



T.C.
ÇAĞ ÜNİVERSİTESİ
SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ
PSİKOLOJİ ANABİLİM DALI

**ÇOCUKLUK ÇAĞI TRAVMALARI ve ALEKSİTİMİ İLİŞKİSİNDE ANA
BABAYA BAĞLANMA ve PSİKOLOJİK DAYANIKLILIĞIN ARACI
ROLÜNÜN İNCELENMESİ**

Suna KOCA

Danışman : DR. ÖĞR. ÜYESİ Seher AKDENİZ

Jüri Üyesi : DR. ÖĞR. ÜYESİ Mustafa KALE

Jüri Üyesi : DR. ÖĞR. ÜYESİ Hatice HARMANCI

YÜKSEK LİSANS TEZİ

MERSİN, AĞUSTOS 2021

T.C
ÇAĞ ÜNİVERSİTESİ
SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ MÜDÜRLÜĞÜ' NE

2018100109 numaralı öğrencimiz olan **SUNA KOCA** tarafından hazırlanan “**Çocukluk Çağı Travmaları ve Aleksitimi İlişkisinde Ana Babaya Bağlanma Ve Psikolojik Dayanıklılığın Aracı Rolünün İncelenmesi** ” başlıklı bu tez çalışması jüri üyelerimiz tarafından **oy birliği/oy çokluğu** ile **PSİKOLOJİ** Anabilim Dalında **YÜKSEK LİSANS TEZİ** olarak kabul edilmiştir.

Üniv. Dışı asıl üye - Tez Danışmanı - Jüri Başkanı: Dr. Öğr. Üyesi Seher AKDENİZ

Üniv. İçi – Jüri asıl Üyesi: Dr. Öğr. Üyesi Mustafa KALE

Üniv. Dışı - Jüri asıl Üyesi: Dr. Öğr.Üyesi Hatice HARMANCI
(KTO Karatay Üniversitesi)

Yukarıdaki imzaların, adı geçen öğretim elemanlarına ait olduklarını onaylarım.

03 / 08 / 2021

Doç. Dr. Murat KOÇ

Sosyal Bilimler Enstitüsü Müdürü

Not: Bu tezde kullanılan özgün ve başka kaynaktan yapılan bildirişlerin, çizelge, şekil ve fotoğrafların kaynak gösterilmeden kullanımı, 5846 Sayılı Fikir ve Sanat Eserleri Kanunu'ndaki hükümlere tabidir.

İTHAF

Rahmetli babacığım İdris KOCA'ya ve
rahmetli kardeşim Fatih KOCA'ya
İTHAF EDİLMİŞTİR.

ETİK BEYANI**Öğrencinin**

Adı – Soyadı : Suna KOCA
Numarası : 2018100109
Ana Bilim / Bilim Dalı : PSİKOLOJİ
Programı: : Tezli Yüksek Lisans (X) Doktora ()
Tezin Adı : ÇOCUKLUK ÇAĞI TRAVMALARI ve ALEKSİTİMİ
İLİŞKİSİNDE ANA BABAYA BAĞLANMA ve PSİKOLOJİK
DAYANIKLILIĞIN ARACI ROLÜNÜN İNCELENMESİ

Bu araştırmanın başlangıcından sonuçlanmasına kadar ki bütün aşamalarında bilimsel etiğe ve akademik kurallara özenle riayet edildiğini, tez içindeki bütün bilgilerin etik davranış ve akademik kurallar çerçevesinde hazırlanarak sunulduğunu, ayrıca tez yazım kurallarına uygun olarak hazırlanan bu çalışmada başkalarının eserlerinden yararlanılması durumunda bilimsel kurallara uygun olarak atıf yapıldığını bildiririm.

SUNA KOCA

TEŞEKKÜR

Tezimin her aşamasında olumlu eleştiri ve yönlendirmeleri ile bana yardımcı olan hocalarım Dr. Öğr. Üyesi Mustafa KALE'ye ve Dr. Öğr. Üyesi Hatice HARMANCI hocalarıma derinden teşekkür ederim.

Bu çıktığım zorlu yolda, benden hiçbir zaman desteğini esirgemeyen sahip olduğum en önemli varlık olan canım annem Gönül KOCA'ya, tez çalışmam süresince bütün sıkıntılarımı benimle paylaşan, manevi desteğini hiçbir zaman benden esirgemeyen, çalışmam için beni sürekli güdüleyen aileme özellikle teyzelerim Fadime BÜYÜKÖZDEMİR, Ayşe BÜYÜKÖZDEMİR, ve Rabia KATIRCI'ya çok teşekkür ederim.

Her ne zaman zorda kalsam her zaman enerjisiyle, samimiyetiyle ve istatistik konusunda engin bilgisiyle yanımda olan ve bu araştırmanın istatistiksel çözümlerinde bana yardımcı olan yüksek lisans arkadaşım ve yol arkadaşım Nazım ŞEN'e , her daim yardıma yetişen canım kuzenim ve kız kardeşim Nursel ÇALIŞKAN'a, dostluğu, fikirleri ve değerlendirmeleri ile her zaman bana ışık tutmuş olan dostum Yeliz KESER'e, her zaman yanımda olduğunu bana hissettiren dostum Gönül ÖZDOĞRU' ya , her zaman yanımda olsa da, olamasada kalben ve ruhen yanımda olduğunu hissettiren can yoldaşım, yaşam enerjimin en büyük kaynağı, benim için dosttan çok daha fazlasını ifade eden canım, dostum ve kardeşim BUKET YILDIRIM'a en derinden şükranlarımı sunarım.

Son olarak, bu araştırmanın gerçekleştirilmesinde danışmanlık yaparak, büyük bir sabır ile çalışmalarımı yönlendiren, çalışma ve yaşam sevincini bana yansıtan, karşılaştığım tüm sorunlarda bana yardımcı olan, ışık tutan ve manevi desteğini benden esirgemeyen dostum, meslektaşım ve değerli Tez danışmanı hocam Dr. Öğr. Üyesi Seher AKDENİZ'e sonsuz teşekkür ederim.

ÖZET**ÇOCUKLUK ÇAĞI TRAVMALARI VE ALEKSİTİMİ İLİŞKİSİNDE ANA
BABAYA BAĞLANMA VE PSİKOLOJİK DAYANIKLILIĞIN ARACI
ROLÜNÜN İNCELENMESİ****Suna KOCA****Yüksek Lisans Tezi, Psikoloji Ana Bilim Dalı****Tez Danışmanı: Dr. Öğr. Üye. Seher AKDENİZ****Ağustos 2021, 102 sayfa**

Bu araştırmada çocukluk çağı travmaları ile aleksitimi ilişkisinde ana-babaya bağlanma ve psikolojik dayanıklılığın aracı rolü incelenmiştir. Araştırmaya Konya ilinde yaşayan 17 yaş ve üzeri 360 birey katılmıştır. Katılımcıların sosyodemografik bilgilerine ulaşmak için “Kişisel Bilgi Formu”, çocukluk dönemindeki travmatik yaşantıları ölçmek için “Çocukluk Çağı Travmaları Ölçeği (ÇÇTÖ)”, aleksitimi ölçmek için “Toronto Aleksitimi Ölçeği (TAÖ-20)”, ana-babaya bağlanma düzeylerini ölçmek için “Ana-Babaya İlişkin Görüşler Ölçeği” (ABIÖ), psikolojik dayanıklılık düzeylerini ölçmek için “Psikolojik Dayanıklılık Ölçeği (PDÖ-IIIR)” uygulanmıştır. Sonuçlar SPSS programı ile analiz edilmiş ve veriler bağımsız t-test, tek yönlü varyans analizi, korelasyon ve aracılık analizleriyle elde edilmiştir. Katılımcıların çocukluk çağı travmaları, ana babaya bağlanma, psikolojik dayanıklılık ve aleksitimi düzeyleri arasında ilişki olup olmadığını incelemek için yapılan korelasyon analizi sonucunda aleksitiminin çocukluk çağı travmaları ile pozitif yönde, ana babaya bağlanma ve psikolojik dayanıklılık ile ise negatif yönde ve anlamlı düzeyde ilişkili olduğu bulunmuştur. Çocukluk çağı travmasının aleksitimi ile ilişkisinde ana babaya bağlanma ve psikolojik dayanıklılığın aracı rolünü incelemek amacıyla yapılan Paralel Çoklu Aracı Değişken analizi sonucunda, çocukluk çağı travmaları ile aleksitimi ilişkisinde ana babaya bağlanma ve psikolojik dayanıklılığın tam aracı rol üstlendiği bulunmuştur.

Anahtar Kelimeler: Çocukluk Çağı Travmaları, Ana Babaya Bağlanma, Psikolojik Dayanıklılık, Aleksitimi

ABSTRACT**INVESTIGATION OF THE INTERMEDIARY ROLE OF
PSYCHOLOGICAL RESILIENCE IN THE RELATIONSHIP OF CHILDHOOD
TRAUMAS AND ALEXITHYMIA****Suna KOCA****Master Thesis, Department of Psychology****Supervisor: Dr. Seher AKDENİZ****August 2021, 102 pages**

In this study, the mediating role of attachment to parents and psychological resilience in the relationship between childhood traumas and alexithymia has been examined. 360 individuals aged 17 and over living in Konya participated in the research. To reach the sociodemographic information of the participants, "Personal Information Form", to measure traumatic experiences in childhood "Childhood Trauma Scale (CTS)", to measure alexithymia "Toronto Alexithymia Scale (TAS-20)", and to measure parental attachment levels of the participants the "Opinions About Parents Scale" (API) and to measure the levels of psychological resilience "Psychological Resilience Scale (PSS-IIIR)" have been given to the participants. The results have been analyzed with the SPSS program and the data has been obtained by independent t-test, one-way analysis of variance, correlation and mediation analysis. As a result of the correlation analysis performed to examine whether there is a relationship between the childhood traumas, parental attachment, resilience and alexithymia levels of the participants, it has been found that alexithymia has been positively and significantly associated with childhood traumas, while negatively and significantly related to parental attachment and psychological resilience. As a result of the Parallel Multimedia Variable analysis performed to examine the mediator role of attachment to parents and psychological resilience in the relationship between childhood trauma and alexithymia, it has been found that attachment to parents and psychological resilience play a full mediator role in the relationship between childhood traumas and alexithymia.

Keywords: Childhood Traumas, Attachment to Parents, Resilience, Alexithymia

ÖN SÖZ

Bu çalışma konusunu seçmemde çocukluğumla ilgili çoğunlukla pek çok olumsuz sahneyle karşı karşıya kalmış olmamın beni etkilediğini düşünüyorum. Maalesef ataerkil ve cinsiyetçi bir kültürden gelmiş olmanın verdiği dezavantaj zaman zaman fikirlerimin önemsenmemesine ve sürekli duyduğum olumsuz yaklaşımlar, yetiştirildiğim ortamda gördüğüm susturulma muamelesine sebep olarak beni bir süre sonra aleksitimik bir birey yaptığını düşündüm. Bu durum da beni hep kendimle daha çok konuşmaya, bunların sebeplerini düşünmeye ve tartışmaya yönlendirdi ve hayatımla ilgili sürekli olumlama yapmak zorunda bıraktı.

Uzun süre dezavantajlı olduğumu hissetmek hep beni bir adım geride bırakmıştı. Sonra içime daha çok kapandığımı farkettiğimde artık duygularımı ifade edemediğimi gördüm. Bir adım geride kalmak şu ana kadar başaramadığımı düşündüğüm pek çok şeyin altyapısıydı. Psikoloji eğitimlerim sürecinde öğrendiğim aleksitimi kavramı bu bağlamda oldukça ilgimi çekti ve kendim hakkında daha çok sorgulamam ve bilgiye sahip olma isteği uyandırdı. Bu bağlamda tez çalışmamda hem kendi iç dünyama hem de pek çok araştırmaya ışık tutacağına inandığım bu çalışmayı yapmaya karar verdim.

İnsan hayatının kendisi için hep bir keşif olduğunu ve bunun sonsuz olduğuna inananlardanım. Hayatındaki her travmanın onda izler bırakmasının yanısıra onu güçlendirdiğini ve olgunlaştırdığına inanıyorum. Bu cümleleri kurarken aklımdan geçen düşünceleri doğru ve şeffaf bir şekilde aktarmaya çalıştım. Umuyorum ki, kendimi daha çok analiz etmek için çıktığım bu yolda umarım bu çalışma hem alanda hem de alan dışında pek çok araştırmacıya ışık tutar.

İÇİNDEKİLER

Sayfa No

KAPAK	i
ONAY	ii
İTHAF	iii
ETİK BEYANI	iv
TEŞEKKÜR	v
ÖZET	vi
ABSTRACT	vii
ÖN SÖZ	viii
İÇİNDEKİLER	ix
KISALTMALAR	x
TABLO LİSTESİ	xi
ŞEKİLLER LİSTESİ	xii
EKLER LİSTESİ	xiii
1. GİRİŞ	1
2. YÖNTEM	40
2.1. Katılımcılar	40
2.2. Araştırmanın Yapılışı.....	40
2.3. Araştırmada Kullanılan Materyaller.....	40
2.3.1. Demografik Bilgi Formu	40
2.3.2. Ana Babaya İlişkin Görüşler Ölçeği	40
2.3.3. Çocukluk Çağı Travma Ölçeği (ÇÇTÖ).....	41
2.3.4. Toronto Aleksitimi Ölçeği (TAÖ-20)	41
2.3.5. Psikolojik Dayanıklılık Ölçeği - PDÖ	42
2.4. Araştırmanın Modeli.....	43
3. BULGULAR	44
4. TARTIŞMA VE SONUÇ	55
KAYNAKÇA	63
EKLER	80

KISALTMALAR

ÇÇTÖ	: Çocukluk Çağı Travma Ölçeği
ÇTQ	: Childhood Trauma Questionnaire
TAÖ	: Toronto Aleksitimi Ölçeği
ABIÖ	: Ana-Babaya İlişkin Görüşler Ölçeği
PDÖ	: Psikolojik Dayanıklılık Ölçeği
WHO	: Dünya Sağlık Örgütü

TABLO LİSTESİ

Tablo 1. Katılımcıların Demografik Özelliklerine Göre Dağılımı	44
Tablo 2. Kız Ve Erkek Üniversite Öğrencilerinin Aleksitimik Alt Boyutlarının Puanlarının Cinsiyet Değişkenine İlişkin T Testi Sonuçları	45
Tablo 3. Üniversite Öğrencilerinin Aleksitimi Düzeylerinin Ailelerinin Gelir Seviyelerine Göre Ortalama, Standart Sapma Ve Tek Faktörlü Anova Sonuçları	47
Tablo 4. Üniversite Öğrencilerinin Aleksitimi Düzeylerinin Ailelerinin Gelir Seviyelerine Göre Hangi Gelir Düzeylerinde Farklılaştığını Gösteren Tukey Testi Sonuçları	48
Tablo 5. Üniversite Öğrencilerinin Aleksitimi Düzeylerinin Anne Eğitim Düzeyine Göre Ortalama, Standart Sapma Ve Tek Faktörlü Anova Sonuçları	49
Tablo 6. Üniversite Öğrencilerinin Aleksitimi Düzeylerinin Baba Eğitim Düzeyine Göre Ortalama, Standart Sapma Ve Tek Faktörlü Anova Sonuçları	50
Tablo 7. Çocukluk Çağı Travmaları, Ana Babaya Bağlanma, Psikolojik Dayanıklılık Ve Aleksitimi Arasındaki İlişki	51
Tablo 8. Çocukluk Çağı Travmalarının Anne Babaya Bağlanma Ve Psikolojik Dayanıklılık Aracılığı İle Aleksitimi Üzerine Dolaylı Etkileri.....	53

ŞEKİLLER LİSTESİ

Şekil 1. Araştırmanın Hipotez Modeli	52
Şekil 2. Aracı Model Bulguları	53

EKLER LİSTESİ

Ek 1- Etik Kurul İzin Formu.....	80
Ek 2- Tez Etik Anket İzin İstek Onay Mailleri.....	82
Ek 3- Ölçek İzinleri.....	83
Ek 4- Demografik Bilgi Formu	82
Ek 5- Çocukluk Çağı Travmaları Ölçeği.....	83
Ek 6- Anne-Babaya İlişkin Görüşler Ölçeği-I-II.....	84
Ek 7- Türkçe Toronto Aleksitimi Ölçeği TAÖ-20.....	85
Ek 8- Psikolojik Dayanıklılık Ölçeği	86
Ek 9- Çağ Üniversitesi Tez Anket İzin Ortak Yetki	87
Ek 10- Selçuk Üniversitesi Tez Anket İzni	88

1. GİRİŞ

Travma her etnik köken, yaş, cinsel yönelim, cinsiyet, psikososyal arka plan ve coğrafi bölgeden insanları etkileyebilir (SAMHSA, 2014). Yine de iki kişi aynı deneyime maruz kalabilir ve çok farklı tepkiler gösterebilir (Nakai vd, 2015). Bu kısmen psikolojik dayanıklılığı ifade eder (Nakai vd., 2015; Rutter, 1987). Psikolojik dayanıklılık, olumsuz çevresel koşullara uyum sağlama yeteneği olarak tanımlanmaktadır (Basim ve Çetin, 2011). Dayanıklılık, bireysel özellikler, aile uyumu ve desteği ve dış destek sistemleri ile belirlenir (Basim ve Çetin, 2011). Simeon vd.'nin 2007'de yaptığı çalışmada, çocukluk çağı travmasının psikolojik dayanıklılık ile güçlü bir ters ilişkiye sahip olduğu tespit edilmiştir. Travma yaşayan bireylerin depresyon yaşama olasılığının olduğu kanıtlanmış olsa da, araştırmalar aynı zamanda daha fazla dayanıklılığın, depresyon gibi önemli ölçüde olumsuz yaşam sonuçlarıyla daha az ilişkili olduğunu göstermektedir (Spilman, Smith, Schirmer ve Tonui, 2015; Wagnild ve Young 1993). Ancak, travmaya maruz kaldıktan sonra dayanıklılığın depresyonun varlığı ve şiddeti üzerindeki etkileri ile ilgili araştırmalar büyük ölçüde bilinmemektedir ve daha çok araştırmaya ihtiyaç vardır (Wingo vd., 2010). Bu çalışmanın amacı, güncel literatürü genişletmek ve çocukluk çağı travması ile aleksitimi arasındaki ilişkide ana-babaya bağlanma psikolojik dayanıklılığın aracı rolünü araştırmaktır.

Amerikan Psikiyatri Birliği (American Psychiatric Association, 2015), travmayı olumsuz bir olaya duygusal bir tepki olarak tanımlar. Travmatik olay türleri şunları içerir: cinsel istismar, fiziksel istismar, duygusal istismar, ihmal, aile içi veya diğer şiddete maruz kalma veya tanık olma, okul şiddeti, zorbalık, zorla yerinden etme ve savaşın yanı sıra ebeveyn kaybı, ebeveyn boşanması, bakıcıların olması psikiyatrik rahatsızlık, çocukluk hastalıkları, aile içi şiddet, temel bakım eksikliği, terk, yiyecek veya barınaktan mahrum kalma, cesaret ve destek eksikliği ile başa çıkma (Arseneault vd., 2011; Butchart, 2006; SAMSHA, 2014).

Travmanın etkileri, genel olarak topluluklar üzerinde ağır yükler oluşturmaktadır. Araştırmalar, travma yaşamının madde bağımlılığı ve depresyon, reaktif bağlanma bozukluğu, travma sonrası stres bozukluğu, akut stres bozukluğu ve uyum bozukluğu gibi çeşitli ruh sağlığı bozuklukları ile ilişkili olduğunu göstermiştir (Delker ve Freyd, 2014). Travmadan kurtulanlar, travma yaşamamış bireylere göre dört kat daha fazla depresyon belirtileri ve diğer ciddi ruh sağlığı sorunları yaşamaktadır. Çocukken istismara uğramış birçok kişi daha sonra ruh sağlığı bozukluklarının semptomlarını

geliştirir. Nitekim, çocuk istismarının ardından ciddi bir akıl hastalığına yakalanma riski %33'e kadar artmaktadır (Hoven vd, 2005; Kessler vd, 2010). Travma ile ilişkili semptomlar kısa vadeden ömür boyu yaşanmaktadır ve travma yaşayan bireylerin duygusal, bilişsel, fizyolojik, kişilerarası ve davranışsal alanlarda zorluk yaşaması muhtemeldir (SAMSHA, 2014).

Travma, davranışsal, duygusal, sosyal, fiziksel ve bilişsel alanlar dahil olmak üzere çeşitli alanlarda çocuk gelişimini etkiler (Carr, Martins, Stingel, Lemgruber ve Jurena, 2013). Çocukluk döneminde travma yaşamak, yetişkinlerde psikopatolojinin artmasıyla bağlantılıdır (Spilman, Smith, Schirmer ve Tonui, 2015). Carr, Martins, Stingel, Lemgruber ve Juruena (2013) tarafından yürütülen bir çalışmada, yetişkinlerde travma ile zihinsel sağlık sorunlarının yaygınlığı arasındaki ilişki gözden geçirilmiştir. Sonuçlar, cinsel istismarın majör depresyon ile diğer herhangi bir akıl sağlığı bozukluğundan daha güçlü bir ilişkiye sahip olduğunu göstermiştir. Fiziksel istismara maruz kalan bireylerin, kişilik gibi diğer birçok akıl sağlığı endişesiyle birlikte depresyon yaşama olasılığı daha yüksek olduğu bulunmuştur. (Carr vd, 2013)

Dünya Sağlık Örgütü'ne göre çocukların yaklaşık yarısı çocuk istismarı veya ihmali yaşamaktadır (WHO, 2002). Bu araştırma, çocukluk çağı travmaları ile aleksitimi arasındaki ilişkiyi ve bu ilişkide bağlanmanın ve psikolojik dayanıklılığın rolünü ortaya çıkarmak amacıyla yapılmıştır. Çalışmanın ilerleyen bölümünde öncelikle çocukluk çağı travmalarına ilişkin tanım ve genel bilgiler verilmiş ve çocukluk çağı travmaları ile aleksitimi arasındaki ilişki ile ilgili literatür gözden geçirilmiştir.

Araştırmanın Amacı

Bu çalışmanın temel amacı, üniversite öğrencilerinde çocukluk çağı travmaları ve aleksitimi ilişkisinde ana babaya bağlanma ve psikolojik dayanıklılığının aracı rolünü incelemektir. Araştırmada ayrıca bağımlı değişken olan aleksitiminin cinsiyet, yaş ve sosyo ekonomik durum özelliklerine göre farklılaşıp farklılaşmadığı incelenmiştir.

Araştırmanın Önemi

Yurt içi literatüre bakıldığında çocukluk çağı travma konusunun daha çok tıpta uzmanlık ve klinik psikoloji alanında çalışıldığı, psikolojik dayanıklılık ve aleksitimi konusunun ise daha çok sosyal psikoloji alanında çalışıldığı görülmüştür. Çocukluk çağı travması ile dayanıklılık konusunu klinik anlamda ele alan çok az sayıda çalışmaya rastlanmış olup, bu çalışmalarda içerik bakımından da farklılıklar bulunmaktadır. Çocukluk çağı travması, psikolojik dayanıklılık, ana babaya bağlanma ve aleksitimi

konularını bir arada ele alan bir çalışmaya ise rastlanmamıştır. Bu nedenlerden dolayı araştırmanın literatüre katkı sağlayacağı düşünülmektedir.

Psikolojik dayanıklılık, riske veya zorluğa rağmen ortaya çıkan adaptasyon teşhisi ile başlar. Psikolojik zorluklar stresi ifade eder. Risk faktörleri, kişinin yaşadığı stresli olaya uyum sağlamasını zorlaştırarak yetkinlik gösterme yeteneğini azaltabilir (Özer, 2013).

Brooks ve Goldstein (2003), psikolojik dayanıklılığın niteliklerini şu şekilde açıklamıştır:

- Yaşamın kendi kontrolü altında olduğu duygusu,
- Strese dayanıklılık, problem çözme ve karar verme becerileri,
- Empatik olma, etkili iletişim ve diğer kişilerarası gösterme yeterlilikler,
- Gerçekçi amaç ve Beklentileri ortaya çıkarmak,
- Başarısızlıktan öğrenmek,
- Topluma katkıda bulunmak, toplum hizmeti faaliyetlerinde yer almak, diğer insanlara yardım etmek,
- Değerlerle bezenmiş sorumlu bir yaşam sürmek (Özer, 2013).

Travmatik bir deneyimin veya stresli bir durumun tek başına olumsuz sonuca yol açması mümkün değildir. Bunun yerine, stres faktörlerinin birikimi, kronik ve yaygın ortaya çıkış olası riski tetikler ve olumsuz sonuçlara neden olur (Özer, 2013).

Çağımızda insanlarla etkileşimlerimiz artarken nitelikleri azalmaktadır. Kendini ifade edemeyen birey, kendisine yabancılaşır ve bunu yetiştireceği gelecek nesillere aktarabilir. Bu anlamda bireyin psikolojik olarak sağlıklı bir yaşam sürmesi gittikçe zorlaşmaktadır. İlgili literatür incelendiğinde araştırmanın değişkenleri olan çocukluk çağı travmaları, aleksitimi, ana babaya bağlanma ve psikolojik sağlamlığı içeren bir çalışmaya rastlanmamıştır. Bu değişkenlerin birbirini etkileyip etkilemediği, hangi değişkenlerin hangi konularda cevap beklediği gibi sorular önem kazanmaktadır.

Araştırma Soruları

Araştırmanın temel hipotezleri doğrultusunda aşağıdaki araştırma soruları oluşturulmuştur.

- 1) Üniversite öğrencilerinde aleksitimi; cinsiyet, yaş ve sosyo-ekonomik durumlarına göre farklılaşmakta mıdır?
- 2) Üniversite öğrencilerinde çocukluk çağı travmaları ve aleksitimi arasında ilişki var mıdır?

3) Üniversite öğrencilerinde çocukluk çağı travmaları ve aleksitimi arasındaki ilişkide bağlanma ve psikolojik dayanıklılığın aracı rolü var mıdır?

Araştırmanın Sayıtları

Araştırmaya katılan 360 öğrencinin Demografik Bilgi Formu'nu, Toronto Aleksitimi Ölçeği'ni, Çocukluk Çağı Travmaları Ölçeği'ni, Bağlanma Ölçeği'ni, Psikolojik Dayanıklılık Ölçeği'ni objektif, içten, gerçek duygu ve düşünceleriyle doldurduğu varsayılmaktadır. Ölçeklerin çalışma konusuna uygun olduğu varsayılmıştır. Araştırmaya katılan, öğrencilerin evreni kapsayacak niteliklerde oldukları varsayılmıştır.

Araştırmanın Sınırlılıkları

Bu araştırma 17 yaş ve üzeri üniversite öğrencilerinden alınan bilgiler ile sınırlıdır. Anketlerin COVID-19 sürecinden dolayı çevrim-içi platformlarda oluşturulan ölçeklerle toplanması sadece bilgisayara ve internete erişimi olan bireylere ulaşılabilmesi sonucuna yol açmıştır. Bu durum araştırmanın sınırlılığı olarak değerlendirilmiştir. Ayrıca, araştırma değişkenleri, ilgili ölçeklerin ölçtüğü niteliklerle sınırlıdır.

Araştırma, Konya İl Merkezinde yaşayan, Selçuk Üniversitesinde okuyan 17 yaş ve üzeri 360 kişiyi kapsamaktadır.

Tanımlar

Çocukluk Çağı Travmaları: Bireylerin, 18 yaşından önce duygusal, cinsel ve fiziksel istismar ve ihmalin yanı sıra anne-baba kaybı, anne ve babanın ayrılması, anne-babanın boşanması, şiddete tanıklık etmesi, göç, doğal afet veya kazaya maruz kalmasıdır (Herman, 2011).

Bağlanma: Temel yaşam becerilerinden yoksun halde dünyaya gelen bebeğin kendisine bakım verecek kişiye ihtiyaç duyması ve bir bağ oluşturması kaçınılmazdır. Yeni doğan ile bakım veren arasında kurulan bu ilişkinin güven verici nitelikte olması sağlıklı ilişkilerin gelişmesinde etkindir. Yeni doğanın kaygı duyduğunda, kendini rahatsız hissettiğinde bir nesneyle bağ kurma arzusu taşımasını Bowlby (1980) bağlanma olarak açıklamaktadır.

Aleksitimi: Sifneos (1972) aleksitimi kavramını duygulara dair sözün olmayışı, tam anlamıyla "duygular için kelimelerin yokluğu" anlamına gelen, duygusal işlevsellikte kısmi bir daralma, hayal gücünün zayıflaması ve duyguları tanımlamak için uygun kelimelerin bulunmaması olarak tanımlamıştır (Sifneos, 1972).

İhmal: Çocuğun ihtiyaç duyduğu bakım ve korunmadan mahrum bırakılmasıdır. Çocuğun beslenme, bakım, denetim ve eğitim gibi ihtiyaçlarının karşılanamaması bir hareketsizlik halidir (Kaplan ve Sadock, 2016).

İstismar: 18 yaş altı çocuklara karşı bilerek veya bilmeyerek zihinsel, fiziksel, duygusal ve sosyal gelişimlerine zarar veren her türlü eylem. Literatürde duygusal istismar, fiziksel istismar ve cinsel istismar kavramlarıyla açıklanmaktadır (Zeytinoğlu, 1999).

Psikolojik Dayanıklılık: Travmatik yaşam olayları, stres ve tehdit içeren durumlar karşısında kişilerin iyi bir uyum gösterebilme sürecidir (APA, 2018)

Kavramsal Çerçeve

Travma

Travma, bireyin fiziksel ve ruhsal varlığını birçok farklı şekilde derinden etkileyen, zarar veren ve yaralayan olaylar olarak ifade edilmektedir. Kişinin veya yakınlarının zihinsel ve fiziksel varlığına büyük ve beklenmedik bir tehlike olarak aniden ortaya çıkan şiddet olayları travmatik olarak tanımlanmaktadır. Genel olarak travmatik olaylar, uçak veya trafik kazaları, doğal afetler, şiddetli dayak veya işkenceye maruz kalma, tecavüze uğrama, rehin alınma, uzun süre savaş mağduru olma vb. durumları kapsar. Durumun kısa mı yoksa uzun süreli mi olduğuna göre kişinin bu zor olaylara karşı direncine, kalıtsal yapısına, geliştirmiş olduğu benlik gücüne, gelişimsel özelliklerine, engelli olup olmamasına göre değişiklik gösterebilir (Öztürk, 2007).

Psikolojik travma araştırmalarının tarihsel sürecine baktığımızda ilginç bir seyir görülmektedir. Araştırmalar bir dönem çok aktif bir şekilde ilerlerken bir dönem konu üzerinde durulmamıştır. Aslında burada tam bir unutkanlık veya ihmalden söz edilmiyor. Bu durumun altında yatan nedene baktığımızda hem doğal dünyadaki insanın kırılganlığını hem de insan doğasındaki kötülük kapasitesiyle yüzleşmeyi içerir (Herman, 2007). Bu süreçte Kempe'nin 1962 yılında yaptığı "Hırpalanmış Çocuk Sendromu" tanımı bu konudaki çalışmalara hız vermiştir. Ebeveyn-çocuk ilişkisini gözlemlemeye dayalı çalışmalara 1970'li yıllarda başlanmıştır (Polat, 2007).

Travmanın bir kavram olarak psikiyatriye girişi, Vietnam Savaşı'ndan sonra travmatik stres üzerine bir çalışma alanının ortaya çıkmasıyla başladı. 1980 yılında, "Travma Sonrası Stres Bozukluğu" resmi olarak DSM III tanı kitabına dahil edilmiştir. Ruhsal Bozuklukların Tanısal ve Sayımsal El Kitabında travma kavramı da tanı ölçütleri açısından değişikliğe uğramıştır (Kokurcan ve Özsan, 2012; Briere ve Scott, 2016).

Amerikan Psikiyatri Birliği (APA) travmayı Şu Şekilde tanımlar: DSM-5: Ölüme, ciddi yaralanmaya, cinsel Şiddete veya aŐađıdakilerden birinin (veya daha fazlasının) tehdidine maruz kalma: 1) Travmatik olayı doğrudan yaşamak, 2) Kişisel olarak olduğu gibi 3) Bir aile üyesi veya yakın bir arkadaŐının travmatik olayı öğrenmesi, bir aile üyesi veya arkadaŐının ölüm veya ölüm tehlikesi altında olması ve olayların Şiddet veya kaza ile sonuçlanması, 4) Olaya ilişkin rahatsız edici ayrıntılar. 5) Travmatik olay tekrarlanması veya travmatik olaya aşırı maruz kalma (örneğin, ceset kalıntıları gibi çocuk istismarının ayrıntılarına polisin maruz kalması) Sosyal medya, televizyon, film ve resimler yoluyla maruz kalma, bir iş gereksinimi olmadığı sürece bu durumu yaşama (Briere ve Scott, 2016).

