



**T.C.
ANKARA SOSYAL BİLİMLER ÜNİVERSİTESİ
SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ**

**ÇOCUKLUK ÇAĞI OLUMSUZ YAŞANTILARIN VE ALGILANAN EBEVEYNLER
ARASI ÇATIŞMANIN YETİŞKİN GÜVENSİZ BAĞLANMA DÜZEYİ ÜZERİNDEKİ
ETKİSİ: PSİKOLOJİK ESNEKLİĞİN ARACI ROLÜ**

Yüksek Lisans Tezi

**LEYLA BUDAK
PSİKOLOJİ ANABİLİM DALI**

KLİNİK PSİKOLOJİ TEZLİ YÜKSEK LİSANS PROGRAMI

Haziran 2025



**T.C.
ANKARA SOSYAL BİLİMLER ÜNİVERSİTESİ
SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ**

**ÇOCUKLUK ÇAĞI OLUMSUZ YAŞANTILARIN VE ALGILANAN EBEVEYNLER
ARASI ÇATIŞMANIN YETİŞKİN GÜVENSİZ BAĞLANMA DÜZEYİ ÜZERİNDEKİ
ETKİSİ: PSİKOLOJİK ESNEKLİĞİN ARACI ROLÜ**

Yüksek Lisans Tezi

LEYLA BUDAK

KLİNİK PSİKOLOJİ TEZLİ YÜKSEK LİSANS PROGRAMI

Prof. Dr. MURAT BOYSAN

Haziran 2025

TEŞEKKÜR

Öncelikle, tez yolculuğum boyunca bilgi ve deneyimiyle bana destek olan, açık iletişimi ile yoluma ışık tutan tez danışmanım Prof. Dr. Murat Boysan hocama çok teşekkür ediyorum. Bugüne dek bilgi birikiminin artmasına ve düşünsel ufkumu genişletmeme katkı sunan tüm değerli hocalarıma ve sevgili juri üyesi hocalarıma en içten teşekkürlerimi sunarım.

İlkokul sıralarımdan itibaren bana araştırma ve öğrenme aşkını veren, hayatta her düştüğümde orada olan, bana benden çok inanan sevgili anneciğeme ve maddi manevi desteğini eksik etmeyen ablama çok teşekkür ederim. Bitkin, sıkılmış, bunalmış ve daha nice zor halimi çeken, motivasyonumu hep canlı tutan, hayat arkadaşım, sevgilim Ahmed'e teşekkürü bir borç bilirim. Bu teşekkür metninde yer alma konusunda geç kalmadığı ve hayatımı güzelleştirmeye yüksek lisans yıllarımda başladığı için ayrıca teşekkür ediyorum. Her sorduğum soruya sıkılmadan cevap veren hem meslektaşım hem de hocam olan dostum Sedanur'a teşekkür ederim. Gerek tez gerekse akademik kaygılarımı paylaştığım ve bana hep destek olan sevgili arkadaşlarım Hilal Nur, Zehra ve Şeyma'ya teşekkür ederim.

Hepsinin ismini anamasam da data toplama sürecinde bana yardımcı olan tüm arkadaşlarıma ve çalışmama katılan herkese çok teşekkür ederim. Bu tezin bir bölümü Bursa yollarında yazıldı, beni sık sık yormuş olsa da yeşil gür ağaçlı yollar da tez yolcuğuma eşlik etmiş oldu.

Tez çalışmamı 2210/A Yurt İçi Genel Yüksek Lisans Burs Programı kapsamında destekleyen TÜBİTAK'a desteklerinden ötürü teşekkür ederim.

Her zaman olduğu gibi bu tez sürecimde de kalbimin huzur bulduğu anlar sadece Rabbimi anarken oldu. Beni hata ve kusurlarımla huzuruna kabul ettiği için O'na sonsuz hamd ederim.

Leyla Budak

Haziran, 2025

İÇİNDEKİLER

ÖZET	i
ABSTRACT	ii
SEMBOLLER.....	iii
KISALTMALAR.....	iv
TABLO LİSTESİ	v
GİRİŞ.....	1
BİRİNCİ BÖLÜM.....	2
ALANYAZI TARAMASI.....	2
1.1.Yetişkin Güvensiz Bağlanma Düzeyi	2
1.1.2. Bağlanma Kuramı.....	2
1.1.3. Yetişkin Bağlanma Stilleri	4
1.2.Ebeveynler Arası Çatışma	6
1.2.1.Ebeveynler Arası Çatışma Teori ve Modelleri	7
1.2.1.1.Sosyal Öğrenme Kuramı ve Bilişsel Gelişimsel Model	7
1.2.1.2.Aile Sistemleri Yaklaşımı ve Yayılma Hipotezi	8
1.2.1.3.Bilişsel Bağlamsal Model.....	9
1.2.1.4. Duygusal Güvenlik Hipotezi.....	10
1.2.2. Ebeveynler Arası Çatışma ve Romantik İlişkiler.....	11
1.3. Çocukluk Çağı Olumsuz Yaşantılar	14
1.3.1. Çocukluk Çağı Olumsuz Yaşantı Türleri.....	15
1.3.1.1.Fiziksel İstismar	16
1.3.1.2.Cinsel İstismar.....	16
1.3.1.3.Duygusal ve Psikolojik İstismar.....	17
1.3.1.4.İhmal	17
1.3.2. Çocukluk Çağı Olumsuz Yaşantılar ve Romantik İlişkiler	17
1.4.Psikolojik Esneklik	19
1.4.1.Psikolojik Esneklik: ACT'in Altı Temel Terapötik Süreci.....	20
1.4.1.1.Kabul	21
1.4.1.2.Ayrışma	21
1.4.1.3.Şimdiki Anla Temas	22
1.4.1.4.Bağlamsal Benlik.....	22

1.4.1.5. Değerler	22
1.4.1.6. Kararlı Eylemler	23
1.4.2. Psikolojik Esnekliğin Alternatif Kavramsallaştırması	23
1.4.3. Psikolojik Esnekliğin Aracı Rolü	23
1.5. Araştırmanın Amacı, Önemi ve Hipotezleri	26
İKİNCİ BÖLÜM	29
YÖNTEM	29
2.1. Katılımcılar	29
2.2. Materyaller	31
2.2.1. Demografik Bilgi Formu	31
2.2.2. Yakın İlişkilerde Yaşantılar Envanteri-II (YİYE-II)	31
2.2.3. Kişiselleştirilmiş Psikolojik Esneklik Ölçeği (Personalized Psychological Flexibility Index, KPEÖ)	32
2.2.4. Çocukların Evlilik Çatışmasını Algılaması Ölçeği (Children Perception of Interparental Conflict, ÇEÇAÖ)	32
2.2.5. Çocukluk Çağı Ruhsal Travmalar Ölçeği (ÇÇTÖ-33) - Gözden Geçirilmiş ve Genişletilmiş Türkçe Versiyon	33
2.3. İşlem	34
2.4. Veri Analizi	34
BULGULAR	36
3.1. Tanımlayıcı İstatistikler	36
3.2. Korelasyon Analizleri	38
3.3. Binary (İkili) Lojistik Regresyon Analizleri	41
3.3.1. Geçmiş Romantik İlişki Deneyimini Etkileyen Faktörler	41
3.3.2. Mevcut Romantik İlişki Deneyimini Etkileyen Faktörler	42
3.3.3. Cinsiyeti Etkileyen Faktörler	43
3.3.4. Ebeveyn Boşanma Durumunu Etkileyen Faktörler	44
3.4. Stepwise Çoklu Regresyon Analizi	45
3.5. Yapısal Eşitlik Modellemesi	46
3.5.1. İlk Modelin Sonuçları	48
3.5.2. Geliştirilmiş Model Sonuçları	49
DÖRDÜNCÜ BÖLÜM	55
TARTIŞMA	55
4.1. Sosyodemografik Değişkenlere İlişkin Tartışma	56
4.2. Yapısal Modele İlişkin Tartışma	60
BEŞİNCİ BÖLÜM	67

SONUÇ	67
5.1. Çalışmanın Katkıları, Sınırlılıkları ve Gelecek Çalışmalar için Öneriler	68
5.2. Klinik Çıkarımlar.....	69
KAYNAKÇA	71



ÖZET

Çocukluk deneyimleri yetişkin romantik ilişkilerini şekillendirmede önemli bir rol oynar ve psikolojik iyi oluş üzerinde uzun süreli etkileri olabilir. Özellikle bu yaşantıların yakınlık korkusu ve terk edilme kaygısı gibi ilişki temelli sorunlara zemin hazırlayabileceği; ancak bu ilişkinin, bazı aracı mekanizmalar yoluyla daha iyi açıklanabileceği düşünülmektedir. Bu araştırmanın amacı, çocukluk çağı olumsuz yaşantılarının ve algılanan ebeveyn çatışmasının yetişkin güvensiz bağlanma düzeyi üzerindeki etkisinde psikolojik esnekliğin aracı rolünü incelemektir. Araştırma örneklemi 345'i (%68,3) kadın, 160'ı (%31,7) erkek ve yaş ortalaması 23,8 olan toplam 505 kişiden oluşmaktadır. Veri toplama amacıyla Yakın İlişkilerde Yaşantılar Envanteri-II, Kişileştirilmiş Psikolojik Esneklik Envanteri, Çocukların Evlilik Çatışmasını Algılaması Ölçeği ve Çocukluk Çağı Ruhsal Travmaları Ölçeği ve Demografik Bilgi Formu kullanılmıştır. Araştırma değişkenleri arasındaki ilişkileri incelemek amacıyla Yapısal Eşitlik Modellemesi kullanılmıştır. Analiz sonuçlarına göre öne sürülen hipotetik kuramsal model iyi uyum değerleri göstererek doğrulanmıştır. Psikolojik esnekliğin ebeveynler arası çatışma ve güvensiz bağlanma arasındaki ilişkiye tam aracılık ettiği görülmüştür. Ancak çocukluk çağı olumsuz yaşantıları ve güvensiz bağlanma arasındaki ilişkide psikolojik esnekliğin aracı bir rol oynamadığı bulunmuştur. Bu bulgular, psikolojik esnekliğin ve bileşenlerinin önemini vurgulamakta, gelecekteki araştırmalar için bir kaynak sunmakta ve romantik ilişki sorunları ile olumsuz çocukluk deneyimlerini hedef alan klinik müdahalelere yönelik kanıtlar ortaya koymaktadır. Bulgular, alan yazındaki bilgiler ışığında tartışılmıştır.

Anahtar kelimeler: Çocukluk çağı olumsuz yaşantılar, Ebeveynler arası çatışma, Psikolojik esneklik, Yetişkin güvensiz bağlanma, Yapısal eşitlik modeli

ABSTRACT

Childhood experiences play a crucial role in shaping adult relationships, and can have lasting effects on emotional well-being. Childhood adversities are believed to contribute to relationship issues, including fear of intimacy and anxiety about abandonment; however, this association can be elucidated through several mediating pathways. The purpose of this study was to examine the mediating role of psychological flexibility in the effects of adverse childhood experiences and perceived parental conflict on adult insecure attachment. Among the 505 participants, 345 (68.3%) were female and 160 (31.7%) were male, with an average age of 23.8 years. For data collection, the Experiences in Close Relationships Inventory-Revised, the Personalized Psychological Flexibility Inventory, the Children's Perception of Interparental Conflict Scale, the Childhood Psychological Trauma Questionnaire, and the Demographic Information Form were used. Structural Equation Modeling was used to examine the relationships between the research variables. According to the analysis results, the hypothetical theoretical model was confirmed by showing good fit values. Psychological flexibility was identified as a significant mediator in the relationship between interparental conflict and adult insecure attachment. However, psychological flexibility did not serve as a mediator in the association between adverse childhood experiences and insecure attachment. These findings highlight the significance of psychological flexibility and its components, offering a foundation for future research and evidence for clinical interventions targeting romantic relationship problems and childhood adversities. The findings were discussed in the light of information in the literature.

Keywords: Adverse childhood experiences, Interparental conflict, Psychological flexibility, Adult secure attachment, Structural equation model

SEMBOLLER

%: Sayısal değerlerin yüzdelik ifadeleri

N/n: Katılımcı sayısı

β : Standardize edilmiş beta katsayısı

p : Anlamlılık derecesi

R^2 : Modeld açıklanan varyans oranı

Nagelkerke R^2 : Pseudo R^2 değeri

χ^2 : Ki-kare testi

OR: Odds Ratio

CI: Güven Aralığı

z : istatistiği

α : Cronbach alpha değeri

$\Delta\chi^2$: Ki kare farkı testi

KISALTMALAR

APA: American Psychological Association (Amerikan Psikoloji Birliği)

DSM: Ruhsal Bozuklukların Tanısal ve İstatistiksel El Kitabı

WHO: Dünya Sağlık Örgütü

YİYE-II: Yakın İlişkilerde Yaşantılar Envanteri

KPEÖ: Kişiselleştirilmiş Psikolojik Esneklik Ölçeği

ÇEÇAÖ: Çocukların Ebeveynlerarası Çatışma Algılama Ölçeği

ÇÇTÖ-33: Çocukluk Çağı Ruhsal Travmalar Ölçeği

SS: Standart Sapma

SH: Standart Hata

Ort: Ortalama

Min: Minşmum

Max: Maksimum

CFI: Comparative Fit Index

TLI: Tucker-Lewis Index

RMSEA: Root Mean Square Error of Approximation

SRMR: Standardized Root Mean Square Residual

NFI: Normed Fit Index

TABLO LİSTESİ

Tablo 1 Demografik Bilgiler.....	29
Tablo 2 Tanımlayıcı İstatistikler.....	30
Tablo 3 Ölçeklerin ve Alt Ölçeklerinin Toplam Puanları, Güvenilirlik Katsayısı Değerleri, Tanımlayıcı İstatistikler, Çarpıklık ve Basıklık Değerleri	36
Tablo 4 Ölçeklerin ve Alt Ölçeklerinin Toplam Puanları ve Demografik Değişkenler Arasındaki Korelasyonlar	38
Tablo 5 Geçmiş İlişki Deneyiminin Yordanmasına İlişkin Lojistik Regresyon.....	41
Tablo 6 Mevcut İlişki Deneyimine İlişkin Lojistik Regresyon	42
Tablo 7 Cinsiyete İlişkin Lojistik Regresyon	44
Tablo 8 Anne Baba Boşanma Durumuna İlişkin Lojistik Regresyon	45
Tablo 9 Güvensiz Bağlanma Düzeyine İlişkin Çoklu Regresyon Analizi Sonuçları	46
Tablo 10 Uyum İyiliği Kriterleri ve Referansları	47
Tablo 11 Yetişkin Güvensiz Bağlanma Düzeyi Modeline İlişkin Uyum İndeksleri	49
Tablo 12 İlk ve Geliştirilmiş Modellerin Uyum Değerlerinin Karşılaştırılması	50
Tablo 13 Yapısal Modele İlişkin Parametreler	52
Tablo 14 Toplam Etki, Doğrudan Etki ve Dolaylı Etki Değerleri	54

ŞEKİL LİSTESİ

Şekil 1 Değişkenler Arası İlişkiye Dair Hipotetik Yapısal Model.....	27
Şekil 2 Geliştirilmiş Modelin Standartlaştırılmış Yol Katsayıları.....	51



GİRİŞ

Güçlü ve istikrarlı yakın ilişkilere olan ihtiyaç ‘temel insani motivasyon’ olarak tanımlanmıştır (Baumeister ve Leary, 1995, s. 497). Romantik ilişkilerdeki yakınlığın bireysel iyi oluşu artırdığı (Davila ve ark., 2017), yalnızlığın ise psikolojik problemlerle ilişki olduğu bulunmuştur (Courtin ve Knapp, 2015). Bununla birlikte yetişkin yaşamındaki romantik ilişki deneyimleri çocukluktan bazı izler taşıyabilir. Nitekim çocuklukta istismara maruz kalmanın romantik ilişkilerde terk edilme kaygısı ve yalnızlık korkusu ile ilişkili olduğu bulunmuştur (Godbout ve ark., 2017). Benzer şekilde çocukluğunda ebeveynleri arasında şiddetli tartışmalara tanık olan yetişkinler, romantik ilişkilerinde güvensiz bağlanma tutumları sergileyebilirler (Cusimano ve Riggs, 2013). Dolayısıyla araştırmalar, çocukluk çağı olumsuz yaşantılar ve ebeveynler arası çatışma ile romantik ilişki dinamikleri arasında bir ilişki olduğunu göstermektedir. Ancak bu ilişkiye aracılık eden mekanizmaları araştıran çalışmalara ihtiyaç duyulmaktadır. Psikolojik esneklik, olumsuz çocukluk yaşantıları ile romantik ilişkiler arasındaki bağlantı yollarından biri olabilir (Daks ve Rogge; 2020 Terry, 2018). Ancak psikolojik esnekliğe dair gelişen bir literatür olmasına rağmen bu kavram ile ilgili Türkiye’de yeterli çalışma bulunmamaktadır. Bu araştırmanın amacı bahsedilen ihtiyaçların giderilmesine katkı sağlamaktır.

BİRİNCİ BÖLÜM

ALANYAZI TARAMASI

Bu bölümde, araştırmanın konusuna uygun olarak; yetişkin güvensiz bağlanma düzeyi, ebeveynler arası çatışma, çocukluk çağı olumsuz yaşantılar, psikolojik esneklik başlıkları altında literatür özeti sunulmuştur.

1.1.Yetişkin Güvensiz Bağlanma Düzeyi

Tatmin edici yakın ilişkiler insanların mutluluğunun ve yaşamı anlamlandırmasının en önemli kaynaklarından (Kawamichi ve ark., 2016). Destekleyici bir romantik partner ise kişiler ile yaşam sorunları arasında bir bariyer veya tampon görevi görebilir (Bird ve Melville,1994). Bununla birlikte yalnızlık ve sosyal izolasyon fiziksel ve psikolojik rahatsızlıklar için önemli bir risk faktörüdür (Courtin ve Knapp, 2015). Nitekim olumlu bir romantik ilişki içinde olduğunu bildiren bireyler, bu tür bir ilişkisi olmadığını ifade eden bireylere kıyasla daha fazla güvenlik hissi, daha iyi karar verme becerisi, daha yüksek psikolojik iyi oluş ve yaşam doyumu bildirmiştir (Davila ve ark., 2017). Bununla birlikte çeşitli ilişki sonuçlarını etkileyen temel mekanizma, bireylerin belirli davranış kalıplarını sürdürmelerine yol açan romantik bağlanma stilleridir (Sheng ve ark., 2022; Quan ve ark., 2025).

1.1.2. Bağlanma Kuramı

Bağlanma teorisi, psikoloji literatüründe güçlü kanıtlarla desteklenen ve etkisini uzun yıllardır sürdüren kuramsal bir çerçevedir (Fraley ve Shaver, 2021). Teorinin temel amacı, bireylerin hayatlarındaki önemli figürlerle, özellikle ebeveynleri ve romantik partnerleriyle, ilişki kurma süreçlerini açıklamaktır. Ayrıca kişilerarası ilişkilerin insan yaşam deneyimlerinin tüm yönlerini nasıl etkilediğini inceler (Fraley, 2019). Bağlanma özelliklerinin kökeni kişinin çocukluğuna kadar uzanmaktadır (Fraley ve Hudson, 2017). Spesifik olarak bağlanma, yaşamın ilk yıllarında bebek ve birincil bakım veren arasındaki ilişkideki kararlılığı ve fiziksel teması tanımlamak için kullanılır. Dolayısıyla çocuklar, duygusal gelişimleri için birincil bakım verenleriyle yakın ve istikrarlı bir ilişkiye ihtiyaç duyarlar (Bowlby, 1969,1973,1980). Bununla beraber ebeveynin ulaşılabilirliği ve bebeğin ihtiyaçlarına cevap verebilmesi çocuğun ilk

deneyimlerini şekillendirir. (Bowlby, 1973). Nitekim bebekler, şefkat ve ilgi dolu karşılık verici bakım sayesinde dünyanın tutarlı ve öngörülebilir bir yer olduğunu öğrenir (Bornstein ve ark., 2008). Bağlanma figürleri ile ilişkileri bebekler için çevreyi keşfetmek ve onunla başa çıkmak için ‘güvenli bir liman’ işlevi görür (Bowlby, 1973).

Ainsworth ve arkadaşları (1978) ‘Yabancı Ortam Deneyi’ olarak adlandırılan gözlemsel çalışmalarında bebeklerin bakım verenleri ile ayrılmalara ve yeniden birleşmelere nasıl tepki verdiklerine göre üç farklı bağlanma türü olduğunu ortaya koymuşlardır: güvenli, kaygılı/korkulu ve kaçınan. Güvenli bağlanan bebekler, anneleri ile ayrıldıklarında stress hissederek ancak anneleri geri döndüğünde sakinleşirler. Kaygılı bağlanan bebekler, annelerinden ayrılma esnasında genellikle ayrılmaya direnç ve sıkıntı gösterirler. Ancak yeniden bir araya geldiklerinde ise ikircikli davranabilir ve rahatlama aramakla rahatlamaya direnmek arasında gidip gelebilirler. Son olarak kaçınan olarak sınıflandırılan bebekler, annelerinden ayrıldıklarında çok az sıkıntı gösterirler. Yeniden bir araya geldiklerinde de annelerinden kaçınmaya veya onları görmezden gelmeye eğilimlidirler. Bu bağlanma boyutlarından her biri, bebeklerin bakım verenlerine karşı sergiledikleri farklı davranış ve duygusal tepki kalıplarını yansıtır ve bu durum, onların sonraki duygusal ve ilişkisel gelişimleri üzerinde etkilere sahiptir. Dolayısıyla ebeveynlerin çocukları ile ilişkilerini yapılandırma ve yönetme biçimleri, çocukların anılarının ve duygusal deneyimlerinin genel organizasyonuna büyük bir etki yapar (Ainsworth ve ark., 1978).

Bağlanma kuramına göre bireyler önceki bağlanma figürlerine ilişkin kümülatif algılarını kapsayan içsel işleyen modeller olarak bilinen bilişsel yapılar geliştirirler (Bretherton ve Munholland, 2008; Collins ve Feeney, 2004). Bu modeller; bir ilişkide nasıl düşünülmesi, davranılması ve hissedilmesi gerektiğine dair kişisel kuralları; ilişkilere ve partnerlere yönelik inançları, tutumları, beklentileri ve değerleri; ayrıca geçmiş ilişki deneyimlerine ilişkin anıları içeren karmaşık yapılardır. (Simpson ve Rholes, 2012). Ayrıca içsel işleyen modeller süreğendir ve yaşamın ilk yıllarında oluşmasına rağmen yetişkinlikte ilişkilerin nasıl gelişeceğine etki eder (Waters ve ark., 2000). Nitekim Hazan ve Shaver (1987) bebeklik ve yetişkin bağlanmasının duygusal ve davranışsal pek çok ortak yönü olduğunu ve romantik ilişkilerde benzer örüntülerin görüldüğünü belirtmiştir. Ayrıca bağlanma kaygısı ve bağlanma kaçınması, yetişkin romantik ilişkilerini tanımlayan iki temel boyuttur (Hazan ve Shaver, 1987; Mikulincer ve Shaver, 2016). Buna ek olarak Bartholomew ve Horowitz (1991) benlik ve başkaları algısını dikkate alarak yetişkin bağlanmasına dair daha kapsamlı bir model geliştirmiştir. Bu model, bireylerin ilişkilerde deneyimlediği kaygı düzeyi ile yakın ilişkilere girme konusundaki istekleri olmak üzere iki boyuta dayanmakta ve dört farklı bağlanma stilini

tanımlamaktadır: güvenli (düşük kaygı ve düşük kaçınma), saplantılı (yüksek kaygı ve düşük kaçınma), korkulu (yüksek kaygı ve yüksek kaçınma) ve kayıtsız (düşük kaygı ve yüksek kaçınma). Kısacası güvenli ve güvensiz bağlanma kavramları hem çocuklarda hem de yetişkinlerde duygusal, sosyal ve psikolojik gelişimi ve işlevselliği adlandırmada fayda sağlar (Cassidy ve Shaver, 1999).

1.1.3. Yetişkin Bağlanma Stilleri

Collins ve Read (1994) içsel işleyen modellerin iç içe geçmiş dört yapıdan oluştuğunu belirtmiştir. Bunlar; bağlanma deneyimine ilişkin anılar, bağlanma ile ilişkili inanç ve tutumlar, bağlanma ile ilişkili hedef ve ihtiyaçlar, bu hedeflere yönelik plan ve stratejiler olarak isimlendirilmiştir.

İlk olarak bağlanma deneyimine ilişkin anılar, güvenli bağlanan yetişkinler için sıcak ve şefkat dolu ebeveynlerle kurdukları ilişkilerden oluşur. Aksine kaçınan ve kaygılı bağlanan yetişkinler ebeveynlerini soğuk ve duyarsız olarak hatırlamaktadır. Güvensiz bağlanmanın gerçekleştiği evlerde daha az aile uyumu, sıcaklığı ve desteği mevcuttur (Collins ve Read, 1990; Feeney ve Noller, 1990; Hazan ve Shaver, 1987; Hinnen ve ark., 2008).

İkinci olarak bağlanmaya yönelik inançlar ve tutumlar kişilerin kendileri ve diğerlerine ilişkin algılarını şekillendirir. Güvenli bağlanan kişiler, kendileri ve diğerleri hakkında olumlu temel inançlara sahiptirler (Bartholomew, 1990, 1997; Bartholomew ve Horowitz, 1991). Bu kişilerin inanç ve tutumları yüksek özsaygıları ve özgüvenleri ile ilişkilidir (Feeney ve Noller, 1996). Genellikle kişiler arası ilişkilere önem verirler ve başkaları tarafından sevildiklerini hissederler. Diğer bir taraftan başkalarını güvenilir, iyi niyetli ve fedakar olarak görürler. Bu doğrultuda güvenli bağlanan yetişkinler, başkaları ile yakınlık kurmakta zorlanmazlar. İlişkilerine bağlılıkları vardır ve ilişki doyumları tatmin edicidir (Brennan ve Shaver, 1995). Nitekim daha az kaygı ve kaçınma gösteren güvenli bağlanan yetişkinler, ilişki doyumu, ilişki bağlılığı, güveni ve yakınlık gibi pek çok boyutta daha olumlu ilişki deneyimleri yaşamaktadırlar (Feeney, 1999). Bununla birlikte güvensiz bağlanan kişiler, kendilerine, diğerlerine ve hayata dair olumsuz ya da tutarsız bir bakış açısına sahiptirler (Hazan ve Shaver, 1987). Bağlanma kaygısı, reddedilme veya terk edilme korkusu etkisinde olumsuz bir benlik modeli ile karakterize edilir. Kaygılı bağlanan yetişkinler, ilişkilerinde yoğun duygusal çalkantılar yaşayarak partnerleri ile hızlıca yakınlaşır ve uzaklaşırlar (Mikulincer ve Shaver, 2016). Ayrıca kaygılı bağlanan bireyler, diğerlerinin niyetlerini karmaşık ve anlaşılması güç bulurlar. Dolayısıyla diğerlerine yaklaşırken temkinli ve kararsız davranırlar. Kendileri ve

diğerleri üzerinde kontrollerinin çok az olduğunu düşünürler (Feeney ve Noller, 1996). Diğer bir taraftan bağlanma kaçınması, diğerlerine yönelik olumsuz değerlendirmenin yanında yakınlık, samimiyet ve bağlılıkla ilgili korku ve huzursuzluk ile ilişkilidir. Kaçınan bağlanan kişiler, partnerlerine kendilerini açma konusunda rahat değildirler (Mikulincer ve Shaver, 2016). Diğer bir deyişle kaçınan bireyler, sosyal ilişkilerini sınırlı tutabilirler ve kişiler arası ilişki odaklı değildirler. Diğerlerinin niyetlerinden ve dürüst olduklarından şüphe duyabilirler (Feeney ve Noller, 1996).

Üçüncü olarak bağlanmaya ilişkin hedef ve ihtiyaçlar açısından güvenli bağlanan yetişkinler mutlu bir ilişki için yakınlık ve otonomi dengesini kurmak isterler (Feeney ve Noller, 1996). Nitekim güvenli bağlanma ilişkilerde tutarlı, karşılıklı erişilebilirlik, duyarlılık ve katılım hissi yoluyla oluşturulur (Johnson, 2008). Diğer bir taraftan ilişkiler onlar için stresli olsa da kaygılı bağlanan kişiler de yakınlık isteği duyar. Zihinleri daima terk edilme ve reddedilme düşüncesi ile meşguldür ve bu ilişkiye dair kaygılarını sürdürür (Hazan ve Shaver, 1978). Bu kişiler, aşırı yakınlık hislerini deneyimlemek için otonomi ihtiyaçlarından vazgeçebilirler (Feeney ve Noller, 1996). Bununla birlikte kaçınan bağlanan yetişkinler, otonomiye sağlayamama korkusu ile diğerleri ile uzaklığı sürdürme ve yakınlığı minimize etmeyi hedeflerler (Hazan ve Shaver, 1978). Bu kaçınma isteklerini başarı ve iş odaklı olarak kamufle etmeye çalışabilirler (Feeney ve Noller, 1996).

