

10-11 YAŞ ÇOCUKLARINDA STRES DEĞERLENDİRMESİ*

Psik. Dr. Zuhâl Baltas

I. Ü. Cerrahpaşa Tıp Fakültesi

Halk Sağlığı Ana Bilim Dalı

Farklı sosyo kültürel yapılarıdaki çok geniş bir yaş grubunda streslerin kısa ve uzun dönem etkileri gözlenmektedir. Stresin kısa ve uzun dönem etkileri olarak ortaya çıkan patolojiler psikolojik ve fizyolojik düzeydedirler. Bu konuda sürdürülen çalışmalarla olumsuz streslerin çeşitli hastalık gruplarındaki etkin rolleri saptanmaktadır (Levi, 1972; Achterberg, 1976; Glass, 1977; McClelland, 1980; Lehrer, 1981; Rosenman, 1982). Yüksek stres düzeyi geliştirecek bir patolojiye zemin hazırlamakta ve strese bağlı hastalıkların ortaya çıkmasına neden olmaktadır. Bu etkiler genellikle yetişkinlik döneminde incelenmiştir. Öte yandan stresler, yetişkinlik öncesi yaş gruplarında da önemli şikayetlere yol açmakta ve geliştirecek bir patolojiye zemin hazırlayabilmektedir.

Bu araştırma stres tepkilerinin yetişkinlik öncesi yaş gruplarındaki anlam ve önemini saptamak amacıyla programlanmıştır.

Çeşitli niteliklerde olan ve uyumu gerektiren olaylar hem fizik çevrede hemde sosyal çevredeki etkileşimlerde yaşanmaktadır. Bireyin fizyolojik ve psikolojik sınırlarını zorlayan çeşitli durumlarda uyum bozukluklarına ve stres tepkilerine neden olabilmektedir (Baltas, 1981).

Dünya Sağlık Örgütü sınıflandırmasında okul çağı çocuklarının 5-9; 10-13; 14-18 yaş gruplarında ele alındıkları göz önünde tutularak stres tepkilerinin, stres tepkilerinin dışlaşması ve uygulanan yöntem açısından araştırma kapsamına öncelikle 2. yaş grubundaki çocuklar alınmıştır (WHO, 1976).

Çocukluk dönemi içerisindeki stres yaşantıları da genellikle yakın toplumsal çevreden; aile, akraba grupları ve okul ilişkilerinden kaynaklanmaktadır. Stresin kısa ve uzun dönem etkileri normal popülasyonu oluşturduğu kabul edilen bir grubun 10 ve 11 yaş çocuklarında incelenmiştir.

Bu çocukların hangi düzeyde streslere sahip oldukları sorusuna cevap bulmak için başlatılan projenin 1. basamağında 10 yaş çocuklarına 2. basamağında 11 yaş çocuklarına yönelik çalışmalara yer verilmiştir.

Sunulmakta olan çalışmada bu iki yaş grubundaki stres düzeyleri ve bu düzeylerin karşılaştırılması yer almaktadır.

YÖNTEM VE GEREÇLER

Okul çağı içinde olan denek grubumuz İstanbul Milli Eğitim Müdürlüğü'nün Beşiktaş ve Şişli Merkezlerine bağlı ilk okullarından seçilmiştir.

Yapılan çalışma sonunda stresle olan farklı ilişkileri nedeniyle aşağıda

* II. Ulusal Psikoloji Kongresinde sunulmuştur.
Ankara - 1982.

sayılan niteliklere sahip olan öğrenciler araştırma kapsamı dışında bırakılmışlardır :

1) Sakatlık gibi görülen bir kusura sahip olanlar,

2) Sol el veya gözlük kullanmaları gibi, diğer arkadaşlarından onları farklı kılan bir görünüme sahip olanlar,

3) Azınlık grubu çocuklarından olanlar,

4) Parçalanmış ailelerden gelenler, (Varma, 1976).

Bireysel görüşmeler şeklinde sürdürülen çalışmada, stres düzeyleri ile ilgili değerlendirmeler için «Leighton Stres Düzeyleri Ölçeği Form I» kullanılmıştır (Baltaş 1982):

Bu tür ölçeklerde psikolojik sınırların zorlanması ile ortaya çıkan stres tepkileri, stres tepkisi doğurucu olayların olumlu veya olumsuz nitelikleri irdelemeden, stresin psikolojik ve fizyo-

lojik düzeydeki kısa dönem sonuçları ile değerlendirilmektedir (Lazarus, 1966, 1971):

BULGULAR

Tablo I'de 10 yaş çocuklarındaki stres düzeyleri dağılımı yer almaktadır. Görüldüğü gibi genel stres düzeyleri dağılımında sınır değerlerde yığılım yoğunudur % 49.1; öte yandan normal stres düzeyi değerlerine sahip % 35.1; yüksek stres düzeyi değerlerine sahip % 15.8 denek bulunmaktadır. Yapılan χ^2 analizlerinde yüksek düzeyde strese sahip olanlar ileri derecede anlamlılıkla az görülmektedir ($P < 0.001$).

