



Sayın katılımcı!

Aile araştırmamıza katılmayı kabul ettiğiniz için çok teşekkürler!

Geçtiğimiz 1,5 yıl içerisinde korona pandemisi nedeniyle salgına karşı kısıtlama dönemleri, okul kapatmalar ve günlük yaşamda pek çok değişiklikler oldu. Bu ankette, anne ve babaların, çocukların ve gençlerin bu dönemi nasıl geçirdikleri, hangi zorlukların yaşandığı ve ailelerin bu durumla nasıl başa çıktıkları araştırılmaktadır. Bu araştırmaya katılmakla, Graz'da yaşayan ailelerin durumunun nasıl olduğunun ve onlara en iyi nasıl yardım edilebileceğinin ortaya çıkarılmasına büyük katkıda bulunmaktasınız.

Bu araştırmaya katılmak için önemli olan, **18 yaşından küçük en az bir çocuğun anne veya babası** olmanız ve **Graz'ta yaşıyor olmanızdır.**

Bu soru formunun doldurulması yaklaşık 15 dakika sürecektir. Lütfen bunun için gereken zamanı ayırın ve soru formunu **tek başınıza ve sâkin kafayla** doldurun.

Araştırma, Graz Üniversitesi tarafından yapılmakta olup, Graz Belediyesi, Gençlik ve Aile Müdürlüğü tarafından talep edilmiştir. Sorularınız olması hâlinde, lütfen aşağıdaki kişilere başvurun:

Antonia Burger, Yük.Lis. (antonia.burger@uni-graz.at)

Mem. St. Prof. Dr. Paulino Jiménez (paul.jimenez@uni-graz.at)

Veri koruma beyanı

Aşağıda toplanacak veriler **kesinlikle gizlilik içerisinde** işleme alınacak ve **isimsiz** olarak kaydedilecektir.

Tarafınızdan verilecek tüm bilgiler **gizlilik içerisinde** kullanılacaktır. **Böylelikle kimliğiniz hakkında çıkarım yapılması mümkün olmayacaktır.** Veri Koruma Yasası'nın ve Genel Veri Koruma Yönergesi'nin hükümlerine uyulacaktır. Bu araştırmaya katılmak isteğe bağlıdır ve istendiği zaman herhangi bir neden belirtmeksizin ve bu yüzden herhangi bir dezavantaja uğramaksızın bırakılabilir.

İsimsizleştirilmiş verilerin bilimsel amaçlı değerlendirilmesine ve araştırma sonuçlarının yayınlanmasına onay veriyorum.

1. Demografik veriler

İlk olarak sizden şahsınıza ve ailenize ilişkin bir kaç soruya cevap vermenizi rica edeceğiz.

Kaç çocuğunuz var?

Yok 1 2 3 4 5 ve üzeri

Yaşları 3 ve 14 arasında değişen çocuğunuz/çocuklarınız var mı?

Evet Hayır

(En büyük) çocuğun yaşı

_____ yaşında

En küçük çocuğun yaşı

_____ yaşında

2. Demografik veriler

Şimdi lütfen bize şahsınıza dair biraz bilgi verin.

Yaş

_____ yaşında

Cinsiyet

Kadın Erkek Diğer

Mesleki durum

Tam zamanlı çalışıyorum Yarı zamanlı çalışıyorum Düşük gelirli işte çalışıyorum
 Öğrenim görüyorum Çalışmıyorum

Partnerin mesleki durumu (varsa)

Tam zamanlı çalışıyor Yarı zamanlı çalışıyor Düşük gelirli işte çalışıyor
 Öğrenim görüyor Çalışmıyor

Uyruğunuz nedir?

Avusturya vatandaşı Diğer: _____

Hangi ülkede doğdunuz?

Avusturya Başka ülke: _____

Evde en çok hangi dili/dilleri konuşuyorsunuz?

Graz'da hangi semtte yaşıyorsunuz?

