle bir yanılsama, ebeveyn-çocuk ilişkisinde öz-farkındalığı azaltarak gelişimi destekleyici tutumları engelleyebilir.

Bazı ebeveynler ise çocuklarının olumlu özelliklerine odaklanma ve olumsuz yönlerini görmezden gelme eğilimindedir. Bu durum olumlu önyargı olarak tanımlanır (Rosenthal ve Jacobson 1968). Olumlu önyargı, bireyin kendini abartılı derecede olumlu değerlendirmesi, olumlu özellikleri sahiplenip olumsuzları küçümsemesidir. Bu önyargı bireyin benlik saygısını koruma ve artırma ihtiyacından kaynaklanır (Mezulis ve ark. 2004, Sedikides ve Gregg 2008). Olumlu önyargı, bireylerin kendi yetkinliklerini, başarılarını ya da sosyal değerlerini gerçeklikten daha olumlu değerlendirmeleri olarak da tanımlanır ve ebeveynlik bağlamında çocuğa yönelik algılar üzerinden sıklıkla gözlemlenir.

Olumlu önyargı hem destekleyici hem de yanıltıcı bir ebeveynlik tutumuna temel oluşturabilir. Olumlu önyargı hem ebeveynin öznel iyi oluşuna katkıda sunan hem de çocuğun gelişimsel süreçlerini şekillendiren çift yönlü bir mekanizma içerir. Bir ebeveyn, çocuğunun davranışlarını değerlendirirken, çocuğunun olumlu özelliklerini abartılı şekilde ön plana çıkarabilir ve olumsuz davranışlarını ise küçümseyebilir. Örneğin, çocuk sınıfta küçük bir hata yaptığında ebeveyn, bunu görmezden gelerek çocuğunu ok zeki, çalışkan ve başarılı olarak tanımlamaya devam eder. Bu durum, ebeveynin çocuğuna yönelik olumlu önyargısını ve kendi ebeveynlik başarısını da olumlu algılama ihtiyacını yansıtır. Bu durumun hem ebeveynin hem de çocuğunun benlik saygısını koruma ve artırma amaçlı olduğunu düşünülmektedir. Ebeveynler, çocuklarının sosyal yeterliliklerini, bilişsel becerilerini ya da ahlaki özelliklerini akranlarına kıyasla daha üstün görme eğilimindedir. Bu türden olumlu önyargılar, öznel ebeveyn tatminini artırırken, aynı zamanda ebeveynlik öz-yeterlik duygusunu da güçlendirebilir. Ancak bu önyargının aşırıya kaçması, çocuğun gerçek gelişimsel ihtiyaçlarının göz ardı edilmesine, hatalı beklentilerin oluşmasına ya da çocuğun hatalarının rasyonelleştirilmesine neden olabilir. Örneğin, akademik olarak yetersiz performans gösteren bir çocuğun ebeveyni, öğretmenin beklentilerini gerçek dışı bulup çocuğun başarısızlığını dışsal faktörlerle açıklayabilir. Birçok ebeveyn ise çocuklarına iyimserlik önyargısı ile yaklaşarak, onların gelecekte her durumda başarılı olacaklarına inanma eğilimindedir (Seligman 1990, Peterson ve ark. 2000). İyimserlik önyargısı, bireylerin gelecekte başlarına iyi şeyler gelme olasılığını abartmaları ve kötü olaylardan korunacaklarına dair gerçekçi olmayan bir inanç beslemeleri eğilimidir. Bu durum, gerçekçi olmayan bir iyimserlik biçimini de kapsar (Weinstein 1980, Karadeniz 2024). Bir ebeveyn, çocuğunun sağlık, eğitim veya sosyal gelişimiyle ilgili riskleri küçümseyerek, olumsuz sonuçların kendisine ya da çocuğuna asla zarar vermeyeceğine inanabilir. Örneğin,

çocuğunun zararlı alışkanlıklara (sağlıksız beslenme veya aşırı ekran kullanımı vb.) okulda başarısız olmaya ya da olumsuz arkadaş çevresine girmeyeceğine aşırı iyimserlikle inanabilir.

Bu iyimserlik önyargısı, ebeveynin gelecekte kötü olayların olasılığını gerçekçi olmayan bir şekilde düşük değerlendirmesine ve dolayısıyla riskleri yeterince önlememesine yol açabilir. Anne babalar geleceğe dair aşırı iyimser beklentiler içinde olarak çocuğunun karşılaşabileceği potansiyel sorunları küçümser ve bu da gerçekçi önlemler almasını engeller. Wright ve arkadaşlarının(2020) çalışması, ebeveynlerin çocuklarının gelecekteki sağlık risklerini sistematik şekilde daha olumlu değerlendirdiklerini kanıtlayan önemli bir kanıttır. Bu çalışma iyimserlik önyargısının ebeveyn karar süreçlerini etkileyerek bazı sağlık müdahalelerinin gecikmesine yol açabileceğini göstermektedir. Çalışma, ebeveynlikte bilişsel çarpıtmaların hem psikolojik hem de davranışsal düzeyde etkili olduğunu da vurgulamaktadır.

Kontrol yanılsaması (illusion of control) bireylerin aslında rastlantısal veya dışsal faktörlerle belirlenen durumlar üzerinde gerçekçi olmayan bir şekilde etkinlik ve kontrol sahibi olduklarına inanmalarınıdır (Langer 1975). Ebeveynlik bağlamında bu bilişsel yanılgı, ebeveynlerin çocuklarının gelişimi, başarısı ve kişilik özellikleri üzerinde kendi etkilerini olduğundan fazla algılamaları şeklinde ortaya çıkabilir. Bu durum, ebeveynlerin pozitif illüzyonlarını besler, çünkü çocuklarının gelecekteki iyi oluşunu ve başarısını doğrudan kendi ebeveynlik pratikleriyle ilişkilendirme eğilimi taşırlar. Bu yanılsamanın özellikle stresle başa çıkmada işlevsel olduğu düşünülür (Taylor ve Gollwitzer 1995).

Pozitif illüzyonların, bireylerin benliklerine dair olumlu ve iyimser inançlar motive ettiği düşünülür (Taylor ve Brown 1988). Kontrol yanılsaması, bu yapının bir parçası olarak, ebeveynin kendisini çocuğun yaşam yolculuğunun 'baş mimarı' olarak görmesine zemin hazırlar. Ebeveyn, çocuğunun okul başarısı, duygusal sağlığı, sosyal ilişkileri gibi birçok alanda kendi müdahalesi sayesinde olumlu sonuçlar alınacağını düşünür. Bu algı, ebeveyni güçlü, başarılı ve yeterli bir benlik duygusu kazandırarak pozitif bir illüzyon oluşturur. Örneğin bir anne, çocuğunu haftada dört farklı kursa (satanç, piyano, robotik, drama) yönlendirerek ve bu programların çocuğunun gelecekte hem sosyal hem akademik olarak başarılı olmasını garanti altına alacağını düşünebilir. Oysa çocuğun bireysel ilgi ve yetenekleri, öğretmen faktörü ya da sosyoekonomik koşullar gibi pek çok dışsal değişken de bu süreci etkilemektedir. Ancak anne, bu çoklu etkenleri göz ardı ederek, 'ben ne kadar yönlendirsem o kadar başarılı olur' inancıyla hareket etmekte ve çocuk üzerindeki etkisini olduğundan fazla değerlendirmektedir. Bu durum kontrol yanılsamasına olduğu kadar onunla bağlantılı olarak gelişen iyimserlik önyargısı ve aşırı değerlendirme gibi pozitif illüzyonların da bir göstergesidir.

Aşırı değerlendirme (overvaluation) kavramı, Brummelman ve arkadaşları (2013) tarafından literatüre kazandırılmış ve çocuk gelişimi ile ebeveynlik alanında önemli bir bilişsel yanılgı biçimi olarak tanımlanmıştır. Araştırmacılar, bu kavrama ilişkin ölçüm aracı olarak Ebeveyn Aşırı Değerleme Ölçeği'ni (Parental Overvaluation Scale) geliştirmiştir. Ölçek, ebeveynlerin çocuklarını gerçekçi olmayan biçimlerde olağanüstü, eşsiz veya özel olarak değerlendirme eğilimini ölçmeyi amaçlamaktadır. Brummelman ve ark. (2014) aşırı değerlendirme bir çocuğun sahip olduğu özelliklerin nesnel olarak değerlendirilmesinden ziyade, çocuğun abartılı ve idealize edilmiş biçimde algılanmasıdır. Bu tür bilişsel çarpıtmalar, ebeveynlerin çocuklarına ilişkin olumlu yanılsamalar geliştirmesine yol açmakta, çocuklarının sıradan davranışlarını dahi sıra dışı başarılar olarak yorumlamalarına neden olabilmektedir. Aşırı değerlendirme, özellikle narsistik eğilimlerin gelişimiyle ilişkilendirilmiş ve ebeveynin bu tür algılarının çocuğun benlik gelişimi üzerinde uzun vadeli etkileri olabileceği öne sürülmüştür (Brummelman ve ark. 2013). Bu bağlamda, aşırı değerlendirme hem pozitif illüzyonların bir göstergesi hem de ebeveynliğe ilişkin bilişsel yanlılıkların ölçülebilir bir boyutu olarak önem taşımaktadır.

Aşırı değerlendirme ve olumlu yanılgılar aşırı otoriter çocuk yetiştirme tutumu olarak da düşünülebilir. Aşırı otoriter ebeveynler, çocuklarının güçlü yanlarını ve olumlu özelliklerini abartma eğiliminde olabilirler. Bu davranışın nedeni çocuğun özsaygısını desteklemek ve olumlu gelişimini teşvik etmek olarak açıklanır. Aşırı otoriter çocuk yetiştirme stili, ebeveynliğin sıcaklık boyutunda da denetim boyutunda da çocuklara yüksek beklentilerle yaklaşan bir tutumdur (Darling ve Steinberg 1993). Bu durum, ebeveynlerin çocuklarını kendi gözlerinde daha üstün veya başarılı görmelerine neden olabilir ki bu, bir tür üstünlük yanılsaması veya aşırı değerlendirme formudur.

