

T.C.
İSTANBUL BEYKENT ÜNİVERSİTESİ
LİSANSÜSTÜ EĞİTİM ENSTİTÜSÜ
PSİKOLOJİ ANABİLİM DALI
KLİNİK PSİKOLOJİ BİLİM DALI

**ROMANTİK İLİŞKİSİ OLAN YETİŞKİN BİREYLERDE
ÇOCUKLUK ÇAĞI TRAVMATİK YAŞANTILARI İLE
DUYGUSAL BAĞIMLILIKLARI VE DUYGU
DÜZENLEME BECERİLERİ ARASINDAKİ İLİŞKİNİN
İNCELENMESİ**

Yüksek Lisans Tezi

Tezi Hazırlayan

Betül ÇALIK

İstanbul, 2023

T.C.
İSTANBUL BEYKENT ÜNİVERSİTESİ
LİSANSÜSTÜ EĞİTİM ENSTİTÜSÜ
PSİKOLOJİ ANABİLİM DALI
KLİNİK PSİKOLOJİ BİLİM DALI

**ROMANTİK İLİŞKİSİ OLAN YETİŞKİN BİREYLERDE
ÇOCUKLUK ÇAĞI TRAVMATİK YAŞANTILARI İLE
DUYGUSAL BAĞIMLILIKLARI VE DUYGU
DÜZENLEME BECERİLERİ ARASINDAKİ İLİŞKİNİN
İNCELENMESİ**

Yüksek Lisans Tezi

Tezi Hazırlayan

Betül ÇALIK

2120039007

ORCID No

0000-0002-0477-9109

Danışman

Doç. Dr. Neslim GÜVENDEĞER DOKSAT

İstanbul, 2023

YEMİN METNİ

Yüksek Lisans Tezi olarak sunduğum “Romantik İlişkisi Olan Yetişkin Bireylerin Çocukluk Çağı Travmatik Yaşantıları İle Duygusal Bağımlılıkları Ve Duygu Düzenleme Becerileri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi” başlıklı bu çalışmanın, bilimsel ahlak ve geleneklere uygun şekilde tarafımdan yazıldığını, yararlandığım eserlerin tamamının kaynaklarda gösterildiğini ve çalışmamın içinde kullanıldıkları her yerde bunlara atıf yapıldığını belirtir ve bunu onurumla doğrularım. 16.05.2023

Betül ÇALIK



T.C.
İSTANBUL BEYKENT ÜNİVERSİTESİ
LİSANSÜSTÜ EĞİTİM ENSTİTÜSÜ MÜDÜRLÜĞÜ
TEZLİ YÜKSEK LİSANS SINAV TUTANAĞI

31/05/2023

Enstitümüz *Psikoloji* Anabilim Dalı *Klinik Psikoloji* Programı yüksek lisans öğrencilerinden **2120039007** numaralı **Betül ÇALIK**'ın "*İstanbul Beykent Üniversitesi Lisansüstü Eğitim – Öğretim Yönetmeliği*"nin ilgili maddesine göre hazırlayarak, Enstitümüze teslim ettiği "*Romantik İlişkisi Olan Yetişkin Bireylerde Çocukluk Çağı Travmatik Yaşantıları İle Duygusal Bağımlılıkları ve Duygu Düzenleme Becerileri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi*" konulu tezini, Yönetim Kurulumuzun 30/05/2023 tarih ve 2023/22 sayılı toplantısında seçilen ve yüz yüze toplanan biz jüri üyeleri huzurunda, İstanbul Beykent Üniversitesi Lisansüstü Eğitim ve Öğretim Yönetmeliğinin 29. maddesinin 3. fıkrası gereğince 45 dakika süre ile aday tarafından savunulmuş ve sonuçta adayın tezi hakkında "**OYBİRLİĞİ**" ile "**KABUL**" kararı verilmiştir.

İşbu tutanak, 2 nüsha olarak hazırlanmış ve Enstitü Müdürlüğü'ne sunulmak üzere tarafımızdan düzenlenmiştir.

DANIŞMAN
Doç. Dr. Ne*** GÜ*** DO***
(İstanbul Beykent Üniversitesi)

ÜYE
Dr. Öğr. Üyesi Hü*** EB***
(İstanbul Beykent Üniversitesi)

ÜYE
Dr. Öğr. Üyesi Fa*** BA***
(Sakarya Üniversitesi)

Adı ve Soyadı : Betül ÇALIK
Danışmanı : Doç. Dr. Neslim GÜVENDEĞER DOKSAT
Türü ve Tarih : Yüksek Lisans, 2023
Alanı : Klinik Psikoloji
Anahtar Kelimeler : Çocukluk çağı travmaları, duygusal bağımlılık, duygu düzenleme becerisi

ÖZ

ROMANTİK İLİŞKİSİ OLAN YETİŞKİN BİREYLERDE ÇOCUKLUK ÇAĞI TRAVMATİK YAŞANTILARI İLE DUYGUSAL BAĞIMLILIKLARI VE DUYGU DÜZENLEME BECERİLERİ ARASINDAKİ İLİŞKİNİN İNCELENMESİ

Bu araştırma, romantik ilişkisi olan yetişkin bireylerin çocukluk çağı travmatik yaşantıları ile duygusal bağımlılıkları ve duygu düzenleme becerileri arasındaki ilişkinin incelenmesi amacıyla yapılmıştır. Ayrıca, çocukluk çağı travmatik yaşantıları, duygusal bağımlılıkları ve duygu düzenleme becerilerinin demografik değişkenlere göre nasıl farklılık gösterdiği incelenmiştir.

Araştırmanın örneklemin grubunda uygun örnekleme yöntemi kullanılarak belirlenen 383 katılımcı yer almaktadır. Araştırmada Tarama Modeli kullanılmıştır. Araştırmada, Sosyodemografik Bilgi Formu, Çocukluk Çağı Ruhsal Travma Ölçeği, Duygusal Bağımlılık Ölçeği ve Duygu Düzenleme Becerileri Ölçeği kullanılmıştır. Araştırma sonucunda elde edilen verilerin analizinde Bağımsız Örneklem t-Testi, ANOVA, Pearson Korelasyon ve Doğrusal Regresyon Analizi kullanılmıştır.

Araştırmanın sonucunda, çocukluk çağı travmaları ve duygusal bağımlılık arasında çocukluk çağı travması ölçeğinin alt boyutu cinsel istismar ile duygusal bağımlılığın negatif yönlü anlamlı bir ilişki olduğu belirlenmiştir. Fakat çocukluk çağı travmaları toplam puan ve alt boyutları olan duygusal istismar, fiziksel istismar, fiziksel ihmal, duygusal ihmal arasında bir ilişki olmadığı belirlenmiştir. Çocukluk çağı travmaları toplam puan ve alt boyutları ile duygu düzenleme becerisi toplam puan ve alt boyutları arasında negatif yönlü ve anlamlı ilişki bulunmuştur.

Name and Surname : Betül ÇALIK
Advisor : Assoc. Dr. Neslim GÜVENDEĞER DOKSAT
Degree and Date : Master, 2023
Major : Clinical Psychology
Keywords : Childhood traumatic experiences, emotional dependency,
emotion regulation skills

ABSTRACT

EXAMINING THE RELATIONSHIP BETWEEN CHILDHOOD TRAUMATIC EXPERIENCES, EMOTIONAL DEPENDENCY, AND EMOTION REGULATION SKILLS IN ADULTS WITH ROMANTIC RELATIONSHIPS

This research was conducted to examine the relationship between childhood traumatic experiences, emotional dependency, and emotion regulation skills among adults in romantic relationships. Additionally, the study investigated how childhood traumatic experiences, emotional dependency, and emotion regulation skills varied based on demographic variables.

The sample of the study consisted of 383 participants selected using appropriate sampling methods. The Screening Model was employed in the research. The research utilized the Socio-demographic Information Form, Childhood Trauma Questionnaire, Emotional Dependency Scale, and Emotion Regulation Skills Scale. Independent Samples t-test, ANOVA, Pearson Correlation, and Linear Regression Analysis were used to analyze the data obtained from the research.

The results of the study revealed a significant negative relationship between childhood traumatic experiences, specifically the sub-dimension of sexual abuse, and emotional dependency. However, no relationship was found between overall childhood traumatic experiences and its sub-dimensions (emotional abuse, physical abuse, physical neglect, emotional neglect) and emotional dependency. The study found a significant and negative relationship between childhood traumas, both in terms of total scores and their sub-dimensions, and emotion regulation skills, both in terms of total scores and their sub-dimensions.

İÇİNDEKİLER

Sayfa No.

ÖZ

ABSTRACT

TABLolar LİSTESİ	iv
------------------------	----

KISALTMALAR	v
-------------------	---

SÖZLÜK.....	vi
-------------	----

GİRİŞ.....	1
------------	---

BİRİNCİ BÖLÜM

KURAMSAL AÇIKLAMALAR

1.1 Çocukluk Çağı Travmaları	6
1.1.1 Tanımı.....	6
1.1.2 Çocukluk Çağı Travmaları Türleri	8
1.1.2.1 Fiziksel İstismar.....	8
1.1.2.2 Duygusal İstismar.....	9
1.1.2.3 Cinsel İstismar.....	10
1.1.2.4 Fiziksel İhmal.....	10
1.1.2.5 Duygusal İhmal.....	11
1.1.3 Epidemiyolojisi.....	12
1.1.4 Etiyolojisi	13
1.1.5 Çocukluk Çağı Travmaları ile İlgili Araştırmalar	14
1.2 Bağımlılık.....	16
1.2.1 Duygusal Bağımlılık.....	19
1.2.1.1 Romantik İlişkilerde Duygusal Bağımlılık.....	20
1.2.1.2 İşlevsel Olan Duygusal Bağımlılık.....	21
1.3 Duygu Düzenleme Becerileri	22
1.3.1 Tanımı.....	22
1.3.2 Gelişimi	24
1.3.3 Duygu Düzenlemede Güçlükler	25
1.3.4 Duygu Düzenleme Becerileri ile İlgili Araştırmalar	26
1.3.5 Duygu Düzenleme Becerileri ile Çocukluk Çağı Travmalarının İlişkisi ..	27

İKİNCİ BÖLÜM

YÖNTEM

2.1. Araştırmanın Modeli	30
2.2. Evren ve Örneklem	30
2.3 Veri Toplama Araçları	30
2.3.1. Sosyo-Demografik Bilgi Formu	31
2.3.2. Çocukluk Çağı Ruhsal Travma Ölçeği (CTQ)	31
2.3.3. Duygusal Bağımlılık Ölçeği (DBÖ)	32
2.3.4. Duygu Düzenleme Becerileri Ölçeği (DDBÖ).....	32
2.4.Verilerin Toplanması	33
2.5.Verilerin Analizi.....	33

ÜÇÜNCÜ BÖLÜM

BULGULAR

3.1. Katılımcıların Sosyodemografik Özellikleri	34
3.2. Ölçeklere İlişkin Betimsel İstatistikler	35
3.3. Çocukluk Çağı Travmatik Yaşantılar ile Duygusal Bağımlılık ve Duygu Düzenleme Becerileri Arasındaki İlişkiye Dair Bulgular	36
3.4. Çocukluk Çağı Travmatik Yaşantılar ile Duygusal Bağımlılık ve Duygu Düzenleme Becerilerinin Cinsiyete Göre Farklılaşmasına İlişkin Bulgular	41
3.5. Çocukluk Çağı Travmatik Yaşantılar ile Duygusal Bağımlılık ve Duygu Düzenleme Becerilerinin Medeni Duruma Göre Farklılaşmasına İlişkin Bulgular.....	44
3.6. Çocukluk Çağı Travmatik Yaşantılar ile Duygusal Bağımlılık ve Duygu Düzenleme Becerilerinin Eğitim Durumuna Göre Farklılaşmasına İlişkin Bulgular	47
3.7. Çocukluk Çağı Travmatik Yaşantılar ile Duygusal Bağımlılık ve Duygu Düzenleme Becerilerinin İlişki Süresine Göre Farklılaşmasına İlişkin Bulgular ..	50
TARTIŞMA.....	52
SONUÇ	62
KAYNAKÇA.....	65
EKLER	80
Ek 1. Sosyodemografik Veri Formu	80

Ek 2. Çocukluk Çağı Ruhsal Travma Ölçeği	81
Ek 3. Duygusal Bağımlılık Ölçeği	83
Ek 4. Duygu Düzenleme Becerileri Ölçeği	84



TABLÖLAR LİSTESİ

Tablo 1. Katılımcıların sosyodemografik özellikleri.....	34
Tablo 2. CTQ, DDBÖ, DBÖ ve Alt Boyutları Puanlarına İlişkin Betimsel İstatistik Değerleri	35
Tablo 3. CTQ ile DBÖ ve Alt Boyutları Puan Ortalamaları Arasındaki İlişkiye Dair Pearson Korelasyon Analizi Sonuçları	36
Tablo 4. CTQ ile DDBÖ ve Alt Boyutları Puan Ortalamaları Arasındaki İlişkiye Dair Pearson Korelasyon Analizi Sonuçları	37
Tablo 5. DBÖ Toplam Yordayıcısı Olarak Cinsel İstismara İlişkin Basit Doğrusal Regresyon Analizi Sonuçları	39
Tablo 6. DDBÖ Yordayıcıları Olarak CTQ Alt Boyutlarına İlişkin Çoklu Doğrusal Regresyon Analizi Sonuçları	40
Tablo 7. Katılımcıların CTQ, DBÖ, DDBÖ ve Alt Boyutları Puan Ortalamalarının Cinsiyete Göre Farklılaşmasına İlişkin T-Testi Sonuçları	41
Tablo 8. Katılımcıların CTQ, DBÖ, DDBÖ ve Alt Boyutları Puan Ortalamalarının Medeni Duruma Göre Farklılaşmasına İlişkin T-Testi Sonuçları	45
Tablo 9. Katılımcıların CTQ, DBÖ, DDBÖ ve Alt Boyutları Puan Ortalamalarının Eğitim Durumuna Göre Farklılaşmasına İlişkin ANOVA Sonuçları	47
Tablo 10. Katılımcıların CTQ, DBÖ, DDBÖ ve Alt Boyutları Puan Ortalamalarının İlişki Süresine Göre Farklılaşmasına İlişkin ANOVA Sonuçları	50

KISALTMALAR

ÇTQ: Çocukluk Çağı Ruhsal Travma Ölçeği

DBÖ: Duygusal Bağımlılık Ölçeği

DDBÖ: Duygu Düzenleme Becerileri Ölçeği

SPSS: Sosyal Bilimler İçin İstatistik Paketi



SÖZLÜK

Çocukluk Çağı Travmaları: Çocukluk döneminde yaşanan ve çocuğun zihinsel, duygusal, fiziksel ve sosyal sağlığını derinden etkileyen olumsuz olaylar veya deneyimlerin neden olduğu psikolojik etkilerdir. Bu tür travmalar çocuğun yaşamında kalıcı izler bırakabilir ve uzun vadeli etkilere yol açabilir.

Duygu Düzenleme Becerileri: Duygu düzenleme becerileri, kişinin duygusal tepkilerini fark etme, anlama ve yönetme yeteneğini ifade eder. Bu beceriler, kişinin duygusal durumlarını etkileyen olaylar karşısında nasıl tepki vereceğini kontrol etmesine yardımcı olur.

Duygusal Bağımlılık: Bir kişinin duygusal olarak başka bir kişiye veya ilişkiye aşırı bağımlı hale gelmesini ifade eder. Bu bağımlılık kişinin duygusal ihtiyaçlarını karşılamak, güvenlik, değer ve sevgi hissi bulmak için başka bir kişiye sürekli olarak bağımlı olması durumunu tanımlar.

GİRİŞ

Çocukluk dönemi, kişinin gelişiminin temel taşı oluşturan hayati bir aşamadır. Bu dönem çocukların fiziksel, zihinsel ve duygusal olarak geliştiği bir süreçtir. Fakat bazı çocuklar hayatlarının temel taşı olan bu dönemde travmatik deneyimlere maruz kalabilmektedirler. Bu dönemde yaşanan çocukluk çağı travmaları, çocuğun sağlıklı gelişimini olumsuz yönde etkileyerek sonraki gelişim dönemleri için de olumsuz sonuçlar ortaya çıkarabilmektedir.

Çocukluk çağı travmaları farklı şekillerde ortaya çıkabilmektedirler. Fiziksel istismar şekli çocuğun fiziksel şiddete veya istismara maruz kalması şeklindedir. Genelde bu şiddet türü çocuğu cezalandırmalarda tokat atma, tekmeleme, darp etme şeklinde ortaya çıkabilmektedir. Duygusal istismar ise çocuğun aşağılanması, eleştirilmesi, tehdit edilmesi ya da bağırma gibi davranışları içermektedir. Cinsel istismar, çocuğa yönelik cinsel içerikli sözler veya eylemlere maruz bırakma şeklindedir. Duygusal ihmal ise çocuğun duygusal ihtiyaçlarının karşılanmaması ve göz ardı edilmesi durumudur. Fiziksel ihmal, çocuğun temel ihtiyaçlarının ihmal edilmesi durumudur. Bu ihmal yetersiz beslenme, sağlık hizmetlerine erişimin eksikliği, güvenlik ve korunma ihtiyaçlarının karşılanmaması gibi durumları içermektedir.

Bu yaşanan çok çeşitli travmatik deneyimler çocukların gelişimlerini önemli ölçüde etkileyebilmektedir. Etkilenen bir faktör de çocukların duygusal gelişimleridir. Bu durum ileriki dönemde kişilerin duygusal zorluklarla baş etme şekillerinde de zorlanmalar ortaya çıkarabilmektedir. Bunun sonucunda oluşan duygusal boşluklar ve acılar kişilerin bu durumla başa çıkabilmek için başkalarına bağımlı hale gelebilmesine sebep verebilmektedirler. Bu bağımlılık, karşısındaki kişinin sevgisine ve ilgisine aşırı bağımlılık geliştirme şeklinde görülebilir. Romantik ilişki içerisinde bu durumun ortaya çıkmasına ise de duygusal bağımlılık denmektedir.

Duygusal bağımlılık, kişinin duygusal açıdan onayını, ilgisini ve sevgisini almadan mutlu veya güvende hissetmeme halidir. İlişki içlerinde yoğun bir şekilde bu durum yaşanabilmektedir. Kişi partnerinin sürekli yanında olmasını istemektedir. Partnerinden ayrı kalma hali kişide kaybetme korkusu yaşamasına sebep

olabilmektedir. Aynı zamanda bağımlı kişi partnerini kontrol etmeye yönelik davranışlar ve kıskançlık yaşadığı durumları ortaya çıkarabilmektedir. Bu durumlar kişinin güvensizlik ve kaybetme korkularından kaynaklıdır. Bu güvensizlik durumu bağımlı kişinin kendine olan güven eksikliği ve düşük özsaygısıyla da ilişkili olabilmektedir. Bu kişiler partnerinin onayı ve ilgisi olmadan kendilerini değersiz ve yetersiz hissedebilmektedirler. Bu duygusal bağımlılık durumu adeta kısır döngü halinde devam edebilmektedir. Kişi partnerinden istediği bu duygusal doyumu her seferinde istediği düzeyde elde edemez ve bunun sonucunda da daha fazla duygusal bağımlılık geliştirebilmektedir. Bu döngü sonucunda da romantik ilişkide bağımlılığın sürekli bir biçimde artması ortaya çıkabilmektedir.

Bu aşırı bağımlılık hali kişilerin çocuklukta yaşadığı bağlanma sorunlarının sonucunda da ortaya çıkabilmektedir. Bu bağlanma sorunları çocukların yaşadıkları travmatik deneyimlerden sonra güvenlerinin sarsılması sonucu meydana gelebilmektedirler. Bu yaşanan zorluklar sonucunda çocuklarda yoğun duygusal tepkilerle başa çıkmakta zorlanabilmektedirler. Bu zorlantılar sonucunda ise ileriki dönemlerde kişilerin duygu düzenleme becerilerinde eksiklikler ortaya çıkabilmektedir.

Duygu düzenleme becerisi, kişilerin duygusal deneyimlerini fark etmelerini, anlamlarını ve bunları uygun bir biçimde yönetme becerileridir. Bu beceri sayesinde kişi kendi duygusal tepkilerini etkili bir şekilde yönetebilir ve bunun sonucunda da dengelemesini sağlayabilmektedirler. Kişi bu becerisi sayesinde yaşadığı duygusal deneyimler sonucu duygusal tepkilerini dengeleyerek aşırıya kaçmaktan kaçınarak deneyime uygun bir tepki verme davranışı ortaya koyabilmektedir.

Duygu düzenleme becerilerinin gelişimi kişiler için oldukça önemlidir. Bu sayede yaşanan stresli durumlarla daha iyi başa çıkmasına yardımcı olur. Kişinin duygusal tepkilerinin kararlarını etkilemesine engel olarak objektif düşünmeyi sağlar. Karşısındaki kişilerin duygusal deneyimlerini daha iyi anlayıp empatik yaklaşma becerisini sağlar. Duygu düzenleme becerileri kişilerin genel yaşam memnuniyetlerinin artmasına da fayda sağlamaktadır.

Araştırmanın Amacı

Bu araştırmada, romantik ilişkisi olan yetişkin bireylerin çocukluk çağı travmatik yaşantıları ile duygusal bağımlılıkları ve duygu düzenleme becerileri arasındaki ilişkinin incelenmesi amaçlanmaktadır. Çocukluk çağı çocukluk çağı travmatik yaşantıları, duygusal bağımlılıkları ve duygu düzenleme becerileri ayrı ayrı tespit edilerek; çeşitli demografik değişkenlere göre farklılaşma durumunun ortaya konması hedeflenmektedir.

Araştırmanın Önemi

Bu araştırmada, 18 yaş üstü romantik ilişkisi olan yetişkin bireylerde çocukluk çağı travmatik yaşantıları ile duygusal bağımlılıkları ve duygu düzenleme becerileri arasındaki bağlantının bulunması, detaylı bilgiler sunulması ve yaşam boyunca bireylerin bu üç durumdan birine rastlamaları halinde diğer faktörlerinde etkilerinin nasıl olabileceğini unutmadan ona uygun bir yol izlenmesinin önemli olunabileceği düşünülmüştür.

Literatüre bakıldığında ise bu üç faktörün bir arada bulunduğu bir araştırmaya rastlanılmamıştır. Bu doğrultuda ise bu üç kavramı ilk defa ele alarak yapılan bu araştırma sayesinde yetişkin bireylerde bir farkındalık oluşturmak amacıyla bu araştırma ele alınmıştır. Bunun sonucunda da literatüre katkı sağlayacağı düşünülmektedir. Başka bir açıdan katkısına bakacak olursak ise ilişkilerinin güçlü olduğuna inanılan bu kavramlarla araştırma sonucunda anlamlı ilişki çıkması halinde başta ruh sağlığı çalışanlarının tedavi yöntemlerine ışık tutabileceği düşünülmüştür. Bu sayede günlük hayatında duygusal bağımlılıklarından veya duygu düzenleme becerilerinden sebep sorun yaşayan bireylerde çocukluk çağı travmatik durumları ele alınarak onlarla çalışılması veya çocukluk çağı travmatik yaşantıları yoğun olan bireylerde karşılaşılabileceği sorunlar arasında diğer faktörler de düşünülüp ona göre önleyici veya hızlandırıcı bir şekilde ele alınabileceği düşünülmektedir.

Araştırmanın Problemi

‘Romantik ilişkisi olan yetişkin bireylerin çocukluk çağı travmatik yaşantıları ile duygusal bağımlılıkları ve duygu düzenleme becerileri arasında anlamlı bir ilişki var mıdır?’ sorusu araştırmanın temel problemi olarak belirlenmiştir. Bu araştırmanın alt problemleri aşağıda sıralanmıştır:

Bireylerin cinsiyetine göre çocukluk çağı travmatik yaşantıları, duygusal bağımlılık ve duygu düzenleme becerilerine göre anlamlı farklılık göstermekte midir?

Bireylerin eğitim durumuna göre çocukluk çağı travmatik yaşantıları, duygusal bağımlılık ve duygu düzenleme becerilerine göre anlamlı farklılık göstermekte midir?

Bireylerin medeni durumuna göre çocukluk çağı travmatik yaşantıları, duygusal bağımlılık ve duygu düzenleme becerilerine göre anlamlı farklılık göstermekte midir?

Bireylerin ilişki süresine göre çocukluk çağı travmatik yaşantıları, duygusal bağımlılık ve duygu düzenleme becerilerine göre anlamlı farklılık göstermekte midir?

Hipotezler

Araştırmanın hipotezleri aşağıdaki gibidir:

H1: Romantik ilişkisi olan yetişkin bireylerin çocukluk çağı travmatik yaşantıları ile duygusal bağımlılıkları ve duygu düzenleme becerileri arasında anlamlı bir ilişki vardır.

H2: Bireylerin cinsiyetine göre çocukluk çağı travmatik yaşantıları, duygusal bağımlılık ve duygu düzenleme becerileri arasında anlamlı farklılık vardır.

H3: Bireylerin eğitim durumuna göre çocukluk çağı travmatik yaşantıları, duygusal bağımlılık ve duygu düzenleme becerileri arasında anlamlı farklılık vardır.

H4: Bireylerin medeni durumuna göre çocukluk çağı travmatik yaşantıları, duygusal bağımlılık ve duygu düzenleme becerileri arasında anlamlı farklılık vardır.

H5: Bireylerin ilişki süresine göre çocukluk çağı travmatik yaşantıları, duygusal bağımlılık ve duygu düzenleme becerileri arasında anlamlı farklılık vardır.

Araştırmanın Sınırlılıklar

Araştırma evreni 18 yaş üstü romantik ilişkisi olan bireylerle sınırlıdır.

Araştırma bireylerin çocukluk çağı travmatik yaşantıları, duygusal bağımlılık ve duygu düzenleme becerilerini ölçmek için kullanılan “Çocukluk Çağı Ruhsal Travma Ölçeği”, “Duygusal Bağımlılık Ölçeği”, “Duygu Düzenleme Becerileri Ölçeği” sonuçları ve araştırmacının oluşturmuş sosyo-demografik formuna verilmiş olan cevaplarla sınırlıdır.

Araştırmanın Sayıtları

Katılımcıların araştırmada kullanılan ölçeklere ve sosyo-demografik bilgi formuna amacına uygun doğru cevapların verildiğine varsayılmaktadır.

Kullanılan ölçeklerin geçerli ve güvenilir olduğu varsayılmaktadır.

Ölçeklerin araştırılmak istenen konuya uygun olduğu varsayılmaktadır.

Tanımlar

Çocukluk Çağı Travmaları: Çocukluk döneminde yaşanan ve çocuğun zihinsel, duygusal, fiziksel ve sosyal sağlığını derinden etkileyen olumsuz olaylar veya deneyimlerin neden olduğu psikolojik etkilerdir. Bu tür travmalar çocuğun yaşamında kalıcı izler bırakabilir ve uzun vadeli etkilere yol açabilir.

Duygusal Bağımlılık: Bir kişinin duygusal olarak başka bir kişiye veya ilişkiye aşırı bağımlı hale gelmesini ifade eder. Bu bağımlılık kişinin duygusal ihtiyaçlarını karşılamak, güvenlik, değer ve sevgi hissi bulmak için başka bir kişiye sürekli olarak bağımlı olması durumunu tanımlar.

Duygu Düzenleme Becerileri: Duygu düzenleme becerileri, kişinin duygusal tepkilerini fark etme, anlama ve yönetme yeteneğini ifade eder. Bu beceriler, kişinin duygusal durumlarını etkileyen olaylar karşısında nasıl tepki vereceğini kontrol etmesine yardımcı olur.

BİRİNCİ BÖLÜM

KURAMSAL AÇIKLAMALAR

Bu bölüm çocukluk çağı travmatik yaşantıları, duygusal bağımlılık ve duygu düzenleme becerilerine yönelik araştırmaları içermektedir.

1.1 Çocukluk Çağı Travmaları

1.1.1 Tanımı

Travma kavramı, kişinin kendini çaresiz hissettiği, beklenmeyen biçimlerde aniden gelişen, bedensel ve ruhsal bütünlüğünü tehdit eden ve pek çok olumsuz sonuçlara sebep olan olay ya da durumlar olarak tanımlanmaktadır (Özen, 2019). Savaş, terör saldırıları, göç, doğal afetler, taciz ve tecavüz olayları, sevilen birinin kaybı, hayat tarzında değişiklikler gibi pek çok olay travma olarak yaşanabilmektedir. Bir durumun veya olayın travmatik özellikte olup olmadığı bireyi nasıl etkilediğine göre değişebilmektedir (Taşkın ve Erol, 2019).

Çocukluk çağı travmaları ise çocuğa karşı uygulanan cinsel, fiziksel, duygusal istismar ve ihmal, çocuğun sağlığını ve hayatta kalmasını engelleyen, pek çok bakımdan çocuğun gelişimini ya da onurunu sarsan veya çocuğa zarar vermesi muhtemel olan her çeşit deneyim şeklinde tanımlanmaktadır (Tao, He ve Xu, 2021). Çocukluk çağı travmaları, yoğun stres yaşanmasına sebep olan ve baş etme mekanizmalarının işlevselliğini bozan çocuklukta ihmal, istismar veya zorlayıcı deneyimlerden kaynaklanan travmalardır (Özgen, 2017). Çocuğun deneyimlediği bu örselleyici yaşantılar bedensel, duygusal, ruhsal ve sosyal gelişimi olumsuz yönde etkileyerek davranışsal problemlerin oluşmasında etkili olabilmektedir (Carr, Martins, Stingel, Lemgruber ve Juruena, 2013).