Şehir içinde St.Leonhard Geidorf Lend Gries Andritz
 Liebenau St.Peter Waltendorf Ries Mariatrost Gösting
 Eggenberg Wetzelsdorf Straßgang Puntigam Jakomini

Tahsil düzeyi

Zorunlu eğitim Meslek okulu Bitirme sınavsız meslek lisesi
 Bitirme sınavlı genel lise veya meslek lisesi Meslek okulu (Kolleg)
 Akademi Üniversite/Meslek Yüksekokulu

Tek başınıza mı çocuk yetiştiriyorsunuz?

Evet Hayır

Medeni hâl

Bekâr Partnerli Evli Boşanmış Dul

Siz ve aileniz hâlihazırdaki gelir durumunuzla nasıl geçiniyorsunuz?

Çok iyi İyi İdare eder Zor Çok zor Cevap yok

3. Ruh hâline ilişkin sorular

Anne/baba olarak korona durumu açısından bakıldığında şu anda kendinizi nasıl hissediyorsunuz?

- Çok iyi İyi İdare eder Kötü Çok kötü

Son 1,5 yıl içerisinde korona pandemisi ile başa çıkmayı nasıl başardınız?

- Çok iyi İyi İdare eder Kötü Çok kötü

4. Aile ortamına ilişkin sorular

Lütfen korona pandemisinin başlangıcından bu yana geçen zamanı gözünüzün önüne getirin; o zamandan bu yana aşağıdaki hususlarda ailenizde neler değişti?

Görüşünüze en uygun olan kutucuğu işaretleyin.

	Çok daha iyi	Daha iyi	Aynı	Daha kötü	Çok daha kötü
Aile içi ruh hâli					
Beraber geçirilen süre					
Birbiriyle konuşma					
Karşılıklı yardımlaşma					

5. Çocuk yetiştirmeye ilişkin sorular

Lütfen korona pandemisinin başlangıcından bu yana geçen zamanı gözünüzün önüne getirin; aşağıdaki ifadelere ne derece katılırsınız?

Görüşünüze en uygun olan kutucuğu işaretleyin.

Pandeminin başlangıcından bu yana...	Tamamen katılıyorum	Aslında katılıyorum	Ne/Ne de	Pek katılmıyorum	Hiç katılmıyorum
... çocuğun diğer ebeveyni çocuk yetiştirmede eskiye oranla daha fazla görev üstleniyor.					
... çocuk yetiştirmede eskiye oranla daha fazla görev üstleniyorum.					
... çocuk yetiştirmedeki görev dağılımdan daha memnunum.					
... çocuklarımızı yetiştirmeye daha fazla zamanım oluyor.					
... çocuklarımızı yetiştirmeye diğer ebeveynin daha fazla zamanı oluyor.					
... çocuklarımızı yetiştirmede daha fazla sorumluluk taşıyorum.					
... çocuklarımızı yetiştirmede diğer ebeveyn daha fazla sorumluluk taşıyor.					

6. Kaynaklara ilişkin sorular

İstisnai durumlarda zorluklarla daha iyi başa çıkmaya yardımcı olabilecek pek çok şey vardır. İşte bunların bir listesini görüyorsunuz. Lütfen burada aşağıdaki hususların sizin açınızdan 1 (çok faydalı) ile 7 (hiç faydalı değil) skalasına göre ne derece yardımcı olduğunu belirtin. Lütfen bunlardan doğrudan yararlanmış ve bunları yaşamış olmasanız da değerlendirin.

