

Helikopter Ebeveynlik Tutumları Ergenlerin Mental İyi Oluşunu Nasıl Etkiler: Öz-Kontrolün Rolü

Doç. Dr. Zeynep ŞİMŞİR GÖKALP*

Selçuk Üniversitesi, Eğitim Fakültesi, Eğitim Bilimleri Bölümü, Konya / Türkiye,
zey.simsir.93@gmail.com, ORCID: 0000-0003-2353-8922

Öz

Helikopter ebeveynlik son yıllarda hem medyada hem de araştırma literatüründe dikkat çeken ebeveynlik tutumlarından biri olmuştur. Çocukların gelişimini ve iyi oluş halini tehdit eden bu tutum, aşırı ebeveynlik olarak da adlandırılmaktadır. Bu çalışmada ergenlerin algıladıkları anne ve baba helikopter ebeveynlik (AHE-BHE) tutumları ile öz-kontrol ve mental iyi oluş arasındaki ilişkilerin incelenmesi amaçlanmıştır. Araştırmaya üç farklı lisede öğrenim gören yaşları 13 ile 19 arasında değişen ($X=15.16$, $SD= 1.22$) 380 lise öğrencisi katılmıştır. Verilerin toplanmasında öz-bildirime dayalı kısa öz-kontrol, helikopter ebeveyn tutumları ve mental iyi oluş ölçekleri kullanılmıştır. Verilerin analizinde Pearson Korelasyon katsayısı hesaplanmış ve aracılık testi analizleri gerçekleştirilmiştir. Yapılan analizlerde AHE tutumu ile BHE ve öz-kontrol arasında negatif yönde ilişki bulunmuştur. Öz-kontrol ile mental iyi oluş arasında pozitif yönde ilişki bulunmuştur. AHE tutumu ile mental iyi oluş arasında anlamlı ilişki bulunamamıştır. BHE tutumu ile öz-kontrol ve mental iyi oluş arasında anlamlı ilişki olmadığı görülmüştür. Yapılan aracılık testinde öz-kontrolün AHE ile mental iyi oluş arasında aracı rolü olduğu tespit edilmiştir. Sonuç olarak ergenlerde helikopter ebeveynlik tutumlarının mental iyi oluş üzerinde doğrudan etkisinin olmadığı, AHE ile mental iyi oluş arasındaki ilişkiye öz-kontrol aracı değişken olarak dâhil edildiğinde anlamlı sonuçlar ortaya çıktığı görülmüştür.

* Sorumlu Yazar. Tel: +90 332 223 3048 | Araştırma Makalesi.

Makale Tarih Bilgisi. Gönderim: 18.03.2025, Kabul: 24.05.2025, Basım: Haziran, 2026.

Elde edilen sonuçlar Türk kültüründeki ebeveynlik rolleri ve kuramsal bilgiler ışığında tartışılmış ve birtakım çıkarımlarda bulunulmuştur.

Anahtar Kelimeler: Ebeveyn tutumu; Ergenlik; Öz-kontrol; Mutluluk; Aracılık testi.

How Helicopter Parenting Attitudes Affect Adolescents' Mental Well-Being: The Role of Self-Control

Abstract

Helicopter parenting has emerged as a parenting style that has attracted attention in both the media and the research literature in recent years. This over-involved parental approach, which threatens the development and well-being of children, is also called overparenting. The aim of this study was to examine the relationships between adolescents' maternal and paternal helicopter parenting attitudes (MHP-FHP) and self-control and mental well-being. 380 high school students, aged between 13 and 19 ($\bar{X} = 15.16$, $SD = 1.22$), studying at three different high schools, participated in the study. The data were collected using self-report questionnaires, including the Short-Term Self-Control Scale, the Helicopter Parenting Attitudes Scale, and the Mental Well-Being Scale. The Pearson correlation coefficients were calculated, and mediation analyses were performed. The results of the analyses showed that maternal helicopter parenting and self-control were negatively associated. A positive relationship was found between self-control and mental well-being. There was no significant link between maternal helicopter parenting and mental well-being. Additionally, no significant relationship was found between paternal helicopter parenting, self-control, and mental well-being. The mediation analyses revealed that self-control fully mediated the relationship between maternal helicopter parenting and mental well-being. As a result, it was concluded that helicopter parenting attitudes do not have a direct effect on mental well-being in adolescents; rather, their influence arises through the mediating role of self-control. Finally, the findings are discussed in the context of parental roles in Turkish culture and the theoretical framework, and some implications are presented.

Keywords: Parent; Adolescence; Self-control; Happiness; Mediation test.

Extended Summary

Purpose

Helicopter parenting is a new parenting style in which parents over-involve or over-control their children by organizing their personal and professional lives (LeMoyne and Buchanan, 2011). Recent literature has shown great interest in helicopter parenting, including the benefits and detriments associated with child development (Srivastav and Mathur, 2020). When the studies are examined, many of them reveal the negative effects of helicopter parenting on children. In response, this study aimed to examine the relationship between the perceived helicopter parenting attitudes and mental well-being levels of high school adolescents and the mediating role of self-control in this relationship. The research hypotheses, which were derived from Self Determination Theory, the General Theory of Crime and existing literature, are as follows:

H1. Mother/father helicopter parenting attitudes directly predict self-control and mental well-being.

H2. Self-control directly predicts mental well-being.

H3. Self-control mediates the relationship between parental helicopter parenting and mental well-being.

Method

This study adopted a quantitative correlational research design. The study participants consisted of 326 students (187 female, 57.4%, and 139 male, 42.6%) from three public schools located in a major city in Türkiye. The students were aged between 13 and 19 years with a mean age of 15.16 years ($SD = 1.22$). Data were collected using multiple self-report questionnaires, including a Demographic Information Form, a Helicopter Parenting Attitudes Scale, a brief Self-Control Scale, and the Short Form of the Warwick-Edinburgh Mental Well-Being Scale. Finally, Pearson correlation coefficients were calculated and mediation test analyses were performed.

Results

According to the results of the analysis, all direct effects of helicopter parenting (MHP and FHP) on mental well-being were non-significant, while only the indirect effect of MHP on mental well-being was significant. While MHP significantly and negatively predicted self-control ($\beta = -.19$, CI $[-.29, -.05]$), it did not significantly predict mental well-being ($\beta = -.02$, CI $[-.09,$

.06]). Self-control significantly and positively predicted mental well-being ($\beta = .41$, CI [.21, .37]). MHP significantly predicted mental well-being via self-control ($\beta = -.08$, CI [-.09, -.01]). Moreover, the results of the analysis showed that FHP did not significantly predict self-control ($\beta = .05$, CI [-.09, .18]) and mental well-being ($\beta = .08$, CI [-.04, .15]). The mediating role of self-control in the relationship between FHP and mental well-being was also non-significant ($\beta = .02$, CI [-.03, .05]).

Discussion

The findings of the study showed that the direct effects of MHP and FHP on mental well-being were non-significant. The literature on the relationship between helicopter parenting and mental well-being presents inconsistent results (Buchanan and LeMoyne, 2020; Jung et al., 2020; Kouros et al., 2017; Schiffrin et al., 2019). However, the direct effect of MHP on self-control was significant. This result is consistent with the parenting literature (e.g., Li et al., 2019; Şimşir-Gökçalp, 2023a). For example, a meta-analysis by Li et al. (2019) revealed that parenting is associated with self-control during adolescence and that this relationship is almost equivalent across cultures, ethnicities, parent and adolescent gender, and age. The results supported the mediating role of self-control in the relationship between MHP and mental well-being. These findings can be explained based on the strength model of self-control (Baumeister et al., 2007). In addition, the mediating role of self-control in the relationship between FHP and mental well-being was found to be non-significant. The non-significant findings of the analysis may be due to the fact that fathers in Turkish society assume less responsibility for parenting their children.

Conclusion

The results revealed that MHP reduced self-control and negatively affected mental well-being via self-control. However, FHP was not significantly associated with the other study variables. Moreover, self-control was found to be positively related to adolescents' mental well-being.

Giriş

Ebeveynlik stili, ebeveynlerin çocuklarına karşı sergiledikleri tutum ve davranışların bir bütünü olarak kavramsallaştırılabilir (Vigdal ve Brønnick, 2022). Ebeveynlerin çocuk yetiştirirken benimsemiş olduğu tutumlar çocukların yaşamında büyük etkiye sahiptir (Srivastav ve Mathur, 2020; Yavaş-Çelik, 2025). Ebeveynlerin benimsemiş olduğu stiller

literatürde çeşitli şekillerde sınıflandırılmıştır. Bunlardan bazıları yetkeci, ihmalkâr, izin verici ve otoriter ebeveynlik biçimleridir (Srivastav ve Mathur, 2020). Son zamanlarda popüler basında ve literatürde yer alan bir diğer ebeveyn tutumu da helikopter ebeveyn tutumudur (Bradley-Geist ve Olson-Buchanan, 2014).

