

T.C.
SAKARYA ÜNİVERSİTESİ
EĞİTİM BİLİMLERİ ENSTİTÜSÜ
EĞİTİM BİLİMLERİ ANABİLİM DALI
REHBERLİK VE PSİKOLOJİK DANIŞMANLIK BİLİM DALI

İLİŞKİ BAĞIMLILIĞI İLE REDDEDİLME DUYARLILIĞI VE DEPRESYON
ARASINDAKİ İLİŞKİNİN İNCELENMESİ

YÜKSEK LİSANS TEZİ

SELMA KILIÇ

DANIŞMAN
DOÇ. DR. EYÜP ÇELİK

EKİM 2023

T.C.
SAKARYA ÜNİVERSİTESİ
EĞİTİM BİLİMLERİ ENSTİTÜSÜ
EĞİTİM BİLİMLERİ ANABİLİM DALI
REHBERLİK VE PSİKOLOJİK DANIŞMANLIK BİLİM DALI

İLİŞKİ BAĞIMLILIĞI İLE REDDEDİLME DUYARLILIĞI VE DEPRESYON
ARASINDAKİ İLİŞKİNİN İNCELENMESİ

YÜKSEK LİSANS TEZİ

SELMA KILIÇ

DANIŞMAN

DOÇ. DR. EYÜP ÇELİK

EKİM 2023

BİLDİRİM

Sakarya Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Tez-Proje Yazım Kılavuzu'na uygun olarak hazırladığım bu çalışmada:

- Tezde yer verilen tüm bilgi ve belgeleri akademik ve etik kurallar çerçevesinde elde ettiğimi ve sunduğumu,
- Yararlandığım eserlere atıfta bulunduğumu ve kaynak olarak gösterdiğimi,
- Kullanılan verilerde herhangi bir değiştirmede bulunmadığımı,
- Bu tezin tamamını ya da herhangi bir bölümünü başka bir tez çalışması olarak sunmadığımı beyan ederim.

Selma KILIÇ

ÖN SÖZ

Öncelikle lisansüstü öğrenim dönemim boyunca ihtiyaç duyduğum her anda bilgi ve donanımıyla bana destek olup her zamandoğru yönlendiren değerli danışman hocam Doç. Dr. Eyüp ÇELİK’e teşekkür ederim. Değerli katkılarından dolayı, jüri üyelerim sayın Doç. Dr. Mehmet KAYA ve Dr. Öğr. Üyesi Lokman KOÇAK hocalarıma teşekkür ederim.

Doğduğum günden itibaren hayatını bana adayan, her koşulda yanımda olup görebileceğim en iyi model olan ve “ben” olmamı sağlayan canım annem Serpil GÜLER’e çok ama çok teşekkür ederim. Sevgisiyle kalbimde yeni kapılar açan hayatımın büyük bir parçası Paşa’ma varlığı için teşekkür ederim. Sevgisini ve desteğini her an hissettiğim en iyi arkadaşım, eşim Doğukan KILIÇ’a bu süreçteki en iyi motivasyon kaynağım olduğu için ayrıca teşekkür ederim. Ayrıca bu süreçte tüm yükü ve stresimi paylaşan Özge Pişket, Çiğdem Kaya ve Gamze Gültekin başta olmak üzere tüm arkadaşlarıma teşekkür ederim.

ÖZET

İLİŞKİ BAĞIMLILIĞI İLE REDDEDİLME DUYARLILIĞI VE DEPRESYON ARASINDAKİ İLİŞKİNİN İNCELENMESİ

Selma KILIÇ, Yüksek Lisans Tezi

Danışman: Doç. Dr. Eyüp ÇELİK

Sakarya Üniversitesi, 2023

Araştırmada yetişkinlerde ilişki bağımlılığı ile reddedilme duyarlılığı ve depresyon arasındaki ilişkinin incelenmesi amaçlanmıştır. Çalışmada ayrıca ilişki bağımlılığı ve reddedilme duyarlılığı arasındaki ilişkide depresyonun aracı etkisi olup olmadığı araştırılmıştır. Ayrıca, çalışmada bazı kişisel özellikler (cinsiyet, yaş, eğitim düzeyi, ilişki durumu, ilişki süresi) açısından ilişki bağımlılığının farklılaşıp farklılaşmadığı da incelenmiştir. Araştırmanın çalışma grubunu Türkiye'nin farklı illerinden katılan 18 ile 69 yaş aralığında olan 296 kişi oluşturmaktadır. Gönüllü katılımı sağlanan grubun yaş ortalaması 29.4'tür. Çalışmanın verileri "Reddedilme Duyarlılığı Ölçeği", "Spann-Fischer İlişki Bağımlılığı Ölçeği" ve "Beck Depresyon Ölçeği" ile toplanmıştır. Araştırmada reddedilme duyarlılığı ile ilişki bağımlılığı ve depresyon değişkenleri arasındaki ilişkiler korelasyon ve regresyon analizleri ile incelenmiştir. Bazı kişisel özellikler açısından ilişki bağımlılığının farklılaşıp farklılaşmadığı da bağımsız örneklem t-Testi, Tek Yönlü Varyans Analizi ile belirlenmeye çalışılmıştır. Ayrıca ilişki bağımlılığı ile reddedilme duyarlılığı arasındaki ilişkide depresyonun aracılık etkisi araştırılmış ve çalışmanın hipotezlerinin araştırılması amacıyla Process Macro Yazılım model 4 kullanılarak test edilmiştir. Araştırma neticesinde ilişki bağımlılığı, reddedilme duyarlılığı ve depresyon arasındaki ilişkide istatistiksel olarak pozitif yönde ve anlamlı korelasyon olduğu belirlenmiştir. Aracılık analizi sonucunda da reddedilme duyarlılığı ile ilişki bağımlılığı arasındaki ilişkide depresyonun aracı etkisi belirlenmiştir.

Anahtar Kelimeler: Reddedilme duyarlılığı, Depresyon, İlişki bağımlılığı

ABSTRACT

INVESTIGATION OF RELATIONSHIP OF CODEPENDENCY BETWEEN REJECTION SENSITIVITY AND DEPRESSION

Selma KILIÇ, Master Thesis

Supervisor: Assoc. Prof. Dr. Eyüp ÇELİK

Sakarya University, 2023

This study focuses on the investigation of the relationship of codependency between rejection sensitivity and depression. The study also has been examined whether depression has a mediating role in the relationship of codependency with rejection sensitivity. The study group of the research consist of 296 person, from diffrent provinces of Türkiye. The average age of the volunteered group is (29.4 %). As data collecting tools, “Personal Information Form“ which was devoloped by researcher, “Rejection Sensivity Scale“, “Spann-Fischer Codependency Scale“ and “Beck Depression Scale“ were used. In the study relationship of rejection sensivity and depression variable were examined using regression-based mediation analysis and correlation analysis. In addition, whether depression has a statistically significant mediating effect in the relationship between codependecy and rejection sensitivity was determined by using a Process Macro Software model 4 with the hypotheses of the study. As a result of the research, it was determined that there was a statistically positive and significant correlation between codependency, rejection sensitivity and depression. As a result of the mediation analysis, it was determined that depression had a mediating effect on the relationship between codependency and rejection sensitivity. The findings were discussed in the light of the relevant literature.

Keywords: Rejection sensitivity, depression, codependecy

İÇİNDEKİLER

BİLDİRİM	i
ÖN SÖZ	ii
ÖZET	iii
ABSTRACT	iv
İÇİNDEKİLER	v
TABLolar LİSTESİ	viii
ŞEKİLLER LİSTESİ	ix
BÖLÜM I	1
GİRİŞ	1
1.1. Problem durumu	1
1.1.1. Depresyonun aracı rolü	6
1.2. Araştırmanın amacı ve önemi	8
1.3. Problem cümlesi	9
1.4. Alt problemler	9
1.5. Varsayımlar	10
1.6. Sınırlılıklar	10
1.7. Tanımlar	10
BÖLÜM II	11
ARAŞTIRMANIN KURAMSAL ÇERÇEVESİ VE İLGİLİ ARAŞTIRMALAR	11
2.1. İlişki Bağımlılığı	11
2.1.1. Kuramsal Temeller Göre İlişki Bağımlılığı	14
2.2. Reddedilme Duyarlılığı	16
2.2.1. Kuramsal Temeller Göre Reddedilme Duyarlılığı	18

2.2.2. Reddedilme Mesajının Geldiği Kişiye Göre Reddedilme.....	20
2.2.2.1. Ebeveyn Reddi.....	20
2.2.2.2. Akran Reddi.....	21
2.2.2.3. Romantik İlişkilerde Reddedilme.....	21
2.3. Depresyon.....	23
2.3.1. Depresyonun Etiyolojisi.....	24
2.3.2. Kuramsal Temellere Göre Depresyon.....	24
2.3.2.1. Psikanalitik Kuram.....	25
2.3.2.2. Bilişsel Kuram.....	25
2.3.2.3. Kişilerarası Kuram.....	26
2.3.2.4. Seligman'ın Öğrenilmiş Çaresizlik Modeli.....	26
2.2. İlgili Araştırmalar.....	27
2.2.1. İlişki Bağımlılığı ile İlgili Araştırmalar.....	27
2.2.2 Reddedilme Duyarlılığı ile İlgili Araştırmalar.....	29
2.2.3. Depresyon ile İlgili Araştırmalar.....	31
BÖLÜM III.....	33
YÖNTEM.....	33
3.1.Araştırma Modeli.....	33
3.2. Çalışma Grubu.....	33
3.3. Veri Toplama Araçları.....	33
3.3.1. Spann-Fischer İlişki Bağımlılığı Ölçeği.....	33
3.3.2. Reddedilme Duyarlılığı Ölçeği.....	34
3.3.3. Beck Depresyon Ölçeği.....	35
3.4. Verilerin Analizi.....	35
BÖLÜM IV.....	36
BULGULAR.....	36

4.1. İlişki Bağımlılığı, Reddedilme Duyarlılığı ve Depresyon Düzeylerine İlişkin Bulgular.....	36
4.2. İlişki Bağımlılığının Bazı Kişisel özelliklere Göre Farklılaşıp Farklılaşmadığına İlişkin Bulgular.....	38
4.3. İlişki Bağımlılığı, Reddedilme Duyarlılığı, Arasındaki İlişkide Depresyonun Aracılık Rolüne İlişkin Bulgular.....	39
BÖLÜM V.....	42
SONUÇ TARTIŞMA VE ÖNERİLER.....	42
5.1. Sonuç ve Tartışma	42
5.1.1. İlişki Bağımlılığı, Reddedilme Duyarlılığı, ve Depresyon Düzeylerine İlişkin Bulguların Tartışılması.....	42
5.1.2. İlişki Bağımlılığının Bazı Kişisel Özelliklere Göre Farklılaşıp Farklılaşmadığına İlişkin Bulguların Tartışılması.....	44
5.1.3. İlişki Bağımlılığı ve Reddedilme Duyarlılığı Arasındaki İlişkide Depresyonun Aracılık Rolüne İlişkin Bulguların Tartışılması.....	45
5.2. Öneriler.....	46
5.2.1. Araştırma Sonuçlarına Göre Önerileri.....	46
5.2.2. İleride Yapılabilecek Araştırmalar için Öneriler.....	47
KAYNAKLAR.....	48
EKLER	80

TABLÖLAR LİSTESİ

Tablo 1. Betimsel İstatistik Sonuçları.....	36
Tablo 2. Değişkenler Arasındaki İlişkilere Yönelik Bulgular.....	38
Tablo 3. İlişki Bağımlılık Düzeyinin Bazı Kişisel Özelliklere Göre İncelenmesi.....	38
Tablo 4. Aracı Modele İlişkin Sonuçlar.....	40



ŞEKİLLER LİSTESİ

Şekil 1. Hughes-Hummer ve Martsolf İlişki Bağımlılığı Modeli	15
Şekil 2. Reddedilme Duyarlılığı Modeli.....	19
Şekil 3. Normal Dağılım Grafiği.....	37
Şekil 4. Aracılık Analizine İlişkin Bulgular.....	41



BÖLÜM I

GİRİŞ

1.1.Problem durumu

Kişinin hayatını yaşanabilir kılan ruh sağlığı, birçok faktörden etkilenebildiği gibi bireyi ve toplumu birçok anlamda da etkileyebilir. Günlük hayatta, aile içinde, okulda, işte hatta sokakta yaşananların ruh sağlığımızı etkilediği belirtilmektedir (Lehtinen vd., 1997). Dünya Sağlık Örgütü (2022) ruh sağlığının sosyal, çevresel ve ekonomik risk faktörlerini; uyuşturucu, alkole erişim, dışlanma, yalnızlık, duygusal reddedilme, eğitim, ulaşım ve barınma eksikliği, zayıf sosyal koşullar, kentleşme, sosyal adaletsizlik, ayrımcılık, savaş, iş stresi, ihmal ve istismar olarak sıralamaktadır. Ayrıca, Kararımak (2006) tarafından da can ve mal kaybına sebep olan alışılmışın dışındaki doğa olayları, terör ve benzeri durumlar, ebeveynlerin ruh sağlığı ve boşanma durumları ruh sağlığının risk faktörleri arasında sayılmaktadır. Tüm bunların sonucunda oluşan güven ortamının eksikliği, umutsuzluk hali, toplumsal boyutta hızlı değişimler hangi ülkede olursa olsun ruh sağlığının olumsuz etkilenmesine neden olduğu belirtilmektedir (Patel ve Kleinman 2003). Toplumsal ve kişiler arası problemler, ruh sağlığı sorunlarının görünüm sıklığını arttırmakla birlikte bu sorunları baş edilmesi zor hale getirmekte olduğu ifade edilmektedir (Desjarlais vd., 1995). Toplumsal ve kişisel problemler bireyde ruh sağlığı sorunlarına yol açtığı gibi, bireyin ruh sağlığındaki bozulmalar da toplumsal bozulmalara yol açabilir.

Birey ve toplum ruh sağlığındaki bozulmaların birçok alanda olumsuz etki ettiği söylenebilir. Psikolojik problemlerin ülkeye maliyetinin çok yüksek olduğu ve bu maliyeti tespit etmenin oldukça zor olduğu ifade edilmektedir (Gültekin, 2010). Buna bağlı yapılan bir araştırmada, psikolojik problemlerin işe devamsızlık, ölüm yaşının erkene çekilmesi, işsizlik ve buna bağlı ekonomik yoksulluk gibi toplumsal olarak maliyeti yüksek sorunlarla ilişkili olduğu sonucuna varılmaktadır (Shaw ve Taplin, 2007). DSÖ'ye (2001, 2022) göre iş yapamama gibi durumlardan ötürü işçi kaybı ve üretim azlığı, bu durumun kişinin ailesine ve bakım verenine etkisi, toplumsal güvenlik kaybı, suç içeren davranışların görünümü gibi ruhsal problemlerin ekonomik maliyeti yüksek getirileri olarak belirlenmektedir. DSÖ (2022) tarafından yayınlanan Dünya Ruh Sağlığı Raporu 'nda çalışma çağındaki kişilerin

%15'inin ruhsal bozukluk yaşadığı belirtilmiştir. Görüldüğü gibi ruh sağlığının sınırları sadece psikolojik problemlerin yokluğu gibi dar kapsamlı değil; birey, aile ve toplum için yaşamsal öneme sahip çok geniş kapsamlı bir çerçevesinin olduğu söylenebilir.

Kişisel ve toplumsal zararın en yüksek olduğu bozukluklardan birinin ise bağımlılık olduğu düşünülebilir. Çünkü bağımlılık yalnızca kişinin hayatını değil dolaylı yoldan onunla temas eden herkesi de etkileyebilir. Kaza, şiddet ve çeşitli suçlarla ilişkili olduğundan bağımlılığın kişinin sosyal ve mesleki işlevselliğini bitirip topluma ve çevresine geri dönüşü olmayan zararlar verdiği belirtilmektedir (Ekmekçi-Ertek ve İlhan, 2021). Anne veya babasında bağımlılık görülen çocuklarda psikopatolojik sorunlar, davranışsal problemler, bağımlılık gibi durumlar gözlemlendiği belirtilmektedir (Kuperman vd, 1999). Aynı zamanda Bowlby (1969) tarafından bu kişilerin ileride muhtemel ilişkisel problemler yaşayacağı öngörülmektedir. Bahsedilen mevcut ya da olma ihtimali olan bütün durumlar nedeniyle bağımlılık sadece bireysel bir problem değil aynı zamanda ailevi ve sosyal bir sorun olarak görülebilir.

Bağımlı ebeveyn tarafından yetiştirilen çocuklar kadar, bağımlı bir eşle yaşam sürdüren bireyler de bu durumdan olumsuz etkilenebilir. Alkol veya madde bağımlısı olan bireyin eşi, partnerini korumak ve kişilerarası ilişkilerde ona yardımcı olmak için sürekli olarak çabaladığı ve bir süre sonra bu durumun çabalayan partneri ilişkiye bağımlı hale getirdiği belirtilmektedir (Cretser ve Lombardo, 1999). İlişkiye bağımlı olma durumu Granello ve Beamish (1998) tarafından partnerini memnun etme gayreti içinde olmayla birlikte karşıdaki kişiyi merkeze alarak ilişkiye bağımlı hale gelme olarak açıklanmıştır. Yapılan çalışmalar, ilişkiye bağımlılığın yalnızca alkol veya madde bağımlılarının ailelerinde değil genel olarak ihmal, fiziksel ve duygusal istismar geçmişi, travma yaşantısı olan kişilerde görünen bir durum olduğu tespit edilmiştir (Akhunlar, 2010; Loughhead, 1991). Yetişkinliğe kadarki süreçte benlik saygısı gelişmeyen bireyin ilişkilerinde karşıdaki kişiye aşırı bağlanarak patolojik bir durum sergilediği belirtilmektedir (Topkara, 2011). Bu patolojik durum, ilişki bağımlısı olarak adlandırılan kişinin geçmişinde güvenli ilişkiler geliştiremeyip kendine dair olumlu duygular beslememesi sonucu kendini unutacak kadar karşı tarafa odaklı ilişki sürdürmesi tablosunu oluşturduğu ifade edilmektedir (Sioui ve Tousignant, 2009). İlişki bağımlısı kişi karşı tarafı memnun ettikçe, ihtiyaçlarını giderdikçe ya da kişiyi kontrol altına aldıkça kendine dair olumlu duygular geliştirmeye başladığı vurgulanmaktadır (Frank ve Golden, 1992). Lancer (2017) ilişki bağımlılığının üç aşamadan oluştuğunu belirtmektedir. İlk aşamada karşı tarafa bakıcılık yaparak kendine dair olumlu duygular hissetmeye çalıştığı,

ikinci aşamada kişinin özsaygısında iyice düşüş, kaygı, izolasyon ve obsesif davranışlar gözlemlendiği, üçüncü aşamada ise uyku ve beslenme sorunları, özbakımda azalma ve öfke kontrol problemleri görüldüğü vurgulanmaktadır. Özetle ilişki bağımlılığının hem kişi hem de ilişkili olduğu bireyler için ıstırap verici bir durum olduğu söylenebilir.

İlişki bağımlılığı olan kişinin kendisini her şeyden sorumlu hissetmesi, bu durumun devam etmesine sebep olduğu söylenebilir. İlişki bağımlılığının sürdürülmesinin sebeplerinden biri, bağımlı kişinin karşı tarafın davranışlarına aşırı toleransı hatta kendini bu davranışlardan sorumlu hissetmesi durumu olarak açıklanmaktadır (Lancer, 2012). Ek olarak kişinin tüm bu durumları inkar etmekte olduğu belirtilmektedir (Lancer, 2017). Tüm bu sebeplerden ötürü, Roxburg (1991) tarafından yapılan çalışmada fiziksel veya duygusal şiddete maruz kalan kişilerin ilişki bağımlısı olduğunu, kendisinin şiddetten sorumlu olduğu için hak ettiğini düşündüğü ve dolayısıyla karşı tarafı suçlamadığı vurgulanmaktadır. Bu durumun aile içi şiddete işaret ettiği söylenebilir. Hacettepe Üniversitesi Nüfus Etütleri Enstitüsü tarafından yapılan çalışmada şiddet mağduru olan kişilerin çoğunluğunun en yakınları (anne, baba, eş, romantik partner) tarafından şiddete uğramakta olduğu tespit edilmiştir. Yapılan araştırmalarda şiddet mağdurlarının %20 ile %51'inin şiddet karşısında sessiz kaldıkları saptanmaktadır (French, 1993; Kocacık, 2004). İçli (1995) tarafından yapılan bir araştırmada grubun %12.5'inin devam eden şiddet ortamında partnerlerini sevdiği için kaldığı belirtilmektedir. Cermak (1986) ise bu durumla ilgili ilişki bağımlılığının en güvenilir belirtisinin kronik olarak kötü giden bir ilişkinin istismara uğrayan (bağımlı) tarafından sonlandırılmaması olduğunun altını çizmektedir. Tüm bu bilgiler ışığında ilişki bağımlılığının; ilk başta partnerler için, sonra ilişki bağımlısı ebeveynler tarafından yetiştirilen çocuklar için, en sonunda ise bu çocuklar toplumun birer ferdi olacağı için, farkındalık kazanılması gereken bir durum olduğu söylenebilir.

Kişide oluşan ilişki bağımlılığı sadece karşı taraf için değil kişinin kendisi için de oldukça yıpratıcı bir durum olabilir. Bu durumla ilgili kişinin karşısındakini merkeze alarak kendini önemsemediği ve bu sebeple içsel dünyasında acı çektiği belirtilmektedir (Whitfield, 1989). Bu acı aslında terk edilme korkusundan kaynaklanıyor olabilir. İlişki Bağımlılığı olan kişilerin tek başına olduklarında özgüven sorunu yaşadıklarından dolayı yalnız kalmama çabası içine girdikleri belirtilmektedir (Fromm, 1947). Bireyin geçmiş yaşantılarından ötürü aslında kabul edilme isteği içinde olduğu, reddedilme ve terk edilme korkularıyla dolu olduğu; fakat korkunun da ilişki bağımlılığını tetiklediği vurgulanmaktadır (Mukba, 2013). Reddedilme sinyallerinin yalnızca kişi için anlamlı olanlar tarafından algılanması durumu,

reddedilme duyarlılığı olarak ifade edilmektedir (Bozkuş ve Araz, 2015). Bu noktada reddedilme durumu, birey için önemli olan ve birey için anlam ifade eden sosyal gruplarda (ebeveyn, yakın arkadaş, akran, romantik partner vb.) ortaya çıkmakta olduğu belirtilmektedir (Marston vd., 2010). Reddilme mesajı alınması durumunda, kişinin diğer insanların davranışlarına ilişkin algılarını bozarak, ilişkileri baltalayabilecek savunmacılığa neden olabildiği belirtilmektedir (Butler vd, 2007). Reddedilme duyarlılığı, reddedilmeyi kaygıyla bekleyen kişinin diğer insanlardan işittiği sözleri ve gördüğü davranışları reddedilme olarak algılama eğilimi göstermesine neden olmakta ve bu duyarlılığa sahip olan kişinin, toplum tarafından veya bireysel reddedilme durumuna karşı aşırı tepkisel davrandığı belirtilmektedir (Downey ve Feldman, 1996). Reddedilme durumuyla karşı kaşıya kalındığında öfkelenme ve değersiz hissetmeyle birlikte, saldırganlık gibi olumsuz davranışlar ve olumsuz düşüncelerin de görüldüğü belirtilmiştir (Çardak vd., 2012; Romero Canyas vd., 2010; Staebler vd., 2011). Kişinin tüm bu duygu durum halleri ve davranışlarının reddedilmeyi yaşamamak ya da sosyal olarak kabulü sağlamak için bir çabalama olduğu söylenebilir. Kısaca sosyal reddin de ilişki bağımlılığı gibi kişinin iyi oluş halini azalttığı ve kişilerarası ilişkileri bozabileceği şeklinde özetlenebilir.

Bireyde ilişki bağımlılığı gelişmişse reddedilme duyarlılığının da paralel olarak gelişebileceği söylenebilir. Bireyde reddedilme duyarlılığının gelişmesinden itibaren kişi bundan sonraki yaşamında kurduğu ilişkiye reddedilme beklentisiyle başlamakta olduğu söylenmektedir; (Butler vd., 2007; Olsson vd., 2013). Özellikle ilk reddedilme deneyimlerinin, sonraki sosyal etkileşimlerinin başarısını etkileyen bir faktör olduğu belirtilmektedir (Marston vd., 2010). Bu açıdan bakıldığında reddedilme duyarlılığı kavramının, Bowlby'nin geliştirdiği bağlanma kuramı benzerlik gösterdiği söylenebilir. Bowlby'nin bağlanma kuramına göre, kişi ilk yıllarında kendine bakım veren tarafından yeteri kadar ilgi, şefkat görmeyip bu yüzden güvenli ve sıcak bir ilişki kuramadıysa, ilerideki ilişkileri de bu durumdan olumsuz olarak etkilenmekte ve geliştirdikleri bu ilişki modelini, alıştığı örüntüyü yaratmaya çalıştığı ifade edilmektedir (Bretherton, 1992). Bireyin ilk yıllarında güvensiz kurulan ilişkiler, kişide değersizlik hissiyle birlikte reddedilme beklentisi yaratarak ileride ilişki kurduğu kişiye aşırı bağlanma eğilimine sebep olduğu ve ilişkinin sürdürülmesinin bir zorunluluk haline gelip bağımlılık durumuna dönüştüğü söylenmektedir (Mukba, 2013). İlişki bağımlılığı, kadın erkek farketmezsiniz ve kimyasal bağımlılık olmadan, ilişkilerde olumsuz davranışlara yol açan aşırı kontrollü bağlanma şekli olarak tanımlanmaktadır (Rounsaville vd., 1979). İlişki bağımlılığının başlıca niteliklerinden olan,

saplantılı bir bağlanma şekliyle karakterize edilen "ötekilere yönelik" bir bakış açısidir ve yapılan araştırmalar romantik ilişkilerde hem yakınlık arzularını hem de reddedilme hassasiyetlerini veya başkaları tarafından kırılma kaygılarını yansıtan korkulu, kaçınan bir bağlanma şekli gösterdikleri belirtilmektedir (Wells vd., 2006). Kısaca bireyin ebeveynle kurduğu ilişkiden itibaren kabul edilme ihtiyacı giderilirse bu durum kişide olumlu etki yaratırken, kabul görmediği ve reddedildiği deneyimler yaşaması durumu kişide reddedilmeye karşı hassasiyet ve ilişki bağımlılığı oluşturuyor olabilir.

Kişide reddedilme duyarlılığı gelişmesiyle birlikte sağlıklı ilişkiler geliştireceği söylenebilir. Reddedilme duyarlılığı kavramının, bireyin işlevselliğinde ve kişilerarası ilişkilerinde belirleyici olduğu; sağlıklı ilişkilerin ve iletişimin oluşumunda ve devam etmesinde temel faktörlerden olduğu belirtilmektedir (Khaleque vd., 2019; Nowland vd., 2018; Watson ve Nesdale, 2012). Kişinin en çok romantik ilişkilerini etkileyen reddedilme duyarlılığı, birçok sosyal ilişkisinde de ortaya çıkan iletişim kurma ve sürdürme sorununun, ilişkilerin bozulmasının ve tıkanmasının nedeni olarak gösterilmektedir (Şirvanlı-Özen ve Güneri, 2018). İnsanların ilişkilerini kaybetme ihtimali karşısında endişeli bir hal aldıkları, yalnız, depresif ve kederli oldukları ifade edilmektedir (McDougall vd., 2001; Tambor ve Leary, 1993). Downey vd. (1998) tarafından yapılan bir çalışmada reddedilme duyarlılığı yüksek bireylerin sosyal olarak endişeli ve içe kapanık oldukları ifade edilmiştir. Reddedilme olasılığının yüksek olduğunu hissettiklerinde insanların kendilerini başkalarından uzaklaştırma eğilimine girdiğini gösteren bulgular mevcuttur (Feeney vd., 2000; MacDonald ve Leary, 2005). Sosyal kaçınma ve geri çekilme, sosyal etkileşimlerin sayısında ve uzunluğunda bir azalmaya yol açar, bu da yeni ilişkiler kurma ve mevcut ilişkileri sürdürme fırsatlarının azalması, sonuç olarak da yakın ilişkilerin kaybı ve sosyal desteğin azalması dolayısıyla yalnızlıkta bir artış yaratmaktadır (Watson ve Nesdale, 2012). Bu durumun sonucu niteliğinde reddedilme beklentilerinin yalnızlık duygularını arttırdığını ortaya sunan çalışmalar mevcuttur (Jackson vd., 2002; London vd. 2007). Zayıf kişilerarası ilişkilerin de depresyonun önemli yordayıcıları olduğu bilinmektedir (Barnett ve Gotlib, 1988). İstenmeyen yalnızlığın bireyde depresyon ve kaygıya eğilim, bireyin işlevselliğinde bozumalar hatta ölüm riskini arttırdığı ifade edilmektedir (Han vd., 2018). Singh ve Misra, (2009) tarafından yapılan başka bir çalışmada yalnızlık arttıkça depresyon ve kaygının daha yoğun görüldüğü ve bu bireylerin diğer kişilere oranla daha umutsuz, çaresiz, üzgün olduğu belirtilmektedir. Yapılan araştırmalarda kişinin algıladığı sosyal destek düzeyi, aidiyet duyguları ile yalnızlık düzeyi arasında negatif; geleceğe karşı umutlu ve iyimser bakışı

arasında pozitif ilişki bulunmuştur (Alpass ve Neville, 2003; Ozsaker vd., 2015; van Winkel vd., 2017). Bağlanma kuramı açısından da, Bowlby (1980) bağlanma bağının bozulmasına tepki olarak çocukların önce öfke ile karakterize edilen bir protesto döneminden geçtiği ve bozulan bağlanma bağının yeniden kurulacağına dair umudunu yitirdiğinde öfkenin yerini umutsuzluğun ve üzüntünün aldığı ifade edilmektedir. Düşmanlık reddedilmeye anında bir tepki olabilirken, depresyon gecikmiş bir tepki olabilir. Tüm bu bilgiler ışığında reddedilme mesajı algılayan kişide karşısındakine öfke duyma, kaygılı hissetme, ilişkilerde yaşadığı yoğun stresle birlikte kendini sevgiye ve kabule layık görmemenin getirdiği yalnızlaşma ve geleceğe umutsuz bakma sonucu depresyon belirtileri görülüyor olabilir.

Alanyazın incelendiğinde, reddedilme duyarlılığı ile depresyonu birlikte ele alan çalışmalara Türkçe alanyazında rastlanmamakla birlikte, yabancı alanyazında yapılmış olduğu görülmektedir (Ayduk vd., 2001; Ehnvall vd., 2009; Liu vd., 2014). Fakat reddedilme duyarlılığı ile ilişki bağımlılığı arasındaki ilişkiyi inceleyen herhangi bir çalışmanın yapılmadığı görülmektedir. Ayrıca ilişki bağımlılığı ve depresyonun birlikte ele alındığı çalışmalara da kaynaklarda sınırlı şekilde ulaşılmıştır (Hughes-Hammer vd., 1998; Webster, 1990). Bu üç kavramın birlikte çalışıldığı bir araştırmaya ve aracı modellerin test edildi çalışmalara alanyazında rastlanmamıştır. Ancak reddedilme duyarlılığı ile ilişki bağımlılığı arasındaki ilişkide depresyon değişkeninin aracı etkisi olabilir. Bu çerçevede araştırmada reddedilme duyarlılığı ile ilişki bağımlılığı, depresyon arasındaki ilişki ve depresyonun aracı etkisi olup olmadığı incelenmeye çalışılmıştır.