	1 Çok faydalı	2 Faydalı	3 Aslında faydalı	4 Ne / Ne de	5 Pek faydalı değil	6 Faydalı değil	7 Hiç faydalı değil
Benzer durumda olan başka kişilerle görüş alışverişi							
Aile dışındaki kişilerden destek (örn. sosyal hizmet, danışma merkezleri, terapi ...)							
Arkadaşlarla, aileyle, iş arkadaşlarıyla... iletişimde kalmak							
Partnerin desteği							
Arkadaşların, yakınların, tanıdıkların... desteği							
Herkesin benzer şeyler yaşadığı hissi							
Pandemi hakkında güvenilir ve anlaşılır bilgiler ve güncel önlemler alınması							
Durumun düzeleceğine dair umut (örn. okulların açılacağına, salgına karşı kısıtlama döneminin biteceğine dair duyurular)							
Günlük randevuların/yükümlülüklerin ortadan kalkması							
(Dijital) terapi ve rehberlik hizmetlerine katılım (örn. danışmanlık hizmetleri, görüş alışverişi, grup etkinlikleri, ağ kurma...)							
İşlerin üstesinden gelmiş olma hissi							
Bana ait bir geri çekilme yeri							
Günelik akışın sürdürülmesi (örn. her gün aynı saatte yatmak)							
Başka şeylere yönelme ve alternatif boş zamanları değerlendirme etkinlikleri (el işleri yapmak, okumak, yemek pişirmek, tamirlerle uğraşmak...)							
İletişim araçlarıyla uğraşmak (televizyon, bilgisayar, dijital medya,...)							
Hareket ve spor							
Korku ve kaygılar hakkında konuşmak							
Diğerleri:							

Size **yardımcı olabilecek** ama sizin **yaşamadığınız veya yararlanmadığınız** şeyler var mı? Varsa, bunun nedenleri nelerdir?

.....

.....

.....

Aşağıda sıralanan şeylere ilişkin duygularınız pandemiden **öncesine oranla** korona pandemisinden **bu yana** nasıl değişti?

Görüşünüze en uygun olan kutucuğu işaretleyin.

	Öncekin den daha çok	Öncekin den biraz daha çok	Öncekiyle aynı	Öncekin den biraz daha az	Öncekin den daha az
Zor durumlarda yeteneklerime güvenebilirim.					
Sorunların pek çoğunun üstesinden kendi gücümle gelebiliyorum.					
Genelde zorlu ve karmaşık görevlerin de üstesinden gelebiliyorum.					
Desteğe ihtiyacım olduğunda kime başvurmam gerektiğini biliyorum.					

Aşağıdaki ifadelere ne derece katılıyorsunuz?

Görüşünüze en uygun olan kutucuğu işaretleyin.

	Tamamen katılıyorum	Aslında katılıyorum	Kısmen	Pek katılmıyorum	Hiç katılmıyorum
Korona pandemisi sırasında rahat kalmayı başarabildim.					
Pandemiye aşacağımıza inanıyorum.					
Tek başıma yapamayacağım şeyler olduğunda, her zaman destek alabileceğimden eminim.					
Korona pandemisi ile bağlantılı koruyucu önlemlerin gerekli olduğuna inanıyorum.					

Dinlenme ve zorlanma

Aşağıda **son 7 gün ve gecede**ki bedensel ve ruhsal durumunuza ya da etkinliklerinize ilişkin bir dizi ifade bulacaksınız. Görüşünüze en uygun olan kutucuğu işaretleyin.

Zorlanma ve dinlenme Son (7) gün ve gecede...	0 Hiç bir zaman	1 Nâdiren	2 Bazen	3 Pek çok kez	4 Sıkça	5 Çok sık	6 Her zaman
... güldüm							
... bedensel açıdan kendimi rahatlamış hissettim							
... umut doluydum							
... başarılıydım							
... kendimi mutsuz hissettim							
... „sabrım taştı“							
... keyfim yerindeydi							
... kendimi çok bitkin hissettim							

7. Zorlanmaya ilişkin sorular

Son 2 hafta içerisinde aşağıdaki şikayetler sizi ne kadar etkiledi?

Görüşünüze en uygun olan kutucuğu işaretleyin.