Son olarak kişilerin bağlanma ilişkilerinde kullandıkları stratejilere göre güvenli bağlanan kişiler, duygularına boğulmak ya da onlardan kaçınmak yerine duygularını işleyebilir ve düzenleyebilir. Ayrıca ihtiyaçları olduğunda yakınlarından kaynak, destek ve rahatlama talep etmekte iyi oldukları için daha az psikolojik sıkıntı yaşarlar (Kobak ve ark., 1993; Riggs ve ark., 2002). Diğer bir deyişle öfkelerini ve sıkıntılarını içlerine atma ya da bu duyguları yıkıcı şekillerde (öfke patlamaları, başkalarına saldırma vb.) ifade etme eğiliminde değildirler. Bunun yerine bu duyguları sıkıntının düzeyine uygun bir şekilde ifade edebilirler (Feeney ve Noller, 1996). Bununla birlikte güvensiz bağlanan yetişkinler, duygu düzenlemede sorun yaşayabilirler. Nitekim ilişkilerdeki belirsiz ve stresli durumlarda işlevsellikleri etkilenebilir ve psikopatoloji geliştirme ihtimalleri artabilir (Kobak ve Sceery, 1988). Bunlara ek olarak kaygılı bağlanan kişiler, partnerlerine yapışma ve onlarla bütünleşme isteği gibi ‘hiper aktifleştirici’(hyperactivating) stratejileri takip ederler. Bu strateji ile kişiler ilişkiye dair tehdit algılarını abartarak kişisel başa çıkma yeteneklerini küçümserler (Mikulincer ve Shaver, 2019). Başkalarının onayına olan yüksek ihtiyaçları doğrultusunda aşırı ilgili ve itaatkar olma eğiliminde olabilir ve reddedilme korkusuyla kendi ihtiyaçlarını inkâr edebilirler (Feeney ve Noller, 1996). Kaçınan bağlanan kişiler ise ‘devre dışı bırakıcı’(deactivation) stratejileri takip

ederek duygularını minimize etme, bastırma ve inkar etme eğilimindedirler. İhtiyaçları için veya olumsuz durumlarla baş etmek için başkalarından destek aramayı tercih etmezler (Mikulincer ve Shaver, 2019).

Bununla birlikte yetişkin güvensiz bağlanma stilleri, kümülatif çocukluk olumsuzluklarının bir sonucu olabilir. Özellikle çocukluk döneminde maruz kalınan ebeveynler arası çatışma ve çocukluk travmaları, bağlanma sistemini bozduğunda bu durum yaşam boyunca devam etme eğilimindedir. Bu süregelen etki, bireylerin yetişkin romantik ilişkilerinde güvensiz bağlanma stilleri geliştirmelerine yol açabilir (Singh ve Thomas, 2023; Godbout ve ark., 2017). Diğer bir taraftan Bowlby (1969) yaşamın ilk yıllarında şekillenen içsel işleyen modellerin değişiminin yaşamdaki temel deneyimler ile mümkün olduğunu ancak bunun yavaş ve zor olduğunu belirtir. Ayrıca bağlanma stillerinin çocukluktan yetişkinliğe hayat boyu süreceği ön görülse de bu durum zaman içinde romantik partnere, yaşam tarzlarına ve bağlama göre farklılaşabilir (Cusimano ve Riggs, 2013). Bu nedenle çocukluk dönemi zorlukları ile romantik ilişki dinamikleri arasındaki ilişkiye aracılık eden süreçleri inceleyen araştırmalar, bireysel farklılıkların anlaşılmasına katkı sağlamak açısından büyük önem taşımaktadır. Ebeveynler arası çatışmanın ve çocukluk çağı kötü muamelesinin romantik bağlanma üzerindeki etkisinde aracı mekanizmalardan biri de psikolojik esneklik olabilir (Giani ve ark., 2025; Richardson ve Jost, 2019).

Bu doğrultuda alanyazın taramasının kalan bölümlerinde sırası ile ebeveynler arası çatışma, çocukluk çağı olumsuz yaşantılar ve psikolojik esneklik açıklanacaktır. Ardından, her bir değişkenin romantik ilişkilerdeki etkisi üzerine araştırmalar sunulacaktır.

1.2.Ebeveynler Arası Çatışma

Çatışmalar, her yakın ilişkide olduğu gibi evlilik ilişkisinde de kaçınılmazdır. Ebeveynlerin gizleme girişimlerine rağmen çocuklar günlük olarak ebeveynleri arasındaki anlaşmazlıklara maruz kalırlar (Cummings ve ark., 2007). Ayrıca toplumdaki yaygın görüşün aksine ebeveynlerin çocuklarının yanındaki tartışmaları onların yokluğundakinden daha şiddetli olabilmektedir (Papp ve ark., 2002) ve çocuklarını tartışmadan korumaya yönelik bir tutumları olmayabilir (Du Rocher Schudlich ve ark., 2014). Ebeveynler arası çatışma, küçük anlaşmazlıklardan ve gündelik stress yaşantılarından şiddetli sözel, duygusal ve fiziksel tartışmalara kadar çeşitlilik gösteren çok boyutlu bir kavramdır. Bu çatışmalar, süresine göre kısa süreli ya da kronik; şiddet düzeyine göre ise hafif ya da yoğun olabilir. Ayrıca evlilik içi tartışmalar, aile işlev bozukluğuna yol açarak çocukların psikolojik sağlığını olumsuz etkiler

(McCloskey ve ark., 1995; Simpson, 2019). Ebeveynler arası çatışmaların konusunu genellikle ev ve aile içi sorumluluklar, finansal problemler, ebeveynlik ve iletişim zorlukları oluşturur (Papp ve ark., 2009; T.C. Aile ve Sosyal Hizmetler Bakanlığı, 2018). Özellikle ebeveynlerinin çocuk büyütme pratikleri ile ilgili tartışmaları gençlerin uyum problemleri yaşaması ile ilişkili bulunmuştur (Helland ve ark., 2017).

Literatüre bakıldığında ebeveynler arası çatışmanın üç türü olduğu görülebilir. Bu türler yıkıcı, depresif ve yapıcı çatışma şeklinde isimlendirilmiştir (Cummings ve Davies 2002, 2010; Du Rocher Schudlich 2011; McCoy ve ark., 2009). Yıkıcı çatışmalar, yüksek seviyeli tartışmaları ve fiziksel ve sözel agresyonu içerir. Bu türde özellikle savunmacı, aşağılayıcı ve sinirli davranışlar ön plandadır. Depresif çatışmalar ise geri çekilme tutumları ve kaygı ve üzüntünün deneyimlenmesi ile karakterize olmuştur. Diğer bir tür olan yapıcı çatışmalarda bireyler kendilerini ifade edecekleri alan bulabilirler ve çözüm odaklı olurlar. Sağlıklı iletişim sayesinde birbirlerine desteklerini gösterebilirler (Cummings ve ark., 2002; Du Rocher Schudlich ve Cummings, 2003; Koss ve ark., 2011). Bu çatışma türleri arasından yıkıcı ve depresif çatışmalar çocukların duygusal gelişimlerini olumsuz etkilerken (Cummings ve ark., 2002) yapıcı çatışmalar çocuklarda duygusal gelişimi olumlu yönde etkilemektedir (McCoy ve ark., 2009; Warmuth ve ark., 2020). Bununla birlikte şiddetli ilerleyen ve içeriği çocuk yetiştirme pratikleri ile ilgili olan evlilik çatışmaları çocuklarda öfke ve üzüntü gibi duygular ile ilişkili bulunmuştur. Çatışmalar sırasında öfke hisseden çocuklar, tartışmayı bitirmeye yönelik davranışsal stratejiler seçerken, korku hissedenler kaçınmacı stratejilere yönelmektedir (Koss ve ark., 2011).

1.2.1.Ebeveynler Arası Çatışma Teori ve Modelleri

Çatışmaların çocuklar üzerindeki etkisi, çatışma sıklığı, çatışmanın formu ve içeriği, çatışma çözümü, çocuğun yaşı, cinsiyeti ve mizacı gibi pek çok faktörün karmaşık etkisi ile ortaya çıkmaktadır (Davies ve Cummings, 1994). Alanyazında ebeveynler arası çatışmanın çocukları nasıl etkilediğine ve bu etkinin nasıl yaşam boyu sürdüğüne dair çeşitli teori ve modeller geliştirilmiştir. Bu modellerden başlıcaları aşağıda özetlenmektedir.

1.2.1.1.Sosyal Öğrenme Kuramı ve Bilişsel Gelişimsel Model

Bilişsel Gelişimsel Modele göre ergenler kişiler arası ilişki deneyimleri yoluyla bilişsel temsiller geliştirirler ve bu bilişsel temsiller ilgili sosyal durumlarda aktive olur (Bartell, 2006;

Furman ve Simon, 1999). Bilişsel temsillerin kaynağı geçmiş deneyimlerden ve gözlemlenen ilişki yaşantılarından oluşur. Bu temsiller, gençlerin kendileri ve diğerleri hakkındaki inançlarını, tutumlarını ve beklentilerini etkiler ve kişiler arası ilişki algılarını şekillendirir (Cui ve ark., 2011). Benzer şekilde Sosyal Öğrenme Kuramına göre (Bandura, 1977) çocuklar, yetişkin modelleri gözlemleyerek belirli tutum ve davranış kalıplarını öğrenirler. Kuram, öğrenmenin gücünün modelin yüksek statüsü, yetkinliği, gücü ve gözlemleyen kişiye yakınlığı ile ilişkili olduğunu varsayar. Bu doğrultuda ebeveynler çocukları için ana bilgi kaynağı olmaktadır.

Nitekim çocuklar ebeveynleri arasındaki ilişkileri gözlemleme yoluyla ilişkilerin doğasına dair varsayımları ve spesifik ilişki davranışlarını öğrenebilir (Margolin ve ark., 2001). Özellikle ebeveynler arası çatışmaya maruz kalmış çocuklar, uzun ilişkiler ve güçlü sosyal bağlar için gerekli olan çatışma çözümü ve sosyal destek sağlama gibi olumlu sosyal becerileri öğrenmek için daha az fırsat bulmaktadırlar. Bununla birlikte ebeveynlerinin yıkıcı tartışma davranışlarını taklit edebilirler. İlişkilerde tutarsızlığa yol açan sözel agresyon gibi işlevsel olmayan davranışları öğrenirler (Turner ve Kopiec, 2006). Dolayısıyla ebeveynlerinin çatışmasını ve agresyonunu gözlemleyen çocuklar, çatışma döngüsünü sürdürmeye meyilli olurlar (Foshee ve ark., 1999) Bununla birlikte yapıcı tartışmaları gözlemlemiş çocuklar daha güvende hisseder, akranları ile olumlu ilişkiler kurar ve olumlu sosyal davranışlar sergilerler (McCoy ve ark., 2009). Sonuç olarak çocuklar çatışma yürütme biçimlerini ebeveynlerinden öğrenerek kendi ilişkilerine taşırlar.

1.2.1.2.Aile Sistemleri Yaklaşımı ve Yayılma Hipotezi

Aile Sistemleri Yaklaşımı çocukların ve ergenlerin gelişiminde ailedeki ilişkisel bağlamların anlaşılması gerektiğine vurgu yapar (Broderick, 1993). Teoriye göre bireylerin davranışları önemli diğerlerinin davranışlarından etkilenir (Bowen, 1966). Bununla beraber ebeveynler arası ilişki ile çocukların ebeveynleri ile kurdukları ilişki hem birbirlerinden ayrı hem de iç içe alt sistemlerdir. Bir sistemdeki çatışma gibi özellikler ve karakterler diğer ilişki sistemini etkileyebilir (Cox ve Paley, 1997). Nitekim teorinin temel hipotezi olan yayılma kavramına göre bir ilişkide yaşanan duygusal ve davranışsal deneyimler bir başka ilişki sistemine aktarılabilir (Cui ve Conger 2008; Erel ve Burman, 1995). Örneğin bir ebeveynin partneri ile yaşadığı çatışma sonucunda ortaya çıkan stres ve olumsuzluk, çocuğu ile olan etkileşimine etki edebilir. Bunun tam tersi olacak şekilde bir ebeveynin çocuğu ile ilişkisindeki olumsuzluk, partneri ile olan ilişkisine yayılabilir (Simpson, 2019). Dolayısıyla ebeveynler

arasındaki çatışmalar sistem sınırlarının zarar görmesiyle ebeveyn çocuk ilişkisine de yansiyabilir (Cummings, 1994). Örneğin Gürmen ve Rohner (2013) ergen örneklerimde yaptığı çalışmada ebeveynlerin birbirlerine kabul ve reddetme tutumlarının çocuklarının algıladığı ebeveyn kabul ve red tutumları ile ilişkili olduğunu bulmuştur.

Sosyal öğrenme kuramının aksine yayılma hipotezine göre ebeveynler arası çatışma çocukları dolaylı yoldan etkiler. Diğer bir deyişle evlilik çatışması ve stresinin çocuklar üzerinde kendiliğinden bir etkisi yoktur. Çatışma, ebeveynlik becerilerine zarar verir ve ebeveyn ile çocuk arasında olumsuz etkileşime yol açarak çocuğu etkiler (Davies ve Cummings, 2006). Ayrıca ebeveynler arası çatışma sadece ebeveyn çocuk ikili ilişkisine zarar vermekle kalmaz ve anne baba ve çocuk üçlü ilişkisine de zarar verebilir (Stroud ve ark., 2011). Örneğin evlilik ilişkisinden alamadığı destek, bakım ve ilgiyi çocuğundan talep eden bir ebeveyn çocuğu da evlilik çatışmasına dahil edebilir. Özellikle üçgenleme teorisi, çocuğun ebeveyn çatışmasına dahil olması ile olumsuz etkileneceğini öne sürmektedir. Bu gibi durumlarda çocuklar kendilerini bir ebeveynin tarafını tutma baskısı altında hissedebilirler (Fosco ve Bray, 2016). Bu durumda aile ilişkilerindeki gerginliği ve düşmanlığı artırabilir (Wolfe, 1987).

1.2.1.3. Bilişsel Bağlamsal Model

Grych ve Finchman (1990) düşmanca, agresif ve çözüm odaklı olmayan yıkıcı evlilik çatışmasının çocuklar için önemli bir stres kaynağı olduğunu öne sürmüştür. Dolayısıyla ebeveynler arası her çatışma yerine şiddetli ve çözümsüz çatışmaya maruz kalmanın sıklığı çocuğunun yaşadığı uyum problemleri ile ilişkilidir. Ayrıca Bilişsel Bağlamsal perspektif, sadece çatışmanın özelliklerine değil ebeveynler arasındaki çatışmanın çocukları hangi yollarla etkilediğine de odaklanır. Özellikle çocuğun çatışmayı nasıl algıladığına ve değerlendirdiğine göre çatışmadan etkilenme düzeyi değişir. Değerlendirmelerin hem bilişsel hem de duygusal boyutları vardır (Grych ve Finchman, 1990). Bu varsayım stres ve başa çıkma arasındaki ilişkide kişinin stressli olayı nasıl yorumladığının aracılık ettiğini savunan teorisyenlerin görüşlerinden etkilenmiştir (Lazarus ve Folkman, 1984). Bu doğrultuda algılanan ebeveynler arası çatışma ile ergenlerin kişiler arası ilişkilerinde deneyimledikleri çatışma arasındaki ilişkide olumsuz ebeveynler arası çatışma değerlendirmesinin aracı rol oynadığı bulunmuştur (Simon ve Furman, 2010).

Grych ve Finchman (1990) evlilik çatışmasına tanık olmuş çocukların bilişlerini kategorize ederek modeli genişletmişlerdir. Algılanan tehdidin, baş etmeye yönelik inancın,

nedensel atıfların ve suçu üstlenmenin çocukların çatışmadan en çok etkilenmelerini sağlayan değişkenler olduğunu belirtmişlerdir. İlk olarak çocukların ebeveynleri arasındaki çatışmayı tehdit algılamasının farklı pek çok sebebi olabilir. Örneğin çatışmanın ayrılık ya da boşanma ile sonuçlanacağını düşünebilirler ya da aile içindeki gerilimin tırmanacağı ve kendilerinin de tartışmaya süreklenebileceklerinden korkabilirler (Grych ve ark., 1992). Diğer bir taraftan çocukların çatışma ile baş edebileceğine ve öz yeterliliğine dair inanç da önemlidir (Bandura, 1982). Örneğin bir çocuk çatışma ile baş edebileceğine dair yüksek bir inancı varsa daha umutlu hisseder ve etkili baş etme yollarına başvurur. Aksine, bu inancı düşükse kendini çaresiz hisseder ve baş etmek için çaba harcamak istemez (Grych ve ark., 1992). Ek olarak çocuklar çatışmanın geçici olacağı yerine süreğen olacağı yönünde atıf yaparlarsa daha öfkeli, mutsuz ve çaresiz hissederler. Son olarak çatışmanın nedeni olarak kendilerini sorumlu tutan çocuklar utanç ve stres yaşarlar. Bu senaryoda çocukların tartışmaya müdahale etme olasılığı daha yüksektir (Grych ve Finchman, 1990).

Bunlara ek olarak Bilişsel Bağlamsal Modele göre çocukların bilişsel yorumlamaları ve baş etme davranışları cinsiyet, kültür, duygulanım, beklentiler ve geçmiş çatışma deneyimi gibi bağlamsal faktörlerden etkilenir (Davies ve Cummings, 1994, Grych ve Finchman 1990). Örneğin ergenlik dönemindeki erkek çocukları kız çocuklarına göre ebeveynler arası çatışmayı negatif değerlendirdikleri zaman fiziksel agresyona daha yatkın olabilirler ve kendi ilişkilerinde de çatışmacı tutumlar sergileyebilirler (Simon ve Furman, 2010).

1.2.1.4. Duygusal Güvenlik Hipotezi

Duygusal Güvenlik Hipotezine (Davies ve Cummings, 1994) göre duygusal güvenlik, ebeveynler arası çatışmaya maruz kaldıklarında çocukların duygularını düzenlemede ve verecekleri tepkileri belirlemede aracı bir değişkendir. Bilişsel Bağlamsal Model (Grych ve Finchman 1990) ebeveynler arası çatışmanın çocukları etkileme yoluna duygulanımı da dahil etse de bilişleri daha ön planda tutmaktadır. Ancak pek çok çalışma, evlilik çatışmasının çocuklarda yüksek, yoğun ve negatif duygulanım ile ilişkili olabileceğini bulmuştur (Cumming ve ark., 2002; Cummings ve ark., 1989). Diğer bir taraftan Duygusal Güvenlik Hipotezine göre ebeveynlerin çatışmasından deneyimlenen duygusal güvenlik ile ebeveyn ve çocuk arasındaki ilişkideki deneyimler birbirinden etkilenebilir ancak farklıdır. Örneğin bir çocuk ebeveynleri ile ilişkisini güvenli olarak tanımlayabilir ama ebeveynler arasındaki ilişkinin temsilini güvensiz olarak algılayabilir. Dolayısıyla duygusal güvenlik hipotezi bu yönüyle bağlanma kuramından ayrılır (Davies ve Cummings, 1994).

Duygusal Güvenlik Hipotezine göre duygusal güvenlik, farklı ilişkisel yollarla çocukların işlevselliği üzerinde etki edebilir. İlk olarak ebeveyn çatışmasına maruz kalmış çocuklar, duygusal güvensizlik yoluyla duygularını ve ilişkisel davranışlarını düzenlemede ve fiziksel uyarımda bozulmalar yaşayabilir. İkinci olarak, çocuklar duygusal güvenliklerini artırmak adına ebeveynlerinin tartışmalarını azaltmak ve düzenlemek için çeşitli davranışlara yönelebilirler. Örneğin çocuklar, ebeveynler arası çatışmayı bölmek ve ebeveynlerin dikkatini yöneltmek için agresif davranışlar sergileyebilir veya ağlayabilir (Davies ve Cummings, 1994). Ancak çocukların tartışmaya dahil olması kısa süreli olarak işlevsel gözüксе de bu ailelerde çatışmanın sürmesine hatta çocukları da içine alarak daha fiziksel ve istismar edici bir noktaya evrilmesine yol açabilir (Wolfe, 1987).

1.2.2. Ebeveynler Arası Çatışma ve Romantik İlişkiler

DSM-5, ebeveyn ilişkisindeki çatışmaların çocukların psikolojik ve maddi refahını olumsuz etkileyebileceğini ve klinik çalışmaların odağı olması gerektiğini belirtmektedir (APA, 2022). Yıkıcı ebeveynler arası çatışmaya maruz kalmak, içselleştirme ve dışsallaştırma semptomları, akademik sorunlar ve hem çocukluk hem de ergenlikte kişilerarası zorluklar dahil olmak üzere çeşitli uyum sorunlarına yol açabilir (van Eldik ve ark., 2020; Warmuth vd., 2020). Ayrıca çocuklukta veya ergenlikte ebeveynler arasındaki çatışmaya maruz kalmış genç yetişkinlerin depresif semptomlar göstermeye ve alkol kötüye kullanımı yaşamaya meyilli oldukları bulunmuştur. Ek olarak ebeveynler arasındaki çatışma ile depresif semptomlar arasındaki ilişkiye romantik ilişkilerinde deneyimledikleri gerilim aracılık etmektedir (Turner ve Kopiec, 2006). Başka bir çalışmada ebeveynleri arasındaki çatışmalar hakkında tehdit ve kendilerini suçlama değerlendirmelerinin ebeveynler arası çatışma ve yetişkinlikte yaşadıkları psikolojik sıkıntılar arasındaki ilişkide aracılık ettiği bulunmuştur (Özdemir ve Sağkal, 2019).

Bu doğrultuda ebeveynler arası çatışmanın etkilerinin çocuklukta kalmayıp yetişkin yaşamına uzandığı söylenebilir. Çocukluk döneminde kronik çatışmaya tanık olmak, bireylerin ilişkilere dair zihinsel kavramlarını şekillendirebilir (Mikulincer ve Shaver, 2016). Nitekim literatürde sık, yoğun ve çözümlenmemiş ebeveynler arası çatışmanın yetişkin yakın ilişkilerindeki birçok zorlukla ilişkili olduğuna dair pek çok çalışma vardır (Braithwaite ve ark., 2016; Kumar ve Mattanah, 2018; Simon ve Furman, 2010). Bununla birlikte birbirleri ile çatışmaya çok fazla dahil olan ebeveynler, çocuklarının sıcaklık ve şefkat ihtiyaçlarını ihmal edebilir ve bu da yetişkin romantik ilişkilerinde bağlanma güvensizliğine neden olabilir (Li ve ark., 2019). Diğer bir deyişle çocuklar aile içinde ebeveynleri arasındaki ilişkiyi gözlemleyerek

ve değerlendirerek içsel işleyen modeller oluşturabilir. Dolayısıyla ebeveyn çatışması ile bağlantılı oluşan bu içsel işleyen modeller, gelecekteki romantik ilişkilerine yön verebilir (Cusimano ve Riggs, 2013). Nitekim ebeveynleri arasında sık çatışma olduğunu bildiren ya da ebeveynler arası çatışma sırasında tehdit altında hissettiklerini belirten bireyler, kendilerine ve başkalarına dair daha olumsuz değerlendirmeler yapabilir (L.Platt ve ark., 2008). Örneğin ebeveynlerinin birbirlerine sevgi gösterdikleri bir davranıştan hemen sonra tartışmaya dönen tutarsız davranışlarına şahitlik eden çocuklar kendi öz değerleri ve sevmeleri konusunda kafa karışıklığı yaşayabilir. Oluşan bu kusurlu algıları da öz değer, üzüntü ve kaygı ile ilişkili olup gelecekteki kişiler arası ilişkilerine yansıyabilir (Cusimano ve Riggs, 2013). Bu doğrultuda yakın zamanlı bir sistematik derleme çalışmasında ebeveynler arası çatışmanın, olumsuz çatışma yönetimi ve davranışları, saldırganlık tutumları ve mağduriyeti, kötü iletişim ve düşük ilişki kalitesi ile ilişkili olduğunu ortaya konmuştur (Singh ve Thomas, 2022).

Cui ve arkadaşları (2010) ebeveynleri boşanmış gençlerin ilişki stabilitesi ve boşanmaya dair tutumlarının ebeveynlerinin boşanmadan önceki evlilik kalitesi ve çatışma düzeylerine göre farklılaştığını bulmuştur. Nitekim ebeveynleri boşanmadan önce daha sık tartışma gözlemleyen ve ebeveynlerinin ilişki kalitesini düşük değerlendiren gençler kendi ilişkilerini sürdürmekte zorlanırlar. Bu doğrultuda uzunlamasına bir çalışmada ebeveynlerin çatışma puanları ile çocuklarının evliliklerinde problem yaşama ihtimalleri arasında pozitif yönlü anlamlı bir ilişki bulunmuştur (Amato ve DeBoer, 2001). Ayrıca ebeveynleri arasında düşmanlığa ve agresyona maruz kalmış çocuklar, büyüdüklerinde kendi ilişkilerinde daha istismarcı olmaya meyillidirler (Wekerle ve Wolfe, 1999). Ehrensaft ve arkadaşları (2001) ise ebeveynler arasında şiddet gözlemlemiş kişilerin partnerlerinden şiddet görmeye daha eğilimli olduğunu belirtmiştir. Bununla birlikte eğer çocuklar da fiziksel istismara uğramışsa kendi ilişkilerinde şiddetin hazırlayıcısı olabilirler.

Diğer bir taraftan güvensiz bağlanmanın işaretleri olan yüksek oranda kıskançlık ve terk edilme korkusu (Hayashi ve Strickland, 1998) ve güven problemleri (Franklin ve ark., 1990) uzun süreli ebeveynler arası çatışma deneyimi ile bağlantılıdır. Nitekim ebeveynler arası çatışma anılarına sahip olmak, yetişkinlikte kaçınan ve kaygılı bağlanma deneyimleme ihtimalini artırır ve bu da psikolojik sıkıntı belirtilerini beraberinde getirir (Cusimano ve Riggs, 2013). Smith-Extreberria ve arkadaşları (2020) ebeveyn boşanmasına kıyasla ebeveynler arası çatışmanın, kaçınan bağlanma ve ilişkilere yönelik beklentilerle daha güçlü bir ilişki içinde olduğunu ortaya koymuştur. Özellikle anneyle kurulan daha güvenli bir bağlanma geçmişinin, yüksek düzeyde çözümlenmemiş ebeveyn çatışması ile bağlanma kaçınması arasındaki ilişki üzerinde koruyucu bir etkisinin olduğu bulunmuştur. Başka bir çalışma ise kaçınmacı bağlanma

tutumlarından ziyade kaygılı bağlanma tutumlarının ebeveynler arası çatışma ile ilişkili olduğu ortaya konulmuştur. Daha yüksek düzeyde çatışmaya maruz kalma romantik ilişkilerde önemli ölçüde daha yüksek düzeyde kaygılı bağlanma ile ilişkilidir (Rodrigues ve Kitzmann, 2007).

Ancak ebeveynler arası çatışma ile çocukların ilişkisel sonuçları arasında bir ilişki olmadığını ortaya koyan bazı çalışmalar da vardır (Toomey ve Nelson, 2001). Yakın zamanda yapılan nitel bir çalışmada ebeveynler arası şiddete tanık olan katılımcılar, hem sağlıklı hem de sağlıksız romantik ilişki özellikleri bildirmiştir (Usluoğlu ve Yazıcı, 2024). Dolayısıyla ebeveynler arası çatışma ile yetişkin romantik ilişkiler arasındaki ilişkiye dair genişleyen literatüre rağmen, iki değişken arasındaki aracı yollar hakkında daha fazla çalışmaya ihtiyaç vardır (Li ve ark., 2023). Ayrıca kuşaklar arası aktarımı önlemek ve uygun terapötik müdahaleler geliştirmek için ebeveynler arası çatışma ve yetişkin romantik ilişkileri üzerindeki etkileriyle ilgili aracı temel mekanizmaların araştırılması gerekmektedir (Singh ve Thomas, 2023).