1.1.1. Depresyonun aracı rolü

Depresyon aile, arkadaşlar ve toplumla ilişkiler de dahil olmak üzere yaşamın tüm yönlerini olumsuz olarak etkileyebilir. Kişinin mutlu hissettiği bir hayat sürdürebilmesi için yakın sosyal desteklerinin önemli bir yere sahip olduğu belirtilmektedir (Gizir, 2012). Sosyal desteğin kişinin iyi oluş haliyle ilişkili olduğu ifade edilmektedir (Arslantaş ve Ergin, 2011). Depresyon tanısı alan bir kişide izolasyon, istek kaybı, yemek yeme isteğinde ciddi bir azalma ya da kontrolsüz artma, buna bağlı kilo kaybı veya kazanımı, uykusuzluk, enerjisiz olma, dikkatte azalma ve kendine zarar verme düşünceleri görüldüğü belirtilmektedir (Öz, 2020). Reddedilme duyarlılığının kişinin değersiz hissetmesine, sosyal izolasyona sebep olmasından (Rubeis vd., 2017), ilişki bağımlılığı gelişen bireylerin ise gerçek anlamda yakın

ve samimi ilişki kuramadıklarından aslında sosyal destek anlamında yalnız olduğu belirtilmektedir (Lancer, 2015). Öte yandan ilişki bağımlılığında görülen karşısındakine aşırı değer verme ve aşırı odaklanma, kendini ihmal etme, karşısındakini kontrol etme isteği görülmektedir (Hughes-Hammer vd., 1998). Buna bağlı gelişen parterine sürekli yardım etme davranışları, bireyi strese sokup bu durumu görev haline dönüştürmekte ve partnerden beklentileri arttırmakta olduğu ve sonuç olarak kişinin başkalarından beklediği davranışları kendi standardına göre oluşturduğu ve bu beklentiler karşılanmadığında kendini izole edilmiş, mutsuz hissettiği ifade edilmektedir (Deaton, 2023). Yapılan çalışmalarda olumsuz ruh hallerinin ve yıkıcı davranış kalıplarının (Jackson vd., 2000) yanı sıra sosyal ilişkilerin zayıflığı, sosyal yetersizlik, özgüven eksikliği, kendini küçük görme gibi psikososyal güçlüklerin ve kaygı, depresyon, intihar gibi problemlerin de depresyonla da ilişkisi olan yalnızlıkla da bağlantılı olduğu tespit edilmiştir (Heinrich ve Gullone, 2006). Reddedilme duyarlılığı ve ilişki bağımlılığı yaşayan kişilerin de sürekli olarak yalnız kalma riskiyle yaşıyor olduğu bilinmektedir (Mukba, 2013). Sonuç olarak, köken aile problemleri, düşük özdeğer ve kendini saklama özellikleri bakımından kesişen noktaları olan depresyon, ilişki bağımlılığı ve reddedilme duyarlılığının birbiriyle ilişkili olduğu düşünülebilir.

Depresyonun belirtileri ile reddedilme duyarlılığı ve ilişki bağımlılığı gelişen kişinin sergilediği davranışların kesiştiği noktalar olduğu söylenebilir. Allen ve Badcock (2003) depresyondaki bireylerin üç davranışsal ve bilişsel model geliştirdiklerinden bahsetmektedir. Bunlar: 1) Artan başarısızlık beklentileri ve kendine dair olumsuz düşünceler ve olumluyu görmeme hali 2) Kendi düşüncelerini önemsememe, itaatkar davranma ve ilgi görebilmek için uyum sağlama 3) Sosyal tehditlere karşı tetikte olma olarak sıralanmaktadır. Buradan hareketle depresyondaki bir kişinin reddedilme tehditleri için algılarının açık olduğu ve aynı zamanda kendini ihmal etme, karşısındakini daha değerli görüp o kişiye göre hareket etme gibi ilişki bağımlılığı özellikleri gösterdiği söylenebilir. Buradan hareketle depresyonun ilişki bağımlılığı ile reddedilme duyarlılığı arasındaki ilişkide aracı rolü olduğu düşünülebilir.

Alanyazın incelendiğinde reddedilme duyarlılığı ile depresyonun birlikte ele alındığı araştırmalarda (Ayduk vd., 2001; Ehnvall vd., 2009; Hawes vd., 2020; Kraines ve Wells, 2017; Lui vd., 2014; Zimmer-Gembeck vd., 2014), depresyon değişkeninin aracı rolü araştırılmadığı görülmüştür. Nitekim yetişkinlerle gerçekleştirilen bu çalışmada reddedilme duyarlılığı ve ilişki bağımlılığı arasındaki ilişkide depresyonun aracı rolünün araştırılması hedeflenmektedir.

1.2. Araştırmanın Amacı ve Önemi

Bu çalışmada ilişki bağımlılığı, reddedilme duyarlılığı ve depresyon değişkenleri arasındaki ilişki ve depresyonun bu ilişkide aracı etkisi incelenerek alanyazına katkı sağlayacak bir çalışma yapılması amaçlanmaktadır. Alanyazında ilişki bağımlılığı, reddedilme duyarlılığı ve depresyonun birlikte çalışıldığı bir çalışmaya rastlanmamıştır. Reddedilme duyarlılığının bir çok patolojiyle ilişkili olduğunu gösteren çalışmalara rağmen (Chango vd., 2012; Chesin vd., 2015; Rowe vd., 2015; Webb vd., 2015), alanyazında reddedilme duyarlılığı ile ilgili çalışmalar sayıca az ve özellikle Türkiye'de oldukça yetersizdir. Araştırma sonuçlarının ruh sağlığı alanına katkı sunabilecek bir çalışma olabileceği düşünülmektedir.

Reddedilme duyarlılığının bir çok değişkenle ilişkili olan çok boyutlu bir durum olduğu söylenebilir. Downey ve Feldman (1996) tarafından yapılan çalışmada düşük reddedilme duyarlılığına sahip kişiler, reddedilme ihtimali ile ilgili kaygı ve üzüntü yaşamazken yüksek reddedilme duyarlılığı olan kişilerin bu duyguları yoğun yaşadığı belirtilmiştir. Depresyonla kaygının pozitif ilişki içerisinde olduğu (Karadağ ve Sölpük, 2018) göz önünde bulundurulduğunda reddedilme duyarlılığına sahip kişilerin depresyon tehditiyle karşı karşıya olduğu söylenebilir. DSÖ Raporu (2022)'na göre, zaten yaygın olan depresyon Covid-19 ile birlikte %25 artarak dünyada yaklaşık 1 milyar insanın daha tanı aldığı belirlenmiştir. Depresyonun tedavi edilmemesi durumunda kişilerin intihar etme riski %15 olduğu belirtilmektedir (Türk Psikiyatri Derneği, 4. paragraf). Depresyonun bu denli yaygın olduğu ve hayati tehdit taşıdığını gösteren bu veriler ışığında reddedilme duyarlılığı ve depresyon ilişkisinin araştırılması çalışmanın önemini ortaya koymaktadır.

Bireyin ilişkilerinde sorun yaşamasına sebep olan konulardan biri olan ilişki bağımlılığına alanyazında çok az yer verildiği görülmektedir. Oysa ki toplumda en sık rastlanan bağımlılık türünün ilişki bağımlılığı olduğu ifade edilmektedir (Whitfield, 1989). Noriega vd. (2008) tarafından yapılan bir araştırmada birinci basamak sağlık hizmetlerine çeşitli nedenlerle başvuran kadınların %25'inde ilişki bağımlılığı görüldüğü belirlenmiştir. İlişki bağımlılığı olan kişinin terk edilme kaygısıyla karşısındakini kontrol etmek amacıyla öfkeyle hareket edip ilişkiyi sürdürmek için her şeyi yapabileceği belirtilmektedir (MHA, 2023). Bu durumun karşısındaki kişi ayrılmak istediğinde tehlike oluşturabilir. Klinik raporlara göre, kişiler özellikle partnerleri tarafından terk edilme durumuyla karşılaştıklarında şiddet davranışı tetiklenebildiği belirtilmektedir (Browne, 1988; Walker, 1979). Nitekim

Türkiye’de yapılan bir araştırmada aile içi şiddetin gelebileceği son durum olarak kadın cinayetlerinin %25’inin ayrılık veya boşanma gerekçesiyle işlenmiş olduğu belirlenmektedir. 2022 yılında kadın cinayetleriyle ilgili yapılan çalışmada (Kadın Cinayetlerini Durduracağız Platformu, 2022) kadınları %63’ünün evinde ve %68’inin mevcut veya eski partneri/eşi tarafından öldürüldüğü tespit edilmiştir. Aile içi şiddet ve cinayetlerin önlenmesi açısından ilişki bağımlılığı durumunun tespiti büyük önem taşıyabilir. Bu çalışma ilişki bağımlılığının bu yönüne dikkat çekerek farkındalık oluşturmayı amaçlamaktadır. Ek olarak benzer yönleri olan reddedilme duyarlılığının da ilişki bağımlılığı üzerindeki etkisini keşfetmek ilerideki çalışmalara ışık tutacağına inanılmaktadır. Ayrıca araştırmanın birinci basamak sağlık hizmetlerinde çalışanlara, okullardaki psikolojik danışmanlara önleyici çalışmalar yapma ve tehlikeyi fark etme imkanı sunacağı düşünülmektedir. Çalışmadaki değişkenler ruh sağlığı açısından değerli olduğundan incelenmesi gerektiği ve ortaya çıkan her bir bulgunun alanyazına kaydadeğer bir etki sağlayacağı, yeni araştırmalara da kaynak olacağı düşünülmektedir.

1.3 Problem Cümlesi

İlişki bağımlılığı ile reddedilme duyarlılığı arasındaki ilişkide depresyonun aracı rolü var mıdır?

1.4 Alt Problemler

1. İlişki bağımlılığı, reddedilme duyarlılığı ve depresyon arasında istatistiksel açıdan anlamlı bir ilişki var mıdır?
2. İlişki bağımlılığı reddedilme duyarlılığı ve depresyon tarafından mı yordanmakta mıdır?
3. İlişki bağımlılığı ile reddedilme duyarlılığı arasındaki ilişkide depresyonun aracı rolü var mıdır?

1.5.Varsayımlar

1. Verileri toplamak için kullanılan ölçeklerin, ölçülmek istenen değişkenleri doğru bir şekilde ölçmektedir.
2. Katılımcıların ölçeklere, gerçekleri yansıtarak, objektif şekilde, içtenlik ve samimiyetle cevap verdiği varsayılmaktadır.

1.6 Sınırlılıklar

1. Araştırmada veri toplanan çalışma grubu yaşı 18 ve üzeri olup araştırmaya gönüllü olarak katılan bireyler ile sınırlıdır.
2. Araştırma verileri Spann-Fischer İlişki Bağımlılığı Envanteri'nin, Reddedilme Duyarlılığı Envanter'inin ve Beck Depresyon Envanterinin ölçtüğü nitelikler ile sınırlıdır.

1.7. Tanımlar

İlişki bağımlılığı: Başkalarıyla ilişkilerde işlevsiz bir kalıpla, kişinin kendisi dışında başka birine aşırı odaklanması ve bu ilişki yoluyla bir amaç duygusu türetmesi ile kendini gösteren psikososyal durum (Fischer ve Spann, 1991). Kişinin ilişkide bulunduğu kişiye aşırı odaklanmasının yarattığı işlevsiz ilişki şeklinde tanımlanabilir.

Reddedilme duyarlılığı: Reddedilmeye dair beklenti oluşturma, reddedilme ile alakalı ipuçlarını algılama ve bu durum karşısında aşırı tepki gösterme olarak ifade edilmektedir (Downey ve Feldman, 1994). Birey için önemli olan kişinin potansiyel reddinden kaçmak için geliştirilen uyumsal bir dürtü olarak da tanımlanmaktadır (Downey ve Feldman, 1996). Reddedilmeyle baş etmek için sürekli reddedilme beklentisinde olma ve fazla tepki verme olarak özetlenebilir.

Depresyon: Kişinin kendisini, çevresini ve geleceğini olumsuz değerlendirme eğiliminde olmasına ve düşüncelerinde bilişsel çarpıtmaların egemen olması sonucu bireyin önce bilişsel yapısının ardından da duygulanımının bozulma durumu (Beck, 1972). Kişinin kendisini ve çevresini olumsuz yorumlaması sonucu gelişen duygudurum bozukluğu olarak

tanımlanabilir.



BÖLÜM II

ARAŞTIRMANIN KURAMSAL ÇERÇEVESİ VE İLGİLİ ARAŞTIRMALAR

2.1. İlişki Bağımlılığı

Kişileri birbirine bağlayan yoğun duygulardan biri de romantik aşk olabilir. Romantik aşk, belirli davranışsal, hormonal ve nöropsikolojik göstergelere sahip olup hayatta kalma ile bağlantılı ve aynı zamanda bir bağıllık aracı olarak düşünülmektedir (Fletcher vd., 2015). İnsan etkileşiminin önemli bir parçası olan romantik ilişki ve aşk, kişiyi olumlu yoğun duygularla beslerken aynı zamanda patolojik kimyasal bir yapıya da sahip olabileceği ifade edilmiştir (Redcay ve Simonetti, 2018). Romantizme, sekse ve insanlara karşı sağlıksız bağlanmalar gerçekleşebileceği belirtilmektedir (Schaeffer, 1987). Ancak kişiye bağımlılık yapan şeyin duygular veya partner değil, sağlıksız ilişkinin kendisi olduğu tespit edilmiştir (Peele vd., 1992). Romantik ilişkilerde birbirine bağıllık durumu olsa da sağlıksız geliştiğinde bağımlılık durumlarına da yol açabileceği söylenebilir.

Kişinin romantik ilişkisindeki partnerler aynı zamanda ilişkinin sağlıklı olup olmayacağını da belirlediği söylenebilir. İlişki bağımlılığı kavramı da, ilk başta bir alkolikle birlikte yaşayan insanların yaşadığı psikolojik sorunu tanımlamak için kullanılmıştır (Gayol, 2004). Aile fertlerinin alkol bağımlısı kişiden utanması ve tepkisel davranışları olarak yorumlanmaktadır (Lancer, 2014). Daha sonra çeşitlendirilen çalışmalar ilişki bağımlılığını diğer stresli deneyimlerle de ilişkili bulmuştur (Fuller ve Warner, 2000; Meyer ve Russel, 1998). İlk 1989'da yapılan Uluslararası İlişki Bağımlılığı Konferansı'nda tanınmış olan bu kavramın kişinin kişisel, sosyal ve aile yaşamlarında çözümü zor olan sorunlara sebep olabileceği ve bir bağımlılık türü olduğu belirtilmiştir (Tolstikova, 2010). Bunun sonucunda sorunlu bir partnere karşı güçlü bir bağımlılık duyma ile belirginleşen, duygusal tatminsizlik ve kişisel ıstırapla kendini gösteren bozukluk olarak tanımlanmaktadır (Gayol, 2004). İlişki bağımlılığının diğer yoksunluklardan farkı fiziksel görünüm yerine duygusal ve fizyolojik sonuçların olmasıdır (Redcay ve Simonetti, 2018). Cermak da (1986), ilişki bağımlılığının hem düşünsel hem de kişilerarası boyutta etkileri olduğundan daha karmaşık bir sorun olduğundan bahsetmektedir. Diğer bağımlılıklar gibi kolay tespit edilemeyen ilişki bağımlılığı kişinin ve çevresindekilerin hayatını derinden etkileyen bir probleme dönüşebilir.

İlişki bağımlılığının alanyazında tanımlama ve tanılama kriterlerinin net olmadığı söylenebilir. DSM-IV bu bağımlılığı Bağımlı Kişilik Bozukluğu kısmının alt başlığında bulundurmakta ve beş kriterin kişide olması gerekmektedir. Bu kriterler: Günlük hayatta başkalarına sormadan karar vermekte güçlük, tek başına sorumluluk almakta zorlanma, başkalarına bakım sağlamakta aşırıya kaçma, hayatın her alanında başkalarına ihtiyaç duyma, kabul görmeyeceğinden endişe duyduğu için karşıt fikri savunmayıp kabul etme, romantik veya sosyal yakın hissettiği bir ilişkisinin sonlanmasının hemen ardından ilişki arayışına geçme, sürekli yalnız kalma düşüncesinde olma. İlişki bağımlılığının ilişkilerde kişinin partnerini kaybedeceği ya da partnerini hoşnut edemeyip öfkeli olacağına dair kaygı duyduğu partnerin de bu durum karşısında kişiyi kontrol altında tuttuğu bir düzen olduğu söylenmektedir (Cengiz, 2019). Çünkü bağımlı kişiler, karşısındaki kişinin duygu, düşünce ve ihtiyaçları gibi durumlardan kendilerini sorumlu tutup yardım etmesi gerektiğini düşündüğü belirtilmektedir (Beattie, 1996). Öyle ki bireyin karşısındakine odaklanmaktan kendiyi ilgilenmemekte olduğundan bahsedilmiştir (Septien, 1997). “Başkaları tarafından ihtiyaç duyuluyorsan, asla terkedilmezsin.” düşüncesiyle kendilerini başkaları için ortaya koyduktan sonra karşısındaki kişiyi nankör, umursamaz ve kötü olmakla suçladıkları belirtilmiştir (Bulwer, 2006). Özetle ilişki bağımlılığı olan bireyin terkedilme ve yalnız kalma kaygısı yaşadığı için kaybetme korkusuyla karşısındakini mutlu etme, yardım etme gibi davranışlarındaki aşırılık, ilişkinin alma verme dengesini bozmakta ve ilişkiyi sağlıklı hale getirmekte olduğu söylenebilir.

Sağlıklı ilişkiler içinde olan kişinin, farkında olmadan kendini duygusal yönden zedelemekte olduğu söylenebilir. Tousignant ve Sioui (2009) ilişki bağımlılığını sosyal ilişkilerinde karşısındaki kişiye karşı güvensizlik, aşırı ilgi gösterme, samimiyet geliştirememe ve kendini güçsüz görme gibi davranışlarla eşleşen çarpık ilişkiler olarak açıklamıştır. Whitfield da(1989), karşısındaki insanın gereksinimleriyle aşırı ilgilenme sonucu acı çekme ve işlev bozukluğu olarak tanımlamaktadır. Beattie (1992) tarafından ilişki bağımlılığı olan bireyin özellikleri arasında alıngan olma, gelen iltifatları kabul edememe, gereğinden fazla sorumluluk alma, kontrolü elinden kaçırmaktan korkma, hayır diyememe, kendini değersiz görme, karşısındaki kişinin memnun etmeye çaba sarf etme gibi özellikler sayılmıştır İlişki bağımlılığı, bir kişiyi belirli kişilik özellikleri, başa çıkma stilleri veya ruh hali, anksiyete geliştirmeye yatkın hale getirebileceğinde ve bunun da nörobiyolojik bir bozukluğa dönüşebildiğinden bahsedilmektedir (Bulwer, 2006). İlişki bağımlılığı olan bireyler sürekli olarak karşısındakinin problemlerini çözmekle meşgul olduklarından

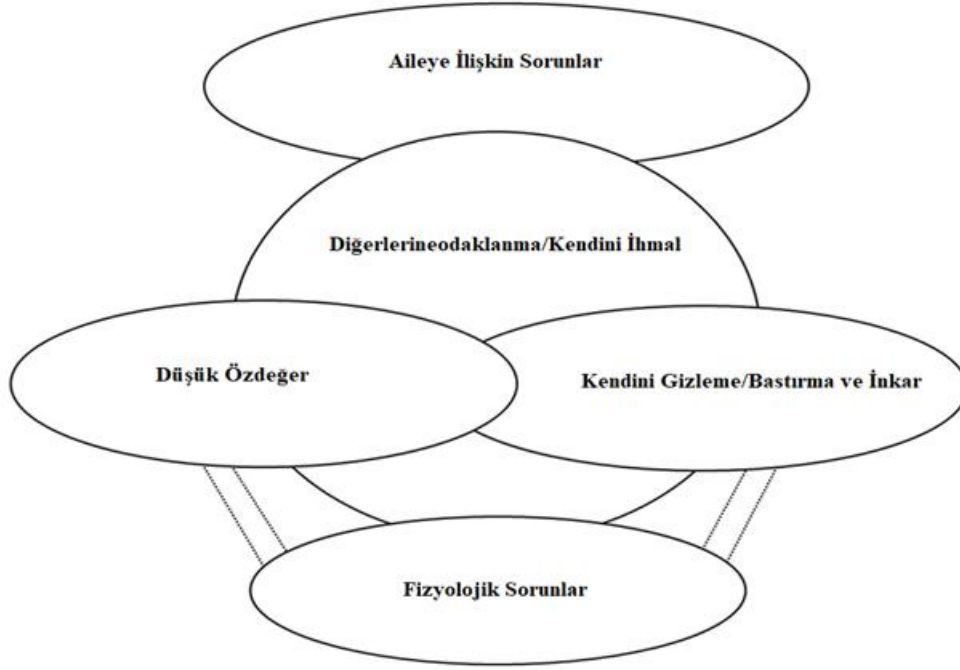
yaşadıkları başlıca problemlerden birinin de depresyon olabileceği belirtilmektedir (Yates ve McDaniel 1994; Tanhan ve Mukba, 2014). Ek olarak kişi öfkesini dışarı yönlendiremediği için kendisine yönlendirerek olumsuz duygu durumları yaşamakta olduğu belirtilmektedir (Lancer, 2012). Özetle ilişki bağımlılığı gelişen birey, sağlıklı tutumları sadece kişilerarası ilişkilerde değil, kendine yönelik tutumlarında da göstermekte olduğu söylenebilir. Tüm yönleriyle ilişki bağımlılığı kişiyi sosyal, psikolojik ve fizyolojik olarak oldukça olumsuz etkiliyor olabilir.

Kişinin ilk ilişkilerini kurduğu ailesi, diğer ilişkileri için oldukça önemli olabilir. Yapılan araştırmalar fiziksel, cinsel ve duygusal istismar veya ihmal ve travmatik yaşantıları olan aile ortamında büyüyen kişide ilişki bağımlılığı gelişebileceğini göstermektedir (Akhunlar 2010; Knudson ve Terrell, 2012; Loughhead, 1991). Ayrıca otoriter ebeveyn tutumunda yetişen bireylerde karşısındaki partnerini kontrol altında tutmaya çabalarak çocukluğundaki davranışları devam ettirmektedir (Mukba, 2013). Kök ailede yaşanan iletişim eksikliği, belirsiz aile rolleri ve paylaşılmayan duyguların yetişkinlikte ilişki bağımlılığına sebep olduğu tespit edilmektedir (Fischer vd., 1991; Crothers ve Warren, 1996). Yaşamının ilk yıllarınca terk edilme korkusu ve suçluluk duygularıyla yetişen bireyin ileride yakınlık kuramadığı ve ilişki bağımlılığı geliştirdiği belirtilmektedir (Caffrey ve Caffrey, 1994; Snow, 1997). Bir bağımlılık türü olan ilişki bağımlılığının gelişiminde aile içi ilişkilerin büyük rolü olduğu söylenebilir.

2.1.1. Kuramsal Temellere Göre İlişki Bağımlılığı

Aile içi ilişkilerin ilişki bağımlılığının gelişmesinde büyük rolü olduğu için özellikle aile sistemleri kuramı çerçevesinde ele alınan bir kavram olduğu söylenebilir. İlişki bağımlılığı, ailenin nesiller boyu işlevi olmayan yanlış ilişki kalıplarıyla meydana çıkmakta olduğu belirtilmiştir (Prest ve Protinsky, 1993). Fakat en fazla kabul edilen modellerden biri olan ve Wegscheider-Cruse ve Cruse'un (1990) geliştirdiği modelde, ilişki bağımlılığının başlıca belirtileri şunlardır: gerçek dışı inançlar, bastırma ve zorlantı. Bahsedilen belirtiler üç alanda kalıcı problem yaratır: düşük benlik saygısı, ilişkisel ve fizyolojik sorunlar. Ardından bu model de Hughes-Hammer vd., (1998) tarafından geliştirilerek güncellenmiştir. Şekil 1.'deki modele göre ana sorun olarak aileye içindeki olumsuz durumlar, düşük özsaygı ve kendini sevmeme eğilimiyle birlikte kişinin kendini ihmal ettiği, gerçek duygularını

bastırarak kendini gizleyen kişi kendini inkar etmekte olduğu ve tüm bunların sonucunda tıbbi sorunlar yaşadığı anlatılmaktadır. (Hughes-Hammer, vd. 1998). Özetle problemlili kök aile yaşantısıyla yetişen bireyin özsaygı geliştiremediği ve sonunda kendisi olamayan bireyin bastırdığı duygularının fizyolojik olarak açığa çıktığı söylenebilir.



Şekil 1. Hughes Hammer ve Martsolf İlişki Bağımlılığı Modeli

İlişki bağımlılığı kavramını çevreleyen diğer bir kuram da aile sistemleri teorisi olabilir. Perst ve Protinsky (1993) tarafından, ilişki bağımlılığı kavramını Bowen'ın nesiller arası aile sistemleri modeliyle birleştirip ilişki kalıplarının öğrenilerek nesiller boyunca aktarılıp, birey ve aile davranışlarının oluştuğunu savunulmuştur. Fagan-Pryor ve Haber (1992) tarafından aile sistemleri teorisini temel alarak ailede birlikteliğin olmadığı durumlarda kişinin farklılaşacağı ve benlik algısını başkalarının duygularının belirlemesine izin vereceği açıklanmıştır. Aynı açıklamada bir çiftin her iki üyesi de köken ailelerinden farklılaşmadığında, evlilik ilişkisinde samimiyet, bireyselleşme ve kişisel otoritede azalmaya neden olan bir duygusal kaynaşma durumu olduğundan söz edilmektedir. Mellody ve Miller (1998) ilişki bağımlılığına sahip ebeveynlerin çocuklarını ihmal ettiklerini; çocukların ise yetişkinliğe sevgi, yakınlık, kabul görme ihtiyaçlarını gideremeden geçiş yaptığını belirtmiş ve yetişkinlikte başkasına karşı sorumluluk duyma, kendini ihmal etme, inkar gibi ilişki bağımlılığı belirtileri göstereceğini vurgulamıştır. Aile sistemleri teorisi çerçevesinde ilişki bağımlılığı gösteren bireylerin eşlerine bağımlı olduklarından

çocuklarının duygusal ihtiyaçlarını göz ardı ettiklerini ve çocuklarına da bu yolla ilişki bağımlılığını öğrettikleri söylenebilir.

2.2. Reddedilme Duyarlılığı

İnsan, hayatının büyük bir kısmını sosyal ilişkilerle sürdürür ve bu ilişkilerin kalitesi hayat kalitesiyle doğrudan bağlantılı olabilir. Sosyal ilişkilerinde başarısız olup uzaklaşan kişilerin kimlikleri ve aidiyet duyguları zedelenmesi sonucu yaşam niteliği bozulduğu ifade edilmektedir (Borgstrom, 2017). İlişkilerde karşıdaki kişiden gelen mesajları algılama biçimi ilişkilerin temelini oluşturabilir ve algılanan mesajlar çeşitli duyarlılıklara yol açıp psikolojik ve sosyal uyumu etkileyebilir. Kişilerin reddedilme durumunu algılaması ve bu duruma karşı hassasiyeti kişinin başarılı sosyal ilişkiler kurup sürdürmesinde büyük bir engel olduğu belirtilmektedir (Marston vd., 2010). Bu bağlamda reddedilme duyarlılığı kavramı, kişinin sosyal ilişkileriyle doğrudan bağlantılı olabilir. Reddedilme duyarlılığı, yakın ilişkilerde karşıdaki kişiden gelen mesajları reddedilme olarak algılama ve bu duruma karşı gereğinden fazla tepki verme durumu olarak tanımlanmaktadır (De Rubeis vd., 2017; Downey vd., 1998; Kross vd., 2007; Sommerfeld ve Shechory-Bitton, 2020). Diğer bir tanımda, kişinin sosyal ilişkilerinde karşı tarafın düşünce ve davranışlarına karşı aşırı duyarlılık göstermesi, aşırı odaklanması, yersiz farkındalık göstermesini kapsayan bir çeşit kişilerarası duyarlılık olarak ele alınmıştır (Davis ve Rusbult, 2001). Horney (1937) ise reddedilme kaygısından bahsederken, bir reddedilme olarak hissedilen şeyin, aynı zamanda bir reddedilme beklentisi olduğunu ve sonunda bir düşmanlık beslendiğini; bu şekilde bir kısır döngü oluştuğunu ifade etmiştir. Butler (2007) de paralel olarak bu durumu kendini gerçekleştiren bir kehanet olarak açıklamıştır. Bu duruma örnek olarak, biriyle flört etmek isteyen reddedilme duyarlılığına sahip kişi, “ne yaparsam yapayım benimle flört etmez” düşüncesine sahip olabilir ve bu düşüncesi nedeniyle flört etmek istediği kişiye karşı tepki olarak soğuk ve umarsız davranıp gerçekten o kişi tarafından reddedilmeye yol açacak bir profil oluşturabilir.

Her bireyin reddedilmeye karşı tepkilerinin birbirinden farklı olduğu savunulabilir. Reddedilme duyarlılığı yüksek bireylerin, yoğun tepkileri sadece reddedildiklerinde göstermediği, reddedilmeyi bekledikleri durumlarda da aşırı tepki verdiği belirtilmektedir (Downey ve Feldman, 1996; Pietrzak vd., 2005). Bireylerin reddedilme beklentisi düzeyinin farklı olmasından dolayı tepkilerinin de kişiye özgü olduğu belirtilmektedir (Downey ve

Feldman, 1996). Tüm ilişkilerinde reddedilmeyi bekleyen bireyler, beklentisi doğrultusunda veya anlamlandıramadıkları bir davranışla karşılaştıklarında bunu reddedilme olarak yorumlayıp yoğun tepki gösterdikleri ifade edilmektedir. (Pietrzak vd., 2005; Zimmer-Gembeck ve Nesdale 2013). Sosyal ilişkiler esnasında kişi bir jest, mimiğe veya ses tonuna bakıp reddedilmeye dair ipucu yakaladıkları ve kaygılı reddedilme beklentisi durumunda kişinin bu ipuçlarını çabuk algıladığı, yoğun tepki verme için hazır hale geldiği ifade edilmiştir (Uncu, 2021). Kişi için bu ipuçlarının önemli olmasının sebebi erken ipuçlarına ulaşması durumunda kendini reddedilme tehlikesine karşı koruyabileceğini düşünmesi olduğu belirtilmiştir (Bozkuş ve Araz, 2015). Diğer bir taraftan reddedilme duyarlılığı düzeyi düşük kişilerin kabul edilmeye karşı beklentilerinin yüksek olduğu, reddedilme hakkında kaygı yaşamadıkları belirtilmekte ve kişilerin reddedilme beklentilerinin farklı olmasının bir sonucu olarak da tepkilerin de kişiye özgü olduğu ifade edilmektedir (Downey ve Feldman, 1996). Bu tepkilerin çeşitliliği sürekli aynı şekilde reddedilseler bile, kim tarafından reddedildiğine göre de değiştiği tespit edilmiştir (Musgrove, 2010). Bu doğrultuda reddedilme duyarlılığına sahip bireylerin tepkileri ana başlık olarak ikiye ayrılabilir. Reddedilmenin nedenini kendi olarak görenler, kaygılı bir duyarlılık halindedir ve red durumunda endişe, içe kapanma, geri çekilme, izolasyon gibi içe dönük tepkiler verirler; reddedilme nedeni olarak başkalarını görenler ise öfkeli bir duyarlılık halindedir ve tepkileri de saldırganlık, öfke gibi dışa yönelik tepkiler olduğu belirtilmiştir (Romero-Canyas vd, 2010). Ayrıca kişilik yapısının da tepkilerde etkili olduğunu ve dışa dönük bireylerin reddedilme durumunda agresif tepkilerle zarar verici davranış içinde oldukları tespit edilmiştir (Breines ve Aydın, 2015). Kişi bir reddedilme durumuyla karşılaşınca öfke ve düşmanlık, umutsuzluk, geri çekilme, kıskançlık ve hayatındaki önemli bireylerin davranışını kontrol etmek gibi uygunsuz girişimleri içeren hem duygusal hem de davranışsal yoğun tepkilere yol açabildiği belirtilmektedir (Downey ve Feldman, 1996). Bu bilgiler ışığında, kişinin reddedilmeye karşı verdiği tepkinin şekli ve boyutunun kişi yapısına, reddedilme şeklinin nasıl olduğuna, reddeden kişinin kim olduğuna göre değişiklik gösterdiği söylenebilir.