Ebeveynlerde saptanan olumlu yanılsama türlerinin sonuncusu ise kendilik yansımasıdır (self-reflection veya self-investment). Kendilik yansıması, ebeveynin kendi olumlu özelliklerini, arzularını ya da idealleştirilmiş benlik tasarısını çocuğu aracılığıyla yeniden üretme eğilimini ifade eder (Wenger 1998, Cohen 2001). Bu yanılsama biçiminde ebeveyn, çocuğunu yalnızca bağımsız bir birey olarak değil, aynı zamanda kendi kimliğinin bir uzantısı ya da yansıması olarak görme eğilimindedir. Böylelikle ebeveyn, kendi başaramadıklarını çocuğu aracılığıyla gerçekleştirme ya da kendi olumlu yönlerini çocuğunda görerek benlik değerini pekiştirme arzusuyla hareket edebilir. Çocuk ise, ebeveynin bilinçli ya da bilinçdışı biçimde yüklediği beklenti ve anlamların taşıyıcısı haline gelir. Bu süreçte ebeveyn, çocuğun bireysel sınırlarını ve özgünlüklerini göz ardı ederek, onun gelişimini kendi ideal benliğiyle örtüşecek biçimde şekillendirmeye çalışabilir. Dolayısıyla kendilik yansıması, hem çocuğun bireyleşmesini zorlaştıran bir tutum hem de ebeveynin benlik bütünlüğünü sürdürmek için başvurduğu bir pozitif illüzyon biçimi olarak değerlendirilmektedir. Bu yanılsama duygusal gereksinimlerle ortaya çıkabilmektedir. Ebeveynlik zorlayıcı olabilir, anne/baba kendini ve çocuğunu olumlu görerek psikolojik rahatlama sağlar. Aynı zamanda süreçsel öğrenme olarak da gelişebilir. Zaman içinde anne babalar olumlu yorumları kendi inanç sistemlerine dönüştürebilirler (Mezulis ve ark. 2004).

Tüm bu kavramlar, bireyin kendini ve çevresini olumlu algılama ve koruma amacı güden bilişsel çarpıtmalar olarak ortak bir temele sahiptir. Ancak, üstünlük yanılsaması ve aşırı değerlendirme daha çok mevcut durumların değerlendirilmesiyle ilgiliyken, iyimserlik önyargısı ve kontrol yanılsaması geleceğe dönük beklentiler ve algılarla bağlantılıdır. Üstünlük yanılsaması (illusory superiority) kavramı olumlu önyargı ile yakından ilişkilidir. Ayrıca, olumlu önyargı genel bir tutum iken, diğerleri bu tutumun farklı yönlerini veya biçimlerini temsil eder (Mezulis ve ark. 2004, Sedikides ve Gregg 2008).

Ebeveynlikte olumlu yanılsamaların rolüne ilişkin literatür incelendiğinde (Roger 2006, Mazur 2006) ebeveynlerin olumlu yanılsamalarından kaynaklanan olumlu etkilerin olumsuz etkilerinden daha baskın olduğu ortaya konmaktadır. Bu nedenle, ebeveynlerin çocuklarını daha yüksek bir seviyede görme eğilimlerinin, çocuklarının gelişimini destekleyebileceği ve olumlu sonuçlar elde etmelerine yardımcı olabileceği düşünülmektedir. Ancak, bu eğilimde aradaki dengenin kurulması hem ebeveynin hem de çocuğun gelecek yaşam standartları açısından önemlidir.

Mevcut çalışma, ebeveynlerle yürütülen olumlu yanılsamalara ilişkin araştırmaları derlemeyi amaçlamaktadır. Çalışmanın problemleri şu sorular çerçevesinde ele alınmıştır:

1. Ebeveynlikte kullanılan olumlu yanılsama türlerinin ebeveynlik tutumları ve davranışları üzerindeki etkileri nelerdir?
2. Ebeveynlikte kullanılan olumlu yanılsama türleri ebeveynlerin çocuklarıyla etkileşimlerinde nasıl rol oynar?

Yöntem

Sistemik derleme çalışması, belirlenen protokollere uygun olarak titizlikle yürütülen, yanlılığı en aza indirmeyi hedefleyen disiplinli bir araştırma metodudur. Bu yöntem, belirli bir konuda kapsamlı bir literatür incelemesi yaparak elde edilen bilgileri özetlemeyi ve sentezlemeyi amaçlamaktadır (Hanley ve Cutts 2013). Bu derleme çalışması kapsamında yer alan araştırmalar, aşağıda belirtilen dahil etme kriterlerine göre seçilmiştir:

1. Araştırmaların ulusal veya uluslararası bilimsel dergilerde yayınlanmış, bir kitap veya kitap bölümü olarak basılmış veya bir lisansüstü ya da doktora tez çalışması kapsamında hazırlanmış olması,
2. Araştırma bulgularının olumlu yanılsama, üstünlük yanılsaması, olumlu önyargı, iyimserlik önyargısı, kontrol yanılsaması, aşırı değerlendirme ve kendilik yansıması anahtar kelimelerini içermesi.

Araştırmaya dahil edilecek çalışmaları belirlemek amacıyla yapılan literatür tarama çalışmaları, 4 Mart 2024 ile 24 Mart 2024 tarihleri arasında Google Akademik, ProQuest ve Wiley Library makale ile tez arama motorları kullanılarak yürütülmüştür. İngilizce anahtar kelimeler olan "positive illusion", "parent", "parenting" ile birlikte, olumlu yanılsama, üstünlük yanılsaması, olumlu önyargı, iyimserlik önyargısı, kontrol

yanılsaması, aşırı değerlendirme ve kendilik yansıması terimleri kullanılarak tarama yapılmıştır. Bu tarama sonucunda 1988–2024 yılları arasında yayınlanmış toplam 25 çalışma incelenmiş, önceden belirlenen dahil etme kriterlerine uygun bulunarak derleme kapsamına alınmıştır. Bu araştırmalarda; çalışmanın adı, çalışmayı yürüten/yürütenler ve çalışmanın yayın yılı üç araştırmacı tarafından derlenmiştir (Tablo 1).

Tablo 1. İncelemeye dahil edilen çalışmalar ve ilgili olumlu yanılsama türleri		
Kaynak	Çalışmanın Bulguları	Olumlu Yanılsama Türü
Taylor ve Brown 1988	Ebeveynlerin çocuklarına yönelik gerçekçi olmayan ama psikolojik işlevi olan olumlu önyargıları (Self-Enhancement Bias) hem benlik değerlerini hem de ebeveynlik deneyimlerini desteklemelerine neden olmaktadır. Bu durum iyilik halinin korumasına yardım eder.	Pozitif bilişsel çarpıtmalar
Taylor ve Brown 1994	Çalışmada, bireylerin kendileri, yakınları ve yaşamları hakkında gerçekçi olmayan ama kendilerini iyi hissettiren olumlu algılar geliştirdikleri saptanmıştır. Bu eğilimin psikolojik iyi oluş açısından hem olumlu hem de riskli yapılar barındırdığı vurgulanır.	Olumlu önyargı
Wenger 1998	Çalışma ebeveynlerin çocuklarına ve ebeveynlik deneyimlerine yönelik gerçekçi sınırların ötesinde olumlu, abartılı görüşler taşıdıklarına dikkat çekmektedir.	Kendini yüceltme önyargısı
Cohen 2001	Ebeveynin çocuk hakkındaki pozitif yanılgıları, yalnızca genetik bağdan değil, ebeveyn rolünü benimseme sürecinden de büyük ölçüde etkilenir.	Olumlu önyargı
Cohen ve Fowers 2004	Araştırma, biyolojik bağ yoğunluğunun yanı sıra ebeveyn rolünü üstlenme düzeyinin de olumlu yanılgıyı belirlediğini gösterir.	Aldatıcı üstünlük ve kontrol yanılsaması
Alicke ve Govorun 2005	Araştırmada bireylerin özelliklerini, yeteneklerini ve performanslarını ortalamanın veya diğer insanların üzerinde değerlendirdikleri saptanmıştır. Bu durumun bilişsel çarpıtmalardan (seçici bilgi işleme, karşılaştırma yanlılıkları) ve sosyal psikolojik süreçlerden (benlik koruma, sosyal kabul, motivasyonel faktörler) etkilendiğini göstermektedir.	Üstünlük yanılsaması
Wenger ve Fowers 2008	Çalışmada, ebeveynin kendi benlik saygısı yüksek olduğunda, çocuğunu da daha olumlu değerlendirme eğiliminde olduğu saptanmıştır.	Ebeveyn pozitif yanılsaması
Paczkowski ve Baker 2008	Çalışmada, gelişimsel gecikmesi olan çocukların ebeveynlerinin diğer ebeveynlerden daha olumlu, daha iyimser inançlar taşıdıkları ve aşırı iyimser beklentiler içinde oldukları saptanmıştır.	İyimserlik önyargısı
Eibach ve Mock 2011	Çocuk sahibi bireylerin, ebeveynliğin maliyetlerini düşünmeye yönlendirildiklerinde, ebeveynlikten sağlanan duygusal ödülleri daha yüksek değerlendirdikleri saptanmıştır. Ayrıca bireylerin çocuk sahibi olmanın faydaları üzerine düşündüklerinde çocuklarıyla geçirdikleri zamana daha fazla yatırım yapma niyetinde oldukları ve ebeveynliğe yönelik olumlu algılar besledikleri bulunmuştur.	Abartılı idealizasyon

Tablo 1. İncelemeye dahil edilen çalışmalar ve ilgili olumlu yanılsama türleri

Kaynak	Çalışmanın Bulguları	Olumlu Yanılsama Türü
Mezulis ve ark. 2011	Ergenlik döneminde negatif duygusallık yüksek olan bireylerde, 'brooding' adı verilen takılıp kalma eğilimi, yansıtımlı düşünmeye kıyasla depresif semptomların artmasında anlamlı şekilde aracı rol oynamaktadır.	Yansıtımlı düşünme
Brummelman ve ark. 2013	Ebeveynlerin çocuklarını gerçeklikten koparak abartılı şekilde yüceltme ve aşırı değerlendirme eğilimlerinin çocuğun kendilik algısının gerçekçi olmayan biçimde büyümesine ve narsistik eğilimlerin gelişmesine zemin hazırlayabildiği saptanmıştır.	Aşırı değerlendirme
Horton ve Tritch 2014	Çocuklarda büyülenmeci narsisizm düzeyleri arttıkça, ebeveynlik deneyimlerini geçmişe dönük olarak daha olumlu hatırlama eğilimi (self-serving bias) saptanmıştır – yani çocuklar ebeveynlerinin kendilerine yönelik kontrollü ve soğuk tutumlarını küçümserken, olumlu yaşantıları abartma eğilimindedir.	Üstünlük yanılsaması
Brummelman ve ark. 2014	Çocuklara yapılan abartılı övgünün (örneğin, "güzel" yerine "inanılmaz güzel" denmesi gibi) özellikle düşük benlik saygısına sahip çocuklar üzerindeki olumsuz etkileri olduğu bulgulanmıştır. Abartarak övmenin, yani aşırı değerlemenin çocuklarda performans kaygısını artırabildiği ve düşük benlik saygısına sahip çocukların başarıdan kaçınmasına yol açabildiği saptanmıştır.	Aşırı değerlendirme
Brummelman ve ark. 2015	Çalışmada ebeveynlerin aşırı değerlendirme ile sıcak ebeveynlik (örneğin şefkat ve destek) yaklaşımlarının sonucunun narsistik eğilimleri belirlediği saptanmıştır. Özellikle ebeveynin çocuğunu özel diğerlerinden görmesinin bu duruma zemin hazırladığı vurgulanmaktadır.	Aşırı değerlendirme
Tasimi ve Johnson 2015	Çalışma, çocukların kendi lehlerine çarpıtılmış hatıralar ürettiklerini gösterir. Bulgular, sosyal dünyayı değerlendirme sürecinde benlik-koruyucu ve benlik-yüceltici eğilimlerin ne kadar erken geliştiğini ortaya koyar.	Kendilik yanılsaması
Correa ve ark. 2019	Ebeveynlerin gelişim geriliği olan çocuklara dair inançları, çocuğun hem yaşadığı gecikmelere odaklanarak hem de elde ettiği başarıları vurgulayarak ebeveyn uygulamalarını şekillendirdiğini göstermektedir.	İyimserlik önyargısı
Coppola ve ark. 2020	Ebeveynlerin (özellikle babaların) çocuklarını gereğinden fazla yüceltme ve aşırı değerlendirme eğilimleri çocuklarda narsistik özellikleri geliştirmektedir.	Aşırı değerlendirme
Krauss ve ark. 2020	Ebeveynlerin aşırı kontrolcü tutumlarının, çocukların kendi davranışları üzerinde kontrol sahibi olma duygusunu zayıflatılabildiği saptanmıştır.	İyimserlik önyargısı
Lukavská ve ark. 2020	Ebeveyn kontrolü ve sıcaklığının, ergenlerde problemleri internet kullanımı üzerinde anlamlı ve yönlendirici etkiler oluşturduğu bulunmuştur.	Kontrol yanılsaması