Helikopter ebeveynlik, ebeveynlerin kişisel ve iş yaşamlarını düzenleyerek çocuklarının yaşamlarına aşırı dâhil oldukları veya çocuklarını aşırı kontrol ettikleri yeni bir ebeveynlik tarzıdır (LeMoyne ve Buchanan, 2011). Bu tutumu benimseyen ebeveynler, çocuklarının özgünlüklerini dikkate almadan bir dizi talimat belirleyerek çocuklarını zorluklardan aşırı derecede korurlar (Srivastav ve Mathur, 2020), pek çok faaliyette çocukları adına karar verirler, onlar için hedefler belirlerler ve karşılaştıkları engelleri onlar adına ortadan kaldırmaya çalışırlar (Segrin ve ark., 2012; Yavaş-Çelik, 2025). Ayrıca bu ebeveynlerin çocuklarının yapması gereken görevleri onlar adına yaptıkları, çocuklarının boş zamanlarının tamamını aktivitelerle doldurmaya çalıştıkları (Bradley-Geist ve Olson-Buchanan, 2014), günlük aktivitelerini düzenlemek için çocukları sürekli takip ettikleri (Padilla-Walker ve Nelson, 2012), çocukların akademik performansı üzerine aşırı eğildikleri (Zong ve Hawk, 2022) bilinmektedir. Bu davranışlar her ne kadar iyi niyetle sergilense de söz konusu tutum çocukların gelişimine ve iyi oluşuna zarar vermektedir (Evans ve Karl, 2022).

Son yıllardaki literatür, helikopter ebeveynlik tarzına büyük ilgi göstermekte ve çocuğun gelişimi üzerindeki artı ve eksilerini tartışmaktadır (Srivastav ve Mathur, 2020). Yapılan araştırmalar incelendiğinde, pek çoğunun helikopter ebeveynliğin çocuklar üzerindeki olumsuz etkilerini ortaya koyduğu görülmektedir. Araştırmalar helikopter ebeveynlerin sergilediği aşırı koruyucu ebeveynlik davranışlarının çocuğun fiziksel ve psikolojik gelişimini engelleyebileceğini (Segrin ve ark., 2015), temel psikolojik ihtiyaçlarından olan özerklik, yeterlilik ve ilişki kurma ihtiyaçlarını karşılamalarının önüne geçebileceğini (Seki ve ark., 2023; Vigdal ve Brønnick, 2022), öz-kontrol ve öz-yeterlilik becerilerine hasar verebileceğini (Şimşir-Gökalp, 2023a) ortaya çıkarmıştır. Ayrıca yapılan araştırmalarda helikopter ebeveynlik tutumunun kaygı, depresyon, stres, psikolojik semptomlar, madde kullanımı ve duygusal problemler gibi ruh sağlığı sorunları ile ilişkili olduğu bulunmuştur (Gao ve ark., 2023; Pistella ve ark., 2022; Seki ve ark., 2023; Set, 2020; Vigdal ve Brønnick, 2022).

Örneğin, Pistella ve arkadaşları (2022) tarafından İtalya’da ergenlerle (14-19 yaş) ile yürütülen araştırmada annelerin helikopter ebeveynlik tutumu ile ergenlerin madde kullanımı arasında ikinci dereceden (quadratic) bir ilişki bulunmuştur. Yani daha müdahaleci annesi olan katılımcılar daha yüksek düzeyde alkol kullandıklarını bildirmişlerdir. Seki ve arkadaşları (2013) tarafından Türk üniversite öğrencileri ile gerçekleştirilen çalışmada ise algılanan helikopter ebeveyn tutumunun kaygı, depresyon ve stresi artıracığı ortaya koyulmuştur.

Gelişim dönemleri açısından bakıldığında, helikopter ebeveynlik tutumu daha çok genç yetişkinlerin olduğu ailelerde görülmektedir (LeMoyne ve Buchanan, 2011; Seki ve ark., 2023; Şimşir-Gökalp, 2023a). Genç yetişkinlik dönemi, otonomi ve bağımsızlık ihtiyacının kritik olduğu ve aileden ayrı yaşam sürmeye başladığı bir süreçtir (Arnett, 2000). Bu doğrultuda literatürdeki araştırmaların çoğu helikopter ebeveynliğin genç yetişkinler üzerindeki etkisine odaklanmıştır (örn., Pistella ve ark., 2022; Segrin ve ark., 2015; Seki ve ark., 2023; Set, 2020; Şimşir-Gökalp, 2023a). Ancak ergenlik dönemi, çocukların özerkliklerini ilan etmeye başladığı, ebeveyn katılımlarının azalarak bağımsızlığın artmaya başladığı bir yaşam dönemidir (Wang ve Hawk, 2023). Bu nedenle helikopter ebeveynliğin ergenler üzerinde ortaya çıkardığı sonuçların ele alınması önemlidir. Bu araştırmada liseye giden ergenlerin algıladıkları helikopter ebeveynlik tutumları ile mental iyi oluş düzeyleri arasındaki ilişki ve bu ilişkide öz-kontrolün aracı rolünün incelenmesi amaçlanmıştır.

Helikopter Ebeveynlik ve Mental İyi Oluş

Aile katılımı ergenlik çağındaki çocukların sağlıklı gelişimi için vazgeçilmez faktörlerden biridir. Ancak helikopter ebeveynlik diye adlandırılan tutumda sergilenen aşırı ebeveyn katılımı; ebeveyn yardımının ve yönlendirmesinin daha fazla olması, çocuğun bakım ve başkalarından ilgi görmeye muhtaç olduğuna dair inanç geliştirmesine yol açar ve yaşına uygun başa çıkma becerilerinin gelişimini engeller (Kouros ve ark., 2017; Srivastav ve Mathur, 2020). Bunu yapan ebeveynler, çocuklarına kendi mücadeleleri ile üstesinden gelemeyeceklerini ve dünyanın tehlikelerinden sürekli korunmaya ihtiyaç duydukları mesajını verirler (Vigdal ve Brønning, 2022). Bunun sonunda başa çıkma becerileri yeterince gelişmeyen ergenlerin zorluklar karşısında hassasiyeti ve psikolojik problemlere yatkınlığı artabilir (Set, 2020).

Ayrıca temel psikolojik ihtiyaçların karşılanmaması iyi oluş üzerinde de olumsuz etkiler yaratabilir (Kouros ve ark., 2017). Bu ilişkiyi açıklayan ve bu konuda öne çıkan kuram Öz-belirleme kuramıdır (Deci ve Ryan, 1985). Öz-belirleme kuramına göre insanların sağlıklı gelişimi ve işlevselliği için doğuştan bulunan özerklik, yeterlilik ve ilişki kurma temel psikolojik ihtiyaçlarının doyurulması gerekir (Ryan ve Deci, 2000). Literatürde yapılan çalışmalar helikopter ebeveynlik tutumunun özellikle ergenlik ve beliren yetişkinlik dönemindeki bireyler açısından sakıncalı olduğunu, temel psikolojik ihtiyaçların tatminini engellediğini ve dolayısıyla iyi oluş düzeyini düşürdüğünü ortaya koymuştur (Kouros ve ark., 2017; LeMoyné ve Buchanan, 2011; Schiffrin ve ark., 2014; Zaremohzzabieh ve ark., 2026). Örneğin, LeMoyné ve Buchanan (2011) tarafından Amerika'da, üniversite öğrencileri ile yürütülen çalışmada helikopter ebeveynlik ile iyi oluş arasında negatif; kaygı, depresyon ve ağrı kesici tüketimi arasında pozitif yönde ilişki bulunmuştur. Üniversite öğrencileri ile yapılan bir başka çalışmada helikopter ebeveynlik tutumu ile iyi oluş arasında negatif, sosyal kaygı ve disfori arasında pozitif yönde ilişkiler tespit edilmiştir (Kouros ve ark., 2017). Schiffrin ve arkadaşları (2014) tarafından Amerika'da üniversite öğrencileri ile gerçekleştirilen bir başka çalışmada algılanan helikopter ebeveynlik tutumunun özerklik, yeterlilik ve ilişki temel psikolojik ihtiyaçlarının karşılanmasını zorlaştırdığı ve böylece iyi oluşu olumsuz etkilediği rapor edilmiştir. Zaremohzzabieh ve arkadaşları (2026) meta-analitik yapısal denklem modellemesi kullanarak 28 çalışmadan elde edilen verilere dayanarak bir analiz yapmıştır. Elde edilen sonuçlara göre helikopter ebeveynlik, düşük memnuniyet ve psikolojik ihtiyaçların karşılanmaması ile önemli ölçüde ilişkili bulunmuştur. Bu faktörler yaşam memnuniyeti ve akademik performansı olumsuz etkilemiştir. Bu bulgulardan hareketle, bu çalışmada helikopter ebeveynlik tutumları ile mental iyi oluş arasında negatif yönde ilişkilerin bulunması beklenmektedir.