	Hiç	Bazı günler	Günlerin yarısından daha fazla	Neredeyse her gün
Yaptığınız işlerden zevk almama veya ilgisizlik				
Moral bozukluğu, melankoli veya umutsuzluk				
Sinirlilik, korkaklık veya gerginlik				
Kaygıları engelleyememek veya kontrol edememek				

Aşağıdaki ifadelere ne derece katılıyorsunuz?

Görüşünüze en uygun olan kutucuğu işaretleyin.

	Tamamen katılıyorum	Aslında katılıyorum	Kısmen	Pek katılmıyorum	Hiç katılmıyorum
Korona pandemisinin getirdiği değişimler benim açımdan genel olarak son derece sıkıntılıydı.					
Kendimin veya yakınlarımla koronaya yakalanmasından korkuyorum.					
Korona pandemisi yüzünden para sıkıntısına düştük.					
Korona pandemisi yüzünden sıklıkla aşırı zorlandığımı hissediyorum.					
Korona pandemisinde bu yana ailemde kavgalar/anlaşmazlıklar arttı.					
Alıştığımız etkinliklere gidememek (boş zamanları değerlendirme etkinlikleri, danışmanlık, grup etkinlikleri, terapi...) veya sadece dijital olarak katılabilmek benim ve ailem açısından sıkıntılıydı.					
Pandeminin hiç bitmeyeceği hissine sahibim.					
Pandeminin başlangıcından bu yana yaşam kalitem oldukça kötüleşti.					
Pandeminin başlangıcından bu yana kendimi sıklıkla yalnız hissediyorum.					
Korona pandemisi ve güncel önlemler hakkında genelde iyi bilgilendirildiğime inanıyorum.					
Avusturya'da pandemiyle mücadele açısından kendimi güvende hissediyorum.					

8. Çocuğunuza ilişkin sorular

Aşağıda çocuklarınız korona pandemisi sırasındaki ruh hallerine ilişkin bazı sorular bulacaksınız.

Araştırma, 3 ile 14 yaş arasındaki çocukların durumunu da araştırmak istemektedir.

- **3 ve 14 yaş arası çocuğunuz yoksa**, o zaman anket sizin açınızdan burada bitmiştir. Katılımınız için çok teşekkürler!
- 3 ve 14 yaş arası **1 çocuğunuz**, varsa, o zaman soruları cevaplarken lütfen bu çocuğu gözönüne alın.
- **3 ve 14 yaş arası birden fazla çocuğunuz**, varsa, o zaman soruları cevaplarken lütfen diğer kardeşlerine oranla pandemide **daha çok zorlanan çocuğu** gözönüne alın.

şimdi lütfen değerlendireceğiniz çocuğa ilişkin bazı bilgiler verin:

Yaş

_____ yaşında

Cinsiyet

Kadın Erkek Diğer

Çocuğum ...

anaokuluna gidiyor okula gidiyor evde diğer

9. Ruh hâline ilişkin sorular

İçinde bulunduğumuz korona döneminde çocuğunuz şu anda kendini nasıl hissediyor?

Çok iyi İyi İdare eder Kötü Çok kötü

Çocuğunuz son 1,5 yıl içerisinde korona pandemisi ile başa çıkmayı nasıl başardı?

Çok iyi İyi İdare eder Kötü Çok kötü

10. Okula ilişkin sorular

Çocuğunuz geçtiğimiz yıl okul gerekliliklerinin altından ne derece kalkabildi?

- Çok iyi İyi İdare eder Kötü Çok kötü

Çocuğunuz geçtiğimiz ders yılında aşağıdakilerden hangilerine sahipti?

Çocuğunuz...

- işleyen bir internet bağlantısı vardı
 çalışabileceği bir laptopu, tableti veya bilgisayarını vardı
 derslerine anne veya babadan biri ya da başka bir kişi yardım etti
 ders çalışabileceği bir odası vardı
 ders çalışabileceği bir masası vardı
 okulu sürekli destek verdi
 bunlardan hiç biri yoktu

Aşağıdaki ifadelere ne derece katılıyorsunuz?