DSM-III tanı kitabında psikolojik bütünlüğe yönelik tehdit de travma olarak kabul edilirken, DSM-5'in travmatik olmayan cinsel deneyimlerin (örneğin, Şiddetli duygusal istismar, aŐađılanma) travmatik olmayan değerlendirilmesi ve travmatik olmayan olarak bazı sınırlamaları vardır. Yaşamı tehdit etmeyen ve travmatik olmayan Şiddetli cinsel deneyimler eleŐtirilmiŐtir (Briere ve Scott, 2016).

Travmatik olayların insanlar üzerindeki etkilerine bakıldığında, insanların ezici bir güçle karşı karşıya kaldıkları ve buna karşı kendilerini çaresiz hissettikleri görölmektedir. Afet olarak tanımladığımız travmatik olaylar doğa kaynaklıdır. Ancak, bu travmatik deneyimlerin insan eliyle gerçekleştirilmesi çok daha yıkıcıdır. Travmatik olaylar, insan yaŐamını bozdukları, uyum ve yaşama bağlılığı sürdürmede sorunlara neden oldukları için olađandıŐı kabul edilir. Psikolojik travmaların ortak noktası, temel tanı kitabında belirtildiği gibi "Şiddetli korku, çaresizlik, kontrolü kaybetme ve yok olma tehdidi gibi duyguları barındırmalarıdır. Travmayı diğer olumsuz yaşam olaylarından ayıran özellik bu Şekilde açıklanmaktadır.

Travmanın etkileri düşünöldüğünde, travmanın sıklığının Őiddetinden daha etkili olduğu belirtilmektedir. Travmatik olaylar, insanların kontrol, bağlantı ve anlam duygularını yöneten ve olaylarla baş etme sistemlerini devre dışı bırakır. Travmalar olađandıŐı olduklarından değil, çok Şiddetli olduklarından dolayı başa çıkma becerilerini felç ettikleri için olađandıŐıdır. (Kaylor vd., 1987; Herman, J., 1992; Türksoy, 2003).

Çocuklukta travmatik olaylara maruz kalma, çocuğun yaşamı ve iŐleyiŐi üzerinde geniş kapsamlı bir etkiye sahiptir. Çocuklukta tek bir travmatik olay deneyimi TSSB semptomlarına yol açabilirken, özellikle bakım sistemi içinde meydana geldiğinde tekrarlayan istismar ve ihmal, çocuklukta gelişimsel travma bozukluğu olarak

tanımlanan karmaşık travmaya yol açmaktadır (Van der Kolk, 2005). Gelişimsel travma bozukluğu, travma ipuçlarına yanıt olarak tetiklenen düzensizlik kalıpları (örneğin, duygusal, somatik, davranışsal, bilişsel, ilişkisel ve kendine yükleme), sürekli değişen yüklenmeler ve beklentiler, (örn. koruyucu bakıcıya güvensizlik, gelecekteki mağduriyetin kaçınılmazlığı) ve eğitim, aile, akran, yasal ve mesleki ortamlarda işlevsel bozulma ile karakterize edilir (Van der Kolk, 2005). Bu nedenle, çocuklukta tekrarlanan travmanın sonuçları önemli ve geniş kapsamlıdır. Bir çocuğun yaşamının neredeyse tüm yönleri, tekrarlanan istismar ve ihmalden etkilenir.

Çocuklarda travmatik stresin semptomatik sunumunu farklı faktörler etkiler. Pynoos, Steinberg ve Goenjian (Van der Kolk, 1996), çocukluk ve ergenlikteki travmatik stresle ilgili açıklamalarında, çocukların bir dizi travma sonrası stres belirtileri yaşadıklarını belirtir. Travmatik olaylara maruz kalma düzeyleri, semptomlarının şiddeti ve seyri ile ilişkilidir ve yas, travma sonrası stres, depresyon ve ayrılık kaygısı deneyimleri bağımsızdır ancak birbirleri ile ilişkilidir (Pynoos, Steinberg ve Goenjian in Van der Kolk, 1996). Çocukluk çağı travmaları, çocuklukta başka psikiyatrik hastalıklarda neden olur. Genellikle travma geçirmiş çocuklar Travma Sonrası Stres Bozukluğu (TSSB), ayrılık kaygısı bozukluğu, karşıt olma, karşı gelme bozukluğu, fobik bozukluklar ve Dikkat Eksikliği Hiperaktivite Bozukluğu (DEHB) yaşarlar (Van der Kolk, 2005). Örneğin, çocuklukta kişilerarası travmaya maruz kalmak, depresyon, anksiyete, madde kullanımı, saldırganlık ve kendine zarar verme davranışları gibi içselleştirme ve dışa yönelim bozukluklarına yol açabilir (D'Andrea, Ford, Stolbach, Spinazzola ve Van der Kolk, 2012). Komorbidite nedeniyle, travma semptomlarını diğer tanılarla ilişkili semptomlardan ayırmak zor olabilir. DEHB ile travma teşhisi arasında ayırım yapmak, bu teşhis karmaşıklığına iyi bir örnektir: bir çocuk dikkat bozukluğunun bir ürünü olabilecek dikkat dağınıklığı, dürtüsellik ve zayıf yürütücü işlevler gibi DEHB semptomları gösterebilir. Bununla birlikte, aynı semptomlar, travmaya maruz kalmanın ürettiği bilişsel düzensizlikte açıklanabilir. Ayrıca bozukluklar arasında etkileşimli etkiler olabilir; DEHB'li bireyler TSSB geliştirme riski daha yüksektir ve hem TSSB hem de DEHB'si olan kişiler, bozuklukların daha karmaşık seyri için risk altındadır (Biederman vd, 2013). Bu nedenle, çocuklukta ve ergenlikte travmatik stresle ilişkili semptomlar çok yönlüdür, tanısız olarak karmaşıktır ve diğer psikiyatrik bozukluklarla yüksek oranda ilişkilidir.

Çocukluk travması deneyimleri de gelişimi etkiler. Kötü muameleden kaynaklanan strese uzun süre maruz kalmak, beyin gelişimini nörohormonal, yapısal ve işlevsel

düzeyleerde etkileyen nörobiyolojik olaylara yol açar. Beyindeki çok çeşitli alanlar ve devreler, özellikle uyarılma, duygular ve hafıza sistemlerini düzenleyen sistemler olmak üzere, uzun süreli kötü muameleden etkilenir (Teicher vd, 2003). Nörobiyolojik gelişimle ilgili olarak, tekrarlanan travmatik stres, çok çeşitli gelişimsel süreçlerde kendini gösterir: dikkat, biliş, öğrenme, duygu düzenleme, öz yeterlilik algıları, dürtü kontrolü, ahlaki gelişim, biyolojik olgunlaşma ve benlik ve diğerlerine ilişkin temsillerin tümü etkilenir. Çocukluk travması ile (Van der Kolk vd., 1996) birden fazla mağduriyet deneyimi yaşayan gençlerin psikolojik sorunları daha fazla ruhsal sorunlara neden olduğu bilinen travma birçok şekilde olabilir. Travma, doğal afetler ve kazalar gibi insan veya insan dışı diğer faktörlerden kaynaklanabilir. Travmatik olaylar; trafik ve iş kazaları, deprem, yangın ve sel, beklenmedik ölümler, ciddi/ölümcül hastalıklar gibi doğal afetler, işkence görmek, şiddete maruz kalmak, savaşta uzun süre bombalanmak, teröristlerin elinde rehin tutulmak, tacize maruz kalmak veya tecavüze uğramak gibi eylemlerinden kaynaklanabilir (Öztürk ve Uluşahin, 2016, s. 380).

Travmatik anılar, doğası ve güvenilirliği nedeniyle yüzyıllardır psikiyatrinin ilgi alanında olan tartışmalı bir konu olmuştur. (Van der Kolk ve Fisler, 1995). Travmatik geriye dönük deneyimler, zaman ve hatırlanabilirlik faktörleri nedeniyle sınırlamalara neden olur. Travmatik olaylar hatırlama konusu bu anlamda dikkat çekmektedir. Konuyla ilgili bazı araştırmalar, olumsuz yaşam deneyimlerinin nötr olanlardan daha yaygın olduğunu göstermektedir. Çok az hatırlandığını ortaya koysa da aksini iddia eden araştırmalar da vardır (Christianson ve Loftus, 1990). Brainerd, Stein, Silveira, Rohenkohl ve Reyna (2008) olumsuz olayların tarafsız olaylardan daha fazla yanlış hatırlandığını savunmuşlardır ve çalışmalarında, yanlış hatırlamanın en az olumlu olaylar için geçerli olduğu ve bundan daha fazlasının olumsuz yaşam olayları için geçerli olduğu bulunmuştur. Bu durumun duygusal uyarılmanın yüksek olduğu travmatik yaşam olaylarında azalmış dikkatten kaynaklandığını ve belleğe bağlı olarak belleğin eskisi kadar iyi kodlayamadığını ve saklayamadığını iddia etmişlerdir. Bu hipoteze karşı çıkan çalışmalar, uyarılma arttığı için olaylar daha iyi hatırlandığını savunmuşlardır. (Burke, Heuer ve Reisberg, 1992). Bu kapsamda yapılan bir başka çalışmada ise 8 ve 12 yaştaki çocuklara olumlu, olumsuz ve nötr duygusal uyarım sağlayan kelime kartları gösterilmiştir ve hafızaları test edilmiştir. Sonuç olarak, nötr içerikli çocuk kartlarının, olumsuz içerikli kartlardan daha iyi hatırlandığı gözlemlenmiştir. Yanlış hatırlama yaşla orantılı olarak arttığı tespit edilmiştir. Özetle, olumsuz duygusal uyarımları hatırlamada sansür dolayısıyla deneyimlerin yanlış

hatırlandığı söylenebilir (Howe, 2007). Uzun süreli etki ve travmatik yaşam olaylarının hatırlanması illüzyonların yaygınlığı ve sıklığı, oranlarda değişikliklere neden olmuştur.

Çocukluk Çağı Travmaları

Çocukluk Çağı Travmalarının Tanımı ve Belirtileri

Çocukluk çağı travmaları, bireylerin 18 yaşından önce yaşadıkları duygusal deneyimlerdir. Cinsel ve fiziksel istismar ve ihmalin yanı sıra ebeveyn kaybı, ebeveynlerden ayrılma, ebeveyn boşanması, şiddete tanık olma, göç, kaza veya doğal afet atlatmak olarak tanımlanabilir (Herman, 2011). Konunun önemi ve hassasiyeti kötüye kullanımını disiplinler arası bir fenomen haline getirmiştir. İstismar ve ihmal kavramları, farklı alanlarda çalışan araştırmacılar ve uzmanlar tarafından geliştirilmiştir. Zeytinoğlu (1999) çocuk istismarı kavramını 18 yaş altındaki çocuklara karşı kasıtlı veya kasıtsız olarak yapılan duygusal, zihinsel ve sosyal gelişimlerine zarar veren her türlü psiko-sosyal eylemler olarak tanımlamıştır. Çocuğun ihmali, çocuğun ihtiyaç duyduğu, korunma, bakım, beslenme ve eğitim gibi ihtiyaçlarını karşılayamama olarak belirtilmiştir. Özetle çocuk istismarı aktif, ihmal pasiftir. İstismar ve ihmal kavramlarını anlam bakımından birbirinden ayıran en önemli durumdur. (Kara, Biçer ve Gökalp, 2004). Çocuğa kötü muamele, 18 yaşın altındaki kişiler tarafından istismar ve ihmaldir. Çocukla kurulan güven, sorumluluk ve güç ilişkisi çerçevesinde çocuk, gelişimlerine, sağlıklarına veya yaşamlarına zarar verme veya zarar verme potansiyeli olan herhangi bir eylemi veya eylemsizliği içerir (DSÖ, 2017).

Çocukluk çağı travmaları arasında istismar vakaları çocuk için en travmatik olanı olarak söylenebilir. Güvendikleri biri tarafından çocuk istismarı çocukta güvensizlik, ihanet, hayal kırıklığı gibi zararlara neden olur. (Dönmez vd., 2014). İstismar genellikle çocuğa en yakın kişiler tarafından yapılır. Bunun tekrarlanması, hem istismarın ortaya çıkması hem de çocuğu tedavi etmeyi zorlaştırır. (Johnson, 2000; Yılmaz, 2003).

Çocukluk Travmalarının Nedenleri:

Anne Babaya İlişkin Olan Nedenler: Anne babaya ilişkin; genç yaş, yalnız anne baba, istenmeyen gebelik, deneyimsiz anne baba, erken yaşta şiddete maruziyet, madde kullanımı, doğum öncesi yetersiz bakım, fiziksel ya da ruhsal hastalık, akrabalarla sorunlar, çocuğa ilişkin cinsiyet, prematüre, istenmeyen çocuk, engellilik.

Aileye İlişkin Nedenler: Geniş aile, düşük sosyoekonomik durum, sosyal izolasyon, yüksek stres düzeyleri, aile içi şiddet.

Toplumsal Nedenler: Çocuğun değerinin azalması (azınlık, engellilik, cinsiyet), sosyal eşitsizlikler, organize şiddet (savaşlar, kavgalar, yüksek suç oranları), toplumda şiddete hoşgörüyü bakılması, medya şiddeti, kültürel normlar (Turhan vd , 2006).

Birleşmiş Milletler Çocuk Hakları Sözleşmesi uyarınca “çocuğa uygulanabilecek olan kanuna göre daha erken yaşta reşit olma durumu hariç, on sekiz yaşına kadar her insan çocuk sayılır” (Unicef, 2004). Çocuğa yönelik kötü uygulamalar açısından düşünüldüğünde kime çocuk denileceğinin sınırları burada belirtilmiştir. Çocukluk çağı travması ise çocuğa yönelik tüm istismar ve ihmallerin genel ismi olarak kullanılmaktadır.18 yaş altı çocuklara yönelik kötü muameleler çocuğun fiziksel, duygusal, zihinsel ve toplumsal gelişimini olumsuz yönde etkileyecek biçimdeyse istismar, bakım gözetim, eğitim gibi gereksinimlerinin yerine getirilmemesi biçimindeyse, ihmal olarak ele alınmaktadır (Akt.Yöyen, 2017). Çocukluk travmasına neden olan istismar ve ihmal yaşantıları, çoğunlukla çocuğun ebeveynleri ya da çocuğa bakmakla yükümlü olan yetişkinler tarafından gerçekleştirilen ve çocuğun gelişimi açısından engelleyici ve kısıtlayıcı rol oynayan eylem ve eylemsizlikler olarak tanımlanmaktadır. Çocuk tüm bu eylem ve eylemsizliklerden dolayı fiziksel, ruhsal, cinsel ve sosyal yönlerden olumsuz etkilenmekte, sağlığı ve güvenliği de bir o kadar tehlikeye girmektedir (Taner ve Gökler, 2004). Çocuğun büyüme ve gelişimi açısından bakıldığında birçok yönden olumsuzluk doğuran cinsel istismar ve ihmal her kültürde karşılaşılan bir durumdur. Travma konusunda kültürel bazı özellikler, yeterince kanıtın olmayışı, konu hakkında yanlış öğretiler olmasından dolayı çoğu zaman dikkate alınmamaktadır. Bazen konunun dikkate alınması için ciddi sonuçlarla karşılaşılması büyük bedeller ödenmesi gerekmektedir. Bu anlamda konu hakkında bir bulgudan şüpheleniliyorsa vakit kaybetmeden yasal işlemlerde dahil gerekli adımların atılması oldukça önemlidir (Kara vd, 2004). Çocukların travmaya bağlı yaşadığı duygular travma yaşayan yetişkinlerin yaşadığı duygulara benzer olsa da vermiş oldukları tepkiler açısından farklı olabilmektedir. Yaş faktörüne bağlı olarak travma yaşamış çocukların içinde buldukları stresli durumu ifade etmeye yetecek kadar dil becerisine sahip olamama durumu göz önünde bulundurulmalıdır. Böyle durumlarda çocuklar duygularını farklı davranış biçimleriyle ifade etmektedirler (Herbert, 2016). Özellikle 0-6 yaş aralığında travma mağduru çocuklarda olayların rahatsız edici biçimde istemsizce hatırlanması, çocuklarda oyun içinde yeniden canlandırma biçiminde ve tekrar eden kabuslar görme biçiminde de olabilmektedir. Bunun dışında hatırlatıcı uyaranlardan kaçınma, insanlara veya nesnelere yönelik sözel ya da sözel içerikli

olmayan saldırganlığın dışa yansımaları biçiminde seyreden öfke patlamaları, aşırı huysuzluk davranışları, irkilme, her an tetikte olma, odaklanma sorunları, uyku bozuklukları, akran ve çevresiyle ilişkilerinde bozulma, okulda davranışlarında bozulma şeklinde de gözlemlenebilmektedir Aynı zamanda herhangi bir fizyolojik nedene bağlı olmayan kendine yabancılaşma (depersonalizasyon) ve sanki yaşadıklarını gerçeğdışymış gibi algılama (derealizasyon) gibi çözülme belirtileri de travmaya eşlik eden belirtiler arasındadır (DSM-5, 2014).

Çocukluk Çağı Travma Türleri

Dünya Sağlık Örgütü 1999 raporunda, çocuğa yönelik kötü muameleyi fiziksel istismar, cinsel istismar, duygusal istismar ve ihmal şeklinde dört grupta ele almıştır (WHO, 2006). Bazı araştırmacılar (örneğin, Bernstein vd., 2003) ihmali duygusal ihmal ve fiziksel ihmal olmak üzere iki terime ayırır.

Fiziksel İstismar

Erişkin bir kişinin çocuk üzerinde otorite sağlamak, öfkelerini boşaltma aracı olarak çocuğu kullanmak ve çocuğu cezalandırmak gibi amaçlarla, çocuk üzerinde iz bırakacak biçimde el ya da herhangi bir cisimle şiddet uygulayıcı davranışlarının tümüdür. Bahsi geçen durum sadece dövmek değil ısırma, yakma, vb. diğer şiddet unsurlarını da kapsamaktadır. Burada kaza dışı kasıtlı bir durum söz konusudur (Güner vd, 2010). İstismar durumunun sıklığı, başlangıç yaşı ve son olayda kaç yaşında olduğu ve olayın meydana geliş anında çocuğun yaşadığı rahatsızlık verici durumlar durumun değerlendirilmesi açısından önemli bilgiler sağlamaktadır (Briere ve Elliott, 2003).

Cinsel İstismar

Çocuğun cinsel obje olarak görülmesi ve cinsel tatmin amaçlı kullanılması durumudur. Böyle bir durum çocuğun rızası aranmaksızın istismar kabul edilir. Çocuğa yönelik cinsel penetrasyon (vajinal, anal, oral veya bir obje kullanılarak) veya cinsel amaçlı dokunma, öpme, açıkça davranışa dökülmüş cinsel eylemlerdir (Polat,2007). Bunların dışında çocuğun cinsel ilişkiye tanık edilmesi veya çocuğun böyle bir duruma tanık olması, içerik olarak çocuğun yaşına uygun olmayan cinsel içerikli konuşmalar, teşhircilik, röntgencilik, pornografik içerikli yayınlara çocuğun dahil edilmesi, fuhuşa sürüklenmesi, ensest ilişkiye maruz kalması şeklinde karşımıza çıkabilmektedir (Çeçen,2007). Cinsel istismar açısından en yaygın görülen biçiminin ensest olduğu görülmektedir. Ensest, aile bireyleri veya yakın akrabalar arasında yaşanan cinsel faaliyet ve saldırılar olup çocuğun istismar edilmesi durumudur. Pedofilik bozuklukta ise, ergenlik döneminden önce bir çocuğa yönelik 6 aylık bir süreç boyunca yoğun

cinsel dürtüler ve davranışlarla seyreden cinsel faaliyet söz konusudur (İbioğlu vd., 2018).

Cinsel istismar konusunda da fiziksel istismarda olduğu gibi durumun sıklığı, bu bahsedilen ölçütlerin ne boyutta yaşanmış olduğu oral, anal, vajinal penetrasyon gibi ayrıca istismar eylemini gerçekleştiren kişi sayısı, bu kişi veya kişilerin aileden birisi olup olmadığı başlangıç yaşının ne olduğu, en son durumda kaç yaşında olduğu gibi detaylar durumu doğru analiz edilmesi açısından önemlidir (Briere ve Elliott, 2003). Aile içi gerçekleşen cinsel istismarlar daha çok baba ve baba figürü yerine geçecek kişiler tarafından ve yaşça daha büyük kardeşleri içermektedir. Bu kişiler aile içinde yer aldıklarından, istismarın tekrarlı ve uzun süreli olma riskini barındırmaktadır. Suistimal açısından diğer bir grup ise çocuk bakımını üstlenen görevliler, öğretmenler, din adamları, spor antrenörleri gibi çocuğun yakın temas içinde olduğu kişilerden oluşmaktadır. Toplum içinde belli bir saygınlığa sahip güvenilir kişi olma özellikleriyle kamu içinde genel tahribatlara neden olmaktadır. Kuzey Amerika'da yapılan araştırmalarda cinsel istismar konusunda istismarcıların üçte biri kadarının ergen olduğundan söz edilmektedir. Aynı zamanda 5-10 yaş grubunda akranlarını istismar eden bir grupta tespit edilmiştir (Finkelhor, 1999). Erdoğan vd.'nin (2011) Türkiye'nin dört farklı bölgesinde çocuk ve ergenlere cinsel tacizde bulunan kişilerin karakter özelliklerini tespit etmek amacıyla yaptıkları araştırmada istismarcıların %60,7'nin evli olmadığı, dul veya boşanmış oldukları, %13,2'nin çocuğun ailesinden biri olduğu bilgisine ulaşılmıştır. Uzak akraba ve tanıdık olma oranı ise %64,8 bulunmuştur. Bu çalışmada istismarcıların hepsinin erkek olduğu tespit edilmiştir. İstismarcıların yarıdan fazlasında ise madde kullanım öyküsü bulunmaktadır. Cinsel istismar mağduru bireylerde kendi öz bakımını ihmal etme, kendi bedenine zarar verme davranışları (kesmek, yakmak vb.) ya da madde kullanımı davranışlarına rastlanabilmektedir. Altta yatan nedenlere bakıldığında ise suçlu ve çaresiz bir benlik imajı dikkat çekmektedir. Kişi burada benlik imajıyla başa çıkabilmek için bu olumsuz baş etme yöntemlerine başvurmaktadır. İstismar mağduru bu kişilerin "sevmek ile aşağılanmak, yakınlık ile ihanete uğramak" arasında gidip gelmeleri, durumun asıl yıpratıcı ve zarar veren kısmıdır (Zara, 2004). Zoroğlu vd.'nin (2001) travma mağduru ergenlerle yaptıkları tedavi amaçlı görüşmelerde, ergenlerin bu davranışı içlerinde yaşadıkları acıyı kendi kontrollerindeki başka bir acıyla yer değiştirmek için yaptıklarını belirtmişlerdir. Alanda yapılan araştırmalar cinsel istismarın uzun ve kısa dönemli etkilerinden söz etmektedir. Korku, kaygı, öfke, düşmanca davranışlar,

saldırganlık, endişe, uygunsuz cinsel davranışlar kısa dönemde görülebilirken, daha uzun dönemde depresyon, zayıf benlik algısı, damgalanmaya yönelik duygulanımlar, izole bir yaşantı, diğer insanlara güvenmede sıkıntılar, cinsel işlev bozukluğu, madde bağımlılığı görülebilmektedir (Browne ve Finkelhor,1986).

Duygusal İstismar

Çocuğun duygusal ihtiyaçlarının ve beklentilerinin ebeveyn veya bakım veren kişiler tarafından küçümsenmesi, onurunun kırılması, çocuğa yönelik düşmanca, reddeden bir tavır içinde olmak, utandırmak, alay etmek, eleştirmek, ceza vermek, çocuğa kaldırılabileceğinden fazla sorumluluk yüklemek, sevilmeyen istenmeyen durumuna düşürmek, başkalarının ihtiyaçlarını karşıladığı müddetçe değer taşıdığını hissettirmek gibi fiziksel durumları kapsamaktadır (Polat, 2007). Duygusal istismar yaşayan çocuklar kendi duygularını ifade etme konusunda ve başkalarının duygularını doğru bir biçimde yorumlamakta da zorluk yaşamaktadır. Bu durum ileride kişiler arası iletişim açısından zorluk yaratmaktadır (Maneta vd., 2015). Çocuğa kötü muamele türleri arasında, daha az üzerinde durulmakla birlikte oldukça sık rastlanmaktadır. Duygusal istismar, aynı zamanda çocuklukta bağlanma ilişkilerine oldukça zarar vermektedir. Yaşanılan istismar sonucunda çocuk var olan durumu içselleştirmekte ve dünyayı tehdit edici bir yer olarak görmekte, ileri dönemde de olayları kendisinden daha önemli gören bir algı geliştirmektedir (Wright vd., 2009).

Fiziksel İhmal

Çocuğun yaşamı için gerek duyduğu barınma, korunma ihtiyacı, giyinme, tıbbi olarak gerekli bakımın sağlanması, beslenme ihtiyacı gibi en temel gereksinimlerinden mahrum bırakılması durumunu içermektedir (Bilir vd, 1991). Maughan ve Moore (2010) yaptıkları bir çalışmada ihmal öyküsü olan çocukların suça yönelik davranışlarını incelemişlerdir. 411 erkek örneklem üzerinde yapılan boylamsal bir çalışmada çocuk ihmalinin hem çocukluk evresinde hem de yetişkinlik sürecinde suç davranışı ile güçlü bir ilişkisi olduğu tespit edilmiştir. Fiziksel ihmale uğrayan çocuklarda fiziksel istismara maruz kalanlara göre daha fazla bilişsel ve akademik sıkıntı, sosyal ortamlardan geri çekilme, kendi yaşlılarıyla daha az iletişime geçme, sorunları daha fazla içselleştirme eğilimi gösterdikleri tespit edilmiştir (Hilyard ve Wolfe, 2002).

Duygusal İhmal

Çocuğa gereksinim duyduğu sevgiyi yeterince göstermeme, çocuğa önemsizmiş gibi hissettirme, tehditkâr bir tavır içerisinde olma, reddedici bir tutum sergileme durumudur.

Genelde çocukta duygusal kötü muameleye fiziksel bir istismar eşlik etme durumu olmayabilir fakat fiziksel istismar edilen bir çocukta duygusal istismardan söz etmek olası görünmektedir (Bilir vd., 1991). İhmal konusu uzun vadede doğuracağı sonuçlar bakımından en az fiziksel ve cinsel istismar kadar olumsuz etkilere neden olmasına rağmen bilimsel ve toplumsal açılardan daha az dikkat çekmektedir. Maruz kalınan kötü muamelenin tekrar eden bir döngüde olması, birden fazla istismar durumunun varlığı ve ağır seviyede kötü muameleler psikolojik açıdan risk seviyesini de artırmaktadır. Tekrar eden ve yüksek oranda ihmal söz konusu var ise bu durum kronikleşmiş bir tabloyu akla getirmektedir (Gilbert vd, 2009). Hildyard ve Wolfe (2002) yaptıkları bir çalışmada kişileri bebeklikten başlayarak üç gelişim evresinde ihmal ve istismar farklılıkları açısından incelemişler ve duygusal ihmali olanların bilişsel ve akademik açıdan daha fazla yetersiz oldukları, sosyal açıdan geri çekilme yaşadıkları, sınırlı arkadaşlık ilişkileri kurdukları ve sorunları içselleştirdiklerini tespit etmişlerdir.

Alanda Yapılan Araştırmalar

18 yaş altındaki çocuklarda görülen ihmal ve istismar çocuğa yönelik kötü muamele olarak kabul edilmektedir. Dünya Sağlık Örgütü'nün (2016) yılında gözden geçirilmiş verilerine göre tüm yetişkin bireylerin dörtte birinden fazlası çocukluk çağında fiziksel istismara maruz kaldığını bildirmiştir. Her 5 kadından 1'i ve 13 erkekten 1'nin cinsel istismar mağduru olduğu bilgisine ulaşılmıştır. Her yıl 15 yaş altı çocukların 41000'inin bir cinayet sonucu öldüğü belirtilmiştir. Çocuğa kötü muameleye bağlı ölümlerin bir kısmına kaza süsü verilmesinden kaynaklı olarak, istismar kabul edilmeme durumu rakamların gerçeği yansıtması açısından sıkıntılar doğurmaktadır (WHO,2016). Çocuk kötü muamelesinin genel nüfus içerisinde sıklığı ve ciddiyeti hakkında yapılan ölçümlerin güvenilirliği de çok net olamamaktadır. Bunun nedeni istismara uğrayan çocuk sayısının sayıca daha azının rapor edilebilmesidir. Bu yönüyle bazen sonuçlar tahminden öteye gidememektedir. Cinsel istismar konusunda geriye dönük yapılan çalışmalarda bu oran kadınlarda %8 ile %32 arasında, erkeklerde ise %1 ile %16 arasında değiştiği belirtilmiştir (Gilbert vd,2009; Finkelhor,1994). Felitti vd. (1998), çocukluk çağı istismar ve ihmeline yönelik yaptıkları araştırmada 13.494 kişiye geriye dönük bir değerlendirme yapmak amacıyla anket uygulamışlardır ve bu sayının 9508'i dönüş yaparak araştırmaya katılmışlardır. Katılımcılar fiziksel, psikolojik, cinsel istismar, anneye yönelik şiddet, madde bağımlılığı, intihar öyküsü, zihinsel sağlığı yerinde olamayan ya da intihar öyküsü olan, bir suçtan dolayı hüküm giymiş aile

üyeleri ile yaşamakta oldukları belirtilmiştir. Bu bilgiler doğrultusunda kişilerin risk oluşturan davranışları sağlık durumları ve hastalık durumları incelenmiştir. Araştırmaya katılanların yarısının bir kez, dörtte birinin ise iki çocukluk çağı travma öyküsü bildirdiği açıklanmıştır. Türkiye’de 1991 yılında çocuklarda fiziksel şiddeti ve buna bağlı gelişen rahatsızlıkları araştırmak adına 16 ilde geniş çaplı bir örneklem ile çalışılmıştır. Araştırmada, yaş aralığı 4-12 olan 50.573 çocuktan cinsiyet farkı gözetmeksizin % 62.60’nın fiziksel istismara uğradığı tespit edilmiştir (Billir vd., 1991). 2001 ve 2013 yılları arasında yapılmış olan ve Türkiye’deki cinsel istismar mağduru olan çocukları konu alan çalışmaların incelendiği bir çalışmada 3144 çocuğun istismar mağduru olduğu 2646’nın kız, 675’nin ise erkek olduğu tespit edilmiştir. İstismarcıların ise %97 sinin ise erkek olduğu belirtilmiştir (Beyazıt, 2015). Türkiye’de Çocuk İstismarı Aile İçi Şiddet Araştırması kapsamında 2010 yılında SHÇEK koordinatörlüğü ve UNİCEF desteği ile yürütülen bir araştırma yapılmış olup bir özet rapor hazırlanmıştır. Araştırmada yöntem olarak hem nicel hem nitel yöntemler kullanılmıştır. Çocukların cinsiyete göre oranı erkekler için %54, kızlar için ise %46 şeklinde belirtilmiştir. Bu çalışmada 7-18 yaş grubu bu çocukların bir yıl içerisinde maruz kaldıkları istismar ve ihmal oranlarına bakıldığında; ihmal %25, duygusal istismar %51, fiziksel istismar %53, cinsel istismar %3 şeklinde tespit edilmiştir. Çocukların tanık olma yoluyla istismara maruz kalma oranları ise; fiziksel istismar %56, duygusal istismar %49 ve cinsel istismar %10 şeklindedir (SHÇEK, 2010). Amerika’da kurulmuş olan Ulusal Çocuk İstismarı ve İhmal Veri Sistemi 2015 yılında 50 eyaletten gelen verileri değerlendirmiş ve raporlamıştır. Bu rapora göre 683.000 çocuğun ihmal ve istismar mağduru olduğu tespit edilmiştir. Bu orana göre 1000 çocuktan 9.2 si istismar ve ihmal mağduru olup, erken çocukluk evresinde yer alan çocuklarda ise bu oran yükselerek %24, 2 olarak açıklanmıştır. Mağdur edilen çocukların %6.7’si ise birden fazla istismara maruz kalmaktadır. Sonuçlar incelendiğinde; %75.3 ihmal ve %17.2 fiziksel istismara, 1.670 çocukta ise ölümle sonuçlanan kötü muameleye rastlanmıştır (Child Maltreatment, 2015). 2004 yılında Adli Tıp Kurumu tarafından karara bağlanmış çocuk ölümlerinin çocuk istismarı ve ihmali açısından incelenmesi isimli çalışmada, amaç çocuk ölümlerinde cinsel istismarın ne boyutta etkisi olduğunu araştırmaktır. Araştırmada vakaların cinsiyetleri açısından %53,7’si erkek ve %46,3’ü kız şeklinde belirtilmiştir. Bu vakaların istismar türlerine bağlı ölüm oranları; %74,5’i çocuğun ihmali nedeniyle, %13,9’u fiziksel istismar, %6 oranında da cinsel istismar ve fiziksel istismarla birlikte görülmesine bağlı

olarak gerçekleşmiştir (Saka,2004). Çocukların genelde istismar ve ihmal durumunu gizleme eğilimleri bulunmaktadır. Bu nedenlerin başında korku gelmekle birlikte, başına gelen bu olaylardan kaynaklı damgalanacağı düşüncesi, kendisini suçlama, utanç duyma, suçlu kişiden korkma ya da bunu yapan kişi veya kişilerin başının derde gireceği düşüncesi yatmaktadır. Çocuğun birden fazla istismar türüne maruz kalmış olması, bazı travmatik olayların ise doğasından kaynaklı, vakaların sayıca tespitiyle ilgili sıkıntılardan, kavramsal açıdan ve kullanılan farklı metotlardan kaynaklı olarak, epidemiyolojik bilgilere net bir şekilde ulaşılmakta sıkıntılar olmaktadır (Saunders ve Adams, 2014). Çocukluk çağı travmasına neden faktörler çok boyutlu bir şekilde ele alınmaktadır. Çocukluk çağı travması her sosyal çevrede ve sosyoekonomik düzeyde karşılaşılan bir sorundur. Aile kaynaklı stres faktörleri incelendiğinde genç yaşta ebeveyn olmak, istenmeyen anne babalık, sosyoekonomik durumun düşük olması, ailenin izole bir yaşantı sürmesi, ebeveynler arası anlaşmazlıklar, anne babanın sorumluluk dağılımında var olan problemler ve çocuğun kendisinden kaynaklanan (zihinsel engellilik ya da kolik bebek vb.) durumlar travmaya zemin hazırlamaktadır (Polat, 2007; Gilbert. vd, 2009). Ayrıca anne ya da babanın ruh sağlığının bozuk olması, kişilerin madde bağımlılığı, alkol kullanımı ve aile içi şiddetin yaşandığı ev ortamları riskli bir ortam yaratmaktadır (Akt. Güler, 2014). Çocuk sayısının fazla olması, kötü yaşam koşulları, güvenliği olmayan bir çevrede ikamet etmek gibi durumlarda travma nedenleri arasında yer almaktadır (Polat, 2007).