Zaman zaman mutluluk ile eş anlamlı olarak kullanılan iyi oluş, optimal psikolojik deneyim ve işlevsellik anlamına gelmektedir. İyi oluş araştırmaları hedonik ve eudaimonik olmak üzere iki yaklaşıma göre gerçekleştirilmektedir (Deci ve Ryan, 2008). Mutluluğa odaklanan hedonik iyi oluş pozitif duyguların varlığı ve negatif duyguların yokluğunu ifade eder. Eudaimonik iyi oluş ise kişinin potansiyelinin gerçekleşmesini temsil eden mükemmellik için çabalamaktır. Burada kişinin gerçek potansiyelinin gerçekleşmesi ve anlamlı bir yaşam arayışı vurgulanır (Deci ve Ryan, 2008;

Ryff ve Keyes, 1995). Mental iyi oluş ise her iki bakış açısını içeren bir iyi oluş göstergesidir (Demirtaş ve Baytemir, 2019; Tennant ve ark., 2007). Mental iyi oluş, olumlu duygular, tatmin duygusu ve psikolojik işlevsellikten oluşan çok yönlü bir kavramdır (Vainganker ve ark., 2017). Özetle, helikopter ebeveynliğin ergenler için sonuçlarının anlaşılmasına daha fazla katkı sağlayabileceği düşünülmektedir.

Helikopter Ebeveynlik ve Mental İyi Oluş Arasındaki İlişkide Öz-kontrolün Aracı Rolü

Öz-kontrol uzun vadeli amaçlara ulaşmak için kişinin dürtülerini, duygularını veya davranışlarını kontrol etme yeteneği olarak tanımlanır (Baumeister ve ark., 2007; Tangney ve ark., 2004). Öz-kontrol bireylerin en önemli ve etkili uyum sağlama mekanizmalarından biri kabul edilmektedir. Bu nedenle bireyler ve toplumlar açısından sahip olunması arzu edilen bir özelliktir (Baumeister ve Alquist, 2009). Öz-kontrol sahibi olmanın faydaları mevcut literatür tarafından da desteklenmiştir (Şimşir-Gökarp, 2023b). Yüksek düzeyde öz-kontrol akademik başarı (Duckworth ve Seligman, 2005), sağlıklı kişilerarası ilişkiler (Tangney ve ark., 2004), sağlıkla ilgili olumlu alışkanlıklar (Kang ve You, 2018), yaşam doyumu, huzur (Şimşir ve Dilmaç, 2022), pozitif duygular (Hamama ve Hamama-Raz, 2021), hedonik ve eudaimonik iyi oluş (Li ve ark., 2022) ile pozitif yönde ilişkili bulunmuştur. Bu araştırma sonuçlarından hareketle öz-kontrolün mental iyi oluşu yordayacağı düşünülmüştür.

Öz-kontrol genetik ve çevresel faktörlerin kombinasyonu ile gelişmektedir. Çevresel faktörlerden önde geleni de ailedir (Mueller ve ark., 2023). Ebeveynlerin benimsediği çocuk yetiştirme tutumu öz-kontrol gelişimini önemli ölçüde etkilemektedir (Gottfredson ve Hirschi, 1990). Genel Suç Teorisi (General Theory of Crime), öz-kontrolün erken çocuklukta gelişmeye başladığını ve öz-kontrol gelişiminde en önemli sosyalleşme aracı olan ailenin önemli rolü olduğunu vurgular. Çocuğun öz-kontrol becerisini geliştirebilmesi için şu üç koşulun sağlanması gerekmektedir: ebeveynlerin çocuğun davranışlarını izlemesi, sapkın davranışları oluştuğunda tespit etmesi ve bu davranışları düzeltmesi veya cezalandırmasıdır. Bu koşulların ortaya çıkabilmesi için ebeveyn gözetimi, bağlanma ve disiplin gerekmektedir (Gottfredson ve Hirschi, 1990). Buradan hareketle helikopter ebeveynlik tutumunun çocukların öz-kontrol gelişimine hasar verdiği söylenebilir. Literatürde yapılan çalışmalar algılana helikopter

ebeveynlik tutumu ile öz-kontrol arasında negatif ilişki olduğuna dikkat çekmiştir (Cui ve ark., 2019; Hong ve Cui, 2020; Şimşir-Gökalp, 2023a). Şimşir-Gökalp (2023a) genç yetişkinlerin katılımı ile yürüttüğü çalışmada anne ve babalar tarafından sergilenen helikopter yetiştirme tutumu ile öz-kontrol arasında negatif ilişkiler olduğunu rapor etmiştir. Benzer şekilde Hong ve Cui (2020) Amerika'da üniversite okuyan öğrencilerin anne ve babalarından algıladıkları helikopter ebeveynlik tutumlarının öz-kontrol düzeylerini olumsuz etkilediğini ortaya koymuştur. Cui ve arkadaşları, (2019) tarafından kadın üniversite öğrencileri ile yapılan araştırmada helikopter ebeveynlik tutumları ile öz-kontrol arasında negatif ilişki bulunmuştur. Bu araştırmada da ergenlerde algılanan helikopter ebeveynlik tutumu ile mental iyi oluş arasındaki ilişkide öz-kontrolün aracı rol oynayacağı beklenmektedir.

Araştırmanın Amacı

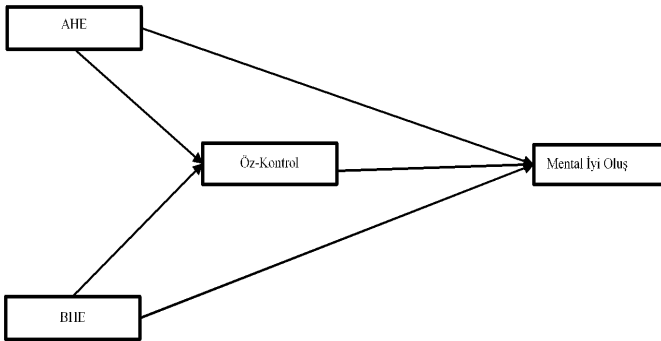
Bu araştırmanın amacı ergenlerde algılanan anne-baba helikopter ebeveynlik tutumu, öz-kontrol ve mental iyi oluş arasındaki ilişkileri incelemektir. Öz-belirleme teorisi, genel suç teorisi ve mevcut literatüre dayalı olarak oluşturulan araştırma hipotezleri şunlardır:

H1. Anne/baba helikopter ebeveynlik tutumu öz-kontrol ve mental iyi oluşu doğrudan yordamaktadır.

H2. Öz-kontrol mental iyi oluşu doğrudan yordamaktadır.

H3. Öz-kontrol, anne/baba helikopter ebeveynliği ile mental iyi oluş arasındaki ilişkiye aracılık etmektedir.

Hipotezlere dayalı olarak kurulan model Şekil 1'de gösterilmiştir.



Şekil 1. Varsayılan Model

Not. AHE: Anne helikopter ebeveynlik, BHE: Baba Helikopter Ebeveynlik

Yöntem

Araştırma Modeli

Bu araştırmada, nicel araştırma yöntemlerinden korelasyonel araştırma yaklaşımı benimsenmiştir. Korelasyonel araştırmanın amacı, iki veya daha fazla değişken arasındaki ilişkileri incelemektir (Fraenkel ve ark., 2012). Bu çalışmada mental iyi oluş bağımlı değişken, algılanan helikopter ebeveyn tutumu bağımsız değişken ve öz-kontrol aracı değişkendir.

Çalışma Grubu ve Prosedür

Çalışmaya Türkiye'nin büyük şehirlerinden birinde bulunan üç devlet okulundan toplam 380 lise öğrencisi katılmıştır. Yetersiz yanıt verenler veri setinden çıkarıldıktan sonra katılımcı sayısı 326'ya düşmüştür (187 kız, % 57.4; 139 erkek, % 42.6). Öğrencilerin yaşları 13 ile 19 arasında değişmekte olup yaş ortalaması 15.16'dır (SD: 1.22). Öğrencilerin % 40.1'ini dokuzuncu sınıflar oluştururken, bunu onuncu sınıflar (%31), on birinci sınıflar (%15.6) ve on ikinci sınıflar (%12.6) takip etmiştir.

