

T.C.
İSTANBUL NİŞANTAŞI ÜNİVERSİTESİ
LİSANSÜSTÜ EĞİTİM ENSTİTÜSÜ
PSİKOLOJİ ANABİLİM DALI
PSİKOLOJİ (TEZLİ) YÜKSEK LİSANS PROGRAMI

ÜNİVERSİTE ÖĞRENCİLERİNDE ÇOCUKLUK ÇAĞI
TRAVMALARI, ÖZ YETERLİLİK İNANCI VE TRAVMA
SONRASI BÜYÜME ARASINDAKİ İLİŞKİLER

Nilsu IŞIK

Yüksek Lisans Tezi

ÜNİVERSİTE ÖĞRENCİLERİNDE ÇOCUKLUK ÇAĞI
TRAVMALARI, ÖZ YETERLİLİK İNANCI VE TRAVMA SONRASI
BÜYÜME ARASINDAKİ İLİŞKİLER

Nilsu IŞIK

T.C.
İstanbul Nişantaşı Üniversitesi
Lisansüstü Eğitim Enstitüsü
Psikoloji Anabilim Dalı
Psikoloji (Tezli) Yüksek Lisans Programı

Yüksek Lisans Tezi

ORCID ID: 0009-0000-9714-9570

Tez Danışmanı: Dr. Öğr. Üyesi Selçuk ASLAN

İstanbul
Temmuz 2024

KABUL VE ONAY

Nilsu IŞIK tarafından hazırlanan “Üniversite Öğrencilerinde Çocukluk Çağı Travmaları, Öz Yeterlilik İnancı ve Travma Sonrası Büyüme Arasındaki İlişkiler” başlıklı bu çalışma, 24.07.2024 tarihinde yapılan savunma sınavı sonucunda başarılı bulunarak jürimiz tarafından Yüksek Lisans Tezi olarak kabul edilmiştir.

Jüri Üyesi: **Dr. Öğr. Üyesi Müne AKTAY** _____
İstanbul Nişantaşı Üniversitesi

Jüri Üyesi: **Dr. Öğr. Üyesi Aslı TUNCA** _____
Malatya Turgut Özal Üniversitesi

Tez Danışmanı: **Dr. Öğr. Üyesi Selçuk ASLAN** _____
İstanbul Nişantaşı Üniversitesi

Jüri tarafından kabul edilen bu çalışmanın Yüksek Lisans Tezi olması için gerekli şartları yerine getirdiğini onaylıyorum.

Enstitü Yönetim Kurulu;

Karar Tarihi :

Karar Numarası :

Dr. Öğr. Üyesi Şerafettin SEVGİLİ
Enstitü Müdürü

ETİK BEYAN

Bu tezin yazılmasında bilimsel ahlak kurallarına uyulduğunu, başkalarının eserlerinden yararlanılması durumunda bilimsel normlara uygun olarak atıfta bulunulduğunu, kullanılan verilerde herhangi bir tahrifat yapılmadığını, tezin herhangi bir kısmının bu üniversite veya başka bir üniversitedeki başka bir tez çalışması olarak sunulmadığını tezimin/projemin kaynak gösterilen durumlar dışında özgün olduğunu bildirir, aksi bir durumda aleyhime doğabilecek tüm hak kayıplarını kabullendiğimi beyan ederim.

24 Temmuz 2024

Nilsu IŞIK



SAVUNMA ÖNCESİ ONAYLAR

BENZERLİK ONAYI		
Başlık	Üniversite Öğrencilerinde Çocukluk Çağı Travmaları, Öz Yeterlilik İnancı ve Travma Sonrası Büyüme Arasındaki İlişkiler	
Savunma Tarihi	24.07.2024	
Sayfa Sayısı	103	
Benzerlik Yüzdesi (%)	%18	
Benzerlik Yüzdesi (%) (Kaynakça Hariç)	%25	
Taranan Program	Turnitin	
Yukarıda başlığı/konusu gösterilen tez çalışmamın kapak sayfası, giriş, özet, ana bölümler ve sonuç kısımlarından oluşan çalışmam için şahsım ve tez danışmanım/Enstitü Sorumlusu tarafından intihal tespit programında taraması yapılmıştır. Tez Danışmanımın gözetiminde tamamladığım çalışmamın azami benzerlik oranlarına göre intihal içermediğini; aksinin tespit edileceği muhtemel durumda doğabilecek her türlü hukuki sorumluluğu kabul ettiğimi ve yukarıda vermiş olduğum bilgilerin doğru olduğunu beyan ederim.		
Öğrenci	Danışman	Enstitü Sorumlusu
Nilsu IŞIK	Dr. Öğr. Üyesi Selçuk ASLAN	Dr. Öğr. Üyesi Şerafettin SEVGİLİ

ETİK KURUL ONAYI		
Başlık	Üniversite Öğrencilerinde Çocukluk Çağı Travmaları, Öz Yeterlilik İnancı ve Travma Sonrası Büyüme Arasındaki İlişkiler	
Etik Kurul Toplantı Tarihi	01.02.2024	
Etik Kurul Karar No	2024/02	
	Enstitü Sekreteri	

TEZDEN ÇIKARILAN YAYIN		
Yayın Künyesi	Işık, N. (2024). Üniversite Öğrencilerinde Çocukluk Çağı Travmaları, Öz Yeterlilik İnancı ve Travma Sonrası Büyüme Arasındaki İlişkiler. 10. Uluslararası New York Sosyal, Beşeri, İdari ve Eğitim Bilimlerinde Akademik Çalışmalar Kongresi. New York, USA.	
Yayın Türü	☐ Ulusal Hakemli Dergide Makale ☐ Uluslararası Hakemli Dergide Makale ☐ Ulusal Kongre/Sempozyumda Bildiri ☒ Uluslararası Kongre Sempozyumda Bildiri	
	Enstitü Sekreteri	

TEŞEKKÜR

Yüksek lisans eğitimimde ve tez sürecimde değerli bilgilerini ve desteğini esirgemeyen, kıymetli bilgi ve tecrübeleri ile her zaman yol gösteren saygıdeğer hocam ve tez danışmanım Dr. Öğr. Üyesi Selçuk ASLAN' a;

Eğitim hayatım boyunca bende emeği çok olan İstanbul Nişantaşı Üniversitesi Psikoloji bölümü hocalarıma;

Araştırmamda gönüllü olarak yer almayı kabul eden tüm üniversite öğrencilerine;

Tanıştığımız günden beri her anımda yanımda olan, güven ve desteğini hiçbir zaman esirgemeyen canım arkadaşım Hünkar Ağca'ya;

Beni bugünlere getiren ve yaşantımın her aşamasında olduğu gibi uzmanlık eğitimim süresince de yanımda olan desteklerini her zaman hissettiğim canım aileme sonsuz teşekkür ve en içten minnetlerimi sunarım.

Nilsu IŞIK

Temmuz, 2024

ÖZET

Nilsu IŞIK

Üniversite Öğrencilerinde Çocukluk Çağı Travmaları, Öz Yeterlilik İnancı ve Travma Sonrası Büyüme Arasındaki İlişkiler

Yüksek Lisans Tezi

İstanbul, 2024

Çalışma kapsamında üniversite öğrencilerinde çocukluk çağı travmaları, öz yeterlik ve travma sonrası büyüme (TSB) arasındaki ilişkilerin belirlenmesi amaçlanmıştır. Bununla birlikte çocukluk çağı travmaları, öz yeterlik ve TSB'nin cinsiyet, yaş, anne eğitim düzeyi, baba eğitim düzeyi, kardeş sayısı, çalışma durumu ve geçmişte bir yakını ani şekilde kaybetme durumundan oluşan demografik özellik grupları arasında karşılaştırılması araştırmanın bir diğer amacıdır. İlişkisel tarama yöntemiyle gerçekleştirilen bu araştırmanın örneklemini İstanbul ilinde bulunan üniversitelerin lisans düzeyinde öğrenim gören 416 öğrenciden oluşmaktadır. Veri toplamak amacıyla katılımcıların sosyo-demografik özelliklerine ilişkin bilgiler "Kişisel Bilgi Formu", çocukluk çağı travmalarını ölçmek için "Çocukluk Çağı Travmaları Ölçeği", öz yeterlik düzeyini ölçmek için "Genel Öz Yeterlilik Ölçeği" ve travma sonrası büyüme düzeylerini ölçmek için "Travma Sonrası Büyüme Envanteri" kullanılmıştır. Verilerin analizi SPSS 26.00 programı ile yapılmış olup, verilerin analizinde betimleyici istatistikler, Pearson korelasyon analizi, regresyon analizi, Bağımsız örneklem t-test ve ANOVA ile birlikte Post Hoc testlerinden Tukey Test kullanılmıştır.

Araştırma sonuçlarına göre öz yeterlik ile çocukluk çağı travmalarının tüm boyutları (duygusal istismar, fiziksel istismar, fiziksel ihmal, duygusal ihmal ve cinsel istismar) arasında düşük düzeyde ve negatif ilişkiler belirlenmiştir. Bununla birlikte travma sonrası büyümenin tüm alt boyutları (benlik algısında değişim, yaşam felsefesinde değişim ve başkalarıyla ilişkilerde değişim) ile çocukluk çağı travmalarının tüm boyutları arasında düşük düzeyde ve negatif ilişkiler görülmüştür. Diğer taraftan öz yeterlik ile travma sonrası büyümenin tüm alt boyutları arasında orta düzeyde ve pozitif ilişkiler belirlenmiştir. Yapılan regresyon analizinde çocukluk çağı travmaları ve öz yeterliğin travma sonrası büyüme faktörlerinin tümü üzerinde anlamlı etkiler yarattığı belirlenmiş; duygusal ihmal travma sonrası büyümeyi azaltırken, öz yeterliğin artırdığı görülmüştür. Diğer taraftan çocukluk çağı travmalarının öz yeterlik üzerinde anlamlı etkisi belirlenirken, bu etkinin duygusal ihmalin negatif rolünden kaynaklandığı tespit edilmiştir. Sonuçlar çocukluk çağı travmalarının olumsuz etkilerini göstererek öz yeterlilik ve travma sonrası büyümenin bu etkileri azaltmadaki rolünü vurgulamıştır.

Anahtar Kelimeler

Çocukluk çağı travmaları, öz yeterlik, travma sonrası büyüme, üniversite öğrencileri

ABSTRACT

Nilsu IŞIK

The Relationship Between Childhood Traumas, Self-Efficacy Beliefs and Posttraumatic Growth in University Students

Master's Thesis

İstanbul, 2024

Within the scope of the study, it was aimed to determine the relationships between childhood traumas, self-efficacy and posttraumatic growth (PTG) in university students. In addition, another aim of the study was to compare childhood traumas, self-efficacy and PTSD among demographic characteristics groups including gender, age, mother's education level, father's education level, number of siblings, employment status and sudden loss of a relative in the past. The sample of this study, which was conducted with the correlational survey method, consists of 416 students studying at the undergraduate level of universities across Turkey. In order to collect data, "Personal Information Form" was used to collect information about the socio-demographic characteristics of the participants, "Childhood Traumas Scale" to measure childhood traumas, "General Self-Efficacy Scale" to measure self-efficacy level, and "Posttraumatic Growth Inventory" to measure posttraumatic growth levels. The data were analyzed with SPSS 26.00 program and descriptive statistics, Pearson correlation analysis, regression analysis, Independent sample t-test and ANOVA and Tukey Test from Post Hoc tests were used in the analysis of the data.

According to the results of the study, low level and negative relationships were determined between self-efficacy and all dimensions of childhood traumas (emotional abuse, physical abuse, physical neglect, emotional neglect and sexual abuse). However, low and negative relationships were observed between all sub-dimensions of posttraumatic growth (change in self-perception, change in life philosophy and change in relationships with others) and all dimensions of childhood traumas. On the other hand, moderate and positive relationships were found between self-efficacy and all sub-dimensions of posttraumatic growth. In the regression analysis, it was determined that childhood traumas and self-efficacy had significant effects on all posttraumatic growth factors separately; emotional neglect decreased posttraumatic growth, while self-efficacy increased it. On the other hand, while childhood traumas had a significant effect on self-efficacy, it was determined that this effect was caused by the negative role of emotional neglect. The results showed the negative effects of childhood traumas and emphasized the role of self-efficacy and posttraumatic growth in reducing these effects.

Keywords

Childhood traumas, self-efficacy, posttraumatic growth, university student

İÇİNDEKİLER

KABUL VE ONAY	i
ETİK BEYAN	ii
TEŞEKKÜR.....	iv
ÖZET.....	v
ABSTRACT.....	vi
İÇİNDEKİLER	vii
TABLolar DİZİNİ	ix
KISALTMALAR DİZİNİ.....	x
GİRİŞ	1
BİRİNCİ BÖLÜM: KAVRAMSAL VE KURAMSAL ÇERÇEVE.....	8
1.1. Çocukluk Çağı Travmaları	8
1.1.1. Çocukluk Çağı Travmalarının Tarihçesi	10
1.1.2. Çocukluk Çağı Travmalarının Yaygınlığı	11
1.1.3. İhmal	13
1.1.4. İstismar	17
1.1.5. Çocukluk Çağı Travmaları ile İlgili Araştırma Bulguları	22
1.2. Öz Yeterlik	25
1.2.1. Sosyal Bilişsel Kuram.....	28
1.2.2. Öz Yeterlik Gelişimi.....	31
1.2.3. Öz Yeterlik Kaynakları.....	32
1.2.4.Öz Yeterlik ile İlgili Araştırma Bulguları.....	34
1.3. Travma Sonrası Büyüme	37
1.3.1. Travma Sonrası Büyüme Kuramları.....	38
1.3.2. Travma Sonrası Büyümenin Boyutları	40
1.3.3. Travma Sonrası Büyüme ile İlgili Araştırma Bulguları	44
1.4. Çocukluk Çağı Travmaları, Öz Yeterlik ve Travma Sonrası Büyüme Arasındaki İlişkiler.....	46
İKİNCİ BÖLÜM: YÖNTEM.....	49
2.1. Araştırma Modeli	49
2.2. Evren ve Örneklem.....	49
2.3. Veri Toplama Araçları.....	49
2.3.1. Kişisel Bilgi Formu	49

2.3.2. Çocukluk Çağı Travmaları Ölçeği.....	50
2.3.3. Genel Öz Yeterlik Ölçeği	50
2.3.4. Travma Sonrası Büyüme Envanteri.....	50
2.4. Verilerin Toplanması.....	51
2.5. Verilerin Analizi.....	51
ÜÇÜNCÜ BÖLÜM: BULGULAR	53
3.1. Betimsel İstatistikler.....	53
3.2. Korelasyon Analizi Bulguları.....	54
3.3. Regresyon Analizi Bulguları	55
3.4. Gruplar Arası Karşılaştırmalar	58
SONUÇ VE TARTIŞMA	65
KAYNAKLAR	74
EK 1. ARAŞTIRMA ANKET FORMU	88
ETİK KURUL İZNİ.....	92

TABLÖLAR DİZİNİ

Tablo 1. Değişkenlere İlişkin Betimleyici İstatistikler ve Güvenirlik Değerleri	52
Tablo 2. Örneklem İlişkin Demografik Özellikler	53
Tablo 3. Çocukluk Çağı Travmaları ile Öz Yeterlik Algısı Arasındaki İlişkiye Yönelik Korelasyon Analizi.....	54
Tablo 4. Çocukluk Çağı Travmaları ile Travma Sonrası Büyüme Arasındaki İlişkiye Yönelik Korelasyon Analizi.....	55
Tablo 5. Öz Yeterlik ile Travma Sonrası Büyüme Arasındaki İlişkiye Yönelik Korelasyon Analizi.....	55
Tablo 6. Çocukluk Çağı Travmaları ve Öz Yeterliğin Benlik Algısında Değişim Üzerindeki Etkisine Yönelik Regresyon Bulguları.....	56
Tablo 7. Çocukluk Çağı Travmaları ve Öz Yeterliğin Yaşam Felsefesinde Değişim Üzerindeki Etkisine Yönelik Regresyon Bulguları.....	56
Tablo 8. Çocukluk Çağı Travmaları ve Öz Yeterliğin Başkalarıyla İlişkilerde Değişim Üzerindeki Etkisine Yönelik Regresyon Bulguları.....	57
Tablo 9. Çocukluk Çağı Travmalarının Öz Yeterlik Üzerindeki Etkisine Yönelik Regresyon Bulguları.....	57
Tablo 10. Çocukluk Çağı Travmaları, Öz Yeterlik ve Travma Sonrası Büyüme Düzeylerinin Cinsiyet Grupları Arasında Karşılaştırılmasına İlişkin Analiz Sonuçları .	58
Tablo 11. Çocukluk Çağı Travmaları, Öz Yeterlik ve Travma Sonrası Büyüme Düzeylerinin Yaş Grupları Arasında Karşılaştırılmasına İlişkin Analiz Sonuçları	59
Tablo 12. Çocukluk Çağı Travmaları, Öz Yeterlik ve Travma Sonrası Büyüme Düzeylerinin Anne Eğitim Düzeyi Grupları Arasında Karşılaştırılmasına İlişkin Analiz Sonuçları	60
Tablo 13. Çocukluk Çağı Travmaları, Öz Yeterlik ve Travma Sonrası Büyüme Düzeylerinin Baba Eğitim Düzeyi Grupları Arasında Karşılaştırılmasına İlişkin Analiz Sonuçları	61
Tablo 14. Çocukluk Çağı Travmaları, Öz Yeterlik ve Travma Sonrası Büyüme Düzeylerinin Kardeş Sayısı Grupları Arasında Karşılaştırılmasına İlişkin Analiz Sonuçları	62
Tablo 15. Çocukluk Çağı Travmaları, Öz Yeterlik ve Travma Sonrası Büyüme Düzeylerinin Çalışma Durumu Grupları Arasında Karşılaştırılmasına İlişkin Analiz Sonuçları	63
Tablo 16. Çocukluk Çağı Travmaları, Öz Yeterlik ve Travma Sonrası Büyüme Düzeylerinin Geçmişte Herhangi Bir Yakını Ani Şekilde Kaybetme Durumuna Göre Karşılaştırılmasına İlişkin Analiz Sonuçları	64

KISALTMALAR DİZİNİ

Kısaltma	Açıklama
APA	Amerikan Psikoloji Birliği
DSM	Mental Bozuklukların Tanısal ve Sayımsal El Kitabı
DSÖ	Dünya Sağlık Örgütü
TSB	Travma Sonrası Büyüme



GİRİŞ

Çocukluk çağı travmalarının olumsuz psikolojik etkileri çocukluk ve ergenlik dönemlerinin ötesine geçerek yetişkinliğe kadar uzanmaktadır. Yapılan çalışmalarda, çocukluk çağı ile travma sonrası stres bozukluğu (Vranceanu vd., 2007), kişilik bozukluğu semptomları (Tyrka vd., 2009), anksiyete ve depresyon (Lindert vd., 2014; Caravaca Sánchez vd., 2019; Van Assche vd., 2020) ve yeme bozuklukları (Afifi vd., 2017) gibi çeşitli psikolojik sağlık sorunları arasında ilişki olduğu ortaya koyulmuştur. Ayrıca, çocukluk çağı travmalarının sonraki yıllarda intihar girişimini tetiklediğini ortaya koyan çalışmalar da bulunmaktadır (Zatti vd., 2017; Angelakis vd., 2019). Bununla birlikte çocukluk çağı travmalarının uzun vadeli yansımaları sadece psikolojik sağlık sorunlarından oluşmamaktadır. Çocukluk çağında cinsel öyküsü bulunan 60 kadının katıldığı bir çalışma, bu tür olumsuz deneyimler ile başa çıkmanın, katılımcıların yaklaşık yarısı için gelişmiş başa çıkma stratejilerine, gelişmiş kişilerarası ilişkilere, daha iyi ebeveynlik becerilerine ve kayda değer kişisel ve ruhsal gelişime yol açtığını ortaya koymuştur (Wright vd., 2007). Hartley vd. (2016) ayrıca çocukluk çağı cinsel istismarının mağdurların kendileriyle daha uyumlu bir ilişki geliştirmelerine, istismarlarını anlamlandırmalarına ve başkalarıyla daha sağlıklı ilişkiler kurmalarına yol açabileceğini göstermiştir. Çocukluk travmalarının olumsuz ruh sağlığı göstergeleriyle ilişkisini açıklayan geniş ampirik kanıtlar varken az bir kısmı da olumlu sonuçların olabileceğini ortaya çıkarmıştır.

Geçmişe dönük çalışmalar, çocukluk çağı travmalarının yetişkinlerde %16 ile %51,8 arasında değişen yaygınlık oranlarına sahip olduğunu ortaya koymaktadır (Mohr ve Rosén, 2017; Afifi vd., 2019; Ustuner Top ve Cam, 2020; Myers vd., 2021; Özdemir, 2023). Örneğin, Wu vd. (2021) yaptığı çalışmada, %20'lik yetişkin grubunun çocukluk çağında herhangi bir istismar ya da ihmale maruz kalmadığını belirlerken, %21,5'lik grubun bir, %34,6'lık grubun iki, %24,9'luk grubun ise üç veya daha fazla ihmal ya da istismar öyküsü olduğunu bildirmiştir. Bununla birlikte duygusal istismarın, çocukluk dönemindeki en yaygın travmatik olay olduğu literatürdeki çalışmalarda vurgulanmıştır (Tran vd., 2017; Lev Wiesel vd., 2018; River vd., 2020), ancak bu travmatik yaşantıların genellikle bir arada gerçekleştiği bilinmektedir (Özdemir, 2023).

Travma sonrası büyüme (TSB) kavramı, Tedeschi ve Calhoun (1995) tarafından ifade edildiği üzere, bireylerin travma sonucunda karşılaştıkları zorlu deneyimlerden kaynaklanabilecek olumlu dönüşümleri tanımlamak için kullanılan önemli bir çerçevedir. TSB, “travmatik bir deneyimle mücadele sonucunda bireyde meydana gelen olumlu değişim” kavramını kapsar ve üç temel alanda önemli değişiklikleri içerir: benlik algısı, yaşam felsefesi ve kişiler arası ilişkiler (Calhoun ve Tedeschi, 1999). Bu çok yönlü süreç, bireylerin yalnızca travmadan kurtulma potansiyelini değil, aynı zamanda daha anlamlı ve uyumlu ilişkiler, güçlendirilmiş ve daha dirençli bir benlik duygusu ve yeniden tanımlanmış, genellikle daha minnettar bir hayat görüşü ile kendini gösteren derin bir kişisel gelişim deneyimleme potansiyelini de vurgulamaktadır. Son zamanlarda yapılan ampirik çalışmalar, yetişkinlerin çocukluk travmalarının ardından gerçekten de TSB geliştirebileceği teorisini destekleyerek, bu tür olumsuz deneyimlerin bireyleri yalnızca olumsuz psikolojik sonuçlara yatkın hale getirmediğini, aynı zamanda önemli kişisel gelişim için katalizör görevi görebileceğini öne sürmektedir (Mohr ve Rosén, 2017; Sheridan ve Carr, 2020; Yücel ve Öztürk, 2021; Sevinç Yalçın, 2022; Terzi, 2024). Bu çalışmalar, çocukluk çağı travmalarının sıklıkla travma sonrası stres bozukluğu gelişimiyle ilişkilendirilmesine rağmen, bireylerin bu deneyimlerden olumlu değişim ve dayanıklılığı teşvik etmek için yararlanmaları için eşzamanlı bir potansiyel olduğunu göstermektedir (Özdemir, 2023). TSB’nin anlaşılması, travmatik deneyimlerle mücadelenin belirli koşullar altında dönüştürücü ve kalıcı olumlu sonuçlara yol açabileceğini kabul ederek travma iyileşmesinin farklı yörüngelerini tanımanın önemini vurgulamakta ve böylece çocukluk çağı travmalarının potansiyel sonuçlarına ilişkin daha kapsamlı ve umutlu bir bakış açısı sunmaktadır (Yücel ve Öztürk, 2021; Terzi, 2024). Çalışma çocukluk çağı travmalarının olumlu ve olumsuz sonuçları ile ilgili çelişkili sonuçlar bulunduğundan dolayı bu değişkenler arası ilişkilerin netleştirilmesi önemli görülmektedir.

Diğer taraftan çocukluk çağı travmaları çerçevesinde ortaya çıkan erken dönem olumsuz deneyimler genellikle bireyin hayatın zorluklarını etkili bir şekilde yönetme yeteneğine olan inancını zayıflatarak öz yeterlikte çeşitli sorunlar oluşmasına neden olmaktadır (Cohrdes ve Mauz, 2020). Bandura’ya (1997) göre, öz yeterlik veya kişinin olası durumları yönetmek için gerekli eylem planlarını organize etme ve yürütme yeteneklerine olan inancı, temelde erken yaşam deneyimleri tarafından

şekillendirilmektedir. Çalışmalar, çeşitli istismar ve ihmal biçimleri de dahil olmak üzere çocukluk çağı travmalarının bu kritik psikolojik yapıyı ciddi şekilde bozarak güvenin azalmasına ve çaresizlik duygusunun artmasına yol açtığını göstermiştir (Benight ve Bandura, 2004). Cicchetti ve Toth (2005) tarafından yapılan araştırma, travma yaşayan çocukların genellikle değersizlik ve yetersizlik duygularını içselleştirdiklerini, bu duyguların yetişkinlikte de devam ettiğini ve stres ve sıkıntılarla başa çıkma becerilerini önemli ölçüde engellediğini göstermektedir. Ayrıca, Schilling vd. (2007) tarafından yürütülen boylamsal bir çalışmadan elde edilen bulgular, çocuklukta birden fazla travmatik olayın kümülatif etkisinin, öz yeterliğin gelişimine özellikle zarar verdiğini ve depresyon ve anksiyete gibi psikolojik bozuklukların gelişme riskini artırdığını göstermektedir. Spilsbury vd. (2007) tarafından yapılan bir meta-analiz bu görüşü desteklemekte ve çocukluk travması geçmişi olan bireylerin travma geçirmemiş akranlarına kıyasla daha düşük öz-yeterlik seviyeleri sergilediklerini ve bunun da genel psikolojik refahlarını ve dayanıklılıklarını etkilediğini göstermektedir. Buna ek olarak, Masten ve Garmezy (1985) tarafından yapılan çalışmalar, travmanın olumsuz etkilerini hafifletebilecek önemli bir koruyucu faktör olarak öz yeterliğin rolünü vurgulamakta ve öz yeterliği artırmayı amaçlayan müdahalelerin travma mağdurları arasında iyileşmeyi ve dayanıklılığı teşvik etmede özellikle etkili olabileceğini öne sürmektedir. Literatürde yer alan diğer çalışma bulguları da çocukluk çağı travmalarının öz yeterlik üzerindeki olumsuz etkisinin altını çizmektedir (Atak, 2022; Çavuş, 2023; Çetiner ve Bacak, 2023; Urcuyo vd., 2024). Bu kanıtlar, çocukluk çağı travmasının öz yeterlik üzerindeki derin ve kalıcı etkisinin altını çizmekte ve etkilenen bireylerde olumlu sonuçları teşvik etmek için hedeflenen terapötik müdahaleler ve destekleyici önlemler yoluyla bu sorunları ele almanın önemini vurgulamaktadır.

Çocukluk çağındaki ihmal ve istismar yaşantılarının öz yeterlik üzerinde yarattığı etki ile birlikte, bireyin kendi yeteneklerine olan inancının travmatik deneyimlerin ardından olumlu dönüşümleri nasıl kolaylaştırabileceğini açıklamak üzere öz yeterliğin TSB üzerindeki etkisi gündeme gelmektedir (Zeng vd., 2021). Benight ve Bandura (2004), öz yeterliğin iyileşme sürecinde kritik bir faktör olduğunu altını çizmektedir; zira kendilerini travmayla ilgili stres faktörlerini yönetebilecek kapasitede gören bireylerin TSB yaşama olasılığı daha yüksektir. Luszczynska vd. (2009) ise zorlukların üstesinden

gelme yeteneklerine inanan bireylerin deneyimlerinden olumlu değişiklikler çıkarma olasılıklarının daha yüksek olduğunu belirtmektedir. Ayrıca Zoellner ve Maercker (2006), z yeterliğin travmatik olayların bilişsel olarak işlenmesini etkilediğini ve bireylerin deneyimlerini büyümeyi teşvik edecek şekilde yeniden erevelendirmelerini sağladığııı vurgulamaktadır. Cieslak vd. (2009) tarafından yapılan bir çalışma, öz yeterliği artırmaya yönelik müdahalelerin, özellikle travma mağdurlarının iyileşme süreçlerinde proaktif adımlar atmalarını sağlayarak TSB'yi önemli ölçüde destekleyebileceğini göstermektedir. Ayrıca, Wu vd. (2016) tarafından yapılan çalışma, öz yeterliğin yalnızca anlık travmayla başa ıkıma yardımcı olmakla kalmayıp, aynı zamanda uzun vadeli dayanıklılığı da teşvik ederek sürekli kişisel gelişime ve psikolojik refahın artmasına katkıda bulunduğunu göstermektedir. Literatürdeki diğer çalışma sonuçları da öz yeterliğin TSB üzerinde pozitif etkisi olduğunu ortaya koymaktadır (Ceylan, 2020; Akbay Safi, 2020; Zeng vd., 2021; Erkoyuncu ve Kandemir, 2022). Toplu olarak, bu bulgular öz yeterliğin TSB'yi teşvik etmedeki önemli rolünün altını çizmekte ve travma mağdurlarının psikolojik iyileşme ve büyümelerini desteklemek için öz yeterliklerini artıran terapötik müdahalelerin geliştirilmesi ve uygulanmasının önemini vurgulamaktadır.

Bu bilgiler ışığında, TSB için çocukluk ağı travmaları ve öz yeterliğin önemli rolünün olduğu düşünülmektedir. Bununla birlikte çocukluk ağı travmalarının ortaya çıkardığı olumsuzluklar çerçevesinde bireylerin öz yeterliklerinin etkileneceği söylenebilir. Tüm bu açıklamalar; çocukluk ağı travmaları, öz yeterlik ve TSB arasındaki ilişkilerin incelenmesi gerekliliğini ortaya koymaktadır.

Araştırmanın Amacı

Araştırmanın amacı niversite ğrencilerinde çocukluk ağı travmaları, öz yeterlik ve TSB arasındaki ilişkilerin belirlenmesidir. Bununla birlikte çocukluk ağı travmaları, öz yeterlik ve TSB'nin cinsiyet, yaş, anne eğitim düzeyi, baba eğitim düzeyi, kardeş sayısı, çalışma durumu ve geçmişte bir yakını ani şekilde kaybetme durumundan oluşan demografik özellik grupları arasında karşılaştırılması araştırmanın bir diğer amacıdır. Bu amaçlar doğrultusunda aşağıdaki araştırma sorularına yanıt aranmaktadır:

1. Üniversite ğrencilerinde çocukluk ağı travmaları, öz yeterlik ve TSB arasında anlamlı bir ilişki var mıdır?

2. Üniversite öğrencilerinin cinsiyetine göre çocukluk çağı travmaları, öz yeterlik ve TSB düzeyinde anlamlı bir fark var mıdır?
3. Üniversite öğrencilerinin yaşına göre çocukluk çağı travmaları, öz yeterlik ve TSB düzeyinde anlamlı bir fark var mıdır?
4. Üniversite öğrencilerinin anne eğitim düzeyine göre çocukluk çağı travmaları, öz yeterlik ve TSB düzeyinde anlamlı bir fark var mıdır?
5. Üniversite öğrencilerinin baba eğitim düzeyine göre çocukluk çağı travmaları, öz yeterlik ve TSB düzeyinde anlamlı bir fark var mıdır?
6. Üniversite öğrencilerinin kardeş sayısına göre çocukluk çağı travmaları, öz yeterlik ve TSB düzeyinde anlamlı bir fark var mıdır?
7. Üniversite öğrencilerinin çalışma durumuna göre çocukluk çağı travmaları, öz yeterlik ve TSB düzeyinde anlamlı bir fark var mıdır?
8. Üniversite öğrencilerinin geçmişte bir yakını ani şekilde kaybetme durumuna göre çocukluk çağı travmaları, öz yeterlik ve TSB düzeyinde anlamlı bir fark var mıdır?

Araştırmanın Önemi

Bu araştırmanın önemi çok yönlü olup, sonuçları üniversite öğrencilerine, klinisyenlere, halk sağlığına ve akademik literatüre yayılmaktadır. Üniversite öğrencileri için çocukluk travmaları, öz-yeterlik ve TSB arasındaki ilişkileri anlamak, artan bağımsızlık ve sorumlulukla işaretlenen çok önemli bir gelişim aşamasında ilerlerken çok önemlidir. Bu ilişkiler açıklanarak araştırma, erken dönemdeki olumsuzluklara rağmen dayanıklılığı ve psikolojik büyümeyi destekleyen temel faktörleri belirleyebilir. Bu bilgi, üniversitelerde öz yeterliği artırmayı ve TSB'yi teşvik etmeyi amaçlayan, böylece öğrencilerin genel refahını ve akademik başarısını artıran özel destek programlarının geliştirilmesine bilgi sağlayabilir. Ayrıca cinsiyet, yaş, ebeveyn eğitim düzeyi, kardeş sayısı, çalışma durumu ve ani kayıp deneyimi gibi demografik değişkenlerin bu ilişkileri nasıl etkilediğini inceleyerek araştırma, farklı öğrenci alt gruplarındaki belirli zayıflıkları ve güçlü yönleri ortaya çıkarabilir. Bu anlayış, farklı öğrenci popülasyonlarının ihtiyaçlarını karşılayan, daha kapsayıcı ve destekleyici bir akademik ortamı teşvik eden daha etkili, kişiselleştirilmiş müdahaleler sağlayabilir.

Klinik açıdan bakıldığında bu araştırma, travmadan etkilenen bireylerle çalışan klinisyenler için önemli bilgiler sunmaktadır. Çocukluk travmaları, öz-yeterlik ve TSB arasındaki etkileşimi anlamak, klinisyenlere iyileşme ve büyümeyi teşvik etmede öz yeterliği kritik bir faktör olarak güçlendiren daha etkili terapötik yaklaşımlar geliştirmede yol gösterebilir. Diğer taraftan araştırma, nispeten az araştırılmış bir demografik grup olan üniversite öğrencilerinde çocukluk çağı travmaları, öz yeterlik ve TSB arasındaki ilişkinin anlaşılmasındaki boşluğu doldurarak akademik literatüre katkıda bulunmaktadır. Demografik değişkenlerin kapsamlı analizi, mevcut bilgi birikimini zenginleştirerek gelecekteki araştırma ve teori geliştirme için yeni yönler sunacaktır. Genel olarak bu çalışma, politika, uygulama ve daha fazla bilimsel araştırmayı yönlendirmek ve sonuçta daha dayanıklı ve psikolojik açıdan sağlıklı bir topluma katkıda bulunmak için önemli bir potansiyele sahiptir.

Araştırmanın Sınırlılıkları

- Araştırmanın örneklemini 2023-2024 eğitim-öğretim yılında İstanbul genelindeki üniversitelerde lisans düzeyinde öğrenim gören ve kolayda örnekleme yöntemi ile seçilmiş 416 öğrenci ile sınırlandırılmıştır.
- Araştırmada üniversite öğrencilerine dair özellikler araştırmacı tarafından geliştirilen “Kişisel Bilgi Formu” ile elde edilen bilgilerle sınırlıdır.
- Araştırma kapsamında incelenen “çocukluk çağı travmaları” düzeyi, Bernstein vd. (1994) tarafından geliştirilen, Şar vd. (2012) tarafından Türkçeye uyarlanan “Çocukluk Çağı Travmaları Ölçeği” maddeleri ile ölçülen özellikler ile sınırlıdır.
- Araştırma kapsamında incelenen “öz yeterlik” düzeyi, Scholz vd. (2002) tarafından geliştirilen, Aypay (2010) Türkçeye uyarlanan “Genel Öz Yeterlik Ölçeği” maddeleri ile ölçülen özellikler ile sınırlıdır.
- Araştırma kapsamında incelenen “travma sonrası büyüme” düzeyi, Tedeschi ve Calhoun (1996) tarafından geliştirilen, Kağan vd. (2012) tarafından Türkçeye uyarlanan “Travma Sonrası Büyüme Envanteri” maddeleri ile ölçülen özellikler ile sınırlıdır.

