



**T.C.
RECEP TAYYİP ERDOĞAN ÜNİVERSİTESİ
LİSANSÜSTÜ EĞİTİM ENSTİTÜSÜ
EĞİTİM BİLİMLERİ ANABİLİM DALI**

**ROMANTİK İLİŞKİSİ OLAN BİREYLERDE ÇOCUKLUK ÇAĞI
TRAVMATİK YAŞANTILARI, İLİŞKİYE DAİR BİLİŞSEL
ÇARPITMALAR VE BAĞLANMA STİLLERİ ARASINDAKİ
İLİŞKİNİN İNCELENMESİ**

(Yüksek Lisans Tezi)

Fatma MAMİK GÜL

**Danışman
Dr. Öğr. Üyesi Betül AYDIN**

**RİZE
2025**

KABUL VE ONAY

Recep Tayyip Erdoğan Üniversitesi, Lisansüstü Eğitim Enstitüsü, Eğitim Bilimleri Anabilim Dalında, Dr. Öğr. Üyesi Betül AYDIN danışmanlığında, Fatma MAMİK GÜL tarafından hazırlanan *Romantik İlişkisi Olan Bireylerde Çocukluk Çağı Travmatik Yaşantıları, İlişkiye Dair Bilişsel Çarpıtmalar ve Bağlanma Stilleri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi* adlı bu tez çalışması, 07/01/2025 tarihinde yapılan savunma sınavı sonucunda oy birliğiyle/~~oy çokluğuyla~~ başarılı bulunarak jürimiz tarafından **Yüksek Lisans Tezi** olarak kabul edilmiştir.

Jüri Üyeleri	Ünvanı, Adı SOYADI	İmza
Başkan	: Prof. Dr. Mustafa ŞAHİN	
Üye	: Doç. Dr. Serkan Volkan SARI	
Üye	: Dr. Öğr. Üyesi Betül AYDIN	

ETİK BEYAN

Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık Tezli Yüksek Lisans Programından mezun olmak üzere teslim ettiğim “Romantik İlişkisi Olan Bireylerde Çocukluk Çağı Travmatik Yaşantıları, İlişkiye Dair Bilişsel Çarpıtmalar ve Bağlanma Stilleri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi” adlı tezim, bilim ve araştırma etiği prensiplerine riayet edilerek tarafımdan yazılmıştır.

Tez çalışmamda, başka kaynaklardan aktarılan bütün bilgi ve alıntılar, Enstitünüz Tez Yazım Kılavuzuna uygun olarak açıkça gösterilmiştir. Kaynağı gösterilenler dışında kalan bütün bilgiler uygun araştırma yöntemi kullanılarak tarafımdan edinilmiş ve esere bu şekilde yansıtılmıştır. Şahsıma ait olmayan hiçbir bilgi, kasıt veya kusurlar, şahsıma aitmiş gibi gösterilmemiştir. İnternet kaynakları dâhil, sahibine/kaynağına atıf yapılmaksızın hiçbir bilgi kullanılmamıştır. Aksinin ortaya çıkması halinde doğacak bütün hukuki, idari, akademik ve etik sorumluluk tarafıma ait olacaktır. Eserin tesliminden sonra herhangi bir zamanda, bilim etiğine aykırılık tespit edilmesi ve / veya eserimle ilgili intihal veya intihal şeklinde anlaşılabilecek bir durumun ortaya çıkması halinde; Üniversiteniz ve eğitim kadronuzun hiçbir şekilde sorumlu tutulmayacağını hür irademle kabul, beyan ve taahhüt ederim.

07/01/2025

Fatma MAMİK GÜL

ÖN SÖZ

Bu araştırma, romantik ilişkisi olan bireylerde çocukluk çağı travmaları, ilişkiye yönelik bilişsel çarpıtmalar ve bağlanma stilleri arasındaki ilişkinin incelenmesi amacı ile yürütülmüştür.

Yüksek lisans eğitimim boyunca bana her zaman yardımcı olan, bilgi ve tecrübesiyle her zaman desteklerini sunan kıymetli danışman hocam Dr. Öğr. Üyesi Betül AYDIN'a,

Tez jürimde yer alan değerli hocalarım Prof. Dr. Mustafa ŞAHİN ve Doç. Dr. Serkan Volkan SARI'ya,

Yüksek lisans süresince bana çok şey katan Recep Tayyip Erdoğan Üniversitesi Psikolojik Danışmanlık ve Rehberlik Bölümünde görev yapan değerli hocalarıma,

Tüm tez sürecimde desteklerini esirgemeyen değerli mesai arkadaşlarım Akçaabat Rehberlik Araştırma Merkezi çalışanlarına,

Hayatımın her döneminde yanımda olan her daim desteklerini ve sevgilerini hissettiğim canım anneme ve kardeşlerime,

Sevgisiyle ve ilgisiyle her konuda yanımda olan değerli eşim Oğuz GÜL'e
Sonsuz teşekkürlerimi sunarım.

Hayatımın en zor zamanlarında bile yüzümü güldüren ve içimi ısıtan canım oğlum Yavuz Kerem'e ithafen...

Fatma MAMİK GÜL

RİZE/2025

İÇİNDEKİLER

KABUL VE ONAY	I
ETİK BEYAN	II
ÖN SÖZ	III
İÇİNDEKİLER	IV
ÖZET	VII
ABSTRACT	VIII
KISALTMALAR	IX
TABLolar LİSTESİ	X
ŞEKİLLER LİSTESİ	XI
GİRİŞ	1
1. KURAMSAL ÇERÇEVE VE İLGİLİ ARAŞTIRMALAR	8
1.1. Çocukluk Çağı Travmatik Yaşantıları	8
1.1.1. Travmanın Tanımı ve Tarihçesi	8
1.1.2. Travma Kriterleri	9
1.1.3. Çocukluk Çağı Travmaları.....	10
1.1.3.1. İstismar.....	11
1.1.3.1.1. Fiziksel İstismar	11
1.1.3.1.2. Duygusal İstismar.....	12
1.1.3.1.3. Cinsel İstismar.....	13
1.1.3.2. İhmal.....	15
1.1.3.2.1. Fiziksel İhmal.....	15
1.1.3.2.2. Eğitim İhmali	15
1.1.3.2.3. Duygusal İhmal	16
1.1.4. Çocukluk Çağı Travmaları ile İlgili Yapılan Çalışmalar	16
1.2. İlişkiye Dair Bilişsel Çarpıtmalar.....	18
1.2.1. Bilişsel Davranışçı Yaklaşımlar.....	18
1.2.2. Ellis'in Akılcı Duygusal Davranışçı Terapi Modeli (ADDT).....	19
1.2.3. Beck'in Bilişsel Terapi/Bilişsel Davranışçı Terapi Modeli (BDT).....	19
1.2.3.1. Bilişsel Şemalar	20
1.2.3.2. Temel İnançlar	21

1.2.3.3. Ara İnançlar.....	21
1.2.3.4. Otomatik Düşünceler.....	22
1.2.3.5. Bilişsel Çarpıtmalar	22
1.2.4. İlişkilerle İlgili Bilişsel Çarpıtmalar	24
1.2.5. İlişkilerle ilgili Bilişsel Çarpıtmalar ile İlgili Yapılan Çalışmalar	26
1.3. Bağlanma.....	28
1.3.1. Bağlanma Kuramı ve Tarihçesi	28
1.3.2. Bebeklikte Bağlanma.....	28
1.3.3. Yetişkinlikte Bağlanma.....	31
1.3.4. Romantik İlişkilerde Bağlanma Stilleri ile İlgili Yapılan Çalışmalar	35
2. YÖNTEM.....	38
2.1. Araştırmanın Modeli	38
2.2. Araştırmanın Örneklemi.....	38
2.3. Veri Toplama Tekniği	38
2.3.1. Sosyodemografik Bilgi Formu	38
2.3.2. Çocukluk Çağı Travma Ölçeği (ÇÇTÖ).....	39
2.3.3. Yakın İlişkilerde Yaşantılar Envanteri (YİYE II)	39
2.3.4. İlişkilere İlişkin Bilişsel Çarpıtmalar Ölçeği (İİBÇÖ)	40
2.4. Veri Toplama Süreci	41
2.5. Veri Analizi.....	42
3. BULGULAR.....	43
3.1. Araştırma Örneklemine İlişkin Tanımlayıcı Bulgular.....	43
3.2. Ön Analizler	44
3.3. Değişkenler Arasındaki İlişkiler.....	45
3.4. Bağlanma Stillerinin Yordanması.....	46
3.5. Romantik İlişkisi Bulunan Bireylerin Bağlanma Stillerinde Cinsiyete Dayalı Farklılıklar.....	47
3.6. Romantik İlişkisi Bulunan Bireylerin Bağlanma Stillerinde İlişki Türüne Dayalı Farklılıklar	48
3.7. Romantik İlişkisi Bulunan Bireylerin Bağlanma Stillerinde Algılanan Ebeveyn Tutumlarına Dayalı Farklılıklar.....	49

3.8. Romantik İlişkisi Bulunan Bireylerin Bağlanma Stillerinde İlişkinin Süresine Dayalı Farklılıklar	50
3.9. Romantik İlişkisi Bulunan Bireylerin Bağlanma Stillerinde Günlük Sosyal Medya Kullanım Süresine Dayalı Farklılıklar	51
4. SONUÇ VE TARTIŞMA	52
4.1. Değişkenler Arasındaki Korelasyonlara ve Bağlanma Stillerinin Yordanmasına İlişkin Tartışma.....	52
4.2. Bağlanma Stilleri ve Sosyodemografik Değişkenlere İlişkin Tartışma.....	54
4.3. Öneriler.....	58
4.3.1. İleride Yapılabilecek Araştırmalara Yönelik Öneriler	58
4.3.2. Uygulayıcılara Yönelik Öneriler	59
KAYNAKÇA	60
EKLER.....	81
ETİK KURUL KARARI.....	95

Recep Tayyip Erdoğan Üniversitesi Lisansüstü Eğitim Enstitüsü

Anabilim Dalı : Eğitim Bilimleri Anabilim Dalı

Tez Türü : Yüksek Lisans Tezi

Danışman : Dr. Öğrt. Üyesi Betül AYDIN

Hazırlayan : Fatma MAMİK GÜL

Yıl : 2025

Sayfa Sayısı : 95

ÖZET

ROMANTİK İLİŞKİSİ OLAN BİREYLERDE ÇOCUKLUK ÇAĞI TRAVMATİK YAŞANTILARI, İLİŞKİYE DAİR BİLİŞSEL ÇARPITMALAR VE BAĞLANMA STİLLERİ ARASINDAKİ İLİŞKİNİN İNCELENMESİ

Bu araştırma, romantik ilişkisi olan bireylerde çocukluk çağı travmaları, ilişkiye yönelik bilişsel çarpıtmalar ve bağlanma stilleri arasındaki ilişkinin incelenmesi amacı ile yürütülmüştür. Araştırmada ayrıca romantik ilişkisi olan bireylerde bağlanma stillerinin sosyodemografik değişkenler (cinsiyet, romantik ilişki süresi, romantik ilişkinin türü, günlük sosyal medya kullanım süresi, algılanan aile tutumu) açısından incelenmesi amaçlanmıştır. İlişkisel tarama modeline göre yürütülen bu çalışmanın örneklemini 2023-2024 yılları arasında Rize ilinde ikamet etmekte olan ve romantik ilişkisi bulunan 20-45 yaş arasındaki 502 kişi oluşturmaktadır. Araştırmanın verileri “Sosyodemografik Bilgi Formu”, “Çocukluk Çağı Travma Ölçeği”, “Yakın İlişkilerde Yaşantılar Envanteri” ve “İlişkilere İlişkin Bilişsel Çarpıtmalar Ölçeği” ile elde edilmiştir. Verilerin analizinde Pearson Product Momentler çarpımı korelasyon katsayısı tekniği, çoklu doğrusal regresyon analizi, bağımsız örneklemeler için t testi ve tek yönlü varyans analizinden yararlanılmıştır. Kaygılı ve kaçınmacı bağlanma stilleri hem ilişkilerle ilgili bilişsel çarpıtmalar ile hem de çocukluk çağı travmatik yaşantıları ile olumlu yönde ve anlamlı düzeyde ilişkili olarak bulunmuştur ve ilişkilerle ilgili bilişsel çarpıtmalar ve çocukluk çağı travmatik yaşantıları kaygılı bağlanma ve kaçınmacı bağlanma stillerinin anlamlı birer yordayıcısıdır. Kaygılı ve kaçınmacı bağlanma stillerinde cinsiyet ve günlük sosyal medya kullanım süresi değişkenleri açısından anlamlı bir farklılığa rastlanılmazken, ilişki türü ve ilişki süresi açısından anlamlı farklılaşma olduğu bulunmuştur. Bunun yanında, bağlanma stillerinden kaygılı bağlanma algılanan ebeveyn tutumu açısından anlamlı biçimde farklılaşmaktayken, kaçınmacı bağlanmada anlamlı bir farklılaşma gözlenmemiştir.

Anahtar Kelimeler: Çocukluk Çağı Travmaları, İlişkilere İlişkin Bilişsel Çarpıtmalar, Bağlanma Stilleri

Recep Tayyip Erdogan University Institute of Graduate Studies

Department : Educational Sciences

Thesis Type : Master's Thesis

Supervisor : Asst. Prof. Dr. Betül AYDIN

Author : Fatma MAMİK GÜL

Year : 2025

Pages : 95

ABSTRACT

EXAMINING THE RELATIONSHIP BETWEEN CHILDHOOD TRAUMATIC EXPERIENCES, INTERPERSONAL COGNITIVE DISTORTIONS AND ATTACHMENT STYLES IN INDIVIDUALS WITH ROMANTIC RELATIONS

This study was carried out to investigate the relationship of childhood traumas and interpersonal cognitive distortions to attachment styles in individuals engaged in romantic relations. Additionally, the research aimed to investigate the attachment styles of individuals in romantic relationships in terms of sociodemographic variables (gender, duration of the romantic relationship, type of romantic relationship, daily social media usage, and perceived parental attitudes). Conducted in accordance with the survey model, the study sample comprised 502 individuals aged 20-45, residing in Rize province, Turkey, and currently in romantic relationships, during the 2023-2024 period. Data for the study were collected using the “Sociodemographic Information Form,” the “Childhood Trauma Questionnaire”, the “Experiences in Close Relationships Inventory II,” and the “Cognitive Distortions in Relationships Scale”. To analyze the data, Pearson correlation, multiple linear regression, independent samples t-test, and one-way analysis of variance were employed. Interpersonal cognitive distortions and childhood traumatic experiences were found as positively related to both anxious and avoidant attachment styles. Furthermore, interpersonal cognitive distortions and childhood traumatic experiences were found to be significant predictors of anxious and avoidant attachment styles. While no significant differences were observed in anxious and avoidant attachment styles in terms of gender or daily social media usage, significant differences were identified concerning the type and the duration of romantic relationship. Moreover, anxious attachment style significantly differed based on perceived parental attitudes, whereas no significant differences were observed for avoidant attachment style in this regard.

Keywords: Childhood traumas, cognitive distortions about relationships, attachment styles

KISALTMALAR

ADDT	:	Akılcı Duygusal Davranışçı Terapi Modeli
Akt.	:	Aktaran
APA	:	American Psychological Association (Amerikan Psikoloji Birliği)
APSAC	:	Çocuk İstismarına İlişkin Amerikan Profesyonel Topluluğu
ÇÇTÖ	:	Çocukluk Çağı Travma Ölçeği
çev.	:	Çeviren
DÖS	:	Dünya Sağlık Örgütü
DSM	:	Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders (Ruhsal Bozuklukların Tanısal ve İstatistiksel El Kitabı)
ed.	:	Editör
haz.	:	Hazırlayan
İİBÇÖ	:	İlişkilere İlişkin Bilişsel Çarpıtmalar Ölçeği
No.	:	Numara
TDK	:	Türk Dil Kurumu
vb.	:	Ve benzeri, benzerleri ve bunun gibi
vd.	:	Ve diğerleri
YİYE- II	:	Yakın İlişkilerde Yaşantılar Envanteri- II
yy.	:	Yüzyıl

TABLÖLAR LİSTESİ

Tablo 1. Araştırma örneklemine ilişkin tanımlayıcı bulgular	43
Tablo 2. Araştırma değişkenlerine ilişkin çarpıklık (Skewness) ve basıklık (Kurtosis) değerleri	44
Tablo 3. Değişkenler arasındaki korelasyonlar	45
Tablo 4. Kaygılı bağlanmanın yordanmasına ilişkin analiz sonuçları.....	46
Tablo 5. Kaçınmacı bağlanmanın yordanmasına ilişkin analiz sonuçları	47
Tablo 6. Bağlanma stillerinin cinsiyet değişkeni açısından incelenmesi	48
Tablo 7. Bağlanma stillerinin ilişki türü açısından incelenmesi.....	48
Tablo 8. Bağlanma stillerinin algılanan ebeveyn tutumları açısından incelenmesi...	49
Tablo 9. Bağlanma stillerinin romantik ilişkinin süresi açısından incelenmesi	50
Tablo 10. Bağlanma stillerinin günlük sosyal medya kullanım süresi açısından incelenmesi.....	51

ŞEKİLLER LİSTESİ

Şekil 1. Dörtlü Bağlanma Modeli (DBM) (Bartholomew ve Horowitz, 1991)..... 33



GİRİŞ

Her birey dünyaya geldiği andan itibaren çevresinde bulunan insanlarla diyalog ve ilişki halindedir. Bireylerin çevresindeki diğer kişiler ile kurduğu ilişkiden kopuk bir şekilde hayatını sürdürmesi söz konusu değildir (Topçu, 2023). Yaşamın ilk anından itibaren başlayan bu ilişkiler insanlar için büyük önem taşımaktadır. Bebeklikten itibaren kurulan güvenli ve sabit ilerleyen ilişkiler insanlarda sağlıklı bir duygusal gelişimin oluşması için gereklidir. Bu durum insanların ilerleyen yaşlarında kuracağı ilişkilerinde güvenli ve istikrarlı olabilmesinin gerekliliklerindendir (Barker, 2010). İnsanların dünyaya gözlerini açtıkları andan itibaren başlayan ilişki örüntüsü kişilerin yaşlarının ilerlemesi ve hayatlarında bulunan diğer insanlarla ilişkiler geliştirmesi ile daha geniş boyutlara ulaşmaktadır. İnsanın hayatında bulunan bu ilişkiler ağına erişkinlik ile birlikte romantik ilişkiler eklenmektedir. Romantik ilişkiler Sternberg (1986) tarafından iki kişi arasında olan ve tutku içeren duygusal, psikolojik ve cinsel bağın olduğu yakın ilişki türü olarak tanımlanmıştır. Romantik ilişkiler sevgi ve aşk duygularını, psikolojik ihtiyaçların karşılanması ve karşılıklı bağlanma öğelerini içermektedir (Çeker, 2021). Karşılıklı bağlanma, romantik ilişkilerin en temel öğelerinden biri olarak değerlendirilmektedir. İnsanlar doğdukları anda birlikte biyolojik olarak varlıklarını devam ettirebilme savaşında olurken yaşamlarının ilerleyen zamanlarında daha farklı ihtiyaçları ortaya çıkmaktadır. Bunlar arasında insanların duygusal ve sosyal olarak varlığını sürdürmesine yönelik olan ihtiyaçları da yer almaktadır (Hamarta, 2004). İnsanlar bunları karşılayabilmek için ise bağlanma davranışında bulunmaktadırlar (İnkaya, 2023).

Bağlanma; yeni doğmuş bir bebekle ona bakım veren kişi arasında kurulacak bağ olarak tanımlanmıştır (Bowlby, 1973). Bebeğin dünyaya gelişini takip eden ilk yıllar bedensel ve duygusal gelişimin en yoğun olduğu dönemlerdir. Bu dönemde bebeğin bedensel ve duygusal ihtiyaçlarının karşılanması bebeğe bakım verene ve onunla kurulacak bağa bağlıdır. Bebek ile ona bakım veren arasında kurulan bu bağ onun bedensel ve duygusal yönden daha sağlıklı bir gelişim süreci geçirmesi için önemlidir (Öztürk ve Uluşahin, 2023). Bağlanma olgusu bireyin bebeklik döneminde ortaya çıkmış olsa da kişiler hayatları boyunca bağlanmaya gereksinim duyacaklardır (Barker, 2010). Hazan ve Shaver (1990) da bebekle ona bakım veren kişi arasında

oluşan bağın bireyin hayatının ileriki dönemlerinde devam ettiğini, zamanla bu bağın partnere yöneldiğini ifade etmişlerdir. Bebeklikten çıkışla birlikte özellikle ergenliğin ilk yıllarında bağlanma figürü değişerek anne ve babanın yerini akranlar almaktadır. Bebeklik çağında kendisine bakım veren kişi ile güvenli ilişki örüntüleri oluşturmuş kişilerin ileriki yıllarda arkadaşları ile de benzer ilişki örüntüleri kurduğu gözlenmiştir (Yıldız, 2022). Ergenliğin ilerleyen dönemlerinde ise bağlanma duygusu karşı cinsten romantik ilişki kurulabilecek kişilere yönelmektedir (Steinberg, 2007).

Kişilerin bağlanma şekilleri üzerinde ebeveynlerinin önemli bir rolü vardır bunun nedeni ise bağlanmanın temelini oluşturan kişilerin anne ve baba olmasıdır (Çam ve Şahin-Çelik, 2018). Bebekken istekleri karşılanan kişilerde güvenli bağlanma stilleri oluşmaktadır. Aksi durum söz konusu olduğunda ise kişilerdeki bağlanma örüntüleri zarar görmektedir (Çeker, 2021). Çocukluk döneminden itibaren edinilen yaşam tecrübelerinin kişilerin ileriki hayatlarında kuracakları ilişkiler üzerinde etkili olduğunu belirten birçok araştırma bulunmaktadır (Bozkurt, 2006; Fraley ve Shaver, 2000; Waters ve Cummings, 2000). Kişilerin kendilerine bakım veren insanlarla arasındaki bağlanma örüntüsü benlik gelişiminin ana öğelerindendir ve bu bağın zarar görmesi ile yaşanacak travma kişinin benlik algısının zarar görmesine sebep olabilmektedir (Herman, 2019). Bu gerekçeler düşünüldüğünde kişilerin çocukken yaşadıkları travmatik yaşantılar bağlanma stilleri üzerinde etkili olmaktadır. Çocukluk çağı travması, kişilerin çocukluk veya genç erişkinlik dönemlerinde karşılaştıkları fiziksel ve duygusal istismar ile fiziksel ve duygusal ihmalle ilgili karşılaştıkları tüm yaşanmışlıklara verilmiş bir isimdir (Demirkapı, 2013). Çocukluk çağı travmaları çocuğun travmaya doğrudan maruz kalmasını veya dolaylı olarak travmatik olaya tanık olmasını ve öğrenmesini içermektedir (De Bellis ve Zisk, 2014, akt. Şahnaoğlu, 2021). Travma sonucu, kişilerde oluşmuş güvensiz bağlanma modelleri kişilerin ilerleyen zamanlarda kuracakları ilişkileri etkileyecektir. Bu durum kişilerde başka insanlara karşı bağımlılık geliştirmeye, diğerlerine karşı kontrolcü olma isteğine, başkalarına karşı saldırgan olmaya, ilişki kurmaktan korkmaya, ilişki kurduğu kişiler tarafından sömürge altına alınmaya sebep olabilmektedir (Barker, 2010).

Bu çalışmada bağlanma stilleriyle ilişkili olarak ele alınan diğer bir değişken ise bilişsel çarpıtmalardır. Bilişsel çarpıtmalar; kişilerin hayatlarında deneyimlerine verdikleri anlamın yanlış veya taraflı olması olarak tanımlanabilmektedir

(Kaya,2018). Bu yanlış veya taraflı olan mantık dışı bilişler sağlıklı insanlarda da zaman zaman ortaya çıkmaktadır ancak ruhsal sorunları olan insanların bu bilişlere sahip olma durumu daha fazla olabilmektedir (Beck, 1979). Bu kavram Bilişsel Terapi çerçevesinde ele alınmaktadır ve çocukluk yıllarından itibaren şekillenmeye başlamaktadır. Bebeklik veya çocukluk döneminde oluşturulan bağlanma örüntüleri de yetişkinlik yaşlarındaki bilişsel işlevlerle ilişkili bir faktördür. Kişilerin bebeklik döneminde oluşturdukları güvensiz bağlanma örüntüleri (kaygılı-kararsız, kaçınmacı) yetişkinlik döneminde olumsuz bilişsel işlevlerin oluşmasına neden olabilmektedir (Şahin ve Yaka, 2010). Yetişkinlik dönemindeki bilişsel işlevler diğer ilişkiler gibi bireyin romantik ilişkileri üzerinde de belirleyici olabilmektedir. Romantik ilişkilerde oluşan yanlış inanç ve çarpıtmalar kişilerin ilişkilerinin nasıl olması gerektiği, ilişki beklentileri veya ilişki içindeki olayları algılama şekilleri ile oluşmaktadır (Addis ve Bernard, 2002). Oluşan bu inanç ve çarpıtmalar bireylerin ilişkilerine zarar verebilmekte, onları gerçek dışı beklentilere sürükleyebilmektedir (Demirtaş-Zorbaz vd., 2015). Romantik ilişki içerisinde olan çiftler arasında yaşanan anlaşmazlıklar da bireylerde ön yargılar oluşmasına yani bilişsel hatalar üretilmesine sebep olabilmektedir (Dattilio, 2010).

Literatür incelendiğinde çocukluk çağı travmaları ve bağlanma stillerini ele alan araştırmalar mevcuttur (Çağatay, 2014; Muşdal-Çelebi ve Polat, 2019; Polat-Balcı, 2011; Seyfeli ve Şener, 2022; Set ve Çelik, 2023). Bireylerin bağlanma stilleri ile bilişsel çarpıtmaları arasındaki ilişkileri inceleyen çalışmalar da mevcut olmakla (Çam ve Şahin-Çelik, 2018; Onur, 2021; Yazıcı-Çelebi, Odacı ve Kaya, 2021) birlikte bu üç değişkeni romantik ilişki yaşayan kişi örnekleminde ele alan çalışmaya rastlanmamıştır. Bu araştırma sonuçlarının bu bağlamda literatüre katkıda bulunacağı düşünülmektedir.

Araştırmanın Amacı

Bu araştırmada, romantik ilişkisi olan bireylerde çocukluk çağı travmaları, ilişkiye yönelik bilişsel çarpıtmalar ve bağlanma stilleri arasındaki ilişkinin incelenmesi amaçlanmaktadır. Araştırmanın diğer amacı ise romantik ilişkisi olan bireylerde bağlanma stillerinin sosyodemografik değişkenler (cinsiyet, romantik ilişki

süresi, romantik ilişki çeşidi, günlük sosyal medya kullanım süresi, algılanan aile tutumu) açısından incelenmesidir.

Araştırmanın Hipotezleri

1. Romantik ilişkisi olan bireylerin çocukluk çağı travmatik yaşantıları ve ilişkilerle ilgili bilişsel çarpıtmaları, bağlanma stilleri ile anlamlı düzeyde ilişkilidir.
2. Romantik ilişkisi olan bireylerin çocukluk çağı travmaları ile ilişkilerle ilgili bilişsel çarpıtmaları bağlanma stillerinin anlamlı birer yordayıcısıdır.
3. Romantik ilişkisi olan bireylerin bağlanma stilleri sosyodemografik değişkenler (cinsiyet, romantik ilişki süresi, romantik ilişki türü, günlük sosyal medya kullanım süresi, algılanan aile tutumu) açısından anlamlı düzeyde farklılaşmaktadır.

Araştırmanın Önemi

Romantik ilişki her bireyin en az bir kere deneyimleyeceği bir yaşam görevi olarak düşünülebilir. Her bireyin karşılaştacağı bu ilişki çeşidinden alınacak doyum kişilerin ruhsal durumları ve sosyal hayatları üzerinde de etkili olacaktır. Romantik ilişkilerinde sorun yaşayan kişilerin ruh sağlığı bu durumdan etkilenmektedir. Ayrıca bu kişilerin sosyal hayatlarında ilişki içinde bulunduğu diğer kişilere karşı davranışlarında değişiklikler olabilmektedir. Evlilikle sonuçlanan romantik ilişkilerin niteliği evlilik içindeki çocukların da ruhsal niteliğini olumlu veya olumsuz olarak etkileyecektir. Bu durum da gelecek nesillerdeki bireylerin ilişki algısını, evlilik uyumunu ve eşleriyle aralarında oluşacak bağı etkileyebilmektedir. Romantik ilişkilerin sağlıklı bir şekilde yürütülebilmesi evlilik kurumunun ve sağlıklı aile yapılarının korunması açısından önemlidir. Bu durum da romantik ilişkisi olan kişilerle yapılacak çalışmaların önemini ortaya koymaktadır.

İnsanların hayatlarında bu kadar önemli yer tutan ve genellikle mutlu olma beklentisiyle girdikleri romantik ilişkiler her zaman çiftlerin beklentilerini karşılayacak yönde ilerlemeyebilir. Bunun bir sebebi romantik ilişkilerin birçok değişkenden etkilenmesi ve kişilerin ilişkilerden beklentilerinin kişiden kişiye farklılık göstermesi olabilir. Romantik ilişkileri etkileyen değişkenlerden bir tanesi çiftler

arasında kurulacak bağın nasıl olduğudur. İnsan yaşamında annenin hamile kalması ile başlayan bağlanma süreci doğumdan sonra insanların kendilerine bakım veren kişilerle arasında olan bağla gelişmektedir. Romantik ilişki içerisinde bulunan bireyler arasında da bu bağ süreci devam etmektedir. Bireylerin doğdukları andan itibaren edindikleri deneyimler ilerleyen yıllarındaki tecrübelerini de etkilemektedir. Bu nedenle bebeklik döneminde oluşturulmuş bağlanma stillerinin çocukluk ve yetişkinlik yıllarında kurulacak ilişkilerdeki bağlanma stillerini de etkilemesi kaçınılmazdır. Bu ilişkilerden bir tanesi olan romantik ilişkiler de bu durumdan etkilenecektir. Çiftler arasındaki ilişkinin ilerleyebilmesinin önemli noktalarından bir tanesi aralarında derin bağların var olmasıdır. Çiftlerin arasındaki bağlanma türü ilişkilerinin gidişatını ve memnuniyetini etkilemektedir. Sağlıklı ve mutlu bir romantik ilişkinin sürdürülebilmesi için çiftler arasında olan bağlanma türünün önemi büyüktür. Çiftler arası bu kadar önem taşıdığı düşünülen bağlanma stilleri üzerinde de etkili olabilecek pek çok değişken mevcuttur.

Kişilerdeki bağlanma örüntülerinin bebeklikten itibaren oluştuğu düşünüldüğünde kişilerin bebeklikten itibaren çocukluk dönemlerindeki yaşantılarının bu örüntüler üzerinde etkili olacağı öngörülmektedir. Çocukken çeşitli travmatik yaşantılara maruz kalan kişilerle hiçbir travmatik tecrübesi bulunmayan kişilerin bağlanma stillerinin aynı olmayacağı düşünülmektedir. Bağlanma stili aynı olmayan kişilerin romantik ilişki içerisindeki tutum ve davranışlarının farklılaşması beklenen bir durumdur. Bu durum da romantik ilişkilerin gidişatını ve ilişkiden alınan verimi etkileyecektir. Ayrıca bireylerin geçmiş dönemlerinde edindikleri kötü tecrübeler insanlarda olumsuz ve mantık dışı düşüncelere ve uyumsuz inançların oluşmasına sebep olabilmektedir. Bu inanç ve hatalı düşüncelerin de çiftler arasında oluşacak bağlanma örüntülerine zarar vereceği ve ilişkinin gidişatını olumsuz olarak etkileyeceği tahmin edilmektedir.

Literatürde romantik ilişkisi olan bireylerde bağlanma stilleri, çocukluk çağı travmaları ve bilişsel çarpıtmalarını ele alan çalışmalar mevcuttur ancak bu üç değişkeni romantik ilişkisi bulunan kişiler kapsamında ele alan çalışmaya rastlanmamıştır. Bu değişkenler arasındaki ilişkinin araştırılması literatüre katkı sağlayacaktır. Ayrıca ilişkilerde bağlanma stilleri araştırma kapsamında yer alan sosyodemografik değişkenler açısından da incelendiğinde bağlanma stillerinin hangi

sosyodemografik değişkenlerden etkilendiği veya etkilenmediği araştırma sonucunda görülebilecektir. Elde edilecek verilerin daha sonra yapılacak çalışmalar için kaynak olabileceği öngörülmektedir. Araştırmanın romantik ilişki içerisinde bulunan bireylere yönelik olması romantik ilişkisi olan kişilerin bağlanma örüntülerinin anlaşılmasına katkı sağlayacağı ve çift terapisinde bu bilgilerden yararlanabileceği düşünölmektedir. Bu durum ise çiftlere daha kaliteli ve verimli bir danışma hizmeti sunmaya katkı sağlayabilecektir. Araştırma sonuçlarında bağlama stilleri ile birlikte ele alınan değişkenlerin bağlanma üzerinde etkili olup olmadığı görülebilecektir. Bebeklikten itibaren daha sağlıklı bir bağlanma örüntüsü geliştirebilmesi adına ocuk sahibi olmak isteyen çiftlere yapılacak olan danışmanlık çalışmalarında bu bilgilerden faydalanabileceği düşünölmektedir.

Araştırmanın Varsayımları

Araştırma örneklemi içinde yer alan bireylerin kendilerine uygulanan ölme araçlarındaki sorulara kendilerini yansıtan cevaplar verdiği varsayılmaktadır.

Araştırmanın Kapsamı ve Sınırlılıkları

1. Araştırma grubu 2023-2024 yılları arasında Rize ilinde ikamet etmekte olan ve romantik ilişkisi olan 20-45 yaş arasında olan kişilerle sınırlıdır.

2. Araştırma kapsamında toplanacak veriler Rize ilinde ikamet eden romantik ilişkisi bulunan kişilere uygulanan İlişkilerle İlgili Bilişsel arpıtmalar Ölçeği, Yakın İlişkilerde Yaşantılar Envanteri, ocukluk ağı Ruhsal Travmalar Ölçeği ve araştırmacının geliştirmiş olduğu Sosyodemografik Bilgi Formuna verdikleri cevaplarla sınırlıdır.

Tanımlar

Romantik İlişki: İki insan arasında oluşan duygusal, psikolojik ve cinsel bağı içeren yakın ilişki örüntüsüdür (Sternberg, 1986).

Bilişsel arpıtma: Kişilerin kendilerini ve çevresinde bulunan kişileri hatalı işlevsel olmayan inançlarına uygun hale sokabilmek için çarpık bir algı geliştirmesi durumudur (Beck, 2006). “Bilişsel hata” olarak da adlandırılır (Türkçapar, 2022).