Reddedilme duyarlılığı bir yönüyle yapıcı bir yönüyle yıkıcı olabilir. Bireyin sosyal ilişkilerindeki güvenliği temin etmeye hizmet eden reddedilme duyarlılığı, diğer taraftan kişinin sosyal ilişkilerini zedelediği belirtilmektedir (Uncu, 2021). Yaşamın ilk yıllarında anne-çocuk bağı güvenli kurulmadığında çocukta çevredeki kişilere karşı güvensizlik oluşmakta ve bunun sonucunda reddedilme duyarlılığının da içinde olduğu savunma

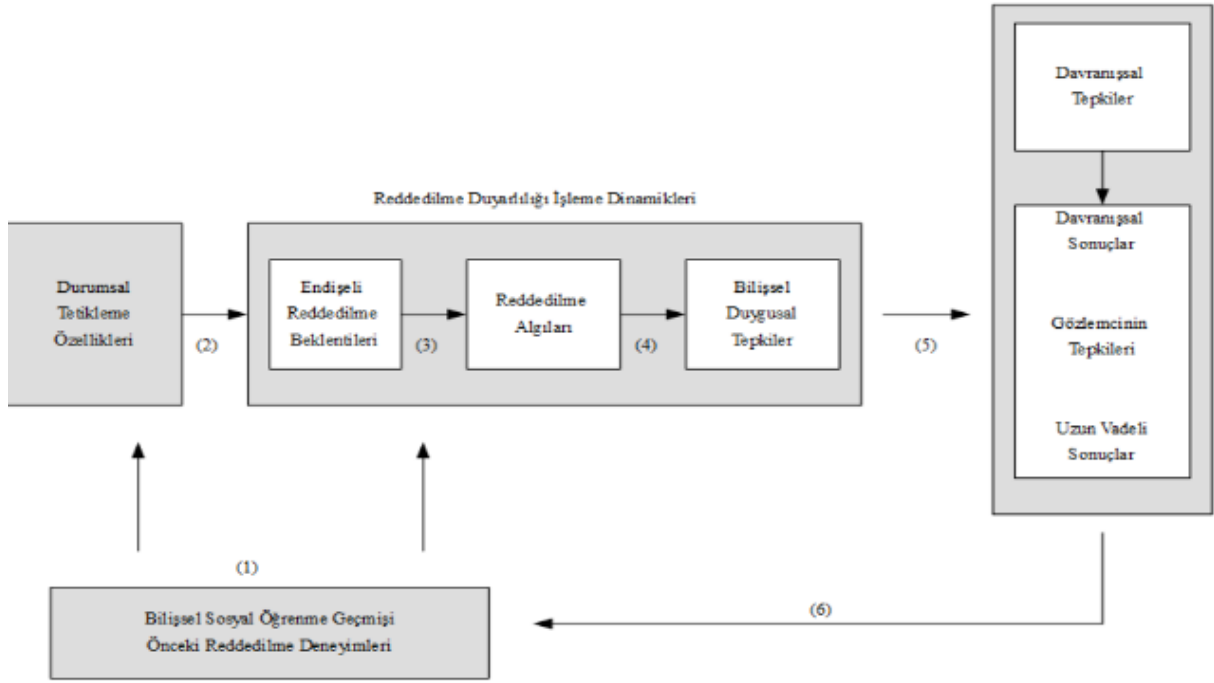
stratejileri gelişmektedir (Horney, 1995, 2007). Söz konusu bu strateji geliştiğinde yaşam süresinde tüm ilişkilerde reddedilmeyle ilgili ipuçlarını bulma becerisi olumsuz yönde ilerlemekte ve artık endişeli beklentinin süregelen bir hal almakta olduğu belirtilmiştir (Romero-Canyas ve Downey, 2005; Olsson, 2013). Kısacası anneyle kuramadığı güvenli ilişki çocuğu reddedilmeye karşı duyarlı hale getirmekte ve ileride kuracağı tüm ilişkileri etkiliyor olabilir.

2.2.1. Kuramsal Temellere Göre Reddedilme Duyarlılığı

Reddedilme duyarlılığının bağlanma kuramı temelli bir kavram olduğu düşünülebilir. Bağlanma kuramı perspektifinden bakıldığında, yaşamın ilk yıllarında reddedilme yaşantısı deneyimleyen birey, red durumu karşısında hassas hale gelmekte ve ihtiyacı olan desteklemeyi görmedikleri şartta sürekli reddedileceği düşüncesi geliştirip reddedilmemek için çaba sarf etmekte olduğu ifade edilmektedir (Bowlby, 1969). Downey ve Feldman (1996) yine bağlanma kuramı ışığında bebeğin ihtiyaçlarının bakım veren tarafından karşılanıp karşılanmayacağına göre beklentilerinin olduğu ve bu beklentilere göre de bir dinamik oluşturduğu şeklinde açıklanmıştır. Bowlby bağlanma kuramı bu açıdan ilk ret durumunun erken dönemde olması durumunda yaşanan diğer kişilerarası problemlerle ilişkilendirdiği ve reddedilme duyarlılığının çıkış noktası olduğu söylenebilir.

Reddedilme duyarlılığına dair iki temel hipotezden söz edilebilir. Reddedilme duyarlılığı modelinin ilk hipotezi olan kabul ve ret boyutu, insanların birbirlerine olan ihtiyaçlarının hayati öneme sahip bir bilgi işleme süreci olduğunu, kabul edilme durumunun fiziksel ve zihinsel sağlığı desteklediğini böylece kabul kazanma ve reddedilme kaçınma için teşvik edici olduğu belirtilmiştir (Romero-Canyas vd., 2010). İkinci hipotez olan biyopsikososyal boyut ise reddedilme duyarlılığının, kaygı kökenli bir kavram olduğundan kişinin ebeveynleri veya ilk sosyallik oluşturduğu okul arkadaşları gibi gruplardan öğrendiği düşünülmektedir (Romero-Canyas vd., 2010). Bireyin ilk temas kurduğu kişi bakım verenidir ve bu duyarlılığı ebeveyninden öğrendiği söylenebilir. Kabul ve ret ihtiyacının evrensel fakat bu durumlara karşı tepkilerin farklı olduğu bilindiğinden (Romero-Canyas vd., 2010) reddedilme duyarlılığı bilişsel-duyuşsal süreçlerden geçmekte olduğu ifade edilmiştir (Şirvanlı Özen ve Güneri, 2018). Mischel ve Shoda (1995) tarafından geliştirilen bilişsel-duygusal sistem kuramında algılananların beş işleminden geçtiğinden ve her adımın bireyle

çevre arasındaki etkileşimi şekillendirdiği açıklamakta ve dolayısıyla bireysel farklılık göstermekte olduğu belirtilmiştir. Bu öğeler; kodlama, inanç, değer ve duygulardır. Kodlama, algılananların nasıl bir işlemde geçip ne amaçla kullanıldığını ve saklandığını açıklamaktadır. İnançlar kişinin beklentilerini, gözlemlediği deneyimlerin nasıl sonuçlanacağını; değerler, hayattaki amaçları ve bu amaçlara yönelik davranışlarının ödüllendirilmesini; duygular ise bireyin duygusal tepkilerini ifade etmektedir.



Şekil 2. Reddedilme Duyarlılığı Modeli

Feldman ve Downey (1994) tarafından bilişsel ve duygusal niteliklerin çevreyle etkileşimini göstermek için reddedilme duyarlılığı sistemi geliştirilmiştir (bkz. Şekil 2). Reddedilme duyarlılığı, sosyal öğrenmeyi ve bağlanma kuramını kapsayan bir modeldir (Downey, 1998). Modelde geçmiş kabul ve ret deneyimleri kişinin bilişsel ve duygusal bir yapı geliştirmesi sağlamakta sonrasında bireyin karşılaştığı kabul-ret durumlarında bu yapı çalışmakta daha sonra da kabul edilmek ve reddedilmekten kaçınmak için savunma stratejileri geliştirdiği bahsedilmektedir (Feldman ve Downey, 1994). Reddedilmeyi kaygıyla bekleme durumunu oluşturan geçmiş yaşantıların, ebeveyn şiddeti, ihmal veya istismar edilme, otoriter ebeveyn tutumu, koşullu sevilme olduğu belirlenmiştir (Downey vd., 1997; Feldman ve Downey, 1994) ve bu kişiler yeni romantik partnerinin soğuk davranması, başkalarının anlamdırılamayan olumsuz davranışları gibi durumları daha kolay fark eder (Downey vd.,

1998). Ebevyenlerin bahsedilen tutum ve davranışları, çocukta reddedilme yönünde algılarını düzenleyebilecek mesajları aktarır (şekil- 2, 1), mesajlar sonucu oluşan endişeli reddedilme beklentisi diğer kişilere de genellenir ve kesin bir reddedilme mesajı olmadığında halde bu mesajı ret şeklinde algılamakta (şekil-2, 2-3) ve algılanan ret yoğun tepkiler vermeye neden olmakta (şekil-2, 4-5) nihayetinde bu tepkiler yüzünden karşı taraf için gerçek bir reddedilme sebebi olmaktadır (şekil-2, 6) (Downey ve Feldman, 1996). Bu şekilde reddedilmenin kendi içinde bir kısır döngü yarattığı düşünülebilir.

2.2.2. Ret Mesajının Geldiği Kişiye Göre Reddedilme

Kişi en acı verici reddedilme duygularını, bireyin en çok değer atfettiği insanlar tarafından reddedildiğinde hissettiği belirtilmektedir (Olsson vd., 2013). Bu açıdan reddedenin kim olduğu önemli olabilir ve bizi en çok etkileyen kişiler ebevyenlerimiz sonrasında yakın arkadaşımız ve romantik partnerimiz olduğu söylenebilir.

2.2.2.1. Ebeveyn Reddi

Bireyin kabul gördüğü ilk yer doğduğu ev olabilir. Ebeveynleri tarafından kabul gören çocukların gerçekçi bir kişilik geliştirerek güvenmeyi öğrendiği, sevmeye kapasitesinin arttığı, problemlerle baş edebildiği belirtilmiştir (Çardak vd., 2012). Rohner ve Chaki-Sircar (1988) anne babası tarafından sevgi, ilgi, güven, şefkat gibi olumlu duygularla beslenmeyen çocuğu fiziksel ve duygusal açıdan olumsuz etkilenmesi durumunu ebeveyn reddi olarak tanımlamaktadır. Yaşamında reddedilme durumunu ilk kez ebeveyni tarafından yaşayan çocuklarda ileriki yaşlarda reddedilme duyarlılığı geliştiği söylenebilir. Paralel olarak çocuklukta ebeveynleri tarafından reddedilmeye maruz kalma sonucu reddedilme duyarlılığının ortaya çıktığı belirtilmektedir (Çardak vd. 2012; Erözkan, 2004; Köse-Göncü, 2017). Bağlanma örüntülerinin yanında ebeveyn tutumlarının da çocukta reddedilme duyarlılığı gelişmesinde rolü olabilir. Çardak vd. (2012) tarafından yapılan araştırma, otoriter ebeveyn tarafından yetiştirilen çocukların reddilme duyarlılık düzeyinin demokratik ebeveynlerden daha yüksek olduğunu göstermektedir. Anne babası tarafından yaşamın ilk dönemlerinden itibaren olumlu duygularla beslenmeyen çocuklar ebeveyn tarafından

reddedildiklerini algılamakta, çeşitli davranış kalıpları geliştirmekte ve bu kalıpları ilerideki ilişkilerinde de kullanmakta olduğu söylenebilir.

2.2.2.2.Akran Reddi

Aileden sonra sosyalleştiği ve ilişki kurduğu akranlarının, çocuğun gelişimi için önem taşıdığı düşünülebilir. Çocuğun çatışma çözme, ilişki yürütme, gruba dahil olma, sınırlarını belirleme, rekabet gibi bir çok beceriyi akranlarıyla ilişkisi esnasında geliştirdiği söylenebilir. Fakat anne babası tarafından reddedilme yaşadığında davranışlarını buna göre şekillendiren kişilerdeki gibi reddedilme duyarlılığı düzeyi yüksek kişinin de reddedilme beklentileri sebebiyle arkadaşlık sağlam ve sürdürülebilir olmadığı belirtilmektedir (Downey ve Feldman, 1996). Bu bilgiyi destekler nitelikte Köse-Göncü vd., (2017) tarafından yapılan bir çalışmada kişide reddedilme duyarlılığı arttıkça arkadaşlık kalitesinin azaldığı belirlenmiştir. Ayrıca okulların yaygın sorunu olan akran zorbalığında da reddedilme duyarlılığının rolü olduğu ifade edilmektedir (Sertöz, 2018). Akranları tarafından reddedilme deneyimi yaşamamış çocukların arkadaşlık ilişkileri kaliteli, reddedilme duyarlılık düzeyi düşük olduğu saptanmıştır (McLachan vd., 2010). Genç yetişkinlik çağında bile kabul görme önemli bir ihtiyaç olabilir ve reddedilme duyarlılığı yüksek bir birey her ilişkisinde reddedildiği beklentisi içerisinde sağlıklı ilişki kuramıyor olabilir.

Downey ve Feldman (1996) tarafından yapılan bir deneyde bir yabancıyla dostça muhabbet eden üniversite öğrencilerine, sohbet sonunda kişinin ikinci kez kendilerini görmek istemediği söylendiğinde reddedilme duyarlılığı olan öğrencilerin diğerlerinden daha fazla reddedilmiş hissettikleri bildirilmiştir. Hangi yaşta olursa olsun reddedilme duyarlılığı yüksek olan birey için akranlarıyla ilişkisi sağlıklı kurulup ilerleyemeyebilir. Özellikle ergenlikle birlikte birey romantik yakınlıklar kurmaya başlıyor ve reddedilme duyarlılığı bu ilişki alanının da sıkıntıya kapı açıyor olabilir.

2.2.2.3. Romantik İlişkilerde Reddedilme

Birey genç erişkinlik dönemine girdiğinde romantik deneyimlerin onun için önemli olmaya

başladığı söylenebilir. Kişi romantik ilişkiye güven, destek ve mutluluk arayışıyla başladığı fakat bu romantik ilişkinin tam tersi güvensizlik, endişe ve sıkıntı yaşamalarına da sebep olabileceğinden bahsedilmiştir (Coyne ve DeLongis, 1986). Reddedilme duyarlılığı gelişen bireyin romantik ilişkisinde sıkıntılar yaşanabilir.

Başlangıçta ebeveynleri ve sonrasında akranları tarafından reddedilen bir kişinin kaygılı reddedilme beklentileri geliştirdiği ve romantik partnerinin reddine karşı daha duyarlı olacağı belirtilmektedir (Furman vd., 1999). Bu duyarlılığın diğer ilişkilerden daha fazla olmasının nedeni de duygusal yoğunluğun fazla olmasıdır (Şirvanlı-Özen ve Güneri, 2018). Downey vd. (1998) tarafından yapılan araştırmada reddedilme duyarlılığı yüksek kişilerin ilişkilerinin kopma olasılığının reddedilme duyarlılığı düşük kişilere oranla fazla olduğu belirlenmiştir. Downey ve Feldman (1996)'ın modeline göre, romantik ilişkilerinde endişeyle reddedilmeyi bekleyen kişilerin geçtiği olası basamaklar olduğu tespit edilmiştir:

- a. Karşısındakinin duyarsız veya belirsiz davranışlarında reddedilmeye yönelik ipuçlarını algılama,
- b. İlişkilerinde güvenli hissetmeme ve umutsuzluk duygusuna kapılma,
- c. Partneri tarafından reddedildiğinde yada reddedilme sezinlediğinde, bu duruma düşmanlık, azalan destek veya kıskançlık, kontrol etme davranışlarıyla cevap verme.

Downey vd. (1998) tarafından yapılan araştırma reddedilme duyarlılığı yüksek partner içeren bir ilişkinin ayrılık oranının diğer ilişkilere göre yüksek olduğu, devam eden ilişkide ayrılık öngörüsünün olduğu, ilişki memnuniyetinin düşük olduğu, tüm bunların da kişinin reddedilme beklentisini daha da tetiklediği belirlenmiştir. Öte yandan başka bir çalışmada reddedilmeye duyarlı kişilerin ilişkilerini sürdürme gayretinde oldukları ve reddedilme hassasiyeti sonucu olarak ilişkide bulundukları karşıdaki kişiye şiddet eyleminde bulunma olasılıklarının yüksek olduğu sonucuna varılmıştır (Volz ve Kerig, 2010). Reddedilme duyarlılığına sahip kişinin ilişkisindeki problemi çözmekten çok partnerinin davranışları ve onu reddetme ihtimali üzerine yoğunlaştığı belirtilmektedir (Erözkan, 2004).

Reddedilme duyarlılığı gelişen kişi romantik ilişkisini sürdürme isteğinde olabilir fakat ilişkisindeki problemi çözemeyip memnuniyetsizlik, güvensizlik, devamlı ayrılık öngörüsü, partnerinin davranışlarında reddedilme mesajları arama sonucu verdiği düşmanca tepkilerle gerçek reddedilme yaşayabilir. Özetle reddedilme duyarlılığı gelişen kişi sağlıklı ilişki yürütemeyebilir hatta romantik ilişkilere katılımdan kaçabilir.

2.3. Depresyon

Aynı olay karşısında her bireyin farklı tepkiler gösterdiği ve bazısının kısa zamanlı bir üzüntüyle karşıladığı durumu diğer kişinin uzun süreli bir sendroma dönüştürebileceği söylenebilir. Depresyonun da duygudurumun sürekli çökkün halinin görüldüğü bir bozukluk olduğu belirtilmektedir (Karamustafalıoğlu ve Yumrukçal, 2011). Günümüzde en sık karşılaşılan ve hafife alınan depresyondan psikolojinin "soğuk algınlığı" olarak söz edilmektedir (Bellack vd., 1981). Öyle ki Barraclough vd. (1968) tarafından yapılan çalışmada intihar olayları incelendiğinde intihar gerçekleşmeden önceki bir kaç hafta içinde doktora başvurulduğu ve çoğunun depresyon tanısı alabilecek belirtilere sahipken doktorun farketmediği ortaya çıkmıştır. Psikiyatri servisine başvuran hastaların üçte birinde kronik depresyon gözlemlendiği belirtilmiştir (Kessler ve Bromet, 2013). Bu bilgilere bakılarak depresyonun bir anlık ruh hali, kısa süreli üzüntü gibi görüldüğü, bazen farklı bozuklukların gölgesinde kalarak önemslenmediği fakat hayati önem taşıdığı söylenebilir.

Depresyon kavramının en eski psikolojik kavramlardan olduğu ifade edilebilir. Yaklaşık 2500 yıl önce ilk kez Hipokrat tarafından "melankoli" olarak adı geçen belirtiler (Kılınç, 2006), günümüzde DSM-IV içeriğinde depresyon en az 14 gün boyunca devam eden, yapılan işlerden keyif alamama ve depresif duygudurumu ile birlikte seyreden bilişsel ve somatik şikayetlerin yaşandığı bir bozukluk olarak geçmektedir (Altunbaş vd., 2012). DSM-V'te ise depresif bozukluklar başlığının altında bir çok alt bozuklukla birlikte tanımlanmaktadır. Depresyon ya da depresif duygudurum bozukluğu bireyde umutsuzluk, suçluluk, çaresizlik ve yoğun üzüntü olarak kendini göstermektedir (Aslan vd., 2012). Gilbert (2016), depresyonun etkilerini kişinin yapacağı şeyler için motivasyonun kaybı, olumlu duygularında oluşan boşluk, neşesizlik, öfke, sağlıksız düşünceler, umutsuzluk, bireyin kendini toplumdan soyutlama, daha az olumlu faaliyetlerde bulunma, düzensiz uyku, iştah şeklinde sıralamıştır. Cinsel arzuda ve zevk almada azalma, kilo alımı ve artışı, kalp ritminde düzensizlikler de depresyondaki bireylerin yaşadığı problemler arasında olduğu belirtilmektedir (Gülen, 2020). Ayrıca depresyon yaşayan bireyde düşük benlik saygısı, özgüven kaybı, değersizlik ve yetersizlik duyguları, kötümser ve özeleştirisel düşüncelerin yaygın olduğundan bahsedilmektedir (Parker, 2010). Ruminasyon adı verilen tekrarlayıcı olumsuz düşüncelere depresyonda oldukça sık karşılaşılmaktadır (Yağmur, 2018; Yıldız ve Eldeleklioğlu, 2019; Yılmaz, 2018). Özetle depresyon, olumsuz duygularla bütünleşen, artan semptomlarla kişinin yaşam faaliyetlerinde yavaşlamaya ve her alanda verimsizliğe sebep

olan duygu durum bozukluğu olarak tanımlanabilir.

2.3.1. Depresyonun Etiyolojisi

Depresyon çok yönlü bir bozukluk olduğundan etiyolojisi konusunda bir fikir birliğine rastlanmadığı söylenebilir. Depresyonun etiyolojisinde biyolojik, psikolojik, sosyal ve çevresel birçok faktörün yer aldığı belirtilmektedir (Gotlib ve Hammen, 2009). Majör depresif hastalarla yapılan çalışmalarda genetik faktörlerin sebep olduğu tespit edilmektedir (Tsuang ve Faraone, 1990; Sullivan vd., 2000). İkizlerle yapılan bir çalışmada depresyonun %38 oranında genetik olduğu sonucuna varılmıştır (Kendler et al., 2006). Kimyasal olarak depresyonun beyindeki serotonin seviyesindeki düşüklükten meydana geldiği saptanmıştır (Coppen, 1967; Hettema vd., 2006; Meltzer, 1990; Masi ve Brovedani, 2011; Owens ve Nemeroff, 1994; Schildkraut, 1965; Shaw vd., 1967). Gelişim psikolojisi perspektifinden bakıldığında, depresif bozuklukların başlamasında belirleyici olan etmenler çocuklukta yaşanan ihmal, travmatik yaşantılar, istismara maruz kalma, çocuklukta kötü muamele, önemli kayıplar, otoriter ebeveyn tarafından yetiştirilme üzerine odaklanmaktadır (Mezulis, Hyde ve Abramson, 2006; Goodman ve Brand, 2009). Bu nedenle, erken yaşam deneyimleri, depresyonun tanılmasında hayati bir role sahip olabilir. Ayrıca, depresif ebeveynlerin çocukları, öğrenme, modelleme (Bandura, 1977) yoluyla depresif belirtiler gösterme riski altındadır (Hammen, 2009). Gerek fizyolojik gerek psikososyal nedenlerle depresyonun nesilden nesile aktarıldığı düşünülebilir.

2.3.2. Kuramsal Temellere Göre Depresyon

Depresyonun çok boyutlu olduğu ve pek çok faktörle yordanabildiği söylenebilir. Bu sebeple depresyonu açıklamada ve depresyon tedavisinde birçok kuramdan yararlanmanın gerekliliği vurgulanmaktadır (Savaşır ve Batur 2003).

2.3.2.1. Psikanalitik Kuram

İç çatışmalarla ilgilenen psikanaliz kişinin depresif duygu durumunu geçmiş yaşantılarını çözümeleyerek açıkladığı söylenebilir. Psikanalitik kuram, süperegonun oluşumunun, işlevlerinin, Ödipal dönemin, sonrasındaki saplantının ardından çözümlerin depresif belirtilerin oluşumunda rol aldığı düşünülmektedir (Blatt 1998). Ayrıca Klein'ın (1935) depresif durum anlayışı, bebeğin anne ve memesi ile kurduğu ilişki türü yaşamın ileriki dönemlerinde depresif belirtilerin ortaya çıkması için önemli olduğu belirtilmektedir. Benzer şekilde bebeklerin anneyle kurduğu bağın bir kopyasını yetişkinlik döneminde çevresiyle kuracağından güvenli bağ geliştirememesi durumunun kişinin depresyon riskini arttırdığı belirtilmektedir (Bowlby, 1977). Ek olarak psikanalitik teoride depresyonun anlaşılmasında içsel çatışmalar ve çatışmalarla başa çıkamamanın da büyük rolü vardır (Robertson, 1979). Carl Jung depresyonun sebebinin libidonun baskılanmasının ve yaşanan enerji kaybının sonucu kişinin tekrar tekrar geçmiş yaşantısına dönmesi olarak açıklanmaktadır (Littauer, 2000). Görüldüğü gibi, psikanalitik kuramın depresyona kesin bir teşhis koymadan yaklaştığı ve depresif belirtilerin ardındaki motivasyonu anlamaya çalıştığı söylenebilir.

2.3.2.2. Bilişsel Kuram

Depresyonun açıklanmasında ve tedavisinde en çok kabul gören kuramın bilişsel kuram olduğu söylenebilir. Beck (1967), depresif kişilerin gerçeği çarpıtarak yorumladıkları ve bu durumun duydu durumlarında olumsuzluğa yol açıp depresyona sebep olduğu belirtilmektedir. Beck vd. (1987) tarafından ortaya atılan depresyon modelinde depresyonu açıklamak için bilişsel üçlü denen, kişinin kendisine, yaşam deneyimlerine ve geleceğine ilişkin olumsuz değerlendirmeleri kullanmaktadır. İlk kısımda kişi kendisiyle ilgili olumsuz yorumlara sahiptir ve bu değerlendirmelerden dolayı kendisinin değersiz, sevilmeyen biri olduğu kanısına varmakta dolayısıyla mutlu olmak için gerekli özelliklerin kendilerinde olmadığı yanılgısına kapılmaktadır. Kişi deneyimlerini olumsuz değerlendirme eğilimidir. Üçüncü kısım ise geleceğe karşı umutsuz bekleyiştir, kişi yaşadığı tüm sıkıntıların sürekli devam edeceği yanılgısına kapılmaktadır. Depresif bireylerde olumsuz otomatik düşünceler (değersiz biriyim, başarılı olamam vb.) de paralel olarak gelişmekte olduğu, bu düşüncelerle birlikte seçici odaklanma, küçümseme, kişiselleştirerek düşünme, olayları uçlarda düşünme,

gerçeği felaketleştirme gibi bilişsel çarpıtmaların kişinin dünyasını olumsuz algılamasına sebep olduğu belirtilmektedir (Karahann ve Sardoğan, 2016).

2.3.2.3. Kişilerarası Kuram

Depresyon belirtileri gösteren bireylerin sosyal çevrelerindeki insan sayısı az ve algıladıkları sosyal desteğin düşük olduğu ifade edilmektedir (Billings vd., 1983). Kişilerarası kuram, depresyonun bireyin yakın ilişkileri ve ilişkilerdeki rolleriyle alakalı olduğunu, geçmişte yaşanmış ilişkilerde yaşanan rol karmaşasından kaynaklandığı belirtilmektedir (Akdoğan, 2013). Klerman ve Paykel. (1974)'e göre depresyon yaratan sorun alanları keder, kişilerarası rol çatışmaları, rol değişiklikleri ve kişilerarası yetersizliği olduğu belirtilmektedir. Keder, kişinin yaşamdaki kayıpları ve tamamlanamamış yasını; kişilerarası rol çatışmaları, ilişkilerdeki sorunları; rol değişiklikleri, yeni bir iş, evlilik gibi rol değişimlerini ve yetersizlik de bu alanlardaki sorunları ifade etmektedir. Ek olarak sosyal desteğin depresyon için koruyucu faktörlerden olduğu vurgulanmaktadır (Lakey ve Cronin, 2008). Ayrıca depresyon belirtileri gösteren kişilerin sosyal ilişkilerinde reddedilme yaşadıkları ve kaliteli ilişkiler kuramadığı belirtilmektedir (Hokanson vd., 1989). Depresif çocukların aileleri incelendiğinde depresyon, anksiyete, alkol veya madde bağımlılığı, sosyal olarak uyumsuz davranışlar, sağlıklı aile yapısında büyüme, yoksulluk gibi sosyal değişkenlerin depresyon üzerinde etkisi saptanmıştır (Cicchetti ve Toth, 1999). Sosyal ilişkilerin ruh sağlığını korucuyu bir faktör olduğu ve bireyin sosyal destek ağı ne kadar genişse depresyon riskinin o kadar az olduğu söylenebilir.

2.3.2.4. Seligman'ın Öğrenilmiş Çaresizlik Modeli

Depresif bireylerin olayların sonuçları belli olmadan negatif tutuma sahip oldukları gözlemlenebilir. Bu durumu araştırmak için yapılan araştırmada köpeklere sürekli olarak şok verilmesinin ardından kaçma tepkilerinde azalma olduğu görülmüş ve bu durum insanlarla yaptıkları çalışmalarda da gözlemlenmiştir (Overmier ve Seligman, 1967). İnsan davranışları gözlemlenirken aynı şekilde mücadele tepkilerinin giderek azalması kişide depresyon durumu şeklinde tanımlanmaktadır (Güleç, 1993). Abramson, Seligman ve

Teasdale (1978) yaptıkları çalışmada tüm bireyler için genellememekle birlikte bu olumsuz sonuç bekleyen çaresizlik davranışının uzun süreli olması durumunda kronik hale geldiği ifade edilmektedir. Öğrenilmiş çaresizlik halini alan bu süreçle birlikte birey örseleyeci olay yaşadığında olayı kontrol edemediği durumda duygusal çöküntü yaşadığı ve bunun uzun süreli olması durumunda derin bir duygu durum bozukluğuna sebep olduğu belirtilmektedir (Roth ve Bootzin, 1974). Özetle kişi kendine dair olumsuz tutumları sebebiyle davranışları sonucunda olayların da olumsuz sonuçlanacağı, bu durumu değiştiremeyeceğini düşünmekte ve ümitsizliğe kapılarak depresif hale gelebilir.