Tablo 1. İncelemeye dahil edilen çalışmalar ve ilgili olumlu yanılsama türleri

Kaynak	Çalışmanın Bulguları	Olumlu Yanılsama Türü
Green ve ark. 2020	Ebeveynlik stillerine ilişkin bireylerin anıları, narsisizm gelişiminde cinsiyetin belirleyici bir rol oynadığını göstermektedir.	Üstünlük yanılsaması
Farzand ve ark. 2021	Bireylerin ebeveynlerinden algıladıkları destek ve değer verme biçimleri, kendilerini başkalarından daha üstün görme eğilimlerini pekiştirmektedir.	Üstünlük yanılsaması
Rowell ve Jaswal 2021	Araştırmada çocukların kendilik yansımalarının gelişiminin ve sosyal algılarının ebeveynlik tutumlarından etkilenebileceği vurgulanmaktadır.	Kendini geliştirme hafıza önyargısı
Lin ve Szczygiel 2022	Çalışmada, mükemmeliyetçi ebeveynlerin çocuklarından duygularını saklama eğilimlerinin ebeveyn tükenmişliğini artırdığı, ancak yüksek duygusal zekâyâ sahip ebeveynlerde bu etkinin azaldığı bulunmuştur. Bu durum, ebeveynlerin kendi duygusal dayanıklılıklarını ve ebeveynlik başarılarını olumlu algılamalarına dayanan pozitif illüzyonlarla ilişkilendirilebilir.	Kontrol yanılsaması ve yanıltıcı üstünlük
Bruysters ve Pilkington 2023	Makalede aşırı koruyucu ebeveynlik deneyimlerinin ergenlik ve yetişkinlik döneminde erken uyumsuz şemalarla (early maladaptive schemas) ilişkilendirilmiştir. Ebeveynlerin çocuklarını aşırı korumalarının, çocuğun bağımsızlık ihtiyacını zedelediği saptanmıştır.	Olumlu önyargı

Bulgular

Olumlu yanılsamaların bireyin psikolojik dayanıklılığına katkısını açıklayan klasik bir yaklaşım olan Taylor ve Brown (1988) çalışması, olumlu bilişsel çarpıtmaların (üstünlük yanılsaması, iyimserlik önyargısı ve kontrol yanılsaması) genel çerçevede olumlu önyargı olarak ele alınması gerektiğini vurgular. Bu yanılsamalar, bireylerin kendilerini, çevrelerini ve geleceklerini daha olumlu görmelerini sağlayarak mental sağlıklarını destekler. Taylor ve Brown (1988) araştırmalarında katılımcıların kendilerini çeşitli özellikler (örneğin, sosyal beceriler, zekâ, ahlaki değerler) açısından "ortalama insan" ile karşılaştırmaları istemişlerdir. Sonuçlar genellikle bireylerin kendilerini ortalamanın üzerinde gördüğünü, yani herkesin üzerinde bir öz-değerlendirme yaptığını gösterir. Bu, üstünlük yanılsamasının yaygın bir biçimi olarak ortaya koyar. Çalışmaya göre bireylerin kendilerini ve çevrelerini gerçekçi olmayan ama olumlu biçimde algılamaları, psikolojik dayanıklılık ve iyi oluş için adaptif işlev görür. Üstünlük yanılsaması, insanların kendilerini başkalarından üstün görmeleri, özgüvenlerini ve benlik saygılarını korur. Bu, stresle başa çıkma yollarını kolaylaştırır ve motivasyon sağlar. İyimserlik önyargısı; geleceğe yönelik iyimser beklentiler, bireylerin zor durumlarla karşılaştıklarında umutlarını kaybetmemelerini sağlar. Bu, psikolojik esnekliği artırır ve depresyon riskini azaltır. Kontrol yanılsaması ise; olaylar üzerindeki kontrolü abartmak, bireyin çevresel tehditler karşısında kendini daha güçlü hissetmesini sağlar. Bu da kaygı düzeyini düşürür ve eyleme geçmeyi teşvik eder. Çalışmaya göre bu üç yanılsama türü, farklı ama tamamlayıcı yollarla bu işlevi sağlar. Taylor ve Brown (1988) üstünlük yanılsamasının çok yaygın ve kültürlerarası olarak gözlemlenen bir fenomen olduğunu vurgular. Onlar göre bu durum bilişsel bir çarpıtma değil, evrensel bir psikolojik eğilimdir.

Taylor ve Brown (1994) çalışması, olumlu önyargı (Self-Enhancement Bias) türünü ele alır. Bireylerin kendilerini ve yakınlarını olumlu göstermek için geliştirdikleri gerçekçi olmayan ama psikolojik olarak işlevsel algılar üzerine odaklanır. Çalışmada, bireylerin kendileri, yakınları ve yaşamları hakkında gerçekçi olmayan ama kendilerini iyi hissettiren olumlu algılar geliştirmeye devam ettiklerini ve bu eğilimin psikolojik iyi oluş açısından hem faydalarını hem de sınırlarını tartışılmaktadır. Bu noktadan hareketle Taylor

ve Brown (1994) olumlu yanılsamaların üç ana türüne odaklanırlar. Bunlar; kendini üstün görme (üstünlük yanılsaması), geleceğe yönelik iyimser beklentiler (iyimserlik önyargısı), kontrolün abartılmasıdır (kontrol yanılsaması). Ancak bu üçü, genel olarak olumlu önyargı kavramı altında toplanır çünkü hepsi bireyin kendisini veya yakın çevresini olumlu göstermek için gerçekçi olmayan algılar içerir.

Wenger (1998) ise ebeveynlerin çocuklarına yönelik gerçek dışı olumlu algılarının, ebeveynin kendi benlik saygısıyla ve toplumsal başarı algısıyla ilişkili olduğunu incelediği çalışmasında özellikle daha eğitilmiş ve sosyoekonomik açıdan avantajlı ebeveynlerde daha yaygın olduğunu raporlamıştır. Wenger (1998) tarafından hazırlanan doktora çalışmasının bulguları, ebeveynlerin çocuklarına ve ebeveynlik deneyimlerine yönelik gerçekçi sınırların ötesinde olumlu, abartılı görüşler taşıdıklarına dikkat çekmektedir. Bu, bireyin kendini ve yakını olarak gördüklerini daha olumlu değerlendirme eğiliminde olduğu genel bilişsel çarpıtma olarak adlandırılır. Çalışmaya göre bu yanılsama, ebeveynlerin benlik saygısını koruma ve güçlendirme ihtiyacından kaynaklanır. Bu araştırma ebeveynlerin çocukları ve ebeveynlik deneyimleri hakkında gerçekçi olmayan, genel ve abartılı olumlu görüşlerini ifade eden olumlu önyargı (Self-Enhancement Bias) türüne değinmiştir.

Cohen (2001) çalışmasında, ebeveynlerin (biyolojik ya da üvey) çocuklarını değerlendirme biçimindeki gerçekçi olmayan pozitif tutumlar olumlu önyargı (Self-Enhancement Bias) kapsamında değerlendirilmiştir. Çalışma bu eğilimin hem biyolojik bağdan hem de ebeveyn rolüne özdeşleşmekten kaynaklandığını, dolayısıyla ebeveynin kendilik algısının çocuğa yansımalarının temel mekanizma olduğunu göstermektedir. Çalışma hem biyolojik ebeveynlerin hem de üvey ebeveynlerin çocuklar hakkında gerçekçi sınırların ötesinde, aşırı olumlu algılar geliştirdiğini ortaya koyar. Bu eğilim, bireyin öz benliğini yüceltmesine ait genel bir bilişsel çarpıtma biçimi olan self-enhancement bias ile doğrudan ilişkilidir. Ebeveynin çocuk hakkındaki pozitif yanılgıları, yalnızca genetik bağdan değil, ebeveyn rolünü benimseme sürecinden de büyük ölçüde etkilenir. Bu durum, ebeveynin zihnindeki benlik değerini çocuğa yansıtması anlamında güçlü bir self-enhancement örneğidir.

Cohen ve Fowers (2004) tarafından yürütülen araştırmada kan, ter, gözyaşı gibi biyolojik yatırım ve duygusal yatırımla beslenmiş bu olumlu yanılsamalar, ebeveynin öz-benlik değerini artırmak amacıyla ortaya çıkar. Hem biyolojik ebeveynlerin hem de üvey ebeveynlerin kendi çocukları veya çocukları gibi gördükleri bireyler hakkındaki gerçekçi olmayan olumlu algılarını incelemiştir. Araştırma, biyolojik bağ yoğunluğunun yanı sıra ebeveyn rolünü üstlenme düzeyinin de olumlu yanılgıyı belirlediğini gösterir. Bu bulgu, çocuğa özgü bir aşırı değerlemeden ziyade benim çocuk algısına bağlı genel bir öz-değer yansıması olarak değerlendirilebilir. Bu çalışmada öne çıkan olumlu yanılsama türü olumlu önyargıdır.

Alicke ve Govorun'ın (2005) çalışmasında, bireylerin kendilerini başkalarına kıyasla daha olumlu, daha başarılı veya daha üstün gördükleri eğilimi ele alınmıştır. Bu yanılsama, insanların kendi özelliklerini, yeteneklerini veya performanslarını ortalamanın veya diğer insanların üzerinde değerlendirmelerine işaret eder. Alicke ve Govorun (2005) üstünlük yanılsamasını, hem bilişsel çarpıtmalar (seçici bilgi işleme, karşılaştırma yanlılıkları) hem de sosyal psikolojik süreçler (benlik koruma, sosyal kabul, motivasyonel faktörler) etkileşiminde ortaya çıkan karmaşık bir fenomen olarak açıklar. Bu kombinasyon, insanların kendilerini gerçekçi olmayan biçimde olumlu değerlendirmelerini ve herkesin üzerinde görmelerini sağlar.