Çocukluk Çağı Travması: Çocukluk çağı travması, kişilerin çocukluk veya genç erişkinlik dönemlerinde karşılaştıkları fiziksel ve duygusal istismar ile fiziksel ve duygusal ihmalle ilgili karşılaştıkları tüm yaşanmışlıklara verilmiş bir isimdir (Demirkapı, 2013). Çocukluk çağı travmaları çocuğun travmaya doğrudan maruz kalmasını veya dolaylı olarak travmatik olaya tanık olmasını veya öğrenmesini içerir (De Bellis ve Zisk, 2014, akt. Şahnaoğlu, 2021).

Bağlanma: Dünyaya yeni gelmiş bir bebekle onun bakımını üstlenen kişi arasında oluşacak bağıdır. Bu bağ bebeğin kendisine bakım veren kişinin olumlu veya olumsuz olmasından, kendisine verdiği değerden etkilendiği için kişiden kişiye farklılaşmaktadır (Bowlby, 1973).

Bağlanma Kuramı: Bowlby (2013) tarafından ortaya konan, insanın dünyaya geldiği andan itibaren hayatta olduğu sürece ilişkide bulunduğu tüm insanlara ve kendisine yönelik oluşturduğu algının ele alındığı bir kuramdır.

Bağlanma Stili: Bireylerin bebeklik dönemlerinden itibaren ortaya çıkmaya başladığı ve süreklilik arz ettiği düşünülen, kişilerin başka insanlarla kurdukları ilişki örüntüsüdür (Şen, 2007).

1. KURAMSAL ÇERÇEVE VE İLGİLİ ARAŞTIRMALAR

1.1. Çocukluk Çağı Travmatik Yaşantıları

1.1.1. Travmanın Tanımı ve Tarihçesi

Travma kelime anlamı olarak; *“sarsıntı, bir doku veya organın yapısını, biçimini bozan ve dıştan mekanik bir tepki sonucu oluşan yerel yara, örselenme”* anlamlarına gelmektedir (TDK, 2023). Herman’a (2019) göre ise travma; kişileri davranış ve duygu bakımından tehdit eden, onları umutsuzluğa sürükleyen, hafıza, düşünce ve duyguların işleyişlerinde anormalliklere sebep olan durumlardır.

18. yüzyılda ve öncesinde travmatik olayların bireylerin psikolojileri üzerinde etkili olduğu düşünülmemiş ve travma sonrasında psikolojik sıkıntılar yaşayan kişilerin bedensel bir hastalığı olduğuna inanılmıştır. 19. yüzyılda yapılan çalışmalar incelendiğinde ise psikanalitik kuramdan başka “travma” kavramını fiziksel travma anlamı dışında kullanan olmamıştır (Herman, 2019). 1870’li yıllarda meydana gelen Fransa–Prusya Savaşından sonra travmatik olayların sadece fiziksel değil psikolojik hasarlar bıraktığı görüşü benimsenmiş ve bu hastalara “travmatik nevroz” denilmesi önerilmiştir (Çolak, Kokurcan ve Özsan, 2010). Travma kavramının psikoloji alanında ilk resmi kullanımı ise 1980’li yıllarda DSM III’te Travma Sonrası Stres Bozukluğunun tanımlanması ile ortaya çıkmıştır (Özen, 2017). Travmanın psikolojik boyutuna dair ilk çalışmalar da Fransız nörolog Jean-Martin Charcot tarafından histeri hastaları üzerinde yaptığı çalışmalarla ortaya çıkmıştır (Erdoğan ve Öztürk, 2018). Travmatik deneyim ise kişilerin doğrudan yaşadığı veya dolaylı yoldan tanık olduğu ölüm, yaralanma veya hastalıkla sonuçlanan olaylar olarak tanımlanmaktadır. Afetler, riskli hastalıklar, kazalar, savaşlar, saldırılar, tecavüz, taciz, bir yakınıni kaybetme, işkence bu olaylara örnek gösterilebilmektedir (APA, 2000). Travmatik olayların oluşmasında doğal faktör etkili olabileceği gibi insanın kendi etkisiyle de bu olaylar oluşabilmektedir (APA, 2013).

Travmaya doğrudan veya dolaylı olarak maruz kalmak kişilerin işlevlerinde bozulmalara yol açabilmektedir (Litz ve Roemer, 1996). Travma ile karşı karşıya kalmış bireylerde bireyin kendilik duygusu, kimliği ve bireysel yeterliliğinin zarar görebildiği gözlenmiştir (Herman, 2019). Bunların sonucunda da kişilerin çevreye

uyum sağlama becerilerinde bozulmalar meydana gelebilmektedir (Zara, 2011). Bununla birlikte travmatik olaylara maruz kalan kişiler olayları hatırlatıcı unsurlardan kaçmak isteyebilirler, bu durum da travmaya maruz kalan kişilerin sosyal olarak geri çekilmesine ve yalnızlaşmasına sebep olabilmektedir (Oflaz vd., 2010). Kişilerin sosyal olarak geri çekilmesi ve yaşadığı olay ile arasında kurduğu travmatik bağ ise kişinin içinde bulunduğu topluma yeniden uyum sağlamasını ve iyileşmesini olumsuz yönde etkilemektedir. Ayrıca travma öncesi kendisini yeterli olarak değerlendiren bireylerin travmatik olayları yaşamasının ardından öz saygı ve özgüven duygularında kayıplar olabilmektedir (Oflaz vd., 2008).

Herman'a (2019) göre insanlar travmatik olay yaşadıklarında ilk olarak o olayı unutma yönünde bir eğilim göstermektedirler. Ancak unutma olarak kendini gösteren bu reddedişin yanı sıra bireylerin olayları dile getirme istekleri de aslında bir o kadar fazladır. Bu çatışmalı durum bireylerin iyileşmeleri önündeki en büyük engeldir (Savi-Çakar, 2022). Sungur (1999), travma yaşamış kişilerin yaşadıklarına anlam verebilmek adına travmatik olayları tekrar deneyimlemek istediklerini söylemiştir. Daha önce savaşa katılmış ve savaşlardan nefret ettiğini söyleyen bir askerin yeniden asker olmak için başvuru yapması, çocukken cinsel istismara uğrayan veya şiddet gören kişilerin kendi çocuklarını da istismar etmesi bu durumlar için örnek gösterilmektedir (Sungur, 1999). Travmaya doğrudan maruz kalanların yanı sıra dolaylı olarak travma deneyimi bulunan kişilerin de karşılaştıkları birçok problem bulunmaktadır. Travmaya tanıklık edenler veya travma yaşayanların yakınlarında "ikincil travmatik" stres olarak adlandırılan belirtiler görüldüğü saptanmıştır ayrıca bu kişilerin travmaya daha fazla eğilimleri olduğu belirlenmiştir (Savi-Çakar, 2022).

1.1.2. Travma Kriterleri

Bir olayın veya durumun travma niteliği taşıyabilmesi için DSM-V'e göre şu özellikler taşıması gerekmektedir;

1. Yıpratıcı yaşam olaylarını yaşamak,
2. Başka kişilerin başına gelen yıpratıcı yaşam olaylarına tanık olmak,
3. Aile yakınının veya arkadaşının başına yıkıcı bir olayın geldiğini öğrenmek,
4. Yaşanılan travmatik olayların görüntülerine, ayrıntılarına sürekli olarak maruz kalmak.

Üstün (2019) ise kişilerin yaşadıkları bir olayın psikolojik travma olarak değerlendirilebilmesi için gerekli olan öğeleri şu şekilde sıralamıştır;

- ✓ Olayın ani ve beklenmedik bir şekilde gerçekleşmesi,
- ✓ Kontrol edilebilirliğinin düşük olması,
- ✓ Sıra dışı bir olay olması,
- ✓ Olayın kişiler üzerinde sürekli ve kalıcı bir problem oluşturması,
- ✓ Gerçekleşen olayın başkalarının sorumluluğunda olduğunun düşünülmesi.

Tedeschi ve Calhoun (1995), yaşanan bir olayın travmatik olarak adlandırılabilmesi için karşılaşılan olayın kontrol edilmesinin güç olması, kalıcı ve tekrarlayıcı sorunlar yaşatması, sıra dışı olması özelliklerini taşıması gerektiğini söylemişlerdir.

1.1.3. Çocukluk Çağı Travmaları

Travma toplumlarda sıkça rastlanan bir olgudur ve yapılan araştırmalarda toplumda travma ile karşılaşma oranının %60-70 arasında olduğu düşünülmektedir (Bingöl, 2021). Hoven ve arkadaşları (2004) ise bu travma deneyimlerinin büyük bir kısmının çocukluk çağında yaşandığını söylemişlerdir. Travmatik deneyimler insanlar üzerinde her yaşta psikolojik sorunlara yol açabilmektedir ancak kişilerin çocukluk döneminde karşılaştıkları durumla mücadele edebilme yetisi yetersiz olduğundan çocuklarda bu risk daha fazladır (Kurt, 2019). Ayrıca insan beyni çocukluk döneminde gelişme aşamasında olduğu için olumlu ve olumsuz yaşam tecrübelerinden daha fazla etkilenebilmektedir (Öklük, 2018).

Çocukluk çağında yaşanan travmaları insanın yeryüzünde var olduğu andan itibaren ele almak mümkündür (Polat, 2007). Çocukluk çağı travması kişilerin çocukluk veya genç erişkinlik dönemlerinde karşılaştıkları istismar ve ihmalle ilgili tüm yaşantılarına verilmiş bir isimdir (Demirkapı, 2013). Bu travmalar annenin hamileliği ile başlamaktadır ve kişinin on sekiz yaşına kadarki yaşadığı tüm travmatik olayları kapsamaktadır (Entringer vd., 2015). Çocukluk çağı travmalarına dünya üzerindeki bütün toplumlarda rastlanmaktadır (Kara vd., 2004).

Çocukluk çağı travmaları çocuğun travmaya doğrudan maruz kalmasını, dolaylı olarak travmatik olaya tanık olmasını veya travmatik olayı öğrenmesini içermektedir (De Bellis ve Zisk, 2014, akt. Şahnaoğlu, 2021). Fiziksel istismar,

duygusal istismar ve cinsel istismar, fiziksel ihmal ve duygusal ihmal çocukluk çağı tarvmalarının alt başlıklarını oluşturmaktadır (Şar vd., 2012).

1.1.3.1. İstismar

Dünya Sağlık Örgütü'nün (DÖS) 1985 yılında yapmış olduğu tanıma göre çocuk istismarı, bir toplumda yaşayan insanlar veya devlet tarafından kasti veya istemeyerek yapılan, çocuğun fiziksel ve sosyal yönden gelişimini, sağlığını olumsuz yönde etkileyen olay ve davranışların tümüdür (Siyez, 2003). Çocuğa karşı uygulanan istismar davranışı, çocuğun doğduğu andan itibaren içinde bulunduğu her ortamda (ev, okul, mahalle ve oyun parklarında) ve farklı şekillerde ortaya çıkabilen toplumsal bir problemdir (Bayraktar, 2015).

Dünya Sağlık Örgütü (DÖS) (2023), çocuk istismarını; fiziksel istismar, cinsel istismar, duygusal ve psikolojik istismar şeklinde gruplandırmıştır. Çocuk ihmali ise, çocuğa bakımını üstlenmekle yükümlü kişilerin çocuğun fiziksel ve duygusal ihtiyaçlarını karşılamaması durumudur (Pelendecioğlu ve Bulut, 2009). İhmal ve istismar birbirlerinden ayrı kavramlardır. İstismarda aktif bir davranış söz konusu iken ihmalde ise pasif davranış söz konusudur (Öklük, 2018). Ayrıca, istismar davranışı süreklilik göstermezken, ihmal davranışının kronik olma eğilimi vardır (Kara vd., 2004).

1.1.3.1.1. Fiziksel İstismar

Geçmişten günümüze kadar birçok kaynakta çocuk istismarı konusuna yer verildiği görülmektedir (Kara vd., 2004). Fiziksel istismar en genel tabiri ile çocuğun bedeninin bir yetişkin tarafından örselenmesi durumudur (Kulaksızıoğlu, 2000). Güler ve arkadaşları (2002) fiziksel istismarı “bir çocuğun şiddete maruz kalması ve başka birine uygulanan şiddete tanık olması” olarak değerlendirmiştir. Genel bir tanım olarak da “bir çocukta kaza olmaksızın oluşan yaralanma” şeklinde tanımlanabilmektedir (Pelendecioğlu ve Bulut, 2009). Bu yaralanmaların ebeveynlerin çocuklarını cezalandırmak istediklerinde veya bir olayı kontrol edemediklerinde ortaya çıkma olasılığı daha fazladır ve en sık olarak “çocuğa şiddet uygulama” olarak ortaya çıkmaktadır (Kara vd., 2004).

Fiziksel istismara maruz kalan çocuklarda yumuşak doku zedelenmeleri, yanıklar, zehirlenme ve gelişim geriliği olabilmektedir (Polat, 2001). Fiziksel istismar

kişilerde gözle görülebilecek hasarlara sebep olduğu için fark edilmesi en kolay olan istismar çeşididir (Güler vd., 2002). Ayrıca çocukluk döneminde en sık karşılaşılan istismar türü de fiziksel istismardır (Pelendecioğlu ve Bulut, 2009).

Kaplan ve arkadaşları (1999), fiziksel istismar olaylarının daha çok 4-8 yaşları arasında yaşandığını belirterek yaş ilerledikçe fiziksel istismara maruz bırakılma oranında azalma yaşandığını söylemiştir. Burada ayrıca çocuğun fiziksel olarak zarar görmesinin dışında duygusal olarak da örselenmesi söz konusudur (Güler vd., 2002). Fiziksel istismara maruz kalmış çocukların ileriki yaşlarında kuracakları ilişkilerde zorluk yaşamaları, başka kişilere karşı fiziksel istismar içeren davranışlar sergilemeleri, okul başarısızlığı yaşamaları daha olası durumlar olarak değerlendirilmektedir (Gökler, 2002; Helvacı-Çelik ve Hoccoğlu, 2018). Ayrıca fiziksel istismara maruz kalmış kişilerde madde kullanımı olasılığının daha fazla olduğu görülmüştür. Bu kişilerin bilişsel ve duygusal problemler yaşamaları ve psikiyatrik sorunlara sahip olma olasılıkları da fiziksel istismara uğramamış kişilere oranla daha fazladır (Helvacı-Çelik ve Hoccoğlu, 2018).

1.1.3.1.2. Duygusal İstismar

Duygusal istismarı çocuğa bakmakla yükümlü olan kişilerin çocuğa karşı kasten veya kasti olmayarak onun ruh sağlığını bozucu, alaycı, küçümseyici, küçük düşürücü şekilde konuşması veya bunları içeren davranışlarda bulunması olarak tanımlamak mümkündür. Bunun yanı sıra çocuğun sağlıklı bir şekilde gelişimini sürdürebilmesi için gerek duyduğu sevginin, ilginin ve bakımın çocuğa bakmakla yükümlü kişilerce verilmemesi de duygusal istismar olarak nitelendirilebilir (Bahar vd., 2009). Literatüre bakıldığında diğer çocukluk çağı travmalarına kıyasla duygusal istismara yönelik çalışmalara daha az rastlanmaktadır. Bunun sebebi olarak da duygusal istismarın diğer istismar türleri ile kıyaslandığında tanınmasının ve anlaşılmasının daha zor olması gösterilmiştir (Yılmaz, 2022). Diğer istismar türlerinden birine maruz kalmış kişi aynı zamanda duygusal olarak da örselenmiştir ve bu durumda duygusal istismarın diğer istismar türlerini kapsadığı söylenebilmektedir (Bozgun ve Pekdoğan, 2018). Duygusal istismar somut fiziksel bulgularının olmayışı ve diğer istismar türleri ile de birlikte görülebilecek olması onu diğer istismar türlerinden farklı kılmaktadır (Polat, 2007).

Duygusal istismar diğer istismar türlerine göre karşılaşılan en yaygın olan istismar türüdür (Kulaksızoğlu, 2001). Bu istismar çeşidi genellikle çocukla yakın ilişkisi olan kişiler tarafından gerçekleştirilmektedir. Başta çocuğun ebeveynleri olmak üzere akrabaları ve okuldaki çevresi bu yakın çevrenin içinde yer almaktadır (Polat, 2007).

Çocuk İstismarına İlişkin Amerikan Profesyonel Topluluğu (APSAC) duygusal istismar içeren ebeveyn davranışlarını altı kategoride ele almıştır. Bunlar;

- ✓ Reddetme/Aşağılama: Ebeveynlerin çocuklarına yönelik kullandıkları her türlü sözel veya davranışsal reddedici ve aşağılayıcı ifadelerin tümü olarak tanımlanmaktadır.
- ✓ Terörize etme: Çocuğa bakımını üstlenen kişi tarafından çocuğa yönelik ona fiziksel zarar vereceği, tek başına bırakılacağı, öldüreceği, sevdiklerine zarar vereceği yönünde olan tehditkâr davranışlardır.
- ✓ İzole etme: Çocuğun akranlarıyla veya yetişkinlerle iletişim kurmasını engellemek, çocuğu yaşadığı alana hapsetmek davranışlarını içerir.
- ✓ Kötüye kullanma/Suçla yönelme: Çocuğun, bakımını üstlenen kişi tarafından antisosyal, kendine zarar verici veya suça yönelten davranışlar sergilemesi için cesaretlendirilmesidir.
- ✓ Duygusal tepki vermeyi reddetme: Çocuğun bakımını üstlenen kişinin çocukla sadece gerekli durumlarda iletişim kurması, sevgi ve şefkat göstermemesi, ilgisizlik durumlarını içine almaktadır (Berliner, ve Elliott, 1996).
- ✓ Ruh sağlığı ihmalı, tıbbi ve eğitsel ihmal; çocuğa bakım veren kişinin çocuğun tıbbi, eğitsel ve ruhsal ihtiyaçlarını karşılamaması ve sorunlarının çözümünde kayıtsız kalması durumlarını içermektedir (Helvacı-Çelik ve Hocaoglu, 2018).

1.1.3.1.3. Cinsel İstismar

Psikososyal yönden gelişimi tam olmayan çocuğun bir yetişkin tarafından cinsel tatmin amacı ile kullanılması durumu “cinsel istismar” olarak adlandırılmaktadır (Kara vd., 2004). Ayrıca çocuklar arasında kontrol yeteneği, güç oranı ve yaşları arasında belirgin bir fark olması durumunda bir çocuk tarafından da gerçekleştirilebilmektedir (Polat, 2001). Topbaş’ ta (2004) cinsel istismarı, gelişimsel olarak olgunlaşmamış bir çocuğun veya ergenlik dönemindeki bireyin bir yetişkin

tarafından cinsel istek ve ihtiyaçlarını karşılanması amacı ile kullanılması olarak tanımlamıştır. Çocukla cinsel konular içeren sohbetlerde bulunmak, çocuğun cinsel organına dokunmak veya kendi cinsel organına dokunması için ona baskı yapmak, çocukla cinsel ilişki yaşamak, çocuğu pornografik görüntüye maruz bırakmak veya çocuğun pornografik görüntülerini çekmek cinsel istismar kapsamına dâhil edilecek durumlardır (Green,1996, akt. Şen, 2019).

Çocuk istismarları içerisinde tespit edilen en güçlü olan istismar türü cinsel istismardır (Kara ve vd., 2004). Bu istismar türü genellikle ebeveynlerden saklanması dolayısıyla araştırma verilerinde az sayıda cinsel istismar verisine rastlansada yaşanan istismarların yaklaşık %15'inin verilere yansıyan kısım olduğu, büyük çoğunluğunun verilere yansımadığı düşünölmektedir (Molnar vd., 2001). Cinsel istismarın çocuğun üzerinde oluşturduğu etki ve klinik özellikler; çocuğun kendisine istismarda bulunan kişi ile ilişkisine, istismarın türüne, istismar sırasında şiddet maruz kalıp kalmamasına, çocuğun yaşına, gelişim özelliklerine ve travma yaşamadan önceki psikolojik gelişimine göre değışim göstermektedir (Aktepe, 2009).

Faller (1990), cinsel istismarın 7 alt grupta ele alınabileceğini söylemiştir;

1. Temas İçermeyen Cinsel İstismar: Seksi konuşmalarda bulunma, teşhir (istismarcının çocuğa cinsel organlarını göstermesi veya mastürbasyon yaparken kendini çocuğa izletmesi durumu) ve röntgencilik (istismarcının çocuğun özel bölgelerini çıplakken izlemesi) durumları temas içermeyen cinsel istismar türlerindendir.
2. Cinsel Dokunma: Çocuğa istismarda bulunan kişinin çocuğun özel olan bölgelerine eli ile temas etmesi veya çocuğun eli ile kendi özel bölgelerine temasını sağlaması ile gerçekleşen istismar türüdür.
3. Oral- Genital Seks: İstismarcının çocuğun genital bölgesine yönelik yaptığı öpme dokunma vb. şeyleri içeren istismar çeşididir.
4. İnterfemoral İlişi: İstismarcının çocuğun bacağına cinsel organını sürmesi yoluyla yaptığı istismardır.
5. Seksüel Penetrasyon: İstismarcının parmaklarını bir objeyi veya cinsel organını çocuğun vajinasına, anüsüne ya da ikisine birden yerleştirdiği istismar çeşididir.

6. Cinsel Sömürü: Çocukların görüntüleri, fotoğraf, video veya bedenlerinin cinsel doyum sağlamak amacıyla kullanılmasıdır.
7. Başka istismar türlerini içeren cinsel istismar: Yukarıda anlatılan cinsel istismar türlerinden farklı olarak gerçekleştiren istismar türüdür.

1.1.3.2. İhmal

Çocuğa bakmakla yükümlü kişiler tarafından çocuğun temel ihtiyaçlarının karşılanmaması durumuna “ihmal” denilmektedir (Çelik, 2009). İhmal “*kötü bakım*” olarak da isimlendirilmektedir ve çocuğun temel ihtiyacı olan bakımı alamaması, gereksinimlerinin karşılanmaması ve çocuğun korunamaması durumudur (Polat, 2007). İhmal çocuğun ebeveynlerinin ya da çocuğa bakım veren kişinin yükümlü olduğu davranışları yerine getirmemesi sonucu ortaya çıkmaktadır (Konanç, 1991). İhmal istismarla karşılaştırıldığında sınırlarının belirlenmesi daha zor olan bir kavramdır.

Zoroğlu ve arkadaşları (2001) ele aldıkları çalışmalarında en sık bildirilen ruhsal travmanın ihmal olduğunu, ihmalden sonra en sık karşılaşılanların ise duygusal, fiziksel, cinsel istismarın olduğunu söylemişlerdir. İhmal fiziksel ihmal, duygusal ihmal ve eğitim ihmali olarak sınıflandırılabilir (Kırbaç, 2017).

1.1.3.2.1. Fiziksel İhmal

Fiziksel ihmal annenin hamile kalması ile başlayan bir süreçtir. Annenin hamilelik sürecinde sigara ve alkol alması ve yetersiz beslenmesi de fiziksel ihmal kavramı içinde değerlendirilmektedir (Can, 2016). Fiziksel ihmale çocuğa bakmakla yükümlü kişilerce çocuğun yeme, içme, barına, temizlik gibi yaşamsal ihtiyaçlarının karşılanmaması durumları örnek gösterilebilir (Helvacı-Çelik ve Hoccoğlu, 2018). Fiziksel ihmal belirlenmesi en kolay ihmal çeşididir. Çocuğun dengeli ve düzenli beslenmemesi, giyiminin özensiz olması, genellikle kirli eski kıyafetler giymesi tespiti kolaylaştırır (Karaman, 1993).

1.1.3.2.2. Eğitim İhmali

Çocuğa bakım veren kişilerin istemli olarak çocuğun eğitim ihtiyaçlarını gidermemesi veya eğitim durumuna destek vermemesi olarak ele alınan bir durumdur

(Zara, 2012, akt. Akbayrak, 2018). Çocuğunu okula göndermemek, devamsızlık yapmasına göz yummak, eğitim ihtiyaçlarını karşılamamak eğitim ihmali kapsamındadır (Gaudin, 1995). Ebeveynlerin ekonomik kazançlarını alkol ve sigara başta olmak üzere zaruri olmayan şeyler için kullanması ve çocuğun eğitimi için gerekli parayı temin etmemesi, ekonomik sebeplerden dolayı sürekli taşınarak okul değiştirmesine sebebiyet vermesi ve bu durumdan çocuğun eğitim hayatının olumsuz etkilenmesi durumları da eğitim ihmali kapsamında değerlendirilebilir (Polat, 2007).

1.1.3.2.3. Duygusal İhmal

Duygusal ihmal, çocuğa gerekli sevginin, ilginin gösterilmemesi, ihtiyaçlarının karşılanmaması, çocuğun reddi, yok sayılması, okula gönderilmemesi durumlarını içerir (Hergüner, 2011). Beyazova ve Şahin' de (2011) duygusal ihmali Çocuğun ihtiyaç duyduğu sevgi ve ilgiden yoksun bırakılması, sahip olduğu yeteneklerin görmezden gelinmesi, başarılarının takdir edilmemesi ve çocuğun yok sayılması olarak ele almışlardır. Hoşoğlu (2009), ebeveynlerin çocuklarına karşı gülümseme, başını okşama vb. yakın davranışları sergilememesini duygusal ihmal olarak ifade etmiştir.

Duygusal ihmal de duygusal istismar gibi belirgin olarak fark edilmesi zor bir unsurdur. Ebeveynlerin çocukları ile arasına mesafe koyduğu, olumlu veya olumsuz davranışlarını göz ardı ettiği bütün durumlar için duygusal ihmal olduğu söylenebilir (Karaman, 1993). Çocukluk döneminde duygusal ihmale maruz kalınması diğer ihmal ve istismar türleri üzerinde de etkili olmaktadır. Duygusal ihmalin yaşandığı ortamlarda duygusal ve fiziksel istismarın yaşanması olası durumlardır ve bunlara maruz kalan çocukların yanlış davranışlarda bulunması söz konusu olabilir (Polat, 2007).

1.1.4. Çocukluk Çağı Travmaları ile İlgili Yapılan Çalışmalar

Karakuş (2012), çalışmasında ergenlerin çocukluk çağı istismarı ve bağlanma stillerini ele almıştır. Araştırmanın sonucunda güvenli bağlanma stili ile duygusal istismar arasında negatif yönde anlamlı bir ilişkinin olduğu görülmüştür. Saplantılı bağlanma stili ile fiziksel istismar arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki söz konusudur. Ayrıca kayıtsız bağlanma stili ile duygusal istismar arasında pozitif yönde

anlamalı bir ilişkinin olduğu ve korkulu bağlanma stili ile fiziksel istismar arasında pozitif yönde anlamalı bir ilişkinin olduğu sunucuna ulaşılmıştır

Çağatay (2014), çalışmasını 425 üniversite öğrenci ile yürütmüştür. Üniversitede öğrenim gören öğrencilerin çocukluk döneminde yaşadıkları travmatik olaylar ile bağlanma stilleri ve savunma mekanizmaları arasındaki ilişkinin incelenmesinin amaçlandığı bu çalışmada travma düzeyi ile saplantılı ve kayıtsız bağlanma stilleri arasında pozitif yönde anlamalı bir ilişki olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Travmatik deneyim düzeyi ile güvenli ve korkulu bağlanma stili arasında anlamalı bir ilişki olmadığı tespit edilmiştir.

Peker (2017), yaptığı çalışmada 18 yaşından büyük kişilerin çocukluk çağında karşılaştıkları travmatik deneyimlerle bağlanma stilleri ve öz anlayış arasındaki ilişkiyi ele almıştır. 300 kişinin yer aldığı çalışmada duygusal, cinsel, fiziksel istismar ve fiziksel ihmal alt boyutlarının kaygılı bağlanma stiline, duygusal ihmal alt boyutunun ise kaçınan bağlanma stiline anlamalı bir yordayıcısı olduğu sonucuna ulaşılmıştır.

Muşdal-Çelebi ve Polat'ın (2019), çocukluk çağında yaşanan travmaların evlilik doyumunu etkileme düzeyini inceledikleri çalışmalarının örneklemini evliliği en az bir yıldır devam eden 90 kadın oluşturmuştur. Çalışma sonunda çocukluk döneminde fiziksel ihmal, fiziksel istismar, duygusal istismar ve duygusal ihmale uğrama ile kaygılı bağlanma arasında pozitif yönde anlamalı düzeyde bir ilişkinin olduğu sonucuna ulaşılmıştır.

Koç (2019), yaptığı çalışmada üniversite öğrencilerinde depresyon eğiliminin, çocukluk çağı travmaları, bağlanma ve üstbiliş çerçevesinde incelenmesini hedeflenmiştir. Araştırmada çocukluk çağı travmatik deneyimleri ve kaygılı bağlanma arasında istatistiksel açıdan anlamalı pozitif yönlü bir ilişki bulunmuştur. Ayrıca çocukluk çağı travmatik deneyimleri ve kaçınmacı bağlanma arasında istatistiksel açıdan anlamalı bir ilişkinin bulunmadığını belirtmiştir.

Erözkan (2016), bağlanma stilleri ile çocukluk travması arasındaki ilişkiyi ele aldığı çalışmasını Muğla Sıtkı Koçman Üniversitesi'nde öğrenim gören 911 kişi ile gerçekleştirmiştir. Elde edilen bulgular doğrultusunda çocukluk çağı travmalarının fiziksel, duygusal ve cinsel istismar ile fiziksel ve duygusal ihmal alt boyutlarının korkulu, saplantılı ve kayıtsız bağlanma stilleri ile pozitif yönde ilişkili olduğu; aynı

değişkenlerin güvenli bağlanma stiliyle olumsuz yönde ilişkili olduğu sonucuna ulaşılmıştır.

Unger ve De Luca (2014), çocuklukta yaşanan fiziksel istismar ile yetişkinlikteki bağlanma stilleri arasındaki ilişkiyi araştırmışlardır. 844 kişinin katıldığı araştırmada fiziksel istismar ile kaygılı bağlanma stili ve kaçınmacı bağlanma stili arasında pozitif yönde bir ilişki olduğu bulunmuştur. MacDoland ve arkadaşları da (2015) benzer şekilde araştırmalarında çocukluk çağı istismar ve ihmal yaşantılarının kaygılı ve kaçınmacı bağlanma stilleri ile ilişkili olduğunu bulgulamışlardır.

Donadio, Valera ve Sinangil (2022) ise çalışmalarında 248 siyahi ve Latin erkekten oluşan bir örneklem grubunda olumsuz çocukluk deneyimleri, alkol kullanımı ve yetişkin bağlanma stilleri arasındaki ilişkiyi incelemişlerdir. Çalışmada genel olarak, travma deneyimi yaşamış olan siyahi ve Latin erkeklerin güvensiz bağlanma stiline sahip oldukları bulunmuştur.

1.2. İlişkiye Dair Bilişsel Çarpıtmalar

1.2.1. Bilişsel Davranışçı Yaklaşımlar

Davranışçı psikoloji kuramı 20. yüzyılın başlarında psikoloji dünyasına dâhil olmuş ve 1950'lerden sonra psikanalizi geride bırakmıştır (Türkçapar ve Sargın, 2012). 1960'lı yılların sonuna doğru ise davranışçı yaklaşım önemini kaybetmeye başlamış ve yerini bilişsel kuram almaya başlamıştır (Bengisoğlu vd., 2019). Bilişsel kuramın temelini oluşturarak bir psikoterapi kuramı haline gelmesini sağlayanlar ise Aaron T. Beck ve Albert Ellis olmuştur (Şirin, 2013).

Bilişsel yaklaşımlar, kişilerin bilişsel süreçlerinin ruhsal durumlarına olan etkisini açıklayan kuramlardır (Türkçapar, 2022). Bilişsel Davranışçı Kuram Bilişsel ve davranışçı terapilerin birbirleri ile etkileşimde bulunmasıyla oluşmuştur (Türkçapar, 2022). Kuram ilk olarak 1960 'lı yıllarda A. Beck'in depresyon tanısı olan hastaları bu kuram dahilinde tedavi etmesi ile kullanılmaya başlanmıştır (Öztürk ve Uluşahin, 2023). Bu terapi yöntemine göre kişilerin psikolojik sorunlarının temelinde onların inanç ve düşünceleri vardır ve kişilerin sahip olduğu işlevsel olmayan düşünceler onların problemlerini etkilemektedir (Erol, 2019). Bilişsel Davranışçı

Terapi yöntemi ile problemli davranışları çözmek isteyen terapistler, kişilerin işlevsel olmayan düşüncelerinin işlevsel olanlarla değiştirilmesi üzerinde çalışmaktadırlar (Ağır, 2007).

1.2.2. Ellis'in Akılcı Duygusal Davranışçı Terapi Modeli (ADDT)

Akılcı Duygusal Davranışçı Terapi yöntemi Albert Ellis tarafından geliştirilen pragmatik bir terapi yöntemidir (Köroğlu ve Türkçapar, 2015). Akılcı-Duygusal Davranışçı Terapi (ADDT) düşünmeyi, yargılamayı, karar vermeyi, analiz etmeyi ve uygulamayı ön plana çıkaran bir terapi çeşididir. Bu yönleri ile insan düşüncesine ve davranışlarına odaklanan terapi yöntemleri ile benzer noktalar taşımaktadır (Corey, 2015). ADDT 'ye göre insanların düşünceleri, davranışları ve duyguları birbirini etkileyen bir döngü içerisinde. Bu döngü içindeki herhangi bir ögenin değiştirilmesi diğer öğeleri de etkileyeceğinden onların da değişmesi demektir. Bilişsel Davranışçı Terapi kuramı da bu öğelerden bilişsel boyutun değiştirilmesine odaklanmaktadır (Doğan, 1995).

Ellis, insanların yaşadığı sıkıntılı durumların nedenlerinin akıl dışı inançlar olduğu görüşünü savunmuştur. Her insan çok sayıda akılcı olmayan inanca sahiptir (Burger, 2006). Akılcı olmayan inançlara göre insanların çoğunluğu çevresi tarafından kabul görerek sevilme ister, insanların değerli olmaları başarıları ile doğru orantılıdır, insanların başına olumsuz olayların gelmesi onların felaketidir ve insanların mutlulukları veya mutsuz olmaları kendi kontrollerinde değildir, yaşadıkları olaylara bağlıdır (Doğan, 1995). Akılcı olmayan inançları insanlar çocukluklarında çevrelerinde bulunan insanlardan öğrenebilecekleri gibi kendi mantık dışı inançlarını da yaratabilirler (Corey, 2015). ADDT'de temel amaç insanların kendilerinde oluşmuş olan bu mantık dışı düşüncelerini gerçekçi ve işlevsel düşüncelerle değiştirmektir. Böylece kişinin duygusal rahatsızlıklarını ve kendini yıpratıcı davranışlarını minimum seviyeye indirmesi amaçlanmaktadır (Corey, 2015).