Tüm dünyada cinayet, intihar, savaş gibi şiddet eylemleri nedeniyle ortalama bir günde 4500'den fazla kişi hayatını kaybetmektedir. Dahası, şiddet nedeniyle veya şiddete tanıklık eden binlerce insan fiziksel olarak yaralanıyor veya psikolojik olarak acı çekmektedir (Krug, Mercy, Dahlberg ve Zwi, 2002). Şiddete tanık olanların büyük bir kısmı çocuktur. Travmatik deneyimlere yol açan faktörlerin çeşitliliği nedeniyle çocukluk travmasının tek bir tanımı veya biçimi olmasa da, istismar ve kötü muamele gibi travmatik kabul edilebilecek farklı türden deneyimleri içeren yararlı terminolojiler vardır. 1999 yılında, Dünya Sağlık Örgütü (WHO) Çocuk İstismarını acil ve uzun vadeli sağlık sonuçları olan bir halk sağlığı sorunu olarak

Etiyoloji

Çocukluk çağı travmasına neden faktörler çok boyutlu bir şekilde ele alınmaktadır. Çocukluk çağı travması her sosyal çevrede ve sosyoekonomik düzeyde karşılaşılan bir sorundur. Aile kaynaklı stres faktörleri incelendiğinde genç yaşta ebeveyn olmak, istenmeyen anne babalık, sosyoekonomik durumun düşük olması, ailenin izole bir

yaşantı sürmesi, ebeveynler arası anlaşmazlıklar, anne babanın sorumluluk dağılımında var olan problemler ve çocuğun kendisinden kaynaklanan (zihinsel engellilik ya da kolik bebek vb.) durumlar travmaya zemin hazırlamaktadır (Polat, 2007; Gilbert. vd., 2009). Ayrıca anne ya da babanın ruh sağlığının bozuk olması, kişilerin madde bağımlılığı, alkol kullanımı ve aile içi şiddetin yaşandığı ev ortamları riskli bir ortam yaratmaktadır (Akt. Güler, 2014). Çocuk sayısının fazla olması, kötü yaşam koşulları, güvenliği olmayan bir çevrede ikamet etmek gibi durumlarda travma nedenleri arasında yer almaktadır (Polat, 2007).

Bağlanma Kuramı

İhtiyaçlarının farkında ve karşılayıcısı olma yetisinden yoksun olan yeni doğanın hayatta tutunduğu ilk bağ ona bakım veren annesiyedir. Kurulan bu bağ bireylerin ruhsallığının temellerine ait bir iz taşıdığı için ileriki dönemlerde değiştirilmesi güç olmaktadır. Anne yoksunluğunun evsiz çocukların hayatlarını ciddi boyutlarda etkilediğini gören Dünya Sağlık Örgütü 1950 yılında Bowlby'den bu konuya değinen bir araştırma yapmasını istemiştir. Bağlanma kavramıyla bu sayede karşılaşan Bowlby, kuramının temellerini bu çalışma üzerinden yapmıştır. (Bowlby, 2013, s.25-30) Bowlby'nin "Bağlanma Kuramı"nı ortaya koyması çocuklukta kurulan bu bağın çeşitli psikopatolojilerle ve yetişkinlikteki ilişkilerle bağlantılı olarak düşünülmesine zemin hazırlamıştır. Çocuğun sağlıklı bir psikolojik gelişim göstermesi anneye kurulan bu ilişkinin olumlu duyularla örtüşmesiyle mümkündür. Bebek ve annesi arasında karşılıklı ilkesine dayanan ve birbirlerine yardım ettikleri bu ilişki uygun biçimde işlediğinde güvenli bağlanma kurulabilir. Anne bebeğini dinlemek için orada fiziksel ve ruhsal olarak var olur. Bebek ise annesine gereksinimlerini aktarmaya çalışır. Karşılıklı işleyen bu süreçteki çeşitli nedenlere bağlı aksamalar tersi yönde sonuçlar verebilmektedir. (Gander ve Gardiner, 2010, s. 214). Annenin bebeği için fiziksel ve ruhsal varoluşu bebekte bir güven duygusu oluşturmakta ve güvenli bağlanma gelişmektedir. Bowlby'ye göre dünyaya karşı merak duygusu içerisinde olan bebek bu güvenli bağ sayesinde anneye araştırmalar sonucunda geri döndüğünde orada olacağından emin olduğu bir yer atfetmektedir. Dolayısıyla anne imgesinden yola çıkılarak bebeğin ötekilerle kurduğu ilişki değerlendirilebilmektedir. Mahler'e (1968) göre, çocuk ötekilere bakarken merceç olarak anne imajının oluşturduğu merceği kullanır. Bağlanmanın üç temel işlevi olan fiziksel ihtiyaçlarını karşılayabilme, güvenlik duygusunu geliştirebilme ve çevreyi keşfederken dönebileceği güvenli bir alan olma ihtiyaçları yeterli bir şekilde karşılanmadığında benlik algısı ile ilgili oluşabilecek

bir patolojiden söz edilebilmektedir. Bowlby süreci "çalışma modelleri" ilkesine dayandırmakta, bu ilkeyle güvenlik algısının çocuğun dünyaya dair iyi ya da kötü algı ve anlamlar yüklemesinin belirleyicisi olduğunu söylemektedir. Bağlanmaya yönelik yapılan çalışmalar Bowlby ile başlasa da 1960'lı yılların başlarında Ainsworth ile daha da derinlik kazanmıştır. Ainsworth (1969) da bu teoriyi daha işlemsel bir kanalda incelemiştir. Bowlby ile benzer görüşleri paylaşan Ainsworth (1969) bebekler ile yaptığı çalışmalarda farklı veriler de elde etmiştir. İlk etapta çocukların anneleriyle olan ilişkilerini ev ortamlarında gözleme fırsatına sahip olan Ainsworth (1969) on ikinci haftada bu gözlemi laboratuvar ortamına taşıyarak "strange situation" deneyini uygulanmıştır. Deney doğrultusunda sekiz dakika boyunca annesinden ayrı kalan bebeğin yabancıyla bulunduğu bu ortamda nasıl tepkiler verdiği gözlenmiştir. Bu gözlemlerde iki anın önemine değinen Ainsworth (1969) ayrılma ve buluşma anlarına özellikle dikkat çekmiştir. Bu anlarda verdikleri tepkiye göre bebeklerdeki bağlanmayı güvenli ya da güvensiz bağlanmaya dahil etmiştir. Güvensiz bağlanmayı kararsız ve kaçınan olarak iki gruba daha ayırmıştır. Güvenli bağlanmaya sahip çocukların anneleri giderken yaşadıkları gerilimi normal olarak tanımlamakta ve geri döndüklerinde sevinç duygusuyla karşıladıklarını söylemektedir. Kararsız bağlanmayı benimseyenlerin ayrılma durumunda büyük bir üzüntü içerisine girerek ayrılmaya karşı direnç gösterdiklerini, anneye tekrar birleşme yaşayacakları zamanda ise annelerine karşı öfkeli ve reddedici bir tutum takındıklarını gözlemiştir. Kaçınan bağlanmaya sahip olanlar, anneleri giderken sakin ve tepkisizken, anneleri geri döndüğünde reddedici ve uzak tutan bir tavır sergilemektedirler. Bu noktada annenin konumlandığı yerin çocuk tarafından güven verici bir alana tekabül etmesi önemlidir. Çocuğun ilk ötekisi olan anneye kurduğu ilişkinin yaşam boyu ötekilerle kuracağı ilişkiye tatmin edici bir zemin hazırladığı düşünülmektedir.

Bowlby'e(1988) göre bağlanmanın çocuk açısından yaşamsal bir değeri vardır. Hayvanlarla yaptığı gözlemlerden anneye yapışmanın veya takip etmenin bebeğin yaşama şansını arttırdığı sonucuna varan Bowlby, insanlarda bağlanmanın bunun ötesinde bir işleve sahip olduğunu vurgular. İnsan hayatı için bağlanmanın üç temel işlevi vardır; dünyayı keşfederken geri dönülebilecek güvenli bir liman olma, fiziksel gereksinimleri karşılama, hayata dair bir güvenlik duygusu geliştirebilme şansı. Bowlby(1988), bu gereksinimler yeterli düzeyde karşılanmadığı takdirde, çocukta oluşan özbenlik algısıyla bağlantılı olarak patoloji gelişebileceğini öne sürer. Bu süreci ise, "çalışma modelleri" olarak adlandırdığı ilkeye dayandırır. Bu ilke aslında,

Kohut'un (1971) vurguladığı süreçlerden farklı değildir, buna göre; anne tarafından bir ölçüde karşılanan güvenlik duygusu çocuğun dünyayı algılayışını belirler.

Ainsworth (1969) ise bağlanma teorisinin işlemsel tanımını yapan kuramcıdır. Kanadalı bir psikolog olan Ainsworth 1960'lı yılların başlarında, Bowlby ile birlikte çalışan ve onun görüşlerini paylaşan bir psikolog olmasına rağmen, zaman içerisinde John Hopkins Üniversitesi'nde bebekler üzerinde yaptığı çalışmalarda Bowlby 'nin iddia ettiğinden daha fazlasını içeren sonuçlar bulmuştur. İçinde bulunduğu zaman diliminde çok da alışılmış olmayan bir yöntemi izlemiştir. Öğrencileriyle birlikte ev ziyaretleri yaparak çocukları ve annelerini daha yakından gözlemlemiş ve bazı temel alanlarda (beslenme, ağlama, göz teması, gülümseme vb.) annenin çocuğun ihtiyaçlarına olan yanıtlarını incelemiştir. On ikinci haftada bebek ve anne laboratuvara alınmış ve Ainsworth'un (1969) "garip durum (strange situation)" olarak adlandırdığı deney uygulanmıştır. Bu deneyde, bebek sekiz dakika boyunca bir yabancıyla annesinden ayrı kalır. Bu süreçte iki an çok önemlidir; anneden ayrılma ve anneyle buluşma anı. Bu iki anda verilen tepkiye göre bebek iki ana bağlanma tarzından birine dahil edilir; emniyetli ya da emniyetsiz. Emniyetsiz bağlanma da kararsız (ambivalent/iki değerli) ve kaçınan olarak ikiye ayrılmaktadır. Emniyetli bağlanmaya sahip çocuklar anne giderken normal bir gerilim yaşarlar, anne geri döndüğünde ise mutlu ve sevinçli bir karşılama içine girerler. Kararsız bağlanma tarzındaki çocuk ise anne giderken aşırı bir üzüntü ve ayrılamama davranışı gösterirken, anne geri döndüğünde anneye öfkeli ve reddedicidir. Kaçınan çocuklarda ise, ayrılışını sakın ve neredeyse tepkisizken, buluşma anneyi reddedici ve uzaklaştırıcı özelliktedir.

Ainsworth'un (1969) tanımladığı bebek ile anne arasında oluşan güvenli bağlanma çocuğun psikolojik gelişiminde ciddi bir öneme sahiptir ve annenin sıcak, duyarlı, gereksinimi gidermeye hazır ve bağlanabilir olma özelliklerini taşımasıyla ilgilidir. Emniyetli bağlanma, duygusal sağlığın bir kaynağı olarak görülür, çocuğa "ötekinin" onun için orada olacağı ile ilgili güven verir ki, bu da onun ilerleyen yaşamında tatmin edici ilişkiler kurma kapasitesine zemin oluşturur.

Bağlanma terimi literatürde birçok kavramla tanımlanmaktadır. Genel olarak "güvenli üs" olarak adlandırılan bağlanmayı Harlow "güvenli liman" olarak tanımlamıştır. Bağlanmanın bir başka tanımı olan "güvende hissetmek" kaygıdan, tedirginlikten uzak anlamına gelmektedir. Buna göre bağlanma figürü (genellikle anne), bağlanan kişiye (genellikle çocuk) güvenlik hissi vermelidir. O halde bağlanma

figürünü, güvende hissettiren kişi ya da güvenli üs sunan kişi olarak nitelendirmek doğru tanımlamadır (Bowlby, 1973; 2014). Bu kişinin seçiminde bebekteki sıkıntı durumlarına olumlu uygun tepki verilebilmesi bağlanma figürünün belirleyicisi olmaktadır (Hazan ve Shaver, 1994). Bu ilk ve en önemli ilişkide yaşananlar, kişinin tüm ilişkilerini etkiler. Anneyle bağ, hem kişinin ruhsal yapısını, hem de ilerideki bağlanma stillerini belirler. Bu dönemde bağlanma süreci istek ve niyetten bağımsız olarak gelişir ve anne ile çocuk içgüdüsel olarak birbirleriyle duygusal bir temas kurma arayışına girer. Bağlanma figürü ile tekrarlanan etkileşimlerde, bebekler kendilerine verilen tepkilere göre davranışlarını ayarlarlar. Böylece bebekte kendilik ve bağlanma kişiliği modellerini içeren ‘içsel çalışan modellerini’ oluştururlar. Bu temsiller bakıcıya ulaşılabilirlik ve tepkiselliğini kestirmede kullanılabilen bilişsel temsillerdir (Hazan ve Shaver, 1994). Zihindeki temsiller ise, kendiliğin dış dünyayla yinelenen, çocuğun zihninde şekillenen ve iz bırakan deneyimlerinden kaynaklandığı düşünülebilir (Masterson, 2013).

Yetişkin Bağlanma Biçimleri

Bartholomew ve Horowitz (1991), Bowlby'nin içsel çalışan modellerinden yola çıkarak yetişkinlerde bağlanma stillerini 4'e ayırmışlardır. Bu bağlanma stilleri, kişinin kendine yönelik değerlendirmesine ve başkalarını değerlendirmesine göre pozitif ve negatif olarak ikiye gruba ayrılır (Demirel, 2018).

Güvenli Bağlanma

Kişi kendisi ve başkaları hakkında olumlu düşüncelere sahiptir. Kişi kendini değerli ve sevmeye değer görürken, diğer insanlara karşı da pozitif ve açıktır. İletişimde sorun yaşamazlar, sorunlara çözüm odaklı yaklaşırlar ve bu konularda başkalarının desteğini almaktan çekinmezler.

Kaygılı-Kararsız Bağlanma

Bu kişiler kendilerini olumsuz, başkalarını olumlu olarak görürler. Başkalarının desteğine ihtiyaç duyarlar. Ancak bu desteği olumlu bir şekilde algılayamazlar. Olumsuz duygularını abartırlar ve romantik ilişki yaşadıkları kişilerden onay isterler.

Kaçınan Bağlanma

Bir kişinin kendisi hakkında olumlu düşünceleri ve başkaları hakkında olumsuz düşünceleri vardır. Kendini sevmeye layık ve diğerlerinden üstün görür. Bağımsızlığına düşkündür. İkili ilişkilerde yakınlıktan kaçınırlar, kendilerini fazla belli etmezler. Olumsuz durumlar karşısında çekingen bir yapıya sahiptirler. Bu bağlanma stiline kayıtsız-kaçınan denir.

Korkulu Bağlanma

Kişinin kendisi ve başkaları hakkında olumsuz düşünceleri vardır. Sevilmeye layık olduğundan emin olmadığından diğer kişi tarafından reddedileceğini düşünür. Diğer insanlara güvenmekte güçlük çekerler ve sürekli terk edilme korkusu yaşarlar. Yakın bir ilişki kurmak isteseler de incinmekten, reddedilmekten veya terk edilmekten korkarlar. Bu nedenle, kaçınma eğilimindedirler. Bu bağlanma stiline kaygılı-kaçıngan denir. Diğer bağlanma stillerine sahip bireylerle karşılaştırıldığında, güvenli bağlanan bireyler stresli durumlarda kaçınma eğilimi göstermezler ve bu tür olayları kendilerini tehdit edici olarak nitelendirmezler. Sorunu çözeceklerine dair düşüncelerine güvenleri tamdır. Olumsuz duygularının farkına varır ve nedenlerini dışarıya yansıtmadan ararlar. Duygularının daha fazla farkındalar ve daha fazla kontrole sahipler.

Bağlanmayı Etkileyen Faktörler

Bağlanmayla ilişkili birçok sebep bildirilmiştir. Bunlar içinde en belli başlıları dört başlık altında incelenebilir. Bunlar; anneye ait faktörler, ailesel faktörler, gebelik ile ilgili faktörler, doğum sonu durumlardır (Taylor vd., 2005, Akkoca 2009, Yılmaz ve Beji 2010, Himani ve Kumar 2011, Raby vd. 2015, Pennestri vd. 2015, Güvendeğer Doksat ve Demirci Çiftçi 2016, Şolt Kırca ve Savaşer 2017).

– Anneye ait faktörler; anne yaşı, primipar anne, hormonlar, emzirme, annenin gebeliğe hazır olma durumu, doğum sonu depresyon varlığı, annenin kendi ebeveynlerine bağlanma biçimi.

– Ailesel faktörler; ekonomik durum.

– Gebelik ile ilgili faktörler; planlı gebelik, sağlıklı ilerleyen bir gebelik süreci, gebelik boyunca ultrason aracılığı ile bebeğini görme, fetal hareketler.

– Doğum sonu durumlar; bebeğin sağlık durumu, bebek masajı uygulama, çocuğun istismara uğrama durumu, çocuğun anneden yoksun kalma durumu, tek ebeveynlilik.

Oksitosin ve vazopressin hormonlarının annenin çocuğuna bakım vermesi ve bağlanması üzerinde önemli etkisinin olduğu bildirilmektedir. Bu hormonlar annenin çocuğa bağlanması ve annelik davranışında önemli rol oynamaktadır (Leckman ve Herman 2002; Eşel, 2010). Ayrıca dördüncü aylarda bebekteki gaz sıkıntılarının azalması anne bağlanmasına olumlu yönde etki etmektedir (Şolt Kırca ve Savaşer, 2017). Emzirme, bağlanma sürecine etki eden en önemli faktörler arasındadır. Bunun yanında gebeliğin istenilen zamanda olması, kadının kendini gebe kalmaya hazır hissetmesi, sağlıklı ilerleyen bir gebelik süreci, bebeğin sağlıklı olması, annenin doğum sonu depresyonu bağlanma süreci üzerinde önem taşıdığı (Yılmaz ve Beji 2010,

Himani ve Kumar 2011); ultrason ile bebeğin görüntülenmesi, ailenin gelir düzeyi, fetal hareketlerin bağlanma üzerinde etkili olduğu; gebeliğin fiziksel semptomlarının ise etkisinin belirlenemediği bildirilmiştir (Şolt Kırca ve Savaşer, 2017).

Ülkemizde anne-bebek bağlanmasıyla ilgili çalışmalarda bağlanma şeklinin kuşaklar arasında geçiş yaptığı, düşük ekonomik düzeyin ve anne yaşının küçük olmasının bağlanmayı olumsuz etkilediği; bebek masajının uygulandığı bebekler ile primipar anneleri arasındaki bağlanmayı arttırdığı, planlı gebeliğe sahip olan annelerin maternal-fetüs bağlanmasının plansız gebelik durumuna göre anlamlı düzeyde yüksek olduğu bulunmuştur (Akkoca, 2009, Yılmaz ve Beji 2010).

Güvensiz bağlanmayı ortaya çıkartabilecek birçok sebep bildirilmiştir. Bunlar içinde en belli başlıları şöyle sıralanabilir: Kendileri de güvensiz bağlanma yaşamış bireyler (ebeveynin erken dönem anne kaybı, ebeveynle ilgili çocukluk travması/istismarı, yetişkin hayattaki kayıplar gibi nedenlere bağlı olarak), çocuklarına yönelik sağlıklı bir bağlanma modelinin zorunluluklarını karşılayamadıkları bilinmektedir (Güvendeğer Doksat ve Demirci Çiftçi 2016). Annelerinde düzensiz bağlanma olan çocuklarda da düzensiz bağlanma görülme sıklığı yüksek olarak bildirilmiştir (Raby vd., 2015). Bununla ilişkili bir başka etken ise, aile bireylerinin sosyal, ruhsal veya ekonomik açıdan zorlanma yaşadığı durumlarda, uygun bir bağlanma ilişkisinin gerektirdiği koşullar yeterince karşılanamaması sayılabilir. Buna ek olarak, çocukluk döneminde çocuğun karşı karşıya kalabileceği fiziksel, duygusal ve/veya cinsel istismar durumları da çocuğun nitelikli bir bağlanma geliştirme olasılığını zayıflatır. Çocuğun anneden yoksun kalma durumu da güvensiz bağlanmaya yaklaştıran sebepler arasındadır. Anne yoksunluğunda (çocuk yetiştirme yurtları, bakım evleri, annenin hastalığı veya kaybı vb. nedenlere bağlı olarak), nitelikli bir bağlanma ilişkisinin inşa edilmesi de zorlaşır (Güvendeğer Doksat ve Demirci Çiftçi, 2016). Özellikle yenidoğanların çeşitli hastalıklar nedeniyle yoğun bakım ünitelerinde yatarak tedavi görmesini takip eden çalışmada, üç yaşına geldiklerinde düzensiz bağlanma kurma oranının arttığı saptanmıştır (Pennestri vd. 2015).

Ebeveyn Bağlanma

Bowlby, bağlanma kavramını açıklarken, yakın ilişki içinde olduğu bireyleri, aidiyet duygusuna sahip olma ve kendini güvende hissetme ihtiyacından dolayı olduğunu tanımlar (Bowlby, 1969). Bowlby'ye göre, bir çocuğun ilk yılında ebeveynleriyle kurduğu ilişki, hayatının geri kalanı için kritik öneme sahiptir. Çocuk bu ilişki aracılığıyla geliştirdiği içsel modeli sonraki yaşamında diğer insanlara aktarır (Bowbly,

1995). Bu modeli geliştirirken yaşadığı olumlu deneyimler, ilişkilerde olumlu beklenti ve davranışlara yol açar. Bu süreçte yaşanan olumsuz deneyimler, olumsuz beklenti ve davranışlara yol açar. Çocuk gelişimi araştırmalarının çoğunda anne/baba-çocuk bağlanmasının bireyin yaşamı üzerinde uzun süreli bir etkisinin olduğu görülmektedir (Bretherton vd., 2002). Bağlanma stiline yaşam boyu etkili olmasının bir başka nedeni de nörobiyolojik temellerin değişmeden kalmasıdır. Bebeklik döneminde başlayan ve değişmeden devam eden bağlanma kalıpları kişiyi birçok alanda etkiler. Bağlanma tarzı, kişisel ve sosyal yaşam, mesleki ilişkiler, fizyolojik ve psikolojik sağlık üzerinde önemli bir etkiye sahiptir. Ebeveynlerine olumlu bağlanan bireyler, ergenlik ve sonraki dönemlerde daha sağlıklı ilişkiler kurabilirler (Sroufe LA, 2005). Olumsuz bağlanma geliştiren birey ise bu dönemde aile içi iletişimde sorunlar yaşar ve çatışma içine girer. Çevrelerindeki daha az güvendikleri için insanları ve durumları kontrol altına almaları gerekir. Ek olarak, bu insanlar düşük benlik saygısına sahiptir ve ebeveynleriyle sorunları olduğunda depresyona girme eğilimindedir (Tyrrell CL, Dozier M., 1999).

Yetişkin Bağlanma

Hazan ve Shaver (1987) yetişkinlikte görülen bağlanma stillerinin bebeklikte görülen bağlanma stillerine benzediğini ve güvenli, kaygılı-kararsız ve kaçınan olarak üçe ayrıldığını ifade etmişlerdir. Yetişkinlik dönemindeki bağlanma ile çocukluk dönemindeki bağlanma birçok yönden birbirine benzemektedir. Çocukluk döneminde bağlanma figürü bakım veren iken, yetişkinlikte genel olarak romantik ilişkideki partnerle olur ve bağlanma ilişkisinde karşılıklılık ilkesi vardır. Bağlanan kişi bazen bağlanma figürü de olabilir (Crowell, Fraley ve Shaver, 2009). Bebeklikteki bağlanma stilleri yetişkinlik döneminde bireylerin romantik ilişkilerini belirler. Güvenli bağlanan kişiler diğer insanlarla iletişim kurmaktan ve başkalarının kendisiyle iletişim kurmasından tedirgin olmazlar. Kendileri hakkında olduğu gibi başkaları hakkında da olumlu bir bakış açısına sahiptirler. Terk edilmekten korkmazlar. Romantik bir ilişkiye girmekte rahattırlar. Kaçınan bağlananlar, diğer insanlarla yakınlaşmaktan rahatsız olurlar, samimiyete ve yakınlığa izin vermezler. Kaygılı bağlananlar ise, romantik ilişkilerinde sürekli yeterince sevilmediğini, değer verilmediğini düşünürler romantik ilişkide oldukları kişilerle çok yakın olmak isterler. Sürekli partnerlerini kaybetme korkusu yaşarlar (Ainsworth ve Bowlby, 1991).

Bağlanmanın istikrarı üzerine yapılan araştırmalar, birincil bakıcılarla erken yaşantıların daha sonraki kişilerarası davranışları şekillendirdiğini göstermiştir.

Bununla birlikte, bu ilişki orta düzeydedir ve iyi ya da kötü olarak değişebilir (Lopez, 1995). Bowlby (1969), içsel çalışma modellerinin esnek doğasını açıkça tanımlamış ve kendilik, diğer ve kişilerarası ilişkilerin zihinsel temsillerinin yeni deneyimlerin etkisine göre değişebileceğini belirtmiştir. Bağlanma ilişkileri etkileşimler üzerine inşa edilir ve yeni etkileşimler yaşandıkça gelişmeye ve değişmeye devam eder. 1 ila 6 yaş arasındaki bağlanma sınıflandırması için oldukça istikrarlı sonuçlar buldu: 1 yaşındaki güvenli bebeklerin% 100'ü 6 yaşında güvenli olarak derecelendirildi, çocukların % 75'i 1 yılda güvensiz-kaçınan olarak derecelendirilmiş, 6 yaşında kaçınan olarak sınıflandırılmış ve düzensizlerin %66'sı hem 1 hem de 6 yaşında bu şekilde derecelendirilmiştir. Bağlanma sınıflandırmalarının göreceli kararlılığını birçok çalışma desteklemiştir; yine de bu çalışmalar, özellikle önemli aile stresi veya gerilimlerinin ortaya çıkması nedeniyle bağlanmanın bir miktar esnekliğini de destekler (Thompson, Lamb ve Estes, 1982; Waters, 1978). Bağlanmanın bir dizi psikopatoloji ve kişilik değişkenleri ile farklı şekilde ilişkili olduğu gösterilmiştir (Lopez, 1995; Rosenstein ve Horowitz, 1996). En genel düzeyde, bu araştırmalar, güvenli bir şekilde bağlanan kişilerin, güvensiz bağlanmış olarak sınıflandırılan bireylere göre daha az sıkıntı ve daha az psikopatoloji semptomu bildirdiklerini göstermiştir. (Kobak, Sudler ve Gamble, 1991; Solomon, George ve De Jong, 1995).

Yetişkin Bağlanma Modeli

Erken çocukluk döneminde anne ve bebek arasındaki duygusal etkileşime dayanan bağlanma örüntüsü yetişkinliği etkilemeye devam etmekte (Gillath, Karantzas ve Fraley, 2016) ve bireyin ruh sağlığını ve davranışını etkilemektedir (Cömert ve Ögel, 2014). Yaşam boyu gelişim perspektifinden bakıldığında, son yıllarda bağlanma çalışmaları, az sayıda çalışma ile bebeklik ve çocuklukta, yetişkinlikte ve yaşlılıkta bağlanma üzerine çalışmalarla devam etmektedir (Çalışır, 2009). Bağlanma kuramı, erken gelişim döneminde bebekle birincil bakım veren arasındaki ilişkinin bağlanma davranışları üzerindeki etkisine odaklanırken, yetişkin yaşamında bağlanma üzerine yapılan araştırmalar, sosyal ve romantik ilişkiler aracılığıyla yetişkinlerin duygusal, bilişsel ve davranışsal özelliklerini anlamaya çalışmaktadır (Çalışır, 2009). Son yıllarda yakın ilişkiler üzerine yapılan çalışmalar, ebeveyn-çocuk ilişkisinin doğasını ve işlevlerini, yetişkinlikte yakın ilişkilerle gelişimsel bir bakış açısıyla bütünleştirmeye çalışmaktadır. Bu araştırmalar, çocuğun birincil bakıcı ile ilişkisinin yetişkin yaşamında kuracağı duygusal yakın ilişkilerin doğasını ve yönünü etkilediğini, kendisini ve dünyayı algılama biçimini şekillendirdiğini göstermektedir (Collins ve Read, 1990).