Narsisizm genellikle kişinin kendisini başkalarından daha üstün, özel ve değerli görmesiyle karakterizedir ki bu durum doğrudan üstünlük yanılsaması kavramıyla örtüşür (Alicke ve Govorun 2005). Çalışma, bireylerin ebeveynlerinden algıladıkları destek ve değer verme biçimlerinin, kendilerini başkalarına göre daha üstün görme eğilimlerini (yani üstünlük yanılsamasını) nasıl pekiştirdiğini göstermektedir. Araştırmada üstünlük yanılsaması üzerinde durulmasının sebebi, narsisizmin temelinde yatan kendini başkalarından daha üstün görme eğilimini açıklaması ve bu algının algılanan ebeveynlik deneyimleriyle ilişkili bulunmasıdır. Narsisizm, bireyin kendisini başkalarından daha üstün, özel ve değerli görme eğilimiyle ilişkilidir ki bu da doğrudan üstünlük yanılsaması kavramını işaret eder (Alicke ve Govorun 2005). Araştırmada ebeveynlik stillerinin, özellikle aşırı değer verme ve destekleyici davranışların, bireylerde üstünlük yanılsamasının ve dolayısıyla narsistik eğilimlerin oluşmasına katkı sağladığı çalışmada vurgulanmaktadır. Cinsiyet farklılıklarının da bu süreçte önemli olduğu belirtilmektedir.

Wenger ve Fowers (2008) tarafından yürütülen çalışmada, ebeveynlerin çocuklarına yönelik aşırı pozitif algılarının, kendi benlik saygıları ve öz-değerlerini koruma motivasyonundan kaynaklandığını net bir şekilde ortaya koymuştur. Çalışmanın temel bulgusu, ebeveynlerin çocuklarını değerlendirme sırasında ortalamanın çok üstünde görme eğiliminde olmalarıdır. Aynı ebeveynin kendi benlik saygısıyla çocuğuna dönük algılarını yansıtması söz konusudur. Araştırmada, aile içi bu abartılı pozitif algının, ebeveynin kendi değerli benlik algısını yansıtmasına dayanan bir motivasyon olduğu vurgulanır. Bu durum, ebeveynin kendine yönelik pozitif yanlış algılarından hareketle, çocuğunu da yansıtmalı olarak eşdeğer olumlu değerlendirme yapması anlamına gelir ki bu kendilik yansıması olarak adlandırılır. Wenger ve Fowers (2008) çalışmalarında ebeveynin kendi benliğinin olumlu algısını çocuğuna yansıtması yoluyla her çocuk ortalamanın üzerinde görüşünü sistematik bir biçimde ele alır. Katılımcılar çocuklarının ortalamanın çok üzerinde olduğunu belirtme eğilimleri sergilemişlerdir. Bu, ebeveynin kendi benlik değeriyle ilişkilendirdiği çocuğa yönelik gerçekçi olmayan olumlu algının bir göstergesi olarak düşünülmektedir. Çalışma, geniş anlamda kendi benliğini yüceltmek amacıyla başkalarını (yakın ilişkide oldukları çocuğu) da abartılı şekilde olumlu görmenin bir örneğini ortaya koyar. Bu, self-enhancement bias kapsamındaki bilişsel bir sapmadır. Yine çalışmada, ebeveynin kendi benlik saygısı yüksek olduğunda, çocuğunu da daha olumlu değerlendirme eğiliminde olduğu saptanmıştır. Bu bulgu, olumlu algıların sosyal yansıtma (kendilik yansıması) işlevi gördüğünü gösterir. Wenger ve Fowers (2008) tarafından yürütülen ebeveynlerin çocuklarını ortalamanın üzerinde algılama eğilimini ortaya koyan çalışmada yanılsamanın ebeveynlik tatminiyle ve özellikle yüksek eğitilmiş ebeveynlerle ilişkili olduğunu belirtmiştir.

Paczkowski ve Baker (2008) gelişimsel gecikme yaşayan çocukların ebeveynleriyle yürüttükleri araştırmalarında, yüksek ses düzeyine sahip ebeveynlerin çocuklarının potansiyelini olumlu değerlendirme eğilimi daha yüksek olduğuna dikkat çekmektedirler. Paczkowski ve Baker (2008) tezlerinde ele alınan olumlu yanılsama türü iyimserlik önyargısıdır. Çalışmada, gelişimsel gecikmesi olan çocukların ebeveynlerinin, çocuklarının geleceği ile ilgili olumlu ve iyimser inançları incelenmektedir. Bu ebeveynler, çocuklarının karşılaşabileceği zorluklara rağmen, genellikle gelecekte olumlu gelişmeler yaşanacağına dair gerçekçi olmayan bir iyimserlik sergilerler.

Eibach ve Mock (2011) çalışmalarında ebeveynliğin yüksek maliyetli doğasının nasıl anlamlandırıldığını ve bu maliyetlere rağmen neden çoğu zaman anlamlı ve ödüllendirici bir deneyim olarak yaşandığını incelemiştir. Çalışmacılar, bu çelişkinin açıklanmasında bilişsel uyumsuzluk kuramı çerçevesinde bir açıklama sunar. Özellikle, ebeveynliğin getirdiği yüksek fedakârlıkların (zaman, para, özgürlük kaybı vb.) bireylerde bir "uyumsuzluk" yarattığını ve bu uyumsuzluğun çözümünün, ebeveynliğin faydalarını ve anlamını abartmak şeklinde tezahür ettiğini savunurlar. Eibach ve Mock'a göre (2011) bu durum, ebeveynlerin kendi ebeveynlik rollerini idealize etmeleriyle sonuçlanabilir. Çalışmada iki deney rapor edilmiştir. İlk deneyde, çocuk sahibi bireyler, ebeveynliğin maliyetlerini düşünmeye yönlendirildiklerinde, ebeveynlikten sağlanan duygusal ödülleri daha yüksek değerlendirme eğiliminde olmuşlardır. İkinci deneyde, bireylerin çocuk sahibi olmanın faydaları üzerine düşünmeleri, çocuklarla geçirdikleri zamana daha fazla yatırım yapma niyetiyle ilişkilendirilmiştir. Araştırma sonuçları, yüksek maliyetli kararların anlamlılıkla rasyonelleştirildiğini ve bu anlamın ebeveynliğe yönelik olumlu algıları (olumlu yanılsamaları) besleyebileceğini öne sürmektedir. Bu durum, kendilik yansıması (self-enhancement/self-justification) ve aşırı değerlendirme (overvaluation) gibi olumlu yanılsama türleriyle yakından ilişkilendirilebilir.

Mezulis ve arkadaşları (2011) ergenlik dönemindeki temperament özellikleri ile depresif semptomlar arasındaki ilişkiyi inceledikleri çalışmalarında özellikle, brooding (olumsuz takıntılı düşünce) ve reflection (kendini sorgulayıcı düşünme) süreçlerinin bu ilişkide aracı olabileceğini bildirmişlerdir. Bu çalışma özellikle ebeveynlerin olumlu yansımaları (kendilik yansıması) ya da ebeveynlikteki olumlu yanılsamalar üzerine odaklanmamaktadır; ancak bireysel düzeydeki bu bilişsel süreçler, olumlu yanılsamaların duygusal denge ve psikolojik dayanıklılık üzerindeki potansiyel rolünü anlamak açısından önemli bir bağlam sunmaktadır.

Brummelman ve arkadaşlarının (2013) çalışmasında ele alınan olumlu yanılsama türü aşırı değerlendirme. Çalışma, ebeveynlerin çocuklarını gerçeklikten koparak abartılı şekilde yüceltme ve aşırı değerlendirme eğilimlerini ölçmeyi amaçlamaktadır. Aşırı değerlendirme, ebeveynlerin çocuklarını normalden fazla olumlu özelliklerle donatması ve onları idealize etmesi anlamına gelir (Brummelman ve ark. 2013). Bu tutum, çocuğun kendilik algısının gerçekçi olmayan biçimde büyümesine ve narsistik eğilimlerin gelişmesine

zemin hazırlayabilir. Çalışmada bu aşırı değerlemenin ebeveyn tutumlarıyla bağlantılı olduğu ve çocukların kişilik gelişimi üzerindeki etkileri vurgulanmaktadır.

Horton ve Tritch (2014) çalışmasında ele alınan en belirgin olumlu yanılsama türü üstünlük yanılsamasıdır. Araştırmada narsisizm ile ebeveynlik tarzları arasındaki ilişkiler incelenmektedir. Grandiyöz narsisizm, bireyin kendisini aşırı derecede önemli, özel ve üstün görmesiyle tanımlanır. Narsistik ebeveynler çocuklarına karşı da benzer üstünlük temelli tutumlar sergileyebilir. Bu anne babalar, çocuğunu başkalarının çocuklarından üstün görme ya da kendi ebeveynlik becerilerini idealize etme eğilimleri gösterebilirler. Çalışmada, narsistik bireylerin çocuk yetiştirme biçimlerinde bu büyüklenceci benlik algısının nasıl etkili olduğu vurgulanırken, özellikle benliklerini yüceltme ve kendilerini ortalama ebeveynlerden daha iyi görme eğilimleri öne çıkar. Grandiyöz narsisizmin ebeveynlikteki yansımasının, ebeveynin hem kendisini hem de çocuğunu başkalarından üstün görme inancıyla doğrudan ilişkili olduğu vurgulanmaktadır. Bu da klasik "better-than-average effect" ile örtüşmektedir.

Brummelman ve arkadaşlarının (2014) çalışmalarında ele alınan olumlu yanılsama türü aşırı değerlemedir. Araştırmada, abartılı övgü yoluyla çocuğun gerçeklikten kopuk şekilde yüceltilmesinin etkilerini incelemektedir. Bu deneysel çalışmada araştırmacılar, çocuklara verilen abartılı övgünün (örneğin, "güzel" yerine "inanılmaz güzel" denmesi gibi) özellikle düşük benlik saygısına sahip çocuklar üzerindeki olumsuz etkilerini incelemiştir. Buradaki temel kavram, çocuğun başarısını gerçeklikten sapacak şekilde abartarak övmek, yani aşırı değerlemedir. Çalışmanın sonuçları, bu tür övgülerin çocuklarda performans kaygısını artırabileceğini ve düşük benlik saygısına sahip çocukların başarıdan kaçınmasına yol açabileceğini göstermektedir. Bu bağlamda, ebeveynlerin ya da yetişkinlerin çocuğun başarısını nesnel düzeyin üzerinde değerlendirerek çocukta sahte bir yeterlik algısı oluşturmaları, aşırı değerlendirme tanımına doğrudan uyar.

Dahil edilen çalışmaların, ebeveynlerin olumlu yanılsama düzeyine dair bilişsel, duygusal ve davranışsal analizler yaparken, yaş, sosyo-ekonomik durum, eğitim seviyesi, medeni durum vb. demografik özellikleri detaylı olarak raporlamadığı saptanmış olmakla birlikte orta-üst sosyoekonomik düzeye sahip ebeveynlerin, çocuklarının potansiyelini abartma eğiliminde oldukları bulgulanmıştır (Brummelman ve ark. 2014, Coppola ve ark. 2020).