Tanımlar

Travma: Bireyin psikolojik bütünlüğünü tehdit eden, ciddi ve anormal bir deneyim veya olay sonucu ortaya çıkan duygusal rahatsızlık durumudur (APA, 2014).

Çocukluk Çağı Travmaları: Çocukların gelişimindeki temel dönemlerde yüzleştikleri stresli veya tehlikeli deneyimleri içeren ihmal ve istismar yaşantılarıdır. Bu deneyimler, çocuğun duygusal, sosyal ve bilişsel gelişimini olumsuz yönde etkileyebilir ve ilerleyen yaşamında psikolojik sorunlara neden olabilir (Şar vd., 2012).

Öz Yeterlik: Bireyin belirli bir görevi veya etkinliği başarma konusundaki inancını ifade eden, bu inanç doğrultusunda davranışlarını yönlendiren ve başarıyı etkileyen bir kavramdır (Bandura, 1997).

Travma Sonrası Büyüme: Bireyin yaşadığı travmatik bir olay veya deneyim sonrasında, olumsuz etkilerin yanı sıra kişisel güçlenme, kişisel ilişkilerde artış, yaşamın anlamını yeniden keşfetme gibi olumlu değişimler yaşamasını ifade eden bir süreçtir (Tedeschi ve Calhoun, 1995).

BİRİNCİ BÖLÜM: KAVRAMSAL VE KURAMSAL ÇERÇEVE

1.1. Çocukluk Çağı Travmaları

Çocukluk dönemi, bireylerin hayatındaki en temel ve başlangıç aşamalarından biridir. Bu dönem, bireylerin hayatında büyük bir öneme sahiptir ve duygusal, davranışsal, sosyal, bilişsel ve fiziksel birçok alanı etkilemektedir. Çocukluk dönemi, bireyin gelişim sürecinin bir parçası olarak kişiliğin oluşmaya başladığı ve gelecekte sağlıklı, topluma uyumlu bireyler olarak değerlendirilebilmeleri için gerekli temellerin atıldığı bir dönemdir (Altunpul, 2022). Bu yaşantılar ve deneyimler, istenmeyen şekilde gelişimsel süreci olumsuz etkileyebilir, zarar verebilir veya kesintiye uğratabilir. Bu durum, ilerleyen ergenlik ve yetişkinlik dönemlerinde çeşitli zorluklara neden olabilir (Slep vd., 2011). Çocukluk dönemi travmalarının etkileri, bireylerin yaşamları boyunca sürebilir ve onların fiziksel ve psikolojik sağlıklarını ciddi şekilde etkileyebilir (Şar vd., 2012).

Çocukluk çağı travmaları, çocuğa uzun süreli fiziksel ve psikolojik zarar veren, duygusal olarak rahatsızlık ve acı yaşatan olaylar olarak tanımlanır. Örnek olarak kayıplar, doğal afetler, göç, terör, savaş, şiddet, ihmal veya istismar verilebilir (Sayın ve Kararaziz, 2024). Bu travmatik olaylar, çocuğa ya doğrudan ya da dolaylı olarak etki eder. Dolaylı süreçler, öncelikli olarak birincil bakım verenler olmak üzere, başkalarının yaşadığı travmatik olaylar ya da bu kişilerin deneyimledikleri travmatik olaylara ilişkin bilgi edinme yoluyla ortaya çıkar. Dünya Sağlık Örgütü (DSÖ), çocukluk dönemi istismarı ve ihmali, bireyin hayatına, şahsına, bireysel gelişimine ya da güvenlik hissine dair duygusal, fiziksel, psikolojik, cinsel, ekonomik zarar verme, yok sayma, ihtiyaçların karşılanmaması gibi kötü davranışları içeren durumlar olarak tanımlar ve bu tür olaylara maruz kalan 18 yaş altı bireyler için çocukluk çağı travmasından söz etmektedir (DSÖ, 1999). Çocukluk dönemi travmalarının bireyin gelecekteki psikososyal ve fiziksel sağlığı üzerinde derin etkileri vardır (Köroğlu, 2023).

Çocukluk dönemindeki olumsuz yaşantılar genel olarak iki ana başlık altında incelenir: istismar ve ihmal. DSÖ, çocukluk dönemi kötü muameleyi fiziksel istismar, duygusal istismar, cinsel istismar ve ihmal olarak dört alt grupta ele almaktadır (DSÖ, 1999). İhmali iki ana gruba ayırarak, duygusal ve fiziksel olarak incelemek mümkündür. İstismar, aktif bir süreçken, ihmal pasif bir süreç olarak nitelendirilir (Simone vd.,

2016). Hem ihmal hem de istismarın çocukluk çağı travması üzerinde ortak özellikleri; tekrar etmeleri, yasaklı olmaları, çocuğa ruhsal ve fiziksel zarar vermeleri, psikososyal gelişimi engellemeleridir (Slep vd., 2011). Bu travmatik yaşantılar, bireylerin sosyal ilişkilerini, stresle başa çıkma mekanizmalarını ve genel yaşam kalitesini olumsuz etkileyebilir (Tüccaroğlu, 2021).

Çocukluk çağı travması, 18 yaşının altındaki bireylerin, yani çocukların, karşılaştığı ihmal ve/veya istismar olarak tanımlanabilir. Yaşanan fiziksel ve duygusal ihmal ile fiziksel, duygusal ve cinsel istismarı içeren durumlar, kişinin psikososyal ve fiziksel gelişimine zarar verdiği noktada çocukluk çağı travması olarak nitelendirilmektedir (İnik, 2020). Çocukların maruz kaldıkları istismar ve ihmalin sebepleri iki grupta ele alınabilir: dış ve iç stres faktörleri. Dış stres faktörleri arasında ekonomik durumlar, işsizlik, barınma koşullarının kısıtlılığı, sosyal kaynakların yetersizliği, sağlık problemleri, sosyal ve kültürel bazı özellikler yer alır ve bunlar istismar ve ihmale öncülük edebilir. İç stres faktörleri arasında ise ebeveynlerin bireysel özellikleri, kişilik örgütlenmeleri ve koşulları gözetmeksizin beklentileri bulunur (Demirkapı, 2013). Bu faktörler, ebeveynlerin çocuklarına nasıl davrandığını ve çocukların bu davranışlardan nasıl etkilendiğini belirler.

Travmatik durumlarla karşı karşıya kalan bireyler, alışılmadık bir duruma maruz kalmaktan dolayı uygun çözümler bulmakta zorlanır ve alışılmışın dışında bambaşka bir gerçeklikle yüzleşmek zorunda kalır. Bu süreç, bireyin tüm öğrendiklerini sorgulamasına ve yeni bir bakış açısı geliştirme ihtiyacına yol açar (Terzi, 2024). Eski öğretilerle gerçekler arasındaki uyumsuzluk, bireyin temel psikolojik yapısında değişimlere neden olur. Bu durum, bireyin bulunduğu ortamı ve dünyasını farklılaştırır ve bu süreç “travmatik milat” olarak adlandırılır. Yaşanılan tüm bu durumlar, yalnızlık hissi, öfke, kaygı, endişe ve umutsuzluk gibi duygulara yol açabilir (Bayraktar, 2018). Çocukluk sürecinde travmatik milat yaşayan bireyler için bu durum daha da kritiktir. Temellerin atıldığı ve dünya ile ilgili bilgilerin yeni yeni toplandığı çocukluk döneminde travmatize edici olaylar, kişiliğin ve kimliğin oluşumunu derinden etkileyebilir. Yapılan bir çalışmada, çocukluk döneminde travmaya maruz kalmanın sosyal etkileşimlerde ve stresle başa çıkma mekanizmalarında sorunlara yol açtığı bulunmuştur (Sarıçamlık, 2020).

1.1.1. Çocukluk Çağı Travmalarının Tarihçesi

İstismar ve ihmal geçmişlerini kapsayan çocukluk çağı travması olgusu, muhtemelen insanlığın başlangıcından beri var olmakla birlikte, bu konunun bilimsel olarak araştırılması yaklaşık bir yüzyıllık nispeten yeni bir zamansal çerçeveye yayılmaktadır (Yılmaz, 2009). Bu tür koşulların toplumsal olarak tanınması, nitelendirilmesi ve normatif olarak belirlenmesinin evrimi yıllar içinde önemli dönüşümler geçirmiştir. Kültürel ve sosyal süreçler yaklaşımları, durumları ve değerleri sürekli olarak yeniden tanımlamış, daha önce kabul edilebilir ya da dikkate değer görülmeyen kavramlara yeni anlamlar yüklemiştir. Bir zamanlar toplumumuzda çocuk yetiştirmenin tartışmasız bir yönü olan çocukların fiziksel olarak cezalandırılması gibi tarihsel olarak onaylanmış uygulamalar, fiziksel istismar olarak yeniden sınıflandırılmış ve belirli gelenekçi kohortlar dışında çağdaş bir onaylamama toplamıştır (Yelörgü, 2021).

Tarihsel literatür incelendiğinde, çocuk istismarına ilişkin ilk çalışmalar için farklı zaman çizelgeleri ortaya çıkmaktadır. Belgelenmiş en eski araştırmalar arasında, bir hukukçunun hapisteki bireylerin suç oranlarını incelediği ve böylece çocuk istismarı kavramını ortaya attığı 18. yüzyıla ait bir kayıt yer almaktadır (Acehan vd., 2013). Yeni ortaya çıkan bu tanıma, 1860 yılında Tardieu'nun öncü tıbbi tanımı ile daha da sağlamlaştırılmıştır. Söylem, 1946 yılında fiziksel yaralanma ve istismar arasındaki ilişkiyi açıklayan Caffey tarafından önemli ölçüde geliştirilmiştir. 1962 yılında Kempe tarafından ortaya atılan "hırpalanmış çocuk" terimi, çocuk istismarı anlayışını duygusal kötü muamele ve ihmali de kapsayacak şekilde genişletmiş, böylece sonraki araştırma ve politika geliştirme için daha geniş bir yol çizmiştir. Çocuk korumanın kurumsallaşması, kötü muamele gören çocukların korunması için devletlere yükümlülükler getiren 1989 tarihli Birleşmiş Milletler Çocuk Hakları Sözleşmesi ile belirgin bir şekilde vurgulanmıştır (Kara vd., 2004). Bu sözleşme Türkiye tarafından 1990 yılında onaylanmış ve 1995 yılında Resmi Gazete'de yayımlanmasının ardından uygulanabilir hale gelmiştir (Nasıroğlu, 2014).

Türkiye bağlamında, çocuk istismarına ilişkin akademik, araştırma ve uygulama yörüngesinin önemli ölçüde daha geç başladığı görülmektedir. Bununla birlikte, son yıllarda bu konudaki çalışmalarda gözle görülür bir artış gözlenmekte ve çağdaş akademik çalışmalarda giderek artan bir ivme görülmektedir (Yelörgü, 2021).

Türkiye’de çocuk istismarına ilişkin araştırmalar ağırlıklı olarak ruh sağlığı, pediatri ve tıp alanlarındaki profesyoneller tarafından yürütülmektedir (Kara vd., 2004). Bu bilimsel çabaların, yasal ilerlemelerin, sosyal girişimlerin ve özel derneklerin kurulmasının kümülatif etkisinin, potansiyel olarak zararlı davranışların tanınmasını artırması ve böylece etkili tedavi ve önleme programlarının geliştirilmesini kolaylaştırması beklenmektedir.

1.1.2. Çocukluk Çağı Travmalarının Yaygınlığı

DSÖ tarafından yapılan araştırmalar, her yıl 15 yaşın altındaki yaklaşık 40 milyon çocuğun şiddete maruz kaldığına dair şaşırtıcı istatistiği ortaya koyarak, çocukluk çağı travmasının yaygın doğasının altını çizmekte ve şiddet ve istismarın birincil risk faktörleri olarak ortaya çıktığını göstermektedir (DSÖ, 2021). Bu tür bir travmanın çocuk üzerindeki etkisi, şiddetin ciddiyetine ve çocuğun bireysel deneyimlerine bağlı olarak önemli ölçüde değişmektedir. Çocukluk çağında cinsel istismar erkeklerin yaklaşık %7’sini ve kızların %20’sini etkilerken, fiziksel istismarın yaygınlığı %25-50 arasında değişmektedir. Ayrıca, önemli sayıda çocuk duygusal istismar ve ihmale maruz kaldığını bildirmektedir (Yenidünya, 2017). Bu endişe verici rakamlara rağmen, küresel farkındalık çabaları konuyu kapsamlı bir şekilde ele almak için gerekli etkinliğe ulaşamamıştır.

Çocukluk çağı travmalarının etiyolojileri çok yönlüdür ve bir dizi sosyal, ailesel ve bireysel faktörü kapsar. Sadece doğrudan çocukla ilgili unsurları değil, çocuğun içinde bulunduğu daha geniş çevresel ve ailesel bağlamları da incelemek çok önemlidir (Bilim, 2012). Toplumsal olarak, cinsiyet veya azınlık temelli değersizleştirme, sosyo-ekonomik eşitsizlikler, savaş ve çatışma gibi örgütlü şiddet ve şiddete göz yuman kültürel normlar gibi faktörler çocukluk çağı travma riskini önemli ölçüde artırmaktadır (Çelik ve Hoccoğlu, 2018). Ailenin kişilik gelişiminde temel birimi temsil ettiği düşünüldüğünde, ailesel faktörler de aynı derecede kritiktir. Temel ailesel risk faktörleri arasında aşırı kalabalık haneler, ihmalkâr ebeveynler, kırılgan ebeveyn-çocuk ilişkileri, düşük sosyo-ekonomik durum ve ebeveyn ruh sağlığı bozuklukları yer almaktadır (Güler vd., 2002). Bireysel düzeyde, ebeveynin çocukluk istismarı öyküsü, evlilik uyumsuzluğu, tek ebeveynlik, annenin gece vardiyasında çalışması, sorunlu gebelikler, madde bağımlılığı, empati eksikliği, yetersiz çocuk bakımı bilgisi, yetersiz sosyal

destek, kötü öfke yönetimi, genç ebeveyn yaşı, işsizlik ve düşük eğitim düzeyi ile tamamlanan önemli bir risk faktörüdür (Çelik ve Hocaoglu, 2018). Bu risk faktörlerinin azaltılması, çocuklar, ebeveynler ve bakıcılar arasında çocuk gelişimi üzerindeki potansiyel olumsuz etkiler konusunda farkındalık yaratılmasıyla yakından ilişkilidir.

İstismar ve ihmal olarak ortaya çıkan çocukluk çağı travmaları, kültürel, ekonomik, ırksal ve dini sınırları aşan önemli sosyal sorunlar olarak küresel çapta kabul görmekte ve derin sonuçları nedeniyle evrensel bir dikkat gerektirmektedir. DSÖ'nün 2006 yılı verilerine göre, 1-14 yaş arası yaklaşık 40 milyon çocuk kötü muameleye maruz kalmakta ve destek müdahalelerine ihtiyaç duymaktadır. Amerika Birleşik Devletleri'nde 0-17 yaş arası her 1000 çocuktan 10'unun istismar veya ihmale maruz kaldığı görülmüştür (DSÖ, 2006).

Türkiye'de çocukluk çağı istismarı ve ihmalinin yaygınlığı, çeşitli araştırmalarla kanıtlandığı üzere, endişe verici derecede yüksektir. Başbakanlık Aile Kurumu'nun 1995 tarihli bir raporuna göre, çocukların %46'sı kötü muameleye maruz kalmıştır. UNICEF'in 2010 yılında Türkiye'de aile içi şiddet ve çocuk istismarı üzerine yaptığı çalışmada, 7-18 yaş arası çocukların %51'inin duygusal istismara, %43'ünün fiziksel istismara ve %3'ünün cinsel istismara maruz kaldığı bildirilmiştir. Yine 2001 yılında yapılan ve 143 aileyi kapsayan bir başka çalışmada, çocukların %87,4'ünün anneleri tarafından fiziksel istismar veya ihmale, %93'ünün ise duygusal istismar veya ihmale maruz bırakıldığı tespit edilmiştir (Güler vd., 2002). Bu bulgular, yıllar içinde yalnızca istismar ve ihmal vakalarının sayısında bir artışa değil, aynı zamanda bildirim, farkındalık ve destek arama davranışlarında da bir yükselişe işaret etmektedir. Cinsiyet karşılaştırmaları, kız çocuklarının erkek çocuklarına kıyasla daha sık istismara maruz kaldığını ortaya koymaktadır (Kara vd., 2004).

Sonuç olarak, artan araştırmalar ve ilgi, çocukluk çağı travmasının anlaşılmasını ve farkındalığını artırmış olsa da, küresel ilgi gerektiren yaygın bir sorun olmaya devam etmektedir. Çocukluk çağı istismarı ve ihmalinin evrenselliği ve ciddi sonuçları, bunun yalnızca sosyal bir sorun olarak değil, aynı zamanda uluslararası müdahale ve işbirliği gerektiren kritik bir mesele olarak ele alınmasını zorunlu kılmaktadır. Çocukluk çağı travmalarının bireyler ve toplum üzerindeki derin ve kalıcı etkilerinin azaltılması için araştırma ve politika geliştirme alanındaki sürekli çabalar büyük önem taşımaktadır.

1.1.3. İhmal

Çocukların sağlıklı gelişim göstermeleri ve nihayetinde iyi uyum sağlamış bireyler olmaları için bir dizi gelişimsel süreci başarılı ve sağlıklı bir şekilde geçirmeleri şarttır. Bu süreçler, her biri çocuğun genel gelişiminde önemli bir rol oynayan fiziksel, bilişsel, sosyal, kültürel ve psikolojik faktörlerin karmaşık bir etkileşiminden etkilenir (Altunpul, 2022). Dolayısıyla çocukluk, bu sosyokültürel süreçlere derinden gömülü ve bunlar tarafından şekillendirilen, çok sayıda faktörün bir çocuğun gelişimsel yörüngesini toplu olarak etkilediği bir dönemdir. Bu karmaşık etkiler ağı içinde, çocukların başarılı olmak için gerekli beceri ve özellikleri geliştirmelerini sağlamak için desteklenmeleri gerekir. Bu nedenle, fiziksel, bilişsel, sosyal, kültürel ve psikolojik boyutların entegrasyonu, büyümenin çok yönlü doğasını ve ele alınması gereken çeşitli ihtiyaçları vurgulayarak, çocukluk gelişiminin kapsamlı bir şekilde anlaşılması için gereklidir (Haworth vd., 2024).

Bir bireyin kimliğinin, psikolojik yapısının ve kişilik yapısının temeli, doğum öncesi dönemden başlayarak doğum, gelişim ve büyüme boyunca devam eden ebeveynler ve bakıcılarla etkileşimlerin içselleştirilmesi yoluyla oluşmaya başlar. Bu dönemde, bir çocuğun temel ihtiyaçları barınma, beslenme ve fiziksel bakım gibi salt fiziksel gerekliliklerin ötesine geçer. Ebeveynlerden veya birincil bakıcılardan sevgi, ilgi ve duygusal destek için duygusal ihtiyaçlar da aynı derecede önemlidir. Bu ihtiyaçların karşılanması ya da ihmal edilmesi bireyselleşme ve kimlik oluşumu süreçlerini önemli ölçüde etkiler, çünkü bakım verenlerle kurulan erken dönem ilişkiler ve etkileşimler çocuğun dünyayı anlamasına, davranış kalıplarına, sosyal ilişkilerine ve toplumsal normlara uyum sağlamasına zemin hazırlar (Köroğlu, 2023). Sonuç olarak, bir çocuğun çevresindeki bakıcıların ve önemli diğer kişilerin rolü çok önemlidir ve çocuğun gelişimsel süreçlerini derinden etkiler. Bu ilişkilerin karmaşık dinamikleri, çocuğun geleceğini şekillendirmede belirleyici bir rol oynar ve biçimlendirici yıllar boyunca besleyici ve destekleyici bir ortamın önemini vurgular (Barczyk vd., 2023).

Çocuk ihmali, geniş bir tanımla, bakım verenlerin çocuğa karşı sorumluluklarını ve görevlerini, bunu yapabilecek imkânlarla sahip olmalarına rağmen, yeterince yerine getirmemeleri anlamına gelmektedir (Haworth vd., 20224). İhmal, beslenme, barınma, sosyal etkileşim, duygusal destek ve sağlık hizmetleri gibi alanlarda çocuğun temel

ihtiyaçlarının karşılanmamasını kapsamaktadır. İhmalin göstergeleri arasında yetersiz beslenme ve açlık belirtileri, uyku bozuklukları, akranlarına kıyasla kilo ve fiziksel görünümde farklılıklar, yetersizlik ve değersizlik duyguları, düşük benlik saygısı, sosyal zorluklar, bağlanma sorunları ve sınır koyma ve sürdürme sorunları yer almaktadır (Barczyk vd., 2023; Büber ve Taylan, 2023). İhmalin yaygınlığı istismardan daha yüksek olmasına rağmen, genellikle soyut doğası - fiziksel semptomların yokluğunda ortaya çıkması - onu daha az kolay tanımlanabilir hale getirir (Durmuş, 2021). Bir kötü muamele biçimi olarak ihmalin inceliğı ve karmaşıklığı, onu tanımanın ve etkili bir şekilde ele almanın zorluklarının altını çizmektedir. Bu nedenle, çocukların gelişimi üzerindeki uzun vadeli olumsuz etkilerini azaltmak için profesyonellerin ve bakıcıların ihmalin belirtileri ve sonuçları konusunda uyanık ve eğitilmiş olmaları çok önemlidir (Çağatay, 2014).

Araştırmalar, ihmal edilen çocukların fiziksel istismara uğrayanlara kıyasla bir dizi olumsuz sonuç yaşamaya daha yatkın olduğunu göstermektedir. İhmal edilen çocuklar genellikle akademik ve bilişsel zorluklar, sınırlı akran iletişimi, sosyal geri çekilme ve sorunları içşelleştirme ile karşı karşıya kalmaktadır (Hildyard ve Wolfe, 2002). Bu sorunlar, yetişkinlikte de devam eden ve ruh sağlığı, sosyal ilişkiler ve genel refah dahil olmak üzere bireyin hayatının çeşitli yönlerini etkileyen olumsuz etkilere yol açabilir. İhmalin uzun vadeli etkisi, ihmal edilen çocukların ihtiyaçlarını karşılamak için erken müdahalenin ve kapsamlı destek sistemlerinin önemini vurgulamaktadır. İhmalin çok yönlü doğasını ve geniş kapsamlı sonuçlarını anlayarak, paydaşlar ihmali önlemek ve ele almak için daha etkili stratejiler geliştirebilir ve böylece tüm çocuklar için daha sağlıklı gelişimsel sonuçları teşvik edebilirler (Kılınç vd., 2023; Terzi, 2024).

1.1.3.1. Duygusal ihmal

Duygusal ihmal, çocukluk ağı travmalarının en yaygın biçimlerinden birini temsil etmesine rağmen, tespit edilmesi, araştırılması ve yasal olarak telafı edilmesi en zor konulardan biri olmaya devam etmektedir (Köroğlu, 2023). Duygusal ihmal, genel olarak bakıcılar veya çocuğun hayatındaki diğerk önemli kişiler tarafından gerçekleştirilen, çocuğun duygusal gelişimini engelleyen ve çocuğun ihtiyaç duyduğu sevgi ve ilgiyi sağlayamayarak kişiliğine zarar veren bir dizi eylem ve ihmal olarak tanımlanabilir (DSÖ, 2006). Bu tür ihmal özellikle sinsidir, çünkü genellikle görünür

işaretleri yoktur, bu da hem yasal hem de terapötik çerçeveler içinde etkili bir şekilde tanımlanmasını ve ele alınmasını zorlaştırır (Güler vd., 2002).

Hayatın her aşamasında gerekli olan duygusal yakınlık, özellikle çocukluk döneminde kritik önem taşır. Bu yakınlık, duygusal ihtiyaçlara yanıt verme, ilgi, sevgi, fiziksel temas, güvenlik ve bakım sağlama becerisini kapsar. Duygusal ihmal, bir çocuğun bu tür duygusal destek ihtiyaçlarının yeterince karşılanmaması veya tamamen karşılanmaması durumunda ortaya çıkar (Çobanoğlu, 2020). Her çocuğun doğuştan gelen bir sevgi ve ilgi hakkı vardır ve bir çocuğu bu temel ihtiyaçlardan mahrum bırakmak ciddi bir ihmal biçimini oluşturur. Çocuğun davranışlarını onaylamamak, onu görmezden gelmek, kendini gerçekleştirme için fırsatlar sunmamak, arzu ve isteklerini göz ardı etmek, aile içi veya sosyal faaliyetlerden dışlamak gibi eylemler duygusal ihmalin tezahürleridir (Haworth vd., 2024; Terzi, 2024).

Bu açık eylemlere ek olarak, duygusal ihmal, bakım verenlerin çocuğa karşı temel sorumluluklarını yerine getirmemesini de içerir. Bu, çocuğun beslenme, barınma, giyim, sağlık ve sosyal katılım gibi alanlardaki ihtiyaçlarının ihmal edilmesini, gerekli sevgi ve ilginin sağlanmamasını ve çocuğu psikolojik veya fiziksel şiddete maruz bırakan durumların göz ardı edilmesini kapsar (Hildyard ve Wolfe, 2002). Temel duygusal destekten mahrum bırakma, reddetme, utandırma ve aşağılama eylemleriyle birleştiğinde, çocuk için çok sayıda olumsuz sonuca yol açabilir. Bu duygusal yaralar, görünür olmasa da, fiziksel istismar kadar acı verebilir ve uzun vadeli derin etkileri olabilir (Altunpul, 2022).

Duygusal ihmale maruz kalan çocukların yaşamlarının ilerleyen dönemlerinde güven sorunları, özgüven eksikliği, sosyal geri çekilme, ilişki zorlukları ve gelişimsel gecikmeler gibi önemli zorluklarla karşılaşmaları muhtemeldir (Demirkapı, 2013). Bu tür bir ihmalin psikolojik etkisi genellikle sosyal fobi, depresyon ve bağlanma sorunlarına dayanan ilişkisel zorluklarla sonuçlanır (Yelörgü, 2021). Duygusal ihmalin yaygın etkileri, çocukların duygusal refahını sağlamak için daha yüksek farkındalık ve müdahale stratejilerinin gerekliliğinin altını çizmektedir. Bu ihmal türünün ele alınması, ince tezahürlerinin kapsamlı bir şekilde anlaşılmasını ve uzun vadeli etkilerini hafifletmek için sağlam destek sistemlerinin uygulanmasını gerektirir (İnik, 2020).

1.1.3.2. Fiziksel İhmal

İnik (2020) tarafından tanımlandığı şekliyle fiziksel ihmal, bir çocuğun refahı ve gelişimi için gerekli temel kaynaklara erişimini engelleyecek şekilde yoksun bırakılmasını içerir. Bir çocuk için en temel ihtiyaçlar olan gıda, barınma ve giyim, hayatta kalmak ve sağlıklı gelişim için çok önemlidir. Bir çocuk bu temel ihtiyaçlardan mahrum bırakıldığında, fiziksel olarak ihmal edilmiş sayılır ve gelişim süreçlerinde önemli zorluklarla karşılaşır (DSÖ, 2006). Bu ihmal türü, elle tutulur ve gözle görülür doğası nedeniyle genellikle duygusal ihmalden daha kolay tanımlanabilir. Fiziksel ihmalin belirtileri, yetersiz kıyafet, kötü fiziksel görünüm, öz bakım eksikliği, akranlarına kıyasla fiziksel gelişimdeki farklılıklar ve zararlı alışkanlıkların varlığı gibi dışa dönük işaretlerle gözlemlenebilir (Hildyard ve Wolfe, 2002).

Bu fiziksel ihmal belirtilerini gösteren çocuklar genellikle akranlarıyla bütünleşmekte zorlanır ve sosyal uyumda güçlüklerle karşılaşır. Sürekli karşılanmayan ihtiyaçlar, sorumluluklarını yerine getirmelerini ve gelişimsel faaliyetlere tam olarak katılmalarını engeller (Büber ve Taylan, 2023). Fiziksel ihmalin özel bir alt kümesi olan sağlık ihmali, gerekli sağlık hizmetlerinin sağlanmamasını, çocuk hasta olduğunda tıbbi konsültasyon ve müdahalelerin geciktirilmesini veya bunlardan kaçınılmasını ve öngörülen tedavi rejimlerine uyulmamasını içerir. Bir diğer kritik alan olan doğum öncesi ihmal, annenin hamilelik sırasında alkol, tütün veya uyuşturucu tüketmesi, yetersiz beslenmesi ve gerekli doğum öncesi tıbbi bakımı almaması gibi doğmamış çocuğa zarar veren davranışlarını içerir (Acehan vd., 2013). Bu ihmal biçimleri, doğum öncesi dönemden başlayarak yetişkinliğe kadar uzanan tüm gelişim aşamalarında bireyi etkileyebilecek uzun süreli etkilere sahiptir (Zhang vd., 2024).

Bu kategorilerin ötesinde, cinsel ihmal ve eğitim ihmali de kabul edilmektedir, ancak bu türler hakkında ayrıntılı bilgi literatürde daha az yaygındır. Cinsel ihmal, cinsel kimliğin sağlıklı gelişimine elverişli koşulların sağlanmamasını, yaşa uygun cinsel eğitimin ihmal edilmesini ve çocuğun cinsel istismardan korunmamasını içerir. Eğitim ihmali ise okul çağındaki çocukların eğitim ihtiyaçlarına kayıtsız kalınması, özel eğitim ihtiyaçlarının ihmal edilmesi ve çocuğun okula devamı ve akademik ilerlemesiyle ilgilenilmemesi ile karakterize edilir (Bilim, 2012). Bu ek ihmal biçimleri, çocuk

ihmalinin çok yönlü doğasını daha da gözler önüne sermekte ve çocukların uygun bakım ve destek eksikliğinden muzdarip olabileceği çeşitli alanları vurgulamaktadır.

Yaygın fiziksel ihmal sorunu, çocuk refahına yönelik dikkatli ve kapsamlı yaklaşımların önemini vurgulamaktadır. Fiziksel ihmalin çeşitli tezahürlerini ve etkilerini anlayarak, bakıcılar, eğitimciler ve sağlık uzmanları ihmal edilen çocukların ihtiyaçlarını daha iyi tespit edebilir ve ele alabilir. Bu bütünsel farkındalık, ihmalin zararlı etkilerini azaltabilecek ve etkilenen çocuklar için daha sağlıklı gelişimsel sonuçları teşvik edebilecek etkili müdahalelerin ve destek sistemlerinin uygulanması için çok önemlidir (Bağcı ve Atak, 2022; Çetiner Bacak, 2023).

1.1.4. İstismar

İhmalin, çocuğun temel kaynaklardan ve duygusal destekten mahrum bırakıldığı pasif bir kötü muamele biçimi olarak kavramsallaştırılmasının ardından, istismar, çocuğa zarar vermeyi ve gelişimini ve kişiliğini engellemeyi amaçlayan kasıtlı eylem ve davranışlarla karakterize edilen aktif bir karşıt olarak ortaya çıkmaktadır (DSÖ, 2006). İhmal ve istismar arasındaki bu ayrım, bakım verenler veya çocuğun çevresindeki diğer önemli kişiler tarafından gerçekleştirilen istismar eylemlerinin ardındaki niyetin altını çizdiği için çok önemlidir. Bu bağlamda istismar, hepsi de çocuğa psikolojik, fiziksel veya duygusal zarar vermek üzere tasarlanmış çok çeşitli zararlı davranışları kapsamaktadır (Terzi, 2024).

Hem dünya genelinde hem de ülkemizde çocuk istismarına ilişkin literatür, bu tür kötü muameleyi tanımlayan birkaç temel unsuru tutarlı bir şekilde vurgulamaktadır. Çeşitli akademisyenler ve uygulayıcılar tarafından farklı tanımlar yapılmasına rağmen, istismarın çocuğun toplumsal ve yasal standartlara göre uygunsuz kabul edilen davranışlara maruz bırakılması, böylece çocuğun haklarının ihlal edilmesi ve psikolojik ve/veya fiziksel zarara maruz bırakılması olduğu konusunda bir fikir birliği vardır (Bilir vd., 1991). Bu istismar eylemleri sadece çocuğun anlık refahını baltalamakla kalmaz, aynı zamanda gelişimi, öz saygısı ve sağlıklı ilişkiler kurma becerisi üzerinde derin ve uzun süreli etkilere sahiptir (Bilkay vd., 2023).

İstismarın kapsamlı bir şekilde anlaşılabilmesi için çok yönlü doğasının tanınması esastır. Sonuç olarak, istismar tipik olarak üç ana kategori altında incelenir: fiziksel

istismar, cinsel istismar ve duygusal istismar (Mathews vd., 2023). Bu kategorilerin her biri farklı zararlı davranış türlerini kapsar, ancak hepsinin ortak noktası çocuğa kasıtlı olarak zarar verilmesidir. Bu üç kategoride yapılan sınıflandırma, istismarın çeşitli biçimlerinin daha incelikli bir şekilde analiz edilmesine olanak tanıyarak, istismara uğrayan çocukların özel ihtiyaçlarına göre hedeflenen müdahaleleri ve destek mekanizmalarını kolaylaştırır (Kızıltepe, 2021).

İstismarın aktif doğasını ve çeşitli tezahürlerini anlamak, etkili önleme ve müdahale stratejileri geliştirmek için kritik önem taşımaktadır. İstismarı fiziksel, cinsel ve duygusal türler olarak sınıflandırarak, profesyoneller her bir formla ilişkili belirti ve semptomları daha iyi tanımlayabilir ve böylece savunmasız çocukları koruma ve destekleme becerilerini artırabilirler. Ayrıca bu sınıflandırma, istismara uğrayan çocukların karmaşık ihtiyaçlarını ele almak için, çocuğun güvenliğini ve refahını sağlamak için işbirliği içinde çalışan eğitimciler, sağlık hizmeti sağlayıcıları, sosyal hizmet uzmanları ve hukuk uzmanlarını içeren çok disiplinli bir yaklaşımın gerekliliğinin altını çizmektedir (Çavuşoğlu, 2020; Kubin Mete, 2023).

1.1.4.1. Fiziksel istismar

Bir çocuğa kaza sonucu olmayan herhangi bir fiziksel yaralanma olarak nitelendirilen fiziksel istismar, çocuğun fiziksel görünümü üzerindeki gözlemlenebilir etkisi nedeniyle istismarın en kolay tanımlanabilen şeklidir. Tutarsız bir yaralanma öyküsünün varlığı, fiziksel istismar vakalarını ayırt etmede kritik bir faktördür ve sağlık uzmanları ve yetkililer için değerlendirmelerinde önemli bir gösterge olarak hizmet eder (Pressel, 2000). Fiziksel yaralanmalar en görünür işaretler olsa da fiziksel istismarın sonuçları bedensel olanın çok ötesine uzanır, önemli duygusal ve psikolojik hasarı da kapsar. Çeşitli toplumlardaki kültürel normlar, dayak, tokat veya diğer fiziksel disiplin biçimleri gibi eylemleri kabul edilebilir eğitim yöntemleri olarak onaylayarak fiziksel cezayı meşrulaştırırsa da bir çocuğa kasıtlı olarak verilen her türlü fiziksel zarar veya riskin fiziksel istismar teşkil ettiğini kabul etmek zorunludur (Terzi, 2024). Dahası, fiziksel şiddete doğrudan maruz kalmadan tanık olma eylemi bile, bu tür deneyimlerin bir çocuğun ruhu üzerinde yaratabileceği derin ve travmatik etkiyi kabul ederek, benzer şekilde istismar olarak sınıflandırılmaktadır (Kourt, 2011).