Yetişkin bağlanma çalışmaları, içsel çalışma modellerinin duygusal tepkiler üzerindeki etkisini de araştırmakta ve düzenleme stratejilerini etkilemektedir (Bartholomew ve Shaver, 1998). Bu araştırmalara göre bağlanma sistemi ve içsel modellerdeki bireysel farklılıklar, duygusal tepkilerde bireysel farklılıklara yol açmaktadır (Çalışır, 2009). Ayrıca, Kobak ve Sceery'nin (1988) bağlanma sistemindeki bireysel farklılıklar üzerine yaptığı araştırmalar, farklı "çalışma modellerinin" duygu düzenleme becerilerindeki farklılıklarla ilişkili olduğunu göstermektedir. Araştırmacılar uzun yıllardır bağlanmayı sınıflandırmaya çalıştılar. Güvenli ve güvensiz bağlanmanın iki ana stili olmasına rağmen, güvensiz bağlanmanın alt boyutlarını açıklamak için geliştirilen modeller farklılık göstermektedir. Ancak son araştırmalar bağlanmayı iki boyut üzerinden kavramsallaştırmaktadır. Bu boyutlara endişeli ve kaçınmacı bağlanma denir (Bartholomew ve Horowitz, 1991). Yetişkin bağlanma ile ilgili ilk çalışmalar Main, Kaplan ve Cassidy (1985) tarafından yapılmıştır. Main vd., yetişkinlerin çocukluk yıllarına ait belirli anılarının ve değerlendirmelerinin mevcut yaşamları üzerinde etkisi olduğu düşüncesinden yola çıkarak "Yetişkin Bağlanma Görüşmesi" adlı yarı yapılandırılmış bir ölçek geliştirmiştir (Çalışır, 2009). Araştırmaları doğrultusunda 4 yetişkin bağlanma stilini ortaya çıkarmıştır. Güvenli-özzerk, ilgisiz, takıntılı ve çözülmemiş-düzensiz olarak adlandırılan bu 4 kategori, Ainsworth'un üçlü sınıflandırmasıyla uyumludur (Collins ve Read, 1990; Bartholomew ve Shaver, 1998). Hazan ve Shaver, yetişkin bağlanma ve özellikle romantik ilişkilerde bağlanma üzerine bir başka çalışma daha yapmış ve yetişkinler için üç kategori tanımlamışlardır: güvenli, endişeli-kararsız ve endişeli-kaçınan bağlanma stili (Hazan ve Shaver, 1994). Hazan vd.'nin çalışmaları, ergenlerde ve yetişkinlerde kronik yalnızlığın güvensiz bağlanma ile ilişkili olduğunu göstermektedir. Ek olarak, kronik yalnızlık yaşayan insanlar güvenli romantik bağlanma arayışında başarısız olurlar (Bartholomew ve Shaver, 1998). Başka bir yetişkin bağlanma modeli 1990'larda Bartholomew vd. tarafından geliştirilmiştir. Bartholomew'in bağlanma modelinde, Hazan ve Shaver'ın modelinden farklı olarak iki tür kaçınmacı bağlanma örüntüsü vardır: korkulu ve umursamaz. Yetişkin bağlanma, Bowlby'nin iç çalışma modeline uygun olarak, temel boyutları olan dört bağlanma stili ve iki zihinsel model aracılığıyla tanımlanır (Bartholomew, 1990; Bartholomew ve Horowitz, 1991; Bartholomew ve Shaver, 1998). Bartholomew sınıflandırması, yetişkin bağlanma ile çalışan araştırmacılar tarafından sıklıkla kullanılmaktadır (Çalışır, 2009). Yetişkin bağlanmanın bir diğer sınıflandırması ise Kobak ve Sceery (1988) tarafından yapılmış ve bağlanma güvenli, ilgisiz ve endişeli

modellerle kategorize edilmiştir. Kobak ve Sceery (1988) bağlanma ile duygu düzenleme arasındaki ilişki üzerine araştırmalar yapmışlardır. Yapılan araştırmalar sonucunda, güvenli bir şekilde bağlanan kişilerin, güvensiz olanlara göre daha yüksek ego dayanıklılığı gösterdiği görülmüştür. Ayrıca güvenli bağlanan bireylerin sosyal ilişkilerinde duygularını düzenleyebildikleri, akranlarıyla duygusal olarak paylaşabildikleri, olumlu duygularını ifade ederek sosyal yetkinliklerini ve etkileşimlerini artırabildikleri görülmüştür (Kobak ve Sceery, 1988).

Öte yandan, çocuğun bağlanması ile yetişkin bağlanması arasında farklılıklar vardır. Bu farklılıklardan biri, çocuklarda bağlanan kişi, anne ya da baba gibi birincil bakıcı iken, bu kişinin yetişkinlerde bir akran ya da karşı cinsten olmasıdır (Mikulincer ve Shaver, 2016). Ancak erken çocukluk döneminde kurulan bağlanma ilişkisinde, ebeveynler temel bağlanma kişilik özelliklerini sonraki yıllarda tamamen kaybetmezler, yetişkinlikte görece daha az önemli olarak yerini akranlarına aktarırlar (Hazan ve Shaver, 1994; Gillath, Karantzas ve Fraley, 2016). Çocuğa bağlanma ile yetişkin bağlanmasındaki bir diğer farklılık, yakınlık ihtiyacı ile ilgilidir. Çocuklardan farklı olarak, yetişkinlerde yakınlaşma ihtiyacı, gevşeme ve cinsel aktivitede bulunma arzusuyla ilgilidir (Hazan ve Shaver, 1994; Gillath, Karantzas ve Fraley, 2016). Ayrıca erişkinlerde bağlanma sistemini harekete geçiren yakınlığı sağlamaya yönelik davranışları gözlemlemek gerekli değildir. Çünkü yetişkinlerde bağlanma figürlerinin zihinsel temsili bir güvenlik duygusu sağlar (Mikulincer ve Shaver, 2016). Ek olarak, araştırmalar, yetişkinlerin aile dışından birine bağlanmasının daha uzun sürdüğünü gösteriyor. Bazı araştırmalar bağlanma sürecinin 23 ay sürdüğünü öne sürerken, diğerleri bağlanmanın 3 aydan kısa bir sürede gerçekleştiğini belirtmiştir (Gillath, Karantzas ve Fraley, 2016). Yaşamın ilk yıllarında kurulan güvenli bağlanma, çocuğun çocukluk döneminde odaklanmasını ve yeni şeyler keşfetmesini sağlarken, bu güvenlik duygusu kişinin olaylara farklı açılardan bakmasına ve sonraki yıllarda becerilerini geliştirmesine yardımcı olur. Güvenli bir bağlanma duygusunun yokluğunda, kişi iç kaynaklarını kendine yönlendirir, çevreyi keşfetmeye çok az adar ve diğer insanlarla birlikte olmaktan çok az zevk alır. Bu durum kişinin yakın ilişkilerini, özellikle karşı cinsle duygusal yakınlık kurma becerisini olumsuz etkilemektedir (Çalışır, 2009). Araştırmalar, yetişkinlerin bağlanma kategorilerine dağılımını Ainsworth'un (1969) "Garip Durum" deneyinin bulgularına yakın bulmuş ve % 55 güvenli, % 25 kaçınan ve % 20 endişeli ve kararsız oranlar elde etmişlerdir. Ancak herhangi bir bağlanma

kategorisi için cinsiyete göre anlamlı bir farklılık bulunmamıştır (Hazan ve Shaver, 1994).

Mikulincer ve Shaver'dan Yetişkin Bağlanma Çalışmaları

Mikulincer (1995) 'in bağlanma üzerine çalışmaları, güçlü ve sıcak bağlanma ilişkisinin kendini yapılandırma üzerinde anlamlı bir etkiye sahip olduğunu göstermektedir. Kendilerini olumlu sıfatlarla özdeşleştirmenin ve kendi zayıflıklarını kabul edip telafi etmenin yanı sıra, güvenli bir şekilde bağlanan 15 birey, oldukça farklılaşmış ve bütünleşmiş bir öz şeması geliştirmiştir (Mikulincer, 1995; Mikulincer ve Shaver, 2016). Erken dönemde anne duyarlılığının yokluğu veya tutarsızlığının bağlanma kaygısı ve kaçınma davranışları ile yakından ilişkili olduğu görülmektedir. Bağlanmanın kaygı boyutu, kişinin sosyal çevresi tarafından reddedilme korkusu ve ihtiyaç duyduğu sosyal desteği bulamama olarak tanımlanabilir (Foster, Kernis ve Goldman, 2007; Mikulincer ve Shaver, 2016). Bağlanma kaygısı, birincil bakım verenin çocuğun ihtiyaçlarına tutarsız, yetersiz veya dengesiz bir şekilde yanıt vermesi ve aşırı strese girmesi ile tetiklenmektedir (Mikulincer, 1995; Sümer, Sayıl ve Berümert, 2016). Bağlanma kaygısı geliştiren çocuklar, strese aşırı duyarlılıkları nedeniyle duygularını ve davranışlarını düzenlemede yüksek aktivasyon stratejileri kullanma eğilimindedir. Yüksek aktivasyon stratejilerinin, başkalarına bağlı kalma ve sürekli yakınlık arama gibi davranışlarla devam eden birçok içselleştirme problem davranışına yol açtığı görülmektedir (Sümer, Sayıl ve Berümert, 2016). Kaygılı bağlanma ve yüksek aktivasyon stratejilerine yol açan faktörler dört başlık altında özetlenebilir: 1. Birinci basamakta bakım verenin tutarsız ve güvenilmez davranışlarıyla erken yaşlarda karşılaşılması; 2. Çocuğun başa çıkma stratejilerini önlemek veya cezalandırmak; 3. Çocuğun yetersiz olduğuna dair mesajlar vermek; 4. Bağlı kişiden ayrılmaya bağlı travmalar (Mikulincer ve Shaver, 2016). Öte yandan bağlanmada kaçınma boyutunun, annenin çocuğun gereksinimlerini reddetmesi ve uzaktan tepki vermesi sonucunda geliştiği düşünülmektedir (Sümer, Sayıl ve Berümert, 2016). Kaçınan bağlanma örüntüsü geliştiren çocukların stresli durumlarda duygularının ortaya çıkmasını önlemek için başkalarına yaklaşmadıkları, başkalarına yaklaşımdan kaçındıkları ve aktivasyonu önleyecek stratejiler kullandıkları görülmektedir (Sümer, Sayıl ve Berümert, 2016). Bağlanmanın kaçınma boyutunu belirleyen faktörler ve aktivasyonu önleme stratejileri şu şekilde özetlenebilir: 1. Birinci basamakta bakım verenin ilgisizliği ve reddi; 2. Çocuğun yakınlık ihtiyacını önlemek; 3. Agresif davranışı; 4. Çocuğun duygularını ifade etmesini engellemek

(Mikulincer ve Shaver, 2016). Mikulincer'e (1995) göre güvenli ya da kaçınan bağlanma örüntüsüne sahip kişiler, kaygılı-dengesiz bağlanma örüntüsü geliştirenlere göre kendilerinin daha olumlu bir temsilini geliştirirler. Güvenli bağlanan bireyler, kendilerini daha olumlu olarak algılamının yanı sıra, kimliklerinin zayıf yönlerini ve deneyimlerinin olumsuz ve engelleyici yönlerini tanıma ve bunlarla başa çıkma gücüne sahiptir (Bowlby, 1988; Mikulincer, 1995). Ek olarak, güvenli bir şekilde bağlanan insanlar, çekingen ve endişeli-kararsız olanlara göre daha dengeli, karmaşık ve tutarlı bir kendi kendine yapılanma inşa ederler. Mikulincer'in çalışmaları, güvenli ve kaçınan bağlanma bireyleri arasında olumlu benlik algısında benzerliklere rağmen, kaçınan bağlanma bireylerinin, güvenli bağlanan bireylere göre olumsuz yönlerinin daha az farkında olduklarını, kendilerinin farklı yönleri arasındaki bağlantıları göremediklerini ve onlarla etkileşim kuramadıklarını göstermektedir (Mikulincer, 1995). Ayrıca kaçınmacı bağlanan bireylerin olumlu yönlerini daha fazla algılama eğilimi, yüksek benlik saygısına sahip olmaktan çok öz saygılarının oldukça düşük ve kırılğan olduğunu göstermektedir. Sadece olumlu yönlerini algılamının, başkalarının (özellikle birinci basamakta bakıcı) reddedilme deneyimine karşı geliştirdikleri bir savunma mekanizması olduğu düşünülmektedir (Mikulincer, 1995; Mikulincer ve Shaver, 2016). Öte yandan kaygılı-kararsız bireylerin benlik yapıları olumsuz yönelimlidir, öz yapıları daha az farklılaşır ve bu kişiler egosunun farklı yönlerini daha az birleştirirler. Kaygıyla bağlanan kişilerin bağlanma figürü tarafından reddedilmesi (Foster, Kernis ve Goldman, 2007) onların öz algılarını olumsuz ve sevilmemiş olarak inşa etmelerine neden olur. Kaygıyla bağlanan insanlar, olumsuz benlik imgelerinin etkinleştirilmesi nedeniyle stresle baş etmeyi çok zor bulmaktadır (Mikulincer, 1995; Mikulincer ve Shaver, 2016).

Aleksitimi

Duygular, bir kişinin yeni otomatik dünya düzeninde kendi varlığını tezahür ettirebileceği araçlardan biridir. Bireyler öfkeli, üzgün, mutlu ve korkmuş olabilir. Her bireyin her duruma farklı tepki verdiğini düşünürsek, kişilerarası ilişkilerde duyguları tanımanın ve ifade etmenin önemini anlayabiliriz. Toplumun bir parçası olan bireyin bu yeteneği bir anlamda yaşam kalitesini arttırmaktadır.

Dilimize “duygular için kelimelerin yokluğu” olarak çevrilen aleksitimi kelimesi, Yunanca kökenli “a:hayır, lexis:söz, thymos:his” anlamlarındaki kelimelerin birleşmesinden oluşmuş bir terimdir. Çeşitli tanımları olan aleksitimi, bireyin duygusal yönünü tanımada, adlandırmada, ayırt etmede ve sözel olarak aktarmada güçlük

yaşaması olarak kabul edilmiştir (Dereboy, 1990). Aleksitimi, ilk defa Sifneos (1972) tarafından bir kavram olarak ifade edilmesine rağmen, daha önceki çalışmalarda zihinsel kaynaklı fiziksel hastalıkları inceleyen uzmanlar aleksitimik özellikleri araştırmışlardır. 1973 yılında aleksitimi kavramını literatüre ekleyen Sifneos, aleksitimi terimini bir durumun duygusal boyutlarını fark etme ve ifade etme zorluğu için kullanmış, duygulardan hiç söz edilmemesi olarak açıklamıştır ve bunu bireyin psikolojik yetersizliği olarak ifade etmiştir. Aleksitimikler düşünebilir, sözlü ifadeleri kullanabilir, konuşabilir ve duygularını hatırlayabilir. Ancak duygu ve düşünceleri arasında ilişki kurmakta zorlandıkları gözlemlenmiştir. Bu durumun bireyin kendi iç dünyasında veya sosyal ilişkilerinde sorunlar yaşamasına neden olduğu belirlenmiştir (Atasoy, 2002). Sifneos (1977), aleksitimi olan kişilerin diğer insanlardan bir farkı olmadığını, onların da duygularının olduğunu ancak onları diğerlerinden farklı kılan duygusal farkındalıklarının olmaması, duyguları sınıflandırmada ve düşünce ile duygu arasında ilişki kurmakta güçlük çekmeleri olduğunu belirtmiştir. Aleksitimik özelliklere sahip kişilerin bir durumla ilgili duygularının olmadığı ya da duygularını söze dökmeye sorun yaşadıkları anlaşılmıştır.

Duygularını tanıyan ve bu duygularını diğer insanlara aktarabilen bireylerin daha sağlıklı ilişkilere sahip oldukları ve kişisel özellikleri hakkında daha fazla içgörü sahibi oldukları gözlemlenmiştir (Koçak, 2002). Ancak düşüncelerini ve duygularını birleştirmede problemi olan bireyler, bu durumun bir sonucu olarak hem kendi içinde hem de kişilerarası ilişkilerinde çatışma ve zorluklar yaşamaktadır (Atasoy, 2002). Aleksitimi kavramının tarihsel gelişimi göz önüne alındığında, ilk etapta psikiyatrik problemi olan gruplarda incelenen bir kavram olmasına rağmen sağlıklı olarak kabul edilen popülasyonda sıklıkla görülebildiği görülmüştür (Helses vd., 2008).

Aleksitimi Kavramının Teorik Boyutu

Günümüzde geniş çapta incelenen aleksitimi kavramı, bir temele oturtmak için teoriler tarafından ele alınmıştır. Bağcı (2008), bireylerin etkili iletişim kurma yeteneklerini, bakıcılar ve bebek ilişkisini çok ele alan analitik kuram ışığında bu ilk ilişkinin doğası ile açıklamaktadır. Luminet (1994), bu ilişkilerdeki başarısızlıkların aleksitimi oluşturduğunu belirtmektedir. Nörofizyolojik ve genetik teorisyenler ise aleksitiminin beyin yarım kürelerindeki kopukluk ile açıklandığını ancak bu durumun bilişlerin duygusal ifadelere dönüşmemesine neden olduğunu açıklamaktadır (Larsen, 2003). Ortaya çıkan ya da ortaya çıkması tercih edilmeyen duyguların öğrenildiğini savunan davranış teorisi, aile içindeki dinamiklere gönderme yapmaktadır. Çarpık

anlayışlar, duyguların ifade edilme biçimi ve olaylar karşısında yetişkinlerin tutumları etkileyebilir. Başka bir teori olan sosyo-kültürel teori çerçevesinde incelendiğinde, bireylerin kendini ifade etmesine önem veren ve bireyselliği doğu kültürlerinden daha fazla vurgulayan batı kültürlerinin daha önce aleksitimi kavramına aşına olduğu söylenebilir. Bu bakımdan bireyin içinde bulunduğu toplum yapısının da etkili olduğu düşünülmektedir. (Sallıoğlu 2002) Doğu kültürleri duyguların sözlü anlatımı noktasında daha kısıtlayıcı bir tutuma sahiptir. Bu, bireylerin duygularını beden bedene daha fazla deneyimlemelerine ve onları bastırmalarına neden olabilir. Bilişsel kuram, aleksitimi bu alandaki bireyin gelişim aşamalarındaki yoksunluktan kaynaklanan mantıksal hatalara dayandırır. Lazarus (1984), bireyin algılama şeklinin ve öznel olarak yüklediği anlamların duygusal oluşumun temeli olduğunu savunur.

Aleksitimi Alt Boyutları

Aleksitimi kavramını ölçmek için geliştirilen Toronto Aleksitimi ölçeğinde üç boyut belirlenmiştir: duyguları tanımada zorluk, duyguları ifade etme zorluğu ve dışavuruk düşünme.

Duyguları Tanımada Zorluk

Bireyler hayatlarının ilk dönemlerinden itibaren duygularla karşılaşmaya başlarlar. Karşılaştıkları bu duygular kendi özelliklerinde bir yer bulur. Ancak aleksitimik bireylerin duyguları ile ilgili sorulara verdikleri cevaplarda duygularını düşüncelerinden ayırt edemedikleri görülmüştür. Duygu ve düşünce ayrımını tanımakta güçlük çeken aleksitimik bireylerin, kurak zemindeki ifadeleri ve anlam veremeyecekleri duyguları hakkında diyaloga girmede sorun yaşadıkları görülmektedir.

Duyguları İfade Etme Zorluğu

Duyguların farkında olmanın, ifadede ön koşullardan biri olduğu bilinmesine rağmen, her duygunun ifade edilmediği de görülmektedir. Öteki ile iletişimimizde ortaya çıkan her zaman ifade etmek istediğimizin gerisinde kalır. Bu açıdan bakıldığında, kendini hiçbir zaman tam olarak gösteremeyen bireyler, kültürel faktörler ve bireysel farklılıklar gibi faktörlere bağlı olarak bu yeteneğe sahip olabilir veya bundan mahrum kalabilir. Örneğin; bir ölüme hayıflanıp ritüelleştirebilen bir toplumun yas süreçleri ile ölüm karşısında ağlamamayı öğütleyen bir toplumun yas süreçleri ile bu deneyimin üstesinden gelme yolları arasında farklılıklar vardır.

Dışavuruk Düşünme

Dışavuruk düşünen aleksitimik bireyler, çevreden gelen mesajlara çok dikkat eder ve uyuma büyük önem verirler. Faydacı ve problemden kaçınma yapıları nedeniyle dışsal

bir tutum geliştirebilirler. Faydacı ve uyarlanabilir doğaları onları harici bir konuma sokar. Bu insanlar çevrelerinde problemsiz görüldükleri ve bu görünümü önemsedikleri için herhangi bir soruna yol açabilecek durum ve söylemlerden kaçınmak için akıllıca hareketler yapabilir, duygularını gizler ve dış tepkilere göre şekil alırlar (Krystal, 1979).

Aleksitimik Bireylerin Özellikleri

Aleksitimik bireyler, düşünme, hareket etme, konuşma ve duygularını hatırlama becerisine sahip bireylerdir. Bu bireylerin yaşadığı temel sorun, duyguları ve düşünceleri arasında köprü kuramamaktır. Batıgün ve Büyükşahin (2008), bu bireylerin özelliklerini duyguları tanımada, ayırt etmede ve ifade etmede güçlük, hayal gücü eksikliği, işlemsel düşünme ve eksantrik bilişsel yapıya sahip olma olarak belirtmişlerdir. Aile öğretilerinin toplumun genel yapısını da oluşturduğu dikkate alınarak, Karakavi'nin (2011) aleksitimik annelerin çocuklarında da aleksitimik belirtilerin görüldüğü bulgusu desteklenmektedir. Başka bir çalışmada erkeklerin aleksitimik düzeyleri kadınlardan daha yüksek bulunmuştur (Levant vd., 2009).

Aleksitimi Üzerine Çalışmalar

Aleksitimi ile ilgili ilk çalışmalar daha çok klinik popülasyonla ve özellikle psikosomatik hastalarla yapılan çalışmalar sonucunda ortaya çıkmıştır. Aleksitimi klinik popülasyon dışında da görülse de sağlıklı kişilerle yapılan çalışmaların önemli ölçüde arttığı görülmektedir. Aleksitimi ile ilgili ilk çalışma 1948 yılında Ruesch tarafından yapılmıştır. Ruesch'in çalışmaları aleksitiminin psikosomatik hastalıkların bir sonucu olduğunu göstermektedir (akt. Taylor, Bagby, ve Parker, 1991). Maclean 1950'lerde psikosomatik hastalarla yaptığı çalışmada bu kişilerin duygularını sözlü olarak ifade etmekte zorlandıklarını gözlemlemiştir. Maclean bu durumu duyguların neokortekse ulaşamaması ve amigdalada sıkışıp kalmasıyla açıklar. Bu nedenle duygularını sözlü olarak ifade edemeyen kişiler, duygularını bedensel yollarla fizyolojik belirtiler olarak yansıtır (akt. Koçak, 2002).

Krystal ise travma sonrası stres bozukluğu olan kişilerle yaptığı araştırma sonucunda bu hastaların duygularını tanımlama ve ifade etmede zorlandıklarını ve rüya görme becerilerinin sınırlı olduğunu gözlemlemiştir (akt. Koçak, 2002).

Aleksitiminin kalıcılığı ile ilgili çalışmalar Freyberger tarafından yapılmıştır. Aleksitiminin durum mu yoksa özellik mi olduğu konusundaki tartışmayı (Martinez-Sanchez, Ato-Garcia ve Ortiz-Soria, 2003; Taylor, Bagby ve Parker, 1999) birincil ve ikincil aleksitimi sınıflandırmasıyla kısmen çözmüştür. Birincil aleksitimi, somatik

bozukluklara zemin hazırlayan uzun süreli bir kişilik özelliği iken, ikincil aleksitimi, yoğun stres yaşantıları sonrasında eşlik eden geçici bir tepkidir (akt. Koçak, 2002).

Taylor vd. (1992), normal popülasyondaki sağlıklı bireylerle bir çalışma yürütmüştür. Yaptıkları bu çalışmada Toronto Aleksitimi Ölçeği'ni (TAS) kullanmışlar ve aleksitimik özelliklere sahip bireylerin daha fazla bedensel yakınmalara sahip olduklarını bulmuşlardır. Ayrıca bu kişilerin düşük ego gücü gösterdikleri ve daha bağımlı kişilik özellikleri gösterdikleri belirlenmiştir.

Yurt dışında yapılan çalışmalarla karşılaştırıldığında ülkemizde aleksitimi ile ilgili çalışmalar kısıtlıdır. Ancak son on yılda aleksitimi ile ilgili çalışmalar artmıştır. Fiziksel (obezite, irritabl barsak sendromu) ve psikiyatrik (sosyal fobi, konversiyon gibi) hastalıkları olan kişilerle yapılan birçok çalışmada aleksitimi özellikleri incelenmiştir (Yazıcı, Başterzi, Acar ve Üstünsoy, 2006; Solmaz, Sayar, Özer, Öztürk ve Acar, 2000). Öte yandan, psikiyatrik tanısı olmayan sağlıklı bireylerle yapılan çalışmalar oldukça azdır.

Literatürde aleksitimi ile çeşitli demografik değişkenler (yaş, cinsiyet, eğitim, sosyoekonomik düzey) arasındaki ilişki araştırılmıştır. Aleksitiminin yaşla ilişkisini araştıran çalışmaların çoğu anlamlı bir ilişki bulamamıştır (Parker, Bagby ve Taylor, 1989). Eğitim düzeyi ile aleksitimi arasındaki ilişkiyi inceleyen araştırmalar farklı sonuçlar vermiştir. Bazı araştırmalar aleksitimi ile eğitim düzeyi arasında anlamlı bir ilişki bulmazken (Parker, Bagby ve Taylor, 1989), bazı araştırmalar eğitim düzeyi arttıkça aleksitimi azaldığını göstermektedir (Batıgün ve Büyükşahin, 2008). Aleksitiminin sosyoekonomik düzey ile ilişkisini inceleyen çalışmalarda da benzer farklılıklar görülmektedir (Dereboy, 1990). Blanchard vd., üniversite öğrencilerinde kızların %1.8'inin, erkeklerin ise %8.2'sinin aleksitimik özellik gösterdiği ve genel popülasyonda %5 oranında yaygın olduğunu saptamıştır (Akt. Dereboy, 1990). Öte yandan, Parker vd. (1989) sağlıklı bireylerde aleksitiminin normal popülasyonda %18,9 oranında yaygın olduğunu göstermektedir. Ülkemizde yapılan çalışmalarda bu oran daha yüksektir. Şahin'in (1991) çalışmasında normal popülasyonda aleksitimi %30 oranında yaygın iken, 234 kişinin katıldığı bir başka çalışmada prevalans %38,5 olarak bulunmuştur (Epözdemir, 2012).

Psikolojik Dayanıklılık

Travmaya karşı bireysel tepkiyi çeşitli biyopsikososyal ve kültürel faktörler etkiler (Nakai vd., 2015). Örneğin, kötü muameleye maruz kalan çocukların duygusal, davranışsal ve sosyal uyum sorunları geliştirme riski daha yüksektir (Norman vd.,

2012). Ancak, kötü muameleye maruz kalan bazı çocuklar bu olumsuz sonuçları göstermemektedir (Homes, Yoon, Voith, Kobulsky ve Steigerwald, 2015). Bu, kısmen insanları zorluklarla ilişkili psikolojik risklere karşı koruyan mekanizmaları kapsayan esnekliği ifade eder (Luthar, Cicchetti ve Becker, 2000). Dayanıklılık, olumsuz çevresel koşullara uyum sağlama yeteneğidir (Basim ve Çetin, 2011). Dayanıklılık, bireyde, aile veya akran ağında ve toplum içinde yer alan koruyucu süreçleri (örneğin kaynaklar, yetkinlikler, yetenekler ve beceriler) oluşturur (Rutter, 1987).

Dayanıklılık, bazı insanların sıkıntı veya travmatik olaylar yaşadıkdan sonra neden psikolojik ve davranışsal sorunlar geliştirmedini anlamak için önemli bir yapıdır (Luthar, Cicchetti ve Becker, 2000). Daha dirençli olanların, daha az dirençli olanlara göre anksiyete ve depresyon semptomları geliştirme olasılığı daha düşüktür (Hoge, Austin ve Pollack, 2007). Dayanıklılık üzerine devam eden araştırmalar, kullanım gücü temelli tedavi ve müdahaleler dahil olmak üzere travmadan kurtulanlar arasında güvenliği ve değişimi teşvik etmek için hayati önem taşımaktadır (Yuan, 2015).

Biyopsikososyal ve kültürel faktörlerin çeşitliliği bireysel tepkiyi etkiler. (Nakai vd., 2015). Örneğin, kötü muameleye maruz kalan çocuklar, duygusal, davranışsal ve sosyal uyum sorunları geliştirme riski artar (Norman vd., 2012). Ancak bazı kötü muamele gören çocuklar bu olumsuz davranışları sergilemezler (Homes, Yoon, Voith, Kobulsky ve Steigerwald, 2015). Bu insanları tehditlere karşı koruyan mekanizmaları kapsayan esnekliğin bir parçası zorluklarla ilişkili psikolojik risklerdir (Luthar, Cicchetti ve Becker, 2000).

Psikolojik Dayanıklılık Alt Boyutları

Psikolojik dayanıklılık; meydan okuma, kendini adama ve kontrol olmak üzere üç ayrı boyuttan oluşan bir kişilik özelliğidir. Meydan okuma, kendini adama ve kontrol özelliklerinin kendi aralarında ilgili olduklarını gösterse de, hepsi aynı şey değildir. Her boyut kendi içerisinde psikolojik dayanıklılıkla ayrı ayrı etkileşim içerisinde. Karşılaşılan risklerin bertaraf edilmesi, motivasyonun tekrar düzenlenebilmesi ve zorlu şartların yönetilmesinde bu alt boyutlar önemli işlevselliğe sahiptir (Maddi ve Khoshaba, 1994).

Kendini Adama

Adama, psikolojik dayanıklılığın alt boyutlarını oluşturan maddelerden biridir. Kobasa'ya (1979) göre kişinin yaşamının birçok alanıyla ilgilenme eğilimi kendini adama alt boyutu olarak özetlenmektedir. Herhangi bir duruma karşı merak ve ilgi, kişinin kendini adamasının alt boyutunu verir. Kişinin olaylara doğrudan müdahil

olması ve bunu günlük hayatı yaşarken yapabilmesi kendini adama boyutuna götürür. Özetle kişiyi çalıştığı işe, duruma veya hayata adama anlamına gelir.

Meydan Okuma

Psikolojik dayanıklılığın alt boyutlarını oluşturan bir diğer madde ise meydan okumadır. Psikolojik sağlamlığın alt boyutunda yer alan meydan okuma kavramı, olumsuz yaşam olaylarının ve stresli deneyimlerin kişiyi ileriye doğru güçlendirdiğini savunur. Bu alt boyuta sahip kişiler, herhangi bir farklı duruma geçişi gelişimsel olarak görürler. Hayatın doğal akışında farklılaşmayı kabul etmezler ve bunu anormal görürler. Birçok bireyden farklı olarak değişimi, onları güvenli bir alandan çıkmaya iten bir tehdit olarak görmezler (Karataş, 2016).

Kontrolü Tutma

Psikolojik sağlamlığın alt boyutları araştırılırken dikkat edilmesi gereken bir diğer alt boyut da kontrolü elinde tutma terimidir. Bireylerin yaşamlarında yaşadıkları olumsuz durumlar karşısında umudunu kaybetmeden içinde buldukları durumu farklılaştırabilmeleri için umut derecesini içerir. Öz disiplin, başarıya motivasyonu, motivasyonel eğilim, karar ve seçim gibi pek çok özelliği içeren bu alt boyut, aynı zamanda bireylerin üç tür kendini kontrol etme biçimini de içermektedir. Bunlar karar kontrolü, bilişsel kontrol ve başa çıkma kontrolü olmak üzere üç ayrı alt başlıkta incelenmektedir (Kobasa, 1979).

Psikolojik Sağlamlığın Gelişim Süreciyle İlgili Yapılmış Çalışmalar

Son yıllarda üzerinde önemle durulması gereken bir konu haline gelen psikolojik dayanıklılık, özellikle çocukluk ve ergenlik döneminde yaşamdaki çoğu tehdit edici durumla paralellik açısından değerlendirilmektedir. Bu tür tehdit edici faktörlerin varlığında, olumsuz durumlara rağmen başarılı oldukları ve olumlu bir ilerleme yolunda oldukları tespit edilmiş ve bu konuda saha çalışmaları yapılmıştır. Dayanıklılık alanındaki en önemli boylamsal araştırma, Werner'in (1955) araştırmasına aittir. 40 yılı aşkın bir süre boyunca yürütülen bu çalışmada, kronik yoksulluk içinde yaşayan, karmaşık bir doğum öyküsüne sahip olan, aile dinamiklerinde patolojik durumların varlığı ve düşük dayanıklılık düzeydeki çocukların biyolojisini, psikolojisini ve sosyolojisini tehdit eden faktörlerin etkileri araştırılmıştır. Ebeveynlerin geçim kaynakları incelenmiş ve çoğunlukla erkeklerin, anne-babalarında alkol bağımlılığı veya ruhsal hastalık bulunması, 40 yaşına gelindiğinde olumlu olmayan sonuçların ortaya çıkma eğiliminin yüksek olduğunu göstermiştir.

Risk Faktörleri

Yapılan araştırmalar ışığında psikolojik dayanıklılığın temelini risk faktörleri ve koruyucu faktörler etrafında yoğunlaştığı görülmektedir. Dayanıklılık teorisi konusunda yurt dışında farklı gruplarla farklı çalışmalar yapılmasına rağmen ülkemiz bu alanda yetersiz kalmaktadır. Ülkemizde bu kavram yeterince anlaşılmadığı için çalışmalar planlanmamakta ve koruyucu ruh sağlığına yeterince önem verilmemektedir (Öz ve Yılmaz, 2009).