Bu araştırmaya başlamadan önce Selçuk Üniversitesi Eğitim Fakültesi Bilimsel Etik Değerlendirme Kurulu'ndan etik onay alınmıştır (Ref: 41 - 15.11.2021). Veri toplama sırasında öğrencilere çalışmanın amaçları hakkında kapsamlı bir açıklama yapılmış ve bilgilerinin gizliliğinin sağlanacağı sözü verilmiştir. Tüm öğrenciler çalışmaya anonim ve gönüllü olarak katılmıştır. Ölçümleri Ekim-Aralık 2022 tarihleri arasında normal ders saatlerinde doldurmuşlardır. Öğrenciler ölçekleri yaklaşık 15 dakika içinde tamamlamıştır.

Veri Toplama Araçları

Demografik veriler

Demografik anket, katılımcıların cinsiyet, yaş, eğitim ve sınıf düzeyleri hakkında bilgi toplamak amacıyla bu çalışmanın yazarı tarafından hazırlanmıştır.

Helikopter ebeveyn tutumları

Katılımcıların algıladıkları helikopter ebeveyn tutumları, Yılmaz (2019) tarafından Türkçe olarak oluşturulan Helikopter Ebeveyn Tutumları Ölçeği (HPTÖ) kullanılarak ölçülmüştür. Ölçek 21 madde ve dört alt boyuttan oluşmaktadır: (i) anne ve baba düzeyinde etik konular, (ii) duygusal yaşam, (iii) güven-temel yaşam, (iv) akademik yaşam. Ölçek 4'lü Likert tipi bir öz bildirim ölçeğidir (1 = hiçbir zaman, 4 = her zaman) ve daha yüksek

puan daha güçlü bir helikopter ebeveynlik algısını göstermektedir. Ölçek, babaların ve annelerin helikopter ebeveyn tutumlarını ayrı ayrı değerlendirebilmektedir. Ölçekte yer alan örnek bir ifade “Öğretmenimi sık sık ziyaret etmek ister” şeklindedir. Ölçek geliştirme sürecinde yapılan Açıklayıcı Faktör Analizinde (AFA) madde yüklerinin .54’ün üstünde olduğu, ölçek maddelerinin toplam varyansın %42.8’ini açıkladığı görülmüştür. Doğrulayıcı Faktör Analizi sonucunda ise madde faktör yüklerinin .45’in üzerinde olduğu ve elde edilen modelin iyi uyum gösterdiği rapor edilmiştir. Yılmaz (2019) Cronbach alfa katsayısını anne formu için .85, baba formu için .83 olarak bulmuştur. Bu çalışmada, anne ve baba formları için Cronbach alfa katsayısı sırasıyla .80 ve .79 olarak hesaplanmıştır.

Öz-kontrol

Katılımcıların öz-kontrol düzeyi Tangney ve arkadaşları (2004) tarafından geliştirilen ve Nebioğlu ve arkadaşları (2012) tarafından Türkçeye çevrilen Kısa Öz-kontrol Ölçeği kullanılarak ölçülmüştür. Şimşir-Gökalg ve arkadaşları (2022) ölçeğin ergenler için uygun olup olmadığını lise öğrencileri örnekleminde test etmiş ve doğrulamıştır. Ölçek 13 madde ve öz disiplin ve dürtüsellik olmak üzere iki alt boyut içermektedir. Ölçek, kesinlikle katılmıyorum (1) ile kesinlikle katılıyorum (5) arasında değişen yanıtlarla 5’li Likert ölçeği üzerinden puanlanmaktadır. Öz-kontrol düzeyinin artması daha yüksek puanlarla gösterilir. Örnek bir ölçek maddesi şöyledir: “Kötü alışkanlıklarımı terk etmekte zorlanırım”. Şimşir Gökalg ve arkadaşları (2022) yaptıkları DFA’da ölçeğin madde faktör yüklerinin .42 ile .72 arasında değer aldığı ve uyum indekslerinin iyi olduğunu rapor etmiştir. Ayrıca ölçeğin geneli için Cronbach alfa katsayısı .79 olarak hesaplanmıştır. Bu çalışmanın örneklemini için Cronbach's alpha katsayısı .74 olarak bulunmuştur.

Mental iyi oluş

Tennant ve arkadaşları (2007) tarafından geliştirilen Warwick-Edinburgh Mental İyi Oluş Ölçeği Kısa Formu katılımcıların mental iyi oluşlarını değerlendirmek için kullanılmıştır. Ölçek, Demirtaş ve Baytemir (2019) tarafından Türkçeye uyarlanmıştır. Ölçek, (1) hiçbir zaman ile (5) her zaman arasında 5’li Likert ölçeği ile puanlanan yedi maddeden oluşmaktadır ve tek boyutlu bir yapıya sahiptir. Daha yüksek puan daha iyi bir mental iyi oluşa işaret etmektedir. Ölçeğin örnek bir ifadesi aşağıdaki gibidir:

“Kendimi işe yarar hissediyorum”. Demirtaş ve Baytemir (2019) yaptığı DFA’da ölçeğin madde faktör yüklerinin 57 ile .82 arasında değer aldığını ve modelin iyi uyum gösterdiğini rapor etmiştir. Ayrıca Türk örnekleminde ölçeğin Cronbach alfa katsayısını .86 olarak bildirmiştir. Bu çalışmanın örnekleme için Cronbach alfa katsayısı da .80 olarak belirlenmiştir.

Veri Analizi

Veriler Jamovi V 2.2 yazılım programı kullanılarak analiz edilmiştir (The jamovi project, 2021). Veri analizinden önce kayıp veriler, aykırı değerler ve normallik varsayımları değerlendirilmiş ve veriler analize hazır hale getirilmiştir. Değişkenlerin -2 ile +2 arasındaki çarpıklık ve basıklık değerlerinin normal dağılıma sahip olduğu varsayılmıştır (George ve Mallery, 2022). Ardından, iç güvenilirlik (α), tanımlayıcı istatistikler ve Pearson korelasyon analizini içeren ön analizler gerçekleştirilmiştir.

Jamovi Gelişmiş Aracılık Modelleri Modülü (Gallucci, 2020) kullanılarak helikopter ebeveynlik ile mental iyi oluş arasındaki ilişkide öz-kontrolün aracılık rolünü test etmek için aracılık analizleri yapılmıştır. Önerilen aracı modeli değerlendirmek için Hayes (2018) tarafından önerilen Bootstrapping yöntemi kullanılmıştır. Son yıllarda, Bootstrap kullanan aracı değişken analizi yaklaşımı, daha güvenilir tahminler ürettiği için geleneksel yöntemlere göre tercih edilmektedir. Ayrıca, bu yaklaşımın diğer yaklaşımlara göre önemli avantajları bulunmaktadır (Gürbüz ve Bayık, 2021; Preacher ve Hayes, 2004). Bu model, değişkenlerin temel korelasyon analizinde ilişkili olup olmamasından etkilenmez ve değişkenlerin dolaylı ilişkilere sahip olabileceği varsayımıyla, teorik olarak ilişkili olan tüm değişkenler model analizine dahil edilebilir (Gürbüz ve Bayık, 2021; Hayes, 2018; Preacher ve Hayes, 2004). Her bir dolaylı etkinin istatistiksel anlamlılığını belirlemek amacıyla, %95 güven aralıklarını (GA) oluşturmak için 5000 yenden örnekleme bootstrapping yöntemi kullanılmıştır. Bu analizin bulgularının aşağıdaki gibi kabul edilebilmesi için bir GA'nın alt veya üst sınırları 0 içermemelidir.

Bulgular

Betimsel Analizler

Tüm değişkenler için betimleyici istatistiklerin ve korelasyon katsayılarının sonuçları Tablo 1'de sunulmuştur. Her bir değişkenin dağılımı normal olup, çarpıklık ve basıklık katsayıları sırasıyla -.24 ile .08 ve -.59 ile -.15 arasında değişmektedir. Ayrıca, mevcut örnekleme .74 ile .80 arasında

değişen ölçeklerin iç güvenilirliği (α) yeterli düzeydedir. Çalışmanın değişkenleri arasındaki ilişkiler Pearson momentler çarpımı korelasyon analizi kullanılarak incelenmiştir. Korelasyon analizi, AHE'nin BHE ile pozitif ($r = .65, p < .001$) ve öz-kontrol ile negatif ($r = -.16, p < .001$) yönde ilişkiye sahip olduğunu ortaya koymuştur. Öz-kontrol ile mental iyi oluş arasında pozitif bir ilişki vardır ($r = .41, p < .001$). Bununla birlikte, AHE ve BHE ile mental iyi oluş arasındaki ilişki anlamsızdır ($p > .05$). BHE ile öz-kontrol arasındaki ilişki de anlamsızdır ($p > .05$).