2.2. İlgili Araştırmalar

Çalışmanın bu kısmında ilişki bağımlılığı, reddedilme duyarlılığı ve depresyon değişkenleriyle yapılan yurtiçi ve yurtdışı çalışmalar derlenmiştir.

2.2.1. İlişki Bağımlılığı İle İlgili Araştırmalar

İlişki bağımlılığının yeni çalışılmaya başlanmış kavramlardan olduğu ve Türkçe alanyazında çok az yer verildiği görülmektedir. Yapılan çalışmalara bakıldığında özellikle kök aile deneyimleriyle ilişkilendirilmiş olduğu söylenebilir.

İlişki bağımlılığıyla cinsiyet arasındaki ilişkiyi inceleyen çalışmalarda ilişki bağımlılığı puanlarının kadınlarda daha yüksek çıktığı tespit edilmiştir (Ançel, 2012; Carfora, 2009; Dear ve Roberts, 2002; Elizabeth ve Skowron, 2017; Granello ve Beamish, 1998; Lampis vd., 2017; Loring ve Cowan, 1997; Hughes-Hammer, 1998; Malloy ve Berkery, 1993; Meyer ve Russel, 1998). İlişki bağımlılığı ile ebeveyn tutumu arasındaki ilişkiyi inceleyen araştırmalara bakıldığında otoriter ebeveyn tutumuyla yetişen bireylerde ilişki bağımlılığı düzeyi demokratik ebeveyn tutumuyla yetişen kişilere oranla daha fazla olduğu görülmektedir (Carfora, 2009; Fischer ve Crawford, 1992). Ayrıca yapılan çalışmalarda işlevsel olmayan ebeveyn tutumlarının ilişki bağımlılığının sürdürülmesinde etken olduğu tespit edilmiştir (Crothers ve Warren, 1996; Schaef, 1986). Kök aile ile olan ilişkilerin incelendiği araştırmalarda aileyle ilişkilerin sağlıklı olmasının ilişki bağımlılık düzeyini arttırdığı görülmektedir (Ançel ve Kabakçı, 2009; Fuller ve Warner, 2000; Ölçüm ve

Büyükkayacı-Duman, 2017). Mukba (2013) tarafından yapılan çalışmada aile içi şiddet gören bireylerin ilişki bağımlılığı puanlarının yüksek çıktığı sonucuna ulaşılmıştır. Çocukluk çağı travmalarıyla ilişki bağımlılığı arasındaki ilişkiyi inceleyen çalışmalarda çocuklukta ihmal ve istismara maruz kalmayla ilişki bağımlılığı arasında pozitif ilişkiye rastlanmıştır (Berlin ve Dodge, 2004; Carson ve Baker, 1994; Reyome ve Ward, 2007).

Benlik saygısıyla ilişki bağımlılığı arasındaki ilişkiyi inceleyen araştırmalarda ise düşük benlik saygısına sahip bireylerin ilişki bağımlılığı düzeyleri yüksek olduğu tespit edilmiştir (Bagheri, 2005; Marks vd., 2012; Özdemir, 2015; Rıjavec vd., 2011; Springer vd., 1998). Ayrıca Lindley vd. (1999) tarafından yapılan çalışmada ilişki bağımlılığının özgüvenle negatif ilişkide olduğu saptanmıştır. İlişki bağımlılığı ile kişinin eğitim seviyesi arasındaki ilişkiyi araştıran çalışmada, eğitim seviyesi düşük bireylerin ilişki bağımlılığı durumlarının daha fazla olduğunu sonucuna varılmıştır (Özdemir ve Buzlu, 2019).

Madde bağımlılığı ve ilişki bağımlılığı arasında yapılan çalışmalarda madde bağımlısı olan kişilerin ve onların aile fertlerinin ilişki bağımlılığı düzeylerinin yüksek olduğu belirlenmiştir (Gomez ve Delgado, 2003; Keskin ve Babacan-Gümüş, 2017; Self, 2010; Rusnakova, 2014).

Sher (1997) alkol bağımlılığı olan kişilerle birlikte yaşayan bireylerin sosyal ilişkilerinde zorluklar yaşadığı ve ilişki bağımlılığı riski taşıdıkları belirlenmiştir. Aynı araştırmada bu kişilerin özgüvenlerinin ve iletişim becerilerinin düşük olduğu saptanmıştır. Ek olarak kişinin ruhsal bozukluk geçmişinin ilişki bağımlılığı ile pozitif ilişkili olduğu tespit edilmiştir (Özakgöl vd., 2017).

Alanyazında incelendiğinde ilişki bağımlılığının oluşumunda kişinin kök ailesinin en önemli faktör olduğu söylenebilir. Yapılan araştırmalara bakılarak ilişki bağımlılığının risk faktörleri arasında bağımlılık ve ruhsal bozukluklar sayılabilir. İlişki bağımlılığı gelişen kişinin bireysel anlamda özsaygısını yitirmekte olduğu, öfkesini kendine yönlendirdiği, romantik ilişkilerinde, sosyal arkadaşlık ilişkilerinde problemler yaşadığı ilişkide kalmak ve terk edilmemek adına kendini unuttuğu, sürekli onaylanmak istediği, aşırı fedakarlık yaparak sonunda yetersizlik hissi ve derin hüznle kalmakta olduğu söylenebilir. Sonuçlar ışığında ilişki bağımlılığı, kişinin kendisiyle ilgili tutumlarından kişilerarası ilişkilerine kadar geniş bir alanda bireyi etkilemesine rağmen alan yazında yeteri kadar yer verilmediği belirtilebilir. Kişide ilişki bağımlılığı geliştiğinde önce kendisi ve ailesi daha sonra toplum bu durumdan olumsuz etkileneceğinden ilişkili bozuklukların belirlenmesi önemli olabilir. Yapılan

alışmalara bakıldığında araştırılan değışkenlerin sınırlı olduğu ve çoğu araştırmanın aynı değışkenler üzerinde çalıştığı belirtilebilir.

2.2.2. Reddedilme Duyarlılığı İle İlgili Araştırmalar

Reddedilme duyarlılığıyla ilgili yapılan araştırmalarda Downey ve Feldman'ın (1996) çalışmaları konuya öncülük etmiştir ve reddedilme duyarlılığı yüksek olan partnerler, ilişkilerinde daha çok reddedilmeyi kasıtlı olarak algılama, ilişkilerinde mutsuz olma ve reddedilmeye karşı kıskanç ve kontrolcü davranma eğiliminde olduğu bulunmuştur. Bununla bağlantılı olarak reddedilme duyarlılığı puanı yüksek kişilerde ile onaylanma ihtiyacı, çekingenlik, ayrılma anksiyetesi ve kırılganlık değışkenlerinin de yüksek olduğu tespit edilmiştir (Erözkan, 2004). Reddedilme duyarlılığı ile sosyal kaygının pozitif ilişkisine rastlanmıştır (Londra vd., 2007). Reddedilme duyarlılığı yüksek bireylerin korkulu bağlanma stilinin yüksek olduğu belirlenmiştir (Kotan, 2016). Ayrıca güvensiz yetişkin bağlanma davranışının hem kaçınmacı hem de kararsız kalıplarının altında reddedilmeye karşı duyarlılığın yattığını gösteren kanıtlar mevcuttur (Feldman ve Downey, 1994).

Reddedilme duyarlılığının bireylerin flört ilişkileriyle arasındaki bağlantılara bakıldığında reddedilme duyarlılığının, bireylerin romantik partnerlerinden duygusal ve davranışsal olarak uzaklaşmalarına yol açabileceğini, böylece hem reddetme hem de kabul etme fırsatlarını azaltarak ilişki doyumunun düşmesine yol açabileceğini göstermektedir (Norona vd., 2016). Galliher ve Bentley'in (2010) yaptığı araştırmada reddedilme duyarlılığı düzeyi ile ilişkileri negatif algılama, partnere olumsuz davranışlar sergilediği ve saldırgan davranış düzeylerinin pozitif ilişkili olduğu saptanmıştır.

Reddedilme duyarlılığı ile saldırganlık arasında anlamlı bir ilişkiye rastlanmıştır (Gao vd., 2021; Romero-Canyas vd., 2010). Bu sonuçla ilişkili olarak Inman ve London (2022) tarafından yapılan çalışmada reddedilme duyarlılığının partner şiddetini yordadığı bulunmuştur. Ayrıca yakın partner şiddeti ve çocuk ihmal ve istismarı arasında reddedilme duyarlılığının aracılık ettiği espit edilmiştir (Kahya, 2021). Ek olarak borderline kişilik bozukluğu ile reddedilme duyarlılığının ilişkili olduğu saptanmıştır (Berenson vd., 2011).

Reddedilme duyarlılığı ile ebeveyn tutumları ilişkisine bakıldığında ise anne babanın baskıcı tutumlarının çocuklarda reddedilme duyarlılığını arttırdı tespit edilmiştir (Erözkan, 2007; Rowe vd., 2015). Yapılan araştırmalarda aile çatışması ve aile içi şiddet gibi ebeveynlik

faktörleri reddedilme duyarlılığının yordayıcısı olarak saptanmıştır (Feldman ve Downey, 1994; Godleski, 2019). Ayrıca aynı cinsiyetten ebeveynin kabul-reddi, diğer cinsiyetten ebeveynin kabul-reddine göre reddedilme duyarlılığını daha fazla açıklamıştır (İbrahim vd., 2015). Yapılan bir başka çalışmada ise ailenin eğitim düzeyi yüksekse çocuklarında reddedilme duyarlılık düzeyinin zayıf olduğu tespit edilmiştir (Sarıçam, 2011).

Inderbitzen (1997) tarafından yapılan sosyometrik çalışmada reddedilmiş çocukların sosyal kaygı düzeylerinin diğerlerine oranla fazla olduğu tespit edilmiştir. Ayrıca Volling vd. (1993) tarafından yapılan araştırmada bulunduğu ortamda popüler olan öğrenciler arkadaşları hakkında olumlu düşüncelere sahipken reddedilmeye maruz kalmış olanlar arkadaşlarıyla ilgili olumsuz düşüncelere sahip olduğu belirtilmiştir.

Arkadaşlık ilişkilerine reddedilme duyarlılığı bağlamında bakıldığında yakın akranları tarafından reddedilen çocukların özsaygılarının, akademik başarılarının ve sosyal becerilerinin diğerlerine göre düşük olduğu bulunmuştur (Demir Şad, 2007). Yapılan çalışmalarda reddedilme duyarlılığı düzeyi yüksek kişilerin arkadaşlık ilişkilerinin kalitesinin düşük olduğu sonucuna varılmıştır (Göncü Köse vd. 2017). Ayrıca reddedilme duyarlılığı düzeyi ile yalnızlık ve sosyal geri çekilmenin pozitif ilişkili olduğu tespit edilmiştir (Watson ve Nesdale, 2012).

Reddedilme duyarlılığı ve sosyal medya kullanımı arasındaki ilişkiyi inceleyen çalışmalarda kişinin reddedilme duyarlılığının internet/sosyal medya kullanımını anlamlı düzeyde yordadığı sonucuna varılmıştır (Andrews, 2021; Demircioğlu ve Köse, 2021; Mete, 2017). Farahani vd. (2011) tarafından yapılan çalışmada ise reddedilme duyarlılığı arttıkça Facebook kullanımının da arttığı sonucuna ulaşılmıştır. Çalışmanın diğer bir bulgusu ise Facebook kullanan bireylerin reddedilme duyarlılığı düzeyinin Facebook platformunda hesabı olmayanlara göre yüksek olduğudur.

Bireyi her yönüyle etkileyen reddedilme duyarlılığı kavramıyla ilgili yapılan çalışmalar incelendiğinde çocukluktan itibaren her dönemde kişi üzerinde etkili olduğu ve sosyal, çevresel bir çok faktörle ilişkili olduğu görülmektedir. Alanyazında bu kavramın çocuk, ergen, üniversite öğrencileri ve yetişkinlerle çalışıldığı ve her dönemde ilişkilerde problemlere yol açtığı görülmektedir. Sağlıklı kişilerarası ilişki geliştiremeyen bireyin ruh sağlığından söz edilemeyeceği söylenebilir. Bu sebeple reddedilme duyarlılığı ile birlikte gelişen bozuklukların bilinmesi hem kişi için hem de yakın ilişkilerindeki kişiler için önemli olabilir.

2.2.3. Depresyon ile İlgili Araştırmalar

Depresyon psikoloji literatüründe eski bir kavram olduğu için bir çok çalışma mevcuttur. Depresyon görülme oranıyla ilgili bir araştırmada grupta %38,3 oranında depresyon belirtileri görüldüğü belirlenmiştir (Ulaş vd., 2015). Aynı çalışmada ekonomik durumu iyi olmayan, akademik başarısı iyi olmayan, kilosundan memnun olmayan, boy uzunluğunu beğenmeyen kişilerin depresyon puanlarının yüksek olduğu sonucuna varılmıştır. Ekonomik problemler ile depresif belirtiler arasındaki ilişkiyi inceleyen bir çalışmada pozitif bir ilişkiye rastlanmıştır (Özdel vd., 2002). Stres faktörü depresyonun önemli yordayıcılarından olduğu bir çok çalışmada sunulmuştur (Dubovsky vd.,2004; Gezer ve Yener, 2009; Goodwin ve Jamison, 2007).

Yapılan araştırmada fiziksel hastalığı olan kişilerin depresyon puanları da yüksek çıkmaktadır (Yıldırım, 2020). Depresyon ve şiddeti ile stresle ilişkili olan irritabl barsak sendromun ve şiddeti arasında pozitif ilişki saptanmıştır (Saykan, 2016).

Depresyon ile cinsiyet değişkeni arasındaki ilişkiyi inceleyen çalışmalarda kadınların depresyona daha yatkın olduğu tespit edilmiştir (Doğan, 2000; Köroğlu, 2015; Noble, 2005; Nolen-Hoeksema ve Hit, 2009; Parker ve Brotchie, 2010; Yıldırım, 2020). Fakat kadının toplumda değişen rolünden ötürü bu oranın 30-40 yıl önceki çalışmalara göre azalmış olduğu belirlenmiştir (Öztürk, 2004). Depresyon ile yaş değişkeni arasındaki ilişkide yaş arttıkça depresyon düzeyinin de arttığı belirlenmiştir (Tüzün, 1993).

Depresyon ve yalnızlıkla ilgili yapılan çalışmalara bakıldığında yalnızlıkla depresyon arasında anlamlı bir ilişki saptanmıştır. (Ovayolu vd., 2007; Ünal ve Bilge, 2005). Buna bağlı olarak Ağırman ve Gençer (2017) tarafından yapılan çalışmada toplumda en çok yaşlılarda depresyon görülme oranının yüksek olduğu tespit edilmiştir.

Depresyonun benlik saygısıyla yüksek ilişkili olduğu belirlenmiştir (Hysenbegasi vd., 2005). Depresyon ile utancın ortaya çıkması arasında pozitif bir ilişkiye rastlanmıştır (Webb vd., 2007).

Depresyonun bağımlılıklarla ilişkisine bakıldığında sigara ve alkol kullanan bireylerin depresyon puanlarının yüksek olduğu sonucuna varılmıştır (Aalto-Setälä vd., 2002; Fırıncık ve Gürhan, 2019; Grant vd., 2004; Mackenzie vd., 2011; Lenz vd., 2004; Tekbaş-Of vd.,

2003). Sigara kullananlar içinde depresyon belirtileri olanların sigarayı bırakma olasılıklarının daha düşük olduğu tespit edilmiştir (Anda vd., 1990; Benowitz, 1999). Farklı bir çalışmada depresyon düzeyi arttıkça problemleri internet kullanımının da arttığı bulunmuştur (Odacı ve Çikrıkçı, 2017).

Depresyon ve aile ilişkilerine bakıldığında olumsuz ebeveyn tutumlarıyla yetişmiş bireylerde depresyon görülme sıklığı artmakta olduğu çalışmalarla ortaya konmuştur (Aylaz vd., 2007; Eryüksel ve Akün, 2003; Yaşar, 2003). Bireyin yakın sosyal çevresindeki kişilerle güvenli bağ kuramaması sonucunda depresif belirtiler gösterdiği belirlenmiştir (Scheff, 2001; Wise vd., 2017). Birinci derece yakınlarında depresyon tanısı alan kişilerin %31 ile %42 arasında değişen oranla depresyon yaşadığı belirlenmiştir (Işık, 2003; Öztürk, 2008). Sosyal destek ağının genişliği ve yoğunluğuyla depresyonun negatif ilişkili olduğu belirlenmiştir (Eisman vd., 2015; Laible vd., 2000; Rosenfeld vd., 2006; Rueger vd., 2016; Stice vd., 2004).

İntihar girişimleri veya intihara meyilli kişiler incelendiğinde depresyon belirtilerinin normalden fazla olduğunu ortaya koyan çalışmalar mevcuttur (Birmaher vd., 1996; Fırincık ve Gürhan, 2019; Holat vd., 1994; Özgüven vd., 2003; Silver vd., 1971). Yapılan bir çalışmada intihar vakalarının %80'inin depresyon tanısı almış kişiler olduğu belirlenmiştir (Akiskal, 1992).

Depresyonun alanyazındaki en eski kavramlardan olması nedeniyle birçok değişkenle ilişkisinin çalışıldığı görülmüştür. Araştırma sonuçlarına bakıldığında toplumda çok sık görüldüğü, sosyo-ekonomik durum, yaş, cinsiyet, sosyal destek, kişinin kendine ait tutum ve yargıları gibi birçok değişkenden etkilendiği söylenebilir. İntiharın en yaygın görüldüğü psikolojik problemlerden biri olan depresyonun reddedilme duyarlılığı ve ilişki bağımlılığı gibi sorunlarla ilişkisini ve rolünü belirlemenin ruh sağlığı alanına katkı olacağı düşünülmektedir.

BÖLÜM III

YÖNTEM

3.1.Araştırma Modeli

Çalışmada, tarama yaklaşımlarından biri olan iki veya daha fazla sayıdaki değişkenin birlikte değişip değişmediğini incelemek için kullanılan ilişkisel tarama yöntemi kullanılarak araştırma yapılmıştır (Karasar, 2011).

3.2 Çalışma Grubu

Araştırma Türkiye'nin farklı illerinden seçilen 18 ile 69 yaş aralığındaki 296 gönüllünün katılımıyla yapılmıştır. Katılımcıların yaş ortalaması 29.4'tür. Çalışmaya katılan kişilerde kadınların oranı %81.9, erkeklerin oranı ise %18.1'dir. Katılımcıların kendi istekleriyle katılımları esas alınmıştır. Çalışmanın verileri uygun örnekleme yöntemi kullanılarak çevrimiçi olarak toplanmıştır. Uygun örnekleme yöntemi, zamansal ve maddi açıdan ekonomiklik sağlaması sebebiyle örneklemin erişim olanağının kolay olduğu çevrelerden oluşturulduğu örnekleme yöntemidir (Büyüköztürk, 2012).

3.3. Veri Toplama Araçları

Araştırmada Reddedilme Duyarlılığı Ölçeği, Span Fischer İlişki Bağımlılığı Ölçeği ve Beck Depresyon Ölçeği ile veri toplanmıştır.

3.3.1. Spann-Fischer İlişki Bağımlılığı Ölçeği (SFİBÖ)

Spann-Fischer İlişki Bağımlılığı Ölçeği, Fischer vd. (1991) tarafından geliştirilmiş, Tanhan

ve Mukba (2014) tarafından Türkçe uyarlaması yapılmıştır. 16 sorudan oluşan 6'lı Likert tipi ölçek, tek boyutludur. Madde 5 ve 7 ters kodlanmaktadır. Ölçekten 16 ile 96 arasında puan alınabilmekte, 16 düşük, 96 ise yüksek bağımlılık puanını göstermektedir. Ölçeğin Türk kültürüne göre ölçüte dayalı geçerliliği Genel Sağlık Anketi (GSA) ve Rosenberg Benlik Saygısı Ölçeğiyle (RBSÖ) kontrol edilmiştir. Ölçek ile Rosenberg Benlik Saygısı Ölçeği arasında -.19 korelasyon bulunurken, Genel Sağlık Anketi ile korelasyonu .29 olarak belirlenmiştir. Ölçeğin açıklayıcı faktör analizi ve doğrulayıcı faktör analizi değerlendirildiğinde bulunan değerlerin uygun düzeyde olduğu tespit edilmiştir (GFI = .91, AGFI = .91, RMSEA = .06). Ölçeğin orjinal versiyonunun 0,77 iç tutarlılık kat sayısına sahipken Türk kültürüne uyarlanan versiyonunun ise 0,65 iç tutarlılık kat sayısına sahip olduğu bulunmuştur.

3.3.2. Reddedilme Duyarlılığı Ölçeği

Downey ve Feldman (1996)'nın bireylerdeki reddedilme duyarlılığını değerlendirmek amacıyla geliştirdiği Reddedilme Duyarlılığı Ölçeği'nin, Türkçe'ye uyarlaması ise Özen vd. (2011) tarafından yapılmış ve 18 maddelik orjinal formun Türk kültürüne uygun hale getirilmiş 26 maddelik form oluşturulmuştur. Olası yaşam olaylarından oluşan maddeler a ve b şeklinde iki alt soru barındırmaktadır. 1 ile 6 arasında derecelendirilen Likert tipi ölçek, a grubu soruları reddedilme ihtimallerine yönelik kaygıları, b grubu soruları ise karşı taraftan beklentileri barındırmaktadır. Puan hesaplanırken a grubu sorular ters olarak kodlanır ve b grubu soruların puanlarıyla çarpılır, tüm puanlar toplanır ve ortalaması alınır. Ölçekte tersten madde bulunmamakta ve 18 ile 108 arasında puan alınabilmektedir. Yordayıcı geçerliliği desteklemek için reddedilme duyarlılığının arkadaşlık kalitesi, kararsız benlik saygısı, olumsuz partner davranışı için sorumluluk yüklemeleri ve kaygılı kaçınan bağlanma stilleri ile ilişkilendirilmiştir. Bu ölçeklerle korelasyonlar sırasıyla -.32, .20, .31, .48 ve .41 bulundu (tüm puanlar için $p < .01$). Ölçeğin iç tutarlılık ve güvenirlik katsayısı .85 şeklinde hesaplanmıştır.

3.3.3. Beck Depresyon Ölçeği

Beck (1961)'in geliştirdiği, Hisli (1988; 1989)'nin de geçerlik ve güvenirlik analizlerini yaptığı Beck Depresyon leği 21 maddeden oluşan kendini değerlendirme türünde bir envanterdir. 4'l Likert tipi olan ölçeğin puanlama kısmında depresyon belirtisinin hiç olmaması halinde 0, belirtinin en yüksek düzeyde olması halinde ise 63 puan olarak hesaplanmaktadır. Beck Depresyon Envanteri depresyon tanısı koymak için değil, belirtilerin derecesini sayılara dökmek için kullanılmaktadır (Avşar, 2007). 0 ile 9 puan arası depresyon olmadığını, 10 ile 16 puan arasında olması eser düzeyde belirti gösterildiğini, 17 ile 24 arasında olması orta düzeyde olduğunu, 25 ve üstünde olması ise ciddi depresyon belirtisini gösterdiği açıklanmaktadır. Ölçeğin geçerlik ve güvenirlik çalışmalarında MMPI-D leği kullanılmıştır. arasında bulunan korelasyon depresyon ve MMPS-D leği .50'dir. Hisli (1988) tarafından yapılan çalışmada ölçeğin geçerliği .63; güvenirliği .74 olarak hesaplanmıştır. Yine aynı çalışmada iç tutarlık katsayısının .80 olduğu tespit edilmiştir. Hisli (1989)'nin yaptığı bir başka çalışmada, test-tekrar test güvenirliği .73 puan olduğu belirlenmiştir.

3.4. Verilerin Analizi

Veriler, Windows 22 için olan SPSS (Statistical package for social sciences) programına işlenerek analizleri yapılmıştır. Bu çalışmada ilişki bağımlılığı ile reddedilme duyarlılığı ve depresyon arasındaki ilişkiler korelasyon analizi ve regresyon analizi ile incelenmiştir. Analizde, Bağımsız rneklem t-Testi, 3 veya daha fazla grup arasındaki farklar için Tek Yönlü Varyans Analizi (ANOVA) testi kullanılmıştır. Ayrıca ilişki bağımlılığı ile reddedilme duyarlılığı arasındaki ilişkide depresyonun istatistiksel olarak anlamlı düzeyde aracılık etkisi araştırmanın hipotezleri doğrultusunda Process makro yazılım Model 4 kullanılarak incelenmiştir. Hayes (2013) tarafından geliştirilen, basit ve çok değerşkenli aracılık analizleri gerçekleştirilebilen model kullanılarak reddedilme duyarlılığı ile ilişki bağımlılığı arasındaki ilişkide depresyonun aracı rolü incelenmiştir.

BÖLÜM IV

BULGULAR

Çalışmanın bu bölümünde hipotezlere yönelik yapılan analizlere ilişkin bulgular sırasıyla sunulmuştur.

4.1. İlişki bağımlılığı, reddedilme duyarlılığı ve depresyon düzeylerine ilişkin bulgular

İlk olarak araştırma verilerine ait betimleyici istatistik ve normal dağılımı gösteren bulgular incelenmiştir. Buna yönelik sonuçlar Tablo 1 ve Şekil 1’de raporlaştırılmıştır.

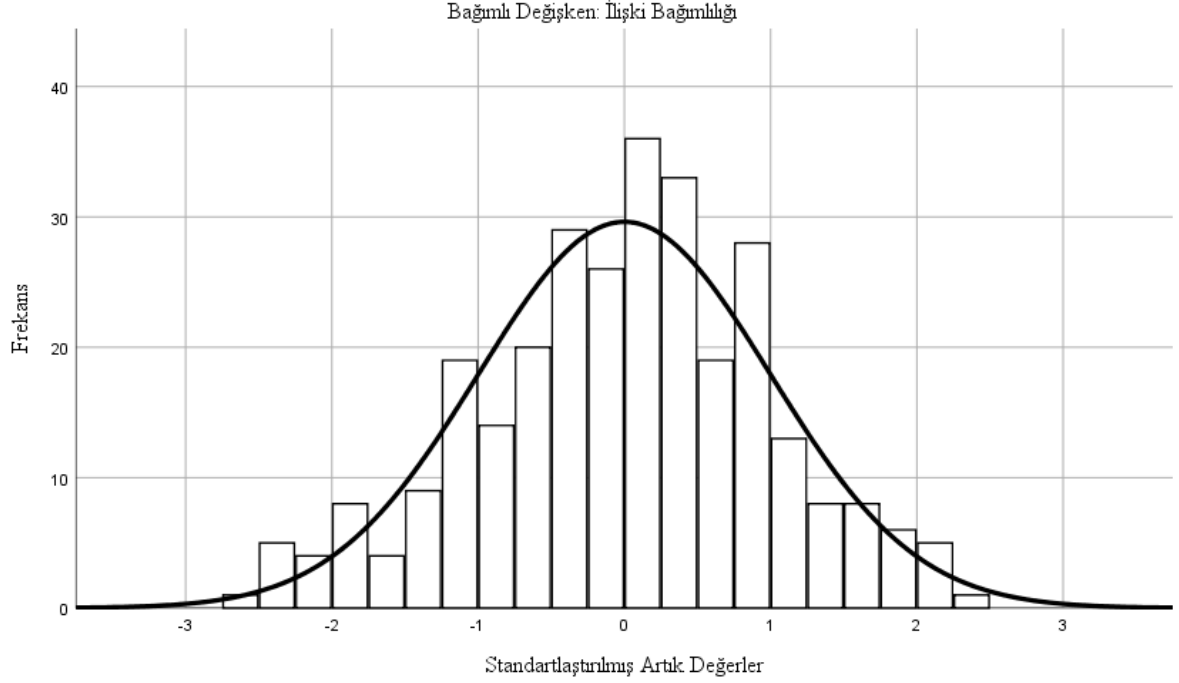
Tablo 1

Betimsel İstatistik Sonuçları

	N	Düşük	Yüksek	$\bar{x}$	SS	Çarpıklık	Basıklık
SIBOT	296	25.00	89.00	56.7500	11.39633	-.075	-.074
REDT	296	21.00	531.00	237.0743	89.51876	.653	.453
Depresyon	296	21.00	72.00	39.1554	11.40693	.397	-.685

SIBOT: Spann-Fischer İlişki Bağımlılığı Ölçeği

REDT: Reddedilme Duyarlılığı Ölçeği



Şekil 3. Normal dağılım grafiği

Tablo 1 ve Şekil 3'e bakıldığında çalışma kapsamındaki verilerin çarpıklık değerleri -0.075 ile $.653$; basıklık değerleri -0.685 ile $.453$ arasındadır. Çarpıklık ve basıklık değerleri ± 2 puanları arasında bulunduğu durumlarda normal dağılımdan sapmalar olmadığı ifade edilmektedir (George ve Mallery, 2010). Bu durumda çalışmanın verisinin bu standarda uymaktadır. Tablo 1'de görülen puan ortalamalara bakıldığında, ilişki bağımlılığının ($\bar{x}=56.75$), reddedilme duyarlılığının ($\bar{x}=237.0743$), depresyonun ($\bar{x}=39.1554$) olduğu görülmektedir.

Araştırmada reddedilme duyarlılığı ile ilişki bağımlılığı ve depresyon değişkenleri arasında istatistiki açıdan nasıl bir ilişki olduğunu tespit etmek için amacıyla korelasyon analizi yapılmış, sonuçları Tablo 2'de gösterilmiştir. İki değer arasındaki ilişkide, korelasyon katsayısı $.70$ ile 1.00 aralığında ise yüksek düzeyde; $.30$ ile $.70$ aralığında ise orta düzeyde; $.00$ ile $.30$ aralığında ise düşük düzeyde bir ilişki olduğunu göstermektedir (Büyüköztürk, 2014). Çalışmada elde edilen veriler de bu çerçevede değerlendirilmiştir.

Tablo 2

Değişkenler Arasındaki İlişkilere Yönelik Bulgular

	1	2	3
1: İlişki Bağımlılığı	1		
2: Reddedilme Duyarlılığı	.33**	1	
3: Depresyon	.59**	.16**	1

** $p < 0.01$

Tablo 2'ye bakıldığında, ilişki bağımlılığı ile reddedilme duyarlılığı ve depresyon arasında anlamlı ilişkiler olduğu görülmektedir. Bu doğrultuda ilişki bağımlılığının reddedilme duyarlılığı ($r=.33$) ile pozitif yönde ve orta düzeyde olduğu; depresyon ($r=.59$) ile pozitif yönde ve orta düzeyde anlamlı bir korelasyon olduğu tespit edilmiştir.