Brummelman ve arkadaşlarının (2015) çalışmasında ele alınan olumlu yanılsama türü, aşırı değerlemedir (Parental Overvaluation). Bu çalışma, çocuklardaki narsisizmin kökenlerini açıklamak amacıyla, ebeveynlerin çocuklarına yönelik aşırı yüceltici tutumlarını/aşırı değerlendirme davranışlarını merkeze alır. Araştırma, narsisizmin gelişiminde aşırı değerlendirme ile sıcak ebeveynlik (örneğin şefkat ve destek) arasında ayırım yapar ve narsistik eğilimlerin özellikle ebeveynin çocuğu gerçek dışı biçimde üstün, özel diğerlerinden farklı olarak görmesi yoluyla geliştiğini bulgulanmaktadır. Ayrıca bulgular, ebeveynlerin çocuklarına "diğer çocuklardan daha özel", "dünyanın en yetenekli çocuğu" gibi ifadelerle yaklaşmasının, çocuğun kendilik algısını şişirerek narsistik özelliklerin temellerini attığına dikkat çekmektedir. Çalışma, ebeveynlerin (özellikle babaların) çocuklarını gereğinden fazla yüceltme ve aşırı değerlendirme eğilimlerinin, çocuklarda narsistik özelliklerin gelişimiyle bağlantısını incelemektedir. Aşırı değerlendirme, ebeveynlerin çocuklarını gerçeklikten saparak abartılı bir şekilde olumlu görmesi ve değer vermesi anlamına gelir (Brummelman ve ark. 2015). Çalışmaya göre, ebeveynlerin çocuklarına yönelik aşırı değerlendirme tutumları, çocukta narsistik özelliklerin ortaya çıkışında önemli bir mekanizmadır. Bu durum çocuğun kendilik algısında abartılı olumlu yanılgılar yaratmakta ve narsisizmin oluşmasına zemin hazırlamaktadır.

Tasimi ve Johnson (2015) tarafından yürütülen araştırma doğrudan ebeveynler üzerinde yapılmıştır, ancak bu çalışma, çocukların kendi deneyimlerini ve sosyal etkileşimleri nasıl benmerkezci (self-serving) şekilde hatırladığını göstererek, ebeveynlerin çocuklarına dair pozitif illüzyonları ile dolaylı ama anlamlı bir bağ kurmamıza olanak sağlar. Benliği koruma ve yüceltme motivasyonu, hem çocuklarda (bu makalede gösterildiği gibi) hem de ebeveynlerde pozitif illüzyonları besleyen temel mekanizmadır. Çocuk, deneyimlerini kendine olumlu şekilde uyarlarken, ebeveynler de çocuğun bu olumlu yönlerini vurgulayan anlatılar geliştirir. Bu, karşılıklı bir olumlu illüzyon döngüsüne dönüşebilir.

Correa ve arkadaşları (2019) tarafından yürütülen çalışmanın amacı, farklı gelişimsel gecikmeler gösteren çocukların ebeveynlerinin inançlarını niteliksel olarak incelemektedir. Araştırmada "Çocuğum geliştikçe neye inanıyorum ve buna nasıl yaklaşıyorum?" sorusuna verilen cevaplar değerlendirilmiştir. Ebeveynlerin

hem gecikmelere ilişkin negatif algıları hem de konuşma, yürüyüş veya sosyal davranış gibi kazanımla ilgili pozitif beklentileri incelenmiş; bu inançların ebeveyn uygulamalarını yönlendirdiği vurgulanmıştır. Bulgular pozitif illüzyonlar açısından önemlidir çünkü ebeveynlerin “Çocuğum oldukça yetenekli/yetenek kazanıyor, hızlı ilerliyor” gibi iyimser ve kendini koruyucu düşünceleri (“illüzyon of control” ve “unrealistic optimism”) hem çocuğa yönelik beklentisini artırabilir hem de ebeveyn stresini azaltabilir. Bu tür pozitif inançlar, literatürde “learned optimism” (öğrenilmiş iyimserlik) olarak bilinen bir kavrama paraleldir.

Coppola ve arkadaşlarının (2020) çalışmasında ele alınan olumlu yanılsama türü aşırı değerlemedir. Babaların çocuklarına yönelik aşırı değerlendirme tutumlarının, çocukların narsistik özelliklerini artırdığı; bu etkinin babaların narsistik eğilimleriyle ilişkili olduğu gösterilmiştir (Coppola ve ark. 2020). Krauss ve arkadaşları (2020) ebeveynlerin kontrol ve sıcaklık düzeylerinin ergenlerin problemli internet kullanımı üzerindeki etkilerini incelemişlerdir. Ebeveynlerin çocuklarının internet kullanımını kontrol etme biçimlerinin, çocukların bu davranışları algılayışlarını ve dolayısıyla kendi kontrol duygularını nasıl etkileyebildiğine yoğunlaşmışlardır. Araştırmanın sonucunda ebeveynlerin aşırı kontrolcü tutumlarının, çocukların kendi davranışları üzerinde kontrol sahibi olma duygusunu zayıflatılabildiği ve bu durumun da kontrol yanılsaması ile ilgili sorunlara yol açabileceğine dikkat çekmektedir.

Lukavská ve arkadaşları (2020) çalışmalarında ebeveyn algısı ile çocuğun gerçek dijital davranışları arasındaki potansiyel uyumsuzluğu verilerle ortaya koydular. Bulgular, ebeveyn sıcaklığı gibi ihmal edilen ancak koruyucu rolü güçlü olan faktörlerin altını çizerek, sadece “kontrol”e odaklanmanın pozitif bir illüzyon olabileceğini vurgular. Green ve arkadaşlarının (2020) çalışmasında ele alınan olumlu yanılsama türü üstünlük yanılsamasıdır. Araştırma, bireylerin ebeveynlik stillerine ilişkin anılarının narsisizm gelişimindeki rolünü ve bu sürecin cinsiyet tarafından nasıl etkilendiğini incelemektedir. Farzand ve arkadaşları (2021) tarafından gerçekleştirilen çalışmada olumlu yanılsama kavramına dolaylı yer verilmiştir. Çalışmada, bireylerin kendilik algılarının narsisizm üzerindeki etkisi ve bu süreçte algılanan ebeveynlik tutumlarının aracılık rolü incelenmektedir. Bulgular ebeveynin çocuk üzerindeki etkisi, çocuğun kendilik algısını abartılı biçimde yapılandırmasına neden olabileceğine dikkat çeker.

Rowell ve Jaswal (2021) tarafından çocukların kendi davranışlarını hatırlarken, başkalarının davranışlarına kıyasla daha olumlu bir şekilde hatırlama eğiliminde olup olmadıklarını incelemiştir. Dört deneyde, 400'den fazla çocuk üzerinde yapılan araştırmada, çocukların verdikleri ve aldıkları hediyeleri hatırlama biçimleri karşılaştırılmış ve kendi deneyimlerine yönelik olumlu hafıza yanlışlıklarını incelenmiştir. Sonuçlar, çocukların başkalarının verdiklerini hatırlarken, başkalarının aldıklarından daha fazla abartılı bir şekilde hatırladıklarını göstermiştir. Çocuklar sosyal karşılaştırma yaparak, sosyal dünyalarını hatırlamışlardır. Bu durum, kendilik yansıması türünde bir olumlu yanılsama olarak görülebilir. Araştırmacılar çocukların kendilik yansımalarının gelişiminin ve sosyal algılarının ebeveynlik tutumlarından etkilenebileceğine vurgu yapmışlardır.

Lin ve Szczygiel (2022) tarafından yürütülen çalışmada ele alınan olumlu yanılsama türü kontrol yanılsamasıdır. Çalışmada mükemmeliyetçi ebeveynlerin, çocuklarına karşı duygularını gizleyerek hem kendi içsel zorluklarını hem de ebeveynlik stresini nasıl artırdıkları incelenmektedir. Mükemmeliyetçi ebeveynler, çocukları ve ebeveynlik süreci üzerinde aşırı kontrol sahibi olduklarını düşünme eğilimindedirler; bu, olaylar üzerindeki gerçekçi olmayan kontrol beklentisini ifade eden kontrol yanılsamasıyla doğrudan bağlantılıdır (Langer 1975). Bu yanılsama, ebeveynlerin duygularını bastırarak her şeyi kusursuz yönetebileceklerine dair inançlarını besler, ancak bu durum duygusal tükenmişliğe yol açabilir.

Bruysters ve Pilkington (2023) çalışmasında ele alınan olumlu yanılsama türü olumlu önyargıdır. Çalışmada, aşırı koruyucu ebeveynlik deneyimlerinin ergenlik ve yetişkinlikte erken maladaptif şemaların gelişimiyle ilişkisi incelenirken, ebeveynlerin çocuklarına karşı kendilerini ve ebeveynlik rollerini olumlu görme, eleştirel ya da olumsuz yanları küçümseme eğilimi vurgulanır. Bu, kişinin kendini ve ilişkili olduğu durumları abartılı derecede olumlu değerlendirmesi anlamına gelir ki bu da “olumlu önyargı” kavramı ile doğrudan ilişkilidir. Ayrıca, çalışmada ebeveynlerin bu olumlu önyargısı, kendi ebeveynlik tarzlarını ve etkilerini gerçekçi olmayan biçimde algılamalarına yol açmakta, böylece aşırı koruyucu davranışların devam etmesine zemin hazırlamaktadır.

Tartışma

Bu çalışmanın amacı, ebeveynlerin çocuklarına yönelik pozitif yanılsamalarını ele alan araştırmaları derleyerek, bu yanılsamaların ebeveynlik tutumlarını, davranışlarını ve ebeveynlerin çocuklarıyla etkileşimlerinde nasıl etkilediğini belirlemektir. Derlenen çalışmalar ışığında ebeveynlikte olumlu yanılsama; anne babaların çocuklarının özelliklerini -örneğin zekâsını, ahlaki duruşunu, yeteneklerini veya başarısını- gerçekte olduğundan daha olumlu, idealize edilmiş biçimde algılaması olarak tanımlanmaktadır. Bu durum, ebeveynin çocuğu hakkında nesnel gerçeklikten saparak onu olduğundan daha üstün, özel ya da problemden uzak görmesi şeklinde ortaya çıkmaktadır (Taylor ve Brown 1988, Brummelman ve ark. 2013).

Dahil edilen çalışmalar incelendiğinde araştırmaların örneklemini annelerin oluşturduğu dikkat çekmektedir (Cohen 2001, Brummelman ve ark. 2015). Brummelman ve ark. (2015) çalışmasında, özellikle annelerin, babalara kıyasla çocuklarını daha fazla özel, üstün ve benzersiz olarak değerlendirme eğiliminde oldukları vurgulanmıştır. Bu durum, bakım verme rolünün sıklıkla anneye düşmesiyle açıklanabilir.