Ebeveynler arası çatışma ve çeşitli ilişki değişkenleri arasında aracı olan mekanizmalar mevcuttur. Özellikle kişilerin ilişkide öz yeterlilik algıları, ebeveyn çatışması ve romantik ilişki kalitesi arasındaki ilişkide aracı rol oynamaktadır (Cui ve ark., 2008). Sağkal ve Özdemir (2019), Türkiye örnekleminde evli olmayan ama bir romantik ilişkisi olan 301 yetişkin ile yaptıkları çalışmada ebeveynler arası çatışma ve romantik ilişki doyumu arasındaki ilişkide evliliğe yönelik tutumların ve ilişkideki çatışmaların aracılık ettiğini bulmuştur. Dolayısıyla çalışmaya göre sık, yoğun ve çözülmemiş ebeveynler arası çatışma direk olmasa da dolaylı olarak ilişki doyumunu etkilemektedir. Bununla birlikte gençlerin evlilik çatışmasını nasıl değerlendirdikleri de önemli bir aracı değişken olabilir. Ebeveynler arası çatışmayı olumsuz değerlendiren genç erkekler arasında, ergenlik dönemindeki ilişkilerde daha fazla çatışma yaşanması, fiziksel saldırganlık, geri çekilme ve olumlu duygulanımda azalma görüldüğü belirlenmiştir (Simon ve Furman, 2010). Ayrıca Li ve arkadaşlarının (2019) yapısal eşitlik modellemesiyle elde ettikleri bulgular, yıkıcı ebeveyn çatışması ile yetişkinlerin romantik ilişki kalitesi arasında iki dolaylı yol bulunduğunu ortaya koymuştur. İlk olarak yıkıcı ebeveyn çatışmasının, erken yetişkinlik döneminde ebeveynlere yönelik bağlanma aracılığıyla romantik ilişki kalitesini dolaylı olarak etkilediği bulunmuştur. İkinci olarak ise bu ilişkinin ebeveynlere olan bağlanma ve kişiler arası güvenlik duygusunun sıralı aracılığıyla romantik ilişki kalitesiyle bağlantılı olduğu belirlenmiştir. Bu bulgular, ebeveynler arası çatışmanın romantik ilişkiler üzerindeki etkilerini anlamada aracı değişkenlerin kritik rolünü vurgulamaktadır.

1.3. Çocukluk Çağı Olumsuz Yaşantılar

Travma, bireyin ölüm tehlikesi, cinsel saldırı, fiziksel yaralanma ya da beden bütünlüğüne zarar verecek herhangi bir olayı kendisinin deneyimlemesi, şahit olması veya bir yakınının deneyiminden haberdar olması ile gelişir (APA, 2022). Çocukluk travması ise çocuğun ihmal ve istismara maruz kalması, ebeveynlerin boşanması, göç, kazalar, ebeveynlerden ayrılma, doğal afet, şiddete tanık olma gibi olumsuz yaşam olayları ile karakterize olmuştur (Herman, 2015). İki travma türü arasındaki en önemli fark, çocukluk çağı travmalarının etkisinin hem daha kalıcı ve uzun süreli olması hem de yetişkinlikte tekrarlanma riskine sahip olmasıdır (Johnson, 2000).

Dünya Sağlık Örgütü (2020) 18 yaş altındaki çocuklara yönelik istismar ve ihmali çocuğa yönelik kötü muamele olarak adlandırır. Çocuğa yönelik kötü muamele, çocuğun yaşamına, gelişimine, sağlığına ve onuruna zarar veren ya da zarar verme potansiyeli olan her türlü duygusal ve/veya fiziksel istismarı, ihmal ya da ihmalkar davranışı, cinsel istismarı veya ticari ya da ticari olmayan sömürüyü içerir. Bu tür çocuğa yönelik kötü muamele, çocukla kurulan ilişkideki güç, güven ve sorumluluk dengesizliği çerçevesinde gerçekleşir (DSÖ, 2020). Çocuğa yönelik kötü muamele literatürde ‘çocukluk dönemi zorlukları’, ‘çocukluk deneyimleri’, ‘olumsuz deneyimler’ ve ‘travmatik deneyimler’ gibi kavramlarla birlikte sık olarak kullanılmıştır (Alhowaymel ve ark., 2022). Ayrıca ‘çocukluk çağı olumsuz yaşantılar (Adverse childhood experience, ACE)’ çocuğa yönelik kötü muamele yerine kullanılan en önde kavramlardandır (Kalmakis ve Chandler, 2014).

Çocukluk çağı olumsuz yaşantılar değişen şiddette olabilir ve genellikle kroniktir (Kalmakis ve Chandler, 2014). Ayrıca bu yaşantılar, zamana, sürece ve kültüre göre değişkenlik gösterdiği için çeşitli tanımlama problemleri mevcuttur. Çalışmalar, genellikle bir tanım yapmak yerine olumsuz çocukluk deneyimleri örnekleri üzerinden ilerler (Alhowaymel ve ark., 2022). Ancak tanım konusunda bir uzlaşma söz konusu olmasa da çocukluk çağı olumsuz yaşantıların yıkıcı etkileri olduğu tartışmasızdır (DSÖ, 2006). Bu doğrultuda olumsuz çocukluk çağı deneyimi, yetişkinlikte çeşitli olumsuz etkilerle kendini gösterebilir. Bireylerin fiziksel sağlık problemleri (obezite, kanser, felç, kalp hastalığı, diyabet gibi), zihinsel sağlık sorunları (depresyon, intihar düşünceleri, duygusal zorluklar) ve davranışsal bozukluklar (sigara, alkol ya da madde bağımlılığı, düşük fiziksel aktivite, iş performansında düşüş, riskli davranışlar) yaşama olasılıklarını artırabilir (Campbell, ve ark., 2016; Hughes ve ark., 2017; Satinsky ve ark., 2021).

Çocuk istismarı, hem Dünya Sağlık Örgütü hem de Birleşmiş Milletler Çocuklara Yardım Fonu (UNICEF) tarafından gittikçe büyüyen toplumsal bir halk sağlığı sorunu olarak görülmektedir (Eyisoğlu ve Erdem, 2023). UNICEF'e göre (2017) küresel çapta yaklaşık olarak her iki çocuktan biri şiddetin herhangi bir formuna maruz kalmaktadır. Spesifik olarak 300 milyona yakın çocuk ebeveynleri ya da bir yakınları tarafından fiziksel agresyon ya da şiddet görmektedir. Benzer şekilde DSÖ (2020)'ye göre dünya genelinde yetişkinlerin %25'i çocukluklarında fiziksel şiddete maruz kaldıklarını belirtmişlerdir. Farklı ülkelerden 224 çalışmayı içeren bir meta-analiz, çocukluk çağı olumsuz yaşantılarının yaygınlık oranlarının fiziksel istismar için %22,6, duygusal istismar için %36,3, cinsel istismar için %12,7, fiziksel ihmal için %16,3 ve psikolojik ihmal için %18,5 olduğunu bulmuştur (Stoltenborgh ve ark., 2015). Küresel oranlara benzer şekilde Türkiye'deki lisans öğrencisi örnekleminde, çocuk istismarı yaygınlığının %30,0 (duygusal ihmal) ile %44,7 (fiziksel ihmal) arasında değiştiği görülmüştür (Ustuner Top ve Cam, 2020). Klinik bir örnekleme yapılan yakın tarihli başka bir çalışmada ise hastaların %45'i 1 ile 3 arasında ve %24,6'sı 4 ve üzeri çocukluk çağı olumsuz yaşantı belirtmiştir. Spesifik olarak fiziksel istismar, duygusal istismar ve duygusal ihmal oranları %38,3 ile %32,8 aralığında değişim gösterirken, cinsel istismar oranı %17,1 olarak raporlanmıştır (Abacı,2022). Dolayısıyla bu istatistikler ve çocuklara yönelik kötü muamelenin olumsuz sonuçları göz önünde bulundurulduğunda bu konuda akademik çalışmalar yapmanın önemi anlaşılmaktadır (Eyisoğlu ve Erdem, 2023).

1.3.1. Çocukluk Çağı Olumsuz Yaşantı Türleri

Fellitti ve arkadaşları (1998) alandaki öncü çalışmalarında çocukluk çağı olumsuz yaşantılarını üç kategoride ve on altı boyuta ayırarak ölçmüşlerdir. İstismar kategorisi, fiziksel, cinsel ve duygusal alt boyutlardan; ihmal kategorisi, fiziksel ve duygusal alt boyutlardan; aile içi zorluklar kategorisi ise şiddete tanık olma, ebeveyn ayrılması ya da boşanması, ailede akıl sağlığı sorunları, ailede bağımlılık ve suçlu aile üyesi alt boyutlarından oluşmaktadır (Fellitti ve ark., 1998). Bu kategoriler pek çok olumsuz yaşantıyı içerse de tam olduğu söylenemez. Nitekim bu çalışma beyaz ve eğitimli kişilerle yapılmıştır. Örneğin yoksulluk, akran zorbalığı ve toplumsal yoksunluk gibi kronik olumsuzluklar göz ardı edilmiştir (Boullier ve Blair, 2018). Bu doğrultuda Şar ve ark.(2020), yaptıkları ölçek uyarlaması çalışmasında aşırı koruma ve kontrolün Türk kültüründe görülen bir olumsuz çocukluk deneyimi boyutu olduğunu bulmuşlardır.

1.3.1.1.Fiziksel İstismar

Fiziksel istismar, çocuğa zarar verme niyetiyle kasti olarak fiziksel güç uygulanmasıdır. Uygulanan güç çocuğun yaşamına, sağlığına, gelişimine ve onura zarar verir ya da verme ihtimali çok yüksektir. (DSÖ, 2006). Fiziksel istismar, vurma, dövme, yumruk ve tokat atma, zehirlleme, boğma ya da yakma gibi pek çok farklı şiddet yolu ile uygulanabilir (Felitti ve ark., 1998). Genellikle fiziksel istismar aile içinde çocuğa bir obje ile vurmayı içerir ve çocuğa ceza verme amacıyla kullanılır (DSÖ, 2006). Ebeveynlerin tutumları, yaşları, sosyoekonomik düzeyleri, eğitim durumları gibi çeşitli çevresel faktörler fiziksel istismarla ilişki bulunmuştur (T.C. Aile ve Sosyal Hizmetler Bakanlığı, 2018). Bununla birlikte fiziksel istismara maruz kalan çocuklarda davranış problemleri, korkular, tuvalet problemleri, konuşma bozuklukları, doku zedelenmeleri, ödem ve yara izleri görülebilir ve hatta fiziksel istismar bazı ciddi vakalarda ölümle sonuçlanabilir (Bilir ve ark., 1991). Fiziksel istismar, utanç, suçluluk ve öfke hislerini beraberinde getirir (T.C. Aile ve Sosyal Hizmetler Bakanlığı, 2010). Ayrıca fiziksel istismarın uzun süreli etkileri olabilir. Nitekim yetişkinlikte fiziksel rahatsızlıklar, depresyon, anksiyete ve agresif davranışlar çocukluk fiziksel istismarı ile ilişkili bulunmuştur. (Springer ve ark., 2007).

1.3.1.2.Cinsel İstismar

Cinsel istismar, çocuğun herhangi bir rıza göstermeye yetkinliğinin olmadığı durumlarda toplumun ve hukukun kurallarını çiğneyerek yapılan çocuğun dahil edildiği herhangi bir cinsel aktiviteyi içerir. Dolayısıyla çocuk gelişimsel olarak cinsel ilişkiye hazır değildir ve cinsel istismarı anlamlandırması mümkün değildir (DSÖ,2006). Felitti ve ark. (1998) cinsel istismarın çocuktan beş yaş büyük bir akrabasının, aile dostunun ya da yabancının cinsel amaçla çocuğun vücuduna dokunmayı, okşamayı ya da kendi vücuduna dokunmaya çocuğu zorlamayı içerdiğini belirtir. Cinsel istismar, yetişkinler ya da gelişimsel olarak belirli bir noktada olan çocuklar tarafından uygulanabilir. İstismarcı güç, sorumluluk ve güven açısından kurbandan üst bir konumdadır (DSÖ,2006). Aktepe (2009)'nin çocukluk çağı cinsel istismarına yönelik yaptığı derleme çalışmasına göre kızlar erkeklere göre daha sık cinsel istismara maruz kalırken istismarcılar genellikle erkeklerdir. Ayrıca cinsel istismar vakaları genellikle utanç ve suçluluk duygusu ile gizlenirken açığa çıkması için fiziksel istismarın eşlik etmesi gerekir. Bununla birlikte cinsel istismar, hem çocuklukta hem de yetişkinlikte depresyon, travma sonrası stres bozukluğu, madde kötüye kullanımı, intihar eğilimi gibi çeşitli psikolojik problemlerle ilişkilidir (Hornor, 2010).

1.3.1.3. Duygusal ve Psikolojik İstismar

Hareket kısıtlaması, küçümseme, suçlama, tehdit etme, korkutma, ayrımcılık yapma, alay etme gibi tutumların yanı sıra fiziksel olmayan reddedici veya düşmanca muameleler duygusal istismar olarak adlandırılır (Felitti ve ark., 1998). Psikolojik ve duygusal istismar, yalnızca tekil vakalarla sınırlı kalmaz. Ebeveyn ya da bakım verenin, zaman içinde çocuğa uygun bir gelişimsel ve destekleyici ortam sağlamadaki sürekli başarısızlıklarını kapsar. Bu tür eylemler, çocuğun fiziksel ve zihinsel sağlığını, ruhsal, ahlaki ve sosyal gelişimini olumsuz etkileyebilir (DSÖ, 2006). Duygusal istismar, kendi başına var olabileceği gibi fiziksel ve cinsel istismar ile birlikte de bulunabilir veya diğer istismar türlerinin bir sonucu olabilir (Hornor, 2012). Duygusal istismar, tanımlanması ve fark edilmesi ile ilgili sorunlar nedeniyle diğer istismar türlerinden daha az toplumda dikkat çekmektedir. Ayrıca etkilerinin diğer istismar türlerine kıyasla daha az ciddi olduğu yönünde yanlış bir algı vardır (Egeland, 2009). Nitekim duygusal istismar en yaygın görülen istismar türü olmasına rağmen daha az rapor edilmiş ve çalışılmıştır (Barnet ve ark., 2005).

1.3.1.4. İhmal

İhmal, kendi içinde fiziksel ve duygusal olarak ikiye ayrılır (Felitti ve ark., 1998). Aile üyelerinin çocuğun biyolojik ve tıbbi ihtiyaçlarını karşılamakta yetersiz kalmaları ve çocuğu fiziksel zararlardan ve şiddete maruz kalmaktan koruyamaması fiziksel ihmal olarak adlandırılır. Fiziksel olarak ihmal edilmiş çocukların yeterli yemek ve temiz kıyafetlere ulaşımı olmayabilir. Hastalandıklarında onları doktora götürecek bir ebeveyn bulamayabilirler. Ebeveynlerin çocuklarına gerekli bakımı vermeme nedenlerinden biri aşırı alkol ve madde etkisi altında olmaları olabilir (Boullier ve Blair, 2018). Kısacası fiziksel ihmal çocuğun temel ihtiyaçlarının karşılanmasında ve güvenliğinin sağlanmasındaki hatalardır. Duygusal ihmal ise aile üyelerinin çocuğun ihtiyacı olan sevgiyi ve ilgiyi karşılayamaması ve çocuğun temel bağlanma ihtiyacından mahrum kalmasıdır (Bernstein ve ark., 1994, 2003). Ayrıca çocuklukta duygusal olarak ihmal edilmek ilerleyen yaşlarda depresyon geliştirme ihtimalini artırmaktadır (Glickman ve ark., 2021)

1.3.2. Çocukluk Çağı Olumsuz Yaşantılar ve Romantik İlişkiler

Tzouvara ve ark. (2023) kapsamlı derleme çalışmalarında çocuk istismarı geçmişinin yetişkinlikte depresyon, bipolar bozukluk, PTSD, intihar ve madde bağımlılığı gibi çeşitli

psikopatolojilerin yanı sıra kişilerarası zorluklar ve yalnızlık için bir risk faktörü olabileceği sonucuna varmıştır. Ayrıca çocukluk döneminde aile içi şiddete maruz kalan kişilerin anlatıları, çatışma çözümü, destek arama ve alma ve daha sağlıklı sınırlar oluşturma konusunda zorluk yaşadıklarını ortaya koymuştur (Lünnemann ve ark., 2023) Dolayısıyla travmalar ilişki sisteminin dışında ve ilişki deneyiminden çok önce yaşanmış olsa bile güncel ilişkilerin işleyişine etki edebilir (Alexander ve ark., 1998; O'Connor ve Elklit, 2008). Diğer bir deyişle travmaya maruz kalmak, kişilerin fiziksel ve duygusal güvenliklerine zarar verdiği için genel içsel işleyen bağlanma modelleri ve spesifik bağlanma davranışları olumsuz etkilenebilir (Goff ve Smith, 2005). Bu doğrultuda Cossette-Côté ve arkadaşları (2023) romantik ilişkilerdeki kaçınan bağlanmanın, çocuklukta kötü muamele ile psikolojik dayanıklılık arasındaki ilişkide aracı bir değişken olduğunu bulmuşlardır. Ayrıca çocuklukta kötü muameleye maruz kalmanın psikolojik semptomlarla ilişkisinde ise kaygılı bağlanmanın etkili olduğu belirtilmiştir.

Nitekim olumsuz çocukluk deneyimleri yetişkin romantik ilişkileri üzerinde süregelen ve olumsuz etkilere sahip olabilir (Cao ve ark., 2022; Whisman, 2014). Özellikle çocukluk travması yetişkinlikte bağlanma güvensizliğine yol açabilir. Bireyler terk edilme konusunda kaygı veya yakınlık korkusu hissedebilirler (Godbout ve ark., 2009; Godbout ve ark., 2017). Son zamanlarda yapılan bir çalışmada, insanlar bağlanma kaçınmasında yüksek olduğunda, kümülatif çocukluk travmasının daha düşük ilişki memnuniyetine yol açabileceği ortaya konulmuştur (Bauman ve ark., 2024). Benzer şekilde bağlanma güvenliğinin çocukluk çağı kötü muamelesi ile romantik ilişki memnuniyeti arasındaki ilişkiye aracılık ettiği görülmüştür (Quen ve ark., 2025). Nitekim Türkiye örnekleminde yapılan bir çalışmada çocukluk çağı olumsuz yaşantı deneyimi olan kişilerin ilişkilerinden daha az doyum aldıkları ve çift olarak stresle başa çıkmada iyi olmadıkları belirtilmiştir (Eyisoylu ve Erdem, 2023). Türkiye'nin doğu bölgesinde yapılan çocukluk dönemi olumsuz yaşantılar ile ilişki doyumu ve evlilik beklentisi arasındaki ilişkiyi inceleyen başka bir çalışmada ise kadın, ebeveynleri boşanmış ve ebeveyni ilgisiz olan katılımcıların daha fazla olumsuz yaşantı belirttiği görülmüştür. Özellikle duygusal istismar ve fiziksel istismarın romantik ilişki doyumunu olumsuz yönde etkilediği ancak fiziksel istismarda bu etkinin daha düşük olduğu belirtilmiştir (Özcan ve Hamamcı, 2023). Benzer şekilde düşük gelirli bölgelerde yaşayan 414 yeni evli çift üzerinde yapılan bir çalışmada çocuklukta kötü muamele görmenin ilişki memnuniyetini azalttığı ve zamanla bu memnuniyetsizliğin arttığı bulunmuştur. Partnerlerin özellikleri veya davranışları bu etkiyi değiştirmedeği belirtilmiştir. Araştırmacılar, çocuklukta yaşanan kötü muamelenin ilişki memnuniyeti üzerinde kalıcı bir etki yaptığı sonucuna varmıştır (Nguyen ve ark., 2017).

Diğer bir taraftan olumsuz çocukluk çağı yaşantıları ile ilişki sonuçları arasında çeşitli değişkenler aracılık edebilir. Bradbury ve Shaffer (2012) duygu düzenlemedeki zorlukların duygusal istismar ile ilişki doyumunu arasındaki ilişkide aracılık ettiğini göstermiştir. Spesifik olarak duygusal tepkileri kabul etme, dürtüsel tepkileri kontrol etme ve duygusal netlik konusunda sıkıntı yaşayan olumsuz çocukluk çağı yaşantısı olan kişilerin ilişki doyumları düşüktür. Benzer şekilde duygulardan korkma ve duyguları tanıma olumsuz çocukluk deneyimleri ve hem ilişkisel hem de cinsel problemler arasındaki ilişkiye aracılık etmektedir (McNeil ve Rehman, 2023). Ancak olumsuz çocukluk deneyimlerinin bağlanma güvensizliği ile olan ilişkisindeki aracı mekanizmalar için daha fazla araştırmaya ihtiyaç duyulmaktadır.

1.4.Psikolojik Esneklik

Yeni kuşak bilişsel davranışçı terapiler psikopatoloji ve tanısal sınıflama yerine işlevselliğe, insanların çevreleriyle etkileşimine, bilişsel farkındalığa ve duygu, düşünce ve imajlar gibi içsel yaşantıların değiştirmeye çalışmadan kabulüne odaklanırlar (Hoffman ve Hayes, 2019). Kabul Kararlılık Terapisi (Acceptance and Commitment Therapy, ACT) üçüncü dalga bilişsel davranışçı terapiler arasında yaygınlık ve bilimsel kanıt açısından en önde gelen yaklaşımlardan biridir (Hayes ve ark., 2006). ACT, aynı zamanda İngilizcede ‘harekete geçmek’ fiiline karşılık gelir ve bu durum ekolün davranışçı yönünün baskın olması ile uyumludur (Harris, 2022). Türkçede de ‘akt’ şeklinde okunur ve orjinal kısaltması olan ACT ile bilinir (Yavuz, 2015).

Geleneksel Bilişsel Davranışçı Modele göre bireylerin biliş ve inançlarındaki bozulmaları psikolojik sıkıntıya yol açar ve terapide bilişsel yeniden yapılandırma, davranış deneyi gibi yöntemlerle bireylerin bilgi işleme süreçleri yeniden işlevsel hale getirilir (Beck, 2011). Bununla birlikte Kabul Kararlılık Terapisi temelde semptomlara odaklanmaz ve içsel deneyimleri değiştirmeye, azaltmaya ve şiddetini düşürmeye çalışmaz. ACT kişinin ana olan farkındalığını yükselterek değerleri doğrultusunda eylemlerde bulunma alışkanlığı kazandırmayı amaçlar. (Hayes ve ark., 2012). Dolayısıyla geleneksel BDT ve ACT birbirlerinden hem müdahale yöntemleri hem de felsefi yaklaşım açısından farklılaşır (Hayes ve Hoffman, 2019; Yavuz, 2015). Kabul Kararlılık Terapisi felsefi kökenini işlevsel bağlamsalcılıktan alır. Bu yaklaşım doğrultusunda, ACT psikolojik tepkilerin ortaya çıkışını kişilerin öğrenme öyküleri ile durumsal faktörlerin kesişimine bağlar. Nitekim çevre ve davranış birbirinden bağımsız değildir, aksine birbirlerini tamamlarlar. İşlevsel bağlamsalcılık, bir davranışın öngörülmesi ve değiştirilmesinin davranışın bağlamın, neye hizmet ettiğinin ve

öncüllerinin iyi anlaşılması ile mümkün olduğunu varsayar (Hayes ve ark., 2012). Kısacası ACT’de davranışların kaynağı içsel süreçlerden daha çok manipüle edilebilen dış çevresel faktörlerdir (Hayes, 1995) Örneğin kabuldeki bireysel farklılıklar, kişilerin zihinsel süreçlerinde değil davranışsal kalıplarında gözlemlenebilir. Dolayısıyla psikolojik sıkıntıların kaynağı düşük kabulün kendisinden ziyade düşük kabul davranışını ortaya çıkaran çevresel faktörlerdir (Ciarrochi ve ark., 2010).

1.4.1.Psikolojik Esneklik: ACT’in Altı Temel Terapötik Süreci

Kabul Kararlılık Terapisinin temel değişim mekanizması altı alt boyuttan oluşan psikolojik esnekliktir. Diğer bir deyişle terapi sürecinde temel amaç psikolojik esnekliği artırmaktır (Hayes ve ark., 2006). Psikolojik esneklik kişilerin bulundukları an ile bilinçli bir temas halindeyken değerleri doğrultusunda hareket edebilme yeteneğidir. Dolayısıyla danışanların yaşantısal kaçınma için harcadıkları enerji, değer verilen aktiviteye yöneltilir ve kişiler olumsuz içsel yaşantıların varlığına rağmen işlevsel şekilde davranmaya devam edebilir (Hayes ve ark., 1999).

Psikolojik esnekliğin azlığı kişiyi psikolojik katılığa yönlendirebilir. Psikolojik katılık, yoğun bir yaşantısal kaçınma, içinde bulunduğu anla teması kaybetme ve değerler doğrultusunda davranışlar sergilemekte zorlanma ile karakterize olmuştur (Hayes ve ark., 1999). Kişilerin kasıtlı bir şekilde duygu, düşünce, anı ve bedensel duyular gibi öznel deneyimlerinin sıklığını ve şeklini değiştirmeye çalışması yaşantısal kaçınma olarak adlandırılır ve bu durum psikolojik katılığın temelinde yer alır. (Hayes, 2004). Dolayısıyla sıkıntı veren ve hoşlanılmayan deneyimlerden kurtulmak ve kaçınmak için kişiler fiziksel, duygusal ve psikolojik iyi oluşlarına zarar verecek davranışlara yönelebilir. Aşırı alkol tüketimi ve belirli sosyal ortamlardan kaçınma bu davranışlara örnektir. Ancak bu davranışlar tam tersi sonuçlara yol açar. İçsel olumsuz deneyimleri kontrol çabası bunların sıklığının ve şiddetinin artmasına ve hatta psikopatolojiye yol açabilir (Hayes ve ark., 2004 ; Hayes ve ark., 1999).

ACT’in terapötik sürecinde temel alınan esnek altıgen kabul, anla esnek temas, bağlamsal benlik, ayrışma, değerler ve kararlı eylemler boyutlarını içerir. (Hayes ve ark., 2006; Ciarrochi ve ark., 2010). Psikolojik katılık altıgenin de ise kabulün yerini yaşantısal kaçınma, anla temasın yerini an ile temasın kaybolması, bağlamsal benliğin yerini kavramsal benlik, ayrışmanın yerini birleşme ve değer odaklı kararlı eylemlerin yerini eylemsizlik ve dürtüsellik alır (Hayes ve ark., 2012).

1.4.1.1.Kabul

Kabul, insanların kişisel tarihinde yer alan ve onlara psikolojik açıdan zarar veren olayların anılarının, diğer içsel yaşantılarının (düşünce, imge, duygu, dürtü ve bedensel duyumları) sıklığını ve formunu değiştirmeye çalışmadan var olduğu gibi kalmasına izin vermesi olarak tanımlanabilir. Bu süreç kişinin aktifliği ve farkındalığı ile mümkündür (Hayes ve ark., 2006; Hayes ve ark., 2012). Nitekim Harris (2022) kabulün yaşam koşullarını ve zorlukların pasif bir şekilde kabul edilmesi anlamına gelmediğini vurgular. Ayrıca kabul kişinin tüm meşguliyetini bırakarak anıların her detayını hatırlamaya çalışması ve kendi kendi engellemesi değildir (Hayes ve ark., 2012). Diğer bir taraftan terapide kabulün sağlanması başlıca hedef olarak görülmez. Kabul, bir amaçtan ziyade kişinin değerleri uğrunda davranabilmesini kolaylaştırıcı bir methoddur (Hayes ve ark., 2006). Tedavi sürecinde kişilerin kaçındıkları ve kontrol etmeye çalıştıkları içsel deneyimler tespit edilerek onlara yönelik kabul çalışmaları yapılır. Bu süreç boyunca kişilerin değer odaklı davranışlarını takip etmesi kolaylaşır (Ciarrochi ve ark., 2010).

1.4.1.2.Ayrışma

Düşüncelerin içinde kaybolmak yerine ‘bir adım geriye çekilmek’ ve düşünceleri oldukları gibi görmek bilişsel ayrışma olarak adlandırılır (Harris, 2022). Diğer bir deyişle ACT düşüncelerin sıklığını ya da içeriğini değiştirmek yerine danışanların düşüncelerle kurdukları ilişkilere ve olumsuz düşünceler geldiğinde nasıl davrandıklarına odaklanır. Dolayısıyla seanslarda düşüncelerin işlevsiz olduğu durumlar yaratılarak düşünceye olan inanç ve bağlılık azaltılmaya çalışılır (Hayes ve ark., 2006). Ayrışma egzersizleri, kişilerin düşüncelerini gözlemesini sağlayarak onların gelip geçen bir karakterde olduğunun ve düşüncelerin gerçeğin kendisi olmadığını farkındalığını yaratır (Ciarrochi ve ark., 2010). Örneğin ‘Yeterince iyi değilim.’ düşüncesine sahip bir kişiye onun sadece sözcüklerden ibaret olduğu anlaşılan kadar bu düşüncesi devamlı ve sesli bir şekilde tekrarlatılır. Benzer şekilde bu düşünceye dıştan gözlemlenebilir bir obje gibi davranılarak şekli, boyutu ve rengi gibi özellikleri tarif ettirilir. Sonuçta bu kişi ‘Yeterince iyi olmadığımı dair bir düşüncem var.’ şeklinde düşünceyi dışsallaştırır (Hayes ve ark., 2006).

1.4.1.3.Şimdiki Anla Temas

Şimdiki anla temas, psikolojik esnekliğin genelde bilinçli farkındalık (mindfulness) ile eş görülen boyutudur (Ciarrochi ve ark., 2010). Bu boyut odağını daraltma, genişletme, sürdürme ya da değiştirme seçeneklerinden bağlama göre işlevsel olana yönelerek kişinin anla esnek bir şekilde temas etmesini tarif eder (Harris, 2022). Şimdiki anla temas, hem içsel deneyimlerimizin bilinçli bir şekilde farkında olmayı hem de fiziksel dünyada olanlara açık olmayı içerir (Ciarrochi ve ark., 2010; Harris, 2022). Anla yargılayıcı olmayan temas, kişilerin ihtiyaçları ve istekleri hakkında içgörülerinin artmasına ve bulundukları bağlamda değerlerine yönelmesine yardımcı olur (Hayes ve ark., 2006). Hayes ve arkadaşları (1999) şimdiki anla temasın yaratıcılık, spontanlık, canlılık ve ilgililik gibi özellikleri olduğunu belirtmiştir.