Çocukluğa dair risk faktörlerini bilmek, kazandıracığı öngörü sayesinde travma oluşumuna önceden müdahale edebilmek adına büyük önem taşımaktadır. Çocukların bir kısmı yaşamlarının erken evresinde bir istismara maruz kalma riskiyle karşı karşıya kalabilirken bir kısmı böyle bir ortamın içine doğabilmektedirler. Bu anlamda risk faktörlerini doğru tanımlamak doğru önlemlerin alınması konusunda da yol gösterici olması açısından büyük önem taşımaktadır. Çocuğu çevreleyen ekolojik bir çerçeve içerisinde çocuğun gelişimini etkileyecek olan risk ve bazı koruyucu faktörlerin yer aldığını ve bunlara sahip olmayan çocuklar için bunların yapay bir şekilde de oluşturulabileceği fikrini ortaya koyan İngiliz psikiyatrist Michael Rutter olmuştur (Akt. Buchanan, 2014). Çocukluk çağında istismara zemin hazırlayan risk faktörleri aşağıda belirtilen gelişim alanları ile yakından ilgili olup genel başlıkları Thornbery vd. şu şekilde belirtmişlerdir:

- Yaşanılan çevrenin özelliklerinden kaynaklanan
- Aile geçmişi ve aile yapısı kaynaklı
- Ebeveyn ya da ebeveynlere bağlı stres faktörlerinden kaynaklanan
- Aile içi şiddete maruz kalma
- Eğitim imkânlarından yararlanma açısından
- Kendi akranlarıyla arasında ilişkiler
- Ebeveyn çocuk ilişkileri
- Ergenliğe bağlı stres faktörleri
- Antisosyal davranış biçimleri
- Erken yetişkinliğe geçişler (Thornberyy vd., 2014).

Çocuk Temelli Risk Faktörleri

Çocuğa ait bazı bireysel özellikler çocuğun kötü muamele riskini artırmaktadır. Çocuğun dört yaş altı grupta yer alması, ergenler açısından ailenin beklentilerini karşılama konusunda başarısızlıklar, özel gereksinimli çocuk olmak, bebeklikte ısrarlı

ağlamalar, fiziksel anomalisi olan çocuklar, özellikle risk altında olma özelliği taşımaktadır (WHO, 2016).

Aile Temelli Risk Faktörleri

Ebeveynler arasında çatışmanın olması, annenin sağlık sorunlarının olması, kötü evlilik öyküsü, tek ebeveynin bakımı, üvey babanın varlığı, düşük ebeveyn katılımı, çocuk sayısının fazlalığı bunlara örnektir (Brown vd. 1998, Gonzales ve McCall, 2017). WHO (2006) aile kaynaklı risk faktörlerini şu şekilde açıklamıştır:

- Yeni doğan bebekle bağ kurmaktaki sıkıntılar (zor bir gebelik süreci, çocukla ilgili hayal kırıklığına uğrama vb.)
- Çocuğu beslemek istememek
- Çocuk gelişimi hakkında sınırlı bilgiye sahip olmak ve çocuğun ihtiyaçlarını anlamak konusunda gerçekte uyuşmayan bir düşünce yapısı (çocuğun bir davranışı kasti yaptığını düşünmek)
- Ebeveynin yanlış yorumladığı davranışlara şiddet içeren cezalarla karşılık vermesi
- Çocuğu disiplin etmenin ceza ve fiziksel olarak şiddetten geçtiğine inanmak
- Ebeveynin fiziksel, zihinsel sağlık sorunlarının olması
- Ebeveynlerin alkol ve uyuşturucu kullanımının olması
- Ebeveynlerin erken yaşta çocuk sahibi olmasına bağlı yetersizlik hisleri
- Ebeveynlerin olumsuz duygularını kontrol etmek de zorlanması
- Sosyal olmayan sınırlı bir yaşantı

Çevresel Risk Faktörleri

Ebeveynlerin sosyoekonomik düzeyi ve toplum içindeki statülerine bağlı olarak fiziksel ve zihinsel sağlıkları bu durumdan etkilenmektedir. Yoksulluk ve yaşanan çevrenin güvenliğinin yetersiz oluşu, evsizlik, sağlık imkânlarının yetersizliği veya ailenin sosyal güvencesinin olmayışı, yetersiz beslenme, çocuk açısından riskli bir sosyal ortam sunmaktadır. Yoksulluğun beraberinde getirdiği zorluklar aile içi strese ve sosyal anlamda daha izole bir yaşantıya neden olmaktadır (Manicam,2002). Ayrıca yaşanan bölgenin suç potansiyelinin yüksek olması topluluk şiddetine maruz kalma açısından risk teşkil etmektedir (Saunders ve Adams,2014). Toplum içindeki cinsiyet ve sosyal eşitsizlik oranının yüksek olması, çocuk işçiliği ve çocuğun fuhuşa sürüklenmesi gibi çocuğa yönelik kötü muamelelerin önüne geçmeyen sosyal politikalar, şiddeti öngören toplum kurallarının varlığı, cinsiyete toplum içinde biçilmiş roller risk oranını artırmaktadır (WHO,2016).

Koruyucu Faktörler

Olumsuz çocukluk deneyimleri yaygınlığı açısından değerlendirildiğinde erişkinlik dönemi riskli davranışlarına ve sağlık sorunlarına neden olacağı göz önünde bulundurulursa korunma stratejilerinin önemi de artmaktadır. Koruyucu faktörler çocukları herhangi bir tehde maruz kalmadan ya da travmaya maruz kaldıktan sonra psikopatoloji yaşanmasına karşı önleyici bir görev yapmaktadır (McLaughlin ve Lambert, 2017). Felitti vd. (1998) konunun üç boyutta ele alınabileceğini söylemiştir; 1) Çocukluk döneminde travmatik yaşam olaylarının oluşmaması için önlem alınması yani çocuğun korunması 2) eğer böyle bir duruma maruz kalınmışsa çocukluk ve ergenlik döneminde sağlık açısından risk oluşturacak durumlar hakkında bilinçli bir yaklaşım izleme, 3) hastalıklarının takip ve tedavi edilmesi şeklinde sıralanabilir (Felitti vd., 1998). Masten ve Coasworth (1998) bu koruyucu önlemleri “a) risk odaklı b) kaynak odaklı c) süreç odaklı” şeklinde gruplandırmışlardır. Herhangi bir riskli durum henüz oluşmadan gerekli önlemlerin alınması (erken doğum gibi) risk odaklı koruyucu faktöre örnek olabilir. Çocuğun içinde bulunduğu ortama bağlı gelişecek olumsuz durumlara yönelik önlemlerin alınması kaynak odaklı (yoksulluğa yönelik bir önlem alınması) ve herhangi bir travma yaratan durum yaşanmışsa tekrarların önüne geçilmesi ve gerekli tedavi planının yapılması süreç odaklı koruyucu faktörlere örnektir. Koruyucu faktörler literatürde a) bireylerin kişilik özellikleri, b) ailesine ait özellikler c) sosyal çevre özellikleri şeklinde üç ana grupta ele alınmıştır (Benard, 1991).

Psikolojik Dayanıklılık Açısından Bireysel Özellikler

İyi seviyede bir zekaya sahip olmak, aslında bilgiyi kullanma ve sorunları çözmeye konusunda daha başarılı olma anlamına da gelmekte ve bu aynı zamanda erken dönemden başlayarak kendi kendini yönetme becerilerini güçlendirmektir. Yetkinlik ise, çocuğun çevresiyle etkileşimi ile başlayan ve gelişmesine bağlı olarak kişiyi değişime yönelten bir özelliktir. Çocuğun büyümesine bağlı yetkinliğini neye karşı kullanacağı ve güçlük seviyesi de buna bağlı değişiklik gösterecektir (Masten ve Coasworth, 1998). Mizah özellikleri güçlü olan çocukların aynı zamanda yetkinliklerinin ve entelektüel seviyelerinin de desteklendiğini, çevreleri tarafından lider özellikleri taşıyan bireyler olarak tanımlandıkları, işbirliği yapmaya uygun bireyler olarak nitelendirildikleri bilinmektedir (Masten, 1986). Duygularını yönetme becerisine sahip olmak, kişinin öz denetim sağlaması ve kontrol mekanizmasını kullanması açısından bir artı sağlamaktadır (Vanderbilt-Andriance, ve Shaw, 2008). Kötü muameleye maruz kalan çocuklar arasında iç kontrol algısı yüksek olanların,

karşılıklı dostluk ilişkileri geliştirenlerin, diğerlerine göre daha esnek yapıda olabileceği öngörülmektedir (Egeland vd., 1988; Moran ve Eckendrode,1992). Aynı zamanda bu kontrol algısına sahip olmak kişileri yeni bir kötü muamelenin hedefi olma açısından da koruyucu bir görev üstlenmektedir (Cicchetti, 2013). Bunların yanı sıra suçun dışa atfı ve baş etme becerileri ve yüksek benlik saygısının olması da bireyi koruyan özellikler arasında yer almaktadır (Collishaw vd., 2007).

Aileye ait özellikler

Çocuğa yönelik destek ilk önce ailede ve daha sonra geniş aile üyeleri tarafından sağlanmaktadır. Yapılan araştırmalar gösteriyor ki çeşitli risk faktörlerine rağmen kişinin bağ kurduğu bir kişinin varlığı ve şefkati, erken dönemde sorunların üstesinden gelinmesinde ve sağlıklı bir gelişim sürdürülebilmesi açısından çok önemli bir yere sahiptir (Benard,1995). Burada çok büyük öneme sahip bir diğer konu da her çocuğun anne ve babası ile sıcaklık, güven, destek, bunların daha da üstünde sevgi ihtiyacını yeterince karşılayacak bir aileye gereksinim duymasıdır. Bu noktada güvenli bağlanmadan söz etmek mümkündür. Örneğin çocuk açısından anne ve babanın boşanmış olması bir risk faktörüken yapılan araştırmalar gösteriyor ki ebeveyn ile sağlıklı bir bağlanmanın olmayışı daha fazla olumsuz etki yaratmaktadır. Ebeveynleri çocuk açısından onu seven, özenli, sağlam duruşu olan, destekleyici bağlanma figürü olabileceği gibi tam tersinden de söz etmekte mümkündür. Böyle bir durumda çocuğun ruhsal anlamda acı çekeceği bilinmektedir (Rutter,2013).

Sosyal Çevreye ait özellikler

Çocuğun eğitimini sürdürdüğü okulda kendisinden olumlu yönden beklenti içinde bulunduğunu bilmesi teşvik edici olmaktadır. Rol model olabilecek bir öğretmenin varlığı kendisine güvenmeyi ve geleceğe inanmayı öğretebilmektedir. Aynı zamanda çocuğun kendi kararlarını verebilmesi, yeterli olduğunu hissetmesi, daha olumlu bir bakış açısı geliştirmesi ve iyimser olabilmesi yönünden oldukça önemlidir. Okullarda esnekliği destekleyen bir müfredatın olması çocuk veya gencin güçlü yönlerinin desteklenmesi, daha dışa dönük ve katılımcı olması, kendisini ifade edebilen, eleştirel bakabilen, problemlere çözüm üretebilen ve iletişim kurabilen bireyler olmaları açısından fayda sağlamaktadır. Bu koruyucu faktörler yoksulluk ve problemlilerden gelen çocuk ve gençler açısından bir aidiyet duygusu geliştirilmesi ve umut aşılması açısından çok kıymetlidir. Destekleyici akran ilişkileri ve topluluklar içinde yer almak da sosyal anlamda koruyucu etkiye sahiptir (Benard, 1995). Benzer zorlukları yaşamış

ve bu sıkıntılarını aşımiş kişilerin bu kişilere rehberlik yapmaları hem kendi kişisel gelişimleri hem de karşı taraf açısından olumlu etkiler yaratacaktır (Rutter, 2013).

2. YÖNTEM

Bu araştırmada çocukluk çağı travmaları ve aleksimi ilişkisinde ana-babaya bağlanma ve psikolojik dayanıklılığın aracı rolü incelenmiştir. Buna bağlı olarak araştırmanın bu bölümünde araştırmanın örnekleme, araştırmanın modeli, veri toplama araçları ve verileri analiz etme açısından kullanılan istatistiksel yöntemlere yer verilmiştir.

2.1. Katılımcılar

Bu araştırmanın örnekleme Konya ilinde yaşayan ve uygun örnekleme yöntemi ile seçilmiş Selçuk Üniversitesi öğrencilerinden oluşmaktadır. Ayrıca Konya'daki diğer üniversitelerden de öğrenciler çalışmaya katılım sağlamıştır. Çalışmaya ilk etapta 238 kadın ve 122 erkekten oluşan toplam 360 kişi gönüllü olarak katılmıştır. Örneklemede 238 kadın ve 122 erkek katılımcı vardır.

2.2. Araştırmanın Yapılışı

Çalışma grubuna uygun örneklem metoduyla erişilmiştir. Bu kapsamda geliştirilen çevrim içi anket formları çevrim-içi platformlar aracılığı ile üniversite öğrencilerine ulaştırılmıştır.

2.3. Araştırmada Kullanılan Materyaller

2.3.1. Demografik Bilgi Formu

Katılımcıların sosyo-demografik bilgilerini içeren formda, yaş, cinsiyet, anne baba eğitim durumu, anne baba birlikte/ayrı olma durumu, ekonomik durum ile ilgili sorular yer almaktadır.

2.3.2. Ana Babaya İlişkin Görüşler Ölçeği

Ana Babaya Bağlanma Ölçeği Parker vd. (1979) tarafından geliştirilmiştir. Türkçe uyarlaması ve psikometrik özelliklerinin değerlendirilmesi Kapçı ve Küçüker (2006) tarafından yapılmıştır. Anne babaya olumlu ya da olumsuz bağlanmayı değerlendiren bir ölçektir. Bu ölçek Bowlby'nin bağlanma kuramı temelinde geliştirilmiştir. Ölçek ilgi ve kontrol/aşırı koruma olmak üzere iki alt boyuta ölçek 25 maddeden oluşmaktadır. Ölçeğin ilgi boyutunda 12 madde bulunurken; kontrol/aşırı koruma boyutunda 13 madde yer almaktadır (PBI; Parental Bonding Instrument, Parker vd.,

1979). İlgi alt boyutunda yüksek puan sıcak, anlayışlı ve kabul edici olarak algılanan ana babayı yansıtmaktadır. Kontrol/aşırı koruma alt boyutunda ise puan artışı aşırı kontrolcü ya da özerkliğe izin vermeyen ana baba algısına işaret etmektedir. Katılımcıdan 16 yaşına kadar olan süreci düşünerek, anne ve babası için ayrı değerlendirmeler yapması istenmektedir. Maddeler 4'lü likert-tipi derecelendirme ile Tamamen böyleydi=4, Kısmen böyleydi=3, Pek böyle değildi=2, hiç böyle değildi=1 şeklinde puanlanmaktadır. Tersine puanlanan maddelerde ise (2,4,8,9,10,13,14,16,18,19,20,23, ve 24. maddeler), Tamamen böyleydi=1, Kısmen böyleydi=2, Pek böyle değildi=3, hiç böyle değildi=4 şeklinde puanlanmaktadır. Toplam ölçekte ve alt ölçeklerde puan artışı olumlu bağlanmayı ifade etmektedir.

2.3.3. Çocukluk Çağı Travma Ölçeği (ÇÇTÖ)

Çocukluk ve ergenlik döneminde yaşanan kötü muameleyi değerlendirmek için Bernstein vd., (1994), 70 maddelik kendi kendine yönetilen bir envanter olarak orijinal Çocukluk Travması Anketini geliştirmiştir. 2003 yılında Bernstein vd., orijinal envanteri kısaltıp maddelerin 5'li Likert ölçeğinde derecelendirildiği 28 maddelik bir anket (CTQ-SF) oluşturmuştur. Doğrulayıcı faktör analizi, duygusal istismar, fiziksel istismar, cinsel istismar, duygusal ihmal ve fiziksel ihmal olmak üzere beş alt ölçek ortaya koymuştur. Güvenirlilik katsayıları Duygusal İstismar için .89, Fiziksel İstismar için .86, Cinsel İstismar için .95, Duygusal İhmal için .89 ve Fiziksel İhmal için .78 olarak bulunmuştur (Bernstein vd..2003). CTQ-SF'nin Türkçe uyarlama çalışması Şar, Öztürk ve İkikardeş (2012) tarafından yapılmıştır. Ölçeğin Türkçe versiyonu için güvenirlilik katsayısı .93 ve test tekrar test güvenirlilik katsayısı .90 olarak bulunmuştur. Orijinal ölçekte olduğu gibi, ölçeğin Türkçe uyarlamasında da aynı faktör yapısı bulunmuştur. Alt ölçekler için güvenirlilik katsayıları Duygusal İstismar için .90, Fiziksel İstismar için .90, Cinsel İstismar için .73, Duygusal İhmal için .85 ve Fiziksel İhmal için .77 olarak bulunmuştur. Ayrıca ölçeğin Türkçe versiyonunun Dissosiyatif Yaşantılar Ölçeği ile korelasyon katsayısı yüksek yapı geçerliliğini gösteren. 60 olarak bulunmuştur.

2.3.4. Toronto Aleksitimi Ölçeği (TAÖ-20)

Toronto Aleksitimi Ölçeği Taylor, Ryan ve Bagby (1985) tarafından geliştirilmiştir. Bu ölçek 26 maddeden oluşmaktadır. 20 maddeden oluşan Toronto Aleksitimi Ölçeği (TAS-20), Bagby, Parker ve Taylor (1994) tarafından geliştirilmiştir. TAS-20'nin iç

tutarlılığı $r = 0.81$ ve test-tekrar test güvenilirliği $r = 0.77$ 'dir. Faktör analizi çalışmalarında toplam varyansın %31'ini açıklayan 3 faktör olduğu bulunmuştur. Bu faktörler; duyguları tanımlamada güçlük, duyguları tanımlamada güçlük, dışa dönük düşünme. Bu sonuca göre birinci faktör varyansın %12.60'ını ($\alpha = 0.78$), ikinci% 9.63'ünü ($\alpha = 0.75$) ve üçüncü% 8.75'ini ($\alpha = 0.66$) açıklamıştır. Toronto Aleksitimi Ölçeği'nin (TAS-20 / TAS-20) Türkçeye uyarlanması ile ilgili çalışma Güleç vd. tarafından yapılmıştır (2009). TAS-20, yirmi maddeden oluşan (1: Hiçbir zaman, 2: Nadiren, 3: Bazen, 4: Sıklıkla, 5: Her zaman) beşli Likert tipi bir ölçektir. Bu ölçeğin 3 alt faktörü vardır. Duyguları Tanımada Zorluk faktörü yedi maddeden (1, 3, 6, 7, 9, 13 ve 14), Duyguları Kelimelere İfade Etme Zorluğu beş maddeden (2, 4, 11, 12 ve 17) ve Dışa Dönük Düşünme Faktörü sekiz maddeden oluşmaktadır (5). 8, 10, 15, 16, 18, 19 ve 20). Ters puanlı maddeler vardır (4, 5, 10, 18 ve 19). Ölçek ve alt ölçeklerin iç tutarlılık değerlendirmesinde, ölçeğin tamamı için Cronbach's alpha 0.78, alt faktörlerin alfa değerleri ise sırasıyla 0.80, 0.57 ve 0.63 olarak bulunmuştur. Ayrıca faktörler arasındaki korelasyonlar incelendiğinde; 1. ve 2. faktörler arasında 0.53, 2. ve 3. faktörler arasında 0.36 ve 1. ve 3. faktörler arasında 0.12 olarak belirlenen ölçeğin Türkçe uyarlaması geçerli ve güvenilir bulunmuştur. Ayrıca Güleç ve Yenel (2010) tarafından Türkçe'ye uyarlanan TAS-20'nin kesme puanı belirlenmiştir. Çalışma sonucunda alt değer olarak 51 puan, üst değer olarak 59 puan almanın uygun olduğu tespit edilmiştir.

2.3.5. Psikolojik Dayanıklılık Ölçeği - PDÖ

Veri toplama araçlarından ikinci bölümde yer alan Psikolojik Dayanıklılık Ölçeği (PDÖ), Işık (2016) tarafından geliştirilen, geçerlik ve güvenilirlik çalışması yapılan bir ölçektir. Ölçek 21 maddeden ve üç alt boyuttan (meydan okuma, kendini adama, kontrol) oluşmaktadır, “Kesinlikle katılmıyorum” ve “Kesinlikle katılıyorum” arasında değişen 5’li Likert tipindedir. Bireylerin kendi algılarını ifade etmelerini içeren bir ölçek olan PDÖ’nün hem birinci düzey hem de ikinci düzey DFA’da yeterli uyum indeksleri vermesi; ölçeğin alt boyutlarından alınan puanlar üzerinden işlem yapılabileceği gibi ölçekten psikolojik dayanıklılık düzeyine ilişkin toplam puan da elde edilebileceğini ortaya koymaktadır (Işık, 2016).

2.4. Araştırmanın Modeli

Bu çalışma ilişkisel tarama niteliğindedir. 17 yaş ve üzeri genç yetişkinlerin çocukluk çağı travmaları, aleksitimi, bağlanma ve psikolojik sağlamlıkları arasındaki ilişkilerin incelenmesi; çocukluk çağı travmaları ve aleksitimi arasında, ana babaya bağlanma ve psikolojik sağlamlığın aracı rolü olup olmadığı ve psikolojik sağlamlığın cinsiyet, yaş, sosyoekonomik düzey değişkenlerine göre farklılaşıp farklılaşmadığını belirlemek üzere araştırma verileri toplanmıştır.

2.5. Araştırma Verilerinin Analizi

Üniversite Öğrencilerinin cinsiyet yaş sosyo-ekonomik düzeyleri ve araştırma değişkenlerine ilişkin betimsel istatistiklere yer verilmiştir. Normallik analizleri verilerin normal dağılıma uygun olduğunu göstermiş, bu nedenle parametrik analizler uygulanmıştır.

Üniversite öğrencilerinde çocukluk çağı travmaları, aleksitimi, bağlanma ve psikolojik sağlamlıkları arasında ilişkiyi incelemek için Pearson Momentler Çarpım Korelasyon Analizi yapılmıştır. Üniversite Öğrencilerinde çocukluk çağı travmaları, bağlanma ve aleksitimi arasındaki ilişkide ve psikolojik dayanıklılığın aracı rolü olup olmadığının incelenebilmesi için yapısal eşitlik modellemesi yapılmış ve uyum indeksleri değerlendirilmiştir. Üniversite Öğrencilerinde psikolojik dayanıklılık; cinsiyet, yaş ve sosyo ekonomik durumlarına göre farklılaşıp farklılaşmadığını belirlenebilmesi için Bağımsız Örneklem T Testi ve Varyans Analizi uygulanmıştır.

3. BULGULAR

Betimsel İstatistikler

Tablo 1.

Katılımcıların Demografik Özelliklerine Göre Dağılımı

KATILIMCILARIN DEMOGRAFİK BİLGİLERİ		
	n	%
Cinsiyet		
Kadın	238	66,11
Erkek	122	33,89
Yaş Grupları		
17-19	85	23,61
20-24	184	51,11
25-34	63	17,5
35-39	16	4,4
40 ve üstü	12	3,3
Gelir Düzeyleri		
500-999TL	20	5,5
1000-2999TL	75	20,83
3000-4999TL	135	37,5
5000-6999TL	67	18,61
7000-ve üzeri	63	17,5
Anne Eğitim Düzeyi		
Herhangi bir eğitim görmedi.	17	4,7
İlkokul Mezunu	171	47,5
Ortaokul Mezunu	52	14,44
Lise Mezunu	74	20,55
Üniversite Mezunu	43	11,94
Lisansüstü Eğitim	3	0,83
Baba Eğitim Düzeyi		
Herhangi bir eğitim görmedi.	3	0,83
İlkokul Mezunu	126	35
Ortaokul Mezunu	69	19,16
Lise Mezunu	92	25,55
Üniversite Mezunu	64	17,77
Lisansüstü Eğitim	6	1,66
Toplam	360	

Araştırmaya katılanların %66,11' i kadın, %33,89'u erkektir. Elde edilen bulguya göre, anketi cevaplayanların büyük bir kısmı kadındır. Cevaplayanların yaş gruplarına göre dağılımı şöyledir; 17-19 yaş grubu, katılanların %23,61' ini, 20-24 yaş grubu, %51'ini, 25-34 yaş grubu, %17,5'ini, 35-39 yaş grubu, %4,4'ünü, son olarak 40-üstü

yaş grubu, %3,3' ünü oluşturmaktadır. Bu bulgulara göre, cevaplayanların en büyük çoğunluğu 20-24 yaş grubunda ve genç kişilerdir.

Anketi cevaplayanların %5,5'i 500-999TL, %20,83'ü 1000-2999 TL, %37,5'i 3000-4999TL, %9'u 4001-4500TL, %18,61'i 5000-6999TL ve %17,5'i 7000- den fazla gelir grubunda olan kişilerden oluşmaktadır. Elde edilen bu bulgu ankete katılanların çoğunun 5000 TL ve daha fazla gelir aralığında olduğunu göstermektedir. Bu bulguya göre cevaplayıcıların %74 ü orta ve yüksek gelir grubunda olan kişilerdir.

Anketi cevaplayanların annelerinin %4,7'si herhangi bir eğitim görmemiş, %47,5'i ilkokul mezunu, %14,44'ü ortaokul mezunu, %20,55'i lise mezunu, %8'i ön lisans mezunu, %11,94' ü üniversite mezunu ve %0,83'ü lisansüstü mezunu kişilerden oluşmaktadır. Elde edilen bulguya göre cevaplayanların annelerinin çoğu ilkokul mezunu kişilerdir.

Bu durum anketi cevaplayanların anne eğitim düzeylerinin çoğunluğunun düşük seviyede olduğunu göstermektedir. Anketi cevaplayanların babalarının %0,83'si herhangi bir eğitim görmemiş, %35'i ilkokul mezunu, %19,16'sı ortaokul mezunu, %25,55'i lise mezunu, %17,77' ü üniversite mezunu ve %1,66'ü lisansüstü mezunu kişilerden oluşmaktadır. Elde edilen bulguya göre cevaplayanların babalarının çoğu ilkokul mezunu kişilerdir.

Cinsiyet Değişkenine İlişkin Bulgular

Tablo 2.

Kız ve Erkek Üniversite Öğrencilerinin Aleksitimik Alt Boyutlarının Puanlarının Cinsiyet Değişkenine İlişkin t Testi Sonuçları

Bağımlı Değişken	Cinsiyet	N	\bar{X}	Ss	t	p
Aleksitimi Toplam	Kız	238	52,9496	11,55164	-1,310	,191
	Erkek	122	54,6475	1,80903		
Duyguları Tanımda Güçlük	Kız	238	18,0588	6,67926	-,521	,602
	Erkek	122	18,4508	6,89484		
Duyguları SözeDökne Güçlük	Kız	238	13,4874	4,17318	-1,178	,240
	Erkek	122	14,0328	4,12998		
Dışavuruk Düşünme	Kız	238	21,4034	3,71749	-1,832	,068
	Erkek	122	22,1639	3,75128		

p<.05

Tablo 2 incelendiğinde kız öğrencilerin aleksitimi puan ortalamaları 52,94 iken, erkek öğrencilerin ise aleksitimi puan ortalamalarının 54,64 olduğu görülmektedir. Ortalamalar arasındaki farkın anlamlılığını kontrol etmek amacıyla t testi yapılmış. .05 düzeyinde aradaki fark anlamlı bulunmamıştır ($t = -1,310$, $p > .05$). Bu durum kız öğrencilerin aleksitimi toplam puanlarının erkek öğrencilerin puanlarından daha düşük olduğunu göstermektedir.

Kız öğrencilerin duyguları tanımada güçlük puan ortalamaları 54,64 iken, erkek öğrencilerin ise duyguları tanımada güçlük puan ortalamalarının 18,05 olduğu görülmektedir. Ortalamalar arasındaki farkın anlamlılığını kontrol etmek amacıyla t testi yapılmış. .05 düzeyinde aradaki fark anlamlı bulunmamıştır ($t = -,521$, $p > .05$). Bu durum kız öğrencilerin duyguları tanımada güçlük puanlarının erkek öğrencilerin puanlarından farklılaşmadığını göstermektedir.

Kız öğrencilerin duyguları söze dökmede güçlük puan ortalamaları 13,48 iken, erkek öğrencilerin ise duyguları tanımada güçlük puan ortalamalarının 14,03 olduğu görülmektedir. Ortalamalar arasındaki farkın anlamlılığını kontrol etmek amacıyla t testi yapılmış. .05 düzeyinde aradaki fark anlamlı bulunmamıştır ($t = -1,178$, $p > .05$). Bu durum erkek öğrencilerin kız öğrencilere kıyasla çok daha yüksek duyguları söze dökmede güçlük düzeyine sahip olduklarını göstermektedir.

Yine kız öğrencilerin stres dışavuruk düşünme ortalamaları 21,40 iken, erkek öğrencilerin ise dışavuruk düşünme puan ortalamalarının 22,16 olduğu görülmektedir. Ortalamalar arasındaki farkın anlamlılığını kontrol etmek amacıyla t testi yapılmış. .05 düzeyinde aradaki fark anlamlı bulunmamıştır ($t = -1,832$, $p > .05$). Bu durum kız öğrencilerin erkek öğrencilere kıyasla daha düşük dışavuruk düşünme düzeyine sahip olduklarını göstermektedir.

Gelir Düzeyine İlişkin Bulgular

Tablo 3.

Üniversite Öğrencilerinin Aleksitimi Düzeylerinin Ailelerinin Gelir Seviyelerine Göre Ortalama, Standart Sapma ve Tek Faktörlü Anova Sonuçları

	Gelir Düzeyi	N	\bar{x}	S.s.	sd	F	P	Anlamlı Fark
Aleksitimi toplam	500-999TL	20	55,3000	12,07477	4/355	2,558	,038	B-D
	1000-2999TL	75	55,9467	12,71187				
	3000-4999TL	135	54,0000	11,32887				
	5000-6999TL	67	50,0896	11,85995				
	7000-ve üzeri	63	52,7143	9,96515				
Duygu tanımada güçlük	500-999TL	20	19,5000	6,83258	4/355	1,770	,134	-
	1000-2999TL	75	18,8800	7,88252				
	3000-4999TL	135	18,3704	6,42377				
	5000-6999TL	67	16,3134	5,95999				
	7000-ve üzeri	63	18,5714	6,54935				
Duyguları sözedökmede güçlük	500-999TL	20	13,7000	4,16881	4/355	3,084	,016	B-D
	1000-2999TL	75	14,7867	4,20519				
	3000-4999TL	135	13,8815	4,23745				
	5000-6999TL	67	12,5075	3,89784				
	7000-ve üzeri	63	13,1270	12,07477				
Dışavuruk düşünme	500-999TL	20	55,3000	11,32887	4/355	1,257	,287	-
	1000-2999TL	75	55,9467	11,85995				
	3000-4999TL	135	54,0000	9,96515				
	5000-6999TL	67	50,0896	11,65088				
	7000-ve üzeri	63	52,7143	6,83258				

A= 500-999TL B=1000-2999TL C=3000-4999TL D=5000-6999TL E=7000-ve üzeri

Tablo 3 incelendiğinde, anlamlılık düzeyinin gösteren (p) değerinin duyguları tanımada güçlük alt boyutu için $p=.134$, duyguları söze dökmede güçlük alt boyutunda $p=.016$, ve dışavuruk düşünme alt boyutu için $p=.287$ olduğu görülmektedir. Elde edilen F değerinin duyguları söze dökmede güçlük alt boyutunda olduğunu

görülmektedir. Aleksitimi toplam puanda ise bulunan f değeri .05 düzeyinde anlamlı bulunmuştur. ($f = 2,558$ $P = ,038$)Farklılaşmanın kaynağının hangi gruplar arasında olduğunu belirlemek için bulmak için Tukey testi yapılmıştır. Buna göre gelir düzeyi 1000-2999 TL ile 5000-6999TL arasında anlamlı bir fark olduğu bulunmuştur. Ortalama değerlere bakıldığında 5000-6999TL gelir düzeyi olanların daha az aleksitimik olduğu söylenebilir. Ortalama değerlere bakıldığında 1000-2999 TL gelir düzeyi olanların aleksitimi ortalamaları 55-94 olduğundan, aleksitimi düzeylerinin gelir düzeyi 5000-6999TL olanlardan daha yüksek olduğu söylenebilir.

Tablo 4.