Çalışmada ilk olarak ele alınan olumlu yanılsama türlerinin ebeveynlik tutumları ve davranışları üzerindeki etkileri nelerdir problemi ele alınmıştır. Olumlu yanılsama düzeyi yüksek olan ebeveynlerin yüksek düzeyde ebeveynlik memnuniyeti gösterdikleri bulgulanmıştır. Wenger (1998) ebeveynlik memnuniyeti düzeyinin babalara oranla nispeten annelerde daha yüksek olduğunu belirtmiştir. Wenger ve Fowers (2008) ebeveynlerde olumlu yanılsamaların ebeveynlik memnuniyetinin önemli bir bileşeni olduğunu ve yüksek düzeyde ebeveynlik memnuniyeti bildirdiklerini saptamıştır.

Üstünlük yanılsaması gösteren ebeveynler, kendi ebeveynlik becerilerini ya da çocuklarının özelliklerini diğerlerinden daha iyi görme eğilimindedir. Bu durum ebeveynin öz güvenini ve ebeveynlik yeterlik algısını artırabilir (Taylor ve Brown 1988). Anne babalar üstünlük yanılsamasıyla kendi ebeveynliğini ortalamanın üzerinde görerek, güvenini artırarak çocuk yetiştirme sürecinde daha istikrarlı davranışlar sergileyebilirler (Taylor Brown 1988). Ebeveynin kendi öz değerini koruma, ebeveynlikte yeterli hissetme ve toplumsal kabul görme arzusu ile beslenir (Alicke ve Govorun 2005). Ancak gerçekçi olmayan beklentilere ve eleştiriye kapılığa yol açabilir; çocuğun gelişimsel ihtiyaçlarını gözden kaçırma riski doğurur.

Olumlu önyargı sergileyen ebeveynlerin, aile içindeki duygusal iklimi sıcak tutarak çocuğun kendini değerli hissetmesine katkı sağladıkları vurgulanmaktadır (Taylor ve Brown 1988); ayrıca, çocuklarının geleceğine dair umutlarını canlı tutmaları yoluyla kendi ebeveynlik motivasyonlarını da artıracakları belirtilmektedir (Taylor ve Brown 1994). Ancak bu durum problemleri inkâr etme, disiplin sorunlarını görmezden gelme gibi davranışsal ihmellere yol açabilir. Ayrıca ebeveynlerin kendi tutumlarını eleştirel bir gözle değerlendirmelerini zorlaştırabilir (Bruysters ve Pilkington 2023) ve ebeveynlerin aşırı koruyucu ebeveynlik davranışlarını sürdürmesine neden olur. Çünkü ebeveynler, bu tutumlarının olumsuz etkilerini ya fark etmez ya da küçümserler. Böylece, olumlu önyargı, ebeveynlerin kendi ebeveynlik tarzlarını ve çocuklarına yönelik yaklaşımlarını gerçekçi olmayan biçimde algılamalarına zemin hazırlayarak, olumsuz sonuçlara yol açabilecek tutumların devamını destekler. Kontrol yanılsaması ebeveynlerde sorumluluk alma ve yönlendirme isteğini artırabilir. Ayrıca ebeveynlerin duygularını gizleyerek aşırı kontrol beklentisi ile yoğun ebeveynlik stresi ve duygusal tükenmişlik yaşanmasına neden olabilir (Smith 2010). Aşırı kontrolcü tutumların, çocuğun özerklik gelişimini engelleyebileceği ve ergenlikte yüksek çatışmalara neden olabileceği düşünülmektedir (Krauss ve ark. 2020).

Geleceğe yönelik iyimser beklentiler, ebeveynlerin umut duygusunu, moralini ve psikolojik dayanıklılığını güçlendirir. Ancak bu durum bazen risklerin ve ihtiyaçların küçümsenmesiyle sonuçlanabilir (örneğin, sağlık sorunlarının ihmal edilmesi vb.) (Taylor ve Brown 1994, Paczkowski ve Baker 2008). Bu bakış açısı ebeveynlerin çocuklarını, ebeveynlik performanslarını veya aile yaşantılarını olduğundan daha olumlu algılamaları yalnızca bilişsel bir çarpıtma değil, aynı zamanda psikolojik bir savunma ve duygusal dengeleme aracı olarak değerlendirilebilir. Ebeveynlik, yoğun emek, belirsizlik ve duygusal yatırım gerektiren bir deneyim olduğundan, bu olumlu yanılsamalar ebeveynlerin tükenmişliğe karşı direnç geliştirmelerine, stresle başa çıkmalarına ve ebeveynlik rollerini anlamlandırmalarına yardımcı olabilir (Eibach ve Mock 2011).

Aşırı Değerleme (Overvaluation Bias) yoluyla ebeveynin çocuğunun kendilik değerini ve özgüvenini kısa vadede artırabildiği ancak narsistik özelliklerin gelişmesine zemin hazırlayabildiği vurgulanmaktadır. Bu

şekilde ebeveynin gerçekçi geri bildirim alma becerisini zayıflattığına dikkat çekilmektedir (Brummelman ve ark. 2013, 2015). Ebeveynlerin aşırı değerlendirme tutumlarının sadece çocuğun özgüvenini artırmakla kalmayıp, aynı zamanda potansiyel olarak zararlı kişilik özelliklerinin ortaya çıkmasına neden olabilir. Bu bağlamda, ebeveynlik tutumlarının olumlu yanılsama türlerinden aşırı değerlendirme ile ilişkisi, ebeveynlik davranışlarının çocuk üzerindeki uzun vadeli etkilerini anlamak açısından kritik bir öneme sahiptir. Ebeveynlerin çocuklarını gerçeklikten kopuk biçimde üstün ve özel görme eğilimlerinin, çocukların kendilik algısını abartılı şekilde büyüttüğünü ve böylece narsistik özelliklerin temelini atıldığını göstermektedir. Bu bulgu, aşırı değerlemenin sadece çocukların özgüvenini desteklemekle kalmayıp, potansiyel olarak zararlı kişilik eğilimlerine yol açabileceği konusunda uyarıcıdır (Brummelman ve ark. 2014, 2015).

Kendilik yansıması güçlü anne babalar, ebeveynlik kimliğini güçlendirir, bağlılık duygusunu artırır ve ebeveynlik maliyetlerine odaklanıldığında duygusal ödülleri daha yüksek değerlendirirler (Eibach ve Mock 2011). Bu durum ebeveynlerin olumsuzlukları dengelemek ve ebeveynlikten aldıkları anlamı pekiştirmek için bilişsel uyumsuzluğu olumlu yanılsamalarla çözme stratejisi kullandıklarını desteklemektedir. Ayrıca, çocuk sahibi olmanın faydalarına odaklanmak, ebeveynlerin çocuklarına daha fazla zaman ayırma niyetlerini artırmakta, bu da olumlu yanılsamaların davranışa yansıdığını göstermektedir. Ancak bu durumun çocuğun bireyleşmesini engelleyebileceği ve performans baskısı yaratabileceği unutulmamalıdır.

Çalışmada ikinci olarak olumlu yanılsama türleri ebeveynlerin çocuklarıyla etkileşimlerinde nasıl rol oynar? problemi ele alınmıştır. Üstünlük yanılsaması, ebeveynlerin kendilerini veya çocuklarını diğer ebeveynlere ya da çocuklara göre daha üstün görme eğilimi olarak tanımlanır (Smith 2010). Bu yanılsama, ebeveynlerin çocuklarının yeteneklerini, sosyal becerilerini veya ahlaki değerlerini abartmalarına neden olabilir; bu durum çocuğun gerçekçi olmayan bir öz-değer geliştirmesine yol açarak narsistik eğilimlerin oluşmasına katkıda bulunabilir (Brummelman ve ark. 2015). Üstünlük yanılsamasına dayalı tutumlar, ebeveyn-çocuk ilişkisinde gerçekçi olmayan beklentilere ve iletişim sorunlarına zemin hazırlayabilir. Bu durum, çocuğun kendilik algısında da sorunlara yol açarak uzun vadede narsistik özelliklerin gelişimine katkıda bulunabilir (Horton ve Tritch 2014). Ayrıca, ebeveynlerin kendi ebeveynlik becerilerini fazla yüceltmesi, gerektiğinde destek veya yardım arama davranışını engelleyerek ebeveynlik sürecinde olumsuz sonuçlara neden olabilir (Lee ve ark. 2012).

Ebeveynlerde görülen olumlu önyargı, çocuklarının eksikliklerini veya yaşadıkları zorlukları küçümseme eğilimini beraberinde getirebilir; bu durum, ebeveynlerin çocuklarına karşı gerçekçi geri bildirim verme ve gerektiğinde müdahale etme kapasitesini azaltabilir (Cohen 2001). Ancak, olumlu önyargı aynı zamanda ebeveynlerin çocuklarına karşı daha koruyucu ve destekleyici tutumlar geliştirmesine katkıda bulunarak, çocuğun psikolojik dayanıklılığını güçlendirebilir (Cohen 2001). Ebeveyn, yalnızca çocuğu yüceltmekle kalmaz; aynı zamanda çocuğa dair yargılarında kendine dair idealleştirilmiş benlik imgesini de sürdürmeye çalışır (Cohen ve Fowers 2004).

Ebeveynin kendi psikolojik yatırımını rasyonelleştirme ve öz-değerini sürdürme mekanizması olarak işlemektedir. Bu durum, ebeveynlikte gözlemlenen birçok olumlu yanılsama türünün, yalnızca çocuğun bireysel özelliklerine değil, ebeveynin kendi kimliğine dair algılara dayandığını göstermektedir. 'Benim çocuğum' kimliğinin içselleştirilmesi, ebeveynin çocuğa yönelik daha pozitif, idealize edici bir tutum sergilemesine neden olmakta; bu da çocuğun duygusal bağlanması açısından destekleyici bir unsur olabileceği gibi, ebeveynin çocuğun gerçek ihtiyaçlarını göz ardı etme riskini de beraberinde getirebilmektedir (Cohen ve Fowers 2004).

Kontrol yanılsaması, ebeveynlerin çocuklarının davranışları veya yaşam olayları üzerinde gerçekçi olmayan düzeyde kontrol sahibi olduklarını düşüncelerini ifade eder (Krauss ve ark. 2020, Taylor ve Brown 1988). Bu yanılsama, ebeveynlerin çocuklarının her davranışını kontrol etmeye çalışmasına yol açarak, çocukların özerklik ve sorumluluk alma becerilerinin gelişimini engelleyebilir (Krauss ve ark. 2020). Bu durum, çocukların içsel kontrol algısını etkileyebilir. Ayrıca, ebeveynlerin duygularını bastırarak durumu yönetme çabaları, ebeveynlerde stres ve tükenmişlik hissinin artmasına neden olabilir. Çocuklar ise aşırı kontrolcü tutumlara karşı direnç geliştirerek, ebeveynleriyle çatışma yaşama eğilimi gösterebilirler (Smetana 2011).