1.4.1.4.Bağlamsal Benlik

ACT'e göre zihnin düşünen ve gözlemleyen iki ayrı ögesi vardır. Düşünen zihin, düşünce, yargı, anı ve plan gibi zihinsel bileşenleri üretirken gözlemleyen zihin herhangi bir anda ne düşündüğümüzün, ne hissettiğimizin ve duyularımızın farkında olur (Harris, 2022). Dolayısıyla gözlemleyen zihnin karşılığı olan bağlamsal benlik, kişinin deneyimlenen 'ben'ine bir perspektif alarak kim olduğuna dair etiketlerden ve öz değerlendirmelerden bağımsız bir bakış açısı geliştirmesidir. Örneğin kişi 'Ben sıkıldım.', 'Ben işe yaramaz biriyim' ve 'Ben bir babayım' benzeri kendine dair pek çok değerlendirme yapabilir (Ciarrochi ve ark., 2010). Nitekim bu öz değerlendirmeler, gelip geçici iken bunların farkında olan gözlemleyen 'Ben' kalıcı ve süregendir (Hayes ve ark., 1999). Dolayısıyla bağlamsal benlik, kişinin deneyimlerine bağlanmadan farkında olmasını sağlayarak ayrışma ve kabulü destekler (Hayes ve ark., 2006).

1.4.1.5.Değerler

Değerler, kişilere bu hayatta kariyer, maneviyat, aile gibi pek çok farklı alanda gitmek istedikleri yön ve davranışlarına rehberlik eden kaynak olarak tanımlanabilir (Hayes ve ark., 2006). Diğer bir deyişle fiziksel ve duygusal eylemlerin devamlı olması istenilen nitelikleridir. (Harris, 2022). Değerler, ulaşılan ya da elde edilen bir şey değildir (Hayes ve ark., 1999). Bu yönüyle hedeflerden ayrılır. Hedefler, değerler eşliğinde oluşturulan ulaşılması hedeflenen somut adımlardır (Ciarrochi ve ark., 2010). Diğer bir taraftan yaşantısal kaçınma ve bilişsel birleşmeye meyilli olan insanlar genellikle değerleri ile uyumsuz davranışlar sergilerler (Hayes

ve ark., 2006). Örneğin bir kişi ilişkilerinde sosyal desteğe değer vermesine rağmen yakınlık kurmaktan korktuğu için ilişkilerinde yıkıcı davranışlar gösterebilir (Ciarrochi ve ark., 2010).

1.4.1.6.Kararlı Eylemler

Kişilerin değer odaklı davranması kolay ve kesintisiz olmaz. Zorlayıcı duygu ve düşünceler, engeller olarak karşılına çıkabilir (Ciarrochi ve ark., 2010). Nitekim ACT, acı veren içsel deneyimlere rağmen danışanlara değer odaklı hem fiziksel hem de psikolojik eylemlerini sürdürebilmesi için beceri kazandırmayı hedefler. Bu doğrultuda hedef planlama, davranış aktivasyonu, maruz bırakma, problem çözme, krizle başa çıkabilme, kendini ifade edebilme gibi pek çok tekniği kullanır (Harris, 2022; Hayes ve ark., 2006).

1.4.2. Psikolojik Esnekliğin Alternatif Kavramsallaştırması

Alternatif olarak, Kashdan ve Rottenberg (2010) psikolojik esnekliği, bir kişinin anlamlı bir hedefe ulaşmak için “(1) değişken durumsal taleplere uyum sağlaması, (2) zihinsel kaynaklarını yeniden düzenlemesi, (3) bakış açısını değiştirmesi ve (4) birbirleri ile rekabet eden arzular, ihtiyaçlar ve yaşam alanları arasında denge kurması” şeklinde dinamik bir süreç olarak tanımlamışlardır. Bu doğrultuda psikolojik esnekliği ölçmenin yeni bir yolunu sunmuşlardır. Öncelikle, mevcut psikolojik esneklik ve duygu düzenleme literatürünü sentezleyerek üç ayrı boyut belirlemişlerdir: kabul, kaçınma ve faydalanma (harnessing). Bireylerin psikolojik esneklik düzeyleri ile ilişkili olarak sıkıntıyla başa çıkma mekanizmalarının farklılık gösterdiğini belirtmişlerdir. Nitekim bazı kişiler aktif ve sağlıklı stratejiler (kabul) kullanırken, diğerleri pasif ve sağlıksız stratejiler (kaçınma) kullanır. Ayrıca insanlar, değer verdikleri hedeflere ulaşmak için olumsuz duyguları harekete geçirici bir araç olarak da kullanabilirler (faydalanma) (Kashdan ve ark., 2020).

1.4.3.Psikolojik Esnekliğin Aracı Rolü

Psikolojik esneklik, bireyin farklı bağlamlardaki ihtiyaçları tanıyabilmesini, kişisel ya da sosyal işlevselliği olumsuz etkilendiğinde düşünce ve davranışlarını uyarlayabilmesini ve kişiler arası ilişkilerde temel değerleriyle uyumlu davranışlar sergileyebilmesini içeren çeşitli kişiler arası becerileri kapsar (Kashdan ve Rottenberg, 2010). Bununla tutarlı olarak psikolojik esneklik romantik ilişki kalitesi ile ilişkili bulunmuştur (Twiselton ve ark., 2020). Bu doğrultuda kişilerin ilişkilerinde stresle karşılaştıklarında adaptif davranışa yönelerek sağlıklı etkileşimi sürdürmeleri psikolojik esneklik aracılığıyla gerçekleşebilir. Diğer bir taraftan stessli

olaylara karşı psikolojik katılık biçiminde verilen tepkiler, romantik ilişkideki çatışmaları muhtemelen artırarak günlük stresin ilişki üzerindeki etkisini yoğunlaştırabilir. Bu durum da kişiler arası ilişkilerin kalitesini düşebilir (Daks ve Rogge, 2020). Benzer şekilde romantik ilişkilerde hem bağlanma kaçınması hem de bağlanma kaygısı kişilerin psikolojik esneklikleri ile negatif yönde anlamlı düzeyde ilişkili bulunmuştur. Ayrıca güvensiz bağlanma tutumları ile psikolojik iyi oluş arasındaki ilişkiye psikolojik esneklik aracılık etmektedir (Calvo ve ark., 2022). Nitekim randomize kontrollü bir çalışmada bilinçli farkındalık ve kabul odaklı tedavi yaklaşımının romantik ilişkilerde terk edilme kaygısını ve yakınlıktan kaçınmayı azalttığı ve psikolojik esnekliği artırdığı ortaya konulmuştur. Ayrıca ön test-son test arasında elde edilen anlamlı fark takip çalışmalarında da sürdürülmüştür (Rosales-Villacrés ve ark., 2021). Benzer şekilde Multipl skleroz (MS) ile başa çıkan çiftlerde bilinçli farkındalık ve kabullenmenin uyum üzerindeki rolleri incelenmiştir. Kabul düzeyi yüksek olan hastalarda hastalık uyumu, yaşam doyumu, pozitif duygulanım ve ilişki doyumu daha yüksek olurken depresyon ve kaygı düzeyleri daha düşüktür. Hastaların kabul ve romantik ilişki doyumu arasındaki ilişki MS durumlarına göre değişkenlik göstermektedir. Bununla birlikte bilinçli farkındalık düzeyi yüksek olan hastalarda da depresyon ve kaygı puanları daha düşüktür, ancak diğer alanlarda anlamlı bir fark görülmemiştir. Diğer bir taraftan partnerlerinin kabul düzeyleri de hastaların daha çok ilişki doyumu ve daha düşük depresyon düzeyi ile ilişkili olduğu bulunmuştur (Pakenham ve Samios, 2013). Başka bir çalışmada ise cinsel istismara maruz kalmış kişilerin kendi ilişkilerinde cinsel istismar uygulamaya yönelmelerini engellemede psikolojik esnekliğin koruyucu bir faktör olduğunu bulunmuştur (Grom ve ark., 2019).

Romantik ilişkiler ve aile dinamiklerinin psikolojik esneklik ile ilişkisine dair yapılan bir meta analiz çalışmasında ebeveynlerin psikolojik esneklikleri arttıkça aile içi uyumun da arttığı ve daha az aile içi çatışma yaşandığı belirtilmiştir. Ayrıca bir ebeveyn olarak genellikle şimdiki anla temasın eksikliği ve zorlu deneyimlere esnek olmayan, katı ve kaçınmacı bir şekilde yanıt vermenin aile bağlarını zayıflatabileceği gösterilmiştir (Daks ve Rogge, 2020). Bununla birlikte yetişkinlerin çeşitli psikolojik esneklik becerilerinin genç yaşta öğrenebileceği söylenebilir. 685 anne-ergen çiftini kapsayan bir çalışmanın sonuçları, ebeveynin psikolojik esnekliği ile ergenlik çağındaki gençlerin psikolojik esneklikleri arasında kesitsel bağlantılar ortaya koymuştur (Moreira ve Canavarro, 2018). Benzer şekilde Avustralya'da 749 okul çağındaki öğrenci örnekleminde, ebeveynlik tarzları ile lise döneminde psikolojik esneklik gelişimi arasında ileriye dönük bağlantılar bulunmuştur (Williams ve ark., 2012). Nitekim nesiller arasındaki ilişkiyi gösteren bu bulgular, erken çocukluk ortamının, insanların zorlayıcı duygu, düşünce ve deneyimleri esnek ya da katı bir şekilde nasıl yönteceklerini öğrendikleri bir

ortam olduğunu belirtir. Ebeveynlerinin esnek olmayan tepkileri ve ortaya çıkan çatışmaları, gözlemleyen çocuklar için yetişkin yakın ilişkilerinde uyumsuz davranış kalıplarına yol açabilir (Daks ve Rogge, 2020). Bu doğrultuda bu tez çalışmasında psikolojik esnekliğin ebeveynler arası çatışma ve yetişkin güvensiz bağlanma arasındaki ilişkide aracı rol oynadığı hipotez olarak öne sürülmüştür. Daha önce ebeveynler arası çatışma ve romantik ilişki sonuçları arasındaki ilişkide farklı değişkenlerin aracı olduğu çalışmalar yapılmıştır (Cui ve ark., 2008; Li ve ark., 2019; Sağkal ve Özdemir, 2019; Simon ve Furman, 2010). Ancak bildiğimiz kadarıyla iki değişken arasında psikolojik esnekliğin aracı değişken olarak ele alındığı bir çalışma bulunmamaktadır.

Son olarak psikolojik esneklik, çocukluk istismarı ve çeşitli psikolojik sorunlar arasındaki ilişkideki bağlantı yollarından biri olabilir. Örneğin psikolojik esnekliğin, çocukluk çağı olumsuz yaşantılar ve depresyon ile PTSD semptomları arasındaki ilişkiye kısmen aracılık ettiği görülmüştür. Ancak olumsuz yaşantıların sayısı dahil edildiğinde bu etkinin görülmediği belirtilmiştir. (Richardson ve Jost, 2019). Benzer şekilde çocukluk çağı olumsuz yaşantıları ile çeşitli psikolojik değişkenlerin ilişkilerinde psikolojik katılığın aracı rol üstlendiği yakın tarihli bir çalışmada ortaya konmuştur. Spesifik olarak olumsuz çocukluk deneyimi yaşayan kişilerde psikolojik katılık düzeyi daha yüksektir ve bu da daha çok duygusal sıkıntı deneyimi ile ilişkilidir. Ayrıca psikolojik katılık ve duygular hakkındaki olumsuz inançlar, çocukluk istismar yaşantısı ile depresyon, anksiyete ve stres puanları arasındaki ilişkiye aracılık etmektedir (Taşören, 2022). Bununla birlikte psikolojik katılığın çocuklukta yaşanan cinsel istismar deneyimi ile yetişkinlikteki psikolojik sıkıntılar arasındaki ilişkiye aracılık ettiği bulunmuştur. Bu çalışmaların önemi, cinsel istismarın yetişkin yaşamında sıkıntıya yol açmasının kişinin yaşantısal kaçınma davranışını sürdürmesiyle ilişkili olduğunu göstermesidir (Reddy ve ark., 2006; Marx ve Sloan, 2002). Bir tez çalışmasında kadın üniversite öğrencileri örnekleminde, çocukluk çağı istismarının yetişkinlikteki romantik ilişki kalitesi üzerindeki etkisinde psikolojik esnekliğin potansiyel aracı rolü incelenmiştir. Genel çocukluk çağı istismarı/ihmali ile yetişkinlikteki ilişki kalitesi arasında bir yordayıcı ilişki bulunmasa da, psikolojik esnekliğin bu ilişkiye anlamlı bir şekilde aracılık ettiği tespit edilmiştir (Terry, 2018). Bu doğrultuda bu tez çalışmasında da psikolojik esnekliğin çocukluk çağı olumsuz yaşantılar ve yetişkin güvensiz bağlanma düzeyi arasındaki ilişkide aracı rol oynadığı hipotez olarak öne sürülmüştür.

1.5.Araştırmanın Amacı, Önemi ve Hipotezleri

Bu araştırmanın amacı, çocukluk çağı olumsuz yaşantılarının ve algılanan ebeveyn çatışmasının yetişkin güvensiz bağlanma düzeyi üzerindeki etkisinde psikolojik esnekliğin aracı rolünü incelemektir. Çalışmada çocukluk çağı olumsuz yaşantılar; duygusal istismar, fiziksel istismar, cinsel istismar, fiziksel ihmal, duygusal ihmal, ve aşırı koruma-kontrol olmak üzere altı boyutla ele alınacaktır. Algılanan ebeveyn çatışması, çatışmanın özellikleri olarak sıklık, yoğunluk ve çözümlenme boyutları ile değerlendirilecektir. Ayrıca yetişkin güvensiz bağlanma düzeyi, kaygılı ve kaçınmacı olarak iki boyutta değerlendirilirken psikolojik esneklik ise kabul, kaçınma ve faydalanma(harnessing) olarak üç boyut olarak ele alınacaktır.

Alanyazındaki bulgular, çocukluk çağı olumsuz yaşantıları ile ebeveynler arası çatışmanın çeşitli romantik ilişki değişkenleriyle ilişkili olduğunu ortaya koymaktadır. Bu tür olumsuz deneyimlerin yaygınlığı ve yıkıcı etkileri dikkate alındığında, bu ilişkilerde rol oynayan aracı mekanizmaların incelenmesi büyük önem taşımaktadır (Eyisoğlu ve Erdem, 2023; Singh ve Thomas, 2022). Ancak, mevcut bilgilerimize göre, bugüne dek söz konusu olumsuz çocukluk deneyimleri ile güvensiz bağlanma düzeyi arasındaki ilişkide psikolojik esnekliğin aracı rolünü ele alan bir çalışmaya rastlanmamıştır. Bu çalışmanın literatüre katkısı çocukluk çağı olumsuz yaşantılarının ve ebeveynler çatışmasının yetişkin güvensiz bağlanma düzeyi üzerindeki etkisini anlamak adına psikolojik esnekliğin rolünü incelemesidir. Böylece psikolojik esnekliğin ve bileşenlerinin sağladığı olumlu faydalara odaklanan yeni çalışmalara kaynaklık etmiş olmayı hedeflemektedir. Ayrıca klinik uygulamada da psikolojik esnekliğin artırılmasına yönelik müdahalelere bilimsel bir dayanak sağlayabilir.

Alanyazından yola çıkılarak öne sürülen araştırma hipotezleri şu şekildedir:

1. Çocukluk çağı olumsuz yaşantılar yetişkin güvensiz bağlanma düzeyini yordamaktadır. Buna göre; çocukluk çağı olumsuz yaşantılar arttıkça romantik ilişkideki kaygı ve kaçınma tutumları da artar.

2. Algılanan ebeveyn çatışması yetişkin güvensiz bağlanma düzeyini yordamaktadır. Buna göre; algılanan ebeveyn çatışması arttıkça romantik ilişkideki kaygı ve kaçınma tutumları da artar.

3. Çocukluk çağı olumsuz yaşantılar psikolojik esneklik düzeyini yordamaktadır. Buna göre; çocukluk çağı olumsuz yaşantılar arttıkça psikolojik esneklik düzeyi azalır.

4. Algılanan ebeveynler arası çatışma psikolojik esneklik düzeyini yordamaktadır. Buna göre; algılanan ebeveynler arası çatışma arttıkça psikolojik esneklik düzeyi azalır.

5. Psikolojik esneklik düzeyi yetişkin güvensiz bağlanma düzeyini yordamaktadır. Buna göre psikolojik esneklik artıkça romantik ilişkideki kaygı ve kaçınma tutumları azalır.

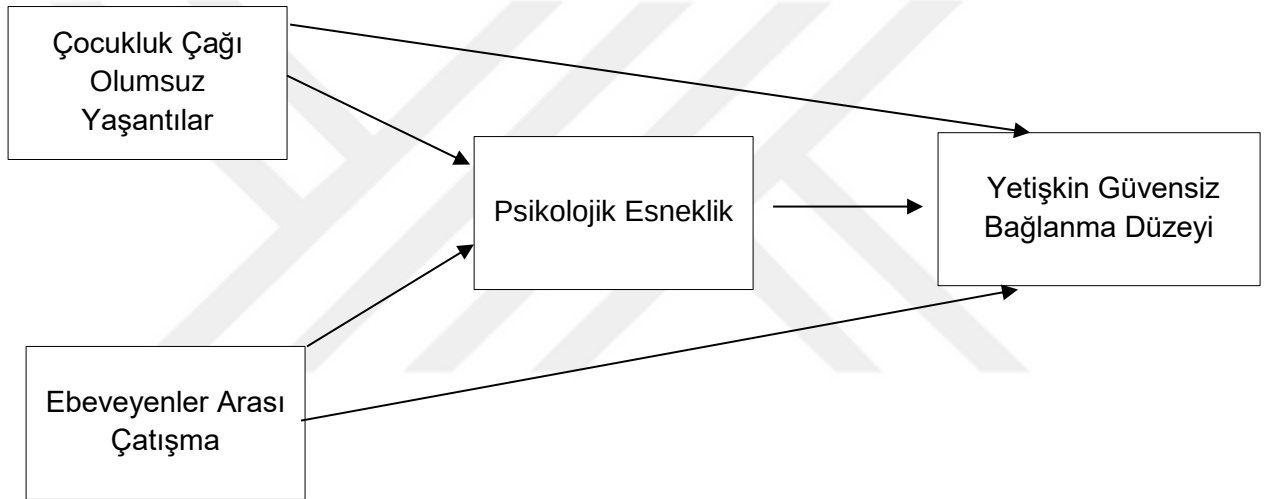
6. Psikolojik esneklik etkisi kontrol edildikten sonra çocukluk çağı olumsuz yaşantılar ve yetişkin güvensiz bağlanma düzeyi arasındaki ilişki azalır.

7. Psikolojik esneklik etkisi kontrol edildikten sonra algılanan ebeveynler arası çatışma ve yetişkin güvensiz bağlanma düzeyi arasındaki ilişki azalır.

Bu hipotezler doğrultusunda Şekil 1’de sunulan bütüncül hipotetik model yapısal eşitlik modellemesi analizi ile test edilecektir.

Şekil 1

Değişkenler Arası İlişkiye Dair Hipotetik Yapısal Model



Kaynak: Araştırmacı tarafından oluşturulmuştur.

Ayrıca araştırma değişkenleri ile ilişkili olabilecek demografik özelliklere yönelik araştırma soruları şu şekildedir:

1. Çocukluk çağı olumsuz yaşantıları, ebeveynler arası çatışma, yetişkin güvensiz bağlanma düzeyi ve psikolojik esneklik düzeyleri katılımcıların geçmişte ilişki deneyimini olma durumu ile ilişki midir?

2. Çocukluk çağı olumsuz yaşantıları, ebeveynler arası çatışma, yetişkin güvensiz bağlanma düzeyi ve psikolojik esneklik düzeyleri katılımcıların mevcut ilişki deneyimi ile ilişkili midir?

3. Çocukluk çağı olumsuz yaşantıları, ebeveynler arası çatışma, yetişkin güvensiz bağlanma düzeyi ve psikolojik esneklik düzeyleri katılımcıların cinsiyeti ile ilişkili midir?

4. Çocukluk çağı olumsuz yaşantıları, ebeveynler arası çatışma, yetişkin güvensiz bağlanma düzeyi ve psikolojik esneklik düzeyleri katılımcıların anne baba boşanma durumu ile ilişkili midir?



İKİNCİ BÖLÜM

YÖNTEM

Bu bölümünde araştırmaya katılan katılımcılar, araştırmanın yöntemi, veri toplama süreci, araştırmada kullanılan veri toplama araçları ve verilerin analizine dair bilgi verilmiştir.

2.1.Katılımcılar

Çalışmaya toplam 517 heteroseksüel kişi katılmıştır, 12 kişi kontrol sorularına yanlış cevap verdiği için analize dahil edilmemiştir. Geriye kalan 505 kişinin 345'i (% 68.3) kadın, 160'ı (% 31.7) erkek katılımcılardan oluşmaktadır. Katılımcıların yaşı 18 ile 53 arasında değişmektedir (Ort: 23.8, SS: 5.177) ve örgün eğitim süresi ortalaması yıl olarak 15.52 (SS: 2.602)'dir. Çalışma katılımcıları arasından 227 (%45.7) kişi şu anda bir romantik ilişki içerisinde ve katılımcıların ilişki süresinin ortalaması ay olarak 18.73(SS: 45.128)'dür. Katılımcılardan 374 (%74.1) kişi hayatları boyunca en az bir romantik ilişki deneyimi yaşamışken 131 (%25.9) kişi hiç romantik ilişki deneyimine sahip değildir.

Katılımcıların demografik bilgilerine yönelik tanımlayıcı analizler Tablo 1 ve Tablo 2'de sunulmuştur.

Tablo 1

Demografik Değişkenler

Değişken	N	%
Cinsiyet		
Kadın	345	68.3
Erkek	160	31.7
Şu An Birlikte Yaşadığı Kişi		
Ailemle	233	46.1
Arkadaşlarımla	85	16.8
Eşimle / Sevgilimle	70	13.9
Yurtta	36	7.1

Değişken	N	%
Diğer	24	4.8
Psikiyatri Tanı		
Evet	97	19.2
Hayır	408	80.8
Romantik İlişki Deneyimi		
Evet	374	74.1
Hayır	131	25.9
Şu Anki Romantik İlişki Durumu		
Bekar	274	54.3
Sevgili/ Flört	140	27.7
Sözlü / Nişanlı	19	3.8
Evli	68	13.5
Boşanmış	4	.8
Anne Baba Boşanma Durumu		
Evet	57	11.3
Hayır	448	88.7

Tablo 2

Tanımlayıcı İstatistikler

	Range	Min	Max	Ort	SS
Yaş	35	18	53	23.78	5.177
Örgün Eğitim (Yıl)	22	3	25	15.52	2.602
İlişki Süresi (Ay)	400	0	400	18.73	45.128
Kardeş Sayısı	13	1	14	2.80	1.141

Kardeş Sıralaması	7	1	8	1.88	1.020
-------------------	---	---	---	------	-------

2.2. Materyaller

2.2.1. Demografik Bilgi Formu

Demografik Bilgi Formunda katılımcıların yaşı, cinsiyeti, aldıkları örgün eğitim süresi, psikiyatrik tanı geçmişi ve birlikte yaşadıkları kişiler sorulmuştur. Ayrıca romantik ilişki durumlarına dair bazı sorulara da yer verilmiştir. Bunlar, daha önceki ilişki deneyimleri, şu anki ilişki durumları ve süreleri ile ilgilidir. Aile yaşamları hakkında ise ebeveynlerin boşanma durumları, kardeş sayıları ve sıralamasına dair sorular bulunmaktadır. Son olarak çocukluk çağı olumsuz yaşantılarla ilişkili olduğu düşünülen ebeveyn kaybı ya da ailenin psikiyatrik tanı öyküsü gibi bazı sorulara yer verilmiştir.

2.2.2. Yakın İlişkilerde Yaşantılar Envanteri-II (YİYE-II)

Yakın İlişkilerde Yaşantılar Envanteri-II, yetişkin bağlanma stillerini ölçmek amacıyla geliştirilmiştir (Fraley ve ark., 2000). YİYE-II, Brennan ve arkadaşları (1998) tarafından geliştirilen Yakın İlişkiler Yaşantılar Envanteri'nin madde havuzundan yararlanılarak ve madde tepki kuramına göre analizi yapılarak oluşturulmuştur. Ölçeğin, Türkiye örnekleminde yüksek iç tutarlılığa, test-tekrar test güvenilirliğine ve yapı geçerliliğine sahip olduğu bulunmuştur (Selçuk ve ark., 2005). Ölçek orijinali ile aynı olacak şekilde kaçınan bağlanma ve kaygılı bağlanma olarak iki boyuttan oluşmaktadır. Her bir boyutta 18 madde bulunmakta ve toplam 36 maddeden oluşmaktadır. Kaçınan boyut için 'Romantik ilişkide olduğum kişilere fazla yakın olmamayı tercih ederim.', kaygı boyutu için 'Sıklıkla, birlikte olduğum kişinin beni gerçekten sevmediği kaygısına kapılıyorum.' örnek maddelerdendir. Katılımcılar, romantik ilişkilerdeki duygu ve düşüncelerini 7'li likert ölçeğinde değerlendirmişlerdir (1= Hiç Katılmıyorum, 7= Tamamen Katılıyorum). Yüksek puanlar yüksek kaçınma ve kaygı tutumlarına işaret etmektedir. İki boyut için ilgili maddeler ayrı ayrı toplanarak ortalamaları alınmıştır. 14 madde ters kodlanmıştır. Orijinal ölçeğin Cronbach alfa değerleri kaçınma boyutu için .94, kaygı boyutu için .91 bulunmuştur (Fraley ve ark., 2000). Türkçe uyarlama çalışmasında Cronbach alfa değerleri kaçınma boyutu için .90, kaygı boyutu için .86 olacak

şekilde elde edilmiştir. Bu çalışmada ise Cronbach alfa değerleri kaçınma boyutu için .90, kaygı boyutu için .89 bulunmuştur.

2.2.3. Kişiselleştirilmiş Psikolojik Esneklik Ölçeği (KPEÖ) (Personalized Psychological Flexibility Index)

Kişiselleştirilmiş Psikolojik Esneklik Envanteri, psikolojik esnekliği farklı bir yolla ölçmek amacıyla Kashdan ve arkadaşları (2020) tarafından geliştirilmiştir. Ölçek, bireylerin mevcut bir hedefi takip ederken sıkıntıya nasıl tepki verdiğini ölçmesi yönünden diğer psikolojik esneklik ölçümlerinden ayrılır. Kabul, kaçınma ve faydalanma (harnessing) olmak üzere üç boyuttan ve 15 maddeden oluşmaktadır. Ayrıca kişinin bir hedef düşünmesini sağlamak için 4 adet kovaryant madde bulunmaktadır ve ölçeğin başında bulunan bu maddeler analize katılmamıştır. Kimya ve arkadaşları (2024) tarafından Türkiye yetişkin örnekleminde yüksek iç tutarlılığa ve yapı geçerliliğine sahip olduğu bulunmuştur. Orjinal ölçeğin faktör yapısı korunmuştur. Katılımcılar, her bir ifadeyi 7'li likert ölçeğinde değerlendirmişlerdir (1= Hiç Katılmıyorum, 7= Kesinlikle Katılıyorum). Ölçekten en düşük 15 puan, en yüksek 105 puan alınabilmektedir. Yüksek puanlar, kişinin psikolojik esneklik seviyesinin yüksek olduğuna işaret etmektir. Kaçınma boyutu ters kodlanmıştır. Kabul boyutu için 'Bu hedefle ilgili olumsuz duygu ve düşünceleri yaşamaya hazırım.', kaçınma boyutu için 'Daha keyifli uğraşlara vakit ayırabileceksem, bu hedefin peşinden gitmeyi ertelerim.' ve güdülenme boyutu için 'Olumsuz duyguları, bu hedefe ulaşmak için faydalı bulurum.' örnek maddelerdendir. Orjinal çalışmada Cronbach alfa değeri tüm ölçek için .84 bulunmuştur (Kashdan ve ark., 2020). Uyarlama çalışmasında Cronbach alfa değeri tüm ölçek için .87 ve kabul, kaçınma ve güdülenme boyutları için sırasıyla .90, .78 ve .78 olarak elde edilmiştir. Bu çalışmada ise Cronbach alfa değeri tüm ölçek için .81 ve kabul, kaçınma ve güdülenme boyutları için sırasıyla .79, .60 ve .77 bulunmuştur.