Travmatik olaylar, hayatın herhangi bir döneminde olağandışı şekilde ortaya çıkabilir ancak insanların hayatta en güçsüz oldukları dönem olan çocukluk çağında daha örselleyici olabilmektedir (Abukan, 2020). Ayrıca yetişkinlerin önemli bir çoğunluğunun çocukluk döneminde en az bir kez travmaya maruz kaldığı belirtilmektedir (Fratto, 2016). Bu yaşlardaki oluşan travmatik deneyimler tüm dönemleri içerisinde travmatik deneyimlerin %25'idir (Oflaz, 2015). Bu dönemde çocukların travmatik durumlara karşı savunma mekanizmaları daha yetersizdir (Abukan, 2020). Bu durum ise yaşanan travmatik durumlarının etkilerinin

yaşamlarının sonlarına kadar sürmesine sebep olabilmektedir (Abukan, 2020). Çocukluk döneminde deneyimlenen yaşantılar kişilerin yalnızca çocukluk zamanlarında değil yetişkin oldukları zamanda da bakış açılarını etkileyerek, fiziksel ve ruhsal halleri ve sosyal ortamları üzerinde de yansımaları görülmektedir (Demirer, 2015).

Çocukluk çağında istismar veya ihmal yaşayan bireylerde, ileriki zamanlarda benlik saygısı ve özgüven düzeyinde düşüş, duygusal ve bedensel davranışlarda hasar, cinsel tutumlarda anormallik, kişilik bozuklukları, intihar eğilimleri ve kendine zarar veren davranışlar gözlemlenmektedir (Stuewig ve McCloskey, 2005). Özellikle çocuklukta cinsel istismara maruz kalmak, duyguları tanıma ve ifade etme becerilerinin gelişimini engelleyerek yetişkinlik döneminde duygu düzenleme bozuklukları yaşama riskini arttırmaktadır (Luterek, Orsillo ve Marx, 2005). Ayriyeten cinsel istismara maruz kalan kişilerin, romantik ilişkilerinde mutsuz oldukları, bilhassa tecavüz mağdurlarının çift ilişkilerinde oldukça memnuniyetsiz ve ümitsiz oldukları tespit edilmiştir (Mullen, Martin, Anderson, Romans ve Herbison, 1993).

Çocukluklarında kötü muamele veya istismar yaşayan bireyler, bu deneyimi yaşamamış akranlarına göre, yakın ilişkileri daha zorlayıcı ve tehdit edici olarak algılamaktadır. Bu durum sonucunda da bu kişilerin çevresiyle olan sosyal ilişkilerinin zayıf olduğu gözlemlenmektedir. İstismar mağduru olan çocukların, akranlarına içinde dışlandıkları, kabul görmedikleri, daha az popüler oldukları ve bu nedenle akranlarıyla daha fazla çatışma yaşadıkları ve uyum problemleri gösterdikleri tespit edilmiştir (Colman ve Widom, 2004).

Çocuk istismarına maruz kalan bireylerin ikili ilişkilerinde yaşadıkları sorunların çekirdeğinde güven duyma ve bağlanma konularında derin çatışmalar yaşamaları yatmaktadır. James'a (1994) göre, kendisine yakın şekilde güven duyduğu, sevdiği biri tarafından istismara uğrayan çocuklar, iletişim kurmakta zorlanarak, insanlarla ilişkilerinde ruhsal çatışmalar yaşayabilmektedirler (Akt., Üstüner, 2022). Çocukluk çağında deneyimlenen örseleyici yaşantıların bıraktığı zararlar telafi edilemeyen yaralar açmakta ve çocukların hayatında kalıcı etkiler

bırakmaktadır. Bu durum, yetişkinlikte bedensel, psikolojik ve sosyal pek çok soruna neden olmaktadır (Üstüner, 2022).

1.1.2 Çocukluk Çağı Travmaları Türleri

Çocukluk çağı travmaları, istismar ve ihmal başlıkları altında ikiye ayrılmaktadır. İstismar başlığı altındakiler; fiziksel, cinsel ve duygusal (emosyonel) istismar şeklinde yer almaktadır. İhmal başlığı altındakiler ise duygusal (emosyonel) ve fiziksel ihmal olarak karşımıza çıkmaktadır (Acehan ve ark., 2013). İstismar olarak çocuğa yönelik sergilenen aktif bir davranış, ihmal olarak da çocuğa yönelik pasif davranışa karşılık gelmektedir (Dereboy, Şahin Demirkapı, Şakiroğlu ve Şafak Öztürk, 2018).

Çocuk istismarları genelde çocukla ilişki içerisinde bulunan bireylerin mesela aile üyeleri ya da çocuğun bakıcılarının çocuğa karşı uygunsuz davranışlarda bulunmasıdır (Helvacı Çelik ve Hocoğlu, 2018). Çocuk ihmali ise çocukların biyolojik veya psikolojik ihtiyaçlarını karşılamada eksik kalınmasıdır. Bunun yanı sıra çocukların duygusal ihtiyaçlarına duyarsız yaklaşılması da bu kategoride ele alınmaktadır. Çocuğa bakım veren ebeveyn ve bakımıyla ilgili olan yetişkinin, çocuğun gelişimini pek çok açıdan negaitf biçimde etkilemesi, engellemesi veya sınırlandırması çocuk ihmali ve istismarı şeklinde açıklanmaktadır (Özgentürk, 2014).

1.1.2.1 Fiziksel İstismar

Fiziksel istismar, 18 yaşının altındaki bir kişiye, bakıcı veya başka biri tarafından sağlığını ve vücudunu olumsuz bir biçimde etki bırakacak halde muamele edilmesi şeklinde tanımlanmaktadır (Doğan ve Çetin, 2008). İstismar türleri içerisinde fiziksel istismar en somut ve gözle görülebilir olandır. Bu sebeple de fark edilmesi en kolay olan istismar türüdür (Yumuşakkaya, 2022).

Cinsiyetler arası fiziksel istismarda spesifik farklar görülme de ergenlik çağındaki kız çocuklarının erkek çocuklarından daha çok fiziksel istismara maruz olduğu belirtilmektedir. Kız çocuklarının fiziksel istismara maruz kaldıkları gruplar; ebeveynler, öğretmenler, akranları, kendinden büyük kardeşleridir. Ergenlik döneminde ebeveyn bazında bakıldığında ise babaların annelere oranla fiziksel istismar uygulama sıklıkları fazladır. Fakat bu durum bebeklik dönemi için

değişmekte annelerin babalara oranla fiziksel istismar uygulamaları beş kat daha fazladır (Şenkal, 2013). Yapılan araştırmalara göre aslında fiziksel istismarın bebeklik döneminden itibaren değil de anne karnındaki süreçten itibaren başladığını söylemektedir. Mesela anne karnındayken isteyerek bebeğin öldürülmesi veya anne karnındayken annenin çocuğun gelişimine zararlı olacak şekilde davranışlarda bulunması fiziksel istismara dahildir (Uğurlu, 2017).

1.1.2.2 Duygusal İstismar

Duygusal istismar, aşağılama, bağırma, küçük düşürücü dil kullanma, tehdit etme, alaya alma gibi sözel saldırıyı, aile içi şiddet uygulamalarını, bir çocuğun yapabileceğinin ötesinde beklentilerde bulunarak çocuğu baskı altına almayı ve çocuğun antisosyal davranışlarda bulunmasına teşvik etmeyi içermektedir (Şenkal ve Işıklı, 2015). Duygusal istismar diğer istismar türlerine göre daha sık göz ardı edilebilmektedir. Duygusal istismar türünün diğer istismar türlerinden bir farkı da bu istismarının sonuçlarının yetişkinlik dönemlerinde ortaya çıkma ihtimali diğerlerinden fazla olmaktadır (Heim, Mayberg, Mletzko, Nemeroff ve Pruessner, 2013). Bu istismar türünün diğerlerinden fazla olmasının sebebi ise kültürün normalleştirmesidir. Duygusal istismar vakaları ile birlikte diğer istismar türleri de görülebilmektedir (Hornor, 2012).

Fiziksel müdahale olmaksızın ortaya çıkan duygusal istismar, bireysel gelişim üzerinde önemli bir etkiye sahiptir. Bireyin hem fiziksel hem de zihinsel gelişimini negatif yönde etkileyerek kişinin dikkatinde bozulmalar yaşamasına ve öğrenmede zorluklar yaşamasına sebep olabilmektedir (Wang vd., 2016). Duygusal istismara uğrayan çocukların benlik saygılarında düşüklük, daha fazla olumsuz duygulanım yaşamaları ve yaşam doyumlarının daha düştüğü görülmektedir (Brodski ve Hutz, 2012). Çocukların yaşadıkları duygusal istismar çocukların duygu düzenleme becerilerinin gelişiminde ketleyici bir unsur olarak karşımıza çıkabilmektedir. Bu durumda uyumsuz duygu düzenleme becerilerinin kullanılmasına sebep olabilmektedir (Soenke, Hahn, Tull ve Gratz, 2010).

1.1.2.3 Cinsel İstismar

Cinsel istismar, çocukluk döneminde çocukları olumsuz biçimde etkileyen diğer bir istismar çeşidi olarak gösterilmektedir. İlk olarak Kempe (1978) tarafından açıklanan çocuk cinsel istismarı kavramı, fiziksel ve ruhsal açıdan olgunlaşmamış bir çocuk veya ergenin aile içi ve kültürel açıdan uygun olmayan şekillerde cinsel etkinliklerde sömürülmesi olarak tanımlanmaktadır (Akt., Karal ve Atak, 2022). Cinsel istismar farklı biçimlerde görülebilmektedir. Röntgencilik, müstehcen konuşma ve diyalog, cinsel ilişkiye şahit olma, cinsel organların gösterilmesi, fotoğraf veya video izletilmesi, teşhir edilmesi gibi temas içermeyen ve cinsel bölgelere dokunma, cinsel ilişki yaşama gibi temasın olduğu biçimler de görülebilmektedir (Muşdal Çelebi ve Polat, 2019).

Cinsiyete göre kız çocuklarında cinsel istismara maruz kalma oranı erkek çocuklara göre dört kat daha fazladır ve yaşla birlikte bu oran artmaktadır (Ballı, 2010). Özellikle genç yaşta yaşanan cinsel istismar olayları, kişinin gelişimi ve psikolojik durumu üzerinde ciddi etkiler bırakabilmektedir. Cinsel istismar vakalarının yaşanılan süre ile sınırlı olmayıp fiziksel ve psikolojik etkileri olabileceği, cinsel istismarın yaşamın ilerleyen dönemlerinde de etkilerinin olabileceği söylenebilmektedir (Karal ve Atak, 2022).

Çocuk cinsel istismarı, dünyadaki en acı verici ve yıkıcı suçlardan biridir ve maalesef tüm ülkelerde yaygın bir problem olarak görülmektedir (Yüksel ve Saner, 2016). Bu korkunç suç, tüm sosyal sınıflarda, yaş gruplarında ve hatta en güvendiğimiz yerlerde bile (evde, okulda, sokakta, tarlada, camide, hastanede ve diğer kurumlarda) gerçekleşebilmektedir (Yüksel ve Saner, 2016). Çocuk istismarcıların büyük çoğunluğu, yabancılar değil çocuğun yakın akrabaları ve genellikle erkek tanıdıklarıdır (Yüksel ve Saner, 2016).

1.1.2.4 Fiziksel İhmal

Bakım veren kişi tarafından çocuğun bilişsel, duygusal, davranışsal veya zihinsel bozukluklar geliştirmesine sebep olan ihmaller yaşaması, aile içi şiddete maruz kalma gibi gözle görülür yaralanmalar olmaması nedeniyle tanımlanması zor kötü muamele biçimleri fiziksel ihmal olarak tanımlanmaktadır (Arslan, 2022). Yetersiz veya karşılanmayan çocuk hijyeni ve tıbbi ihtiyaçları (Grummitt ve ark.,

2021), çocuğun terk edilmesi, karşılanmayan veya yetersiz eğitimsel ihtiyaçları da fiziksel ihmal alanına girmektedir (Viola, Tractenberg, Pezzi, Kristensen ve Grassi-Oliveira, 2013). İstenilmeden oluşan gebelik durumlarında annenin kendisini aç bırakması sonucunda gebeliğin sona ermesi veya gayri meşru çocukların beslenmelerini sağlamayarak onların ölüme terk edilmeleri fiziksel ihmalin de çok ciddi sonuçları olabileceğini göstermektedir. (Uğurlu, 2017).

Düşük gelir ve eğitim düzeyi, ailelerin çocuklarının fiziksel ihtiyaçlarını ihmal etmelerinin başlıca nedenleridir (Usta, 2022). Maddi olarak yoksun aileler çocuklarının ihtiyaçlarını karşılamakta zorlanmaktadır. Araştırmalar çalışmayan ailelerin çocuklarını daha fazla ihmal ettiğini ortaya koymaktadır (Sedlak vd., 2010). Ayrıca çok çocuklu ailelerde çocukları gözetmeme gibi problemlerde yaşanmaktadır. Kurtoğlu'na (2016) göre uygun şekilde gözetilemeyen çocukların kaza yapma olasılığı daha yüksektir (Akt., Usta, 2022). Fiziksel ihmal türünün en yaygın ve en tipik çocukluk çağı travması olduğu belirtilmektedir (Wen ve ark., 2019).

1.1.2.5 Duygusal İhmal

Ebeveynlerin çocuk yetiştirmedeki sorumlulukları sadece fiziksel bakımla sınırlı değildir. Bir çocuğun duygusal ihtiyaçlarını karşılamak en az beslenme ihtiyacı kadar önemlidir. Duygusal ihmal; çocuğun sevgi, ilgi ve bağlanma gibi esas duygusal ve psikolojik gereksinimlerinin yetersiz karşılanması veya karşılanmamış olması durumu şeklinde tanımlanmaktadır (Yumuşakkaya, 2022).

Yapılan çalışmalar duygusal ihmalin sonuçlarının, fiziksel ihmal ve diğer istismar türlerinden daha şiddetli olabileceğini göstermektedir (Yumuşakkaya, 2022). Duygusal ihmal; çocuğun içine kapanmasına, akran sorunları yaşamasına, kaçınmaya dayalı bağlanma örüntüleri göstermesine yol açabilmektedir (Friedman ve Billick, 2014). Bir çalışmada duygusal ihmale maruz kalan çocukların duyguları tanımakta zorlandıkları ve sosyal ilişkilerde problemler yaşadıkları belirtilmiştir (Wark, Kruczek & Boley, 2003)

İstismar ve ihmalin en yaygın görülen psikolojik sonuçlarından biri bireyin kendine zarar verme davranışdır (Usta, 2022). İntihar girişimleri, uyuşturucu kullanımı, riskli cinsel eylemler, kendini cezalandırma arzusuyla kendine zarar verme gibi pek çok davranış bulunmaktadır (Usta, 2022). Bu sonuçlar, bireyin

duygularını düzenlemekte zorlandığını göstermektedir (Tıraşçı ve Gören, 2007). Literatür incelendiğinde duygusal ihmal ve istismarın, çocukluk çağı ruhsal travmaları yaygınlığına ilişkin araştırmalarda en az araştırılan konular olduğu ancak yine de en yaygın olanlardan biri olabileceği öne sürülmektedir (Wright, Crawford ve Del Castillo, 2009).

1.1.3 Epidemiyolojisi

Çocuk istismarı ve ihmali tüm dünyada yaygın olan bir durumdur ve konu ele alındığında gerçek oranları belirlemek çok zor olsa da sıklığının çok yüksek olduğu anlaşılmaktadır (Usta, 2022). İstatistiksel sonuçlardaki farklılıklar, istismar kavramının farklı tanımlarına, örneklem gruplarına ve bölgesel farklılıklara bağlanabilir. Dünyanın birçok ülkesinde yapılan araştırmalar, çocukların farklı kişiler tarafından farklı ortamlarda istismara uğradığını göstermektedir (Jacobi, Dettmeyer, Banaschak, Brosig ve Herrmann, 2010).

Bir klinikte sağlıklı olan ve psikiyatrik tedavi gören iki grup arasında çocukluk çağı travmalarını inceleyen bir çalışmada, tedavi edilen katılımcılarda çocukluk çağı travma oranı %60,7 iken sağlıklı grupta bu oran %5 olarak elde edilmiştir (Kessler vd., 2010). Genel popülasyonda, erkeklerin yaklaşık %22'sinin ve kadınların %20'sinin çocukluk döneminde fiziksel istismara uğradığı gözlemlenmektedir. 11, 13 ve 16 yaşlarındaki çocuklarla Türkiye'nin üç farklı şehrinde yapılan araştırmanın sonuçlarına göre fiziksel istismar sıklığı %58,1 olarak bulunurken birden fazla kötü muameleye maruz kalma sıklığı %78,6'dır (Sofuoğlu ve ark., 2014).

Cinsel istismara uğrayan çocukların %53'ünün 14 yaşın altında olduğu, çocuk cinsel istismar oranlarının %10 ile %40 arasında değiştiği ve kızların erkeklere göre dört kat daha fazla cinsel istismara uğradığı gözlemlenmektedir (Aktepe, 2009). 2015-2019 seneleri arasındaki adli kayıtların araştırıldığı çalışmada 2015 senesinde 8 başvuru, 2019 senesinde ise 202 başvuru yapıldığı bulunmuştur (Aksüt, 2020). Cinsel istismara yönelik başvurularda, bu çarpıcı artışa ek olarak tüm vakaların %15'i ensest içermektedir (Usta, 2022). Bu konuda yapılan başka bir çalışmada cinsel şiddetin %65,4 ile en yıkıcı olduğu bildirilmiştir (Kurt, Dönmez, Eren, Balcı ve Günay, 2017).

Bildirilen duygusal istismar yaygınlığının örneklemin yetişkin veya çocuk olmasından etkilenmediği ve katılımcıların nereden geldiğine göre değişmediği, bu nedenle çocukluk dönemindeki duygusal istismar deneyimlerinin evrensel olduğu belirtilmektedir. Bu sonuçlara bulan araştırmada duygusal istismar deneyimlerinin tüm çalışma grubu için birleşik yaygınlığı %26,7 olarak bildirilmektedir (Stoltenborgh, Bakermans-Kranenburg, Alink ve Van Ijzendoorn, 2012).

İhmal edilmiş çocukların, kötü muamele gören ancak ihmal edilmemiş çocuklara göre daha geniş bir yelpazede kötü muamele biçimlerine maruz kaldıkları ve vakaların %95'inde ihmale diğer kötü muamele biçimlerinin de eşlik ettiği görülmektedir (Mennen, Kim, Sang ve Trickett, 2010). Öz bildirime dayalı yapılan araştırmalarda ihmal deneyimlerini tespit etmek kolay olmasa da ihmal eylemleri ve potansiyel fakirlik şartları göz önünde bulundurulduğunda pek çok gencin hiçbir zaman yeterince yiyecek yiyememek (%41 erkek, %42 kadın), sürekli kirli kıyafetler giymek mecburiyetinde olmak (%31 erkek, %30 kadın) gibi uygunsuz durumlara maruz kaldığı bildirilmektedir (Wekerle vd., 2009).

Pek çok ülkede yapılan istismar çalışmaları kızların erkeklere oranla daha fazla istismara uğradığını belirtmekte ve bu da istismarın cinsiyetler arası bir fark yarattığını ortaya çıkarmaktadır (Mayda, 2020). Cinsiyete dayalı istismar incelendiğinde vurgulanması gereken bir diğer önemli nokta da kızların genellikle aile içindeki bireyler tarafından, erkeklerin ise tanımadıkları kişiler tarafından istismar edildiğidir (Mutlu, 2015).

Dünya çapında çeşitli ihmal ve istismar biçimleri yaygındır ancak sosyal nedenlerle gizlendiği için vakaların yalnızca %15'i ortaya çıkmaktadır (Mayda, 2020). Aile içi sorunların gizlenmesi, çocukların maruz kaldıkları istismarı saklayarak dile getirmemeleri ve istismarın adli birimlere taşınmaması gibi durumlardan dolayı yaygınlık oranları sınırlı olmaktadır (Güler, Uzun, Boztaş ve Aydoğan, 2002).

1.1.4 Etiyolojisi

Çocukluk çağı travmalarının sebeplerine ilişkin açıklamalar iç ve dış etkenler olarak ikiye ayrılmaktadır. Bu iç ve dış faktörlerin de tetikleyici ve destekleyici etkileri olduğu bildirilmektedir (Ünal, 2008). Aile, çocukluk çağı travmasından

sorumlu ana içsel faktördür. Aile dinamikleri, bir çocuğun erken yaşam deneyimlerinin kaynağı olarak görülmektedir (Usta, 2022).

Aile dinamiklerini büyük ölçüde etkileyen bir diğer faktör de ekonomik durumdur. Geliri yetersiz olan aileler büyük bir baskı altındadır ve çocuklarına ihtiyaç duydukları ortamı sağlayamamaktadırlar (Usta, 2022). Ebeveyn istismarının ve çocuk ihmalinin artmasının temel nedenlerinden birinin maddi sıkıntı olduğu düşünülmektedir (Ertürk, 2014).

Çocukluk çağı travmasında bir diğer içsel faktör çocuğun özellikleridir. Zihinsel veya fiziksel engelli çocukların özellikle istismar riski altında olduğu bilinmektedir. Ayrıca kız çocukları ve hasta çocuklar da istismarcılar tarafından hedef alınabilmektedir (Usta, 2022). Ailelerin çok sayıda çocuğu sahip olması ve bazılarının istenmemesi ihmali ve istismarı artırabilmektedir (Güner, Güner ve Şahan, 2010).

Diğer bir ailevi sebep ise aile bireylerinin psikopatolojiye sahip olmasıdır. Duygudurum bozuklukları, alkol veya madde kötüye kullanımı, anksiyete bozuklukları veya psikotik bozuklukları olan ebeveynlerin çocuklarını istismar etme veya ihmal etme olasılığı daha yüksektir (Usta, 2022). Ruh sağlığı sorunu olan ebeveynler çocuklarına karşı sorumluluklarını yerine getirmekte oldukça zorlanmaktadırlar (Çakmak, Hızlı Sayar, Ünübol, Bulut ve Özten, 2018).

Dış etkenler dikkate alındığında çevresel ve toplumsal şartlar ön plana çıkmaktadır. Suç oranlarının fazla olduğu tehlikeli ortamlarda yaşayan çocukların istismara daha kolay maruz kalabildikleri bilinmektedir (Usta, 2022). Savaş, göç gibi toplumsal olaylar çocuklarda travmatik yaşantılara yol açabilmektedir (Lanius, Bluhm ve Frewen, 2011). Olumsuz ebeveynlik uygulamalarını benimseyen toplumlar, istismar ve ihmali yaygınlaşmasına da yol açmaktadır (Alpaslan, 2014).

1.1.5 Çocukluk Çağı Travmaları ile İlgili Araştırmalar

Çocukluk çağı travmaları fiziksel, duygusal, cinsel istismar, fiziksel ve duygusal ihmali içeren, dünya çapında yaşanan son derece ciddi bir sorun olarak kabul edilmektedir. Bu konu üzerine yapılan çalışmalar her geçen gün artmakta ve günümüzde kullanılan sosyal medya araçları farkındalığı artırmaktadır. Ayrıca çocuk istismarı ve ihmali vakaları da artmaktadır. Türkiye İstatistik Kurumuna (TÜİK) göre

cinsel istismara maruz kalan çocukların sayısı 2014'te 11.095 iken 2017'de 18.623'e yükselmiştir. İstatistikler sonucunda Türkiye'deki çocuk cinsel istismar vakalarının arttığı görülmektedir (Aktay, 2020).

Çocuklukta yaşanan travmaların olumsuz etkilerin psikolojik ve fizyolojik yansımaları yetişkinlikte de devam eder. Çocukluk çağı travmalarının çocukların ruh sağlığını olumsuz biçimde etkilediğine dair oldukça fazla çalışma bulunmaktadır. Çocukluk çağı psikolojik travması, bireyin kendine olan güvenini, özsaygısını ve umudunu sarsmakta (Güneri Yöyen, 2017) aynı zamanda depresyona da yol açmaktadır (Helvacı Çelik ve Hoccoğlu, 2018). Çocukluk döneminde cinsel istismara uğramış bireylerde anksiyete ve depresyon gibi sorunlar görülmektedir (Nelson, Baldwin ve Taylor, 2012). Çocukluk dönemindeki travmatik deneyimlerin psikiyatrik rahatsızlıklarla ilişkisi bulunmakta ve bu rahatsızlıkların oluşmasına sebep olmaktadır (Aktay, 2020).

Toptaş ve Eker (2018), "Üniversite Öğrencilerinde Aile İçi Şiddete Maruz Kalma ile Öfke Duygusu Arasındaki İlişkinin İncelenmesi" başlıklı araştırmalarında "üniversite öğrencilerinin öfkeye ilişkin tepki düzeyleri ile çocukken aile içi şiddete maruz kalma düzeyleri arasında anlamlı farklılıklar göstermesi" sonucuna varmışlardır.

Karaarslan (2017) tarafından yapılan araştırmada "Şiddet Eğiliminin Kişilik Tipolojileri ve Çocukluk Çağı Travmasıyla İlişkileri" konusu incelenmiş ve araştırma sonucunda fiziksel ihmal, psikolojik istismar ve cinsel istismar ile şiddet davranış düzeyleri arasında anlamlı bir ilişki bulunmuştur ve çocukluk çağı travma yaşantılarının şiddet düzeylerini etkilediğine dair sonuçlara varılmıştır.

Bireylerin çocukluk dönemlerinde maruz kaldığı travmaların, ileri yaşamlarında da etkisini sürdürebildiği bilinmektedir (Demirer, 2015). Özellikle ihmal ve istismar gibi durumların kalıcı izleri olabilmekte ve bu tür travmaların yaşanması, bireylerin ruhsal sağlıklarını olumsuz yönde etkileyebilmektedir (Yumuşakkaya, 2022). Araştırmalar, çocukluk çağında ihmal ve istismar yaşamış kişilerin, diğer bireylere kıyasla daha farklı ruhsal problemlere sahip olduğunu göstermektedir (Örsel, Karadağ, Kahiloğulları ve Aktaş, 2011). Bu durumun temel nedeni, kişinin travmatik olaylar karşısında stres ve tehdit yaşamasıyla birlikte

bedeninin hassaslaşması ve bu durumun, yaşanan travmanın beden bütünlüğüne olumsuz etki etmesidir (Karal ve Atak, 2022).

Çocukluk çağı travmaları ile çeşitli psikopatolojiler arasındaki ilişkiye dair birçok çalışma bulunmaktadır (Arslan, 2022). Widom ve diğerleri (2007), çocuklukta ihmal ve istismarın yetişkinlerde ve ergenlerde depresyonla ilişkili olduğunu saptamaktadır (Akt., Uğurlu, 2017). Depresyon ile çocukluk ihmali ve istismarı arasında orta düzeyde bulunan bir ilişkinin incelendiği 12 yıllık bir meta-analiz çalışmasında depresyonun annelerin bebeklerine bağlanmasını olumsuz yönde etkilediğini bulunmuştur (Arslan, 2022). Başka bir meta-analiz çalışması sonucunda çocukluk çağı istismar ve ihmal deneyimlerinin madde kullanımı, kendine zarar verme, riskli cinsel deneyimler ve bozulmuş akıl sağlığı ile ilişkili olduğu ortaya çıkmıştır (Norman ve ark., 2012). Çocukluk çağında ihmal ve istismara maruz kalan yetişkinlerin içedönük ve dışadönük psikopatoloji, TSSB, psikotik belirtiler ve kişilik bozuklukları dahil olmak üzere olumsuz ruh sağlığı sonuçları görülmektedir (Jaffee, 2017).

1.2 Bağımlılık

Çocukluk dönemi, diğer gelişim dönemleri gibi kritik dönemler içermektedir ve bu dönemde karşılanmayan özel ihtiyaçlar, çocukluk ve yetişkinlik dönemleri boyunca bazı sorunlu davranış biçimlerine yol açabilmektedir. Bağımlı davranış biçimi, bu sorunlu davranışlardan biridir ve sigara, alkol, uyuşturucu, internet ve alışveriş bağımlılığı gibi farklı bağımlılık türlerine ayrılır (Barak, 2018). Bu davranış biçimleri, kişinin bağımlı hale gelmesine neden olan farklı uyarıcıların türüne bağlı olarak ortaya çıkmaktadır (Barak, 2018).