Tablo 1. Korelasyon Katsayıları ve Tanımlayıcı İstatistikleri

Değişkenler	1	2	3	4	α	M	SD	SK	KU
1. AHE	-				.80	47.41	9.72	-.06	-.59
2. BHE	.65***	-			.78	42.55	9.01	.08	-.49
3.Öz-kontrol	-.16**	-.07	-		.74	42.66	8.41	-.24	-.37
4. MİO	-.05	.02	.41***	-	.80	23.12	5.96	-.19	-.15

Not. AHE: Anne Helikopter Ebeveynlik, BHE: Baba Helikopter Ebeveynlik, MİO: Mental İyi Oluş, SK= skewness; KU = kurtosis, *** $p < .001$, ** $p < .01$, * $p < .05$

Aracılık Analizi

Araştırma değişkenleri arasındaki doğrudan ve dolaylı etkileri incelemek için aracılık analizi yapılmıştır. Tablo 2'de, aracılık modelindeki doğrudan ve dolaylı etkilere ilişkin sonuçları sunulmaktadır.

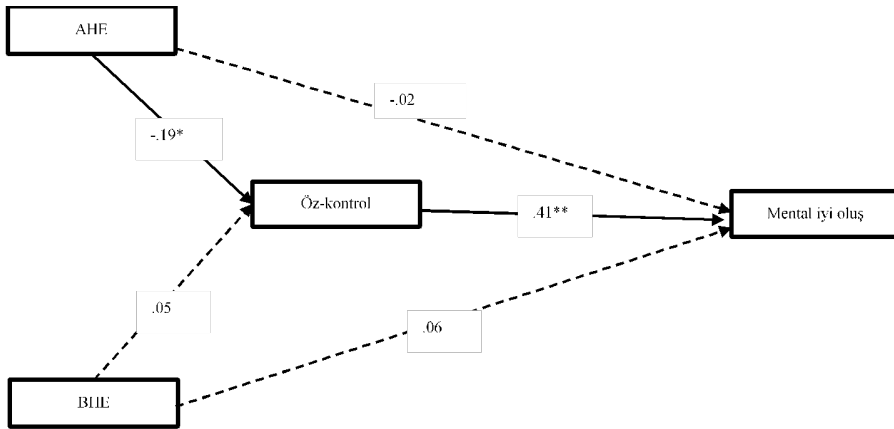
Tablo 2. Aracılık Modeli için Standartlaştırılmış Katsayılar ve Güven Aralıkları (GA)

	Etki	β	SE	95% C.I. (a)		
				En Alt	En üst	p
Dolaylı	AHE \Rightarrow Öz-kontrol \Rightarrow MİO	-.08*	.01	-.09	-.01	< .05
	BHE \Rightarrow Öz-kontrol \Rightarrow MİO	.02	.02	-.03	.05	.48
Bileşen	AHE \Rightarrow Öz-kontrol	-.19**	.06	-.29	-.05	< .01
	Öz-kontrol \Rightarrow MİO	.41***	.04	.21	.37	< .001
Direk	BHE \Rightarrow Öz-kontrol	.05	.07	-.09	.18	.48
	AHE \Rightarrow MİO	-.02	.04	-.09	.06	.71
Toplam	BHE \Rightarrow MİO	.06	.05	-.05	.13	.36
	AHE \Rightarrow MİO	-.10	.04	-.15	.02	.15
	BHE \Rightarrow MİO	.08	.05	-.04	.15	.24

Not. Betalar standardize edilmiş etki büyüklükleridir; AHE: Anne Helikopter Ebeveynlik, BHE: Baba Helikopter Ebeveynlik, MİO: Mental İyi Oluş

Analiz sonuçlarına göre, helikopter ebeveynliğinin (AHE ve BHE) mental iyi oluş üzerindeki tüm doğrudan etkileri anlamsızken, sadece AHE'nin mental iyi oluş üzerindeki dolaylı etkisi anlamlıdır. Görüldüğü üzere, AHE öz-kontrolü anlamlı ve negatif yönde yordarken ($\beta = -.19$, CI [-

.29, -.05]), mental iyi oluşu anlamlı düzeyde yordamamaktadır ($\beta = -.02$, CI [-.09, .06]). Öz-kontrol mental iyi oluşu anlamlı ve pozitif olarak yordamaktadır ($\beta = .41$, CI [.21, .37]). AHE, öz-kontrol aracılığıyla mental iyi oluşu anlamlı şekilde yordamaktadır ($\beta = -.08$, CI [-.09, -.01]). Başka bir deyişle, AHE ile mental iyi oluş arasındaki ilişkilerde öz-kontrolün aracılık rolü anlamlıdır. Ayrıca, analiz sonuçları BHE'nin öz-kontrolü ($\beta = .05$, CI [-.09, .18]) ve mental iyi oluşu ($\beta = .08$, CI [-.04, .15]) anlamlı bir şekilde yordamadığını göstermiştir. BHE ile mental iyi oluş arasındaki ilişkide öz-kontrolün aracılık rolü de anlamsızdır ($\beta = .02$, CI [-.03, .05]). Bu modelde, tüm değişkenlerin toplamı mental iyi oluştaki varyasyonun %17'sini açıklamaktadır (Şekil 2)



Şekil 2. Aracılık Modeli

Not. Anne Helikopter Ebeveynlik, BHE: Baba Helikopter Ebeveynlik

Tartışma

Çocuk yetiştirme ve ebeveynlik yaklaşımları, bireylerin gelişimini ve yaşam boyu işlevselliğini belirleyen en önemli faktörler arasındadır (Srivastav ve Mathur, 2020). Yeni ortaya çıkan bir ebeveynlik tarzı olan helikopter ebeveynlik, ebeveynlerin çocuklarının hayatlarına çok fazla dahil olmaları, onları kontrol etmeye çalışmaları ve onlarla aşırı ilgilenmeleri ile karakterize edilmektedir (Kouros ve ark., 2017; LeMoyné ve Buchanan, 2011; Segrin ve ark., 2012). Giderek büyüyen araştırma literatürü, bu ebeveynlik yaklaşımına büyük önem vermiş ve çocuk gelişimi açısından faydalarını ve dezavantajlarını incelemiştir (örneğin, Kouros ve ark., 2017; Schiffrin ve ark., 2019; Şimşir-Gökçalp, 2023a). Mevcut bilgi birikimini

genişletmek amacıyla, bu araştırma, lise öğrencilerinde algılanan helikopter ebeveynlik (AHE ve BHE), öz-kontrol ve mental iyi oluş arasındaki ilişkileri incelemiştir. Bu çalışmada ayrıca öz-kontrolün helikopter ebeveynlik (AHE ve BHE) ile mental iyi oluş arasındaki ilişkide aracı bir rol oynayıp oynamadığı da belirlenmeye çalışılmıştır.

Çalışmanın bulguları, AHE ve BHE'nin mental iyi oluş üzerindeki doğrudan etkisinin anlamsız olduğunu göstermiştir. Helikopter ebeveynlik ile mental iyi oluş arasındaki ilişkiye dair literatür tutarsız sonuçlar sunmaktadır (Buchanan ve LeMoyne, 2020; Jung ve ark., 2020; Kouros ve ark., 2017; Schiffrin ve ark., 2019). Örneğin, Jung ve arkadaşları (2020) tarafından yapılan çalışma, AHE ile yaşam memnuniyeti arasındaki bağlantının hem Amerikalı hem de Koreli üniversite öğrencileri arasında önemsiz olduğunu göstermiştir. Öte yandan, Kouros ve arkadaşları (2017), helikopter ebeveynliğin ABD'li üniversite öğrencileri arasında iyi oluş ile negatif ilişkili olduğunu bulmuştur. Schiffrin ve arkadaşları (2014) tarafından Amerika'da üniversite öğrencileri ile gerçekleştirilen bir başka çalışmada algılanan helikopter ebeveynlik tutumunun iyi oluş olumsuz etkilediği rapor edilmiştir. Yılmaz ve Büyükcebeci (2019), Türk lisans öğrencileri arasında AHE ve BHE'nin psikolojik iyi oluş ile pozitif ilişkili olduğunu göstermiştir. Araştırma sonuçlarındaki heterojenlik, iyi oluşun hedonik ve eudaimonik boyutları arasındaki kavramsal ayrım ile açıklanabilir. Eudaimonik iyi oluş (yani psikolojik iyi oluş) kişinin tam potansiyeline ulaşmasını ve anlamlı bir yaşam sürmesini gerektirirken, hedonik iyi oluş (yani yaşam doyumu) haz deneyimine ulaşmaya ve acıdan kaçınmaya odaklanmaktadır (Deci ve Ryan, 2008; Ryff ve Singer, 2008). Bu bağlamda, mental iyi oluş hem hedonik hem de eudaimonik boyutları kapsamaktadır (Maheswaran ve ark., 2012). Helikopter ebeveynlikle ilgili literatür incelendiğinde, helikopter ebeveynlik ile hedonik iyi oluş arasında anlamlı bir ilişki olmadığı, ancak helikopter ebeveynlik ile eudaimonik iyi oluş arasında negatif ilişkiler olduğu görülmektedir. Bir ebeveynin aşırı korumacı tutumu başlangıçta hoş görünebilir, ancak çocukların tam potansiyellerine ulaşmalarını engellediği için sonunda iyi olma halinin azalmasına yol açabilir.