4.2. İlişki bağımlılığının bazı kişisel değişkenlere göre farklılaşıp farklılaşmadığına ilişkin bulgular

Tablo 3

İlişki bağımlılık düzeylerinin bazı kişisel özelliklere göre incelenmesi

		N	Ort.	SS	t*/F**	p değeri
Cinsiyet*	Kadın	245	57,48	11,84	2,039	0,044
	Erkek	54	54,43	9,51		
Yaş**	18-25 yaş	118	58,41	11,01	2,153	0,094
	26-35 yaş	118	57,08	11,92		
	36-45 yaş	51	53,80	11,79		
	46 yaş ve üzeri	12	54,25	8,58		
Eğitim Düzeyi**	İlkokul	2	55,00	24,04	1,001	0,407
	Ortaokul	8	54,13	13,18		

	Lise	65	57,55	11,22		
	Lisans	186	57,49	11,02		
	Lisans Üstü	38	53,79	13,30		
	İlişkisi var	61	55,56	11,80		
	İlişkisi yok	91	57,77	11,29		
İlişki Durumu**	Evli	137	56,86	11,62	1,324	0,261
	Nişanlı	5	51,60	4,83		
	Flört evresi	5	65,60	10,16		
	Yok	127	57,97	12,03		
	1 yıldan az	31	59,10	11,49		
İlişki Süresi**	1-5 yıl arası	51	55,12	9,55	2,029	0,075
	5-10 yıl arası	34	58,38	12,30		
	10 yıl ve üstü	55	53,80	10,85		

*p<0,05, *Bağımsız Örneklem t-Testi, **Tek Yönlü Varyans Analizi (ANOVA)*

Araştırma kapsamında yer alan katılımcıların ilişki bağımlılığı, düzeyleri cinsiyetlerine göre istatistiksel olarak anlamlı farklılık göstermektedir ($p<0,05$). Kadın katılımcıların ilişki bağımlılığı düzeyleri erkek katılımcıların ilişki bağımlılığı düzeylerine kıyasla daha yüksektir. Katılımcıların ilişki bağımlılığı düzeyleri yaşlarına, eğitim düzeylerine, ilişki durumlarına ve ilişki sürelerine göre ise istatistiksel olarak anlamlı farklılık göstermediği belirlenmiştir ($p>0,05$).

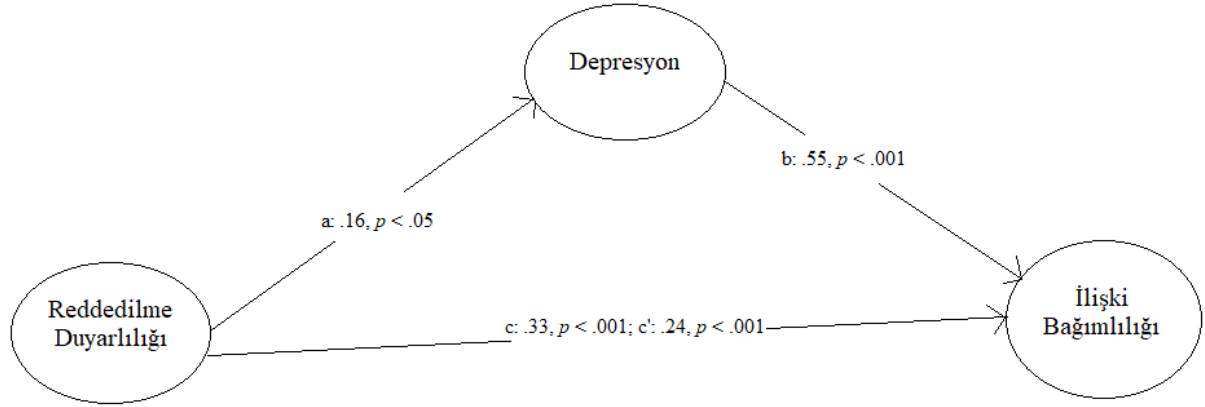
4.3. İlişki bağımlılığı ile reddedilme duyarlılığı arasındaki ilişkide depresyonun aracılık etkisine ilişkin bulgular

Çalışmada yapılan korelasyon analizi incelendiğinde ilişki bağımlılığı ile reddedilme duyarlılığı arasındaki ilişkide depresyonun aracılık etkisine sahip olup olmadığı Process makro yazılım model 4 kullanılarak test edilmiştir. Sonuçlar, Tablo 4 ve Şekil 4'te gösterilmektedir.

Tablo 4

Aracı Modele İlişkin Bulgular

Yordayıcılar		İlişki Bağımlılığı			
		<i>B</i>	<i>p</i>		
1. Aşama	Reddedilme Duyarlılığı	.33	.000		
	Sabit	<i>i</i> ₁ 46.83	.000		
	<i>R</i> = .33, <i>R</i> ² =.11 <i>F</i> _(1, 294) = 35.56, <i>p</i> =.000				
		Depresyon	İlişki Bağımlılığı		
		<i>B</i>	<i>P</i>	<i>β</i>	<i>p</i>
2. Aşama	Reddedilme Duyarlılığı	<i>a</i> .16	<.05	<i>c'</i> .24	.000
	Depresyon	-----	-----	<i>b</i> .55	.000
	Sabit	<i>i</i> ₁ 34.24	<.000	<i>i</i> ₂ 27.95	.000
		<i>R</i> = .16, <i>R</i> ² =.03		<i>R</i> = .64, <i>R</i> ² = .40	
		<i>F</i> _(1, 294) = 7.99, <i>p</i> =.005		<i>F</i> _(2,293) = 99.50, <i>p</i> = .000	



Şekil 4. Aracılık Analizine İlişkin Bulgu

İlişki bağımlılığı ile reddedilme duyarlılığı arasındaki ilişkide depresyonun aracı rolü test edilmiştir. Tablo 3 ve Şekil 4'te görüldüğü gibi, reddedilme duyarlılığının ilişki bağımlılığı üstündeki toplam etkisi ($\beta = .33, p < 0.01$) istatistiksel açıdan anlamlıdır (1. Aşama). Ek olarak, reddedilme duyarlılığının depresyon ($\beta = .16, p < 0.01$) üzerindeki doğrudan etkisi istatistiksel açıdan anlamlıdır. Elde edilen bulguya göre, aracı değişken olan depresyon ($\beta = .55, p < 0.01$) ile ilişki bağımlılığı arasındaki yol katsayısı da anlamlıdır. Son olarak aracı değişken depresyon modele eklendiğinde reddedilme duyarlılığı ile ilişki bağımlılığı arasındaki yol katsayısının da anlamlı olduğu belirlenmiştir ($\beta = .024, p < .001$) Özetle, yapılan analizde ilişki bağımlılığı ile reddedilme duyarlılığı arasındaki ilişkide, depresyonun aracı etkiye sahip olduğu sonucuna ulaşılmıştır.

BÖLÜM V

SONUÇ TARTIŞMA VE ÖNERİLER

5.1. Sonuç ve Tartışma

Çalışmada, ilişki bağımlılığı ile reddedilme duyarlılığı ve depresyon arasındaki ilişki incelenmiştir. Araştırmanın bu bölümünde, çalışmada toplanan verilerin analiz edilmesi sonucu ortaya çıkan bulgular ilgili alanyazın ışığında tartışılmıştır ve bazı öneriler sunulmuştur.

5.1.1. İlişki bağımlılığı, reddedilme duyarlılığı, ve depresyon arasında anlamlı ilişkinin olup olmadığına ilişkin bulguların tartışılması

Araştırmanın bulgularına göre, ilişki bağımlılığı ile reddedilme duyarlılığının pozitif yönde istatistiksel açıdan anlamlı bir korelasyona sahip olduğu görülmüştür. Alan yazın incelendiğinde ilişki bağımlılığı ile reddedilme duyarlılığının birlikte ele alındığı bir çalışmaya rastlanmamıştır. Ancak yakın değişkenler üzerine Wells vd. (2014) tarafından yapılan bir çalışmada ilişki bağımlılığına eğilimli kişilerin kendini baltalama ve gizli narsistik ilişki kalıplarına (örneğin, reddedilme duyarlılığı, acı verici ilişkilere bağlanma, utanmaya yatkınlık, ilişkiyi kazanmak için özen gösterme) sahip oldukları ve ilişkilerinde hem yakınlık arzularını hem de reddedilme hassasiyetlerini yansıtan korkulu, kaçınan bağlanma stiline sahip oldukları belirlenmiştir. Yine paralel bir çalışmada ilişki bağımlılığı olan kişilerin acı verici ilişkilere bağlı, utanmaya yatkın, ilişkiyi sürdürme için karşı tarafa karşı bakıcılık üstlenen davranışlarla özdeşleştiği ve reddedildikleri durumlardan kaçmaya eğilimli oldukları belirlenmiştir (Chang, 2012). Çalışmanın sonucunu destekler nitelikte Karaşar (2020) tarafından yapılan araştırmada ilişki bağımlılığına sahip kişilerin hayatlarını önemsiz buldukları, kendilerinden utandıkları, sürekli onay alma ihtiyacı içinde oldukları ve reddedilmekten korktukları ifade edilmiştir. Ayrıca ilişki bağımlılığı kavramının tanımlamasını yaparken reddedilmeye karşı hassasiyet duymanın veya reddedilmekten korkmanın ilişki bağımlılığı semptomları arasında olduğu bir çok çalışmada bahsedilmiştir

(Cermak, 1986; Farmer, 1999; Wegscheider ve Cruse, 1984; Wells, 2006; Woititz, 1979). Tüm bu bilgiler ışığında reddedilme duyarlılığının kişinin başarılı bir şekilde ilişkilerini kurup sürdürmesinde önemli sorunlara yol açtığı söylenebilir. Reddedilme duyarlılığına sahip kişi ilişkiyi ve/veya karşısındaki bireyin davranışlarını algılama ve değerlendirmede sıkıntılar yaşayabilir. Reddedilme duyarlılığı geliştiren birey için sürekli reddedileceğine dair ipuçları aradığı, reddedilmekten endişe duyduğu, ilişkideki partneri tarafından terk edileceğine dair yoğun kaygı duyduğu, karşısındakinin ihtiyaçlarını kendisinininkilerden daha çok önemsendiği söylenebilir. Ayrıca bireyde karşısındakinin davranışlarını kontrol etme arzusu artıp, saldırganca davranışlar gösterebilir. Tüm bu bilgilerin ilişki bağımlılığı ile reddedilme duyarlılığının kesiştiği noktalar olduğu ve kişinin İlişki bağımlılığı ile reddedilme duyarlılığının pozitif yönlü ilişkisini açıkladığı ifade edilebilir.

Araştırmanın diğer bir bulgusu da reddedilme duyarlılığı ile depresyonun pozitif yönde istatistiksel açıdan anlamlı korelasyona sahip olduğudur. Alanyazında reddedilme duyarlılığı ve depresyon değişkenlerinin birlikte çalışıldığı araştırmaların sayıca çok azlığı görülmekte ve var olan çalışmalar da bu araştırmanın bulgularını destekler niteliktedir. Ayduk vd. (2001) tarafından yapılan bir çalışma sonuçları, reddedilme duyarlılığı yüksek olan kadınların reddedilme kaygılarıyla ilgili bir alanda kayıpla karşılaştıklarında depresif semptomlar için risk altında olduklarını ve reddedilme durumunun gerçekleşmesinin ardından depresif semptomların arttığını göstermektedir. Yine bu sonuçla paralel olarak yapılan bir başka çalışma ise reddedilme duyarlılığı yüksek kadınların algılanan reddedilmeye karşı tepkilerinin düşmanlık veya depresyon şeklini alabileceğini göstermektedir (Ayduk vd., 1999; Downey vd., 1998). Benzer bir sonuç olarak reddedilme duyarlılığı olan kişilerin depresyon düzeyleri de yüksek çıkmıştır (Ehnavall vd., 2009; Gao vd., 2017; Göncü ve Sümer, 2011; Harper vd., 2006; Mellin, 2008; Liu vd., 2014). Aydemir (2004) tarafından yapılan çalışmada depresyonun belirtileri sıralanırken reddedilmeye duyarlılığının da bu belirtiler arasında yer aldığından söz edilmiştir. Reddedilme duyarlılığının kişiyi depresyona karşı savunmasız kılabileceği ifade edilmiştir (Downey ve Feldman, 1996). Reddedilmeyi bekleyen ve bundan endişe uyan kişiler reddedilme durumuyla karşılaştığında bu büyük korkuları gerçekleştirmiş, reddedilmeyi engelleyememiş ve kabul edilmemiş oldukları için umutsuz, üzgün, değersiz ve sevilmemiş hissettiriyor olabilir. Ayrıca bu kişiler aşırı fedakarlık yaparak karşısındakinin ihtiyaçları odaklı bir ilişki kurmuş ve bu ilişki sonunda beklentilerine yönelik davranışlar görmediğinden yine değersiz hissediyor olabilir. Bu bilgiler ışığında reddedilme duyarlılığı ile depresyonun ilişkili olduğunu söylemek mümkün

olabilir.

5.1.2. İlişki bağımlılığının bazı kişisel değişkenlere göre farklılaşıp farklılaşmadığına ilişkin bulguların tartışılması

Araştırmanın sonucuna göre ilişki bağımlılığı düzeylerinin cinsiyetlerine göre istatistiksel olarak anlamlı farklılık göstermekte olduğu belirlenmiştir. Bu bulguyla paralellik gösteren bir çok araştırma sonucu, çalışmanın İlgili Araştırmalar başlığında sunulmuştur. İlişki bağımlılığına sahip bireyin özelliklerin çoğunun, toplum tarafından kadına yüklenen roller ve kadınlardan beklenen görevler ile eşleştiği belirtilmektedir (Hands ve Dear, 1994). Cinsiyet rolleri erken dönemlerde öğrenilmekte, kız çocukları öğrenilen bu rollerin yüklerine daha fazla maruz kalırken erkek çocukları akranlarıyla dışarıda vakit geçirmesinin normal karşılanmakta olduğu belirtilmiştir (İmamoğlu, 2008). İlerleyen dönemlerde, kadının temel görevi eşine ve çocuklarına bakım vermek; erkeğin ise eve maddi boyutta bakmak, karar vermek ve sınırlı iletişim kurmak şeklinde kişinin evliliğe bakışını oluşturduğu ifade edilmektedir (Aşılı, 2001; Kağıtçıbaşı, 1982). Geleneksel örflerle ilişkili olarak, kadınlara iyi bir anne ve eş olmaları düşüncesi benimsetildiği söylenebilir. Kadından beklenen eşine daha fazla itaat gösterme, bakım veren olma, yardım etme, fedakar olma gibi rollerin görev olarak benimsenmesi ilişki bağımlılığının kadınlarda daha fazla görülmesini açıklayabilir.

Araştırmanın diğer bir bulgusu ise kişilerin ilişki bağımlılığı düzeylerinin yaşlarına, eğitim düzeylerine, ilişki durumlarına ve ilişki sürelerine göre ise istatistiksel olarak anlamlı farklılık göstermediğidir. Yapılan araştırmalarda ilişki bağımlılığıyla yaş değişkeni arasında ilişkiye rastlanmaması bu çalışmayla paralellik göstermektedir (Altınova ve Altuntaş, 2015; İmamoğlu, 2008; Lindley vd., 1999; Şahnaoğlu, 2021). Bu durum ilişki bağımlılığının ebeveyn, akran veya partner ile ilişkilerde ortaya çıkabileceğinden ve her bireyin farklı dönemlerde yaşayabileceği bir durum olduğundan yaş ile ilişkili olmadığı düşünülebilir.

Bu çalışmada ilişki bağımlılığı ile eğitim düzeyi arasında anlamlı bir farklılık bulunmamıştır. Fakat eğitim düzeyi yükseldikçe ilişki bağımlılığının azaldığını gösteren çalışmalar mevcuttur (Altun, 2018; Özdemir, 2015; Özdemir ve Buzlu, 2019; Şahnazoğlu, 2021; Uzun-Demir, 2021; Yıldırım, 2020). Araştırmanın bir diğer sonucu olan ilişki bağımlılığı ile ilişki durumu ve ilişki süresi arasında anlamlı fark olmaması bulgusuna zıt

şekilde evlilik/ilişki süresi ile ilişki bağımlılığı arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık bulunmaktadır (Altun, 2018; Dear vd., 2005; Hopkins ve Jackson, 2002; Reyome vd., 2010; Stafford, 2001). Benzer bir çalışmada bekar veya boşanmış kişilerde ilişki bağımlılığının daha yüksek çıktığı görülmektedir (İmamoğlu, 2008). Bu durum, evlilik/ilişki süresinin artmasının alışkanlık oluşturduğu, sorumluluğun ve dolayısıyla da bağlılığın artmasına sebep olduğu şeklinde yorumlanabilir. Bu çalışmada katılımcı yaş ortalamasının 29.4 olması ve ilişki sürelerinin ortalama 1 yıl olmasından dolayı iki değişken arasında anlamlı fark çıkmadığı düşünülebilir.

5.1.3. İlişki bağımlılığı ve reddedilme duyarlılığı arasındaki ilişkide depresyonun aracılık rolüne ilişkin bulguların tartışılması

Araştırmanın sonucuna göre reddedilme duyarlılığı değişkeni ilişki bağımlılığını depresyon aracılığı ile dolaylı yoldan etkilemektedir. Başka bir ifadeyle, araştırma sonucunda ilişki bağımlılığıyla reddedilme duyarlılığı arasında bulunan ilişkide depresyonun aracı etkisi olduğu görülmektedir. Alan yazında ilişki bağımlılığı ile reddedilme duyarlılığı arasındaki ilişkiyi inceleyen bir çalışmaya rastlanmamış, benzer kavramlarla yapılan çalışmalar bir önceki başlıkta tartışılmıştır. Bu çalışmada ilişki bağımlılığının hem depresyonla hem de reddedilme duyarlılığıyla pozitif yönde istatistiksel açıdan anlamlı ilişkilerde olduğu saptanmıştır. Bu sonuçla paralel olarak Karasar (2020) tarafından bazı değişkenlerle ilişki bağımlılığı arasındaki ilişkide en fazla katkı sağlayan değişkenin depresyon olduğu belirlenmiştir. Mevcut bulguyu destekler nitelikteki çalışmalar incelendiğinde ilişki bağımlılığının depresyonla ilişkili olduğunu gösteren birçok araştırmanın olduğu görülmektedir (Ashley, 2000; Hughes-Hammer vd., 1998; Martsof vd., 2000; Marks vd., 2012; Worth, 1996). Septien (1997), ilişki bağımlılığı olan kişilerin temel özelliklerinden biri olan karşıdakini memnun etme davranışının, her zaman beklenen sonucu veremeyip memnun edemedikleri için genellikle depresif olduğu bilgisi bu çalışmanın bulgularıyla örtüşmektedir. Bu bulguları destekler nitelikte Carson (1990) tarafından yapılan çalışmada çocuklukta istismar geçmişi olan kişilerin depresyon puanlarıyla ve ilişki bağımlılığı düzeyleri arasında anlamlı ilişki olduğu tespit edilmiştir. İlaveten Ruskanova (2014) tarafından eşi alkol bağımlısı olan kadınlarla yaptığı çalışmada kişilerin hem ilişki bağımlılığı hem de depresyon belirtileri gösterdikleri belirlenmiştir.

Yalnızlığın türleriyle ilgili yapılan araştırmada ilişki bağımlılığına sahip kişi kendini yalnız ve tükenmiş olarak ifade etmiştir (Deaton, 2023). Diğer yandan reddedilme mesajlarının insanların kendilerini sevgiye ve kabule layık görme yeteneklerini baltalayarak umutsuzluğa ve depresyona yol açtığı tespit edilmiştir (Brown ve Harris, 1978). Bu durumun çaresizlik, değersizlik ve düşük benlik saygısı gibi depresif belirtilere yol açtığı ve reddedilme duyarlılığı ile de ilişkili olduğu çalışmayı destekler niteliktedir (Gilbert vd., 2006; Harper vd., 2006; Mellin 2008). Bu sonuçla paralel şekilde yapılan bir araştırmada reddedilme duyarlılığını en güçlü yordayan değişkenin depresyon olduğu belirlenmiştir (Flett vd., 2014). Reddedilme duyarlılığı olan bireyler kendilerine değer vermeyip karşısındaki kişinin hayatını daha anlamlı buluyor, sürekli fedakarlık yaparak kendini değerli hissetmeye, kabul edilmeye çalışıyor ve karşısındaki kişi onun gibi fedakarlık yapmayınca hayal kırıklığına uğruyor olabilir. Bu hayal kırıklığı sonucu umutsuzluk, yalnızlık gibi depresif belirtiler gösteriyor olabilir. Buna göre, reddedilme duyarlılığının olumsuz yaşam olaylarının etkisini artıran ve böylece depresif ruha haline giden yolu açan güçlü bir olumsuz deneyim olduğu söylenebilir. Aynı şekilde ilişki bağımlılığı olan bireyler de karşısındaki kişiye aşırı bağlanma gösterip sürekli partnerine odaklı bir yaşam sürebilir ve sürekli partnerini mutlu etmek için mükemmel olmaya çabalayabilir. Bu giderek artan bağımlılık durumu kişiyi strese sokarak, yetersiz ve mutsuz hissetmesine neden olabilir. Tüm bu bilgiler ışığında ilişki bağımlılığı ile reddedilme duyarlılığı arasındaki ilişkide depresyonun aracılık rolü ettiği doğrulanabilir.

5.2 Öneriler

5.2.1. Araştırma sonuçlarına göre öneriler

1. Bu çalışmada ilişki bağımlılığı, reddedilme duyarlılığı ve depresyon değişkenleri arasında istatistiksel açıdan anlamlı ilişkiler olduğu belirlenmiştir. Ek olarak reddedilme duyarlılığı ve ilişki bağımlılığı doğrultusunda ruh sağlığı profesyonellerinin terapötik süreci ve tedavi planlarını bu bilgileri dikkate alarak oluşturması önerilebilir.
2. İlişki bağımlılığı ile reddedilme duyarlılığı kavramının özellikle erken çocukluk dönemindeki olumsuz yaşantılardan kaynaklandığı göz önünde bulundurularak ebeveynler kamunun ilgili birimlerince erken çocukluk dönemi hakkında seminerler ve broşürlerle bilgilendirilebilir.

5.2.2. İleride yapılabilecek araştırmalar için öneriler

1. Alanyazın incelendiğinde, ilişki bağımlılığı, reddedilme duyarlılığı ve depresyon değişkenlerinin birlikte incelendiğı araştırma bulgusuna rastlanmamıştır. Bu doğrultuda söz konusu kavramlar arasındaki ilişkiyi daha iyi açıklayabilmek için daha fazla araştırma yapılabilir.
2. Alan yazında ilişki bağımlılığı ve reddedilme duyarlılığı arasındaki ilişkide aracı rolü olabilecek farklı değişkenlerle araştırmalar yapılabilir.
3. İlişki bağımlılığı ve reddedilme duyarlılığı ilerleyen dönemlerinde saldırganca davranışlar gözlemlenebilen durumlar olabildiğinden, bu değişkenlerin flört şiddeti, romantik kıskançlık gibi değişkenlerle ilişkisi araştırılabilir.

KAYNAKLAR

- Aalto-Setälä, T., Marttunen, M., Tuulio-Henriksson, A., Poikolainen, K. ve Lönnqvist, J. (2002). Depressive symptoms in adolescence as predictors of early adulthood depressive disorders and maladjustment. *American Journal of Psychiatry*, 159(7), 1235-1237. doi: 10.1176/appi.ajp.159.7.1235
- Abramson, L., Seligman, M.E. P. ve Teasdale, J. D. (1978). Learned Helplessness: Critique and Reformulation. *Journal of Abnormal Psychology*, 87(1), 49-74. doi: 10.1037/0021-843X.87.1.49
- Ağırman, E. ve Gençer, M. Z. (2017). Huzurevinde, evde ailesiyle ve yalnız yaşayan yaşlı bireylerde depresyon, yalnızlık hissi düzeylerinin karşılaştırılması. *Çağdaş Tıp Dergisi*, 7(3), 234-240. doi: 10.16899/gopctd.349938
- Akdoğan, A. (2013). *Farklı depresyon anksiyete stres düzeylerine sahip üniversite öğrencilerinin akademik erteleme davranışlarının incelenmesi* (Doktora tezi). YÖK Tez Merkezi veri tabanından erişildi (Tez No: 347493).
- Akhunlar, M. N. (2010). *Üniversite öğrencilerinin bağlanma stilleri ile uyum süreçlerindeki ilişkinin incelenmesi* (Yüksek Lisans Tezi). YÖK Tez Merkezi veri tabanından erişildi (Tez No: 278794).
- Aktaş Özakgöl, A., Yılmaz, S., Koç, M., Buzlu, S. ve Atabek Aştı, T. (2017). Hemşirelik ve makine mühendisliği öğrencilerinin karşılıklı bağımlılık düzeylerinin karşılaştırılması. *Addicta: Türk Bağımlılık Dergisi*, 4 (1), 63-74. doi: 10.15805/addicta.2017.4.1.0015 σ
- Allen, N. B. ve Badcock, P. B. T. (2003). The Social Risk Hypothesis of Depressed Mood: Evolutionary, Psychosocial, and Neurobiological Perspectives. *Psychological Bulletin*, 129(6), 887–913. doi:10.1037/0033-2909.129.6.887
- Alpass, F. M. ve Neville, S. (2003). Loneliness, health and depression in older males. *Aging and Mental Health*, 7(3), 212-216. doi:10.1080/1360786031000101193
- Altınova, H., ve Altuntaş, O. (2015). kadınların karşılıklı bağımlılığı ve buna etki eden faktörlerin incelenmesi. *turkish studies*, 10. Erişim adresi: <https://avesis.hacettepe.edu.tr/yayin/67d3ec0e-c0ae-4f38-aa86->

a3bf584a656b/kadinlarin-karsilikli-bagimlilik-ve-buna-etki-ed-en-faktorlerin-
incelenmesi

- Altunbaş, G., Ercan, S., Davutoğlu, V., Ünal, A. ve Bülbül, F. (2012). Kardiyovasküler hastalık ve depresyon ilişkisi. *Journal of Mood Disorders*, 2(2), 84-90. doi: 10.5455/jmood.20120615043521
- Ançel, G. (2012). Karşılıklı bağımlılık kavramı: Hemşirelikle ilişkisi ve karşılıklı bağımlılığı belirleme araçları. *Hemşirelikte Araştırma Geliştirme Dergisi*, 14(1), 70-78. doi: <https://dergipark.org.tr/en/pub/hemarge/issue/52723/695429>
- Ançel, G. ve Kabakçı, E. (2009). Psychometric properties of the Turkish form of codependency assessment tool. *Archives of Psychiatric Nursing*, 23(6), 441-453. doi:10.1016/j.apnu.2008.10.004
- Anda, R. F., Williamson, D. F., Escobedo, L. G., Mast, E. E., Giovino, G. A. ve Remington, P. L. (1990). Depression and the dynamics of smoking: a national perspective. *Jama*, 264(12), 1541-1545. doi:10.1001/jama.1990.03450120053028
- Andrews, J., Khin, A. C., Crayn, T., Humphreys, K. ve Schweizer, S. (2021). Measuring the role of social rejection sensitivity in depressive symptoms in the digital age: the online and offline social sensitivity scale. *Psychological Assessment*, 34(8), 742-751. doi: 10.1037/pas0001136
- APA (2014). *DSM-5 tanı ölçütleri başvuru el kitabı* (Çev. E. Köroğlu). Ankara: HYB Yayınları.
- Aslan, A. A., Sarı, B. A. ve Kuruoğlu, A. (2012). Depresif duygudurumdan major depresyona klinik spektrum. *Klinik Psikiyatri Dergisi*, 15(1), 56-64. Erişim adresi: https://jag.journalagent.com/kpd/pdfs/KPD_15_1_56_64.pdf
- Aşılı, G. (2001). Üniversite öğrencilerinin cinsiyet rolleri ve ego durumları arasındaki ilişki. (Yüksek lisans tezi). YÖK Tez Merkezi veri tabanından erişildi (Tez No: 110643)
- Avşar, F. (2007). *Doğrulamalı faktör analizi ve Beck Depresyon Envanteri üzerine bir uygulama*. (Yüksek lisans tezi). YÖK Tez Merkezi veri tabanından erişildi (Tez No: 213243)

- Aydemir, Ö. (2004). Atipik depresyon. *Klinik Psikiyatri Dergisi*, 7(2), 49-53.
Erişim adresi: https://jag.journalagent.com/kpd/pdfs/KPD_7_60_49_53.pdf
- Ayduk, O., Downey, G. ve Kim, M. (2001). Rejection sensitivity and depressive symptoms in women. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 27(7), 868-877. doi:10.1177/0146167201277009
- Ayduk, O., Downey, G., Testa, A., Yen, Y. ve Shoda, Y. (1999). Does rejection elicit hostility in rejection sensitive women?. *Social Cognition*, 17(2), 245-271. doi: 10.1521/soco.1999.17.2.245
- Aylaz, R., Kaya, B., Dere, N., Bal, Y. ve Karaca, Z. (2007). Sağlık yüksekokulu öğrencileri arasındaki depresyon sıklığı ve ilişkili etkenler. *Anadolu Psikiyatri Dergisi*, 8(1), 46-51. Erişim adresi: <https://www.proquest.com/openview/d54a577a35a684013bfba79934a23907/1?pq-origsite=gscholarvecbl=136214>
- Bagheri, P. (2005). *Predictors of codependency among european american and mexican american college females*. (Doctoral Thesis, University of La Verne). Erişim adresi: <https://researchworks.laverne.edu/esploro/outputs/doctoral/Predictors-of-codependency-among-European-American/991004156144306311>
- Barnett, P. A. ve Gotlib, I. H. (1988). Psychosocial functioning and depression: Distinguishing among antecedents, concomitants, and consequences. *Psychological Bulletin*, 104(1), 97-126. doi: 10.1037/0033-2909.104.1.97
- Barracough, B. M. ve Pallis, D. J. (1975). Depression followed by suicide: a comparison of depressed suicides with living depressives. *Psychological medicine*, 5(1), 55-61. doi:10.1017/S0033291700007212
- Baumeister, R. F. ve Leary, M. R. (1995). The need to belong: Desire for interpersonal attachments as a fundamental human motivation. *Psychological Bulletin*, 117(3), 497-529. <https://doi.org/10.1037/0033-2909.117.3.497>
- Beattie, M. (1992). *Codependents' guide to the twelve steps: New stories*. New York: Firebird.
- Beattie, M. (1996). *Journey to the heart*. New York: Harper Audio.
- Beck, A. T. (1961). A systematic investigation of depression. *Comprehensive Psychiatry*, 2(3), 163-170. doi:10.1016/S0010-440X(61)80020-5

- Beck, A. T. (1967). *Depression: Clinical, experimental and theoretical aspects*. San Francisco: Harper ve Row.
- Beck, A.T. (1972) *Depression: Causes and Treatment*. Pennsylvania. Pennsylvania: University of Pennsylvania Press.
- Beck, A.T., Rush, A.J., Shaw, B.F. ve Emery G. (1987). *Cognitive therapy of depression*. (2. Baskı). New York: The Guilford Press.
- Bellack, A. S., Hersen, M. ve Himmelhoch, J. (1981). Social skills training compared with pharmacotherapy and psychotherapy in the treatment of unipolar depression. *The American Journal of Psychiatry*, 138(12), 1562–1567. doi:10.1176/ajp.138.12.1562
- Benowitz, N. L. (1999). Nicotine addiction. *Primary Care: Clinics in Office Practice*, 26(3), 611-631. [https://doi.org/10.1016/S0095-4543\(05\)70120-2](https://doi.org/10.1016/S0095-4543(05)70120-2)
- Berkman, L. F., Leo-Summers, L. ve Horwitz, R. I. (1992). Emotional support and survival after myocardial infarction: a prospective, population-based study of the elderly. *Annals of Internal Medicine*, 117(12), 1003-1009. doi: 10.7326/0003-4819-117-12-1003
- Betcher, R. W. (1983). The treatment of depression in brief inpatient group psychotherapy. *International Journal of Group Psychotherapy*, 33(3), 365-385. doi: 10.1080/00207284.1983.11490883
- Billings, A. G., Cronkite, R. C. ve Moos, R. H. (1983). Social-environmental factors in unipolar depression: Comparisons of depressed patients and nondepressed controls. *Journal of Abnormal Psychology*, 92(2), 119–133. doi: 10.1037/0021-843X.92.2.119
- Birmaher, B., Ryan, N. D., Williamson, D. E., Brent, D. A., Kaufman, J., Dahl, R. E., ... ve Nelson, B. (1996). Childhood and adolescent depression: a review of the past 10 years. Part I. *Journal of the American Academy of Child ve Adolescent Psychiatry*, 35(11), 1427-1439. doi: 10.1097/00004583-199611000-00011
- Blatt, S. J. (1998). Contributions of Psychoanalysis to the understanding and treatment of depression. *Journal of the American Psychoanalytic Association*, 46(3), 723-752. Erişim adresi: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/9795889/>