Bağımlılık, bir maddenin asıl kullanım amacından farklı bir şekilde tüketilmesi sonucunda gelişen bir durumdur (Uğurlu, Şengül ve Şengül, 2012). Bu durumda kişinin, maddeye karşı artan bir tolerans geliştirmesiyle beraber giderek daha fazla miktarda kullanması, yaşamında problemlere sebep olmasına rağmen kullanımına devam etmesi ve madde alımını azalttığında veya tamamen bıraktığında yoksunluk semptomlarının ortaya çıkması söz konusudur (Uğurlu, Şengül ve Şengül, 2012). Bağımlılık türleri, uzun bir tarihsel geçmişe sahip olup insanlık tarihimizde önemli bir yer tutmaktadır (Eryılmaz ve Deniz, 2019). Sigara, esrar, kokain, yemek,

alkol, uçucu madde gibi maddelerin bağımlılık yapıcı özellikleri gerek kısa gerekse uzun süreli etkileri araştırıldığında insanların fonksiyonları üzerinde olumsuz etkiler yarattığı açıkça görülmektedir (Eryılmaz ve Deniz, 2019).

Bugünün dünyasında, eski bağımlılık türlerinin yanı sıra yeni bağımlılıkların da ortaya çıktığı görülmektedir. Araştırmalar, 1950'lerden bu yana "kişiler arası bağımlılık" gibi bir bağımlılık türünün varlığını ortaya koymaktadır (Barak, 2018). Kişiler arası ilişki, insanlar arasındaki farklı gereksinimlerin giderilmesi ve değiş tokuşu yoluyla ortaya çıkan bir karşılıklı etkileşim sürecidir (Barak, 2018). Bu ilişkiler, tanışıklıktan samimiyete kadar farklı biçimlerde ve çeşitli bağlamlarda yaşanabilir (İmamoğlu, 2009).

Kişiler arası bağımlılık, kişinin önem verdiği insanlarla etkileşim kurma, yakınlaşma ve güvenlik arama gereksiniminden kaynaklanan karışık duyguları, düşünceleri ve inançları açıklamaktadır (Barak, 2018). Bu bağımlılık, motivasyonel, bilişsel, duygusal ve davranışsal yönler şeklinde dört ana başlık ile tanımlanmaktadır (Solmaz ve Havva, 2019). Bu düşünceler, bireyin kendisi hakkındaki düşüncelerini ve diğer insanlarla olan ilişkilerini barındırmaktadır. İnançlar ise önemli bir bağlamdaki dostluk, samimiyet, karşılıklı bağımlılık gibi durumlarla ilgilidir (Barak, 2018).

Gelişim psikolojisi, insanların hayatları boyunca girdikleri ilişkilerin önemini vurgulamaktadır (Solmaz ve Havva, 2019). Bu bağlamda, bağılılık ve bağımlılık gibi kavramlar, insan ilişkilerinde sıklıkla kullanılan ve incelenen terimlerdir. Bağılılık ve bağımlılık arasındaki fark, önemli bir tartışma konusu olmuştur. Ainsworth (1982) gibi bazı araştırmacılar, bu iki kavram arasında ayırım yapılması gerektiğini savunmuşlardır. Ona göre, bağlanma özel bir kişiye yönelik bir davranıştır ve ihtiyaçların karşılanması amacıyla gerçekleştirilirken, bağımlılık daha genel bir kavramdır ve kişinin başkalarına olan gereksinimleri nedeniyle ortaya çıkmaktadır (Ainsworth, 1982). Bağılılık ve bağımlılık kavramları, kültürel farklılıklar nedeniyle farklı şekillerde yorumlanabilmektedir (Solmaz ve Havva, 2019). Hortaçsu'ya (2003) göre batı kültüründe bağımlılık olumsuz bir özellik olarak görülürken, diğer kültürlerde bağımlılık daha olumlu bir anlam taşıyabilmektedir (Akt., Solmaz ve Havva, 2019).

Pincus ve Wilson (2001) tarafından yapılan araştırmaya göre, bağımlı bireyler, başkalarının gözünde iyi bir izlenim bırakmak için kendilerini zayıf ve alçakgönüllü göstererek, uysal ve boyun eğici davranışlar sergilemektedirler. Ancak, olumsuz bir durumla karşılaştıklarında terk edilmemek için oldukça agresif davranışlar sergileyebilmektedirler. Boyun eğici bağımlılık, korkulu bağlanma, patolojik bağlanma, yalnızlık, düşük derecede ebeveyn bağımlılığı ve yüksek derecede anne kontrolü gibi uyumsuz kişilik özellikleri ile ilişkilidir olur (Akın, Raba, Rada, Yılmaz ve Demirbacak, 2016). Kişiler arası bağımlılık, bireylerin aşırı sağlık hizmetleri kullanımı ile bağlantılıdır. Bu kişilerde depresyon, kaygı gibi mental hastalıklar veya ülser, kalp hastalığı, epilepsi ve astım gibi bedensel rahatsızlıklar görülebilmektedir (Bornstein, 1995).

Bağımlılık, günümüzde giderek artan bir şekilde ele alınan bir konu durumundadır. Bağımlılığın farklı boyutları incelendikçe, bazı hallerde işlevsel olabileceği düşünülmeye başlanmıştır (Barak, 2018). Artık sadece sağlıklı bir yapılanma şeklinde tanımlanmayan bağımlılık, elverişli ve etkili savunma-baş etme becerileri ile birleştirildiğinde, toplumsal hayatta ve sağlıkla ilgili konularda zaman zaman adaptasyonu kolaylaştırabilir ve işlevselliği artırabilmektedir (Barak, 2018). 1950'lerden bu yana yapılan araştırmalar, bağımlı kişilik yapılanmalarının bu şekilde işlevsel olabileceğini ortaya koymaktadır (Bornstein, 1993). Bu bağlamda, bazı araştırmacılar, bağımlılığı “sağlıklı/normal” (bağlama ve duruma bağlı olarak oluşan) ve “sağlıksız/patolojik” (uyum bozucu ve esnek olmayan) şeklinde ayırtırmak gerektiğini vurgulamaktadır (Arslan, 2017).

Heathers (1955) tarafından tanımlanan sağlıklı bağımlılık, duygusal ve araçsal olarak iki türlü bir yapıya sahiptir. Araçsal bağımlılık yönü baskın bireyler, bir amaca ulaşmak için sorumluluklarını yerine getirecek kişiler arayarak devamlı yardım ve destek talep etmektedirler (Heathers, 1955). Duygusal bağımlılık yönü baskın olan bireyler ise bakım sağlama, duygusal yakınlık ve ilgi arayışı amacıyla olmaktadır (Heathers, 1955).

1.2.1 Duygusal Bağımlılık

Duygusal bağımlılık, bir kişi için duygusal bir gereksinim olan duygusal bağlanmayı gerektiren bir durumdur (Barak, 2018). Duygusal bağımlılık, kişilerde yalnızlık ve boşluk hissi yaratırken hayatlarındaki önemli ve sevdikleri insanlarla bağlantı oluşturabilmek için büyük bir arzu duyulmasına neden olur (Akın ve ark., 2016). Bu bireyler, terk edilme korkuları taşıdıkları için eşlerine, arkadaşlarına ve ailelerine bağlanmaya eğilimlidirler (Arntz, 2005). Aşırı bağımlı ebeveynleri olan veya erken zamanda bakım verenle ayrılma yaşantısı olan çocuklar, yetişkinlikteki dönemlerinde duygusal bağımlılık göstermektedirler (Arntz, 2012).

Jaramillo ve Hoyos (2009) tarafından yapılan bir çalışmada, partnerlerine duygusal bağımlılığı olan katılımcılar incelenmiş ve duygusal bağımlılığın ortaya çıkmasında erken dönem şemalarının kötüye kullanım, istismar ve yetersiz öz denetim tarafından şekillendiği sonucunu ortaya çıkarmıştır. Çocukluk çağı kötüye kullanımının yetersizlik algısına sebep olduğu ve bu da yaşam boyu diğer bireylerden destek arayışına yol açtığı belirtilmiştir (Barak, 2018).

Yetişkinlikte bağımlı ilişki modeli, kişinin erken yaşta deneyimlediği dinamikleri yansıtmaktadır (Kane ve Bornstein, 2017). Burgess ve diğerleri (1995), çocukluk çağında ihmal veya istismar yaşayanların, ruhsal problemler yönünden daha fazla risk altında olduklarını ve bu travmatik deneyimlerin, örselenmeye özgü kalıplarının yetişkinlik dönemine taşındığını, dolayısıyla da bu durumun kişiler arası ilişkilerine yansıdığını göstermiştir (Akt., Barak, 2018).

Çocukluk çağında travma deneyimlerine maruz kalan bireylerin, sürekli olumlu içsel kaynaklarının bulunması zorlaşmaktadır (Barak, 2018). İlişkilerini sağlıklı ve güvenli bir şekilde kuramayan kişiler, mevcut yaşamlarındaki önemli ve sevdikleri diğer kişilerle kurdukları bağlara fazla seviyede duygusal yatırım yapmakta ve diğer kişilerle ilişkilerinde onları güçlü olarak algılarken kendilerini ise güçsüz biçimde algılamaktadırlar (Desai, Arias, Thompson ve Basile, 2002).

Ebeveynlerin aşırı koruyucu veya baskıcı tutumları çocukların duygusal sağlıklarını olumsuz yönde etkileyebilmekte ve hatta duygusal istismarın bir boyutuna ulaşabilmektedir. Bu tarz tutumlar sadece çocuklukta değil, ilerleyen yaşam dönemlerinde de kişiler arası ilişkileri etkilemektedir. Çocukların

bağımsızlığını engelleyen bu ebeveyn tutumları bağımlı davranışların çoğalmasına yol açabilmektedir (Barak, 2018). Bundan dolayı, otoriter ve aşırı koruyucu ebeveyn tutumlarının çocuklukta ve yetişkinlikte bağımlılığı yordayan faktörler arasında yer aldığı belirtilmektedir (Bornstein, 1992).

1.2.1.1 Romantik İlişkilerde Duygusal Bağımlılık

Kişiler arası ilişkiler, bakım veren ile erken yaşlarda başlar ve zamanla gelişerek, bakım veren dışındaki diğer kişilerle kurulan ilişkilerle devam etmektedir. Kişiler arası ilişkilerin bir çeşidi olan romantik ilişkiler, kişilerin kendi arzuları doğrultusunda diğer kişilerle kurdukları bağ, yakınlık ve tutku etkenlerini barındıran birliktelik süreci şeklinde kabul edilmektedir (Sternberg, 1997). Kalkan ve Yalçın'a (2012) göre bu ilişkiler beraberinde aşkı, bağlanmayı, ait olmayı ve duygusal katkıyı da barındırmaktadır (Akt., Minaz, 2023). İnsanların sevmeye ve sevilme gereksinimi bebeklik çağından beri bakım verenlerle kurulan ilişkilerle başlar ve bu ilişkinin bir emsali yetişkinlik döneminde kurulan romantik ilişkilerle deneyimlenmektedir. Romantik ilişkilerin esasını bağlanma, aşk, güven ve sevgi duyguları oluşturmaktadır (Gülaydın ve Semerci, 2018).

Romantik ilişkilerin kalitesi bakımından önemli bir başka kavram olan duygusal bağımlılık, genellikle olumsuz bir durum yaratır gibi görünse de literatürdeki tanımlamalar tam tersi bir durumu ifade etmektedir (Ümmet ve Bulut Acar, 2022). Duygusal Flört, evlilik ya da romantik ilişkiler, insanların en derin bağımlılık gereksinimlerini gidermekte olup beraberinde duygusal bağımlılığın kaynağını oluşturmaktadır (Ümmet ve Bulut Acar, 2022). Duygusal bağımlılık, başka bir kişinin o kişiye güvenli bir şekilde bağlanmaya yönelik duygusal ihtiyacını ve çoğunlukla ilişkideki partnerlerden birinin diğerine karşı duyduğu yakınlık, duygusal destek ve güven olarak tanımlanmaktadır (Arntz, 2005).

Çift ilişkisinde duygusal bağımlılık konusunda literatürde iki farklı bakış açısı ortaya çıkmaktadır. İlk bakış açısına göre, aşırı duygusal bağımlılık çiftler arasında patolojik bir durum olarak görülmekte ve bu durum ilişkide kavga ve şiddet gibi olumlu olmayan sonuçlara yol açabilmektedir (Ümmet ve Bulut Acar, 2022). Diğer yandan, ikinci bakış açısına göre ise partnerler arasındaki duygusal bağımlılığın, fonksiyonel ve sağlıklı bir durum olduğu öne sürülmektedir (Göral Alkan, 2010).

Duygusal bağımlılık, çift ilişkilerindeki güveni arttırırken beraberinde ilişki memnuniyetinin de artmasına destek sağlamaktadır (Cirhinlioglu, Tepe ve Cirhinlioglu, 2017; Çetinkaya, Kemer, Bulgan ve Tezer, 2008). Partnere karşı olan duygusal bağımlılık, işlevsel olarak genellikle duygusal destek ve yakınlık amacıyla partnere ve ilişkiye hissedilen güveni kapsamaktadır (Ümmet ve Bulut Acar, 2022). İşlevsel duygusal bağımlılıkta, eşler birbirlerine daha fazla bağımlı oldukları için birbirleriyle daha uyumlu hale gelme eğilimindedirler. Bu nedenle, duygusal bağımlılık sağlıklı bir ilişkinin önemli bir bileşenidir (Ümmet ve Bulut Acar, 2022). Solomon (2009), çiftlerin bağlanma örüntüleri konusunda yaptığı çalışmasında bağımlılık kapasitesinin ve yakın ilişkiler kurup sürdürme yeteneğinin, aslında güvenli bağlanmanın bir parçası olduğunun altını çizmiştir. Başka bir çalışmada ise bağımlılık durumlarında partnerin bu bağımlılığı kabul etmesinin ilişki kalitesini ve memnuniyetini artırdığı sonucuna ulaşılmıştır (Overall ve Sibley, 2008).

Sağlıklı insan işleyişinin bir bileşeni olarak, romantik ilişkilerde olgun ve pozitif bir bağımlılık, insanların diğerleriyle bağlantı kurma gereksinimini karşılamasına yardımcı olabilmektedir (Ümmet ve Bulut Acar, 2022). İnsanlar sevgi, bağlılık ve yakınlık ihtiyaçlarına sahip oldukları için bunların ne derece giderildiği düşünüldüğünde duygusal bağımlılığın romantik ilişkilerdeki tatmin düzeyini artırdığı söylenilebilmektedir (Bornstein ve Languirand, 2003; Bornstein, 2005). Bu bağlamda, duygusal bağımlılık, yakın ilişkilerde güven duygusunun ve ilişki memnuniyetinin artmasını sağlamaktadır (Cirhinlioglu ve ark., 2017; Çetinkaya ve ark., 2008).

1.2.1.2. İşlevsel Olan Duygusal Bağımlılık

Bağımlılık terimi her ne kadar adı gereği olumsuzluğu ifade etse de duygusal bağımlılıkla ilgili bazı tanımlar aslında işlevsel bir tarafının da olduğunu vurgulamaktadır. Duygusal bağımlılık hem evlilik hem romantik ilişkiler hem de flört ilişkilerinde kendisini göstererek en derin ihtiyaçlardan biri olan bağlılığı karşılar. Duygusal bağımlılık aynı zamanda bireyin karşısındaki partnerine karşı güvenli bağlanması konusundaki duygusal ihtiyaçlarını da karşılamaktadır (Arntz, 2005).

Solomon (2009), çiftlerle yaptığı bağlanma onarımıyla ilgili çalışmasında bireylerin bağımlılık kapasitesi sayesinde romantik ilişkiler kurup sürdürme becerisinin aslında güvenli bağlanmanın işlevsel olan bir parçası olabileceğine dair bir sonuç çıkarmıştır. Duygusal bağımlılığı olan partnerler birbirleriyle iletişimlerinin daha etkili olduğu bulunmuştur. Bunun sonucunda da yaşadıkları sorunlar karşısında, birbirlerine karşı olan duygusal bağımlılıkları daha düşük olan partnerlerden daha hızlı ve doğru bir şekilde sorunlarını çözmektedirler (Rusbult, Kumashiro, Finkel, ve Wildchut, 2002). Aynı zamanda duygusal bağımlılık partner ilişkilerinde güveni artırıcı bir rol de üstlenip bireylerin ilişkilerine dair memnuniyetlerinin de artmasına katkı sağlamaktadır. Bu bireylerde aynı zamanda evlilik uyumlarının da yüksek olduğu görülmüştür (Çetinkaya, Kemer, Bulgan ve Tezer, 2008).

Duygusal bağımlılık çiftlerin çoğunda günlük hayatları için başa çıkma stratejisi olarak da kullanılmaktadır. Özellikle günlük hayatta yaşanan stresli olaylar karşısında duygusal bağımlılıkları adeta koruyucu bir faktör gibi de bir rol üstlenebilmektedir. Mesela kanser hastası olan kadınların romantik ilişki içerisinde olan partnerlerinin kendilerine karşı bir duygusal bağımlılıklarının olduklarını hissettiklerinde daha fazla ilişki birlikteliklerinden memnuniyet duyarak motivasyon kaynağı olabilmektedir (Blake-Mortimer, Koopman, Spiegel, Field & Horowitz, 2003).

1.3 Duygu Düzenleme Becerileri

1.3.1 Tanımı

Duygu düzenleme sürecinin açıklanması öncelikle duygu kavramının tanımlanmasını gerektirmektedir. İnsanların hislerini ve duygu durumlarını inceleyerek bu durumların türlü etkilerini kestirmek literatürde dikkat çeken bir konudur. Bu nedenle, hissedilenlerin ve duyguların biyolojik, ruhsal, toplumsal ve kültürel açılarından farklı tanımlamaları mevcuttur (Seçer, 2005). Goleman tarafından yapılan duygu tanımı, günümüzde en geçerli hali olarak kabul edilmektedir. Goleman'a (2001) göre duygular, bireyin hisleridir ve bu hislerin yarattığı biyolojik ve ruhsal haller, düşünceler ve tepki verme eğilimleridir. Genellikle, duygular değişik olay ve haller karşısında kişiyi pek çok açıdan etkileyen ve aynı anda kişinin bu olay ve haller karşısında değerlendirme yapmasını ve tepki vermesini sağlayan süreçlerdir (İnce, 2020).

Duygu düzenleme bilinçli veya bilinçsiz olarak gerçekleştirilen her türlü amaçlı veya amaçsız davranışı, beceriyi ve stratejiyi içerir (Calkins, 2010). Bu davranışlar, duygusal deneyimleri ve ifadeleri azaltmak, arttırmak ya da bastırmak için kullanılabilir (Karadeniz Sarısakal, 2022). Duygu düzenleme becerileri ise kişilerin duygularını belirleme, deneyimleme ve dış dünyaya yansıtma şekilleriyle ilişkilidir (Gross, 1998). Bu beceriler, bireyin yaşamındaki amaçlarına ulaşmak için duygu, düşünce ve davranışlarını, sosyal, duygusal ve bilişsel olarak düzenleme yeteneğidir (Premo ve Kiel, 2014). Duygu düzenleme, kişinin duygularının sürdürülmesini, engellenmesini veya bastırılmasını kapsamaktadır (Karadeniz Sarısakal, 2022). Olumsuz bir durumla karşılaşıldığında kişi, bu durumda kendisini kötü hissettiren duyguların etkisini azaltmak için duygu düzenleme becerilerine başvurarak, olaydan etkilenme seviyesini artırıp azaltabilir veya koruyabilir (Karadeniz Sarısakal, 2022).

Duygu düzenleme kavramı sadece duygusal uyarılda duygunun düzenlenmesi anlamına gelmemektedir. Aynı zamanda duygunun farkında olma, mevcut duygusal duruma uygun tutum gösterme, duyguyu anlamlandırma ve kabul etme gibi becerileri içermektedir (Gratz ve Romer, 2004). Duyguların düzenlenmesi ile ilgili olarak hangi faktörlerin etkili olduğunun anlaşılması duygusal gelişim için yeni bir perspektif sağlamaktadır. Duygu düzenleme becerileri, kişiler arası etkileşimlerden de etkilenmektedir (Thompson, 1994).

Altı farklı duygu düzenleme becerisi tanımlanmaktadır. Bunlar; “yeniden değerlendirme, kaçınma, problem çözme, ruminasyon, kabul ve bastırma” şeklindedir (Aldao, Nolen-Hoeksema ve Schweizer, 2010). Bu beceriler, bireylerin kendileri ve başkaları arasında duyguları yönetme kapasitelerini geliştirerek duygusal ve bilişsel işleyişleri entegre etmektedir (İlikçi İygün, 2018). Duygu düzenleme becerileri sayesinde bireyler, duygusal durumları değerlendirerek buna uygun davranış biçimlerini seçmektedirler. Bu stratejiler, duyguların fonksiyonel duruma gelmesini sağlayarak kişilerin toplumsal çevrelerine uyum sağlamalarına yardımcı olmaktadır (İlikçi İygün, 2018). Duygular, düşünme ve motivasyon sürecini şekillendirerek davranışların gerçekleşmesine etki eder ve iletişimin temel bir unsuru olarak önemlidir (İlikçi İygün, 2018).

Duygu düzenleme; duygu düzenleme amaçları, duygu düzenleme stratejileri ve duygu düzenleme sonuçları şeklinde üç ana özelliğe sahiptir (Gündüz, 2016). İlk olarak duygu düzenleme amaçları, bireyin duygularını düzenleyerek neyi başarmak istediği veya kazanmaya çalıştığıyla alakalıdır. Genellikle bireyler olumsuz duyguları azaltıp olumlu duyguları deneyimlemeyi hedeflerler ancak bazen olumsuz duyguların artırılması ve olumlu duyguların azaltılması da hedeflenebilmektedir (Gündüz, 2016).

Duygu düzenlemenin ikinci özelliği, istenen duygu hedeflerine ulaşmak için duygu düzenleme stratejilerinin kullanılması gerekliliğidir. Bu stratejiler, “durum seçimi, durum modifikasyonu, dikkat odağı, bilişsel değişim ve yanıt modülasyonu” gibi beş farklı stratejiden oluşmaktadır (Gündüz, 2016). Bu stratejilerden ilk dördü öncül odaklıdır ve duyguların davranışsal yansımaları önceden değiştirilmeye çalışılırken, son strateji olan tepki odaklı strateji de ise deneyimlenen duygunun davranışsal etkileri üzerinde çalışılır (Gross, Richards ve John, 2006).

Sonuç olarak bireylerin duygularını düzenlemesinde gereken becerilere sahip olabilmeleri için öncelikle kendi duygularının farkında olmaları ve bunları anlamaları gerekmektedir. Yani, duygularını tanımlamak ve sınıflandırmak, mevcut olumsuz duyguları kontrol etmek ve bunlarla baş etmek, uygun duygusal tepkiler vermek gibi becerilerin geliştirilmesi önemlidir (İnce, 2020).

1.3.2 Gelişimi

Duygu düzenleme sürecinin gelişimi hakkında birçok teori ve çocukların bu stratejileri ne zaman öğrendikleri ve kullandıkları ile ilgili pek çok çalışma bulunmaktadır (Karadeniz Sarısakal, 2022). Çalışmalar, duygu düzenleme becerilerinin yavaş yavaş zaman içinde oluştuğunu ortaya koymuştur. Duygu düzenleme, bebeklik döneminden başlayarak hayat boyunca devam etmektedir (Karadeniz Sarısakal, 2022). Duygu düzenleme stratejileri, bebeklikte emmek veya bakışları ebeveyninden kaçırmakla başlar ve daha sonra olumsuz duygunun kaynağını yok etmek, kendini sakinleştirmek için parmak emme veya ilgisini dağıtmak için ortamdan uzaklaşma gibi davranışlar şeklinde gelişebilmektedir (Holodynski ve Friedlmeier, 2006). Bebeklik çağı, çocukların dışarıdan ve içten gelen duygusal

deneyimleri yönetme becerilerini geliştirmeleri açısından büyük bir öneme sahip bir evre olarak kabul edilmektedir (Premo ve Kiel, 2014).

Çocukluk ve erken ergenlik dönemi boyunca artan bilişsel beceriler duygu düzenlemesinin yeni yollarını keşfetmeyi sağlamaktadır. Bunlar, olayları yeniden değerlendirmeyi, başka biri tarafından bakış açısını göz önünde bulundurmayı veya hedefler için yeterli bir mesafede durmayı içermektedir (şahin Demirkapı, 2013). Duygu düzenleme becerisi sadece çocukluk veya ergenlik döneminde gelişmez, aynı zamanda yetişkinlikte de gelişimi devam etmektedir. Yetişkinler, iç ortamlarında duyguların deneyimi ve ifade edilmesini idare eden kuralları öğrendikçe duygu düzenleme becerilerinin gelişimi sürmektedir (şahin Demirkapı, 2013). Bu noktada, “profesyonel tutum” önem kazanır (Gross ve Muoz, 1995). Erken yetişkinlik döneminde temel duygu düzenleme becerilerine sahip olan kişiler, sosyal ortama, toplumsal kalıplara ve cinsiyet rollerine uygun olarak duygu düzenleme becerilerini yeniden düzenlemeli ve şartlar için fonksiyonel duruma getirmelidir (Thompson ve Goodman, 2010).

Ebeveynlerin çocuklarına yaklaşımları ve aralarındaki ilişkinin kalitesi çocukların duygu düzenlemesi için önemli bir etkindir (Darling ve Steinberg, 1993). Ebeveynlerin çocuklarıyla olumlu ve kabul edici bir ilişki kurmaları, çocukların duygusal düzenlemelerini olumlu yönde etkileyebilir (Cummings ve Davies, 1996). Bunun aksine, olumsuz ve zorlayıcı bir aile ortamında yetişen çocukların duygusal olarak daha tepkisel davrandıkları ve duygu düzenlemelerinde zorluklar yaşadıkları belirlenmiştir (Cummings ve Davies, 1996).

1.3.3 Duygu Düzenlemede Güçlükler

Duygu düzenlemeyi Gratz ve Roemer (2004) dört başlıkla tanımlamaktadır. Bunlar; (1) kişinin duygularının farkına varması ve anlaması, (2) kişinin duygularını kabul etmesi, (3) kişinin olumsuz duygular içerisindeyken istenen amaca uygun davranabilmesi ve dürtüsel hareketlerini kontrol edebilmesi, (4) kişinin kendi amaçları ve durumsal istekleri karşılayabilmek için duygusal tepkilerini istenen şekilde uyarlayabilmesi için olaya uygun duygu düzenleme stratejilerini kullanabilme kabiliyeti şeklinde (Gratz ve Roemer, 2004). Belirtilen duygu düzenleme yeteneklerinden birinin veya tamamının yokluğu kişinin duygu

düzenlemede yaşadığı problemler olduğunu göstermektedir (Gratz ve Roemer, 2004). İşlevselci bakış açısında duygu düzenleme güçlüğü, kişinin verdiği duygusal reaksiyonların psikolojik ve davranış işlevselliği ile veya sosyal ortam ile uyumsuz olması şeklinde açıklanmaktadır (Han ve Shaffer, 2013).

Duygular ve duygu düzenleme süreci, bireyin iyi halini sürdürmesi için öneme sahip kavramlardır. Duygular, bireyin bağlama uygun olarak davranmasını sağlar ancak uygun biçimde düzenlenmediğinde, uyumsuz davranışlar sergileme riski olabilmektedir (Karadeniz Sarısakal, 2022). Fonksiyonel olarak düzenlenen duygular, sağlıklı ve yetkin psikolojik işleyişi desteklemektedir. Öte yandan duygu düzenleme sürecindeki güçlükler, psikolojik işlevselliği olumsuz bir şekilde etkilemektedir (Cole ve Hall, 2008).

Bradbury ve Shaffer (2012) tarafından genç erişkinlerle yapılan araştırmada, çocuklukta duygusal istismara maruz kalan kişilerin, içinde bulundukları romantik ilişkilerinde diğer kişilere kıyasla daha çok problem yaşadıkları sonucuna varılmış ve bunun nedeni ise duygusal istismar ve ilişki doyumu arasında rol oynayan duygu düzenleme güçlükleri olarak vurgulanmıştır.

Duygu düzenleme becerilerinin çocukluk dönemi aile içi etkileşimleriyle biçimlendiği ve bu becerilerin farklı klinik görünümlere sahip olmakla birlikte pek çok davranış ve uyum problemi ile ilişkili olduğu belirtilmektedir (Hourigan, Goodman, Southam-Gerow, 2011; Thomassin, Suveg, Davis, Lavner ve Beach, 2015). Yapılan bir başka çalışmada ise yetişkin bireylerde çocukluk çağı travmalarının nedeni olarak duygu düzenleme ve depresif semptomlar gösterilmiştir (Bedirhanbeyoğlu, 2018). Crow, Cross, Powers ve Bradley (2014) tarafından yapılan araştırmada, duygu düzenleme bozukluklarının duygusal istismar ile depresif belirtiler arasında bir köprü işlevi gördüğü ortaya konulmuştur.

1.3.4 Duygu Düzenleme Becerileri ile İlgili Araştırmalar

Wei, Vogel, Ku ve Zakalik (2005), olumsuz duygu durum ve kişiler arası problemler ile bağlanma arasında duygulanım düzenlemenin aracılık etkisini yapısal eşitlik modeli ile inceledikleri bu araştırmaya 229 üniversite öğrencisi katılım sağlamıştır. Verilerden elde edilen sonuçlar, kişilerin olumsuz duygu durumları ve

kişiler arası problemleri arasında duygulanım düzenleme becerilerinin aracı etkisi olduğunu göstermiştir (Wei vd., 2005),

Salters-Pedneault, Roemer, Tull, Rucker ve Mennin (2006) tarafından 325 üniversite öğrencisinde duygu düzenleme ve anksiyete arasındaki ilişkiye bakılan çalışma sonucunda duyguları düzenlemede zorluk ile anksiyete seviyeleri arasında pozitif yönlü bir ilişki bulunduğu bildirilmektedir.