Türkiye’de farklı disiplinlerden araştırmacılar tarafından yürütülen kapsamlı bir çalışmada, fiziksel istismarın tanımı, çocuğun çevresindeki bakıcılar ve diğer yetişkinler tarafından gerçekleştirilen çok çeşitli zararlı eylemleri kapsayacak şekilde genişletilmiştir. Bu eylemler arasında tokat atma, boğma, ısırma, çocuğun vücudunun herhangi bir yerine vurma, çimdikleme, çocuğu dövmek için nesneler kullanma, çocuğu evden kovma, çocuğu yeterli gıdadan mahrum bırakma, çocuğu hapsetme ve ebeveyn hak ve sorumluluklarını kötüye kullanma yer almaktadır (Bilir vd., 1991). Fiziksel istismarın sonuçları geniş kapsamlı ve son derece zarar vericidir. Kemik ve eklem kırıkları, iç organ hasarı, göz ve beyin yaralanmaları, yanıklar, zehirlenme ve gelişimsel gecikmeleri içerebilen ani fiziksel yaralanmaların ötesinde, fiziksel istismar çocuk üzerinde ciddi psikolojik, sosyal ve uzun vadeli yaşam boyu süren etkilere neden olur. İstismara uğrayan çocuklar genellikle yetişkinlerden korkar, temastan kaçınır, saldırganlık gösterir, sosyal olarak geri çekilir ve kolayca ürkebilir veya tepkisiz kalabilir (Berkowitz vd., 2017).

Fiziksel istismarın psikolojik etkileri de aynı derecede, hatta daha fazla zarar vericidir. İstismara uğrayan çocuklar sıklıkla öz saygı ve özgüvende önemli düşüşler yaşar, sosyal iletişimde zorluklarla karşılaşır, öfke kontrolünde zorlanır ve sevgi dolu ilişkiler kurma becerisinden yoksun kalır. Ayrıca, yasadışı davranışlarda bulunmaya, madde bağımlılığına ve başkalarına karşı yaygın güvensizlik sergilemeye daha yatkındırlar (Uzun, 2018). Sağlıklı gelişim için gerekli olan temel güven duygusu bu çocuklarda derinden sarsılmıştır. Çocuğu güvenli ve besleyici bir dünyayla tanıştırması gereken bakıcılar ve yakın çevreleri, bunun yerine çocuğa dünyanın güvensiz ve zararlı bir yer olduğunu öğretmektedir. Fiziksel istismarın aşıladığı bu algı, çocuğun dünya görüşü üzerinde kalıcı olumsuz bir iz bırakarak, çaresiz ve sürekli güvensiz hissetmesine neden olur. Ayrıca araştırmalar, çocukluk döneminde fiziksel istismara maruz kalan bireylerin yetişkinlikte istismarcı olma ihtimalinin daha yüksek olduğunu ve nesiller boyunca uzanan bir istismar döngüsünün devam ettiğini göstermektedir (Çobanoğlu, 2020).

1.1.4.2. Cinsel İstismar

Yetişkinlerin 18 yaşından küçük bir kişiyi cinsel arzularını yerine getirmek için zorlama, hile, tehdit veya ikna yoluyla kullanması veya sömürmesi olarak tanımlanan cinsel istismar, çocuğun fiziksel ve duygusal bütünlüğünün ağır bir ihlalini

oluşturmaktadır (Murray vd., 2014). Bu istismar türü, gelişimsel olarak bilgilendirilmiş rıza gösteremeyecek durumda olan bir çocuğun, başka bir bireyin tatmini için cinsel faaliyetlere maruz bırakılmasıyla ortaya çıkar. Cinsel istismarın kapsamı, çocuğu cinsel eylemlere zorlamak, cinsel içerikli konuşmalar yapmak, çocuğu pornografik materyallere dahil etmek, çocuğa başkalarıyla cinsel faaliyetlerde bulunmasını teklif etmek, uygunsuz dokunma ve röntgencilik gibi çok çeşitli eylemleri içerir (Terzi, 2024). Bu eylemler çocuğun güvenini, masumiyetini ve fiziksel kırılganlığını istismar ederek genellikle derin ve kalıcı zararlara yol açmaktadır (Russell vd., 2020).

Araştırmalar, cinsel istismara maruz kalan çocukların sıklıkla aile veya yakın çevreden tanıdıkları kişiler tarafından mağdur edildiklerini göstermektedir (Köroğlu, 2023). Araştırmalar, bu tür istismarın en yaygın görüldüğü yaş aralığının 3 ila 5 yaş arasında olduğunu vurgulamaktadır (Aral ve Gürsoy, 2001). İstismarcı bir aile üyesi veya yakın genetik ilişkisi olan biri olduğunda, istismar ensest olarak adlandırılır (Çobanoğlu, 2020). Bununla birlikte, bu tür istismarın tespiti ve kabulü, raporlamayı caydırabilen ve bunun yerine bu sorunları aile içinde çözmeyi ve böylece istismarı ‘örtbas etmeyi’ tercih eden toplumsal ve kültürel normlar nedeniyle özellikle zor olabilir. Ensest kavramının kendisi kültürel, toplumsal ve yasal çerçevelerden büyük ölçüde etkilenmekte ve hatta bazı bölgelerde normalleştirilebilmektedir. Örneğin, bazı aile yapılarında yasal bir yasak olmaksızın akraba evliliklerinin devam etmesi bu normalleştirmeye örnek teşkil etmektedir (Durmuş, 2021). Kültürel farklılıklara rağmen, kan bağı olan bir akraba tarafından bir çocuğa karşı gerçekleştirilen her türlü cinsel eylem evrensel olarak ensest olarak kabul edilir (Marotta ve Malizia, 2022).

Cinsel istismar, belirli kriterler karşılandığında, özellikle de en az dört yaş fark varsa ve taraflardan biri rızası olmadan cinsel faaliyetlere maruz kalıyorsa, çocuklar veya ergenler arasında da gerçekleşebilir (Terzi, 2024). 1974-2001 yılları arasında cinsel istismar üzerine yapılan çalışmaların gözden geçirilmesi, mağdurların sıklıkla uygunsuz ve sorunlu cinsel davranışlar sergilediğini ortaya koymuştur (Sequeira ve Hollins, 2003). Cinsel istismarın doğası ve etkisi, istismarın sıklığı, başladığı yaş, süresi ve istismarcı ile olan ilişki gibi faktörlere bağlı olarak önemli ölçüde değişebilir. Cinsel istismar birkaç kategoride sınıflandırılmaktadır: temassız istismar, cinsel dokunma, interfemoral ilişki (penetrasyon/tecavüz olsun ya da olmasın), cinsel penetrasyon (tecavüz) ve cinsel sömürü (Farrell vd., 2019). Araştırmalar, cinsel istismar geçmiş

olan kadınların, böyle bir geçmişi olmayanlara kıyasla daha yüksek düzeyde cinsel kaçınma ve travma sonrası stres belirtileri gösterdiğini ortaya koymaktadır (Altunpul, 2022).

Cinsel istismarın sonuçları, şekli, faili veya sıklığı ne olursa olsun, çocuğun fiziksel ve psikolojik refahı ve gelişimi üzerinde son derece zararlıdır (Tüccaroğlu, 2021). Cinsel istismarın etkileri genellikle diğer çocukluk çağı travmalarında görülenleri yansıtır, ancak daha şiddetli olabilir. Cinsel istismar mağdurları, bağımlılık, depresyon, intihar eğilimi, travma sonrası stres bozukluğu, anksiyete ve kişilik bozuklukları dahil olmak üzere birçok psikiyatrik bozukluk için yüksek risk altındadır (Özdemir, 2023). Çocuğun fiziksel ve zihinsel olarak hazırlıksız olduğu bir aşamada meydana gelen cinsel istismarın yarattığı travma, çocuğun cinsellik ve güven kavramlarını temelden sarsmaktadır. Bu da güvensizlik, ihanete uğrama, kontrol kaybı gibi olumsuz duygu ve davranışların yanı sıra idrar kaçırma gibi fiziksel semptomlara, zihinsel ve gelişimsel gecikmelere yol açmaktadır (Uzun, 2018). Cinsel istismarın yaygın etkisi, mağdurları desteklemek ve gelişimsel yörüngelerine verilen çok yönlü zararı ele almak için kapsamlı ve hassas yaklaşımlar gerektirmektedir.

1.1.4.3. Duygusal İstismar

Duygusal istismar, çocuğun gelişimi için gerekli olan ve bakım verenlerin sorumluluğunda olan ortam ve destekten mahrum bırakıldığı veya bu desteğin sağlanması yerine aktif olarak geri çekildiği durumlar olarak tanımlanmaktadır. Duygusal ihmalden farklı olarak, duygusal istismar hem ihmalleri hem de çocuğun duygusal ve psikolojik refahına zarar veren eylemleri içerir. Bu istismar biçimi, aşağılama, hor görme, kişisel karar vermenin engellenmesi, dışlama, iftira ve korkutma gibi fiziksel güç içermeyen psikolojik müdahaleleri kapsar (DSÖ, 2006). Kültürel bağlamımızdaki yaygın örnekler arasında, otorite kurmak için çocuğu ‘sert-otoriter’ bir ebeveynlik tarzıyla eğitmeye çalışmak ve çocuğun şımarmasını önlemek için sevgiyi esirgemek sayılabilir (Terzi, 2024).

Duygusal ihmale benzer şekilde, duygusal istismar da çocuğa değersizlik duygusu aşılar ve gelişimleri üzerinde zararlı etkileri olabilecek çeşitli şekillerde kendini gösterir. Kardeş ayrımcılığı, çocuğun kapasitesinin ötesinde sorumluluklar yüklemek, gerçekçi

olmayan beklentiler yaratmak, çocuğun ihtiyaçlarını görmezden gelmek ve bireyselliğini inkar etmek duygusal istismar biçimleri olarak kabul edilir (Uzun, 2018). Duygusal istismarı tespit etmek ve ele almak özellikle zordur, çünkü genellikle bakıcılar, akrabalar, öğretmenler ve komşular gibi çocukla yakın ve etkili iletişim içinde olan bireyleri içerir. Bu dinamik, çocuğun istismarcı yetişkine bağımlılık düzeyiyle karmaşık bir şekilde bağlantılıdır ve müdahaleyi karmaşık hale getirir (Kılınç vd., 2023).

Duygusal istismarı tanımlama ve tanımlamadaki doğal zorluklara rağmen, bu alandaki araştırma ilgisi artmıştır. Çağdaş çalışmalar giderek artan bir şekilde çocuğa uzun vadeli maliyetlere ve sonraki yaşamdaki potansiyel etkilere odaklanmaktadır (Bilim, 2012). Mevcut araştırmalarda belgelendiği üzere duygusal istismarın sonuçları, boyun eğici davranış, pasiflik, öfke patlamaları, artan kaygı, depresif belirtiler, antisosyal özellikler, öz saygı sorunları, gerçekçi olmayan korkular, gerileme, uyku bozuklukları ve takıntılı davranışlar gibi geniş bir olumsuz etki yelpazesine işaret etmektedir (Gençoğlu, 2021). Bu bulgular, duygusal istismarın bir çocuğun ruh sağlığı ve gelişimi üzerindeki derin ve kalıcı etkisinin altını çizmektedir (Altunpul, 2022).

Duygusal istismarın sinsi doğası, incelikli olmasında ve net sınırlar çizmenin zorluğunda yatmaktadır; bu da genellikle eksik bildirim ve önleyici ve terapötik tedbirlerin uygulanmasında zorluklara neden olmaktadır. Duygusal istismarın bıraktığı psikolojik izler derin ve kalıcı olabilmekte, çocuğun kişiliğini, davranışlarını ve duygusal dengesini etkileyebilmektedir. Bakıcılar, eğitimciler ve ruh sağlığı uzmanları, duygusal istismarın belirtilerini tanımak ve etkilenen çocukları desteklemek için uygun müdahaleleri sağlamak konusunda dikkatli olmalıdır. Duygusal istismarın zararlı etkileri hakkında farkındalık yaratmak ve toplumları eğitmek, sağlıklı duygusal gelişimi ve refahı besleyen ortamları teşvik etmek için çok önemlidir (Sevinç Yalçın, 2022; Çavuş, 2023).

1.1.5. Çocukluk Çağı Travmaları ile İlgili Araştırma Bulguları

Bu bölümde üniversite öğrencilerinde çocukluk çağı travmalarına ilişkin literatürde yer alan araştırma bulgularından örneklere yer verilmiştir. Bu kapsamda yapılan

Çalışmaların genel olarak travma sonrası gelişen olumsuz davranışlara, psikolojik özelliklere ve ruh sağlığı sorunlarına odaklandığı görölmektedir.

Öztürk vd. (2020) tarafından yapılan çalışmada üniversite öğrencilerinde çocukluk ağı travmaları ile savunma mekanizmaları ve kendine zarar verme davranışları arasındaki ilişkinin incelenmesi amaçlanmıştır. Bu amaç doğrultusunda üniversitede herhangi bir programa kayıtlı 530 öğrenciye anket uygulanmıştır. Çalışmadan elde edilen bulgulara göre kendine zarar verme davranışı göstermiş öğrencilerin çocukluk ağı travmaları (tüm alt boyutlar dâhil), kendine zarar verme davranışı göstermemiş öğrencilerden daha fazladır. Hiyerarşik Regresyon Analizi sonucuna göre ise çocukluk ağı travmaları ile immatür ve nevrotik savunmalar birlikte kendine zarar verme davranışlarındaki toplam varyansın %31'ini açıklamaktadır.

Bağcı ve Atak (2022) tarafından yapılan çalışmada üniversite öğrencilerinin çocukluk ağı ruhsal travmaları, eylemlilik ve psikolojik sağlamlıkları arasındaki ilişkilerin incelenmesi amaçlanmıştır. Bu amaç doğrultusunda 18-26 yaş aralığındaki 545 üniversite öğrencisine anket uygulanmıştır. Çalışmadan elde edilen bulgulara göre çocukluk ağı ruhsal travmalarının psikolojik sağlamlığa anlamlı düzeyde bir etkisinin olmadığı fakat eylemliliğin psikolojik sağlamlık üzerinde etkisinin pozitif yönde, orta düzeyde ve anlamlı olduğu bulunmuştur.

Khaligova (2022) tarafından yapılan çalışmada üniversite öğrencilerinde çocukluk ağı travmaları, beden imajı ve benlik saygısı arasındaki ilişkinin incelenmesi amaçlanmıştır. Bu amaç doğrultusunda 321 üniversite öğrencisine anket uygulanmıştır. Çalışmadan elde edilen bulgulara göre çocukluk ağı travmalarının benlik saygısı açısından bir yordayıcı olduğu saptanmıştır. Bununla birlikte beden imajı ve çocukluk ağı travmaları arasında ilişki saptanmamıştır.

Sancak ve Aktan (2022) tarafından yapılan çalışmada çocukluk çağında travmaya maruz kalan üniversite öğrencilerinde sosyal destek ve madde kullanma eğilimi arasındaki ilişkinin incelenmesi amaçlanmıştır. Bu amaç doğrultusunda Samsun'da yaşayan 316 üniversite öğrencisine anket uygulanmıştır. Çalışmada madde kullanma eğilimi olan katılımcıların, duygusal istismar, fiziksel istismar, cinsel istismar, duygusal ihmal ve fiziksel ihmal yaşantılarının, madde kullanma eğilimi olmayan katılımcılardan istatistiksel olarak anlamlı düzeyde yüksek olduğu belirlenmiştir.

Mehmet ve Gürsoy (2023) tarafından yapılan çalışmada hemşirelik öğrencilerinin çocukluk çağı travma düzeylerinin belirlenmesi ve bu travmalarla ilişkili faktörlerin saptanması amaçlanmıştır. Bu amaç doğrultusunda 1810 hemşirelik öğrencisine anket uygulanmıştır. Çalışmanın bulguları hemşirelik öğrencileri arasında çocukluk çağı travma düzeyinin düşük olduğunu ve duygusal ihmale cinsel istismardan daha sık maruz kaldıklarını göstermiştir.

Ahmadi vd. (2023) tarafından yapılan çalışmada üniversite eğitimi alan erkek öğrencilerde çocukluk çağı travmalarının depresyon belirtileri üzerindeki etkisinin belirlenmesi amaçlanmıştır. Bu amaç doğrultusunda 2020-2021 akademik yılında Tahran'daki 310 öğrenciye anket uygulanmıştır. Çalışma bulguları, çocukluk çağı travma değişkenlerinin (duygusal istismar, fiziksel istismar, cinsel istismar, duygusal ihmal ve fiziksel ihmal) doğrusal kombinasyonunun öğrenci depresyonunu anlamlı bir şekilde yordadığını göstermiştir. Çocukluk çağı travmalarından duygusal istismar ve fiziksel istismar öğrencilerde depresyonu anlamlı düzeyde yordamaktadır. Fiziksel ihmal, duygusal ihmal ve cinsel istismar ise depresyon belirtilerini anlamlı düzeyde yordamamaktadır. Mevcut model ayrıca öğrencilerdeki depresyon varyansının %25'ini açıklayabilmiştir.

Kaminer vd. (2023) tarafından yapılan çalışmada yedi ülkeden üniversite öğrencilerinde çocukluk çağı travma maruziyetinin ve bunun ruh sağlığı semptomlarıyla ilişkisinin değerlendirilmesi amaçlanmıştır. Bu amaç doğrultusunda Amerika Birleşik Devletleri, Kanada, İngiltere, Güney Afrika, İspanya, Arjantin ve Uruguay'dan 5945 üniversite öğrencisi örnekleme alınmıştır. Katılımcıların çoğu (%94,8) en az bir tür çocukluk çağı travmasına ve %61'i dört veya daha fazla türe maruz kaldığını bildirmiştir. En az bir çocukluk çağı travmasına tekrar tekrar maruz kalma oranı %70,2 ve en az dört çocukluk çağı travmasına tekrar tekrar maruz kalma oranı %21,2 olarak bildirilmiştir. İspanyol öğrenciler diğer öğrencilere kıyasla önemli ölçüde daha düşük çocukluk çağı travması maruziyetine sahiptir. Kümülatif çocukluk çağı travması maruziyeti düşük gelirli ülkelerdeki öğrenciler arasında önemli ölçüde daha yüksektir, ancak tekrarlanan maruziyet dikkate alındığında bu farklılıklar azalmıştır. Toplam örneklem için, kümülatif çocukluk çağı travması maruziyeti depresyon semptomlarının şiddeti, anksiyete semptomları ve intihar eğilimi ile önemli ölçüde ilişkilidir.

Sayın ve Karaaziz (2024) tarafından yapılan çalışmada üniversite öğrencileri arasında çocukluk çağı travmaları ve depresyon semptomlarının öz-şefkat ile olan ilişkisinin incelenmesi amaçlanmıştır. Bu amaç doğrultusunda Kuzey Kıbrıs Türk Cumhuriyeti'nde yaşayan 387 üniversite öğrencisine anket uygulanmıştır. Çalışmadan elde edilen bulgulara göre çocukluk çağı travmalarının düzeyleri ile depresyon semptomları arasında pozitif ve anlamlı bir ilişki olduğu ortaya çıkmıştır. Alt boyutlar incelendiğinde, duygusal ve fiziksel taciz, ihmal düzeyleri ile depresyon semptomları arasında da pozitif ve anlamlı ilişkiler saptanmıştır. Çocukluk çağı travmalarının düzeyleri arttıkça, depresyon semptomlarının şiddeti de artmaktadır. Ayrıca, çocukluk çağı travmalarının düzeyleri ile öz-şefkat düzeyleri arasında negatif ve anlamlı bir ilişki bulunmuştur; travma düzeyleri yükseldikçe öz-şefkat düzeyleri düşmektedir.

Bartolomé-Valenzuela vd. (2024) tarafından yapılan çalışmada üniversite öğrencileri arasında çocukluk çağı travmalarına ilişkin oranların belirlenmesi ve bunun iyi oluşa etkisinin araştırılması amaçlanmıştır. Bu amaç doğrultusunda 1023 İspanyol öğrenciye anket uygulanmıştır. Çalışma kapsamında çocukluk çağı travmaları için düşük travma, işlevsiz hanehalkı, ev ve akran istismarı ile yüksek travma olmak üzere 4 grup oluşturulmuştur. Oluşturulan grupların tümünün iyi oluş üzerinde anlamlı etkisinin olduğu belirlenmiştir.

Ma vd. (2024) tarafından yapılan çalışmada üniversite öğrencilerinde çocukluk çağı travmaları ile internet oyun bozukluğu arasındaki ilişkinin ve bu iki faktör arasındaki ilişkide yılmazlığın aracı rolünün belirlenmesi amaçlanmıştır. Bu amaç doğrultusunda 9349 üniversite öğrencisine anket uygulanmıştır. Çalışmada cinsiyet ve yaş kontrol edildikten sonra çocukluk çağı travmaları, yılmazlık ve internet oyun bozukluğu arasında anlamlı ilişkiler tespit edilmiştir. Bununla birlikte yılmazlık, çocukluk çağı travmaları ile internet oyun bozukluğu arasındaki ilişkide kısmi aracı rol oynamaktadır.

1.2. Öz Yeterlik

Öz yeterlik özellikle bireyin karmaşık ve zorlayıcı olanlar da dahil olmak üzere çeşitli durumlarda becerilerini etkili bir şekilde koordine etme yeteneğine olan inancıyla ilgilidir (Snyder ve Lopez, 2001). Kişinin gerçek yeterliğinden farklı olan bu kavram, bireylerin kapasitelerine ilişkin sıkça yaptıkları yanlış değerlendirmeleri vurgular. Düşük öz yeterlik algıları, becerilerin en iyi şekilde kullanılmasını engelleyerek bireyin

potansiyelini engelleyebilirken, yüksek öz yeterlik algıları performansı ve dayanıklılığı artırabilir. Tschannen-Moran vd. (1998) öz yeterliğin, kişinin hem basit motor eylemleri hem de daha karmaşık, değişken senaryoları yönetme becerisine ilişkin inançları kapsadığını belirtmektedir. Bu anlayış, öz yeterliğin çok yönlü doğasının altını çizmektedir; öz yeterlik, farklı bağlamlarda uyarlanabilir stratejileri içerecek şekilde yalnızca beceri uygulamasının ötesine uzanmaktadır (Apay, 2010). Algılanan ve gerçek yeterlik arasındaki tutarsızlık, motivasyon, çaba ve sebatı önemli ölçüde etkileyebilen öz yeterlik inançlarının altında yatan psikolojik karmaşıklığı göstermektedir (Dolapçı ve Yıldız Demirtaş, 2016). Sonuç olarak, öz yeterlik bireyin problem çözme, öğrenme ve kişisel gelişim yaklaşımını şekillendirmede çok önemli bir rol oynar. Farklı alanlarda bireysel ve kolektif performansı artırmayı amaçlayan çeşitli psikolojik teori ve müdahalelerde temel bir unsur olarak hizmet eder.

Öz yeterliğe ilişkin bir başka bakış açısı da, kavramı öz farkındalık süreçleriyle bütünleştiren Korkmaz (2004) tarafından sağlanmıştır. Bu çerçevede öz yeterlik, bireyin kendi kapasitelerinin farkında olarak sorunlarla başa çıkma becerisi hakkında sahip olduğu kişisel inançlar olarak tanımlanmaktadır. Onur (2008), öz yeterliğin kariyer ve sosyal gelişimi önemli ölçüde etkilediğini vurgulamakta ve başarının, yeteneklerin kendisinden ziyade kişinin yeteneklerine duyduğu güvenin bir fonksiyonu olduğunu öne sürmektedir. Bu, öz yeterliğin çeşitli yaşam alanları üzerindeki psikolojik etkisini vurgulamakta ve öz yeterlik inançlarının yalnızca bireysel davranışları değil, aynı zamanda kariyer yörüngelerini ve sosyal etkileşimleri de şekillendirebileceğini öne sürmektedir. Öz yeterlik ve öz farkındalık arasındaki ilişki, artan öz farkındalığın öz yeterliği artırabileceği ve böylece daha etkili başa çıkma stratejilerini ve dayanıklılığı teşvik edebileceği dinamik bir etkileşime işaret etmektedir. Bu bakış açısı, öz yeterliği ve buna bağlı olarak genel refah ve performansı artırmanın bir yolu olarak öz farkındalığı geliştirmenin önemini vurgulamaktadır (Atasoy vd., 2023).

Jones vd. (2008) öz yeterliğin teknik bir tanımını yaparak, öz yeterliği bireylerin belirli görevleri yerine getirme becerisi ve bu becerileri sergileme konusunda sahip oldukları güven olarak tanımlamaktadır. Bu tanım, göreve özgü güvene ve becerilerin uygulanmasına odaklanarak öz yeterliğin pratik yönünü vurgulamaktadır. Ayrıca, öz-düzenleme stratejilerinin önemi vurgulanmaktadır, çünkü bu stratejilere duyulan güven, görevleri başarıyla tamamlamak için gereklidir. Bu bakış açısı, öz yeterliğin yalnızca

beceri sahibi olmakla değil, aynı zamanda bu becerilerin hedefe yönelik faaliyetlerde etkili bir şekilde kullanılması ve düzenlenmesiyle ilgili olduğu fikrini güçlendirmektedir. Öz düzenleme stratejilerine yapılan vurgu, öz yeterliğin hedefe ulaşmaya yönelik çabayı motive etme ve sürdürmedeki rolünü vurgulayan daha geniş psikolojik teorilerle uyumludur. Ayrıca, genel öz yeterliği artırmanın ve istenen sonuçlara ulaşmanın bir parçası olarak sağlam öz düzenleme mekanizmaları geliştirmenin önemini altını çizmektedir.

Sakız (2013), öz yeterlik ve öz saygının farklı yapıları temsil etmelerine rağmen literatürde sıklıkla birbirlerinin yerine kullanıldığını belirtmektedir. Öz yeterlik inancı hedeflere ulaşmada etkilidir ve bireyler kendilerini bu hedeflere ulaşmada başarılı ve yetkin olarak algıladıklarında öz saygıları artar. Bu ilişki, öz yeterliğin görev performansını doğrudan etkilerken, benlik saygısı üzerinde de dolaylı bir etkiye sahip olduğunu göstermektedir. Yılmaz Bingöl (2015), öz yeterlik inançlarının geçmiş deneyimler, profesyonel kimlik, çevreden gelen geri bildirimler ve kültürel etkilerle şekillendiğini açıklamaktadır. Bu inançlar, bireyin yetenekleri ve görevlerin üstesinden gelme becerileri hakkındaki yargılarını bilgilendirir (Erzen, 2018). Öz yeterlik ve öz saygı arasındaki bu karmaşık ilişki, öz yeterlik ve öz saygının kişisel gelişim ve psikolojik esenlik üzerindeki daha geniş etkilerini vurgulamaktadır. Öz yeterlik inançlarının kümülatif deneyimler ve dış geri bildirimlerle şekillendiği anlaşıldığında, bu inançların kişinin benlik kavramını ve genel güvenini oluşturmada ne kadar önemli olduğu ortaya çıkmaktadır. Bu etkileşim, güçlü öz yeterliği teşvik etmek için olumlu pekiştirme ve destekleyici ortamların gerekliliğinin altını çizmekte, bu da öz saygıyı artırmakta ve uyumlu davranışları teşvik etmektedir (Türkdoğan, 2021).

Özetlemek gerekirse, öz yeterlik kavramı kısaca bireyin görevleri yerine getirirken kendi yeteneklerine ve kapasitelerine olan inancı olarak tanımlanabilir (Bandura, 1997). Bu inanç sisteminin bireyin öz farkındalığını, motivasyonunu ve davranışlarını önemli ölçüde etkilediği, stresle başa çıkma ve kişisel hedeflere ulaşma becerilerinde çok önemli bir rol oynadığı düşünülmektedir. Öz yeterliğin önemi, sadece görev tamamlamanın ötesine geçerek psikolojik dayanıklılık ve başarının daha geniş yönlerini kapsar. Literatüre göre, Albert Bandura tarafından öz yeterlik kavramının geliştirilmesi, Dollard ve Miller'ın Sosyal Öğrenme ve Taklit üzerine daha önceki çalışmalarından büyük ölçüde etkilenmiştir. Bandura'nın Sosyal Bilişsel Teorisi, bireysel inançlar,

davranışlar ve çevresel faktörler arasındaki etkileşimi vurgulayarak öz yeterlik mekanizmalarını anlamak için kapsamlı bir çerçeve sağlamıştır (Rumjaun ve Narod, 2020).

Öz yeterliğin çeşitli bilim insanları tarafından tanımlanan karmaşık doğası, insan davranışı ve gelişimi üzerindeki çok yönlü etkisini göstermektedir. Öz yeterlik sadece kişinin becerilerinin bir yansıması değil, bireylerin yeteneklerini nasıl algıladıklarını ve bunlarla nasıl ilişki kurduklarını etkileyen dinamik bir inanç sistemidir. Filozoflar ve psikologlar tarafından atılan teorik temeller, motivasyon, dayanıklılık ve kişisel gelişimle ilgili çağdaş tartışmalarda irade ve öz yeterliğin kalıcı önemini vurgulamaktadır. Bu yapıların anlaşılması, insan eyleminin temelini oluşturan psikolojik süreçler hakkında değerli bilgiler sunmakta ve hedeflenen müdahaleler ve destekleyici ortamlar yoluyla bireysel ve kolektif refahın artırılması için pratik çıkarımlar sağlamaktadır. Bu kapsamlı araştırma, yaşamın karmaşıklıklarını etkili bir şekilde yönlendirmek için güçlü öz yeterlik inançlarını teşvik etmenin gerekliliğinin altını çizmekte ve sonuçta daha tatmin olmuş ve dirençli bireylere katkıda bulunmaktadır (Emül, 2024).

1.2.1. Sosyal Bilişsel Kuram

Sosyal Bilişsel Kuram (SCT) davranış, bilişsel süreçler ve çevre arasındaki dinamik etkileşimin altını çizen kapsamlı bir öğrenme modelidir. Bu teori, insan davranışının bilişsel süreçler ve çevresel faktörlerle karmaşık bir şekilde bağlantılı olduğunu, bireylerin bu çevresel faktörlere ilişkin yorumlarının ve kendi davranışlarına ilişkin inançlarının karmaşık şekillerde etkileşime girdiğini öne sürer (Bandura, 1986). SCT, bilişsel süreçlerin ve çevresel bağlamların karşılıklı etkisini vurgulayarak insan davranışını açıklamak için bütünsel bir yaklaşım benimser. Bu teorinin kilit bir yönü, karşılıklı belirleyicilik, sembolleştirme kapasitesi, öngörü kapasitesi, öz düzenleme kapasitesi, dolaylı öğrenme kapasitesi ve öz yargılama kapasitesi gibi çeşitli ilkeler aracılığıyla davranışları önemli ölçüde etkilediği düşünülen öz yeterlik inancıdır (Bandura, 2001a).

SCT perspektifine göre, bireylerin psikolojik işleyişi, kişisel, davranışsal ve çevresel belirleyicilerin sürekli ve karşılıklı etkileşimini vurgulayan karşılıklı belirleyicilik ilkesi

ile açıklanmaktadır. Karşılıklı determinizm, kişisel faktörlerin (örneğin, düşünceler, inançlar ve duygular), davranışsal faktörlerin (örneğin, eylemler ve alışkanlıklar) ve çevresel faktörlerin (örneğin, sosyal ve fiziksel ortamlar) birbirine bağlı olduğunu ve birbirlerini sürekli olarak etkilediğini ileri sürer. SCT’de çevre üç tür yapıdan oluşur: dayatılan, seçilen ve inşa edilen çevreler (Bandura, 2001b). Bireyler sadece çevresel etkilerin pasif alıcıları değildir; daha ziyade, kendi kendini organize eden, kendi kendini düzenleyen ve proaktif ajanlardır. Bu kişisel eylemlilik kavramı, bireylerin toplumun hem ürünleri hem de üreticileri olduklarını ve geniş bir sosyo-yapısal etkiler ağında gezindiklerini ima eder (Bandura, 2001a). Bu karşılıklı etkileşim, bireyin çevresini şekillendirmede ve çevresi tarafından şekillendirilmedeki aktif rolünü vurgulamakta ve SCT’nin temel bir ilkesini yansıtmaktadır.

SCT’nin bir diğer ilkesi, insanın çevresel uyaranları anlamlı sembollere ve kavramlara dönüştürme ve yorumlama yeteneğini ifade eden sembolleştirme kapasitesidir (Bayrakçı, 2007). Bu kapasite, bireylerin çevresel olayları bilişsel olarak organize etmelerine, deneyimleri işlemelerine ve bunları yargı ve eylemlere dönüştürmelerine olanak tanır (Bandura, 2001a). Sembolleştirme kapasitesi, bilişsel süreçlerin insan davranışındaki merkeziliğinin altını çizmekte ve bireylerin bilişsel aracılık yoluyla çevrelerini nasıl kavramsallaştırdıklarını ve yönlendirdiklerini göstermektedir. Bu süreç, deneyimlerin nasıl kodlandığını, yorumlandığını ve bunlara göre hareket edildiğini anlamının ayrılmaz bir parçasıdır ve böylece uyarlanabilir davranış ve öğrenmeyi kolaylaştırır (Bandura, 1997). Sembolleştirme kapasitesi, davranışsal düzenleme ve karar vermede bilişsel temsilin önemini vurgular.

Benzer şekilde, SCT’nin bir diğer ilkesi olan öngörü yeteneği, bireylerin geçmiş deneyimlerine, inançlarına ve değerlerine dayanarak gelecekteki olayları ve bunların sonuçlarını tahmin etme kapasitesini ifade eder (Bandura, 2001a). Bu yetenek, bireylerin gelecekteki zorlukları tahmin etmek ve bunlara hazırlanmak için bilişsel süreçlerden yararlanarak davranışlarını hedeflerine uygun olarak planlamalarını ve düzenlemelerini sağlar. Öngörü, kişisel eylemliliğin kullanımını içerir; bireyler karar verir, eylem planlar ve öngörülerini temelinde hedeflerine ulaşmak için kendilerini motive ederler (Bandura, 1986). Bu ilke, insan davranışının proaktif doğasının altını çizerek, hedefe yönelik faaliyetlerde bilişsel öngörünün rolünü ve davranışın kendi kendini

düzenlemesini vurgular. Öngörü yeteneği, karmaşık ve dinamik ortamlarda etkili planlama ve adaptif işlevsellik için çok önemlidir.

SCT'nin bir diğer kritik ilkesi olan öz düzenleme, hedeflere ulaşmak ve değişen koşullara uyum sağlamak için kişinin düşüncelerini, duygularını ve davranışlarını kontrol etme ve yönetme becerisi olarak tanımlanır (Bandura, 1991). Öz-düzenleme, kişisel standartlar belirlemeyi, kendini izlemeyi, öz-değerlendirmeyi ve motivasyonu korumak ve istenen sonuçları elde etmek için uygun stratejileri kullanmayı içerir (Zimmerman, 2000). Bireyler, devamlılıklarını ve performanslarını etkileyen içsel ve dışsal ödüller de dahil olmak üzere çeşitli pekiştirme türleri aracılığıyla kendilerini motive etmeye çalışırlar. Öz düzenleme, uzun vadeli hedeflere ulaşmak ve engeller ve aksilikler karşısında adaptif işleyişi sürdürmek için esastır. Bu ilke, motivasyonun sürdürülmesi ve davranışların yönlendirilmesinde içsel süreçlerin önemini vurgular.