2.2.4. Çocukların Evlilik Çatışmasını Algılaması Ölçeği (ÇEÇAÖ) (Children Perception of Interparental Conflict)

Ölçeğin orijinali 9-12 yaş aralığındaki çocukların ebeveynleri arasındaki çatışma algılarını ölçmek için geliştirilmiştir (Grych ve ark., 1992). 48 maddelik ölçek çatışma özellikleri, tehdit ve kendini suçlama olmak üzere üç boyuttan oluşmaktadır. Çocuklar maddeleri 3'lü Likert üzerinden değerlendirmiştir (1= Doğru, 3= Yanlış). Ölçeğin yüksek test-tekrar test güvenilirliğinin ve iç tutarlılığı olduğu bulunmuştur. Alt boyutlarının Cronbach alfa

değerleri .78 ve .96 arasındadır. 9-12 yaş aralığındaki Türkiye çocuk örnekleminde yapılan uyarlama çalışmasında orjinal çalışmadaki alt boyutlar elde edilmiştir ve ölçek 35 maddeden oluşmaktadır (Ulu ve Fıfıloğlu, 2006).

Çocukların Evlilik Çatışmasını Algılaması Ölçeği, genç yetişkin örnekleminde de geçerli ve güvenilir bulunmuştur (Bickham ve Fiese, 1997). Türkiye örnekleminde yetişkin uyarlaması da Kunt (2004) tarafından yapılmıştır. Çatışma özellikleri alt boyutunda 19 madde, tehdit alt boyutunda 20 madde ve kendini suçlama alt boyutunda 9 madde olmak üzere toplam 48 maddeden ve üç faktörden oluşmuştur. Katılımcılar her bir ifadeyi 4'lü Likert ölçeğinde değerlendirmiştir (1= Kesinlikle Doğru Değil, 4=Kesinlikle Doğru). Yüksek puanlar katılımcının ebeveyn çatışma algısının yüksek olduğuna işaret etmektedir. Çalışmada alt ölçeklerin Cronbach alfa değerleri çatışma özellikleri için .84, tehdit için .78 ve öz suçlama için .77 olarak bulunmuştur. Ayrıca Test-Tekrar Test güvenilirliği çatışma özellikleri için .88, öz suçlama ve tehdit için ise .77 şeklinde elde edilmiştir. Bu çalışmada ölçeğin evlilik çatışmasının yoğunluğunu, sıklığını ve çözülme durumunu ölçen Çatışma Özellikleri ölçeği kullanılmıştır. Çatışma sıklığı için ' Onlar bildiğimi düşünmeyebilirler fakat annem ve babam çok tartışırlardı veya uyuşmazlık içindelerdi.', çatışma şiddeti için 'Annem ve babam tartıştıkları zaman birbirlerine kötü şeyler söylerlerdi.' ve çatışma çözülmesi için 'Annem ve babam tartıştıkları zaman genelde hemen barışılırdı.' örnek maddelerdendir. Bu çalışmada Okur (2016)'un geçmiş zaman dönüşümünü yaparak düzenlediği form kullanılmıştır. Mevcut çalışmada Çatışma Özellikleri ölçeğinin Cronbach Alfa değeri .96 bulunmuştur.

2.2.5.Çocukluk Çağı Ruhsal Travmalar Ölçeği (ÇÇTÖ-33) - Gözden Geçirilmiş ve Genişletilmiş Türkçe Versiyon

Çocukluk Çağı Travmaları Ölçeği (CTQ-28) 20 yaş öncesi istismar ve ihmal yaşantılarını ölçmek amacıyla Bernstein ve arkadaşları (1994) tarafından geliştirilmiştir. Orjinali 53 madde olan ölçek yazarlar tarafından toplam 28 madde olacak şekilde kısaltılmıştır. CTQ-28'nin Türkçe geçerlilik ve güvenilirlik çalışmaları yapılmış ve orjinal ölçekle aynı yapı elde edilmiştir (Şar ve ark., 2012). Şar ve arkadaşları 2021 yılında CTQ-28'yi revize etmiş ve kültürel adaptasyonunu yapmıştır. Ölçeğe Türk kültürü ile uyumlu aşırı koruma- kontrol boyutunu da ekleyerek ÇÇTÖ-33'ü oluşturmuşlardır. Böylece ÇÇTÖ-33 her boyutta beş soru olacak şekilde fiziksel,cinsel ve duygusal istismar , duygusal ve fiziksel ihmal ve aşırı koruma-kontrol olmak üzere altı boyuttan oluşur. Üç adet inkar (minimize) sorusu bulunmaktadır. Katılımcılar, çocukluk çağı olumsuz yaşantılarını 5'li Likert ölçeğinde değerlendirmişlerdir

(1=Hiçbir Zaman, 5=Sık Olarak). 11 madde ters kodlanmıştır. Yüksek skorlar çocukluk çağı travma ihtimalinin yüksekliğine işaret etmektedir. İnkâr soruları toplam skora dahil edilmemiştir. Ölçekten en düşük 25 en yüksek 150 puan alınabilmektedir. Duygusal istismar için ‘Anne ya da babam kendilerine layık olmadığımı ifade ederlerdi.’, fiziksel istismar için ‘Ailemden birisi bana öyle kötü vurmuştu ki doktora ya da hastaneye gitmem gerekmişti.’, cinsel istismar için ‘Birisi bana cinsel tacizde bulundu.’, duygusal ihmal için ‘Sevildiğimi hissediyordum.’, fiziksel ihmal için ‘Üst baş açısından bakımsızdım.’ ve aşırı koruma ve kontrol için ‘Ailemdelikler her şeyeime karışırdı.’ örnek maddelerdendir. Orjinal ölçeğin Cronbach Alfa değerleri tüm ölçek için .95 iken alt ölçekler için .79 ve .94 arasında değişmektedir (Bernstein ve ark, 1994). Cronbach Alfa değeri .87 ve Gutmann split half katsayısı .69 olan ÇÇTÖ-33, Türkiye yetişkin örnekleminde yüksek geçerliliğe sahip olduğu bulunmuştur. Bu çalışmada ise tüm ölçek için .91 Cronbach Alpha değeri raporlanmıştır.

2.3.İşlem

Çalışmaya başlamadan önce Ankara Sosyal Bilimler Üniversitesi, Sosyal ve Beşeri Bilimler Araştırmaları ve Bilimsel Yayın Etik Kurulu tarafından Etik Onay Belgesi alınmıştır. Ardından, Google Forms uygulamasında online bir anket oluşturulmuştur. Uygulamadan elde edilen anonim link sosyal medya platformları ve online sohbet uygulamaları aracılığıyla yaygınlaştırılmıştır. Katılımcılara uygun ve kartopu örnekleme metodu ile ulaşılmıştır. Çalışmaya katılan kişilerden 18-60 yaş aralığındaki yakınlarına çalışma linkini iletmeleri rica edilmiştir. Çalışma gönüllük esasına dayandığı için katılımcılar anket sorularına geçmeden önce Araştırma Gönüllü Katılım Formu aracılığıyla çalışmanın amacı, süresi ve istedikleri zaman ayrılacakları konusunda bilgilendirilmiştir. Ayrıca araştırma hakkında detaylı bilgi istedikleri zaman ulaşabilmeleri için araştırmacının mail adresi verilmiştir. Forma onay veren katılımcılar sırasıyla Yakın İlişkilerde Yaşantılar Envanteri- II (YİYE-II), Kişiselleştirilmiş Psikolojik Esneklik Ölçeği (KPEÖ), Çocukların Evlilik Çatışmasını Algılaması Ölçeği (ÇEÇAÖ), Çocukluk Çağı Travmaları Ölçeği (ÇÇTÖ-33) Gözden Geçirilmiş ve Genişletilmiş Türkçe Versiyonu ve Demografik Bilgi Formunu doldurmuşlardır. Çalışma yaklaşık 20 dakika sürmüştür. Çalışmada katılımcılardan hiçbir kişisel bilgi istenmemiştir.

2.4. Veri Analizi

Veri analizi için IBM SPSS Statistics 30 ve R (version 4.5.0) programları kullanılmıştır. Öncelikle, data temizlenmiş ve incelenerek analize hazır hale getirilmiştir. Sonrasında

kullanılan ölçeklerin tanımlayıcı istatistik analizleri ve normallik testleri yapılmıştır. Her bir değişken ve alt boyutlar için ölçeklerin çarpıklık ve basıklık değerleri ve güvenirlik katsayıları (Cronbach Alpha) elde edilmiştir. Ardından çalışmadaki ölçülen tüm değişkenlerin birbirleriyle ilişkisini incelemek adına korelasyon analizi yapılmıştır. Çeşitli demografik bilgilerin karşılaştırma analizleri için binary (ikili) lojistik regresyon uygulanmıştır. Çocukluk çağı olumsuz yaşantıların, ebeveynler arası çatışmanın, psikolojik esnekliğin ve demografik değişkenlerin yetişkin güvensiz bağlanma düzeyini yordama durumunu görmek için stepwise çoklu regresyon analizi yapılmıştır. Son olarak çocukluk çağı olumsuz yaşantıların ve ebeveynler arası çatışmanın psikolojik esneklik yoluyla güvensiz bağlanma düzeyini etkilediği yönündeki teorik modeli test etmek için Yapısal Eşitlik Modellemesi yapılmıştır. Ki-kare/serbestlik derecesi (χ^2/SD), CFI, TLI, NFI, SRMR ve RMSEA dahil olmak üzere çeşitli uyum indeksleri model uyumunu değerlendirmek için kullanılmıştır. Literatüre dayanarak, χ^2/SD 'nin 3'ün altında olması mükemmel uyum, $3 \leq \chi^2/SD \leq 5$ aralığında olması kabul edilebilir uyum olarak değerlendirilmiştir (Sümer, 2000; Kline, 2011). CFI, TLI, NFI değerleri için .95 üstü mükemmel uyum, $.90 \leq CFI, TLI, NFI < .95$ aralığı iyi uyum olarak kabul edilmiştir (Brown, 2006; Hu ve Bentler, 1999; Hooper ve ark., 2008; Sümer, 2000). SRMR ve RMSEA değerleri için .05 altında olması mükemmel uyum, $.05 \leq SRMR, RMSEA \leq .10$ aralığı kabul edilebilir uyum olarak değerlendirilmiştir (Brown, 2006; Hu ve Bentler, 1999; Hooper ve ark., 2008; Sümer, 2000; Tabachnick ve Fidell, 2013). Modelin sağlamlığını artırmak amacıyla uyum iyiliği değerleri ve parametre tahminleri Satorra-Bentler (2001) düzeltmesi kullanılarak hesaplanmıştır. Aracılık analizi için ise 5000 örneklemlili bootstrapping yöntemi ve elde edilen dolaylı etkiler için %95 güven aralıkları (CI) tercih edilmiştir. Bootstrapped %95 CI'lar sıfırı içermediğinde, dolaylı etkiler istatistiksel olarak anlamlı kabul edilmiştir (Hayes, 2018).

ÜÇÜNCÜ BÖLÜM

BULGULAR

Bu bölümde sırası ile ölçeklere dair tanımlayıcı istatistikler, değişkenler arasındaki korelasyon değerleri, demografik değişkenlere göre karşılaştırma sonuçları, çoklu regresyon analizi sonuçları ve yapısal eşitlik modellemesi analizi raporlanmıştır.

3.1. Tanımlayıcı İstatistikler

Tablo 3’de çalışmada kullanılan ölçeklere ve alt ölçeklere ait ortalama ve standart sapma değerleri, güvenilirlik katsayılar, çarpıklık ve basıklık değerleri sunulmuştur. Normal dağılım için çarpıklık ve basıklık değerlerinin +1 ve -1 aralığında olması beklenir ancak +2 ve -2 değerleri de kabul edilebilir sayılmıştır (George ve Mallery, 2016). Bu doğrultuda çalışmada kullanılan değişkenlerin ve üç alt boyut dışındaki alt boyutlarının normal dağılım gösterdiği bulunmuştur. Sadece, Çocukluk Çağı Ruhsal Travmaları (ÇÇTÖ-33) ölçeğin alt boyutları olan fiziksel istismar, cinsel istismar ve fiziksel ihmal boyutları normal dağılıma uygun değildir. Katılımcı sayısının Merkezi Limit Teoremi’nin önerdiği minimum sınırın ($n > 200$) oldukça üzerinde olması, normallik varsayımındaki olası ihlallerin analiz sonuçları üzerinde ciddi bir etki yaratmayacağını göstermektedir (Tabachnick ve Fidell, 2013). Bu nedenle çalışmada parametrik testlerle devam edilmiştir.

Tablo 3

Ölçeklerin ve Alt Ölçeklerinin Toplam Puanları, Güvenilirlik Katsayısı Değerleri, Tanımlayıcı İstatistikler, Çarpıklık ve Basıklık Değerleri

	α	Ort	SS	Çarpıklık	Basıklık
YİYE-II	.92	123.16	29.96	0.063	-0.453
Kaygı	.89	70.70	18.123	0.376	-0.222
Kaçınma	.90	52.46	17.529	0.153	-0.549

	α	Ort	SS	Çarpıklık	Basıklık
KPEÖ	.81	68.60	12.435	-0.254	-0.108
Kaçınma	.79	23.34	6.238	-0.400	-0.355
Kabul	.60	25.17	18.143	-0.428	0.522
Faydalanma	.77	20.09	34.96	-0.090	-0.450
ÇEÇAÖ	.96	45.96	14.63	0.194	-0.928
Sıklık	.91	15.30	5.377	0.122	-1.162
Yoğunluk	.90	14.51	5.555	0.630	-0.561
Çözülme	.90	17.44	4.851	-0.256	-0.692
ÇÇTÖ-33	.91	50.10	14.250	1.069	1.088
Fiziksel İstismar	.84	5.87	2.223	3.880	18.255
Cinsel İstismar	.65	9.31	2.555	3.189	10.689
Duygusal İstismar	.83	8.82	3.903	1.295	1.490
Fiziksel İhmal	.76	6.85	2.326	1.430	2.183
Duygusal İhmal	.86	11.78	4.528	0.489	-0.324
Aşırı Koruma	.82	10.85	4.274	0.930	0.414

Not. YİYE-II: Yakın İlişkilerde Yaşantılar Envanteri, KPEÖ: Kişiselleştirilmiş Psikolojik Esneklik Ölçeği, ÇEÇAÖ: Çocukların Evlilik Çatışmasını Algılaması Ölçeği, ÇÇTÖ-33: Çocukluk Çağı Ruhsal Travmalar Ölçeği

Kullanılan ölçekler ve alt ölçeklerinin bu çalışmada da yüksek derecede güvenilir olduğu bulunmuştur. Sadece, Kişiselleştirilmiş Psikolojik Esneklik Ölçeğinin kabul alt boyutunun Cronbach Alpha değeri .60 ve Çocukluk Çağı Ruhsal Travmaları Ölçeğinin (ÇÇTÖ-33) cinsel istismar alt boyutunun Cronbach Alpha değeri .65 olarak sınırda güvenilirlik göstermiştir. Yakın İlişkilerde Yaşantılar Envanterinin (YİYE-II) güvenilirlik katsayısı .92 iken kaygı ve kaçınma boyutlarının sırası ile .89 ve .90'dır. Kişiselleştirilmiş Psikolojik Esneklik Ölçeğinin (KPEÖ) güvenilirlik katsayısı .81 iken kaçınma ve faydalanma boyutlarının sırası ile

.79 ve .77'dir. Çocukların Evlilik Çatışmasını Algılama Ölçeğinin (ÇEÇAÖ) güvenilirlik katsayısı .96 iken sıklık, yoğunluk ve çözülme boyutlarının sırası ile .91, .90 ve .90'dır. Son olarak Çocukluk Çağı Travmaları Ölçeğinin güvenilirlik katsayısı .91 iken cinsel istismar dışındaki alt boyutlarının .86 (duygusal ihmal) ve .76 (fiziksel ihmal) aralığındadır.

3.2. Korelasyon Analizleri

Romantik ilişkilerdeki tutumlar, psikolojik esneklik, ebeveynler arası çatışma ve çocukluk çağı olumsuz yaşantılar arasındaki ilişkileri görebilmek adına Pearson Product-Moment Korelasyon katsayıları hesaplanmıştır. Güvensiz bağlanma ile psikolojik esneklik arasındaki istatistiksel olarak anlamlı, orta düzeyde negatif bir ilişki bulunmuştur ($r = -.403, p < .001$). Benzer şekilde kaçınmacı bağlanma ve psikolojik esneklik orta düzeyde, negatif yönlü ve anlamlı bir şekilde ilişkilidir ($r = -.403, p < .001$). Kaygılı bağlanma ile psikolojik esneklik arasında ise küçük ama istatistiksel olarak anlamlı ve negatif bir ilişki vardır ($r = -.270, p < .001$). Diğer bir taraftan güvensiz bağlanma ile algılanan ebeveynler arası çatışma ($r = .170, p < .001$) ve çocukluk çağı olumsuz yaşantılar ($r = .231, p < .001$) arasında pozitif ve istatistiksel olarak anlamlı ancak düşük düzeyde bir ilişki olduğu bulunmuştur. Bununla birlikte psikolojik esneklik hem algılanan ebeveynler arası çatışma ($r = -.159, p < .001$) hem de çocukluk çağı olumsuz yaşantıları ($r = -.118, p < .05$) ile negatif yönlü ve istatistiksel olarak anlamlı bir şekilde ilişkilidir ancak bu ilişkiler düşük düzeydedir.

Demografik değişkenler incelendiğinde cinsiyetin güvensiz bağlanma ($r = -.163, p < .001$) ve psikolojik esneklik ($r = .227, p < .001$) ile küçük ama istatistiksel olarak anlamlı bir şekilde ilişkili olduğu görülmüştür. Benzer şekilde katılımcıların yaşı ile güvensiz bağlanma ($r = -.161, p < .001$) ve psikolojik esneklik seviyeleri ($r = .119, p < .001$) arasında anlamlı ve düşük düzeyde bir ilişki bulunmuş. Güvensiz bağlanma, eğitim düzeyi ile anlamlı ve negatif yönde ilişkili ($r = -.161, p = .001$) iken ilişki deneyimi ile anlamlı ve pozitif yönde ilişkilidir ($r = .282, p = .001$) ancak korelasyon değerleri düşüktür. Son olarak ilişki süresi ile güvensiz bağlanma arasında negatif ve anlamlı bir ilişki ($r = -.184, p = .001$) varken ilişki süresi ve psikolojik esneklik arasında pozitif anlamlı bir ilişki vardır ($r = .157, p = .001$).

Tablo 4

Ölçeklerin ve Alt Ölçeklerin Toplam Puanları ve Demografik Değişkenler Arasındaki Korelasyonlar

	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23
1 YİYE-II toplam	1																						
2 YİYE-II Kaygı	.834**	1																					
3 YİYE-II Kaçınma	.846**	.412*	1																				
4 KPEÖ toplam	-.403**	-.270**	-.406*	1																			
5 KPEÖ Kaçınma	-.355**	-.202*	-.392*	.781*	1																		
6 KPEÖ Kabul	-.372**	-.303*	-.322*	.675*	.300*	1																	
7 KPEÖ Faydalanma	-.206**	.136*	.208*	.793*	.374*	.382*	1																
8 ÇEÇAÖ toplam	.170**	.076	.208*	.159*	-.155**	-.112*	-.090*	1															
9 ÇEÇAÖ Sıklık	.161**	.067	.202*	.158*	-.165**	-.095*	-.091*	.961*	1														
10 ÇEÇAÖ Yoğunluk	.140**	.042	.191*	-.102*	-.114*	-.079	-.036	.935*	.852*	1													
11 ÇEÇAÖ Çözülme	.182**	.111*	.194*	.195*	.161*	.147*	.133*	.918*	.848*	.760*	1												
12 ÇÇTÖ-33 toplam	.231**	.107*	.278*	-.118*	.148*	-.092*	-.027	.515*	.470*	.511*	.467*	1											
13 ÇÇTÖ-33 Fiziksel İstismar	.054	-.004	.093*	.034	.028	.032	.020	.306*	.252*	.351*	.252*	.613*	1										
14 ÇÇTÖ-33 Cinsel İstismar	.072	.048	.073	-.058	-.072	.002	-.048	.059	.061	.069	.033	.405*	.175*	1									
15 ÇÇTÖ-33 Duygusal İstismar	.223**	.083	.289*	-.093*	.128*	-.084	.001	.522*	.491*	.530*	.441*	.863*	.515*	.252*	1								
16 ÇÇTÖ-33 Fiziksel İhmal	.176**	.133*	.178*	-.179	-.059	-.095*	-.037	.280*	.238*	.277*	.274*	.610*	.374*	.142*	.399*	1							
17 ÇÇTÖ-33 Duygusal İhmal	.228**	.153*	.228*	-.155*	.158*	.147*	-.053	.519*	.478*	.478*	.508*	.840*	.342*	.190*	.688*	.534*	1						
18 ÇÇTÖ-33 Aşırı Koruma	.154**	.022	.234*	-.087	.151*	-.039	.004	.346*	.315*	.314*	.316*	.772*	.386*	.176*	.605*	.282*	.536*	1					

	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23
19 Yaş	- .161**	- .100*	- .169* *	.119* *	.084	.049	.126* *	-.077	-.085	-.072	-.057	-.001	.005	-.012	-.021	.091* *	.011	-.042	1				
20 Cinsiyet	- .163**	- .158* *	- .117* *	.227* *	.166* *	.124* *	.212* *	-.084	- .096*	-.020	- .129* *	.004	.080	- .144* *	-.049	.129* *	.039	-.013	.082	1			
21 Eğitim	- .161**	- .154* *	- .117**	.021	-.003	.074	-.007	.058	.054	.050	.058	-.028	-.030	-.027	.005	-.020	-.009	-.046	.338	.074	1		
22 İlişki Deneyimi	- .282**	- .298* *	- .179* *	-.083	-.078	-.065	-.045	.007	.017	-.018	.025	-.037	-.021	-.016	-.021	-.029	-.018	-.049	- .141* *	- .131* *	-.065	1	
23 İlişki Süresi	- .184**	- .130* *	- .178* *	.157* *	.165* *	.017	.144* *	-.071	-.074	-.065	-.060	-.028	.032	-.018	-.056	.051	-.034	-.040	.614* *	.036	-.047	- .205* *	1

Not. YİYE-II: Yakın İlişkilerde Yaşantılar Envanteri, KPEÖ: Kişiselleştirilmiş Psikolojik Esneklik Ölçeği, ÇEÇAÖ: Çocukların Evlilik Çatışmasını Algılaması Ölçeği, ÇÇTÖ-33: Çocukluk Çağı Ruhsal Travmalar Ölçeği

** $p < .001$; * $p < .05$, Kalın olarak belirtilen değerler istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki olduğunu göstermektedir.

3.3. Binary (İkili) Lojistik Regresyon Analizleri

3.3.1. Geçmiş Romantik İlişki Deneyimini Etkileyen Faktörler

Katılımcıların güvensiz bağlanma, psikolojik esneklik, ebeveynler arası çatışma ve çocukluk çağı olumsuz yaşantı düzeylerinin, daha önce romantik ilişki yaşayıp yaşamadıklarını yordama gücünü incelemek amacıyla ikili binary (ikili) lojistik regresyon analizi gerçekleştirilmiştir. Analizden önce çoklu doğrusallık, Varyans Enflasyon Faktörü (VIF) kullanılarak test edilmiştir. Tüm bağımsız değişkenlerin VIF değerleri 2,5'in altında bulunmuştur (aralık: 1,207 - 1,422).

Model, geçmiş romantik ilişki deneyimini ayırt etmede istatistiksel olarak anlamlı bir şekilde başarılı bulunmuştur (χ^2 (4, $N=505$) = 48.420, $p < .001$). Ayrıca model geçmiş romantik ilişki deneyimindeki varyansın %13.4 (Nagelkerke R^2)'ünü açıklamaktadır. Kurulan lojistik regresyon modelinin katılımcıların geçmişte romantik ilişki yaşayıp yaşamadığına ilişkin doğru sınıflama oranı %75.2'dir.

Tablo 5'de görüldüğü gibi güvensiz bağlanma tutumları ($\beta = -.963$, $SH = .156$, $p < .001$, $OR = .382$, $95\% CI = [.281, .518]$) ve çocukluk çağı olumsuz yaşantılar ($\beta = .621$, $SH = .278$, $p = .025$, $OR = 1.860$, $95\% CI = [1.079, 3.206]$) geçmiş romantik ilişki deneyimini istatistiksel olarak anlamlı bir şekilde yordamaktadır. Psikolojik esneklik ($\beta = -.114$, $SH = .143$, $p = .426$, $OR = .892$, $95\% CI = [.674, 1.181]$) ve ebeveynler arası çatışma ($\beta = -.054$, $SH = .163$, $p = .741$, $OR = .948$, $95\% CI = [.689, 1.304]$) ise geçmiş romantik ilişki deneyimini yordamamıştır.

Güvensiz bağlanma düzeyindeki 1 birim artış geçmişte romantik ilişki deneyimi olma ihtimalini % 61.8 azaltmaktadır ($OR = .382$, $95\% CI = [.281, .518]$). Ayrıca çocukluk çağı olumsuz yaşantılarındaki 1 birim artış geçmişte romantik ilişki yaşama deneyimi olma ihtimalini % 86 oranında artırmaktadır ($OR = 1.860$, $95\% CI = [1.079, 3.206]$).

Tablo 5

Geçmiş İlişki Deneyiminin Yordanmasına İlişkin Lojistik Regresyon

Bağımsız Değişkenler	β	SH	Wald's χ^2	p	Odds ratio	95% Güven Aralığı	
						Düşük	Yüksek
Model Uyum			48.420	< .001			
Sabit	4.085	1.076	14.403	< .001	59.464		

95% Güven Aralığı							
Bağımsız Değişkenler	β	SH	Wald's χ^2	p	Odds ratio	Düşük	Yüksek
Güvensiz Bağlanma	-.963	.156	38.089	< .001	.382	.281	.518
Psikolojik Esneklik	-.114	.143	.633	.426	.892	.674	1.181
Çocukluk Çağı Olumsuz Yaşantılar	.621	.278	4.996	.025	1.860	1.079	3.206
Ebeveynler Arası Çatışma	-.054	.163	.109	.741	.948	.689	1.304

3.3.2. Mevcut Romantik İlişki Deneyimini Etkileyen Faktörler

Katılımcıların güvensiz bağlanma, psikolojik esneklik, ebeveynler arası çatışma, çocukluk çağı olumsuz yaşantı düzeylerinin mevcut romantik ilişki deneyimi olma durumlarını yordama gücünü görmek adına binary (ikili) lojistik regresyon analizi uygulandı.

Model, mevcut romantik ilişki deneyimini ayırt etmede istatistiksel olarak anlamlı bir şekilde başarılı bulunmuştur (χ^2 (4, $N=505$) = 83.287, $p < .001$). Ayrıca model, mevcut romantik ilişki deneyimindeki varyansın %20.3 (Nagelkerke R^2)'ünü açıklamaktadır. Kurulan lojistik regresyon modelinin mevcut romantik ilişki durumuna ilişkin doğru sınıflama oranı %66.1'dir. Tablo 6.'da görüldüğü gibi güvensiz bağlanma tutumları ($\beta = -1.108$, $SH = .145$, $p < .001$, $OR = .330$, $95\% CI = [.249, .439]$) mevcut romantik ilişki deneyimini istatistiksel olarak anlamlı bir şekilde yordamaktadır. Dolayısıyla güvensiz bağlanma düzeyindeki 1 birim artış mevcut romantik ilişki deneyimi ihtimalini % 67 azaltmaktadır.

Psikolojik esneklik ($\beta = .049$, $SH = .130$, $p = .704$, $OR = 1.051$, $95\% CI = [.815, 1.355]$), ebeveynler arası çatışma ($\beta = -.059$, $SH = .149$, $p = .693$, $OR = .943$, $95\% CI = [.705, 1.262]$) ve çocukluk çağı olumsuz yaşantılar ($\beta = .443$, $SH = .246$, $p = .071$, $OR = 1.558$, $95\% CI = [.963, 2.522]$) ise mevcut romantik ilişki deneyimini yordamamıştır.

Tablo 6

Mevcut İlişki Deneyimine İlişkin Lojistik Regresyon

95% Güven Aralığı							
Bağımsız Değişkenler	β	SH	Wald's χ^2	p	Odds ratio	Düşük	Yüksek
Model Uyum			83.287	< .001			

95% Güven Aralığı							
Bağımsız Değişkenler	β	SH	Wald's χ^2	p	Odds ratio	Düşük	Yüksek
Sabit	2.760	.935	8.718	<.001	15.797		
Güvensiz Bağlanma	-1.108	.145	58.170	<.001	.330	.249	.439
Psikolojik Esneklik	.049	.130	.156	.704	1.051	.815	1.355
Çocukluk Çağı Olumsuz Yaşantılar	.443	.246	3.258	.071	1.558	.963	2.522
Ebeveynler Arası Çatışma	-.059	.149	.156	.693	.943	.705	1.262

3.3.3. Cinsiyeti Etkileyen Faktörler

Katılımcıların güvensiz bağlanma, psikolojik esneklik, ebeveynler arası çatışma, çocukluk çağı olumsuz yaşantı düzeylerinin cinsiyetle ilişkisini değerlendirebilmek amacıyla binary (ikili) lojistik regresyon analizi uygulandı.