1.2.3. Beck'in Bilişsel Terapi/Bilişsel Davranışçı Terapi Modeli (BDT)

Bilişsel Terapi 1960'lı yılların başlarında Aron T. Beck'in depresyon tanısı almış hastalarla yaptığı çalışmalar sonrası ortaya konulmuş bir kuramdır. Beck bu süreçte depresyon yaşayan kişilerdeki olumsuz duygulara odaklanmanın daha yararlı olacağı kanısına varmıştır (Beck, 1979). Bu görüşü benimsedikten sonra hastaların tedavisi için onların olumsuz düşüncelerini ve işlevsiz davranışlarını değiştirmeye yönelik bir terapi modeli geliştirmiştir (Beck, 1964). Bu terapi modeli şimdiki zamana yönelik ve kısa süreli olarak ele alınmaktadır (Beck, 2006). Bilişsel Terapinin Akılcı Duygusal Davranışçı Terapi ile benzer yönleri bulunmaktadır. Her iki kuram da aktif şimdi ve burada odaklı, danışanı yönlendiren, belirli bir zamanda yapılan, danışan ile yapılacak iş birliğine önem veren ve yapılandırılmış bir şekilde ilerleyen kuramlardır (Corey, 2015).

Bilişsel Terapi (BT) kuramına göre insanların duyguları ve davranışları onların olayları nasıl algıladıkları ve bunlara getirdikleri yorumlardan etkilenmektedir. Kişilerin olaylar karşısındaki duygularını belirleyen de yaşadıkları olay değil o olaya yüklediği anlamdır (Çelebi ve Odacı, 2018).

A. Beck işlevsel olmayan duygu ve davranışları değiştirmek için seçilecek en doğru yolun bu duygu ve davranışlara sebep olan işlevsel olmayan düşünce biçimini değiştirmek olduğu görüşünü savunmuştur (Corey, 2015). Bilişsel Terapi yöntemi danışanlara bu işlevsel olmayan düşünceleri nasıl fark edebileceklerini açıklamakta ve bunların davranış ve düşünceler üzerindeki etkilerini fark etmelerini sağlamaktadır (Corey, 2015). Bilişsel Terapiye göre insanların yaşadıkları olaylara yönelik düşünceleri işlevsel olanlarla değiştirilebildiği takdirde kişilerin davranışlarında ve duygularında değişimi sağlamak mümkün olabilmektedir (Beck, 2006).

Bilişsel Terapinin temel olarak ele aldığı kavramlar; bilişsel şemalar, temel inançlar, ara inançlar, otomatik düşünceler ve bilişsel çarpıtmalar olarak sıralanabilir.

1.2.3.1. Bilişsel Şemalar

Şema kavramı birçok alanda yapı, küme, çerçeve anlamlarında yaygın olarak kullanılmaktadır. Psikoloji alanında ise bilişsel kuram içerisinde kendine yer bulmuştur ve kişilerin kendisi ve çevresindekilerle kurduğu ilişkide olan bilişsel yapılar olarak ele alınmaktadır. Bu yapılar işlevsel ve işlevsel olmayan yapılar olabilmektedir (Arı, 2021).

Bilişsel şemalar insanların sahip oldukları inanç sistemlerini, değer yargılarını, kabullendikleri yasak ve kuralları içine alabilir. Bunlar insanların davranışlarında yönlendirici etkiye sahip olabileceklerinden seçimlerinde, yorumlarında taraflı seçimlere sebep olabilirler ve kişilerin işlevselliğini bozabilirler (Kuyucu, 2007). Şemaların temelinde kişilerin çocukluk dönemindeki deneyimleri yer almaktadır ve ilerleyen yaş dönemleri ile gelişmekte, değişmekte ve çoğu zaman ise kalıcılıkları artmaktadır (Beck, 2006).

1.2.3.2. Temel İnançlar

Temel inançlar, kişilerin en derin zihinsel yapılarındandır. Değişime direnç gösteren ve genelleyici bu yapı taşları kişilerin doğdukları andan itibaren çevreleri ile girdikleri etkileşimin sonucu gelişmektedirler (Güven, 2005). Temel inançlar insanların kendilerine yönelik en temel fikirleridir (Beck, 2001).

Temel inançları Beck (1964) “çaresizlik, sevilme ve değersizlik” olarak üç başlık altında sıralamıştır. Her temel inanç insanlarda olumlusu ile birlikte bulunmaktadır (Türkçapar, 2022). İnsanlar hayatları boyunca çoğunlukla olumlu temel inançlar oluşturup devam ettirirler ancak psikolojik sorunlar yaşadıklarında hem kendilerine hem de çevrelerine yönelik olumsuz inanç geliştirmeye başlamaktadırlar (Beck, 2006). Sağlıklı insanlarda olumsuz yaşam deneyimleri veya duyguları ile birlikte olumsuz temel inançlar ortaya çıkmaktadır ancak kişi olumsuz durumdan çıktığında olumlu temel inancına geri dönmektedir. Kişilik bozukluğu veya sürekli bir ruhsal sorunu olan kişilerde ise olumlu temel inançlar yok denecek kadar zayıf düzeydedir (Türkçapar, 2022).

1.2.3.3. Ara İnançlar

Kişinin otomatik düşüncelerinin oluşmasının altında yatan kurallar ve varsayımlardır (Türkçapar, 2022). Bu inançlar kişilerin durumları algılama biçimini etkilerler ve sözel olarak dile getirilmeseler dahi biliş düzeyinde varlıklarını sürdürürler (Türkçapar, 2022). Ara inançlar temel inançlara kıyasla daha kolay değişim gösterebilmektedirler (Beck, 2015).

Ara inançlar genellikle dile getirilmeyen fikir veya algı biçiminde kalan inançlardır. Bu sebeple bireyin katılacağı bir terapi süreci içinde ifadesi ve farkındalığı mümkündür (Karahana ve Sardoğan, 2022).

1.2.3.4. Otomatik Düşünceler

Bilişsel psikoterapi kuramlarının temelleri bilgilerin zihinde işlenmesine dayanmaktadır ve bilgi işleme süreçleri içerisinde insanların bilişleri, duyguları ve algılarını barındırmaktadır (Beck, 2015). Otomatik düşünceler daha çok kişilerin psikolojik olarak sıkıntılı oldukları, stresli veya örselenmiş yaşam olayları ile karşı karşıya oldukları dönemlerde ortaya çıkan bilişlerine verilen isimdir (Türkçapar, 2022). Ancak daha çok negatif durumlarda ortaya çıksalar dahi olumlu veya olumsuz hayat deneyimi olan her insanda mevcuttur (Beck, 2015). Bu düşüncelerimiz yönlendirilmiş veya güdülendirilmiş düşüncelerin aksine kendiliğinden var olan düşüncelerdir. Bu düşünceler insan zihninde çok hızlı hareket ederler, kısa, öz düşüncelerdir ve istemsiz olarak insanların zihninde oluşurlar (Gökçakan ve Gökçakan, 2005).

1.2.3.5. Bilişsel Çarpıtmalar

Bilişsel çarpıtmalar, bilişsel hata veya bilişsel işleme tipleri olarak da adlandırılmaktadır (Türkçapar, 2022). Bilişsel Terapiye göre kişilerin bilişsel yapılarında bulunan işlevsiz inançları onların nesnel düşünmesine engel olarak onların mantıksal hatalar ve çıkarımlar yapmalarına sebep olabilmektedir. Bu duruma bilişsel çarpıtma adı verilmektedir (Şimsek, 2014). Bilişsel hatalar her insanda farklı şekillerde var olabilmektedir ayrıca insanların içinde bulundukları duygusal durumu etkilemekte ve duygusal problemlere sebep olabilmektedir (Beck, 2011). Bilişsel çarpıtmalar psikopatolojik problemi olsun olmasın bütün insanlarda bulunabilmektedir ancak psikolojik sorunları olan insanlarda daha yoğun ve katı bir şekilde ortaya çıkmaktadır (Türkçapar, 2022). Bilişsel çarpıtmalar insan zihninde çok hızlı bir şekilde oluşmaktadırlar bu nedenle kişilerin bunların farkına varması olası değildir (Hiçdurmaz ve Öz, 2011). Bilişsel çarpıtma türleri Türkçapar (2022) tarafından on bir alt başlıkta sıralanmıştır;

1. *Keyfi Çıkarsamalar*: Keyfi çıkarsamalar bir konu üzerindeki düşüncelerin tersi yönünde kanıtlar olmasına rağmen belli bir çıkarımda bulunmaktır. Bir kişinin çevresindeki kişilerin ona acıdığı için kendisi ile konuştuğunu düşünmesi bu durum için bir örnektir.
2. *Seçici Soyutlama*: Olayların asıl sonuçları üzerine odaklanmak yerinde gerçek anlamından uzaklaşarak belirli yönlelere odaklanmak ve diğer kısımlarını ihmal etmek anlamına gelmektedir. Notları çok iyi olan bir öğrencinin aldığı bir tane orta not sebebiyle sürekli onu düşünerek kendini kötü hissetmesi seçici soyutlama için örnek olarak verilebilir.
3. *Aşırı Genelleme*: Kişilerin karşılaştıkları birkaç olayla hayatlarının tümünü bağdaştırarak onu hayatının tümüne entegre etmektir. Kişi yaşadığı bir ya da birkaç olumsuz deneyimden sonra hayatının tamamında olumsuzlukların olacağını düşünebilmektedir. Erkek arkadaşı ile güven problemi yaşayan bir kadının tüm erkekler güvenilmezdir anlayışını benimsemesi bu durum için örnektir.
4. *Büyütme ve Küçülme*: Kişilerin hayatlarında karşılaştıkları olumlu yönleri küçümseyerek olumsuzluklara gereğinden fazla önem atfetmeleridir. Derslerinde ufak bir takılmayı bile büyük başarısızlık olarak gören kişiler buna örnek verilebilir.
5. *İkili (Ya Hep Ya Hiç Tarzı) Düşünme Biçimi*: Kişilerin hayatlarındaki olayların ya tamamen olumsuz ya da tamamen olumlu olabileceği yönünde oluşan algılarıdır. Bu kişilerde hayat siyah ve beyaz kutup noktalarından oluşmaktadır arada gerçekleşen şeylerin önemi yoktur. Bir öğrencinin sınavlardan en yüksek notu almadığı takdirde kendini başarısız olarak görmesi buna duruma örnektir.
6. *Kişiselleştirme*: Kişilerin hiç kendisi ile alakası olmayan konuları bile kendisiyle alakalı görmesi ve nedenini sorgulamadan olumsuz durumları sahiplenmesi şeklinde ortaya çıkan bilişsel çarpıtma biçimidir. Çocuğu derslerinden başarısız olan bir annenin bu durumu “ben iyi bir anne olmadığım için düşük not aldı” şeklinde yorumlaması bu bilişsel çarpıtma için bir örnektir.
7. *Felaketleştirme*: Kişilerin yaşadıkları olayların olası olumsuz sonuçlarına odaklandıkları ve olumlu olabilme ihtimalini düşünmedikleri bilişsel çarpıtma

şeklidir. Hastalanan bir kişinin “çok hastayım kesin öleceğim” şeklindeki algısı bu duruma örnektir.

8. *Olmalı İfadeleri*: -meli, -malı şeklinde düşünme tarzı olarak da isimlendirilmektedir. Bu tarz düşünme biçimine sahip kişilerin kendisine ve çevresine yönelik değiştirilemez kulları vardır ve herkesin nasıl davranması gerektiği bu kurallarla belirlenmiştir. Onlara göre tek doğru mevcuttur başka alternatifi yoktur. “Hayatta her zaman başarılı olmalıyım” şeklinde düşünen insanların düşünce tarzları bu duruma örnektir.
9. *Zihin Okuma*: İnsanların karşılarında bulunan kişilerin ne düşündüğünü bildiklerine inandıkları bilişsel çarpıtma türüdür. Karşısındakinin davranışlarından anlamlar çıkarmak, tahminlerde bulunmak bu duruma örnektir. Bu düşünce tarzına sahip kişiler “ne söylemeye çalıştığını biliyorum” anlayışındadırlar.
10. *Etiketleme*: Kişilerin kendilerine ve diğer kişilere karşı uygun ve gerçeği kapsamayan etiketler yapıştırarak tüm durumları bu etiketler doğrultusunda değerlendirmesidir. Derslerinde başarılı olmayan birine ders çalışmıyor demek yerine “tembel” demek bu durum için örnek gösterilebilir.
11. *Duygudan Sonuca Ulaşma*: Aksi yönde kanıtlar olmasına rağmen kişilerin sadece hislerine dayanarak bir şeyin olduğuna inanması durumudur. “Kötü hissettiğime göre bugün olumsuz olaylar yaşayacağım demektir” düşüncesi bu duruma örnek olarak gösterilebilir.

1.2.4. İlişkilerle İlgili Bilişsel Çarpıtmalar

İnsanlar çevresinde yer alan diğer insanlarla ilişki içerisindedir ve bu ilişkilerle ilgili bilişleri onların yaşayacağı ilişkinin kalitesini, ilişki içerisindeki sorunların sebeplerini etkileyebilmektedir (Çetin ve Hamamcı, 2023). Kişilerin başkaları ile olan ilişkisinde reddedilmesi, kendisi hakkında oluşabilecek olumlu veya olumsuz değerlendirmelerle ilgili kaygıları, yanlış anlaşılmaları ilişkilerle ilgili bilişsel çarpıtmalar için zemin oluşturmaktadırlar (Koydemir ve Demir, 2008). Robin ve Foster (2002), kişiler arası yaşantılarında olumlu bilişlere sahip kişilerin olumlu duygular yaşayacağını, olumsuz bilişlere sahip olanların ise olumsuz duygular yaşayacaklarını söylemişlerdir.

1980’li yıllardan itibaren bilişsel çarpıtmaların kişiler arası ilişkilerdeki rolü üzerine yapılmaya başlanan araştırmalar ilgi görmeye başlamıştır ve bu çarpıtmaların kişiler arası ilişkileri etkilediği görüşü ortaya çıkmıştır (Jones ve Stanton, 1988). Kişiler arasında oluşan bilişsel çarpıtmalar kişiler arası ilişkilerdeki mantıksız, kesin hüküm içeren ve abartılı düşünce yapılarından oluşmaktadır (Şimşek, Koçak ve Younis, 2021). İlişkilerle ilgili bilişsel çarpıtmalar, insanların başkaları ile olan ilişkisinde işlevsel olmayan duygularının olmasında ve işlevsel olmayan davranışların sergilenmesinde önemli rol oynamaktadır (Çivan, 2013). Bu durum kişilerin başkaları ile olan ilişkilerini etkilemekte yanlış anlaşılmalara sebebiyet vermekte ve kişilerin psikolojik olarak iyi oluşlarını etkilemektedir (Leung ve Poon, 2001). İlişkilerle ilgili bilişsel çarpıtmalar abartılı, mantık dışı ve katı bir düşünce sistemi içerisinde yer almaktadır (DiGiuseppe ve Zee, 1986). İlişkilerle ilgili bilişsel çarpıtmalar kişilerin ilişkilerinin nasıl olması gerektiği ile ilgili beklentileri ve karşı karşıya gelinen olayları anlamlandırma şekilleri sonucu oluşmaktadır (Sullivan ve Schwebel, 1995). Ayrıca kişilerin inanç sistemleri ve yetiştirilme tarzları da ilişkilerle ilgili bilişsel çarpıtmaların oluşmasında etkili olmaktadır (Leung ve Poon, 2001).

Literatür incelendiğinde ilişkilerle ilgili inançların dört başlıkta ele alındığı görülmüştür. Bunlar; bir ilişkide olması gereken gerekliliklere yönelik kriterler, ilişkilerde belirli olayların oluş sebeplerine yönelik varsayımlar, gelecekte olabilecek olaylara yönelik varsayımlar ve insanların ilişkilerin doğasına yönelik varsayımlarıdır (Baucom vd., 1989, akt. Hamamcı, 2002). Hamamcı ve Büyüköztürk (2003) de ilişkilerle ilgili bilişsel çarpıtmaları üç boyutta ele almışlardır. Bunlar; yakınlıktan kaçınma, gerçekçi olmayan ilişki beklentisi ve zihin okumadır. Yakınlıktan kaçınma, kişilerin ilişki içerisinde samimiyet kurdukları zaman bunun olumsuz sonuçlarının olacağını düşünerek samimiyetten kaçınması durumudur. Gerçekçi olmayan ilişki beklentisi, kurulan ilişkide kişinin partnerinden ilişki ile alakası olmayan isteklerinin olması durumudur. Zihin okuma ise, kişilerin ilişki içinde oldukları bireylerin düşüncelerini tahmin ettiklerine dair varsayımlarını içermektedir

Akılcı Duygusal Davranışçı Terapide insanların kişiler arası ilişkilerini etkileyebilecek akıl dışı inançlarının olduğu belirtilmektedir. Talepkârlık, gereksinim duyma, felaketleştirme, düşük engellenme toleransı bunlardan bazılarıdır (Hamamcı, 2003). Talepkârlık, kişilerin ilişkilerinin ve ilişkide bulundukları kişilerin belirli

özelliklerinin olması gerektiğine dair -malı, -meli tarzında kurdukları cümlelerdir. Gereksinim duyma, bireylerin mutluluklarını belirli koşullara bağlı kılması durumudur. Felaketleştirme, ilişkide karşı karşıya kalınan bazı durumların çok korkunç ve kötü olduğuna dair oluşan algılardır. Düşük engellenme toleransı, bireylerin ilişkilerinde bir sorunla karşılaştıkları zaman bununla başa çıkamayacaklarına dair oluşan düşünceleridir (Hamamcı, 2002).

Alanyazına bakıldığında ilişkilerle ilgili bilişsel çarpıtmaların otomatik düşünceler ve çatışmaya olan eğilim (Hamamcı ve Büyüköztürk, 2004) ile pozitif, ilişkiye yönelik kazanılmış doyum (Haferkamp, 1994; Sullivan ve Schwebel, 1995), öz-saygı (Koydemir ve Demir, 2008) ve evlilik uyumu ile (Hamamcı, 2005) negatif yönde bir ilişkisi içerisinde olduğu görülmüştür. Ayrıca kaygılı bağlanma ve kaçınmacı bağlanmanın ilişkilerdeki bilişsel çarpıtmaların önemli yordayıcıları olduğu görülmektedir. Bu durum ise ilişkilerdeki bilişsel çarpıtmaların (kişilerarası reddedilme, gerçekçi olmayan ilişki beklentileri ve kişilerarası yanlış algılama) nedenini büyük oranda açıklayabilmektedir (Deveci-Şirin, 2017).

1.2.5. İlişkilerle ilgili Bilişsel Çarpıtmalar ile İlgili Yapılan Çalışmalar

Çam ve Şahin-Çelik (2018) üniversite öğrencilerinin bağlanma stillerinin ilişkilerle ilgili bilişsel çarpıtmalarını yordama düzeyini saptamak amacı ile bir çalışma yürütmüşlerdir. 223 kişinin katılım gösterdiği bu çalışmada güvenli bağlanma ve ilişkilerle ilgili bilişsel çarpıtmalar arasında negatif yönde, düşük ve orta düzeyde bir ilişki olduğu ve bu ilişkinin istatistiksel açıdan anlamlı olmadığı görülmektedir ve güvensiz bağlanmanın ilişkilerle ilgili bilişsel çarpıtmaların yordayıcısı olduğu sonucuna ulaşılmıştır.

Sarsıcı (2019), bilişsel çarpıtmaları boşanmış bireylerden oluşan bir örneklemde ele almıştır. Aratırmada bilişsel çarpıtmaların, bağlanma stilleri ve sosyotropi-otonomi kişilik özellikleri ve sosyodemografik değişkenler ile ilişkisi incelenmiştir. Elde edilen bulgulara göre saplantılı bağlanma stiline sahip bireylerin gerçekçi olmayan ilişki beklentileri yüksektir.

Nemutlu (2020), bilişsel çarpıtmaların çocukluk çağı travmaları ve bağlanma stilleri ile ilişkisini çalışmasında ele almıştır. Çalışmaya katılan kişilerin bilişsel

çarpıtma puanları ile güvenli bağlanma puanları arasında pozitif düzeyde anlamlı bir ilişki olduğu sonucuna ulaşılmıştır.

Onur (2021), romantik kıskançlığın, bağlanma stilleri ve ilişkilerle ilgili bilişsel çarpıtmalar açısından incelenmesini amaçladığı çalışmasını 350 kişi ile yürütmüştür. Çalışmanın bulguları kişilerin bağlanma stilleri ile bilişsel çarpıtmaları arasında pozitif yönde bir ilişki olduğunu göstermektedir.

Yazıcı Çelebi ve arkadaşları (2021), kadın örnekleminde bağlanma stillerini ve bilişsel çarpıtmaları ele almışlardır. Araştırma bulgularına göre saplantılı bağlanma stiline sahip kadınların güvenli bağlanma stiline sahip kadınlara kıyasla bilişsel çarpıtma alt boyutlarında olan gerçekçi olmayan ilişki beklentisine daha fazla sahip oldukları sonucuna ulaşılmıştır.

Şimşek, Koçak ve Younis'in (2021), ilişkilerle ilgili bilişsel çarpıtmaların yaşam doyumu üzerindeki etkisini ve yalnızlığın aracı rolünü ele aldıkları çalışmaya 978 kişi katılmıştır. Araştırma sonucunda ulaşılan bulgulara göre yalnızlığın bilişsel çarpıtmalar ile yaşam doyumu arasında aracı rolünün olduğu görülmüştür.

Deveci-Şirin'in (2017) yetişkin bağlanma stillerinin ilişkilerle ilgili bilişsel çarpıtmaları yordama gücünü konu edindiği çalışmasına 413 üniversite öğrencisi katılmıştır. Kaçınmacı bağlanma ve kaygılı bağlanma stillerinin bilişsel çarpıtmaların alt boyutları olan gerçekçi olmayan ilişki beklentilerini ve kişiler arası yanlış anlama çarpıtmalarını anlamlı düzeyde yordadığı sonucuna ulaşılmıştır.

Demir-Kaya, Kaya ve Eroğlu'nun (2023) kişilerarası bilişsel çarpıtmalar, çocukluk çağı travması ve bağlanma stillerini ele aldıkları çalışmalarına 358 kişi katılmıştır. Çalışma sonucunda kaygılı bağlanmanın, çocukluk çağı travması ile kişilerarası bilişsel çarpıtmalar arasındaki ilişkiye aracılık ettiği ayrıca çocukluk çağı travmalarının ve kaygılı bağlanma stillerinin kişilerarası bilişsel çarpıklıkları yordadığı görülmüştür.

Sullivan ve Schwebel (1995), genç yetişkinlerin ilişki beklentilerini, ilişkiye dair akılcı olmayan inançlarını ve ilişkilerindeki doyumlarını ele aldığı çalışmasında ilişkilerle ilgili bilişsel çarpıtmaların bireylerin ilişkilerinde stres, sorun ve hayal kırıklığı yaşamalarına sebep olabileceği sonucuna ulaşmışlardır. Bu durumların da çiftler arasında anlaşmazlıklara sebebiyet verebileceğini belirtmişlerdir.

Stuckert ve Bursik (2003) çalışmalarında bağlanma stilleri ile bilişsel çarpıtmalar arasındaki ilişkiyi ele almışlardır. Elde edilen bulgulara göre kaygılı\kararsız ve kaçınan bağlanma stiline sahip bireylerin güvenli bağlanma stiline sahip bireylere göre bilişsel çarpıtma puanları daha yüksektir.

Gamble ve Roberts (2005) araştırmalarını 114 lise öğrencisi ile yürütmüşlerdir. Ergenlerle yürütülen bu çalışmada güvensiz bağlanma boyutlarının olumsuz bilişsel stillere katkıda bulunduğu sonucuna ulaşılmıştır.

1.3. Bağlanma

1.3.1. Bağlanma Kuramı ve Tarihçesi

Bağlanma Kuramı Bowlby (2013) ve Ainsworth (1978) tarafından geliştirilen bir kuramdır ve temel olarak psikanaliz yaklaşımından etkilenilerek oluşturulmuştur. Kuram ilk olarak 1958 yılında John Bowlby'nin "bağlanma" kavramını kullanması ile temellenmeye başlamıştır (Çıkkılı-Uytun vd., 2013). Kuşların ve memeli hayvanların bağlanma davranışları ile ilgili araştırmalar yapan Bowlby, anneden yoksun olma durumunun bebeklerin doyumunu engellediği için gelişimsel zararlarının olduğu görüşünü benimsemiş ve kuramının temellerini buna dayandırmıştır (Polat-Balcı, 2011). Ainsworth (1978) bağlanma kuramının işlevsel olan tanımını ortaya koymuştur. 1960'lı yılların başında Bowlby ile birlikte çalışan araştırmacı John Hopkins Üniversitesi'nde yaptığı araştırmalar neticesinde bağlanmanın insanlar için daha fazla anlam içerdiğini belirtmiştir (Polat-Balcı,2011).

1.3.2. Bebeklikte Bağlanma

Bağlanma; iki kişi arasında oluşan ve kalıcılığı bulunan duygusal bağlıdır (Ainsworth, 1973). Bağlanma örüntüleri bebeğe bakım veren kişi ile bebek arasında doğum ve doğumdan sonraki zamanlarda gelişmeye başlamakta ve bebeğin çevresiyle olan etkileşimi ile gelişmektedir. Bu bağlanma deneyimleri ise kişilerin ilerleyen yaşlarındaki bağlanma deneyimleri üzerinde etkili olmaktadır (Köse vd., 2013).

Bowlby (2013), bebeklik döneminde bebekle ona bakım verecek olan kişi arasında gerçekleşen bağlanmanın erişkinlik dönemindeki yansımalarını ve etkilerini açıklamaya çalışmıştır. Bowlby' e (2013) göre bebekle ona bakım veren kişi arasında

kurulacak olan bağıın bebek için hayati bir önemi bulunmaktadır. Hayvanlarla yaptığı deneyde hayvan yavrularının annelerine yapışmalarının veya annelerini takip etme hareketlerinin yavruların hayatta kalma olasılıklarını arttırdığını gözlemleyen Bowlby insanlardaki bağlanma örüntülerinin bu durumlardan daha önemli olduğunu vurgulamıştır (Tüzün ve Sayar, 2006). Bowlby (2013), kendisine bakım veren kişilerden ayrılmak zorunda kalan bebeklerde üç çeşit duygusal tepki çeşidi oluştuğunu belirtmiştir. Bunlar; karşı koyma, çaresizlik ve kopmadır (Büyükşahin, 2006).

Bebek ile kendisine bakım veren kişi arasında oluşacak bağlanmanın üç temel işlevi bulunmaktadır (Bowlby, 1988);

1. *Yakın olma isteği*: Bebeğin kendisine bakım veren kişi ile yakın temas kurarak etrafından gelebilecek tehdit ve tehlikelere karşı kendini koruyarak çevresini tanıyabilme imkânı bulmasıdır.
2. *Güvenli bir sığınak*: Bebeğin korku duyduğu durumlarda kendisi için bağlanma ögesi olan kişiye dönmesidir.
3. *Güvenli bir üs*: Bebeğin çevresindekileri keşfetmeye çalışırken rahat hissedebileceği bir bağlanma ögesinin yanında olmasıdır.

Bebekte yukarıdaki bağlanma işlevlerinin gerçekleşebilmesi bebeğe bakım veren kişinin onun ihtiyaçlarına ne kadar duyarlı olduğu ile ilgilidir (Eraslan, 2020). Bebeklik döneminde bağlanma örüntüsü kurulan kişi, bebeğin çevresini keşfettiği dönemlerde karşılaştığı tehlikeli ve tehdit içeren durumlarda sığınabileceği güvenli sığınak görevi görmektedir. Ayrıca bebeğe bakım veren kişi bebeğin fiziksel ihtiyaçlarının yanı sıra rahatlık ve sıcaklık ihtiyaçlarını da karşılayan ögedir (Bowlby, 2013). Bebeğe bakım veren kişinin bu görevi görebilmesi için bebekle arasında dengeli ve kaliteli bir bağlanma örüntüsünün olması gerekmektedir. Aksi takdirde bebek başka sığınaklar aramak zorunda kalacaktır ve bu sığınaklarda genellikle güvensiz bağlanma davranışları ve bağımlılıklar olmaktadır (Sümer vd., 2015). Ayrıca bebek ve ona bakım verecek kişi arasında kurulacak güvenli bağlanma ilişkisi de çocuğun sağlıklı bir psikolojik gelişim geçirmesi için gereklilik arz etmektedir (Tüzün ve Sayar, 2006). Bowlby (2013), bebeklik döneminde gerektiği gibi oluşmamış veya kesintiye maruz kalmış bağlanma örüntülerinin kişilik sorunlarına yol açabileceğini belirterek,

güvensiz bağlanma örüntüsü oluşturmuş kişilerde nevrotik kişilik gelişiminin temellerinin atıldığını söylemiştir (Tüzün ve Sayar, 2006).

Ainsworth ve arkadaşları (1978), “*Yabancı Durum Testi*” olarak adlandırılan bir çalışma yaparak bir yaşındaki çocukları oyun odasında kısa süreli periyotlarla gözlemlemişlerdir. Çalışmada çocukların, annelerinin onlardan ayrılması ve ardından yanlarına tanımadıkları birinin girmesine karşı verdikleri tepkiler incelenmiş ve bir rapor oluşturulmuştur. Hazırlanan rapor doğrultusunda Ainsworth ve arkadaşları (1978), anne ve bebek arasında oluşan bağlanmayı güvenli, kaygılı/kararsız ve kaçınan olarak sınıflandırmışlardır (Sümer, 2006). Bireyin fiziksel ve psikolojik yönden sağlıklı bir gelişim gösterebilmesi için gerekli olan bağlanma güvenli bağlanmadır (Tok, 2019). Bowlby (1988), güvenli bağlanma örüntüsünün bebeğin ona bakım veren kişi tarafından sürekli ilgilenilmesi ve ihtiyaçlarının giderilmesi sonucu oluştuğunu belirtmiştir. Bebekler kendileri için güvenli bir sığınak olarak gördükleri insanların davranışlarında tutarlı olmasını beklerler (Kaya, 2021). Güvenli bağlanan bebeklerin yetişkinliklerinde kendilerine saygıları ve özgüvenleri fazladır, kendilerini sevmeye değer olarak görürler ve diğer insanlara karşı güven duygusu oluşturmakta sıkıntı yaşamazlar (Kazan ve Subaşı, 2020).

Kaygılı/kararsız bağlanma örüntüsüne sahip bir bebek ile ona bakım veren birincil kişi arasında tutarsız davranışlar söz konusudur ve bebeğin ihtiyaçları zaman zaman giderilmemiştir (Aydın, 2023). Bu bağlanma örüntüsüne sahip bebekler yanlarında kendilerine bakım veren kişi olmadığında strese girerler ve kızgınlık duyarlar. Bakım veren kişi geri döndüğünde de hem bakım veren kişinin yanlarında kalmasını isterler hem de duydukları kızgınlıktan dolayı onları reddederler (Ainsworth, 1989). Kaygılı/kararsız bağlanma stili güvenli ve kaçınan bağlanma stiline oranla daha az görülen bağlanma stilidir (Görünmez, 2006). Hazan ve Shaver (1987) kaygılı/kararsız bağlanma örüntüsüne sahip olan kişilerin diğer insanlarla geliştirdikleri ilişkilerde sorunlar yaşadıklarını ve kaygılı davrandıklarını belirtmiştir. Ayrıca bu kişilerin bağımlı kişilik özelliği geliştirmeye de yatkın olduklarını söylemişlerdir.

Kaçınan bağlanma, örüntüsü geliştiren bebeklerin kendilerine bakım veren kişiler tarafından duygusal ve bedensel temas istekleri karşılanmamıştır. Bu bağlanma örüntüsünü geliştiren bebeklerin kendilerine bakım veren kişilerin yokluğunda tepki

vermedikleri ve bakım veren kişiler ortama girdiğinde ise teması reddederek başka şeylere yöneldikleri gözlenmiştir (Dönmez, 2000). Bu bağlanma örüntüsüne sahip kişiler duygularını keşfetme ve ifade etme yönünde zorluk yaşamaktadırlar. Ayrıca sosyal destek istemekten kaçındıkları için daha çok bireysel işlerde yer almayı tercih etmektedirler (Hazan ve Shaver, 1987).

1.3.3. Yetişkinlikte Bağlanma

Yetişkinlik dönemindeki bağlanma örüntülerinin temelleri bebeklikte atılmaya başlanmıştır ve yetişkinlik dönemindeki bağlanma kuramları bebek ve çocuklardaki bağlanma kuramını temel alarak ilerlemiştir (Özay, 2022). Ancak yetişkinlik dönemi bağlanması temelinin her ne kadar bebeklik dönemi bağlanmasından almış olsa da aralarında farklılıklar gözlenmektedir (Erdoğan, 2010). Bebeklikte kendini güvende hissetmenin ana ögesi fiziksel temas iken ilerleyen yaşlarda ve yetişkinlik dönemi ile birlikte bu durum değişerek bağlanılacak kişi ile yakınlık kurabileceğini bilmek kişinin kendini güvende hissetmesi için yeterlidir (Dönmez, 2000). Ayrıca bebeklikte oluşan bağlanma tek taraflıdır. Bebek güven hissi ve bakım açısından tek taraflı alıcı taraftır. Yetişkin bağlanmasında ise bağlanma davranışı karşılıklı gelişmektedir (Dönmez, 2000). Bir diğer farklılık ise bağlanma ögesidir. Bebeklikte bağlanma ögesi bebeğe bakım veren kişi iken ergenlikte ve yetişkinlikte bu kişi karşı cinsten biri olmaktadır (Hazan vd.,1988).

Bowlby (1988), bağlanmanın temellerinin bebeklikte oluştuğunu ancak etkilerinin yetişkinlik döneminde de devam ettiğini ileri sürmektedir. Ancak yaptığı çalışmalar bebeklik dönemi ile sınırlı kalmaktadır (Görünmez, 2006). Ainsworth da (1978) bebekler üzerinde yaptığı çalışmaları ile bağlanma stilini güvenli, kaygılı/karasız ve kaçınan olmak üzere üç kategoride açıklamıştır. Bu çalışmalardan yola çıkarak Main, Kaplan ve Cassidy (1985) yetişkin bağlanma stillerinin bebeklikte olduğu gibi üç alanda ele alınabileceğini söylemişlerdir. Bunlar; güvenli bağlanma, kaygılı/kararsız bağlanma ve kaçınan bağlanmadır.