İyimserlik önyargısı, ebeveynlerin çocuklarının gelecekteki başarıları ve iyilik halleri hakkında gerçekçi olmayan derecede olumlu beklentiler taşıması olarak tanımlanır (Sharot 2011). Paczkowski ve Baker (2008)

çalışmasına göre, iyimserlik önyargısı ebeveynlerin çocuklarıyla etkileşiminde önemli bir psikolojik mekanizma olarak rol oynamaktadır. Bu durum, ebeveynlerin olası riskleri ve sorunları göz ardı etmelerine ve bu nedenle yeterli hazırlık yapmamalarına yol açabilir (Weinstein 1980). Ancak, iyimserlik aynı zamanda çocuk ve ebeveynin motivasyonunu artırarak psikolojik dayanıklılığı güçlendirebilir (Carver ve Scheier 2014). Böylece ebeveynler, zorlayıcı koşullara rağmen umutlarını ve psikolojik dayanıklılıklarını koruyarak, çocuklarına karşı daha destekleyici ve motive edici bir tutum sergilerler.

Aşırı değerlendirme, ebeveynlerin çocuklarını abartılı ve gerçek dışı olumlu niteliklerle yüceltmesi olarak tanımlanır (Brummelman ve ark. 2015). Bu tutum, çocuğun kendilik algısının gerçeklikten sapmasına ve narsistik özelliklerin temelini atılmasına zemin hazırlayabilir (Brummelman ve ark. 2014, Coppola ve ark. 2020). Ayrıca, ebeveynlerin aşırı değerlemesi çocuğun başarılarını ve eksikliklerini objektif değerlendirmesini engelleyerek sağlıklı gelişimi zorlaştırabilir (O'Brien ve Bierman 1988). Bununla birlikte, aşırı değerlendirme çocukta performans kaygısı ve sosyal ilişki sorunlarının ortaya çıkmasına neden olabilir (Brummelman ve ark. 2014).

Kendilik yansıması (self-enhancement/self-reflection), ebeveynlerin kendi benlik değerlerini korumak amacıyla çocuklarını kendileri gibi olumlu görme ve değerlendirme eğilimidir. Bu durum, ebeveynlerin çocuklarını aşırı olumlu algılamalarına neden olarak, ebeveynin psikolojik ihtiyaçları ile çocuğun gerçek durumu arasındaki farkı kapatma işlevi görebilir (Brummelman ve ark. 2013). Böylece ebeveyn, kendi öz-değerini çocuk aracılığıyla yükseltirken, çocuğun bağımsız gelişimini sınırlayabilir ve çocuğun gerçek potansiyelinin ve ihtiyaçlarının gözden kaçmasına yol açabilir (O'Brien ve Bierman 1988, Wenger ve Fowers 2008). Ancak Rowell ve Jaswal (2021) bu süreçte, çocukların sosyal karşılaştırmalar yaparak kendilerini daha iyi algılamaları, psikososyal uyum ve özsaygı için işlevsel olabileceklerine vurgu yapmaktadırlar. Gelecek araştırmalarda, farklı ebeveynlik stillerinin çocukların kendilik yansımaları üzerindeki etkilerinin daha detaylı incelenmesi ve kültürel faktörlerin rolü araştırılmalıdır.

Özetle, olumlu yanılsama düzeyi ebeveynliğin hem destekleyici hem de zorlayıcı yönlerini şekillendirir. Dengeli ve gerçekçi bir olumlu yanılsama, ebeveynlerin psikolojik iyi oluşunu destekleyerek çocuk gelişimini olumlu etkilerken, aşırı ya da yanıltıcı olumlu algılar sorunlara yol açabilir.

Sonuç

İncelenen çalışmalarda orta-üst sosyoekonomik düzeye sahip ebeveynlerin, çocuklarının potansiyelini abartma eğiliminde oldukları ve çocuklarını sosyal rekabete hazırlamak amacıyla olumlu yanılsamalar geliştirdikleri ileri sürülmektedir (Coppola ve ark. 2020). Daha yüksek eğitim seviyesine sahip ebeveynlerin çocuklarıyla ilgili olumlu değerlendirmelerinin daha güçlü olduğu, bu bireylerin çocuk gelişimi konusunda daha fazla bilgiye sahip olsalar da çocuklarının performansını yine de abartmaya eğilimli oldukları saptanmıştır (Brummelman ve ark. 2014). Bu bağlamda, eğitilmiş ebeveynlerin olumlu yanılsamaları bazen bilinçli destek stratejisi, bazen de örtük rekabet baskısının yansıması olabilir.

Farzand ve ark. (2021) algılanan ebeveynlik ile benlik kavramı arasındaki ilişkiyi sosyoekonomik etkileşim bağlamında ele almakta ve daha yüksek algılanan ebeveynlik düzeylerinin, daha olumlu öz değerlendirmelerle ilişkili olduğunu vurgulamaktadır. Bu bulgular, pozitif ebeveyn inancı ile sosyoekonomik avantaj arasındaki ilişkiyi desteklemektedir. Ayrıca bu ebeveynlerin genellikle yüksek benlik saygısına, yüksek ebeveynlik memnuniyetine ve daha idealize edilmiş çocuk algısına sahip oldukları saptanmıştır (Wenger 1998, Cohen 2001).

Lareau'ya (2003) göre, özellikle orta-üst sınıf ebeveynler çocuklarını sürekli olarak yapılandırılmış etkinliklere yönlendirir (spor, müzik, kurslar), akademik, sosyal gelişimlerini yakından izler, öğretmen ve uzmanlarla sürekli iletişim hâlinde olur ve çocuğun bireyselliğini ve kendini ifade etmesini teşvik eder. Lareau'nun tanımladığı (2003) orta sınıf ebeveynler kendi ebeveynlik stilini "diğerlerinden daha iyi" olarak görmektedirler. Bu durum da bir üstünlük yanılsaması (better-than-average effect) olabileceği düşünülmektedir.

Ebeveynin kendisiyle ilgili pozitif yanılsamaları, çocuğa yönelik algılara aktarılmakta; ebeveyn, çocuğu üzerinden dolaylı biçimde kendi değerini pekiştirmektedir (Wenger ve Fowers 2008). Bu bağlamda kendilik

yansıması, sadece bireyin kendisi hakkında olumlu düşünceler geliştirmesiyle sınırlı kalmayıp, çocuğu gibi önemli yakınlarına yönelik algılar üzerinden de işleyen bir süreç olarak ortaya çıkmaktadır. Bu, ebeveyn-çocuk etkileşimlerinde hem duygusal bağlanmayı güçlendirebilir hem de çocuk üzerinde yüksek beklenti ve performans baskısı gibi riskler doğurabilir (Wenger 1998). Gelecekte yapılacak araştırmalarda, ebeveynlerin kendi benlik saygısı düzeyleri ile çocuklarına yönelik aşırı olumlu değerlendirmeleri arasındaki nedensel ilişki daha ayrıntılı olarak incelenmelidir.

Sergilenen üstünlük yanılsaması, ebeveynlerin çocuklarının zekâsı, başarısı, sosyal becerileri veya karakter özelliklerini olduğundan daha olumlu değerlendirmelerinin altında yatan mekanizmaları anlamada önemli bir kuramsal çerçeve sunar. Bu tür değerlendirmeler, kısa vadede ebeveynin psikolojik iyilik halini destekleyebilir; ancak uzun vadede, çocuğun gerçek ihtiyaçlarının fark edilememesi, aşırı beklenti oluşması veya eleştiriye kapalı bir ebeveynlik tarzı gibi riskler taşıyabilir. Dolayısıyla, bu yanılsamaların işlevsel sınırları dikkate alınmalıdır. Ayrıca üstünlük yanılsaması bireylerde narsistik eğilimlerin temelini oluşturabilir. Rol modeli ebeveynlerin çocuklarıyla etkileşimlerinde sergiledikleri tutumlar (örneğin aşırı değerlendirme ve destek) çocuğun kendisini başkalarından daha üstün görme eğilimini pekiştirebilir (Farzand ve ark. 2021).

Yürütülmesi planlanan araştırmalarda üstünlük yanılsamasının ebeveynlikte öz-yeterlik algısı, çocuğa yönelik beklentiler ve ebeveyn-çocuk iletişimi üzerindeki etkileri çok boyutlu olarak incelenmesi önerilmektedir. Özellikle, bu yanılsamanın hem olumlu (örneğin motivasyon, dayanıklılık) hem de olumsuz (örneğin körlük, gerçeklikten kopma) çıktıları ebeveynlikte dengeleyici bilişsel stratejilerin geliştirilmesi önerilebilir. Olumlu önyargı, çocuğa yönelik duygular kadar, ebeveynin kendilik yapısının korunmasında da rol oynar (Wenger 1998). Olumlu önyargılar öznel ebeveyn yeterliliği hissinin korunması açısından işlevsel olabilir; ancak çocuğun gerçek özelliklerinin ve ihtiyaçlarının farkına varılmasını da gölgeleyebilir. Ebeveynlerin olumlu önyargıları, ergenlik ve yetişkinlik dönemlerinde ortaya çıkan erken maladaptif şemaların gelişimine neden olabilmektedir. Bu tutumlar çocukların sağlıklı gelişimini engelleyen aşırı koruyucu davranışlar olarak da görülebilir.

Gelecekte yürütülmesi planlanan araştırmalar, olumlu önyargının ebeveynlik bağlamında ne zaman işlevsel (örneğin çocuğun özgüvenini artırıcı) ne zaman ise işlevsiz (örneğin çocuğun gerçek gelişim alanlarının göz ardı edilmesi) hale geldiğini daha net ortaya koymalıdır. Ayrıca, ebeveyn rolünü benimsemenin düzeyi ve içeriği ile olumlu önyargı arasındaki ilişkiyi etkileyen sosyo-kültürel faktörler, bağlanma stilleri ve ebeveynin kişilik özellikleri gibi değişkenler de bütüncül biçimde ele alınmalıdır. Bu tür çalışmalar, ebeveyn-çocuk etkileşiminde bilişsel çarpıtmaların etkisini daha rafine bir şekilde anlamamıza katkı sağlayacaktır. İleride yürütülecek araştırmalarda, olumlu önyargının sınırlarının ve işlevlerinin daha açık biçimde analiz edilmesi faydalı olacaktır. Özellikle ebeveynin kendi psikolojik yatırımını sürdürme eğilimi ile çocuğun gelişimsel ihtiyaçları arasındaki dengenin nasıl kurulduğu daha ayrıntılı biçimde ele alınmalıdır. Ayrıca, biyolojik ebeveynlik ve sosyal ebeveynlik (üvey ebeveynlik, evlat edinme vb.) bağlamlarında bu önyargıların farklı işleyip işlemediği, kültürel ve bağlamsal faktörler ışığında değerlendirilmelidir. Bu sayede, olumlu önyargıların ebeveyn-çocuk etkileşimine katkı sağladığı durumlarla, zarar verdiği durumlar arasındaki sınırlar daha sağlıklı çizilebilir.