Model, cinsiyeti ayırt etmede istatistiksel olarak anlamlı bir şekilde başarılı bulunmuştur ($\chi^2 (4, N = 505) = 34.359, p < .001$). Model, cinsiyetteki varyansın %9.2 (Nagelkerke R^2)'sini açıklamaktadır. Kurulan lojistik regresyon modelinin katılımcıların cinsiyetine ilişkin doğru sınıflama oranı %69.7'dir.

Tablo 7'de görüldüğü gibi psikolojik esneklik ($\beta = .529, SH = .138, p < .001, OR = 1.697, 95\% CI = [1.294, 2.224]$) cinsiyet ile istatistiksel olarak anlamlı bir şekilde ilişkilidir. Güvensiz bağlanma tutumları ise ($\beta = -.265, SH = .135, p = 0.05, OR = .767, 95\% CI = [.589, 1.000]$) cinsiyet ile istatistiksel olarak sınırda anlamlı bir şekilde ilişkilidir.

Ebeveynler arası çatışma ($\beta = -.256, SH = .153, p = .095, OR = .774, 95\% CI = [.574, 1.046]$) ve çocukluk çağı olumsuz yaşantılar ($\beta = .442, SH = .247, p = .073, OR = 1.556, 95\% CI = [.959, 2.524]$) ise cinsiyet ile ilişkili değildir.

Psikolojik esneklik düzeyindeki 1 birim artış katılımcının erkek olma ihtimalini %69.7 oranından artırmaktadır. Güvensiz bağlanma tutumundaki 1 birim artış ise katılımcının erkek olma ihtimalini %23.3 oranında azaltmaktadır.

Tablo 7*Cinsiyete İlişkin Lojistik Regresyon*

Bağımsız Değişkenler	β	SH	Wald's χ^2	P	Odds ratio	95% Güven Aralığı	
						Düşük	Yüksek
Model Uyum			34.359	<.001			
Sabit	-2.461	.971	6.428	.011	.085		
Güvensiz Bağlanma	-.265	.135	3.843	.050	.767	.589	1.000
Psikolojik Esneklik	.529	.138	14.663	<.001	1.697	1.294	2.224
Çocukluk Çağı Olumsuz Yaşantılar	.442	.247	3.211	.073	1.556	.959	2.524
Ebeveynler Arası Çatışma	-.256	.153	3.211	.095	.774	.574	1.046

3.3.4. Ebeveyn Boşanma Durumunu Etkileyen Faktörler

Katılımcıların güvensiz bağlanma, psikolojik esneklik, ebeveynler arası çatışma, çocukluk çağı olumsuz yaşantı düzeylerinin anne baba boşanma durumunu yordama gücünü görmek adına binary (ikili) lojistik regresyon analizi uygulandı.

Model ebeveyn boşanmasını ayırt etmede istatistiksel olarak anlamlı bir şekilde başarılı bulunmuştur (χ^2 (4, $N = 505$) = 52.306, $p < .001$). Model anne baba boşanma durumu değişkenindeki varyansın %19.5 (Nagelkerke R^2)'ini açıklamaktadır. Kurulan lojistik regresyon modelinin katılımcıların ebeveynlerin boşanma durumuna ilişkin doğru sınıflama oranı %88.9'dur.

Tablo 8'de görüldüğü gibi sadece ebeveynler arası çatışma ($\beta = 1.372$, $SH = .259$, $p < .001$, $OR = 3.942$, $95\% CI = [2.375, 6.544]$) anne baba boşanma durumunu istatistiksel olarak anlamlı bir şekilde yordamaktadır. Dolayısıyla ebeveynler arası çatışma düzeyindeki 1 birim artış ebeveyn boşanması ihtimalini %294.2 oranında artırmaktadır.

Güvensiz bağlanma tutumları ($\beta = -.193$, $SH = .194$, $p = .321$, $OR = .825$, $95\% CI = [.563, 1.207]$), psikolojik esneklik ($\beta = -.244$, $SH = .193$, $p = .207$, $OR = .784$, $95\% CI = [.537, 1.144]$) ve çocukluk çağı olumsuz yaşantılar ($\beta = .109$, $SH = .333$, $p = .743$, $OR = 1.115$, $95\% CI = [.581, 2.143]$) ise ebeveyn boşanma durumu ile ilişkili değildir.

Tablo 8*Anne Baba Boşanma Durumuna İlişkin Lojistik Regresyon*

Bağımsız Değişkenler	β	SH	Wald's χ^2	P	Odds ratio	95% Güven Aralığı	
						Düşük	Yüksek
Model Uyum			52.306	< .001			
Sabit	-4.234	1.389	9.289	.002	.015		
Güvensiz Bağlanma	-.193	.194	.984	.321	.825	.563	1.207
Psikolojik Esneklik	-.244	.193	1.594	.207	.784	.537	1.144
Çocukluk Çağı Olumsuz Yaşantılar	.109	.333	.108	.743	1.115	.581	2.143
Ebeveynler Arası Çatışma	1.372	.259	28.130	< .001	.743	2.375	6.544

3.4. Stepwise Çoklu Regresyon Analizi

Çocukluk çağı olumsuz yaşantıların, ebeveynler arası çatışmanın, psikolojik esnekliğin, yaşın, cinsiyetin, eğitim düzeyinin, mevcut ilişki durumunun ve geçmiş ilişki deneyiminin Yakın İlikilerde Yaşantılar II envanteri ile ölçülen bağımlı değişken güvensiz bağlanma düzeyini yordayıp yordamadığını değerlendirmek amacıyla stepwise çoklu regresyon analizi gerçekleştirmiştir.

Ebeveynler arası çatışma, yaş ve cinsiyet değişkenleri istatistiksel olarak anlamlı olmadığı için regresyon modelinden çıkarılmıştır ($p > .05$). Son modelde beş değişken dahil edilmiştir: Çocukluk çağı olumsuz yaşantılar, psikolojik esneklik, mevcut ilişki durumu, geçmiş ilişki deneyimi ve eğitim. Regresyon modeli istatistiksel olarak anlamlıdır ve güvensiz bağlanma düzeyindeki varyansın %32.1 ($R^2 = .321, p = .003$)'ini açıklamaktadır. Regresyon katsayılarına göre psikolojik esneklik ($\beta = -.326, p < .001$), mevcut ilişki durumu ($\beta = -.225, p < .001$), geçmiş ilişki deneyimi ($\beta = -.125, p < .001$) ve eğitim ($\beta = -.122, p = .003$) negatif yönde anlamlı bir şekilde güvensiz bağlanma düzeyini yordamaktadır. Buna karşılık çocukluk çağı

olumsuz yaşantıları ($\beta = .189, p < .001$) değişkeni güvensiz bağlanma düzeyini pozitif yönde anlamlı şekilde yordamaktadır.

Tablo 9

Güvensiz Bağlanma Düzeyine İlişkin Çoklu Regresyon Analizi Sonuçları

Bağımsız Değişkenler	B	SH	β	t	p
Sabit	5.344	.283		18.890	< .001
Çocukluk Çağı	.332	.065	.189	5.910	< .001
Olumsuz Yaşantılar					
Psikolojik Esneklik	-.328	.038	-.326	-8.711	< .001
Mevcut Romantik İlişki	-.425	.072	-.255	-5.910	< .001
Durumu					
Geçmiş Romantik İlişki	-.238	.081	-.125	-2.935	< .001
Deneyimi					
Eğitim	-.039	.012	-.122	-2.935	.003

3.5. Yapısal Eşitlik Modellemesi

Araştırmada öne sürülen teorik modele göre ebeveynler arası çatışma ve çocukluk çağı olumsuz yaşantıları, psikolojik esneklik aracılığıyla bireylerin güvensiz bağlanma düzeyini etkilemektedir. Bu bütüncül modeli sınamak amacıyla, R istatistiksel yazılımının lavaan ve sem Tools paketleri kullanılarak Yapısal Eşitlik Modellemesi'nin (YEM) bir türü olan Yol Analizi uygulanmıştır. Çocukluk Çağı Olumsuz Yaşantıları örtük değişken olarak ele alınmış; bu değişkeni temsil eden gözlenen değişkenler ise fiziksel istismar, duygusal istismar, cinsel istismar, duygusal ihmal, fiziksel ihmal ve aşırı koruma alt boyutlarıdır. Ebeveynler Arası Çatışma örtük değişkeni ise sıklık, yoğunluk ve çözülme boyutlarını içeren üç gözlenen değişken üzerinden ele alınmıştır. Psikolojik Esneklik, kabul, kaçınma ve faydalanma olmak üzere üç gözlenen değişkenle temsil edilen bir örtük değişken olarak değerlendirilmiştir. Son olarak yetişkin güvensiz bağlanma düzeyi örtük değişkeni, kaçınmacı ve kaygılı bağlanma olmak üzere iki gözlenen değişken aracılığıyla yapılandırılmıştır.

Çeşitli değişkenler arasındaki ilişkileri doğrudan inceleyen yöntemlerin aksine, Yapısal Eşitlik Modellemesi teorik olarak kurulan modelin veriyle ne derece örtüştüğünü test etme olanağı sunar (Malaeb ve ark., 2000). Alan yazında, modellere ilişkin uyum iyiliği düzeylerini değerlendirmede yaygın olarak kabul gören ölçütler ve ilgili referanslar Tablo 10'da sunulmuştur.

Tablo 10

Uyum İyiliği Kriterleri ve Referansları

Değişkenler	X^2/ sd	RMSEA	SRMR	CFI	NFI	TLI
Mükemmel Uyum	≤ 3	$\leq .05$	$\leq .05$	$\geq .95$	$\geq .95$	$\geq .95$
İyi Uyum	$3 \leq x^2/sd \leq 5$	$.05 \leq RMSEA \leq .10$	$.05 \leq SRMR \leq .10$	$.90 \leq CFI < .95$	$.90 \leq NFI < .95$	$.90 \leq NNFI < .95$
Referans	Sümer, 2000; Kline, 2011	Hu ve Bentler, 1999; Hooper ve ark., 2008	Kline, 2011; Brown, 2006	Hu ve Bentler, 1999; Brown, 2006	Sümer, 2000; Hooper ve ark., 2008	Sümer, 2000; Tabachnick ve Fidell, 2013

Yapısal Eşitlik Modellemesi (YEM), çok katmanlı yapısıyla birden fazla değişken arasındaki ilişkileri aynı anda incelemeye olanak tanıyan gelişmiş bir istatistiksel tekniktir. Bu tür analizlerden önce bazı temel varsayımların test edilmesi önerilmektedir (Tabachnick ve Fidell, 2013). Bu doğrultuda öncelikle çalışmada kullanılan örneklem büyüklüğü değerlendirilmiş ve Yapısal Eşitlik Modellemesi için yeterli olduğu belirlenmiştir ($n = 505$) (Hair ve ark., 2006; Westland, 2010). Ardından veri seti eksik, hatalı ve aykırı veriler açısından incelenmiştir. Veri setinde eksik veri bulunmamaktadır; ancak 12 katılımcı kontrol sorularına doğru yanıt vermediği için bu gözlemlerin verileri hatalı kabul edilerek analiz dışı bırakılmıştır. Bununla birlikte veri setinde aykırı değerler tespit edilmesine rağmen bu gözlemler analizden çıkarılmamıştır çünkü bu değerlerin veri hatası olduğuna dair bir kanıt bulunmamaktadır. Ayrıca modelin doğası gereği bu değerlerin çocukluk çağı olumsuz yaşantılar gibi araştırmanın ele aldığı olguya dair gerçek varyansı yansıtmaya ihtimali bulunmaktadır. Bunun yanı sıra hem

katılımcı sayısı hem de Satorra Bentler düzeltmesi ve bootstraping gibi yöntemlerin kullanılması modelin aykırılıklara dayabilirliğini artırmaktadır. Dolayısıyla veri setinin doğallığını ve genellenebilirliğini korumak adına bu gözlemler korunarak analize devam edilmiştir.

YEM'in bir diğer temel varsayımı olan normallik varsayımı da test edilmiş olup, ilgili sonuçlar Tablo 3'de sunulmuştur. Analiz sonuçlarına göre çalışmada kullanılan değişkenlerin ve Çocukluk Çağı Ruhsal Travmaları (ÇÇTÖ-33) ölçeğin üç alt boyutu dışındaki tüm alt boyutların normal dağılım gösterdiği bulunmuştur. Çalışmadaki katılımcı sayısının Merkezi Limit Teoreminin öne sürdüğü sayısından ($n > 200$) çok daha fazla olması normallik varsayımının ihlalinin kabul edilebilir olduğunu göstermektedir (Tabachnick ve Fidell, 2013). Ek olarak materyaller kısmında açıklandığı üzere çalışmada kullanılan ölçeklerin tümünün Türkçe güvenirlik ve yapısal geçerlilik çalışmaları bulunmaktadır (Selçuk ve ark., 2005; Şar ve ark., 2021; Ulu ve Fışiloğlu, 2006; Kimya ve ark., 2024). Ayrıca kullanılan ölçeklerin ve alt boyutlarının bu çalışmadaki iç tutarlılık değerlerini gösteren Cronbach Alpha katsayıları Tablo 3'de raporlanmıştır. Tüm ölçekler ve alt boyutlarının yüksek güvenirlik değerlerine sahip olduğu görülmüştür. Sadece, orijinal çalışmalarında yüksek güvenirlik değerlerine sahip olmalarına rağmen bu çalışmada Kişiselleştirilmiş Psikolojik Esneklik Ölçeğinin kabul alt boyutunun Cronbach Alpha değeri .60 ve Çocukluk Çağı Ruhsal Travmaları Ölçeğinin (ÇÇTÖ-33) cinsel istismar alt boyutunun Cronbach Alpha değeri .65 olarak sınırda güvenirlik göstermiştir.

Son olarak bağımsız değişkenler arasında çoklu doğrusallık olup olmadığı incelenmiştir. Analiz sonuçlarına göre tüm değişkenler için $VIF < 2$ ve Tolerans > 0.1 olarak bulunmuştur, bu nedenle modelin tahmin gücü açısından çoklu doğrusallık sorun teşkil etmemektedir (O'brien, 2007). Ayrıca doğrusallık varsayımı saçılma grafikleri ile incelenmiştir. Tüm değişkenlerin birbirleri ile korelasyon değerleri Tablo 4'de raporlanmıştır.

3.5.1. İlk Modelin Sonuçları

Güvensiz bağlanma düzeyi için kurulan hipotetik modelin uyum iyiliği değerleri χ^2/sd ($\chi^2/sd = 221,919/71=3,13$) oranına göre değerlendirildiğinde iyi uyum gösterdiği söylenebilir. SRMR=.048 değerine göre ise mükemmel uyum göstermektedir. Benzer şekilde diğer uyum iyiliği değerleri incelendiğinde, RMSEA= .072 ve CFI=.937 değerleri modelin mükemmel uyum sınırında olduğuna işaret etmektir. NFI=.911 ve TLI=.919 değerleri ise modelin kabul

edilebilir sınırdan bir uyuma sahip olduğunu göstermektedir. Yapılan analiz sonucuna ilişkin uyum iyiliği indeksleri Tablo 11 'de sunulmuştur.

Tablo 11

Yetişkin Güvensiz Bağlanma Düzeyi Modeline İlişkin Uyum İndeksleri

Değişkenler	χ^2/ sd	RMSEA	SRMR	CFI	NFI	TLI
Ölçme Modeli	3.13	.072	.048	.937	.911	.919

3.5.2. Geliştirilmiş Model Sonuçları

Modification indices sonuçları dikkate alınarak modelde çeşitli iyileştirmelere gidilmiştir. Bu doğrultuda ilk olarak fiziksel ihmal ve duygusal ihmal değişkenlerinin hata varyansları (Model 2) ve ardından fiziksel istismar ve fiziksel ihmal değişkenlerinin hata varyansları (Model 3) arasında kovaryanslar eklenmiştir. Söz konusu düzenleme, çocukluk çağı olumsuz yaşantılarının genellikle birbirinden bağımsız değil, bir arada ve örtüşen biçimlerde deneyimlendiğine işaret eden mevcut literatürle örtüşmektedir (Abacı, 2022; Hornor, 2012). Bu müdahalenin ardından modelin uyum indekslerinde kayda değer bir iyileşme gözlemlenmiştir. Model uyum iyileştirmelerini incelemek için Satorra-Bentler düzeltme yöntemi kullanılarak ölçekli ki-kare fark testleri yapılmıştır. Analiz sonuçlarına göre Model 1, Model 2'den anlamlı bir şekilde farklı bulunmuştur ($\Delta\chi^2(1) = 39.25, p < .001$). Model 2 de anlamlı bir şekilde Model 3'den farklılaşmaktadır ($\Delta\chi^2(1) = 10.67, p = .001$). Bu sonuçlar, Model 1'den Model 3'e, model uyumunda kademeli bir iyileşme olduğunu ve Model 3'ün sağlam ki-kare karşılaştırmalarına göre en uygun model olduğunu göstermektedir. Modellerin uyum değerlerinin karşılaştırılması Tablo 12'de sunulmuştur. Son modelde, güvensiz bağlanma düzeyi için kurulan hipotetik modelin uyum iyiliği değerleri χ^2/sd ($\chi^2/sd = 167.595/69=2.42$) oranına göre değerlendirildiğinde modelin mükemmel uyuma ulaştığı söylenebilir. Benzer şekilde diğer uyum iyiliği sonuçları olan CFI=.959 ve TLI=.946 değerleri mükemmel uyuma işaret ederken RMSEA= .058 ve NFI=.933 değerleri de modeldeki iyileşmeyi göstermektedir. Tüm bu sonuçlar doğrultusunda kurulan hipotetik modelin doğrulandığı görülmüştür. Ek olarak R (versiyon 4.5.0) istatistik yazılımının the semPower paketi (versiyon 2.1.1.) kullanılarak post hoc güç analizi yapılmıştır. İstatistiksel güç elde edilen robust RMSEA = 0.058 (90% CI [0.047,

0.070]], $df = 69$, $N = 505$, $\alpha = 0.05$ değerleri üzerinden test edilmiştir. Analiz sonuçları, istatistiksel gücün $(1-\beta)$, 0.9999 geçtiğini göstermiştir. Dolayısıyla örneklem büyüklüğünün ortaya konan iyi model uyumunda anlamlı sapmalar varsa bunları tespit edebilecek yeterlilikte olduğu görülmüştür.

Tablo 12

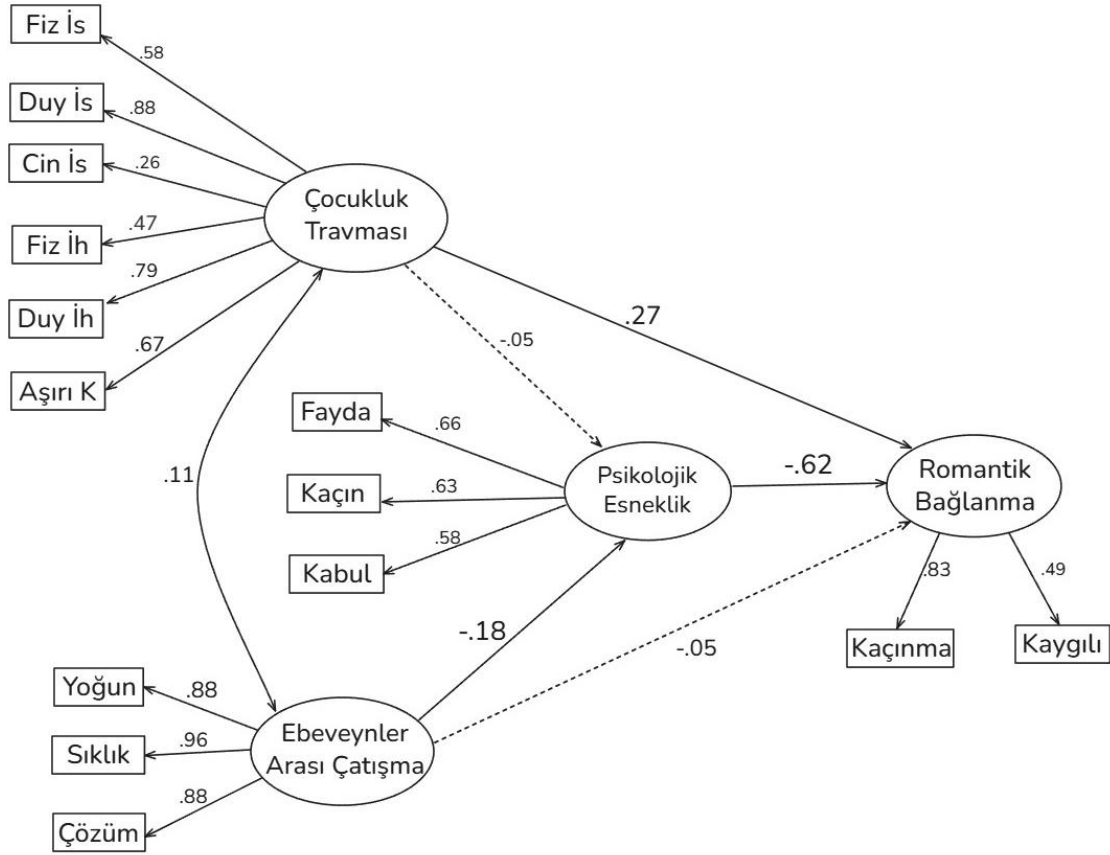
İlk ve Geliştirilmiş Modellerin Uyum Değerlerinin Karşılaştırılması

Değişkenler	χ^2/ sd	RMSEA	SRMR	CFI	NFI	TLI
Model 1	3.13	.072	.048	.932	.911	.919
Model 2	2.69	.064	.048	.950	.924	.935
Model 3	2.42	.058	.046	.959	.933	.946

Analiz sonucunda elde edilen standartlaştırılmış yol katsayıları Şekil 2’de gösterilmiştir. Ebveyenler arası çatışma psikolojik esnekliği anlamlı düzeyde negatif yönde yordamaktadır ($\beta = -.185$, $p = .014$). Çocukluk çağı olumsuz yaşantılar ise psikolojik esnekliği anlamlı bir şekilde yordamamıştır ($\beta = -.048$, $p = .555$). Psikolojik esneklik, güvensiz bağlanmayı anlamlı düzeyde negatif yönde yordamaktadır ($\beta = -.616$, $p < .001$). Ayrıca çocukluk çağı olumsuz yaşantılar güvensiz bağlanmayı anlamlı şekilde pozitif yönde yordamaktadır ($\beta = .272$, $p < .001$). Ancak ebeveyenler arası çatışma güvensiz bağlanmayı direkt olarak yordamamıştır ($\beta = -.048$, $p = .432$). Son olarak olumsuz çocukluk çağı yaşantıları ile ebeveynler arasında çatışma arsında pozitif yönlü anlamlı bir ilişki bulunmuştur ($r = .107$, $p < .001$). Duygusal ihmalin hata varyansı ile fiziksel ihmalin hata varyansı arasında ($r = .077$, $p < .001$) ve yine fiziksel ihmal ile fiziksel istismarın hata varyansları arasında anlamlı bir ilişki bulunmuştur ($r = -.057$, $p < .001$). Model, güvensiz bağlanma düzeyindeki varyansının %48’ini açıklamaktadır ($R^2 = .480$, $p < .001$).

Şekil 2

Geliştirilmiş Modelin Standartlaştırılmış Yol Katsayıları



Not. Kesintisiz çizgiler istatistiksel olarak anlamlı ilişkileri, kesintili çizgiler ise anlamlı olmayan ilişkileri belirtir. Romantik Bağlanma: Yakın İlişkilerde Yaşantılar Envanteri, Kaygılı: Kaygılı Bağlanma, Kaçınma: Kaçınan Bağlanma | Psikolojik Esneklik: Kişiselleştirilmiş Psikolojik Esneklik Ölçeği, Kabul: Kabul, Kaçın: Kaçınma, Fayda: Faydalanma | Ebeveynler Arası Çatışma: Çocukların Ebeveynlerarası Çatışma Algılama Ölçeği, Sıklık: Sıklık, Çözüm: Çözümleme, Yoğun: Yoğunluk | Çocukluk Travması: Çocukluk Çağı Ruhsal Travmalar Ölçeği, Fis İS: Fiziksel İstismar, Cis İS: Cinsel İstismar, Duy İS: Duygusal İstismar, Fiz İh: Fiziksel İhmal, Duy İh: Duygusal İhmal, Aşırı K: Aşırı Koruma

Kaynak: Araştırmacı tarafından oluşturulmuştur.

Ölçme modelindeki regresyon katsayıları incelendiğinde gözlenen değişkenlere ilişkin faktör yüklerinin çocukluk çağı olumsuz yaşantılar için cinsel istismar boyutu için $\beta = .26$ ($p < .001$) ve duygusal istismar boyutu için $\beta = .88$ ($p < .001$) olan değerler arasında değiştiği gözlemlenmektedir. Ebeveynler arası çatışma için faktör yükleri sıklık boyutu için $\beta = .96$ ($p < .001$), çözümme ve yoğunluk boyutları için $\beta = .88$ ($p < .001$) olarak bulunmuştur. Psikolojik esneklik değişkeninin faktör yükleri kabul boyutu için $\beta = .58$, boyutu için kaçınma $\beta = .63$ ve boyutu için faydalanma $\beta = .56$ ($p < .001$) şeklindedir. Son olarak güvensiz bağlanma faktör

yükleri kaygı boyutu için $\beta = .49$ ($p < .001$) ve kaçınma boyutu için $\beta = .83$ ($p < .001$) değerine sahiptir. Dolayısıyla faktör yüklerinin genel olarak orta ve yüksek düzeyde olduğu görülmüştür. Yapısal modelde bulunan tüm standartlaştırılmış yol katsayıları, standart hatalar ve z değerleri Tablo 13’de sunulmuştur.

Tablo 13

Yapısal Modele İlişkin Parametreler

Yollar	B	Standart Hata	z değeri
Çocukluk Çağı Olumsuz Yaşantılar → Psikolojik Esneklik	-.048	.080	-.591
Ebeveynler Arası Çatışma → Psikolojik Esneklik	-.185	.075	-2.460*
Psikolojik Esneklik Bağlanma Tutumları	Güvensiz -.616	.064	-9.685**
Çocukluk Çağı Olumsuz Yaşantılar → Güvensiz Bağlanma Tutumları	.272	.068	3.970**
Ebeveynler Arası Çatışma → Güvensiz Bağlanma Tutumları	-.048	.061	-.786
Çocukluk Çağı Olumsuz Yaşantılar → Fiziksel İstismar	.583	.044	13.143**
Çocukluk Çağı Olumsuz Yaşantılar → Cinsel İstismar	.261	.049	5.318**

Çocukluk Çağı Olumsuz Yaşantılar → Duygusal İstismar	.884	.016	53.596**
Çocukluk Çağı Olumsuz Yaşantılar → Fiziksel İhmal	.469	.051	9.168**
Çocukluk Çağı Olumsuz Yaşantılar → Duygusal İhmal	.787	.023	34.770**
Çocukluk Çağı Olumsuz Yaşantılar → Aşırı Koruma	.673	.034	19.768**
Ebeveynler Arası Çatışma → Sıklık	.963	.007	128.453**
Ebeveynler Arası Çatışma → Yoğunluk	.884	.011	80.858**
Ebeveynler Arası Çatışma → Çözülme	.877	.013	68.599**
Psikolojik Esneklik → Faydalanma	.560	.049	11.405**
Psikolojik Esneklik → Kaçınma	.626	.056	11.119**
Psikolojik Esneklik → Kabul	.583	.048	12.223**
Güvensiz Bağlanma Tutumları Kaçınan Bağlanma	.834	.058	14.343**
Güvensiz Bağlanma Tutumları Kaygılı Bağlanma	.494	.049	9.988**

**p < .001; *p < .05

Son olarak Tablo 14’de görüldüğü gibi psikolojik esneklik, ebeveynler arası çatışma ve güvensiz bağlanma düzeyi arasındaki ilişkiye anlamlı bir şekilde tam aracılık etmektedir ($\beta = .112$, BootSH = .050, 95% CI [.026,.222]). MacKinnon ve ark., (2007) göre bağımlı ve bağımsız değişken arasındaki etkinin yokluğu aracılık etkisini incelemek için bir engel değildir. Dolayısıyla ebeveynler arası çatışma ve güvensiz bağlanma düzeyi arasındaki ilişkinin yokluğu aracılık analizine engel teşkil etmemiştir. Diğer bir yandan, psikolojik esneklik , çocukluk çağı olumsuz deneyimleri ile güvensiz bağlanma arasındaki ilişki de anlamlı bir aracı değişken değildir ($\beta = .030$, BootSH = .051, 95% CI [-.067,.137]).