Psikolog Cindy Hazan ve Phillip Shaver (1987), Bowlby'nin bağlanma ile ilgili çalışmalarını temel alarak ergenlik döneminde ve yetişkinlikte bağlanmanın nasıl olacağı üzerine yoğunlaşarak çalışmalarını bu yönde ilerletmişlerdir ve Bowlby'nin bağlanma stilleri ile ilgili oluşturduğu sistemi yetişkinlik dönemindeki romantik ve

karşılıklı ilişkilere uyarlamışlardır (Türk, 2022). Bebeklik çağında bebeğe bakım veren ile bebek arasında oluşan ilişkinin etkileri yetişkinlik dönemine de görülmektedir. Bebekler negatif olaylarla karşılaştıklarında kendilerini güvende hissedebilmek ve sakinleşebilmek adına kendisine bakım veren kişi ile yakın olma arayışına girerler. Bu durum yetişkin bireylerde de olmaktadır. Yetişkin bireyler kendilerine stres verici olumsuz olaylarla veya durumlarla karşılaştıklarında sakinleşebilmek ve güvende olabilmek adına partnerlerine yönelirler (Fraley ve Shaver, 2000). Hazan ve Shaver (1987) ergenlik ve yetişkinlikte oluşacak romantik sevgiyi karşı cinse bağlanma süreci olarak ele almışlardır ve yetişkinlik dönemindeki bağlanmanın Ainsworth ‘un gruplandığına paralel olarak sınıflandırılabilceğini söylemişlerdir. Bu gruplar güvenli, kaygılı/kararsız ve kaçınan bağlanma stilleridir. Güvenli bağlanma stiline sahip kişiler diğerlerine oranla hem romantik ilişkilerinde hem de çocukluk ilişkilerinde daha olumlu yaşantılara sahiptirler (Sümer ve Güngör, 1999). Güvenli bağlanma örüntüsü oluşturan kişiler ilişkilerinde partnerlerine bağlanmada sıkıntı yaşamazlar ve onlara kolayca güvenebilirler. Partnerlerinin de kendilerine güvenli hissetmelerini sağlayabilirler (Hazan ve Shaver, 1987). Bu kişilerin özgüvenleri yüksektir, sıcak ve samimi bir kişilik özelliğine sahiptirler (Bartholomew ve Horowitz, 1991).

Kaygılı/kararsız bağlanma stili bebeklik çağında bebek ile bebeğin ihtiyaçlarını karşılayan kişi arasındaki ilişkinin tutarsız olması nedeniyle oluşmaktadır (Ainsworth vd., 1978). Kaygılı/kararsız bağlanma stili olan bireyler ilişkilerinde kıskanç bir tutuma sahiptirler ve ilişkilerinde tutarsızlıklar mevcuttur. Kaçınan bağlanma stili olan kişilerde ise yakınlık istememe, sevgi hakkında olumsuz görüşler ve olumsuz beklentiler söz konusudur (Sümer ve Güngör, 1999). Bu bağlanma örüntüsü bu şekilde olan bireyler başka kişilerle ilişki kurmayı istemelerine rağmen reddedileceklerini veya umursanılmayacaklarını düşündükleri için kaygı hissedeler (Türk, 2022). Kaçınan bağlanma stiline sahip bireyler çok fazla sayıda kişi ile ilişki içine girmemektedirler (Bozkurt, 2020). Kurdukları ilişkiler ise çok samimi değildir ve bu ilişkilerde kendilerini rahatça ifade edememektedirler (Liu vd., 2020). Diğer insanlara karşı “kendi başının çaresine bakabilen, kimseye muhtaç olmayan” insan izlenimi vermektedirler (Mikulincer ve Shaver, 2004).

Bartholomew ve Horowitz (1991) ise “Dörtlü Bağlanma Modeli” isminde bir bağlanma modeli ortaya koyarak benlik ve başkaları olmak üzere yetişkin bağlanma stillerini açıklamaya çalışmıştır. Dörtlü Bağlanma Modeli’ne göre; benlik modeli, kişinin kendine verdiği değerdir. Ne kadar sevileceğine ve başkaları tarafından değer verilmeye layık olup olmadığına dair kişinin oluşturduğu inançlardır. Olumlu benlik modeline sahip kişilerin kendileriyle ilgili düşünceleri olumludur ve öz saygıları ve kendilerine verdikleri değer fazladır. Olumsuz benlik modeline sahip kişiler ise kendileri ile ilgili olumsuz tutumlara sahiptirler (Sümer, 2017).

Dörtlü Bağlanma Modeli’nin diğer bağlanma modeli olan “başkaları modeli” ise kişilerin partnerlerine ihtiyaç duyduklarında onların bunu karşılayıp karşılayamayacaklarına dair oluşturdukları inançlarıdır (Bowlby, 1973). Bu modelin olumlu olması durumunda kişiler ilişkilerinde destek bulacaklarına dair beklenti içinde olmaktadır ancak olumsuz olması durumunda destek bulamayacaklarına dair inanç geliştirmektedirler (Güngör, 2000).

Bartholomew ve Horowitz (1991) geliştirdikleri Dörtlü Bağlanma Modeli’nde güvenli, saplantılı, korkulu ve kayıtsız bağlanma stili olmak üzere dört bağlanma stili tanımlamışlardır. Bowlby’nin Üçlü Bağlanma Modeli’ndeki kaçınan bağlanma stili bu model içerisinde korkulu bağlanma stili ve kayıtsız bağlanma stili olarak ayrılmıştır (Aslan, 2021). Dörtlü bağlanma modeli **Şekil 1**’de gösterilmiştir.

	<u>Olumlu</u> Düşük	Benlik Modeli (Bağımlılık)	<u>Olumsuz</u> Yüksek
Olumlu Düşük	Güvenli Bağlanma	Saplantılı Bağlanma	
Başkaları Modeli	Yakınlık kurma	İlişkilere takıntılı	
(Kaçınma)	konusunda rahat ve özerk		
Olumsuz Yüksek	Kayıtsız Bağlanma	Korkulu Bağlanma	
	Yakınlığa karşı kayıtsız ve karşıt bağımlı	Yakınlıktan korkan ve sosyal açıdan kaçınan	

Şekil 1. Dörtlü Bağlanma Modeli (DBM) (Bartholomew ve Horowitz, 1991).

Güvenli bağlanma stiline göre bireyin kendisine ve başkasına dair oluşturduğu algıları pozitifdir (Bozkurt, 2020). Güvenli bağlanma stili geliştiren kişiler sosyal hayatlarında olumlu düşüncelere sahiptirler ve çevresinde bulunan kişilere güvenileceklerini düşünmektedirler (Collins, 1996). Kurdukları ilişkide kendilerini diğer kişilere bağımlı hissetmezler ve yaşadıkları ilişkilerden yüksek doyum alırlar (Üretmen, 2003).

Kayıtsız bağlanma stiline sahip kişiler kendilerine yönelik olumlu bir benlik algısı geliştirirken başkalarına yönelik ise olumsuz bir bakış açısı geliştirmektedirler. Kayıtsız bağlanma stiline sahip kişiler diğer kişilerle yakın ilişkilerden kaçmakta ve bunu kendilerini koruma amacıyla yaptıklarına inanmaktadırlar (Bartholomev ve Horowitz, 1991). Bu kişiler kendi bağımsızlığına çok değer atfederken başkaları ile ilişki kurmanın gerekli olmadığı kanısındadırlar (Sümer ve Güngör, 1999).

Korkulu bağlanma stili güvenli bağlanma stiline karşıdır. Bu kişilerde kendilerine ve diğer kişilere karşı olumsuz bir algı söz konusudur (Bartholomev ve Horowitz, 1991). Korkulu bağlanma stili olan bireylerin kendilerini değersiz görmeye yönelik eğilimler mevcuttur ayrıca onlar için diğer kişiler de güvenilmeyecek kişilerdir. Başkaları tarafından reddedilme korkuları olduğu için yakın ilişkilerde bulunmazlar (Sümer ve Güngör, 1999).

Saplantılı bağlanma stiline sahip kişilerin kendilerine yönelik algıları olumsuz olurken başkalarına karşı olumlu bir algı geliştirmişlerdir (Levine ve Heller, 2020). İlişkilerinde sürekli kendini ispat ve doğrulama çabası içine girmektedirler. Ayrıca bu bağlanma stiline sahip kişilerin en belirgin özelliği özgüvenlerinin düşük olmasıdır. Düşük özgüvenlerinden dolayı sürekli reddedilme veya terk edilme korkuları mevcuttur (Balkan-Kaya, 2009). Bu kişiler aynı zamanda kolayca âşık olup partnerlerini kolayca terk edebilmektedirler (Altuntaş ve Altınova, 2015).

Yetişkinlik dönemi bağlanması kişilerin kurdukları romantik ilişkileri için büyük önem taşımaktadır. Bu dönemde kurulan bağlanma ilişkisi kişinin kurduğu ilişkiye dair doyum, aldatma davranışına olan yönelimi, iletişim kurabilme gibi özelliklerini şekillendirecektir (Banse, 2004; Kobak ve Hazan, 1991). Ainsworth ve arkadaşlarının (1978) çalışmalarından etkilenen Hazan ve Shaver (1987) bebeklik döneminde bebek ile ona bakım veren arasında oluşan bağlanma süreci gibi yetişkinlikte de bireyler ve partnerleri arasında bir bağlanma süreci olduğunu

belirterek yetişkinlik döneminde oluşan romantik ve sosyal bağlanma süreçlerini ele almışlardır. Bireylerin bebeklik dönemlerinde geliştirdikleri bağlanma stillerinin onların yetişkinlik dönemi bağlanmaları üzerinde de etkili olacağını belirtmişlerdir (Çelik, 2009).

Hazan ve Shaver (1987) güvenli bağlanma stiline sahip bireylerin romantik ilişki yaşadıkları kişiye karşı güven duyduklarını, ilişkisel doyumlarının diğer bağlanma stillerine sahip kişilere göre daha yüksek olduğunu söylemişlerdir. Kaygılı-kararsız bağlanma stiline sahip kişilerin ilişkilerinde takıntılı olduklarını; kaçınan bağlanma stili geliştiren bireylerin ise yakın ilişki kurmada ve romantik ilişkide olduğu partnerine güven duyma konusunda zorlandıkları görülmüştür. Simpson (1990) güvenli bağlanma stiline sahip bireylerin romantik ilişkilerinde de güven yaşadıkları ve çiftler arasında karşılıklı doyumun olduğunu belirtmiştir. Kaçınan bağlanma stiline sahip çiftler arasında ise güvenin ve ilişki doyumunun düşük olduğunu söylemiştir. Ayrıca saplantılı bağlanma stili geliştiren bireylerin ise ilişki içinde mutlu olmasalar dahi ilişki doyumlarının olduğunu belirtmiştir.

1.3.4. Romantik İlişkilerde Bağlanma Stilleri ile İlgili Yapılan Çalışmalar

Bahadır (2006), romantik ilişki yaşıyan kişilerdeki bağlanma stillerini çatışma çözme stratejileri ve olumsuz duygu durum düzenleme açısından ele almıştır. Kaygılı ve kaçınmacı bağlanma stillerinin olumsuz duygu durum düzenleme beklentisini anlamlı düzeyde yordadığı, çatışma çözme becerisi üzerinde ise etkili olmadığı sonucuna ulaşılmıştır.

Sümer (2017) romantik ilişkilere yönelik bağlanma stilleri, romantik kıskançlık ve ilişki doyumu arasındaki ilişkiyi ele almıştır. 460 katılımcının yer aldığı çalışma sonuçları, bağlanma stillerinin romantik kıskançlık düzeyinin önemli bir yordayıcısı olduğunu, kaygılı bağlanma arttıkça kıskançlığın arttığını, kaçınmacı bağlanma arttıkça kıskançlığın azaldığını göstermektedir.

Çeker'in (2021) romantik ilişkilerde bağlanma stillerinin psikolojik zihinlilik ile ilişkisini ele aldığı çalışmasına 387 kişi katılmıştır. Bulgulara göre psikolojik zihinlilik ile korkulu bağlanma ve kayıtsız bağlanma arasındaki ilişkinin negatif yönlü bir ilişki olduğu, psikolojik zihinlilik ile güvenli bağlanma ve saplantılı bağlanma arasındaki ilişkinin pozitif yönlü bir ilişki olduğu sonuçlarına ulaşılmıştır.

Bayar'ın (2021) bireylerin erken dönem uyumsuz şemaları, romantik ilişkilerdeki bağlanma stilleri, ilişki doyumları ve başa çıkma biçimleri arasındaki ilişkisini ele aldığı çalışmasına 460 kişi katılmıştır. İlişki doyumunun bağlanma stillerinden kaçınmacı bağlanma stili ile pozitif yönlü bir ilişkiye sahip olduğu görülürken kaygılı bağlanma stili ile negatif yönlü bir ilişki içinde olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Ayrıca yaş grubu, ilişki durumu, ilişki süresi, erken dönem uyumsuz şemalar, başa çıkma biçimleri ve bağlanma stillerinin ilişki doyumu üzerinde anlamlı etkisi olduğu saptanmıştır.

Çelebi'nin (2023) yaptığı çalışmada romantik ilişkilerde bağlanma stilleri, siber flört istismarı, ilişki öz yeterlik inancı ve bilişsel duygu düzenleme becerisi arasındaki ilişki incelenmiştir. Çalışmaya 399 üniversite öğrencisi katılmıştır. Çalışma sonucunda kaygılı bağlanma stili ve siber flört istismarı uygulama arasındaki ilişkide ilişki öz yeterlik inancının tam aracı rolü olduğu; kaygılı bağlanma ve siber flört istismarı mağduriyeti arasındaki ilişkide ilişki öz yeterlik inancının tam aracı rolü olduğu görülmüştür. Kaçınan bağlanma ve siber flört istismarı mağduriyeti arasındaki ilişkide ilişki öz yeterlik inancının kısmi aracı rolü olduğu; kaygılı bağlanma stili ve siber flört istismarı uygulama arasındaki ilişkide bilişsel duygu düzenleme becerisinin kısmi aracı rolü olduğu tespit edilmiştir.

Perçin (2023), romantik ilişkilerde bağlanma stilleri ile aldatmaya yönelik niyet arasındaki ilişkiyi incelemiştir. Çalışmaya 206 kişi katılmıştır. Çalışmada elde edilen bulgulara göre romantik ilişkisi olan evli bireylerin bağlanma stilleri ile aldatmaya yönelik niyet arasında pozitif anlamda ilişki mevcuttur. Ayrıca romantik ilişkisi olan evli bireylerin korkulu bağlanma ve saplantılı bağlanma puanları arttıkça aldatmaya yönelik niyetleri de artmaktadır.

Feeney ve Noller (1990), yetişkinlerin romantik ilişkilerinde bağlanma stillerinin yordayıcılık rolünü incelemişlerdir. 374 üniversite öğrencisi ile yürütülen çalışmada güvenli bağlanma stiline sahip öğrencilerin erken dönem aile ilişkilerine dair olumlu algılarının olduğu sonucuna ulaşmışlardır. Kaçınan bağlanma stiline sahip öğrenciler başkalarına güvensizlik duyduklarını ifade etmişlerdir. Endişeli-kararsız bağlanma stiline sahip öğrencilerin ise ilişkilerde derin bağlılık arzusu olduğu sonucuna ulaşılmıştır.

Hammond ve Fletcher (1991), yakın ilişkilerin gelişiminde bağlanma stilleri ve ilişki doyumunu ele aldıkları çalışmalarında 51 çiftle çalışmışlardır. Bağlanma stillerinin kaçınma, kaygılı/kararsızlık ve güvenli bağlanma boyutunun ele alındığı çalışmada daha az kaçınan, daha az kaygılı/kararsız ve daha güvenli bağlanma stiline sahip olan kişilerin daha yüksek düzeyde ilişki tatminine sahip olduğu sonucuna ulaşılmıştır.

Rholes ve arkadaşlarının (1995), yetişkin bağlanma stilleri ve annelerin küçük çocuklarıyla ilişkilerini ele aldığı çalışmalarında güvenli bağlanma stiline sahip annelerin kaçınmacı bağlanma stiline sahip annelere kıyasla çocuklarına daha yakın hissettikleri ve çocuklarına karşı destekleyici davranışlarının daha az düzeyde olduğu gözlenmiştir. Kaygılı-kararsız bağlanma stiline sahip olan annelerin de çocuklarına karşı hissettikleri yakınlık duygusunun güvenli bağlanma stiline sahip annelere göre daha düşük düzeyde olduğu bulgulanmıştır.

Macdoland ve arkadaşlarının (2015) yaptığı çalışmada ise çocukluk çağı istismar ve ihmal yaşantılarının kaygılı ve kaçınmacı bağlanma stilleri ile pozitif yönde ilişkili olduğu sonucuna ulaşılmıştır.

Marrero-Quevedo ve arkadaşları (2019), bağlanma stilleri ile psikolojik iyi oluş arasındaki ilişkiyi incelediği çalışmalarını 1403 yetişkin ile yürütmüştür. Araştırmada güvenli bağlanma ve psikolojik iyi oluş boyutları arasında pozitif korelasyonlar olduğu, kaçınan ve kaygılı bağlanma ile psikolojik iyi oluş arasında ise negatif ilişki olduğu bulunmuştur.

2. YÖNTEM

Araştırmanın bu kısmında araştırma örnekleme, veri toplama araçları ve araştırma prosedürüne dair bilgiler sunulmuştur.

2.1. Araştırmanın Modeli

Araştırmada değişkenler arasındaki ilişkiler ele alındığından, araştırma ilişkisel tarama modelinde bir araştırmadır. İlişkisel tarama modeli genel tarama modellerindendir. Genel tarama modelleri, fazla sayıda elemanı içine alan bir evrende, evren ile ilgili genel bir kanıya varmak için evrenin tamamı ya da ondan alınacak bir örneklem üzerinde yapılan çalışmalardır. Var olan durum değiştirilmez ve olduğu şekliyle gözlenir. Tarama modelinin bir türü olan ilişkisel tarama modeli ise, iki ve daha çok sayıdaki değişken arasında birlikte değişim var olup olmadığını ve/veya derecesini saptamayı amaçlayan araştırma modelidir (Karasar, 2022).

2.2. Araştırmanın Örnekleme

Uygun örnekleme yöntemi maliyet, işgücü ve zaman açısından tasarruf etmeyi amaçlamaktadır ve seçkisiz olmayan örnekleme yöntemlerndendir (Büyüköztürk vd. 2012). Araştırmada araştırmacının zaman ve enerjiden tasarruf edebilmesi adına ikamet ettiği konuma yakın olan ve ulaşmada zorluk yaşamayacağı bir örneklem grubu seçilmiştir. Uygun örnekleme yöntemi kullanılarak yürütülen bu araştırmanın örneklemini 2023-2024 yılları arasında Rize ilinde ikamet etmekte olan ve romantik ilişkisi bulunan 20-45 yaş arasındaki 502 kişi oluşturmaktadır. Araştırmaya katılan kişilerden 318'i kadın 184 'ü erkektir ve yaş ortalamaları 32,2 dir.

2.3. Veri Toplama Tekniği

2.3.1. Sosyodemografik Bilgi Formu

Araştırmacı tarafından geliştirilen 'Sosyodemografik Bilgi Formu' araştırmaya katılan kişilerle ait sosyodemografik özellikleri belirlemeyi amaçlamaktadır. Sosyodemografik Bilgi Formu cinsiyet, romantik ilişkinin türü, romantik ilişkinin süresi, günlük sosyal medya kullanım süresi ve algılanan ebeveyn tutumları hakkındaki sorulardan oluşmaktadır.

2.3.2. Çocukluk Çağı Travma Ölçeği (ÇÇTÖ)

Bu ölçek Bernstein ve arkadaşları tarafından 1994 yılında geliştirilmiştir. ÇÇTÖ 20 yaş öncesi travmatik yaşantıları tespit etmeye yönelik bir özbebildirim ölçeğidir (Aydemir ve Köroğlu, 2012). Tükçeye uyarlaması Şar, Öztürk ve İkikardeş (2012) tarafından yapılmıştır. Daha sonra Şar ve arkadaşları (2021) tarafından gözden geçirilmiş ve genişletilmiş versiyonu oluşturulmuştur.

Ölçeğin 33 sorudan oluşan gözden geçirilmiş ve genişletilmiş formunda Cronbach alfa değeri 0.87 olarak bulunmuştur (Şar vd, 2021). Ölçeğin iç tutarlığını yansıtan bu değer bu araştırmanın örnekleminden elde edilen verilerle hesaplanmış ve .84 olarak bulunmuştur. Ölçek beşli likert tipi 33 sorudan oluşan bir ölçektir. Ölçekteki pozitif yöndeki ifadeler verilerin ters çevrilmesi ve sonrasında toplam puanın hesaplanması gerekmektedir. Ters çevrilmesi gereken maddeler 1, 2, 4, 5, 7, 10, 13, 19, 26, 28 ve 31 numaralı maddelerdir. ÇÇTÖ ölçeğinin 6 alt boyutu bulunmaktadır. Ölçeğin duygusal istismar alt boyutunda 5 adet soru yer almaktadır. Bu alt boyutta var olan soru maddeleri 3., 8., 14., 18. ve 25. sorulardır. Fiziksel istismar alt boyutuna ait 5 soru 9, 11, 12, 15 ve 17 numaralı sorulardır. Fiziksel ihmal alt boyutunda 1, 4, 6, 2 ve 26 numaralı sorular bulunmaktadır. Duygusal ihmal boyutunda yer alan sorular 5, 7, 13, 19 ve 28 numaralı sorulardır. Ölçeğin cinsel istismar alt boyutunda 20, 21, 23, 24, 27 numaralı sorular yer almaktadır. Ölçeğin 28 soruluk ilk formuna daha sonra eklenen aşırı koruma ve kontrol alt boyutunda beş soru yer almaktadır. Bu sorular 29, 30, 31, 32 ve 33 numaralı sorulardır.

Yapılan varyans analizinde 6 boyut ortaya konmuştur. Ve bu boyutların toplam varyansın %65,5'ini temsil ettiği sonucuna ulaşılmıştır. Var olan alt boyutlar duygusal istismar alt boyutu varyansın %17,3'ünü, cinsel istismar alt boyutu varyansın %11,5'ini, aşırı koruma alt boyutu varyansın %10,3'ünü, fiziksel istismar alt boyutu varyansın %9,4'ünü, duygusal istismar alt boyutu varyansın %8,5'ini ve fiziksel ihmal alt boyutu varyansın %8,5'ini temsil etmektedir (Şar vd., 2021).

2.3.3. Yakın İlişkilerde Yaşantılar Envanteri (YİYE II)

Yakın İlişkilerde Yaşantılar Envanteri-II (YİYE-II); ölçeğin amacı yakın ilişkilerde yaşanan ve bağlanmada iki temel boyut olan kaygı ve kaçınmayı ölçmektir.

Ölçeğin geliştiricileri Fraley ve Shaver (2000) dir. Selçuk ve arkadaşları (2005) ölçeğin Türkiye’deki geçerlik ve güvenilirlik çalışmasını yapmışlardır. Ölçek toplamda 36 madde yer almaktadır ve ölçekte 18 madde ile kaygı, 18 madde ile kaçınma boyutu ölçülmektedir. Ölçekteki maddeler 7’li likert tipinde hazırlanmış olup katılımcılar tarafından 1= hiç katılmıyorum, 7=kesinlikle katılıyorum şeklinde değerlendirmektedir. Bu ölçekte ters maddeler bulunmaktadır ve sonuçta iki farklı toplam puan elde edilmektedir. Ölçeğin yüksek test-tekrar test güvenirliği kaçınma boyutu için .81, kaygı boyutu için .82 olduğu bulunmuştur (Selçuk vd., 2005). Ayrıca ölçeğin iç tutarlılık değeri incelendiğinde, kaçınma ve kaygı için Cronbach alfa katsayısı sırasıyla .90 ve .86 olarak bulunmuştur. Bu araştırmanın örneklemini için bu değerler sırasıyla .88 ve .84 olarak hesaplanmıştır.

Yakın İlişkilerde Yaşantılar Envanterinin geçerliliğini denemek için ölçeğin faktör yapısını oluşturan 36 madde üzerinde faktör analizi gerçekleştirilmiştir. Analiz sonunda özdeğeri 1’in üzerinde 7 faktör olmasına rağmen, faktör sayısının belirlenmesine ilişkin kriterler iki faktörlü bir çözümü desteklemiştir. İki faktörlü çözüm sonunda toplam varyansın %38’i açıklanmıştır. Kaçınma boyutunun karşılığı olan birinci faktör toplam varyansın %21.36’sını, kaygı boyutunun karşılığı olan ikinci faktör ise toplam varyansın %16.33’ünü açıklamaktadır. Ölçeğe ait 5, 6, 19, 23 ve 29. maddeler iki faktörden de .30’un üzerinde yük almıştır. 35. madde ise kaygı boyutunda yer almakla birlikte sadece kaçınma boyutundan yük almıştır. Ancak kuramsal nedenlerle, ilerleyen analizlerde bu maddenin kaygı boyutundaki yeri korunmuştur.

2.3.4. İlişkilere İlişkin Bilişsel Çarpıtmalar Ölçeği (İİBÇÖ)

Ölçek Hamamcı ve Büyüköztürk (2003), tarafından geliştirilmiştir. Ölçekte kişinin başka kişilerle arasında olan ilişkilerdeki bilişsel çarpıtmaları belirlemeyi amaçlanmaktadır. Ölçek 19 madde yer almaktadır ve ölçekte yakınlıktan kaçınma, gerçekçi olmayan ilişki beklentisi ve zihin okuma olmak üzere 3 alt boyutu mevcuttur. Ölçek 5’li Likert tipinde (1=Hiç Katılmıyorum, 5=Tamamen Katılıyorum) oluşturulmuştur ve ölçekten yüksek puan alma durumu, ilişkilerle ilgili bilişsel çarpıtmalara sahip olma düzeyinin yükseldiğini göstermektedir.

Ölçeğin tek boyutlu olup olmadığı temel bileşenler analizi yöntemi ile test edilmiş ve ölçekte bulunan maddelerin birinci faktör yük değerleri incelenmiştir.

Yapılan analiz sonucunda ölçeğin birinci faktör yük değerlerinin .30 altında olan maddelerin olduğu bulunmuştur. Bu nedenle ölçeğin tek boyutlu olarak değerlendirilemeyeceği düşünülmüştür. Analiz sonucunda hepsi bilişsel çarpıtma içeren 19 maddenin yer aldığı bir ölçek elde edilmiştir. Bu faktörlerden varyansın %15,5’ni açıklayan birinci faktör yakınlıktan kaçınma, %13,1’ni açıklayan ikincisi gerçekçi olmayan ilişki beklentisi, %9,5’ni açıklayan üçüncüsü ise zihin okuma olarak isimlendirilmiştir. Doğrulayıcı faktör analizi sonucunda ise belirlenen üç boyutlu yapının doğrulandığı görülmüştür (Hamamcı ve Büyüköztürk, 2003).

Bu ölçeğin güvenirlik çalışması sonucunda; test-tekrar-test güvenirliği .74 olarak hesaplanmıştır. Ayrıca yakınlıktan kaçınmanın Cronbach Alpha kat sayısı .73, gerçekçi olmayan ilişki beklentisinin .66 ve zihin okumanın ise .43 olarak hesaplanmıştır. Toplam ölçek değeri ise .67 olarak hesaplanmıştır (Hamamcı ve Büyüköztürk, 2003). Ölçeğin iç tutarlılığını gösteren Cronbach alfa değeri, bu araştırmanın verileri ile yeniden hesaplanmış ve .80 olarak bulunmuştur.

2.4. Veri Toplama Süreci

Veriler toplanmaya başlanmadan önce Recep Tayyip Erdoğan Üniversitesi Etik Kurulundan gerekli olan etik izinler alınmıştır. Çalışmada kullanılacak olan ölçeklerin kullanımı için araştırmacılardan gerekli izinler ilgili alınmıştır. Ayrıca ölçeklerin uygulanabilmesi için Rize İl Milli Eğitim Müdürlüğünden ve Recep Tayyip Erdoğan Üniversitesi’ne bağlı fakültelerden gerekli izinler alınmıştır. Ölçekler ve anketler GoogleForms üzerinden oluşturulmuştur. Bunlar çevrimiçi ortamlar üzerinden (Instagram, Whatsapp vb.) link olarak paylaşılmıştır. Ayrıca yüz yüze uygulamalar için ölçekler A4 kâğıtlarına bastırılarak uygulanmıştır. Formların giriş kısmında bilgilendirilmiş onam formu yer almaktadır. Bu kısımda çalışmaya ilişkin bilgiler verilmiş olup gönüllülük ve gizliliğe ilişkin hususlara yer verilmiştir. Çalışma sonuçlarının güvenilir ve geçerli olması adına ölçeklerdeki maddeleri dürüst ve içten bir şekilde yanıtlamaları istenmiş olup konunun hassasiyeti göz önünde bulundurularak kişilerin gizliliklerine önem verilmiştir. Katılımcılardan gönüllülük esası ile katılım için onayları alınmış ve kabul eden kişiler diğer formları doldurmuşlardır. Kasım 2023-Haziran 2024 tarihleri arasında verilerin toplanması tamamlanarak 538 katılımcıya ulaşılmıştır. Formlarda maddeler eksik işaretleme

yapılmış olması sebebi ile 36 form elenmiştir. Geriye kalan 502 form üzerinden veri analizi gerçekleştirilmiştir.

2.5. Veri Analizi

Örnekleme dâhilindeki 502 katılımcıdan elde edilen veriler SPSS 22.0 versiyonu kullanılarak analiz edilmiştir. Verilerin normal dağılıma uygun olup olmadığının belirlenmesinde Skewness (Çarpıklık) ve Kurtosis (Basıklık) değerleri hesaplanmıştır. Değişkenler arasında çoklu bağlantı ve otokorelasyon gibi problemlerin mevcut olup olmadığı VIF (Varyans Büyütme Faktörü) ve Durbin Watson değerleri incelenerek kontrol edilmiştir. Örnekleme ilişkin tanımlayıcı bazı bilgilerin elde edilmesinde tanımlayıcı istatistiklerden, değişkenler arasındaki yordayıcı ilişkilerin ortaya çıkarılmasında Pearson Product Momentler çarpımı korelasyon katsayısı ve çoklu doğrusal regresyon analizinden yararlanılmıştır. Araştırmanın bağımlı değişkenleri olan bağlanma stillerinde cinsiyete göre farklılaşmaların incelenmesinde bağımsız örneklem için t testinden, romantik ilişki türü, romantik ilişkinin süresi, algılanan ebeveyn tutumu ve günlük sosyal medya kullanım süresine dayalı farklılıkların incelenmesinde tek yönlü varyans analizinden (ANOVA) yararlanılmıştır. Analizlerde .05 anlamlılık düzeyi ölçüt olarak alınmıştır.

3. BULGULAR

Bu bölümde araştırmanın amaçları doğrultusunda gerçekleştirilen istatistik işlemleri ve sonuçlarına dair bilgiler sunulmuştur.

3.1. Araştırma Örneklemine İlişkin Tanımlayıcı Bulgular

Araştırma örnekleme dâhilindeki, yaşları 20-45 arasında değişen (Ort. =32.2) 502 katılımcıya ilişkin tanımlayıcı bulgular Tablo 2’de sunulmuştur. Yüzde 63’ü kadın olan katılımcıların ilişki türleri incelendiğinde çoğunun (%62,2) evli olduğu görülmektedir. Romantik ilişki süresi açısından ise örneklemin yarıya yakın bir kısmının (%47,2) 7 yıl ya da daha fazla bir süredir ilişkileri devam etmektedir. Katılımcılar en yüksek yüzdeyle (%39,6) ebeveynlerinin tutumlarını “demokratik” olarak tanımlamışlardır. Katılımcıların günlük sosyal medya kullanım sürelerinin ise çoğunlukla 1-3 saat arasında olduğu görülmektedir.

Tablo 1. Araştırma örneklemine ilişkin tanımlayıcı bulgular

Değişkenler	Gruplar	F	%
Cinsiyet	Kadın	318	63.3
	Erkek	184	36.7
	Otoriter	115	22.9
	Aşırı Korumacı	122	24.3
Algılanan Ebeveyn Tutumu	Tutarsız	53	10.6
	Demokratik	199	39.6
	İhmalkâr	19	2.3
	Evli	312	62.2
İlişki Türü	Sözlü-Nişanlı	29	5.8
	Flört-Sevgili	161	32.1
	1-6 ay	55	11
İlişki Süresi	6-11 ay	51	10.2
	1-3 yıl	105	20.9

Tablo 1 (Devam) . Araştırma örneklemine ilişkin tanımlayıcı bulgular

	4-6 yıl	54	10.8
	7 yıl ve üzeri	237	47.2
	1 saatten az	71	14.1
	1-3 saat	261	52
Günlük sosyal medya kullanım süresi	3-5 saat	126	25.1
	5-7 saat	31	39.6
	7 saat ve üzeri	13	2.6

3.2. Ön Analizler

Araştırmada toplanan verilerin normal dağılıma uygun olup olmadığının belirlenmesi için her bir sürekli değişken için çarpıklık (skewness) ve basıklık (kurtosis) değerleri incelenmiştir. Normal bir dağılım için basıklık ve çarpıklık değerlerinin 0 olması beklenmekle birlikte örneklem büyüklüğünün 200'ü aştığı durumlarda bu değerlerin ideal değerden ± 2.58 farklılaşabileceği belirtilmektedir (Ghasemi & Zahediasl, 2012). Araştırmanın bağımsız ve bağımlı değişkenleri için hesaplanan ve yukarıda ifade edilen sınırlar içinde bulunan basıklık ve çarpıklık değerleri Tablo 2'de sunulmuştur.

Tablo 2. Araştırma değişkenlerine ilişkin çarpıklık (Skewness) ve basıklık (Kurtosis) değerleri

Değişkenler	n	Çarpıklık	Basıklık
İlişkilerle İlgili Bilişsel Çarpıtmalar	502	.22	.82
Çocukluk Çağı Travmatik Yaşantıları	502	1.4	2.06
Kaygılı Bağlanma	502	.47	-.13
Kaçınmacı Bağlanma	502	.22	-.67

Verilerin normal dağılıma uygunluğunun incelenmesinin yanında, araştırma değişkenlerine ilişkin çoklu bağlantı ve otokorelasyon durumlarının söz konusu olup olmadığı kontrol edilmiştir. Çoklu bağlantı durumunun incelenmesinde dikkate alınan Varyans Büyütme Faktörü (VIF) değeri hem kaygılı hem de kaçınmacı bağlanmanın yordanması için kurulan regresyon modelleri için 1.07 olarak bulunmuş olup, VIF değerinin 1'e yakın olarak bulunması çoklu bağlantının söz konusu olmadığını bir işarettir (Kalaycı, 2010). Otokorelasyonun söz konusu olup olmadığını belirlemede ölçüt alınan Durbin-Watson değerleri ise kaygılı bağlanma için kurulan regresyon modeli için 2.05, kaçınan bağlanma için kurulan regresyon modeli için 1.97 olarak hesaplanmıştır. Durbin Watson değerinin 1.5-2.5 arasında olması otokorelasyonun söz konusu olmadığını göstermektedir (Kalaycı, 2010). Dolayısıyla araştırma değişkenleri için çoklu bağlantı ve otokorelasyon problemlerinin mevcut olmadığı söylenebilir.