Gözlemsel öğrenme olarak da bilinen dolaylı öğrenme kapasitesi, SCT'de vurgulanan bir diğer ilkedir. Dolaylı öğrenme, bireyler başkalarının eylemlerini ve bu eylemlerin sonuçlarını gözlemleyerek yeni davranışlar edindiğinde ortaya çıkar (Bandura, 1997). Bu süreç dört aşamadan oluşur: dikkat, akılda tutma, yeniden üretim ve motivasyon (Bandura, 2001a). Dikkat aşamasında bireyler seçici olarak gözlem yapar ve modellenen durumlardan bilgi alırlar. Akılda tutma aşamasında, bu bilgileri bilişsel temsillere dönüştürür ve yeniden yapılandırırlar. Yeniden üretim aşaması bu bilişsel temsillerin davranışa dönüştürülmesini içerir. Son olarak, motivasyon aşaması doğrudan, dolaylı ve kendi kendine oluşan motivasyon kaynaklarından etkilenecek gözlemlenen davranışı gerçekleştirme olasılığını ifade eder (Bandura, 1986). Dolaylı öğrenme, öğrenmenin sosyal doğasını vurgulayarak, bireylerin çevrelerinden ve başkalarının davranışlarından nasıl öğrendiklerinin altını çizer.

SCT'nin son ilkesi olan öz-yargılama, bireylerin kendi davranışlarını iç ve dış standartlarla karşılaştırdıkları süreci içerir (Bandura, 1991). Kendini yargılama, standartlar karşılandığında kişisel tatmin ve başarı hissine yol açabilir ya da standartlar karşılanmadığında olumsuz duygular ve özeleştirme ile sonuçlanabilir. Bu değerlendirme süreci, bireyleri ilerlemeleri hakkında bilgilendirdiği ve davranış ayarlamalarını motive ettiği için öz düzenleme için çok önemlidir. Öz değerlendirme, bilişsel

değerlendirmenin öz yeterliği sürdürme ve kişisel hedeflere ulaşmadaki rolünü vurgular. Davranışa ve kişisel gelişime rehberlik eden devam eden iç diyalogu yansıtır.

1.2.2. Öz Yeterlik Gelişimi

Öz yeterlik gelişimi, bireyin doğduğu andan itibaren başlar ve çevresindeki ortamdan derinden etkilenir (Kahraman ve Artan, 2022). Yaşamın ilk evrelerinde sosyal çevre, çocuğun kendisine ve çevresindeki dünyaya ilişkin anlayışının şekillenmesinde çok önemli bir rol oynar. Çocuklar çevreleri üzerinde kontrol sahibi olabileceklerini algılamaya başladıkça, kendilerini motive eden ve harekete geçiren duygusal tepkiler geliştirmeye başlarlar. Çok sayıda çalışma, algılanan öz yeterliğin önemini ve sosyal çevreden kaynaklanan önemli etkisini vurgulamaktadır (Çetiner Bacak, 2023). Bandura, bebeklerin keşif deneyimleri yoluyla çevrelerindeki olayları etkileme becerisi geliştirdiklerini ve böylece öz yeterliğin temel unsurlarını oluşturduklarını ifade etmektedir. Bu süreç, bebekler eylemlerinin çevreleri üzerindeki etkilerini gözlemlemeyi öğrendikçe kolaylaşır ve çevrelerini gerçekten kontrol edebilecekleri inancını pekiştirir (Yılmaz Bingöl, 2015).

Ebeveyn davranışları bu gelişim sürecinin ayrılmaz bir parçasıdır ve çocukların arkadaşlık kurma ve sürdürme becerilerini doğrudan etkiler. Örneğin, olumlu bir evlilik ilişkisinin çocukların akran ilişkilerini olumlu yönde etkilediği gösterilmiştir ve bu da öğrenmede takliden rolünü vurgulamaktadır (Markiewicz vd., 2001). Dolayısıyla aileler, öz yeterlik inançlarının geliştirilmesinde önemli bir aracılık rolü üstlenmektedir. Çocuklar okul çağına geçtikçe, çevresel keşif fırsatları artar ve akranlarıyla olan ilişkileri öz yeterliğin gelişiminde giderek daha etkili hale gelir. Yaşam süresi boyunca, çeşitli deneyimler ve bilgi kaynakları bir araya gelmeye devam ederek öz yeterlik inançlarını daha da şekillendirir ve güçlendirir (Karaman ve Artan, 2022). Bandura (1997) öz yeterlik inançlarını etkileyen bu faktörleri öz yeterliğin kaynakları olarak tanımlamış ve bu gelişimsel sürecin çok yönlü doğasının altını çizmiştir.

Öz yeterliğin gelişimi, birey ve çevresi arasında dinamik bir etkileşimdir. Bakıcılarla ve daha geniş sosyal çevreyle olan erken etkileşimler, bir çocuğun ortaya çıkmakta olan yeterlik duygusunu bilgilendiren kritik geri bildirim sağlar. Çocuklar büyüdükçe, öz yeterlik inançları sürekli olarak yeni deneyimler ve sosyal etkileşimlerle şekillenir ve

hem başarıları hem de başarısızlıkları bütünleştiren kümülatif bir süreci yansıtır. Bu devam eden gelişim, sağlam öz yeterlik inançlarının geliştirilmesinde destekleyici ortamların ve olumlu rol modellerinin önemini vurgular. Ayrıca, Bandura tarafından tanımlanan, gözlemsel öğrenme ve taklit dahil olmak üzere sosyal öğrenme mekanizmaları, öz yeterlik inançlarının nasıl edinildiği ve güçlendirildiği konusunda önemli bir rol oynamaktadır. Bu mekanizmalar, çocukların içinde geliştikleri sosyal bağlamın önemini vurgulamaktadır; zira bu bağlam, hem öğrenme fırsatları hem de yeterlik duygularını artırabilecek veya zayıflatabilecek geri bildirimler sağlamaktadır (Çetiner Bacak, 2023).

Ergenlik ve yetişkinlikte, öz yeterliğin devam eden gelişimi daha geniş bir yelpazedeki sosyal, eğitimsel ve mesleki deneyimlerden etkilenir. Bu çeşitli bağlamlardan alınan geri bildirimler, bireyin gelişen benlik kavramına ve karmaşık görev ve zorlukların üstesinden gelme konusundaki algılanan becerisine katkıda bulunur. Yaşam boyu devam eden bu süreç, öz yeterliğin statik değil, süregelen deneyimler ve sosyal etkileşimlerle gelişen dinamik bir yapı olduğunu göstermektedir. Bandura tarafından sağlanan teorik çerçeve, öz yeterlik inançlarının insanların nasıl düşündükleri, davrandıkları ve hissettiklerinin önemli belirleyicileri olduğunu vurgulamaktadır. Bireylerin yaptıkları seçimleri, ortaya koydukları çabayı, zorluklar karşısındaki azimlerini ve sıkıntılara karşı dayanıklılıklarını etkilerler (Emül, 2024).

1.2.3. Öz Yeterlik Kaynakları

Öz yeterlik inancını etkileyen faktörler dört ana kaynaktan toplanır: doğrudan deneyimler, dolaylı deneyimler, sözlü ikna ve fizyolojik/duygusal durumlar (Bandura, 1977a). Bu kaynakların her biri, bireyin kendi yeterliğine ilişkin algısını şekillendirmede önemli bir rol oynar ve genel olarak kendine olan inancına ve eylem kapasitesine katkıda bulunur.

Genellikle öz yeterliğin en güçlü kaynağı olarak kabul edilen doğrudan deneyimler, bireylerin zorlukları başarıyla aştığı ve üstesinden geldiği kişisel ustalık deneyimlerini içerir. Bu deneyimler, yetkinlik ve kabiliyetin somut kanıtlarını sağladıkları için öz yeterliğin desteklenmesinde çok önemlidir. Bireyler bir görevi başarıyla yerine getirdiklerinde veya bir engelin üstesinden geldiklerinde, gelecekteki benzer durumlarda

başarı beklentileri artar (Bandura, 1997). Bu olumlu pekiştirme, öz yeterlik inançlarını güçlendirerek dirençli ve kendine güvenen bir zihniyeti teşvik eder. Tersine, özellikle beceri ediniminin veya görev performansının ilk aşamalarında tekrarlanan başarısızlıklar öz yeterliği zayıflatarak motivasyonun azalmasına ve kaçınma davranışlarının artmasına neden olabilir. Bu nedenle, doğrudan deneyimler sağlam öz yeterlik inançları geliştirmek için en güvenilir ve etkili kaynak olarak kabul edilmektedir (Bandura, 1977). Bireyin yeteneklerine olan güvenini şekillendiren somut geri bildirim sağlayarak zorlu görevlere katılma ve bu görevlerde sebat etme istekliliğini etkilerler.

Dolaylı deneyimler, öz yeterliğin bir diğer önemli kaynağıdır. Bu deneyimler, bireylerin başkalarının eylemlerini ve sonuçlarını gözlemleyerek öz yeterlik inançları geliştirmelerine olanak tanır. Bireyler başkalarının, özellikle de kendilerini özdeşleştirdikleri ya da benzer hissettikleri kişilerin sürekli çaba göstererek başarılı olduklarını gördüklerinde, benzer durumlarda başarılı olabileceklerine dair kendi inançlarını güçlendirebilirler (Bandura, 1977a). Bu modelleme süreci, gözlemcinin yaş, cinsiyet ve algılanan yetkinlik gibi özellikler de dahil olmak üzere modelin kendisine benzerliğine ilişkin algısından etkilenir. Bandura, dolaylı deneyimlere katkıda bulunan üç tür model tanımlar: bir davranışı gerçekleştiren gerçek bir kişiyi gözlemlemeyi içeren canlı model; filmler, televizyon programları veya kitaplar gibi medyada tasvir edilen karakterleri içeren sembolik model ve başkaları tarafından sağlanan davranışların açıklamalarını içeren sözlü öğretim modelleri (Bayrakçı, 2007). Bireyler bu modelleri gözlemleyerek başarı için gerekli davranışlar hakkında içgörü kazanabilir ve daha güçlü bir öz yeterlik duygusu geliştirebilirler.

Sözlü ikna, öz yeterliğin üçüncü bir kaynağını temsil eder ve başkalarından gelen teşvik ve olumlu geri bildirimleri içerir. Sözlü ikna öz yeterlik inançlarını olumlu yönde etkileyebilirken, etkileri genellikle doğrudan ve dolaylı deneyimlere kıyasla daha az kalıcı ve etkili olarak kabul edilir. Sözlü iknanın birincil sınırlaması, deneyimsel bileşenden yoksun olması ve özellikle tekrarlanan başarısızlıklarla karşılaşan bireyler için öz yeterlik inançlarını değiştirmede daha az ikna edici olmasıdır (Bandura, 1977b). Teşvik ve destekleyici geribildirim, bireyleri zorlu görevleri üstlenmeye motive edebilir

ve geçici olarak özgüvenlerini artırabilir. Ancak, başarılı deneyimlerin eşlik etmediği durumlarda, sözlü iknanın etkisi zamanla azalabilir. Bu nedenle, değerli olmakla birlikte, sözel ikna genellikle en çok, kabiliyete dair somut kanıtlar sağlayan diğer öz yeterlik kaynaklarıyla birleştirildiğinde etkili olur (Türkdoğan, 2021).

Öz yeterliğin son kaynağı olan fizyolojik ve duygusal durumlar, bireyin fiziksel ve duygusal durumunun öz yeterlik inançları üzerindeki etkisini ifade eder. Yorgunluk, ağrı veya uyarılma gibi fiziksel hisler, bireyin fiziksel güç veya dayanıklılık gerektiren görevleri yerine getirme becerisine ilişkin algısını etkileyebilir. Benzer şekilde, kaygı, stres veya ruh hali gibi duygusal durumlar da öz yeterlik inançlarını önemli ölçüde etkileyebilir (Bandura, 1977a; Türkdoğan, 2021). Örneğin, yüksek düzeyde stres ve kaygı, bir tehdit ve endişe duygusu yaratarak öz yeterliği zayıflatabilirken, olumlu duygular ve sakin bir durum, kontrol ve güven duygusunu teşvik ederek öz yeterliği artırabilir. Bireyler fizyolojik ve duygusal durumlarını başarılı olma yeteneklerine dair ipuçları olarak yorumlarlar; dolayısıyla bu durumları yönetmek öz yeterliği korumak ve geliştirmek için çok önemlidir. Bu nedenle, stresi azaltan ve olumlu duygusal deneyimleri teşvik eden ortamlar, öz yeterlik inançlarının güçlendirilmesinde önemli bir rol oynayabilir (Emül, 2024).

.1.2.4.Öz Yeterlik ile İlgili Araştırma Bulguları

Bu bölümde üniversite öğrencilerinde öz yeterliğe ilişkin literatürde yer alan araştırma bulgularından örneklerle yer verilmiştir. Öz yeterlilik kapsamında yürütülen çalışmaların genel olarak öz yeterlilik ile olumlu yaşam deneyimleri, psikolojik ihtiyaçlar, bilişsel süreçler ve depresyon, kaygı, stres gibi bazı olumsuz değişkenler arasındaki ilişkilere odaklandığı görülmektedir.

Yağar vd. (2020) tarafından yapılan çalışmada öğrencilerin girişimcilik eğilimlerini belirlemek ve öz yeterlik algısı ile demografik değişkenlerin (yaş ve cinsiyet) etkisinin olup olmadığını değerlendirmek amaçlanmıştır. Bu amaç doğrultusunda 339 üniversite öğrencisine anket uygulanmıştır. Çalışmada öğrencilerin öz yeterlik düzeyleri ile girişimcilik eğilimleri arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki bulunmuş ve aynı şekilde öz yeterlik düzeyinin girişimcilik eğilimi üzerinde önemli bir etkiye sahip olduğu sonucuna ulaşılmıştır.

Durak (2021) tarafından yapılan çalışmada üniversite öğrencilerinin psikolojik sağlamlıkları ile yaşam doyumları arasındaki ilişkide genel öz-yeterliğin aracı etkisinin belirlenmesi amaçlanmıştır. Bu amaç doğrultusunda 409 üniversite öğrencisine anket uygulanmıştır. Çalışmadan elde edilen sonuçlar psikolojik sağlamlık ile genel öz-yeterlik, psikolojik sağlamlık ile yaşam doyumu ve genel öz-yeterlik ile yaşam doyumu değişkenleri arasında pozitif yönde anlamlı ilişkilerin olduğunu göstermiştir. Ayrıca psikolojik sağlamlık ile yaşam doyumu arasında genel öz-yeterliğin aracı etkisinin olduğu sonucuna ulaşılmıştır.

Kılıçarslan (2023) tarafından yapılan çalışmada Z kuşağı üniversite öğrencilerinin serbest zaman psikolojik ihtiyaçlarının genel öz yeterlik düzeyleri üzerine etkisinin belirlenmesi amaçlanmıştır. Bu amaç doğrultusunda 239 üniversite öğrencisine anket uygulanmıştır. Çalışmadan elde edilen bulgulara göre, katılımcıların serbest zaman psikolojik ihtiyaç ve Genel Özyeterlik Ölçeği'nden elde ettikleri puan ortalamalarının genel olarak yüksek olduğu, serbest zaman psikolojik ihtiyaçlarının özyeterliği %23 oranında açıkladığı ve verimli serbest zaman kullanımının serbest zaman psikolojik ihtiyaç ve Genel Özyeterliği anlamlı bir biçimde farklılaştırdığı sonuçlarına ulaşılmıştır.

Qin vd. (2023) tarafından yapılan çalışmada psikolojik dayanıklılığın genel öz yeterlilik ve ruh sağlığı arasındaki aracı rolünün araştırılması amaçlanmıştır. Bu amaç doğrultusunda 480 Çinli üniversite öğrencisine anket uygulanmıştır. Çalışma bulgularına göre, psikolojik dayanıklılık genel öz yeterlik ve ruh sağlığı arasındaki ilişkide tam aracılık rolü oynamıştır. Bununla birlikte genel öz yeterlilik psikolojik dayanıklılıkla pozitif yönde ilişkili olarak belirlenmiştir.

Çapri (2023) tarafından yapılan çalışmada üniversite öğrencilerinin psikolojik belirtilerinin öz-yeterlik inançlarını ne düzeyde yordadığının ve öğrencilerin öz-yeterlik inançları ile psikolojik belirtilerinin cinsiyetlerine göre farklılaşıp farklılaşmadığının belirlenmesi amaçlanmıştır. Bu amaç doğrultusunda 845 üniversite öğrencisine anket uygulanmıştır. Çalışmanın bulgularında, psikolojik belirtilerin öz-yeterlik inançlarını negatif yönde anlamlı bir biçimde yordadığı ve öz-yeterlik inancı varyansının %19'unu açıkladığı bulunmuştur.

Thériault vd. (2023) tarafından yapılan çalışmada, öğrencilerin yaşam düzenlemelerinin (kampüste, kampüs dışında, ebeveynleriyle birlikte ve ebeveynleri olmadan) öz

yeterlikleri üzerindeki rolünün belirlenmesi amaçlanmıştır. Bu amaç doğrultusunda 216 üniversite öğrencisine anket uygulanmıştır. Çalışmadan elde edilen bulgulara göre kampüste yaşayan öğrenciler, özellikle psikolojik iyi oluş alt ölçeğinde daha yüksek öz yeterliğe sahipken, bunu kampüs dışında ebeveynleriyle yaşayanlar takip etmiştir. Ebeveynleri olmadan kampüs dışında yaşayan öğrenciler en düşük puanlara sahiptir.

Mercader-Rubio vd. (2023) tarafından yapılan çalışmada kaygı (somatik kaygı, bilişsel kaygı ve öz yeterlilik) ile temel psikolojik ihtiyaçlar (yeterlik, özerklik ve diğerleriyle ilişki) arasındaki ilişkinin belirlenmesi amaçlanmıştır. Bu amaç doğrultusunda İspanya’da üniversite eğitimine devam eden 165 öğrenciye anket uygulanmıştır. Çalışmanın bulguları, öz yeterlik ile temel psikolojik ihtiyaçlar arasında sürekli ve etkili bir ilişkinin varlığını göstermiştir. Bilişsel kaygı ve somatik kaygı ile özerklik arasında pozitif ve doğrudan bir ilişki bulunmazken, bilişsel kaygı ve somatik kaygı ile yetkinlik ve başkalarıyla ilişki arasında doğrudan ve pozitif bir ilişki bulunmuştur.

Şencan ve Bingöl (2024) tarafından yapılan çalışmada psikolojik sağlamlığın psikolojik iyi oluş, öz yeterlik, sosyal destek ve demografik değişkenler tarafından yordanıp yordanmadığını incelemek amaçlanmıştır. Bu amaç doğrultusunda İstanbul’da yaşayan 224 üniversite öğrencisine anket uygulanmıştır. Çalışmada değişkenlerin psikolojik sağlamlığın %38’ini açıkladığı görülmüştür. Regresyon katsayılarının anlamlılığına ilişkin t-testi yapıldığında psikolojik iyi oluş, öz yeterlik ve cinsiyetin psikolojik sağlamlık üzerinde anlamlı yordayıcılar olduğu sonucuna varılmıştır. Sosyal destek, yaş, kardeş sayısı, anne eğitim düzeyi, baba eğitim düzeyi, ikametgâh, ebeveyn tutumu değişkenleri anlamlı bir etkiye sahip değildir.

Kamyabi vd. (2024) tarafından yapılan çalışmada üstbilişsel inançların aracı rolü göz önünde bulundurularak, öğrencilerin mükemmeliyetçilik ve öz-yeterliklerine dayalı olarak akademik ertelemeyi yordama yolunu analiz etmek amaçlanmıştır. Bu amaç doğrultusunda 227 Kerman İslami Azad Üniversitesi psikoloji lisans öğrencisine anket uygulanmıştır. Çalışma bulguları, öz-yeterliğin olumlu üstbilişsel inançlar üzerinde doğrudan, pozitif ve anlamlı bir etkisi olduğunu ve olumsuz üstbilişsel inançlar ve akademik erteleme üzerinde ters, negatif ve anlamlı bir etkisi olduğunu göstermiştir.

Fatmana vd. (2024) tarafından yapılan çalışmada psikoloji bölümü öğrencilerinde öz yeterlilik ve akademik stres arasındaki ilişkinin incelenmesi amaçlanmıştır. Bu amaç

doğrultusunda Muhammadiyah Sidoarjo Üniversitesi Psikoloji Bölümü'nde öğrenim gören 238 öğrenciye anket uygulanmıştır. Çalışmada öz yeterliğin akademik stres üzerinde negatif etkisi olduğu sonucuna ulaşılmıştır.

1.3. Travma Sonrası Büyüme

TSB olgusu, olumsuz ruh hali ve travma sonrası stres bozukluğu gibi daha geleneksel olarak tanınan olumsuz psikolojik sonuçların yanı sıra, bireylerin travmatik olayların ardından yaşamlarında olumlu değişiklikler yaşayabileceğini öne sürmektedir (Duman, 2019). Bu nedenle, travma sonrası tepkilerin spektrumunu tam olarak anlamak için travmaya verilen hem olumlu hem de olumsuz tepkileri dikkate almak çok önemlidir (Linley ve Joseph, 2004). Acının faydalı etkilerinin araştırılması uzun zamandır felsefi, edebi ve dini söylemlerin konusu olmuştur ve daha sonra özellikle hümanist ve varoluşçu yaklaşımlar aracılığıyla psikolojik çerçevelere entegre edilmiştir (Gülbaş, 2022). Bu bakış açısı, bireylerin acı verici yaşam olaylarını olumlu bir ışık altında yeniden yorumladığı travma sonrası büyüme kavramıyla uyumludur (Keskin ve Yağmur, 2024).

Calhoun ve Tedeschi (1995) travma sonrası büyümeyi kavramsallaştırmada öncü olmuş ve bunu travmatik deneyimlerden sonra ortaya çıkan hem davranışsal hem de bilişsel boyutlardaki olumlu değişiklikler olarak tanımlamıştır. Bu değişimler son derece bireyseldir ve basitçe travma öncesi duruma dönüş anlamına gelmez, aksine travmadan kaynaklanan önemli bir dönüşüm ve gelişimi yansıtır (Kağan vd., 2012). Tedeschi ve Calhoun 'nin (2004) araştırmasına göre, travmatik olaylar yaşayan bireylerin %40 ila %70 arasında değişen önemli bir kısmı bir dereceye kadar travma sonrası büyüme bildirmektedir.

Linley ve Joseph (2004) tarafından 39 çalışmanın analiz edildiği kapsamlı bir derlemede, travma sonrası büyümenin belirleyicileri olarak çeşitli faktörler tanımlanmıştır. Bu faktörler arasında kişilik özellikleri, bilişsel süreçler, bilgi işleme, başa çıkma mekanizmaları, sosyal destek sistemleri, demografik değişkenler, yaşam kalitesi ve dini inançlar yer almaktadır. İnceleme, kontrol ve farkındalık algısı, deneyime açıklık, uyumluluk, öz yeterlilik, dışadönüklük, psikolojik iyi oluş, problem çözme becerileri ve ruminasyon gibi değişkenlerin TSB'yi kolaylaştırmada önemli rol oynadığını vurgulamıştır. Ayrıca, demografik değişkenler daha genç bireylerin ve

kadınların daha yüksek düzeyde travma sonrası büyüme sergileme eğiliminde olduğunu ortaya koymuştur. Ayrıca, eğitim ve gelir düzeyi daha yüksek olan bireylerin travma sonrası büyüme yaşama olasılığı daha yüksektir.

Linley ve Joseph (2004) ayrıca travma sonrası büyümenin dinamik bir süreç olduğunu, travmatik olaydan hemen sonra ortaya çıkabileceğini ya da ortaya çıkmasının birkaç yıl sürebileceğini belirterek büyümenin zamanlamasındaki değişkenliğin altını çizmiştir. Literatür, travma şiddetinin TSB üzerindeki etkisine ilişkin karışık bulgular sunmaktadır; bazı çalışmalar net bir ilişki olmadığını öne sürerken, diğerleri daha şiddetli travmaların çeşitli aracı faktörlere bağlı olarak büyümeyi engelleyebileceğini veya teşvik edebileceğini göstermektedir (Linley ve Joseph, 2004; Çimen, 2020).

1.3.1. Travma Sonrası Büyüme Kuramları

Calhoun ve Tedeschi (2006) TSB kavramını açıklamak için Betimsel İşlevsel Modeli geliştirmiştir. Bu modele göre TSB, travmatik olayın kendisinin doğrudan bir sonucu değildir. Bunun yerine, TSB'nin ortaya çıkması, travmadan önce var olan koşullar, travmatik deneyimin doğası, travmanın neden olduğu stres ve geçmişle ilgili tekrarlayan düşünceleri içeren ruminasyon yoluyla travmatik olayın bilişsel olarak işlenmesi gibi çeşitli faktörlerden etkilenmektedir (Gür ve Öztürk, 2022). Model, bireylerin travmatik olay öncesindeki dünyaya ilişkin bilişlerinin TSB potansiyelini önemli ölçüde etkilediğini öne sürmektedir. Tedeschi ve Calhoun'a (2004) göre, TSB'nin ortaya çıkabilmesi için travmatik deneyimin, bireyin dünya ve kendisi hakkındaki temel inançlarını sarsacak kadar derinden etkili olması gerekir. Bunu, bir binayı yıkan ve tamamen yeniden inşa edilmesini gerektiren bir depreme benzetmektedirler. Ruminasyonun ilk aşaması genellikle istemsizdir, çünkü birey travmatik olay ve sonuçları hakkında tekrar tekrar düşünür. Zamanla bu ruminasyon daha kasıtlı hale gelebilir ve bireyin inanç sisteminin yeniden yapılandırılmasını ve yeni anlam ve perspektiflerin keşfedilmesini kolaylaştırabilir. Model, TSB'nin başarılı sonucunu etkileyen çeşitli koşulları vurgulamaktadır. Bunlar arasında bireyin kişilik özellikleri, sosyal desteğin varlığı ve algısı ve yaşanan travmanın türü yer almaktadır. Dayanıklılık, iyimserlik ve deneyime açıklık gibi kişilik özellikleri, bireyin travmayı nasıl işlediği ve travmadan nasıl büyüdüğü konusunda önemli bir rol oynayabilir. Hem mevcudiyet hem de algılanan kalite açısından sosyal destek, bireylerin iyileşme ve yeniden yapılanma

süreçlerinde yol almalarına yardımcı olabilecek duygusal ve pratik kaynaklar sağlar. Travmanın niteliği de önemlidir; farklı travma türleri büyüme için farklı fırsatlara ve yollara yol açabilir (Şimşek Arslan, 2017).

Diğer taraftan Schaefer ve Moos (1992), hem travmatik olay değişkenlerinin hem de bireysel ve çevresel kaynakların travma sonuçlarının ve travma sonrası büyümenin kritik belirleyicileri olduğunu öne sürerek, yaşam krizleri ve sonraki büyüme arasındaki etkileşimi açıklamak için kavramsal bir model geliştirmiştir. Modellerine göre, travmatik olayın şiddeti, süresi ve doğası gibi belirli özellikleri, bireylerin bilgiyi nasıl işlediklerini ve başa çıkma mekanizmalarını nasıl kullandıklarını etkileyerek travma sonrası büyümeyi etkilemektedir. Bu travmatik olay değişkenleri, bireylerin travma karşısında sergiledikleri bilişsel ve duygusal tepkileri şekillendirerek travma sonrası büyümenin yordayıcıları olarak hareket etmektedir. Sosyo-demografik faktörler, önceki deneyimler, motivasyonlar, özgüven ve psikolojik dayanıklılık gibi kişisel özellikleri kapsayan bireysel kaynaklar, bireylerin travmatik olaylar karşısında ne kadar etkili bir şekilde yol alabileceklerini ve uyum sağlayabileceklerini belirlemede önemli bir rol oynamaktadır. Bu kişisel özellikler, travmanın ilk etkisini ve ardından gelen iyileşme sürecini etkileyerek, dayanıklılığı teşvik etmede ve büyümeyi kolaylaştırmada içsel faktörlerin önemini vurgulamaktadır. Öte yandan çevresel kaynaklar, bireyin erişebileceği sosyal destek mekanizmalarının mevcudiyeti, zamanlaması ve uygunluğu ile tanımlanır. Destekleyici ilişkilerin ve ağların varlığı, travmanın olumsuz etkilerini önemli ölçüde tamponlayarak duygusal destek ve başa çıkma kapasitelerini artıran pratik yardım sağlayabilir (İzgüden ve Erdem, 2020). Schaefer ve Moos (1998), bireysel ve çevresel kaynakların entegrasyonunun olumlu adaptasyon için çok önemli olduğunu, çünkü bu kaynakların bireyin travmatik deneyimi işleme, etkili başa çıkma stratejileri geliştirme ve nihayetinde travma sonrası büyüme yeteneğini toplu olarak etkilediğini vurgulamaktadır. Bu model, travma sonrası büyümenin çok yönlü doğasının altını çizerek, travmatik olayın özelliklerinden kişisel dayanıklılığa ve sosyal desteğin kalitesine kadar uzanan bir dizi faktörün travma sonrası iyileşme ve büyüme yörüngesini şekillendirmek için nasıl birlikte çalıştığını göstermektedir.

Joseph ve Linley (2006) tarafından geliştirilen Organizmik Değerlendirme Kuramı, pozitif psikolojinin sosyal-bilişsel perspektifini içeren birey merkezli bir yaklaşım benimseyerek diğer teorilerden ayrılır. Bu teori, bireylerin doğaları gereği büyümeye

yönelik olduklarını ileri sürmekte ve onları evrim geçirmeye ve uyum sağlamaya yönelik doğal bir eğilime sahip organizmalar olarak kavramsallaştırmaktadır. Bu çerçeveye göre, travma sonrası bilginin işlenmesi iki temel mekanizma aracılığıyla gerçekleşebilir: asimilasyon ve uyum. Bilgi asimilasyon yoluyla işlendiğinde, yeni deneyimler bireyin dünya görüşünde veya benlik kavramında önemli değişiklikler olmaksızın mevcut bilişsel şemalara entegre edilir. Bu işleme şekli, travma öncesi işlevsellik düzeyinde kaldıkları ve önemli bir kişisel dönüşüm geçirmediikleri için bireyi gelecekteki krizlere karşı savunmasız bırakabilir. Buna karşılık, uyum sağlama, bireyin yeni travmatik bilgiyi dahil etmek için mevcut şemalarını aktif olarak değiştirdiği daha derin bir bilişsel yeniden yapılandırmayı içerir. Travmayı anlamlandırma süreci negatif ya da pozitif uyuma yol açabilir. “Travmatizasyon” olarak adlandırılan olumsuz uyum, birey travmatik olayı kalıcı korku, endişe veya diğer psikolojik sıkıntı türleri gibi patolojik tepkilere yol açacak şekilde yorumladığında ortaya çıkar. Öte yandan, olumlu uyum, bireyin travmaya anlamlı yorumlar ve adaptasyonlar bulmasını sağlayarak travma sonrası büyümeyi kolaylaştırır, dayanıklılığı ve kişisel gelişimi teşvik eder. Teori ayrıca, sosyal çevre ve kişilik özellikleri gibi dış faktörlerin bu büyüme sürecini desteklemedeki rolünü vurgulamaktadır. Destekleyici sosyal etkileşimler ve deneyime açıklık ve dayanıklılık gibi olumlu kişilik özellikleri, olumlu uyum sağlama ve ardından travma sonrası büyüme olasılığını önemli ölçüde artırabilir (Haspolat, 2019).

1.3.2. Travma Sonrası Büyümenin Boyutları

Travma sonrası büyüme durumu benlik algısında değişim, yaşam felsefesinde değişim ve başkalarıyla ilişkilerde değişim boyutları altında incelenmektedir (Tedeschi ve Calhoun, 1996; Kağan vd., 2012). Bu boyutlar alt başlıklar halinde incelenmiştir.

1.3.2.1. Benlik algısında değişim

Benlik algısındaki değişim, bireylerin travmatik deneyimlerden sonra kendilerine ilişkin anlayışlarını yeniden değerlendirip yeniden yapılandırmalarıyla ortaya çıkmaktadır. Bu dönüşüm genellikle, bireyler önemli zorluklara katlandıklarını ve bunların üstesinden geldiklerini fark ettikçe, kişisel güç ve dayanıklılığın yeni keşfedilen bir tanınmasını içermektedir (Kağan vd., 2012). Tedeschi ve Calhoun (2004), bu tür deneyimlerin, öz-

değer duygusunun artmasına ve kişinin kendi yeteneklerinin daha derin bir şekilde takdir edilmesine yol açabileceğini öne sürmektedir. Hayatta kalanlar sıklıkla, ciddi zorlukların üstesinden gelmiş olarak, gelecekteki zorluklarla yüzleşme yetenekleri konusunda kendilerini daha güçlü ve daha güvende hissettiklerini bildirmektedir. Bu değişim aynı zamanda kişinin kırılganlıklarına ve sınırlamalarına ilişkin daha incelikli bir anlayışı da içerebilir; bu da paradoksal olarak özgünlüğü ve kendini kabullenmeyi teşvik ederek daha güçlü bir benlik kavramına katkıda bulunur (Tedeschi ve Calhoun, 2004).

Üstelik benlik algısındaki bu değişiklik, kişisel değer ve önceliklerin yeniden değerlendirilmesine yol açabilir. Travma sıklıkla statükoyu bozar ve bireyleri kendileri için gerçekten neyin önemli olduğunu yeniden düşünmeye sevk eder. Bireyler eylemlerini yeniden tanımladıkları değerlerle uyumlu hale getirdikçe, bu daha anlamlı ve amaç odaklı bir yaşamla sonuçlanabilir (Janoff-Bulman, 2006). Örneğin, çocukluk travmasını atlattığı biri daha güçlü bir empati duygusu geliştirebilir ve acı çeken başkalarına yardım etme arzusu geliştirebilir, böylece acılarında yeni bir amaç bulabilir. Benlik algısındaki psikolojik değişimler aynı zamanda bireylerin yaşam öykülerini sürekli olarak yeniden değerlendirmeye giriştiği, travmatik deneyimleri daha geniş benlik kavramlarıyla bütünleştirdiği bilişsel süreçlerle de kesilmektedir (Joseph ve Linley, 2005). Bu bilişsel entegrasyon, travmayı anlamlandırmak ve onu tutarlı bir yaşam öyküsüne dahil etmek için çok önemlidir; bu, kendini anlama ve kişisel gelişimi önemli ölçüde geliştirebilir (Pals ve McAdams, 2004).

Ek olarak, benlik algısındaki değişim, daha büyük bir özerklik ve öz yeterlik duygusunun gelişimiyle bağlantılıdır. Travmadan sağ kurtulanlar genellikle kendi kararlarına ve yeteneklerine daha derinden güvenmeyi öğrenirler, kendilerini krizde yol alırken ve hayatta kalırken görürler. Bu artan öz-yeterlik sadece travmayla başa çıkma konusundaki güven ile ilgili değildir, aynı zamanda iş, ilişkiler ve kişisel hedefler gibi yaşamın diğer alanlarına da uzanır (Bandura, 1997). Zor durumlarla bağımsız olarak baş edebileceklerinin farkına varmaları, daha güçlü bir özerklik ve kendine güvenme duygusunu teşvik eder. Dahası, bu dönüşüm, kendini kurban olarak görmekten kendini hayatta kalan olarak görmeye geçişte görülebilir; bu, devam eden dayanıklılık ve güçlenmeyi destekleyen kritik bir psikolojik geçiştir (Park ve Helgeson, 2006).