- Blatt, S. J., Zuroff, D. C., Bondi, C. M. ve Sanislow, C. A. (2000). Short and long-term effects of medication and psychotherapy in the brief treatment of depression: Further analyses of data from the NIMH TDCRP, *Psychotherapy Research*, 10(2), 215 – 234. doi: 10.1080/713663676
- Borgstrom, E. (2017). Social death. *QJM: An International Journal of Medicine*, 110(1), 5-7. doi:10.1093/qjmed/hcw183
- Bowlby, J. (1969). *Attachment and loss: Attachment*. (2. Baskı). New York: Basic Books.
- Bowlby, J. (1977). The making and breaking of affectional bonds. I. Aetiology and psychopathology in the light of attachment theory. An expanded version of the Fiftieth Maudsley Lecture, delivered before the Royal College of Psychiatrists. *The British Journal of Psychiatry*, 130, 201-210. doi:10.1192/bjp.130.3.201
- Bowlby, J. (1982). Attachment and loss: Retrospect and prospect. *American Journal of Orthopsychiatry*, 52(4), 664–678. doi:10.1111/j.1939-0025.1982.tb01456.x
- Bozkuş, O. ve Araz, A. (2015). Narsisizm ve evlilik uyumu ilişkisinde reddedilme duyarlılığı ve olumlu yanılsamaların aracı rolü. *Nesne Psikoloji Dergisi*, 3(6), 29-54. Erişim Adresi: <https://www.researchgate.net/publication/303278020>
- Breines, J. G. ve Ayduk, O. (2015). Rejection sensitivity and vulnerability to self-directed hostile cognitions following rejection. *Journal of Personality*, 83(1), 1-13. doi:10.1111/jopy.12077
- Bretherton, I. (1992). The origins of attachment theory: John Bowlby and Mary Ainsworth. *Developmental Psychology*, 28(5), 759–775. doi:10.1037/0012-1649.28.5.759
- Browne K., Reder, P. (ed.) ve Lucey, C. (ed.) (1988). *Predicting maltreatment. Assesment of parcnting psyschatric and psychological colistributions*. (1. Baskı). London: Routledge.
- Bulwer, M. (2006). Treatment Development In Problem and Pathological Gambling. (Doctoral dissertation, University of South Africa). Erişim adresi: <https://uir.unisa.ac.za/bitstream/handle/10500/1092/thesis.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Butler, J. C., Doherty, M. S. ve Potter, R. M. (2007). Social antecedents and consequences

- of interpersonal rejection sensitivity. *Personality and Individual Differences*, 43(6), 1376-1385. doi:10.1016/j.paid.2007.04.006
- Büyüköztürk, Ş. (2014). *Veri analizi el kitabı (2. Baskı)*. Ankara: Pegem Akademi Yayıncılık.
- Caffrey, R.A. ve Caffrey, P.A. (1994). Nursing: Caring or codependent. *Nursing Forum*, 29(1), 12-16. doi: 10.1111/j.1744-6198.1994.tb00145.x
- Carfora, R. E. (2009). *Codependency among only children as predicted by parenting styles practiced in family-of-origin* (Master's thesis, Smith College). Erişim adresi: <https://scholarworks.smith.edu/cgi/viewcontent.cgi?referer=https://redir1.vearticle=1530vecontext=theses>
- Carson, A. T. (1990). *Women and codependency: A study of object relations, depression, and childhood experience*. (Master's thesis, Southern California State University.) Erişim adresi: https://www.elibrary.ru/ip_restricted.asp?rpage=https%3A%2F%2Fwww%2Eelibrary%2Eru%2Fitem%2Easp%3Fid%3D6655466
- Cengiz, N. (2019). *Üniversite öğrencilerinde ilişki bağımlılığının bağlanma stilleri açısından incelenmesi* (Yüksek lisans tezi). YÖK Tez Merkezi veri tabanından erişildi. (Tez no: 5788107)
- Cermak, T. (1986). *Diagnosing and treating co-dependence*. (1. Baskı). Minnesota: Hazelden.
- Cermak, T. L. (1986). Diagnostic criteria for codependency. *Journal of psychoactive drugs*, 18(1), 15-20. doi:10.1080/02791072.1986.10524475
- Chang, S. H. (2012). A cultural perspective on codependency and its treatment. *Asia Pacific Journal of Counselling and Psychotherapy*, 3(1), 50-60. doi:10.1080/21507686.2011.620973
- Chango, J. M., McElhaney, K. B., Allen, J. P., Schad, M. M. ve Marston, E. (2012). Relational stressors and depressive symptoms in late adolescence: Rejection sensitivity as a vulnerability. *Journal of Abnormal Child Psychology*, 40, 369-379. Erişim Adresi: <https://link.springer.com/article/10.1007/s10802-011-9570-y>

- Chesin, M., Fertuck, E., Goodman, J., Lichenstein, S. ve Stanley, B. (2015). The interaction between rejection sensitivity and emotional maltreatment in borderline personality disorder. *Psychopathology*, 48(1), 31-35. DOI:10.1159/000365196
- Corey, G. (2015). *Theory and practice of group counseling*. (9. Baskı). Boston: Cengage Learning.
- Coyne, J. C. ve DeLongis, A. (1986). Going beyond social support: The role of social relationships in adaptation. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 54(4), 454-460. doi:10.1037/0022-006X.54.4.454
- Cretser, G. A. ve Lombardo, W. K. (1999). Examining codependency in a college population. *College Student Journal*, 33(4), 629-629. Erişim adresi: <https://go.gale.com/ps/i.do?id=GALE%7CA62839478&vesid=googleScholar&v=2.1&veit=rvelink&access=abs&veissn=01463934&vop=AONE&vesw=wv&userGroupNa me=anon%7Edfafbbbf&eaty=open+web+entry>
- Crothers, M. ve Warren, L. (1996). Parental antecedents of adult codependency. *Journal of Clinical Psychology*, 52(2), 231-239. doi: 10.1002/(SICI)1097-4679(199603)52:2<231::AID-JCLP14>3.0.CO;2-L
- Crothers, M. ve Warren, L. W. (1996). Parental antecedents of adult codependency. *Journal of clinical psychology*, 52(2), 231-239. doi: 10.1002/(SICI)1097-4679
- Çağlayaner, A. ve Çoklar-Okutkan, I. (2021). Reddedilme duyarlılığı ile yalnızlık arasındaki ilişki: Kırılgan narsisizm, büyüklenmeci narsisizm ve benlik saygısının aracı rolü. *Klinik Psikoloji Dergisi*, 5(2), 160-182. Erişim Adresi: <https://www.ceeol.com/search/article-detail?id=982883>
- Çardak, M., Sarıçam, H. ve Onur, M. (2012). Perceived parenting styles and rejection sensitivity in university students. *The Online Journal of Counselling and Education*, 1(3), 57-69. Erişim adresi: <https://www.researchgate.net/profile/Ozkan-Cikrikci/publication/2596425042>
- Davis, J. L. ve Rusbult, C. E. (2001). Attitude alignment in close relationships. *Journal of Personality and Social Psychology*, 81(1), 65-84. doi:10.1037/0022-3514.81.1.65

- De Rubeis, J., Lugo, R. G., Witthöft, M., Sütterlin, S., Pawelzik, M. R. ve Vögele, C. (2017). Rejection sensitivity as a vulnerability marker for depressive symptom deterioration in men. *PloS One*, 12(10), 1-11. doi:0.1371/journal.pone.0185802
- Dear, G. E. ve Roberts, C. M. (2002). The relationships between codependency and femininity and masculinity. *Sex Roles*, 46, 159-165. Erişim adresi: <https://link.springer.com/article/10.1023/A:1019661702408>
- Dear, G. E., Roberts, C. M., ve Lange, L. (2005). Defining codependency: A thematic analysis of published definitions. *Advances in psychology research*, 34, 189-205. Erişim adresi: [https://doi.org/10.1002/\(SICI\)1097-4679\(199901\)55:1<59::AID-JCLP5>3.0.CO;2-M](https://doi.org/10.1002/(SICI)1097-4679(199901)55:1<59::AID-JCLP5>3.0.CO;2-M)
- Deaton, E. (t.y.). Codependency loneliness: How I learned to set boundaries. *The Roots of Loneliness Project*. Erişim adresi: <https://www.rootsofloneliness.com/codependency-loneliness>
- Demir Şad, E. (2007). *Akranları tarafından reddedilen ve kabul edilen ilköğretim II. kademe öğrencilerinin özsaygı, sosyal beceri, davranış problemleri ve okul başarılarının karşılaştırılması* (Yüksek lisans tezi). YÖK Tez Merkezi veri tabanından erişildi (Tez No: 234215)
- Demircioğlu, Z. I. ve Göncü Köse, A. (2021). Effects of attachment styles, dark triad, rejection sensitivity, and relationship satisfaction on social media addiction: A mediated model. *Current Psychology*, 40, 414-428. Erişim adresi: <https://link.springer.com/article/10.1007/s12144-018-9956-x>
- Depresyon Konusunda Bilmek İstedikleriniz. (25, Nisan 2023). <https://psikiyatri.org.tr/halka-yonelik/24/depresyon-konusunda-bilmek-istedikleriniz>
- Desjarlais, R. (1995). *World mental health: Problems and priorities in low-income countries*. Oxford University Press.
- Doğan, M. (2001). Depresyonda bilişsel terapi yaklaşımı temel boyutlar ve açıklamalar. *Anadolu Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 1(1), 61-103. Erişim adresi: <https://earsiv.anadolu.edu.tr/xmlui/handle/11421/526>
- Doğan, O. (2000). Depresyonun epidemiyolojisi. *Duygudurum Dizisi*, 1(1), 29-38. Erişim adresi: <https://www.cty.com.tr/files/journals/4/63.pdf>

- Downey, G. ve Feldman, S. I. (1996). Implications of rejection sensitivity for intimate relationships. *Journal of Personality and Social Psychology*, 70(6), 1327–1343. Erişim adresi: <https://doi.org/10.1037/0022-3514.70.6.1327>
- Downey, G., Feldman, S. ve Fletcher, E. (1995). *Rejection sensitivity and violence in romantic relationships*. American Psychological Association'ın 103. Yıllık Kongresi'nde sunulan bildiri. New York.
- Downey, G., Freitas, A. L., Michaelis, B. ve Khouri, H. (1998). The self-fulfilling prophecy in close relationships: rejection sensitivity and rejection by romantic partners. *Journal of Personality and Social Psychology*, 75(2), 545-560. Erişim adresi: <https://psycnet.apa.org/buy/1998-10511-019>
- Downey, G., Lebolt, A., Rinc3n, C. ve Freitas, A. L. (1998). Rejection sensitivity and children's interpersonal difficulties. *Child Development*, 69(4), 1074-1091. doi: 10.2307/1132363
- Driessen, E. ve Hollon, S. D. (2010). Cognitive behavioral therapy for mood disorders: efficacy, moderators and mediators. *Psychiatric Clinics*, 33(3), 537-555. doi: 10.1016/j.psc.2010.04.005
- Dubovsky, S. L., Gorbunov, D. S. ve Rubtsov, G. I. (2004). Narrowing the window for millicharged particles by CMB anisotropy. *Journal of Experimental and Theoretical Physics Letters*, 79, 1-5. Erişim adresi: <https://link.springer.com/article/10.1134/1.1675909>
- Dünya Sağlık Örgütü. (2017). International Statistical Classification of Diseases and Related Health Problems 10th Erişim adresi: <http://apps.who.int/classifications/icd10/browse/2010/en>
- Ehnavall, A., Mitchell, P. B., Hadzi-Pavlovic, D., Malhi, G. S. ve Parker, G. (2009). Pain during depression and relationship to rejection sensitivity. *Acta Psychiatrica Scandinavica*, 119(5), 375-382. DOI:10.1111/j.1600-0447.2008.01316.x
- Eisman, A. B., Stoddard, S. A., Heinze, J., Caldwell, C. H. ve Zimmerman, M. A. (2015). Depressive symptoms, social support, and violence exposure among urban youth: A longitudinal study of resilience. *Developmental Psychology*, 51(9), 1307. doi: 10.1037/a0039501
- Ekmekçi-Ertek, İ. ve İlhan, M.N. (2021). *Toplum Ruh Sağlığı Açısından Bağımlılıklar*.

(1. Baskı). Ankara: Türkiye Klinikleri.

Erikson, E. H. (1968). *Identity: Youth and crisis*. (1. Baskı). New York: Norton.

Erözkan, A. (2004). Üniversite öğrencilerinin kişilerarası duyarlılıkları ile reddedilme duyarlılıklarının bazı değişkenlere göre incelenmesi. *Ahi Evran Üniversitesi Kırşehir Eğitim Fakültesi Dergisi*, 5(2), 85-98. erişim adresi:<https://dergipark.org.tr/en/pub/kefad/issue/57226/808285>

Erözkan, A. (2007). Üniversite öğrencilerinin reddedilme duyarlılıkları ile sosyal kaygı düzeylerinin bazı değişkenlere göre incelenmesi. *Selçuk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, (17), 225-240. Erişim adresi: <https://dergipark.org.tr/en/pub/susbed/issue/61793/924147>

Eryüksel, G. N. ve Akün, E. (2003). Depresyonu olan ergenler ile ana-babaların aile ilişkilerinin ve bilişsel çarpıtmalarının incelenmesi. *Türk Psikoloji Dergisi*, 18(51), 59-73. Erişim adresi: <https://search.trdizin.gov.tr/tr/yayin/detay/3415/>

Fagan-Pryor, E. ve Haber, L. (1992). Codependency: Another name for Bowen's undifferentiated self. *Perspectives in Psychiatric Care*, 28(4), 24-28. doi: 10.1111/j.1744-6163.1992.tb00389.x

Farahani, H. A., Aghamohamadi, S., Kazemi, Z., Bakhtiarvand, F. ve Ansari, M. (2011). Examining the relationship between sensitivity to rejection and using Facebook in university students. *Procedia-Social and Behavioral Sciences*, 28, 807-810. doi:10.1016/j.sbspro.2011.11.147

Farmer S. A. (1999). Entitlement in codependency: developmental and therapeutic considerations. *Journal of addictive diseases*, 18(3), 55-68. doi:10.1300/J069v18n03_06

Feldman, S. ve Downey, G. (1994). Rejection sensitivity as a mediator of the impact of childhood exposure to family violence on adult attachment behavior. *Development and psychopathology*, 6(1), 231-247. doi: 10.1017/S0954579400005976.

Fırıncık, S. ve Gürhan, N. (2019). Sigara, alkol ya da madde bağımlılarında problem çözme becerisinin; özkıyım, depresyon, umutsuzluk üzerine etkisi ve birbirleriyle

olan ilişkileri. *Psikiyatri Hemşireliği Dergisi*, 10(1), 39-47.
DOI: 10.14744/phd.2018.57689

- Fischer, J. L. ve Crawford, D. W. (1992). Codependency and parenting styles. *Journal of Adolescent Research*, 7(3), 352-363. doi:10.1177/074355489273005
- Fischer, J. L. ve Spann, L. (1991). Measuring codependency. *Alcoholism Treatment Quarterly*, 8(1), 87-100. Doi:10.1300/J020V08N01_06
- Fletcher, G. J., Simpson, J. A., Campbell, L. ve Overall, N. C. (2015). Pair-bonding, romantic love, and evolution: The curious case of homosapiens. *Perspectives on Psychological Science*, 10(1), 20-36. doi:10.1177/1745691614561683
- Flett, G. L., Besser, A. ve Hewitt, P. L. (2014). Perfectionism and interpersonal orientations in depression: An analysis of validation seeking and rejection sensitivity in a community sample of young adults. *Psychiatry*, 77(1), 67-85.
Erişim adresi: <https://www.tandfonline.com/doi/abs/10.1521/psyc.2014.77.1.67>
- Foster, S. ve Mohler-Kuo, M. (2018). Treating a broader range of depressed adolescents with combined therapy. *Journal of Affective Disorders*, 241, 417-424. doi: 10.1016/j.jad.2018.08.027
- Frank, E., Kupfer, D.J., Perel, J.M., Cornes, C., Jarrett, D.B. ve Mallinger, A.G. (1990). Three-year outcomes for maintenance therapies in recurrent depression. *Arch Gen Psychiatry*, 47, 1093–1099. doi: 10.1001/archpsyc.1990.01810240013002
- French, M. (1993). *Kadınlara Karşı Savaş*. (Çev. Eyüboğlu, B.). İstanbul: Metis Yayınları.
- Fromm, E. (1947). *Man For Himself*. New York: Rinehart.
- Fuller, J.A. ve Warner, R.M. (2000). Bağımlılığın yordayıcıları olarak aile stresörleri. *Genetik Sosyal ve Genel Psikoloji Monografıları*, 126(1), 5-24. Erişim adresi: <https://www.researchgate.net/profile/Rebecca-Warner-3/publication/12601697>
- Furman, W. (Ed.), Brown, B. B.(Ed.) ve Feiring, C. (Ed.). (1999). *The development of romantic relationships in adolescence*. (1. Baskı). Cambridge: Cambridge University Press.
- Galliher, R. V. ve Bentley, C. G. (2010). Links between rejection sensitivity and adolescent romantic relationship functioning: The mediating role of problem-

- solving behaviors. *Journal of Aggression, Maltreatment ve Trauma*, 19(6), 603-623. doi:10.1080/10926771.2010.502066
- Gao, S., Assink, M., Cipriani, A. ve Lin, K. (2017). Associations between rejection sensitivity and mental health outcomes: A meta-analytic review. *Clinical Psychology Review*, 57, 59-74. Erişim adresi: <https://journals.sagepub.com/doi/pdf/10.1177/1524838019833005>
- Gao, S., Assink, M., Liu, T., Chan, K. L. ve Ip, P. (2021). Associations between rejection sensitivity, aggression, and victimization: A meta-analytic review. *Trauma, Violence ve Abuse*, 22(1), 125-135. doi: 10.1177/1524838019833005
- Gayol, G. N. (2004). Codependence: A Transgenerational Script. *Transactional Analysis Journal*, 34(4), 312–322. doi:10.1177/036215370403400404
- George, D. ve Mallery, M. (2010). *SPSS for Windows step by step: A simple guide and reference*. Erişim adresi: <https://wps.ablongman.com/wps/media/objects/385/394732/george4answers.pdf>
- Gezer, E. ve Yenel, F. (2008). Stres Veren Yaşam Olaylarının Öğretim Elemanlarının Depresyon Ve Tükenmişlik Düzeylerine Etkisi. *Gazi Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 14(4), 1-13. Erişim adresi: <https://dergipark.org.tr/tr/download/article-file/292372>
- Gilbert, P. (2016). *Depression: The evolution of powerlessness*. (1. Baskı). London: Routledge.
- Gilbert, P., Baldwin, M. W., Irons, C., Baccus, J. R. ve Palmer, M. (2006). Self-criticism and self-warmth: An imagery study exploring their relation to depression. *Journal of Cognitive Psychotherapy*, 20(2), 183-200. doi:10.1891/jcop.20.2.183
- Gloaguen, V., Cottraux, J., Cucherat, M. ve Blackburn, I. (1998). A Meta-Analysis of the Effects of Cognitive Therapy in Depressed Patients, *Journal of Affective Disorders*, 49, 59-72. doi: 10.1016/s0165-0327(97)00199-7
- Godleski, S. A., Eiden, R. D., Kachadourian, L. ve Lucke, J. F. (2019). Etiological pathways to rejection sensitivity in a high-risk sample. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 45(5), 715-727. doi: 10.1177/0146167218795486
- Gomez, A. P. ve Delgado, D. D. (2003). La codependencia en familias de consumidores y no consumidores de drogas: estado del arte y construcción de un instrumento.

Psicothema, 15(3), 381-387. Erişim adresi:
<http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=72715307>

Goodwin, F. K. ve Jamison, K. R. (2007). *Manic-depressive illness: bipolar disorders and recurrent depression*. (1. Baskı). Oxford: Oxford University Press.

Gotlib, I. H. ve Hammen, C. L. (2009). *Handbook of depression*. New York: The Guilford Press.

Göncü Köse, A., Özen-Çıglak, A., Ulaşan, E. T. ve Sümer, N. (2017). Reddedilme duyarlılığı ölçeğinin Türkçeye uyarlanması. *Nesne Psikoloji Dergisi*, 5(11), 383-403. Erişim Adresi: <https://www.ceeol.com/search/article-detail?id=686352>

Göncü, A. ve Sümer, N. (2011). Rejection sensitivity, self-esteem instability, and relationship outcomes. *European Psychologist*, 16, 303-131. doi: 10.1027/1016-9040/a000066

Granello, D. H. ve Beamish, P. M. (1998). Reconceptualizing codependency in women: A sense of connectedness, not pathology. *Journal of mental health counseling*, 20(4), 344-358. Erişim adresi: <https://www.proquest.com/openview/92998ebce4d838b7061637891e4016d2/1?pq-origsite=gscholarvecbl=47399>

Grant, J. S., Weaver, M., Elliott, T. R., Bartolucci, A. A. ve Giger, J. N. (2004). Family Caregivers of Stroke Survivors: Characteristics of Caregivers at Risk for Depression. *Rehabilitation Psychology*, 49(2), 172-179. doi: 10.1037/0090-5550.49.2.172

Güleç, C.(1993). *Psikoterapiler*. (2. Baskı). Ankara: Hekimler Yayın Birliği.

Gültekin, B. K. (2010). Ruhsal bozuklukların önlenmesi: Kavramsal çerçeve ve sınıflandırma. *Psikiyatride Güncel Yaklaşımlar*, 2(4), 583-594. Erişim adresi: <https://dergipark.org.tr/en/pub/pgy/issue/11160/133430>

Han, K.M., Ko, Y.H., Shin, C., Lee, J.H., Choi, J., Kwon, D.Y., ... ve Kim, Y.K. (2018). Yetişkinlerde kulak çınlaması, depresyon ve intihar düşüncesi: Ulusal olarak temsili bir genel nüfus örneği. *Psikiyatrik Araştırma Dergisi*, 98, 124-132. doi: 10.1016/j.jpsychires.2018.01.003

Hands, M. ve Dear, G. (1994). Co-dependency: a critical review. *Drug and Alcohol Review*, 13(4), 437-445 doi: 10.1080/09595239400185571

- Harper, M. S., Dickson, J. W. ve Welsh, D. P. (2006). Self-silencing and rejection sensitivity in adolescent romantic relationships. *Journal of Youth and Adolescence*, 35, 435-443. Erişim adresi: <https://link.springer.com/article/10.1007/s10964-006-9048-3>
- Hawes, T., Zimmer-Gembeck, M. J. ve Campbell, S. M. (2020). Unique associations of social media use and online appearance preoccupation with depression, anxiety, and appearance rejection sensitivity. *Body Image*, 33, 66-76. Erişim adresi: <https://doi.org/10.1016/j.bodyim.2020.02.010>
- Hayes, A. F. (2013). *An introduction to mediation, moderation, and conditional process analysis*. (1. Baskı). New York: The Guilford Press.
- Heinrich, L. M. ve Gullone, E. (2006). The clinical significance of loneliness: A literature review. *Clinical Psychology Review*, 26(6), 695-718. doi:10.1016/j.cpr.2006.04.002
- Hendrick, C. ve Hendrick, S. S. (Ed.). (2000). *Close relationships: A sourcebook*. (1. Baskı). New York: Sage Publications.
- Hirschfeld, R.M.A. ve Shea, M.T. (1989). *Mood disorders: psychosocial treatments*. (5. Baskı). Baltimore: Williams & Wilkins.
- Hisli, N. (1989). Beck Depresyon Envanterinin Geçerliği Üzerine Bir alışma, *Psikoloji Dergisi*, 22, 118-126. Erişim adresi: https://www.academia.edu/1472683/Beck_Depresyon_Envanterinin_Ge%C3%A7erli%C4%9Fi_%C3%9Czerine_bir_%C3%87al%C4%B1%C5%9Fma
- Hisli, N. (1989). Beck Depresyon Envanterinin Üniversite Öğrencileri İçin Geçerliği Güvenirliği, *Psikoloji Dergisi*, 23, 3-13. Erişim adresi: <chrome-extension://efaidnbmnnnibpcajpcgclefindmkaj/https://toad.halileksi.net/wp-content/uploads/2022/07/beck-depresyon-envanteri-toad.pdf>
- Hokanson, J. E., Rubert, M. P., Welker, R. A., Hollander, G. R. ve Hedeem, C. (1989). Interpersonal concomitants and antecedents of depression among college students. *Journal of Abnormal Psychology*, 98(3), 209–217. doi:10.1037/0021-843X.98.3.209

- Holat, H., Bitlis, V., Dilbaz, N., Tüzer, T. ve Bayam, G. (1994). İntihar girişimlerinde ümitsizlik ve depresyon. *Kriz Dergisi*, 2(2), 320-322. doi:10.1501/Kriz_0000000076
- Hopkins, L. M., & Jackson, W. (2002). Revisiting the issue of co-dependency in nursing: Caring or caretaking?. *Canadian Journal of Nursing Research Archive*. Erişim adresi: <https://cjunr.archive.mcgill.ca/article/view/1790>
- Horney, K. (1937). *The neurotic personality of our time*. (1. Baskı). New York: Norton.
- Horney, K. (1995). *Kendi kendine psikanaliz*. (Çev. S. Budak). (1. Baskı). İstanbul: Öteki Yayınları.
- Horney, K. (2007). *Çağımızın nevrotik kişiliği*. (Çev. S. Koçak). (1. Baskı). İstanbul: Doruk Yayınları.
- Hughes-Hammer, C., Martsolf, D. ve Zeller, R. (1998a). Depression and codependency in women. *Archives of Psychiatric Nursing*, 12(6), 326-334. doi: 0.1016/s0883-9417(98)80046-0
- Hughes-Hammer, C., Martsolf, D. ve Zeller, R. (1998b). Development and testing of the codependency assessment tool. *Archives of Psychiatric Nursing*, 12(5), 264-272. doi: 10.1016/s0883-9417(98)80036-8
- Hysenbegasi, A., Hass, S. L. ve Rowland, C. R. (2005). The impact of depression on the academic productivity of university students. *Journal of mental health policy and economics*, 8(3), 145-151. Erişim adresi: https://d1wqtxts1xzle7.cloudfront.net/73838324/8-145_text-libre.pdf?1635544839
- Ibrahim, D. M., Rohner, R. P., Smith, R. L. ve Flannery, K. M. (2015). Adults' remembrances of parental acceptance-rejection in childhood predict current rejection sensitivity in adulthood. *Family and Consumer Sciences Research Journal*, 44(1), 51-62. doi:doi.org/10.1111/fcsr.12119
- İmamoğlu, S. (2008). *Genç yetişkinlikte kişilerarası ilişkilerin cinsiyet, cinsiyet rolleri ve yalnızlık algısı açısından incelenmesi* (Doktora tezi). YÖK Tez Merkezi veri tabanından erişildi. (Tez no: 219962)
- Inderbitzen, H. M., Walters, K. S. ve Bukowski, A. L. (1997). The role of social anxiety in adolescent peer relations: Differences among sociometric status groups and

- rejected subgroups. *Journal of Clinical Child Psychology*, 26(4), 338-348. doi:10.1207/s15374424jccp2604_2
- Inman, E. M. ve London, B. (2022). Self-silencing mediates the relationship between rejection sensitivity and intimate partner violence. *Journal of interpersonal violence*, 37(13), 1-20. doi:10.1177/0886260521997948
- Işık, E. (2003). *Depresyon ve Bipolar Bozukluklar*. (1. Baskı). Ankara: Görsel Sanatlar Yayıncılık.
- İçli, T. (1995). *Ailede kadına yönelik şiddet ve kadın suçluluğu*. (1. Baskı) Ankara: Devlet Bakanlığı Kadının Statüsü Genel Müdürlüğü Yayınları.
- İnce, Ş. İ. (2020). *Üniversite öğrencilerinde algılanan ebeveyn kabul-reddi ile psikolojik belirtiler arasındaki ilişkide reddedilme duyarlılığı ve duygu düzenleme güçlüğüünün aracı rolünün incelenmesi* (Yüksek lisans tezi). YÖK Tez Merkezi veri tabanından erişildi. (Tez no: 628930)
- Jackson, T., Fritch, A., Nagasaka, T. ve Gunderson, J. (2002). Towards explaining the association between shyness and loneliness: A path analysis with American college students. *Social Behavior and Personality: An International Journal*, 30(3), 263-270. doi: 10.2224/sbp.2002.30.3.263
- Jackson, T., Soderlind, A. ve Weiss, K. E. (2000). Personality traits and quality of relationships as predictors of future loneliness among American college students. *Social Behavior and Personality: an International Journal*, 28(5), 463-470. doi: 10.2224/sbp.2000.28.5.463
- Jaremka, L. M., Fagundes, C. P., Peng, J., Bennett, J. M., Glaser, R., Malarkey, W. B. ve Kiecolt-Glaser, J. K. (2013). Loneliness promotes inflammation during acute stress. *Psychological science*, 24(7), 1089-1097. doi: 10.1177/09567976124640059
- Johansson, R., Sjöberg, E., Sjögren, M., Johnsson, E., Carlbring, P., Andersson, T., ... ve Andersson, G. (2012). Tailored vs. standardized internet-based cognitive behavior therapy for depression and comorbid symptoms: a randomized controlled trial. *PloS one*, 7(5), 1-9. doi: 10.1371/journal.pone.0036905

- Kadın Cinayetlerini Durduracağız Platformu 2022 Yıllık Veri Raporu (15.05.2023).
<https://kadincinayetlerininurduracagiz.net/veriler/3040/kadin-cinayetlerini-durduracagiz-platformu-2022-yillik-veri-raporu>
- Kâğıtçıbaşı, Ç. (1982). Sex roles, value of children and fertility. *Sex roles, family & community in Turkey*, 151-180.
<https://ehrafworldcultures.yale.edu/cultures/mb01/documents/020>
- Kahya, Y. (2021). Intimate partner violence victimization and perpetration in a Turkish female sample: Rejection sensitivity and hostility. *Journal of Interpersonal Violence*, 36(7-8), 1-24. doi: 10.1177/0886260518786499
- Kalkan, N. (2008). *Ergenlerde bilişsel yapılar ve sosyal kaygı arasındaki ilişkinin bilişsel davranışçı yaklaşım açısından yorumlanması* (Doktora tezi). YÖK Tez Merkezi veri tabanından erişildi. (Tez no: 219942)
- Karadağ, E. ve Sölpük, N. (2018). Türkiye'de yapılan çalışmalarda depresyon ve kaygı ilişkisi: bir meta-analiz çalışması. *Düşünen Adam*, 31(2), 163-176. doi: 10.5350/dajpn2018310204
- Karahan, F.T. ve Sardoğan, E.M. (2016). *Psikolojik Danışma ve Psikoterapide Kuramlar*. (4. basım). Ankara: Nobel Yayıncılık.
- Kararımk, O. (2006). Resilience, risk and protective factors. *Turkish Psychological Counseling and Guidance Journal*, 26(3), 129-142. Erişim adresi: <https://dergipark.org.tr/tr/pub/tpdrd/issue/21446/229856>
- Karamustafalıoğlu, O. ve Yumrukçal, H. (2011). Depresyon ve anksiyete bozuklukları. *Şişli Etfal Hastanesi Tıp Bülteni*, 45(2), 65-74. Erişim adresi: https://jag.journalagent.com/sislietfaltip/pdfs/SETB-14622-REVIEW_ARTICLE-KARAMUSTAFALIOGLU.pdf
- Karasar, N. (2011). *Bilimsel Araştırma Yöntemleri*. Ankara: Nobel Yayınları.
- Karasar, B. (2020). Mediator Role of the Need for Social Approval in the Relationship between Perfectionism and Codependency: A Structural Equation Modeling Study. *International Journal of Contemporary Educational Research*, 7(2), 40-47. doi:10.33200/ijcer.663837
- Keskin, G. ve Gümüş, A. B. (2012). Kronik Kalp Yetmezliği Olan Hastalarda Anksiyete, Öfke ve Başa Çıkma Tutumlarının İncelenmesi. *New Symposium*, 50(3), 134-144.