Görüşünüze en uygun olan kutucuğu işaretleyin.

	Tamamen katılıyorum	Aslında katılıyorum	Kısmen	Pek katılmıyorum	Hiç katılmıyorum
Çocuğum kendisi organize olmayı iyi başardı. (Görevleri zamanında yerine getirmek, uzaktan eğitime katılmak, vb...)					
Çocuğum genelde okul açısından motiveydi.					
Çocuğumun korona pandemisi yüzünden fazla bir şey öğrenemediğinden kaygı duyuyorum.					
Çocuğum farklı eğitim türlerine kolay adapte oldu.					
Çocuğum tekrar yüzyüze eğitim göreceğine seviniyor.					

11. Kaynaklara ilişkin sorular

İstisnai durumlarda zorluklarla daha iyi başa çıkmada çocuklara yardımcı olabilecek pek çok şey vardır. İşte bunların bir listesini görüyorsunuz. Lütfen burada aşağıdaki hususların çocuğunuz açınızdan 1 (çok faydalı) ile 7 (hiç faydalı değil) skalasına göre ne derece yardımcı olduğunu belirtin. Lütfen çocuğunuz bunlardan doğrudan yararlanmış ve bunları yaşamış olmasa da değerlendirin.

	1 Çok faydalı	2 Faydalı	3 Aslında faydalı	4 Ne / Ne de	5 Pek faydalı değil	6 Faydalı değil	7 Hiç faydalı değil
Diğer çocuklarla iletişim							
Durumun düzeleceğine dair umut (örn. okulların açılacağına, salgına karşı kısıtlama döneminin biteceğine... dair duyurular)							
(Dijital) terapi & rehberlik hizmetlerine katılım (örn. danışmanlık hizmetleri, görüş alışverişi, grup etkinlikleri, ağ kurma...)							
Aile dışındaki kişilerden destek (örn. sosyal hizmet, okul psikolojik hizmetleri, terapi, dış hizmetler...)							
Aileyle daha çok zaman geçirmek							
İşlerin üstesinden gelmiş olma hissi							
Kendine ait bir geri çekilme yeri olması							
Gündelik akışın sürdürülmesi (örn. her gün aynı saatte yatmak)							
Başka şeylere yönelme ve alternatif boş zamanları değerlendirme etkinlikleri (el işleri yapmak, okumak, yemek pişirmek, tamirlerle uğraşmak...)							
İletişim araçlarıyla uğraşmak (televizyon, bilgisayar, dijital medya,...)							
Hareket ve spor							
Kendine yakın kişilerin olması							
Korku ve kaygılar hakkında konuşmak							
Pandemi hakkında güvenilir ve anlaşılır bilgiler ve güncel önlemler alınması							
Diğerleri:							

Çocuğunuza **yardımcı olabilecek** ama **yaşamadığı veya yararlanmadığı** şeyler var mı? Varsa, sizce bunun nedenleri neler olabilir?

.....

.....

.....

Aşağıdaki ifadelere ne derece katılıyorsunuz?

Görüşünüze en uygun olan kutucuğu işaretleyin.

	Tamamen katılıyorum	Aslında katılıyorum	Kısmen	Pek katılmıyorum	Hiç katılmıyorum
Çocuğum korona pandemisi sırasında rahat kalmayı başarabildi.					
Çocuğum problemlerini genelde kendisi çözüyor.					
Çocuğum bir şeyi kendisi beceremezse, yardım istiyor.					
Çocuğum desteğe ihtiyacı olduğunda kime başvurması gerektiğini biliyor.					
Çocuğum kendi başına güzel vakit geçirebiliyor.					

12. Zorlanmaya ilişkin sorular

Aşağıdaki ifadelere ne derece katılıyorsunuz?