Üniversite Öğrencilerinin Aleksitimi Düzeylerinin Ailelerinin Gelir Seviyelerine Göre Hangi Gelir Düzeylerinde farklılaştığını gösteren Tukey Testi Sonuçları

	(I) Ekonomik gelir	(J) Ekonomik gelir	Ortalama Fark (I-J)	Standart Hata	p	Alt Sınır	Üst Sınır
DUYGULARI SÖZE DÖKME	500-999TL	1000-2999TL	-1,08667	1,03518	,894	-4,2921	2,1188
		3000-4999TL	-,18148	,98556	1,000	-3,2333	2,8703
		5000-6999TL	1,19254	1,04811	,862	-2,0530	4,4380
		7000 ve daha fazlası	,57302	1,05573	,990	-2,6961	3,8421
	1000- 2999TL	500-999TL	1,08667	1,03518	,894	-2,1188	4,2921
		3000-4999TL	,90519	,59240	,675	-,9292	2,7395
		5000-6999TL	2,27920*	,69148	,030	,1380	4,4204
		7000 ve daha fazlası	1,65968	,70297	,236	-,5171	3,8365
	3000- 4999TL	500-999TL	,18148	,98556	1,000	-2,8703	3,2333
		1000-2999TL	-,90519	,59240	,675	-2,7395	,9292
		5000-6999TL	1,37402	,61471	,290	-,5294	3,2775
		7000 ve daha fazlası	,75450	,62762	,836	-1,1889	2,6979
	5000- 6999TL	500-999TL	-1,19254	1,04811	,862	-4,4380	2,0530
		1000-2999TL	-2,27920*	,69148	,030	-4,4204	-,1380
		3000-4999TL	-1,37402	,61471	,290	-3,2775	,5294
		7000 ve daha fazlası	-,61952	,72188	,947	-2,8548	1,6158
7000 ve daha fazlası	500-999TL	-1,19254	1,04811	,862	-4,4380	2,0530	
	1000-2999TL	-2,27920*	,69148	,030	-4,4204	-,1380	
	3000-4999TL	-1,37402	,61471	,290	-3,2775	,5294	
	5000-6999TL	-,61952	,72188	,947	-2,8548	1,6158	

*The mean difference is significant at the 0.05 level.

Yukarıdaki tabloda Tukey testi sonucu görülmektedir. Bu tablo incelendiğinde hangi gruplar arasında farkın olduğunu anlamak için * bulunan değerlere baktığımızda, söz konusu gelir düzeyleri olan B (1000-2999TL) ve D (5000-6999TL) seviyelerinde farklılaşmanın anlamlı düzeyde yüksek olduğu görülmektedir. Tablo incelendiğinde D gelir seviyesinin aritmetik ortalamalarının B gelir seviyesinde bulunanlardan daha yüksek olduğu görülmektedir. (A= 500-999TL B=1000-2999TL C=3000-4999TL D=5000-6999TL E=7000-ve üzeri)

Ana-Baba Eğitim Düzeyine İlişkin Bulgular

Tablo 5.

Üniversite Öğrencilerinin Aleksitimi Düzeylerinin Anne Eğitim Düzeyine Göre Ortalama, Standart Sapma Ve Tek Faktörlü Anova Sonuçları

	Anne Eğitim Düzeyi	Eğitim	N	\bar{x}	S.s.	Sd	F	P	Anlamlı Fark
Aleksitimi toplam	Herhangi bir eğitim görmedi.		17	49,5882	10,67742	5/354	1,586	,163	-
	İlkokul Mezunu		171	54,3918	11,54754				
	Ortaokul Mezunu		52	54,5769	13,06747				
	Lise Mezunu		74	53,8919	11,66257				
	Üniversite Mezunu		43	49,7674	10,04712				
	Lisansüstü Eğitim		3	53,0000	12,12436				
Duygu tanımada güçlük	Herhangi bir eğitim görmedi.		17	15,5882	7,15069	5/354	1,086	,368	-
	İlkokul Mezunu		171	18,5614	6,84969				
	Ortaokul Mezunu		52	18,9038	7,09117				
	Lise Mezunu		74	18,2297	6,43736				
	Üniversite Mezunu		43	16,8140	6,02082				
	Lisansüstü Eğitim		3	18,3333	9,60902				
Duyguları sözedökmeye güçlük	Herhangi bir eğitim görmedi.		17	13,1176	4,18154	5/354	,671	,645	-
	İlkokul Mezunu		171	13,8889	4,10945				
	Ortaokul Mezunu		52	13,8846	4,59178				
	Lise Mezunu		74	13,7432	4,22990				
	Üniversite Mezunu		43	12,7442	3,80534				
	Lisansüstü Eğitim		3	12,3333	2,88675				
Dışavuruk düşünme	Herhangi bir eğitim görmedi.		17	20,8824	3,42568	5/354	1,755	,122	-
	İlkokul Mezunu		171	21,9415	3,63918				
	Ortaokul Mezunu		52	21,7885	3,94241				
	Lise Mezunu		74	21,9189	3,74808				
	Üniversite Mezunu		43	20,2093	3,91309				
	Lisansüstü Eğitim		3	22,3333	1,15470				

Tablo 6.

Üniversite Öğrencilerinin Aleksitimi Düzeylerinin Baba Eğitim Düzeyine Göre Ortalama, Standart Sapma Ve Tek Faktörlü Anova Sonuçları

	Baba Eğitim Düzeyi	N	\bar{x}	S.s.	Sd	F	p	Anlamlı Fark
Aleksitimi toplam	Herhangi bir eğitim görmedi.	3	41,0000	10,81665	5/354	1,142	,338	-
	İlkokul Mezunu	126	53,8889	11,58152				
	Ortaokul Mezunu	69	53,6087	12,15248				
	Lise Mezunu	92	54,5870	11,54271				
	Üniversite Mezunu	64	52,0000	11,28561				
	Lisansüstü Eğitim	6	51,1667	12,38413				
Duygu tanımada güçlük	Herhangi bir eğitim görmedi.	3	9,0000	3,46410	5/354	1,378	,232	-
	İlkokul Mezunu	126	18,6429	7,07951				
	Ortaokul Mezunu	69	18,2464	7,19969				
	Lise Mezunu	92	18,3261	6,21255				
	Üniversite Mezunu	64	17,5000	6,40932				
	Lisansüstü Eğitim	6	18,0000	4,73286				
Duyguları sözedökmeye güçlük	Herhangi bir eğitim görmedi.	3	9,3333	7,50555	5/354	,953	,446	-
	İlkokul Mezunu	126	13,8413	3,81243				
	Ortaokul Mezunu	69	13,5217	4,35082				
	Lise Mezunu	92	13,9783	4,50147				
	Üniversite Mezunu	64	13,3594	4,02519				
	Lisansüstü Eğitim	6	12,6667	3,20416				
Dışavuruk düşünme	Herhangi bir eğitim görmedi.	3	22,6667	3,05505	5/354	1,066	,379	-
	İlkokul Mezunu	126	21,4048	3,67081				
	Ortaokul Mezunu	69	21,8406	3,88672				
	Lise Mezunu	92	22,2826	3,53111				
	Üniversite Mezunu	64	21,1406	3,83330				
	Lisansüstü Eğitim	6	20,5000	5,64801				

Tablo 5 ve Tablo 6 incelendiğinde üniversite öğrencilerinin anne ve baba eğitim düzeyine göre alekstimi düzeylerinin farklılaşmadığı görülmüştür.

Tablo 7.*Çocukluk Çağı travmaları, Ana Babaya bağlanma, Psikolojik Dayanıklılık ve Aleksitimi arasındaki ilişki*

	Anneye İlişkin Görüşler	Babaya İlişkin Görüşler	Aleksitimi Toplam	Psikolojik Dayanıklılık Toplam	ÇÇTÖ-Duygusal Taciz	ÇÇTÖ-Fiziksel Taciz	ÇÇTÖ-Fiziksel İhmal	ÇÇTÖ-Duygusal İhmal	ÇÇTÖ-Cinsel Taciz	ÇÇTÖ-Aşırı Koruma Kontrol
Anneye İlişkin Görüşler	1									
Babaya İlişkin Görüşler	,645**	1								
Aleksitimi Toplam	-,385**	-,348**	1							
Psikolojik Dayanıklılık Toplam	,197**	,184**	-,277**	1						
ÇÇTÖ- Duygusal Taciz	-,593**	-,548**	,232**	-,151**	1					
ÇÇTÖ- Fiziksel Taciz	-,477**	-,483**	,305**	-,096	,675**	1				
ÇÇTÖ- Fiziksel İhmal	-,516**	-,430**	,240**	-,114*	,472**	,460**	1			
ÇÇTÖ-Duygusal İhmal	-,641**	-,604**	,244**	-,188**	,606**	,438**	,642**	1		
ÇÇTÖ-Cinsel Taciz	-,322**	-,286**	,166**	-,059	,387**	,316**	,311**	,275**	1	
ÇÇTÖ- Aşırı Koruma Kontrol	-,588**	-,586**	,259**	-,132*	,556**	,469**	,387**	,454**	,302**	1

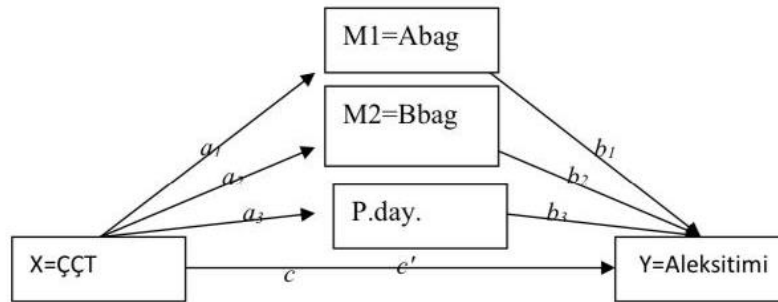
Çocukluk çağı travmaları, ana babaya bağlanma, psikolojik dayanıklılık ve aleksitimi arasındaki ilişkinin anlamlı bir ilişki olup olmadığını belirlemek için Pearson korelasyon analizi yapılmıştır. Bunun sonucunda, anneye ilişkin görüşler ile babaya bağlanma arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki ($r=.645, p<.05$) olduğu bulunmuştur. Buna göre üniversite öğrencilerinin anneye bağlanma puanları arttıkça, babaya ilişkin görüşler puanının da artacağı söylenebilir. Aleksitimi puanları ile anneye ilişkin görüşler arasında negatif yönde anlamlı bir ilişki olduğu ($r=-.385, p<.05$) bulunmuştur. Aleksitimi puanları ile babaya ilişkin görüşler arasında negatif yönde anlamlı bir ilişki olduğu ($r=-.348, p<.05$) bulunmuştur.

Aracı Değişken Analizi Sonuçları

Çocukluk çağı travmasının aleksitimi ile ilişkisinde anneye bağlanma, babaya bağlanma ve psikolojik dayanıklılığın aracı rolünü incelemek amacıyla SPSS eklentisi PROCESS v3.3 ile Paralel Çoklu Aracı Değişken analizi yapılmıştır. Araştırmada yaş, cinsiyet, anne eğitim durumu, baba eğitim durumu ve gelir düzeyi kontrol edilmiştir. Hipotez model Şekil 1 'de verilmiştir.

Şekil 1.

Araştırmanın hipotez modeli



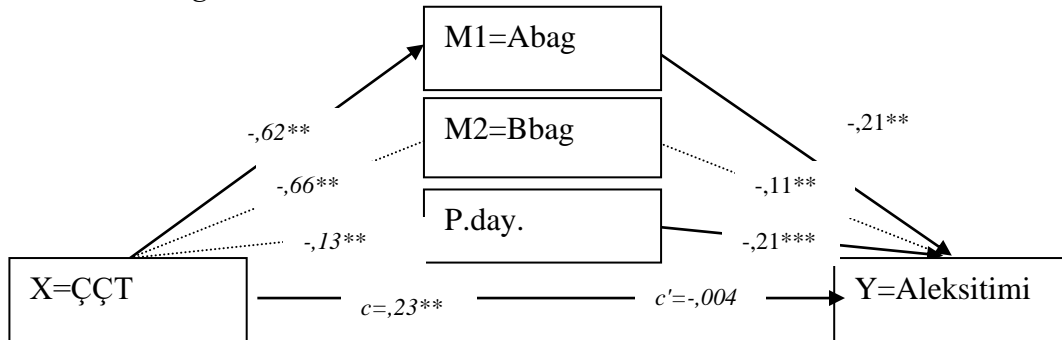
Not: ÇÇT=Çocukluk çağı travmaları, Abag=Anneye bağlanma, Bbag=Babaya bağlanma, P.day.=Psikolojik dayanıklılık, Y=Aleksitimi

Şekil 1'de görüldüğü gibi a1 yolu çocukluk çağı travmasının anneye bağlanma düzeyi üzerindeki doğrudan etkisini ve b1 yolu anneye bağlanma düzeyinin aleksitimi üzerindeki doğrudan etkisini ifade etmektedir. a2 yolu ise çocukluk çağı travmasının babaya bağlanma üzerindeki doğrudan etkisini ve b2 yolu duygu babaya bağlanmanın aleksitimi üzerindeki doğrudan etkisini göstermektedir. c' yolu çocukluk çağı travmasının aleksitimi düzeyi üzerindeki doğrudan etkisini, c ise dolaylı etkisini ifade etmektedir.

Belirtilen bu yollara yönelik elde edilen bulgular Şekil 2 'de verilmiştir.

Şekil 2.

Aracı model bulguları



Not: ÇÇT=Çocukluk çağı travmaları, Abag=Anneye bağlanma, Bbag=Babaya bağlanma, P.day.=Psikolojik dayanıklılık, Y=Aleksitimi, * $p < .05$, ** $p < .01$, *** $p < .001$

Şekil 2 incelendiğinde çocukluk çağı travmalarının Anneye bağlanma ($B = -.62$, 95% CI = -0.6874–0.550), babaya bağlanma ($B = -.66$, 95% CI = -0.7431–0.5799) ve Psikolojik dayanıklılığı ($B = -.13,17$, 95% CI = -0.2076–0.0559) negatif yönde ve anlamlı düzeyde yordadığını göstermektedir. Çocukluk çağı travmaları anneye bağlanma üzerindeki varyansın %51'ini ($R^2 = .51, p < 0.001$), babaya bağlanma üzerindeki varyansın %44'ünü ($R^2 = .438, p < 0.001$), Psikolojik dayanıklılık üzerindeki varyansın %0.6'sını açıklamaktadır ($R^2 = 0.006, p < 0.001$). Modelin toplam açıklayıcılığı ise %23'tür.

Tablo 8.

Çocukluk Çağı Travmalarının Anne babaya bağlanma ve psikolojik dayanıklılık aracılığı ile aleksitimi üzerine dolaylı etkileri

Yol	X=Çocukluk Çağı Travmaları		
	Etki	95 % CI	
		LL	UL
a1b1	,1313	,0498	,2155
a2b2	,0731	,0082	,1434
a3b3	,0277	,0084	,0542
Toplam Etki	,2384	,1625	,3143
Direkt etki	,0043	-,1033	,1120
Dolaylı Etki	,2341	,1482	,3241

Tablo 8 incelendiğinde, Çocukluk çağı travmalarının aleksitimiye anneye bağlanma (a1b1, $B = ,1313$, 95%CI =0,0498-0,2155), babaya bağlanma (a2b2, $B = ,0731$, 95%CI =0,0082-0,1434) ve psikolojik dayanıklılık (a3b3, $B = ,0277$, 95%CI =0,0084-0,0542) aracılığıyla yordadığı görülmektedir. Bu durumda direkt etki 0.05 düzeyinde anlamlı bulunmamıştır ($B = ,0043$, 95%CI =-0,1033-0,1120). Bu durum anneye bağlanma, babaya bağlanma ve psikolojik dayanıklılığın çocukluk çağı travmaları ve aleksitimi arasındaki ilişkide tam aracı rolü olduğunu göstermektedir. Toplam dolaylı etki ise 0.000 düzeyinde anlamlı bulunmuştur ($B = ,2341$, 95%CI =0,1482-0,3241).

4. TARTIŞMA VE SONUÇ

Bu araştırmanın sonucunda, üniversite öğrencilerinde çocukluk çağı travmaları ile aleksitiminin duygularını tanımada güçlük, duyguları söze dökmede güçlük ve dışa-dönük düşünme boyutları arasında pozitif yönde anlamlı ilişkisi olduğu, kız öğrencilerin aleksitimi toplam puanlarının erkek öğrencilerin puanlarından daha düşük olduğu, erkek öğrencilerin kız öğrencilere kıyasla çok daha yüksek duyguları söze dökmede güçlük düzeyine sahip oldukları, kız öğrencilerin erkek öğrencilere kıyasla daha düşük dışavuruk düşünme düzeyine sahip oldukları, aile gelir düzeylerine bakıldığında ise, 1000-2999 TL gelir düzeyi olan katılımcıların aleksitimi düzeylerinin gelir düzeyi 5000-6999TL olanlardan daha yüksek olduğu, ve yine üniversite öğrencilerinin anne ve baba eğitim düzeyine göre aleksitimi düzeylerinin farklılaşmadığı, anneye bağlanma ile babaya bağlanma arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki olduğu, anneye bağlanma puanları arttıkça, babaya ilişkin görüşler puanının da artacağı, çocukluk çağı travmaları ile aleksitimi arasında pozitif yönde zayıf bir ilişki, ve son olarak çocukluk çağı travmalarının aleksitimiye anneye bağlanma, babaya bağlanma ve psikolojik dayanıklılık aracılığıyla yordadığı, anneye bağlanma, babaya bağlanma ve psikolojik dayanıklılığın çocukluk çağı travmaları ve aleksitimi arasındaki ilişkide tam aracı rolü olduğu tespit edilmiştir.

Üniversite öğrencilerinde çocukluk çağı travmaları ile aleksitiminin duygularını tanımada güçlük, duyguları söze dökmede güçlük ve dışa-dönük düşünme boyutları arasında pozitif yönde anlamlı ilişkisi olması, istismar edilen çocuklar duyulmadıklarında ya da görülmediklerinde zarar görme konusunda daha az risk taşıdıkları bulgusu ile uyumaktadır (Kırımsoy, 2003). Kırımsoy'un bu çalışmasında da bu bireylerin kendi duygu ve düşüncelerini inkar etmeye, bunun sonucu olarak geri çekilmeye ve daha duygusuz tepkiler göstermeye başladığını öne sürmüştür. Çevresine ve kendisine uyum sağlama konusunda çaba gösteren bireylerin duygusal istismarın olumsuz niteliklerinden etkilenerek sağlıklı, üretken, yapıcı niteliklerinin gelişimini engelleyeceği düşünülmektedir. Çocukluk yaşantılarında ihmal ve istismar öyküsü bulunan yetişkinler ruhsal sorunlar açısından daha yüksek risk altındadırlar. Ayrıca bu kişiler bireylerle kurmuş oldukları sosyal ilişkilerde de çekingen, korkak, anti-sosyal davranışlar sergilemektedirler. Burgess vd. (1995), çocukları örseleyici yaşantı durumlarında travmaya özgün davranış kalıpları (çabuk tepki verme, kaçınma,

çaresizlik, yıkıcı davranışlar) geliştirdiğini ve bunların oluşan bilişsel şemalar yoluyla yetişkin yaşama taşındığını ileri sürmektedir.

Cinsiyet değişkenlerinin de kullanıldığı bir diğer çalışmada kız ergenlerde aleksitimi skorları arasında anlamlı farklılıklar bulunmuş bu farklılıklar bağlanma stillerindeki değişimlerin sonucu olarak anlamlandırılmıştır. (Oskis vd., 2013). Literatürdeki bu bilgiler bu araştırmadan çıkan sonucu desteklemektedir

Gözlemlerimize dayalı spekülatif bir yorum olarak, toplumun kadınlara atfetmiş olduğu cinsiyet rollerine bağlı olarak, kadınların duygu ve düşüncelerini açıkça ifade etmekten çekinmemeleri, çalışmamızdaki “erkek öğrencilerin kız öğrencilere kıyasla çok daha yüksek duyguları söze dökmeye güçlük düzeyine sahip oldukları görülmüştür. Erkek öğrencilerin kız öğrencilere kıyasla çok daha yüksek duyguları söze dökmeye güçlük düzeyine sahip oldukları tespit edilmiştir.” bulgusunu desteklemektedir.

Türkiye’de yapılmış çalışmalara büyük bir dayanak oluşturan Batıgün ve Büyükşahin (2008) çalışmasının da sonucunda aleksitimiklerin bağlanma tarzlarına bakıldığında daha fazla kaygılı ve kaçınmacı olduklarını ve kaygılı bağlanmanın aleksitimi yordadığını dile getirmiştir. Bu bulgu bizim çalışmamızda, aleksitimi puanları ile anne-babaya ilişkin görüşler arasında negatif yönde anlamlı bir ilişki olduğu bulgumuzu desteklemektedir.

Literatürde birincil bakım verenlerle erken dönemdeki ilişkilerde bozulma ile kendini gösteren çocukluk çağı travmalarının aleksitimi etiyojisinde önemli bir rolü olduğunu gösteren birçok çalışma bulunmaktadır. Aleksitimik özelliklerin hem psikolojik belirtilerle hem de psikolojik travmalar (duygusal istismar ve duygusal ihmal) başta olmak üzere çocukluk çağı travmalarının her boyutuyla ilişkili olması, aleksitimi üzerinde önemle durulması gereken bir konu olduğunun göstergesidir. Duyguları tanımlamada ve ayırmada güçlük yaşayan bireylerin bu durumlarına kaygılı bağlanmanın neden olabileceği Mikulincer ve Shaver (2008) tarafından ifade edilmiştir. Bu araştırmada aleksitiminin alt boyutlarından olan duyguları tanıma ve söze dökmeye güçlük puanları güvensiz bağlanma türlerinden olan kaçınan bağlanmaya sahip öğrencilerde yüksek değerler verirken, güvenli bağlanma stili geliştiren öğrenciler daha düşük puanlar almışlardır. Bu bulgu, çalışmamızdaki “Çocukluk çağı travmalarının aleksitimi anneye bağlanma, babaya bağlanma ve psikolojik dayanıklılık aracılığıyla yordadığı, anneye bağlanma, babaya bağlanma ve psikolojik dayanıklılığın çocukluk çağı travmaları ve aleksitimi arasındaki ilişkide tam aracı rolü vardır.” bulgusunu desteklemektedir.

Üniversite öğrencileri üzerinde yapılan bu çalışmada kız öğrencilerin aleksitimi toplam puanlarının erkek öğrencilerin puanlarından daha düşük olduğunu göstermektedir. Yapılan literatür incelemesinde aleksitimi ile sosyodemografik değişkenler arasındaki ilişkiyi inceleyen çok fazla çalışmanın yapılmamış olduğu dikkat çekmiştir. Bizim çalışmamızda olduğu gibi aleksitimi ile cinsiyet arasında anlamlı bir farklılığın olduğunu ortaya koyan çalışmalar da söz konusudur (Franz vd., 2008; Mattila vd., 2006; Moriguchi vd., 2007). Dolayısıyla cinsiyetin aleksitimi açısından önemli bir değişken olduğu söylenebilir.

Aile gelir düzeylerine bakıldığında ise, düşük gelir düzeyi olan katılımcıların aleksitimi düzeylerinin gelir düzeyi yüksek olanlardan daha yüksek olduğu görülmüştür. Bunun sebebi olarak gelir seviyesi arttıkça eğitim düzeyinin yükseldiğini varsayarsak, duyguları söze dökmeye bireylerin daha başarılı olduğu tahmin edilebilir. Gelir düzeyi yükseldikçe insanların sosyal alanlara erişim düzeyleri artacağı için duygularını ifade etmekte daha az zorlanacakları düşünülmektedir. Aleksitimi ile gelir arasında anlamlı bir ilişki bulan çalışmalar da mevcuttur (Kokkonen ve ark., 2001; Kauhanen, 1995). Gelir düzeyinin düşük olmasının, imkânların kısıtlı olması nedeniyle bireyin bazı hak ve ihtiyaçlarının karşılanmamasına bağlı olduğu düşünülmektedir. Bu bağlamda istihdamın ve sosyoekonomik refahın toplum ve dolayısıyla aile üzerindeki etkisi göz ardı edilmemeli ve iyileştirme çalışmalarına önem verilmelidir.

Bu çalışmada, üniversite öğrencilerinin anne eğitim düzeyine göre aleksitimi düzeylerinin farklılaşmadığı görülmüştür. Aynı şekilde, öğrencilerin baba eğitim düzeyine göre aleksitimi düzeylerinin farklılaşmadığı görülmüştür. Üniversite öğrencilerinin, çocukluk çağı travmalarının, ana babaya bağlanma, psikolojik dayanıklılık ve aleksitimik düzeyleri arasında ilişki olup olmadığını anlamak için yapılan korelasyon analizi sonucunda, anneye bağlanma ile babaya bağlanma arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki olduğu bulunmuştur. Tanış'ın (2014) çalışmasında da güvenli bağlanma stili geliştiren öğrencilerin toplam aleksitimi puanları düşük çıkarken, kaçınan bağlanma stiline sahip üniversite öğrencilerinin toplam aleksitimi puanları yüksek çıkmıştır. Aleksitiminin alt boyutlarından olan duyguları tanıma ve söze dökmeye güçlük puanları kaçınan bağlanmaya sahip öğrencilerde yüksek değerler verirken, güvenli bağlanma stili geliştiren öğrenciler daha düşük puanlar almışlardır. Bu bulgu, çalışmamızdaki “anne babaya olumlu bağlanma arttıkça, aleksitimi düzeyi azalmaktadır” bulgusu ile tutarlıdır. Literatüre bakıldığında aleksitimi ile bağlanma tarzları arasındaki ilişkiyi araştıran çokça çalışmaya rastlanmış ve bu

çalışmalarda da benzer bulgular elde edildiği görülmüştür. (Wearden vd., 2005; De Rick ve Vanheule, 2006). Güvenli bağlanan kişilerin duygularını daha iyi ifade edebildikleri ve sağlıklı kişilerarası ilişkiler kurabildikleri ve bu doğrultuda güvensiz bağlanmanın aleksitimik özellikler için zemin oluşturabileceği öne sürülmüştür (Kraemer ve Loader, 1995). Nitekim güvenli bağlanma ve aleksitimi arasında negatif yönde anlamlı bir ilişki olduğunu gösteren çok sayıda araştırma bulunmaktadır (Lemche, Klann-Delius, Koch ve Joraschky, 2004; Montebanocci, Codispoti, Baldaro ve Rossi, 2004; Troisi, D'Argenio, Peracchio ve Petti, 2001).

Güvenli bağlanma stili geliştiren öğrencilerin toplam aleksitimi puanları düşük çıkarken, kaçınan bağlanma stiline sahip üniversite öğrencilerinin toplam aleksitimi puanları yüksek çıkmıştır. Aleksitiminin alt boyutlarından olan duyguları tanıma ve söze dökmeye güçlük puanları kaçınan bağlanmaya sahip öğrencilerde yüksek değerler verirken, güvenli bağlanma stili geliştiren öğrenciler daha düşük puanlar almışlardır (Tanış, 2014). Aleksitiminin ortaya çıkışına dair teoriler, erken çocukluk yıllarında temel bakım veren kişiyle kurulan etkileşimin bağlanma stillerini şekillendirmenin yanı sıra duygularımızı anlama, tanımlama ve düzenleme becerilerimizi de bir hayli etkilediğini ileri sürmektedir (Montebanocci, Codispoti, Baldaro & Rossi, 2004; Wearden, Lambertson, Crook & Walsh, 2005; Mikulincer & Shaver, 2016; Taylor, Bagby & Parker, 1999). Bu teorik bulguyu incelemek amacıyla pek çok çalışma yapılmıştır. Batıgün ve Büyüksahin'in (2008) çalışmaları kaygılı ve kaçınmacı bağlanma örüntülerinin aleksitimiyle ilişkili olduğunu ve kaygılı bağlanmanın aleksitimiye yordadığını göstermektedir. Meins ve arkadaşlarının yaptığı çalışma ise bağlanmanın kaçınma ve kaygı boyutlarının aleksitimiye yordadığını saptamıştır (akt. Batıgün & Büyüksahin, 2008). Bu çalışmanın bulguları literatürdeki araştırmaları desteklemektedir.

Aleksitimi dışadönük düşünme altboyutu ile anne eğitim düzeyi arasında anlamlı bir bağlantı gözlemlenmiştir. Aleksitimi ile anne-baba eğitim düzeyi arasındaki ilişkiye yönelik farklı araştırma sonuçları mevcuttur. Anne-babanın eğitim seviyesiyle aleksitimi arasında bağlantı olup olmadığını belirleyen araştırmaların yanında, anne-baba eğitim seviyesinin artmasıyla aleksitiminin düşüşe geçtiğini belirten çalışmalar da mevcuttur. Bizim çalışmamızda üniversite öğrencilerinin aleksitimi düzeylerinin anne ve baba eğitim düzeyine göre farklılaşmadığı tespit edilmiştir.

Türkiye'de yapılmış çalışmalara büyük bir dayanak oluşturan Batıgün ve Büyüksahin (2008) çalışmasının da sonucunda aleksitimiklerin bağlanma tarzlarına

bakıldığında daha fazla kaygılı ve kaçınmacı olduklarını ve kaygılı bağlanmanın aleksitimiye yordadığını dile getirmiştir. Bu bulgu bizim çalışmamızda, aleksitimi puanları ile anne-babaya ilişkin görüşler arasında negatif yönde anlamlı bir ilişki olduğu bulgumuzu desteklemektedir.

Alanyazından aktarılan bilgiler ışığında, aleksitimik özelliklerin çocukluk çağı travma öyküsüyle ilişkili olduğu gösterilmiştir (Austin ve ark. 2012). Bu durum, “çocukluk çağı travmaları ile aleksitimi arasında pozitif yönde zayıf bir ilişki bulunmuştur.” bulgumuzu desteklemektedir.

Sınırlı sayıda çalışma, psikolojik dayanıklılık ve bağlanma arasındaki ilişkiyi incelemiştir. Gelişimsel süreçte dayanıklılığı açıklamaya çalışan teoriler, erken çocukluk döneminde destekleyici ve güven verici aile etkileşiminin, çocuğun yetişkinlikte karşılaşacağı zor durumlara dayanma yeteneğini şekillendirdiğini öne sürmektedir (Harrison, 2015; Jenkins, 2016). Güvenli bağlanmanın psikolojik dayanıklılığı artırdığını ileri süren teoriler (Bowlby, 1988; Mikulincer & Shaver, 2016) varken, güvenli bağlanan kişilerin hem olumlu kendilik algısına hem de duyguları tanıma ve ayırt etme becerisine sahip olduğunu gösteren çalışmalar (Oktay & Batıgün, 2014) da vardır.

Bu bağlamda Kurilova'nın (2013) ve Jenkins'in (2016) çalışmaları bağlanma kaygısı ve kaçınma boyutlarının psikolojik dayanıklılık ile negatif yönde ilişkili olduğunu ortaya koymaktadır. Bu çalışmalarda bağlanma kaygısı psikolojik dayanıklılığın önemli bir yordayıcısı iken, bağlanmadan kaçınmanın böyle bir yordayıcısının olmadığı tespit edilmiştir. Bağlanma stillerinin dayanıklılığı yordadığı hipotezi bu çalışma ile doğrulanmamıştır. Kaçınan bağlanmanın dayanıklılığı yordamaması alan yazındaki çalışmaları desteklemektedir.

Çocukluklarında duygusal istismar yaşayan kişilerin düşük benlik saygısına sahip oldukları daha önceki çalışmalarda ortaya konmuştur (Higgins ve mccabe, 2001). Düşük benlik algısına sahip birey, duygularını söze dökme ve tanımada güçlük yaşaması muhtemeldir. Bu bulgu, “çocukluk çağı travmaları ile aleksitimi arasında pozitif yönde zayıf bir ilişkisi olduğu” bulgumuz ile örtüşmektedir. Bu bağlamda, travma yaşamış bireylerin, aleksitimi düzeylerinin de yüksek olması literatürle desteklenen bir bulgudur.

Erken dönemde temel bakım verenle kurulan ilişkinin bağlanma stillerini şekillendirmenin yanı sıra kendilik algısını ve değerini de etkilediği görülmektedir. Bu durumun kişilerin psikolojik dayanıklılığını da artırdığı düşünülmektedir.

İnsanın kendilik algısının yaşadığı tecrübelerle olgunlaştığını düşünürsek, kendine verdiği değerın geçmiş yaşantılarından yaptığı çıkarımlarla kuvvetlenmesi ve şekillenmesi kaçınılmazdır. Bu bağlamda, insan hayatı boyunca hep bir keşif içerisindedir. Bu sonsuz keşif yolcuğunda hayatındaki her travmanın onda izler bırakmasının yanısıra onu güçlendirdiğine ve olgunlaştırdığına olduğuna inananlardanım. Kendimi daha çok analiz etmek için çıktığım bu yolda umarım bu çalışma hem alanda hem de alan dışında pek çok araştırmacıya ışık tutacaktır.

Bu araştırmanın sonucunda üniversite öğrencilerinde çocukluk çağı travmaları ile aleksitiminin duygularını tanımada güçlük, duyguları söze dökmeye güçlük ve dışadönük düşünme boyutları arasında pozitif yönde anlamlı ilişkiler tespit edilmiştir. Üniversite öğrencileri üzerinde yapılan bu çalışmada kız öğrencilerin aleksitimi toplam puanlarının erkek öğrencilerin puanlarından daha düşük olduğunu göstermektedir. Dolayısıyla cinsiyetin aleksitimi açısından önemli bir değişken olduğu söylenebilir.