AHE'nin öz-kontrol üzerindeki doğrudan etkisi anlamlıdır. Bu sonuç ebeveynlik literatürü ile tutarlıdır (ör. Li ve ark., 2019; Şimşir-Gökalp, 2023a). Şimşir-Gökalp'ın (2023a) çalışmasında helikopter ebeveynlik ile öz-

kontrol arasında negatif ilişki bulunmuştur. Li ve arkadaşları (2019) tarafından yapılan meta-analiz çalışmasının bulguları, ebeveynliğin ergenlik döneminde öz-kontrol ile ilişkili olduğunu ve bu ilişkinin kültürler, etnik kökenler, ebeveyn ve ergen cinsiyeti ve yaş arasında neredeyse eşdeğer olduğunu ortaya koymuştur. Ayrıca, araştırma sonucu Genel Suç Teorisini de desteklemektedir. En önemli öz-kontrol teorilerinden biri olan genel suç teorisi, öz-kontrolün erken yaşlardan itibaren gelişmeye başladığını ve kilit bir sosyalleşme mekanizması olan ailenin çocukların öz-kontrolünün gelişiminde çok önemli bir rol oynadığını savunmaktadır. Kurama göre, öz-kontrolün yokluğu aile büyüklüğü, ebeveynlik yaklaşımı ve ebeveyn sayısı gibi aile ile ilgili faktörlerden kaynaklanmaktadır (Gottfredson ve Hirschi, 1990). Öte yandan, BHE'nin öz-kontrol üzerindeki doğrudan etkisi anlamsız bulunmuştur. Bu bulgu, Türk kültüründe annelerin çocuk bakımı ve ebeveynlik konusunda daha fazla sorumluluk almasıyla yorumlanabilir. Başka bir deyişle, annelerin çocukları üzerinde babalardan daha fazla kontrole sahip olmasından kaynaklanıyor olabilir. Özetle, H1 kısmen desteklenmiştir.

İkinci amaçla ilgili olarak, öz-kontrolün mental iyi oluş üzerinde doğrudan etkisinin anlamlı olduğu ortaya çıkmıştır. Bu, daha güçlü öz-kontrole sahip ergenlerin daha yüksek mental iyi oluşa sahip olduğu anlamına gelmektedir. Sonuçlar, öz-kontrol ile mutluluk (Yılmaz ve Karaoğlan-Yılmaz, 2023), duygusal iyi oluş (Hofmann ve ark., 2014), öznel iyi oluş (Li ve ark., 2022; Ronen ve ark., 2016), psikolojik iyi oluş (Li ve ark., 2022) ve yaşam doyumu (Hofmann ve ark., 2014; Şimşir ve Dilmaç, 2022) arasında ilişkiler olduğunu bildiren önceki araştırmalarla tutarlıdır. Önemli sayıda çalışma, öz-kontrol özelliği ile akademik başarı, kişilerarası başarı ve olumlu sağlık davranışları gibi çeşitli istenen sonuçlar arasındaki ilişkiyi ortaya koymuştur (de Ridder ve ark., 2012; Tangney ve ark., 2004). Dolayısıyla, güçlü öz-kontrole sahip bireylerin daha yüksek mental iyi oluşa sahip olması şaşırtıcı değildir. Sonuç olarak H2 desteklenmiştir.

Üçüncü amaçla ilgili olarak, araştırmadan elde edilen sonuçlar, AHE ile mental iyi oluş arasındaki ilişkilerde öz-kontrolün aracı rolünü desteklemiştir. Yani, AHE ergenlerin öz-kontrol kapasitesinin gelişimini engelleyerek mental iyi oluşları üzerinde olumsuz bir etki yaratmaktadır. Bu bulgular, öz-kontrolün güç modeline dayalı olarak açıklanabilir. Bu teori, öz-denetimin kaslar gibi sınırlı bir kaynağa sahip olduğunu, ilk egzersizde

yorulduğunu ancak pratikle güçlendiğini öne sürmektedir (Baumeister ve ark., 2007). Helikopter ebeveynler aşırı müdahaleci ve kontrolcü oldukları için çocukların öz-denetim deneyimlemesini kısıtlatırlar. Bu nedenle, helikopter ebeveynlerin çocukları öz-kontrol becerisini güçlendiremezler. Baumeister ve Alquist (2009) de öz-kontrolün, insanların daha dengeli hayatlar yaşamalarına ve koşulları üzerinde daha fazla kontrole sahip olmalarına olanak tanıdığı için iyi olma halini deneyimlemenin önemli bir bileşeni olduğunu savunmuştur.

Ayrıca, BHE ile mental iyi oluş arasındaki ilişkide öz-kontrolün aracı rolü anlamsız bulunmuştur. Analiz bulgularının anlamsız olması, daha önce de belirtildiği gibi, Türk toplumunda babaların çocuklarının ebeveynliği konusunda daha az sorumluluk üstlenmelerinden kaynaklanıyor olabilir. Set'in (2020) Türk üniversite öğrencileriyle yaptığı araştırmaya göre, AHE ile psikolojik belirtiler arasındaki ilişkide dürtüsellik aracı rol oynarken, BHE ile yapılan aracılık testinin bulguları anlamsız çıkmıştır. Benzer şekilde, Şimşir Gökalp'in (2023a) Türk üniversite öğrencileriyle yaptığı araştırma, AHE ile çoklu ekran bağımlılığı arasındaki ilişkide öz-kontrolün aracılık rolünün anlamlı olduğunu; ancak AHE ile yapılan aracılık testinin bulgularının anlamsız olduğu bulunmuştur. Öte yandan, Schiffrin ve arkadaşları (2019) tarafından Amerikalı üniversite öğrencileriyle yapılan çalışmada, özerklik hem AHE hem de BHE ile yaşam memnuniyeti arasında aracı bir rol oynamıştır. Bu farklılıklar, annelerin ve babaların ebeveynlik yaklaşımları arasındaki sosyal ve kültürel ayrımları göstermektedir. Sonuç olarak, H3 kısmen desteklenmiştir.

Özetle, araştırma bulguları yorumlanırken çalışma grubu dikkate alınmalıdır. Aslında, helikopter ebeveynliğin iyi olma hali ve ruh sağlığı üzerindeki olumsuz etkileri literatürde beliren yetişkin örneklemi arasında kapsamlı bir şekilde raporlanmıştır (Buchanan ve LeMoyné, 2020; Şimşir-Gökalp, 2022; Seki ve ark., 2023). Özerklik ve bağımsızlık gelişmekte olan yetişkinler için hayati önem taşıdığından, helikopter ebeveynliğin gençlerin iyi oluşu üzerinde olumsuz bir etkisi olması beklenmedik bir durum değildir (Arnett, 2000; Love ve ark., 2020) Beklentilerin aksine, liseli ergenlerden oluşan örneklemi kapsayan bu çalışmada ilişkiler düşük veya anlamsız çıkmıştır.

Sınırlılıklar, Çıkarımlar ve Geleceğe Yönelik Öneriler

Çalışmanın ele alınması gereken birkaç sınırlılığı bulunmaktadır. İlk olarak, çalışmanın örneklemini Türkiye'nin sadece bir ilindeki birkaç liseden öğrencilerden oluşmaktadır. Ayrıca, çalışmaya katılanlar rastgele seçilmemiştir. Bu nedenle sonuçlar tüm lise öğrencilerine genellenemez. Gelecekte, Türkiye'nin çeşitli illerinde rastgele seçilmiş lise öğrencileri üzerinde araştırma yapmak faydalı olabilir. İkinci olarak, bu çalışmada çocukların cinsiyetinin helikopter ebeveynlik tutumlarının sonuçlarını etkileyip etkilemediği araştırılmamıştır. Üçüncü olarak, bu çalışmada sadece ergenlerden öz bildirim ölçekleri ile veri toplanmış ve ebeveynlerin ebeveynlik tutumlarına ilişkin algıları ölçülmemiştir. Gelecekteki araştırmalar ebeveyn öz bildirim ölçeklerini kullanarak bu sınırlamayı ortadan kaldırabilir. Son olarak, araştırma kesitsel olduğu için nedensel ilişkileri ortaya koyamamakta ve katılımcı perspektifinin detaylı bir şekilde incelenmesine olanak vermemektedir. Bu nedenle gelecekte helikopter ebeveynlik üzerine boylamsal, nitel ve karma çalışmalar yapılabilir.