3.3. Değişkenler Arasındaki İlişkiler

İlişkilerle ilgili bilişsel çarpıtmalar ve çocukluk çağı travmatik yaşantılarının bağlanma stilleri ile ilişkilerinin incelenmesinde Pearson product-momentler çarpımı korelasyonu katsayısı tekniğinden yararlanılmıştır. Analiz sonuçları Tablo 3'te sunulmuştur.

Tablo 3. Değişkenler arasındaki korelasyonlar

	1	2	3	4
1.İlişkilerle İlgili Bilişsel Çarpıtmalar	1	.26**	.55**	.18**
2.Çocukluk çağı travmatik yaşantıları		1	.39**	.26**
3.Kaygılı bağlanma			1	.40**
4. Kaçınmacı bağlanma				1
Ortalama	51.85	49.48	56.70	52.43
Standart Sapma	10.40	13.14	17.02	19.15

** p<.01

Analiz sonuçlarının sergilendiği Tablo 4'e göre, ilişkilerle ilgili bilişsel çarpıtmalar ile kaygılı bağlanma ($r=.55$, $p<.01$) ve kaçınmacı bağlanma arasında ($r=.18$, $p<.01$) arasında olumlu yönde ve anlamlı bir ilişki vardır. Bu bulguya göre romantik ilişkisi olan bireylerin ilişkilerle ilgili bilişsel çarpıtmaları arttıkça, kaygılı ve kaçınma bağlanma düzeyleri de anlamlı biçimde yükselmektedir. Araştırmanın diğer bağımsız değişkeni olan çocukluk çağı travmaları hem kaygılı bağlanma ($r=.39$, $p<.01$) hem de kaçınmacı bağlanma ile ($r=.26$, $p<.01$) olumlu yönde ve anlamlı düzeyde ilişkilidir. Bu bulgu da, romantik ilişkisi olan bireylerde çocukluk çağı travmatik yaşantılarının düzeyi yükseldikçe, kaygılı ve kaçınmacı bağlanmanın da anlamlı düzeyde yükseldiğini göstermektedir.

3.4. Bağlanma Stillerinin Yordanması

Romantik ilişkisi bulunan bireylerin bağlanma stillerinin (kaygılı ve kaçınmacı bağlanma), ilişkilerle ilgili bilişsel çarpıtmalar ve çocukluk çağı travmaları tarafından yordanıp yordanmadığının incelenmesinde çoklu doğrusal regresyon analizi tekniğinden faydalanılmış olup, analiz sonuçları Tablo 4 ve Tablo 5'te sunulmuştur.

Tablo 4. Kaygılı bağlanmanın yordanmasına ilişkin analiz sonuçları

Değişken	B	Std. Hata	β	T	p	R	R ²	ΔR^2	F
Sabit	-.78	3.44	-	-.22	.82	.60	.36	.36	143.63
İlişkilerle ilgili Bilişsel Çarpıtmalar	.78	.06	.48	13.01	.00**				
Çocukluk Çağı Travmatik Yaşantıları	.33	.04	.26	7.02	.00**				

** $p<.01$

İlişkilerle ilgili bilişsel çarpıtmalar ve çocukluk çağı travmalarının kaygılı bağlanmayı yordamadaki rolünün belirlenmesi amacıyla yapılan çoklu doğrusal regresyon analizi sonuçlarının özetlendiği Tablo 4 incelendiğinde, bağımsız değişkenlerin kaygılı bağlanmadaki toplam varyansın %36' sını açıkladığı görülmektedir ($F= 143,63$, $p<.01$). İlişkilerle ilgili bilişsel çarpıtmalar ($\beta=.48$ $p<.01$)

ve çocukluk çağı travmatik yaşantılarının ($\beta=.26$, $p<.01$) modele özgün katkısının anlamlı olduğu görülmektedir. Başka bir ifade ile romantik ilişkisi olan bireylerde çocukluk çağı travmatik yaşantıları ve ilişkilerle ilgili bilişsel çarpıtmalar kaygılı bağlanma stilinin anlamlı birer yordayıcısıdır.

Tablo 5. Kaçınmacı bağlanmanın yordanmasına ilişkin analiz sonuçları

Değişken	B	Std. Hata	β	T	p	R	R ²	ΔR^2	F
Sabit	24.26	4.667		5.20	.00	.28	.08	.08	22.27
İlişkilerle İlgili Bilişsel Çarpıtmalar	.22	.08	.12	2.75	.00**				
Çocukluk Çağı Travmatik Yaşantıları	.33	.06	.22	5.13	.00**				

** $p<.01$

İlişkilerle ilgili bilişsel çarpıtmalar ve çocukluk çağı travmalarının kaçınmacı bağlanmayı yordamadaki rolünün belirlenmesi amacıyla yapılan çoklu doğrusal regresyon analizi sonuçlarının yer aldığı Tablo 5 incelendiğinde, bağımsız değişkenlerin kaygılı bağlanmadaki toplam varyansın % 0,8'ini açıkladığı görülmektedir ($F= 22.27$, $p<.01$). İlişkilerle ilgili bilişsel çarpıtmaların ($\beta=.12$, $p<.01$) ve çocukluk çağı travmatik yaşantılarının ($\beta=.22$ $p<.01$) modele özgün katkısının anlamlı olduğu görülmektedir. Başka bir ifade ile romantik ilişkisi olan bireylerde ilişkilerle ilgili bilişsel çarpıtmalar ve çocukluk çağı travmatik yaşantıları, kaçınmacı bağlanma stilinin anlamlı birer yordayıcısıdır.

3.5. Romantik İlişkisi Bulunan Bireylerin Bağlanma Stillerinde Cinsiyete Dayalı Farklılıklar

Romantik ilişkisi bulunan bireylerde bağlanma stillerinin cinsiyete dayalı olarak anlamlı bir farklılık gösterip göstermediği bağımsız örneklem için t testi ile incelenmiş olup sonuçlar Tablo 6'da sunulmuştur.

Tablo 6. Bağlanma stillerinin cinsiyet değişkeni açısından incelenmesi

Değişken	Cinsiyet	N	$\bar{X}$	Ss	t	p
Kaygılı Bağlanma	Kadın	318	56.69	17.62	-.01	.98
	Erkek	184	56.72	14.98		
Kaçınmacı Bağlanma	Kadın	318	53.26	20.02	1.26	.20
	Erkek	184	51.01	17.50		

Tablo 6’da sunulan bağımsız t testi sonuçları, kaygılı ($t=-.01$, $p>.05$) ve kaçınmacı ($t=1.26$, $p>.05$) bağlanma stillerinde cinsiyet değişkeni açısından anlamlı bir farklılık olmadığını göstermektedir.

3.6. Romantik İlişkisi Bulunan Bireylerin Bağlanma Stilllerinde İlişki Türüne Dayalı Farklılıklar

Romantik ilişkisi bulunan bireylerin bağlanma stillerinin ilişki türü (evli, sözlü-nişanlı, sevgili-flört) açısından anlamlı düzeyde farklılaşıp farklılaşmadığının incelenmesinde ANOVA istatistiksel tekniğinden yararlanılmış ve analiz sonuçları Tablo 7’de sunulmuştur.

Tablo 7. Bağlanma stillerinin ilişki türü açısından incelenmesi

Değişken	Romantik İlişkinin Türü	N	$\bar{X}$	Ss.	F	p
Kaygılı Bağlanma	Evli	312	54.52	17.30	8.56	.00**
	Sözlü-nişanlı	29	55.20	17.47		
	Flört-sevgili	161	61.21	15.54		
Kaçınmacı Bağlanma	Evli	312	50.00	19.37	10.28	.00**
	Sözlü-nişanlı	29	48.06	17.22		
	Flört-sevgili	161	57.93	17.93		

** $p<.01$

Tablo 7 incelendiğinde, kaygılı ($F=8.56$, $P<.01$) ve kaçınmacı bağlanmanın ($F=10.28$, $p<.01$) katılımcıların sözlü-nişanlı, flört-sevgili ve evli olmaları açısından anlamlı bir farklılaşma gösterdiği görülmektedir. Bu farklılığın kaynağı LSD çoklu

karşılaştırma testi ile incelenmiştir. Evli bireylerin kaygılı bağlanma puan ortalamalarının ($\bar{X}=54.52$), flört-sevgili türünde bir ilişkisi olanların puan ortalamalarına ($\bar{X}=61.21$) kıyasla anlamlı düzeyde düşük olduğu görülmüştür. Kaçınmacı bağlanmadaki anlamlı farklılaşmanın kaynağına dair LSD çoklu karşılaştırma testinin sonuçları incelendiğinde ise, flört-sevgili türünde bir ilişki yaşayanların kaçınmacı bağlanma puan ortalamalarının ($\bar{X}=57.93$) hem evli bireylerin ($\bar{X}=50.00$) hem de sözlü-nişanlı olanların ($\bar{X}=48.06$) puan ortalamalarından anlamlı düzeyde yüksek olduğu görülmüştür.

3.7. Romantik İlişkisi Bulunan Bireylerin Bağlanma Stillerinde Algılanan Ebeveyn Tutumlarına Dayalı Farklılıklar

Romantik ilişkisi bulunan bireylerin bağlanma stillerinin ebeveyn tutumları (demokratik, aşırı korumacı, otoriter, tutarsız, ihmalkâr) açısından anlamlı düzeyde farklılaşıp farklılaşmadığının incelenmesinde ANOVA istatistiksel tekniğinden yararlanılmış ve analiz sonuçları Tablo 8’de sunulmuştur.

Tablo 8. Bağlanma stillerinin algılanan ebeveyn tutumları açısından incelenmesi

Algılanan Ebeveyn						
Değişken	Tutumu	N	$\bar{X}$	Ss.	F	p.
Kaygılı Bağlanma	Otoriter	115	57.84	16.98	3.25	.01*
	Aşırı korumacı	122	57.81	18.04		
	Tutarsız	53	62.01	16.92		
	Demokratik	199	53.73	15.63		
Kaçınmacı Bağlanma	Otoriter	115	54.61	18.46	1.03	.39
	Aşırı korumacı	122	53.84	20.95		
	Tutarsız	53	51.64	16.54		
	Demokratik	199	50.59	18.62		
	İhmalkâr	13	51.38	24.82		

*p<.05

Tablo 8’e göre kaygılı bağlanma katılımcıların ebeveyn tutumları açısından anlamlı bir farklılaşma göstermektedir ($F=3.25$, $p<.05$). Bu sonucun hangi ebeveyn tutumları arasındaki anlamlı farklılıktan kaynaklandığının belirlenebilmesi için LSD çoklu karşılaştırma testi uygulanmış ve ebeveynlerini demokratik olarak algılayan

katılımcıların kaygılı bağlanma puan ortalamalarının ($\bar{X}$ =53.73), otoriter ($\bar{X}$ =57.84), aşırı korumacı ($\bar{X}$ =57.81) ve tutarsız ($\bar{X}$ =62.01) olarak algılayanlardan anlamlı düzeyde düşük olduğu görülmüştür. Tablo 8’de de görüldüğü gibi, kaçınmacı bağlanma algılanan ebeveyn tutumu açısından anlamlı bir farklılık göstermemektedir ($F=1.03$, $p>.05$).

3.8. Romantik İlişkisi Bulunan Bireylerin Bağlanma Stillerinde İlişkinin Süresine Dayalı Farklılıklar

Romantik ilişkisi bulunan bireylerin bağlanma stillerinin romantik ilişkinin süresi açısından anlamlı düzeyde farklılaşıp farklılaşmadığının incelenmesinde ANOVA istatistiksel tekniğinden yararlanılmış ve analiz sonuçları Tablo 9’da sunulmuştur.

Tablo 9. Bağlanma stillerinin romantik ilişkinin süresi açısından incelenmesi

Değişken	Romantik İlişkinin Süresi	N	$\bar{X}$	Ss.	F	p
Kaygılı Bağlanma	1-6 ay	55	65.41	14.26	5.16	.00**
	6-11 ay	51	58.09	15.55		
	1-3 yıl	105	57.50	15.62		
	4-6 yıl	54	53.46	15.28		
	7+	237	54.77	18.24		
Kaçınmacı Bağlanma	1-6 ay	55	56.70	17.02	6.27	.00**
	6-11 ay	51	61.96	17.88		
	1-3 yıl	105	58.60	18.08		
	4-6 yıl	54	51.00	17.43		
	7+	237	49.12	16.79		

** $p<.01$

Tablo 9’da görüldüğü gibi, kaygılı ($F=5.16$, $p<.01$) ve kaçınmacı bağlanma ($F=6.27$, $p<.01$) romantik ilişkinin süresi açısından anlamlı bir farklılaşma göstermektedir. Kaygılı bağlanmadaki anlamlı farklılaşmanın kaynağının belirlenmesi için yapılan LSD çoklu karşılaştırma testi sonuçları, anlamlı farklılığın ilişki süresi 1-6 ay arasında olan katılımcıların kaygılı bağlanma puan ortalamalarının ($\bar{X}$ =65.41), 7-11 ay ($\bar{X}$ =58.09), 1-3 yıl ($\bar{X}$ =57.50), 4-6 yıl ($\bar{X}$ =53,46) ve 7 ve üzeri yıl ($\bar{X}$ =54,77) olan

katılımcıların puan ortalamalarından anlamlı düzeyde yüksek olmasından kaynaklandığını göstermiştir. Kaçınmacı bağlanmadaki anlamlı farklılaşmanın kaynağının tespiti için yapılan LSD çoklu karşılaştırma testi sonuçları, önceki bulguyla benzer şekilde ilişki süresi 1-6 ay arasındaki katılımcıların kaçınmacı bağlanma puan ortalamalarının ($\bar{X}$ =61.96), ilişki süresi 7-11 ay ($\bar{X}$ =58.60), 1-3 yıl ($\bar{X}$ =51.00), 4-6 yıl ($\bar{X}$ =49.12) ve 7 ve üzeri ($\bar{X}$ =50.28) olan katılımcıların puan ortalamalarından anlamlı düzeyde yüksek olduğunu göstermiştir.

3.9. Romantik İlişkisi Bulunan Bireylerin Bağlanma Stillerinde Günlük Sosyal Medya Kullanım Süresine Dayalı Farklılıklar

Romantik ilişkisi bulunan bireylerin bağlanma stillerinin günlük sosyal medya kullanım süresi açısından anlamlı düzeyde farklılaşıp farklılaşmadığının incelenmesinde ANOVA uygulanmış ve analiz sonuçları Tablo 10'da sunulmuştur.

Tablo 10. Bağlanma stillerinin günlük sosyal medya kullanım süresi açısından incelenmesi

Değişken	Sosyalmedya Kullanım Süresi	N	X	Ss.	F	p.
Kaygılı Bağlanma	1 saatten az	71	53.23	16,66002	2.37	0.51
	1-3 saat	261	55.85	17,05494		
	3-5 saat	126	58.58	17,26744		
	5-7 saat	31	61.61	14,82268		
	7 saatten fazla	13	62.84	17,19906		
Kaçınmacı Bağlanma	1 saatten az	71	49.39	20,68228	1.07	.37
	1-3 saat	261	52.11	18,70641		
	3-5 saat	126	53.41	19,20553		
	5-7 saat	31	55.80	19,63571		
	7 saatten fazla	13	58.07	17,38515		

Tablo 10'da görüldüğü gibi katılımcıların kaygılı ($F=2.37$, $p>.05$) ve kaçınmacı bağlanma ($F=1.07$, $p>.05$) düzeyleri günlük sosyal medya kullanım süresi açısından anlamlı biçimde farklılaşmamaktadır.

4. SONUÇ VE TARTIŞMA

Araştırmanın bu bölümünde araştırma bulguları ilgili literatür bulgularıyla karşılaştırılarak yorumlanmıştır ve bazı önerilerde bulunulmuştur.

4.1. Değişkenler Arasındaki Korelasyonlara ve Bağlanma Stillerinin Yordanmasına İlişkin Tartışma

Araştırmanın bulgularına göre ilişkilerle ilgili bilişsel çarpıtmalar ile kaygılı bağlanma ve kaçınmacı bağlanma arasında olumlu yönde ve anlamlı bir ilişki vardır. Romantik ilişkisi olan bireylerin ilişkilerle ilgili bilişsel çarpıtmaları arttıkça, kaygılı ve kaçınmacı bağlanma düzeyleri de anlamlı biçimde yükselmektedir. Ayrıca romantik ilişkisi olan bireylerdeki ilişkilerle ilgili bilişsel çarpıtmalar kaygılı bağlanma stiline ve kaçınmacı bağlanma stiline anlamlı bir yordayıcısıdır. İlgili literatür incelendiğinde, karşılaşılan sonuçlar bu araştırmanın sonuçları ile tutarlılık göstermektedir. Örneğin, Çam ve Şahin-Çelik (2018) çalışmalarında bağlanma stillerinin ilişkilerle ilgili bilişsel çarpıtmalarla bağlantılı olduğu bulgusuna ulaşmıştır. Stackert ve Bursik ise (2003) güvensiz bağlanma örüntüsüne sahip bireylerin güvenli bağlanma örüntüsüne sahip olanlara göre daha fazla bilişsel çarpıtmaya sahip olduğunu ifade etmiştir. Güvensiz bağlanma stillerinin irrasyonel inançlarla olumlu ve anlamlı bir ilişki içinde bulunduğu araştırmalar bu ifadeyi desteklemektedir (Nemutlu, 2020; Onur, 2021). Sarsıcı (2019) da çalışmasında saplantılı bağlanma stiline sahip bireylerin gerçekçi olmayan ilişki beklentilerinin yüksek olduğunu bulgulamıştır. Kasap (2020) ise irrasyonel inançlar ile kaygılı bağlanma arasında pozitif yönde orta düzeyde, kaçınmacı bağlanma ile pozitif yönde zayıf düzeyde ilişkili olduğu sonucuna ulaşmıştır. Yaka'ya (2011) göre kaygılı ve kaçınmacı bağlanma stiline sahip bireylerin erken dönem uyumsuz şemaları vardır ve bu uyumsuz şemalar kuracakları romantik ilişkiler üzerinde etkili olabilecektir. İrrasyonel inançlar ve bilişsel çarpıtmalar erken çocukluk dönemlerinden itibaren oluşmaya başlayan, ergenlik ve yetişkinlik dönemine taşınan mantıksız, gerçekçi olmayan ve bireyi engelleyici bilişsel öğelerdir. Bağlanma stilleri de doğum anından itibaren oluşmaya başlayan örüntülerdir. Dolayısı ile bireylerde erken dönemde başlayıp ileriki yıllarda etkisini sürdürecektir bu iki unsurun ilişki içinde olması olağan görünmektedir. Ayrıca güvenli bağlanma örüntüsüne sahip kişiler

kendilerine ve başkalarına yönelik daha gerçekçi beklentiler oluşturduğu, hatalı ve çarpık düşüncelerden uzaklaştığı söylenebilir.

Romantik ilişkisi olan bireylerde çocukluk çağı travmalarına ilişkin bulgularda çocukluk çağı travmatik yaşantılarının düzeyi yükseldikçe kaygılı ve kaçınmacı bağlanmanın da anlamlı düzeyde yükseldiği görülmektedir. Romantik ilişkisi olan bireylerde çocukluk çağı travmatik yaşantılarının kaygılı bağlanma stiline anlamlı bir yordayıcısı olduğu da araştırmada ulaşılan bulgulardandır. Literatürde incelenen çalışmalarda da benzer sonuçlara rastlanmıştır. İlgili literatürde bağlanma stilleri ile çocukluk çağı travmaları arasındaki ilişkiye dair elde edilen sonuçlar, bu araştırmanın bulguları ile örtüşmektedir. Örneğin, Unger ve De Luca (2014), çocuklukta yaşanan fiziksel istismar ile yetişkinlikteki bağlanma stilleri arasındaki ilişkiyi araştırmış ve fiziksel istismar ile kaygılı bağlanma ve kaçınmacı bağlanma arasında pozitif yönde bir ilişki olduğu sonucuna ulaşmışlardır. MacDonald ve arkadaşları (2015) ise araştırmasında, çocukluk çağı istismar ve ihmal yaşantılarının kaygılı ve kaçınmacı bağlanma stilleri ile ilişkili olduğu sonucuna ulaşmıştır. İnan (2015) da benzer şekilde çocukluk çağı travmasına sahip olan bireylerin kaygılı ve kaçınmacı bağlanma puanlarının çocukluk çağı travmasına sahip olmayanlara göre daha yüksek olduğunu saptamıştır. Özkan (2016) ise klinik örnekleme gerçekleştirdiği çalışmada kaygılı ve kaçınmacı bağlanma puanları ile çocukluk çağı travmaları arasında pozitif ilişkinin olduğunu bulgulamıştır. Peker (2017) de çalışmasında çocukluk çağı travmalarının alt boyutları olan duygusal ihmal, duygusal istismar, fiziksel ihmal, fiziksel istismar ve cinsel istismar ile katılımcıların kaygılı ve kaçınmacı bağlanma düzeyleri arasında orta düzeyde ve pozitif yönde ilişki olduğu sonucuna ulaşmıştır. Muşdal-Çelebi ve Polat'a (2019) göre travma yaşayan çocuklar bağlanma figürlerinden güvenli bir şekilde ayrılmayı gerçekleştiremediği için kaygılı bağlanma stili oluşturabilirler. Araştırmacılar ayrıca çocukluk çağında travma deneyimi olanların kaygılı ve kaçınmacı bağlanma puanlarının travma deneyimi olmayanlara göre daha yüksek olduğunu belirtmişlerdir. Bağlanma örüntülerinin temelleri bebek ile ona bakım veren kişilerin bebeğe karşı olan tutumları sonucu atılmaktadır. Bebeklik yıllarından itibaren ihmal ve istismara uğramış olan bireylerin bağlanma örüntülerinin güvenli bağlanmadan uzaklaşması olası bir durumdur. Araştırma sonucunun bu yönde çıkması

çocukluk travmalarının çocuğa çoğunlukla ebeveynleri tarafından yaşatılması ve bu durumun da bağlanma örüntülerine zarar vermesi ile de ilişkilendirilebilir.

4.2. Bağlanma Stilleri ve Sosyodemografik Değişkenlere İlişkin Tartışma

Araştırma sonuçları kaygılı ve kaçınmacı bağlanma stillerinde cinsiyet değişkeni açısından anlamlı bir farklılık olmadığını göstermektedir. Literatür incelendiğinde, bağlanma stillerinin cinsiyetle bağlantısını ele alan çalışmalarda bağlanma stillerinin cinsiyete göre değişmediği sonucuna ulaşan çalışmalar olduğu gibi, bu sonucu desteklemeyen çalışma bulguları da mevcuttur. Hazan ve Shaver (1987) yaptıkları çalışmalarında bağlanma stillerinin cinsiyete bağlı olarak değişmediği sonucuna ulaşmışlardır. Bu durumu toplumsal cinsiyet kavramının bağlanma örüntüleri oluşuktan sonra oluşmaya başlaması ile açıklamışlardır. Shi (2003) de bağlanmada erkek ve kadınların fiziksel ve duygusal olarak benzer yaşam olaylarını deneyimledikleri için bağlanma stillerinin cinsiyet açısından farklılaşma göstermeyeceği görüşünü benimsemiştir. Dumas ve arkadaşlarının (2008) yaptığı bir çalışmada da bağlanma stilleri ile cinsiyet arasında herhangi bir anlamlı ilişki olmadığı gözlenmiştir. Alpay (2009) çalışmasında bağlanma stillerini cinsiyet açısından incelediğinde farklılaşmaya rastlamamıştır. Bu çalışmalarla benzer sonuçlara ulaşan birçok çalışma mevcuttur (Açık, 2008; Akyollu, 2023; Baltacıoğlu, 2016; Büyükşahin, 2001; Grabill ve Kerns, 2000; Peker, 2017). Erkeklerin ve kadınların kaygılı ve kaçınmacı bağlanma yönünden benzer özellikler gösterdiği görülmektedir ancak araştırmada kullanılan ölçek bağlanma stillerini iki boyutlu ele aldığı için diğer diğer bağlanma boyutlarında farklılaşma olup olmadığı bilinmemektedir. Shi (2003), bağlanma ögesi olan kişilere karşı oluşan fiziksel veya duygusal olarak benzer yaşam deneyimlerinin kadın veya erkeklerin güvenli veya güvensiz bağlanma stillerini aynı oranda etkilediğini söylemiştir. Bu durum erkek ve kadın bağlanma stillerinde bir farklılaşma ile karşılaşılmasını açıklayabilir. Yani araştırmada elde edilen bulgular doğrultusunda örneklem grubunda yer alan kişilerin bağlanma öğelerine karşı benzer yaşam deneyimlerine sahip olduğu söylenebilir.

Literatürde bağlanma stillerinin cinsiyet değişkenine göre anlamlı farklılık gösterdiğine yönelik bulgulara ulaşan çalışmalar da mevcuttur. Sümer ve Güngör (1999) üniversite öğrencileri ile yürüttükleri çalışmalarında erkeklerin kaygılı bağlanma puanlarının kadınlara göre daha düşük olduğu sonucuna ulaşmışlardır.

Işinsu (2003) çalışmasında kadın ve erkeklerdeki bağlanma örüntülerinin farklılaştığı sonucuna ulaşmıştır. Barholomew ve Horowitz'in (1991) çalışmalarında, kadınların kaygılı bağlanma puanlarının erkeklere kıyasla daha yüksek olduğu görülmüştür. Büyükşahin (2001) çalışmasında ilişkilerinde kadınların bağlanma düzeyleri ile erkeklerinki kıyaslandığında kadınların erkeklere göre daha fazla güvenli bağlanma puanına sahip oldukları sonucuna ulaşmıştır. Beştav (2007) erkeklerde kadınlara kıyasla daha düşük oranda kaygılı ve kaçınmacı bağlanma puanına rastlamıştır. Benzer şekilde İnan (2015) da kadınların kaygılı ve kaçınmacı ve kaygılı bağlanma puanlarının erkeklere oranla daha yüksek olduğu sonucuna ulaşmıştır. Bağlanma stillerinin cinsiyet açısından değişip değişmediğine bakıldığında araştırmalarda farklı sonuçlara ulaşılmış olması üzerinde çalışılan örneklemelerin farklı yaş, kültür, aile yapısı ve ilişki türündeki bireylerden oluşması ile açıklanabilir.

Araştırmanın sosyodemografik değişkenlere ilişkin bir başka bulgusu, kaygılı ve kaçınmacı bağlanmanın katılımcıların sözlü-nişanlı, flört-sevgili ve evli olmaları açısından anlamlı bir farklılaşma gösterdiği yönündedir. Evli bireylerin kaygılı bağlanma puan ortalamalarının flört-sevgili türünde bir ilişkisi olanların puan ortalamalarına kıyasla anlamlı düzeyde düşük olduğu bulunmuştur. Kaçınmacı bağlanmadaki farklılaşmaya bakıldığında ise flört-sevgili türünde bir ilişki yaşayanların kaçınmacı bağlanma puan ortalamalarının hem evli bireylerin hem de sözlü-nişanlı olanların puan ortalamalarından anlamlı düzeyde yüksek olduğu görülmüştür. Bağlanma stillerinde ilişki türü açısından farklılaşmayı ele alan diğer çalışmalar incelendiğinde, farklı bulguların mevcut olduğu ancak birçok bulgunun bu çalışmada elde edilen bulgularla paralel olduğu görülmüştür. Baltacıoğlu (2016), flört ilişkisi olan kişilerin kaçınmacı bağlanma puanlarının evli olan bireylere kıyasla daha yüksek olduğu sonucuna ulaşmıştır. Kaygılı bağlanma türünde ise bir farklılaşmaya rastlanmamıştır. Sümer (2017) ise çalışmasında flört ilişkisi olanların evli olan kişilere göre yüksek kaygılı bağlanma puanlarına sahip olduğu sonucuna ulaşmıştır. Onur'un (2021) ve Çoban'ın (2021) çalışma bulguları da flört eden çiftlerin kaygılı ve kaçınmacı bağlanma puanlarının diğer ilişki türlerine göre daha yüksek olduğunu göstermektedir. Bunun yanı sıra Işinsu (2003) ve Büyükşahin (2006) çalışmalarının sonucunda ilişki türünün bağlanma stili üzerinde etkiye sahip olmadığı bulgusuna ulaşmıştır. Bağlanma stillerinin ilişki türlerine göre farklılaşmasına yönelik elde edilen

bulgular evliliğin bireylerin bağlanma stillerinde olumlu yönde değişikliğe sebep olduğunu göstermektedir. Evli birçok birey gelecek için kendini daha güvende hissedebilir ve geleceğe yönelik belirsizlik duygusunu daha az yaşıyor olabilir. Bu durum da kaygılı ve kaçınmacı bağlanma puanların evli kişilerde diğer ilişki türlerini yaşayan kişilere kıyasla daha düşük olmasını açıklayabilmektedir.

Araştırmanın romantik ilişkisi olan bireylerde bağlanma stilleri ve algılanan ebeveyn tutumlarına ilişkin bulgusu, ebeveynlerini demokratik olarak algılayan katılımcıların kaygılı bağlanma puan ortalamalarının otoriter, aşırı korumacı ve tutarsız olarak algılayanlardan anlamlı düzeyde düşük olduğunu göstermektedir. Kaçınmacı bağlanma ise algılanan ebeveyn tutumu açısından anlamlı bir farklılık göstermemektedir. Küçük (2020) çalışmasında katılımcıların algıladıkları ebeveyn tutumları ile bağlanma stilleri arasında bir ilişki olmadığı sonucuna ulaşmıştır. Arslan'ın (2021) çalışmasında ise ebeveyn tutumları ile bağlanma stilleri arasında ilişki olduğu gözlenmiştir. İlgisiz anne-baba tutumlarına sahip kişilerin kaygılı bağlanma puanlarının daha yüksek olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Erözkan (2011) ise bağlanma stilleri ile ebeveyn tutumlarına yönelik yapılan karşılaştırmada ebeveynlerinin demokratik tutum sergilediğini düşünen kişilerde güvenli bağlanma puanlarının ebeveynlerinin otoriter tutum sergilediğini düşünen bireylere kıyasla yüksek olduğunu rapor etmiştir. Anne ve babaların çocukların fiziksel ve duygusal ihtiyaçlarını gidermeye yönelik tutumları onların bağlanma örüntülerini etkileyen faktörlerdendir (Rees, 2011). Ebeveynlerin çocuklarının ihtiyaçlarını karşılamaya yönelik gösterdiği olumlu davranışlar onlarda güvenli bir bağlanma örüntüsü oluştururken olumsuz tutumlar ise güvensiz bağlanma örüntüsüne sebep olabilmektedir. Ebeveynleri tarafından kabul gören, sevgi ve hoşgörü ortamının bulunduğu demokratik evlerde büyüyen kişilerin bağlanma örüntülerinin tutarsızlık, baskı ve aşırı kontrolün olduğu aile ortamında büyüyenlere kıyasla daha sağlıklı geliştiği, buna dayalı olarak kaygılı bağlanmanın daha düşük düzeyde olduğu söylenebilir.

Araştırmanın başka bir bulgusu, romantik ilişkisi bulunan bireylerin bağlanma stillerinin romantik ilişkinin süresi açısından anlamlı düzeyde farklılaştığını göstermektedir. İlişki süresi 1-6 ay arasında olan katılımcıların kaygılı bağlanma puan ortalamaları 7-11 ay, 1-3 yıl 4-6 yıl ve 7 ve üzeri yıl olan katılımcıların puan

ortalamalarından anlamlı düzeyde yüksektir. Yine ilişki süresi 1-6 ay arasındaki katılımcıların kaçınmacı bağlanma puan ortalamaları ilişki süresi 7-11 ay, 1-3 yıl, 4-6 yıl ve 7 ve üzeri olan katılımcıların puan ortalamalarından anlamlı düzeyde yüksek olarak bulunmuştur. Sümer'in (2017) çalışmasında ulaştığı bulgulardan biri, 5 yılın altında ilişki süresi olan kişilerin 5-10 yıl arası ve 10 yıldan fazla ilişkisi olanlara göre daha yüksek kaçınmacı bağlanma puanına sahip olduğu yönündedir. Çoban (2021) ise ilişki süreleri 0-6 ay, 6-12 ay ve 1-5 yıl arası olan bireylerin kaygılı bağlanma puanlarının ilişki süresi 10 yıl üstü olanlara göre anlamlı düzeyde yüksek olduğu sonucuna ulaşmıştır. Araştırmada ilişki süreleri 6-12 ay arasındaki bireylerin kaçınmacı bağlanma puanlarının ilişki süresi 6-10 yıl arası olanlara kıyasla anlamlı düzeyde yüksek olduğu da bulunmuştur. Kılıç'ın (2017) çalışmasında ise kaçınmacı bağlanma ile evlilik süresi arasında negatif yönlü ve zayıf derecede; güvenli bağlanma ile evlilik süresi arasında pozitif yönlü ve zayıf derecede istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki olduğu bulgularına ulaşılmıştır. Ayrıca kaygılı bağlanma ile evlilik süresi arasında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki olmadığı görülmüştür. Akdağ (2017), genç yetişkinlerle yürüttüğü çalışmasında ilişkinin süresi arttıkça bağlanmaya ilişkin kaygı ve bağlanmaya ilişkin kaçınma ortalamalarının düştüğünü sonucuna ulaşmıştır. Çengel'in (2022) çalışmasında da ilişki süresi arttıkça kaygılı ve kaçınan bağlanma puanlarının azaldığı bulgusuna rastlanmıştır. Bu konu ile ilgili Feeney ve arkadaşları (1993) kaçınmacı bağlanma stiline sahip olan kişilerin ilişki deneyiminden kaçınma eğilimlerinin yüksek olduğunu ve bu nedenden dolayı daha az sayıda romantik partner deneyimi yaşadıklarını, kaygılı bağlanma stiline sahip bireylerin ise ilişki deneyimi sayısının daha sık ve süresinin ise daha kısa olduğunu söylemişlerdir. Elde edilen bu bulgular bireylerin ilişkinin başlangıcından itibaren belirli bir bağlanma stiline sahip olduklarını ancak ilişkide geçirilen bu süre arttıkça bu stilde değişiklikler olabildiğini göstermektedir. Araştırma bulgularına göre ilişkide geçirilen süre arttıkça kişiler oluşturdukları kaygılı ve kaçınmacı bağlanma stillerinden giderek uzaklaşmaktadırlar.