Ehring ve Quack (2010), duygu düzenleme ve travma sonrası stres bozukluğu belirtileri arasındaki ilişkiyi araştırmak amacıyla 616 yetişkin katılımcıyla gerçekleştirdikleri çalışma sonucunda, duygu düzenleme güçlüğünün travma sonrası stres bozukluğu belirtileri şiddetiyle pozitif yönlü bir ilişkide olduğu bulunmuştur.

Saxena, Dubey ve Pandey (2011), duygusal düzenleme, psikolojik sağlık ve öznel iyi oluş arasındaki ilişki üzerine 288 yetişkin katılımcıyla gerçekleştirdikleri çalışma sonucunda, duyguları düzenlemedeki güçlüğün hem psikolojik sağlığı hem de öznel iyi oluşu olumsuz etkilediği bildirilmiştir.

Sarıtaş ve Gençöz (2011) tarafından 595 ergen ve 365 anne ile yapılan çalışmada, ergenlerin duygu düzenleme güçlüklerinin, annelerin duygu düzenleme güçlükleri ve ebeveynlik tutumları arasındaki ilişki incelendiğinde anneleri fazla seviyede duygu düzenleme güçlüğü yaşayan ergenlerin anneleri az seviyede duygu düzenleme güçlüğü yaşayan ergenlere kıyasla daha fazla seviyede duygu düzenleme güçlüğü çektiği saptanmıştır. Ayriyeten annelerini otoriter ve dominant algılayan ergenlerin, annelerini izin verici algılayanlara kıyasla daha fazla seviyede duygu düzenleme güçlüğü çektiği belirtilmiştir (Sarıtaş ve Gençöz, 2011).

1.3.5 Duygu Düzenleme Becerileri ile Çocukluk Çağı Travmalarının İlişkisi

Duygu düzenleme stratejilerinin yeterli ve uygun kullanımı, bireyin psikolojik işleyişi için kritik öneme sahiptir. Duygu düzenleme stratejileri geliştirme ve duygu düzenleme becerileri edinme süreci göz önüne alındığında, erken çocukluk deneyimleri önemlidir (Karadeniz Sarısakal, 2022). İhmal ve istismar gibi travmatik deneyimler de duyguları düzenleme yeteneğini etkiliyor gibi görünmektedir (Karadeniz Sarısakal, 2022).

Çocuklukta ihmal veya istismara uğrayanlar, yaşamayanlara göre duygularını kontrol etmekte daha fazla güçlük çekiyor gibi görünmektedir (Brzenski ve Yates, 2010; Burns, Jackson ve Harding, 2010). Bir meta-analiz çalışmasında çocuk ihmal ve istismarının duygusal düzenleme güçlükleriyle pozitif yönde ilişkili olduğu sonucuna varılmıştır (Gruhn ve Compas, 2020; Lavi, Katz, Ozer ve Gross, 2019). Başka bir deyişle, çocukluk döneminde ihmal veya istismara uğramış ebeveynlerin duygu düzenleme süreçlerinde sorunlar yaşadıkları görülmektedir (Karadeniz Sarısakal, 2022).

Çocukluk çağı istismarına maruz kalan yetişkinlerin duygu düzenleme becerilerini inceleyen çalışmalar az olsa da bulgular benzer sonuçları göstermektedir (Burns ve ark., 2010). Buna örnek olarak Gratz, Bornovalova, Delany-Brumsey, Nick ve Lejuez (2007), cinsel, fiziksel ve duygusal istismar deneyimi olan kadınların daha fazla seviyede deneyimsel kaçınma stratejileri kullandıklarını ve duygularını kabul etmediklerini belirtmiştir.

Duygu düzenleme güçlükleri ile çocukluk dönemi ihmal ve istismar yaşantıları arasındaki ilişki, farklı kuramsal açıklamalarla ele alınmaktadır. Bağlanma modeline göre, bakım veren ile çocuk arasındaki bağlanma kalitesi, duygu düzenleme sürecinde önemli bir rol oynamaktadır (Karadeniz Sarısakal, 2022). İhmal ve istismar deneyimleri, güvensiz bağlanma ile yakından ilişkilidir ve bakım verenlerin çocukların duygularını ifade etmelerini engellemesi, çocukların olumsuz duygularını bastırmalarına ve fonksiyonel olmayan bir duygu düzenleme stratejisi geliştirmelerine yol açabilmektedir (Lavi vd., 2019).

Sosyal öğrenme modeline (Bandura, 1977) göre çocukların fonksiyonel olmayan duygu düzenleme becerilerini ebeveynlerinden gözlemleyerek öğrenmesi mümkündür. Sosyal bilgi işleme modeline (Dodge, 1991) bakıldığında ise çocuklar etraftaki ipuçlarını kodlayarak ve yorumlayarak sosyal çevreye dair bilgiler edinmektedir. Bu yönden düşünüldüğünde, ihmal ve istismar yaşantıları çocukların sosyal dünyayı yanlış yorumlamasına ve işlevsiz duygu düzenleme stratejileri geliştirmesine neden olabilir (Karadeniz Sarısakal, 2022). Örneğin, istismara maruz kalan bir çocuk, istismara maruz kalmayan bir çocuğa göre daha çok öfkeli bakım

verenin yüz ifadesini görmekte ve bu da ileride öfke ve saldırganlık gibi duygulara daha tepkisel bir yaklaşım sergilemesine neden olabilir (Lavi vd., 2019).

Bilim (2012) tarafından yürütölen bir araştırmada çocukluk çağı travmatik deneyimlerinin duygu düzenleme güçlükleri, kişilerarası tarzlar ve genel ruh sağlığı ile ilişkisine bakılmıştır. Sonuç olarak çocukluk çağı travmatik yaşantılarının yetişkinlikteki kişilerarası tarz, duygu düzenleme güçlüğü ve yaygın psikolojik belirtiler ile ilişkili olduğu, çocuklukta genel ruhsal semptomlar oluşturmasında ketleyici kişiler arası stil ve duygu düzenleme güçlüğü değışkenlerinin aracı rol oynadığı bulunmuştur (Bilim, 2012).



İKİNCİ BÖLÜM

YÖNTEM

Bu bölümde araştırmanın modeli, evreni ve örneklemini, araştırmada kullanılan veri toplama araçları ve araştırmada kullanılan metotlar açıklanmıştır.

2.1. Araştırmanın Modeli

Bu çalışmada, romantik ilişkisi olan yetişkinlerde çocukluk çağı travmaları, duygusal bağımlılık ve duygu düzenleme becerisi arasındaki ilişkinin incelenmesi için genel tarama modellerinden biri olan ilişkisel tarama modeli kullanılmıştır. İlişkisel tarama modelini kullanarak birden fazla değişken arasındaki ilişkiyi incelemek hedeflenmektedir.

2.2. Evren ve Örneklem

Bu araştırmanın evreni, 18 yaş üzeri romantik ilişkisi olan yetişkin bireylerden oluşmaktadır. Araştırmanın örneklemini ise WhatsApp, Telegram, Instagram gibi sosyal mecralardan ulaşabildiği ve bilgilendirilmiş onamı okuyup, kabul eden rastgele örnekleme yöntemi ile ulaşılan 383 yetişkin bireylerden oluşturmaktadır. Yetişkin birey örnekleminin demografik özelliklerine ilişkin bilgileri veri analizi bölümünde Tablo 1’de verilmiştir.

2.3 Veri Toplama Araçları

Bu çalışmaya katılım gösteren gönüllülerin sosyo-demografik bilgilerine ulaşabilmek için araştırmacı tarafından hazırlanmış olan sosyo-demografik form ile birlikte katılımcıların çocukluk çağı travmalarını ölçmek için Bernstein ve diğerleri (1994) tarafından geliştirilen Türkçeye ise Şar, Öztürk ve İkikardeş (2012) tarafından uyarlanan Çocukluk Çağı Ruhsal Travma Ölçeği (CTQ), duygusal bağımlılığı ölçmek için Buunk (1981) tarafından geliştirilen ve Karakurt (2001) tarafından Türkçeye uyarlanan duygusal bağımlılık ölçeği, duygu düzenleme becerisini ölçmek için Berking ve Znoj (2008) tarafından geliştirilen Vatan ve Oruçlular-Kahya (2018) tarafından Türkçeye uyarlanan Duygu Düzenleme Becerileri Ölçeği kullanılmıştır.

2.3.1. Sosyo-Demografik Bilgi Formu

Araştırmada kullanılmak üzere hazırlanan sosyo-demografik bilgi formunda cinsiyet, yaş, eğitim durumu, medeni durumu, ilişki süresine dair sorular bulunmaktadır.

2.3.2. Çocukluk Çağı Ruhsal Travma Ölçeği (CTQ)

Çocukluk çağı ruhsal travma ölçeği, Bernstein ve arkadaşları tarafından 1994 yılında geliştirilen beşli likert tipli ölçektir. Duygusal istismar, fiziksel istismar, cinsel istismar, duygusal ihmal ve fiziksel ihmal olmak üzere toplam 5 alt ölçeği bulunmaktadır. Ölçeğin ilk hali 53 sorudan oluşmakta fakat sonradan özgün yazarı tarafından 28 soru olacak şekilde kısaltılmıştır. Ölçek Vedat Şar ve arkadaşları tarafından 1996'da 28 soruluk formu Türkçeye uyarlanmıştır. 3,8,14,18,25 numaralı sorular duygusal (emosyonel) istismar alt ölçeğine; 9,11,12,15,17 numaralı sorular fiziksel istismar alt ölçeğine; 1,2,4,6,26 numaralı sorular fiziksel ihmal alt ölçeğine; 5,7,13,19,28 numaralı sorular duygusal (emosyonel) ihmal alt ölçeğine, 20,21,23,24,27 numaralı sorular cinsel istismar alt ölçeğine aittir.

ÇTQ ölçeğinin hesaplanmasında öncelikle olarak olumlu sorulardan (2,5,7,13,19,26,28) gelen puanlar ters çevrilmektedir. (Mesela 5 puanı 1 puana döndürmek). Sonrasında elde edilen toplam puan çocukluk çağı ruhsal travma puanını vermektedir. Ölçek sonucunda alınabilecek minimum puan 25 maksimum puan ise 125 puandır. Ölçekte 10, 16 ve 22. sorularda olumlu ifade belirtmektedir fakat bu sorular sadece travma inkarını ölçtüğü ve toplam puanı etkilemediğinden ters çevrilmemektedir. İnkârı ölçen bu üç sorudan alınan sadece en yüksek olan 5 puan hesaplara katılır ve sadece 1 puan olarak sayılır. Bunun sonucunda da minimizasyon puanı olarak 0-3 arasında bir puan elde edilir. Ölçeğin değerlendirilmesi için cinsel ve fiziksel istismar 5 puanın üstünde, fiziksel ihmal ve duygusal istismar 7 puanın üstünde, duygusal ihmal ise 12 puanın üstünde olacak şekilde toplam puan için 35 puanın üstü kesme noktası olarak önerilmektedir.

Ölçeğin Cronbach Alpha güvenirlik katsayılarına bakıldığında ÇTQ toplam 0.90, duygusal istismar 0.79, fiziksel istismar 0.87, fiziksel ihmal 0.62, duygusal ihmal 0,85, cinsel istismar 0.84 olarak hesaplanmıştır.

2.3.3. Duygusal Bağımlılık Ölçeği (DBÖ)

Duygusal Bağımlılık Ölçeği, Buunk (1981) tarafından geliştirilen yedili likert tipli öz bildirim ölçeğidir. Ölçek Karakurt tarafından 2001’de Türkçeye uyarlama çalışmaları yapılmıştır. Ölçek kişilerin romantik ilişkilerindeki duygusal bağımlılık seviyelerini ölçmek amacıyla geliştirilmiştir. Ölçek toplam 9 maddeden oluşmaktadır. Tek boyutlu bir ölçektir. Ölçek sonucunda alınabilecek minimum puan 9, maksimum puan ise 63 puandır. Ölçek puanı ne kadar fazlaysa bireyin duygusal bağımlılık seviyesi de o kadar yüksektir.

Ölçeğin pilot çalışmasına bakıldığında elde edilen iç tutarlık katsayısı .86 olarak bulunmuştur. Asıl çalışmada ise hesaplanan iç tutarlık katsayısı ise .87’dir. Ölçeğin Cronbach Alpha güvenirlik katsayılarına bakıldığında 0.86 olarak hesaplanmıştır.

2.3.4. Duygu Düzenleme Becerileri Ölçeği (DDBÖ)

Duygu düzenleme becerileri ölçeği 2018 yılında Berking ve Znoj tarafından geliştirilmiştir. Ölçeğin amacı kişilerin duygu düzenleme becerilerini değerlendirmektir. Ölçek Vatan ve Kâhya tarafından 2018 yılında Türkçeye uyarlanmıştır. Ölçek 27 sorudan oluşmaktadır. Beşli likert tipli olan (1=Neredeyse hiçbir zaman, 5=Neredeyse her zaman) bir öz bildirim ölçeğidir.

Ölçek; farkındalık, beden duyumları, netlik, anlama, kabul, tolerans, yüzleşmeye hazırlanma, öz destek, değişimleme olmak üzere toplam dokuz alt boyuttan oluşmaktadır. Ölçek toplam puan üzerinden hesaplanmaktadır. Alınan toplam puanın fazla olması kişinin duygu düzenleme becerilerini kullanımının fazla olduğu anlamına gelmektedir.

Ölçeğin Cronbach Alpha güvenirlik katsayılarına bakıldığında DDBÖ toplam 0.95, farkındalık 0.63, beden duyumları 0.75, netlik 0.79, anlama 0.80, kabul 0.72, tolerans 0.79, yüzleşmeye hazırlanma 0.72, öz destek 0.69, değişimleme 0.68 olarak hesaplanmıştır.

2.4.Verilerin Toplanması

Araştırma verileri, Mart 2023-Mayıs 2023 tarihleri arasında toplanmıştır. 18 yaş üstü romantik ilişkisi olan yetişkin bireylerin sosyal medyası, mail adresi ya da akıllı telefonunda WhatsApp uygulamasından çevrimiçi şekilde soruları dolduran kişilerle uygulamalar yapılmıştır. Uygulamaya başlamadan bilgilendirilmiş onam sunulmuş, burada araştırmanın amacı, veri toplama araçları ve araştırma süreci hakkında bilgiler verilmiştir. Elde edilen 383 veri analiz edilmiştir. Bu analizlerin sonuçları da raporlanarak araştırma süreci tamamlanmıştır.

2.5.Verilerin Analizi

Çalışmada elde edilen veriler SPSS v26 istatistik yazılımı kullanılarak analiz edilmiştir. Verilerin girişleri kontrol edildikten sonra uç değerler incelenmiştir ve 1 katılımcının verisi uç değer olarak değerlendirilmiş ve veri setinden çıkarılmıştır. 383 katılımcının verileri üzerinden analizler gerçekleştirilmiştir. Daha sonra normal dağılımı incelemek için “skewness (çarpıklık) ve kurtosis (basıklık)” değerleri incelenmiştir. Bu değerlerin 1.95 ile 2.60 arasında olduğu saptanmıştır. Çarpıklık değerinin 2’den, basıklık değerinin ise 3’ten düşük olmasının yanında histogram ve beklenen olasılık grafiklerinin normal dağılıma yakın olduğunun görülmesi nedeniyle normal dağılım gösterdiği kabul edilmiş ve parametrik analiz yöntemleri tercih edilmiştir (Westfall & Henning, 2013). Çocukluk Çağı Ruhsal Travma Ölçeği (CTQ) ile Duygu Düzenleme Becerileri Ölçeği (DDBÖ) ve Duygusal Bağımlılık Ölçeği (DBÖ) arasındaki ilişkileri incelemek için “Pearson Korelasyon Analizi” yapılmıştır. İki gruptan oluşan kategorik değişkenlerin CTQ, DDBÖ ve DBÖ’ye ilişkin puan ortalamaları arasındaki farklılığı sınamak için “Bağımsız Örneklem T-testi”, üç ve daha fazla gruptan oluşan kategorik değişkenlerin CTQ, DDBÖ ve DBÖ’ye ilişkin puan ortalamaları arasındaki farklılığı sınamak için “Tek Yönlü Varyans Analizi (ANOVA)” yapılmıştır. CTQ alt boyutlarının DDBÖ Toplam ve DBÖ Toplam puanlarını yordayıp yordamadığını sınamak için “Doğrusal Regresyon Analizi” yapılmıştır. Tüm hipotez testlerinde, anlamlılık düzeyi 0.05 olarak kabul edilmiştir.

ÜÇÜNCÜ BÖLÜM

BULGULAR

3.1. Katılımcıların Sosyodemografik Özellikleri

Araştırmaya katılan 383 katılımcının sosyodemografik bilgileri Tablo 1'de verilmiştir.

Tablo 1. Katılımcıların Sosyodemografik Özellikleri

	<i>Ort.</i>	<i>Ss</i>
Yaş	28.27	8.91
	<i>n</i>	<i>%</i>
Cinsiyet		
Kadın	266	69.45
Erkek	117	30.55
Eğitim Durumu		
Lise ve altı	57	14.88
Önlisans/Lisans	250	65.27
Lisansüstü	76	19.84
Medeni Durum		
Bekar (ilişkisi var)	272	71.02
Evli	111	28.98
İlişki Süresi		
0-5 yıl	260	67.89
6-10 yıl	58	15.14
11-15 yıl	28	7.31
16 yıl ve üstü	37	9.66

Tablo 1 bakıldığında, katılımcıların yaş ortalaması 28.27 ($Ss = 8.91$, Min: 18, Maks: 65) olarak hesaplanmıştır. Katılımcıların 266'sı (%69.45) kadın, 117'si (%30.55) erkektir. 57 kişi lise ve altı (%14.88), 250 kişi (%65.27) Önlisans/Lisans, 76 kişi (%19.84) lisansüstü eğitim durumuna sahiptir. Katılımcıların 272'si (%71.02)

bekar (ilişkisi var), 111'i (%28.98) evlidir. İlişki süresi açısından 260'ının (%67.89) 0-5 yıl, 58'inin (%15.14) 6-10 yıl, 28'inin (%7.31) 11-15 yıl, 37'nin (%9.66) 16 yıl ve üstü ilişkisi vardır.

3.2. Ölçeklere İlişkin Betimsel İstatistikler

Katılımcıların Duygu Düzenleme Becerileri Ölçeği (DDBÖ), Çocukluk Çağı Ruhsal Travma Ölçeği (CTQ), Duygusal Bağımlılık Ölçeği (DBÖ) ve alt boyutları puanlarına ilişkin betimsel istatistik değerleri Tablo 2'de gösterilmiştir.

Tablo 2. CTQ, DDBÖ, DBÖ ve Alt Boyutları Puanlarına İlişkin Betimsel İstatistik Değerleri

Değişkenler	Min.	Maks.	Ort.	Ss	Skewness	Kurtosis
CTQ Toplam	26.00	79.00	38.76	12.39	1.33	0.82
Duygusal İstismar	5.00	22.00	7.81	3.64	1.67	2.60
Fiziksel İstismar	5.00	13.00	6.16	2.45	2.01	2.56
Fiziksel İhmal	5.00	17.00	7.27	2.82	1.57	2.28
Duygusal İhmal	5.00	24.00	10.37	4.42	0.74	-0.10
Cinsel İstismar	5.00	15.00	6.48	3.00	1.95	2.32
DBÖ Toplam	9.00	45.00	28.32	8.17	0.16	-0.71
DDBÖ Toplam	31.00	135.00	98.17	19.88	-0.41	0.21
Farkındalık	3.00	15.00	10.94	2.45	-0.52	0.32
Beden Duyumları	3.00	15.00	11.18	2.65	-0.56	0.09
Netlik	3.00	15.00	11.38	2.71	-0.68	0.22
Anlama	3.00	15.00	11.62	2.71	-0.82	0.37
Kabul	3.00	15.00	10.22	2.82	-0.35	-0.09
Tolerans	3.00	15.00	10.24	2.90	-0.35	-0.45
Yüzleşmeye Hazırlanma	3.00	15.00	10.73	2.81	-0.39	-0.30
Öz Destek	3.00	15.00	11.13	2.66	-0.56	0.09
Değişimleme	3.00	15.00	10.75	2.65	-0.50	-0.01

Not. N = 383, CTQ: Çocukluk Çağı Ruhsal Travma Ölçeği, DBÖ: Duygusal Bağımlılık Ölçeği, DDBÖ: Duygu Düzenleme Becerileri Ölçeği

Tablo 2 bakıldığında; ölçeklerden elde edilen verilerin puan ortalamaları CTQ Toplam için 38.76 ($Ss = 12.39$), Duygusal İstismar için 7.81 ($Ss = 3.64$), Fiziksel İstismar için 6.16 ($Ss = 2.45$), Fiziksel İhmal için 7.27 ($Ss = 2.82$), Duygusal İhmal için 10.37 ($Ss = 4.42$), Cinsel İstismar için 6.48 ($Ss = 3.00$), DBÖ Toplam için 28.32 ($Ss = 8.17$), DDBÖ Toplam için 98.17 ($Ss = 19.88$), Farkındalık için 10.94 ($Ss = 2.45$), Beden Duyumları için 11.18 ($Ss = 2.65$), Netlik için 11.38 ($Ss = 2.71$), Anlama için 11.62 ($Ss = 2.71$), Kabul için 10.22 ($Ss = 2.82$), Tolerans için 10.24 ($Ss = 2.90$), Yüzleşmeye Hazırlanma için 10.73 ($Ss = 2.81$), Öz Destek için 11.13 ($Ss = 2.66$) ve Değişimleme için 10.75 ($Ss = 2.65$) olarak hesaplanmıştır.

3.3. Çocukluk Çağı Travmatik Yaşantılar ile Duygusal Bağımlılık ve Duygu Düzenleme Becerileri Arasındaki İlişkiye Dair Bulgular

Katılımcıların Çocukluk Çağı Ruhsal Travma Ölçeği (CTQ) ile Duygusal Bağımlılık Ölçeği (DBÖ) ve Duygu Düzenleme Becerileri Ölçeği (DDBÖ) puanları arasındaki ilişkileri incelemek amacıyla Pearson Korelasyon Analizi yapılmıştır. Analiz sonuçları Tablo 3'te ve Tablo 4'te verilmiştir.

Tablo 3. CTQ ile DBÖ ve Alt Boyutları Puan Ortalamaları Arasındaki İlişkiye Dair Pearson Korelasyon Analizi Sonuçları

	1	2	3	4	5	6	7
1.CTQ Toplam	-						
2.Duygusal İstismar	.83**	-					
3.Fiziksel İstismar	.80**	.65**	-				
4.Fiziksel İhmal	.76**	.46**	.58**	-			
5.Duygusal İhmal	.77**	.57**	.43**	.51**	-		
6.Cinsel İstismar	.71**	.49**	.55**	.47**	.34**	-	
7.DBÖ Toplam	-.10	-.03	-.10	-.08	-.09	-.10*	-

Not. CTQ: Çocukluk Çağı Ruhsal Travma Ölçeği, DBÖ: Duygusal Bağımlılık Ölçeği, DDBÖ: Duygu Düzenleme Becerileri Ölçeği

* $p < 0.05$, ** $p < 0.01$

Yapılan analiz sonucuna göre Cinsel İstismar ile DBÖ Toplam arasında negatif yönlü ve istatistiksel olarak anlamlı ilişki ortaya çıkmıştır ($r = -0.10$, $p < 0.05$).

Tablo 4. CTQ ile DDBÖ ve Alt Boyutları Puan Ortalamaları Arasındaki İlişkiye Dair Pearson Korelasyon Analizi Sonuçları

	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
1. CTQ Toplam	-														
2. Duygusal İstismar	.83**	-													
3. Fiziksel İstismar	.80**	.65**	-												
4. Fiziksel İhmal	.76**	.46**	.58**	-											
5. Duygusal İhmal	.77**	.57**	.43**	.51**	-										
6. Cinsel İstismar	.71**	.49**	.55**	.47**	-.34**	-									
7. DDBÖ Toplam	-.43**	-.29**	-.26**	-.36**	-.45**	-.29**	-								
8. Farkındalık	-.36**	-.23**	-.23**	-.30**	-.39**	-.23**	.85**	-							
9. Beden Duyumları	-.37**	-.25**	-.26**	-.36**	-.34**	-.24**	.82**	.64**	-						
10. Netlik	-.39**	-.24**	-.25**	-.36**	-.39**	-.28**	.82**	.69**	.76**	-					
11. Anlama	-.39**	-.24**	-.22**	-.34**	-.41**	-.30**	.83**	.73**	.71**	.79**	-				
12. Kabul	-.33**	-.23**	-.20**	-.27**	-.34**	-.22**	.85**	.68**	.63**	.63**	.63**	-			
13. Tolerans	-.25**	-.16**	-.15**	-.18**	-.31**	-.18**	.81**	.67**	.52**	.55**	.55**	.76**	-		
14. Yüzleşmeye Hazırlanma	-.33	-.25**	-.19**	-.27**	-.35**	-.21**	.75**	.53**	.61**	.54**	.52**	.64**	.52**	-	
15. Öz Destek	-.39**	-.29**	-.25**	-.32**	-.38**	-.24**	.79**	.62**	.57**	.55**	.57**	.62**	.64**	.59**	-
16. Değişimleme	-.36**	-.25**	-.20**	-.27**	-.41**	-.23**	.82**	.73**	.56**	.56**	.63**	.63**	.69**	.55**	.69**

Yapılan analiz sonucuna göre CTQ Toplam ile DDBÖ Toplam ($r = -0.28, p < 0.01$), Farkındalık ($r = -0.36, p < 0.01$), Beden Duyumları ($r = -0.37, p < 0.01$), Netlik ($r = -0.39, p < 0.01$), Anlama ($r = -0.39, p < 0.01$), Kabul ($r = -0.33, p < 0.01$), Tolerans ($r = -0.25, p < 0.01$), Yüzleşmeye Hazırlanma ($r = -0.33, p < 0.01$), Öz Destek ($r = -0.39, p < 0.01$), Değişimleme ($r = -0.36, p < 0.01$) arasında negatif yönlü ve istatistiksel olarak anlamlı ilişki bulunmuştur.

Duygusal İstismar ile DDBÖ Toplam ($r = -0.29, p < 0.01$), Farkındalık ($r = -0.23, p < 0.01$), Beden Duyumları ($r = -0.25, p < 0.01$), Netlik ($r = -0.24, p < 0.01$), Anlama ($r = -0.24, p < 0.01$), Kabul ($r = -0.23, p < 0.01$), Tolerans ($r = -0.16, p < 0.01$), Yüzleşmeye Hazırlanma ($r = -0.25, p < 0.01$), Öz Destek ($r = -0.29, p < 0.01$), Değişimleme ($r = -0.25, p < 0.01$) arasında negatif yönlü ve istatistiksel olarak anlamlı ilişki bulunmuştur.

Fiziksel İstismar ile DDBÖ Toplam ($r = -0.26, p < 0.01$), Farkındalık ($r = -0.23, p < 0.01$), Beden Duyumları ($r = -0.26, p < 0.01$), Netlik ($r = -0.25, p < 0.01$), Anlama ($r = -0.22, p < 0.01$), Kabul ($r = -0.20, p < 0.01$), Tolerans ($r = -0.15, p < 0.01$), Yüzleşmeye Hazırlanma ($r = -0.19, p < 0.01$), Öz Destek ($r = -0.25, p < 0.01$), Değişimleme ($r = -0.20, p < 0.01$) arasında negatif yönlü ve istatistiksel olarak anlamlı ilişki bulunmuştur.

Fiziksel İhmal ile DDBÖ Toplam ($r = -0.36, p < 0.01$), Farkındalık ($r = -0.30, p < 0.01$), Beden Duyumları ($r = -0.36, p < 0.01$), Netlik ($r = -0.36, p < 0.01$), Anlama ($r = -0.34, p < 0.01$), Kabul ($r = -0.27, p < 0.01$), Tolerans ($r = -0.18, p < 0.01$), Yüzleşmeye Hazırlanma ($r = -0.27, p < 0.01$), Öz Destek ($r = -0.32, p < 0.01$), Değişimleme ($r = -0.27, p < 0.01$) arasında negatif yönlü ve istatistiksel olarak anlamlı ilişki bulunmuştur.

Duygusal İhmal ile DDBÖ Toplam ($r = -0.45, p < 0.01$), Farkındalık ($r = -0.39, p < 0.01$), Beden Duyumları ($r = -0.34, p < 0.01$), Netlik ($r = -0.39, p < 0.01$), Anlama ($r = -0.41, p < 0.01$), Kabul ($r = -0.34, p < 0.01$), Tolerans ($r = -0.31, p < 0.01$), Yüzleşmeye Hazırlanma ($r = -0.35, p < 0.01$), Öz Destek ($r = -0.38, p < 0.01$), Değişimleme ($r = -0.41, p < 0.01$) arasında negatif yönlü ve istatistiksel olarak anlamlı ilişki bulunmuştur.