Sonuç

Araştırmanın yukarıda belirtilen tüm sınırlılıklara rağmen, helikopter ebeveynlik literatürünü zenginleştirmiş ve genel suç teorisini ve öz-kontrolün güç modelini desteklemiştir. Sonuçlar, AHE'nin öz-kontrolü azalttığını ve öz-kontrol yoluyla mental iyi oluşu olumsuz etkilediğini ortaya koymuştur. Bununla birlikte, BHE'nin diğer çalışma değişkenleri üzerinde herhangi bir etkisi olmadığını göstermiştir. Ayrıca, öz-kontrolün ergenlerin mental iyi oluşunu artırdığını gösterilmiştir. Bu araştırmanın en güçlü özelliği ergen katılımcılar üzerinde gerçekleştirilmiş olması ve helikopter ebeveynliğin bu örneklem üzerindeki etkilerini ortaya koymasıdır. Ayrıca, araştırmanın Doğu ve Batı kültürlerinin kesişme noktasında yer alan Türk örnekleminde gerçekleştirilmesi literatüre önemli bir katkı sağlamıştır. Araştırmanın sonuçlarının hem gelecek çalışmalara ışık tutması hem de ebeveyn müdahale programlarının geliştirilmesine katkı sağlaması beklenmektedir.

Bilgi

Bu çalışma 18-23 Mayıs 2023 tarihleri arasında İstanbul'da düzenlenen IX. Uluslararası TURKCESS Eğitim ve Sosyal Bilimler Kongresinde sözlü bildiri olarak sunulmuştur.

Kaynakça

- Arnett, J. J. (2000). Emerging adulthood: A theory of development from the late teens through the twenties. *The American Psychologist*, 55(5), 469–480. <https://doi.org/10.1037/0003-066X.55.5.469>
- Baumeister, R. F. ve Alquist, J. L. (2009). Is there a downside to good self-control? *Self and Identity*, 8(2-3), 115–130. <https://doi.org/10.1080/15298860802501474>
- Baumeister, R. F., Vohs, K. D. ve Tice, D. M. (2007). The strength model of self-control. *Current Directions in Psychological Science*, 16(6), 351–355. <https://doi.org/10.1111/j.1467-8721.2007.00534.x>
- Bradley-Geist, J. C. ve Olson-Buchanan, J. B. (2014). Helicopter parents: An examination of the correlates of over-parenting of college students. *Education + Training*, 56(4), 314–328. <https://doi.org/10.1108/ET-10-2012-0096>
- Cui, M., Allen, J. W., Fincham, F. D., May, R. W. ve Love, H. (2019). Helicopter parenting, self-regulatory processes, and alcohol use among female college students. *Journal of Adult Development*, 26(2), 97–104. <https://doi.org/10.1007/s10804-018-9301-3>
- Deci, E. L. ve Ryan, R. M. (1985). *Intrinsic motivation and self-determination in human behavior*. Plenum.
- Deci, E. L. ve Ryan, R. M. (2008). Hedonia, eudaimonia, and well-being: An introduction. *Journal of Happiness Studies*, 9(1), 1–11. <https://doi.org/10.1007/s10902-006-9018-1>
- Demirtaş, A. S. ve Baytemir, K. (2019). Warwick-Edinburgh Mental İyi Oluş Ölçeği Kısa Formu'nun Türkçe'ye uyarlanması: Geçerlik ve güvenilirlik çalışması. *Elektronik Sosyal Bilimler Dergisi*, 18(70), 689–701. <https://doi.org/10.17755/esosder.432708>
- de Ridder, D. T. D., Lensvelt-Mulders, G., Finkenauer, C., Stok, F. M. ve Baumeister, R. F. (2012). Taking stock of self-control: A meta-analysis of how trait self-control relates to a wide range of behaviors. *Personality and Social Psychology Review*, 16(1), 76–99. <https://doi.org/10.1177/1088868311418749>
- Duckworth, A. L. ve Seligman, M. E. (2005). Self-discipline outdoes IQ in predicting academic performance of adolescents. *Psychological Science*, 16(12), 939–944. <https://doi.org/10.1111/j.1467-9280.2005.01641.x>
- Evans, R. ve Karl, K. A. (2022). Is helicopter parenting stifling moral courage and promoting moral disengagement? Implications for the training and development of millennial managers. *Management Research Review*, 45(5), 700–714. <https://doi.org/10.1108/MRR-01-2021-0044>
- Fraenkel, J. R., Wallen, N. E. ve Hyun, H. H. (2012). *How to design and evaluate research in education* (8. bs.). McGraw-Hill Companies.
- Gallucci, M. (2020). *JAMM: Jamovi Advanced Mediation Models*. <https://jamovi-amm.github.io/>
- Gao, W., Hou, Y., Hao, S. ve Yu, A. (2023). Helicopter parenting and emotional problems in Chinese emerging adults: Are there cross-lagged effects and the mediations of autonomy? *Journal of Youth and Adolescence*, 52(2), 393–405. <https://doi.org/10.1007/s10964-022-01702-5>

- George, D. ve Mallery, P. (2022). *IBM SPSS statistics 26 step by step: A simple guide and reference* (17. bs.). Routledge.
- Gottfredson, M. R. ve Hirschi, T. (1990). *A general theory of crime*. Stanford University Press.
- Gürbüz, S. ve Bayık, M. E. (2021). Aracılık modellerinin analizinde yeni yaklaşım: Baron ve Kenny'nin yöntemi hâlâ geçerli mi? *Türk Psikoloji Dergisi*, 37(88), 1–14. <https://doi.org/10.31828/tpd1300443320191125m000031>
- Hamama, L. ve Hamama-Raz, Y. (2021). Meaning in life, self-control, positive and negative affect: Exploring gender differences among adolescents. *Youth & Society*, 53(5), 699–722. <https://doi.org/10.1177/0044118X19883736>
- Hayes, A. F. (2018). *Introduction to mediation, moderation, and conditional process analysis: A regression-based approach* (2. bs.). The Guilford Press.
- Hofmann, W., Luhmann, M., Fisher, R. R., Vohs, K. D. ve Baumeister, R. F. (2014). Yes, but are they happy? Effects of trait self-control on affective well-being and life satisfaction. *Journal of Personality*, 82(4), 265–277. <https://doi.org/10.1111/jopy.12050>
- Hong, P. ve Cui, M. (2020). Helicopter parenting and college students' psychological maladjustment: The role of self-control and living arrangement. *Journal of Child and Family Studies*, 29(2), 338–347. <https://doi.org/10.1007/s10826-019-01541-2>
- Jung, E., Hwang, W., Kim, S., Sin, H., Zhao, Z., Zhang, Y. ve Park, J. H. (2020). Helicopter parenting, autonomy support, and student well-being in the United States and South Korea. *Journal of Child and Family Studies*, 29(2), 358–373. <https://doi.org/10.1007/s10826-019-01601-7>
- Kang, N. G. ve You, M. A. (2018). Association of perceived stress and self-control with health promoting behaviors in adolescents: A cross-sectional study. *Medicine*, 97(34), Makale e11880. <https://doi.org/10.1097/MD.00000000000011880>
- Kouros, C. D., Pruitt, M. M., Ekas, N. V., Kiriaki, R. ve Sunderland, M. (2017). Helicopter parenting, autonomy support, and college students' mental health and well-being: The moderating role of sex and ethnicity. *Journal of Child and Family Studies*, 26(3), 939–949. <https://doi.org/10.1007/s10826-016-0614-3>
- LeMoyne, T. ve Buchanan, T. (2011). Does “hovering” matter? Helicopter parenting and its effect on well-being. *Sociological Spectrum*, 31(4), 399–418. <https://doi.org/10.1080/02732173.2011.574038>
- Li, J.-B., Willems, Y. E., Stok, F. M., Deković, M., Bartels, M. ve Finkenauer, C. (2019). Parenting and self-control across early to late adolescence: A three-level meta-analysis. *Perspectives on Psychological Science*, 14(6), 967–1005. <https://doi.org/10.1177/1745691619863046>
- Li, Q., Xiang, G., Song, S., Huang, X. ve Chen, H. (2022). Examining the associations of trait self-control with hedonic and eudaimonic well-being. *Journal of Happiness Studies*, 23(2), 667–687. <https://doi.org/10.1007/s10902-021-00418-w>
- Love, H., Cui, M., Allen, J. W., Fincham, F. D. ve May, R. W. (2020). Helicopter parenting and female university students' anxiety: Does parents' gender matter? *Families Relationships and Societies*, 9(3), 417–430.