Aleksitimi alt boyutları analiz edildiğinde, kız öğrencilerin duyguları tanımada güçlük puanlarının erkek öğrencilerin puanlarından farklılaşmadığı görülmüştür. Erkek öğrencilerin kız öğrencilere kıyasla çok daha yüksek duyguları söze dökmeye güçlük düzeyine sahip oldukları görülmüştür. Aynı şekilde, kız öğrencilerin erkek öğrencilere kıyasla daha düşük dışavuruk düşünme düzeyine sahip olduklarını görülmüştür.

Aile gelir düzeylerine bakıldığında ise, 1000-2999 TL gelir düzeyi olan katılımcıların aleksitimi düzeylerinin gelir düzeyi 5000-6999TL olanlardan daha yüksek olduğu görülmüştür. Gelir düzeyi 1000-2999TL ve 5000-6999TL seviyelerinde olan katılımcılar arasındaki farklılaşmanın anlamlı düzeyde yüksek olduğu görülmektedir. 1000-2999 TL gelir düzeyi olanların aleksitimi ortalamaları 55-94 olduğundan, aleksitimi düzeylerinin gelir düzeyi 5000-6999TL olanlardan daha yüksek olduğu söylenebilir. Bunun sebebi olarak gelir seviyesi arttıkça eğitim düzeyinin yükseldiğini varsayarsak, duyguları söze dökmeye bireylerin daha başarılı olduğu tahmin edilebilir. Gelir düzeyi yükseldikçe insanların sosyal alanlara ulaşma düzeyleri artacağından duygularını ifade etmede daha az zorluk yaşayacağı düşünülmektedir.

Üniversite öğrencilerinin anne eğitim düzeyine göre aleksitimi düzeylerinin farklılaşmadığı görülmüştür. Aynı şekilde, öğrencilerin baba eğitim düzeyine göre aleksitimi düzeylerinin farklılaşmadığı görülmüştür.

Üniversite öğrencilerinin, çocukluk çağı travmalarının, ana babaya bağlanma, psikolojik dayanıklılık ve aleksitimik düzeyleri arasında ilişki olup olmadığını anlamak

için yapılan korelasyon analizi sonucunda, anneye bağlanma ile babaya bağlanma arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki olduğu bulunmuştur.

Üniversite öğrencilerinin anneye bağlanma puanları arttıkça, babaya ilişkin görüşler puanının da artacağı söylenebilir. Aleksitimi puanları ile anneye ilişkin görüşler arasında negatif yönde anlamlı bir ilişki olduğu ($r=-.385$, $p <.05$) bulunmuştur. Aleksitimi puanları ile babaya ilişkin görüşler arasında negatif yönde anlamlı bir ilişki olduğu ($r=-.348$, $p <.05$) bulunmuştur. Aynı şekilde çocukluk çağı travmaları ile aleksitimi arasında pozitif yönde zayıf bir ilişki tespit edilmiştir. Üniversite öğrencilerinde psikolojik sağlamlık ile aleksitiminin duygularını tanımada güçlük, duyguları söze dökmeye güçlük ve dışa-dönük düşünme boyutları arasında negatif yönde anlamlı ilişkiler bulunmuştur.

Yine bu çalışmamızda çocukluk çağı travmalarının aleksitimiye anneye bağlanma, babaya bağlanma ve psikolojik dayanıklılık aracılığıyla yordadığı, anneye bağlanma, babaya bağlanma ve psikolojik dayanıklılığın çocukluk çağı travmaları ve aleksitimi arasındaki ilişkide tam aracı rolü olduğunu bulunmuştur. Aşağıda araştırma bulgularına yönelik öneriler sıralanmıştır:

Çocukluk çağı travmalarının aleksitimi üzerindeki pozitif etkisi göze alındığında ülkemizde başta çocuklar, anne babalar, gençler ve tüm toplum olmak üzere ihmal ve istismar konusunda multidisipliner bir yaklaşımla hazırlanan kamu spotları, bu durumun kısa ve uzun vadede olası sonuçları, hukuki boyutları, bu konuda yapılması gerekenler böyle bir durum ve nereden yardım isteneceği hakkında bilgi verilmelidir. Özellikle ilköğretim döneminden başlayarak hazırlanacak hizmet içi eğitim programlarıyla, tüm eğitim kademelerinde okul personelinin travma yaşantısına maruz kalmış risk grupları veya travma geçiren çocuklara nasıl yardımcı olabilecekleri konusunda yetkinliğinin artırılmasına yönelik çalışmalar yapılmalıdır. Riskli gruplardan başlayarak çocuk yetiştirme konusunda aile eğitimleri zorunlu ve sistematik hale getirilmelidir. Tüm eğitim aşamalarında çocukların kendilerini ve yaratıcılıklarını özgürce sergileyebilecekleri etkinliklere yer verilmeli, drama çalışmaları ile işlenen konular zenginleştirilmeli, hayali resim, şarkı, hikaye, tekerleme, şiir ve kompozisyon oluşturmaya yönelik etkinliklere daha fazla yer verilmelidir. Tüm eğitim aşamalarında çocukların duyguları tanıma, fark etme ve ifade etme becerilerini geliştirmeye yönelik uygulamalar geliştirilmelidir. Yetişkinlikte kendini ifade etme, duygularını dile getirmeye yönelik hazırlanacak programlarda travma temelli yaklaşımların

kullanılmasının veya travma temelli tekniklerin programda tedavi ya da uygulama programının etkinliğini artırmaya yönelik olarak yer alması önem arz etmektedir.

Aleksitimi ile ilgililenen ruh sağlığı uzmanları, danışanların aleksitimi düzeylerini azaltmak için psikolojik sağlamlığı geliştirme ve ana babaya olumlu bağlanmayı artırma odaklı çalışmalar planlayabilir.

Çocukluk çağı cinsel ve fiziksel istismarı ve olumsuz deneyimlerinin önlenmesi ve ortaya çıkarılması için ciddi ve sürdürülebilir projelerin geliştirilmesi gerekli görülmektedir. Çocukluk çağı cinsel şiddetinin bireyler üzerindeki derin etkileri, alınabilecek önlemler ve alınması gereken tutumlar konusunda hem kamu çalışanlarının hem de kamuoyunun bilgilendirilmesine yönelik eğitimlerin düzenlenmesi önerilmektedir. Çocuk takip merkezlerinin yetkililerinin, kuruluş aşamasında amaçlandığı gibi, çocukların tekrar travma yaşamalarını engelleyecek şekilde yeniden düzenlenmesi ve tedavi süreçlerinin de aynı oluşum içinde çalışmalara dahil edilmesi önerilmektedir. Adsız alkolikler gibi kendi kendine yardım gruplarının kurulmasının, yetişkin cinsel istismar mağdurlarının birbirlerine destek olabilmeleri için bağlanma özelliklerinde iyileştirmeler sağlayabileceği düşünülmektedir. Kadınların travma yaşantıları sonrası ruhsal dayanıklılıklarının artırılması için kadınlara yönelik çalışmaların geliştirilmesi, sosyal girişimlerinin desteklenmesi ve tedavilerinde bağlanma özelliklerinin geliştirilmesine önem verilmesi önerilmektedir.

Erişkin aleksitimi bulgularında kişilerin olası çocukluk çağı travmatik yaşantılarına maruz kalıp kalmadığını araştırmak için gerek bireysel gerekse grup psikoterapi uygulamalarında öncelikle travmanın olumsuz etkilerine yönelik travma temelli yaklaşımların kullanılması önerilmektedir. Grup terapisi bazı durumlarda, bireysel terapilerden daha etkili olduğu bilindiğinden psikoterapilerde grup terapilerine daha çok yer verilmesi önerilmektedir.

KAYNAKÇA

- Ainsworth, M. D. (1969). Object Relations, Dependency, and Attachment: A Theoretical Review of the Infant-Mother Relationship. *Child Development*, 40(4), 969-1025.
- Ainsworth, M. D. S. Blehar, M., Waters, E. & Wall, S. (1978). *Patterns of attachment: A psychological study of the strange situation*. Hillsdale, N. J.: Erlbaum Inc
- Ainsworth, M. D. (1989). Attachment Beyond Infancy. *American Psychologist*. 44(4): 709 – 716.
- Ainsworth, M. D., Blehar, M. C., Waters, E., & Wall, S. (2014). *Patterns of Attachment. A Psychological Study of the Strange Situation*. New York: Psychology Press.
- Akkoca, Y. (2009). *Factors Affecting Mother-Infant Attachment After Birth* (Doctoral dissertation, master's thesis]. Ankara: Gazi University Medical School, Turkey).
- American Psychiatric Association. (2015). *Depressive Disorders: DSM-5® Selections*. American Psychiatric Pub.
- American Psychiatric Association. (2018). *The American Psychiatric Association practice guideline for the pharmacological treatment of patients with alcohol use disorder*. American Psychiatric Pub.
- Arseneault, L., Cannon, M., Fisher, H. L., Polanczyk, G., Moffitt, T. E., & Caspi, A. (2011). Childhood trauma and children's emerging psychotic symptoms: a genetically sensitive longitudinal cohort study. *American journal of Psychiatry*, 168(1), 65-72.
- Atasoy, Arzu Somay. 2002. Göz Hareketleri Ėle Duyarsızlaştırma ve Yeniden Ėřlemenin (EMDR'in) Üniversite Öğrencilerinin Aleksitimik Özellikleri Üzerine Etkisi. Doktora Tezi. Ankara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü.
- Austin, S. B., Roberts, A. L., Galea, S., Cerda, M., Wright, R. J., Rich-Edwards, J. W., & Koenen, K. C. (2012). Posttraumatic stress disorder across two generations: concordance and mechanisms in a population-based sample. *Biological psychiatry*, 72(6), 505-511.

- Ayyildiz, E., & Elkin, N. (2016). Üniversite öğrencilerinin bağlanma stilleri ile sürekli öfke ve öfke ifade tarzları arasındaki ilişkinin incelenmesi. *İstanbul Gelişim Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 3(1), 51-68.
- Bagby, R. M., Parker, J. D., & Taylor, G. J. (1994). The twenty-item Toronto Alexithymia Scale—I. Item selection and cross-validation of the factor structure. *Journal of psychosomatic research*, 38(1), 23-32.
- Bartholomew, K. (1990). Avoidance of Intimacy: An Attachment Perspective. *Journal of Social and Personal Relationships*, 7, 147-178.
- Bartholomew, K., & Horowitz, L. M. (1991). Attachment Styles Among Young Adults: A Test of a Four-Category Model. *Journal of Personality and Social Psychology*, 61, 226-244.
- Bartholomew, K., & Shaver, P. R. (1998). Methods of Assessing Adult Attachment. Do They Converge? J. A. Simpson, & W. S. Rholes içinde, *Attachment theory and close relationships* (s. 22-45). New York: Guilford Press.
- Basım, H. Nejat, Fatih Çetin. 2011. Yetişkinler için Psikolojik Dayanıklılık Ölçeği'nin Güvenilirlik ve Geçerlilik Çalışması. *Türk Psikiyatri Dergisi*. c. 22. s. 2: 104-114.
- Batıgün, A. D.&Büyükşahin, A. (2008). Aleksitimi: Psikolojik belirtiler ve bağlanma. *Klinik Psikiyatri*, 11, 105-114.
- Benard, B. (1991). Fostering resiliency in kids: Protective factors in the family, school, and community.
- Benard, B. (1995). Fostering Resilience in Children. *ERIC Digest*.
- Berenbaum, H., & Irvin, S. (1996). Alexithymia, anger, and interpersonal behavior. *Psychotherapy and psychosomatics*, 65(4), 203-208.
- Bernstein, D. P., Fink, L., Handelsman, L., & Foote, J. (1994). *Childhood Trauma Questionnaire (CTQ)* [Database record]. APA PsycTests.
- Bernstein, D. P., Stein, J. A., Newcomb, M. D., Walker, E., Pogge, D., Ahluvalia, T., ... & Zule, W. (2003). Development and validation of a brief screening version of the Childhood Trauma Questionnaire. *Child abuse & neglect*, 27(2), 169-190.

- Beyazıt, U. (2015). Kuzey Kıbrıs örneğinde çocuğa yönelik cinsel istismar olgularının karakteristik özelliklerinin değerlendirilmesi. *The Journal of Academic Social Science*, 3(9), 449-456.
- Biederman, J., Petty, C. R., Spencer, T. J., Woodworth, K. Y., Bhide, P., Zhu, J., & Faraone, S. V. (2013). Examining the nature of the comorbidity between pediatric attention deficit/hyperactivity disorder and post-traumatic stress disorder. *Acta Psychiatrica Scandinavica*, 128(1), 78-87.
- Bilir, Ş., Meziyet, A. R. I., Dönmez, N. B., ATİK, 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).
- Brainerd, C. J., Stein, L. M., Silveira, R. A., Rohenkohl, G., & Reyna, V. F. (2008). How does negative emotion cause false memories?. *Psychological science*, 19(9), 919-925.
- Bretherton, I., & Morgan, G. A., Maslin-Cole, C. (2002). Toddler mastery motivation and competence: Links with attachment security, maternal scaffolding and family climate. In *Mastery Motivation* (pp. 217-241). Routledge.
- Briere, J., and Elliott, D. M., 2003, "Prevalence and Psychological Sequelae of Selfreported Childhood Physical and Sexual Abuse in a General Population Sample of Men and Women", *Child Abuse & Neglect*, 27: 1205–1222.
- Bowlby, J. (1969). *Attachment and Loss: Vol.1. Attachment*. New York, Basic Books
- Bowlby, J. (1973). *Attachment and Loss: Vol. 2. Separation: Anxiety and anger*. New York: Basic Books.
- Bowlby, J. (1980). *Attachment and loss: Volume III: Loss, sadness and depression*. In *Attachment and Loss: Volume III: Loss, Sadness and Depression* (pp. 1-462). London: The Hogarth press and the institute of psycho-analysis.
- Bowlby, J. (1988). *A secure base: Parent-child attachment and healthy human development*. Basic Books.
- Bowlby, J. (1988). Developmental psychiatry comes of age. *The American Journal of Psychiatry*, 145(1), 1–10.

- Bowlby, J., & Ainsworth, M. (2013). The origins of attachment theory. *Attachment theory: Social, developmental, and clinical perspectives*, 45, 759-775.
- Bowlby, J. (2014). *Vínculos afectivos: formación, desarrollo y pérdida: Edición renovada*. Ediciones Morata.
- Briere, J.A. ve Scott, C. (2016). *Travma Terapisinin İlkeleri*. Bilgi Üniversitesi Yayınları. İstanbul Briere, J. ve Spinazzol
- Brooks, R. B., & Goldstein, S. (2003). Power of resilience (p. 3). New York: McGraw-Hill Companies.
- Browne, A., & Finkelhor, D. (1986). Impact of Child Sexual Abuse. A Review of the Research. *Psychological Bulletin*.
- Buchanan, A. (2014). Risk and protective factors in child development and the development of resilience. *Open Journal of Social Sciences*, 2(04), 244.
- Burgess, A. W., Hartman, C. R., & Clements, P. T. (1995). Biology of memory and childhood trauma.
- Burke, A., Heuer, F., & Reisberg, D. (1992). Remembering emotional events. *Memory & cognition*, 20(3), 277-290.
- Butchart, A., Kahane, T., Phinney-Harvey, A., Mian, M., Furniss, T. (2006). *Preventing Child Malreatment: a Guide to Taking Action and Generating Evidence*. Geneva: World Health Organization and International Society for the Prevention of Child Abuse and Neglect.
- Carr, C. P., Martins, C. M.-S., Stingel, A. M., Lemgruber, V. B., & Jurena, M. F. (2013). The role of early life stress in adult psychiatric disorders: A systematic review according to childhood trauma subtypes. *Journal of Nervous & Mental Disease*, 12, 201. doi:10.1097/NMD.0000000000000049
- Christianson, S. Å., & Loftus, E. F. (1990). Some characteristics of people's traumatic memories. *Bulletin of the Psychonomic Society*, 28(3), 195-198.
- Cloitre, M., Stolbach, B. C., Herman, J. L., Kolk, B. V. D., Pynoos, R., Wang, J., & Petkova, E. (2009). A developmental approach to complex PTSD: Childhood and adult cumulative trauma as predictors of symptom complexity. *Journal of Traumatic Stress*, 22(5), 399-408..

- Collins, N. L., & Read, S. J. (1990). Adult Attachment, Working Models, and Relationship Quality in Dating Couples. *Journal of Personality and Social Psychology*, 58(4), 644-663.
- Cömert, I. T., & Ögel, K. (2014). Madde Kullanan Ergenlerin Bağlanma . *Addicta : The Turkish Journal On Addictions*, 1(1), 9-40. Cömert, I. T., Özyeşil, Z. A., & Özgülük, S. B. (2016). Satisfaction with Life, Meaning in Life, Sad Childhood Experiences, and Psychological Symptoms among Turkish Students. *Psychological Reports*, 118(1), 236-250.
- Çalışır, M. (2009). Yetişkin Bağlanma Kuramı ve Duygulanım Düzenleme Stratejilerinin Depresyonla İlişkisi. *Psikiyatride Güncel Yaklaşımlar*, 1, 240- 255.
- Çeçen, A. R. (2007). Child sexual abuse: prevalence, effects and school based prevention. *Journal of Human Sciences*, 4(1).
- D'Andrea, W., Ford, J., Stolbach, B., Spinazzola, J., & Van der Kolk, B. A. (2012). Understanding interpersonal trauma in children: Why we need a developmentally appropriate trauma diagnosis. *American Journal of Orthopsychiatry*, 82(2), 187.
- De Rick, A., & Vanheule, S. (2006). The relationship between perceived parenting, adult attachment style and alexithymia in alcoholic inpatients. *Addictive behaviors*, 31(7), 1265-1270.
- Delker, B. C., & Freyd, J. J. (2014). From betrayal to the bottle: Investigating possible pathways from trauma to problematic substance use. *Journal of traumatic stress*, 27(5), 576-584.
- Demirel, C. (2018). Yetişkinlerde bağlanma stillerinin mutluluk, yaşam doyumu ve depresyon ile ilişkisinin incelenmesi (Master's thesis, Işık Üniversitesi).
- Doksat, N. G., & Ciftci, A. D. (2016). Bağlanma ve Yaşamdaki İzdüşümleri. *Arşiv Kaynak Tarama Dergisi*, 25(4), 489-501.
- Dönmez, Y. E., Soylu, N., Özcan, Ö. Ö., Yüksel, T., DEMİR, A. Ç., Bayhan, P. C., & MİNİKSAR, D. Y. (2014). Cinsel istismar mağduru çocuk ve ergen olgularımızın sosyodemografik ve klinik özellikleri. *Journal Of Turgut Ozal Medical Center*, 21(1), 44-48.
- DSÖ. (2017). Promoting recovery in mental health and related services. Retrieved December 2, 2017.

- Epözdemir, H. (2012). Aleksitimi: Psikolojik Bir Semptom Mu, Yoksa Bir Kisilik Özelliği Mi?. *Türk Psikoloji Yazıları*, 15(30), 25.
- Erdoğan, A., Tufan, E., Karaman, M. G., Atabek, M. S., Koparan, C., Özdemir, E., ... & Ankaralı, H. (2011). Türkiye'nin dört farklı bölgesinde çocuk ve ergenlere cinsel tacizde bulunan kişilerin karakteristik özellikleri. *Anadolu Psikiyatri Derg*, 12, 55-61.
- Eşel, E. (2010). Anneliğin Nörobiyolojisi. *Türk Psikiyatri Dergisi*, 21(1).
- Feeney, J. A. Noller, P. (1990) Attachmentstyle as a predictor of adult romantic relationships. *Journal of Personality and Social Psychology*, 58, 281-291.
- Felitti, V.J., Anda, R.F., Nordenberg D., Williamson, D.F. Spitz, A.M., Edwards V., Koss, M.P. , Marks, J.S. (1998). Relationship of childhood abuse and household dysfunction to many of the leading causes of death in adults. The Adverse childhood Experience (ACE) Study. *American Journal of Preventative Medicine*, 14 (4), 245-58.
- Finkelhor, D. (1994). Current information on the scope and nature of child sexual abuse. *The future of children*, 31-53.
- Finkelhor, D., Turner, H. A., Shattuck, A., & Hamby, S. L. (2013). Violence, crime, and abuse exposure in a national sample of children and youth: an update. *JAMA Pediatrics*, 167(7), 614-621.
- Finkelhor, D., Vanderminden, J., Turner, H., Hamby, S., & Shattuck, A. (2014). Child maltreatment rates assessed in a national household survey of caregivers and youth. *Child Abuse & Neglect*, 38(9), 1421-1435.
- Franz, M., Popp, K., Schaefer, R., Sitte, W., Schneider, C., Hardt, J., ... & Braehler, E. (2008). Alexithymia in the German general population. *Social psychiatry and psychiatric epidemiology*, 43(1), 54-62.
- Gander, M. J., and Gardiner, H. W., 2001, Çocuk ve Ergen Gelişimi, Bölüm 1, Yayın Hazırlayan Onur, B., 4. Baskı, Ankara.
- Gilbert, R., Widom, C. S., Browne, K., Fergusson, D., Webb, E., & Janson, S. (2009). Burden and consequences of child maltreatment in high-income countries. *The lancet*, 373(9657), 68-81.

- Griffin, D., & Bartholomew, K. (1994). Models of the Self and Other: Fundamental Dimensions Underlying Measures of Adult Attachment. *Journal of Personality and Social Psychology*, 67(3), 430-445.
- Gulec, H., Sayar, K., & Topbas, M. (2004). Alexithymia and anger in patients with fibromyalgia. *Clinical rheumatology*, 23(5), 441-448.
- Güleç, H., & Yenel, A. (2010). 20 Maddelik Toronto Aleksitimi Ölçeği Türkçe Uyarlamasının Kesme Noktalarına Göre Psikometrik Özellikleri. *Klinik Psikiyatri Dergisi*, 13(3), 108-112.
- GÜLER, N. (2014). İletişim, Toplumsal Cinsiyet Ve İdeoloji. *Journal of Yasar University*, 9(34).
- Güner, Ş. İ., Güner, S., & Şahan, M. H. (2010). Çocuklarda sosyal ve medikal bir problem; istismar. *Van Tıp Dergisi*, 17(3), 108-113.
- Harrison, K. E. (2015). *Evaluating the interplay between attachment and resilience on adult relationships* (Doctoral dissertation, San Diego State University).
- Hazan, C., & Shaver, P. R. (1994). Attachment as an Organizational Framework for Research on Close Relationships. *Psychological Inquiry*, 5(1), 1-22.
- Herman, J. L. (1992). Complex PTSD: A syndrome in survivors of prolonged and repeated trauma. *Journal of traumatic stress*, 5(3), 377-391.
- Herman, J. (2007). Travma ve İyileşme. Şiddetin Sonuçları Ev İçi İstismardan Siyasi Teröre. (T. Tosun, Çev.). İstanbul: Literatür Yayınları. (Orijinal çalışma basım tarihi 1992)
- Herman, J. (2011). The Aftermath of Violence: Trauma and Recovery. In *Transforming Terror* (pp. 69-76). University of California Press.
- Higgins, D. J., & McCabe, M. P. (2001). Multiple forms of child abuse and neglect: Adult retrospective reports. *Aggression and violent behavior*, 6(6), 547-578.
- Hildyard, K. L., ve Wolfe, D. A. (2002). Child neglect: developmental issues and outcomes. *Child abuse & neglect*, 26(6-7), 679-695.
- Himani, B. K., & Kumar, P. (2011). Effect of initiation of breastfeeding within one hour of the delivery on" maternal-infant bonding. *Nursing and Midwifery Research Journal*, 7(3), 99-109.

- Hoven, C. W., Duarte, C. S., Lucas, C. P., Wu, P., Mandell, D. J., Goodwin, R. D., ... & Susser, E. (2005). Psychopathology among New York City public school children 6 months after September 11. *Archives of general psychiatry*, 62(5), 545-551.
- Howe, L. L., Anderson, A. M., Kaufman, D. A., Sachs, B. C., & Loring, D. W. (2007). Characterization of the Medical Symptom Validity Test in evaluation of clinically referred memory disorders clinic patients. *Archives of Clinical Neuropsychology*, 22(6), 753-761.
- IŞIK, Ş. (2016). Psikolojik Dayanıklılık Ölçeği nin geliştirilmesi Geçerlik ve güvenilirlik çalışması.
- Jenkins, J. K. (2016). The relationship between resilience, attachment, and emotional coping styles.
- Johnson, B. D., Dunlap, E., & Tourigny, S. C. (2000). Crack distribution and abuse in New York. *Crime prevention studies*, 11, 19-58.
- Kapçı, E. G., & Küçüker, S. (2006). Ana babaya bağlanma ölçeği: Türk üniversite öğrencilerinde psikometrik özelliklerinin değerlendirilmesi. *Türk Psikiyatri Dergisi*, 17(4), 286-295.
- Kaplan, B. J. (2016). Kaplan and sadock's synopsis of psychiatry. *Behavioral sciences/clinical psychiatry. Tijdschrift voor Psychiatrie*, 58(1), 78-79.
- Kara, B., Biçer, Ü., Gökalp, A.S. (2004). Çocuk İstismarı. *Çocuk Sağlığı ve Hastalıkları Dergisi*, 140-151.
- Kaufman, J., ve Cicchetti, D. (1989). Effects of maltreatment on school-age children's socioemotional development: assessments in a day camp setting. *Developmental Psychology*, 25, 516-524
- Kauhanen, J. H. (1995). Dealing with emotions and health: A population study of alexithymia in middle-aged men.
- Kaylor, J. A., King, D. W., ve King, L. A. (1987). Psychological effects of military service in vietnam: a meta-analysis. *Psychological Bulletin*, 102(2), 257-271.

- Kessler, R. C., McLaughlin, K. A., Green, J. G., Gruber, M. J., Sampson, N. A., Zaslavsky, A. M., ... & Williams, D. R. (2010). Childhood adversities and adult psychopathology in the WHO World Mental Health Surveys. *The British journal of psychiatry*, 197(5), 378-385.
- Kırımsoy, E. (2003). Suç işlemiş ve suç işlememiş ergenlerin algıladıkları duygusal istismar ve benlik saygılarının karşılaştırmalı olarak incelenmesi. Unpublished master's thesis, Ankara Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.
- Kidd, T., & Sheffield, D. (2005). Attachment style and symptom reporting: Examining the mediating effects of anger and social support. *British Journal of Health Psychology*, 10(4), 531-541.
- Kobak, R. R., Sudler, N., & Gamble, W. (1991). Attachment and depressive symptoms during adolescence: A developmental pathways analysis. *Development and psychopathology*, 3(4), 461-474.
- Kobak, R. R., & Sceery, A. (1988). Attachment in Late Adolescence: Working Models, Affect Regulation, and Representations of Self and Others. *Child Development*, 1, 135-146.
- Koçak, R. (2002). Aleksitimi: Kuramsal çerçeve tedavi yaklaşımları ve ilgili araştırmalar. *Ankara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Fakültesi Dergisi*, 35 (1-2), 183-212.
- Kohut H. (1971). *The Analysis of the Self*. Madison 1971.
- Kokkonen, P., Karvonen, J. T., Veijola, J., Läksy, K., & Jokelainen, J. (2001). Perceived and sociodemographic correlates of alexithymia in a population sample of young adults. *Comprehensive psychiatry*.
- Kokurcan, A., & HÜSEYİN, H. Ö. (2012). Travma kavramının psikiyatri tarihindeki seyri. *Kriz Dergisi*, 20(1), 19-24.
- Kraemer, S., & Loader, P. (1995). " Passing through life": Alexithymia and attachment disorders. *Journal of psychosomatic research*.
- Krug, E. G., Mercy, J. A., Dahlberg, L. L., & Zwi, A. B. (2002). The world report on violence and health. *The lancet*, 360(9339), 1083-1088.
- Krystal H (1979) Alexithymia and psychotherapy. *Am J Psychother* 33:17-31

- Kurilova, J. (2013). *Exploration of resilience in relation to mindfulness, self-compassion, and attachment styles* (Master's thesis, Graduate Studies).
- Larsen JK, Brand N, Bermond B vd. (2003) Cognitive and emotional characteristics of alexithymia; A review of neurobiological studies. *J Psychosom Res*, 54:533-541.
- Lazarus, R.S. & Folkman, S. (1984). *Stress, Appraisal, And Coping*. New York: Springer Publisher
- Leckman, J. F., & Herman, A. E. (2002). Maternal behavior and developmental psychopathology. *Biological psychiatry*, 51(1), 27-43.
- Lemche, E., Klann-Delius, G., Koch, R., & Joraschky, P. (2004). Mentalizing language development in a longitudinal attachment sample: implications for alexithymia. *Psychotherapy and Psychosomatics*, 73(6), 366-374.
- Lyons-Ruth, K., & Block, D. (1996). The disturbed caregiving system: Relations among childhood trauma, maternal caregiving, and infant affect and attachment. *Infant Mental Health Journal*, 17(3), 257–275
- Lyons-Ruth, K., & Jacobvitz, D. (2008). Attachment disorganization: Genetic factors, parenting contexts, and developmental transformation from infancy to adulthood. In J. Cassidy & P. R. Shaver (Eds.), *Handbook of attachment: Theory, research, and clinical applications* (p. 666–697). New York: The Guilford Press
- Luthar, S. S., Cicchetti, D., & Becker, B. (2000). The construct of resilience: A critical evaluation and guidelines for future work. *Child development*, 71(3), 543-562.
- Mahler, M. S. (1968). *On Human Symbiosis and the Vicissitudes of Individuation*. *Infantile Psychosis*, Volume 1.
- Main, M., Kaplan, N., & Cassidy, J. (1985). Security in infancy, childhood, and adulthood: A move to the level of representation. *Monographs of the society for research in child development*, 66-104.
- Maneta, E. K., Cohen, S., Schulz, M. S., & Waldinger, R. J. (2015). Linkages between childhood emotional abuse and marital satisfaction: The mediating role of empathic accuracy for hostile emotions. *Child abuse & neglect*, 44, 8-17.

- Masten, A. S. (1986). Humor and competence in school-aged children. *Child development*, 461-473.
- Masten, A. S., & Coatsworth, J. D. (1998). The development of competence in favorable and unfavorable environments: Lessons from research on successful children. *American psychologist*, 53(2), 205.
- Mattila, A. K., Salminen, J. K., Nummi, T., & Joukamaa, M. (2006). Age is strongly associated with alexithymia in the general population. *Journal of psychosomatic research*, 61(5), 629-635.
- Maughan, D., & Moore, S. C. (2010). Dimensions of child neglect: an exploration of parental neglect and its relationship with delinquency. *Child Welfare*, 89(4).
- Mikulincer, M., Florian, V. & Tolmacz, R. (1990). Attachment Styles and Fear of Personal Death: A Case of Effect Regulation. *Journal of Personality and Social Psychology*. 58 (2). 273-280.
- Mikulincer, M. (1995). Attachment Style and the Mental Representation of the Self. *Journal of Personality and Social Psychology*, 69(6), 1203-1215.
- Mikulincer M, Shaver PR (2007) Attachment patterns in adulthood: Structure, dynamics, and change. New York, Guilford Pres.
- Mikulincer, M., & Shaver, P. R. (2008). Adult attachment and affect regulation. In J. Cassidy & P. R. Shaver (Eds.), *Handbook of attachment: Theory, research, and clinical applications* (2nd Ed., pp. 503- 531). New York: Guilford Press.
- Mikulincer, M., & Shaver, P. R. (2016). *Attachment in Adulthood. Structure, Dynamics, and Change*. New York: The Guilford Press.
- Montebarocci, O., Codispoti, M., Baldaro, B., & Rossi, N. (2004). Adult attachment style and alexithymia. *Personality and Individual differences*, 36(3), 499-507.
- Moriguchi, Y., Decety, J., Ohnishi, T., Maeda, M., Mori, T., Nemoto, K., ... & Komaki, G. (2007). Empathy and judging other's pain: an fMRI study of alexithymia. *Cerebral Cortex*, 17(9), 2223-2234.