Araştırmanın bağlanma stilleri ve sosyal medya kullanımına ilişkin bulgusu ise, sosyal medya kullanım süresi açısından katılımcıların kaygılı ve kaçınmacı bağlanma düzeylerinde anlamlı bir farklılaşma olmadığını göstermektedir. Literatürde bu araştırma sonucundan farklı olarak sosyal medya kullanımı ve bağlanma stilleri arasında anlamlı bir bağlantı olduğuna yönelik bulgular mevcuttur. Örneğin; Shin ve

arkadaşları (2011) kaçınan bağlanma tarzı ile problemli internet kullanımı arasında olumlu bir ilişki olduğuna değinmiştir D'Arienzo ve arkadaşları (2019) da güvensiz bağlanma (kaygılı bağlanma) ile internet kullanımı arasında anlamlı pozitif bir ilişki olduğunu belirtmişleridir. Morsümbül (2014) ise internette geçirilen süre ile bağlanma stillerini ele aldığı çalışmasında internette fazla vakit geçiren bireylerin diğerlerine oranla daha yüksek düzeyde kaygılı ve kaçınmacı bağlanma stiline sahip oldukları sonucuna ulaşmıştır. Blackwell ve diğerleri (2017) kaçınan bağlanmanın sosyal medya bağımlılığı ile ilişkili olduğunu bulgulamış, bu durumdaki kişilerin birileri ile yüz yüze iletişim kuramadıklarından bağlanma ihtiyaçlarını karşılamak adına sosyal medya aracılığıyla ilişki kurmuş olabileceklerini belirtmişlerdir. Sosyal medya ağı olan Facebook kullanma ile bağlanma stilleri arasındaki ilişkiye bakıldığında ise kaygılı ve kaçınmacı bağlanma stillerinin Facebook bağımlılığı üzerinde etkili faktörlerden olduğu görülmüştür (Oldmeadow vd. 2013; Sheldon vd. 2011). Demircioğlu ve Köse (2018) korkulu bağlanma stili ile sosyal medya kullanımı arasında pozitif yönlü bir ilişki olduğunu saptamıştır. Dilsiz ve Kandemir (2020) ise sosyal medya kullanım süresi arttıkça bireylerdeki kaygılı ve kaçınmacı bağlanma puanlarının arttığını belirtmişlerdir. Sosyal medya araçlarına ulaşımın kolay olması ve kullanımının gün geçtikçe dahada yaygınlaşması sebebiyle kişilerin bağlanma stilleri ne olursa olsun sosyal medya kullanım süresinin benzerlik gösterdiği düşünülmektedir.

4.3. Öneriler

4.3.1. İleride Yapılabilecek Araştırmalara Yönelik Öneriler

Bu araştırmanın örneklemini 2023-2024 yılları arasında Rize de ikamet eden 20-45 yaş romantik ilişkisi olan kişiler ile sınırlıdır. Bundan sonra yapılacak çalışmaların farklı yaş grupları, romantik ilişkisi olmayan bireyler ve farklı il örnekleminde yapılması daha kapsamlı sonuçlar elde edilmesine olanak sağlayacaktır.

Araştırma çocukluk çağı travmaları ve bilişsel çarpıtma düzeylerinin toplam puanları üzerinden yürütülmüştür. Çocukluk çağı travmaları ve bilişsel çarpıtmaların alt boyutları ele alınarak farklı bir çalışma yürütülebilir.

Araştırmaya çocukluk çağı travmaları yerine yetişkin travmaları dâhil edilerek yetişkinlik döneminde karşılaşılan travmaların romantik ilişkilerdeki bağlanma örüntüleriyle olan ilişkisi araştırılabilir.

Araştırmada romantik ilişkilerde bağlanma stilleri, kaygılı bağlanma ve kaçınan bağlanma doğrultusunda ele alınmış ve Yakın İlişkilerde Yaşantılar Envanteri-II ile ölçülmüştür. Bağlanma stillerinin ölçülebilmesi doğrultusunda farklı ölçeklerin kullanılması ve bağlanma stillerinin diğer boyutlarının da ele alınması yararlı olacaktır.

4.3.2. Uygulayıcılara Yönelik Öneriler

Romantik ilişkisi olan bireylerde bağlanma biçiminin çocukluk çağı travmalarıyla bağlantılı olduğu görülmüştür. Bebekle kurulacak bağlanma örüntülerinin bebeğin gelecek yaşlardaki hayatında kuracağı ilişkiler üzerinde de belirleyici bir etken olduğu anne-baba adaylarına aktararak bu bağın sağlıklı bir şekilde kurulması için neler yapılabileceği, çocukluk travmalarının neler olduğu ve bu konudaki rolü hakkında anne-baba adaylarına eğitimler düzenlenebilir. Benzer biçimde, ebeveynlerin çocuklarına yönelik tutumlarının onların yetişkinlikte kuracakları bağlanma örüntüleri üzerinde etkisi hakkında ebeveynler bilinçlendirilebilir ve fonksiyonel ebeveyn tutumları hakkında eğitimler düzenlenebilir.

Bireylerin romantik ilişki kalitesini arttırmayı hedefleyen bireysel ya da grupla sunulacak Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık hizmetlerinde araştırmada elde edilen bulgulardan bilişsel çarpıtmaların kaygılı ve kaçınmacı bağlanma ile ilişkisi değerlendirilip danışmanlık faaliyetleri bu doğrultuda düzenlenebilir.

Çocukluk çağında yaşanan travmatik deneyimlerin bireylerin yaşamlarının her döneminde etkileri olabileceği düşünüldüğünde okul psikolojik danışmanları tarafından okullarda travmalara yönelik tarama yapılarak bununla ilgili müdahale programları geliştirilebilir.

Kaygılı ve kaçınan bağlanma puanlarının flört yaşayan kişilerde diğer ilişki türlerinde göre daha yüksek olduğu düşünüldüğünde ilişkilerin ilk evresi olan flört aşamasında çiftlere bağlanma örüntülerini güçlendirmek adına yapılacak psikolojik müdahalelerle ilişkilerin daha sağlıklı ilerlemesine katkı sağlanabilir.

KAYNAKÇA

- Açık, Ö. (2008). *Evlilik uyumu ve bağlanma stilleri arasındaki ilişki* [Yüksek Lisans Tezi, Ege Üniversitesi]. Erişim:<https://tez.yok.gov.tr/UlusalTezMerkezi/>
- Addis, J., & Earnard, M. E. (2002). Marital adjustment and irrational beliefs. *J Ration Emot Cogn Behav Ther*, 20, 3-13.
- Ağır, M. (2007). *Üniversite öğrencilerinin bilişsel çarpıtma düzeyleri ile problem çözme becerileri ve umutsuzluk düzeyleri arasındaki ilişki* [Yayınlanmamış Doktora Tezi]. İstanbul Üniversitesi.
- Ainsworth, M. D. S. (1978). The Bowlby-Ainsworth attachment theory. *Behavioral and brain sciences*, 1(3), 436-438.
- Ainsworth, M. S. (1989). Attachments beyond infancy. *American Psychologist*, 44(4), 709.
- Akbayrak, N. (2018). *Okul öncesi öğretmenlerinin sınıf yönetiminde çocuklarla olan iletişim ve etkileşim durumlarının çocuk ihmali kapsamında değerlendirilmesi* [Yüksek Lisans Tezi, Bursa Uludağ Üniversitesi]. Erişim:<https://tez.yok.gov.tr/UlusalTezMerkezi/>
- Akdağ, C. (2017). *Genç yetişkin bireylerin anne-babalarıyla kurdukları ilişki örüntüsünün romantik ilişkilerindeki kaygı ve kaçınma düzeylerini yordama gücü* [Yüksek Lisans Tezi, Marmara Üniversitesi]. Erişim:<https://tez.yok.gov.tr/UlusalTezMerkezi/>
- Akın, A. (2010). Self-compassion and interpersonal cognitive distortions. *Hacettepe Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 39(39), 1-9.
- Aktepe, E. (2009). Çocukluk çağı cinsel istismarı. *Psikiyatride Güncel Yaklaşımlar*, 1(2), 95-119.
- Akyollu, B. (2023). *Çocukluk çağında ruhsal travmaya maruz kalmış genç yetişkinlerin bağlanma boyutları ve riskli davranışları arasındaki ilişkinin incelenmesi* [Yüksek Lisans Tezi, İstanbul Gelişim Üniversitesi]. Erişim:<https://tez.yok.gov.tr/UlusalTezMerkezi/>
- Alpay, A. (2009). *Yakın ilişkilerde bağışlama: Bağışlamanın; bağlanma, benlik saygısı, empati ve kıskançlık değişkenleri yönünden incelenmesi* [Yüksek Lisans Tezi, Ankara Üniversitesi]. Erişim:<https://tez.yok.gov.tr/UlusalTezMerkezi/>
- Altuntaş, O. ve Altınova, H. H. (2015). Farklı engel grupları olan kadınların bağlanma stilleri. *Electronic Turkish Studies*, 10(3), 97-114.

- American Psychiatric Association (APA), (2000). *Diagnostic and statistical manual of mental disorders fourth edition text revision (DSM-IV-TR)*. American Psychiatric Publishing.
- American Psychiatric Association (APA), (2013). *Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders (DSM-V)*. 5th Edition, American Psychiatric Publishing.
- Arı, F. A. (2021). Bilişsel şemalar ve bağlanma. *Nevşehir Hacı Bektaş Veli Üniversitesi SBE Dergisi*, 11 (4), 1823-1834.
- Arkar, H. (1992). Beck'in depresyon modeli ve bilişsel Terapisi. *Düşünen Adam: Psikiyatri ve Nörolojik Bilimler Dergisi*, 5(1-3), 37-40.
- Arslan, B. (2021). *Üniversite öğrencilerinde sosyal görünüş kaygısı ve bağlanma stillerinin çeşitli değişkenler açısından incelenmesi* [Yüksek Lisans Tezi, Erzincan Binali Yıldırım Üniversitesi]. Erişim:<https://tez.yok.gov.tr/UlusalTezMerkezi/>
- Ayan, S. (2013). *Kasten adam öldürme suçu işlemiş hükümlü erkeklerin bağlanma stillerinin, çocukluk çağı travmalarının ve öfke ifade biçimlerinin incelenmesi* [Yüksek Lisans Tezi, Maltepe Üniversitesi]. Erişim:<https://tez.yok.gov.tr/UlusalTezMerkezi/>
- Aydemir, Ö. ve Köroğlu, E. (2012). *Psikiyatride kullanılan klinik ölçekler*. HYB Basım Yayın.
- Aydın, A. (2023). *Romantik ilişkilerde bağlanma stilleri ve aldatma niyeti arasındaki ilişkinin incelenmesi* [Yüksek Lisans Tezi, Biruni Üniversitesi]. Erişim:<https://tez.yok.gov.tr/UlusalTezMerkezi/>
- Bahadır, Ş. (2006). *Romantik ilişkilerde bağlanma stilleri, çatışma çözme stratejileri ve olumsuz duygudurumunu düzenleme arasındaki ilişki* [Yayınlanmamış Doktora Tezi]. Ankara Üniversitesi.
- Bahar, G., Savaş, H. ve Bahar, A. (2009). Çocuk ihmal ve istismarı: Bir gözden geçirme. *Fırat Dergisi*, 4(12), 51-64.
- Balkan Kaya, İ. (2009). *Bağlanma stillerinin evlilik ilişkisi üzerindeki etkisi* [Yayınlanmamış Doktora Tezi]. İstanbul Üniversitesi, İstanbul.
- Balkaya, M. (2021). *Algılanan aile ikliminin ve benlik oluşumunun romantik ilişkilerde bağlanma stili üzerindeki etkisinin araştırılması* [Yüksek Lisans Tezi, İstanbul Okan Üniversitesi]. Erişim:<https://tez.yok.gov.tr/UlusalTezMerkezi/>
- Baltacıoğlu, S. (2016). *Genç yetişkinlerin bağlanma stillerinin, yakın ilişkilerindeki psikolojik eğilimlerinin ve ilişki inançlarının incelenmesi* [Yüksek Lisans Tezi, Bahçeşehir Üniversitesi]. Erişim:<https://tez.yok.gov.tr/UlusalTezMerkezi/>

- Banase, R. (2004). Adult attachment and marital satisfaction: Evidence for dyadic configuration effects. *Journal of Social and personal Relationships*, 21(2), 273- 282.
- Barker, G. A. (2010). *The effects of trauma on attachment*. <http://www.ccaa.net.au/documents/TheEffectsOfTraumaOnAttachment.pdf>
- Bartholomew, K., & Horowitz, L. M. (1991). Attachment styles among young adults: A test of a four-category model. *Journal of personality and social psychology*, 61(2), 226.
- Bayar, B. (2021). *Yetişkin bireylerde erken dönem uyumsuz şemalar, romantik ilişkilerindeki bağlanma stilleri, ilişki doyumları ve başa çıkma biçimleri arasındaki ilişki* [Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi]. İstanbul Kent Üniversitesi.
- Bayraktar, S. (2015). *İnsanlığın kanayan yarası çocuk istismarı ve ihmali*, Nobel Tıp Kitabevleri.
- Beck, A. T. (1979). *Cognitive therapy and the emotional disorders*. Penguin.
- Beck, A. T. (2008). The evolution of the cognitive model of depression and its neurobiological correlates. *American Journal of Psychiatry*, 165, 969-977.
- Beck, A. T. (2015). Cognitive therapy. In *Evolution of psychotherapy*. Routledge.
- Beck, J. (2006). *Bilişsel Terapi temel ilkeler ve ötesi* (Çev. N. H. Şahin). Türk Psikologlar Derneği.
- Beck, J. S. (1964). Thinking and depression: II. Theory and therapy. *Archives of General Psychiatry*, 10(6), 561–571.
- Bengisoy, A., Özdemir, M. B., Erkıvanç, F., Şahin, S. ve İskifoğlu, T. Ç. (2019). Bilişsel Davranışçı Terapi kullanılarak yapılan araştırma makalelerinin içerik analizi 1997-2018. *Turkish Psychological Counseling and Guidance Journal*, 9(54), 745-793.
- Berliner, L., & Elliott, D. (1996). Sexual abuse of children. In J. Briere, L. Berliner, J. Bulkley, C. Jenny, & T. Reid (Eds.), *The APSAC Handbook of Child Maltreatment*. Thousand Oaks, Sage.
- Beştay, G. F. (2007). *Romantik ilişki doyumu ile cinsiyet, bağlanma stilleri, rasyonel olmayan inançlar ve aşka ilişkin tutumlar arasındaki ilişkilerin incelenmesi* [Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi], Hacettepe Üniversitesi.
- Beyazova, U. ve Şahin, F. (2011). Çocuk istismarı ve ihmali terimleri. *Sözlük Dergisi*, 2(4), 1- 21.
- Bingöl, M. S. (2021). *Çocukluk çağı travmaları ile aşka ilişkin tutum, ilişki doyumu ve cinsel işlevler arasındaki ilişkinin ötimik depresyon hastaları ile sağlıklı*

gönüllüler arasında karşılaştırılması [Tıpta Uzmanlık Tezi, Akdeniz Üniversitesi].
Erişim:<https://tez.yok.gov.tr/UlusalTezMerkezi/>

Blackwell, D., Leaman, C., Tramposch, R., & Osborne, M. (2017). Extraversion, neuroticism, attachment style and fear of missing out as predictors of social media use and addiction. *Personality and Individual Differences*, 116, 69–72.

Bowlby, J. (1973). *Attachment and loss. Vol. 2: Separation: anxiety and anger*. Basic Books.

Bowlby, J. (1988). *A secure base: Parent child attachment and healthy human development*. Basic Books.

Bowlby, J. (2013). *Bağlanma*. (T.V., Soylu, Çev.). Pinhan Yayıncılık .(Orişinal Basım Yılı 1969).

Bozgun, K. ve Pekdoğan, S. (2018). Öğretmenlerin çocuk ihmali ve istismarı hakkındaki görüşlerinin incelenmesi. *MANAS Sosyal Araştırmalar Dergisi*, 7(2), 433-443.

Bozkurt, B. (2020). *Çocukluk çağı travmalarının, anne baba tutumlarının ve bağlanma stillerinin evlilik uyumu üzerindeki etkisi* [Yüksek Lisans Tezi, Sosyal Bilimler Enstitüsü]. Erişim:<https://tez.yok.gov.tr/UlusalTezMerkezi/>

Bozkurt, S. (2006). *Temas biçimleriyle bağlanma stilleri ve kişilerarası şemalar arasındaki ilişkilerin incelenmesi* [Yayınlanmamış Doktora Tezi]. Ankara Üniversitesi.

Bretherton, I. (2013). The origins of attachment theory: John Bowlby and Mary Ainsworth. *In Attachment theory*, 28(5), 759–775.

Bretherton, I. (2013). *The origins of attachment theory: John Bowlby and Mary Ainsworth*. *In Attachment theory*. Routledge.

Burger, J. M. (2006). *Kişilik (Personality)*. (İ.D. Erguvan-Sarioğlu, Çev.), Kaknüs Yayınları.

Büyüköztürk, Ş., Kılıç Çakmak, E., Akgün, Ö.E., Karadeniz, Ş. ve Demirel, F. (2012). *Bilimsel Araştırma Yöntemleri* (12.Baskı). Pegem Akademi Yayıncılık.

Büyükşahin, A. (2001). *Yakın ilişki kuran ve kurmayan üniversite öğrencilerinin çeşitli sosyal psikolojik etkenler yönünden karşılaştırılması* [Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi]. Ankara Üniversitesi.

Büyükşahin, A. (2006). *Yakın ilişkilerde bağlanım: Yakın ilişkilerde bağlanım: yatırım modelinin bağlanma stilleri ve bazı ilişkisel değişkenler yönünden incelenmesi* [Doktora Tezi, Ankara Üniversitesi].
Erişim:<https://tez.yok.gov.tr/UlusalTezMerkezi/>

- Can, V. (2016). *Öğretmen adaylarının çocuk ihmal ve istismarına yönelik bilgi ve farkındalık düzeylerinin değerlendirilmesi* [Yüksek Lisans Tezi, Dicle Üniversitesi]. Erişim: <https://tez.yok.gov.tr/UlusalTezMerkezi/>
- Collins, N. L. (1996). Working models of attachment: Implications for explanation, emotion and behavior. *Journal of Personality and Social Psychology*, 71 (4), 810-832.
- Corey, G. (2015). *Psikolojik danışma kuram ve uygulamaları*. (T. Ergene, Çev.). Mentis Yayıncılık.
- Çaban, Y. (2021). *Romantik ilişkisi olan bireylerin çocukluk çağı küçük travmaları ile yakın ilişkileri arasındaki ilişkide çocukluk çağı küçük travma etkilerinin aracı rolü* [Yüksek Lisans Tezi, Üsküdar Üniversitesi]. Erişim: <https://tez.yok.gov.tr/UlusalTezMerkezi/>
- Çağatay, S. E. (2014). *Üniversite öğrencilerinin çocukluk çağı travmatik yaşantı düzeyi ile bağlanma stilleri ve savunma mekanizmaları arasındaki ilişkinin incelenmesi* [(Yüksek Lisans Tezi, İstanbul Arel Üniversitesi)]. Erişim: <https://tez.yok.gov.tr/UlusalTezMerkezi/>
- Çam, Z. ve Şahin Çelik, G. (2018). Üniversite öğrencilerinde bağlanma stillerinin ilişkilerle ilgili bilişsel çarpıtmaları yordama gücünün incelenmesi. *Anemon Muş Alparslan Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 6(6), 787-797.
- Çeker, B. (2021). *Romantik ilişkilerde bağlanma stillerinin psikolojik zihinlilik ile ilişkisi* [Yüksek Lisans Tezi, İstanbul Gelişim Üniversitesi]. Erişim: <https://tez.yok.gov.tr/UlusalTezMerkezi/>
- Çeker, B. (2021). *Romantik ilişkilerde bağlanma stillerinin psikolojik zihinlilik ile ilişkisi* [Yüksek Lisans Tezi, İstanbul Gelişim Üniversitesi Lisansüstü].
- Çelebi, B. M., ve Polat, A. (2019). Çocukluk çağı travmatik yaşantıların, yetişkin bağlanma stillerinin ve psikolojik iyi oluşun evlilik doyumu üzerindeki etkisi. *Kocaeli Üniversitesi Sağlık Bilimleri Dergisi*, 5(1), 29-34.
- Çelebi, Z. (2023). *Üniversite öğrencilerinde romantik ilişkilerde bağlanma stilleri, siber flört istismarı, ilişki öz yeterlik inancı ve bilişsel duygu düzenleme* [Yüksek Lisans Tezi, İstanbul Gedik Üniversitesi]. Erişim: <https://tez.yok.gov.tr/UlusalTezMerkezi/>
- Çelik, C. (2009). *Obsesif-Kompulsif bozuklukta çocukluk çağı travmatik yaşantıları, dissosiyatif yaşantılar ve bilişsel süreç* [Yüksek Lisans Tezi, Yüzüncü Yıl Üniversitesi]. Erişim: <https://tez.yok.gov.tr/UlusalTezMerkezi/>
- Çengel, D. (2022). *Üniversite öğrencilerinin romantik ilişkilerinde flört şiddetine yönelik tutum, bağlanma stili ve toplumsal cinsiyet rolleri arasındaki ilişkide, öz-şefkatin aracı rolünün incelenmesi* [Yüksek Lisans Tezi, İstanbul Okan Üniversitesi]. Erişim: <https://tez.yok.gov.tr/UlusalTezMerkezi/>

- Çetin, C. ve Hamamcı, Z. (2023). İlişkilerle ilgili bilişsel çarpıtmalar ve bilişsel duygu düzenleme stratejileri ile sosyal sorun çözme becerisi arasındaki ilişkinin incelenmesi. *International Journal of Social Humanities Sciences Research*, 10(92), 300-312.
- Çıkılı- Uytun, M., Oztop, D. B., & Esel, E. (2013). Evaluating the attachment behaviour in during puberty and adulthood. *Dusunen Adam: Journal of Psychiatry & Neurological Sciences*, 26(2).
- Çivan, İ. (2013). *Üniversite öğrencilerinin kişilerarası ilişkilerle ilgili bilişsel çarpıtmaları ve başkalarını bağışlama davranışlarının incelenmesi*. [Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi]. Gazi Üniversitesi.
- Çoban, Y. (2021). *Romantik ilişkisi olan bireylerin çocukluk çağı küçük travmaları ile yakın ilişkileri arasındaki ilişkide çocukluk çağı küçük travma etkilerinin aracı rolü* [Yüksek Lisans Tezi, Üsküdar Üniversitesi]. Erişim: <https://tez.yok.gov.tr/UlusalTezMerkezi/>
- Çolak, B., Kokurcan, A.ve Özsan H. N. (2010). DSM’ler boyunca travma kavramının seyri. *Kriz Dergisi*, 18(3), 19-26.
- D’Arienzo, M. C., Boursier, V., & Griffiths, M. D. (2019). Addiction to social media and attachment styles: a systematic literature review. *International Journal of Mental Health and Addiction*, 17, 1094-1118.
- Dagan, O., & Sagi-Schwartz, A. (2021). Early attachment networks to multiple caregivers: History, assessment models, and future research recommendations. *New Directions for Child and Adolescent Development*, 2021(180), 9–19.
- Dattilio, F. M. (2005). The Restructuring of family schemas: A cognitive-behavior perspective. *Journal of Marital and Family Therapy January*, 31(1), 15–30.
- Dattilio, F. M. (2010). *Cognitive behavioral therapy with couples and families: A comprehensive guide for clinicians*. The Guilford Press.
- Dattilio, F. M., & Freeman, A. (Eds.). (2010). *Cognitive-behavioral strategies in crisis intervention*. Guilford Publications.
- De Bellis, M. D., & Zisk, A. (2014). The biological effects of childhood trauma. *Child and Adolescent Psychiatric Clinics*, 23(2), 185-222.
- Demir-Kaya, M., Kaya, F., & Eroglu, Y. (2023). Interpersonal Cognitive Distortions: What is the Role of Childhood Trauma and Attachment? *Journal of Education in Science Environment and Health*, 9(4), 292-309.
- Demiray, E. (2019). *Yetişkinlik dönemindeki romantik ilişkilerde kıskançlık, bağlanma stilleri ve aldatma arasındaki ilişkinin incelenmesi* [Yüksek Lisans Tezi, Beykent Üniversitesi]. Erişim: <https://tez.yok.gov.tr/UlusalTezMerkezi/>

- Demircioğlu, Z. I., & Göncü Köse, A. (2021). Effects of attachment styles, dark triad, rejection sensitivity, and relationship satisfaction on social media addiction: A mediated model. *Current Psychology: A Journal for Diverse Perspectives on Diverse Psychological Issues*, 40(1), 414–428.
- Demirkapı, E. Ş. (2013). *Çocukluk çağı travmalarının duygu düzenleme ve kimlik gelişimine etkisi ve bunların psikopatolojiler ile ilişkisi* [Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi]. Adnan Menderes Üniversitesi.
- Demirtaş-Zorbaz, S., Ulaş, Ö., & Kepir-Savoly, D.D. (2015). University student's relationship's believes: sample of Turkey. *Procedia Soc Behav Sci.*, 9 (5), 185-495.
- Deveci-Sirin, H. (2017). The Predictive Power of Adult Attachment Patterns on Interpersonal Cognitive Distortions of University Students. *Educational Research and Reviews*, 12(18), 906-914.
- DiGiuseppe, R., & Zee, C. (1986). A rational-emotive theory of marital dysfunction and marital therapy. *Journal of Rational Emotive Therapy*, 4(1), 22-37.
- Dilsiz, N. B. ve Kandemir, M. (2020). Lise öğrencilerinde sosyal medya bağımlılığının bağlanma stilleri ve yaşam doyumu ile ilişkisinin incelenmesi. *Online Journal of Technology Addiction and Cyberbullying*, 7(2), 32-51.
- Doğan, S. (1995). Akılcı Duygusal Terapi: Kuramsal bir inceleme. *Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 2(6), 19-25.
- Donadio, M., Valera, P., & Sinangil, N. (2022). Understanding attachment styles, adverse childhood events, alcohol use, and trauma in Black and Latino Men with criminal justice histories. *Journal of community psychology*, 50(5), 2260-2272.
- Doumas, D., Pearson, C., Elgin, J., & McKinley, L. (2008). Adult attachment as a risk factor for intimate partner violence. *Journal of Interpersonal Violence*, 23(5), 616-634.
- Dönmez, A. (2000). Bağlanma: Yakın ilişkilerle ilgili araştırmalar için bir çerçeve. *Türk Psikoloji Bülteni*, 16(17), 29-50.
- Dürü, Ç. (2017). Travma ve psikanaliz. *Türkiye Klinikleri Psychology-Special Topics*. 2(3), 218-224.
- Eker, İ. (2016). *Travmatik yaşantıların psikolojik sağlığa etkisi: travmanın türü, zaman yönelimi, dünyaya ilişkin varsayımlar ve ruminasyonlar açısından bir inceleme* [Yüksek Lisans Tezi, Ankara Üniversitesi]. Erişim: <https://tez.yok.gov.tr/UlusalTezMerkezi/>
- Entringer, S., Buss, C., & Wadhwa, P. D. (2015). Prenatal stress, development, health and disease risk: A psychobiological perspective—2015 Curt Richter Award Paper. *Psychoneuroendocrinology*, 62, 366-375.

- Eraslan, Ş. (2020). *3-6 Yaş çocuklarının ebeveynlerine bağlanma stilleri: Tek ve evli ebeveynlerin karşılaştırılması* [Yayımlanmamış Doktora Tezi]. Ankara Üniversitesi.
- Erdoğan, B., ve Öztürk, E. (2018). Ruhsal travmanın aktarımında narsisizm. *Bartın Üniversitesi Edebiyat Fakültesi Dergisi*, 3(3), 11-20.
- Erdoğan, F. E. (2010). *Üniversite öğrencilerinin bağlanma biçimleri ve kişilik bozuklukları* [Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi]. Adnan Menderes Üniversitesi.
- Erol, B. (2019). *Bilişsel-davranışçı yaklaşıma dayalı psiko-eğitim programının ergenlerin problemleri internet kullanım düzeylerine etkisi* [Yayımlanmamış Doktora Tezi]. Gazi Üniversitesi.
- Erözkan, A. (2011). Üniversite öğrencilerinin bağlanma stilleri ve karar stratejileri. *International Journal Of Eurasia Social Sciences*, 2011 (3), 60-74.
- Erözkan, A. (2016). The Link between types of attachment and childhood trauma. *Universal journal of educational research*, 4(5), 1071-1079.
- Esmen, M. (2020). *Kadın üniversite öğrencilerinin şiddet mağduriyeti ile bağlanma stilleri, ilişkilerle ilgili bilişsel çarpıtmaları ve başa çıkma tutumları arasındaki ilişkilerin incelenmesi* [Yüksek Lisans Tezi, Haliç Üniversitesi]. Erişim: <https://tez.yok.gov.tr/UlusalTezMerkezi/>.
- Faller, K. C. (1990). *Understanding child sexual maltreatment*. Sage publications.
- Feeney, J. A., & Noller, P. (1990). Attachment style as a predictor of adult romantic relationships. *Journal of personality and Social Psychology*, 58(2), 281.
- Feeney, J. A., & Noller, P., Patty, J. (1993). Adolescents interactions with the opposite sex: Influence of attachment style and gender. *Journal of Adolescence*, 16(2), 169.
- Fraley, R. C. & Shaver, P. R. (2000). Adult romantic attachment: Theoretical developments, emerging controversies and unanswered questions. *Review of General Psychology*, 4 (2), 132-154.
- Gamble, A. S. & Roberts, E. J. (2005). Adolescents' perceptions of primary caregivers and cognitive style: The roles of attachment security and gender. *Cognitive Therapy and Research*, 29(2), 123-141.
- Gaudin Jr, J. M. (1995). *Child neglect: A guide for intervention*. Diane Publishing.
- Ghasemi, A., & Zahediasl, S. (2012). Normality tests for statistical analysis: a guide for non- statisticians. *International Journal of Endocrinology and Metabolism*, 10(2), 486.

- Gökçakan, Z. ve Gökçakan, N. (2005). Depresyonda Bilişsel Terapi. *Mersin Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 1(1), 91- 101.
- Gökler, I. (2002). Çocuk istismarı ve ihmali: Erken dönem stresin nörobiyolojik gelişime etkisi. *Çocuk ve Gençlik Ruh Sağlığı Dergisi*, 9(1), 47-57.
- Görünmez, M. (2006). *Bağlanma stilleri ve duygusal zekâ yetenekleri* [Yüksek Lisans Tezi, Bursa Uludağ Üniversitesi]. Erişim: <https://tez.yok.gov.tr/UlusalTezMerkezi/>
- Grabill, C. M. & Kerns, K. A. (2000). Attachment style and intimacy in friendship. *Personal relationships*, 7(4), 363-378.
- Green, A, (1996). *Child sexual abuse and incest. Child and adolescent psychiatry. A comprehensive textbook* (2nd ed). Williams & Wilkins.
- Güler, N., Uzun, S., Boztaş, Z. ve Aydoğan, S. (2002). Anneleri tarafından çocuklara uygulanan duygusal ve fiziksel istismar/ihmal davranışı ve bunu etkileyen faktörler. *Cumhuriyet Üniversitesi Tıp Fakültesi Dergisi*, 24(3), 128-134.
- Gün, M. (2021). *Ölüme bağlı kayıp yaşantısı olan kişilerde travma sonrası büyümesi yordayan değişkenlerin incelenmesi: Temel inançlar, ruminasyonlar ve öz-şefkat* [Yüksek Lisans Tezi, Hacettepe Üniversitesi]. Erişim: <https://tez.yok.gov.tr/UlusalTezMerkezi/>
- Güngör, D. (2000). *Bağlanma stilleri ve zihinsel modellerin kuşaklar arası aktarımında anababalık stillerinin rolü* [Doktora Tezi, Ankara Üniversitesi]. Erişim: <https://tez.yok.gov.tr/UlusalTezMerkezi/>
- Güven, B., Savaş, A.H. ve Bahar, A. (2009). Çocuk istismarı ve ihmali: Bir gözden geçirme. *Fırat Sağlık Hizmetleri Dergisi*, 4(12), 51-65.
- Güven, N. (2005). *İlişkilerle ilgili bilişsel çarpıtmalar ve evlilikte problem çözme becerilerinin evlilik doyumu ile ilişkisi* [Yüksek Lisans Tezi, Ankara Üniversitesi]. Erişim: <https://tez.yok.gov.tr/UlusalTezMerkezi/>
- Haferkamp, C. J. (1994). Dysfunctional beliefs, self-monitoring, and marital conflict. *Current Psychology*, 13, 248-263.
- Hamamcı, Z. (2002). The effect of integrating psychodrama and cognitive behavioral therapy on reducing cognitive distortions in interpersonal relationships. *Journal of Group Psychotherapy, Psychodrama & Sociometry*, 55(1), 3–14.
- Hamamcı, Z. (2003). Bilişsel davranışçı yaklaşımla bütünleştirilmiş psikodrama uygulamasının kişiler arası ilişkilerle ilgili bilişsel çarpıtmalar ve temel inançlar üzerine etkisi. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 2(19), 7-13

- Hamamcı, Z. (2005). Dysfunctional relationship beliefs in marital satisfaction and adjustment. *Social Behavior and Personality: An International Journal*, 33(4), 313- 328.
- Hamamcı, Z. ve Büyüköztürk, S. (2003). İlişkilerle İlgili Bilişsel Çarpıtmalar Ölçeği: Ölçeğin geliştirilmesi ve psikometrik özelliklerinin incelenmesi. *Çukurova Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 2(25), 107-111.
- Hamarta, E. (2004). *Üniversite öğrencilerinin yakın ilişkilerindeki bazı değişkenlerin benlik saygısı, depresyon ve saplantılı düşünme) bağlanma stilleri açısından incelenmesi* [Yayımlanmamış Doktora Tezi]. Selçuk Üniversitesi.
- Hammond, J. R., & Fletcher, G. J. (1991). Attachment styles and relationship satisfaction in the development of close relationships. *New Zealand Journal of Psychology*, 20, 56-56.
- Hazan C., & Shaver P. R. (2000). Bağlanma: yakın ilişkilerle ilgili araştırmalar için bir çerçeve. (A. Dönmez, Çev). *Türk Psikoloji Bülteni*, 6 (16-17), 29-50.
- Hazan, C. & Shaver, P.R., Bradshaw, D. (1988). Love as attachment: The integration of three behavioral systems. Sternberg, R.J., Barnes, M.L. (Eds.). *The psychology of love*. Yale University Press.
- Hazan, C. (1998). Bağlanma (yakın ilişkilerle ilgili araştırmalar için bir çerçeve). *Ankara University Journal of Faculty of Educational Sciences (JFES)*, 31(1).
- Hazan, C., & Shaver, P. R. (1990). Love and work: An attachment-theoretical perspective. *Journal of Personality and social Psychology*, 59(2), 270-280.
- Helvacı Çelik, F.G. ve Hocaoglu, Ç. (2018). Çocukluk çağı travmaları: Bir gözden geçirme. *Sakarya Tıp Dergisi*, 8(4), 695-711.
- Hergüner, S. (2011). *Duygusal istismar ve ihmal, çocuk hakları açısından çocuk ihmal ve istismarı*. Çocuk Vakfı Yayınları.
- Herman, J. L. (2019). *Travma ve İyileşme: Şiddetin Sonuçları Ev İçi İstismardan Siyasi Teröre* (T. Tosun, Çev.) Literatür Yayınları.
- Hiçdurmaz, D. ve Öz, F. (2011). Benliğin bilişsel yaklaşımla güçlendirilmesi. *Hacettepe University Faculty of Health Sciences Nursing Journal*, 18(2).
- Hoşoğlu, R. (2009). *Engelli öğrencilerin ihmal ve istismar düzeyleri* [Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi]. Ondokuz Mayıs Üniversitesi.
- Hoven, C. W., Duarte, C. S., Wu, P., Erickson, E. A., Musa, G. J., & Mandell, D. J. (2004). Exposure to trauma and separation anxiety in children after the WTC attack. *Applied Developmental Science*, 8(4), 172-183.