Ebeveynlerin aşırı değerlendirme eğilimlerinin çocuk gelişimindeki etkilerini anlamak hem psikolojik müdahaleler hem de ebeveynlik eğitim programları için kritik öneme sahiptir. Özellikle, ebeveynlere yönelik rehberliklerde, çocukları desteklerken gerçekçi ve dengeli olumlu değerlendirmelerin teşvik edilmesi önem taşımaktadır. Böylece, çocukların kendilik algılarının aşırı şişirilmesinin önüne geçilerek, sağlıklı bir kişilik gelişimi desteklenebilir.

Planlanan araştırmalarda, aşırı değerlendirme ile sağlıklı ebeveynlik sıcaklığı arasındaki çizginin netleştirilmesi ve bu tutumların çocuklarda yarattığı uzun dönemli psikososyal etkilerin daha ayrıntılı incelenmesi önerilmektedir. Ayrıca, farklı kültürel bağlamlarda aşırı değerlemenin etkileri ve ebeveynlerin bu tutumları nasıl şekillendirdiği üzerine yapılacak çalışmalar hem teorik hem de pratik anlamda literatüre zenginlik katacaktır. Böylelikle, olumlu yanılsama türlerinden aşırı değerlendirme bağlamında ebeveynlik tutumları daha kapsamlı ve derinlemesine anlaşılabilir. İyimserlik önyargısı, ebeveynlerin çocuklarıyla olan ilişkilerinde güven, moral ve pozitif motivasyon kaynağı olur ve ebeveyn-çocuk etkileşiminde iyimserlik önyargısının

olumlu işleyişini göstermektedir. Öte yandan, aşırı iyimserlik çocukta gerçekçi olmayan hedefler belirlenmesine neden olarak hayal kırıklığı yaşamasına zemin hazırlayabilir.

Ebeveynlerin çocuklarına dair olumlu yanılsamalarının düzeyine göre ebeveyn-çocuk ilişkisinde hangi psikososyal sonuçların ortaya çıktığı detaylı araştırmalara ihtiyaç duyulmaktadır. Ayrıca bu yanılsamaların ebeveyn stresini azaltma, ebeveynlik doyumunu artırma gibi faydalarının yanı sıra, çocuk üzerindeki olası baskılayıcı etkileri ve gelişimsel sonuçlarının da incelenmesi önerilmektedir. Olumlu yanılsamanın destekleyici mi yoksa gerçeklikten koparan mı olduğu bağlamsal olarak analiz edilmelidir.

Kaynaklar

- Alicke MD (1985) Global self-evaluation as determined by the desirability and controllability of trait adjectives. *J Pers Soc Psychol*, 49:1621-1630.
- Alicke MD, Govorun O (2005) The better-than-average effect. In: *The Self in Social Judgment* (Eds MD Alicke DA Dunning, JI Krueger):83-106. New York, Psychology Press.
- Brummelman E, Thomaes S, Nelemans SA, Orobio de Castro B, Bushman BJ (2013) My child is God's gift to humanity: development and validation of the parental overvaluation scale. *J Pers Soc Psychol*, 103:665-676.
- Brummelman E, Thomaes S, Orobio de Castro B, Nelemans SA, Overbeek G, Bushman BJ et al. (2015) Narcissism in children is cultivated by parental overvaluation and undermined by parental warmth. *Proc Natl Acad Sci U S A*, 112:3659-3662.
- Brummelman E, Thomaes S, Orobio de Castro B, Overbeek G, Bushman BJ (2014) "That's not just beautiful- that's incredibly beautiful!" The adverse impact of inflated praise on children with low self-esteem. *Psychol Sci*, 25:728-735.
- Bruysters NYF, Pilkington PD (2023) Overprotective parenting experiences and early maladaptive schemas in adolescence and adulthood: a systematic review and meta-analysis. *Clin Psychol Psychother*, 30:10-23.
- Carver CS, Scheier MF (2014) Dispositional optimism. *Trends Cogn Sci*, 18:293-299.
- Cohen JD, Fowers BJ (2004) Blood, sweat, and tears biological ties and self-investment as sources of positive illusions about children and stepchildren. *J Divorce Remarriage*, 42:39-59.
- Cohen JD (2001) Positive illusions: a comparison of the unrealistically positive views parents and stepparents hold of their children [Doctoral dissertation]. Miami, FL, University of Miami.
- Coppola G, Musso P, Buonanno C, Semeraro C, Iacobellis B, Cassibba R et al. (2020) The apple of daddy's eye: parental overvaluation links the narcissistic traits of father and child. *Int J Environ Res Public Health*, 17:4672.
- Correa W, Minetto MF, Cappellaro Kobren R, Kruszielski L (2019) Parental beliefs on child development of children with developmental delays. *Paidéia*, 29:e2928.
- Darling, N Steinberg, L. Parenting style as context: An integrative model. *Psycho Bull*, 113, 487-496.
- Eibach RP, Mock SE (2011) Idealizing parenthood to rationalize parental investments. *Psychol Sci*, 22:203-208.
- Epley N, Dunning D (2000) Feeling "holier than thou": are self-serving assessments produced by errors in self- or social prediction? *J Pers Soc Psychol*, 79:861-875.
- Farzand M, Cerkez Y, Baysen E (2021) Effects of self-concept on narcissism: mediational role of perceived parenting. *Front Psychol*, 12:674679.
- Fowers BJ, Lyons EM, Montel KH (1996) Positive marital illusions: self-enhancement or relationship enhancement? *J Fam Psychol*, 10:192-208.
- Green A, MacLean R, Charles K (2020) Recollections of parenting styles in the development of narcissism: the role of gender. *Pers Individ Dif*, 167:110246.
- Hanley T, Cutts L (2013) What is a systematic review? *Couns Psychol Rev*, 28:3-6.
- Horton RS, Tritch T (2014) Clarifying the links between grandiose narcissism and parenting. *J Psychol*, 148:133-143.
- Jeon S, Neppi TK (2016) Intergenerational continuity in economic hardship, parental positivity, and positive parenting: the association with child behavior. *J Fam Psychol*, 30:22-32.
- Karadeniz G (2024) Unrealistic parental optimism. *Psikiyatride Güncel Yaklaşımlar*, 16:723-730.
- Kart ME (2004) Pozitif yanılsama ve psikolojik sağlık. *Ankara Üniversitesi SBF Dergisi*, 59:1.
- Kaya İ (2010) Anne-babaların akılcı olmayan inançları ölçeğinin geliştirilmesi: psikometrik özelliklerinin incelenmesi (Yüksek lisans tezi). Gaziantep, Gaziantep Üniversitesi.
- Krauss S, Orth U, Robins RW (2020) Family environment and self esteem development: a longitudinal study from age 10 to 16. *J Pers Soc Psychol*, 119:457-478.
- Langer EJ (1975) The illusion of control. *J Pers Soc Psychol*, 32:311-328.

- Lareau A (2003) *Childhoods: Class, Race, and Family Life*. Los Angeles; CA, University of California Press.
- Lee MA, Schoppe-Sullivan SJ, Kamp Dush CM (2012) Parenting perfectionism and parental adjustment. *Pers Individ Dif*, 52:454-457.
- Lin GX, Szczygieł D (2022) Perfectionistic parents are burnt out by hiding emotions from their children but this effect is attenuated by emotional intelligence. *Pers Individ Dif*, 184:111187.
- Lukavská K, Vacek J, Gabrhelík R (2020) The effects of parental control and warmth on problematic internet use in adolescents: a prospective cohort study. *J Behav Addict*, 9:664-675.
- Mazur E (2006) Biased appraisals of parenting daily hassles among mothers of young children: predictors of parenting adjustment. *Cogn Ther Res*, 30:161-175.
- Mezulis A, Simonson J, McCauley E, Stoep AV (2011) The association between temperament and depressive symptoms in adolescence: brooding and reflection as potential mediators. *Cogn Emot*, 25:1460-1470.
- Mezulis AH, Abramson LY, Hyde JS, Hankin BL (2004) Is there a universal positivity bias in attributions? a meta-analytic review of individual, developmental, and cultural differences in self-serving attributional bias. *Psychol Bull*, 130:711-747.
- O'Brien SF, Bierman KL (1988) Conceptions and perceived influence of peer groups: interviews with preadolescents and adolescents. *Child Dev*, 59:1360-1365.
- Paczkowski E, Baker BL (2008) Parenting children with developmental delays: the role of positive beliefs. *J Ment Health Res Intellect Disabil*, 1:156-175.
- Peterson C, Seligman MEP, Vaillant GE (2000) *Healthiest Minds: A Decade of Positive Psychology Research*. Washington, DC, American Psychological Association.
- Roger PR (2006) *Parents' hope, optimism, and positive illusions and the resilience of their children adopted from Russia* [doctoral dissertation]. Fordham University.
- Rosenthal R, Jacobson L (1968) *Pygmalion in the Classroom: Teacher Expectations and Pupils' Intellectual Development*. New York: Holt, Rinehart & Winston.
- Rowell, SF, Jaswal VK (2021) I remember being nice: self-enhancement memory bias in middle childhood. *Memory*, 29:261-269.
- Sedikides C, Gregg AP (2008) Self-enhancement: food for thought. *Perspect Psychol Sci*, 3:102-116.
- Seligman MEP (1990) *Learned Optimism: How to Change Your Mind and Your Life*. New York, Simon and Schuster.
- Sharot T (2011) The optimism bias. *Curr Biol*, 21:844-946.
- Smetana JG (2011) Adolescents' social reasoning and relationships with parents: conflicts and coordinations within and across domains. In *Adolescent Vulnerabilities and Opportunities: Constructivist and Developmental Perspectives* (Eds E Amsel, JG Smetana JG):139-158. Cambridge, Cambridge University Press.
- Smith M (2010) Good parenting: making a difference. *Early Hum Dev*, 86:689-693.
- Tasimi A, Johnson MK (2015) A self-serving bias in children's memories? *J Exp Psychol Gen*, 144:528-533.
- Taylor SE, Brown JD (1988) Illusion and well-being: a social psychological perspective on mental health. *Psychol Bull*, 103:193-210.
- Taylor SE, Brown JD (1994) Positive illusions and well-being revisited: separating fact from fiction. *Psychol Bull*, 116:21-27.
- Taylor SE, Gollwitzer PM (1995) Effects of mindset on positive illusions. *J Pers Soc Psychol*, 69:213-226.
- Weinstein ND (1980) Unrealistic optimism about future life events. *J Pers Soc Psychol*, 39:806-820.
- Wenger A (1998) *Positive illusions: an examination of the unrealistically positive views parents hold of their children and of the parenting experience* [doctoral dissertation]. University of Miami.
- Wenger A, Fowers BJ (2008) Positive illusions in parenting: every child is above average. *J Appl Soc Psychol*, 38:611-634.
- Wright C, Heron J, Campbell R, Hickman M, Kipping RR (2020) Adolescent multiple risk behaviours cluster by number of risks rather than distinct risk profiles in the alspac cohort. *Bmc Public Health*, 20:290.

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

Etik Onay: Bu çalışma bir derleme yazısı olduğu için etik onaya gerek yoktur.

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.

Ethical Approval: This review study does not require ethical clearance.

Conflict of Interest: No conflict of interest was declared.

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