Erişim

adresi:

<https://www.neuropsychiatricinvestigation.org/Content/files/sayilar/pdf/TR-YeniSempozyum-679c782d.PDF>

Kessler, R. C. ve Bromet, E. J. (2013). The epidemiology of depression across cultures. *Annual Review of Public Health*, 34, 119-138. doi: 10.1146/annurevpublhealth-031912-114409.

Khaleque, A., Uddin, M. K., Hossain, K. N., Siddique, M. N. E. A. ve Shirin, A. (2019). Perceived parental acceptance–rejection in childhood predict psychological adjustment and rejection sensitivity in adulthood. *Psychological Studies*, 64, 447-454. Erişim adresi: <https://link.springer.com/article/10.1007/s12646-019-00508-z>

Kılıç, S. (2013). Örnekleme yöntemleri. *Journal of Mood Disorders*, 3(1), 44-65. doi: 10.5455/jmood.20130325011730

Kılınç, N. (2006). *Melankoli kavramı üzerine resimsel çözümler* (Yüksek lisans tezi). YÖK Tez Merkezi veri tabanından erişildi (Tez No:188839).

Klein, M. (1935). A contribution to the psychogenesis of manic-depressive states. *The International Journal of Psychoanalysis*, 16, 145–174. Erişim adresi: <https://psycnet.apa.org/record/1935-05162-001>

Klerman, G. L. ve Paykel, E. S. (1970). Depressive pattern, social background, and hospitalization. *The Journal of Nervous and Mental Disease*, 150(6), 466-478. doi: 10.1097/00005053-197006000-00006

Klerman, GL., Dimascio, A., Weissman, M., Prusoff, B. ve Paykel, ES. (1974). Interpersonal and social rhythm therapy: treatment of depression by drugs and psychotherapy. *Am J Psychiatry*, 131,186–191. doi: 10.1176/ajp.131.2.186

Knudson, T. M. ve Terrell, H. K. (2012). Codependency, perceived interparental conflict, and substance abuse in the family of origin. *The American Journal of Family Therapy*, 40(3), 245-257. doi: 10.1080/01926187.2011.610725

Kobak, R. R. ve Hazan, C. (1991). Attachment in marriage: Effects of security and accuracy of working models. *Journal of Personality and social Psychology*, 60(6), 861. doi: 10.1037/0022-3514.60.6.861

- Kocacık, F. (2004). *Aile içi ilişkilerde kadına yönelik şiddet: Türkiye'den örnekler*. (1. Baskı). Sivas: Cumhuriyet Üniversitesi Yayınları.
- Köroğlu, E (2015). *Depresyonun Görülme Sıklığı, Depresyon Nedir? Nasıl Baş Edilir?* Ankara: Hekimler Yayın Birliği.
- Kraines, M. A. ve Wells, T. T. (2017). Rejection sensitivity and depression: Indirect effects through problem solving. *Psychiatry*, 80(1), 55-63. doi:10.1080/00332747.2016.1185891
- Kross, E., Egner, T., Ochsner, K., Hirsch, J. ve Downey, G. (2007). Neural dynamics of rejection sensitivity. *Journal of Cognitive Neuroscience*, 19(6), 945-956. doi. 10.1162/jocn.2007.19.6.945
- Kuper, H., Marmot, M. ve Hemingway, H. (2002). Systematic review of prospective cohort studies of psychosocial factors in the etiology and prognosis of coronary heart disease. *Seminars in Vascular Medicine* 2(3), 267-314. doi: 10.1055/s-2002-35401
- Kuperman, S., Schlosser, S. S., Lidral, J. ve Reich, W. (1999). Relationship of child psychopathology to parental alcoholism and antisocial personality disorder. *Journal of the American Academy of Child ve Adolescent Psychiatry*, 38(6), 686-692. doi: 10.1097/00004583-199906000-00015
- Kutlu, R., Demirbaş, N., Gök, H. ve Işıklar Özberk, D. (2016). Kardiyoloji yoğun bakım ünitesinde yatan hastalarda anksiyete ve depresyon sıklığı ve etki eden faktörler. *Türk Göğüs Kalp Damar Cerrahisi Dergisi*, 24(4), 672-679. doi: 10.5606/tgkdc.dergisi.2016.13227
- Laible, D., Carlo, G. ve Raffaelli, M. (2000). Ebeveyn ve akran bağlılığının ergen uyumuna olan farklı ilişkileri. *Gençlik ve Ergenlik Dergisi*, 29 (1), 45-59. Erişim adresi: <https://link.springer.com/article/10.1023/A:1005169004882>
- Lahey, B. ve Cronin, A. (2008). Low social support and major depression: Research, theory and methodological issues. K. S. Dobson ve D. J. A. Dozois (Ed.), *Risk Factors in Depression* (ss. 385–408). Cambridge: Elsevier Academic Press.
- Lancer, D. (2012, 4 Ağustos). *Shame: The core of addiction and codependency*. <https://whatiscodependency.com/shame-and-codependency-shame-and-addiction/>

- Lancer, D. (2014). *Conquering shame and codependency: 8 steps to freeing the true you*. (1. Baskı). Minnesota: Hazelden Publishing.
- Lancer, D. (2017). Codependency addiction: Stages of disease and recovery. *Global Journal of Addiction ve Rehabilitation Medicine*, 2(2), 1-2. Erişim adresi: <https://juniperpublishers.com/gjarm/pdf/GJARM.MS.ID.555582.pdf>
- Leary, M. R., Tambor, E. S., Terdal, S. K. ve Downs, D. L. (1995). Self-esteem as an interpersonal monitor: The sociometer hypothesis. *Journal of Personality and Social Psychology*, 68(3), 518–530. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.68.3.518>
- Lehtinen, V., Riikonen, E. ve Lahtinen, E. (1997). *Promotion of Mental Health on the European Agenda*. Finland: National Research and Development Centre for Welfare and Health.
- Lenz, B.K. (2004). Tobacco, depression, and lifestyle choices in the pivotal early college years. *Journal of American College Health*, 52(5), 213–219. doi:10.3200/JACH.52.5.213-220
- Lepping, P., Whittington, R., Sambhi, R. S., Lane, S., Poole, R., Leucht, S., ... ve Waheed, W. (2017). Clinical relevance of findings in trials of CBT for depression. *European Psychiatry*, 45, 207-211. Erişim adresi: <https://www.cambridge.org/core/journals/european-psychiatry/article/abs/clinical-relevance-of-findings-in-trials-of-cbt-for-depression/83BE8942DD13571F249BDB4D44D0D080>
- Lindley, N. R., Giordano, P. J. ve Hammer, E. D. (1999). Codependency: Predictors and psychometric issues. *Journal of clinical psychology*, 55(1), 59-64. doi: 10.1002/(sici)1097-4679(199901)55:1<59::aid-jclp5>3.0.co;2-m.
- Littauer, F. (2000). *Depresyonu Yenmek*. (Çev. D. Dizman). (1. Baskı). İstanbul: Sistem Yayıncılık.
- Liu, R. T., Kraines, M. A., Massing-Schaffer, M. ve Alloy, L. B. (2014). Rejection sensitivity and depression: mediation by stress generation. *Psychiatry: Interpersonal and Biological Processes*, 77(1), 86-97. doi:10.1521/psyc.2014.77.1.86

- London, B., Downey, G., Bonica, C. ve Paltin, I. (2007). Social causes and consequences of rejection sensitivity. *Journal of Research on Adolescence*, 17(3), 481-506. doi:10.1111/j.1532-7795.2007.00531.x
- Loughead, T. A. (1991). Addictions as a process: Commonalties or codependence. *Contemporary Family Therapy*, 13(5), 455-470. Erişim adresi: <https://link.springer.com/article/10.1007/BF00890498>
- MacDonald, G. ve Leary, M. R. (2005). Why does social exclusion hurt? The relationship between social and physical pain. *Psychological Bulletin*, 131(2), 202-223. doi:10.1037/0033-2909.131.2.202
- Mackenzie, S., Wiegel, J. R., Mundt, M., Brown, D., Saewyc, E., Heiligenstein, E., Harahan, B. ve Fleming, M. (2011). Depression and suicide ideation among students accessing campus health care. *American Journal of Orthopsychiatry*, 81(1), 101–107. doi:10.1111/j.1939-0025.2010.01077.x
- Malloy, G. B. ve Berkery, A. C. (1993). Codependency: A feminist perspective. *Journal of Psychosocial Nursing and ental Health Services*, 31(4), 15-19. doi: 10.3928/0279-3695-19930401-08
- Marks, A. D., Blore, R. L., Hine, D. W. ve Dear, G. E. (2012). Development and validation of a revised measure of codependency. *Australian Journal of Psychology*, 64(3), 119-127. doi: 10.1111/j.1742-9536.2011.00034.x
- Marston, E. G., Hare, A. ve Allen, J. P. (2010). Rejection sensitivity in late adolescence: Social and emotional sequelae. *Journal of Research on Adolescence*, 20(4), 959-982. doi: 10.1111/j.1532-7795.2010.00675.x
- Martsof, D. S., Sedlak, C. A. ve Doheny, M. O. (2000). Codependency and related health variables. *Archives of Psychiatric Nursing*, 14(3), 150-158. doi: 10.1053/py.2000.6387
- Maslow, A. (1987). *Motivation and Personality*. (1. Baskı). San Francisco: Harper ve Row.
- McAdams, D. P. ve Bryant, F. B. (1987). Intimacy motivation and subjective mental health in a nationwide sample. *Journal of Personality*, 55(3), 395-413. doi: 10.1111/j.1467-6494.1987.tb00444.x
- McClelland, D. C. (1987). *Human motivation*. (1. Baskı). Cambridge: Cambridge

University Press.

- McDougall, P., Hymel, S., Vaillancourt, T. ve Mercer, L. (2001). The consequences of childhood peer rejection. M. R. Leary (Ed.), *Interpersonal rejection* (ss. 213–247). Erişim adresi: <https://psycnet.apa.org/record/2001-06667-009>
- McLachlan, J., Zimmer-Gembeck, M. J. ve McGregor, L. (2010). Rejection sensitivity in childhood and early adolescence: Peer rejection and protective effects of parents and friends. *Journal of Relationships Research*, 1(1), 31–40. <https://doi.org/10.1375/jrr.1.1.31>
- Mellin, E. A., (2008). Rejection Sensitivity and College Student Depression: Findings and Implications for Counseling, *Journal of College Counseling*, 11, 32-41. doi: 10.1002/j.2161-1882.2008.tb00022.x
- Mellody, P. ve Miller, A.W. (1989). *Facing codependence*. (1. Baskı). San Francisco: Harper ve Row.
- Mesman, J., Stoel, R., Bakermans-Kranenburg, M. J., van IJzendoorn, M. H., Juffer, F., Koot, H. M. ve Alink, L. R. (2009). Predicting growth curves of early childhood externalizing problems: Differential susceptibility of children with difficult temperament. *Journal of Abnormal Child Psychology*, 37, 625-636. Erişim adresi: <https://link.springer.com/article/10.1007/s10802-009-9298-0>
- Mete, H. B. (2017). *Üniversite öğrencilerinin internet bağımlılıkları, algılanan sosyal destek düzeyleri ve reddedilme duyarlılıkları* (Yüksek lisans tezi). YÖK Tez Merkezi veri tabanından erişildi (Tez No:484083)
- Mete, H. E. (2008). Kronik hastalık ve depresyon. *Klinik Psikiyatri*, 11(3), 3-18. Erişim adresi: http://jag.journalagent.com/kpd/pdfs/KPD_11_70_3_18.pdf
- Meyer, D. ve Russel, R. (1998). Caretaking, separation from parents and the development of eating disorders. *Journal of Counseling and Development*, 76(2), 166-168. doi: 10.1002/j.1556-6676.1998.tb02389.x
- Mischel, W. ve Shoda, Y. (1995). A cognitive-affective system theory of personality: Reconceptualizing situations, dispositions, dynamics, and invariance in personality structure. *Psychological Review*, 102(2), 246–268. doi:10.1037/0033-295X.102.2.246

- Mitchell, S. A. ve Black, M. J.. (1995). *Freud and Beyond*. (1. Baskı). New York: Basic Books.
- Mukba, G. (2013). *Üniversite öğrencilerinde ilişki bağımlılığının bazı değişkenler açısından incelenmesi* (Yüksek Lisans Tezi). YÖK Tez Merkezi veri tabanından erişildi (Tez No:339877)
- Musgrove, E. L. (2010). *Investigating Rejection Sensitivity: An Exploration of Intrapersonal and Interpersonal Factors* (Doctoral thesis, Australian Catholic University). Erişim adresi: <http://researchbank.acu.edu.au/theses/301>
- New York City Department of Health and Mental Hygiene (2003). There is no health without mental health. *NYC Vital Signs*, 2(3). Erişim adresi: <https://www.nyc.gov/html/doh/html/data/survey.shtml>
- Noble, R.E. (2005). Depression in women. *Metabolism*, 54(5), 49-52. doi: 10.1016/j.metabol.2005.01.014
- Nolen-Hoeksema, S., Wisco, B. E. ve Lyubomirsky, S. (2008). Rethinking rumination. *Perspectives on Psychological Science*, 3, 400-424. doi: 10.1111/j.1745-6924.2008.00088.x
- Noriega G, Ramos L, Medina-Mora ME, Villa AR. Prevalence of codependence in young women seeking primary health care and associated risk factors. *Am J Orthopsychiatry*. 2008 Apr;78(2):199-210. doi: 10.1037/0002-9432.78.2.199.
- Norona, J. C. ve Welsh, D. P. (2016). Rejection sensitivity and relationship satisfaction in dating relationships: The mediating role of differentiation of self. *Couple and Family Psychology: Research and Practice*, 5(2), 124. doi:10.1037/cfp0000056
- Nowland, R., Necka, E. A. ve Cacioppo, J. T. (2018). Loneliness and social internet use: pathways to reconnection in a digital world?. *Perspectives on Psychological Science*, 13(1), 70-87. doi:10.1177/1745691617713052
- Odacı, H. ve Çıkrıkçı, Ö. (2017). Problemlı internet kullanımında depresyon, kaygı ve stres düzeyine dayalı farklılıklar. *Addicta: The Turkish Journal on Addictions*, 4(1), 41-61. doi: 10.15805/addicta.2017.4.1.0020
- Olsson, A., Carmona, S., Downey, G., Bolger, N. ve Ochsner, K. N. (2013). Learning biases underlying individual differences in sensitivity to social rejection. *Emotion*, 13(4), 616. doi: 10.1037/a0033150

- Ovayolu, N., Pehlivan, S., Ucan, Ö. ve Çuhadar, D. (2007). Hemodiyaliz hastalarının yalnızlık ve depresyon düzeyleri arasındaki ilişki. *Anadolu Psikiyatri Dergisi*, 8(4), 293-296. Erişim adresi: <https://alpha-psychiatry.com/Content/files/sayilar/142/293-296.pdf>
- Overmier, J. B. ve Seligman, M. E. (1967). Effects of inescapable shock upon subsequent escape and avoidance responding. *Journal of Comparative and Physiological Psychology*, 63(1), 28–33. doi:10.1037/h0024166
- Özdemir, N. ve Buzlu, S. (2019). Codependency in nurses and related factors. *Annals of Medical Research*, 26(7), 1145–1151. Erişim adresi: <https://annalsmedres.org/index.php/aomr/article/view/1308>
- Özsaker, M., Muslu, G. K., Kahraman, A., Beytut, D., Yardımcı, F. ve Başbakkal, Z. (2015). A study on the effects of loneliness, depression and perceived social support on problematic internet use among university students. *The Anthropologist*, 19(2), 533-542. doi:10.1080/09720073.2015.11891688
- Ölçüm, H. İ. ve Büyükkayacı Duman, N. (2017). Hemşirelerde kök aileyle ilişkiler ve karşılıklı bağımlılık. *Hemşirelik Akademik Araştırma Dergisi*, 3(2). 60-65. doi: 10.5222/jaren.2017.060
- Öngider, N. (2013). Bilişsel davranışçı terapinin boşanma sonrasında kadınların depresyon, anksiyete ve yalnızlık semptomlarında etkinliği: Bir pilot çalışma. *Bilişsel Davranışçı Psikoterapi ve Araştırmalar Dergisi*, 2(3), 147-155. Erişim adresi: <https://search.trdizin.gov.tr/tr/yayin/detay/229240/>
- Örsel, S. (2004). Depresyonda tedavi: Genel ilkeler ve kullanılan antidepresan ilaçlar. *Klinik Psikiyatri*, 4, 17-24. Erişim adresi: http://jag.journalagent.com/kpd/pdfs/kpd_7_80_17_24.pdf
- Özdel, L., Bostancı, M., Özdel, O. ve Oğuzhanoğlu, N. K. (2002). Üniversite öğrencilerinde depresif belirtiler ve sosyodemografik özelliklerle ilişkisi. *Anadolu Psikiyatri Dergisi*, 3(3), 155-161. Erişim adresi: <https://search.trdizin.gov.tr/tr/yayin/detay/16848/>
- Özdemir, N. (2015). *Hemşirelerde karşılıklı bağımlılık ve ilişkili faktörler*. (Doktora tezi). YÖK Tez Merkezi veri tabanından erişildi (Tez No: 412520)

- Özen, A., Sümer, N. ve Demir, M. (2011). Predicting friendship quality with rejection sensitivity and attachment security. *Journal of Social and Personal Relationships*, 28(2), 163-181. doi: 10.1177/0265407510380
- Özen, D. Ş. ve Güneri, F. K. (2018). Basic determinant of success of interpersonal relationship: rejection sensitivity. *Psikiyatri Guncel Yaklasimlar*, 10(4), 444-459. doi:10.18863/pgy.360041
- Özgüven, H. D., Soykan, Ç., Haran, S. ve Gençöz, T. (2003). İntihar Girişiminde Depresyon ve Kaygı Belirtileri ile Problem Çözme Becerileri ve Algılanan Sosyal Desteğin Önemi. *Türk Psikoloji Dergisi*, 18(52), 1–11. Erişim adresi: <https://psycnet.apa.org/record/2003-10956-001>
- Öztürk, M. O. (2008). *Ruh sağlığı ve bozuklukları*. (1. Baskı). Tuna Matbaacılık.
- Parker, G. (2010). *Dealing with depression: A common sense guide to mood disorders*. Erişim adresi: https://books.google.bi/books?id=w_u4CjSyWy0Cveprintsec=frontcovervehl=fr#v=onepageveqvef=false
- Parker, G. ve Brotchie, H. (2010). Gender differences in depression. *International review of psychiatry*, 22(5), 429-436. doi: 10.3109/09540261.2010.492391
- Patel, V. ve Kleinman, A. (2003). Poverty and common mental disorders in developing countries. *Bulletin of the World Health Organization*, 81, 609-615. Erişim adresi: https://www.scielosp.org/article/ssm/content/raw/?resource_ssm_path=/media/assets/bwho/v81n8/v81n8a11.pdf
- Peele, S., Brodsky, A. ve Arnold, M. (1992). *Truth about addiction and recovery*. Erişim adresi: <https://www.scribd.com/book/232978470/Truth-About-Addiction-and-Recovery>
- PİAR (1988). Sigara Alışkanlıkları ve Sigara İle Mücadele Kampanyası Kamuoyu Araştırması Raporu.
- Pietrzak, J., Downey, G. ve Ayduk, O. (2005). Rejection sensitivity as an interpersonal vulnerability. M. W. Baldwin (Ed.), *Interpersonal cognition* (ss. 62–84). New York: The Guilford Press.
- Redcay, A. ve Simonetti, C. (2018). Criteria for Love and Relationship Addiction: Distinguishing Love Addiction from Other Substance and Behavioral Addictions.

Sexual Addiction & Compulsivity: The Journal of Treatment & Prevention, 25(1), 80–95. doi:10.1080/10720162.2017.1403984

Reyome, N. D. ve Ward, K. S. (2007). Self-reported history of childhood maltreatment and codependency in undergraduate nursing students. *Journal of Emotional Abuse*, 7(1), 37-50. doi: 10.1300/J135v07n01_03

Reyome, N. D., Ward, K. S. ve Witkiewitz, K. (2010). Psychosocial variables as mediators of the relationship between childhood history of emotional maltreatment, codependency, and self-silencing. *Journal of aggression, maltreatment & trauma*, 19(2), 159-179. doi: 10.1080/10926770903539375

Rijavec, M., Brdar, I. ve Miljkovic, D. (2011). Aspirations and well-being: Extrinsic vs. intrinsic life goals. *Drustvena Istrazivanja*, 20(3), 693-710. doi:10.5559/di.20.3.05

Robertson, B. M. (1979). The psychoanalytic theory of depression: I. The major contributors. *The Canadian Journal of Psychiatry / La Revue canadienne de psychiatrie*, 24(4), 341–352. Erişim adresi: <https://psycnet.apa.org/record/1981-23815-001>

Rohner, R. P. ve Chaki-Sircar, M. (1988). *Women and children in a Bengali village*. (DX Reader version) <https://searchworks.stanford.edu/view/1308805>

Romero-Canyas, R., Downey, G., Berenson, K., Ayduk, O. ve Kang, N. J. (2010). Rejection sensitivity and the rejection–hostility link in romantic relationships. *Journal of Personality*, 78(1), 119-148. doi:10.1111/j.1467-6494.2009.00611.x

Romero-Canyas, R., ve Downey, G. (2005). Rejection sensitivity as a predictor of affective and behavioral responses to interpersonal stress: A defensive motivational system. Williams ve diğerleri (Ed.), *The social outcast: Ostracism, social exclusion, rejection, and bullying* (ss. 131–154). London: Psychology Press.

Rosenfeld, L. B., Richman, J. M., Bowen, G. L. ve Wynns, S. L. (2006). In the face of a dangerous community: The effects of social support and neighborhood danger on high school students' school outcomes. *Southern Communication Journal*, 71(3), 273-289. doi: 10.1080/10417940600846045

- Roth, S. ve Bootzin, R. R. (1974). Effects of experimentally induced expectancies of external control: An investigation of learned helplessness. *Journal of personality and Social Psychology*, 29(2), 253-264. doi: 10.1037/h0036022
- Rounsaville, B. J., Weissman, M. M., Prusoff, B. A. ve Herceg-Baron, R. L. (1979). Marital disputes and treatment outcome in depressed women. *Comprehensive Psychiatry*, 20(5), 483-490. doi:10.1016/0010-440X(79)90035-X
- Rowe, S. L., Gembeck, M. J. Z., Rudolph, J. ve Nesdale, D. (2015). A longitudinal study of rejecting and autonomy-restrictive parenting, rejection sensitivity, and socioemotional symptoms in early adolescents. *Journal of Abnormal Child Psychology*, 43, 1107-1118. Erişim adresi: <https://link.springer.com/article/10.1007/s10802-014-9966-6>
- Roxburgh, T. (1991). 'Support services', in *Family Violence: everybody's business, somebody's life*. Avusturalya: The Federation Press.
- Rueger, S. Y., Malecki, C. K., Pyun, Y., Aycok, C. ve Coyle, S. (2016). A meta-analytic review of the association between perceived social support and depression in childhood and adolescence. *Psychological Bulletin*, 142(10), 1017-1067. doi: 10.1037/bul0000058
- Rusn kov , M. (2014). Codependency of the members of a family of an alcohol addict. *Procedia-Social and Behavioral Sciences*, 132, 647-653. doi:10.1016/j.sbspro.2014.04.367
- Sarıçam, H. (2011). * niversite  ğrencilerinin reddedilme duyarlılıkları ile benlik saygıları ve yalnızlık düzeyleri arasındaki ilişkinin incelenmesi*. (Yüksek Lisans Tezi). YÖK Tez Merkezi veri tabanından erişildi (Tez No: 288259)
- Savaşır, I. ve Batur, S. (2003). *Depresyonun Bilişsel-Davranışçı Tedavisi*. Ankara: Türk Psikologlar Derneği Yayınları.
- Schaefer, A. (1986). *Co-dependence: Misunderstood mistreated*. (1. Baskı). San Francisco: Harper ve Row
- Schaeffer, D. G. (1987). Instability in the evolution equations describing incompressible granular flow. *Journal of Differential Equations*, 66(1), 19-50. doi:10.1016/0022-0396(87)90038-6

- Scheff, T. J. (2001). Shame and community: Social components in depression. *Psychiatry*, 64(3), 212-224. doi:10.1521/psyc.64.3.212.18457
- Self, J. S. (2010). *Codependency among nurses: A comparison by substance use disorder and other selected variables*. (Doktora tezi, Alabama Üniversitesi Kurumsal Akademik Arşiv). Erişim adresi: https://ir.ua.edu/bitstream/handle/123456789/756/file_1.pdf?sequence=1&isAllowed=y
- Septien, A. (1997). *Everything you need to know about codependency*. (DX Reader Version) Erişim adresi: https://books.google.com.tr/books/about/Everything_You_Need_to_Know_About_Codepe.html?id=eQTLcLuk8AMCvehl=enveredir_esc=y
- Sertöz, D. (2018). *Reddedilme duyarlılığının ebeveyn tutumları ve sosyometrik statü bakımından incelenmesi* (Yüksek lisans tezi). YÖK Tez Merkezi veri tabanından erişildi (Tez No: 530903)
- Shaw, I ve Taplin, S. (2009). Happiness and Mental Health Policy: A Sociological Critique. *Journal of Mental Health*, 16(3), 359-373. doi:10.1080/09638230701380531
- Sher, K. J. (1997). Psychological characteristics of children of alcoholics. *Alcohol health and Research World*, 21(3), 247-254. Erişim adresi: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC6826809/>
- Silver, M. A., Bohnert, M., Beck, A. T. ve Marcus, D. (1971). Relation of depression of attempted suicide and seriousness of intent. *Archives of General Psychiatry*, 25(6), 573-576. doi: 10.1001/archpsyc.1971.01750180093015
- Singh, A. ve Misra, N. (2009). Loneliness, depression and sociability in old age. *Industrial Psychiatry Journal*, 18(1), 51-55. doi:10.4103/0972-6748.57861
- Snow, D. M. (1997). Codependency. B. S. Johnson (Ed.). *Psychiatric/mental health nursing: Adaptation and growth*. Philadelphia: Lippincott Company.
- Sommerfeld, E. ve Shechory Bitton, M. (2020). Rejection sensitivity, self-compassion, and aggressive behavior: The role of borderline features as a mediator. *Frontiers in Psychology*, 11, 1-8. doi:10.3389/fpsyg.2020.00044

- Springer, C. A., Britt, T. W. ve Schlenker, B. R. (1998). Codependency: Clarifying the construct. *Journal of Mental Health Counseling*, 20(2), 141–158. Erişim adresi: <https://psycnet.apa.org/record/1999-13886-005>
- Staebler, K., Helbing, E., Rosenbach, C. ve Renneberg, B. (2011). Rejection sensitivity and borderline personality disorder. *Clinical Psychology ve Psychotherapy*, 18(4), 275-283. doi: 10.1002/cpp.705
- Stafford, L. L. (2001). Is codependency a meaningful concept?. *Issues in mental health nursing*, 22(3), 273-286. doi: 10.1080/01612840121607
- Stice, E., Ragan, J. ve Randall, P. (2004). Sosyal destek ve depresyon arasındaki ileriye dönük ilişkiler: Ebeveyn ve akran desteği için farklı etki yönleri. *Anormal Psikoloji Dergisi*, 113 (1), 155-159. doi: 10.1037/0021-843X.113.1.155
- Şahnaoğlu, H. (2021). *Çocukluk travmalarıyla ilişki bağımlılığı arasındaki ilişkinin incelenmesi* (Yüksek lisans tezi). YÖK Tez Merkezi veri tabanından erişildi (Tez No: 693619)
- Şahin, M., Özer, C., Dağdeviren, N., Şahin, O. ve Aktürk, Z. (2001). Birinci Basamakta Somatizasyon Bozukluğuna Yaklaşım. *Sürekli Tıp Eğitimi Dergisi*, 10(1), 12-14. doi: 10.1501/Kriz_00000000206
- Talwar, U. K. verma, A. N., Singh, R. ve Sharma, V. (2011). Co-dependency and Marital Adjustment in Depression. *Delhi Psychiatry Journal*, 14 (1), 110-115. Erişim adresi: <https://pesquisa.bvsalud.org/portal/resource/pt/sea-159369>
- Tambor, E. S. ve Leary, M. R. (1993). *Perceived exclusion as a common factor in social anxiety, loneliness, jealousy, depression, and low self-esteem*. Winston Salem: Wake Forest University.
- Tang, H. H. Y. ve Richardson, R. (2013). Reversing the negative psychological sequelae of exclusion: Inclusion is ameliorative but not protective against the aversive consequences of exclusion. *Emotion*, 13(1), 139–150. doi:10.1037/a0029521
- Tanhan, F. ve Mukba, G. (2014). Spann-Fischer ilişki bağımlılığı ölçeği'nin Türkçe'ye uyarlama çalışmasına ilişkin psikometrik bir analiz. *Pamukkale Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 36(36), 179-190. Erişim Adresi: <https://dergipark.org.tr/en/pub/pauefd/issue/32869/374891>