1.3.2.2. Yaşam felsefesinde değişim

Yaşam felsefesinde değişim, TSB'nin önemli bir boyutunu oluşturur ve bireylerin yaşamın anlamı ve amacı konusundaki algılarında köklü dönüşümler içerir. Yaşam felsefesinde meydana gelen bu değişimler, bireylerin travmatik deneyimlerinden sonra yaşamın değerini ve kırılganlığını daha derinlemesine takdir etmelerine yol açar. Tedeschi ve Calhoun (1996), bu değişimlerin bireylerin yaşamlarının anlamını yeniden tanımlamalarına ve daha anlamlı, hedef odaklı bir yaşam sürmelerine olanak tanıdığını belirtir. Travma yaşayan bireyler, genellikle yaşamın geçici doğasını daha iyi anlar ve bu da onları anı daha fazla yaşamaya, sevdikleriyle daha derin bağlar kurmaya ve yaşamın her anını daha değerli kılmaya teşvik eder (Tedeschi ve Calhoun, 1996).

Bu süreçte, bireyler yaşam felsefelerini yeniden şekillendirirken, genellikle kişisel değerlerini ve önceliklerini gözden geçirirler. Bu yeniden değerlendirme, travmanın bir sonucu olarak ortaya çıkan içsel bir sorgulama sürecidir. Travmatik deneyimler, bireyleri varoluşsal sorularla yüzleşmeye ve bu sorulara yeni yanıtlar aramaya iter. Pals ve McAdams (2004), bu tür bir sorgulamanın bireylerin yaşamın anlamı ve amacı konusunda daha derin bir anlayış geliştirmelerine yardımcı olduğunu öne sürer. Örneğin, ciddi bir hastalık veya kayıp yaşayan bir kişi, hayatının geri kalanında neyin gerçekten önemli olduğunu yeniden düşünebilir ve bu doğrultuda yaşamını yeniden düzenleyebilir. Bu tür değişimler, sadece bireysel düzeyde değil, aynı zamanda toplumsal ilişkilerde de kendini gösterir. Bireyler, başkalarıyla olan ilişkilerinde daha empatik ve anlayışlı olma eğilimindedirler, bu da sosyal bağların güçlenmesine katkıda bulunur (Pals ve McAdams, 2004).

Yaşam felsefesinde değişim, ayrıca bireylerin dini ve manevi inançlarında da derin etkiler yaratabilir. Travma sonrası dönemde, birçok birey manevi bir arayış içine girer ve bu süreçte inançlarını yeniden değerlendirir. Janoff-Bulman (2006), travma sonrası dönemde yaşanan manevi değişimlerin bireylerin yaşamlarına yeni bir anlam ve amaç kattığını belirtir. Bireyler, manevi inançlarını güçlendirerek veya yeni manevi yollar keşfederek, travmanın getirdiği acı ve kayıplarla başa çıkabilirler. Bu manevi dönüşüm, bireylerin içsel huzur bulmalarına ve yaşamlarına daha geniş bir perspektiften bakmalarına yardımcı olur. Ayrıca, bu süreçte elde edilen manevi güç, bireylerin diğer zorluklarla başa çıkma yeteneklerini de artırır (Kağan vd., 2012).

1.3.2.3. Başkalarıyla ilişkilerde değişim

Travmatik deneyimler, bireylerin sosyal ilişkilerini ve diğer insanlarla olan etkileşimlerini derinden etkilemektedir. Carver (1998), travmanın bireylerde daha güçlü ve anlamlı sosyal bağlantılar kurma eğilimini artırdığını belirtmektedir. Travma sonrası, bireyler empati ve anlayış kapasitelerini geliştirerek, başkalarının acılarını daha derinlemesine anlamakta ve daha destekleyici hale gelmektedirler. Bu empatik yaklaşım, sosyal ilişkilerin derinleşmesine ve daha sağlam bağlar kurulmasına olanak tanımaktadır (Kağan vd., 2012).

Travma sonrası dönemde sosyal ilişkilerde yaşanan değişimler, bireylerin güven duygularında ve bağlanma stillerinde de önemli farklılıklar yaratmaktadır. Travma, bazı bireylerde başlangıçta güven kaybına neden olabilirken, uzun vadede güveni yeniden inşa etme süreci, ilişkilerin daha güçlü temeller üzerinde yeniden yapılandırılmasını sağlamaktadır. Herman (1992), bu süreçte bireylerin güvenli ve destekleyici sosyal ağlar kurarak duygusal iyileşmeyi teşvik ettiklerini öne sürmektedir. Destekleyici ilişkiler, travmanın getirdiği duygusal yükün hafifletilmesine yardımcı olmakta ve bireylerin iyileşme sürecinde kritik bir rol oynamaktadır. Ayrıca, travma sonrası dönemde sosyal destek arayışı, bireylerin daha geniş bir sosyal çevre edinmelerine ve yeni arkadaşlıklar kurmalarına olanak tanımaktadır (Tedeschi ve Calhoun, 2004).

Başkalarıyla ilişkilerdeki değişim, ayrıca bireylerin sosyal rollerinde ve sorumluluklarında da değişiklikler yaratmaktadır. Travma sonrası dönemde birçok birey, topluluk içinde daha aktif roller üstlenmekte ve başkalarına yardım etmeye yönelik güçlü bir istek duymaktadır. Bu durum, bireylerin toplumsal bağlarını güçlendirdiği gibi, kendilerini daha faydalı ve değerli hissetmelerini de sağlamaktadır. Hobfoll vd. (2007), bu tür bir sosyal katılımın bireylerin özsaygı ve öz yeterlilik duygularını artırdığını belirtmektedir. Travma sonrası dönemde başkalarına yardım etmek, aynı zamanda bireylerin kendi iyileşme süreçlerine de katkıda bulunmaktadır; çünkü başkalarının acılarını hafifletmek, bireylerin kendi travmalarını anlamlandırmalarına ve başa çıkmalarına yardımcı olmaktadır (Tedeschi ve Calhoun, 2004).

Son olarak, travma sonrası ilişkilerdeki değişim, bireylerin duygusal ifadelerinde ve iletişim tarzlarında da dönüşümler yaratmaktadır. Travma yaşayan bireyler, duygularını

daha açık ve dürüst bir şekilde ifade etme eğilimindedirler. Bu durum, iletişimin daha sağlıklı ve şeffaf hale gelmesine katkıda bulunmaktadır. Bu süreçte, bireyler duygusal ihtiyaçlarını ve sınırlarını daha iyi anlamakta ve bu bilgiyi ilişkilerine yansıtarak daha sağlıklı etkileşimler kurmaktadır. Yapıcı iletişim ve duygusal açıklık, ilişkilerin kalitesini artırmakta ve bireylerin sosyal destek ağlarını genişletmelerine yardımcı olmaktadır (Cordova, 2001). Travma sonrası dönemde ilişkilerde yaşanan bu olumlu dönüşümler, bireylerin genel iyilik halini artırmakta ve onların daha sağlıklı ve tatmin edici bir yaşam sürmelerine yardımcı olmaktadır.

1.3.3. Travma Sonrası Büyüme ile İlgili Araştırma Bulguları

Bu bölümde üniversite öğrencilerinde TSB'ye ilişkin literatürde yer alan araştırma bulgularından örneklerle yer verilmiştir. Travma sonrası büyüme kapsamında yürütülen çalışmaların travma sonrası gelişen bilişsel ve duygusal süreçlerin olumlu ve olumsuz psikolojik özellikler ile toplumsal süreçler arasındaki ilişkilere odaklandığı görülmektedir.

Karaman ve Tarım (2018) tarafından yapılan çalışmada üniversite öğrencilerinin TSB, problem çözme becerileri ve iyimserlik düzeyleri arasındaki ilişkilerin belirlenmesi amaçlanmıştır. Bu amaç doğrultusunda 152 öğrenciye anket uygulanmıştır. Çalışmadan elde edilen bulgulara göre problem çözme becerileri ve iyimserlik, TSB'yi artırmaktadır.

Kardaş ve Tarhan (2018) tarafından yapılan çalışmada depreme maruz kalmış üniversite öğrencilerinin Travma Sonrası Stres, TSB ve umutsuzluk belirtilerinin bazı değişkenler açısından incelenmesi amaçlanmıştır. Bu amaç doğrultusunda Yüzüncü Yıl Üniversitesi'nde öğrenim gören ve Van Depremini yaşayan 1059 öğrenciye anket uygulanmıştır. Çalışma sonucunda travma sonrası stres ile büyüme arasında pozitif bir ilişki, TSB ile umutsuzluk arasında negatif bir ilişki, travma sonrası stres ile umutsuzluk arasında pozitif bir ilişki bulunmuştur. Chaid analizine göre TSB sırasıyla umutsuzluk, travma sonrası stres ve cinsiyet; travma sonrası stres üzerinde umutsuzluk, TSB, cinsiyet; umutsuzluk üzerinde ise travma sonrası stres, TSB ve cinsiyet değişkenlerinin anlamlı yordayıcılar oldukları belirlenmiştir.

Wozniak vd. (2020) tarafından yapılan çalışmada bir üniversitede yaşanan silahlı saldırıya verilen kasıtlı ve müdahaleci ruminatif tepkilerin aracılık ettiği travma yakınlığı ile TSB arasındaki ilişkiler incelenmiştir. Bu amaç doğrultusunda yaşanan olaydan 4 ay sonra 385 öğrenciden anket toplanmıştır. Çalışma bulgularına göre duygusal yakınlık TSB ile ilişkili bulunmuştur. Bununla birlikte duygusal yakınlık ile TSB arasındaki ilişkiye ise kasıtlı ruminasyon aracılık etmiştir.

Çelik vd. (2022) tarafından yapılan çalışmada öğretmen adaylarının COVID salgınının ve iyimserliğin TSB üzerindeki yordayıcı etkilerini incelemek amaçlanmıştır. Bu amaç doğrultusunda Ondokuz Mayıs Üniversitesi'nde öğrenim gören 801 öğretmen adayına anket uygulanmıştır. Çalışma sonuçlarına göre, iyimserlik ve olayın etkisi değişkenlerinin TSB'yi anlamlı olarak yordadığı belirlenmiştir. Bununla birlikte kadın öğretmen adaylarının TSB düzeylerinin erkek öğretmen adaylarına göre anlamlı ölçüde daha yüksek olduğu saptanmıştır.

Yıldızhan vd. (2023) tarafından yapılan çalışmada spor eğitimi alan ve almayan üniversite öğrencilerinde pandemi sonrası psikolojik iyi oluş ve TSB düzeyleri arasındaki ilişkinin belirlenmesi amaçlanmıştır. Bu amaç doğrultusunda 328 öğrenciye anket uygulanmıştır. Çalışma bulgularında spor eğitimi alan üniversite öğrencilerinin TSB özelliklerinin ve psikolojik iyi oluş düzeylerinin diğer bölümlerde öğrenim gören öğrencilerden anlamlı düzeyde farklılaştığı, TSB özellikleri ile psikolojik iyi oluş düzeyi arasında orta düzeyde pozitif bir ilişki olduğu ve TSB'nin psikolojik iyi oluşun anlamlı bir yordayıcı olduğu tespit edilmiştir.

Serpa-Barrientos vd. (2023) tarafından yapılan çalışmada, üniversite öğrencilerinde pozitif ve negatif stres ile TSB arasındaki ilişkide psikolojik dayanıklılığın aracılık rolünün değerlendirilmesi amaçlanmıştır. Bu amaç doğrultusunda 507 öğrenciye anket uygulanmıştır. Çalışma bulguları, dayanıklılığın olumsuz stres ve TSB arasındaki ilişkide tam bir aracılık rolü oynadığını göstermiştir. Öte yandan, dayanıklılığın pozitif stres ve TSB arasındaki ilişkiye aracılık etmesi kısmi bir aracılıktır.

Damiani vd. (2023) tarafından yapılan çalışmada, cinsel saldırıdan kurtulan üniversite öğrencileri için TSB'nin temel bir mekanizması olarak yaşam amacına odaklanılmıştır. Bu doğrultuda öğrencinin dahil edildiği bir anket çalışması yapılmıştır. Çalışma

sonuçları yaş, yaşam amacı, yüksek şiddetteki stresörler ve travma geçmişinin travma sonrası büyüme ile anlamlı şekilde ilişkili olduğunu göstermiştir.

Weber ve Schulenberg (2023) tarafından yapılan çalışmada TSB ile travma sonrası stres bozukluğu arasındaki ilişkide travmanın türü veya şiddetinin rolünün belirlenmesi amaçlanmıştır. Bu amaç doğrultusunda Amerika Birleşik Devletleri'nin güneydoğusundaki bir üniversitenin 541 öğrencisi ile anket çalışması yapılmıştır. Çalışmada yaşamdaki anlam, cinsiyet ve travma şiddeti kontrol edilerek yapılan regresyon analizleri, travma sonrası stres bozukluğunun TSB'yi yordadığını ortaya koymuştur. Bununla birlikte TSB'nin depresyon/anksiyeteyi yordadığı görülmüştür.

İpekoğlu ve Kurtoğlu (2024) tarafından yapılan çalışmada TSB bağlamında, koronavirüs pandemisi sürecinde üniversite öğrencilerinin değişen önceliklerinin incelenmesi amaçlanmıştır. Bu amaç doğrultusunda fenomenolojik yaklaşım kullanılarak Isparta ve Gaziantep'te bulunan üniversitelerde öğrenim gören 64 öğrenciye, pandemi sürecinin yaşam önceliklerinde ne gibi bir değişime yol açtığını sorgulayan tek bir soru yöneltilmiştir. Çalışma kapsamında elde edilen sonuçlara göre pandeminin, diğerleriyle daha yakın ilişkiler kurma, sosyalleşmede artış, kendilik algısında gelişim ve önceliklerin genel olarak değişimi gibi etkileri ile travma sonrası büyümeyi beraberinde getirdiği belirlenmiştir.

Wu (2024) tarafından yapılan çalışmada, COVID-19 kampüs kilitlenmesi sırasında adil bir dünyaya olan inancın ve yaşamdaki anlamın sosyal destek ve TSB'deki aracı rolünün incelenmesi amaçlanmıştır. Bu amaç doğrultusunda Çin'in Hebei Eyaletindeki 1711 üniversite öğrencisi ile anket çalışması yapılmıştır. Çalışma sonuçlarına göre sosyal destek, TSB'yi pozitif yönde yordamıştır. Ayrıca, adil bir dünya inancı ve yaşamın anlamı sırasıyla sosyal destek ve TSB arasında aracı bir rol oynamıştır. Ayrıca, sosyal destek, adil dünya inancı ve yaşamda anlamın çoklu seri aracılık etkisi yoluyla da TSB'yi yordayabilmektedir.

1.4. Çocukluk Çağı Travmaları, Öz Yeterlik ve Travma Sonrası Büyüme Arasındaki İlişkiler

Yücel ve Öztürk (2021) tarafından yapılan çalışmada evli çiftlerde, çocukluk çağı ruhsal travmaları ile eş desteği ve TSB arasındaki ilişkinin belirlenmesi ve çocukluk çağı ruhsal travmaları ile travma sonrası büyüme arasındaki ilişkide eş desteğinin aracı

rolünün değerlendirilmesi amaçlamıştır. Bu amaç doğrultusunda 194 ifte anket uygulanmıştır. Çalışma sonuçlarına göre çocukluk ağı travmaları TSB'yi azaltmaktadır.

Sevinç Yalçın (2022) tarafından yapılan çalışmada, internet ve sosyal medya bağımlılığı ile çocukluk ağı travmaları, siber dissosiyasyon ve TSB arasındaki ilişkinin belirlenmesi amaçlanmıştır. Bu doğrultuda İstanbul'da eğitim gören 713 niversite öğrencisine anket uygulanmıştır. Çalışmada ocukluk ağı travmalarının, TSB'nin her 3 boyutuyla da negatif ilişkili olduğu belirlenmiştir.

zdemir (2023) tarafından yapılan çalışmada çocukluk ağı travmaları ile TSSB semptomları ve TSB arasındaki ilişkide güvensiz bağlanma (kaygılı ve kaçıngan bağlanma), ilişki doyumu ve kendini amanın aracı rolünün incelenmesi amaçlanmıştır. Çalışma kapsamında son 3 aydır romantik ilişki yaşayan 366 yetişkine anket uygulanmıştır. Çalışmada ocukluk ağı travmalarının TSB'yi azalttığı belirlenmiştir.

Terzi (2024) tarafından yapılan çalışmada çocukluk ağı travmalarının yeme tutumu ve TSB ile ilişkisinin incelenmesi amaçlanmıştır. Bu amaç doğrultusunda açlık Bilimleri niversitesi Ümraniye Eğitim ve Araştırma Hastanesi psikiyatri polikliniğinde tedavi gören 102 kadına anket uygulanmıştır. Çalışmada ocukluk ağı travmaları ile TSB arasında negatif ilişki olduğu sonucuna ulaşılmıştır.

Ceylan (2020) tarafından yapılan çalışmada TSB'yi etkileyen değişkenlerin belirlenmesi amaçlanmıştır. Bu amaç doğrultusunda 263 şiddet göre kadına anket uygulanmıştır. Çalışmada z yeterlik ile travma sonrası büyüme arasında pozitif ilişki belirlenmiştir.

Akbay Safi (2020) tarafından yapılan çalışmada Türkiye'de yaşayan Suriyeli mültecilerde TSB düzeyinin belirlenmesi ve ilişkili faktörlerin tespit edilmesi amaçlamıştır. Bu amaç doğrultusunda 217 mültecinin dahil edildiği anket çalışması yapılmıştır. Çalışmada z yeterliğin travma sonrası büyümeyi artırdığı sonucuna ulaşılmıştır.

Zeng vd. (2021) tarafından yapılan çalışmada koronavirüs hastalığı 2019 (COVID-19) pandemisi sırasında genel öz yeterlilik ve psikolojik dayanıklılık arasındaki ilişkiyi ve ilişkili mekanizmaları, TSB'nin aracı rolünü ve kasıtlı ruminasyonun düzenleyici rolünü tespit etmek amaçlanmıştır. Bu amaç doğrultusunda in'in Guangdong Eyaletindeki bir

üniversitede eğitim gören 918 üniversite öğrencisine anket uygulanmıştır. Çalışmada öz yeterlik ile travma sonrası büyüme arasında pozitif ilişki belirlenmiştir.

Erkoyuncu ve Kandemir (2022) tarafından yapılan çalışmada travma yaşamış genç yetişkinlerin stresle başa çıkma yöntemlerinin ve öz yeterliğin TSB düzeyi üzerine etkisi belirlenmesi amaçlanmıştır. Bu amaç doğrultusunda 711 yetişkine anket uygulanmıştır. Çalışmada öz yeterliğin travma sonrası büyümeyi artırdığı tespit edilmiştir.

Bağcı ve Atak (2022) tarafından yapılan çalışmada üniversite öğrencilerinin çocukluk çağı ruhsal travmaları, eylemlilik (öz saygıyı, yaşam amacı, iç denetim odağı ve öz yeterlik) ve psikolojik sağlamlıkları arasındaki ilişkilerin incelenmesi amaçlanmıştır. Bu amaç doğrultusunda 545 üniversite öğrencisine anket uygulanmıştır. Çalışmada çocukluk çağı travmalarının öz yeterlik ile negatif ilişkili olduğu sonucuna ulaşılmıştır.

Çavuş (2023) tarafından yapılan çalışmada Psikolojik Sağlamlık Teorisi kapsamında önerilen telafi edici ve koruyucu modelin beliren yetişkinlik dönemindeki kişilerden oluşan örneklemde incelenmesi amaçlanmıştır. Risk faktörü olarak çocukluk çağı ruhsal travmaları, koruyucu faktörler olarak çocukluk çağı olumlu yaşantıları, affedicilik ve öz yeterlik, sonuç değişkenleri olarak ise psikolojik sıkıntılar (depresyon, anksiyete, stres) ve iyi oluş değişkenleri incelenmiştir. Bu amaç doğrultusunda 485 üniversite öğrencisine anket uygulanmıştır. Çalışmada, çocukluk çağı ihmal ve istismar yaşantılarının öz yeterlik üzerinde negatif etki yarattığı belirlenmiştir.

Çetiner Bacak (2023) tarafından yapılan çalışmada 1-3 yaş arası çocuğu olan kadınların çocukluk çağı psikolojik travmaları ile annelik duyarlılıkları ve öz yeterlilikleri arasındaki ilişkinin incelenmesi amaçlanmıştır. Bu amaç doğrultusunda 550 anneye anket uygulanmıştır. Çalışmada çocukluk çağı travmaları ile öz yeterlik arasında negatif ilişki belirlenmiştir.

Urcuyo vd. (2024) tarafından yapılan çalışmada çocukluk çağı travmaları ile anksiyete arasındaki ilişkide duygusal öz yeterlik, genel öz yeterlik ve iyimserliğin aracı rolünün belirlenmesi amaçlanmıştır. Bu amaç doğrultusunda 553 Latin kökenli üniversite öğrencisine anket uygulanmıştır. Çalışmada çocukluk çağı travmalarının genel öz yeterliği azalttığı sonucu elde edilmiştir.

İKİNCİ BÖLÜM: YÖNTEM

Bu bölümde araştırmanın modeli, evren ve örneklem, veri toplama araçları, veri toplama süreci ve veri analiz teknikleri hakkında bilgiler sunulmuştur.

2.1. Araştırma Modeli

Nicel yöntemler çerçevesinde yapılan araştırmada ilişkisel tarama modeli kullanılmıştır. Tarama modelleri evren hakkında genel bir çıkarımda bulunabilmek için evrenin tümü ya da seçilen örneklem üzerinde tarama yapılması esasına dayanmaktadır. İlişkisel tarama modeli ise iki ya da daha fazla değişken arasındaki ilişkinin ortaya koyulmasını sağlamaktadır (Karasar, 2011). Mevcut araştırma kapsamında ise çocukluk çağı travmaları, öz yeterlik ve travma sonrası büyüme değişkenleri arasındaki ilişkiler ilgili model çerçevesinde incelenmiştir.

2.2. Evren ve Örneklem

Araştırmanın evreni İstanbul genelindeki 8 üniversitenin lisans düzeyinde öğrenim gören üniversite öğrencilerinden oluşmaktadır. Araştırma örneklemi olarak ise evren içerisinde kolayda örnekleme tekniği ile 416 üniversite öğrencisi seçilmiştir.

2.3. Veri Toplama Araçları

Araştırma verilerinin toplanmasında anket formu kullanılmıştır. Kullanılan anket formunda Kişisel Bilgi Formu, Çocukluk Çağı Travmaları Ölçeği, Genel Öz Yeterlik Ölçeği ve Travma Sonrası Büyüme Envanteri yer almaktadır. Veri toplama aracının bölümlerine ilişkin bilgiler alt başlıklar halinde verilmiştir.

2.3.1. Kişisel Bilgi Formu

Araştırmanın amacı ve kapsamı doğrultusunda araştırmacı tarafından hazırlanan formda 7 madde yer almaktadır. Bu maddeler ile katılımcılara ilişkin cinsiyet, yaş, sınıf, anne eğitim düzeyi, baba eğitim düzeyi, kardeş sayısı, çalışma durumu ve geçmişte bir yakını ani bir şekilde kaybetme durumuna ilişkin bilgiler toplanmıştır.

2.3.2. Çocukluk Çağı Travmaları Ölçeği

Çocukluk çağı travma düzeylerini belirlemek için Bernstein vd. (1994) tarafından geliştirilen ölçek, Şar vd. (2012) tarafından Türkçeye uyarlanmıştır. 28 maddeden oluşan 5'li likert tipteki ölçekte yanıtlar 1-Hiçbir zaman ile 5-Çok sık aralığında puanlanmaktadır. Ölçekte 2, 5, 7, 13, 19, 26 ve 28 numaralı maddeler ters kodlanmaktadır. Ölçekte duygusal istismar (3, 8, 14, 18 ve 25 numaralı maddeler), fiziksel istismar (9, 11, 12, 15 ve 17 numaralı maddeler), fiziksel ihmal (1, 4, 6, 2 ve 26 numaralı maddeler), duygusal ihmal (5, 7, 13, 19 ve 28 numaralı maddeler) ve cinsel istismar (20, 21, 23, 24 ve 27 numaralı maddeler) olmak üzere 5 faktör bulunmaktadır. Ölçeğin 10, 16, ve 22 numaralı maddeleri herhangi bir faktöre ait olmayın, travmanın inkarını ölçmek amacıyla kontrol maddeleri olarak kullanılmaktadır. Şar vd. (2012) tarafından yapılan Türkçe uyarlama çalışmasında ölçeğin Cronbach Alfa değerleri duygusal istismar için 0,87, fiziksel istismar için 0,89, fiziksel ihmal için 0,85, duygusal ihmal için 0,88, cinsel istismar için 0,80 ve ölçek geneli için 0,93 olarak hesaplanmıştır.

2.3.3. Genel Öz Yeterlik Ölçeği

Bireylerin genel öz yeterlik düzeylerini belirlemek amacıyla Scholz vd. (2002) tarafından geliştirilen ölçek, Aypay (2010) tarafından Türkçeye uyarlanmıştır. 10 maddeden oluşan 4'lü likert tipteki ölçekte yanıtlar 1-Kesinlikle uygun değil ile 4-Tümüyle uygun aralığında puanlanmaktadır. Herhangi bir ters kodlanmış maddenin bulunmadığı ölçek tek faktörlü yapıdadır. Ölçekten alınan toplam puanın ya da tüm maddelerin ortalamasının artması genel öz yeterlik düzeyinin arttığını göstermektedir. Aypay (2010) tarafından yapılan uyarlama çalışmasında ölçeğin Cronbach Alfa katsayısı 0,83 olarak hesaplanmıştır.

2.3.4. Travma Sonrası Büyüme Envanteri

Bireylerin travma sonrası psikolojik büyüme durumlarını belirlemek amacıyla Tedeschi ve Calhoun (1996) tarafından geliştirilen ölçek, Kağan vd. (2012) tarafından Türkçeye uyarlanmıştır. 21 maddeden oluşan 6'lı likert tipteki ölçekte yanıtlar 1-Hiçbir şekilde yaşamadım ile 6-Çok büyük ölçüde yaşadım aralığında puanlanmaktadır. Herhangi bir ters kodlanan maddenin bulunmadığı ölçekte benlik algısında değişim (5, 10, 11, 12, 13,

15, 16, 17, 18 ve 19 numaralı maddeler), yaşam felsefesinde değişim (1, 2, 3, 4, 7 ve 14 numaralı maddeler) ve başkalarıyla ilişkilerde değişim (6, 8, 9, 20 ve 21 numaralı maddeler) olmak üzere 3 faktör bulunmaktadır. Kağan vd. (2012) tarafından yapılan Türkçe uyarlama çalışmasında ölçeğin Cronbach Alfa katsayıları benlik algısında değişim için 0,88, yaşam felsefesinde değişim için 0,78, başkalarıyla ilişkilerde değişim için 0,77 ve ölçek geneli için 0,92 olarak hesaplanmıştır.

2.4. Verilerin Toplanması

Araştırma verilerinin toplanması için İstanbul Nişantaşı Enstitüsü Etik Kurul'unun 01/02/2024 tarih ve 2024/02 sayılı izni alınmıştır. Alınan bu izin doğrultusunda veri toplama aracı online formata dönüştürülmüş ve 13 Mart 2024-13 Nisan 2024 tarih aralığında katılımcılara ulaştırılmıştır. Katılımcılara anketin başında ankete ilişkin bilgi verilmiş ve gönüllü onam formunu doldurmaları istenmiştir. Araştırmaya katılmaya gönüllü olan ve gönüllü onam formunu imzalayan katılımcılar araştırmaya dahil edilmiştir. Anketin yanıtlama süresi ortalama 10-12 dakika aralığındadır.

2.5. Verilerin Analizi

Araştırma verilerinin analizinde SPSS 26.00 (Statistical Package for Social Sciences 26.00) programı kullanılmıştır. Veri analizlerinin ilk basamağında örnekleme ilişkin özellikler frekans ve yüzde cinsinden belirlenmiştir. Ardından diğer analiz basamaklarında kullanılacak analiz tekniklerinin belirlenmesi için araştırma değişkenlerinin normallik durumları Basıklık ve Çarpıklık düzeyleri üzerinden incelenmiştir. Elde edilen sonuçlar Tablo 1'de sunulmuştur.

Tablo 1. Değişkenlere İlişkin Betimleyici İstatistikler ve Güvenirlik Değerleri

	Aralık	$\bar{X}$	ss	Çarpıklık	Basıklık	Cronbach Alpha
Duygusal İstismar	1,00-5,00	1,65	0,78	0,59	1,43	0,82
Fiziksel İstismar	1,00-4,40	1,31	0,69	0,68	-0,97	0,84
Fiziksel İhmal	1,00-3,80	1,55	0,59	1,13	0,78	0,79
Duygusal İhmal	1,00-5,00	2,19	0,98	0,56	-0,61	0,88
Cinsel İstismar	1,00-5,00	1,41	0,67	0,83	1,44	0,86
Öz Yeterlik	1,00-4,00	3,08	0,54	-0,29	0,32	0,93
Benlik Algısında Değişim	0,00-5,00	3,10	1,19	-0,31	-0,51	0,91
Yaşam Felsefesinde Değişim	0,00-5,00	3,11	1,24	-0,37	-0,72	0,89
Başkalarıyla İlişkilerde Değişim	0,00-5,00	2,12	1,39	0,48	-0,67	0,86

Tablo 1’de Çocukluk Çağı Travmaları Ölçeği faktörlerinden duygusal istismarın ortalaması $1,65 \pm 0,78$, fiziksel istismarın ortalaması $1,31 \pm 0,69$, fiziksel ihmalin ortalaması $1,55 \pm 0,59$, duygusal ihmalin ortalaması $2,19 \pm 0,98$ ve cinsel istismarın ortalaması $1,41 \pm 0,67$ olarak hesaplanmıştır. Bununla birlikte Genel Öz Yeterlik Ölçeğinin ortalaması $3,08 \pm 0,54$ olarak bulunmuştur. Diğer taraftan Travma Sonrası Büyüme Envanteri faktörlerinden benlik algısında değişimin ortalaması $3,10 \pm 1,19$, yaşam felsefesinde değişimin ortalaması $3,11 \pm 1,24$ ve başkalarıyla ilişkilerde değişimin ortalaması ise $2,12 \pm 1,39$ ’dur.

Tüm araştırma değişkenleri için güvenilirlik katsayısı olarak Cronbach Alpha değerleri kontrol edilmiş ve bu değerlerin 0,79-0,93 aralığında olduğu görülmüştür. Bu sonuçlar araştırma değişkenlerinin güvenilirlik düzeylerinin yeterli olduğunu göstermektedir (Karasar, 2011).

Verilerin normal dağılımı için Tabachnick ve Fidell (2013) çarpıklık ve basıklık değerlerinin $\pm 1,5$ aralığında olması gerektiğini belirtmektedir. Mevcut araştırma değişkenleri için çarpıklık ve basıklık değerlerinin -0,97 ile 1,44 aralığında olduğu tespit edildiği için verilerin normal dağıldığına karar verilmiştir. Bu sonuçlar doğrultusunda araştırma değişkenleri arasındaki ilişkilerin belirlenmesi için Pearson korelasyon analizi ile birlikte basit doğrusal regresyon analizi kullanılmıştır. Değişkenlerin demografik özellik grupları arasında karşılaştırılması için Bağımsız örneklem t-test ile birlikte ANOVA ve Post Hoc testlerinden Tukey Test kullanılmıştır. Elde edilen bulgular %95 güven aralığında ve %5 anlamlılık düzeyinde değerlendirilmiştir.

ÜÇÜNCÜ BÖLÜM: BULGULAR

Bu bölümde araştırma bulgularına yer verilmiştir. Bulguların sunumunda öncelikle betimleyici istatistikler aktarılmış, ardından araştırma değişkenleri arasındaki korelasyonlara ve regresyon analizi sonuçlarına yer verilmiştir. Bulguların son bölümünde ise gruplar arası karşılaştırmalara ilişkin Bağımsız Örneklem t-test ve ANOVA sonuçları sunulmuştur.

3.1. Betimsel İstatistikler

Örneklemin cinsiyet, yaş, sınıf, anne eğitim düzeyi, baba eğitim düzeyi, kardeş sayısı, çalışma durumu ve geçmişte bir yakını ani bir şekilde kaybetme durumundan oluşan demografik özellikleri Tablo 2’de sunulmuştur.

Tablo 2. Örnekleme İlişkin Demografik Özellikler

Değişken		N	%
Cinsiyet	Kadın	270	64,9
	Erkek	146	35,1
Yaş	19 yaş ve altı	168	40,4
	20-22 yaş	138	33,2
	23 yaş ve üzeri	110	26,4
Sınıf	1. sınıf	108	26,0
	2. sınıf	171	41,1
	3. sınıf	69	16,6
	4. sınıf	68	16,3
Anne Eğitim Düzeyi	İlkokul	104	25,0
	Ortaokul	74	17,8
	Lise	140	33,7
	Üniversite	98	23,6
Baba Eğitim Düzeyi	İlkokul	91	21,9
	Ortaokul	80	19,2
	Lise	134	32,2
	Üniversite	111	26,7
Kardeş Sayısı	Tek çocuk	58	13,9
	1 kardeşi var	174	41,8
	2 kardeşi var	87	20,9
	3 ve daha fazla kardeşi var	97	23,3
Çalışma Durumu	Çalışmıyor	252	60,6
	Çalışıyor	164	39,4
Geçmişte Bir Yakını	Hayır	254	61,1
Kaybetme Durumu	Evet	162	38,9

Tablo 2’de yer alan bilgilere göre katılımcıların %64,9’u kadınlardan oluşmaktadır. Bununla birlikte katılımcıların %40,9 ile çoğunluğu 19 yaş ve altı, %41,1 ile çoğunluğu 2. sınıf öğrencisidir. Katılımcıların %33,7 ile çoğunluğunun annesi lise mezunu ve %32,2 ile çoğunluğun babası da lise mezunudur. Katılımcılar arasında %41,8 ile tek kardeşi olanlar çoğunluktadır. %60,6 ile çoğunluk gelir getiren herhangi bir işte çalışmamaktadır. Diğer taraftan yakınlarını beklenmedik bir zamanda kaybeden bireylerde oluşabilecek farklılıkları değerlendirmek için alınan geçmişte herhangi bir yakınının ani bir şekilde kaybeden katılımcıların oranı %38,9 olarak hesaplanmıştır.

3.2. Korelasyon Analizi Bulguları

Yöntem bölümünde belirtildiği üzere araştırma değişkenlerinin normal dağılım göstermesinden hareketle değişkenler arası ilişkilerin belirlenmesi için Pearson Korelasyon Analizi yapılmıştır. Korelasyon analizleri çocukluk çağı travmaları ile öz yeterlik, çocukluk çağı travmaları ile travma sonrası büyüme ve öz yeterlik ile travma sonrası büyüme arasındaki ilişkiler olmak üzere 3 basamakta yapılmıştır. Tablo 3’te çocukluk çağı travmaları ile öz yeterlik algısı arasındaki ilişkileri gösteren korelasyon analizi sonuçları yer almaktadır.

Tablo 3. Çocukluk Çağı Travmaları ile Öz Yeterlik Algısı Arasındaki İlişkiye Yönelik Korelasyon Analizi

	Öz Yeterlik
Duygusal İstismar	-0,243 ^{**}
Fiziksel İstismar	-0,212 ^{**}
Fiziksel İhmal	-0,224 ^{**}
Duygusal İhmal	-0,253 ^{**}
Cinsel İstismar	-0,155 ^{**}

^{**} $p < 0,01$ ve ^{*} $p < 0,01$

Tablo 3’te yer alan sonuçlara göre öz yeterlik ile duygusal istismar ($p=0,000$ ve $r=-0,243$), fiziksel istismar ($p=0,000$ ve $r=-0,212$), fiziksel ihmal ($p=0,000$ ve $r=-0,224$), duygusal ihmal ($p=0,000$ ve $r=-0,253$) ve cinsel istismar ($p=0,002$ ve $r=-0,243$) arasında düşük düzeyde ve negatif ilişkiler belirlenmiştir.