Tablo II'de 11 yaş çocuklarının stres düzeylerinin dağılımı ele alınmakta 11 yaş çocuklarında da normal ve sınır düzeylerde stres puanlarına sahip olan çocukların yüzdeleri fazladır. Normal stres düzeyine sahip olan çocuklar

TABLO I

Stres düzeyleri dağılımı 10. Yaş Çocuklarında

Stres Düzeyleri	GENEL		ERKEKLER		KIZLAR	
	Vaka	%	Vaka	%	Vaka	%
Normal	40	35.1	26	43.3	14	25.9
Sınır	56	49.1	26	43.3	30	55.9
Yüksek	18	15.8	8	13.3	10	18.5
Toplam	114	100	60	100	54	100

Genel stres düzeyleri dağılışı χ^2 19.14 ; $P < 0.001$

Erkeklerde stres düz. dağılışı χ^2 10.8 ; $P < 0.001$

Kızlarda stres düz. dağılışı χ^2 12.4 ; $P < 0.001$

Cinslere özgü farkın değerlendirilmesi χ^2 3.86 ; $P > 0.05$

% 44.2; sınır stres düzeyine sahip olan çocuklar % 37.5 dir. 11 yaş çocuklarında da yüksek stres düzeyine anlamlılık düzeyinde az rastlanmıştır ($P < 0.001$).

Her iki tablodaki değerlerin analizlerinde görüldüğü gibi stres düzeyleri açısından kız ve erkek cinslerine özgü anlamlı bir fark görülmemektedir (10 yaş da $\chi^2 3.86$; $P > 0.05$, 11 yaş da $\chi^2 3.34$; $P > 0.05$).

Tablo III de'de iki yaş grubuna ait değerlerin bulguları karşılaştırmalı olarak verilmiştir. Burada 11 yaşındaki yüksek stres düzeyleri yüzdesinde 10 yaşa kıyasla belli bir yükselme görülmektedir. Ayrıca dikkati çeken nokta bu yüksek yüzdenin de her iki yaşda, fakat özellikle 11 yaşındaki kızlarda daha fazla olmasıdır.

TABLO II

Stres düzeyleri dağılımı 11 Yaş Çocuklarında

Stres Düzeyleri	GENEL		ERKEKLER		KIZLAR	
	Vaka	%	Vaka	%	Vaka	%
Normal	53	44.2	33	51.4	20	35.7
Sınır	45	37.5	22	34.4	23	41.1
Yüksek	22	18.3	9	14.2	13	23.2
Toplam	120	100	64	100	56	100

Genelde Stres Düzeyleri Dağılışı $\chi^2 12.94$; $P < 0.001$

Erkeklerde Stres Düz. Dağılışı $\chi^2 13.52$; $P < 0.001$

Kızlarda Stres Düz. Dağılışı $\chi^2 2.80$; $P > 0.05$

Cinslere özgü farkın değerlendirilmesi $\chi^2 3.34$; $P > 0.05$

TABLO III

10 ve 11 Yaş Çocuklarının Stres Düzeylerinin Karşılaştırılması
Genelde Stres düzeylerinin dağılışında yaş farkı $\chi^2 3.23$ $P > 0.05$

Erkeklerde yaş farkı $\chi^2 1.00$ $P > 0.05$

Kızlarda yaş farkı $\chi^2 2.33$ $P > 0.05$

Yüksek Stres düzeyi 10 yaşda % 15.8 11 yaşda % 18.3 Genel

Yüksek Stres düzeyi 10 yaşda % 13.3 11 yaşda % 14.2 Erkek

Yüksek Stres düzeyi 10 yaşda % 18.5 11 yaşda % 23.3 Kız

DEĞERLENDİRME

Çalışmamız, özellikle yetişkinlik öncesi yaş grubunu oluşturan popülasyonda uyum bozukluklarının düzeyini saptamamıza, sağlıklı durum değerlendirmelerine ve stresin oluşturacağı patolojilere yatkın yapıların yoğunluğunu görmemize yardımcı olacaktır.