- Nakai, Y., Toda, H., Inoue, T., Tsunoda, T., Tanichi, M., Tanaka, T., ... & Kusumi, I. (2015). The structural equation analysis of childhood abuse, adult stressful life events, and temperaments in major depressive disorders and their influence on refractoriness. *Neuropsychiatric disease and treatment*, 11, 2079.
- Oktay, B. ve Durak-Batıgün, A. (2014). Aleksitimi: bağlanma, benlik algısı, kişilerarası ilişki tarzları ve öfke, *Türk Psikoloji Yazıları*, 17 (33), 31-40.
- Oskis, A., Clow, A., Hucklebridge, F., Bifulco, A., Jacobs, C., & Loveday, C. (2013). Understanding alexithymia in female adolescents: The role of attachment style. *Personality and Individual Differences*, 54(1), 97-102.
- Özcan, K., Karahan, T. F., & Ağlamaz, T. (2009). Lise öğrencilerinin saldırganlık düzeylerinin anne babanın birliktelik durumu, öz üvey oluşu ve yaşamda öncelikli en önemli değer algısı açısından incelenmesi. *Uludağ Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 22(1), 211-229.
- ÖZ, P. D. F., & YILMAZ, U. H. E. B. (2009). Ruh sağlığının korunmasında önemli bir kavram: Psikolojik sağlık. *Hacettepe Üniversitesi Hemşirelik Fakültesi Dergisi*, 16(3), 82-89.
- Özer, E. (2013). Üniversite öğrencilerinin psikolojik sağlık düzeylerinin duygusal zeka ve beş faktör kişilik özellikleri açısından incelenmesi, Doktora Tezi. Konya Necmettin Erbakan Üniversitesi, Konya.
- Öztürk, M., Solmaz, M., Sayar, K., Özer, Ö. A., & Acar, B. (2000). Sosyal fobi hastalarında aleksitimi, umutsuzluk ve depresyon: Kontrollü bir çalışma. *Klinik Psikiyatri*, 3(4), 235-241.
- Öztürk, M. O., & Uluşahin, A. (2016). Mental Health and Disorders (Ruh Sağlığı ve Bozuklukları).
- PAGE ZARA, A. (2004). Cinsel istismara bağlı travma: Psikolojik tedavi süreci ve ilkeleri. *Türk Psikoloji Yazıları*, 7(14), 15-22.
- Parker, G. (1979). Reported parental characteristics in relation to trait depression and anxiety levels in a non-clinical group. *Australian and new zealand Journal of psychiatry*, 13(3), 260-264.

- Parker, J. D., Bagby, R. M., & Taylor, G. J. (1989). Toronto Alexithymia Scale, EPQ and self-report measures of somatic complaints. *Personality and Individual Differences, 10*(6), 599-604.
- Parker, J. D. Vd. (1998). Alexithymia: Relationship with Ego Defense and Copying Styles. *Comprehensive Psychiatry, 39*(2), 91-98.
- Pennestri, M. H., Gaudreau, H., Bouvette-Turcot, A. A., Moss, E., Lecompte, V., Atkinson, L., ... & Mavan Research Team. (2015). Attachment disorganization among children in neonatal intensive care unit: Preliminary results. *Early human development, 91*(10), 601-606.
- Polat, O. (2007). Tüm Boyutlarıyla Çocuk İstismarı 1 tanımlar. Ankara: Seçkin Yayıncılık.
- Pynoos, R. S., Steinberg, A. M., & Goenjian, A. (1996). Traumatic stress in childhood and adolescence: Recent developments and current controversies.
- Raby, K. L., Roisman, G. I., Fraley, R. C., & Simpson, J. A. (2015). The enduring predictive significance of early maternal sensitivity: Social and academic competence through age 32 years. *Child development, 86*(3), 695-708.
- Rutter, M. (1987). Temperament, personality and personality disorder. *The British journal of psychiatry, 150*(4), 443-458.
- Rutter, M. (2013). Annual research review: Resilience—clinical implications. *Journal of child psychology and psychiatry, 54*(4), 474-487.
- Saka, N. E. (2004). Adli Tıp Kurumu Başkanlığı'nca Karara Bağlanmış Çocuk Ölümlerinin 'Çocuk İstismarı ve İhmali' Açısından İncelenmesi. Uzmanlık Tezi. TC Adalet Bakanlığı Adli Tıp kurumu Başkanlığı, İstanbul.
- SAMSHA. (2014). SAMSHA's concept of trauma and guidance for trauma-informed approach. SAMSHA's Trauma and Justice Strategic Initiative.
- Saunders, B. E., & Adams, Z. W. (2014). Epidemiology of traumatic experiences in childhood. *Child and Adolescent Psychiatric Clinics, 23*(2), 167-184.
- Sayar, K., Ebrinc, S., & Ak, I. (2001). Alexithymia in patients with antisocial personality disorder in a military hospital setting. *Israel Journal of Psychiatry, 38*(2), 81.

- Sroufe, L. A. (2005). Attachment and development: A prospective, longitudinal study from birth to adulthood. *Attachment & human development*, 7(4), 349-367.
- Shaver, P. R., & Mikulincer, M. (2007). Adult attachment strategies and the regulation of emotion. *Handbook of Emotion Regulation*, 446-465.
- Shaver, P. R., Mikulincer, M., Gross, J. T., Stern, J. A., & Cassidy, J. A. (2016). A lifespan perspective on attachment and care for others: Empathy, altruism, and prosocial behavior. Cassidy, J.; Shaver, PR (ed.), *Handbook of attachment: Theory, research, and clinical applications* (3rd ed.), 878-916.
- Shçek,(2010),[http://www.shcek.gov.tr/Kurumsal_Bilgi/Mevzuat/genelge/yeniler/kurulus_izin_izinsiz200703.asp\(e.t:02.02.2010\)](http://www.shcek.gov.tr/Kurumsal_Bilgi/Mevzuat/genelge/yeniler/kurulus_izin_izinsiz200703.asp(e.t:02.02.2010))
- Simeon, D., Hwu, R., & Knutelska, M. (2007). Temporal disintegration in depersonalization disorder. *Journal of trauma & dissociation*, 8(1), 11-24.
- Sifneos, P. E (1972). Is Dynamic Psychotherapy Contraindicated For A Large Number of Patients With Psychosomatics Disease? *Psychotherapy Psychosomatics*, 21, 133-136
- Sifneos, P. E., Apfel-Savitz, R., & Frankel, F. H. (1977). The phenomenon of alexithymia: Observations in neurotic and psychosomatic patients. *Psychotherapy and psychosomatics*, 28(1/4), 47-57.
- Solomon, J., George, C., & De Jong, A. (1995). Children classified as controlling at age six: Evidence of disorganized representational strategies and aggression at home and at school. *Development and psychopathology*, 7(3), 447-463.
- Spilman, S. K., Smith, H. L., Schirmer, L. L., & Tonui, P. M. (2015). Evaluation and treatment of depression in adult trauma patients. *Journal of Trauma Nursing*, 22(1), 17-22.
- Şahin, D. (2014). Öğretmelerin Öz Duyarlıklarının Psikolojik Sağlık ve Yaşam 95 Doyumu Açısından İncelenmesi. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi. Karadeniz Teknik Üniversitesi, Trabzon.
- Sallıoğlu, G. (2002). Aleksitimik olan ve olmayan üniversite öğrencilerinin duygu ifade eden sözcük ve deyimlere yükledikleri duygu yoğunlukları. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Hacettepe Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü. Ankara.

- Şar, V., Öztürk, E. ve İkikardeş, E. (2012). Çocukluk Çağı Ruhsal Travma Ölçeğinin Türkçe Uyarlamasının Geçerlilik ve Güvenilirliği. *Turkiye Klinikleri J Med Sci* 2012;32(4):1054-63.
- Şaşıoğlu, M., Gülol, Ç. ve Tosun, A. (2014). Aleksitimi: Tedavi girişimleri. *Psikiyatride Güncel Yaklaşımlar*, 6 (1), 22-31.
- Şolt Kırca, A., & Savaşer, S. (2017). Doğum sayısının anne-bebek bağlanmasına etkisi.
- Taner, Y., & Gökler, B. (2004). Çocuk istismarı ve ihmali: Psikiyatrik yönleri. *Acta Medica*, 35(2), 82-86.
- Tanış, Z. İ. (2014). Yetişkinlerde bağlanma stilleri ve öfke tarzları arasındaki ilişkinin incelenmesi (Doctoral dissertation, Sosyal Bilimler Enstitüsü).
- Taşkın, E. O., Tıkız, C., & Yüksel, E. G. (2007). Fizik tedavi ve rehabilitasyon polikliniğine ilk kez başvuran ve fibromiyalji tanısı konan hastalarda depresif bozuklukların görülme sıklığı ve aleksitimi ile ilişkisi. *Anadolu Psikiyatri Dergisi*, 8(4), 248-255.
- Taylor, G. J., Ryan, D., & Bagby, M. (1985). Toward the development of a new self-report alexithymia scale. *Psychotherapy and psychosomatics*, 44(4), 191-199.
- Taylor, G. J., Bagby, R. M., & Parker, J. D. (1999). Disorders of affect regulation: Alexithymia in medical and psychiatric illness. Cambridge University Press.
- Teicher, M. H., Andersen, S. L., Polcari, A., Anderson, C. M., Navalta, C. P., & Kim, D. M. (2003). The neurobiological consequences of early stress and childhood maltreatment. *Neuroscience & biobehavioral reviews*, 27(1-2), 33-44.
- Thomsen, K. (2002). Building resilient students: Integrating resiliency into what you already know and do. Thousand Oaks, California: Corwin Press, Inc.
- Troisi, A., D'ARGENIO, A. L. B. E. R. T. O., Peracchio, F., & Petti, P. (2001). Insecure attachment and alexithymia in young men with mood symptoms. *The Journal of nervous and mental disease*, 189(5), 311-316.
- Turhan, E., Güraksın, A., & İnandı, T. (2006). Erzurum'da kadına yönelik aile içi şiddet.
- Türksoy, N. (2003). Psikolojik travma ve tanım sorunları. *Psikolojik travma ve sonuçları*, 1, 9-19.



- Tyrrell, C. L., Dozier, M., Teague, G. B., & Fallot, R. D. (1999). Effective treatment relationships for persons with serious psychiatric disorders: The importance of attachment states of mind. *Journal of consulting and clinical psychology, 67*(5), 725.
- UNICEF. (2004). Progress for children (Vol. 1). UNICEF.
- ÜNAL, F. (2008). Ailede çocuk istismarı ve ihmali. *Türkiye Sosyal Araştırmalar Dergisi, (1)*, 9-18.
- Van der Kolk, B. A., & Fisler, R. (1995). Dissociation and the fragmentary nature of traumatic memories: Overview and exploratory study. *Journal of traumatic stress, 8*(4), 505-525.
- Van der Kolk, B. A., Pynoos, R. S., Steinberg, A. M., Goenjian, A., McFarlane, A. C., & Weisæth, L. (1996). Traumatic Stress: The Effects of Overwhelming Experience on Mind, Body, and Society. *Traumatic stress in childhood and adolescence: Recent developments and current controversies, 331-358.*
- Van der Kolk, B. A. (2005). Developmental. *Psychiatric annals, 35*(5), 401.
- Wagnild, G. M., & Young, H. M. (1993). Development and psychometric evaluation of the Resilience Scale. *Journal of nursing measurement.*
- Wearden, A. J., Lambertson, N., Crook, N., & Walsh, V. (2005). Adult attachment, alexithymia, and symptom reporting: An extension to the four category model of attachment. *Journal of Psychosomatic Research, 58*(3), 279-288.
- Wingo, A. P., Wrenn, G., Pelletier, T., Gutman, A. R., Bradley, B., & Ressler, K. J. (2010). Moderating effects of resilience on depression in individuals with a history of childhood abuse or trauma exposure. *Journal of affective disorders, 126*(3), 411-414.
- World Health Organization. (1999). *Report of the consultation on child abuse prevention, 29-31 March 1999, WHO, Geneva* (No. WHO/HSC/PVI/99.1). World Health Organization.
- World Health Organization. (2002). *Injury: a leading cause of the global burden of disease: 2000.* World Health Organization.
- World Health Organization. (2006). *The world health report 2006: working together for health.* World Health Organization.

- World Health Organization. (2016). World health statistics 2016: monitoring health for the SDGs sustainable development goals. World Health Organization.
- Wright, M. O. D., Crawford, E., & Del Castillo, D. (2009). Childhood emotional maltreatment and later psychological distress among college students: The mediating role of maladaptive schemas. *Child abuse & neglect*, 33(1), 59-68.
- Yazici, A. C., Basterzi, A., Acar, S. T., Ustunsoy, D., Ikizoglu, G., Demirseren, D., & Kanik, A. (2006). Alopecia areata and alexithymia. *Turk psikiyatri dergisi*, 17(2), 99.
- Yılmaz, G., İşiten, N., Ertan, Ü., & Öner, A. (2003). Bir çocuk istismarı vakası. *Çocuk Sağlığı ve Hastalıkları Dergisi*, 46(4), 295-298.
- Yılmaz, S. D., & Beji, N. K. (2010). Gebelerin stresle başa çıkma, depresyon ve prenatal bağlanma düzeyleri ve bunları etkileyen faktörler. *Genel Tıp Dergisi*, 20(3).
- YÖYEN, E. G. (2017). Şiddet türleri ve kişilik özellikleri. *Yaşam Becerileri Psikoloji Dergisi*, 1(1), 35-50.
- Zeytinoğlu, S. (1999). Sağlık, sosyal hizmet, hukuk ve eğitim alanlarında çalışanların Türkiye'de çocuk istismarı ve ihmali ile ilgili görüşleri. *Çocuk istismarı ve ihmali* (2. Baskı) içinde (111-126). Ankara: Çocuk İstismarını ve İhmalini Önleme Derneği.
- Zoroglu, S. S., Tüzün, Ü., Sar, V., Öztürk, M., Kora, M. E., & Alyanak, B. (2001). Çocukluk dönemi istismar ve ihmalinin olası sonuçları/Probable results of childhood abuse and neglect. *Anadolu Psikiyatri Dergisi*, 2(2), 69.

EKLER

Ek 1- Etik Kurul İzin Formu

T.C	
ÇAĞ ÜNİVERSİTESİ	
SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ	
TEZ / ARAŞTIRMA / ANKET / ÇALIŞMA İZİNİ / ETİK KURULU İZİNİ TALEP FORMU VE ONAY TUTANAK FORMU	
ÖĞRENCİ BİLGİLERİ	
T.C. NOSU	
ADI VE SOYADI	SUNA KOCA
ÖĞRENCİ NO	2018100109
TEL. NO.	
E-MAIL	
ADRESİ	
ANA BİLİM DALI	PSIKOLOJİ
HANGİ AŞAMADA OLDUĞU (DERS / TEZ)	TEZ
İSTEKTE BULUNDUĞU DÖNEME AİT DÖNEMLIK KAYDININ YAPILIP-YAPILMADIĞI	2020 / 2021 - GÜZ / BAHAR DÖNEMİ KAYDINI YENİLEDİM.
ARAŞTIRMA/ANKET/ÇALIŞMA TALEBİ İLE İLGİLİ BİLGİLER	
TEZİN KONUSU	THE INVESTIGATION OF CHILDHOOD TRAUMA, ALEXITHYMIA, PARENTS ATTACHMENT AND PSYCHOLOGICAL RESISTANCE IN UNIVERSITY STUDENTS
TEZİN AMACI	ÜNİVERSİTE ÖĞRENCİLERİNDE ÇOCUKLUK ÇAĞI TRAVMALARI, ALEKSİTİMİ, ANA BABAYA BAĞLANMA VE PSIKOLOJİK DAYANIKLILIK İNCELENMESİ
TEZİN TÜRKÇE ÖZETİ	Bu araştırmada üniversite öğrencilerinde çocukluk çağı travmaları, aleksitimi ve bağlanmanın öğrencilerin psikolojik sağlamlıkları arasındaki yordayıcı etkilerini incelemektedir. Araştırmada ayrıca bağımlı değişken olan psikolojik dayanıklılığın cinsiyet, yaş ve sosyo ekonomik durum özelliklerine göre farklılaşıp farklılaşmadığı incelenecektir. Araştırmaya Covid-19 pandemi nedeni ile çevrim-ici ortamda ulaşılacak 450 öğrenci Demografik Bilgi Formu'nu, Toronto Aleksitimi Ölçeği'ni, Çocukluk çağı travmaları Ölçeği'ni, Bağlanma Ölçeği'ni, Psikolojik Dayanıklılık Ölçeği'ni dolduracaklardır. Veri analizinde Pearson Momentler Çarpım Korelasyon Analizi , regresyon analizi , yapısal eşitlik modellemesi yapılacak ve uyum indeksleri değerlendirilecektir. Ayrıca üniversite öğrencilerinde psikolojik dayanıklılık; cinsiyet, yaş ve sosyo ekonomik durumlarına göre farklılaşıp farklılaşmadığının belirlenebilmesi için Bağımsız Örneklem T Testi ve Varyans Analizi uygulanacaktır. Anahtar kelimeler: Çocukluk çağı travmaları, aleksitimi, üniversite öğrencileri, ana babaya bağlanma, psikolojik dayanıklılık,
ARAŞTIRMA YAPILACAK OLAN SEKTÖRLER/ KURUMLARIN ADLARI	SELÇUK ÜNİVERSİTESİ
İZİN ALINACAK OLAN KURUMA AİT BİLGİLER (KURUMUN ADI-ŞUBESİ/ MÜDÜRLÜĞÜ - İLİ - İLÇESİ)	SELÇUK ÜNİVERSİTESİ YABANCI DİLLER YÜKSEKOKULU
YAPILMAK İSTENEN ÇALIŞMANIN İZİN ALINMAK İSTENEN KURUMUN HANGİ İLÇELERİNE/ HANGİ KURUMUNA/ HANGİ BÖLÜMÜNDE/ HANGİ ALANINA/ HANGİ KONULARDA/ HANGİ GRUBA/ KİMLERE/ NE UYGULANACAĞI GİBİ AYRINTILI BİLGİLER	SELÇUK ÜNİVERSİTESİ'NDE YABANCI DİLLER YÜKSEKOKULU'NDA ÖĞRENİM GÖREN RASTGELE SEÇİLMİŞ 450 ÜNİVERSİTE ÖĞRENCİSİNE DÖRT FARKLI ANKET UYGULANACAKTIR : 1-ÇOCUKLUK ÇAĞI TRAVMALARI ÖLÇEĞİ 2- TORONTO ALEKSİTİMİ ÖLÇEĞİ 3- BAĞLANMA ÖLÇEĞİ 4- PSIKOLOJİK DAYANIKLILIK ÖLÇEĞİ
UYGULANACAK OLAN ÇALIŞMAYA AİT ANKETLERİN/ ÖLÇEKLERİN BAŞLIKLARI/ HANGİ ANKETLERİN - ÖLÇELERİN UYGULANACAĞI	1-ÇOCUKLUK ÇAĞI TRAVMALARI ÖLÇEĞİ 2- TORONTO ALEKSİTİMİ ÖLÇEĞİ 3- BAĞLANMA ÖLÇEĞİ 4- PSIKOLOJİK DAYANIKLILIK ÖLÇEĞİ
EKLER (ANKETLER, ÖLÇEKLER, FORMLAR, V.B. GİBİ EVRAKLARIN İŞİMLERİYLE BİRLİKTE KAÇ ADET/SAYFA OLDUKLARINA AİT BİLGİLER İLE AYRINTILI YAZILACAKTIR)	1-) ÇOCUKLUK ÇAĞI TRAVMALARI ÖLÇEĞİ - 2 (İKİ) SAYFA 2-) TORONTO ALEKSİTİMİ ÖLÇEĞİ - 1 (BİR) SAYFA 3-) BAĞLANMA ÖLÇEĞİ - 3 (ÜÇ) SAYFA (https://eminegulkapci.github.io/websitesinde/kullanima/aciktrhttps://eminegulkapci.github.io/arac/Anababaya%20Baglanma.pdf) 4-) PSIKOLOJİK DAYANIKLILIK ÖLÇEĞİ - 2 (İKİ) SAYFA 1. , 2. VE 4. ÖLÇEKLERİN İZİNLERİ EMAIL OLARAK MEVCUTTUR.

ÖĞRENCİNİN ADI - SOYADI: SUNA KOCA		ÖĞRENCİNİN İMZASI: .. TARİH: 21/ 12/ 2020		TARİH: 21/ 12/ 2020	
TEZ/ ARAŞTIRMA/ANKET/ÇALIŞMA TALEBİ İLE İLGİLİ DEĞERLENDİRME SONUCU					
1. Seçilen konu Bilim ve İş Dünyasına katkı sağlayabilecektir.					
2. Anılan konu faaliyet alanı içerisine girmektedir.					
1.TEZ DANIŞMANININ ONAYI		2.TEZ DANIŞMANININ ONAYI (VARSA)		SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ MÜDÜRÜNÜN ONAYI	
Adı - Soyadı: Dr. Öğr. Üye Seher AKDENİZ		Adı - Soyadı:		Adı - Soyadı: Doç. Dr. Murat KOÇ	
Unvanı : Dr. Öğr. Üye		Unvanı:		Unvanı: Doç. Dr.	
İmzası:Enstitü müdürlüğünde evrak aslı imzalıdır 17.08.2021		İmzası:		İmzası:Evrak onayı e-posta ile alınmıştır. / / 20.....	
ETİK KURULU ASIL ÜYELERİNE AİT BİLGİLER					
Adı - Soyadı: Mustafa BAŞARAN		Adı - Soyadı: Yücel ERTEKİN		Adı - Soyadı: Deniz Aynur GÜLER	
Unvanı : Prof. Dr.		Unvanı : Prof. Dr.		Unvanı : Prof. Dr.	
İmzası : Enstitü müdürlüğünde evrak aslı imzalıdır / / 20.....		İmzası : Enstitü müdürlüğünde evrak aslı imzalıdır Dr.Öğr. Üyesi Sami DOĞRU / / 20.....		İmzası : Enstitü müdürlüğünde evrak aslı imzalıdır / / 20.....	
Etik Kurulu Jüri Başkanı - Asıl Üye		Etik Kurulu Jüri Asıl Üyesi		Etik Kurulu Jüri Asıl Üyesi	
				Etik Kurulu Jüri Yedek Üyesi	
OY BİRLİĞİ İLE 		Çalışma yapılacak olan tez için uygulayacak olduğu Anketleri/Formları/Ölçekleri Çağ Üniversitesi Etik Kurulu Asıl Jüri Üyelerince İncelenmiş olup, / / 20..... - / / 20..... tarihleri arasında uygulanmak üzere gerekli iznin verilmesi tarafımızca uygundur.			
OY ÇOKLUĞU İLE 					
AÇIKLAMA: BU FORM ÖĞRENCİLER TARAFINDAN HAZIRLANDIKTAN SONRA ENSTİTÜ MÜDÜRÜNE ONAYLATILARAK ENSTİTÜ SEKRETERLİĞİNE TESLİM EDİLECEKTİR. AYRICA YAZININ PUNTOSU İSE 12 (ON İKİ) PUNTO OLACAK ŞEKİLDE YAZILARAK ÇIKTI ALINACAKTIR.					

Ek 2- Demografik Bilgi Formu

Bu çalışmaya tamamen gönüllü olarak katılıyorum ve istediğim zaman katılımımı sonlandırabileceğimi biliyorum. Verdiğim bilgilerin bilimsel amaçlı kullanımını kabul ediyorum. Evet () Hayır ()

1. Cinsiyetiniz: Kadın () Erkek ()

2. Yaşınız: 17-19 () 20-24 () 25-34 () 35-39 () 40 ve üstü ()

3. Anne- Baba Eğitim Düzeyi :

Herhangi bir eğitim görmedi ()

İlkokul Mezunu () Ortaokul Mezunu () Lise Mezunu ()

Üniversite Mezunu () Lisansüstü Eğitim ()

4. Ailenizin Ortalama Aylık Geliri: 500-999TL () 1000-2999 TL () 3000-4999 TL arası () 7000 TL ve üstü ()

Ek 3- Çocukluk Çağı Travmaları Ölçeği

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

ÖRNEK MADDELER :

	Hiç bir zaman	Nadiren	Zaman zaman	Sıklıkla	Çok sık olarak
Çocukluğumda yada ilk gençliğimde...					
1. Yeterli yemek bulamazdım.	1	2	3	4	5
2. Ailemdelikiler bana “salak”, “beceriksiz” yada “tipsiz” gibi sıfatlarla seslenirlerdi.	1	2	3	4	5
3. Anne ve babam ailelerine bakamayacak kadar sıklıkla sarhoş olur yada uyuşturucu alırlardı.	1	2	3	4	5
4. Ailemde önemli ve özel biri olduğum duygusunu hissetmeme yardımcı olan birisi vardı.	1	2	3	4	5
5. Kirli giysiler içersinde dolaşmak zorunda kalırdım.	1	2	3	4	5
6. Sevildiğimi hissediyordum.	1	2	3	4	5
7. Ana babamın benim doğmuş olmamı istemediklerini düşünüyordum.	1	2	3	4	5
8. Ailemden birisi bana öyle kötü vurmuştu ki doktora yada hastaneye gitmem gerekmişti.	1	2	3	4	5

Ek 4- Anne-Babaya İlişkin Görüşler Ölçeği-I-II

Anneye İlişkin Görüşler Ölçeği-Örnek Maddeler

	Tamamen böyleydi	Kısmen böyleydi	Pek böyle değildi	Hiç böyle değildi
1.Benimle yumuşak ve arkadaşça bir tarzda konuşurdu.	()	()	()	()
2.İhtiyaç duyduğum kadar yardım etmezdi.	()	()	()	()
3. Hoşlandığım şeyleri yapmama izin verirdi.	()	()	()	()
4.Duygusal olarak bana karşı soğuk görünürdü.	()	()	()	()
5. Sorunlarımı ve endişelerimi anlıyor görünürdü.	()	()	()	()
6. Bana karşı sevgi doluydu.	()	()	()	()
7. Kendi kararlarımı vermemden memnuniyet duyardı.	()	()	()	()
8. Büyümemi istemezdi.	()	()	()	()
9.Yaptığım her şeyi kontrol etmeye çalışırdı.	()	()	()	()
10. Mahremiyetime müdahale ederdi.	()	()	()	()

Babaya İlişkin Görüşler Ölçeği-Örnek Maddeler

	Tamamen böyleydi	Kısmen böyleydi	Pek böyle değildi	Hiç böyle değildi
1.Benimle yumuşak ve arkadaşça bir tarzda konuşurdu.	()	()	()	()
2.İhtiyaç duyduğum kadar yardım etmezdi.	()	()	()	()
3. Hoşlandığım şeyleri yapmama izin verirdi.	()	()	()	()
4.Duygusal olarak bana karşı soğuk görünürdü.	()	()	()	()
5. Sorunlarımı ve endişelerimi anlıyor görünürdü.	()	()	()	()
6. Bana karşı sevgi doluydu.	()	()	()	()
7. Kendi kararlarımı vermemden memnuniyet duyardı.	()	()	()	()
8. Büyümemi istemezdi.	()	()	()	()
9.Yaptığım her şeyi kontrol etmeye çalışırdı.	()	()	()	()
10. Mahremiyetime müdahale ederdi.	()	()	()	()

Ek 5- Türkçe Toronto Aleksitimi Ölçeği TAÖ-20

Örnek Maddeler:

Lütfen aşağıdaki maddelerin sizi ne ölçüde tanımladığını ilgili kısmı işaretleyerek belirleyiniz.						
		Hiç Katılmıyorum	Katılmıyorum	Kararsızım	Katılıyorum	Tamamen Katılıyorum
1	Ne hissettiğimi çoğu kez tam olarak bilemem.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
2	Duygularım için uygun kelimeleri bulmak benim için zordur.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
3	Bedenimde doktorların bile anlamadığı duygular oluyor.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
4	Duygularımı kolayca tanımlayabilirim.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
5	Sorunları yalnızca tanımlamaktansa onları çözümlmeyi yeğlerim.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
6	Keyfim kaçtığımda, üzgün mü, korkmuş mu yoksa kızgın mı olduğumu bilemem.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
7	Bedenimdeki duygular çoğu kez kafamı karıştırır.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
8	Neden öyle sonuçlandığını anlamaya çalışmaksızın, işleri olurluna bırakmayı yeğlerim.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

Ek 6- Psikolojik Dayanıklılık Ölçeği

Örnek Maddeler:

0 Kesinlikle Katılmıyorum	1 Katılmıyorum	2 Ne katılıyorum ne katılmıyorum	3 Katılıyorum	4 Kesinlikle katılıyorum
---------------------------------	-------------------	--	------------------	--------------------------------

1. Çalışmaktan çok keyif alıyorum.	0	1	2	3	4
2. Hayatın benim için monotonlaşmaya başladığını hissediyorum.	0	1	2	3	4
3. Çok çalışarak her zaman amacıma ulaşabilirim.	0	1	2	3	4
4. Çıkabilecek sorunları önceden kestirerek önlemlerimi alırım.	0	1	2	3	4
5. Devam ettiğim işime/okulumu/mesleğime yürekten bağlıyım.	0	1	2	3	4
6. Hayatımda ilginç ve zaman harcamaya değer şeylerin var olduğunu düşünüyorum.	0	1	2	3	4
7. Her yeni deneyimin yaşamımı zenginleştirdiğini düşünüyorum.	0	1	2	3	4
8. Hep aynı yaşam tarzına bağlı kalmak yerine riskli de olsa yeni şeyler denemeyi tercih ederim.	0	1	2	3	4

Ek 7- Çağ Üniversitesi Tez Anket İzin Ortak Yetki

Evrak Kayıt Tarih ve Sayısı: 31.12.2020-43686



T.C.
ÇAĞ ÜNİVERSİTESİ
Sosyal Bilimler Enstitüsü

Sayı : 23867972-044-E.2000004709

24.12.2020

Konu : Suna KOCA'ya Ait Tez Anket İzni
Hakkında

SELÇUK ÜNİVERSİTESİ REKTÖRLÜĞÜNE

Psikoloji Tezli Yüksek Lisans Programında 2018100109 numaralı öğrencimiz olan **Suna KOCA**, “**The Investigation of Childhood Trauma, Alexithymia, Parents Attachment and Psychological Resistance in University Students**” konulu tez çalışmasını KTO Karatay Üniversitesi Sosyal ve Beşeri Bilimler Fakültesi öğretim üyesi **Dr. Öğr. Üyesi Seher AKDENİZ** danışmanlığında halen yürütülmektedir. Adı geçen öğrencinin tez çalışması kapsamında **Üniversiteniz Yabancı Diller Yüksekokulunda halen eğitim gören öğrencileri** kapsamak üzere kopyası Ek’lerde sunulan bir anket uygulamasını yapmayı planlamaktadır.Gerekli iznin verilmesini arz ederim.

Prof. Dr. Ünal AY
Rektör

Ek : 4 sayfa tez etik kurul izin formu, 24 sayfa Ölçekler, 6 sayfa tez etik kurul izin onay e-postaları, 4 sayfa ölçek izin e-postaları.

Ek 8- Selçuk Üniversitesi Tez Anket İzni

T.C.
SELÇUK ÜNİVERSİTESİ REKTÖRLÜĞÜ
Sağlık Kültür ve Spor Daire Başkanlığı

Sayı : E-50346461-044-111009
Konu : Suna KOCA'ya Ait Tez Anket İzni

DAĞITIM YERLERİNE

İlgi : 30.12.2020 tarihli, 2000004709 sayılı yazı

Üniversiteniz Psikoloji Tezli Yüksek Lisans Programında 2018100109 numaralı öğrenciniz olan Suna KOCA'nın "**The Investigation of Childhood Trauma, Alexithymia, Parents Attachment and Psychological Resistance in University Students**" konulu tez çalışmasının Üniversitemiz Yabancı Diller Yüksekokulunda halen eğitim gören öğrencilerine uygulanabilmesi için izin talep edilmektedir. Kişisel Verilerin Korunması Kanunu'na ve pandemi kurallarına hassasiyetle uyulması şartıyla izin talebi uygun bulunmuştur.

Bilgilerini ve gereğini arz/rica ederim.

Prof. Dr. Ahmet Tuğrul POLAT
Rektör a.
Rektör Yardımcısı

Ek:5 (80 sayfa)

Dağıtım:
Gereği:
Çağ Üniversitesi Rektörlüğüne

Bilgi:
Yabancı Diller Yüksekokulu Müdürlüğüne
Sosyal Bilimler Enstitüsü Müdürlüğüne



T.C.
SELÇUK ÜNİVERSİTESİ REKTÖRLÜĞÜ
Sağlık Kültür ve Spor Daire Başkanlığı

Sayı : E-50346461-044-
Konu : Suna KOCA'ya Ait Tez Anket İzni
Hakkında

Dağıtım Yerlerine

İlgi : 30.12.2020 tarihli, 2000004709 sayılı yazı

Çağ Üniversitesi tarafından Psikoloji Tezli Yüksek Lisans öğrencisi Suna KOCA'nın "The Investigation of Childhood Trauma, Alexithymia, Parents Attachment and Psychological Resistance in University Student" konulu tez çalışması kapsamında yapmayı planladığı anket uygulaması ile ilgili yazı ekte gönderilmiştir. İlgili birimlerde duyuruların yapılması hususunda;

Gereğini rica ederim.

Prof. Dr. Emrullah EKEN
Rektör Yardımcısı

Ek:4 sayfa tez etik kurul izin formu, 24 sayfa Ölçekler, 6 sayfa tez etik kurul izin onay e-postaları, 4 sayfa ölçek izin e-postaları

Dağıtım:
Yabancı Diller Yüksekokulu Müdürlüğü
Sosyal Bilimler Enstitüsü Müdürlüğü