Tablo 14

Toplam Etki, Doğrudan Etki ve Dolaylı Etki Değerleri

	β	Standard Hata	p	95 % Güven Aralığı	
				Düşük	Yüksek
Toplam Etki					
ÇEÇAÖ → YİYE-II	.060	.067	.394	-.073	.188
CTQ33 → YİYE-II	.311	.072	.000	.174	.460
Doğrudan Etki					
ÇEÇAÖ → YİYE-II	-.053	.062	.409	-.172	.069
CTQ33 → YİYE-II	.282	.067	.000	.152	.414
Dolaylı Etki					
ÇEÇAÖ → Psy E.→ YİYE-II	.112	.050	.010	.026	.222
CTQ33 → Psy E.→ YİYE-II	.030	.051	.512	-.067	.137

Not. YİYE-II: Yakın İlişkilerde Yaşantılar Envanteri, | Psy E.: Kişiselleştirilmiş Psikolojik Esneklik Ölçeği| ÇEÇAÖ: Çocukların Ebeveynlerarası Çatışma Algılama Ölçeği | CTQ33: Çocukluk Çağı Ruhsal Travmalar Ölçeği



DÖRDÜNCÜ BÖLÜM

TARTIŞMA

Bu bölümde analizlerden elde edilen sonuçlar literatürdeki çalışmalarla birlikte tartışılmıştır. İlk olarak demografik değişkenler için yapılan binary (ikili) lojistik regresyon

analizleri değerlendirilmiştir. Ardından, test edilen yapısal modelin sonuçları ve modeldeki ilişkisel ve aracı yollar tartışılmıştır. Son olarak çalışmanın güçlü yönleri ve limitasyonları belirtilmiş ve gelecek araştırmalar için öneriler sunulmuştur.

4.1. Sosyodemografik Değişkenlere İlişkin Tartışma

Mevcut araştırmada güvensiz bağlanma düzeyinin, psikolojik esnekliğin, ebeveynler arası çatışmanın ve çocukluk çağı olumsuz yaşantıların katılımcıların geçmişte bir ilişki deneyimi olma durumları ile ilişkisini incelemek adına binary (ikili) lojistik regresyon analizi uygulanmıştır. Güvensiz bağlanma tutumlarına sahip kişilerin anlamlı bir şekilde geçmişte ilişki yaşamış olma ihtimalinin daha düşük olduğu görülürken çocukluk çağı olumsuz deneyimleri olan kişilerin geçmişte ilişki yaşamış olma ihtimali anlamlı bir şekilde daha yüksek bulunmuştur. Bu bulgu, güvensiz bağlanan kişilerin ilişki deneyimi kurmakta zorlandığını öne süren literatürle uyumludur. Nitekim özellikle kaçınan bağlanan kişiler, kişiler arası ilişkilerden, yakınlıktan ve destek aramaktan kaçınırlar (Hazan ve Shaver 1987; Mikulincer ve Shaver, 2016). Romantik ilişkilere dair yapılan pek çok çalışma katılımcı olarak sadece herhangi bir ilişki deneyimi olan kişileri dahil etmektedir (Godbout ve ark., 2017; Li ve ark., 2023). Ancak bu şekilde geçmişte bir ilişki deneyimi olmayan ya da herhangi bir ilişki deneyimi olup ayrılık yaşamış kişilerin bağlanma tutumlarını anlamak zorlaşmaktadır (Tery, 2018). Bu doğrultuda bu çalışma katılımcıların geçmiş ilişki deneyimini ve mevcut ilişki durumunu gözetmiş ancak çalışmaya katılımını kısıtlamamıştır. Diğer bir taraftan çocukluk çağı olumsuz yaşantılara sahip kişilerin geçmişte romantik ilişki yaşama ihtimalinin fazla olması karşılanmayan ihtiyaçlarla ilişkili olabilir. Sağlıklı bir psikolojik gelişim için her çocuğun, birincil bakım verenlerinden sevgi, sıcaklık ve ilgi görmesi gerekir (Bowlby, 1973). Ancak şema teorisinin (Young ve ark., 2003) öne sürdüğü gibi istismar ve ihmal sonucunda bu ihtiyaçları giderilmeyen çocuklar, yetişkin hayatlarında romantik ilişkileri yoluyla bunu telafi etmek isteyebilirler. Dolayısıyla adaptif olmayan ilişki kalıplarını sürdürmek pahasına olsa bile istismar mağduru bir yetişkin romantik bir ilişki içinde olmayı tercih edebilir. Bununla birlikte Boyer-Pennington ve arkadaşları (2001) tarafından yapılan bir çalışmada, boşanmış ailelerde yetişmiş çocukların, kendilerinin evlenme olasılığına veya evliliğinin başarısına yönelik iyimserliği olduğunu ortaya koymuştur. Dolayısıyla zor bir çocukluk yaşamış bireyler, bir ilişki içerisinde olmak ve ailelerinin hatalarını tekrar etmemek gibi bir motivasyona sahip olabilir.

Benzer şekilde güvensiz bağlanma düzeyinin, psikolojik esnekliğin, ebeveynler arası çatışmanın ve çocukluk çağı olumsuz yaşantıların katılımcıların mevcut ilişki durumları ile

ilişkinsini incelemek adına binary (ikili) lojistik regresyon analizi uygulanmıştır. Analiz sonuçlarına göre güvensiz bağlanma tutumlarının katılımcıların bekar olma ihtimalini yordadığı bulunmuştur. Bu doğrultuda Ng ve arkadaşları (2024) romantik partnerleri olmayan katılımcıların, romantik partneri olanlara kıyasla daha yüksek kaçınan bağlanma tutumlarına sahip olduğunu belirtmişlerdir. Bu bulgu, literatürde bulunan romantik ilişkide olan kişilerin daha fazla yaşam doyumu ve psikolojik iyi oluş ve mutluluk belirttiği çalışmalar ışığından değerlendirilebilir (Davila ve ark., 2017; Kawamichi et al., 2016). Nitekim uzun süreli romantik birlikteliklerin genellikle zamanla artan bağlanma güvenliğini teşvik ettiğini söylenebilir. İlişkilerin artan süresi, duygusal ve ilişkisel yeterlilikleri geliştiren deneyimler sağlayabilir (McIntyre ve ark., 2025). Dolayısıyla bekar katılımcılar ilişkisi olan katılımcılara kıyasla ilişkileri daha olumsuz değerlendirmiş ve güvensiz bağlanma düzeyleri yüksek bulunmuş olabilir. Ancak bu bulgular değerlendirilirken romantik ilişkilerin doğası gereği karmaşık olduğu ve bu ilişkilerin çeşitli bireysel, ilişkisel, bağlamsal ve kültürel etkenlerden beslendiği göz ardı edilmemelidir (Bühler ve ark., 2021). Bu nedenle bekar olma durumu yalnızca güvensiz bağlanma ile açıklanamayabilir; aynı zamanda kişisel bir tercih olarak da değerlendirilebilir.

Psikolojik esneklik ve ebeveynler arası çatışma ise hem geçmiş ilişki deneyimi hem de mevcut ilişki durumu için anlamlı bir değişken olarak bulunmamıştır. Psikolojik esnekliğin genel iyi oluşu ve romantik ilişki doyumu ile kalitesini etkilediği önceki çalışmalarda görülmüştür (Calvo ve ark., 2022; Pakenham ve Samios, 2013; Twiselton ve ark., 2020). Ancak bu çalışmada da psikolojik esnekliğin bir ilişkide nasıl davranıldığını ve bağlanma tutumlarını etkilediği görülse de romantik ilişki içinde olup olmama durumundan bağımsız olduğu bulunmuştur. Diğer bir taraftan literatürde ebeveynler arası çatışmaya maruz kalmanın yetişkinlikte ilişkisel zorluklarla ilişkili olduğu bulunmasına rağmen (Braithwaite ve ark., 2016; Kumar ve Mattanah, 2018; Simon ve Furman, 2010) ilişkide olup olmama durumunun etkilediğine dair bir bulguya rastlanmamıştır. Kısacası bu bulgular, psikolojik esnekliğin ve ebeveynler arası çatışmanın ilişkide bulunmaktan çok, ilişkinin niteliği üzerinde etkili olduğunu düşündürmektedir. Ek olarak katılımcıların ilişki kurma kararları, kişilerarası ilişkiler çok boyutlu bir yapısı dolayısıyla yalnızca içsel psikolojik süreçlerden ve gözlemlenen ebeveynler arası ilişkiden değil, aynı zamanda sosyal çevre ve bireysel yaşam koşulları gibi çeşitli faktörlerden de etkileniyor olabilir (Hilpert ve ark., 2016; Karney ve Bradbury, 1995).

Güvensiz bağlanma düzeyinin, psikolojik esnekliğin, ebeveynler arası çatışmanın ve çocukluk çağı olumsuz yaşantıların cinsiyet ile ilişkini incelemek için de yapılan binary logistik regresyon analizi de istatistiksel olarak anlamlı bulunmuştur. Spesifik olarak psikolojik esneklik düzeyinin yüksek olması katılımcının erkek olma ihtimalini artırmaktadır. Bu doğrultuda üniversite öğrencileri ile yapılan bir çalışmada kadınların erkeklere oranla daha fazla yaşantısal kaçınmaya meyilli olduğu belirtilmiştir. Diğer bir deyişle kadınlar istenmeyen duyguları, düşünceleri ve bedensel duyuları kabul etmek yerine göz ardı etmeye ve bastırmaya çalışabilir (Aydın ve Aydın, 2024). Butaney ve arkadaşları (2023), pandemi öncesi dönemdeki ölçümlerde kadın ve erkeklerin algılanan stress ve psikolojik esneklik düzeylerinin benzerlik göstermesine rağmen pandemi sonrasında kadınların erkeklere kıyasla daha yüksek algılanan stress ve daha düşük psikolojik esneklik deneyimlediğini göstermiştir. Benzer şekilde sporcularla yapılan başka bir çalışmada, erkek katılımcılar daha yüksek düzeyde psikolojik iyi oluş, öz güven ve psikolojik esneklik becerileri raporlamıştır (Ronkainen ve ark., 2024). Ayrıca erkek sporcuların değer odaklı davranışlarının, şimdiki anla temaslarının ve kaçınma davranışlarının psikolojik iyi oluşları ile kadınlara kıyasla daha fazla ilişkili olduğu bulunmuştur (Ronkainen ve ark., 2024). Bununla birlikte kadın katılımcılar daha yüksek güvensiz bağlanma ile ilişkilendirilmiştir ancak bu ilişki sınırda anlamlı bulunmuştur. Nitekim başka çalışmalarda da kadınlar erkeklere kıyasla daha yüksek hem kaygılı hem de kaçınan bağlanma tutumları göstermiştir (Costanzo ve ark., 2024). Bunlara ek olarak mevcut çalışmada ebeveynler arası çatışma ve çocukluk çağı olumsuz yaşantıların cinsiyet ile ilişkili olmadığı görülmüştür. Cloutier ve Barling (2021) ebeveynler arası şiddette kadın ve erkeklerde bir fark olmadığını ortaya koyarken, başka çalışmalar da olumsuz çocukluk deneyiminin cinsiyetten bağımsız olduğunu göstermiştir (Chen ve ark., 2025; Costanzo ve ark., 2024; Ding ve ark., 2022). Literatürdeki bazı çalışmalar ise cinsiyetin çocukluk çağı olumsuz yaşantıların türlerine göre farklılık gösterebileceğini ortaya koymaktadır. Örneğin kadınların cinsel istismara maruz kalma ihtimali daha yüksek bulunurken (Aktepe, 2009) duysugal istismarın da erkekler arasında daha yaygın olabileceği belirtilmiştir (Falgares ve ark., 2024). Bu doğrultuda mevcut çalışmada cinsiyet açısından fark görülmemesinin nedeni olumsuz çocukluk yaşantı türlerinin bir arada değerlendirilmesi olabilir.

Son olarak ebeveynler arası çatışma çok güçlü bir şekilde ebeveyn boşanmasını yordamıştır. Kaçınılmaz olarak yoğun çatışmaların yaşandığı evlilikler aile içindeki tüm bireyleri olumsuz etkiler ve sonunda ayrılık ile sonuçlanabilir. Bu bulgu, ebeveynler arası çatışma ve boşanmanın iç içe geçmiş doğasına işaret etmektedir. Bu bağlamda O'Hara ve

arkadaşlarının (2023) çalışmasında boşanmış ailelerden gelen ergenler, ebeveynleri hâlâ evli olan ergenlere kıyasla ebeveynler arası çatışma, aile içi ve ebeveyn-çocuk ilişkilerinde güvensizlik ile ebeveyn kontrolü ve reddi düzeylerinde anlamlı biçimde daha yüksek puanlar bildirmiştir. Bununla birlikte ebeveynler arası çatışmanın çocukları ebeveynlerin boşanmasından daha çok etkilediğini gösteren çalışmalar da mevcuttur (Smith-Extreberria ve ark.,2020). Nitekim ebeveynleri boşanmış gençler arasında dahi ebeveynleri boşanmadan önceki süreçte daha sık tartışma gözlemleyen çocuklar, kendi romantik ilişkilerinde daha çok zorlandığını belirtmiştir (Cui ve ark., 2010). Diğer bir taraftan çocukluk çağı olumsuz yaşantılar, psikolojik esneklik ve güvensiz bağlanma ebeveynlerin boşanma tutumlarını etkilememiştir. Nitekim bu değişkenlerin ebeveyn boşanmasının yordayıcısı olarak değil, boşanmanın olası sonuçları şeklinde yorumlanması daha anlamlı olabilir. Örneğin ebeveynlerin boşanması çocukların romantik ilişkilerinde zorluklar yaşamasında etkili olabilir. Diğer bir deyişle bu değişkenlerin ebeveynlerin boşanma kararı üzerinde doğrudan bir etkisi olması beklenmez çünkü boşanma kararı genellikle çocukların özelliklerinden bağımsızdır. Bu doğrultuda Deck ve arkadaşları (2023) yaptıkları sistematik derleme çalışmasında ebeveynlerin boşanmasının yüksek şiddetteki tartışmalardan kaynaklandığını belirtir. Ayrıca çatışma çözümünde ve iletişimdeki zayıf becerilerin, kısıtlı sosyal ağların, anlaşmalardaki tatminsizliklerin ve savunma mekanizmaları gibi ebeveynlerin çeşitli kişilik özelliklerinin boşanma üzerinde etkili olduğunu göstermişlerdir.

Bunlara ek olarak demografik değişkenler olan geçmiş ilişki deneyimi, mevcut ilişki durumu, yaş, eğitim ve cinsiyet stepwise regresyon analizine dahil edilerek bağımlı değişken olan yetişkin güvensiz bağlanma düzeyini etkilemesi yönünden incelenmiştir. Geçmiş ilişki deneyiminin ve mevcut ilişki durumunun binary (ikili) lojistik analizi sonuçları ile uyumlu olacak şekilde güvensiz bağlanma düzeyini istatistiksel olarak anlamlı bir şekilde yordadığı görülmüştür. Eğitim düzeyi, anlamlı bir şekilde güvensiz bağlanma tutumlarını yordarken yaş istatistiksel olarak anlamlı bir katkı sunmadığı için son modelden çıkarılmıştır. Benzer şekilde literatürde hem kaygılı hem de kaçınan bağlanmanın yaş ile ilişkili olmadığını gösteren başka çalışmalar da mevcuttur (Özbilgin, 2022; Ye ve ark., 2023). Bununla birlikte katılımcıların eğitim seviyesi düzeyindeki artış güvensiz bağlanma düzeyini azaltmaktadır. Bu doğrultuda Braithwaite ve arkadaşları (2016) yüksek eğitim seviyesindeki insanların ilişki zorluklarını yönetmekte daha iyi olduğunu belirtmiştir. Son olarak binary lojistik analizinde cinsiyet sınırda anlamlı şekilde güvensiz bağlanma ile ilişkili bulunmuş olsa da stepwise regresyon analizin son modelinden anlamlı bir katkı sağlamadığından ötürü çıkarılmıştır. Nitekim literatürde

güvensiz bağlanma ve cinsiyet arasındaki bir ilişki olmadığını söyleyen bulgular da mevcuttur (Reddy ve Naila 2024; Li ve Chan, 2012). Literatürde cinsiyetin güvensiz bağlanma üzerindeki etkisine ilişkin bulguların tutarsız olması, bu çalışmada elde edilen sonuçlarla örtüşmektedir. Mevcut araştırmada da cinsiyetin güvensiz bağlanma üzerindeki etkisine dair net bir sonuca ulaşılammıştır.

4.2. Yapısal Modele İlişkin Tartışma

Bu bölümde, çocukluk çağı olumsuz yaşantılarının ve ebeveynler arası çatışmanın psikolojik esneklik yoluyla yetişkin güvensiz bağlanma düzeyini etkilediği ile ilgili kurulan yapısal modeldeki tüm hipotezlerin desteklenip desteklenmediği değerlendirilecektir. Bu değerlendirme, önerilen hipotezlerin çalışmada elde edilen ampirik verilerle ne kadar iyi örtüştüğünü açıklığa kavuşturmayı amaçlamaktadır.

İlk olarak mevcut çalışmada ebeveynler arası çatışma ve güvensiz bağlanma arasında bir ilişki olmadığı ancak psikolojik esnekliğin, ebeveynler arası çatışma ve güvensiz bağlanma arasındaki ilişkide anlamlı ve tam bir aracı rolü olduğu görülmüştür. Ebeveynler arası çatışma deneyiminin romantik ilişkilerde güvensiz bağlanmayı etkilediğine dair pek çok çalışma bulunmaktadır (Li ve ark., 2019; Cusimano ve Riggs, 2013; Smith-Extreberria ve ark., 2020) Ancak bu çalışmadaki bulguya Benzer şekilde ebeveynler arası çatışmanın romantik ilişki sonuçlarını etkilemediği (Toomey ve ark., 2001; Sağkal ve Özdemir, 2019) ya da ebeveynler arası çatışmaya maruz kalmış kişilerin hem sağlıklı hem sağlıklı ilişki kalıpları geliştirebileceğini gösteren çalışmalar da vardır (Usluoğlu ve Yazıcı, 2024). Nitekim bir çalışmada ebeveynleri boşanmış ya da bir arada olan gençlerin ileri evlilik yaşantılarına bakışları arasında bir fark görülmemiştir (Boyer-Pennington ve ark., 2001).

Bunun bir açıklaması ise ebeveyn çatışmasının güvensiz bağlanma üzerindeki etkilerinin zamanla azalabileceğidir. Çatışma, katılımcıların yaşamlarının erken dönemlerinde ortaya çıkmışsa araya giren olaylar veya daha olumlu ilişkisel modellerin varlığı çatışmanın etkisini azaltabilir. Özellikle bağlanma sistemlerinin nasıl çalıştığına dair daha geniş bağlamı dikkate almak da önemlidir. Örneğin erken çocukluk döneminde bağlanma ve yetişkinlikte bağlanma arasındaki ilişkide çeşitli aracı değişkenler vardır (Shen ve ark., 2021). Dolayısıyla bireylerin kalıcı bir bağlanma stili olmadığı farklı ilişkilerde farklı bağlanma modelleri geliştirebileceği de söylenebilir (Collins ve Allard, 2004). Örneğin ebeveynlerine güvensiz

bağlanmış bir kişi güvenli bir romantik partnerin varlığında bu döngüden çıkabilir. Nitekim erken dönemdeki olumsuz deneyimler, bağlanma stillerini şekillendirirken, yaşamın ilerleyen dönemlerinde karşılaşılan olumlu ilişkisel deneyimler daha önce benimsenen bağlanma ile ilgili bilişsel şemaları yeniden çerçeveleme ve değiştirme potansiyeline sahiptir (Holman ve ark., 2008). Bu nedenle bireylerin yeni ilişkiler kurmaları ve farklı sosyal destek biçimleriyle karşılaşmaları bağlanma güvenliklerinde değişiklikler yaratabilirler.

Bununla birlikte ebeveynler arası çatışmadan bir çocuğun etkilenmesi onun çatışmayı nasıl değerlendirdiği ile yakından ilişkilidir (Grych ve Finchman, 1990; L.Platt ve ark., 2008; Özdemir ve Sağkal, 2019). Ancak zamanla bireyler ebeveynleri arasındaki çatışmalardan kendilerinin sorumlu olmadığını daha iyi kavrayabilir ve ilişkisel kalıpları direkt kopyalamak yerine kendi ilişkilerini daha etkili bir biçimde düzenleyebilir. Sürecin ilerleyen aşamalarında, çatışmayı değerlendirme biçimlerindeki bireysel farklılıklar, hem ebeveynler arası çatışmaya maruz kalma düzeyine hem de bu çatışmalara verilen tepkilerdeki değişimlere yansiyabilir. (Simon ve Furman, 2010).

Aile Sistemleri Kuramı (Broderick, 1993; Minuchin, 1985) ve daha güncel olan Etkileşimsel Aile Dinamikleri (Schermerhorn ve Cummings, 2008) yaklaşımına başvurularak direkt etkinin olmadığı yönündeki bulgu daha iyi anlaşılabilir. Bu teoriler ebeveynler arası çatışmanın çocukları direkt değil ebeveynlerin davranışları aracılığıyla etkilediğini öngörür (Davies ve Cummings, 2006). Aile dinamiklerinde eşler arasındaki romantik ilişkiler, ebeveyn-çocuk ilişkisi ve hatta kardeşler arası ilişkiler gibi çok düzeyli karmaşık bir işleyiş mevcuttur. Dolayısıyla romantik ilişkiler üzerine yapılan araştırmalar önemli olsa da bu ilişkiler daha geniş aile sistemi içinde aracı bir yapı olarak işler. Ayrıca anne baba arasındaki ilişkide yaşanan aksaklıkların ailenin diğer alanlarına yayılma etkisi gösterdiği bilinmektedir (Sturge-Apple ve ark., 2006; Broderick, 1993). Örneğin partneri ile tartışan bir ebeveyn, yaşadığı stres ve olumsuzluğu çocuğuna yansıtabilir. Spesifik olarak ebeveynler arasındaki romantik ilişkide yaşanan bir çatışma, bu ebeveynlerden birinin ebeveynlik sorumluluklarından uzaklaşmasına ya da diğer ebeveynin çabalarını baltalamasına yol açabilir (Daks ve Rodge, 2020). Ayrıca ebeveynler arası çatışmaya çok fazla dahil olan ebeveynlerin çocuklarının ihtiyaçlarını ihmal etme ihtimalleri vardır (Li ve ark., 2019). Bu doğrultuda bu çalışmada da ebeveynler arası çatışma ve çocukluk çağı olumsuz yaşantıları arasında anlamlı bir ilişki bulunmuştur. Sonuç olarak bu teoriler, ailede bir sistemdeki ilişkisel dinamiklerin diğer sistemleri dolaylı olarak nasıl etkileyebileceğini açıklamak için bütüncül bir yapı sunar (Erel ve Burman, 1995). Bu

teorik çerçeve doğrultusunda mevcut çalışmada da ebeveynler arası çatışmanın yetişkin bağlanma tutumlarını etkilemesindeki dolaylı yolun psikolojik esneklik olabileceği gösterilmiştir.

Araştırma bulguları, ebeveynler arası çatışmaya maruz kalmanın psikolojik esneklik düzeyini olumsuz ve anlamlı biçimde etkilediğini ortaya koymuştur. Bu sonuç, ebeveynler arası çatışmanın şiddetinin ve sıklığının çocukların duygusal ve davranışsal tepkilerini farklı şekillerde etkileyebileceğini göstermektedir. Dolayısıyla bu tür çatışmaların çocukların genel psikolojik esnekliklerini ve değişen koşullara uyum sağlama becerilerini şekillendirme potansiyeline sahip olduğu söylenebilir. Benzer şekilde ebeveynler arası çatışmaya maruz kalmanın çocukların öfke, korku ve üzüntü gibi çeşitli duygulara yönelik dikkat yanlılığını, çatışma kaynaklı duygusal güvensizliklerini ve psikolojik sorunlarını şekillendirdiği ortaya konulmuştur (Davies ve ark., 2021). Ayrıca dikkat yanlılığı sergileyen çocuklar çatışmalı aile ortamlarına daha yoğun tepkiler verebilir ve bu durum, uzun vadede duygusal ve davranışsal zorluklara yol açabilir. Nitekim yıkıcı nitelikteki ebeveyn çatışmalarının, Davies ve Cummings'in (1994) Duygusal Güvenlik Hipotezi'nde öne sürdüğü üzere, çocuklarda bir tür psikolojik stres ya da alarm tepkisine neden olabileceği düşünülebilir. Bu tür stresörler, kendini koruma amacıyla geliştirilen katı ve kaçınmacı davranışlara yol açabilir. Örneğin çocuklar çatışmadan uzak durmak için içe çekilme ya da aşırı cep telefonu kullanımı gibi davranışlar sergileyebilir. Ayrıca çatışmalara ilişkin istenmeyen duygu ve düşüncelerle saplantılı bir şekilde meşgul olma da görülebilir. Bu bağlamda Giani ve arkadaşları (2025), ebeveynler arası çatışmanın ergenlerde psikolojik katılığı yordadığını ve bunun çeşitli duygusal ve davranışsal sonuçlara zemin hazırlayabileceğini ortaya koymuştur.

Bunlara ek olarak psikolojik esneklik, romantik ilişkilerde güvensiz bağlanmayı negatif yönde ve anlamlı bir şekilde yordamıştır ve bu yapısal modeldeki en güçlü yoldur. Bu bulgu, psikolojik esnekliğin çeşitli romantik ilişki değişkenleri ile ilişkili olduğunu ortaya koyan mevcut literatür ile uyumludur (Twiselton ve ark., 2020; Pakenham ve Samios, 2013). Spesifik olarak psikolojik esnekliğin azlığı güvensiz bağlanmayı kişilerin kullandıkları stratejiler üzerinden etkileyebilir. Psikolojik esnekliğin düşük düzeyde olması duygu ve düşünce gibi içsel deneyimlerinden kaçınmaya yol açabilir ve bu da kaçınan bağlanan kişilerin ilişkilerde sıklıkla başvurduğu devre bırakıcı (deactivation) stratejileri ile ilişkili olabilir. Benzer şekilde düşük psikolojik esneklik düzeyi, kişilerin ilişkisine ve partnerlerine dair istenmeyen duygu ve düşünceleri kabullenerek gelip geçmesine izin vermek yerine onlara saplanıp kalmasına yol

açabilir ve bu da kaygılı bağlanan kişilerin kullandığı hiper aktifleştirici (hyperactivating) stratejileri ile ilişki olabilir (Calvo ve ark., 2022). Dolayısıyla psikolojik olarak esnek olmayan kişiler azalan ilişki doyumu, artan çatışma ve saldırganlık gibi çeşitli olumsuz ilişki sonuçları deneyimleyebilir. Diğer bir taraftan psikolojik olarak esnek olan kişilerin ilişki farkındalıkları daha yüksek olabilir; bu da romantik ilişkilerinde anda kalarak aktif olmalarını ve eşlerinin ihtiyaçlarını daha kolay fark etmelerini sağlayabilir. Nitekim yalnızlık ve ilişki farkındalık arasındaki ilişkide psikolojik esnekliğin düzenleyici bir rolü olduğu bulunmuştur. Psikolojik esneklik düzeyi yüksek olan kişilerde yalnızlığın ilişki farkındalık üzerindeki etkisi azalmaktadır (Sease ve ark., 2022). Bununla birlikte psikolojik esneklik, bireylerin özellikle ruhsal sağlık sorunlarının mevcut olduğu durumlarda, partnerlerinin deneyimleriyle daha yapıcı bir şekilde etkileşime girmelerine olanak tanıyabilir. Örneğin Schnapp ve arkadaşları (2019), depresyon ve anksiyete gibi ruh sağlığı sorunlarına ilişkin algılarını, romantik partnerlerin birbirlerine yönelik yorumlarını ve tepkilerini etkileyebileceğini bulmuştur. Dolayısıyla psikolojik esneklik, olumsuz algılara karşı koruyucu bir mekanizma olarak partnerlerin birbirlerine desteklerini teşvik edebilir. Bu doğrultuda psikolojik esnekliğin, bakım veren-yaşlı ebeveyn, arkadaşlıklar, kardeş ilişkileri gibi kişilerarası işleyişin diğer alanlarındaki dinamikleri de anlamamıza anlamlı bir şekilde katkıda bulunması muhtemeldir.