Tablo 4. Çocukluk Çağı Travmaları ile Travma Sonrası Büyüme Arasındaki İlişkiye Yönelik Korelasyon Analizi

	Benlik Algısında Değişim	Yaşam Felsefesinde Değişim	Başkalarıyla İlişkilerde Değişim
Duygusal İstismar	-,216**	-,211**	-,220**
Fiziksel İstismar	-,198**	-,219**	-,131**
Fiziksel İhmal	-,206**	-,232**	-,110*
Duygusal İhmal	-,296**	-,298**	-,261**
Cinsel İstismar	-,133**	-,126*	-,152**

** $p < 0,01$ ve * $p < 0,01$

Tablo 4'te yer alan sonuçlara göre benlik algısında değişim ile duygusal istismar ($p=0,000$ ve $r=-0,216$), fiziksel istismar ($p=0,000$ ve $r=-0,198$), fiziksel ihmal ($p=0,000$ ve $r=-0,206$), duygusal ihmal ($p=0,000$ ve $r=-0,296$) ve cinsel istismar ($p=0,007$ ve $r=-0,133$) arasında düşük düzeyde ve negatif ilişkiler belirlenmiştir. Bununla birlikte yaşam felsefesinde değişim ile duygusal istismar ($p=0,000$ ve $r=-0,211$), fiziksel istismar ($p=0,000$ ve $r=-0,219$), fiziksel ihmal ($p=0,000$ ve $r=-0,232$), duygusal ihmal ($p=0,000$ ve $r=-0,298$) ve cinsel istismar ($p=0,010$ ve $r=-0,126$) arasında düşük düzeyde ve negatif ilişkiler bulunmaktadır. Diğer taraftan başkalarıyla ilişkilerde değişim ile duygusal istismar ($p=0,000$ ve $r=-0,220$), fiziksel istismar ($p=0,007$ ve $r=-0,131$), fiziksel ihmal ($p=0,025$ ve $r=-0,110$), duygusal ihmal ($p=0,000$ ve $r=-0,261$) ve cinsel istismar ($p=0,002$ ve $r=-0,152$) arasında düşük düzeyde ve negatif ilişkiler görülmüştür.

Tablo 5. Öz Yeterlik ile Travma Sonrası Büyüme Arasındaki İlişkiye Yönelik Korelasyon Analizi

	Öz Yeterlik
Benlik Algısında Değişim	0,473**
Yaşam Felsefesinde Değişim	0,431**
Başkalarıyla İlişkilerde Değişim	0,300**

** $p < 0,01$ ve * $p < 0,01$

Tablo 5'te yer alan sonuçlara göre öz yeterlik ile benlik algısında değişim ($p=0,000$ ve $r=0,473$), yaşam felsefesinde değişim ($p=0,000$ ve $r=0,431$) ve başkalarıyla ilişkilerde değişim ($p=0,000$ ve $r=0,300$) arasında orta düzeyde ve pozitif ilişkiler belirlenmiştir.

3.3. Regresyon Analizi Bulguları

Regresyon analizi bulgularında öncelikle çocukluk çağı travmaları ve öz yeterlik algısının travma sonrası büyüme üzerindeki etkisi değerlendirilmiştir. Analizlerin ikinci

basamağında ise çocukluk çağı travmalarının öz yeterlik algısı üzerindeki etkisi incelenmiştir. Tablo 6’da çocukluk çağı travmaları ve öz yeterlik algısının benlik algısında değişim üzerindeki etkisi görülmektedir.

Tablo 6. Çocukluk Çağı Travmaları ve Öz Yeterliğin Benlik Algısında Değişim Üzerindeki Etkisine Yönelik Regresyon Bulguları

Bağımsız Değişken	B	sh	β	t	p	R ²	F	P (model)
Sabit	,735	,375		1,958	,051			
Duygusal İstismar	,032	,109	,021	,296	,768			
Fiziksel İstismar	-,102	,121	-,058	-,838	,403			
Fiziksel İhmal	,067	,123	,033	,545	,586	,247	23,687	0,000
Duygusal İhmal	-,240	,074	-,197	-3,267	,001			
Cinsel İstismar	,012	,094	,007	,124	,901			
Öz Yeterlik	,925	,097	,424	9,525	,000			

Tablo 6’da yer alan doğrusal regresyon analizi modelinde çocukluk çağı travmaları ve öz yeterlik bağımsız değişkenler, benlik algısında değişim ise bağımlı değişken olarak alınmıştır ve oluşturulan modelin anlamlı olduğu görülmüştür [$F(6, 409)=23,687$; $p<0,01$]. Çocukluk çağı travmaları ve öz yeterlik, benlik algısındaki varyansın %24,7’sini açıklamaktadır. Duygusal ihmal benlik algısında değişimi azaltırken ($\beta=-0,197$, $p<0,01$), öz yeterlik artırmaktadır ($\beta=0,424$, $p<0,01$).

Tablo 7. Çocukluk Çağı Travmaları ve Öz Yeterliğin Yaşam Felsefesinde Değişim Üzerindeki Etkisine Yönelik Regresyon Bulguları

Bağımsız Değişken	B	sh	β	t	p	R ²	F	P (model)
Sabit	1,050	,400		2,625	,009			
Duygusal İstismar	,088	,117	,055	,751	,453			
Fiziksel İstismar	-,197	,129	-,108	-1,519	,129			
Fiziksel İhmal	-,002	,131	-,001	-,013	,990	,229	20,286	0,000
Duygusal İhmal	-,247	,078	-,194	-3,153	,002			
Cinsel İstismar	,048	,100	,026	,484	,628			
Öz Yeterlik	,860	,103	,377	8,307	,000			

Tablo 7’de yer alan doğrusal regresyon analizi modelinde çocukluk çağı travmaları ve öz yeterlik bağımsız değişkenler, benlik algısında değişim ise bağımlı değişken olarak alınmıştır ve oluşturulan modelin anlamlı olduğu görülmüştür [$F(6, 409)=20,286$; $p<0,01$]. Çocukluk çağı travmaları ve öz yeterlik, yaşam felsefesinde değişime ilişkin

varyansın %20'sini açıklamaktadır. Duygusal ihmal yaşam felsefesinde değişimi azaltırken ($\beta=-0,194$, $p<0,01$), öz yeterlik artırmaktadır ($\beta=0,377$, $p<0,01$).

Tablo 8. Çocukluk Çağı Travmaları ve Öz Yeterliğin Başkalarıyla İlişkilerde Değişim Üzerindeki Etkisine Yönelik Regresyon Bulguları

Bağımsız Değişken	B	sh	β	t	p	R ²	F	P (model)
Sabit	,721	,472		1,528	,127			
Duygusal İstismar	-,187	,138	-,105	-1,355	,176			
Fiziksel İstismar	,125	,153	,061	,819	,413			
Fiziksel İhmal	,303	,154	,128	1,964	,050	,131	11,461	0,000
Duygusal İhmal	-,323	,092	-,227	-3,494	,001			
Cinsel İstismar	-,125	,118	-,061	-1,060	,290			
Öz Yeterlik	,636	,122	,249	5,210	,000			

Tablo 8’de yer alan doğrusal regresyon analizi modelinde çocukluk çağı travmaları ve öz yeterlik bağımsız değişkenler, benlik algısında değişim ise bağımlı değişken olarak alınmıştır ve oluşturulan modelin anlamlı olduğu görülmüştür [$F(6, 409)=11,461$; $p<0,01$]. Çocukluk çağı travmaları ve öz yeterlik, yaşam felsefesinde değişime ilişkin varyansın %13’ünü açıklamaktadır. Duygusal ihmal yaşam felsefesinde değişimi azaltırken ($\beta=-0,227$, $p<0,01$), öz yeterlik artırmaktadır ($\beta=0,249$, $p<0,01$).

Tablo 9. Çocukluk Çağı Travmalarının Öz Yeterlik Üzerindeki Etkisine Yönelik Regresyon Bulguları

Bağımsız Değişken	B	sh	β	t	p	R ²	F	P (model)
Sabit	3,505	,080		43,548	,000			
Duygusal İstismar	-,078	,056	-,112	-1,401	,162			
Fiziksel İstismar	-,024	,062	-,031	-,395	,693			
Fiziksel İhmal	-,063	,062	-,068	-1,007	,315	0,102	7,435	0,000
Duygusal İhmal	-,074	,037	-,133	-1,991	,047			
Cinsel İstismar	-,003	,048	-,004	-,067	,946			

Tablo 9’da yer alan doğrusal regresyon analizi modelinde çocukluk çağı travmaları bağımsız değişken, öz yeterlik algısı ise bağımlı değişken olarak alınmıştır ve oluşturulan modelin anlamlı olduğu görülmüştür [$F(5, 410)=7,435$; $p<0,01$]. Çocukluk çağı travmaları, öz yeterlik algısındaki değişime ilişkin varyansın %10’unu açıklamaktadır. Duygusal ihmal öz yeterlik algısını azaltmaktadır ($\beta=-0,133$, $p<0,05$).

3.4. Gruplar Arası Karşılaştırmalar

Bu bölümde katılımcıların çocukluk çağı travmaları, öz yeterlik ve travma sonrası büyüme düzeylerinin cinsiyet, yaş, anne eğitim düzeyi, baba eğitim düzeyi, kardeş sayısı, çalışma durumu ve geçmişte bir yakını ani şekilde kaybetme durumundan oluşan demografik özellik grupları arasında karşılaştırılmasına ilişkin analiz sonuçlarına yer verilmiştir. Tablo 10'da çocukluk çağı travmaları, öz yeterlik ve travma sonrası büyüme düzeylerinin cinsiyet grupları arasında karşılaştırılmasına ilişkin analiz sonuçları yer almaktadır.

Tablo 10. Çocukluk Çağı Travmaları, Öz Yeterlik ve Travma Sonrası Büyüme Düzeylerinin Cinsiyet Grupları Arasında Karşılaştırılmasına İlişkin Analiz Sonuçları

		N	$\bar{X}$	ss	t	p
Duygusal İstismar	Kadın	270	1,65	0,78	0,03	0,980
	Erkek	146	1,65	0,80		
Fiziksel İstismar	Kadın	270	1,24	0,56	-2,42	0,016
	Erkek	146	1,43	0,86		
Fiziksel İhmal	Kadın	270	1,46	0,51	-3,61	0,000
	Erkek	146	1,70	0,69		
Duygusal İhmal	Kadın	270	2,17	0,97	-0,58	0,563
	Erkek	146	2,23	1,01		
Cinsel İstismar	Kadın	270	1,43	0,69	1,06	0,289
	Erkek	146	1,36	0,66		
Öz Yeterlik	Kadın	270	3,03	0,49	-2,21	0,028
	Erkek	146	3,17	0,63		
Benlik Algısında Değişim	Kadın	270	3,15	1,10	1,07	0,284
	Erkek	146	3,01	1,35		
Yaşam Felsefesinde Değişim	Kadın	270	3,19	1,17	1,61	0,108
	Erkek	146	2,97	1,37		
Başkalarıyla İlişkilerde Değişim	Kadın	270	2,14	1,36	0,39	0,695
	Erkek	146	2,08	1,46		

Tablo 10'da yer alan bulgulara göre katılımcıların fiziksel istismar, fiziksel ihmal ve öz yeterlik düzeyleri cinsiyete göre farklılaşmaktadır ($p < 0,05$). Buna göre erkeklerin çocukluk çağındaki fiziksel istismar ve fiziksel ihmale maruz kalma durumları ile birlikte öz yeterlik düzeyleri kadınlardan anlamlı şekilde yüksektir.

Tablo 11. Çocukluk Çağı Travmaları, Öz Yeterlik ve Travma Sonrası Büyüme Düzeylerinin Yaş Grupları Arasında Karşılaştırılmasına İlişkin Analiz Sonuçları

		N	$\bar{X}$	ss	F	p
Duygusal İstismar	19 yaş ve altı	168	1,71	0,78	0,80	0,447
	20-22 yaş	138	1,60	0,73		
	23 yaş ve üzeri	110	1,63	0,84		
Fiziksel İstismar	19 yaş ve altı	168	1,26	0,64	0,84	0,433
	20-22 yaş	138	1,32	0,67		
	23 yaş ve üzeri	110	1,37	0,77		
Fiziksel İhmal	19 yaş ve altı	168	1,47	0,50	1,366	0,095
	20-22 yaş	138	1,57	0,56		
	23 yaş ve üzeri	110	1,63	0,73		
Duygusal İhmal	19 yaş ve altı	168	2,26	0,95	1,301	0,273
	20-22 yaş	138	2,08	0,91		
	23 yaş ve üzeri	110	2,23	1,10		
Cinsel İstismar	19 yaş ve altı	168	1,42	0,70	0,065	0,938
	20-22 yaş	138	1,40	0,67		
	23 yaş ve üzeri	110	1,40	0,66		
Öz Yeterlik	19 yaş ve altı	168	3,06	0,53	1,177	0,129
	20-22 yaş	138	3,09	0,56		
	23 yaş ve üzeri	110	3,08	0,54		
Benlik Algısında Değişim	19 yaş ve altı	168	3,05	1,15	1,881	0,057
	20-22 yaş	138	2,97	1,26		
	23 yaş ve üzeri	110	3,32	1,15		
Yaşam Felsefesinde Değişim	19 yaş ve altı	168	3,01	1,22	1,120	0,327
	20-22 yaş	138	3,12	1,29		
	23 yaş ve üzeri	110	3,24	1,24		
Başkalarıyla İlişkilerde Değişim	19 yaş ve altı	168	1,95	1,37	1,557	0,079
	20-22 yaş	138	2,15	1,39		
	23 yaş ve üzeri	110	2,34	1,43		

Tablo 11’de yer alan bilgilere göre katılımcıların çocukluk çağı travmaları alt boyutları, travma sonrası büyüme alt boyutları ve öz yeterlik düzeyleri yaşa göre farklılaşmamaktadır ($p>0,05$).

Tablo 12. Çocukluk Çağı Travmaları, Öz Yeterlik ve Travma Sonrası Büyüme Düzeylerinin Anne Eğitim Düzeyi Grupları Arasında Karşılaştırılmasına İlişkin Analiz Sonuçları

		N	$\bar{X}$	ss	F	p
Duygusal İstismar	İlkokul	104	1,59	0,69	0,644	0,587
	Ortaokul	74	1,65	0,75		
	Lise	140	1,64	0,82		
	Üniversite	98	1,74	0,86		
Fiziksel İstismar	İlkokul	104	1,19	0,48	1,569	0,196
	Ortaokul	74	1,29	0,69		
	Lise	140	1,36	0,74		
	Üniversite	98	1,38	0,78		
Fiziksel İhmal	İlkokul	104	1,46	0,52	1,415	0,238
	Ortaokul	74	1,60	0,55		
	Lise	140	1,54	0,65		
	Üniversite	98	1,61	0,61		
Duygusal İhmal	İlkokul	104	2,06	0,87	2,206	0,087
	Ortaokul	74	2,34	1,04		
	Lise	140	2,11	0,98		
	Üniversite	98	2,33	1,03		
Cinsel İstismar	İlkokul	104	1,37	0,66	1,982	0,116
	Ortaokul	74	1,31	0,57		
	Lise	140	1,40	0,68		
	Üniversite	98	1,54	0,75		
Öz Yeterlik	İlkokul	104	3,04	0,51	0,695	0,555
	Ortaokul	74	3,14	0,42		
	Lise	140	3,05	0,57		
	Üniversite	98	3,12	0,63		
Benlik Algısında Değişim	İlkokul	104	3,05	1,16	2,101	0,100
	Ortaokul	74	2,82	1,19		
	Lise	140	3,24	1,09		
	Üniversite	98	3,15	1,35		
Yaşam Felsefesinde Değişim	İlkokul	104	3,17	1,24	1,102	0,348
	Ortaokul	74	2,90	1,11		
	Lise	140	3,20	1,20		
	Üniversite	98	3,07	1,40		
Başkalarıyla İlişkilerde Değişim	İlkokul	104	2,12	1,29	1,787	0,149
	Ortaokul	74	1,79	1,34		
	Lise	140	2,24	1,40		
	Üniversite	98	2,18	1,51		

Tablo 12’de yer alan bilgilere göre katılımcıların çocukluk çağı travmaları alt boyutları, travma sonrası büyüme alt boyutları ve öz yeterlik düzeyleri anne eğitim düzeyine göre farklılaşmamaktadır ($p>0,05$).

Tablo 13. Çocukluk Çağı Travmaları, Öz Yeterlik ve Travma Sonrası Büyüme Düzeylerinin Baba Eğitim Düzeyi Grupları Arasında Karşılaştırılmasına İlişkin Analiz Sonuçları

		N	$\bar{X}$	ss	F	p
Duygusal İstismar	İlkokul	91	1,73	0,77	1,084	0,355
	Ortaokul	80	1,61	0,78		
	Lise	134	1,57	0,66		
	Üniversite	111	1,72	0,92		
Fiziksel İstismar	İlkokul	91	1,29	0,67	1,261	0,287
	Ortaokul	80	1,34	0,79		
	Lise	134	1,23	0,52		
	Üniversite	111	1,40	0,78		
Fiziksel İhmal	İlkokul	91	1,48	0,47	0,491	0,688
	Ortaokul	80	1,58	0,71		
	Lise	134	1,56	0,63		
	Üniversite	111	1,56	0,53		
Duygusal İhmal	İlkokul	91	2,30	0,94	1,540	0,203
	Ortaokul	80	2,00	0,90		
	Lise	134	2,19	0,99		
	Üniversite	111	2,24	1,04		
Cinsel İstismar	İlkokul	91	1,45	0,72	0,607	0,611
	Ortaokul	80	1,33	0,62		
	Lise	134	1,40	0,69		
	Üniversite	111	1,44	0,66		
Öz Yeterlik	İlkokul	91	3,14	0,51	1,519	0,209
	Ortaokul	80	3,14	0,48		
	Lise	134	3,01	0,59		
	Üniversite	111	3,08	0,56		
Benlik Algısında Değişim	İlkokul	91	2,99	1,24	0,479	0,697
	Ortaokul	80	3,20	1,04		
	Lise	134	3,13	1,27		
	Üniversite	111	3,07	1,16		
Yaşam Felsefesinde Değişim	İlkokul	91	2,94	1,28	1,175	0,319
	Ortaokul	80	3,30	1,13		
	Lise	134	3,13	1,32		
	Üniversite	111	3,09	1,21		
Başkalarıyla İlişkilerde Değişim	İlkokul	91	2,11	1,40	0,026	0,994
	Ortaokul	80	2,15	1,25		
	Lise	134	2,10	1,56		
	Üniversite	111	2,13	1,31		

Tablo 13'te yer alan bilgilere göre katılımcıların çocukluk çağı travmaları alt boyutları, travma sonrası büyüme alt boyutları ve öz yeterlik düzeyleri baba eğitim düzeyine göre farklılaşmamaktadır ($p>0,05$).

Tablo 14. Çocukluk Çağı Travmaları, Öz Yeterlik ve Travma Sonrası Büyüme Düzeylerinin Kardeş Sayısı Grupları Arasında Karşılaştırılmasına İlişkin Analiz Sonuçları

		N	$\bar{X}$	ss	F	p
Duygusal İstismar	Tek çocuk	58	1,64	0,67	0,221	0,882
	1 kardeşi var	174	1,62	0,82		
	2 kardeşi var	87	1,70	0,89		
	3 ve daha fazla kardeşi var	97	1,67	0,68		
Fiziksel İstismar	Tek çocuk	58	1,27	0,58	0,107	0,956
	1 kardeşi var	174	1,31	0,73		
	2 kardeşi var	87	1,34	0,79		
	3 ve daha fazla kardeşi var	97	1,31	0,57		
Fiziksel İhmal	Tek çocuk	58	1,54	0,54	1,921	0,069
	1 kardeşi var	174	1,64	0,52		
	2 kardeşi var	87	1,59	0,70		
	3 ve daha fazla kardeşi var	97	1,61	0,59		
Duygusal İhmal	Tek çocuk	58	2,36	1,04	2,033	0,109
	1 kardeşi var	174	2,08	0,99		
	2 kardeşi var	87	2,16	0,92		
	3 ve daha fazla kardeşi var	97	2,33	0,96		
Cinsel İstismar	Tek çocuk	58	1,47	0,44	1,449	0,228
	1 kardeşi var	174	1,36	0,69		
	2 kardeşi var	87	1,52	0,79		
	3 ve daha fazla kardeşi var	97	1,36	0,65		
Öz Yeterlik	Tek çocuk	58	3,09	0,54	0,020	0,996
	1 kardeşi var	174	3,08	0,59		
	2 kardeşi var	87	3,09	0,50		
	3 ve daha fazla kardeşi var	97	3,07	0,52		
Benlik Algısında Değişim	Tek çocuk	58	3,12	1,26	0,324	0,808
	1 kardeşi var	174	3,12	1,12		
	2 kardeşi var	87	3,15	1,19		
	3 ve daha fazla kardeşi var	97	2,99	1,29		
Yaşam Felsefesinde Değişim	Tek çocuk	58	3,30	1,19	0,539	0,656
	1 kardeşi var	174	3,08	1,22		
	2 kardeşi var	87	3,09	1,31		
	3 ve daha fazla kardeşi var	97	3,07	1,29		
Başkalarıyla İlişkilerde Değişim	Tek çocuk	58	1,96	1,51	0,906	0,438
	1 kardeşi var	174	2,04	1,30		
	2 kardeşi var	87	2,23	1,43		
	3 ve daha fazla kardeşi var	97	2,25	1,46		

Tablo 14'te yer alan bulgulara göre katılımcıların fiziksel istismar, fiziksel ihmal ve öz yeterlik düzeyleri kardeş sayısına göre farklılaşmamaktadır ($p>0,05$).

Tablo 15. Çocukluk Çağı Travmaları, Öz Yeterlik ve Travma Sonrası Büyüme Düzeylerinin Çalışma Durumu Grupları Arasında Karşılaştırılmasına İlişkin Analiz Sonuçları

		N	$\bar{X}$	ss	t	p
Duygusal İstismar	Çalışmıyor	252	1,69	0,83	1,211	0,226
	Çalışıyor	164	1,60	0,70		
Fiziksel İstismar	Çalışmıyor	252	1,27	0,68	-1,316	0,189
	Çalışıyor	164	1,37	0,69		
Fiziksel İhmal	Çalışmıyor	252	1,50	0,54	-1,997	0,056
	Çalışıyor	164	1,62	0,65		
Duygusal İhmal	Çalışmıyor	252	2,17	0,93	-0,463	0,644
	Çalışıyor	164	2,22	1,06		
Cinsel İstismar	Çalışmıyor	252	1,36	0,64	-1,604	0,110
	Çalışıyor	164	1,48	0,73		
Öz Yeterlik	Çalışmıyor	252	3,01	0,52	-3,208	0,001
	Çalışıyor	164	3,19	0,58		
Benlik Algısında Değişim	Çalışmıyor	252	3,08	1,11	-0,413	0,680
	Çalışıyor	164	3,13	1,31		
Yaşam Felsefesinde Değişim	Çalışmıyor	252	3,04	1,17	-1,312	0,190
	Çalışıyor	164	3,21	1,35		
Başkalarıyla İlişkilerde Değişim	Çalışmıyor	252	2,15	1,33	0,564	0,573
	Çalışıyor	164	2,07	1,49		

Tablo 15'te yer alan bulgulara göre katılımcıların öz yeterlik düzeyleri çalışma durumuna göre farklılaşmaktadır ($p < 0,05$). Buna göre gelir elde etmek için herhangi bir işte çalışan katılımcıların öz yeterlik düzeyleri, çalışmayan katılımcılardan anlamlı şekilde yüksektir.

Tablo 16. Çocukluk Çağı Travmaları, Öz Yeterlik ve Travma Sonrası Büyüme Düzeylerinin Geçmişte Herhangi Bir Yakını Ani Şekilde Kaybetme Durumuna Göre Karşılaştırılmasına İlişkin Analiz Sonuçları

		N	$\bar{X}$	ss	t	p
Duygusal İstismar	Hayır	254	1,57	0,73	-2,725	0,007
	Evet	162	1,79	0,84		
Fiziksel İstismar	Hayır	254	1,27	0,67	-1,588	0,113
	Evet	162	1,38	0,71		
Fiziksel İhmal	Hayır	254	1,48	0,57	-2,849	0,005
	Evet	162	1,65	0,61		
Duygusal İhmal	Hayır	254	2,07	0,91	-3,045	0,003
	Evet	162	2,38	1,06		
Cinsel İstismar	Hayır	254	1,39	0,70	-0,635	0,526
	Evet	162	1,43	0,65		
Öz Yeterlik	Hayır	254	3,10	0,54	0,817	0,414
	Evet	162	3,05	0,55		
Benlik Algısında Değişim	Hayır	254	3,13	1,23	0,785	0,433
	Evet	162	3,04	1,13		
Yaşam Felsefesinde Değişim	Hayır	254	3,08	1,28	-0,613	0,540
	Evet	162	3,16	1,20		
Başkalarıyla İlişkilerde Değişim	Hayır	254	2,19	1,40	1,372	0,171
	Evet	162	2,00	1,39		

Tablo 16’da yer alan bulgulara göre katılımcıların çocukluk çağında maruz kaldıkları duygusal istismar, fiziksel istismar, fiziksel ihmal ve duygusal ihmal düzeyleri, geçmişte herhangi bir yakını ani şekilde kaybetme durumuna göre farklılaşmaktadır ($p>0,05$). Buna göre geçmişte herhangi bir yakınıni ani şekilde kaybeden katılımcıların; duygusal istismar, fiziksel istismar, fiziksel ihmal ve duygusal ihmale maruz kalma düzeyleri, kaybetmeyen katılımcılardan anlamlı şekilde yüksektir.

SONUÇ VE TARTIŞMA

Bu araştırmada üniversite öğrencilerinde çocukluk çağı travmaları, öz yeterlik ve travma sonrası büyüme arasındaki ilişkiler incelenmiştir. Bununla birlikte öğrencilerin çocukluk çağı travmaları, öz yeterlik ve travma sonrası büyüme düzeylerinin cinsiyet, yaş, anne eğitim düzeyi, baba eğitim düzeyi, kardeş sayısı, çalışma durumu ve geçmişte bir yakını ani bir şekilde kaybetme durumundan oluşan sosyo-demografik özelliklere göre farklılaşma durumu değerlendirilmiştir. Yapılan literatür taramasında mevcut araştırmanın 3 değişkenini bir arada değerlendiren herhangi bir çalışmaya rastlanmamıştır. Sonuç ve tartışma bölümünde mevcut araştırmadan elde edilen bulgular literatürde yer alan geçmiş çalışma sonuçları ile karşılaştırılmış, bulgular çerçevesinde öneriler sunulmuştur.

Sosyodemografik Değişkenlerle Bağımlı Değişkenler Arasındaki İlişkiye Dair Bulguların Değerlendirilmesi

Araştırma kapsamında yapılan çocukluk çağı travma düzeylerinin cinsiyet grupları arasında karşılaştırılması sonuçlarına göre erkek katılımcıların fiziksel istismar ve fiziksel ihmal düzeylerinin kadınlardan yüksek olduğu belirlenmiştir. Erkek katılımcıların fiziksel istismar ve fiziksel ihmal düzeylerinin kadınlardan yüksek olduğu bulgusunun ortaya çıkmasında, toplumsal cinsiyet rollerine bağlı olarak erkek çocuklarının daha fazla fiziksel disiplin ve ihmal yaşama olasılığının yüksek olmasının etkili olduğu düşünülmektedir. Konu hakkında literatürde yer alan çalışmaların bulgularında çelişkili sonuçlar bulunmaktadır. Bu çalışmalardan Kubin Mete (2023), mevcut araştırma bulgusuna paralel şekilde erkeklerin fiziksel ihmal düzeylerinin kadınlardan yüksek olduğunu belirlerken, fiziksel ihmal yönünden cinsiyet grupları arasında anlamlı bir farklılık olmadığı sonucuna ulaşmıştır. Kızıltepe (2021) tarafından yapılan bir diğer çalışmada tüm ihmal ve istismar türlerine erkeklerin daha fazla maruz kaldığı belirlenmiştir. Altunpul (2022) tarafından yapılan bir diğer çalışmada ise çocukluk çağı travmalarından sadece cinsel istismarın kadınlarda daha yüksek olduğu, diğer ihmal ve istismar türlerinin ise cinsiyet grupları arasında farklılaşmadığı tespit edilmiştir. Çavuşoğlu (2020) ve Kourt (2011) çalışmalarında da çocukluk çağı travmalarının cinsiyete göre farklılaşmadığı sonucuna ulaşılmıştır. Literatürde yer alan bu farklı sonuçların seçilen örneklemin özellikleri ve travmaya maruziyet durumları ile

değişkenlik gösterdiği düşünülmektedir. Bu noktada hem mevcut araştırmanın hem de literatürdeki geçmiş çalışmaların örneklemelerinde yer alan ihmal ve istismar öyküsüne sahip olan ve olmayan bireylerin heterojen dağılımının söz konusu bulguları ortaya çıkardığı söylenebilir. Araştırmanın bir diğer bulgusuna göre erkeklerin öz yeterlik düzeyleri kadınlardan yüksek bulunmuştur. Önceki bulguya benzer şekilde erkeklerin daha yüksek öz yeterlik düzeyini sahip olmasının gerekçesinin de toplumsal cinsiyet normları ile temellendiği, erkeklerin kendine güven ve bağımsızlık gibi özellikleri daha fazla geliştirmelerine olanak tanıyan Türk toplumu özellikleri ile bağlantılı olduğu düşünülmektedir.

Dolapçı ve Demirtaş Yıldız (2016) tarafından öğretmen adayları ile yapılan çalışmada da benzer şekilde erkek öğrencilerin genel öz yeterlik düzeyleri anlamlı şekilde yüksek bulunmuştur. Demirtaş vd. (2011) tarafından yapılan bir diğer çalışmada da erkek üniversite öğrencilerinin genel öz yeterlik düzeylerinin kadın öğrencilerden yüksek olduğu tespit edilmiştir. Bu sonuçlar mevcut bulgunun literatüre paralel olduğunu ortaya koymaktadır. Cinsiyet grupları arasında karşılaştırılan bir diğer değişken olan travma sonrası büyüme düzeyi açısından kadın ve erkek üniversite öğrencileri arasında anlamlı bir farklılık bulunamamıştır. Travmatik deneyimlerin ardından kişisel gelişim ve dönüşüm süreçlerinin, bireysel farklılıklar ve destek sistemleri gibi faktörlerden etkilenmesine rağmen, cinsiyetler arası önemli bir farklılık yaratmaması, travma sonrası büyümenin temel psikolojik dinamiklerinin cinsiyetten bağımsız olarak benzer biçimde işlemesi ile açıklanabilir. Konu hakkında yapılan çalışmalardan Çimen (2020), travma sonrası büyümenin cinsiyetler arasında benzer olduğu sonucuna ulaşmıştır. Cundiff (2023) tarafından yapılan bir diğer çalışmada da partner şiddetine maruz kalan bireylerde travma sonrası büyüme düzeyinin kadın ve erkekler arasında anlamlı şekilde farklılaşmadığı belirlenmiştir. Literatürdeki bu bulgular, mevcut araştırma sonuçları ile paralellik göstermektedir.

Mevcut araştırmanın üniversite öğrencileri 18-26 yaş aralığında olup, tümü lisans eğitimi görmektedir. Yaş ve sınıf değişkenlerinin benzer amaca hizmet etmesinden dolayı araştırma kapsamında çocukluk çağı travmaları, öz yeterlik ve travma sonrası büyüme düzeyleri sadece yaş açısından karşılaştırılmıştır. Yapılan analizler sonucunda çocukluk çağı travmaları, öz yeterlik ve travma sonrası büyüme düzeylerinin yaşa göre anlamlı farklılık göstermediği sonucuna ulaşılmıştır. Çocukluk çağı travmalarının yaşa

göre anlamlı farklılık göstermemesi, bu tür travmatik deneyimlerin zamana bağlı olarak değişmemesiyle açıklanabileceği ve buna göre çocuklukta yaşanan travmaların etkilerinin uzun süreli ve kalıcı olabileceği değerlendirilmektedir. Diğer taraftan öz yeterlik duygusunun yaşa göre farklılaşmamasında öz yeterlik duygusunun erken yaşlarda gelişen düzeyinin uzun süreli etkili olduğu düşünülmektedir. Travma sonrası büyüme açısından ise bireylerin yaşadığı travmalardan sonra yaşadıkları kişisel gelişim ve dönüşüm süreçlerinin her dönemde benzer etkiler yaratabildiği ve belirli yaş gruplarında daha fazla veya daha az gerçekleşmediği ifade edilebilir. Bununla birlikte her üç bulgu için de üniversite öğrencilerinin benzer yaşlara sahip olmasının rolünün etkin olduğu düşünülmektedir. Konu hakkında literatürde yer alan çalışmalardan Köroğlu (2023) hemşirelik bölümü öğrencilerinde çocukluk çağı travmalarının yaşa göre farklılaşmadığını, Aydın (2003) tarafından yapılan çalışmada da 18-25 yaş aralığındaki bireylerde çocukluk çağı travmalarının yaşa göre farklılaşmadığı sonuçlarına ulaşılmıştır. Özpulat (2016) tarafından yapılan çalışmada lisans öğrencilerinin sınıf düzeylerine göre genel öz yeterlik düzeylerinin farklılaşmadığı belirlenirken, Atasoy vd. (2023) tarafından yapılan çalışmada da üniversite öğrencilerinin yaşları ile genel öz yeterlikleri arasında anlamlı ilişki bulunamamıştır. Jónsdóttir vd. (2023) ile Kurtoğlu ve Gökkaya (2023) tarafından üniversite öğrencileri ile yapılan çalışmalarda da mevcut araştırma bulgusuna paralel şekilde travma sonrası büyümenin yaş ile ilişkili olmadığı sonucuna ulaşılmıştır. Bu sonuçlar mevcut araştırma bulgusunun literatüre paralel olduğunu göstermektedir.

Araştırmadan elde edilen bir diğer bulguya göre çocukluk çağı travmaları, öz yeterlik ve travma sonrası büyüme düzeyleri anne ya da baba eğitim düzeyine göre farklılaşmamaktadır. Her 3 değişken için de ebeveynlerin eğitim düzeyinin anlamlı farklılık yaratmamasının temelinde aile içi dinamikler ve çocukların yetiştirme tarzlarının benzerliğinin daha etkin olduğu düşünülmektedir. Bununla birlikte katılımcıların benzer travma öykülerine sahip olması da bu sonuçları ortaya çıkarmış olabilir. Literatürdeki çalışmalardan Sayın ve Karaaziz (2024) üniversite öğrencilerinin anne eğitim düzeylerine göre çocukluk çağı travmalarının farklılaşmadığı sonucuna ulaşmıştır. Durmuş (2021) tarafından yapılan bir diğer çalışmada da çocukluk çağı travmalarının baba eğitim düzeyine göre farklılaşmadığı belirlenmiştir. Kanat (2018) ve Türkdogan (2021) tarafından yapılan çalışmalarda ise üniversite öğrencilerinin genel öz yeterlik

düzeylerinin anne ya da baba eğitim düzeyine göre farklılaşmadığı sonucu elde edilmiştir. Diğer taraftan Gülbaş (2022) çalışmasında anne ya da baba eğitim düzeylerinin öğrencilerin travma sonrası büyüme düzeyleri üzerinde anlamlı etkisi olmadığını belirlemiştir. Literatürde yer alan tüm bu sonuçlar mevcut araştırma bulgularını desteklemektedir.