- Hovens, JGFM., Giltay, EJ., Wiersma, JE., Spinhoven, P., Penninx, BWJH, & Zitman FG. (2012) Impact of childhood life events and trauma on the course of depressive and anxiety disorders. *Acta Psychiatr Scand*, 126(3), 198–207.
- Işınsu, M. (2003). *İkili ilişki biçimi ve süresi ile bağlanma stilleri arasındaki bağlantılar* [Yüksek Lisans Tezi, Ankara Üniversitesi]. Erişim: (<https://tez.yok.gov.tr/UlusalTezMerkezi/>)
- İnan, E. (2015). *Travma, bağlanma, ruhsal dayanıklılık kavramları ve bu kavramların arasındaki ilişkilerin değerlendirilmesi* [Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi]. Kocaeli Üniversitesi.
- İnkaya, T. (2023). *Romantik ilişkilerde bireylerin bağlanma stillerinin duygu durumları ve birbirlerine bağlanma stilleri üzerindeki etkisinin incelenmesi* [Yüksek Lisans Tezi, Düzce Üniversitesi]. Erişim: (<https://tez.yok.gov.tr/UlusalTezMerkezi/>)
- İzci, F.ve Ünveren, G. (2017). Travma sonrası stres bozukluğunda bilişsel davranışçı terapi ve göz hareketleri ile duyarsızlaştırma ve yeniden işleme. *Bilişsel Davranışçı Psikoterapi ve Araştırmalar Dergisi*, 6(1), 31–38.
- Jones, M. E. & Stanton, A. L. (1988). Dysfunctional beliefs, belief similarity, and marital distress: A comparison of models. *Journal of Social and Clinical Psychology*, 7(1), 1-14.
- Kalaycı, Ş. (2010). *SPSS uygulamalı çok değişkenli istatistik teknikleri*. Asil Yayın Dağıtım.
- Kaplan, S. J., Pelcovitz, D., & Labruna, V. (1999). Child and adolescent abuse and neglect research: A review of the past 10 years. Part I: Physical and emotional abuse and neglect. *Journal of the American Academy of Child & Adolescent Psychiatry*, 38(10), 1214- 1222.
- Kara, B., Biçer, Ü., ve Gökalp, A. S. (2004). Çocuk istismarı. *Çocuk Sağlığı ve Hastalıkları Dergisi*, 47(2), 140-51.
- Karaçay, E. (2021). *Genç yetişkinlerde çocukluk çağı travmalarının, bağlanma stillerinin ve benlik saygısının flört şiddetine yönelik tutumları üzerine yordayıcı etkisi* [Yüksek Lisans Tezi, Maltepe Üniversitesi]. Erişim: (<https://tez.yok.gov.tr/UlusalTezMerkezi/>)
- Karadeniz, C. (2016). *Çocukluk çağı istismarına uğramış bireylerin yakın ilişkideki (romantik) bağlanma stilleri açısından incelenmesi* [Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi]. İstanbul Üniversitesi, Adli Tıp Enstitüsü, İstanbul.
- Karahan, T. F. Ve Sardoğan, M. E. (2022). *Psikolojik Danışma ve Psikoterapide Kuramlar*. Nobel Akademi Yayıncılık.
- Karakus, O. (2012). Relation between childhood abuse and self-esteem in adolescence. *Journal of Human Sciences*, 9(2), 753–763.

- Karaman, Y. (1993). *İlkokul öğretmenlerinin gözlemlerine göre çocukların aileleri tarafından istismarı ve ihmali* [Yüksek Lisans Tezi, Hacettepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü]. Erişim:(<https://tez.yok.gov.tr/UlusalTezMerkezi/>)
- Karasar, N. (2022). *Bilimsel Araştırma Yöntemi* (37.Baskı). Nobel Akademi Yayıncılık.
- Kasap, M. (2020). *Yakın ilişkilerde belirsizliğe tahammülsüzlüğün irrasyonel inanışlar ve temel psikolojik ihtiyaçlara ilişkisi* [Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi]. Maltepe Üniversitesi.
- Kaya, E. (2021). Bağlanma kuramı çerçevesinde aldatma ve boşanma. *IBAD Sosyal Bilimler Dergisi*, (10), 248-263.
- Kaya, İ. (2018). Akademik başarıya ilişkin bilişsel çarpıtmalar ölçeğinin (ABİBÇÖ) geliştirilmesi. *Mersin Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 14(3), 1082-1098.
- Kaya, Z. (2022). Travma psikolojik danışmanlığı müdahale ve yaklaşımları. F. Savi Çakar (Ed.), *Travma psikolojik danışmanlığı* (3. Baskı). Pegem Akademi.
- Kılıç, E. (2017). *Bağlanma biçimlerinin evlilik doyumu ile ilişkisi* [Yüksek Lisans Tezi, Üsküdar Üniversitesi]. Erişim:<https://tez.yok.gov.tr/UlusalTezMerkezi/>
- Kırbaç, E. (2017). *Çocuk istismarı ve ihmalinin bazı değişkenler açısından incelenmesi* [Yüksek Lisans Tezi, Malatya, İnönü Üniversitesi]. Erişim:<https://tez.yok.gov.tr/UlusalTezMerkezi/>
- Kobak, R. R. & Hazan, C. (1991). Attachment in marriage: Effects of security and accuracy of working models. *Journal of Personality and social Psychology*, 60(6), 861.
- Koç, S. (2019). *Üniversite öğrencilerinde depresyonun çocukluk çağı travmaları, bağlanma ve üstbiliş çerçevesinde incelenmesi* [Yüksek Lisans Tezi, Marmara Üniversitesi]. Erişim:<https://tez.yok.gov.tr/UlusalTezMerkezi/>
- Konanç E. (1991). Türk hukukunda çocuk istismarı ve ihmali. Konanç E., Gürkaynak İ., Egemen A. (Eds.), *Çocuk istismarı ve ihmali*. Gözde Repo Ofset.
- Koydemir Özen, S. & Demir, A. G. (2008). Shyness and cognitions: An examination of Turkish University students, *Journal of Psychology*, 142(6), 633-644.
- Köroğlu, E., ve Türkçapar, M. H. (2015). *Psikoterapi yöntemleri: Kuramlar ve uygulama önerileri*. HYB Yayıncılık.
- Köse, D., Çınar, N. Ve Altınkaynak, S. (2013). Yenidoğanın anne ve baba ile bağlanma süreci. *Sürekli Tıp Eğitimi Dergisi*, 22(6), 239-245.
- Kulaksızoğlu, A. (2000). *Ergenlik Psikolojisi* (3.Basım). Remzi Kitabevi.

- Kurt, A. A. ve Gündüz, B. (2020). The investigation of relationship between irrational relationship beliefs cognitive flexibility and differentiation of self in young adults. *Çukurova Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 49(1), 28-44
- Kurt, E. (2019). *Van depremini yaşayan öğrencilerin algıladıkları sosyal destek düzeyleri ile travma sonrası stres bozukluğu ve kaygı düzeyleri arasındaki ilişkinin incelenmesi* [Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi]. Atatürk Üniversitesi.
- Kurtoğlu, M. (2019). *Bilişsel davranışçı grup terapisinin sosyal anksiyete bozukluğu olan üniversite öğrencilerinde anksiyete, ruminasyon ve öz-şefkat düzeyleri üzerindeki etkisi* [Doktora Tezi, Hasan Kalyoncu Üniversitesi]. Erişim:(<https://tez.yok.gov.tr/UlusalTezMerkezi/>)
- Kuyucu, Y. (2007). *Boşanmış ailede yetişen ergenlerin bilişsel çarpıtmalarıyla benlik değeri arasındaki ilişki* [Yayımlanmamış Doktora Tezi]. Dokuz Eylül Üniversitesi.
- Küçük, M. (2020). *Yetişkinlerin öz şefkat, bağlanma stilleri ve psikolojik iyi oluş özelliklerinin incelenmesi* [Yüksek Lisans Tezi, İstanbul Gelişim Üniversitesi]. Erişim:<https://tez.yok.gov.tr/UlusalTezMerkezi/>
- Leung P. W., & Poon M.W. (2001). Dysfunctional schemas and cognitive distortions in psychopathology: A test of the specificity hypothesis. *J. Child Psychol. Psychiatry*, 42(06), 755-765.
- Levine, A., & Heller, R. (2020). *Bağlanma* (E. Güldemler, Çev.). Aganta Kitap. (Orijinal yayın tarihi 2010).
- Litz, B. T., & Roemer, L. (1996). Post-traumatic stress disorder: an overview. *Clinical Psychology ve Psychotherapy*, 3(3), 153-168.
- Liu, J. Q., Li, X., Liu, Y., & Zhong, Z. B. (2020). Review of Adult Attachment. In *2020 4th International Seminar on Education, Management and Social Sciences (ISEMSS 2020)* (pp. 1130-1134). Atlantis Press.
- MacDonald, K., Sciolla, A. F., Folsom, D., Bazzo, D., Searles, C., Moutier, C. & Norcross, B. (2015). Individual risk factors for physician boundary violations: The role of attachment style, childhood trauma and maladaptive beliefs. *General hospital psychiatry*, 37(1), 81-88.
- Main, M., Kaplan, N. & Cassidy, J. (1985). Security in infancy, childhood, and adulthood: A move to the level of representation. Monographs of the society for research in child development, 66-104.
- Marrero-Quevedo, R. J., Blanco-Hernández, P. J., & Hernández-Cabrera, J. A. (2019). Adult attachment and psychological well-being: The mediating role of personality. *Journal of Adult Development*, 26, 41-56.

- Mikulincer, M., & Shaver, P. R. (2004). Security-based self-representations in adulthood. *Adult attachment: Theory, research, and clinical implications*, 159-195.
- Molnar, B.F., Buka, S.L., & Kessler, R.C. (2001) Child sexual abuse and subsequent psychopathology: Results from the national comorbidity survey. *Am J Public Health*, 91, 753-760
- Morsünbül, Ü. (2014). The association of internet addiction with attachment styles, personality traits, loneliness and life satisfaction). *Journal of Human Sciences*, 11(1), 357-372.
- Muşdal-Çelebi, B. ve Polat, A. (2019). Çocukluk çağı travmatik yaşantıların, yetişkin bağlanma stillerinin ve psikolojik iyi oluşun evlilik doyumu üzerindeki etkisi. *Kocaeli Üniversitesi Sağlık Bilimleri Dergisi*, 5(1), 29-34.
- Nemutlu, B. (2020). *Bilişsel çarpıtmaların çocukluk çağı travmaları ve bağlanma stilleri ile ilişkisinin incelenmesi* [Yüksek Lisans Tezi, Beykent Üniversitesi].
- Odacı, H. (2018). Bağlanma stilleri, ilişkilere ilişkin bilişsel çarpıtmalar, kişilerarası ilişki tarzları ve kişilik özelliklerinin evlilik uyumunu yordamadaki rolünün incelenmesi. *Sosyal Politika Çalışmaları Dergisi*, 18(40), 89-120.
- Oflaz, F., Hatipoğlu, S., & Aydın, H. (2008). Effectiveness of psychoeducation intervention on post-traumatic stress disorder and coping styles of earthquake survivors. *Journal of Clinical Nursing*, 17(5), 677-687.
- Oflaz, F., Özcan, C.T., Taştan, S., Çiçek, H., Aslan, Ö. ve Vural, H. (2010), Hemşirelerin travma sonrası stres bozukluğu belirtilerini tanıma durumları. *Psikiyatri Hemşireliği Dergisi*, 1(1), 1-6.
- Okçu, Ö. (2023). *Çocukluk çağı travmaları, yetişkin bağlanma stilleri ve eş seçme stratejileri arasındaki ilişkinin incelenmesi* [Yüksek Lisans Tezi, Üsküdar Üniversitesi]. Erişim: <https://tez.yok.gov.tr/UlusalTezMerkezi/>
- Oldmeadow, J. A., Quinn, S., & Kowert, R. (2013). Attachment style, social skills, and Facebook use amongst adults. *Computers in human behavior*, 29(3), 1142-1149.
- Onur, D., (2021). *Romantik Kıskançlığın, Bağlanma Stilleri Ve İlişkilerle İlgili Bilişsel Çarpıtmalar Açısından İncelenmesi* [Yüksek Lisans Tezi, Gedik Üniversitesi]. Erişim: <http://hdl.handle.net/11501/206>
- Öklük, Ö. (2018). *Çocukluk dönemi travmatik yaşam olaylarına maruz kalmış yetişkin bireylerin benlik saygısı, kişilerarası ilişki tarzları ve baş etme becerilerinin incelenmesi* [Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi]. Işık Üniversitesi, İstanbul.
- Özay, E. (2022). *Evli bireylerde cinsel doyum ve bağlanma stillerinin evlilik uyumu ile ilişkisinin incelenmesi* [Yüksek Lisans Tezi, Üsküdar Üniversitesi]. Erişim: <https://tez.yok.gov.tr/UlusalTezMerkezi/>.

- Özen, Y. (2017). Psikolojik travmanın insanlık kadar eski tarihi. *The Journal of Social Science*, 2(1), 104-117.
- Özen, Y. (2018). Travma sonrası ortaya çıkan psikolojik bozukluklar üzerine bir değerlendirme. *The Journal of Social Science*, 2(4), 136-159.
- Özgen, F. Ve Aydın, H. (1999). Travma sonrası stres bozukluğu. *Klinik Psikiyatri Dergisi*, 1, 34-41.
- Özgen, M. T. (2021). *Evli çiftlerin bilişsel çarpıtmaları ile evlilik uyumu arasındaki ilişki: Bağlanma stillerinin aracı rolü* [Yüksek Lisans Tezi, Pamukkale Üniversitesi]. Erişim: <https://tez.yok.gov.tr/UlusalTezMerkezi/>
- Özkan, D. (2016). *Depresyonda çocukluk çağı travması, bağlanma biçimi ve empati düzeyi* [Tıpta Uzmanlık Tezi, Erciyes Üniversitesi]. Erişim: <https://tez.yok.gov.tr/UlusalTezMerkezi/>
- Özten, E. ve Sayar, G. H. (2015). Eşik altı travma sonrası stres bozukluğu. *Psikiyatride Güncel Yaklaşımlar*, 7(4), 348-355.
- Öztürk, E. (2003). *Travma kökenli dissosiyatif bozukluk vakalarının aile bireylerindeki çocukluk çağı travmaları* [Doktora Tezi, İstanbul Üniversitesi]. Erişim: <https://tez.yok.gov.tr/UlusalTezMerkezi/>
- Öztürk, O. ve Uluşahin, A. (2023). *Ruh Sağlığı ve Bozuklukları* (17. Baskı). Nobel Tıp Kitabevi.
- Peker, E. (2017). *Çocukluk çağı travmaları, yetişkinlik döneminde bağlanma biçimi ve öz anlayış arasındaki ilişkilerin incelenmesi* [Yüksek Lisans Tezi, İstanbul Arel Üniversitesi]. Erişim: <https://tez.yok.gov.tr/UlusalTezMerkezi/>
- Pelendecioğlu, B. ve Bulut, S. (2009). Çocuğa yönelik aile içi fiziksel istismar. *Abant İzzet Baysal Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 9(1), 49-62.
- Perçin, B. (2023). *Romantik ilişkilerde bağlanma stilleri ile aldatmaya yönelik niyet arasındaki ilişkinin incelenmesi* [Yüksek Lisans Tezi, İstanbul Nişantaşı Üniversitesi]. Erişim: <https://tez.yok.gov.tr/UlusalTezMerkezi/>
- Polat, O. (2001). *Çocuk ve şiddet* (1. Baskı). Der Yayınları.
- Polat, O. (2007). *Tüm boyutlarıyla çocuk istismarı 2: önleme ve rehabilitasyon*. Seçkin Yayıncılık.
- Polat-Balcı, G. P. (2011). *Madde kullanım bozukluğu olan ergenlerde çocukluk çağı travmalarının bağlanma ile ilişkisi* [Tıpta Uzmanlık Tezi, Sağlık Bakanlığı Bakırköy Prof Dr. Mazhar Osman Ruh Sağlığı ve Sinir Hastalıkları Eğitim ve Araştırma Hastanesi]. Erişim: <https://tez.yok.gov.tr/UlusalTezMerkezi/>
- Rees, C. (2011). Children's Attachment. *Pediatrics and Child Health*, 22(5), 186-192.

- Rholes, W. S., Simpson, J. A., & Blakely, B. S. (1995). Adult attachment styles and mothers' relationships with their young children. *Personal Relationships*, 2(1), 35-54.
- Robin, A. L., & Foster, S. L. (2002). *Negotiating parent-adolescent conflict: A behavioral-family systems approach*. Guilford Press.
- Sarsıcı, S. (2019). *Boşanmış bireylerde bilişsel çarpıtmaların, bağlanma stilleri ve sosyotropi-otonomi kişilik özellikleri ile ilişkisi* [Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi]. Cerrahpaşa Üniversitesi.
- Savaşır, I., Soygüt, G. ve Kabakçı, E. (2003). *Bilişsel Davranışlar Terapiler* (3. Baskı). Türk Psikologlar Derneği Yayınları.
- Savi Çakar, F. (Ed.) (2022). *Travma psikolojik danışmanlığı* (3. Baskı). Pegem Akademi.
- Schore, Allan (2000). Attachment and the regulation of the right brain. *Attachment & Human Development*, 2(1), 23-47.
- Selçuk, E., Günaydın, G., Sümer, N., ve Uysal, A. (2005). Yetişkin bağlanma boyutları için yeni bir ölçüm: Yakın İlişkilerde Yaşantılar Evanteri-II'nin Türk örnekleminde psikometrik açıdan değerlendirilmesi. *Türk Psikoloji Yazıları*, 8(16), 1-11.
- Set, Z., ve Çelik, C. (2023). Genç Yetişkinlerde Bağlanma Stillerinin Karanlık Dörtlü, Benlik Saygısı ve Çocukluk Çağı Travmaları Arasındaki İlişkinin İncelenmesi. *Disiplinlerarası Eğitim Araştırmaları Dergisi*, 7(15), 174-181.
- Seyfeli, E. B., ve Şener, Ö. (2022). Yetişkinlerde madde bağımlılığı ile çocukluk çağı travmaları ve bağlanma stilleri arasındaki ilişki. *Bağımlılık Dergisi*, 23(4), 473-482.
- Sezer, T., Sapancı, A. ve Kuzgun, T. B. (2023). Çocukluk çağı ruhsal travma düzeyi ile savunma biçimleri arasındaki ilişkide bağlanma boyutlarının düzenleyici rolü. *AYNA Klinik Psikoloji Dergisi*, 10(1), 57-82.
- Shaver, P. & Hazan, C. (1987). Being lonely, falling in love. *Journal of Social Behavior and Personality*, 2(2), 105.
- Shaver, P. R., & Mikulincer, M. (2005). Attachment theory and research: Resurrection of the psychodynamic approach to personality. *Journal of Research in personality*, 39(1), 22-45.
- Shaver, P. R., Collins, N., & Clark, C. L. (2014). Attachment styles and internal working models of self and relationship partners. In *Knowledge structures in close relationships* (pp. 25-61). Psychology Press.
- Shaver, P., & Hazan, C. (1987). Being lonely, falling in love. *Journal of Social Behavior and Personality*, 2(2), 105.

- Sheldon, K. M., Abad, N., & Hirsch, C. (2011). A two-process view of Facebook use and relatedness need-satisfaction: Disconnection drives use, and connection rewards it. *Journal of Personality and Social Psychology*, 100, 766-775.
- Shi, L. (2003). The association between adult attachment styles and conflict resolution in romantic relationships. *American Journal of Family Therapy*, 31(3), 143-157.
- Shin, S., Kim, N. & Jang, E. (2011). Comparison of problematic internet and alcohol use and attachment styles among industrial workers in Korea. *Cyberpsychology, Behavior and Social Networking*, 14(11), 665-672.
- Simpson, J.A. (1990). Influence of attachment styles on romantic relationships. *Journal of Personality and Social Psychology*, 59(5), 971-980.
- Siyez, D, M, (2003). Duygusal istismara maruz kalan ve kalmayan ergenlerin benlik algıları ile depresyon ve kaygı düzeylerinin karşılaştırılması [Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi]. Dokuz Eylül Üniversitesi.
- Stackert, R. A., & Bursik, K. (2003). Why I unsatisfied? Adult attachment style, gendered irrational relationship beliefs, and young adult romantic relationship satisfaction. *Personality and Individual Differences*, 34, 1419- 1429.
- Stayton, D. J., & Ainsworth, M. D. (1973). Individual differences in infant responses to brief, everyday separations as related to other infant and maternal behaviors. *Developmental Psychology*, 9(2), 226.
- Steinberg, L. (2007). Risk taking in adolescence: New perspectives from brain and behavioral science. *Current directions in psychological science*, 16(2), 55-59.
- Sternberg, R. J. (1986). A triangular theory of love. *Psychological Review*, 93(2), 119-135.
- Subaşı, N. G. ve Kazan, H. (2020). Çocukluk dönemi bağlanma stillerinin yetişkin iletişimindeki etkisi. *Turkish Online Journal of Design Art and Communication*, 10(2), 147-162.
- Subaşı, N. G. ve Kazan, H. (2020). Çocukluk dönemi bağlanma stillerinin yetişkin iletişimindeki etkisi. *Türkiye Çevrimiçi Tasarım Sanatı ve İletişim Dergisi*, 10(2), 147-162.
- Sullivan, B. F. & Schwebel, A. (1995). The relationships beliefs and expectations of satisfaction in marital relationships. *Journal of Family Therapy*, 3, 298-306.
- Sungur, M. Z. (1999). İkincil travma ve sosyal destek. *Klinik Psikiyatri*, 2, 105-108.
- Sümer, N ve Anafarta Şendağ, M. (2009). Orta çocukluk döneminde ebeveynlere bağlanma, benlik algısı ve kaygı. *Türk Psikoloji Dergisi*, 21 (63), 86-101.

- Sümer, N. (2006). Ergenlikte ebeveyn tutum ve davranışlarının bağlanma kaygısındaki rolü. *H. Ü. 11. Ergen Günleri Konuşma Metni*.
- Sümer, N. ve Güngör D. (1990a). Çocuk yetiştirme stillerinin bağlanma stilleri, benlik değerlendirmeleri ve yakın ilişkiler üzerindeki etkisi. *Türk Psikoloji Dergisi*, 14 (44), 35-58.
- Sümer, N. ve Güngör, D. (1999b). Yetişkin bağlanma stilleri ölçeklerinin Türk örneklemini üzerinde psikometrik değerlendirmesi ve kültürlerarası bir karşılaştırma. *Türk Psikoloji Dergisi*, 14 (43), 71-106.
- Sümer, N., Oruçlular, Y. ve Çapar, T. (2015). Bağlanma ve bağımlılık: Kuramsal çerçeve ve derleme çalışması. *Bağımlılık dergisi*, 16 (4), 192-209.
- Sümer, N., Ünal, S. ve Selçuk, E. (2009). Bağlanma ve psikopatoloji: Bağlanma boyutlarının depresyon, panik bozukluk ve obsesif-kompulsif bozuklukla ilişkisi. *Türk Psikoloji Dergisi*, 24 (63), 38-45.
- Sümer, S. (2017). *Romantik ilişkilerde bağlanma stilleri, romantik kıskançlık ve ilişki doyumu arasındaki ilişkinin incelenmesi* [Yüksek Lisans Tezi, Hasan Kalyoncu Üniversitesi]. Erişim: <https://tez.yok.gov.tr/UlusalTezMerkezi/>
- Şahanoğlu, H. (2021). *Çocukluk çağı travmalarıyla ilişki bağımlılığı arasındaki bağın incelenmesi* [Yüksek Lisans Tezi, İstanbul Gelişim Üniversitesi]. Erişim: <https://tez.yok.gov.tr/UlusalTezMerkezi/>
- Şahin, N. H. ve Yaka, A. İ. (2010). Yakın İlişkilerde Yaşantılar Envanteri'nin (YİYE-I), kendilik algısı, olumsuz otomatik düşünceler ve psikopatolojik belirtiler bağlamında incelenmesi. *Türk Psikoloji Yazıları*, 13(26), 64-76.
- Şar, V., Necef, I., Mutluer, T., Fatih, P. & Türk-Kurtça, T. (2021). A revised and expanded version of the Turkish Childhood Trauma Questionnaire (CTQ-33): Overprotection-overcontrol as additional factor. *Journal of Trauma & Dissociation*, 22(1), 35-51.
- Şar, V., Öztürk, E., ve İkikardeş, E. (2012). Çocukluk Çağı Ruhsal Travma Ölçeğinin Türkçe uyarlamasının geçerlilik ve güvenilirliği. *Türkiye Klinikleri Tıp Bilimleri Dergisi*, 32(4), 1054-1063.
- Şen, M. (2019). *Psikolojik destek alan ve almayan bireylerde çocukluk çağı travmaları ve dürtüsellik ilişkisinin incelenmesi* [Yüksek Lisans Tezi, Maltepe Üniversitesi]. Erişim: <https://tez.yok.gov.tr/UlusalTezMerkezi/>
- Şen, S. (2007). *Anneanne- anne- bebek bağlanmasının incelenmesi* [Yüksek Lisans Tezi, Ege Üniversitesi]. Erişim: <https://tez.yok.gov.tr/UlusalTezMerkezi/>
- Şenkal, İ. ve Işıklı, S. (2015). Çocukluk çağı travmalarının ve bağlanma biçiminin depresyon belirtileri ile ilişkisi: Aleksitiminin aracı rolü. *Türk Psikiyatri Dergisi*, 26(4), 261-67.

- Şimşek, Ç. (2014). *Polis memurlarının evlilik doyumları, ilişkilerle ilgili bilişsel çarpıtmaları ve cinsiyet rollerinin incelenmesi* [Yüksek Lisans Tezi, Anadolu Üniversitesi]. Erişim: <https://tez.yok.gov.tr/UlusalTezMerkezi/>
- Şimşek, O., M., Koçak, O., & Younis, M. Z. (2021). The impact of interpersonal cognitive distortions on satisfaction with life and the mediating role of loneliness. *Sustainability*, 13(16), 9293.
- Şirin, H. D. (2017). The predictive power of adult attachment patterns on interpersonal cognitive distortions of university students. *Educational Research and Reviews*, 12(18), 906-914.
- Şirin, T. (2013). *Bilişsel davranışçı psikoterapi yaklaşımıyla bütünleştirilmiş dini danışmanlık modeli* [Doktora Tezi, Sakarya Üniversitesi]. Erişim: <https://tez.yok.gov.tr/UlusalTezMerkezi/>
- T.C Millî Eğitim Bakanlığı, (2011). *Afetlerde ve travmatik olaylarda psikolojik destek*. Ankara.
- TDK (Türk Dil Kurumu). (2023). *Genel açıklamalı sözlük*. TDK Yayınları.
- Tedeschi, R. G. & Calhoun, L. G. (1995). *Trauma and transformation*. Sage.
- Thompson, Ross (2008). Attachment-related mental representations: Introduction to the special issue. *Attachment & Human Development*, 10 (4), 347-358.
- Tok, C. (2019). *Ortaokul öğrencilerinin ebeveyn bağlanma stilleri ile sosyal kaygı düzeylerinin incelenmesi* [Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi]. Gazi Üniversitesi.
- Topbaş, M. (2004). İnsanlığın Büyük Bir Ayıbı: Çocuk İstismarı. *TSK Koruyucu Hekimlik Bülteni*, 3 (4), 76-80
- Topçu, E. (2023). *Beliren yetişkinlik dönemindeki bireylerin romantik ilişki inançlarının karşılıklı bağımlılık ve benliğin ayrışması bağlamında incelenmesi* [Yüksek Lisans Tezi, Marmara Üniversitesi]. Erişim: <https://tez.yok.gov.tr/UlusalTezMerkezi/>.
- Türk, A. (2022). *Y ve Z Kuşaklarının Aile İçi İlişkilerde Bağlanma Stillerinin Evlilik Beklentileri ile İlişkisi* [Yüksek Lisans Tezi, Sivas Cumhuriyet Üniversitesi]. Erişim: <https://tez.yok.gov.tr/UlusalTezMerkezi/>
- Türk, B., Yayak, A., & Hamzaoglu, N. (2021). The effects of childhood trauma experiences and attachment styles on cyberbullying and victimization among university students. *Kıbrıs Türk Psikiyatri ve Psikoloji Dergisi*, 3 (4), 241-249.
- Türkçapar, M. H. (2022). *Bilişsel Davranışçı Terapi* (1.Baskı). Epsilon Yayınları.

- Türkçapar, M. H. ve Sargın, A. E. (2012). Bilişsel davranışçı psikoterapiler: Tarihçe ve gelişim. *Bilişsel Davranışçı Psikoterapi ve Araştırmalar Dergisi*, 1 (1), 7-14.
- Türksoy, N. (2003). *Psikolojik travma ve tanım sorunları. Psikolojik travma ve sonuçları* (1. Baskı), T. Aker, M.E. Önder (Eds), TUS Yayınları.
- Tüzün, O. ve Sayar, K. (2006). Bağlanma kuramı ve psikopatoloji. *Düşünen Adam*, 19(1), 24-39.
- Unger, J. A. M. & De Luca, R. V. (2014). The relationship between childhood physical abuse and adult attachment styles. *Journal of family violence*, 29, 223-234.
- Üretmen, S. (2003) Yetişkin ağlanma biçimleri, mekâna bağlanma eğilimi ve keşfetme yönelimi arasındaki ilişkiler [Yüksek Lisans Tezi, Hacettepe Üniversitesi]. Erişim:(<https://tez.yok.gov.tr/UlusalTezMerkezi/>)
- Üstün, M. P. (2019). *Türkiye'ye sığınan Suriyeli dul kadınların, depresyon, travma, benlik saygısı ve başa çıkma stilleri açısından dul olmayan mülteci kadınlarla karşılaştırılması* [Yüksek Lisans Tezi, Üsküdar Üniversitesi]. Erişim:(<https://tez.yok.gov.tr/UlusalTezMerkezi/>)
- Waters, E., & Cummings, E. M. (2000). A Secure base from which to explore close relationships. *Child Development*, 71(1), 164-72.
- World Health Organization, (2002). *Child abuse and neglect by parents and other caregivers*. Geneva
- World Health Organization, (2023). *Preventing Child Maltreatment: A Guide to Taking Action and Generating Evidence*. <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/childmaltreatment>, Erişim Tarihi: 03.09.2023
- Yaka, A. İ. (2011). *Bağlanma, erken döneme yönelik şemalar, öz-yönetim ve psikolojik belirtiler arasındaki ilişkiler* [Yüksek Lisans Tezi, Ankara Üniversitesi]. Erişim:(<https://tez.yok.gov.tr/UlusalTezMerkezi/>)
- Yalom, I. D. ve Glick, I. D. (2006). *Depresyon Terapisi*. Prestij Yayınları.
- Yazıcı Çelebi, G. ve Odacı, H. (2018). Bağlanma stilleri, ilişkilere ilişkin bilişsel çarpıtmalar, kişiler arası ilişki tarzları ve kişilik özelliklerinin evlilik uyumunu yordamadaki rolü. *Sosyal Politika Çalışmaları Dergisi*, 18(40), 89-120.
- Yazıcı Çelebi, G., Odacı, H. ve Kaya, F. (2021). Kadınlarda bağlanma stilleri ve bazı kişisel değişkenler açısından bilişsel çarpıtmaların incelenmesi. *İstanbul Üniversitesi Kadın Araştırmaları Dergisi* (21), 1-17.
- Yıldız H. (2019). *Majör depresif bozukluğa sahip hastaların ilişkilerle ilgili bilişsel çarpıtmalarının ve bağlanma stillerinin evlilik uyumuna etkisi* [Yüksek Lisans Tezi, Gaziantep Üniversitesi]. Erişim:(<https://tez.yok.gov.tr/UlusalTezMerkezi/>)

- Yıldız, U. (2022). *Kadınlarda çocukluk çağı travmaları ve yetişkinlikteki bağlanma stillerinin yeme bağımlılığı ile ilişkisi* [Yüksek Lisans Tezi, Ege Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü]. Erişim:(<https://tez.yok.gov.tr/UlusalTezMerkezi/>)
- Yılmaz, E. (2022). *Üniversite öğrencilerinde çocukluk çağı travmalarının siber zorbalık ve mağduriyetle ilişkisinde aleksitiminin aracı rolü* [Yüksek Lisans Tezi, Işık Üniversitesi]. Erişim:(<https://tez.yok.gov.tr/UlusalTezMerkezi/>)
- Zara, A. (2011). Krizler ve travmalara. Zara (Ed.) *Yaşadıkça Psikolojik Sorunlar ve Başa Çıkma Yolları*. İmge Kitabevi.
- Zara, A. (2012). *Çocuk İstismarı ve İhmali*. <http://www.aytenzara.com/wpcontent/uploads/2012/02/%C3%87OCUK%C4%B0HMAL%C4%B0-VE-%C4%B0ST%C4%B0SMARI.pdf>’ den alınmıştır.
- Zoroğlu, S. S., Tüzün, Ü., Şar, V., Öztürk, M., Kora, M. E. ve Alyanak, B. (2001). Çocukluk dönemi istismar ve ihmalinin olası sonuçları. *Anadolu Psikiyatri Dergisi*, 2(2), 69-78.

EKLER

EK- 1. Sosyodemografik Bilgi Formu

Açıklama: Değerli Katılımcı,

Bu araştırma romantik ilişkisi olan bireylerde çocukluk çağı travmatik yaşantıları, ilişkiye dair bilişsel çarpıtmalar ve bağlanma stilleri arasındaki ilişkinin incelenmesini amaçlayan bir yüksek lisans tezi kapsamında yapılmaktadır. Araştırmaya katılımınız gönüllüğünüz dâhilinde olacaktır. Yanıtlarınızın gerçek duygu ve düşüncelerinizi yansıtmaması ve hiçbir maddeyi boş bırakmamanız araştırma için büyük bir öneme sahiptir. Lütfen maddeleri dikkatlice okuyarak, formların başındaki yönergelere uygun şekilde cevaplandırınız.