- Tekbaş, Ö. F., Ceylan, S., Hamzaoglu, O. ve Hasde, M. (2003). An investigation of the prevalence of depressive symptoms in newly recruited young adult men in Turkey. *Psychiatry Research*, 119(1-2), 155-162. doi: 10.1016/S0165-1781(03)00125-2
- Tolstikova, A. (2010). Codependency in families with alcohol-dependent persons. *Medical Health and Science Journal*, 2(2), 95-99. Erişim adresi: <https://elibrary.ru/item.asp?id=15233589>
- Toth, S. L. ve Cicchetti, D. (1999). Developmental psychopathology and child psychotherapy. S. W. Russ ve T. H. Ollendick (Ed.), *Handbook of Psychotherapies with Children and Families* (ss. 15–44). London: Kluwer Academic Publishers. doi:10.1007/978-1-4615-4755-6_2
- Tousignant, M. ve Sioui, N. (2009). Resilience and Aboriginal communities in crisis: Theory and interventions. *International Journal of Indigenous Health*, 5(1), 43-61. Erişim adresi: <https://jps.library.utoronto.ca/index.php/ijih/article/view/28977>
- Tuğba, Ö. Z. ve Tatar, A. (2020). Evlilik Doyumu İle Depresyon, Mutluluk ve Psikolojik İyi Oluş Arası İlişkide Evlilik Süresinin Aracı Rolü. *Humanistic Perspective*, 2(1), 18-31. Erişim adresi: <https://dergipark.org.tr/en/pub/hp/issue/52419/673543>
- Turgut, T. ve Yücel, S. (2020). Beliren ve genç yetişkinlerde koşulsuz kendini kabul ve ilişki bağımlılığı arasındaki ilişkide olumsuz değerlendirilme korkusunun aracı rolünün incelenmesi. *Humanistic Perspective*, 2(3), 316-334. doi: 10.47793/hp.790598
- Türkiye’de Kadına Yönelik Aile İçi Şiddet Raporu (2009). Hacettepe Üniversitesi Nüfus Etütleri Enstitüsü. Erişim Adresi: <http://hdl.handle.net/11655/23343>
- Tüzün, Ü. (1993). Okul Çağı Çocuklarında Yaşam Olayları Depresyon Semptomları ve Self-Esteem Arasındaki İlişki. (Yan Dal Uzmanlık Tezi, İstanbul Üniversitesi). Erişim adresi: <http://nek.istanbul.edu.tr:4444/ekos/TEZ/23260.pdf>
- Ulaş, B., Tatlıbadem, B., Nazik, F., Sönmez, M. ve Uncu, F. (2015). Üniversite öğrencilerinde depresyon sıklığı ve ilişkili etmenler. *Celal Bayar Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü Dergisi*, 2(3), 71-75. Erişim adresi: <https://dergipark.org.tr/en/pub/cbusbed/issue/22334/239330>

- Uncu, O. (2021). *Reddedilme duyarlılığı, hissedilen yalnızlık ve aleksitimik özellikler arasındaki ilişkinin incelenmesi* (Yüksek lisans tezi). YÖK Tez Merkezi veri tabanından erişildi (Tez No:693460)
- Uzun, Z. M. D. (2021). *Bağlanma stilleri, ilişki bağımlılığı ve sosyal medya bağımlılığı arasındaki ilişkide özyeterliliğin aracı rolü* (Yüksek lisans tezi). YÖK Tez Merkezi veri tabanından erişildi (Tez No: 675522)
- Ünal, G. ve Bilge, A. (2005). İleri yaş grubunda yalnızlık, depresyon ve kognitif fonksiyonların incelenmesi. *Türk Geriatri Dergisi*, 8(2),89-93. Erişim adresi: <https://hdl.handle.net/11454/64395>
- van Winkel, M., Wichers, M., Collip, D., Jacobs, N., Derom, C., Thiery, E., ... ve Peeters, F. (2017). Unraveling the role of loneliness in depression: the relationship between daily life experience and behavior. *Psychiatry*, 80(2), 104-117. doi:10.1080/00332747.2016.1256143
- Volling, B. L., Mackinnon-Lewis, C., Rabiner, D. ve Baradaran, L. P. (1993). Children's social competence and sociometric status: Further exploration of aggression, social withdrawal, and peer rejection. *Development and Psychopathology*, 5(3), 459-483. Erişim adresi:<https://www.cambridge.org/core/journals/development-and-psychopathology/article/abs/childrens-social-competence-and-sociometric-status-further-exploration-of-aggression-social-withdrawal-and-peer-rejection/126C9E1BF3D29A8BB812295F9454436D>
- Volz, A. R. ve Kerig, P. K. (2010). Relational dynamics associated with adolescent dating violence: The roles of rejection sensitivity and relational insecurity. *Journal of Aggression, Maltreatment ve Trauma*, 19(6), 587-602. doi: 10.1080/10926771.2010.502088
- Walker, L. (1979). *The Battered Woman*. (1. Baskı). San Francisco: Harper ve Row.
- Waltman, S. H., Creed, T. A. ve Beck, A. T. (2016). Are the effects of cognitive behavior therapy for depression falling? Review and critique of the evidence. *Clinical Psychology: Science and Practice*, 23(2), 113–122. doi:10.1111/cpsp.12152
- Watson, J. ve Nesdale, D. (2012). Rejection sensitivity, social withdrawal, and loneliness in young adults. *Journal of Applied Social Psychology*, 42(8), 1984-2005. doi: 10.1111/j.1559-1816.2012.00927.x

- Webb, H. J., Zimmer-Gembeck, M. J., Mastro, S., Farrell, L. J., Waters, A. M. ve Lavell, C. H. (2015). Young adolescents' body dysmorphic symptoms: Associations with same-and cross-sex peer teasing via appearance-based rejection sensitivity. *Journal of Abnormal Child Psychology*, 43, 1161-1173. doi:<https://link.springer.com/article/10.1007/s10802-014-9971-9>
- Webster, D. (1990). Women and depression (alias codependency). *Family and Community Health*, 13(3), 58-66. Erişim adresi: <https://www.jstor.org/stable/44953111>
- Wegscheider-Cruse, S. (1984). *Another chance: Hope and health for the alcoholic family*. Palo Alto: Science and Behavior Books.
- Wegscheider-Cruse, S. ve Cruse, J.R. (1990). *Understanding codependency*. New York: Communications.
- Wells, M. C., Hill, M. B., Brack, G., Brack, C. J. ve Firestone, E. E. (2006). Codependency's relationship to defining characteristics in college students. *Journal of College Student Psychotherapy*, 20(4), 71-84. DOI:10.1300/J035v20n04_07
- Whitfield, C. L. (1989). Co-dependence: Our most common addiction-some physical, mental, emotional and spiritual perspectives. *Alcoholism Treatment Quarterly*, 6(1), 19-36. doi:10.1300/J020V06N01_03
- Wise, F. M., Harris, D. W. ve Olver, J. H. (2017). The DASS-14: Improving the construct validity and reliability of the Depression, Anxiety, and Stress Scale in a cohort of health professionals. *Journal of Allied Health*, 46(4), 85-90. Erişim adresi: <https://www.ingentaconnect.com/content/asahp/jah/2017/00000046/00000004/art00020>
- Woititz, J. (1979). *Marriage on the Rocks*. (1. Baskı). New York: Delacorte.
- World Health Organization. (2001). *WHO Basic documents*. World Health Organization. <https://www.who.int/publications/i/item/978652656565>
- World Health Organization. (2004). *WHO Basic documents*. World Health Organization. <https://www.who.int/publications/i/item/97865525456565>
- World Health Organization. (2022). *World Health Statistics 2022*. (Report no. 9789240051140). <https://www.who.int/publications/i/item/9789240051157>

- Worth, M. J. (1996). *Codependency and psychopathology* (Doctoral dissertation, University of Alberta). Erişim adresi: <https://era.library.ualberta.ca/items/7817a814-3a5b-4875-87ed-01acf1b78872>
- Yağmur, B. (2018). *Üniversite öğrencilerinde bağlanma stilleri, ruminasyon ve depresyon düzeyi arasındaki ilişkinin incelenmesi*. (Yüksek Lisans Tezi). YÖK Tez Merkezi veri tabanından erişildi (Tez No: 524172).
- Yaşar, M., (2003). *Depresyonun Sosyolojik Açıdan incelemesi: Elazığ Örneği*. (Doktora Tezi). YÖK Tez Merkezi veri tabanından erişildi (Tez No: 137170)
- Yates, J. G. ve McDaniel, J. L. (1994). Are you losing yourself in codependency?. *AJN The American Journal of Nursing*, 94(4), 32-36. Erişim adresi: https://journals.lww.com/ajnonline/Citation/1994/04000/Are_You_Losing_Your_self_in_Codependency_.21.aspx
- Yılmaz, E., Yılmaz, E. ve Karaca, F. (2008). Üniversite öğrencilerinin sosyal destek ve yalnızlık düzeylerinin incelenmesi. *Genel Tıp Dergisi*, 18(2), 71-79. Erişim Adresi: <https://www.researchgate.net/profile/Emel-Yilmaz/publication/292988902>
- Yıldız, A. G. M. ve Eldeleklioğlu, J. (2019). Üniversite öğrencilerinin depresyon düzeylerinin ruminasyon ve problem çözme becerileriyle ilişkisi. *Kalem Uluslararası Eğitim ve İnsan Bilimleri Dergisi*, 9(1). doi: 10.23863/kalem.2018.97
- Yılmaz, P. A. E. (2015). Endişe ve ruminasyonun kaygı ve depresyon belirtileri üzerindeki rolü. *Türk Psikiyatri Dergisi*, 26(2), 107-115. Erişim adresi: <https://www.turkpsikiyatri.com/PDF/C26S2/04.pdf>
- Zimmer-Gembeck, M. J. ve Nesdale, D. (2013). Anxious and angry rejection sensitivity, social withdrawal, and retribution in high and low ambiguous situations. *Journal of Personality*, 81(1), 29-38. doi: 10.1111/j.1467-6494.2012.00792.x
- Zimmer-Gembeck, M. J., Trevaskis, S., Nesdale, D. ve Downey, G. A. (2014). Relational victimization, loneliness and depressive symptoms: Indirect associations via self and peer reports of rejection sensitivity. *Journal of Youth and Adolescence*, 43, 568-582. Erişim adresi: <https://link.springer.com/article/10.1007/s10964-013-9993-6>

EKLER

Ek.1 Etik Kurul Onay Belgesi

KARAR

13. Selma KILIÇ'ın “ Yetişkinlerde Reddedilme Duyarlılığı ile İlişki Bağımlılığı ve Depresyon Arasındaki İlişkinin İncelenmesi ” başlıklı çalışması görüşmeye açıldı.

Yapılan görüşmeler sonunda Selma KILIÇ'ın “ Yetişkinlerde Reddedilme Duyarlılığı ile İlişki Bağımlılığı ve Depresyon Arasındaki İlişkinin İncelenmesi ” başlıklı çalışmasının Etik açıdan **uygun** olduğuna oy birliği ile karar verildi.

Ek.3 Spann-Fischer İlişki Bağımlılığı Ölçeği

Lütfen bu ifadeleri okuduktan sonra kendinizi değerlendiriniz ve sizin için en uygun seçeneğin karşısına çarpı (x) işareti koyunuz. Lütfen her ifadeye tek yanıt veriniz ve BOŞ bırakmayınız.		Tamamen Katılmıyorum	Kısmen Katılmıyorum	Biraz Katılmıyorum	Biraz Katılıyorum	Kısmen katılıyorum	Tamamen Katılıyorum
1	Benim için karar vermek zordur.	1	2	3	4	5	6
2	Benim için hayır demek zordur.	1	2	3	4	5	6
3	Benim için zarif biçimde yapılan iltifatları kabul etmek zordur						
4	Bazen odaklanmam gereken sorunlar olmadığında, kendimi adeta sıkkın ya da boş hissederim.	1	2	3	4	5	6
5		1	2	3	4	5	6
6	Kendim için güzel bir şey yaptığımda genellikle kendimi suçlu hissederim.	1	2	3	4	5	6
7		1	2	3	4	5	6
8	Hayatımdaki insanlar, yaptıkları şeyleri değiştirdiklerinde, kendi kendime bir şeylerin daha iyi olacağını söylerim.	1	2	3	4	5	6
9		1	2	3	4	5	6
10	Bazen diğer ilişki ve sorumlulukları ihmal edecek kadar sadece bir kişiye odaklanırım.	1	2	3	4	5	6
11	Bana acı veren ilişkiler kuran biri gibiyim.	1	2	3	4	5	6
12	Genellikle, başkalarının (içimdeki) “gerçek beni” görmelerine izin vermem.	1	2	3	4	5	6
13		1	2	3	4	5	6
14	Çatışmalardan kaçınmak için genellikle her yolu denerim.	1	2	3	4	5	6
15		1	2	3	4	5	6
16	Sıklıkla başkalarının gereksinimlerini kendiminkilerin önüne	1	2	3	4	5	6

Ek. 4 Reddedilme Duyarlılığı Ölçeği



Aşağıdaki her bir madde genelde üniversite öğrencilerinin bazen diğer kişilerden talep ettiği şeyleri tanımlamaktadır. Lütfen, her bir durumda/koşulda bulunduğunuzu düşünün ve cevaplarınızı ona göre verin. Her bir soruda, sizin için uygun olan numarayı daire içine alarak işaretlemeleri yapınız.

- Maddeleri değerlendirirken, karşınızdaki kişinin (örneğin, bir hocanız veya bir arkadaşınızla ilgili olan maddelerde) lütfen belirli bir kişiyi değil, **ORTALAMA BİR KİŞİYİ DÜŞÜNEREK** yanıt veriniz.
- Araştırma, **özel kişilere karşı olan tutumlarınızı** değil, **GENEL TUTUMLARINIZI** incelemektedir.

➤ Her bir maddenin ardından gelen şu soruları yanıtlamanız beklenmektedir:

- 1) Başkalarının size tepkisi konusunda ne kadar **endişe eder veya kaygı duyarsınız?**
- 2) İlgili durumda diğer kişilerin ne tür tepki verebileceğini düşünürsünüz?

1. Sınıftaki birine notlarını ödünç alıp alamayacağınızı soruyorsunuz.

- a) Kişinin notlarını vermek isteyip istemeyebileceği ile ilgili olarak ne kadar **endişe eder veya kaygı duyarsınız?**

1	2	3	4	5	6
Hiç endişelenmem / Kaygı duymam					Çok endişelenirim / Kaygı duyarım

- b) Bu kişinin notlarını bana isteyerek vermesini beklerdim.

1	2	3	4	5	6
Çok küçük ihtimalle					Çok büyük ihtimalle

2. Romantik partnerinizden sizinle aynı eve taşınmasını istiyorsunuz.

- a) Romantik partnerinizin sizinle aynı eve taşınmayı isteyip istemeyeceği ile ilgili ne kadar **endişe eder veya kaygı duyarsınız?**

1	2	3	4	5	6
Hiç endişelenmem / Kaygı duymam					Çok endişelenirim / Kaygı duyarım

- b) Romantik partnerimin benimle aynı eve taşınmayı istemesini beklerdim.

1	2	3	4	5	6
Çok küçük ihtimalle					Çok büyük ihtimalle

3. Yurtdışı gezisine gitmek için ebeveynlerinizden destek istiyorsunuz.

- a) Ebeveynlerinizin size yardımcı olmayı isteyip istemeyebileceği ile ilgili ne kadar **endişe eder veya kaygı duyarsınız?**

1	2	3	4	5	6
Hiç endişelenmem / Kaygı duymam					Çok endişelenirim / Kaygı duyarım

- b) Onların (Ebeveynlerimin) bana yardım etmek için istekli olmalarını beklerdim.

1	2	3	4	5	6
Çok küçük ihtimalle					Çok büyük ihtimalle

4.

1

1	2	3	4	5	6
Hiç endişelenmem / Kaygı duymam					Çok endişelenirim / Kaygı duyarım

- b) O kişinin benimle çıkmayı istemesini beklerdim.

1	2	3	4	5	6
Çok küçük ihtimalle					Çok büyük ihtimalle



1	2	3	4	5	6
Hiç endişelenmem / Kaygı duymam					Çok endişelenirim / Kaygı duyarım

- b) Romantik partnerimin bu isteğimi kabul etmeye istekli olmasını beklerdim.

1	2	3	4	5	6
Çok küçük ihtimalle					Çok büyük ihtimalle

6. Günlük harcamalarınızı karşılamak için ebeveynlerinizden harçlığınızı arttırmalarını istiyorsunuz.

- a) Ebeveynlerinizin bu isteğinizi kabul edip etmeyebileceği konusunda ne kadar **endişe eder veya kaygı duyarsınız?**

1	2	3	4	5	6
Hiç endişelenmem / Kaygı duymam					Çok endişelenirim / Kaygı duyarım

- b) Ebeveynlerimin yardımcı olmaya istekli olmalarını beklerdim.

1	2	3	4	5	6
Çok küçük ihtimalle					Çok büyük ihtimalle

6. Günlük harcamalarınızı karşılamak için ebeveynlerinizden harçlığınızı arttırmalarını istiyorsunuz.

- a) Ebeveynlerinizin bu isteğinizi kabul edip etmeyebileceği konusunda ne kadar **endişe eder veya kaygı duyarsınız?**

1	2	3	4	5	6
Hiç endişelenmem / Kaygı duymam					Çok endişelenirim / Kaygı duyarım

- b) Ebeveynlerimin yardımcı olmaya istekli olmalarını beklerdim.

1	2	3	4	5	6
Çok küçük ihtimalle					Çok büyük ihtimalle

7. Derste yeni tanıştığınız birine birlikte kahve içmeyi teklif ediyorsunuz.

- a) Kişinin sizinle gelmeyi isteyip istemeyebileceği konusunda ne kadar **endişe eder veya kaygı duyarsınız?**

1	2	3	4	5	6
Hiç endişelenmem / Kaygı duymam					Çok endişelenirim / Kaygı duyarım

- b) Diğer kişinin benimle gelmeyi istemesini beklerdim.

1	2	3	4	5	6
Çok küçük ihtimalle					Çok büyük ihtimalle



1	2	3	4	5	6
Hiç endişelenmem / Kaygı duymam					Çok endişelenirim / Kaygı duyarım

- b) Hemen benimle konuşup sorunlarımızı çözmek istemesini beklerdim.

1	2	3	4	5	6
Çok küçük ihtimalle					Çok büyük ihtimalle

9.

1	2	3	4	5	6
Hiç endişelenmem / Kaygı duymam					Çok endişelenirim / Kaygı duyarım

- b) Hocamın bana yardımcı olmak için istekli olmasını beklerdim.

1	2	3	4	5	6
Çok küçük ihtimalle					Çok büyük ihtimalle

10. Okulunuzu bitirdikten sonraki yıllarda ailenizden para istiyorsunuz.

- a) Ebeveynlerinizin size para vermeyi isteyip istemeyebilecekleri konusunda ne kadar **endişe eder veya kaygı duyarsınız?**

1	2	3	4	5	6
Hiç endişelenmem / Kaygı duymam					Çok endişelenirim / Kaygı duyarım

- b) Ebeveynlerimin para talebimi kabul etmek konusunda istekli olmalarını beklerdim.

1	2	3	4	5	6
Çok küçük ihtimalle					Çok büyük ihtimalle

11. Okul tatilinde bir arkadaşınıza birlikte tatile gitmeyi teklif ediyorsunuz.

- a) Arkadaşınızın sizinle tatile gelmeyi isteyip istemeyebileceği konusunda ne kadar **endişe eder veya kaygı duyarsınız?**

1	2	3	4	5	6
Hiç endişelenmem / Kaygı duymam					Çok endişelenirim / Kaygı duyarım

- b) Teklifimin memnuniyetle kabul edilmesini beklerdim.

1	2	3	4	5	6
Çok küçük ihtimalle					Çok büyük ihtimalle

12

1	2	3	4	5	6
Hiç endişelenmem / Kaygı duymam					Çok endişelenirim / Kaygı duyarım

- b) Romantik partnerimin de beni görmeye istekli olmasını beklerdim.

1	2	3	4	5	6
Çok küçük ihtimalle					Çok büyük ihtimalle

13. Arkadaşınıza ondan bir şeyini ödünç alıp alamayacağınızı soruyorsunuz.

- a) Arkadaşınızın size istediğiniz şeyi verip vermeyebileceği konusunda ne kadar **endişe eder veya kaygı duyarsınız?**

1	2	3	4	5	6
Hiç endişelenmem / Kaygı duymam					Çok endişelenirim / Kaygı duyarım

- b) Arkadaşımın istediğim şeyi ödünç vermeye istekli olmasını beklerdim.

1	2	3	4	5	6
Çok küçük ihtimalle					Çok büyük ihtimalle

14. Ebeveynlerinizden sizin için önemli ancak onlar için sıkıcı ve gelmesi zahmetli olabilecek bir etkinliğe sizinle beraber gelmelerini istiyorsunuz.

a) Ebeveynlerinizin sizinle gelmeyi isteyip istemeyebileceği konusunda ne kadar **endişe eder veya kaygı duyarsınız?**

1	2	3	4	5	6
Hiç endişelenmem / Kaygı duymam					Çok endişelenirim / Kaygı duyarım

b) Ebeveynlerimin benimle gelmeyi kabul etmelerini beklerdim.

1	2	3	4	5	6
Çok küçük ihtimalle					Çok büyük ihtimalle

15. Bir arkadaşınızdan size ciddi bir yardımda bulunmasını istiyorsunuz.

a) Arkadaşınızın bu yardımı yapmak isteyip istemeyebileceği konusunda ne kadar **endişe eder veya kaygı duyarsınız?**

1	2	3	4	5	6
Hiç endişelenmem / Kaygı duymam					Çok endişelenirim / Kaygı duyarım

b) Arkadaşımın bu yardım isteğimi kabul etmesini beklerdim.

1	2	3	4	5	6
Çok küçük ihtimalle					Çok büyük ihtimalle

16. Romantik partnerinize sizi gerçekten sevip sevmediğini soruyorsunuz.

a) Romantik partnerinizin sizi gerçekten sevdiğini söyleyip söylemeyebileceği konusunda ne kadar **endişe eder veya kaygı duyarsınız?**

1	2	3	4	5	6
Hiç endişelenmem / Kaygı duymam					Çok endişelenirim / Kaygı duyarım

b) Romantik partnerimin beni gerçekten çok sevdiğini söylemeye istekli olmasını beklerdim.

1	2	3	4	5	6
Çok küçük ihtimalle					Çok büyük ihtimalle

17.

1	2	3	4	5	6
Hiç endişelenmem / Kaygı duymam					Çok endişelenirim / Kaygı duyarım

1	2	3	4	5	6
Çok küçük ihtimalle					Çok büyük ihtimalle

18.

1	2	3	4	5	6
Hiç endişelenmem / Kaygı duymam					Çok endişelenirim / Kaygı duyarım

b) Romantik partnerimin ailemle buluşmayı memnuniyetle kabul etmesini beklerdim.

1	2	3	4	5	6
Çok küçük ihtimalle					Çok büyük ihtimalle

19. Başka bir şehirde yaşayan bir arkadaşınıza evinde 10 gün kalmak istediğinizi söylüyorsunuz.

a) Arkadaşınızın bu isteğinizi kabul edip etmeyebileceği konusunda ne kadar **endişe eder veya kaygı duyarsınız?**

1	2	3	4	5	6
Hiç endişelenmem / Kaygı duymam					Çok endişelenirim / Kaygı duyarım

b) Arkadaşımın evinde kalma isteğimi memnuniyetle kabul etmesini beklerdim.

1	2	3	4	5	6
Çok küçük ihtimalle					Çok büyük ihtimalle

20. Yeni tanıştığınız bir hemcinsinize birlikte bir şeyler yapmayı öneriyorsunuz.

- a) Bu kişinin önerinizi kabul edip etmeyebileceği konusunda ne kadar **endişe eder veya kaygı duyarsınız?**

1	2	3	4	5	6
Hiç endişelenmem / Kaygı duymam					Çok endişelenirim / Kaygı duyarım

- b) Arkadaşımın benimle dışarı çıkmayı memnuniyetle kabul etmesini beklerdim.

1	2	3	4	5	6
Çok küçük ihtimalle					Çok büyük ihtimalle

21. İ

ı

1	2	3	4	5	6
Hiç endişelenmem / Kaygı duymam					Çok endişelenirim / Kaygı duyarım

1	2	3	4	5	6
Çok küçük ihtimalle					Çok büyük ihtimalle

22.

1	2	3	4	5	6
Hiç endişelenmem / Kaygı duymam					Çok endişelenirim / Kaygı duyarım

- b) Ebeveynlerimin bu isteğimi kabul etmelerini beklerdim.

1	2	3	4	5	6
Çok küçük ihtimalle					Çok büyük ihtimalle

1	2	3	4	5	6
Hiç endişelenmem / Kaygı duymam					Çok endişelenirim / Kaygı duyarım

1	2	3	4	5	6
Çok küçük ihtimalle					Çok büyük ihtimalle

24. Ebeveynlerinize mezuniyetten sonra onlardan farklı bir şehirde yaşamak istediğinizi söylüyorsunuz.

a) Ebeveynlerinizin bu isteğinizi kabul edip etmeyebileceği konusunda ne kadar **endişe eder veya kaygı duyarsınız?**

1	2	3	4	5	6
Hiç endişelenmem / Kaygı duymam					Çok endişelenirim / Kaygı duyarım

b) Ebeveynlerimin kararımı kabul etmelerini beklerdim.

1	2	3	4	5	6
Çok küçük ihtimalle					Çok büyük ihtimalle

25. Çok iyi yemek yapan bir akrabanızdan (hala, teyze, vb.) çok iyi yaptığı bir yemeği sizin için özel olarak yapmasını istiyorsunuz.

a) Akrabanızın sizin için özel olarak yemek yapmayı isteyip istemeyebileceği konusunda ne kadar **endişe eder veya kaygı duyarsınız?**

1	2	3	4	5	6
Hiç endişelenmem / Kaygı duymam					Çok endişelenirim / Kaygı duyarım

b) Akrabamın bu isteğimi memnuniyetle kabul etmesini beklerdim.

1	2	3	4	5	6
Çok küçük ihtimalle					Çok büyük ihtimalle

26. Sınavdan bir gün önce sizinle aynı sınava girecek olan bir arkadaşınızdan anlamadığınız konuları size anlatmasını istiyorsunuz.

a) Arkadaşınızın bu isteğinizi kabul edip etmeyebileceği konusunda ne kadar **endişe** eder veya **kaygı** duyarsınız?

1	2	3	4	5	6
Hiç endişelenmem / Kaygı duymam					Çok endişelenirim / Kaygı duyarım

b) Arkadaşımın beni çalıştırmayı memnuniyetle kabul etmesini beklerdim.

1	2	3	4	5	6
Çok küçük ihtimalle					Çok büyük ihtimalle



Ek. 5 Beck Depresyon Ölçeği

BDE

Aşağıda, kişilerin ruh durumlarını ifade ederken kullandıkları bazı cümleler verilmiştir. Her madde bir çeşit ruh durumunu anlatmaktadır. Her maddede o ruh durumunun derecesini belirleyen 4 seçenek vardır. Lütfen bu seçenekleri dikkatle okuyunuz. Son bir hafta içindeki (şu an dahil) kendi ruh durumunuzu göz önünde bulundurarak, size en uygun olan ifadeyi bulunuz. Daha sonra, o maddenin yanındaki harfin üzerine (X) işareti koyunuz.

1)	a. Kendimi üzgün hissetmiyorum b. Kendimi üzgün hissediyorum c. Her zaman için üzgünüm ve kendimi bu duygudan kurtaramıyorum d. Öylesine üzgün ve mutsuzum ki dayanamıyorum
2)	
3)	a. Kendimi başarısız görmüyorum b. Herkesten daha fazla başarısızlıklarım oldu sayılır c. Geriye dönüp baktığımda, pek çok başarısızlığımın olduğunu görüyorum d. Kendimi bir insan olarak tümüyle başarısız görüyorum
4)	
5)	a. Kendimi suçlu hissetmiyorum b. Arada bir kendimi suçlu hissettiğim oluyor c. Kendimi çoğunlukla suçlu hissediyorum d. Kendimi her an için suçlu hissediyorum
6)	
7)	a. Kendimi hayal kırıklığına uğratmadım b. Kendimi hayal kırıklığına uğrattım c. Kendimden hiç hoşlanmıyorum d. Kendimden nefret ediyorum
8)	

9)	a. Kendimi öldürmek gibi düşüncelerim yok b. Bazen kendimi öldürmeyi düşünüyorum ama böyle bir şey yapamam c. Kendimi öldürebilmeyi çok isterdim d. Eğer bir fırsatını bulursam kendimi öldürürüm
10)	a. Herkesten daha fazla ağladığımı sanmıyorum b. Eskisine göre şimdilerde daha çok ağlıyorum c. Şimdilerde her an ağlıyorum d. Eskiden ağlayabilirdim. Şimdilerde istesem de ağlayamıyorum
11)	a. Eskisine göre daha sinirli veya tedirgin sayılmam b. Her zamankinden biraz daha fazla tedirginim c. Çoğu zaman sinirli ve tedirginim d. Şimdilerde her an için tedirgin ve sinirliyim
12)	
13)	a. Eskisi gibi rahat ve kolay kararlar verebiliyorum b. Eskisine kıyasla şimdilerde karar vermeyi daha çok erteliyorum c. Eskisine göre karar vermekte oldukça güçlük çekiyorum d. Artık hiç karar veremiyorum
14)	
15)	a. Eskisi kadar iyi çalışabiliyorum b. Bir işe başlayabilmek için eskisine göre daha çok çaba harcıyorum c. Ne olursa olsun, yapabilmek için kendimi çok zorluyorum d. Artık hiç çalışmıyorum
16)	a. Eskisi kadar kolay ve rahat uyuyabiliyorum b. Şimdilerde eskisi kadar kolay ve rahat uyuyamıyorum c. Eskisine göre bir veya iki saat erken uyanıyor, tekrar uyumakta güçlük çekiyorum d. Eskisine göre çok erken uyanıyor ve tekrar uyuyamıyorum
17)	a. Eskisine göre daha çabuk yorulduğumu sanmıyorum b. Eskisinden daha çabuk ve kolay yoruluyorum c. Şimdilerde neredeyse her şeyden, kolayca ve çabuk yoruluyorum d. Artık hiçbir şey yapamayacak kadar yorgunum
18)	a. İştahım eskisinden pek farklı değil b. İştahım eskisi kadar iyi değil c. Şimdilerde iştahım epey kötü d. Artık hiç iştahım yok

19)	a. Son zamanlarda pek fazla kilo kaybettiğimi/aldığımı sanmıyorum b. Son zamanlarda istemediğim halde iki buçuk kilodan fazla kaybettim/aldım c. Son zamanlarda beş kilodan fazla kaybettim/aldım d. Son zamanlarda yedi buçuk kilodan fazla kaybettim/aldım
20)	a. Sağlığım beni pek endişelendirmiyor b. Son zamanlarda ağrı, sıız, mide bozukluğu, kabızlık gibi sıkıntılarım var c. Ağrı sıız gibi bu sıkıntılarım beni çok endişelendiriyor d. Bu tür sıkıntılar beni öylesine endişelendiriyor ki başka bir şey düşünemiyorum
21)	a. Son zamanlarda cinsel yaşantımda dikkatimi çeken bir şey yok b. Eskisine göre cinsel konularla daha az ilgileniyorum c. Şimdilerde cinsellikle pek ilgili değilim d. Artık cinsellikle hiç bir ilgim kalmadı