Cinsel İstismar ile DDBÖ Toplam ($r = -0.29, p < 0.01$), Farkındalık ($r = -0.23, p < 0.01$), Beden Duyumları ($r = -0.24, p < 0.01$), Netlik ($r = -0.28, p < 0.01$), Anlama ($r = -0.30, p < 0.01$), Kabul ($r = -0.22, p < 0.01$), Tolerans ($r = -0.18, p < 0.01$), Yüzleşmeye Hazırlanma ($r = -0.21, p < 0.01$), Öz Destek ($r = -0.24, p < 0.01$), Değişimleme ($r = -0.23, p < 0.01$) arasında negatif yönlü ve istatistiksel olarak anlamlı ilişki bulunmuştur.

Korelasyon analizi sonucunda ilişki bulunan Çocukluk Çağı Ruhsal Travma Ölçeği (CTQ) alt boyutlarından Cinsel İstismarın Duygusal Bağımlılık Ölçeği (DBÖ) puanlarını yordayıp yordamadığını sınamak için “Basit Doğrusal Regresyon Analizi” yapılmıştır. Analiz sonuçları Tablo 5’te verilmiştir.

Tablo 5. DBÖ Toplam Yordayıcısı Olarak Cinsel İstismara İlişkin Basit Doğrusal Regresyon Analizi Sonuçları

Değişkenler	<i>B</i>	<i>SH</i>	β	<i>t</i>	<i>p</i>	%95 GA
(Sabit)	30.13	0.99	0.00	30.35	< .001	[28.17, 32.08]
Cinsel İstismar	-0.28	0.14	-0.10	-2.00	.046	[-0.55, -0.005]

Not. Bağımlı Değişken: DBÖ Toplam

$F(1,381) = 4.00, p = .046, R^2 = .01$

Yapılan analiz sonucuna göre kurulan regresyon modelinin istatistiksel olarak anlamlı olduğu bulunmuştur ($F(1,381) = 4.00, p = .046, R^2 = 0.01$). DBÖ Toplam bağımlı değişkenindeki değişimin %1’i Cinsel İstismar tarafından açıklanmaktadır.

Cinsel istismar alt boyutunun duygusal bağımlılık değişkeninin anlamlı yordayıcısı olduğu bulunmuştur ($B = -0.28, t(381) = -2.00, p = .046$). Bu da ortalama olarak Cinsel İstismar değişkenindeki bir birimlik artışın Duygusal Bağımlılık değerini 0.28 birim azaltacağını göstermektedir.

Çocukluk Çağı Ruhsal Travma Ölçeği (CTQ) alt boyutlarının Duygu Düzenleme Becerileri Ölçeği (DDBÖ) puanlarını yordayıp yordamadığını sınamak için “Çoklu Doğrusal Regresyon Analizi” yapılmıştır. Analiz sonuçları Tablo 6’da verilmiştir.

Tablo 6. DDBÖ Yordayıcıları Olarak CTQ Alt Boyutlarına İlişkin Çoklu Doğrusal Regresyon Analizi Sonuçları

Değişkenler	<i>B</i>	<i>SH</i>	β	<i>t</i>	<i>p</i>	%95 GA
(Sabit)	125.43	2.90	0.00	43.31	< .001	[119.73, 131.12]
Duygusal İstismar	0.14	0.36	0.03	0.40	.690	[-0.57, 0.86]
Fiziksel İstismar	0.24	0.55	0.03	0.44	.663	[-0.84, 1.31]
Fiziksel İhmal	-1.03	0.43	-0.15	-2.42	.016	[-1.87, -0.19]
Duygusal İhmal	-1.63	0.26	-0.36	-6.21	< .001	[-2.14, -1.11]
Cinsel İstismar	-0.85	0.37	-0.13	-2.27	.024	[-1.58, -0.11]

Not. Bağımlı Değişken: DDBÖ Toplam

$F(5,377) = 23.53, p < .001, R^2 = .24$

Yapılan analiz sonucuna göre kurulan regresyon modelinin istatistiksel olarak anlamlı olduğu bulunmuştur ($F(5,377) = 23.53, p < .001, R^2 = .24$). DDBÖ Toplam bağımlı değişkenindeki değişimin %24'ü modeldeki bağımsız değişkenler tarafından açıklanmaktadır.

Fiziksel İhmal alt boyutunun duygu düzenleme becerileri değişkeninin anlamlı yordayıcısı olduğu bulunmuştur ($B = -1.03, t(377) = -2.42, p = .016$). Bu da ortalama olarak Fiziksel İhmal değişkenindeki bir birimlik artışın duygu düzenleme becerileri değişkeninin değerini 1.03 birim azaltacağını göstermektedir.

Duygusal İhmal alt boyutunun duygu düzenleme becerileri değişkeninin anlamlı yordayıcısı olduğu bulunmuştur ($B = -1.63, t(377) = -6.21, p < .001$). Bu da ortalama olarak Duygusal İhmal değişkenindeki bir birimlik artışın duygu düzenleme becerileri değişkeninin değerini 1.63 birim azaltacağını göstermektedir.

Cinsel İstismar alt boyutunun duygu düzenleme becerileri değişkeninin anlamlı yordayıcısı olduğu bulunmuştur ($B = -0.85, t(377) = -2.27, p = .024$). Bu da ortalama olarak Cinsel İstismar değişkenindeki bir birimlik artışın duygu düzenleme becerileri değişkeninin değerini 0.85 birim azaltacağını göstermektedir.

3.4. Çocukluk Çağı Travmatik Yaşantılar ile Duygusal Bağımlılık ve Duygu Düzenleme Becerilerinin Cinsiyete Göre Farklaşmasına İlişkin Bulgular

Kadın ve erkek katılımcıların Çocukluk Çağı Ruhsal Travma Ölçeği (CTQ) ile Duygusal Bağımlılık Ölçeği (DBÖ) ve Duygu Düzenleme Becerileri Ölçeği (DDBÖ) ve alt boyutları puanları arasında anlamlı bir fark olup olmadığını sınamak için “bağımsız örneklem t-testi” yapılmıştır. Analiz sonuçları Tablo 7’de gösterilmiştir.

Tablo 7. Katılımcıların CTQ, DBÖ, DDBÖ ve Alt Boyutları Puan Ortalamalarının Cinsiyete Göre Farklaşmasına İlişkin T-Testi Sonuçları

Değişkenler	Kadın (n=266)		Erkek (n=117)		t	p	Cohen’s d
	Ort.	Ss	Ort.	Ss			
CTQ Toplam	36.76	9.97	43.31	15.76	-4.14	< .001	0.50
Duygusal İstismar	7.62	3.53	8.24	3.85	-1.54	.125	0.17
Fiziksel İstismar	5.68	1.85	7.26	3.20	-4.98	< .001	0.60
Fiziksel İhmal	6.61	2.03	8.75	3.69	-5.90	< .001	0.72
Duygusal İhmal	9.92	4.13	11.38	4.88	-2.80	.006	0.32
Cinsel İstismar	6.23	2.66	7.05	3.60	-2.21	.029	0.26
DBÖ Toplam	28.59	8.01	27.72	8.53	0.96	.337	0.11
DDBÖ Toplam	100.69	18.76	92.44	21.22	3.80	< .001	0.41
Farkındalık	11.20	2.25	10.36	2.79	2.86	.005	0.33
Beden Duyumları	11.63	2.40	10.15	2.90	4.86	< .001	0.56
Netlik	11.79	2.47	10.44	3.00	4.24	< .001	0.49
Anlama	12.03	2.46	10.69	3.01	4.23	< .001	0.49
Kabul	10.44	2.77	9.73	2.89	2.28	.023	0.25
Tolerans	10.35	2.81	9.98	3.09	1.14	.255	0.12
Yüzleşmeye Hazırlanma	10.98	2.73	10.14	2.91	2.74	.006	0.30
Öz Destek	11.38	2.59	10.55	2.73	2.86	.004	0.31
Değişimleme	10.89	2.63	10.41	2.70	1.65	.100	0.18

Not. CTQ: Çocukluk Çağı Ruhsal Travma Ölçeği, DBÖ: Duygusal Bağımlılık Ölçeği, DDBÖ: Duygu Düzenleme Becerileri Ölçeği

Tablo 7 incelendiğinde, cinsiyete göre katılımcıların CTQ Toplam puan ortalamaları arasında istatistiksel olarak anlamlı fark saptanmıştır [$t(158.34) = -4.14$, $p < .001$, $d = 0.50$]. Erkek katılımcıların CTQ Toplam puan ortalaması (Ort. = 43.31, Ss = 15.76) kadın katılımcıların puan ortalamasından (Ort. = 36.76, Ss = 9.97) anlamlı düzeyde daha yüksek bulunmuştur. Cohen's d değeri 0.50 olarak hesaplanmıştır ve bu orta büyüklükte bir etkiyi gösterir.

Cinsiyete göre katılımcıların Fiziksel İstismar puan ortalamaları arasında istatistiksel olarak anlamlı fark bulunmuştur [$t(151.17) = -4.98$, $p < .001$, $d = 0.60$]. Erkeklerin Fiziksel İstismar puan ortalaması (Ort. = 7.26, Ss = 3.20) kadınların puan ortalamasından (Ort. = 5.68, Ss = 1.85) anlamlı düzeyde daha yüksek bulunmuştur. Cohen's d değeri 0.60 olarak hesaplanmıştır ve bu orta büyüklükte bir etkiyi gösterir.

Cinsiyete göre katılımcıların Fiziksel İhmal puan ortalamaları arasında istatistiksel olarak anlamlı fark bulunmuştur [$t(147.68) = -5.90$, $p < .001$, $d = 0.72$]. Erkeklerin Fiziksel İhmal puan ortalaması (Ort. = 8.75, Ss = 3.69) kadınların puan ortalamasından (Ort. = 6.61, Ss = 2.03) anlamlı düzeyde daha yüksek bulunmuştur. Cohen's d değeri 0.72 olarak hesaplanmıştır ve bu orta büyüklükte bir etkiyi gösterir.

Cinsiyete göre katılımcıların Duygusal İhmal puan ortalamaları arasında istatistiksel olarak anlamlı fark saptanmıştır [$t(192.31) = -2.80$, $p = .006$, $d = 0.32$]. Erkeklerin Duygusal İhmal puan ortalaması (Ort. = 11.38, Ss = 4.88) kadınların puan ortalamasından (Ort. = 9.92, Ss = 4.13) anlamlı düzeyde daha yüksek bulunmuştur. Cohen's d değeri 0.32 olarak hesaplanmıştır ve bu düşük büyüklükte bir etkiyi gösterir.

Cinsiyete göre katılım gösteren kişilerin Cinsel İstismar puan ortalamaları arasında istatistiksel olarak anlamlı fark saptanmıştır [$t(173.82) = -2.21$, $p = .029$, $d = 0.26$]. Erkeklerin Cinsel İstismar puan ortalaması (Ort. = 7.05, Ss = 3.60) kadınların puan ortalamasından (Ort. = 6.23, Ss = 2.66) anlamlı düzeyde daha yüksek bulunmuştur. Cohen's d değeri 0.26 olarak hesaplanmıştır ve bu düşük büyüklükte bir etkiyi gösterir.

Cinsiyete göre katılımcıların DDBÖ Toplam puan ortalamaları arasında istatistiksel olarak anlamlı fark bulunmuştur [$t(381) = 3.80$, $p < .001$, $d = 0.41$].

Kadınların DDBÖ Toplam puan ortalaması (Ort. = 100.69, Ss = 18.76) erkeklerin puan ortalamasından (Ort. = 92.44, Ss = 21.22) anlamlı düzeyde daha yüksek bulunmuştur. Cohen's d değeri 0.41 olarak hesaplanmıştır ve bu düşük büyüklükte bir etkiyi gösterir.

Cinsiyete göre katılımcıların Farkındalık puan ortalamaları arasında istatistiksel olarak anlamlı fark saptanmıştır [$t(185.50) = 2.86, p = .005, d = 0.33$]. Kadınların Farkındalık puan ortalaması (Ort. = 11.20, Ss = 2.25) erkeklerin puan ortalamasından (Ort. = 10.36, Ss = 2.79) anlamlı düzeyde daha yüksek bulunmuştur. Cohen's d değeri 0.33 olarak hesaplanmıştır ve bu düşük büyüklükte bir etkiyi gösterir.

Cinsiyete göre katılımcıların Beden Duyumları puan ortalamaları arasında istatistiksel olarak anlamlı fark bulunmuştur [$t(189.31) = 4.86, p < .001, d = 0.56$]. Kadınların Beden Duyumları puan ortalaması (Ort. = 11.63, Ss = 2.40) erkeklerin puan ortalamasından (Ort. = 10.15, Ss = 2.90) anlamlı düzeyde daha yüksek bulunmuştur. Cohen's d değeri 0.56 olarak hesaplanmıştır ve bu orta büyüklükte bir etkiyi gösterir.

Cinsiyete göre katılımcıların Netlik puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı fark saptanmıştır [$t(187.93) = 4.24, p < .001, d = 0.49$]. Kadınların Netlik puan ortalaması (Ort. = 11.79, Ss = 2.47) erkeklerin puan ortalamasından (Ort. = 10.44, Ss = 3.00) anlamlı düzeyde daha yüksek olduğu bulunmuştur. Cohen's d değeri 0.49 olarak hesaplanmıştır ve bu düşük büyüklükte bir etkiyi gösterir.

Cinsiyete göre katılım gösteren kişilerin Anlama puan ortalamaları arasında istatistiksel olarak anlamlı fark saptanmıştır [$t(187.34) = 4.23, p < .001, d = 0.49$]. Kadınların Anlama puanları (Ort. = 12.03, Ss = 2.46) erkeklerin puanlarından (Ort. = 10.69, Ss = 3.01) anlamlı düzeyde daha yüksek bulunmuştur. Cohen's d değeri 0.49 olarak hesaplanmıştır ve bu düşük büyüklükte bir etkiyi gösterir.

Cinsiyete göre katılım gösteren kişilerin Kabul puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı fark saptanmıştır [$t(381) = 2.28, p = .023, d = 0.25$]. Kadınların Kabul puan ortalaması (Ort. = 10.44, Ss = 2.77) erkeklerin puan ortalamasından (Ort. = 9.73, Ss = 2.89) anlamlı düzeyde daha yüksek bulunmuştur. Cohen's d değeri 0.25 olarak hesaplanmıştır ve bu düşük büyüklükte bir etkiyi gösterir.

Cinsiyete göre katılım sağlayan kişilerin Yüzleşmeye Hazırlanma puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı fark saptanmıştır [$t(381) = 2.74, p = .006, d = 0.30$]. Kadınların Yüzleşmeye Hazırlanma puan ortalaması (Ort. = 10.98, Ss = 2.73) erkeklerin puan ortalamasından (Ort. = 10.14, Ss = 2.91) anlamlı düzeyde daha yüksek bulunmuştur. Cohen's d değeri 0.30 olarak hesaplanmıştır ve bu düşük büyüklükte bir etkiyi gösterir.

Cinsiyete göre katılım sağlayan kişilerin Öz Destek puan ortalamaları arasında istatistiksel olarak anlamlı fark bulunmuştur [$t(381) = 2.86, p = .004, d = 0.31$]. Kadınların Öz Destek puan ortalaması (Ort. = 11.38, Ss = 2.59) erkeklerin puan ortalamasından (Ort. = 10.55, Ss = 2.73) anlamlı düzeyde daha yüksek bulunmuştur. Cohen's d değeri 0.31 olarak hesaplanmıştır ve bu düşük büyüklükte bir etkiyi gösterir.

Cinsiyete göre katılımcıların Duygusal İstismar, DBÖ Toplam, Tolerans ve Değişimleme puan ortalamaları arasında istatistiksel olarak anlamlı fark bulunmamıştır ($p > 0.05$).

3.5. Çocukluk Çağı Travmatik Yaşantılar ile Duygusal Bağımlılık ve Duygu Düzenleme Becerilerinin Medeni Duruma Göre Farklılaşmasına İlişkin Bulgular

Medeni duruma göre katılımcıların Çocukluk Çağı Ruhsal Travma Ölçeği (CTQ) ile Duygusal Bağımlılık Ölçeği (DBÖ) ve Duygu Düzenleme Becerileri Ölçeği (DDBÖ) ve alt boyutları puan ortalamaları arasında anlamlı bir fark olup olmadığını sınamak için “bağımsız örneklem t-testi” kullanılmıştır. Yapılan analiz sonuçları Tablo 8’de gösterilmiştir.

Tablo 8. Katılımcıların CTQ, DBÖ, DDBÖ ve Alt Boyutları Puan Ortalamalarının Medeni Duruma Göre Farklılaşmasına İlişkin T-Testi Sonuçları

Değişkenler	Bekar (İlişkisi var) (n=272)		Evli (n=111)		<i>t</i>	<i>p</i>	Cohen's <i>d</i>
	<i>Ort.</i>	<i>Ss</i>	<i>Ort.</i>	<i>Ss</i>			
CTQ Toplam	39.60	13.14	36.70	10.10	2.33	.021	0.25
Duygusal İstismar	8.13	3.93	7.02	2.64	3.22	.001	0.33
Fiziksel İstismar	6.26	2.62	5.92	1.94	1.24	.215	0.15
Fiziksel İhmal	7.38	2.92	6.98	2.55	1.26	.208	0.15
Duygusal İhmal	10.60	4.44	9.80	4.33	1.60	.109	0.18
Cinsel İstismar	6.63	3.16	6.13	2.52	1.49	.137	0.18
DBÖ Toplam	27.42	8.00	30.54	8.20	-3.44	< .001	0.39
DDBÖ Toplam	96.96	20.35	101.15	18.43	-1.88	.061	0.22
Farkındalık	10.89	2.49	11.06	2.36	-0.63	.531	0.07
Beden Duyumları	10.99	2.71	11.65	2.44	-2.23	.026	0.26
Netlik	11.22	2.83	11.76	2.37	-1.76	.079	0.21
Anlama	11.54	2.79	11.82	2.49	-0.92	.360	0.11
Kabul	10.07	2.87	10.59	2.67	-1.63	.104	0.19
Tolerans	10.01	3.03	10.78	2.50	-2.57	.011	0.28
Yüzleşmeye Hazırlanma	10.57	2.88	11.12	2.62	-1.74	.082	0.20
Öz Destek	11.03	2.72	11.37	2.49	-1.14	.256	0.13
Değişimleme	10.64	2.70	11.01	2.54	-1.24	.217	0.14

Not. CTQ: Çocukluk Çağı Ruhsal Travma Ölçeği, DBÖ: Duygusal Bağımlılık Ölçeği, DDBÖ: Duygu Düzenleme Becerileri Ölçeği

Tablo 8 incelendiğinde, medeni duruma göre katılımcıların CTQ Toplam puan ortalamaları arasında istatistiksel olarak anlamlı fark saptanmıştır [$t(263.42) = 2.33$, $p = .021$, $d = 0.25$]. İlişkisi olan bekar katılımcıların CTQ Toplam puan

ortalaması (Ort. = 39.60, Ss = 13.14) evli katılımcıların puan ortalamasından (Ort. = 36.70, Ss = 10.10) anlamlı düzeyde daha yüksek bulunmuştur. Cohen's d değeri 0.25 olarak hesaplanmıştır ve bu düşük büyüklükte bir etkiyi gösterir.

Medeni duruma göre katılımcıların Duygusal İstismar puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı fark saptanmıştır [$t(299.67) = 3.22, p = .001, d = 0.33$]. İlişkisi olan bekarların Duygusal İstismar puan ortalaması (Ort. = 8.13, Ss = 3.93) evlilerin puan ortalamasından (Ort. = 7.02, Ss = 2.64) anlamlı düzeyde daha fazla bulunmuştur. Cohen's d değeri 0.33 olarak hesaplanmıştır ve bu düşük büyüklükte bir etkiyi gösterir.

Medeni duruma göre katılımcıların DBÖ Toplam puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı fark saptanmıştır [$t(381) = -3.44, p < .001, d = 0.39$]. Evlilerin DBÖ Toplam puan ortalaması (Ort. = 30.54, Ss = 8.20) ilişkisi olan bekarların puan ortalamasından (Ort. = 27.42, Ss = 8.00) anlamlı düzeyde daha yüksek bulunmuştur. Cohen's d değeri 0.39 olarak hesaplanmıştır ve bu düşük büyüklükte bir etkiyi gösterir.

Medeni duruma göre katılımcıların Beden Duyumları puan ortalamaları arasında istatistiksel olarak anlamlı fark saptanmıştır [$t(381) = -2.23, p = .026, d = 0.26$]. Evlilerin Beden Duyumları puan ortalaması (Ort. = 11.65, Ss = 2.44) ilişkisi olan bekarların puan ortalamasından (Ort. = 10.99, Ss = 2.71) anlamlı düzeyde daha yüksek bulunmuştur. Cohen's d değeri 0.26 olarak hesaplanmıştır ve bu düşük büyüklükte bir etkiyi gösterir.

Medeni duruma göre katılımcıların Tolerans puan ortalamaları arasında istatistiksel olarak anlamlı fark saptanmıştır [$t(245.67) = -2.57, p = .011, d = 0.28$]. Evlilerin Tolerans puan ortalaması (Ort. = 10.78, Ss = 2.50) ilişkisi olan bekarların puan ortalamasından (Ort. = 10.01, Ss = 3.03) anlamlı düzeyde daha yüksek bulunmuştur. Cohen's d değeri 0.28 olarak hesaplanmıştır ve bu düşük büyüklükte bir etkiyi gösterir.

Medeni duruma göre katılımcıların Fiziksel İstismar, Fiziksel İhmal, Duygusal İhmal, Cinsel İstismar, DDBÖ Toplam, Farkındalık, Netlik, Anlama, Kabul, Yüzleşmeye Hazırlanma, Öz Destek ve Değişimleme puan ortalamaları arasında istatistiksel olarak anlamlı fark bulunmamıştır ($p > 0.05$).

3.6. Çocukluk Çağı Travmatik Yaşantılar ile Duygusal Bağımlılık ve Duygu Düzenleme Becerilerinin Eğitim Durumuna Göre Farklaşmasına İlişkin Bulgular

Eğitim durumuna göre katılımcıların Çocukluk Çağı Ruhsal Travma Ölçeği (CTQ) ile Duygusal Bağımlılık Ölçeği (DBÖ) ve Duygu Düzenleme Becerileri Ölçeği (DDBÖ) ve alt boyutları puan ortalamaları arasında anlamlı bir fark olup olmadığını sınamak için Tek Yönlü Varyans Analizi (ANOVA) yapılmıştır. Analiz sonuçları Tablo 9’da gösterilmiştir.

Tablo 9. Katılımcıların CTQ, DBÖ, DDBÖ ve Alt Boyutları Puan Ortalamalarının Eğitim Durumuna Göre Farklaşmasına İlişkin ANOVA Sonuçları

		<i>n</i>	<i>Ort.</i>	<i>Ss</i>	<i>F</i>	<i>p</i>	η^2	Fark
CTQ Toplam	Lise ve altı ^a	57	42.96	14.89	4.59	.011	0.02	a>b
	Önlisans/Lisans ^b	250	37.60	11.41				
	Lisansüstü ^c	76	39.45	12.89				
Duygusal İstismar	Lise ve altı	57	8.35	4.45	1.28	.280	0.01	
	Önlisans/Lisans	250	7.60	3.40				
	Lisansüstü	76	8.09	3.72				
Fiziksel İstismar	Lise ve altı ^a	57	7.12	3.11	6.50	.002	0.03	a>b
	Önlisans/Lisans ^b	250	5.88	2.19				
	Lisansüstü ^c	76	6.37	2.53				
Fiziksel İhmal	Lise ve altı ^a	57	8.28	3.27	4.75	.009	0.02	a>b
	Önlisans/Lisans ^b	250	7.02	2.59				
	Lisansüstü ^c	76	7.32	3.06				
Duygusal İhmal	Lise ve altı	57	11.16	4.87	1.11	.331	0.01	
	Önlisans/Lisans	250	10.19	4.27				
	Lisansüstü	76	10.36	4.56				
Cinsel İstismar	Lise ve altı ^a	57	7.35	3.75	3.31	.038	0.02	a>b
	Önlisans/Lisans ^b	250	6.24	2.74				
	Lisansüstü ^c	76	6.62	3.08				
DBÖ Toplam	Lise ve altı ^a	57	29.72	9.37	4.70	.010	0.02	a,b>c
	Önlisans/Lisans ^b	250	28.75	7.76				
	Lisansüstü ^c	76	25.87	8.15				
DDBÖ Toplam	Lise ve altı ^a	57	92.75	22.74	3.03	.049	0.02	c>a
	Önlisans/Lisans ^b	250	98.50	18.91				
	Lisansüstü ^c	76	101.14	20.20				
Farkındalık	Lise ve altı ^a	57	10.11	2.83	3.96	.020	0.02	b>a
	Önlisans/Lisans ^b	250	11.10	2.39				
	Lisansüstü ^c	76	11.03	2.25				
Beden Duyumları	Lise ve altı ^a	57	10.46	3.17	3.16	.044	0.02	c>a
	Önlisans/Lisans ^b	250	11.21	2.51				
	Lisansüstü ^c	76	11.61	2.59				
Netlik	Lise ve altı	57	10.84	2.91	1.66	.192	0.01	
	Önlisans/Lisans	250	11.40	2.66				
	Lisansüstü	76	11.70	2.69				
Anlama	Lise ve altı	57	10.84	3.08	2.89	.057	0.01	
	Önlisans/Lisans	250	11.79	2.60				
	Lisansüstü	76	11.64	2.68				
Kabul	Lise ve altı	57	9.44	3.05	2.99	.052	0.02	
	Önlisans/Lisans	250	10.28	2.76				
	Lisansüstü	76	10.61	2.76				
Tolerans	Lise ve altı	57	9.68	3.12	2.53	.081	0.01	
	Önlisans/Lisans	250	10.19	2.84				
	Lisansüstü	76	10.80	2.87				

Yüzleşmeye Hazırlanma	Lise ve altı	57	10.32	3.16	1.59	.205	0.01
	Önlisans/Lisans	250	10.68	2.76			
	Lisansüstü	76	11.17	2.70			
Öz Destek	Lise ve altı	57	10.75	3.03	1.12	.329	0.01
	Önlisans/Lisans	250	11.12	2.45			
	Lisansüstü	76	11.45	3.00			
Değişimleme	Lise ve altı	57	10.32	3.02	1.62	.199	0.01
	Önlisans/Lisans	250	10.72	2.57			
	Lisansüstü	76	11.14	2.61			

Tablo 9 incelendiğinde, eğitim durumuna göre katılımcıların CTQ Toplam puan ortalamaları arasında anlamlı bir fark saptanmıştır [$F(2, 380) = 4.59, p = .011, \eta^2 = 0.02$]. Bu farkın etki büyüklüğü ($\eta^2 = 0.02$) düşük düzeydedir. Farkın hangi gruplar arasında olduğunu tespit etmek için yapılan Tamhane çoklu karşılaştırma testi sonucunda, eğitim durumu lise ve altı olan katılımcıların CTQ Toplam puan ortalaması (Ort. = 42.96, Ss = 14.89) Önlisans/Lisans olan katılımcıların puan ortalamasından (Ort. = 37.60, Ss = 11.41) anlamlı düzeyde daha yüksek bulunmuştur.

Eğitim durumuna göre katılımcıların Fiziksel İstismar puan ortalamaları arasında anlamlı bir fark saptanmıştır [$F(2, 380) = 6.50, p = .002, \eta^2 = 0.03$]. Bu farkın etki büyüklüğü ($\eta^2 = 0.03$) düşük düzeydedir. Farkın hangi gruplar arasında olduğunu tespit etmek için yapılan Tamhane çoklu karşılaştırma testi sonucunda, eğitim durumu lise ve altı olanların Fiziksel İstismar puan ortalaması (Ort. = 7.12, Ss = 3.11) Önlisans/Lisans olanların puan ortalamasından (Ort. = 5.88, Ss = 2.19) anlamlı düzeyde daha yüksek bulunmuştur.

Eğitim durumuna göre katılımcıların Fiziksel İhmal puan ortalamaları arasında anlamlı bir fark saptanmıştır [$F(2, 380) = 4.75, p = .009, \eta^2 = 0.02$]. Bu farkın etki büyüklüğü ($\eta^2 = 0.02$) düşük düzeydedir. Farkın hangi gruplar arasında olduğunu tespit etmek için yapılan Tamhane çoklu karşılaştırma testi sonucunda, eğitim durumu lise ve altı olanların Fiziksel İhmal puan ortalaması (Ort. = 8.28, Ss = 3.27) Önlisans/Lisans olanların puan ortalamasından (Ort. = 7.02, Ss = 2.59) anlamlı düzeyde daha fazla bulunmuştur.

Eğitim durumuna göre katılımcıların Cinsel İstismar puan ortalamaları arasında anlamlı bir fark saptanmıştır [$F(2, 380) = 3.31, p = .038, \eta^2 = 0.02$]. Bu farkın etki büyüklüğü ($\eta^2 = 0.02$) düşük düzeydedir. Farkın hangi gruplar arasında

olduğunu tespit etmek için yapılan Tamhane çoklu karşılaştırma testi sonucunda, eğitim durumu lise ve altı olanların Cinsel İstismar puan ortalaması (Ort. = 7.35, Ss = 3.75) Önlisans/Lisans olanların puan ortalamasından (Ort. = 6.24, Ss = 2.74) anlamlı düzeyde daha fazla bulunmuştur.