Bu anketlere vereceğiniz cevaplar yalnızca araştırma amacıyla kullanılacaktır ve size ait bilgiler tamamen gizli kalacaktır. Katılımınız için teşekkür ederim

Fatma MAMİK GÜL

**RTEÜ Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık Tezli Yüksek Lisans
Öğrencisi/Psikolojik Danışman**

FORM-1
1. Cinsiyetiniz
2. Şu an yaşadığınız romantik ilişki türü
☐ Evli ☐ Sözlü-Nişanlı ☐ Flört -Sevgili
3.Günde ortalama kaç saatinizi sosyal medya kullanarak geçiriyorsunuz?
☐ 1 saatten az ☐ 1-3 saat arası ☐ 3-5 saat arası ☐ 5-7 saat arası
☐ 7 saatten fazla
4.Ailenizin size karşı tutumlarını nasıl tanımlarsınız?
☐ Otoriter ☐ Aşırı Korumacı ☐ Tutarsız ☐ Demokratik ☐ İhmalkâr
5.İçinde bulunduğunuz ilişki ne zamandan beri devam etmektedir? (Ay-yıl olarak yazınız)

EK-2. Çocukluk Çağı Travma Ölçeği (ÇÇTÖ)

Lütfen her cümleyi dikkatle okuyup, bu düşüncelere ne derece katıldığınızı aşağıdaki şıkları dikkate alarak belirtiniz: 1.Hiçbir Zaman 2.Nadiren 3.Kimi Zaman 4.Sık Olarak 5.Çok Sık

Her düşünce katılma derecenizi hemen yanındaki cevap formu üzerine (X) koyarak belirtiniz. Okuduğunuz her bir ifade için tek bir işaretleme yapmaya özen gösteriniz. Her insanın kendine özgü bir kişisel görüşü bulunduğundan bu ifadelerin doğru ya da yanlış cevapları yoktur. İşaretlemenizi sizin genel olarak nasıl düşündüğünüzün dikkate alarak cevaplayınız. Çalışmaya katıldığınız için teşekkür ederim.

Çocukluğumda ya da ergenliğimde...						
1	Yeterli yemeğim olurdu.	1	2	3	4	5
2	Gündelik bakım ve güvenliğim sağlanıyordu.	1	2	3	4	5
3	Anne ya da babam kendilerine layık olmadığımı ifade ederlerdi.	1	2	3	4	5
4	Fiziksel ihtiyaçlarım tam olarak karşılanırdı.	1	2	3	4	5
5	Ailemde sorunlarımı paylaşabileceğim biri vardı.	1	2	3	4	5
6	Üst baş açısından bakımsızdım.	1	2	3	4	5
7	Sevildiğimi hissediyordum.	1	2	3	4	5
8	Anne ya da babam kendimden utanmama neden olurdu.	1	2	3	4	5
9	Ailemden birisi bana öyle kötü vurmuştu ki doktora ya da hastaneye gitmem gerekmişti.	1	2	3	4	5
10	Ailemde değiştirmek istediğim şeyler vardı.	1	2	3	4	5
11	Ailemdelikiler bana o kadar şiddetle vuruyorlardı ki vücudumda morartı ya da sıyrıklar oluyordu.	1	2	3	4	5
12	Kayış, sopa, kordon ya da başka sert bir cisimle vurularak cezalandırılıyordum.	1	2	3	4	5
13	Anne ya da babam fikirlerimi önemserdi.	1	2	3	4	5
14	Ailemdelikiler bana kırıcı ya da saldırganca sözler söylerlerdi.	1	2	3	4	5
15	Fiziksel bakımdan hırpalanmış olduğuma inanıyorum.	1	2	3	4	5

EK-2 (Devam). Çocukluk Çağı Travma Ölçeği (ÇÇTÖ)

16	Çocukluğum mükemmeldi.	1	2	3	4	5
17	Bana o kadar kötü vuruluyor ya da dövülüyordum ki öğretmen, komşu ya da bir doktorun bunu fark ettiği oluyordu.	1	2	3	4	5
18	Ailemde birisi benden nefret ederdi	1	2	3	4	5
19	Ailemdelikler kendilerini birbirlerine yakın hissederdiler.	1	2	3	4	5
20	Biri bana cinsel amaçla dokunmaya ya da kendisine dokundurtmaya çalıştı	1	2	3	4	5
21	Kendisi ile cinsel ilişki kurmadığım takdirde bana zarar vermekle tehdit eden biri vardı	1	2	3	4	5
22	Benim ailem dünyanın en iyisiydi.	1	2	3	4	5
23	Birisi beni cinsel şeyler yapmaya ya da cinsel şeylere bakmaya zorladı.	1	2	3	4	5
24	Birisi bana cinsel tacizde bulundu.	1	2	3	4	5
25	Ailemdelikler bana karşı suçlayıcıydı.	1	2	3	4	5
26	İhtiyacım olduğunda beni doktora götürecek birisi vardı.	1	2	3	4	5
27	Cinsel istismara uğradığım kanısındayım	1	2	3	4	5
28	Ailem benim için bir güç ve destek kaynağı idi.	1	2	3	4	5
29	Ailemdelikler yaşitlarımla ve arkadaşlarımla görüşmemi kısıtlardı.	1	2	3	4	5
30	Ailemdelikler her şeyime karıştırdı.	1	2	3	4	5
31	Anne ve babam bir işi kendi başıma yapmama fırsat verirdiler.	1	2	3	4	5
32	Ailemdelikler rahat vermeyecek derecede peşimdeydiler.	1	2	3	4	5
33	Anne ya da babam beni kontrol etmek için kişisel eşyalarımı benden habersiz karıştırdı.	1	2	3	4	5

EK-3. Yakın İlişkilerde Yaşantılar Envanteri (YİYE II)

Aşağıdaki maddeler romantik ilişkilerinizde hissettiğiniz duygularla ilgilidir. Bu araştırmada sizin ilişkinizde yalnızca şu anda değil, genel olarak neler olduğuyla ya da neler yaşadığınızla ilgilenmekteyiz. Maddelerde sözü geçen "birlikte olduğum kişi" ifadesi ile romantik ilişkide bulunduğunuz kişi kastedilmektedir. Her düşünce katılma derecenizi hemen yanındaki cevap formu üzerine (X) koyarak belirtiniz. Okuduğunuz her bir ifade için tek bir işaretleme yapmaya özen gösteriniz. Her insanın kendine özgü bir kişisel görüşü bulunduğundan bu ifadelerin doğru ya da yanlış cevapları yoktur. İşaretlemenizi sizin genel olarak nasıl düşündüğünüzün dikkate alarak cevaplayınız. Çalışmaya katıldığınız için teşekkür ederim.

1-----2-----3-----4-----5-----6-----7

Hiç katılmıyorum

Kararsızım

Tamamen katılıyorum

1	Birlikte olduğum kişinin sevgisini kaybetmekten korkarım.	1	2	3	4	5	6	7
2	Gerçekte ne hissettiğimi birlikte olduğum kişiye göstermemeyi tercih ederim.	1	2	3	4	5	6	7
3	Sıklıkla, birlikte olduğum kişinin artık benimle olmak istemeyeceği korkusuna kapılırım.	1	2	3	4	5	6	7
4	Özel duygu ve düşüncelerimi birlikte olduğum kişiyle paylaşmak konusunda kendimi rahat hissedirim.	1	2	3	4	5	6	7
5	Sıklıkla, birlikte olduğum kişinin beni gerçekten sevmediği kaygısına kapılırım.	1	2	3	4	5	6	7
6	Romantik ilişkide olduğum kişilere güvenip inanmak konusunda kendimi rahat bırakmakta zorlanırım.	1	2	3	4	5	6	7
7	Romantik ilişkide olduğum kişilerin beni, benim onları önemseyemediğim kadar önemsemeyeceklerinden endişe duyarım.	1	2	3	4	5	6	7
8	Romantik ilişkide olduğum kişilere yakın olma konusunda çok rahatımdır.	1	2	3	4	5	6	7
9	Sıklıkla, birlikte olduğum kişinin bana duyduğu hislerin benim ona duyduğum hisler kadar güçlü olmasını isterim.	1	2	3	4	5	6	7
10	Romantik ilişkide olduğum kişilere açılma konusunda kendimi rahat hissetmem.	1	2	3	4	5	6	7
11	İlişkilerimi kafama çok takarım.	1	2	3	4	5	6	7
12	Romantik ilişkide olduğum kişilere fazla yakın olmamayı tercih ederim.	1	2	3	4	5	6	7
13	Benden uzakta olduğunda, birlikte olduğum kişinin başka birine ilgi duyabileceği korkusuna kapılırım.	1	2	3	4	5	6	7
14	Romantik ilişkide olduğum kişi benimle çok yakın olmak istediğinde rahatsızlık duyarım.	1	2	3	4	5	6	7

EK-3 (Devam). Yakın İlişkilerde Yaşantılar Envanteri (YİYE II)

15	Romantik ilişkide olduğum kişilere duygularımı gösterdiğimde, onların benim için aynı şeyleri hissetmeyeceğinden korkarım.	1	2	3	4	5	6	7
16	Birlikte olduğum kişiyle kolayca yakınlaşabilirim	1	2	3	4	5	6	7
17	Birlikte olduğum kişinin beni terk edeceğinden pek endişe duymam.	1	2	3	4	5	6	7
18	Birlikte olduğum kişiyle yakınlaşmak bana zor gelmez.	1	2	3	4	5	6	7
19	Romantik ilişkide olduğum kişi kendimden şüphe etmeme neden olur	1	2	3	4	5	6	7
20	Genellikle, birlikte olduğum kişiyle sorunlarımı ve kaygılarımı tartışırım.	1	2	3	4	5	6	7
21	Terk edilmekten pek korkmam.	1	2	3	4	5	6	7
22	Zor zamanlarımda, romantik ilişkide olduğum kişiden yardım istemek bana iyi gelir.	1	2	3	4	5	6	7
23	Birlikte olduğum kişinin, bana benim istediğim kadar yakınlaşmak istemediğini düşünürüm.	1	2	3	4	5	6	7
24	Birlikte olduğum kişiye hemen hemen her şeyi anlatırım.	1	2	3	4	5	6	7
25	Romantik ilişkide olduğum kişiler bazen bana olan duygularını sebepsiz yere değiştirirler.	1	2	3	4	5	6	7
26	Başımdan geçenleri birlikte olduğum kişiyle konuşurum.	1	2	3	4	5	6	7
27	Çok yakın olma arzum bazen insanları korkutup uzaklaştırır.	1	2	3	4	5	6	7
28	Birlikte olduğum kişiler benimle çok yakınlaştığında gergin hissederim.	1	2	3	4	5	6	7
29	Romantik ilişkide olduğum bir kişi beni yakından tanıdıkça, "gerçek ben"den hoşlanmayacağından korkarım.	1	2	3	4	5	6	7
30	Romantik ilişkide olduğum kişilere güvenip inanma konusunda rahatımdır.	1	2	3	4	5	6	7
31	Birlikte olduğum kişiden ihtiyaç duyduğum şefkat ve desteği görememek beni öfkelenendirir	1	2	3	4	5	6	7
32	Romantik ilişkide olduğum kişiye güvenip inanmak benim için kolaydır.	1	2	3	4	5	6	7
33	Başka insanlara denk olamamaktan endişe duyarım.	1	2	3	4	5	6	7
34	Birlikte olduğum kişiye şefkat göstermek benim için kolaydır.	1	2	3	4	5	6	7
35	Birlikte olduğum kişi beni sadece kızgın olduğumda önemser.	1	2	3	4	5	6	7
36	Birlikte olduğum kişi beni ve ihtiyaçlarımı gerçekten anlar.	1	2	3	4	5	6	7

EK-4. İlişkilere İlişkin Bilişsel Çarpıtmalar Ölçeği (İİBÇÖ)

Bu ölçek insanların kişilerarası ilişkilerle ilgili olarak benimsedikleri bazı düşünceleri içermektedir. Lütfen her cümleyi dikkatle okuyup, bu düşüncelere ne derece katıldığınızı aşağıdaki şıkları dikkate alarak belirtiniz.

1. Hiç katılmıyorum
2. Çok az katılıyorum
3. Kısmen katılıyorum
4. Oldukça katılıyorum
5. Tamamen katılıyorum

Her düşünce katılma derecenizi hemen yanındaki cevap formu üzerine (X) koyarak belirtiniz. Okuduğunuz her bir ifade için tek bir işaretleme yapmaya özen gösteriniz. Her insanın kendine özgü bir kişisel görüşü bulunduğundan bu ifadelerin doğru ya da yanlış cevapları yoktur. İşaretlemenizi sizin genel olarak nasıl düşündüğünüzün dikkate alarak cevaplayınız. Çalışmaya katıldığınız için teşekkür ederim.

1	İnsanlarla fazla samimi olmak genellikle sorun yaratır.	1	2	3	4	5
2	İnsanlar beni hiç anlamıyor	1	2	3	4	5
3	Çevremdeki insanlara gerçek duygu ve düşüncelerimi ifade edersem onlar tarafından reddedileceğime inanıyorum	1	2	3	4	5
4	Bu hayatta gerçek dost yoktur	1	2	3	4	5
5	İlişki kurduğum herkesin tüm duygu ve düşüncelerini benimle paylaşmasını isterim	1	2	3	4	5
6	Bir insanın gözünden nasıl bir insan olduğunu anlarım	1	2	3	4	5
7	Karşımdaki kişiler ifade etmeseler de onların ne düşündüğünü anlarım	1	2	3	4	5
8	Karşımdaki kişi ben ifade etmesem de benim ne düşündüğümü anlayabilmelidir	1	2	3	4	5
9	Kendimi iyi hissedebilmem için başkalarının benim hakkımdaki duygu ve düşünceleri olumlu olmalıdır	1	2	3	4	5
10	İnsanlar verdiği sözleri yerine getirmezler.	1	2	3	4	5
11	Her zaman bir sosyal bir grupta yer almalıyım.	1	2	3	4	5
12	Sosyal ortamlarda insanların beni olduğum gibi kabul etmeyeceğini düşünüyorum.	1	2	3	4	5
13	Çevremizdeki insanlara karşı sürekli tetikte olmakta yarar var	1	2	3	4	5
14	Çevremdeki insanları üzmemek için hep kendimden ödün vermeliyim.	1	2	3	4	5
15	İlişkilerimde insanları hoşnut kılmak için onların istediği gibi davranmalıyım.	1	2	3	4	5
16	Her zaman çevremde birilerinin olmasını isterim.	1	2	3	4	5
17	İnsanlar bana daima anlayışlı davranmasını isterim.	1	2	3	4	5
18	İlişkilerde insanlar birbirlerinin tüm beklentilerini karşılamalıdır.	1	2	3	4	5
19	İnsanlarla ilişkilerle yüzeysel tutmakta her zaman yarar vardır.	1	2	3	4	5

EK-5. Araştırma İzinleri



T.C.
RİZE VALİLİĞİ
İl Millî Eğitim Müdürlüğü



Sayı : E-57774812-605.01-88887738
Konu : Tez Çalışması İzni

04.11.2023

VALİLİK MAKAMINA

- İlgi : a) Recep Tayyip Erdoğan Üniversitesi Lisansüstü Eğitim Enstitüsünün 27.10.2023 tarihli ve 12234 sayılı yazısı.
b) Millî Eğitim Bakanlığının 21/01/2020 tarihli ve 1563890 (2020/2) sayılı Genelgesi.

Recep Tayyip Erdoğan Üniversitesi Eğitim Bilimleri Anabilim Dalı Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık Tezli Yüksek Lisans Programı öğrencisi Fatma MAMİK GÜL'ün " Romantik İlişkisi Olan Bireylerde Çocukluk Çağı Travmatik Yaşantıları, İlişkiye Dair Bilişsel Çarpıtmalar ve Bağlanma Stilleri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi " konulu bilimsel araştırması kapsamında ekte sunulan Ölçek formlarını 2023-2024 Eğitim Öğretim Yılında ilimizde bulunan resmi-özel ilkokul, ortaokul ve liselerde görev yapan öğretmenlere, yöneticilere ve öğrenci velilerine uygulama isteği ilgi yazı ile bildirilmektedir.

Söz konusu Ölçek formlarını 2023-2024 Eğitim Öğretim Yılında denetimi okul idaresinde olmak üzere, kurum faaliyetlerini aksatmadan, gönüllülük esasına göre ilimizde bulunan resmi-özel ilkokul, ortaokul ve liselerde görev yapan öğretmenlere, yöneticilere ve öğrenci velilerine uygulanması Müdürlüğümüzce uygun görülmektedir.

Makamlarınızca da uygun görülmesi halinde olurlarınıza arz ederim.

Resul KUL
Müdür a.
Şube Müdürü

OLUR

Yusuf TÜFEKÇİ
Vali a.
Millî Eğitim Müdürü

Bu belge güvenli elektronik imza ile imzalanmıştır.

Adres : İl Millî Eğitim Müdürlüğü RİZE

Belge Doğrulama Adresi : <https://www.turkiye.gov.tr/meb-ebys>

Bilgi için: Hamit GÖMLEKSİZ

Telefon No : 0 (464) 280 53 00

Unvan : Şef

E-Posta: rizemem@meb.gov.tr

İnternet Adresi: rize.meb.gov.tr

Faks: 4642805316

Kep Adresi : meb@hs01.kep.tr

Bu evrak güvenli elektronik imza ile imzalanmıştır. <https://evraksorgu.meb.gov.tr> adresinden d5f0-a970-3351-9095-872d kodu ile teyit edilebilir.



**T.C.
RECEP TAYYİP ERDOĞAN ÜNİVERSİTESİ
Dış Hekimliği Fakültesi Dekanlığı**



Sayı : E-61245112-302.08-8909
Konu : Araştırma İzni- Fatma MAMİK GÜL

11.12.2023

LİSANSÜSTÜ EĞİTİM ENSTİTÜSÜ MÜDÜRLÜĞÜNE

İlgi : 08.12.2023 tarihli ve E-19527874-302.08-12632 sayılı yazı.

İlgi tarih ve yazı ile talep edilen Enstitünüz Eğitim Bilimleri Anabilim Dalı Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık Tezli Yüksek Lisans Programı öğrencisi Fatma MAMİK GÜL'ün tez çalışması kapsamında; Fakültemizde öğrenim gören öğrencilere yapılması planlanan anket uygulaması Dekanlığımızca uygun görülmüştür.
Bilgilerinizi rica ederim.

Prof. Dr. Zeynep YEŞİL
Dekan

Bu belge güvenli elektronik imza ile imzalanmıştır.
Belge Doğrulama Kodu : 49931ead9c2d **Belge Takip Adresi: <http://ebys.erdogan.edu.tr/EBYS/eimzadogrulama>**

İslampasa Mahallesi Menderes Bulvarı No:612 Merkez/RİZE/ TÜRKİYE
Telefon No :+90 (464) 214 22 65, +90 (464)214 21 81 Faks No :+90 (464) 222 00 02
e-Posta :dis@erdogan.edu.tr İnternet Adresi:<http://www.erdogan.edu.tr/>
Kep Adresi:erdogan@hs01.kep.tr

Bilgi için : AYŞENUR KIZILKAYA
Bilgisayar İşletmen





**T.C.
RECEP TAYYİP ERDOĞAN ÜNİVERSİTESİ
Eğitim Fakültesi Dekanlığı**



Sayı : E-72940495-302.08-4812
Konu : Araştırma İzni- Fatma MAMİK GÜL

03.01.2024

LİSANSÜSTÜ EĞİTİM ENSTİTÜSÜ MÜDÜRLÜĞÜNE

İlgi : 08.12.2023 tarihli ve E-19527874-302.08-12632 sayılı yazı.

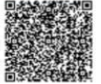
İlgi yazınıza istinaden, Enstitünüz Eğitim Bilimleri Ana Bilim Dalı Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık Tezli Yüksek Lisans Programı numaralı öğrencisi Fatma MAMİK GÜL'ün, tez çalışması kapsamında hazırlamış olduğu anket formunu Fakültemizde öğrenim gören öğrencilere uygulama talebi Dekanlığımızca uygun görülmüştür. Bilgilerini ve gereğini rica ederim.

Doç. Dr. Adem BELDAĞ
Dekan a.
Dekan Yardımcısı

Bu belge güvenli elektronik imza ile imzalanmıştır.
Belge Doğrulama Kodu : ef568c90ef57 **Belge Takip Adresi: <http://ebys.erdogan.edu.tr/EBYS/eimzadogrulama>**

Yenipazar Mah. Ali Okumuş Cad. 53200 Çayeli \ RİZE
Telefon No :+90 (464) 532 84 54- 25 15 Faks No :+90 (464) 532 86 12
e-Posta :egitim@erdogan.edu.tr İnternet Adresi:<http://www.erdogan.edu.tr/>
Kep Adresi:erdogan@hs01.kep.tr

Bilgi için : ABDUL K. DEREÇİ
Şe
Dahili: 464 532 8454-3606





T.C.
RECEP TAYYİP ERDOĞAN ÜNİVERSİTESİ
Mühendislik ve Mimarlık Fakültesi Dekanlığı



Sayı : E-95076956-300-6001
Konu : Araştırma İzni- Fatma MAMİK GÜL

12.12.2023

LİSANSÜSTÜ EĞİTİM ENSTİTÜSÜ MÜDÜRLÜĞÜNE

İlgi : 08.12.2023 tarihli ve E-19527874-302.08-12632 sayılı yazınız.

Enstitünüz Eğitim Bilimleri Anabilim Dalı Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık Tezli Yüksek Lisans Programı öğrencisi Fatma MAMİK GÜL'ün tez çalışması kapsamında; Fakültemizde öğrenim gören öğrencilere ilgi yazınızda belirtilen ölçeğin uygulanması Dekanlığımızca uygun görülmüştür.
Bilgilerinize rica ederim.

Doç. Dr. Derya BAL ALTUNTAŞ
Dekan V.

Bu belge güvenli elektronik imza ile imzalanmıştır.
Belge Doğrulama Kodu : 7f60fbe059f6 **Belge Takip Adresi: <http://ebys.erdogan.edu.tr/EBYS/eimzadogrulama>**

Fener Mah. Zihni Derin Yerleşkesi 53100 Rize / TÜRKİYE
Telefon No :0 (464) 223 75 18 Faks No :0 (464) 223 75 18 Dahili: 1602
e-Posta :mmf@erdogan.edu.tr İnternet Adresi:<http://www.erdogan.edu.tr/>
Kep Adresi:erdogan@hs01.kep.tr

Bilgi için : DAMLA E. KARATAŞ





T.C.
RECEP TAYYİP ERDOĞAN ÜNİVERSİTESİ
Tıp Fakültesi Dekanlığı



Sayı : E-71006170-302.08-10378
Konu : Araştırma İzni- Fatma MAMİK GÜL

13.12.2023

LİSANSÜSTÜ EĞİTİM ENSTİTÜSÜ MÜDÜRLÜĞÜNE

İlgi : 08.12.2023 tarihli ve E-19527874-302.08-12632 sayılı yazınız.

Enstitünüz Eğitim Bilimleri Ana Bilim Dalı Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık Tezli Yüksek Lisans Programı öğrencisi Fatma MAMİK GÜL'ün tez çalışması kapsamında Fakültemizde öğrenim gören öğrencilere detayları İlgi sayılı yazıda verilen araştırmanın uygulanması talebi Dekanlığımızca uygun görülmüştür.
Bilgilerini ve gereğini rica ederim.

Prof. Dr. Levent TÜMKAYA
Dekan a.
Dekan Yardımcısı

Bu belge güvenli elektronik imza ile imzalanmıştır.
Belge Doğrulama Kodu : 9e4c64145bdf **Belge Takip Adresi: <http://ebys.erdogan.edu.tr/EBYS/eimzadogrulama>**

İslampaşa Mah. 53100 Rize / TÜRKİYE
Telefon No :+90 (464) 212 30 09 Faks No :+90 (464) 212 30 15
e-Posta :tip@erdogan.edu.tr İnternet Adresi:<http://www.erdogan.edu.tr/>
Kep Adresi:erdogan@hs01.kep.tr

Bilgi için : HAMZA SÜTÇÜ
Bilgisayar İşletmen
Dahili: 3188





FATMA MAMİK GÜL

İlişkilere İlişkin Bilişsel Çarpıtmalar Ölçeğinin kullanma iznini

5 ileti

FATMA MAMİK GÜL

2 Eylül 2023 13:14

Sayın hocam Recep Tayyip Erdoğan Üniversitesinde yüksek lisans yapmaktayım. Danışman hocam Dr. Öğr. Üyesi Betül Aydın ile birlikte "ROMANTİK İLİŞKİSİ OLAN BİREYLERDE ÇOCUKLUK ÇAĞI TRAVMATİK YAŞANTILARI, İLİŞKİYE DAİR BİLİŞSEL ÇARPITMALAR VE BAĞLANMA STİLLERİ ARASINDAKİ İLİŞKİNİN İNCELENMESİ" konulu tez çalışması yürütmeyi planlıyoruz. Çalışmam için ilişkilere ilişkin Bilişsel Çarpıtmalar Ölçeğinin kullanma iznini talep ediyorum. Saygılar sunar, iyi çalışmalar dilerim.

Sener BUYUKOZTURK

2 Eylül 2023 13:29

Alıcı: FATMA MAMİK GÜL

Merhaba
Tabiki ölçeğimizi kullanabilirsiniz.
Detay bilgiye ihtiyacınız olursa Zeynep hoca ile iletişime geçer misin?
İyi çalışmalar
Şener Büyükoztürk

2 Eyl 2023 Cmt, saat 13:09 tarihinde FATMA MAMİK GÜL _____'ne mesaj yazdı:

Sayın hocam Recep Tayyip Erdoğan Üniversitesinde yüksek lisans yapmaktayım. Danışman hocam Dr. Öğr. Üyesi Betül Aydın ile birlikte "ROMANTİK İLİŞKİSİ OLAN BİREYLERDE ÇOCUKLUK ÇAĞI TRAVMATİK YAŞANTILARI, İLİŞKİYE DAİR BİLİŞSEL ÇARPITMALAR VE BAĞLANMA STİLLERİ ARASINDAKİ İLİŞKİNİN İNCELENMESİ" konulu tez çalışması yürütmeyi planlıyoruz. Çalışmam için ilişkilere ilişkin Bilişsel Çarpıtmalar Ölçeğinin kullanma iznini talep ediyorum. Saygılar sunar, iyi çalışmalar dilerim.

Önemli Duyuru: Bu elektronik postadaki bilgiler ve ekteki dosyalar sadece ilgili alıcılar içindir. Eğer bu e-postanın ilgili alıcısı ya da ilgililere ulaştırmakla yükümlü kişi değilseniz, içindekileri başka bir tarafla paylaşmadan, e-postayı sisteminizden hemen silmeniz ve e-postayı yanıtlarak ya da e-postada belirtilen numarayı arayarak göndereni bilgilendirmeniz gerekmektedir. Gönderildikten sonra e-postada değişiklik yapılması, virüsten dolayı e-postanın hasar görmesi ya da kaybolması durumlarında sorumluluk kabul edilmemektedir. Bu e-postada yer alan görüşler yazara ait olup, Recep Tayyip Erdoğan Üniversitesi'ni bağlamamaktadır.

Important Notice: The information in this email and any attachments is for the sole use of the intended recipient(s). If you are not an intended recipient, or a person responsible for delivering it to an intended recipient, you should delete it from your system immediately without disclosing its contents elsewhere and advise the sender by returning the email or by telephoning a number contained in the body of the email. No responsibility is accepted for loss or damage arising from viruses or changes made to this message after it was sent. The views contained in this email are those of the author and not necessarily those of Recep Tayyip Erdoğan University.

**Çocukluk Çağı Travma Ölçeğini kullanma izni**

2 ileti

2 Eylül 2023 13:13

Sayın hocam Recep Tayyip Erdoğan Üniversitesinde yüksek lisans yapmaktayım.Danışman hocam Dr.Öğr.Üyesi Betül Aydın ile birlikte "ROMANTİK İLİŞKİSİ OLAN BİREYLERDE ÇOCUKLUK ÇAĞI TRAVMATİK YAŞANTILARI, İLİŞKİYE DAİR BİLİŞSEL ÇARPITMALAR VE BAĞLANMA STİLLERİ ARASINDAKİ İLİŞKİNİN İNCELENMESİ"konulu tez çalışması yürütmeyi planlıyoruz.Çalışmam için Çocukluk Çağı Travma Ölçeğini kullanma iznini talep ediyorum.Saygılar sunar,iyi çalışmalar dilerim.

ERDINC OZTURK

Alıcı: FATMA MAMİK GÜL <

11 Eylül 2023 12:40

Selamlar,
Ölçeği kullanabilirsiniz, başarılar

FATMA MAMİK GÜ

2 Eyl 2023 Cmt, 13:13 tarihinde şunu yazdı:

Sayın hocam Recep Tayyip Erdoğan Üniversitesinde yüksek lisans yapmaktayım.Danışman hocam Dr.Öğr.Üyesi Betül Aydın ile birlikte "ROMANTİK İLİŞKİSİ OLAN BİREYLERDE ÇOCUKLUK ÇAĞI TRAVMATİK YAŞANTILARI, İLİŞKİYE DAİR BİLİŞSEL ÇARPITMALAR VE BAĞLANMA STİLLERİ ARASINDAKİ İLİŞKİNİN İNCELENMESİ"konulu tez çalışması yürütmeyi planlıyoruz.Çalışmam için Çocukluk Çağı Travma Ölçeğini kullanma iznini talep ediyorum.Saygılar sunar,iyi çalışmalar dilerim.

Önemli Duyuru: Bu elektronik postadaki bilgiler ve ekteki dosyalar sadece ilgili alıcılar içindir. Eğer bu e-postanın ilgili alıcısı ya da ilgililere ulaştırmakla yükümlü kişi değilseniz, içindekileri başka bir tarafla paylaşmadan, e-postayı sisteminizden hemen silmeniz ve e-postayı yanıtlayarak ya da e-postada belirtilen numarayı arayarak göndereni bilgilendirmeniz gerekmektedir. Gönderildikten sonra e-postada değişiklik yapılması, virüsten dolayı e-postanın hasar görmesi ya da kaybolması durumlarında sorumluluk kabul edilmemektedir. Bu e-postada yer alan görüşler yazara ait olup, Recep Tayyip Erdoğan Üniversitesi'ni bağlamamaktadır.

Important Notice: The information in this email and any attachments is for the sole use of the intended recipient(s). If you are not an intended recipient, or a person responsible for delivering it to an intended recipient, you should delete it from your system immediately without disclosing its contents elsewhere and advise the sender by returning the email or by telephoning a number contained in the body of the email. No responsibility is accepted for loss or damage arising from viruses or changes made to this message after it was sent. The views contained in this email are those of the author and not necessarily those of Recep Tayyip Erdoğan University.



FATMA MAMİK GÜL <[REDACTED]>

Yakın İlişkilerde Yaşantılar Envanterinin kullanma izni

3 ileti

FATMA MAMİK GÜL <[REDACTED]>

1 Eylül 2023 14:02

f

Sayın hocam Recep Tayyip Erdoğan Üniversitesinde yüksek lisans yapmaktayım.Danışman hocam Dr.Oğr.Üyesi Betül Aydın ile birlikte "ROMANTİK İLİŞKİSİ OLAN BİREYLERDE ÇOCUKLUK ÇAĞI TRAVMATİK YAŞANTILARI, İLİŞKİYE DAİR BİLİŞSEL ÇARPITMALAR VE BAĞLANMA STİLLERİ ARASINDAKİ İLİŞKİNİN İNCELENMESİ"konulu tez çalışması yürütmeyi planlıyoruz.Çalışmam için Yakın İlişkilerde Yaşantılar Envanterinin kullnma iznini talep ediyorum.Saygılar sunar,iyi çalışmalar dilerim.

f

Alıcı: FATMA MAMİK GU

1 Eylül 2023 15:47

Memnuniyetle kullanabilmekteyim.
İyi çalışmalar
Nebi Sümer

1 Eyl 2023 Cum, saat 13:57 tarihinde FATMA MAMİK GÜ

Sayın hocam Recep Tayyip Erdoğan Üniversitesinde yüksek lisans yapmaktayım.Danışman hocam Dr.Öğr.Üyesi Betül Aydın ile birlikte "ROMANTİK İLİŞKİSİ OLAN BİREYLERDE ÇOCUKLUK ÇAĞI TRAVMATİK YAŞANTILARI, İLİŞKİYE DAİR BİLİŞSEL ÇARPITMALAR VE BAĞLANMA STİLLERİ ARASINDAKİ İLİŞKİNİN İNCELENMESİ"konulu tez çalışması yürütmeyi planlıyoruz.Çalışmam için Yakın İlişkilerde Yaşantılar Envanterinin kullnma iznini talep ediyorum.Saygılar sunar,iyi çalışmalar dilerim.

Önemli Duyuru: Bu elektronik postadaki bilgiler ve ekteki dosyalar sadece ilgili alıcılar içindir. Eğer bu e-postanın ilgili alıcısı ya da ilgililere ulaştırmakla yükümlü kişi değilseniz, içindekileri başka bir tarafla paylaşmadan, e-postayı sisteminizden hemen silmeniz ve e-postayı yanıtlayarak ya da e-postada belirtilen numarayı arayarak göndereni bilgilendirmeniz gerekmektedir. Gönderildikten sonra e-postada değişiklik yapılması, virüsten dolayı e-postanın hasar görmesi ya da kaybolması durumlarında sorumluluk kabul edilmemektedir. Bu e-postada yer alan görüşler yazara ait olup, Recep Tayyip Erdoğan Üniversitesi'ni bağlamamaktadır.

Important Notice: The information in this email and any attachments is for the sole use of the intended recipient(s). If you are not an intended recipient, or a person responsible for delivering it to an intended recipient, you should delete it from your system immediately without disclosing its contents elsewhere and advise the sender by returning the email or by telephoning a number contained in the body of the email. No responsibility is accepted for loss or damage arising from viruses or changes made to this message after it was sent. The views contained in this email are those of the author and not necessarily those of Recep Tayyip Erdoğan University.

çok teşekkür ederim hocam.

ETİK KURUL KARARI



T.C.

RECEP TAYYİP ERDOĞAN ÜNİVERSİTESİ SOSYAL VE BEŞERİ BİLİMLER ETİK KURULU

DEĞERLENDİRME RAPORU

Toplantı Tarihi : 11/10/2023
Toplantı K. Sayısı : 2023/280

Yüksek Lisans Öğrencisi Fatma MAMİK GÜL'ün "Romantik İlişkisi Olan Bireylerde Çocukluk Çağı Travmatik Yaşantıları, İlişkiye Dair Bilişsel Çarpıtmalar ve Bağlanma Stilleri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi" isimli projesi kapsamında yürütülecek çalışmalar için izin talebi kurulumuzca değerlendirilmiş olup;

- ☒ Etik açıdan uygun bulunmuştur.
- ☐ Etik açıdan uygun bulunmamıştır.
- ☐ Etik açıdan önerilen değişikliklerin yapılmasıyla uygun bulunmuştur.

Prof. Dr. Nebi GÜMÜŞ

Başkan

Recep Tayyip Erdoğan Üniversitesi Fener Mah. Zihni Derin Yerleşkesi 53100 RİZE
Tel: 0464 223 81 00 Faks: 0464 223 63 28
www.erdogan.edu.tr