Araştırmanın bir diğer bulgusuna göre çocukluk çağı travmaları, öz yeterlik ve travma sonrası büyüme düzeyleri kardeş sayısına göre farklılaşmamaktadır. Çocukluk çağı travmalarına ilişkin bu bulgunun, çocukluk çağı travmalarının daha çok ebeveyn-çocuk ilişkileri, aile içi dinamikler ve bireysel deneyimlerden kaynaklandığını, kardeş sayısının bu tür travmatik deneyimlerin ortaya çıkmasında belirleyici bir faktör olmadığını işaret ettiği söylenebilir. Bununla birlikte kardeş sayısının bireylerin öz yeterlik duygularının gelişiminde belirleyici bir rol oynamaması, öz yeterlik gelişiminin daha çok bireyin kendi yeteneklerini keşfetmesi ve bu yetenekleri kullanma fırsatları bulabileceği ile ilişkili olduğunu göstermektedir. Travma sonrası büyüme düzeylerinin kardeş sayısına göre farklılaşmaması, travma sonrası kişisel gelişim ve dönüşüm süreçlerinin daha çok bireysel psikolojik dayanıklılığı ve travmayı anlamlandırma kapasitesi ile ilişkili olduğunu açıklanabilir. Zeren vd. (2012) ile Çağatay (2014) tarafından üniversite öğrencileri ile yapılan çalışmalarda da mevcut bulguya paralel şekilde çocukluk çağı travmalarının kardeş sayısına göre farklılaşmadığı belirlenmiştir. Yentür Doni vd. (2009) ile Gül ve Adıgüzel (2015) tarafından üniversite öğrencileri ile yapılan çalışmalarda ise öz yeterlik düzeylerinin kardeş sayısına göre farklılaşmadığı tespit edilmiştir. Baştuğ ve Arslantaş (2021) tarafından yapılan çalışmada ise travma sonrası büyüme düzeyinin kardeş sayısına göre farklılaşmadığı belirlenmiştir. Bu sonuçlar mevcut araştırma bulgularının literatüre paralel olduğunu göstermektedir.

Araştırmanın bir diğer bulgusuna göre çocukluk çağı travmaları ve travma sonrası büyüme gelir getirecek herhangi bir işte çalışma durumuna göre farklılaşmamaktadır. Çocukluk çağı travmalarının geçmişte yaşanmış bir olay olması ve sonrasındaki sosyo-demografik özelliklerden etkilenmemesi beklentisi çerçevesinde çalışma durumunun herhangi bir rolünün olmadığı söylenebilir. Bununla birlikte travma sonrası büyümede çalışma durumuna göre farklılığın görülmemesi de travma sonrası kişisel gelişim ve dönüşüm süreçlerinin bireyin iş durumundan bağımsız olarak işlediğini düşündürmektedir. Tüccaroğlu (2021) tarafından üniversite öğrencileri ile yapılan

çalışmada da mevcut bulguya paralel şekilde çocukluk çağı travmalarının çalışma durumuna göre farklılaşmadığı belirlenmiştir. Literatürde travma sonrası büyümenin çalışma durumuna göre farklılaşmasını üniversite öğrencileri örnekleminde inceleyen herhangi bir çalışma bulunmamakla birlikte, Keskin ve Yağmur (2024) tarafından özel gereksinime sahip çocuğu bulunan anneler ve Şimşek Arslan (2017) tarafından psikiyatri kliniğinde yatan hastalar ile yapılan çalışmalarda da mevcut araştırma bulgusuna paralel şekilde travma sonrası büyümenin çalışma durumuna göre farklılaşmadığı belirlenmiştir. Bu sonuçlar mevcut araştırma bulgularının literatüre paralel olduğunu ortaya koymaktadır.

Araştırmanın bir diğer bulgusuna göre gelir getirecek herhangi bir işte çalışan üniversite öğrencilerinin öz yeterlik düzeylerinin, çalışmayan öğrencilerden yüksek olduğu belirlenmiştir. Bu bulgunun ortaya çıkmasında iş deneyiminin bireysel sorumluluk alma, problem çözme ve yeteneklerini uygulama fırsatları sağlayarak özgüven ve yeterlik duygularını artırmasının etkili olduğu düşünülmektedir. Çalışmak, öğrencilere bağımsızlık kazandırır ve kendi becerilerini test edip geliştirebilecekleri pratik ortamlar sunarak, bireylerin kendilerine olan güvenlerini artırarak öz yeterlik düzeylerinin yükselmesini sağlayabilir. Valero vd. (2015) tarafından öğrenciler ile yapılan bir çalışmada bu bulguya paralel şekilde mesleğinde çalışan katılımcıların genel öz yeterlik inançlarının yüksek olduğu belirlenmiştir. Emül (2024) tarafından yapılan bir diğer çalışmada da benzer şekilde çalışan bireylerin genel öz yeterlik düzeylerinin çalışmayanlardan anlamlı şekilde yüksek olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Bu sonuçlar mevcut araştırma bulgusunun literatüre paralel olduğunu ortaya koymaktadır.

Araştırmanın bir diğer bulgusuna göre geçmişte herhangi bir yakınıni ani bir şekilde kaybeden üniversite öğrencilerinin duygusal istismar, fiziksel istismar, fiziksel ihmal ve duygusal ihmal düzeylerinin yüksek olduğu belirlenmiştir. Bu bulgu, ani kayıpların çocuklukta yaşanan travmatik deneyimlerle birleşerek bireyin genel travma düzeyini artırmasıyla açıklanabilir. Yakın birini ani bir şekilde kaybetmek, özellikle çocukluk döneminde yaşandığında, bireyin güvenlik ve bağlanma duygularını sarsar ve var olan travmatik deneyimlerin etkisini derinleştirebilir (Kardaş ve Tanhan, 2018). Bununla birlikte yaşanan ani kayıplara bağlı olarak aile içi destek mekanizmaları zayıflayarak çocukta ihmal ve istismar yaşantılarının ortaya çıkması muhtemeldir. Özellikler, ani kayıpların yarattığı stres ve travma, aile üyeleri arasında duygusal istismar ve fiziksel

istismar vakalarının artmasına da yol açabilir. Bu bulguya paralel şekilde Kılınç vd. (2023) tarafından yapılan çalışmada çocukluk çağı fiziksel travmaların ani yakın kayıpları ile ilişkili olduğu belirlenmiştir. Bülbul vd. (2013) tarafından yapılan bir diğer çalışmada da çocuklukta anne ya da baba kaybı yaşayan bireylerde ihmal ve istismar öyküsünün daha yüksek olduğu belirlenmiştir. Bu sonuçlar mevcut araştırma bulgusunu desteklemektedir.

Araştırmanın bir diğer bulgusuna göre üniversite öğrencilerinin öz yeterlik ve travma sonrası büyüme düzeylerinin herhangi bir yakını ani bir şekilde kaybetme durumuna göre farklılaşmadığı belirlenmiştir. Bu bulgunun ortaya çıkmasında yaşanan kaybın çocukluk dönemi için bir travma yaratmamış olması ile birlikte eğer bir travma öyküsü varsa bile bireyin kendi iç kaynakları ya da sosyal destek mekanizmalarını kullanarak bu sürecin üstesinden gelmesinin etkili olduğu söylenebilir. Literatürde konuya ilişkin herhangi bir çalışmaya rastlanmamıştır.

Bağımlı Değişkenler Arasındaki İlişkiye Dair Bulguların Tartışılması

Araştırma kapsamında yapılan korelasyon analizi sonuçlarına göre çocukluk çağı travmalarının tüm boyutlarının (duygusal istismar, fiziksel istismar, fiziksel ihmal, duygusal ihmal ve cinsel istismar) travma sonrası büyüme faktörlerinin tümü (benlik algısında değişim, yaşam felsefesinde değişim ve başkaları ile ilişkilerde değişim) ile negatif yönlü ilişkili olduğu, öz yeterlik düzeyinin ise travma sonrası büyüme ile pozitif ilişkili olduğu belirlenmiştir. Bununla birlikte yapılan regresyon analizinde çocukluk çağı travmaları ve öz yeterliğin travma sonrası büyüme faktörlerinin tümü (benlik algısında değişim, yaşam felsefesinde değişim ve başkaları ile ilişkilerde değişim) üzerinde ayrı ayrı anlamlı etkiler yarattığı belirlenmiştir. Buna göre duygusal ihmal travma sonrası büyümeyi azaltırken, öz yeterlik artırmaktadır. Çocukluk çağı travmalarının tüm boyutlarının (duygusal istismar, fiziksel istismar, fiziksel ihmal, duygusal ihmal ve cinsel istismar) travma sonrası büyüme ile negatif yönlü ilişkili olması, bu tür travmatik deneyimlerin bireyin yaşamında derin ve kalıcı olumsuz etkiler bırakabileceğini ve bu etkilerin bireyin travma sonrası kişisel gelişim ve olumlu değişim süreçlerini engelleyebileceğini göstermektedir. Travmatik deneyimler, bireylerin içsel kaynaklarını tüketebilir, kendilerine olan güvenlerini sarsabilir ve travmatik olayları anlamlandırma kapasitelerini zayıflatarak, travma sonrası büyümenin gerçekleşmesini

zorlaştırabilir. Sevinç Yalçın (2022) tarafından üniversite öğrencileri ile yapılan çalışmada, çocukluk çağı travmalarının, travma sonrası büyümenin her 3 boyutuyla da negatif ilişkili olduğu belirlenmiştir. Yücel ve Öztürk (2021) tarafından evli çiftler ile yapılan araştırmada da çocukluk çağı travmalarının travma sonrası büyümeyi azalttığı belirlenmiştir. Özdemir (2023) tarafından romantik ilişkisi olan bireyler ile yapılan çalışmada da çocukluk çağı travmalarının travma sonrası büyümeyi azalttığı belirlenmiştir. Terzi (2024) tarafından psikiyatri kliniğinde tedavi gören kadınlar ile yapılan bir diğer çalışmada da çocukluk çağı travmaları ile travma sonrası büyüme arasında negatif ilişki olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Bu sonuçlar mevcut araştırma bulgusunun literatüre paralel olduğunu göstermektedir.

Araştırmanın diğer bulgusunda ortaya çıkan öz yeterlik düzeyinin travma sonrası büyüme ile pozitif ilişkili olması, bireylerin kendilerine olan güvenlerinin ve yeteneklerine olan inançlarının, travmatik deneyimlerden sonra olumlu değişim ve kişisel gelişim yaşamalarına yardımcı olduğunu göstermektedir. Yüksek öz yeterlik, bireylerin zorluklarla daha etkili bir şekilde başa çıkmalarını, sorunları çözmelerini ve travmalardan ders çıkararak büyümelerini sağlayabilmektedir. Zeng vd. (2021) tarafından üniversite öğrencileri ile yapılan çalışmada öz yeterlik ile travma sonrası büyüme arasında pozitif ilişki belirlenmiştir. Erkoyuncu ve Kandemir (2022) tarafından yetişkinler ile yapılan çalışmada öz yeterliğin travma sonrası büyümeyi artırdığı tespit edilmiştir. Ceylan (2020) tarafından şiddet gören kadınlar ile yapılan çalışmada da öz yeterlik ile travma sonrası büyüme arasında pozitif ilişki belirlenmiştir. Akbay Safi (2020) tarafından Türkiye’de yaşayan Suriyeli mülteciler ile yapılan bir diğer çalışmada öz yeterliğin travma sonrası büyümeyi artırdığı sonucuna ulaşılmıştır. Bu sonuçlar mevcut araştırma bulgularının literatüre paralel olduğunu göstermektedir.

Araştırmanın bir diğer bulgusuna göre çocukluk çağı travmalarının tüm boyutları (duygusal istismar, fiziksel istismar, fiziksel ihmal, duygusal ihmal ve cinsel istismar) öz yeterlik ile negatif ilişkilidir. Regresyon analizi sonucuna göre ise çocukluk çağı travmalarının öz yeterliğe ilişkin varyansın %10’unu açıkladığı, çocukluk çağı travması faktörlerinden duygusal ihmalin negatif anlamı etkisinin olduğu belirlenmiştir. Bu sonuçlar, travmatik deneyimlerin bireylerin kendi yeteneklerine ve kapasitelerine duydukları güveni zayıflattığını göstermektedir. Çocuklukta maruz kalınan istismar ve ihmal, bireylerin kendilerine olan inançlarını ve karşılaştıkları zorluklarla başa

çıkabilme kapasitelerini olumsuz yönde etkilemektedir. Travmatik deneyimler, bireylerin öz yeterlik düzeylerinin düşmesine neden olacak ve bu durum, bireylerin yaşamlarındaki çeşitli zorluklarla başa çıkma yeteneklerini kısıtlayacaktır. Bu bulguya paralel şekilde Çavuş (2023) tarafından üniversite öğrencileri ile yapılan çalışmada, çocukluk çağı ihmal ve istismar yaşantılarının öz yeterlik üzerinde negatif etki yarattığı belirlenmiştir. Bağcı ve Atak (2022) tarafından yine üniversite öğrencileri ile yapılan çalışmada da çocukluk çağı travmalarının öz yeterlik ile negatif ilişkili olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Urcuyo vd. (2024) tarafından Latin üniversite öğrencileri ile yapılan çalışmada da çocukluk çağı travmalarının genel öz yeterliği azalttığı sonucu elde edilmiştir. Çetiner Bacak (2023) tarafından 1-3 yaş arasında çocuğa sahip anneler ile yapılan çalışmada da çocukluk çağı travmaları ile öz yeterlik arasında negatif ilişki belirlenmiştir. Bu sonuçlar mevcut araştırma bulgusunun literatüre paralel olduğunu göstermektedir.

Öneriler

Araştırmacılara Yönelik Öneriler

Mevcut araştırmanın üniversite öğrencileri örneklemini ile sınırlandırılmış olması dikkate alınarak, sonraki çalışmalarda farklı örneklemeler ile mevcut araştırma modelinin tekrar test edilmesi önerilmektedir. Özellikle çocukluk çağı travması öyküsü olan ve olmayan örneklemeler arasında yapılacak öz yeterlik ve travma sonrası büyüme karşılaştırmalarının önemli olduğu düşünülmektedir.

Araştırmanın klinik olmayan bir örneklem ile sınırlandırılması dikkate alınarak sonraki çalışmalarda klinik örneklemeler ile araştırma modelinin tekrar test edilmesi önerilmektedir. Deprem, savaş ya da ebeveyn kaybı yaşama gibi travmatik olaylara maruz kalan örneklemeler ile çalışılmasının, çocukluk çağı travmalarının etkisini daha belirginleştireceği düşünülmektedir.

Demografik özellikler açısından oluşturulan gruplar arasında sayısal anlamda homojenlik sağlanamadığı dikkate alınarak sonraki çalışmalarda homojen grupların kurulması önerilmektedir. Bu sayede sonuçların genellenebilirliğinin artırılabilceği düşünülmektedir.

Araştırma kapsamında çocukluk çağı travmaları ve öz yeterliğin bağımsız, travma sonrası büyümenin ise bağımlı değişken olarak ele alındığı, doğrusal ilişkiler ile

sınırlandırılmış bir araştırma modeli kullanılmıştır. Bu sınırlılık çerçevesinde sonraki çalışmalarda dolaylı etkilerin de test edilmesi önerilmektedir. Özellikler çocukluk çağı travmalarının travma sonrası büyüme üzerindeki etkisinde öz yeterlik algısının aracı ve düzenleyici rollerinin belirlenmesi önerilmektedir.

Mevcut araştırmanın bir diğer önemli sınırlılığı da katılımcılar arasında travma öyküsünün üzerinden geçen yıl sayısının dikkate alınmamış olmamasıdır. Bu sınırlılık dikkate alınarak sonraki çalışmalarda çocukluk çağı travması üzerinden geçen sürenin dikkate alınması önerilmektedir.

Uzun süreli takip çalışmaları ile çocukluk çağı travmalarının uzun vadeli etkileri ve travma sonrası büyümenin sürdürülebilirliği incelenebilir.

Çocukluk çağı travmalarının ve öz yeterliliğin etkilerini farklı yaş grupları, sosyoekonomik durumlar ve kültürel bağlamlar içinde inceleyen geniş kapsamlı araştırmalar yapılabilir.

Uygulayıcılara Yönelik Öneriler

Duygusal ihmalin etkilerini azaltmak için ebeveynlere yönelik eğitim programları düzenlenebilir. Ebeveynlerin, çocukların duygusal ihtiyaçlarını fark etmeleri ve bu ihtiyaçlara duyarlı bir şekilde yanıt vermeleri desteklenebilir.

Okullarda, çocukların duygusal ihtiyaçlarını karşılayacak ve onları destekleyecek programlar ve etkinlikler geliştirilebilir. Öğretmenler ve okul psikologları, duygusal ihmalin olumsuz etkilerini azaltmak için öğrencilerle birebir çalışılabilir.

Son olarak bireylerin çocukluk çağı travmalarının etkisine uzun dönemli maruziyetini engellemek için toplumsal düzeyde koruyucu ve güçlendirici grup çalışmalarının yapılması önerilmektedir. Özellikle eğitim kurumlarının aktif rol aldığı çalışmalarının etkin olacağı düşünülmektedir.

KAYNAKLAR

- Acehan, S., Bilen, A., Ay, M. O., Gülen, M., Avci, A., & İçme, F. (2013). Çocuk istismarı ve ihmalinin değerlendirilmesi. *Arşiv Kaynak Tarama Dergisi*, 22(4), 591-614.
- Afifi, T. O., Fortier, J., Sareen, J., & Taillieu, T. (2019). Associations of harsh physical punishment and child maltreatment in childhood with antisocial behaviors in adulthood. *JAMA network open*, 2(1), e187374-e187374.
- Afifi, T. O., Sareen, J., Fortier, J., Taillieu, T., Turner, S., Cheung, K., & Henriksen, C. A. (2017). Child maltreatment and eating disorders among men and women in adulthood: Results from a nationally representative United States sample. *International journal of eating disorders*, 50(11), 1281-1296.
- Ahmadi, M., Shariat Bagheri, M. M., Rezaei, M., & Khazaei, S. (2023). Predicting the Depression Symptoms by Childhood Traumas in Male Students. *Journal of Psychological Studies*, 18(4), 19-29.
- Akbay Safi, S. (2020). *Post-traumatic growth and related factors among adult syrian refugees living in Turkey*. (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi). İstanbul Bilgi Üniversitesi Lisansüstü Programlar Enstitüsü, İstanbul.
- Altunpül, N. (2022). *Üniversite öğrencilerinin çocukluk çağı istismarı ve ihmali ile suça yönelik tutumları arasındaki ilişkinin incelenmesi*. (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi). Necmettin Erbakan Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Konya.
- Angelakis, I., & Gooding, P. (2021). Adverse social relationships in childhood: are there links with depression, obsessive-compulsive disorder and suicidality in adulthood?. *Child Psychiatry & Human Development*, 52(5), 945-956.
- APA (American Psychiatric Association, Amerikan Psikiyatri Birliği) (2014). *Ruhsal bozuklukların tanısı ve sayımsal el kitabı* (5. bs.) (E. Koroğlu, Çev.). Ankara: Hekimler Yayın Birliği.
- Aral, N., & Gürsoy, F. (2001). Çocuk hakları çerçevesinde çocuk ihmal ve istismarı. *Milli Eğitim Dergisi*, 151(5), 27-54.
- Atasoy, M., Altun Ekiz, M., & Bolat, K. (2023). Spor bilimleri fakültesi öğrencilerinin genel öz yeterlilik düzeyleri ile sınav kaygısı arasındaki ilişkinin belirlenmesi. *Uluslararası Eğitim Bilimleri Dergisi*, 10(34), 283-303.
- Aydın, O. (2003). 18-25 Yaş Grubu Erkeklerde Çocukluk Çağı Örselenme Yaşantısının İncelenmesi. *Marmara Üniversitesi Atatürk Eğitim Fakültesi Eğitim Bilimleri Dergisi*, 18(18), 7-20.
- Aypay, A. (2010). Genel Öz Yeterlik Ölçeği'nin (GÖYÖ) Türkçeye uyarlama çalışması. *İnönü Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 11(2), 113-132.
- Bağcı, A. G., & Atak, H. (2022). Üniversite öğrencilerinde çocukluk çağı ruhsal travmaları, eylemlilik ve psikolojik sağlamlık arasındaki ilişkiler. *Muş Alparslan Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 2(1), 104-122.

- Bağcı, A. G., & Atak, H. (2022). Üniversite öğrencilerinde çocukluk çağı ruhsal travmaları, eylemlilik ve psikolojik sağlamlık arasındaki ilişkiler. *Muş Alparslan Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 2(1), 104-122.
- Bandura A. (2001a). Social cognitive theory: an agentic perspective. *Annual Review of Psychology*, 52, 1–26.
- Bandura, A. (1977a). Self-efficacy: Toward a unifying theory of behavioral change. *Psychological Review*, 84(2), 191–215.
- Bandura, A. (1977b). *Social learning theory*. Englewood Cliffs, NJ: Prentice-Hall.
- Bandura, A. (1986). The explanatory and predictive scope of self-efficacy theory. *Journal of social and clinical psychology*, 4(3), 359-373.
- Bandura, A. (1991). Social cognitive theory of self-regulation. *Organizational behavior and human decision processes*, 50(2), 248-287
- Bandura, A. (1997). *Self-efficacy: The exercise of control*. New York: W. H. Freeman.
- Bandura, A. (1997). *Self-efficacy: The exercise of control*. W.H. Freeman.
- Bandura, A. (2001b). The changing face of psychology at the dawning of a globalization era. *Canadian Psychology/Psychologie Canadienne*, 42(1), 12– 24.
- Barczyk, Z. A., Foulds, J. A., Porter, R. J., & Douglas, K. M. (2023). Childhood trauma and cognitive functioning in mood disorders: A systematic review. *Bipolar Disorders*, 25(4), 263-277.
- Bartolomé-Valenzuela, M., Pereda, N., & Guilera, G. (2024). Patterns of adverse childhood experiences and associations with lower mental well-being among university students. *Child Abuse & Neglect*, 152, 106770.
- Baştuğ, Ö. F., & Arslantaş, H. (2021). Lise Öğrencisi Ergenlerde Travma Sonrası Stres Belirtileri ve İlişkili Faktörler. *Psikiyatride Güncel Yaklaşımlar*, 13(Ek 1), 110-121.
- Bayrakçı, M. (2007). Sosyal öğrenme kuramı ve eğitimde uygulanması. *Sakarya Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, (14), 198-210.
- Bayraktar, K. N. (2021). *Hekimlerde cinsel mitler, kişilik özellikleri ve yaşam doyumu ilişkisi*. (Yayımlanmamış tıpta uzmanlık tezi). Sağlık Bilimleri Üniversitesi Eğitim Araştırma Hastanesi Tıp Fakültesi, İzmir.
- Benight, C. C., & Bandura, A. (2004). Social cognitive theory of posttraumatic recovery: The role of perceived self-efficacy. *Behaviour research and therapy*, 42(10), 1129-1148.
- Berkowitz, C. D. (2017). Physical abuse of children. *New England Journal of Medicine*, 376(17), 1659-1666.
- Bernstein, D. P., Fink, L., Handelsman, L., Foote, J., Lovejoy, M., Wenzel, K., ... & Ruggiero, J. (1994). Initial reliability and validity of a new retrospective measure of child abuse and neglect. *The American journal of psychiatry*, 151(8), 1132-1136.

- 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.
- Bilir, Ş., Arı, M., Dönmez, N. B., Atik, Ç. U. B., & San, A. G. P. (1991). Türkiye'nin 16 ilinde 4-12 yaşlar arasındaki 50.473 çocuğa fiziksel ceza verme sıklığı ve buna ilişkin problem durumlarının incelenmesi. *Sosyal Politika Çalışmaları Dergisi*, 1(1).
- Bilkay, H. İ., Sarı, T., & Gürhan, N. (2023). Türkiye'de Çocuk-Ergen Ruh Sağlığına Yönelik Kısa Bir İnceleme. *Çocuk ve Gelişim Dergisi*, 6(12), 78-92.
- Büber, Ö., & Taylan, H. H. (2023). Çocuk ihmal ve istismarında ebeveynlerin farkındalık düzeyleri. *Sosyal Sağlık Dergisi*, 3(1), 89-111.
- Bülbül, F., Çakır, Ü., Ülkü, C., Üre, I., Karabatak, O., & Alpak, G. (2013). Yineleyen ve ilk atak depresyonda çocukluk çağı ruhsal travmalarının yeri. *Anadolu Psikiyatri Dergisi*, 14(2), 93-99.
- Calhoun, L. G., & Tedeschi, R. G. (1999). *Facilitating posttraumatic growth: A clinician's guide*. New Jersey: Routledge.
- Calhoun, L. G., & Tedeschi, R. G. (2006). *Handbook of posttraumatic growth*. Mahwah, NJ: Erlbaum.
- Caravaca Sánchez, F., Ignatyev, Y., & Mundt, A. P. (2019). Associations between childhood abuse, mental health problems, and suicide risk among male prison populations in Spain. *Criminal behaviour and mental health*, 29(1), 18-30.
- Carver, C. S. (1998). Resilience and thriving: Issues, models, and linkages. *Journal of Social Issues*, 54(2), 245-266.
- Ceylan, M. (2020). *Şiddete maruz kalan evli ve boşanmış kadınlarda travma sonrası büyümenin aracı değişkenlerle yordanması*. (Yayınlanmamış doktora tezi). Ankara Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Ankara.
- Cicchetti, D., & Toth, S. L. (2005). Child maltreatment. *Annu. Rev. Clin. Psychol.*, 1, 409-438.
- Cieslak, R., Benight, C. C., & Lehman, V. C. (2008). Coping self-efficacy mediates the effects of negative cognitions on posttraumatic distress. *Behaviour research and therapy*, 46(7), 788-798.
- Cohrdes, C., & Mauz, E. (2020). Self-efficacy and emotional stability buffer negative effects of adverse childhood experiences on young adult health-related quality of life. *Journal of adolescent health*, 67(1), 93-100.
- Cordova, M. J. (2001). Posttraumatic growth following breast cancer: A controlled comparison study. *Health Psychology*, 20(3), 176-185.
- Cundiff, J. M., Fromuth, M. E., & Fuller, D. K. (2023). Gender differences in social support and posttraumatic growth for survivors of intimate partner violence. *Psychological reports*, 00332941231153319.
- Çağatay, S. E. (2014). *Üniversite öğrencilerinin çocukluk çağı travmatik yaşantı düzeyi ile bağlanma stilleri ve savunma mekanizmaları arasındaki ilişkinin incelenmesi*.

- (Yayınlanmamış yüksek lisans tezi). İstanbul Arel Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Çapri, B. (2023). Üniversite öğrencilerinde psikolojik belirtiler ve öz-yeterlik inançları. *Hatay Mustafa Kemal Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 20(52), 265-281.
- Çavuş, İ. (2023). *Çocukluk çağı psikolojik travmalarının beliren yetişkinlik döneminde kişilerin psikolojik sıkıntı ve iyi oluş düzeyleri üzerindeki etkilerinin psikolojik sağlık teorisi kapsamında incelenmesi*. (Yayınlanmamış yüksek lisans tezi). Dokuz Eylül Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İzmir.
- Çavuşoğlu, F. (2020). Cinsiyet gruplarına göre çocukluk çağı travma düzeylerinin incelenmesi. *Journal of International Social Research*, 13(73), 575-581.
- Çelik, F. G. H., & Hocaoglu, Ç. (2018). Çocukluk çağı travmaları: Bir gözden geçirme. *Sakarya Tıp Dergisi*, 8(4), 695-711.
- Çelik, S. B., Çabuker, N. D., Batık, M. V., & Epli, H. (2022). Travma Sonrası Büyümenin Yordayıcıları Olarak Olayın Etkisi ve İyimserlik. *Pamukkale Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, (55), 180-202.
- Çetiner Bacak, S.Ö. (2023). *1-3 yaş arası çocuğu olan kadınların annelik duyarlılığı ve özyeterliliği ile çocukluk çağı psikolojik travmaları arasındaki ilişkinin incelenmesi*. (Yayınlanmamış yüksek lisans tezi). Bahçeşehir Üniversitesi Lisansüstü Eğitim Enstitüsü, İstanbul.
- Çimen, S. (2020). Öldürmeyen acı güçlendirir mi? Travma sonrası büyüme ve kolektivistik başa çıkma stillerinin ilişkisi. *Türkiye Bütüncül Psikoterapi Dergisi*, 3(5), 158-174.
- Çobanoğlu, B. (2020). *Çocukluk çağında travmaya uğramış bireylerin beliren yetişkinlik döneminde, duygusal yeme davranışı ve benlik saygısı oluşumu arasındaki ilişki*. (Yayınlanmamış yüksek lisans tezi). İstanbul Gelişim Üniversitesi Lisansüstü Eğitim Enstitüsü, İstanbul.
- Damiani, T., Sharkey, J. D., Morgan, M. L., & Mullin, A. (2023). Posttraumatic growth, purpose, and trauma in university survivors of sexual assault. *Journal of American college health*, 1-9.
- Demirkapı, E. Ş. (2013). *Çocukluk çağı travmalarının duygu düzenleme ve kimlik gelişimine etkisi ve bunların psikopatolojiler ile ilişkisi*. (Yayınlanmamış yüksek lisans tezi). Adnan Menderes Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Aydın.
- Demirtaş, H., Cömert, M., & Özer, N. (2011). Öğretmen adaylarının özyeterlik inançları ve öğretmenlik mesleğine ilişkin tutumları. *Eğitim ve Bilim*, 36, 159-165.
- Dolapçı, S. & Yıldız Demirtaş, V. (2016). Öğretmen adaylarının öz-yeterlilik algıları ve kaynaştırma eğitimine bakış açıları. *Batı Anadolu Eğitim Bilimleri Dergisi*, 7(13), 141-160.
- DSÖ (1999). *Report of the consultation on child abuse prevention, 29-31 March 1999, WHO, Geneva* (No. WHO/HSC/PVI/99.1). World Health Organization.

- DSÖ (2006). *Çocuklara kötü muamelenin önlenmesi*. Erişim adresi: https://iris.who.int/bitstream/handle/10665/43499/9241594365_tur.pdf?sequence=21&isAllowed=
- DSÖ (2021). *Trauma among children who are victims of violence*. Erişim adresi: <https://www.afro.who.int/news/trauma-among-children-who-are-victims-violence>
- Duman, N. (2019). Travma sonrası büyüme ve gelişim. *Uluslararası Afro-Avrasya Araştırmaları Dergisi*, 4(7), 178-184.
- Durak, İ. (2021). Psikolojik sağlık ile yaşam doyumu arasındaki ilişkide öz yeterliğin aracı etkisi. *Elektronik Sosyal Bilimler Dergisi*, 20(78), 1175-1190.
- Durmuş, H. (2021). *Suçta sürüklenen çocuklarda çocukluk çağı travması ve depresyon arasındaki ilişkinin incelenmesi*. (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi). İstanbul Gelişim Üniversitesi Lisansüstü Eğitim Enstitüsü, İstanbul.
- Emül, I. (2024). *Okul öncesi dönemdeki çocukların annelerinin çalışma durumlarıyla öz yeterlik ve başa çıkma tutumları ilişkisi*. (Yayınlanmamış yüksek lisans tezi). İstanbul Nişantaşı Üniversitesi Lisansüstü Eğitim Enstitüsü, İstanbul.
- Erkoyuncu, N., & Kandemir, M. (2023). Travma sonrası büyümeyi yordayıcı model: Stresle başa çıkma ve öz yeterlilik. *Ulusal Eğitim Dergisi*, 3(5), 711-723.
- Erzen, E. (2018). *Üniversiteye uyum: Ölçek geliştirilmesi ve uyumun kişilik özellikleri, sosyal destek, akademik öz-yeterlik açısından incelenmesi*. (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi). Eskişehir Osmangazi Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Eskişehir.
- Farrell, A., Lockwood, S., Goggin, K., & Hogan, S. (2019). Specialized residential placements for child trafficking victims 2019.
- Fatmana, A. C., & Ansyah, E. H. (2024). The Relationship Between Self-Efficacy And Academic Stress In Psychology Study Program Student At Muhammadiyah University Of Sidoarjo. *Psikologia: Jurnal Psikologi*, 11(1), 68-76.
- Gül, İ., & Adigüzel, O. (2015). Sağlık kurumları yöneticiliği lisans bölümü öğrencilerinin öz yeterlilik düzeylerinin incelenmesi. *Uluslararası Sosyal Araştırmalar Dergisi*, 8(36), 864-876.
- Gülbaş, E. (2022). *İstismar öyküsü olan ergenlerde dissosiyatif yaşantıların, travma sonrası büyümenin ve stresle başa çıkma stratejilerinin değerlendirilmesi*. (Yayımlanmamış tıpta uzmanlık tezi). Ege Üniversitesi Tıp Fakültesi, İzmir.
- 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.
- Gür, G. C., & Öztürk, F. Ö. (2022). Rumination, Basic Beliefs, and Posttraumatic Growth in Cancer Patients: A Moderated Mediation Model. *Cancer Nursing*, 10-1097.
- Hartley, S., Johnco, C., Hofmeyr, M., & Berry, A. (2016). The nature of posttraumatic growth in adult survivors of child sexual abuse. *Journal of child sexual abuse*, 25(2), 201-220.

- Haspolat, A. (2019). *Travma sonrası stres belirtileri ve travma sonrası büyüme: Temel inançlardaki değişim, ruminasyonlar ve bilgece farkındalığın rolü*. (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi). Başkent Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.
- Haworth, S., Schaub, J., Kidney, E., & Montgomery, P. (2024). A systematic review of measures of child neglect. *Research on Social Work Practice*, 34(1), 17-40.
- Herman, J. L. (1992). *Trauma and recovery: The aftermath of violence—from domestic abuse to political terror*. Basic Books.
- Hildyard, K. L., & Wolfe, D. A. (2002). Child neglect: developmental issues and outcomes☆. *Child abuse & neglect*, 26(6-7), 679-695.
- Hobfoll, S. E., Canetti-Nisim, D., & Johnson, R. J. (2007). Exposure to terrorism, stress-related mental health symptoms, and defensive coping among Jews and Arabs in Israel. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 75(5), 585-594.
- İnik, A. (2020). *Çocukluk çağı travmatik yaşantıların, yetişkinlik dönemi özgüven ve yaşam doyumu ile ilişkisinin incelenmesi*. (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi). İstanbul Gelişim Üniversitesi Lisansüstü Enstitüsü, İstanbul.
- İpekoğlu, H. Y., & Kurtoğlu, M. B. (2024). Koronavirüs Pandemisinde Üniversite Öğrencilerinde Önceliklerin Değişimi: Travma Sonrası Büyüme Bağlamında Fenomenolojik Bir Araştırma. *Electronic Turkish Studies*, 19(1), 297-314.
- İzgüden, D., & Erdem, R. (2020). Travmaların dönüştürücü rolü: olumlu değişimler. *Ankara Sağlık Bilimleri Dergisi*, 9(2), 191-200.
- Janoff-Bulman, R. (2006). *Shattered assumptions: Towards a new psychology of trauma*. Free Press.
- Jones, F., Partridge, C., & Reid, F. (2008). The Stroke Self- Efficacy Questionnaire: measuring individual confidence in functional performance after stroke. *Journal of clinical nursing*, 17(7b), 244-252.
- Jónsdóttir, E. K., Sigurvinsdóttir, R. S., & Ásgeirsdóttir, B. B. (2023). Associations among posttraumatic growth, demographic characteristics, posttraumatic stress symptoms, and trauma type, with a focus on sexual violence. *Journal of Traumatic Stress*, 36(5), 849-860.
- Joseph, S., & Linley, P. A. (2005). Positive adjustment to threatening events: An organismic valuing theory of growth through adversity. *Review of General Psychology*, 9(3), 262-280.
- Joseph, S., & Linley, P. A. (2006). Growth following adversity: Theoretical perspectives and implications for clinical practice. *Clinical psychology review*, 26(8), 1041-1053.
- Kağan, M., Güleç, M., Boysan, M., & Çavuş, H. (2012). Travma Sonrası Büyüme Envanteri'nin Türkçe Versiyonunun Normal Toplumda Hiyerarşik Faktör Yapısı. *TAF Preventive Medicine Bulletin*, 11(5), 617-624.
- Kaminer, D., Bravo, A. J., Mezquita, L., & Pilatti, A. (2023). Adverse childhood experiences and adulthood mental health: A cross-cultural examination among university students in seven countries. *Current Psychology*, 42(21), 18370-18381.