Eğitim durumuna göre katılımcıların DBÖ Toplam puan ortalamaları arasında anlamlı bir fark bulunmuştur [$F(2, 380) = 4.70, p = .010, \eta^2 = 0.02$]. Bu farkın etki büyüklüğü ($\eta^2 = 0.02$) düşük düzeydedir. Farkın hangi gruplar arasında olduğunu tespit etmek için yapılan Scheffe çoklu karşılaştırma testi sonucunda, eğitim durumu lisansüstü olanların DBÖ Toplam puan ortalaması (Ort. = 25.87, Ss = 8.15) lise ve altı (Ort. = 29.72, Ss = 9.37) ve Önlisans/Lisans (Ort. = 28.75, Ss = 7.76) olanların puan ortalamasından anlamlı düzeyde daha düşük bulunmuştur.

Eğitim durumuna göre katılımcıların DDBÖ Toplam puan ortalamaları arasında anlamlı bir fark bulunmuştur [$F(2, 380) = 3.03, p = .049, \eta^2 = 0.02$]. Bu farkın etki büyüklüğü ($\eta^2 = 0.02$) düşük düzeydedir. Farkın hangi gruplar arasında olduğunu tespit etmek için yapılan Tamhane çoklu karşılaştırma testi sonucunda, eğitim durumu lisansüstü olanların DDBÖ Toplam puan ortalaması (Ort. = 101.14, Ss = 20.20) lise ve altı olanların puan ortalamasından (Ort. = 92.75, Ss = 22.74) anlamlı düzeyde daha yüksek bulunmuştur.

Eğitim durumuna göre katılımcıların Farkındalık puan ortalamaları arasında anlamlı bir fark bulunmuştur [$F(2, 380) = 3.96, p = .020, \eta^2 = 0.02$]. Bu farkın etki büyüklüğü ($\eta^2 = 0.02$) düşük düzeydedir. Farkın hangi gruplar arasında olduğunu tespit etmek için yapılan Scheffe çoklu karşılaştırma testi sonucunda, eğitim durumu Önlisans/Lisans olanların Farkındalık puan ortalaması (Ort. = 11.10, Ss = 2.39) lise ve altı olanların puan ortalamasından (Ort. = 10.11, Ss = 2.83) anlamlı düzeyde daha yüksek bulunmuştur.

Eğitim durumuna göre katılımcıların Beden Duyumları puan ortalamaları arasında anlamlı bir fark saptanmıştır [$F(2, 380) = 3.16, p = .044, \eta^2 = 0.02$]. Bu farkın etki büyüklüğü ($\eta^2 = 0.02$) düşük düzeydedir. Farkın hangi gruplar arasında olduğunu tespit etmek amacıyla yapılan Tamhane çoklu karşılaştırma testi sonucunda, eğitim durumu Lisansüstü olanların Beden Duyumları puan ortalaması

(Ort. = 11.61, Ss = 2.59) lise ve altı olanların puan ortalamasından (Ort. = 10.46, Ss = 3.17) anlamlı düzeyde daha fazla bulunmuştur.

3.7. Çocukluk Çağı Travmatik Yaşantılar ile Duygusal Bağımlılık ve Duygu Düzenleme Becerilerinin İlişki Süresine Göre Farklaşmasına İlişkin Bulgular

İlişki Süresine göre katılımcıların Çocukluk Çağı Ruhsal Travma Ölçeği (CTQ) ile Duygusal Bağımlılık Ölçeği (DBÖ) ve Duygu Düzenleme Becerileri Ölçeği (DDBÖ) ve alt boyutları puan ortalamaları arasında anlamlı bir fark olup olmadığını sınamak için Tek Yönlü Varyans Analizi (ANOVA) uygulanmıştır. Analiz sonuçları Tablo 10'da gösterilmiştir.

Tablo 10. Katılımcıların CTQ, DBÖ, DDBÖ ve Alt Boyutları Puan Ortalamalarının İlişki Süresine Göre Farklaşmasına İlişkin ANOVA Sonuçları

		<i>n</i>	<i>Ort.</i>	<i>Ss</i>	<i>F</i>	<i>p</i>	η^2	Fark
CTQ Toplam	0-5 yıl	260	38.38	11.94	0.50	.605	0.00	
	6-10 yıl	58	39.02	13.00				
	11 ve üstü	65	40.08	13.67				
Duygusal İstismar	0-5 yıl	260	7.89	3.78	0.24	.789	0.00	
	6-10 yıl	58	7.55	3.16				
	11 ve üstü	65	7.71	3.50				
Fiziksel İstismar	0-5 yıl	260	6.00	2.30	1.69	.185	0.01	
	6-10 yıl	58	6.48	2.90				
	11 ve üstü	65	6.51	2.56				
Fiziksel İhmal	0-5 yıl	260	7.12	2.55	1.14	.320	0.01	
	6-10 yıl	58	7.66	3.38				
	11 ve üstü	65	7.51	3.27				
Duygusal İhmal	0-5 yıl	260	10.41	4.33	0.79	.454	0.00	
	6-10 yıl	58	9.76	4.45				
	11 ve üstü	65	10.74	4.76				
Cinsel İstismar	0-5 yıl	260	6.34	2.90	0.96	.382	0.01	
	6-10 yıl	58	6.67	2.98				
	11 ve üstü	65	6.88	3.38				
DBÖ Toplam	0-5 yıl	260	27.92	8.30	1.04	.354	0.01	
	6-10 yıl	58	29.00	7.67				
	11 ve üstü	65	29.35	8.08				
DDBÖ Toplam	0-5 yıl	260	98.99	19.41	0.69	.503	0.00	
	6-10 yıl	58	96.22	21.44				
	11 ve üstü	65	96.65	20.41				
Farkındalık	0-5 yıl	260	11.05	2.39	1.07	.346	0.01	
	6-10 yıl	58	10.84	2.65				
	11 ve üstü	65	10.57	2.52				
Beden Duyumları	0-5 yıl	260	11.25	2.56	0.52	.595	0.00	
	6-10 yıl	58	10.86	3.18				
	11 ve üstü	65	11.15	2.49				
Netlik	0-5 yıl	260	11.45	2.64	0.30	.739	0.00	
	6-10 yıl	58	11.21	2.94				
	11 ve üstü	65	11.23	2.80				
Anlama	0-5 yıl	260	11.68	2.63	0.32	.727	0.00	
	6-10 yıl	58	11.60	3.12				
	11 ve üstü	65	11.38	2.63				

Kabul	0-5 yıl	260	10.39	2.78	1.87	.156	0.01
	6-10 yıl	58	9.62	2.95			
	11 ve üstü	65	10.08	2.82			
Tolerans	0-5 yıl	260	10.31	2.86	0.24	.788	0.00
	6-10 yıl	58	10.07	3.00			
	11 ve üstü	65	10.11	2.98			
Yüzleşmeye Hazırlanma	0-5 yıl	260	10.80	2.79	0.35	.703	0.00
	6-10 yıl	58	10.48	3.01			
	11 ve üstü	65	10.63	2.76			
Öz Destek	0-5 yıl	260	11.23	2.63	0.61	.542	0.00
	6-10 yıl	58	10.88	2.60			
	11 ve üstü	65	10.94	2.81			
Değişimleme	0-5 yıl	260	10.82	2.66	0.29	.747	0.00
	6-10 yıl	58	10.66	2.87			
	11 ve üstü	65	10.55	2.43			

Not. CTQ: Çocukluk Çağı Ruhsal Travma Ölçeği, DBÖ: Duygusal Bağımlılık Ölçeği, DBBÖ: Duygu Düzenleme Becerileri Ölçeği

İlişki süresine göre katılımcıların CTQ Toplam, Duygusal İstismar, Fiziksel İstismar, Fiziksel İhmal, Duygusal İhmal, Cinsel İstismar, DBÖ Toplam, DDBÖ Toplam, Farkındalık, Beden Duyumları, Netlik, Anlama, Kabul, Tolerans, Yüzleşmeye Hazırlanma, Öz Destek ve Değişimleme puan ortalamaları arasında istatistiksel olarak anlamlı fark ortaya çıkmamıştır ($p > 0.05$).

TARTIşMA

Bu bölümde çocukluk çağı travmatik yaşantılarıyla duygusal bağımlılık ve duygu düzenleme becerisi arasındaki ilişki ve bu değişkenlerin demografik özellikler açısından nasıl farklılaştığına dair araştırma bulgularının tartışılmasına yer verilmiştir.

Çocukluk çağı travmaları ve duygusal bağımlılık arasındaki ilişki incelendiğinde, bu araştırma sonucunda çocukluk çağı travmalarının alt boyutu olan cinsel istismar ile duygusal bağımlılık arasında negatif yönlü ve anlamlı bir ilişki olduğu belirlenmiştir. Cinsel istismar ile duygusal bağımlılık arasındaki ilişkinin etki düzeyine bakıldığında ise duygusal bağımlılık düzeyindeki değişimin yüzde biri cinsel istismar tarafından etkilendiği bulunmaktadır. Çocukluk çağı travmaları toplam puan ve alt boyutları olan duygusal istismar, fiziksel istismar, fiziksel ihmal, duygusal ihmal arasında bir ilişki olmadığı belirlenmiştir. Bu durumda çocukluk çağı travmalarından sadece ilişkisi olduğu ortaya çıkan cinsel istismarın fazla olması durumunun duygusal bağımlılık düzeyini azalttığı sonucuna varılmaktadır. Literatürde ‘duygusal bağımlılık’ kavramı üzerine yapılan çalışmaların oldukça kısıtlı olduğu görülmüştür. Dolayısıyla, bu bulguları yorumlamak için ‘kişiler arası bağımlılık’ ile ilgili olan araştırmalardan da destek alınarak değerlendirilmiştir. Literatürde bulunan çalışmalar incelendiğinde, Tolan ve Tümer’in (2022) yaptığı ‘çocukluk çağı travmaları ile kişilerarası bağımlılık arasındaki ilişkide duygu düzenleme güçlüğü’nün aracı rolü / çocukluk travmaları ile kişilerarası bağımlılık arasında aracı olarak duygu düzenlemede güçlük’ adlı çalışma sonucunda kişiler arası bağımlılık düzeyi çocuklukta ihmal ve istismarla artar olarak bulunmuştur. Araştırma sonucuna bakıldığında bu bulgu desteklenmemiştir. Bunun sebebi olarak ise araştırma da kişiler arası bağımlılık altında arkadaş, aile, romantik ilişkilere bakılmıştır. Fakat bu çalışmada duygusal bağımlılık altında sadece romantik ilişkisi olan bireylerle çalışılmıştır. Bu da aileye, arkadaşına veya başka türlü olan bağımlılık türünün çocukluk çağı travmalarıyla daha çok ilişkili olabildiğini düşündürmektedir.

Çocukluk çağı travmaları ve duygu düzenleme becerileri arasındaki ilişki incelendiğinde, bu araştırma sonucunda temelde negatif yönlü anlamlı bir ilişki olduğu belirlenmiştir. Çocukluk çağı travmaları ile duygu düzenleme becerileri arasındaki ilişkinin etki düzeyine bakıldığında ise önemli ölçüde fiziksel ihmal, duygusal ihmal ve cinsel istismar duygu düzenleme becerilerini anlamlı düzeyde negatif yönlü etkilediği bulunmuştur. Çocukluk çağı travmalarının alt boyutları olan duygusal istismar, fiziksel istismar, fiziksel ihmal, duygusal ihmal ve cinsel istismar ile duygu düzenleme becerisi toplam puan ve alt ölçekleri olan farkındalık, beden duyuları, netlik, anlama, kabul, tolerans, yüzleşmeye hazırlanma, öz destek, değişimleme boyutları arasında negatif yönlü ve anlamlı ilişki bulunmuştur. Literatürde bulunan çalışmalar incelendiğinde, bu araştırmayı destekler nitelikte olan Şahin Demirkapı (2013) de çocukluk çağı travmalarının duygu düzenleme ve kimlik gelişimine etkisi ve bunların psikopatolojiler ile ilişkisini incelediği çalışmada çocukluk çağı travmalarının artmasının duygu düzenleme becerilerini azaltacağı yönünde sonuç elde etmiştir. Bir diğer çalışmayı destekleyecek nitelikte olan Marusak ve ark. (2015) tarafından yapılan çalışma sonucunda da çocukluk çağında travmaya maruz kalmanın duygu düzenleme becerilerinin ketlenmesi durumunu ortaya koymaktadır. Özdemir (2020) çocukluk çağı travması, duygu düzenleme becerileri ve somatizasyon arasındaki ilişkinin incelenmesi konulu çalışmasının sonucunda da çocukluk çağı travmalarıyla duygu düzenleme becerileri arasında negatif yönlü ve anlamlı ilişki ortaya çıkmıştır. Çelik (2020) yaptığı ‘çocukluk çağı travmaları, duygu düzenleme becerileri ve bilinçli farkındalık arasındaki ilişkilerin incelenmesi’ çalışmasında da çocukluk çağı travmatik deneyimler arttıkça duygu düzenleme güçlüklerinin de arttırdığı sonucu bularak araştırma sonucunu desteklemiştir. Bulguların literatürle uyuşmasının sebebine bakacak olursak da Karaaslan (2017) yaptığı çalışma sonucunda çocukluk çağı travmalarına sahip olanların öfkesine hâkim olamadığına dair bir sonuç elde etmiştir. Bu da çocukluk çağı travmaları, yetişkinlikte bireylerin duyguları üzerinde kontrol becerilerini azalttığı ve bunun sonucunda da kişilerde olumsuz duyguları anlama ve düzenleyebilme konusunda zorluklar yaşanıldığı düşünülmektedir. Bir diğer düşünce ise çocukluk çağı travmaları çocukların duygusal gelişimlerini etkilediği yönündedir. Bu da kişilerin hayatları boyunca farklı alanlarda karşılarına çıkarak kendilerini

gösterebilmektedir. Örnek verecek olursak, çocuklar travma deneyimleri sebebiyle yaşamlarında güvende hissetmemeye başlarlar ve bunun sonucunun da hayatlarında duygusal zorluklar yaşamaya sebep olabileceği düşünülmektedir.

Çocukluk çağı travmaları düzeyinin cinsiyete göre farklılaşıp farklılaşmadığına bakıldığında, araştırmanın sonucuna göre cinsiyete göre kişilerin çocukluk çağı travmaları toplam puanları ile arasında anlamlı fark bulunmuştur. Bu sonuca göre erkeklerin çocukluk çağı travmaları kadınlardan daha yüksek bulunmuştur. Erkeklerin alt ölçeklerden fiziksel istismar, fiziksel ihmal, duygusal ihmal, cinsel istismar puanları kadınlardan daha yüksek bulunmuştur. Fakat duygusal istismar düzeyi cinsiyete göre bir farklılaşma durumu görülmemiştir. Literatürde bulunan çalışmalar incelendiğinde, Usta (2022) yaptığı çocukluk çağı travmalarıyla ilgili araştırmada erkeklerin fiziksel ve duygusal ihmal düzeyleri kadınların fiziksel ve duygusal ihmal düzeylerinden yüksek bulunmuştur. Bu sonuç araştırmada fiziksel ve duygusal ihmal boyutlarındaki sonuçları destekler niteliktedir. Meşe (2021) yaptığı ‘çocukluk çağı travmaları, psikolojik katılık ve psikolojik esneklik ile depresyon, anksiyete ve stres arasındaki ilişkilerin incelenmesi’ adlı çalışmada erkeklerin fiziksel ihmal düzeyleri kadınlardan fazla bulunarak araştırmanın sonucunu destekler niteliktedir. Bunun sebebinin ise erkek çocukların kız çocuklarına göre daha fazla hareketli olması durumunda erkek çocukları cezalandırılma yöntemi olarak travmatik durumlara maruz kalacağı düşünülmektedir. Ceza durumunun içeriği kültürel olarak farklılaşmaktadır. İçinde bulunduğumuz kültürde ise cezalandırma yöntemi olarak fiziksel ve duygusal şiddetin fazla olmasından sebep bu deneyimler çocuklar için travmatik şekilde sonuçlanabilmektedir. Bir diğer önemli olabilecek düşünce ise yine bir toplumsal kültürün parçası olarak erkeklerin kendilerini daha açık ifade edebilmelerine olanak olmasıdır. Bu durumun ise çocukluk çağı travmaları deneyimlerini açıkça ifade edebilme konusunda da geçerli olduğu düşünülmektedir. Fakat kadınların bu durumları ifade edebilmelerine yeterince fırsat verilmediği düşünülmektedir. Bu kadınlar ise yaşadıkları bu zorlayıcı deneyimlerle başa çıkabilmek için bastırma veya inkâr gibi savunma mekanizmalarını kullanabilerek bunları açığı çıkarmaktan kaçınabilecekleri düşünülmektedir. Bu durum sonucunda bu kadınların travmatik

deneyimleri ifade etmediklerinden erkeklerin çocukluk çağı travmatik deneyimlerindeki bu farklılaşma durumuna sebep olabileceği de düşünülmektedir.

Duygusal bağımlılığın cinsiyete göre farklılaşıp farklılaşmadığına bakıldığında, araştırmanın sonucuna göre cinsiyete ile duygusal bağımlılık arasında istatistiksel olarak anlamlı fark bulunmamıştır. Literatürde bulunan çalışmalar incelendiğinde, daha çok fazla araştırması olmayan duygusal bağımlılık kavramının cinsiyetle beraber çalışıldığı bir çalışmaya rastlanmamıştır. Fakat bu bağımlılık durumunu romantik ilişkiden çıkarıp kişilerarası bağımlılık düzeyinde değerlendiren Ak (2022) çalışmasında kadınların kişilerarası bağımlılıklarını erkeklerden daha fazla bulmuştur. Araştırmayla ters düşen bu sonucun sebebi ise kişilerarası bağımlılıkta aile, arkadaşlık gibi çok daha fazla değişkenlerin hesaba katılmasının sebep olduğu düşünülmektedir. Bu araştırma sonucundaki farklılaşma durumunun olmaması ise ilişkilerdeki duygusal bağımlılık sadece partneriyle bireyin arasında gerçekleşip daha özel bir alanda yaşandığından bireylerin cinsiyete göre bunu ortaya çıkarıp çıkarmamakla ilgili bir endişe duymalarının daha az olmasının normal olduğu düşünülmektedir. Bu durumun ise cinsiyete göre duygusal bağımlılık düzeyinin farklılaşmamasını açıklamasının sebebi olarak görülmektedir.

Duygu düzenleme becerilerinin cinsiyete göre farklılaşıp farklılaşmadığına bakıldığında, araştırmanın sonucuna göre cinsiyet ile duygu düzenleme becerileri arasında istatistiksel olarak anlamlı fark bulunmuştur. Bu sonuca göre, kadınların duygu düzenleme becerileri puanı erkeklerden anlamlı düzeyde daha yüksek bulunmuştur. Duygu düzenleme becerileri alt ölçeklerinden farkındalık, beden duyumları, netlik, anlama, kabul, yüzleşmeye hazırlanma, öz destek puanları da kadınların erkeklerden daha yüksek bulunmuştur. Fakat tolerans ve değişimleme puanları cinsiyet ile arasında anlamlı fark bulunmamıştır. Literatürde bulunan çalışmalar incelendiğinde, Usta (2022) yaptığı duygu düzenleme beceriyle ilgili çalışmada araştırmayı destekler nitelikte olan kadınların duygu düzenleme becerilerini erkeklerden daha fazla bulmuştur. Ceyhan (2021) yaptığı bilişsel duygu düzenleme kabul etme ve düşünceye odaklanma düzeyleri ile ilgili çalışmada da kadınların erkeklerden duygu düzenleme becerilerinin daha yüksek olduğu bulunmuştur (Usta, 2023; Ceyhan, 2021) Bu farklılaşmanın sebebi ise duyguların farkında olunması ve yaşanmasının erkek ve kadınlar arasında farklılıklar olması

olarak düşünülebilir. Genel olarak kadınların erkeklerden duygularını dışa gösterip yaşamaları daha belirgindir fakat erkeklerin duygularını açığa çıkarmama ve bastırma eğiliminde oldukları daha sık gözlemlenebilir. Duygu düzenleme becerisi ise önce yaşanan duyguyu fark edip kabullendikten sonra onunla ilgili çalışılacak bir şeydir. Bu durumda kadınlar zaten duygular konusunda daha farkındalıklı yaşadıklarından bir süre sonra onları düzenleyebilme becerilerinin de daha fazla olmasının sebebi olarak düşünülebilmektedir.

Çocukluk çağı travmaları düzeyinin medeni duruma göre farklılaşıp farklılaşmadığına bakıldığında, araştırmanın sonucuna göre medeni durum ve çocukluk çağı travmaları puanları ile arasında anlamlı fark ortaya çıkmıştır. Buna göre, ilişkisi olan bekar katılımcıların puanları evli olan katılımcılardan anlamlı düzeyde daha yüksek bulunmuştur. Bu sonuca göre, ilişkisi olan ama bekar bireylerin çocukluk çağı travmaları daha fazladır. Medeni duruma göre ilişkisi olan bekar bireylerin duygusal istismar puanları da evlilerden anlamlı düzeyde daha yüksek bulunmuştur. Fakat medeni duruma göre katılımcıların fiziksel istismar, fiziksel ihmal, duygusal ihmal, cinsel istismar arasında farklılaşma bulunmamıştır. Lee (2021) yaptığı çalışmada bekar olanların çocukluk çağı travmalarının daha yüksek seviyede bulmuş ve o bireylerin evlenmeyi düşünmedikleriyle ilgili bir sonuç elde etmiştir. Bu araştırma çalışmaya paralellik göstermektedir. İlişkisi olsa da evlenmeyen kişilerin evli kişilerden çocukluk çağı travmalarının daha yüksek olması çocukluk çağı travmalarının evlilik üzerinde ketleyici bir etkisi olabileceğini düşündürmektedir. Araştırma sonucunda farklılaşma durumunun duygusal istismar faktörüne göre de ortaya çıkması ise evlilik müessesisiyle kademe atlayan duygusal yakınlık durumu bu istismar türüne sahip olup ilişkisi olsa bile bekar olan bireyleri rahatsız edip geri evlilikten yana geri çekilmelerine sebep olabileceği düşünülmektedir.

Duygusal bağımlılığın medeni duruma göre farklılaşıp farklılaşmadığına bakıldığında, araştırmanın sonucuna göre medeni durum ile katılımcıların duygusal bağımlılık puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı fark bulunmuştur. Bu sonuca göre, evlilerin duygusal bağımlılık puanları ilişkisi olan bekarların puanlarından anlamlı düzeyde daha yüksek bulunmuştur. Literatürde bulunan çalışmalar incelendiğinde, duygusal bağımlılık kavramının oldukça kısıtlı kullanılmasından

kaynaklı henüz medeni durumla farklılaşma durumuna ilişkin bir çalışmaya rastlanmamıştır. Bu çalışmanın sonucuna dair çıkarımlardan biri ise evli bireylerin duygusal bağımlılıkları ilişkisi olup bekar bireylerden farklılaşmasının altında yatan sebeplerden biri, kişilerde zaten bu bağımlılık türüne yatkınlık olup toplum tarafından da bağlayıcı bir müessese olan evliliğin bireylerin kaybetme korkusunu duygusal bağımlılık üzerinden tetikleyip arttırdığı düşünülmektedir. İlişkisi olan ama bekar olan bireyler bu birlikteliği kaybedince sadece partnerler arasında zorlanmalar yaşanırken evlilik birlikteliğinin kaybedilmesinde aileler ve toplumsal görüşler bu zorlanmaya eşlik edebilme ihtimalleri bireylere daha korkutucu gelmeleri sebebiyle evlilik içerisinde duygusal bağımlılıklarını arttırarak kişilerin bir evlilik birliğini koruma mekanizması olarak kullandığı düşünülmektedir.

Duygu düzenleme becerilerinin medeni duruma göre farklılaşıp farklılaşmadığına bakıldığında, araştırmanın sonucuna göre medeni durum ile duygu düzenleme becerileri arasında istatistiksel olarak anlamlı fark bulunmamıştır. Fakat duygu düzenleme becerileri alt ölçeği olan beden duyuları ve tolerans puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı fark bulunmuştur. Bu sonuca göre ise evlilerin beden duyuları ve toleransları ilişkisi olan bekarlardan anlamlı düzeyde daha yüksek bulunmuştur. Diğer alt ölçekleri olan farkındalık, netlik, anlama, kabul, yüzleşmeye hazırlanma, öz destek ve değişimleme puan ortalamaları arasında istatistiksel olarak anlamlı fark bulunmamıştır. Literatürde bulunan çalışmalar incelendiğinde, Gündüz (2016) yaptığı çalışmadan yetişkin bireylerin duygularını düzenlemedeki güçlükleriyle çalışmıştır. Bunun sonucuna göre ise evliliğin bireylerdeki duygu düzenlemedeki güçlüğü azalması sonucunu bulmuştur. Bu çalışma duygu düzenleme becerilerindeki tolerans ve beden duyumu alt ölçeklerindeki sonucu destekler niteliktedir. Aynı şekilde Gezici (2022) yaptığı çalışmada evli olanların duygu düzenleme güçlükleri evli olmayanlara göre daha az olduğunu yani duygularını daha iyi düzenleyebildikleri sonucunu elde etmiştir. Bu durum ise evliliğin iki birey arasında daha fazla ortak payda da birleşmelerine sebep olarak bu ortaklık süreci hem kendi duygularına hem partnerinin duygularına bol bol eşlik edilmesine olanak sağlamaktadır. Bu farkındalıklarda bir süre sonra duygular üzerinde bir kontrol edebilmeye dönüşerek duygu düzenleme becerisinin ortaya çıkabildiği düşünülmektedir.

Çocukluk çağı travmaları düzeyinin eğitim durumuna göre farklılaşıp farklılaşmadığına bakıldığında, araştırmanın sonucuna göre eğitim durumu ve çocukluk çağı travmaları puanları ile arasında anlamlı fark bulunmuştur. Bu sonuca göre, eğitim durumu lise ve altı olan katılımcıların çocukluk çağı travmaları toplam puanı ön lisans/lisans olan katılımcılardan daha yüksek bulunmuştur. Eğitim durumuna göre fiziksel ihmal ve cinsel istismar puanları lise ve altı olanların ön lisans/lisans olanlardan anlamlı düzeyde daha yüksek bulunmuştur. Eğitim durumuna göre katılımcıların fiziksel istismar, duygusal istismar ve duygusal ihmal ile aralarında istatistiksel olarak anlamlı fark bulunmamıştır. Literatürde bulunan çalışmalar incelendiğinde, çalışmayı destekler nitelikte olan Tuna (2022) yetişkin bireylerin çocukluk çağı travmalarıyla yapılan araştırmada eğitim seviyesi arttıkça fiziksel istismar ve fiziksel ihmalin azaldığı sonucuna ulaşarak çalışmayı destekler niteliktedir. Kutlutürk (2021) yaptığı çalışmada da eğitim düzeyi azaldıkça travma puanlarında artış olduğu sonucunu elde etmiş ve hem literatürü hem de araştırmayı destekler nitelikte bir sonuç ortaya çıkmıştır. Eğitim seviyesi genelde bireylerin çevresel ortamlarına ve desteklenmelerine bağlı olarak artabilmektedir. Bu durumlar ise dezavantajlı çevrede yetişen bireylerin bazı imkanlara ulaşmasını kısıtlamaktadır. Bu ulaşılmayan ve eksik olan imkanlar çocuklar için olumsuz deneyimler içerisinde sayılabilmektedir. Bu olumsuz deneyimlerin fazlalığı ve çocuğa yansıtılma şekli çocuklarda travmatik etkiler yaratabilmektedir. Bu dezavantajlı eğitim durumu ise çocukluk çağı travmalarını besleyici nitelikte olabileceğini düşündürmektedir. Başka bir bakış açısından bakılacak olursa da eğitim durumu arttıkça kişilerin kendilerine dair farkındalıklarını da arttıracaklarını ve bunun sonucunda çocukluk çağında yaşadığı olumsuz deneyimlerine dair farkındalıklarının artıp yetişkinlikte onları onarmaya yönelik bazı çalışmalar yapabileceklerine dair düşüncedir.

Duygusal bağımlılığın eğitim durumuna göre farklılaşıp farklılaşmadığına bakıldığında, araştırmanın sonucuna göre eğitim durumuna göre katılımcıların duygusal bağımlılık puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı fark bulunmuştur. Bu sonuca göre, eğitim durumu lisansüstü olanların duygusal bağımlılıkları lise ve altı ve ön lisans/lisans olanlardan anlamlı düzeyde daha düşük bulunmuştur. Literatürde bulunan çalışmalar incelendiğinde, duygusal bağımlılık kavramının oldukça kısıtlı kullanılmasından kaynaklı henüz eğitim durumuyla farklılaşma

durumuna ilişkin bir çalışmaya rastlanmamıştır. Bu çalışmanın sonucuna dair ise eğitim düzeyi arttıkça duygusal bağımlılığın azalması bireylerin eğitim düzeylerini arttırarak bir yandan da kişisel gelişimlerini arttırdığı düşünülebilir. Bu durum sonucunda da duygusal bağımlılıkları yerine içsel motivasyonlarını ve hedeflerini koyarak ilerledikleri düşünülmektedir. Aynı zamanda eğitim düzeyinin artması kişilerin sosyal destek ağlarının da genişlemesine zemin hazırlamaktadır. Bu sosyal destek ağının artması sonucunda kişinin duygusal ihtiyaçları daha fazla desteklenerek bağımlılığa olan ihtiyaçlarında azalma durumunu ortaya çıkarabilmektedir.