Sonuçlarımız genel olarak yorumlandığında, χ^2 analizlerinden yüksek stres düzeyinin 10 ve 11 yaşlarında normal popülasyon beklentilerine gayet uygun olarak $P < 0.001$ düzeyinde bir anlamlılıkla az görüldüğü saptanmıştır.

Diğer yandan yüksek stres düzeylerindeki % değerlerinin 10 yaşa kıyasla 11 yaşda bir artış gösterdiği izlenmektedir. Bu artış kız öğrencilerde erkek öğrencilerden daha fazladır.

Bu farklılığı stres literatürüne bağlı olarak açıklamak istersek; 11 yaş grubundaki stres yüzdesinin, 10 yaşa kıyasla artış göstermesi, hem yaş hem de eğitim özellikleri açısından yorumlanabilir.

Konuya eğitim açısından baktığımızda 11 yaşındaki öğrenciler bir eğitim sürecinin son basamağında ve yeni bir eğitim sürecinin eşliğindedirler.

Konuyu yaş açısından değerlendirecek, kız öğrencilerde erkek öğrencilere kıyasla artan stres yüzdesi, kız öğrencilerin erinlik öncesi dönemde bulunmalarının etkisi olarak yorumlanabilir.

Gerek eğitim gerek yaş açısından yapılan bu yaklaşımlar, çeşitli düşüncülerin stres sınıflamasında yer alan «Gelişimsel Krizler» kavramı ile açıklanabilir (Erickson, 1950; Moore, 1975).

Eğitim dönemi özellikleri sosyal, yaş dönemi özellikleri de biyolojik gelişimsel kriz niteliği taşımaktadır.

Araştırmanın sonuçlarına dayanarak dikkat çekmek istediğimiz ikinci nokta, bu kadar erken bir yaş döneminde sınır puanlara sahip deneklerin fazlalığıdır. Bizce bu durum ileride oluşması muhtemel patolojik yapılarla yatkınlığı göstermesi bakımından önem taşımaktadır.

Bu noktada ruh sağlığı profesyonellerinin konuyu Koruyucu Akıl Sağlığı açısından ele alarak yetişkinlik öncesi yaş gruplarında ki yatkınlık durumunu hem belirlemek, hemde yönlendirmek için geniş incelemelere yönelmeleri gereğine inanılmaktadır.

KAYNAKLAR

- Achterber G.J., Simonton, O.C., Simonton, S.M.; *Stress, Psychological Factors, and Cancer*, New Medicine Press, Fort Worth, Texas, 1976.
- Baltaş, Z., *İlk Okul Öğrencilerinde Stres Ölçülmesi*, Doktora Tezi, Cerrahpaşa Tıp Fakültesi, İstanbul, 1981.
- Baltaş, Z., *9-12 Yaş Çocuklarında «Laighton Stres Düzeyleri Ölçeği I»*, Baskıda, 1982.
- Erickson, E.H., *Childhood and Society*, Norton and Company Inc., New York, 1950.
- Glass, C.D., *Behavior Patterns, Stress and Coronary Disease*, Lawrence Erlbaum As. Pub. New Jersey, 1977.
- Lazarus, R.S., *Psychological Stress and the Coping Process*, New York, 1966.
- Lazarus, R.S., *The Concepts of Stress and Disease*. In: Levi, L., (Eds), So-

- ciety, Stress and Disease., Oxford Univ. Press, Vol. I, London, 1971.
- Lehrer, S., Life Change and Lung Cancer.» *Journal of Human Stress*, 7 (4) : 2-15, 1981.
- Leighton, D., «The Assessment of Stress» *J. Public Health*, 1972.
- Levi, L., Psychosocial Stimuli, Psychophysiological Reactions and Disease», In, Levi, I (Eds), «Stress and Distress in Response to Psychosocial Stimuli», *Acta Medica Scandinavica Supplementum* 528, 1972.
- Mc Clelland, D.C.; Floor, E.; Davidson, R., J.; Daron, C., «Stressed Power Motivation, Sympathetic Activation, Immune Function and Illness», *Journal of Human Stress*, 6 : 11 - 19, 1980.
- Moore, T.; «Stress in Normal Childhood.» In : Levi, L. (Eds), *Society Stress and Disease*, Vol. 2, Oxford University Press, London, 1975.
- Rosenman, H.R.; «Role of Type A Behavior Pattern in the Pathogenesis and Prognosis of Ischemic Heart Disease», *Advances in Cardiology* 29 : 77 - 84, 1982.
- Varma, V.P.; *Stress in Children*. Hodder and Stoughton Ltd., London,
- WHO, *Problems of Children of School Age (10 - 13 years)*, 1976.