Görüşünüze en uygun olan kutucuğu işaretleyin.

	Tamamen katılıyorum	Aslında katılıyorum	Kismen	Pek katılmıyorum	Hiç katılmıyorum
Bence çocuğum sosyal ilişkilerin kısıtlanmasından çok etkilendi.					
Çocuğumun pandemiden bu yana sıkça kendini yalnız hissettiği duygusuna sahibim.					
Çocuğum kendisinin veya aileden bir başkasının koronaya yakalanmasından çok korktu ve korkuyor.					
Çocuğum yakınlarına hastalık bulaştırmaktan çok korktu ve korkuyor.					
Çocuğumun değişen yaşam koşullarına (örn. sosyal ilişkilerin kısıtlanması, evde ders görme, evde çok fazla zaman geçirme...) pek ayak uyduramadığı hissine sahibim.					
Çocuğumun daha pandemiden önce var olan sorunları ve zorlukları pandemi yüzünden daha da arttı.					
Çocuğumun sorunlarının ve zorluklarının konusu pandemi yüzünden pek değişmedi .					
Çocuğumun kendisini pandemi yüzünden pandemisiz bir ortamda geliştirebileceği kadar geliştiremediği kaygısına sahibim.					
Çocuğum son zamanlarda kalabalık bir çocuk grubuna ayak uydurmakta zorlanıyor.					

Geçtiğimiz son 2 haftada çocuğunuzda aşağıdaki şikayetleri ne kadar sıklıkla gözlemlediniz? Görüşünüze en uygun olan kutucuğu işaretleyin.

	Hiç	Bazı günler	Günlerin yarısından daha fazla	Neredeyse her gün
Yaptığı işlerden zevk almama veya ilgisizlik				
Moral bozukluğu, melankoli veya umutsuzluk				
Sinirlilik, korkaklık veya gerginlik				
Kaygıları engelleyememek veya kontrol edememek				

Çocuğunuzda pandeminin başlangıcından bu yana hangi reaksiyonları veya davranış şekillerini daha çok gözlemlediniz?

- Agresiflik
- Sözlü şiddet
- Bedensel şiddet
- Yorgunluk, bitkinlik
- Motivasyon eksikliği, isteksizlik
- Daha önce sevdiği faaliyetlerin/etkinliklerin ihmâl edilmesi
- İntihar düşüncesi
- İştahta değişme
- Bağımlılık tutumu**
 - Bilgisayar oyunları
 - Dijital medya
 - Sigara
 - Alkol
 - Esrar
 - Daha başka yasadışı uyuşturucu (eroin, kokain...)

Çocuğunuza ilişkin şu andaki en büyük kaygılarınız nelerdir?

.....
.....

13. Son olarak

Pandemideki gibi zorlukla üstesinden gelinebilen durumlarla başa çıkabilmek için belirli şeyler vardır, bunlardan bir kaç aşağıda sıralanmıştır. Hangilerini kendi açınızdan daha da yoğunlaştırdınız?

- Organizasyon becerisi
- Sabır, rahatlık
- Resmi dairelerle iletişim kurma/Resmi yol
- Aile içi anlaşmazlıklarda tutum
- Günlük yaşama ilişkin düzen kurma
- Güçlü duygular karşısında tutum (yas, öfke, korku...)
- Esneklik, uyum yeteneği
- Çocukların gereksinimlerine ve gelişimine ilişkin bilgi
- Çocuk yetiştirme yetisi
- Çocuklarla yaşanan güç durumlar karşısındaki tutum
- Sosyal destek ağı
- Diğer: _____

Gençlik ve Aile Müdürlüğü size genel olarak nasıl destek olabilir?

.....
.....

Sizce korona pandemisinin size ve/veya ailenize getirdiği olumlu etkiler nelerdir?

.....
.....

Katıldığınız için çok teşekkürler!