Duygu düzenleme becerilerinin eğitim durumuna göre farklılaşıp farklılaşmadığına bakıldığında, araştırmanın sonucuna göre eğitim durumu ile duygu düzenleme becerileri arasında istatistiksel olarak anlamlı fark bulunmuştur. Eğitim durumu lisansüstü olanların duygu düzenleme becerileri toplam puanı lise ve altı olanların puanlarından anlamlı düzeyde daha yüksek bulunmuştur. Eğitim durumu ön lisans/lisans olanların farkındalıkları lise ve altı olanlardan anlamlı düzeyde daha yüksek bulunmuştur. Eğitim durumu lisansüstü olanların beden duyuları lise ve altı olanlardan anlamlı düzeyde daha yüksek bulunmuştur. Literatürde bulunan çalışmalar incelendiğinde, Gezer (2022) yaptığı çalışmada lise ve üniversite mezunu olan kişilerin lisansüstü eğitim mezunu olanlara göre duygu düzenleme güçlüğü daha fazla yaşadıklarını ortaya koymuştur. Bu da araştırmadaki lisansüstü eğitimi olanların lise ve altı olanlardan duygu düzenleme becerilerinin daha fazla olduğunu desteklemektedir. Fakat Kaya (2022) yaptığı çalışmada duygu düzenlemeyle eğitim düzeyi arasında bir fark bulmayarak araştırmaya ters düşmektedir. Literatürde destekleyen araştırmalar ve desteklemeyen araştırmalar olması bu konuda belirgin bir yargının olmadığını göstergesidir. Bunun sebebi ise duygu düzenleme becerisinin altında yatan çok fazla değişkenlerin olmasından bu farklılaşmanın olduğu düşünülmektedir. Duygu düzenleme becerisi bireyin kişisel özellikleri ve deneyimleriyle şekillenmektedir.

Çocukluk çağı travmalarının ilişki süresine göre farklılaşma durumuna bakıldığında, araştırmanın sonucuna göre ilişki süresi ve çocukluk çağı travmaları puanları ve alt ölçekleri arasında anlamlı fark bulunmamıştır. Literatürde bulunan çalışmalar incelendiğinde, çocukluk çağı travmalarıyla ilişki süresi arasında yapılan çalışmalara rastlanmamıştır. Araştırmanın sonucuna göre farklılaşmama durumu

değerlendirilecek olursa da her bireyin çocukluk çağı travmalarının romantik ilişkisine yansıtma şekli farklıdır. Bazı bireyler için travmatik deneyimler sebebiyle daha kısa süreli ilişkiler yaşarken bazı bireylerin daha uzun ilişkiler yaşaması gözlemlenebilir. Aynı zamanda ilişki süresi kişilerin partnerinin özelliklerine de bağlı olmasından kaynaklanması sonucu sadece kişinin kendi geçmişiyle alakalı değildir. Bu da ilişki süresinin anlaşılmasının altında çok daha fazla değişken olduğu ve çocukluk çağı travmalarıyla anlamlı bir farklılaşma durumunun olmamasının sebebinin buna bağlı olduğu düşünülmektedir.

Duygusal bağımlılığın ilişki süresine göre farklılaşıp farklılaşmadığına bakıldığında, araştırmanın sonucuna göre ilişki süresi ile duygusal bağımlılık arasında istatistiksel olarak anlamlı fark bulunmamıştır. Literatürde bulunan çalışmalar incelendiğinde, duygusal bağımlılık ve ilişki süresiyle yapılan çalışmalar oldukça kısıtlıdır fakat Ümmet ve Bulut (2022) de yaptığı ‘affetme ile ilişki kalitesi arasındaki ilişkide duygusal bağımlılığın aracı rolü’ çalışmasında duygusal bağımlılık ile ilişki süresi arasında herhangi bir anlamlı ilişki bulmayarak çalışmanın sonucunu destekler nitelikte olduğu görülmüştür. Bu sonuç ise bireylerin duygusal bağımlılığa sahip olup olmadığı partneriyle geçirdiği süreden bağımsız olup kişinin bu bağımlılık türüne olan yatkınlığının içerisinde barındırıp barındırmadığıyla alakalı olduğu düşünülmektedir. Aynı zamanda bireylerin ilişki süreleri kişisel deneyimler, ilişki beklentileri, ilişki dinamiklerine göre değişkenlik gösterebilmektedir. Birçok değişkeni bir arada barındıran bu süreçte duygusal bağımlılığın tek başına farklılaşmama durumuna sebep olduğu düşünülmektedir.

Duygu düzenleme becerilerinin ilişkisi süresine göre farklılaşıp farklılaşmadığına bakıldığında, araştırmanın sonucuna göre ilişki süresi ve duygu düzenleme becerileri puanları ve alt ölçekleri arasında anlamlı fark bulunmamıştır. Literatürde bulunan çalışmalar incelendiğinde, duygu düzenleme becerisi ve ilişki süresi arasında yapılan çalışmalara rastlanmamıştır. Bu durumun sebebinin de ilişkisi süresinin karşılıklı iki kişinin özelliklerine bağlı değişebileceğinden altında yatan etmenler çok değişkenli olabilmektedir. Bu durumda duygu düzenleme becerisine göre herhangi bir farklılaşma durumunu ortaya çıkarmamasının sebebi olarak düşünülmektedir.

Bu çalışmayla ilgili önerilerimize bakılacak olursa; araştırma sonuçları değerlendirildiğinde katılımcı grubu içerisinde çocukluk çağı travmaları fazla olanların duygu düzenleme becerilerinde azalmalar olduğu ve cinsel istismar düzeyindeki artışında duygusal bağımlılık düzeyinde azalmalara sebep olduğu görülmüştür. Bu nedenle bireylerin özellikle çocukluk çağı travmalarının ölçülünerek onları onarıcı yönde tedavi, terapi gibi planları yapılması planlanabilir. Bu sayede de bireylerin duygu düzenleme becerinde bir artış ve duygusal bağımlılık düzeylerinde bir azalma görüleceğinden bunlara yönelik çalışmalar planlanabilir.

Araştırma, farklı örneklem grupları ve aynı değişkenler ile yeniden planlanarak elde edilen sonuçlar sınanabilir. Yapılacak yeni araştırmalarda çocukluk çağı travmaları, duygusal bağımlılık ve duygu düzenleme becerileri kavramları farklı demografik değişkenler açısından değerlendirilebilir. Literatürde özellikle duygusal bağımlılık konusunda araştırmaların oldukça sınırlı olduğu saptanmıştır. Bu kavramla ilgili yeni araştırmaların planlanması gerektiği düşünülmektedir. Çocukluk çağı travmaları, duygusal bağımlılık ve duygu düzenleme becerileri arasındaki ilişkilere farklı değişkenler aracılık ediyor olabilir. Bu nedenle, farklı değişkenlerle yeni araştırmalar planlanabilir. Araştırma sonucunda çocukluk çağı travmaları, duygusal bağımlılık ve duygu düzenleme becerilerinin ortaya konulmasıyla bu sonuçları bireyleri bilinçlendirmek ve farkındalıklarını arttırmak için seminer, eğitim gibi içeriklerde kullanılması planlanabilir.

SONUÇ

Araştırmaya katılan katılımcıların yaş ortalaması 28,27 olarak hesaplanmıştır. Katılımcıların 266'sı kadın, 117'si erkektir. 57 kişi lise ve altı 250 kişi ön lisans/lisans, 76 kişi lisansüstü eğitim durumuna sahiptir. Katılımcıların 272'si bekar (ilişkisi var), 111'i evlidir. İlişki süresi açısından 260'ının 0-5 yıl, 58'inin 6-10 yıl, 28'inin 11-15 yıl, 37'nin 16 yıl ve üstü ilişkisi vardır.

Çocukluk çağı travmaları ve duygusal bağımlılık arasındaki ilişki incelendiğinde, duygusal bağımlılık ölçeği ile çocukluk çağı travması ölçeğinin alt boyutu cinsel istismar ile bir ilişki olduğu belirlenmiştir. Fakat duygusal bağımlılık ölçeği ile çocukluk çağı travmalarının diğer alt boyutları olan duygusal istismar, fiziksel istismar, fiziksel ihmal, duygusal ihmal ile bir ilişki olmadığı belirlenmiştir.

Çocukluk çağı travmaları ile duygu düzenleme becerileri ve alt ölçekleri olan farkındalık, beden duyuları, netlik, anlama, kabul, tolerans, yüzleşmeye hazırlanma, öz destek, değişimleme boyutları arasında anlamlı ilişki bulunmuştur.

Duygusal istismar ile duygu düzenleme becerisi ve alt ölçekleri olan farkındalık, beden duyuları, netlik, anlama, kabul, tolerans, yüzleşmeye hazırlanma, öz destek, değişimleme boyutları arasında ilişki bulunmuştur.

Fiziksel istismar ile duygu düzenleme becerisi ve alt ölçekleri olan farkındalık, beden duyuları, netlik, anlama, kabul, tolerans, yüzleşmeye hazırlanma, öz destek, değişimleme boyutları arasında ilişki bulunmuştur.

Fiziksel ihmal ile duygu düzenleme becerisi ve alt ölçekleri olan farkındalık, beden duyuları, netlik, anlama, kabul, tolerans, yüzleşmeye hazırlanma, öz destek, değişimleme boyutları arasında ilişki bulunmuştur.

Duygusal ihmal ile duygu düzenleme becerisi ve alt ölçekleri olan farkındalık, beden duyuları, netlik, anlama, kabul, tolerans, yüzleşmeye hazırlanma, öz destek, değişimleme boyutları arasında ilişki bulunmuştur.

Cinsel istismar ile duygu düzenleme becerisi ve alt ölçekleri olan farkındalık, beden duyuları, netlik, anlama, kabul, tolerans, yüzleşmeye hazırlanma, öz destek, değişimleme boyutları arasında negatif yönlü ve istatistiksel olarak anlamlı ilişki bulunmuştur.

Cinsiyete göre katılımcıların çocukluk çağı travmaları ile arasında fark bulunmuştur. Erkek katılımcıların çocukluk çağı travmaları kadın katılımcılardan daha yüksek bulunmuştur. Cinsiyete göre katılımcıların fiziksel istismar düzeyleri ile arasında fark bulunmuştur. Erkeklerin fiziksel istismar puanları kadınlardan daha yüksek bulunmuştur. Cinsiyete göre erkeklerin fiziksel ihmal düzeyleri kadınlardan daha yüksek bulunmuştur. Cinsiyete göre erkeklerin duygusal ihmal düzeyleri kadınlardan daha yüksek bulunmuştur. Cinsiyete göre erkeklerin cinsel istismar düzeyleri kadınlardan daha yüksek bulunmuştur.

Cinsiyete göre katılımcıların duygu düzenleme becerileri ile arasında fark bulunmuştur. Kadınların duygu düzenleme becerileri erkeklerden daha yüksek bulunmuştur. Kadınların farkındalık, beden duyumları, netlik, anlama, kabul, yüzleşmeye hazırlanma, öz destek düzeyleri erkeklerden daha yüksek bulunmuştur.

Cinsiyete göre katılımcıların çocuk çağı travmalarının duygusal istismar alt boyutu, duygusal bağımlılık düzeyleri, duygu düzenleme becerilerinin alt boyutları olan tolerans ve değişimleme düzeyleri arasında fark bulunmamıştır.

Medeni durum ile çocukluk çağı travmaları arasında anlamlı fark bulunmuştur. İlişkisi olan bekar katılımcıların çocukluk çağı travmaları evli olan katılımcılardan daha yüksek bulunmuştur. Medeni duruma göre ilişkisi olan bekarların duygusal istismar düzeyleri evlilerden daha fazla bulunmuştur.

Medeni duruma göre katılımcıların duygusal bağımlılık düzeyleriyle anlamlı fark bulunmuştur. Evlilerin duygusal bağımlılık düzeyleri bekarlardan daha fazla bulunmuştur.

Medeni duruma göre katılımcıların duygu düzenleme becerileri alt boyutu olan beden duyumları ve tolerans düzeyleri arasında anlamlı fark bulunmuştur. Evlilerin beden duyumları ve tolerans düzeyleri ilişkisi olan bekarlardan daha yüksek bulunmuştur.

Medeni duruma göre katılımcıların fiziksel istismar, fiziksel ihmal, duygusal ihmal, cinsel istismar, duygu düzenleme becerileri, farkındalık, netlik, anlama, kabul, yüzleşmeye hazırlanma, öz destek ve değişimleme düzeyleri arasında istatistiksel olarak anlamlı fark bulunmamıştır.

Eğitim durumu lise ve altı olan katılımcıların çocukluk ağı travmaları ön lisans/lisans olan katılımcılardan daha yüksek bulunmuştur. Eğitim durumuna göre lise ve altı olanların fiziksel ihmal ve cinsel istismar düzeyleri ön lisans/lisans olanlardan daha fazla bulunmuştur. Eğitim durumu lisansüstü olanların duygusal bağımlılık düzeyleri lise ve altı ve ön lisans/lisans olanlardan daha düşük bulunmuştur.

Eğitim durumu lisansüstü olanların duygu düzenleme becerileri, lise ve altı olanlardan daha yüksek bulunmuştur. Eğitim durumu ön lisans/lisans olanların farkındalık düzeyleri lise ve altı olanlardan daha yüksek bulunmuştur. Eğitim durumu lisansüstü olanların beden duyumları lise ve altı olanlardan düzeyde daha yüksek bulunmuştur.

İlişki süresine göre katılımcıların çocukluk ağı travmaları, duygusal istismar, fiziksel istismar, fiziksel ihmal, duygusal ihmal, cinsel istismar, duygusal bağımlılıkları, duygu düzenleme becerileri, farkındalık, beden duyumları, netlik, anlama, kabul, tolerans, yüzleşmeye hazırlanma, öz destek ve değişimleme düzeyleri arasında fark bulunmamıştır.

KAYNAKÇA

- Abukan, B. (2020). Çocukluk çağı travmalarının koruyucu aile içinde sağaltımı üzerine bir değerlendirme. *Toplum ve Sosyal Hizmet*, 31(1), 241-260.
- Acehan, S., Bilen, A., Ay, M. O., Gülen, M., Avcı, A., & İçme, F. (2013). Çocuk istismarı ve ihmalinin değerlendirilmesi. *Arşiv Kaynak Tarama Dergisi*, 22(4), 591-614.
- Akın, A., Raba, S., Rada, S., Yılmaz, S., & Demirbacak, H. Ş. (2016). Kişiler arası bağımlılık ölçeği'nin 6 maddelik formu'nun türkçeye uyarlanması: geçerlik ve güvenirlik çalışması. *V. Sakarya'da Eğitim Araştırmaları Kongresi*, 85-89.
- Aksüt, Y. (2020). *Çocuk cinsel istismarının sosyolojik analizi (malatya çocuk izlem merkezi uygulaması)* (Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi). İnönü Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Malatya.
- Aktay, M. (2020). İstismar ve ihmalin çocuk üzerindeki etkileri ve tedavisi. *Gelişim ve Psikoloji Dergisi*, 1(2), 169-184.
- Aktepe, E. (2009). Çocukluk çağı cinsel istismarı. *Psikiyatride Güncel Yaklaşımlar*, 1(2), 95-119.
- Aldao, A., Nolen-Hoeksema, S., & Schweizer, S. (2010). Emotion-regulation strategies across psychopathology: A meta-analytic review. *Clinical psychology review*, 30(2), 217-237.
- Alpaslan, A. H. (2014). Çocukluk döneminde cinsel istismar. *kocatepe Tıp Dergisi*, 15(2), 194-201.
- Arntz, A. (2005). Pathological dependency: Distinguishing functional from emotional dependency. *Clinical Psychology: Science and Practice*, 12(4), 411-416. <https://doi.org/10.1093/clipsy.bpi051>
- Arslan, M. S. (2022). *Annelerin çocukluk çağı travmaları, yetişkinlikteki disosiyasyon düzeyleri, duygu düzenleme becerileri ve ebeveynliklerindeki kapsayıcı işlevleri arasındaki ilişkinin incelenmesi* (Yüksek Lisans Tezi). Marmara Üniversitesi, İstanbul.

- Arslan, R. (2017). *Algılanan ebeveynlik biçimleri, erken dönem uyumsuz şemalar ve kişiler arası bağımlılık eğilimi arasındaki ilişkiler: şema terapi modeli çerçevesinde bir inceleme* (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi), Hacettepe Üniversitesi, Ankara.
- Ballı, Ö. (2010). *Çukurova üniversitesi tıp fakültesine başvuran çocuk istismarı ve ihmali olgularının değerlendirilmesi* (Yayımlanmamış Uzmanlık Tezi). Çukurova Üniversitesi, Adana.
- Bandura, A. (1977). *Social learning theory* (Vol. 1). Prentice Hall: Englewood cliffs.
- Barak, T. (2018). *Üniversite öğrencilerinde çocukluk çağı örselenme yaşantıları ile kişiler arası bağımlılık düzeyi arasındaki ilişkilerin incelenmesi (Bir vakıf üniversitesi örneği)* (Yüksek Lisans Tezi). Çag Üniversitesi, Mersin.
- Bedirhanbeyoğlu, H. (2018). *Çocukluk çağı travmaları, bilişsel duygu düzenleme stratejileri ve riskli davranışlar arasındaki ilişkiler* (Yüksek Lisans Tezi). Maltepe Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Berzenski, S. R., & Yates, T. M. (2010). A developmental process analysis of the contribution of childhood emotional abuse to relationship violence. *Journal of Aggression, Maltreatment and Trauma*, 19(2), 180–203.
<https://doi.org/10.1080/10926770903539474>
- Beyazıt, U. (2015). Çocuk istismarı konusunda Türkiye’de yapılan lisansüstü tezlerin incelenmesi. *Hacettepe University Faculty of Health Sciences Journal*, 1. Ulusal Sağlık Bilimleri Kongre Kitabı.
- Bilgin, A. (2008). A study about corporal punishment in families. *Ankara University Journal of Faculty of Educational Sciences*, 41(1), 29-50.
- Bilim, G. (2012). *Çocukluk çağı örselenme yaşantıları: duygu düzenleme kişilerarası tarz ve genel psikolojik sağlık açısından bir inceleme* (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Ankara Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.

- Bornstein, R. F. (1992). The dependent personality: Developmental, social, and clinical perspectives. *Psychological Bulletin*, 112(1), 3–23.
<https://doi.org/10.1037/0033-2909.112.1.3>
- Bornstein, R. F. (1995). Comorbidity of dependent personality disorder and other psychological disorders: An integrative review. *Journal of Personality Disorders*, 9(4), 286-303. <https://doi.org/10.1521/pedi.1995.9.4.286>
- Bradbury, L. L., & Shaffer, A. (2012). Emotion dysregulation mediates the link between childhood emotional maltreatment and young adult romantic relationship satisfaction. *Journal of Aggression, Maltreatment & Trauma*, 21(5), 497-515. doi:10.1080/10926771.2012.678466
- Brodski, S. K., & Hutz, C. S. (2012). The repercussions of emotional abuse and parenting styles on self-esteem, subjective well-being: A retrospective study with university students in Brazil. *Journal of Aggression, Maltreatment & Trauma*, 21(3), 256-276. <https://doi.org/10.1080/10926771.2012.666335>
- Burns, E. E., Jackson, J. L., & Harding, H. G. (2010). Child maltreatment, emotion regulation, and posttraumatic stress: The impact of emotional abuse. *Journal of Aggression, Maltreatment and Trauma*, 19(8), 801–819.
<https://doi.org/10.1080/10926771.2010.522947>
- Calkins, S. D. (2010). Commentary: Conceptual and methodological challenges to the study of emotion regulation and psychopathology. *Journal of Psychopathology and Behavioral Assessment*, 32(1), 92-95.
- Carr, C. P., Martins, C. M. S., Stingel, A. M., Lemgruber, V. B., & Jurueña, M. F. (2013). The role of early life stress in adult psychiatric disorders: a systematic review according to childhood trauma subtypes. *The Journal of nervous and mental disease*, 201(12), 1007-1020. doi:10.1097/NMD.0000000000000049
- Cirhinlioglu, F. G., Tepe, Y. K., & Cirhinlioglu, Z. (2017). Psychological distress, self esteem and emotional dependency of married individuals as predictors of marital adjustment. *Procedia Computer Science*, 120, 164-171.

- Cole, P. M., & Hall, S. E. (2008). Emotion dysregulation as a risk factor for psychopathology. In T. P. Beauchaine & S. P. Hinshaw (Eds.), *Child and Adolescent Psychopathology*. John Wiley & Sons.
- Colman, R. A., & Widom, C. S. (2004). Childhood abuse and neglect and adult intimate relationships: A prospective study. *Child abuse & neglect*, 28(11), 1133-1151. <https://doi.org/10.1016/j.chiabu.2004.02.005>
- Crow, T., Cross, D., Powers, A., & Bradley, B. (2014). Emotion dysregulation as a mediator between childhood emotional abuse and current depression in a low-income African-American sample. *Child Abuse & Neglect*, 38(10), 1590- 1598. <https://psycnet.apa.org/doi/10.1016/j.chiabu.2014.05.015>
- Cummings, E. M., & Davies, P. (1996). Emotional security as a regulatory process in normal development and the development of psychopathology. *Development and psychopathology*, 8(1), 123-139. <https://doi.org/10.1017/S0954579400007008>
- Çakmak, B., Hızlı Sayar, G., Ünübol, H., Bulut, H., & Özten, E. (2018). Çocukluk çağı travmaları ile yetişkin ayrılma anksiyetesi arasındaki ilişki. *The Journal of Neurobehavioral Sciences*, 5(3), 150-155.
- Çetinkaya, E., Kemer, G., Bulgan, G., & Tezer, E. (2008). İkili ilişkiler güven ölçeği'nin geçerlik ve güvenirlik çalışmaları. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 3(29), 66-77.
- Darling, N., & Steinberg, L. (1993). Parenting style as context: An integrative model. *Psychological Bulletin*, 113(3), 487. <https://psycnet.apa.org/doi/10.1037/0033-2909.113.3.487>
- Demirer, E. (2015). *Reem nöropsikiyatri merkezinin üç şubesine depresyon şikayetiyle başvuran kadınların çocukluk çağı travması açısından depresyon düzeylerinin incelenmesi* (Yüksek Lisans Tezi). Beykent Üniversitesi, İstanbul.
- Dereboy, Ç., Şahin Demirkapı, E., Şakiroğlu, M., & Şafak Öztürk, C. (2018). Çocukluk çağı travmalarının, kimlik gelişimi, duygu düzenleme güçlüğü ve psikopatoloji ile ilişkisi. *Türk Psikiyatri Dergisi*, 29(4).

- Desai, S., Arias, I., Thompson, M. P., & Basile, K. C. (2002). Childhood victimization and subsequent adult revictimization assessed in a nationally representative sample of women and men. *Violence and Victims*, 17(6), 639–653.
- Dodge, K. A. (1991). Emotion and social information processing. *The development of emotion regulation and dysregulation*, 1, 159-181.
doi:10.1017/cbo9780511663963.009
- Doğan, T., Çetin, B. (2008). Üniversite öğrencilerinin sosyal zekâ düzeylerinin depresyon ve bazı değişkenlerle ilişkisinin incelenmesi. *Uluslararası Bilimleri Dergisi*. (5)2.
- Ehring, T., & Quack, D. (2010). Emotion regulation difficulties in trauma survivors: The role of trauma type and PTSD symptom severity. *Behavior therapy*, 41(4), 587-598.
- Ertürk, A. A. (2014). *Çocukluk çağı travmaları, travma sonrası stres bozukluğu, depresyon ve dissosiyatif yaşantıların şizofreninin klinik özellikleri üzerindeki etkileri* (Uzmanlık Tezi). Gazi Üniversitesi Tıp Fakültesi, Ankara.
- Eryılmaz, A., & Deniz, M. E. (2019). Tüm Yönleriyle Bağımlılık. *Ankara: Pegem Akademi*.
- Fratto, C. M. (2016). Trauma-informed care for youth in foster care. *Archives of Psychiatric Nursing*, 30(3), 439–446. doi:10.1016/j.apnu.2016.01.007
- Friedman, E., & Billick, S. B. (2014). Unintentional child neglect: literature review and observational study. *Psychiatric Quarterly*, 86(2), 253–259.
<https://doi.org/10.1007/s11126-014-9328-0>
- Goleman, D. (2001). Duygusal zekâ: neden IQ'dan daha önemlidir? (B. S. Yüksel, Çev.) İstanbul: Varlık Yayınları
- Göral Alkan, F. S. (2010). *Coupling through projective identification: Bridging role of projective identification in the associations among early parenting experience, personality constructs and couple relationship* (Doctoral Dissertation). Middle East Technical University, Ankara.

- Gratz, K. L., Bornovalova, M. A., Delany-Brumsey, A., Nick, B., & Lejuez, C. W. (2007). A laboratory-based study of the relationship between childhood abuse and experiential avoidance among inner-city substance users: The role of emotional nonacceptance. *Behavior therapy*, 38(3), 256-268.
- Gratz, K. L., & Roemer, L. (2004). Multidimensional assessment of emotion regulation and dysregulation: Development, factor structure, and initial validation of the difficulties in emotion regulation scale. *Journal of psychopathology and behavioral assessment*, 26, 41-54.
- Gross, J. J. (1998). The emerging field of emotion regulation: An integrative review. *Review of General Psychology*, 2(3), 271-299.
doi:10.1037/1089-2680.2.3.271
- Gross, J. J., & Muñoz, R. F. (1995). Emotion regulation and mental health. *Clinical Psychology: Science and Practice*, 2(2), 151-164.
<https://doi.org/10.1111/j.1468-2850.1995.tb00036.x>
- Gross, J. J., Richards, J. M., & John, O. P. (2006). Emotion regulation in everyday life. In D. K. Snyder, J. Simpson, & J. N. Hughes (Eds.), *Emotion regulation in couples and families: Pathways to dysfunction and health* (pp. 13-35). American Psychological Association. <https://doi.org/10.1037/11468-001>
- Gruhn, M. A., & Compas, B. E. (2020). Effects of maltreatment on coping and emotion regulation in childhood and adolescence: A meta-analytic review. *Child Abuse and Neglect*, 103, 104446.
<https://doi.org/10.1016/j.chiabu.2020.104446>
- Grummitt, L. R., Kelly, E. V., Barrett, E. L., Lawler, S., Prior, K., Stapinski, L. A., & Newton, N. C. (2021). Associations of childhood emotional and physical neglect with mental health and substance use in young adults. *Australian and New Zealand Journal of Psychiatry*, 00(0).
- Gülaydın, G. K. ve Semerci, B. (2018). Romantik ilişkisi olan yetişkin bireylerin ilişki doyumlarının bağlanma stilleri, benlik saygısı ve kişilerarası ilişki tarzları açısından incelenmesi. *Psikoloji Araştırmaları*, 3(6), 14-25.

- Güler, N., Uzun, S., Boztaş, Z., & 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.
- Gündüz, H. (2016). *Yetişkinlerde bilinçli farkındalık (mindfulness) ve duygu düzenleme arasındaki ilişki* (Yüksek Lisans Tezi). Nişantaşı Üniversitesi, İstanbul.
- Güner, Ş. İ., Güner, S., & Şahan, M. H. (2010). Çocuklarda sosyal medikal bir problem; istismar. *Van Tıp Dergisi*, 17(3), 108-113.
- Güneri Yöyen, E. (2017). Childhood trauma and self-respect. *International Journal of Social Sciences and Education Research*, 3(1), 267-282.
- Heathers, G. (1955). Acquiring dependence and independence: A theoretical orientation. *The Journal of Genetic Psychology*, 87(2), 277-291.
<https://doi.org/10.1080/00221325.1955.10532940>
- Heim, C. M., Mayberg, H. S., Mletzko, T., Nemeroff, C. B., & Pruessner, J. C. (2013). Decreased cortical representation of genital somatosensory field after childhood sexual abuse. *American Journal of Psychiatry*, 170(6), 616-623.
[doi:10.1176/appi.ajp.2013.12070950](https://doi.org/10.1176/appi.ajp.2013.12070950)
- Helvacı Çelik, F. G. & Hocaoglu, Ç. (2018). Çocukluk çağı travmaları: Bir gözden geçirme. *Sakarya Tıp Dergisi*, 8(4), 695-711.
<https://doi.org/10.31832/smj.454535>.
- Holodyski, M., & Friedlmeier, W. (2006). *Development of emotions and emotion regulation* (Vol. 8). Springer Science & Business Media.
- Hornor, G. (2012). Emotional maltreatment. *Journal of pediatric health care*, 26(6), 436-442. doi: 10.1016/j.pedhc.2011.05.004.
- Hourigan, S. E., Goodman, K. L., & Southam-Gerow, M. A. (2011). Discrepancies in parents' and children's reports of child emotion regulation. *Journal of Experimental Child Psychology*, 110(2), 198-212.