- <https://doi.org/10.1332/204674319X15653625640669>
- Maheswaran, H., Weich, S., Powell, J. ve Stewart-Brown, S. (2012). Evaluating the responsiveness of the Warwick Edinburgh Mental Well-Being Scale (WEMWBS): Group and individual level analysis. *Health and Quality of Life Outcomes*, 10, Makale e156. <https://doi.org/10.1186/1477-7525-10-156>
- Mueller, I. M., Spinath, F. M., Friese, M. ve Hahn, E. (2023). Genetics, parenting, and family functioning—What drives the development of self-control from adolescence to adulthood? *Journal of Personality*, 91(2), 332–353. <https://doi.org/10.1111/jopy.12723>
- Nebioglu, M., Konuk, N., Akbaba, S. ve Eroglu, Y. (2012). Kısa Öz-Kontrol Ölçeği Türkçe formunun geçerlilik ve güvenilirlik çalışması. *Klinik Psikofarmakoloji Bülteni*, 22(4), 340–351. <https://doi.org/10.5455/bcp.20120912034927>
- Padilla-Walker, L. M. ve Nelson, L. J. (2012). Black Hawk down? Establishing helicopter parenting as a distinct construct from other forms of parental control during emerging adulthood. *Journal of Adolescence*, 35(5), 1177–1190. <https://doi.org/10.1016/j.adolescence.2012.03.007>
- Pistella, J., Isolani, S., Morelli, M., Izzo, F. ve Baiocco, R. (2022). Helicopter parenting and alcohol use in adolescence: A quadratic relation. *Nordic Studies on Alcohol and Drugs*, 39(2), 134–145. <https://doi.org/10.1177/14550725211009036>
- Preacher, K. J. ve Hayes, A. F. (2004). SPSS and SAS procedures for estimating indirect effects in simple mediation models. *Behavior Research Methods, Instruments, & Computers*, 36(4), 717–731. <https://doi.org/10.3758/BF03206553>
- Ronen, T., Hamama, L., Rosenbaum, M. ve Mishely-Yarlap, A. (2016). Subjective well-being in adolescence: The role of self-control, social support, age, gender, and familial crisis. *Journal of Happiness Studies*, 17(1), 81–104. <https://doi.org/10.1007/s10902-014-9585-5>
- Ryan, R. M. ve Deci, E. L. (2000). Self-determination theory and the facilitation of intrinsic motivation, social development, and well-being. *The American Psychologist*, 55(1), 68–78. <https://doi.org/10.1037/0003-066X.55.1.68>
- Ryff, C. D. ve Keyes, C. L. M. (1995). The structure of psychological well-being revisited. *Journal of Personality and Social Psychology*, 69(4), 719–727. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.69.4.719>
- Ryff, C. D. ve Singer, B. H. (2008). Know thyself and become what you are: A eudaimonic approach to psychological well-being. *Journal of Happiness Studies*, 9(1), 13–39. <https://doi.org/10.1007/s10902-006-9020-7>
- Schiffirin, H. H., Liss, M., Miles-McLean, H., Geary, K. A., Erchull, M. J. ve Tashner, T. (2014). Helping or hovering? The effects of helicopter parenting on college students' well-being. *Journal of Child and Family Studies*, 23(3), 548–557. <https://doi.org/10.1007/s10826-013-9716-3>
- Schiffirin, H. H., Erchull, M. J., Sendrick, E., Yost, J. C., Power, V. ve Saldanha, E. R. (2019). The effects of maternal and paternal helicopter parenting on the self-determination and well-being of emerging adults. *Journal of Child and Family Studies*, 28(12), 3346–3359. <https://doi.org/10.1007/s10826-019-01513-6>

- Segrin, C., Givertz, M., Swaitkowski, P. ve Montgomery, N. (2015). Overparenting is associated with child problems and a critical family environment. *Journal of Child and Family Studies*, 24(2), 470–479. <https://doi.org/10.1007/s10826-013-9858-3>
- Seki, Haktanir, A. ve Şimşir Gökalg, Z. (2023). The mediating role of resilience in the relationship between helicopter parenting and several indicators of mental health among emerging adults. *Journal of Community Psychology*, 51(3), 1394–1407. <https://doi.org/10.1002/jcop.23009>
- Set, Z. (2020). The mediating role of inflated sense of self and impulsivity in the relationship between helicopter parenting and psychological symptoms. *Nöro Psikiyatri Arşivi*, 57(4), 318–324. <https://doi.org/10.29399/npa.24942>
- Srivastav, D. ve Mathur, M. L. (2020). Helicopter parenting and adolescent development: From the perspective of mental health. L. Benedetto ve M. Ingrassia (Ed.), *Parenting - Studies by an ecocultural and transactional perspective* içinde (Bölüm 5). IntechOpen. <https://doi.org/10.5772/intechopen.93155>
- Şimşir, Z. ve Dilmaç, B. (2022). The mediating roles of grit and life satisfaction in the relationship between self-discipline and peace: Development of the self-discipline scale. *Current Psychology*, 41(12), 8322–8332. <https://doi.org/10.1007/s12144-021-01515-y>
- Şimşir Gökalg, Z., Saritepeci, M. ve Durak, H. Y. (2022). The relationship between self-control and procrastination among adolescent: The mediating role of multi screen addiction. *Current Psychology*, 42(15), 13192–13203. <https://doi.org/10.1007/s12144-021-02472-2>
- Şimşir Gökalg, Z. (2023a). Examining the relationships between helicopter parenting, self-control, self-efficacy, and multi-screen addiction among Turkish emerging adults. *The Journal of Genetic Psychology*, 184(4), 229–242. <https://doi.org/10.1080/00221325.2022.2151336>
- Şimşir Gökalg, Z. (2023b). Examining the association between self-control and mental health among adolescents: The mediating role of resilience. *School Psychology International*, 44(6), 649–667. <https://doi.org/10.1177/01430343231182392>
- Tangney, J. P., Baumeister, R. F. ve Boone, A. L. (2004). High self-control predicts good adjustment, less pathology, better grades, and interpersonal success. *Journal of Personality*, 72(2), 271–324. <https://doi.org/10.1111/j.0022-3506.2004.00263.x>
- Tennant, R., Hiller, L., Fishwick, R., Platt, S., Joseph, S., Weich, S., Parkinson, J., Secker, J. ve Stewart-Brown, S. (2007). The Warwick-Edinburgh Mental Well-Being Scale (WEMWBS): Development and UK validation. *Health and Quality of Life Outcomes*, 5, Makale e63. <http://dx.doi.org/10.1186/1477-7525-5-63>
- The jamovi project. (2021). *jamovi* (Sürüm 2.2) [Bilgisayar yazılımı]. <https://www.jamovi.org>
- Vaingankar, J. A., Subramaniam, M., Chong, S. A., Abdin, E., Edelen, M. O., Picco, L., Lim, L., Malik, S., Sherbourne, C. ve Mythily, S. (2011). The positive mental health instrument: Development and validation of a culturally relevant scale in a multi-ethnic Asian population. *Health and Quality of Life*

- Outcomes*, 9, Makale e92. <https://doi.org/10.1186/1477-7525-9-92>
- Vigdal, J. S. ve Brønnick, K. K. (2022). A systematic review of “helicopter parenting” and its relationship with anxiety and depression. *Frontiers in Psychology*, 13, Makale e872981. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2022.872981>
- Yavaş Çelik, M. (2025). Adolescents’ evaluation of their parents in terms of helicopter parenting attitudes. *Children*, 12(2), Makale 247. <https://doi.org/10.3390/children12020247>
- Yılmaz, H. (2019). İyi ebeveyn, çocuğu için her zaman her şeyi yapan ebeveyn değildir: Algılanan Helikopter Ebeveyn Tutum Ölçeği (AHETÖ) geliştirme çalışması. *Erken Çocukluk Çalışmaları Dergisi*, 3(1), 3–31. <https://doi.org/10.24130/eccd-jecs.1967201931114>
- Yılmaz, H. ve Büyükcebeci, A. (2019). Bazı pozitif psikoloji kavramları açısından helikopter ebeveyn tutumlarının sonuçları. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 9(54), 707–744.
- Yılmaz, R. ve Karaoğlan Yılmaz, F. G. (2023). Problematic Internet use in adults: The role of happiness, psychological resilience, dispositional hope, and self-control and self-management. *Journal of Rational-Emotive & Cognitive-Behavior Therapy*, 41(3), 727–745. <https://doi.org/10.1007/s10942-022-00482-y>
- Zaremohzabieh, Z., Ahrari, S., Zarean, M. ve Roslan, S. (2026). Helicopter parenting as a predictor of academic achievement and life satisfaction among emerging adults at university: A meta-analytic path analysis based on self-determination theory. *The Family Journal*, 34(1), 38-53. <https://doi.org/10.1177/10664807241313131>
- Zong, W. ve Hawk, S. T. (2022). Evaluating the structure and correlates of helicopter parenting in mainland China. *Journal of Child and Family Studies*, 31(9), 2436-2453. <https://doi.org/10.1007/s10826-022-02370-6>