- Kamyabi, M., Nekooie, M., Hajipoor Abaei, N., & Bahreini Zade, A. (2024). Designing a Model of Academic Procrastination Based on Self-Efficacy and Perfectionism in Kerman Islamic Azad University Psychology Students in the Academic Year 2022-2023 with the Mediating Role of Metacognitive Beliefs: A Descriptive Study. *Journal of Rafsanjan University of Medical Sciences*, 22(12), 1259-1278.
- Kanat, S. (2018). Grafik tasarım eğitimi alan üniversite öğrencilerinin genel ve akademik öz-yeterlik algıları. *Van Yüzüncü Yıl Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 15(1), 790-818.
- Kara, B., Biçer, Ü., & Gökalp, A. S. (2004). Çocuk istismarı. *Çocuk Sağlığı ve Hastalıkları Dergisi*, 47(2), 140-51.
- Karaman, H. B., & Artan, A. E. (2022). Meslek lisesi öğrencilerinde benlik saygısı ve öz yeterlik düzeylerinin staj uygulaması süresince incelenmesi: Turizm meslek lisesi örneği. *Ulusal Eğitim Akademisi Dergisi*, 6(1), 113-129.
- Karaman, Ö., & Tarım, B. (2018). Travma sonrası büyüme, sosyal problem çözme ve iyimserlik arasındaki ilişkilerin incelenmesi. *Dicle Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, (20), 190-198.
- Karasar, N. (2011). *Bilimsel Araştırma Yöntemleri*. Ankara: Nobel Yayınları.
- Kardaş, F., & Tanhan, F. (2018). Van depremini yaşayan üniversite öğrencilerinin travma sonrası stres, travma sonrası büyüme ve umutsuzluk düzeylerinin incelenmesi. *Van Yüzüncü Yıl Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 15(1), 1-36.
- Kardaş, F., & Tanhan, F. (2018). Van depremini yaşayan üniversite öğrencilerinin travma sonrası stres, travma sonrası büyüme ve umutsuzluk düzeylerinin incelenmesi. *Van Yüzüncü Yıl Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 15(1), 1-36.
- Keskin, F., & Yağmur, Y. (2024). Özel Gereksinimli Çocuğa Sahip Kadınlarda Travma Sonrası Büyüme ve Yaşam Doyumu Arasındaki İlişki. *Cumhuriyet Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü Dergisi*, 9(1), 1-8.
- Khaligova, F. (2022). Üniversite öğrencilerinde çocukluk çağı travmaları, beden imajı ve benlik saygısı arasındaki ilişki. *SSSJournall*, 5(45), 5260-5273.
- Kılıçarslan, F., Kurtipek, S., Durhan, T. A., & Güngör, N. (2023). Z kuşağı üniversite öğrencilerinin serbest zaman temel psikolojik ihtiyaçları ve genel özyeterlikleri üzerine bir araştırma. *Gazi Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 28(3), 174-181.
- Kılınç, B. B., Kök, A. N., & Şener, M. T. (2023). Çocukluk Çağı Fiziksel Travmaların Nedenleri ve Sonuçları: Adli Olguların Retrospektif İncelenmesi. *Türkiye Klinikleri Journal of Pediatrics*, 32(2), 75-82.
- Kızıltepe, R. (2021). *Çocuk istismarı ve ihmalinin kuşaklararası aktarımının ekolojik etkileşimsel model çerçevesinde incelenmesi*. (Yayımlanmamış doktora tezi). Ege Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İzmir.
- Korkmaz, İ. (2004). Sosyal Öğrenme Kuramı. B. Yeşilyaprak (Ed.), *Gelişim ve öğrenme psikolojisi*, içinde (199-222). Ankara: Pegem Yayıncılık.
- Kourt, R. (2011). *18-24 yaş arası üniversite öğrencilerinde çocukluk çağı travmalarının dissosiyatif yaşantılar ve suçluluk-utanç duyguları ile ilişkisinin incelenmesi*.

- (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi). Maltepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Köroğlu, V. (2023). *Ebelik bölümü öğrencilerinde çocukluk çağı travmaları ve aktarılan psikolojik travmaların travmatik doğum algısı ile ilişkisi*. (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi). Mersin Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Mersin.
- Kubin Mete, B. (2023). *İstismar-ihmal geçmişi ve romantik ilişkide bağlanma: Bilişsel duygu düzenleme ve erken dönem uyumsuz şemaların rolü*. (Yayımlanmamış doktora tezi). Hacettepe Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Ankara.
- Kurtoğlu, C., & Gökkaya, F. (2023). Covid-19 Döneminde KKTC’de Ev Kadını Olmak: Travma Sonrası Büyüme, Kendini Açma ve Algılanan Sosyal Destek. *Kıbrıs Türk Psikiyatri ve Psikoloji Dergisi*, 5(3), 208-217.
- Lev-Wiesel, R., Eisikovits, Z., First, M., Gottfried, R., & Mehlhausen, D. (2018). Prevalence of child maltreatment in Israel: A national epidemiological study. *Journal of Child & Adolescent Trauma*, 11, 141-150.
- Lindert, J., von Ehrenstein, O. S., Grashow, R., Gal, G., Braehler, E., & Weisskopf, M. G. (2014). Sexual and physical abuse in childhood is associated with depression and anxiety over the life course: systematic review and meta-analysis. *International journal of public health*, 59, 359-372.
- Linley, P. A., & Joseph, S. (2004). Positive change following trauma and adversity: A review. *Journal of traumatic stress: official publication of the international society for traumatic stress studies*, 17(1), 11-21.
- Luszczynska, A., Benight, C. C., & Cieslak, R. (2009). Self-efficacy and health-related outcomes of collective trauma: A systematic review. *European Psychologist*, 14(1), 51-62.
- Ma, J., Yang, B., Wang, S., Yao, Y., Wu, C., Li, M., & Dong, G. H. (2024). Adverse childhood experiences predict internet gaming disorder in university students: the mediating role of resilience. *Current Opinion in Psychiatry*, 37(1), 29-37.
- Markiewicz, D., Doyle, A. B., & Brendgen, M. (2001). The quality of adolescents’ friendships: Associations with mothers’ interpersonal relationships, attachments to parents and friends, and prosocial behaviors. *Journal of adolescence*, 24(4), 429-445.
- Marotta, C. M., & Malizia, N. (2022). A study on intra-family sexual abuse and incest: criminological, victimological, legal and medico-legal profiles. *Int J Sci Res Publ (IJSRP)*, 12, 383.
- Masten, A. S., & Garmezy, N. (1985). Risk, vulnerability, and protective factors in developmental psychopathology. In B. B. Lahey & A. E. Kazdin (Eds.), *Advances in clinical child psychology* (Vol. 8, pp. 1-52). Springer.
- Mathews, B., Pacella, R., Scott, J. G., Finkelhor, D., Meinck, F., Higgins, D. J., ... & Dunne, M. P. (2023). The prevalence of child maltreatment in Australia: findings from a national survey. *Medical journal of Australia*, 218, S13-S18.
- Mechmet, F. C., & Gürsoy, M. Y. (2023). Childhood traumas among nursing students and associated factors. *Archives of psychiatric nursing*, 43, 98-105.

- Mercader-Rubio, I., Ángel, N. G., Silva, S., & Brito-Costa, S. (2023). Levels of somatic anxiety, cognitive anxiety, and self-efficacy in university athletes from a Spanish public university and their relationship with basic psychological needs. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 20(3), 2415.
- Mohr, D., & Rosén, L. A. (2017). The impact of protective factors on posttraumatic growth for college student survivors of childhood maltreatment. *Journal of Aggression, Maltreatment & Trauma*, 26(7), 756-771.
- Murray, L. K., Nguyen, A., & Cohen, J. A. (2014). Child sexual abuse. *Child and Adolescent Psychiatric Clinics*, 23(2), 321-337.
- Myers, B., Bantjes, J., Lochner, C., Mortier, P., Kessler, R. C., & Stein, D. J. (2021). Maltreatment during childhood and risk for common mental disorders among first year university students in South Africa. *Social psychiatry and psychiatric epidemiology*, 56, 1175-1187.
- Nasıroğlu, S. (2014). Çocuk istismarında rehabilitasyon ve tedavi merkezleri. *Psikiyatride Güncel Yaklaşımlar*, 6(1), 67-78.
- Onur, B. (2008). *Gelişim psikolojisi*. Ankara: İmge Kitabevi.
- Özdemir, M. (2023). *Çocukluk çağı travmaları ile travma sonrası stres bozukluğu ve travma sonrası büyüme arasındaki ilişkide ilişkisel faktörlerin aracı rolü*. (Yayınlanmamış doktora tezi). Trabzon Üniversitesi Lisansüstü Eğitim Enstitüsü, Trabzon.
- Özpulat, F. (2016). Üniversite öğrencilerinin öz yeterlilik düzeyi ile toplumsal cinsiyet algısı ilişkisi: Beyşehir örneği. *International Journal of Human Sciences*, 13(1), 1222-1232.
- Öztürk, E., Derin, G., & Okudan, M. (2020). Üniversite öğrencilerinde çocukluk çağı travmaları ile savunma mekanizmaları ve kendine zarar verme davranışları arasındaki ilişkinin incelenmesi. *Türkiye Klinikleri Journal of Forensic Medicine & Forensic Sciences*, 17(1), 10-24.
- Pals, J. L., & McAdams, D. P. (2004). The transformed self: A narrative understanding of posttraumatic growth. *Psychological Inquiry*, 15(1), 65-69.
- Park, C. L., & Fenster, J. R. (2004). Stress-related growth: Predictors of occurrence and correlates with psychological adjustment. *Journal of social and clinical psychology*, 23(2), 195-215.
- Park, C. L., & Helgeson, V. S. (2006). Introduction to the special section: Growth following highly stressful life events—Current status and future directions. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 74(5), 791-796.
- Park, C. L., & Helgeson, V. S. (2006). Introduction to the special section: Growth following highly stressful life events—Current status and future directions. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 74(5), 791-796.
- Pressel, D. M. (2000). Evaluation of physical abuse in children. *American family physician*, 61(10), 3057-3064.

- Qin, L. L., Peng, J., Shu, M. L., Liao, X. Y., Gong, H. J., Luo, B. A., & Chen, Y. W. (2023, February). The fully mediating role of psychological resilience between self-efficacy and mental health: evidence from the study of college students during the COVID-19 pandemic. In *Healthcare* (Vol. 11, No. 3, p. 420). MDPI.
- River, L. M., Narayan, A. J., Atzl, V. M., Rivera, L. M., & Lieberman, A. F. (2020). Past made present: The legacy of childhood maltreatment for romantic relationship quality and psychopathology during pregnancy. *Psychology of violence*, 10(3), 324.
- Rumjaun, A., & Narod, F. (2020). Social Learning Theory—Albert Bandura. *Science education in theory and practice: An introductory guide to learning theory*, 85-99.
- Russell, D., Higgins, D., & Posso, A. (2020). Preventing child sexual abuse: A systematic review of interventions and their efficacy in developing countries. *Child abuse & neglect*, 102, 104395.
- Sakız, G. (2013). Başarıda anahtar kelime: Öz-yeterlik. *Uludağ Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 26(1), 185-210.
- Sancak, İ., & Aktan, E. A. (2022). Üniversite öğrencilerinde çocukluk çağı travmaları, sosyal destek ve madde kullanma eğilimi arasındaki ilişkinin incelenmesi. *Sağlık ve Yaşam Bilimleri Dergisi*, 4(2), 226-235.
- Sayın, P., & Karaaziz, M. (2024). Üniversite Öğrencilerinde Çocukluk Çağı Travmasının Depresif Belirtiler ile Öz-Şefkat İlişkisinin İncelenmesi. *Uluslararası Sosyal Bilimler Dergisi*, 8(34), 181-201.
- Sayın, P., & Karaaziz, M. (2024). Üniversite Öğrencilerinde Çocukluk Çağı Travmasının Depresif Belirtiler ile Öz-Şefkat İlişkisinin İncelenmesi. *International Journal of Social Sciences (IJSS)/Uluslararası Sosyal Bilimler Dergisi*, 8(34), 181.
- Schaefer, J. A., & Moos, R. H. (1998). The context for posttraumatic growth: Life crises, individual and social resources, and coping. *Posttraumatic growth: Positive changes in the aftermath of crisis*, 99(126), 9781410603401-9.
- Schilling, E. A., Aseltine, R. H., & Gore, S. (2007). Adverse childhood experiences and mental health in young adults: a longitudinal survey. *BMC public health*, 7, 1-10.
- Scholz, U., Gutierrez- Dona, B., Sud, S. & Schwarzer, R. (2002). Is general self efficacy a universal construct? *European Journal of Psychological Assessment*, 18(3), 242-251.
- Sequeira, H., & Hollins, S. (2003). Clinical effects of sexual abuse on people with learning disability: Critical literature review. *The British Journal of Psychiatry*, 182(1), 13-19.
- Serpa-Barrientos, A., Calvet, M. L. M., Acosta, A. G. D., Fernández, A. C. P., Rivas Díaz, L. H., Albites, F. M. A., & Saintila, J. (2023). The relationship between positive and negative stress and posttraumatic growth in university students: the mediating role of resilience. *BMC psychology*, 11(1), 348.
- Sevinç Yalçın, Ç.P. (2022). Üniversite öğrencilerinde internet ve sosyal medya bağımlılığı ile çocukluk çağı travmaları, siber dissosiyasyon ve travma sonrası

- büyüme arasındaki ilişkinin değerlendirilmesi*. (Yayınlanmamış doktora tezi). İstanbul Üniversitesi-Cerrahpaşa Adli Tıp ve Adli Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Sheridan, G., & Carr, A. (2020). Survivors' lived experiences of posttraumatic growth after institutional childhood abuse: An interpretative phenomenological analysis. *Child abuse & neglect*, 103, 104430.
- Simone, L., Wettstein, A., Senn, O., Rosemann, T., & Hasler, S. (2016). Types of abuse and risk factors associated with elder abuse. *Swiss medical weekly*, 146(0304), w14273-w14273.
- Slep, A. M. S., Heyman, R. E., & Snarr, J. D. (2011). Child emotional aggression and abuse: Definitions and prevalence. *Child abuse & neglect*, 35(10), 783-796.
- Snyder, C. R., & Lopez, S. J. (Eds.). (2001). *Handbook of positive psychology*. Oxford: Oxford University Press.
- Spilsbury, J. C., Kahana, S., Drotar, D., Creedon, R., Flannery, D. J., & Friedman, S. (2008). Profiles of behavioral problems in children who witness domestic violence. *Violence and victims*, 23(1), 3-17.
- Şar, V., Öztürk, P. E., & İkikardeş, E. (2012). Çocukluk çağı ruhsal travma ölçeğinin Türkçe uyarlamasının geçerlilik ve güvenilirliği. *Türkiye Klinikleri Journal of Medical Sciences*, 32(4), 1054-1063.
- Şencan, S., & Bingöl, T. Y. (2024). Psikolojik sağlamlığın iyi oluş, öz-yeterlik, sosyal destek ve demografik değişkenler tarafından yordanması. *The Journal of Happiness and Well Being*, 9(16), 17-28.
- Şimşek Arslan, B. (2017). *Psikiyatri kliniğinde yatan bireylerin stresle başa çıkma tarzları ile hemşirelik bakımını algılayışlarının travma sonrası büyüme düzeyine etkisi*. (Yayınlanmamış yüksek lisans tezi). Akdeniz Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Antalya.
- Tedeschi, R. G., & Calhoun, L. G. (1995). *Trauma and transformation*. United Kingdom: Sage
- Tedeschi, R. G., & Calhoun, L. G. (1996). The Posttraumatic Growth Inventory: Measuring the positive legacy of trauma. *Journal of traumatic stress*, 9, 455-471.
- Tedeschi, R. G., & Calhoun, L. G. (1996). The posttraumatic growth inventory: Measuring the positive legacy of trauma. *Journal of Traumatic Stress*, 9(3), 455-471.
- Tedeschi, R. G., & Calhoun, L. G. (2004). Posttraumatic growth: conceptual foundations and empirical evidence. *Psychological inquiry*, 15(1), 1-18.
- Tedeschi, R. G., & Calhoun, L. G. (2004). Posttraumatic growth: Conceptual foundations and empirical evidence. *Psychological Inquiry*, 15(1), 1-18.
- Terzi, N. (2024). *Çocukluk çağı travmalarının yeme tutumu ve travma sonrası büyüme ile ilişkisinin incelenmesi*. (Yayınlanmamış yüksek lisans tezi). İstanbul Nişantaşı Üniversitesi Lisansüstü Eğitim Enstitüsü, İstanbul.
- Thériault, É. R., Walsh, A., MacIntyre, P., & O'Brien, PhD, C. (2023). Self-efficacy in health among university students: the role of social support and place. *Journal of American College Health*, 71(8), 2510-2517.

- Tran, N. K., Alink, L. R., Van Berkel, S. R., & Van Ijzendoorn, M. H. (2017). Child maltreatment in Vietnam: Prevalence and cross-cultural comparison. *Journal of Aggression, Maltreatment & Trauma*, 26(3), 211-230.
- Tschannen-Moran, M., Hoy, A. W., & Hoy, W. K. (1998). Teacher efficacy: Its meaning and measure. *Review of educational research*, 68(2), 202-248.
- Tüccaroğlu, N.B. (2021). *Üniversite öğrencilerinde çocukluk çağı travmaları ile duygu düzenleme güçlüğü ve öz şefkatin incelenmesi*. (Yayınlanmamış yüksek lisans tezi). İstanbul Gelişim Üniversitesi Lisansüstü Eğitim Enstitüsü, İstanbul.
- Türkdoğan, E.N. (2021). *Üniversite öğrencilerinin zaman perspektiflerinin psikolojik iyi oluş ve özyeterlik ile ilişkisinin incelenmesi*. (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi). Ufuk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.
- Tyrka, A. R., Wyche, M. C., Kelly, M. M., Price, L. H., & Carpenter, L. L. (2009). Childhood maltreatment and adult personality disorder symptoms: influence of maltreatment type. *Psychiatry research*, 165(3), 281-287.
- Urcuyo, A. E., Comer, J. S., Chavira, D., de Dios, M. A., Zvolensky, M. J., & Cano, M. Á. (2024). Self-efficacy moderates the association between adverse childhood experiences and generalized anxiety symptoms among Latine college students. *Journal of Latinx Psychology*. Advance online publication.
- Ustuner Top, F., & Cam, H. H. (2021). Childhood maltreatment among university students in Turkey: prevalence, demographic factors, and health-related quality of life consequences. *Psychology, Health & Medicine*, 26(5), 543-554.
- Valero, D., Hirschi, A., & Strauss, K. (2015). Hope in adolescent careers: Mediating effects of work motivation on career outcomes in Swiss apprentices. *Journal of Career Development*, 42(5), 381-395.
- Van Assche, L., Van de Ven, L., Vandenbulcke, M., & Luyten, P. (2020). Ghosts from the past? The association between childhood interpersonal trauma, attachment and anxiety and depression in late life. *Aging & mental health*, 24(6), 898-905.
- Vranceanu, A. M., Hobfoll, S. E., & Johnson, R. J. (2007). Child multi-type maltreatment and associated depression and PTSD symptoms: The role of social support and stress. *Child abuse & neglect*, 31(1), 71-84.
- Weber, M. C., & Schulenberg, S. E. (2023). The curvilinear relationships between posttraumatic growth and posttraumatic stress, depression, and anxiety. *Traumatology*, 29(2), 249-260.
- Wozniak, J. D., Caudle, H. E., Harding, K., Vieselmeyer, J., & Mezulis, A. H. (2020). The effect of trauma proximity and ruminative response styles on posttraumatic stress and posttraumatic growth following a university shooting. *Psychological Trauma: Theory, Research, Practice, and Policy*, 12(3), 227.
- Wright, M. O. D., Crawford, E., & Sebastian, K. (2007). Positive resolution of childhood sexual abuse experiences: The role of coping, benefit-finding and meaning-making. *Journal of Family Violence*, 22, 597-608.
- Wu, A. (2024). The relationship of social support to posttraumatic growth in COVID-19 among college students after experiencing campus lockdown: the effects of belief in a just world and meaning in life. *Frontiers in Psychiatry*, 15, 1337030.

- Wu, Q., Cao, H., Lin, X., Zhou, N., & Chi, P. (2022). Child maltreatment and subjective well-being in Chinese emerging adults: A process model involving self-esteem and self-compassion. *Journal of interpersonal violence*, 37(15-16), NP13685-NP13706.
- Wu, X., Kaminga, A. C., Dai, W., Deng, J., Wang, Z., Pan, X., & Liu, A. (2019). The prevalence of moderate-to-high posttraumatic growth: A systematic review and meta-analysis. *Journal of affective disorders*, 243, 408-415.
- Yağar, F., Dökme, S., & Coşkun, S. (2020). Öz yeterlik düzeyinin ve demografik faktörlerin girişimcilik eğilimi üzerindeki etkisi: üniversite öğrencileri üzerine bir çalışma. *Süleyman Demirel Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, (37), 302-314.
- Yelörgü, D. (2021). Çocukluk çağı travmalarının, yetişkin bağlanma stillerinin ve psikolojik iyi oluşun cinsel doyum üzerindeki etkisi. *Balkan ve Yakın Doğu Sosyal Bilimler Dergisi*, 7(3), 116-130.
- Yenidünya, A. (2017). *Çocukluk çağı travmatik yaşantıları ile risk ve koruyucu faktörlerin, genç yetişkinlikteki yalnızlık stilleri ile ilişkisi*. (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi). Maltepe Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Yentür Doni, N., Şimşek, Z., Gürses, G., & Özer, M. S. (2009). Sağlık hizmetleri meslek yüksekokulu öğrencilerinin öz-etkililik yeterlik düzeyleri. *Fırat Sağlık Hizmetleri Dergisi*, 4(12), 21-34.
- Yıldızhan, Y. Ç., Mallı, A. Y., & Ekinci, H. B. (2023). Examination of the Relationship Between Psychological Well-Being and Post-Traumatic Growth in University Students who Attend Sports Courses. *Spor ve Performans Araştırmaları Dergisi*, 14(2), 263-277.
- Yılmaz Bingöl, T. (2015). *Çözüm odaklı kısa süreli yaklaşıma dayalı grup rehberliği programının öz yeterlik inancına etkisi*. (Yayımlanmamış doktora tezi). Sakarya Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Sakarya.
- Yılmaz, A. (2009). Çocuk istismarı ve ihmali: Risk faktörleri ve çocukların psiko-sosyal gelişimi üzerindeki etkileri. *Civilacademy Sosyal Bilimler Dergisi*, 7(1), 63-79.
- Yücel, D., & Öztürk, E. (2021). Evli çiftlerde çocukluk çağı ruhsal travmaları ve travma sonrası büyüme arasındaki ilişkide eş desteğinin aracılık rolü. *Uluslararası Türk Kültür Coğrafyasında Sosyal Bilimler Dergisi*, 6(2), 290-307.
- Zatti, C., Rosa, V., Barros, A., Valdivia, L., Calegari, V. C., Freitas, L. H., ... & Schuch, F. B. (2017). Childhood trauma and suicide attempt: A meta-analysis of longitudinal studies from the last decade. *Psychiatry research*, 256, 353-358.
- Zeng, W., Wu, X., Xu, Y., Wu, J., Zeng, Y., Shao, J., ... & Zhu, Z. (2021). The impact of general self-efficacy on psychological resilience during the COVID-19 pandemic: The mediating role of posttraumatic growth and the moderating role of deliberate rumination. *Frontiers in psychology*, 12, 684354.
- Zeren, C., Yengil, E., Çelikel, A., Arık, A., & Arslan, M. (2012). Üniversite öğrencilerinde çocukluk çağı istismarı sıklığı. *Dicle Tıp Dergisi*, 39(4), 536-541.

- Zhang, W. B., Jia, F. F., Liu, B. P., Li, Q., & Jia, C. X. (2024). Explaining how childhood physical abuse and physical neglect influence adult depression: an analysis with multiple sequential mediators. *Child Abuse & Neglect*, 152, 106771.
- Zimmerman, B. J. (2000). Attaining self-regulation: A social cognitive perspective. M. Boekaerts, P. R. Pintrich, & M. Zeidner (Eds.), *Handbook of selfregulation* içinde (s. 13–39). Amsterdam: Academic Press.
- Zoellner, T., & Maercker, A. (2006). Posttraumatic growth in clinical psychology—A critical review and introduction of a two component model. *Clinical psychology review*, 26(5), 626-653.



EK 1. ARAŞTIRMA ANKET FORMU

BİLGİLENDİRİLMİŞ GÖNÜLLÜ ONAM FORMU

Sayın Katılımcı,

Sizden “Üniversite öğrencilerinde çocukluk çağı travma düzeyi , öz yeterlilik inancı ve travma sonrası büyüme arasındaki ilişkiler” başlıklı araştırmamıza katılmanızı istiyoruz.

Bu araştırma Nişantaşı Üniversitesi Psikoloji Yüksek Lisans Programı öğrencisi Nilsu Işık tarafından Dr. Öğr. Üyesi Selçuk Aslan danışmanlığında yürütülmektedir.

Araştırma için İstanbul’da yaşayan üniversite öğrencilerine ihtiyacımız var. Çalışmaya katılım tamamen gönüllülük esasına dayalıdır. Ölçeklerde, sizden kimlik belirleyici hiçbir bilgi istenmemektedir. Cevaplarınız kesinlikle gizli tutulacak, sadece araştırmacılar tarafından değerlendirilecek ve elde edilecek bilgiler bilimsel çalışmalarda kullanılacaktır. Araştırmayı kabul etmeniz halinde, üç ölçek doldurmanız gerekmektedir.

Araştırma, genel olarak kişisel rahatsızlık verecek soruları içermemektedir ancak anketi tamamlamak istemezseniz yarıda bırakabilirsiniz.

Araştırmamıza katıldığınız için teşekkür ederiz.

Yukarıda yapılan açıklamaları anladım. Sorularım tatmin olacağım şekilde yanıtlandı. Dilediğim zaman ayrılma hakkım saklı kalmak koşulu ile bu çalışmaya katılmayı

() Onaylıyorum () Onaylamıyorum

Katılımcının Adı, Soyadı:

İmzası:

Tarih:

DEMOGRAFİK BİLGİ FORMU

1.	Cinsiyetiniz: ☐ Kadın ☐ Erkek
2.	Yaşınız..... (Lütfen yaşınızı yazınız)
3.	Sınıfınız: ☐ 1. Sınıf ☐ 2. Sınıf ☐ 3. Sınıf ☐ 4. Sınıf
4.	Anne eğitim düzeyi: ☐ İlköğretim ☐ Lise ☐ Önlisans ☐ Lisans ☐ Yüksek lisans ☐ Doktora
5.	Anne eğitim düzeyi: ☐ İlköğretim ☐ Lise ☐ Önlisans ☐ Lisans ☐ Yüksek lisans ☐ Doktora
6.	Kardeş sayısı..... (Lütfen yaşınızı yazınız)
7.	Gelir getiren herhangi bir işte çalışıyor musunuz? ☐ Hayır ☐ Evet
8.	Geçmişte bir yakınınızı ani bir şekilde kaybettiniz mi? ☐ Hayır ☐ Evet

ÇOCUKLUK ÇAĞI TRAVMALARI ÖLÇEĞİ

Bu sorular çocukluğunuzda ve ilk gençliğinizde (20 yaşından önce) başınıza gelmiş olabilecek bazı olaylar hakkındadır. Her bir soru için sizin durumunuza uyan rakamı daire içeresine alarak işaretleyiniz. Sorulardan bazıları özel yaşamınızla ilgilidir; lütfen elinizden geldiğince gerçeğe uygun yanıt veriniz. Yanıtlarınız gizli tutulacaktır. Çocukluğumda ya da ilk gençliğimde...	Hiçbir zaman	Nadiren	Kimi zaman	Sık olarak	Çok sık
	1	2	3	4	5
1. Evde yeterli yemek olmadığından aç kalırdım.	1	2	3	4	5
2. Benim bakımımı ve güvenliğimi üstlenen birinin olduğunu biliyordum.	1	2	3	4	5
3. Ailemdelikler 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 vardı.	1	2	3	4	5
6. Yırtık, sökükle ya da kirli giysiler içeresinde dolaşmak zorunda kalırdım.	1	2	3	4	5
7. Sevdiğimi 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. Ailemdelikler bana o kadar şiddetle vuruyorlardı ki vücudumda morartı ya da sıynklar oluyordu.	1	2	3	4	5
12. Kayış, sopa, kordon ya da başka sert bir cisimle vurularak cezalandırılıyordum.	1	2	3	4	5
13. Ailemdelikler birbirlerine ilgi gösterirlerdi.	1	2	3	4	5
14. Ailemdelikler 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 vuruluyor ya da dövülüyordum ki öğretmen, komşu ya da bir doktorun bunu fark ettiği oluyordu.	1	2	3	4	5
18. Ailemde birisi benden nefret ederdi.	1	2	3	4	5
19. Ailemdelikler kendilerini birbirlerine yakın hissederlerdi.	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

GENEL ÖZ YETERLİK ÖLÇEĞİ

Aşağıda sunulan ifadeleri dikkatle okuyunuz. Verilen ifadeye katılıp katılmadığınızı, her ifadenin karşısında yer alan satırdaki, size uygun düşen derecelendirmenin üzerine çarpı (X) işareti yazarak işaretleyiniz. (1= bu ifade bana kesinlikle uygun değil, 4= bu ifade bana tümüyle uygun)				
1. Yeni bir durumla karşılaştığımda ne yapmam gerektiğini bilirim.	1	2	3	4
2. Beklenmedik durumlarda ne yapmam gerektiğini her zaman bilirim.	1	2	3	4
3. Bana karşı çıkıldığında kendimi kabul ettirecek çare ve yolları bulurum.	1	2	3	4
4. Ne olursa olsun üstesinden gelirim.	1	2	3	4
5. Güç sorunların çözümünü eğer gayret edersem başarabilirim.	1	2	3	4
6. Tasarılarımı gerçekleştirmek ve hedeflerime erişmek bana güç gelmez.	1	2	3	4
7. Bir sorunla karşılaştığımda onu halledebilmeye yönelik birçok fikirlerim vardır.	1	2	3	4
8. Güçlükleri soğukkanlılıkla karşılarım, çünkü yeteneklerime her zaman güvenebilirim.	1	2	3	4
9. Ani olaylarında hakkından gelebileceğimi sanıyorum.	1	2	3	4
10. Her sorun için bir çözümüm vardır.	1	2	3	4

TRAVMA SONRASI BÜYÜME ENVANTERİ

Sizden öğrenmek istediğimiz, yaşamınızda önemli yer tutan travmatik yaşam olaylarının, hayatınızda ne ölçüde pozitif değişikliklere sebep olduğudur. Geçmişte yaşadığınız krizden/krizlerden sonra yaşamınızda ve düşüncelerinizde meydana gelen değişimleri lütfen aşağıda verilen puanlama ölçütlerine göre 0 ve 5 arasında değerlendiriniz.	Hiçbir şekilde yaşamadım	Çok az bir düzeyde	Bir miktar	Orta düzeyde	Oldukça fazla	Çok büyük ölçüde yaşadım
1. Yaşamda önem verdiğim şeylerin öncelik sırası değişti.	0	1	2	3	4	5
2. Kendi hayatıma verdiğim değerde büyük bir artış oldu.	0	1	2	3	4	5
3. Yeni ilgi alanları keşfettim.	0	1	2	3	4	5
4. Kendime güven hissinde artış oldu.	0	1	2	3	4	5
5. Manevi konuları daha iyi anlamaya başladım.	0	1	2	3	4	5
6. Başım sıkıştığında insanlara güvenebileceğimi daha iyi anladım.	0	1	2	3	4	5
7. Yaşamım için yeni bir yön belirledim.	0	1	2	3	4	5
8. Kendimi diğer insanlarla çok daha yakın hissetmeye başladım.	0	1	2	3	4	5
9. Duygularımı ifade etmeye daha çok istekliyim.	0	1	2	3	4	5
10. Zorlukları göğüsleyebileceğimi daha iyi anladım.	0	1	2	3	4	5
11. Yaşamımda daha iyi şeyler yapabiliyorum.	0	1	2	3	4	5
12. Her şeyi olduğu gibi, daha çok kabullenebiliyorum.	0	1	2	3	4	5
13. Her günümü daha iyi değerlendirebiliyorum.	0	1	2	3	4	5
14. Daha önce var olmayan yeni olanaklara kavuştum.	0	1	2	3	4	5
15. Diğer insanlara karşı daha şefkatliyim.	0	1	2	3	4	5
16. İlişkilerime daha çok emek sarf etmeye başladım.	0	1	2	3	4	5
17. Değişmesi gereken şeyleri değiştirebilmek için daha çok çaba harcıyorum.	0	1	2	3	4	5
18. Daha güçlü bir inanca sahibim.	0	1	2	3	4	5
19. Düşündüğümden çok daha güçlü olduğumu keşfettim.	0	1	2	3	4	5
20. İnsanların ne kadar mükemmel olabildiklerine dair çok şey öğrendim.	0	1	2	3	4	5
21. Başkalarına ihtiyaç duyuyor olmayı daha çok kabullendim.	0	1	2	3	4	5

ETİK KURUL İZNI

İSTANBUL NİŞANTAŞI UNIVERSITY	T.C. İSTANBUL NİŞANTAŞI ÜNİVERSİTESİ REKTÖRLÜĞÜ ETİK KURULU	Evrak Tarihi 01.02.2024 Evrak Numarası 20240201-46	
Sayın Nilsu Işık İstanbul Nişantaşı Üniversitesi Lisansüstü Eğitim Enstitüsü Psikoloji (Tezli) İstanbul Nişantaşı Üniversitesi, Etik Kurulu Başkanlığına 29/01/2024 tarihinde incelenmek üzere başvurmuş olduğunuz “Üniversite Öğrencilerinde Çocukluk Çağı Travmaları, Öz Yeterlilik İnancı ve Travma Sonrası Büyüme Arasındaki İlişkiler” başlıklı çalışmanız, 01/02/2024 tarihli 2024/02 numaralı etik kurul toplantısında değerlendirilmiştir. Kurulumuz tarafından yapacağınız araştırmanın etik açıdan uygunluğuna oy birliğiyle karar verilmiştir. Bilgilerinize rica ederim. 01.02.2024 Doç. Dr. Gözde MERT Etik Kurulu Başkanı			
BAŞVURU BİLGİLERİ			
Araştırmacı(lar)	Nilsu Işık	Başvuru Tarihi	29/01/2024
Danışman/Yürütücü	Dr. Öğr. Üyesi Selçuk Aslan	Araştırma Türü	Tarama Çalışması
Program/Alan	Psikoloji (Tezli)	Etik kurul Toplantı Tarihi	01/02/2024
Çalışma Niteliği	Yüksek Lisans Tezi	Etik Kurul Karar No	2024/02