- Hovens, J. G. F. M., Wiersma, J. E., Giltay, E. J., Van Oppen, P., Spinhoven, P., Penninx, B. W. J. H., & Zitman, F. G. (2010). Childhood life events and childhood trauma in adult patients with depressive, anxiety and comorbid disorders vs. controls. *Acta Psychiatrica Scandinavica*, 122(1), 66–74.
- İlikçi İygün, M. (2018). *Genç yetişkin üniversite öğrencilerinde çocukluk çağı travmalarının duygu düzenleme becerileri ve kaygı düzeyleri ile ilişkilerinin incelenmesi* (Yüksek Lisans Tezi). Maltepe Üniversitesi, İstanbul.
- İmamoğlu, S. E. (2009). *Kişilerarası İlişkiler*. İstanbul: Yeni İnsan Yayınevi
- İnce, S. (2020). *Okul öncesi dönem çocuklarının duygu düzenleme becerileri ile anne, baba ve öğretmenlerinin duygu sosyalleştirme davranışlarının incelenmesi* (Yüksek Lisans Tezi). Gazi Üniversitesi, Ankara.
- Jacobi, G., Dettmeyer, R., Banaschak, S., Brosig, B., & Herrmann, B. (2010). Child abuse and neglect: diagnosis and management. *Deutsches Arzteblatt international*, 107(13), 231- 240. <https://doi.org/10.3238/arztebl.2010.0231>
- Jaramillo, C. J., & Hoyos, M. L. (2009). Esquemas desadaptativos tempranos en estudiantes universitarios con dependencia emocional. *Acta Colombiana de Psicología*, 12(2), 77- 83.
- Kane, F. A., & Bornstein, R. F. (2017). Unhealthy dependency in victims and perpetrators of child maltreatment: A meta-analytic review. *Journal of Clinical Psychology*, 74(6), 867-882. doi:10.1002/jclp.22550
- Karaarslan, İ. (2017). *Şiddet eğiliminin kişilik tipleri ve çocukluk çağı travmasıyla ilişkileri* (Yüksek Lisans Tezi). İstanbul Gelişim Üniversitesi, İstanbul.
- Karadeniz Sarısakal, B. (2022). *Çocukluk çağı travmalarının kuşaklararası döngüsünün duygu düzenleme becerileri, ebeveyn zihinselleştirmesi, ebeveynlik stilleri ve çocuk davranışları açısından incelenmesi* (Yüksek Lisans Tezi). Aydın Adnan Menderes Üniversitesi, Aydın.
- Karal, E., & Atak, E. (2022). Çocukluk çağı ruhsal travmaları üzerine kavramsal bir çalışma. *Muş Alparslan Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 2(1), 82-103.

- Kessler, R. C., McLaughlin, K. A., Green, J. G., Gruber, M. J., Sampson, N. A., Zaslavsky, A. M., ... & Williams, D. R. (2010). Childhood adversities and adult psychopathology in the WHO World Mental Health Surveys. *The British Journal of Psychiatry*, 197(5), 378-385.
- Kurt, G., Dönmez, S., Eren, Ö., Balci, E., & Günay, O. (2017). Üç farklı disiplinde okuyan üniversite son sınıf öğrencilerinin ihmal ve aile içi şiddet algıları. *Uluslararası Sosyal Araştırmalar Dergisi*, 10(50), 405-413.
- Lanius, R. A., Bluhm, R. L., & Frewen, P. A. (2011). How understanding the neurobiology of complex post-traumatic stress disorder can inform clinical practice: A social cognitive and affective neuroscience approach. *Acta Psychiatrica Scandinavica*, 124(5), 331-348.
- Lavi, I., Katz, L. F., Ozer, E. J., & Gross, J. J. (2019). Emotion reactivity and regulation in maltreated children: A meta-Analysis. *Child Development*, 90(5), 1503–1524. <https://doi.org/10.1111/cdev.13272>
- Luterek, J. A., Orsillo, S. M., & Marx, B. P. (2005). An experimental examination emotional experience, expression, and disclosure in women reporting a history of childhood sexual abuse. *Journal of Traumatic Stress: Official Publication of The International Society for Traumatic Stress Studies*, 18(3), 237-244. <https://doi.org/10.1002/jts.20027>
- Mayda, B. S. (2020). *Çocukluk çağı travmasının erken dönem uyumsuz şemalar ve stresle başa çıkma tarzına etkisi* (Yüksek Lisans Tezi). İstanbul Kent Üniversitesi, İstanbul.
- Mennen, F. E., Kim, K., Sang, J., & Trickett, P. K. (2010). Child neglect: Definition and identification of youth's experiences in official reports of maltreatment. *Child Abuse & Neglect*, 34(9), 647-658.
- Minaz, M. (2023). *Çocukluk çağı travmaları ve romantik ilişki doyumu arasındaki ilişkide çatışma çözme stillerinin ve ilişkilerle ilgili bilişsel çarpıtmaların aracı rolünün incelenmesi* (Yüksek Lisans Tezi). Maltepe Üniversitesi, İstanbul.

- Mullen, P. E., Martin, J. L., Anderson, J. C., Romans, S. E., & Herbison, G. P. (1993). Childhood sexual abuse and mental health in adult life. *The British Journal of Psychiatry*, 163(6), 721-732.
- Muşdal Çelebi, B., 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.
- Mutlu, Z. (2015). *Çocukluk çağı travmalarının erişkin dönem obezitesi ile ilişkisinin belirlenmesi* (Doktora Tezi). Başkent Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Ankara.
- Nelson, S., Baldwin, N., & Taylor, J. (2012). Mental health problems and medically unexplained physical symptoms in adult survivors of childhood sexual abuse: a integrative literature review. *Journal of psychiatric and mental health nursing*, 19(3), 211-220.
- Norman, R. E., Byambaa, M., De, R., Butchart, A., Scott, J., & Vos, T. (2012). The long-term health consequences of child physical abuse, emotional abuse, and neglect: A systematic review and meta-analysis. *PLoS Medicine*, 9(11), doi:10.1371/journal.pmed.1001349
- Oflaz, F. (2015). Travma yaşamış çocuk ve gençlerin ele alınmasında çocuk-ergen ruh sağlığı ve psikiyatri hemşireliği uygulamaları. *Türkiye Klinikleri Dergisi*, 1(2), 46-51.
- Overall, N. C., & Sibley, C. G. (2008). When accommodation matters: Situational dependency within daily interactions with romantic partners. *Journal of Experimental Social Psychology*, 44(1), 95-104.
<https://doi.org/10.1016/j.jesp.2007.02.005>
- Örsel, S., Karadağ, H., Kahiloğulları, A. K., & Aktaş, E. A. (2011). Psikiyatri hastalarında çocukluk çağı travmalarının sıklığı ve psikopatoloji ile ilişkisi. *Anatolian Journal of Psychiatry/Anadolu Psikiyatri Dergisi*, 12(2).
- Özen, Y. (2019). Psikolojik travmanın insanlık kadar eski tarihi. *The Journal of Social Science*, 3(5), 362-375.

- Özgen, H. (2017). *Çocukluk çağı ruhsal travmalarının ebeveyn tutumları üzerindeki yordayıcılığı* (Yüksek Lisans Tezi). İstanbul Gelişim Üniversitesi, İstanbul.
- Özgentürk, İ. (2014). Child abuse and neglect Çocuk istismarı ve ihmal. *Journal of Human Sciences*, 11(2), 265-278.
- Pincus, A. L., & Wilson, K. R. (2001). Interpersonal variability in dependent personality. *Journal of Personality*, 69(2), 223-251.
<https://doi.org/10.1111/1467-6494.00143>
- Premo, J. E., ve Kiel, E. J. (2014). The effect of toddler emotion regulation on maternal emotion socialization: Moderation by toddler gender. *Emotion*, 14(4), 782-793. doi: <https://doi.org/10.1037/a0036684>
- Salters-Pedneault, K., Roemer, L., Tull, M. T., Rucker, L., & Mennin, D. S. (2006). Evidence of broad deficits in emotion regulation associated with chronic worry and generalized anxiety disorder. *Cognitive Therapy and Research*, 30(4), 469- 480.
- Sarıtaş, D., ve Gençöz, T. (2011). Ergenlerin duygu düzenleme güçlüklerinin, annelerinin duygu düzenleme güçlükleri ve çocuk yetiştirme davranışları ile ilişkisi. *Çocuk ve Gençlik Ruh Sağlığı Dergisi*, 18(2), 117-126.
- Saxena, P., Dubey, A., & Pandey, R. (2011). Role of emotion regulation difficulties in predicting mental health and well-being. *SIS Journal of Projective Psychology & Mental Health*, 18(2), 147-155.
- Seçer, H. Ş. (2005). Çalışma yaşamında duygular ve duygusal emek: Sosyoloji, psikoloji ve örgüt teorisi açısından bir değerlendirme. *Sosyal Siyaset Konferansları Dergisi*, (50), 824-834.
- Sedlak, A. J., Mettenburg, J., Basena, M., Peta, I., McPherson, K., Greene, A., & Li, S. (2010). Fourth national incidence study of child abuse and neglect (NIS-4). *Washington, DC:US Department of Health and Human Services*, 9, 2010.

- Soenke, M., Hahn, K. S., Tull, M. T., & Gratz, K. L. (2010). Exploring the relationship between childhood abuse and analogue generalized anxiety disorder: The mediating role of emotion dysregulation. *Cognitive Therapy and Research* 34(5), 401–412. <https://doi.org/10.1007/s10608-009-viola9264-8>
- Sofuoğlu, Z., Oral, R., Aydın, F., Cankardeş, S., Kandemirci, B., Koç, F., ... & Akşit, S. (2014). Epidemiological study of negative childhood experiences in three provinces of Turkey. *Turkish Archives of Pediatrics*, 49(1), 47-56.
- Solmaz, H. (2019). *Üniversite öğrencilerinde kişiler arası bağımlılık düzeyleri ve çocukluk çağı travmaları arasındaki ilişkinin incelenmesi* (Yüksek Lisans Tezi). Necmettin Erbakan Üniversitesi, Konya.
- Sternberg, R. J. (1997). The concept of intelligence and its role in lifelong learning and success. *American Psychologist*, 52(10), 1030–1037.
- Stoltenborgh, M., Bakermans-Kranenburg, M. J., Alink, L. R. A., & Van Ijzendoorn, M. H. (2012). The universality of childhood emotional abuse: A meta-analysis of worldwide prevalence. *Journal of Aggression, Maltreatment and Trauma*, 21(8), 870–890.
- Stuewig, J., McCloskey, L. A. (2005). The relation of child maltreatment to shame and guilt among adolescents: Psychological routes to depression and delinquency. *Child maltreatment*, 10(4), 324-336.
- Şahin Demirkapı, E. (2013). *Çocukluk çağı travmalarının duygu düzenleme ve kimlik gelişimine etkisi ve bunların psikopatolojiler ile ilişkisi* (Yüksek Lisans Tezi). Adnan Menderes Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Aydın.
- Şenkal, İ. (2013). *Üniversite öğrencilerinde çocukluk çağı travmaları ve bağlanma biçiminin depresyon ve kaygı belirtileri ile ilişkisinde aleksitiminin aracı rolünün incelenmesi* (Yüksek Lisans Tezi). Hacettepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.
- Şenkal, İ., & Işıklı, S. (2015). Çocukluk çağı travmalarının ve bağlanma biçiminin depresyon belirtileri ile ilişkisi: Aleksitiminin aracı rolü. *Türk Psikiyatri Dergisi*, 26(4), 1-7.

- Tamar-Gurol, D., Sar, V., Karadag, F., Evren, C., Karagoz, M. (2008). Childhood emotional abuse, dissociation, and suicidality among patients with drug dependency in Turkey. *Psychiatry and Clinical Neurosciences*, 62(5), 540-547. <https://doi.org/10.1111/j.14401819.2008.01847.x>
- Tao, J., He, K., & Xu, J. (2021). The mediating effect of self-compassion on the relationship between childhood maltreatment and depression. *Journal of Affective Disorders*, 291, 288-293. <https://doi.org/10.1016/j.jad.2021.05.019>
- Taşkaynatan, Ö., & Erol, A. (2019). Şizofreni hastalarında homisid girişimleri ile çocukluk çağı örselenmeleri arasındaki ilişki. *Anadolu Psikiyatri Dergisi*, 20(3), 253-260.
- Thomassin, K., Suveg, C., Davis, M., Lavner, J. A., & Beach, S. R. (2017). Coparental affect, children's emotion dysregulation, and parent and child depressive symptoms. *Family process*, 56(1), 126-140. <https://doi.org/10.1111/famp.12184>
- Thompson, R. A. (1994). Emotion regulation: a theme in search of definition. *Monographs of The Society For Research in Child Development*. Vol. 59 No: 2/3. The Development of Emotion Regulation: Biological and Behavioral Considerations, 25-52.
- Thompson, R. A., & Goodman, M. (2010). Development of emotion regulation. In A. M. Kring & D. M. Sloan (Eds.), *Emotion regulation and psychopathology: A transdiagnostic approach to etiology and treatment*. The Guilford Press
- Tıraşçı, Y., & Gören, S. (2007). Çocuk İstismarı ve İhmali. *Dicle Tıp Dergisi*, 34(1), 70-74.
- Toptaş, M. & Eker, E. (2018). Üniversite öğrencilerinde aile içi şiddete maruz kalma ile öfke duygusu arasındaki ilişkinin incelenmesi. *Aydın İnsan ve Toplum Dergisi*, 4(2), 77-98.
- Uğurlu, S. (2017). *Geç ergenlik döneminde depresyon tanısı almış bireylerin çocukluk çağı travması, pozitif ve negatif düşünce tekrarı inanışları açısından değerlendirilmesi* (Yüksek Lisans Tezi). Üsküdar Üniversitesi, İstanbul.

- Uğurlu, T. T., Şengül, C. B., & Şengül, C. (2012). Bağımlılık psikofarmakolojisi. *Psikiyatride Güncel Yaklaşımlar*, 4(1), 37-50.
- Usta, H. K. (2022). *Üniversite Öğrencilerinde Çocukluk Çağı Travmaları ile Bilişsel Duygu Düzenleme, Anksiyete ve Yaşam Doyumu Arasındaki İlişkinin İncelenmesi* (Yüksek Lisans Tezi). İstanbul Kent Üniversitesi, İstanbul.
- Ümmet, D., & Bulut, Acar, Ö. (2022). Affetme ile ilişki kalitesi arasındaki ilişkide duygusal bağımlılığın aracı rolü. *Karadeniz Sosyal Bilimler Dergisi*, 14(27), 660-678.
- Ünal, F. (2008). Ailede çocuk istismarı ve ihmali. *Türkiye Sosyal Araştırmalar Dergisi*, (1), 9-18.
- Üstüner, H. (2022). *Çocukluk çağı travmaları ve bilişsel travmaları ve bilişsel duygu düzenlemenin kadınlardaki evlilik uyumuna etkisinin incelenmesi* (Yüksek Lisans Tezi). Haliç Üniversitesi, İstanbul.
- Viola, T. W., Tractenberg, S. G., Pezzi, J. C., Kristensen, C. H., & Grassi-Oliveira, R. (2013). Childhood physical neglect associated with executive functions impairments in crack cocaine-dependent women. *Drug and Alcohol Dependence*, 132(1-2), 271-276.
- Wang, L., Yang, L., Yu, L., Song, M., Zhao, X., Gao, Y., ... & Wang, X. (2016). Childhood physical neglect promotes development of mild cognitive impairment in old age—A case-control study. *Psychiatry Research*, 242, 13-18. <https://doi.org/10.1016/j.psychres.2016.04.090>
- Wark, M. J., Kruczek, T., & Boley, A. (2003). Emotional neglect and family structure: Impact on student functioning. *Child abuse & Neglect*, 27(9), 1033-1043. [https://doi.org/10.1016/S0145-2134\(03\)00162-5](https://doi.org/10.1016/S0145-2134(03)00162-5)
- Wei, M., Vogel, D. L., Ku, T. Y., & Zakalik, R. A. (2005). Adult attachment, affect regulation, negative mood, and interpersonal problems: The mediating roles of emotional reactivity and emotional cutoff. *Journal of counseling psychology*, 52(1), 14-24.

- Wekerle, C., Leung, E., Wall, A. M., MacMillan, H., Boyle, M., Trocme, N., & Waechter, R. (2009). The contribution of childhood emotional abuse to teen dating violence among child protective services-involved youth. *Child Abuse & Neglect*, 33(1), 45-58. <https://doi.org/10.1016/j.chiabu.2008.12.006>
- Wen, Y. J., Li, X. Bin, Zhao, X. X., Wang, X. Q., Hou, W. P., Bo, Q. J., Zheng, W., Pao, C., Tan, T., & Wang, C. Y. (2019). The effect of left-behind phenomenon and physical neglect on behavioral problems of children. *Child Abuse and Neglect*, 88(5), 144–151.
- Westfall, P. H., & Henning, K. S. S. (2013). *Texts in statistical science: Understanding advanced statistical methods*. Taylor & Francis.
- Wright, M. O., Crawford, E., & Del Castillo, D. (2009). Childhood emotional maltreatment and later psychological distress among college students: the mediating role of maladaptive schemas. *Child Abuse & Neglect*, 33(1), 59-68.
- Yumuşakkaya, E. (2022). *Çocukluk çağı travmaları ile öz-şefkat arasındaki ilişki* (Yüksek Lisans Tezi). İstanbul Gelişim Üniversitesi, İstanbul.
- Yüksel, Ş., & Saner, S. (2016). Çocuk cinsel istismarı ve zor açığa çıkması: Bilgilendirme dosyası. *Erişim adresi:* https://www.psikiyatri.org.tr/uploadFiles/219201618057CocukCinsel_istismar_bilgilendirme_dosyasi.Pdf.

EKLER

Ek 1. Sosyodemografik Veri Formu

1. Cinsiyetiniz:

Kadın ()

Erkek ()

2. Yaşınız:

.....

3. Eğitim durumunuz:

Lise ve altı ()

Ön lisans/Lisans ()

Lisansüstü ()

4. Medeni durumunuz:

Evli ()

Bekar ()

5. İlişki süresi:

0-5 yıl ()

6-10 yıl ()

11-15 yıl ()

16 ve üstü ()

Ek 2. Çocukluk Çağı Ruhsal Travma Ölçeği

Bu sorular çocukluğunuzda ve gençliğinizde (20 yaşından önce) başınıza gelmiş olabilecek bazı olaylar hakkındadır. Her bir soru için sizin durumunuza uygun rakamı daire içerisine alarak işaretleyiniz. Sorulardan bazıları özel yaşamınızla ilgilidir; lütfen elinizden geldiğince gerçeğe uygun yanıt veriniz. Yanıtlarınız gizli tutulacaktır. **Çocukluğum ya da ilk gençliğimde ...**

	Hiçbir Zaman	Nadiren	Kimi Zaman	Sık Olarak	Çok Sık
1.Evde yeterli yemek olmadığından aç kalırdım.	1	2	3	4	5
2.Benim bakımımı ve güvenliğimi üstlenen biri olduğumu biliyordum.	1	2	3	4	5
3.Ailedekiler bana “salak”, “beceriksiz” ya da “tipsiz” gibi sıfatlarla seslenirlerdi.	1	2	3	4	5
4.Anne ve babam ailelerine bakamayacak kadar sıklıkla sarhoş olur ya da uyuşturucu alırlardı.	1	2	3	4	5
5.Ailemde önemli ve özel biri olduğum duygusunu hissetmeme yardımcı olan biri vardır.	1	2	3	4	5
6.Yırtık, sökükle ya da kirli giysiler içerisinde dolaşmak zorunda kalırdım.	1	2	3	4	5
7.Sevildiğimi hissediyordum.	1	2	3	4	5
8.Anne ve babamın benim doğmuş olmamı istemediklerini düşünüyordum.	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 başka türlü olmasını istediğim bir şey yoktu.	1	2	3	4	5
11.Ailedekiler 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.Ailedekiler birbirlerine ilgi gösterirlerdi.	1	2	3	4	5
14.Ailedekiler bana kırıcı ya da saldırganca sözler söylerlerdi.	1	2	3	4	5
15.Vücutça kötüye kullanılmış olduğuma (dövülme, itilip kakılma vb.) inanıyorum.	1	2	3	4	5
16.Çocukluğum mükemmeldi.	1	2	3	4	5
17.Bana o kadar kötü vuruyorlar 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.Ailedekiler kendilerini birbirlerine yakın hissedirlerdi.	1	2	3	4	5
20.Birisi bana cinsel amaçla dokundu ya da kendisine dokunmamı istedi.	1	2	3	4	5

21.Kendisi ile cinsel temas kurmadığım takdirde beni yaralamakla ya da benim hakkımda yalanlar söylemekle tehdit eden birisi 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.Duygusal bakımdan kötüye kullanılmış olduğuma (hakaret, aşağılama vb.) inanıyorum.	1	2	3	4	5
26.İhtiyacım olduğunda beni doktora götürecek birisi vardı.	1	2	3	4	5
27.Cinsel bakımdan kötüye kullanılmış olduğuma inanıyorum.	1	2	3	4	5
28.Ailem benim için bir güç ve destek kaynağı idi.	1	2	3	4	5

Ek 3. Duygusal Bağımlılık Ölçeği

Aşağıdaki ifadelerin size ne kadar uygun olduğunu aşağıdaki ölçek üzerinde işaretleyiniz. Lütfen maddelerde “O” şeklinde ifade edilen kişiyi romantik ilişkide bulunduğunuz kişi olarak dikkate alınız.

Hiç katılmıyorum 1-----2-----3-----4-----5-----6-----7
Kesinlikle katılıyorum

1. O birkaç günlüğüne benden ayrı kaldığında genel olarak kendimi pek iyi hissetmem.	1	2	3	4	5	6	7
2. O olmasaydı hayatımın nasıl olacağını tahmin bile edemem.	1	2	3	4	5	6	7
3. Şu anda onunla mutlu olduğum kadar mutlu olabileceğim başka insan bulmak benim için zor olurdu.	1	2	3	4	5	6	7
4. O olmadan da mutlu olabilirdim.	1	2	3	4	5	6	7
5. Onunla birlikte yapmaktan hoşlandığım birçok şey var.	1	2	3	4	5	6	7
6. O olmadan yaşamak zorunda olmak benim için zor olurdu.	1	2	3	4	5	6	7
7. O olmadan karar vermeyi zor buluyorum.	1	2	3	4	5	6	7
8. Kendimi iyi hissetmediğim zaman bu konuda konuşabileceğim tek insan odur.	1	2	3	4	5	6	7
9. Hayatımdaki en önemli şey onunla olan ilişkimdir.	1	2	3	4	5	6	7

Ek 4. Duygu Düzenleme Becerileri  l eği

Değerli Katılımcı,

Aşağıda son bir hafta içerisinde yaşamış olabileceğiniz duygularla ilgili bazı ifadeler bulacaksınız. Lütfen, her bir ifadenin yanına size en uygun gelen cevabı işaretleyiniz. Lütfen ifadelerde çok zaman harcamayınız, aklınıza ilk gelen cevabı işaretleyiniz, aklınıza ilk gelen yanıt büyük olasılıkla en iyisidir.

Duygularla Baş Etme: Son bir hafta içerisinde...	Hiç	Nadiren	Bazen	Sık Sık	Neredeyse HerZaman
1.)...Hissettiklerime bilinçli olarak dikkat edebildim.	�0	�1	�2	�3	�4
2.)... Bilinçli olarak olumlu hisler ortaya �ıkarabildim.	�0	�1	�2	�3	�4
3.)... Duygusal tepkilerimi anladım.	�0	�1	�2	�3	�4
4.)... Olumsuz hislerime tahammül edebildim.	�0	�1	�2	�3	�4
5.)... Olumsuz hislerimi kabul edebildim.	�0	�1	�2	�3	�4
6.)...Hislerimi adlandırabildim.	�0	�1	�2	�3	�4
7.)...Hissettiklerimle ilgili net bir fiziksel alrıya sahiptim.	�0	�1	�2	�3	�4
8.)... Olumsuz hislerle karşı karşıya kalacak bile olsam, ne yapmak istiyorsam onu yaptım.	�0	�1	�2	�3	�4
9.)... Sıkıntılı durumlarda kendime güvence vermeye çalıştım.	�0	�1	�2	�3	�4
10.)... Olumsuz hislerim üzerinde bir etki yaratabildim.	�0	�1	�2	�3	�4
11.)...Hissettiklerimin ne anlama geldiklerini biliyordum.	�0	�1	�2	�3	�4
12.)...Gerektiğinde olumsuz duygularıma odaklanabildim.	�0	�1	�2	�3	�4
13.)... Herhangi bir anda hangi duyguyu hissettiğimi biliyordum.	�0	�1	�2	�3	�4
14.)...Belli durumlardaki duygusal değişimlere karşı vücudumun gösterdiği değişiklikleri bilinçli olarak fark ettim.	�0	�1	�2	�3	�4
15.)...Duygusal olarak sıkıntılı olan durumlarda kendimi neşelendirmeye çalıştım.	�0	�1	�2	�3	�4
16.)...Olumsuz hislerime rağmen yapmak istediklerimi yaptım.	�0	�1	�2	�3	�4
17.)...Olumsuz olsalar bile hissettiklerimle aram iyiydi.	�0	�1	�2	�3	�4
18.)...Olumsuz hislerim yoğun olsalar bile onlara tahammül edebileceğimden emindim.	�0	�1	�2	�3	�4
19.)...Hislerimi bilinçli olarak deneyimleyebildim.	�0	�1	�2	�3	�4
20.)... Hissettiklerimin nedenlerinin farkındaydım.	�0	�1	�2	�3	�4
21.)... Hissettiklerimi etkileyebileceğimin farkındaydım.	�0	�1	�2	�3	�4
22.)... Bunu yaparken olumsuz hislerimi tetikleyebileceğini veya yoğunlaştırabileceğini düşünmeme rağmen benim için önemli olan ama�larımlı sürdürdüm.	�0	�1	�2	�3	�4
23.)...Olumsuz hislerimi başımdan defetmeye çalışmadan deneyimleyebildim.	�0	�1	�2	�3	�4
24.)...Fiziksel duyumsamalarımlı nasıl hissettiğimin iyi birer göstergesiydi.	�0	�1	�2	�3	�4
25.)... Hangi duyguları yaşadığım konusunda nettim.	�0	�1	�2	�3	�4
26.)...Olumsuz hislerimi tolere edebildim.	�0	�1	�2	�3	�4
27.)...Duygusal olarak sıkıntılı durumlarda kendi kendimi destekledim.	�0	�1	�2	�3	�4

Tarih ve Sayı: 08.03.2023-96237



İSTANBUL BEYKENT ÜNİVERSİTESİ

SOSYAL VE BEŞERİ BİLİMLER İÇİN YAYIN ETİĞİ KURULU

Sayı : E-45778635-050.99-96237
Konu : Betül Çalık'ın "Romantik İlişkisi Olan
Yetişkin Bireylerde Çocukluk Çağı
Travmatik Yaşantıları ile Duygusal
Bağımlılıkları ve Duygu Düzenleme
Becerileri Arasındaki İlişkinin
İncelenmesi" Başlıklı Revize
Başvurusunun Etik Kurul Onay Yazısı
Hk.

08.03.2023

REKTÖRLÜK MAKAMINA

İlgi : Lisansüstü Eğitim Enstitüsü Müdürlüğü, 08.03.2023 Tarihli ve 74966756- - 341 Sayılı Yazı,

İstanbul Beykent Üniversitesi 2120039007 numaralı Klinik Psikoloji yüksek lisans öğrencisi Betül Çalık'ın Doç. Dr. Neslim Güvenderer Doksat danışmanlığında hazırladığı "Romantik İlişkisi Olan Yetişkin Bireylerde Çocukluk Çağı Travmatik Yaşantıları ile Duygusal Bağımlılıkları ve Duygu Düzenleme Becerileri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi" başlıklı tez çalışmasının 26.01.23 tarihli 2023/1 sayılı Sosyal ve Beşeri Bilimler için Bilimsel Araştırma ve Yayın Etiği Kurulu toplantısında gerekli düzeltmeler yapıldığı takdirde onaylanmasına karar verilmişti. Düzeltmelerin yapıldığı tespit edilmiş olduğundan ilgili başvurunun etik açıdan uygun olduğuna karar verilmiş ve ekte onay yazısı sunulmuştur.

Gereğini saygılarımla arz ederim.

Prof.Dr. Akile Reşide GÜRSOY
ŞATIROĞLU
Başkan

Bu belge, güvenli elektronik imza ile imzalanmıştır.

Belge Doğrulama Kodu :BSA3EC46T3 Pin Kodu :24442

Belge Takip Adresi : <https://turkiye.gov.tr/ebd?eK=5700&eD=BSA3EC46T3&eS=96237>

Adres:İstanbul Beykent Üniversitesi Ayazağa-Maslak Yerleşkesi Ayazağa Mah. Hadımkoru Yolu

Bilgi için: Akile Reşide Gürsoy

Cad. No: 19 Sarıyer/İstanbul

Şatiroğlu

Telefon:444 1997 Faks:(0 212) 289 64 90

Unvanı: Başkan

e-Posta:info@beykent.edu.tr Web:www.beykent.edu.tr

Kep Adresi:beykentunv@hs01.kep.tr



Bu belge, güvenli elektronik imza ile imzalanmıştır.