Son olarak psikolojik esnekliğin ebeveynler arası çatışma ve güvensiz bağlanma arasındaki ilişkide anlamlı ve tam bir aracılık rolü olduğu bulunmuştur. Yukarıda tartışıldığı üzere ebeveynler arası çatışma ve güvensiz bağlanma arasında anlamlı bir ilişki görülmüştür. Ancak mevcut bulgu ışığında ebeveynler arası çatışmanın romantik ilişkilerde bağlanmayı psikolojik esneklik aracılığıyla etkilediği söylenebilir. Dolayısıyla çocukların ebeveynlerinin tartışmasından spesifik bağlanma davranışları yerine genel psikolojik esneklik tutumlarını öğrendiği düşünülebilir. Bu doğrultuda aile bağlamı ve ebeveyn duygu düzenleme modelleri gibi faktörler, çocuklara kendi içsel deneyimlerini nasıl düzenleyecekleri konusunda örnekler sunabilir (Morris ve ark., 2007). Nitekim ebeveynlerin psikolojik esneklik düzeyi ile çocukların psikolojik esneklik düzeyi arasında ilişki olduğu daha önceki çalışmalarda gösterilmiştir (Moreira ve Canavarro, 2018). Ayrıca ebeveynlerin psikolojik esneklik düzeyinin düşük olması olumsuz bir aile atmosferi de oluşturabilir. Özellikle ebeveynlerin psikolojik esneklik düzeyinin, ebeveynlik tarzları ile ilişkili olduğu bulunmuştur. Psikolojik esneklik düzeyi yüksek ebeveynler, daha adaptif ebeveynlik stratejilerine yönelirken daha az negatif ve katı ebeveynlik tutumları sergilerler (Daks ve Rogge, 2020). Bunun sonucunda ebeveynlik tutumları da çocukların psikolojik esneklik düzeylerini etkilemektedir (Williams ve ark, 2012; Yue ve

Zhang, 2025). Örneğin ebeveynlerin yüksek beklentileri çocukların öz eleştirel olmasına ve sonrasında yargılanmaktan kaçınmak adına sosyal ilişkilere mesafeli olmasına yol açabilir (Hayes ve ark., 2012). Ebeveynlerin psikolojik olarak esnek olması aile bütünlüğünü de sürdürmekte önemli görünmektedir. Nitekim psikolojik olarak katı olan ebeveynlerin eşleri ile daha çok tartıştığı, daha az duygusal olarak hazırbulunuşluğu olduğu, hem ilişkisel hem de cinsel olarak daha az tatmin yaşadığı görülmüştür (Daks ve Rogge, 2020).

Romantik ilişki literatüründen İncinebilirlik Stress Uyum Modeli (Vulnerability Stress Adaption Model) (Karney ve Bradbury, 1995) psikolojik esnekliğin ve ebeveynler arası çatışmanın yakın ilişki dinamiklerini nasıl etkilediğine dair anlamlı bir açıklama sunulabilir. Model, kalıcı incinebilirlikler, stresli deneyimler ve uyum sağlayıcı süreçler gibi çeşitli faktörlerin ilişki kalitesini ve genel istikrarını toplu olarak etkilediğini öne sürmektedir. Bir kişinin ilişkiye getireceği erken yaşam deneyimleri ve süregelen kişilik özellikleri o partnerin dayanıklı incinebilir yönleridir. Modele göre dayanıklı kişisel incinebilir yönlerin ilişki sonuçları üzerinde dolaylı etkisi olduğu çünkü bu faktörlerin etkisinin, uyum sağlayıcı süreçler aracılığıyla yönlendirileceği varsayılır. Dolayısıyla çift ilişkilerinin gidişatını belirlemede kişiler arası uyum sağlayıcı süreçlere merkezi bir rol atfedilir. Aynı zamanda çiftlerin dayanıklı incinebilirlikleri ve maruz kaldığı stresli koşullar nedeniyle uyum sağlayıcı süreçlerde farklılık göstereceği öne sürülür. Bu yaklaşımla paralel olarak mevcut çalışmada dayanıklı incinebilirlik olarak ebeveynler arası çatışma, uyum sağlayıcı bir süreç olarak psikolojik esneklik ve ilişki sonucu olarak güvensiz bağlanma düşünülebilir. Spesifik olarak ebeveynler arası çatışma zor durumlara karşı katı ve esnek olmayan tepkilerin baş etme yöntemi olarak tercih edilmesine yol açabilir. Bu durum, ilişkideki olumsuzluk ve tepkiselliği artırabilir ve daha fazla kaygı veya kaçınma davranışlarına yol açabilir. Buna karşılık uyum sağlayıcı bir süreç olarak psikolojik esneklik, ebeveynler arası çatışmanın etkisini azaltarak ilişki sisteminin tüm düzeylerinde daha nazik ve sevgi dolu etkileşimleri teşvik edebilir (Daks ve Rogge, 2020).

Çalışmanın ana bulgularından biri de çocukluk çağı olumsuz yaşantıların güvensiz bağlanma düzeyini yordamasına rağmen psikolojik esnekliğin bu ilişkiye aracılık etmemesidir. Çocukluk çağı olumsuz yaşantılarının yetişkin güvensiz bağlanma düzeyi üzerinde istatistiksel olarak anlamlı pozitif bir etkiye sahip olduğunu öngören hipotez çalışma sonuçlarıyla doğrulanmıştır. Bu bulgu, literatürdeki diğer çalışmalarla ile tutarlıdır (Cossette-Côté ve ark., 2023; Bauman ve ark., 2024). Nitekim yetişkin bağlanma stilleri, kavramsal olarak bebeklik bağlanma örüntülerinden bazı farklılıkları olsa da, genellikle erken bakım koşullarına bir tepki olarak ortaya çıkar ve erken bağlanma şemalarını yansıtır (Waters ve ark., 2000). Olumsuz

çocukluk çağı yaşantıları, bağlanma figürü tarafından gerçekleştirilen farklı türden istismar ve ihmallerin birikimi olduğundan, istismar mağdurları bakım ve sevgiyi hak etmedikleri inancını içselleştirebilir. Ayrıca çocuklukta istismara maruz kalanlar başkalarının ulaşamaz, dengesiz ve hatta istismarcı olduğuna dair inancı da pekiştirebilir. Kişilerin bu içsel işleyen modelleri daha sonraki romantik ilişkilerde aktive edilebilir (Gosselin ve ark., 2023; Godbout ve ark., 2017). Bu doğrultuda Briere (2002)'nin Kendilik Travma Modeli, travmanın sonuçlarının bireysel semptomların ötesine geçerek daha geniş ilişkisel dinamikleri ve sağlıklı kişilerarası ilişkileri sürdürme becerilerini etkilediğini öne sürmektedir. İstismar deneyimi olan kişiler, olumsuz sinyallere aşırı duyarlılık göstermeye ve kendi benliğini olumsuz şekilde algılamaya meyillidir. Bunun sonucunda travma kökenli duygular ve davranışlar, olumsuz etkileşimler ve algılarla tekrarlanıp sürdürülebilir (MacIntosh, 2017). Dolayısıyla çalışmanın bulguları, birincil bakım verenlerle olan ilişkilerle benzer şekilde romantik ilişkilerin yakınlık ve savunmasızlık içeren bağlamlarının, olumsuz çocukluk anılarını ve tepkilerini yeniden canlandırabileceğini öne süren Kendilik Travma Modeliyle (Briere ve Scott, 2014; Briere, 2002) uyumludur.

Bununla birlikte bazı çalışmalar ayrı ayrı cinsel istismar (Meyer ve ark., 2017) ve duygusal istismarın (Cao ve ark., 2022) yetişkin güvensiz bağlanma düzeyi üzerindeki etkisini incelemiştir. Ancak mevcut çalışmada da ele alındığı haliyle genellikle çocukluk çağı kötü muamelesinin kümülatif biçimleri daha fazla bağlanma kaygısı ve kaçınması ile ilişkilendirilmiştir (Dion ve ark., 2019; Muller ve ark., 2012). Başka bir deyişle kötü muamelenin uzun vadeli kişilerarası sonuçları, belirli bir istismar biçimine özgü olmaktan ziyade birden fazla istismar türünün bir arada yaşanmasıyla daha güçlü bir ilişki içindedir. Bu doğrultuda birden fazla istismara uğramış olanların yalnızca bir tür istismara uğramış olanlara kıyasla yakınlık korkusunun daha fazla olduğu bulunmuştur (Davis ve ark., 2001).

Mevcut çalışmada çocukluk çağı olumsuz yaşantıları ile psikolojik esneklik ilişkili bulunmamıştır. Bunun sonucunda psikolojik esnekliğin çocukluk çağı olumsuz yaşantıları ve güvensiz bağlanma arasındaki ilişkiye aracılık etmediği görülmüştür. Bu bulgunun bir açıklaması örneklem özellikleri ile ilgili olabilir. Çocukluk çağı olumsuz yaşantılar skorlarına bakıldığında bir taban etkisi olduğu ve datanın pozitif çarpıklık gösterdiği tespit edilmiştir. Katılımcıların çoğunluğu daha az travma belirtmiştir ve bu durum da farklılıkların tespit edilmesini zorlaştırmış olabilir. Ayrıca psikolojik esneklik ölçeğinin kabul alt boyutunun güvenilirlik katsayısı düşük bulunmuştur. Bu da anlamlı bir sonuç bulmayı etkilemiş olabilir.

Bununla birlikte Richardson ve Jost (2019) psikolojik esnekliğin, travmaların olumsuz etkileri ile psikolojik sıkıntı (depresyon ve PTSD) arasındaki ilişkiye kısmen aracılık ettiğini ancak travma sayısını içeren modeller için herhangi bir aracılık desteği olmadığını bulmuşlardır. Diğer bir deyişle psikolojik esneklik bir kişinin travmadan nasıl etkilendiği ile ilişkili bulunmuştur ancak ne kadar travma yaşadığı ile ilişkili bulunmamıştır. Benzer şekilde bu çalışmada kullanılan ÇÇTÖ-33 ölçeği de travmanın öznel etkisinden ziyade sıklığını ölçmektedir ve anlamlı bir ilişki görülmemiştir. Dolayısıyla gelecekteki araştırmalar, çocukluk çağı olumsuz yaşantılar ile güvensiz bağlanma düzeyi arasındaki ilişkide psikolojik esnekliğin rolünün tam anlaşılması için hem çocukluk travması hem de psikolojik esneklik için farklı ölçümler kullanılarak araştırma sonuçlarını tekrarlayabilir.

Bu bulgu için bir başka açıklama ise çocukluk çağı olumsuz yaşantıları ile çeşitli değişkenler arasında psikolojik esneklikten ziyade psikolojik katılığın aracılık etmesi olabilir. Literatürde psikolojik esneklik ve psikolojik katılığın bir spektrum olmadığı ve iki ayrı kavram olarak araştırılması gerektiği öne sürülmüştür (Rolffs ve ark., 2018). Nitekim Makriyianis ve arkadaşları (2019) psikolojik katılığın çocukluk çağı olumsuz yaşantıları ile depresyon ve kaygı arasındaki ilişkide anlamlı bir aracı rol oynadığını göstermiştir. Ancak psikolojik esneklik için benzer bir etkiye rastlamamışlardır. İleri düzey analizler, psikolojik katılığın kavramsal benlik ve eylemsizlik alt boyutlarının hem depresyon hem de kaygı ile olan ilişkilerde bu etkileşimi kısmen açıkladığını göstermiştir. Ayrıca bilişsel birleşmenin de çocukluk travmaları ile kaygı arasındaki ilişki üzerinde etkili olduğu ve bu ilişkiyi anlamlandırmada önemli bir rol oynadığı bulunmuştur. Araştırmacılar, bireyin olumsuz düşüncelerle aşırı özdeşleşmesinin, kendisini olumsuz bir benlik algısıyla değerlendirmesine ve değerlerine uygun şekilde hareket etme becerisinin zayıflamasına neden olabileceğini öne sürmüşlerdir. Bu bulgular, psikolojik katılığın travmatik deneyimlerin depresyon ve kaygı üzerindeki etkilerini şekillendiren özgül yollar içerebileceğini göstermektedir. Bu doğrultuda Türkiye örneğinde yapılan başka bir çalışmada da psikolojik katılığın ve duygulara yönelik olumsuz inançların, çocukluk istismarı ile depresyon, kaygı ve stress arasındaki ilişkide aracılık ettiği bulunmuştur (Taşören, 2022). Bununla birlikte kümülatif çocukluk çağı travmaları ile romantik ilişki tatmini arasındaki ilişkide bilinçli farkındalığın anlamlı bir aracı değişken olduğu bulunmuştur ancak kurulan aracılık modelinin romantik ilişki tatminindeki varyansın çok küçük bir miktarını açıkladığı görülmüştür. Ayrıca bilinçli farkındalığın kişinin içsel deneyimlerine takılı kalmadan onların gelip geçmesine izin verme boyutu olan tepkisizlik ve içsel deneyimlerinin ortaya çıktıkça fark etme yeteneği olan gözlemlene boyutu ile kümülatif çocukluk travmaları arasında bir ilişki

olmadığı görülmüştür (Godbout ve ark., 2020). Bu iki boyutun mevcut çalışmadaki kabul ve kaçınma boyutları ile benzediği düşünülmektedir.

Diğer bir taraftan psikolojik esneklik, ebeveynler arası çatışma ile ilişkili bulunurken olumsuz çocukluk çağı yaşantıları ile ilişki bulunmamıştır. Bu doğrultuda bazı araştırmacılar, aile geçmişi faktörlerinin psikolojik esneklik ile yakından ilişkili bulunan psikolojik belirtileri yordamakta istismara özgü değişkenlerden daha iyi olduğunu öne sürmüşlerdir. Bir çalışmada çocuklukta cinsel istismara uğramış ve uğramamış toplam 105 kadın, bu tür istismarın yetişkinlikte görülen psikopatoloji örüntüleriyle ilişkisini ve bu örüntülerin aile ortamındaki diğer sorunlu özelliklerden ne ölçüde bağımsız olduğunu değerlendirmek amacıyla incelenmiştir. Araştırma bulgularına göre istismara uğramış kadınlarda gözlemlenen daha yaygın (spesifik olmayan) psikolojik belirtilerin, doğrudan cinsel istismardan ziyade, problemlili aile yapısının bir sonucu olabileceği öne sürülmüştür (Nash ve ark., 1993). Benzer şekilde Higgins ve McCabe (2003), aile içi uyumun düşüklüğü ve cezalandırıcı ebeveyn tutumlarının çocukluk çağı istismarıyla yakından ilişkili olduğunu; ancak psikopatolojik belirtileri yordamada, istismarla ilgili değişkenlerden ziyade aile ortamına ilişkin faktörlerin daha güçlü belirleyiciler olduğunu belirtmiştir.

BEŞİNCİ BÖLÜM

SONUÇ

İstatistikler göz önünde bulundurulduğunda çocuklukta kötü muameleye maruz kalmak gittikçe büyüyen küresel bir sorun haline gelmektedir. Ayrıca çocukluk zorluklarından biri olan ebeveynler arası çatışma etkisini uzun yıllar sürdürerek çeşitli psikolojik ve ilişkisel sıkıntılara yol açmaktadır. Dolayısıyla bu yönde uygulanacak politikalara ve müdahale çalışmalarına

kaynaklık edecek akademik araştırmalara olan ihtiyaç artmaktadır. Bu doğrultuda mevcut çalışmanın pek çok gl yönü ve katkısı olduğu söylenebilir.

5.1. Çalışmanın Katkıları, Sınırlılıkları ve Gelecek alışmalar için neriler

İlk olarak bu çalışmanın güçlü yönü pek çok çocukluk ağı zorluğunu birlikte ele almasıdır. Literatürdeki alışmalar genellikle ocuk istismarının cinsel ya da duygusal gibi bir yönüne odaklanır. Bununla birlikte mevcut çalışmada çocukluk ağı olumsuz yaşantıları, fiziksel, duygusal ve cinsel istismar ile fiziksel ve duygusal ihmal boyutlarının yanı sıra kültürel bir unsur olarak değerlendirilebilecek aşırı koruyucu ebeveynlik tutumunu da içerecek şekilde ele alınmıştır. Ayrıca ebeveynler arası çatışmayı da ekleyerek bütüncül bir yaklaşım ortaya koymuştur. Nitekim araştırma sonuçlarında da görüldüğü üzere ebeveynler arası çatışma ve çocukluk ağı olumsuz yaşantıları birbirleri ile yakından ilişkidir.

Araştırmanın güçlü olan ikinci yönü ise test edilen teorik modelin zgnlğdr. Daha önce bildiğimiz kadarıyla hiçbir çalışmada ebeveynler arası çatışma ve çocukluk ağı olumsuz yaşantıların romantik ilişkilerdeki etkisinde psikolojik esnekliğin aracılığını inceleyen bütüncül bir model test edilmemiştir. Ebeveynler arası çatışma ve çocukluk ağı olumsuz yaşantıların romantik ilişki sonuçlarına dair pek çok çalışma bulunmasına rağmen bu ilişkilerin altta yatan mekanizmalarına dair daha az araştırma bulunmaktadır. Çocukluk ağı zorluklarının ve ebeveynler arası çatışmanın etkilerinin nesiller arasındaki aktarımını önlemek ve etkili terapötik müdahaleler geliştirmek için bu aracı mekanizmalar önemlidir.

Bununla birlikte bu çalışmanın bazı sınırlılıkları mevcuttur ve çalışma değerlendirilirken bunlar göz önünce bulundurulmalıdır. İlk sınırlılık çalışmanın rneklemi ile ilgilidir. Çalışmadaki katılımcıların çoğunluğunu kadın ve üniverste öğrencileri oluştırmaktadır. Bu durum, sonuçların genellenebilmesi için bir kısıtlılık oluştırmaktadır. Ayrıca bu örneklem, ebeveynler arası çatışmanın ve çocukluk ağı olumsuz yaşantıların daha yoğun olduğu toplumun bazı kesimlerini yansıtmada sıkıntı doğurmuş olabilir. İkinci sınırlılık ölçüm yöntemleri ile ilgilidir. Tüm lmler öz bildirim leklerine dayanarak yapılmıştır. Ancak bu durum sosyal istenirlik ve yanlış öz değerlendirmeye yol açarak leklerin güvenilirlik ve geçerliliğini etkileyebilir. Ek olarak ebeveynler arası çatışma ve çocukluk ağı olumsuz yaşantılar geçmişe yönelik değerlendirme yapılmasını gerektirmektedir. Uzak geçmişteki olayların hatırlanması ile ilgili bilgilerin çarpıtılması ve unutulması söz konusu olabilmektedir. Ayrıca kişinin mevcut ruh sağlığı durumu geçmişteki olumsuz deneyimleri

hatırlanma şeklini etkileyebilir. Ek olarak çevrimiçi veri toplama, katılımcıların soru sormalarına izin vermediği için bazı soruların yanlış anlaşılmasına veya yanlış yorumlanmasına yol açmış olabilir. Nitekim çalışmada Kişiselleştirilmiş Psikolojik Esneklik Ölçeğinin kabul boyutunun iç tutarlılık değerinin .60 olarak düşük bulunması bu ölçekteki soruların katılımcılar tarafından anlaşılmadığına işaret edebilir. Bununla birlikte çalışmanın uzunluğu (15-20 dakika süren süreç) katılımcı yorgunluğuna neden olmuş olabilir. Bu durum katılımcıların dikkatsiz veya yanlış cevap vermesiyle sonuçlanmış olabilir. Üçüncü sınırlılık araştırmanın ilişkisel ve kesitsel doğası ile ilgilidir. Yapısal eşitlik modellemesi pek çok değişken arasındaki ilişkiyi aynı anda test etmeye yarayan güçlü bir analiz olmasına rağmen bir neden sonuç ilişkisi ortaya koyamaz. Son olarak mevcut çalışmada, ebeveynler arası çatışmanın sıklığı, yoğunluğu ve çözümlenme durumları incelenmiştir. Ancak ebeveynler arası çatışma türleri (örneğin psikolojik şiddet, fiziksel saldırganlık, pasif çatışma ve geri çekilme) ayrıntılı bir şekilde ele alınmamıştır. Benzer şekilde psikolojik esneklik üç boyutta değerlendirilmiş ve şimdiki anla temas gibi bazı alt boyutlar direkt olarak ölçülmemiştir. Dolayısıyla bu metodolojik engelleri aşmak ve değişkenler arasındaki ilişkilere dair literatürü geliştirmek için daha fazla araştırmaya ihtiyaç vardır.

Gelecekteki araştırmalar, mevcut çalışmanın bulgularını birkaç temel alanda genişletebilir. Öncelikle bu bulguların klinik popülasyonlar ile farklı kültürel ve sosyoekonomik bağlamlara sahip örneklemeler üzerinde nasıl genellenebileceğini araştırmak, tanımlanan ilişkilerin güvenilirliği ve uygulanabilirliği konusundaki anlayışı derinleştirecektir. Bununla birlikte uzunlamasına veya deneysel çalışmalar, bu değişkenler arasındaki zaman içindeki değişiklikleri ve nedensel yolları araştırmak ve mevcut çalışmanın kesitsel sınırlamalarını ele almak için önemlidir. Ek olarak gelecekteki araştırmalar, mevcut çalışmada kullanılan ölçeklerin kısıtlamaları göz önünde bulundurulduğunda psikolojik esnekliğin farklı boyutlarını ve ebeveynler arası çatışmanın türlerini kapsayan başka ölçeklerden faydalanabilir. Bununla birlikte çocukluk zorlukları ile romantik ilişki değişkenleri arasındaki ilişkideki aracılık üzerine psikolojik esneklik ve psikolojik katılımın ayrı ayrı ele alındığı karşılaştırma çalışmaları yapılabilir.

5.2. Klinik Çıkarımlar

Çalışmanın bulguları, çocukluk zorlukları, psikolojik esneklik ve yetişkin güvensiz bağlanma düzeyi ile ilişkili terapötik uygulamalara ve politikalara ilişkin önemli sonuçlar sunmaktadır. Terapiye ilişki problemleri ile gelen kişilerin bağlanma kaygısına, bağlanma

kaçınmasına veya her ikisine birden sahip olup olmadığı değerlendirilebilir. Ardından tedavi planına psikolojik esneklik dahil edilerek müdahalelerin özelleştirilmesi etkinliği artırabilir. Bu doğrultuda Kabul ve Kararlılık Terapisi (ACT) temelli müdahalelerin, çiftlerin ilişki işlevselliği ve ilişki doyumu üzerinde olumlu etkiler sağladığı görülmüştür (Ziapour ve ark., 2017). Yakın zamanlı randomize kontrollü bir çalışmada ise bağlanma kaygısı ve kaçınmasına karşı psikolojik esnekliğin koruyucu bir faktör olduğu ortaya konulmuştur (Rosales-Villacrés ve ark., 2021). Dolayısıyla çeşitli çalışma grupları, Kabul Kararlılık Terapisi temelli yaklaşımları, romantik ilişkileri güçlendirme ve ilişki zorluklarını tedavi etme yöntemleri olarak incelemeye başlamıştır. Mevcut sonuçlar, yakın ilişkilerde daha yüksek düzeyde psikolojik esnekliğin teşvik edilmesinin adaptif ilişki süreçlerini, güvenli bağlanmayı ve uzun vadeli ilişki memnuniyetini nasıl destekleyebileceğini açıklığa kavuşturmaya yardımcı olacaktır.

Ek olarak mevcut çalışma Türkiye'deki ailelerde ebeveynler arası çatışma deneyimlemiş yetişkinler için çıkarımlar sunmaktadır. Bu kültürde aileler "Kol kırılır yen içinde kalır" (özel meselelerinizi, özellikle de utanç verici olabilecekleri, başkaları ile paylaşmayın) düşüncesi nedeniyle evlilik çatışmalarını gizlemeye meyillidir. Bunun sonucunda evlilik sorunlarının birikmesinin ve kronikleşmesinin, çocukların yetişkinlikteki bağlanma güvenliğini olumsuz etkileme ve romantik ilişki kalitelerini düşürme riski yüksektir. Özellikle mevcut çalışma bulguları göz önünde bulundurularak ebeveynler arası çatışma geçmişi olan ve ilişkisel zorluklar yaşayan kişilerin tedavisinde psikolojik esneklik ön plana çıkarılabilir. Kabul Kararlılık Terapisi, danışanların sıkıntılı anılarla veya duygularla karşı karşıya kaldıklarında kaçınmaya gerek kalmadan devam edebilmeleri için araçlar edinmelerine yardımcı olmaktadır (Harris, 2022). Ayrıca ACT, danışanların ebeveynler arası çatışmasına ilişkin sıkıntılı içsel deneyimleri olsa bile değerli ve anlamlı bir hayat yaşamaya odaklanmalarına yardımcı olabilir. Dolayısıyla ebeveynler arası çatışma mağdurları için ACT genel olarak umut verici bir tedavi yaklaşımı olarak önerilebilir.

Bununla birlikte bu çalışmanın bulguları erken çocukluk dönemindeki çevrenin çocukların zorlayıcı düşünce, duygu ve yaşantılarla baş etme biçimlerini ve kişilerarası becerilerini öğrenmelerinde önemli bir rol oynadığını göstermektedir. Bu süreçte aile ortamı ve ebeveyn tutumları, bireylerin ileride kuracakları yakın ilişkiler için bir model oluşturabilir. Bu nedenle ebeveynlerin psikolojik esneklik becerilerini geliştirmelerine destek olmak, aile içi çatışmaları azaltmaya, sağlıklı ebeveynlik davranışlarını teşvik etmeye ve hem aile uyumunu hem de çocukların iyi oluşunu artırmaya yardımcı olabilir. ACT temelli ebeveyn müdahaleleri,

aile dinamiklerini olumlu yönde etkileyerek çocuklara esneklik becerileri kazandırabilir (Daks ve Rogge; 2020). Çocuklara okula başlamadan önce dahi psikolojik esneklik becerilerinin öğretilmesi ve bu becerilerin aile ortamında modellenmesi faydalı olabilir.

Ayrıca mevcut çalışmada görüldüğü üzere erken çocukluk travmaları bireylerin sağlıklı ilişkiler kurma becerisini olumsuz etkileyebilir ve güvensiz bağlanma düzeylerine yansıyabilir. Bu bulgular doğrultusunda çift terapistleri, kaygılı bağlanan kişilerin partnerinin davranışlarını yanlış yorumlamasının, çocukken yaşadığı kötü muameleden kalan değersizlik hisleriyle bağlantılı olabileceğini fark etmesine yardımcı olabilir. Bu acı verici çocukluk deneyimleriyle bugünkü düşünceler arasındaki bağlantıyı kurmak, kaygılı partnerin ilişkilerinde daha rahat olmasını sağlayabilir. Benzer şekilde bu bağlantıları ortaya koymak kaçınan partner için de farkındalık yaratabilir ve bu kişilerin ilişkide daha fazla açık olmasını sağlayabilir. Dolayısıyla travmaya odaklı bilişsel davranışçı terapi (Mannarino ve ark., 2012) ve duygu odaklı çift terapisi (EFT; Johnson, 2019) gibi tedavi yöntemleri ile altta yatan travmanın ele alınması, travmanın olumsuz etkilerinin romantik ilişkilerdeki etkisini azaltmaya yardımcı olabilir.

Sonuç olarak, erken yaşta sağlıklı bağlanmayı teşvik etmek, bireylere çocukluk çağı zorlukların etkisini açıklamak ve psikolojik esneklik müdahalelerini yaygınlaştırmak, yetişkinlikte ilişki doyumu ve psikolojik iyilik halini artırabilir. Ayrıca güvensiz bağlanma ve nesiller arası travma döngüsünü kırabilir. Bununla birlikte sağlıklı ilişki dinamiklerini geliştirmek, ruh sağlığını iyileştirebilir ve ruhsal bozuklukların yaygınlığını azaltarak toplumsal refaha katkı sağlayabilir. Özellikle Türkiyede, ilişki eğitimi ve sağlıklı ilişkileri destekleyen programlara yatırım yapmak, uzun vadede daha sağlıklı ve üretken bir toplum oluşturabilir. Öğretmen, ebeveyn ve ruh sağlığı uzmanlarının güvensiz bağlanma belirtilerini tanıması, çocukluk deneyimlerinin etkisini bilmesi ve psikolojik esneklik becerilerini teşvik etmesini sağlamak adına eğitimler ve çalıştaylar düzenlenebilir.

KAYNAKÇA

- Abacı, B. (2022). *Birinci Basamağa Başvuran Erişkin Hastalarda Çocukluk Çağı Olumsuz Yaşantılarının Uzun Dönem Etkilerinin Ayrıntılı Olarak İncelenmesi*. Tıpta Uzmanlık. T.C. Sağlık Bilimleri Üniversitesi Adana Tıp Fakültesi Aile Hekimliği Anabilim Dalı.

- Alexander, P. C., Anderson, C. L., Brand, B., Schaeffer, C. M., Grelling, B. Z., & Kretz, L. (1998). Adult attachment and longterm effects in survivors of incest. *Child Abuse & Neglect*, 22(1), 45–61. [https://doi.org/10.1016/s0145-2134\(97\)00120-8](https://doi.org/10.1016/s0145-2134(97)00120-8)
- Alhowaymel, F., Kalmakis, K., ve Jacelon, C. (2021). Developing the concept of adverse childhood experiences: A global perspective. *Journal of Pediatric Nursing*, 56, 18–23. <https://doi.org/10.1016/j.pedn.2020.10.004>
- Ainsworth, M. D. S., Blehar, M. C., Waters, E., ve Wall, S. (1978). *Patterns of attachment: A psychological study of the strange situation*. Erlbaum.
- Aktepe, E. (2009). Çocukluk çağı cinsel istismarı. *Psikiyatride Güncel Yaklaşımlar*, 1: 95-119.
- Amato, P. R., ve DeBoer, D. D. (2001). The transmission of marital instability across generations: Relationship skills or commitment to marriage? *Journal of Marriage and Family*, 63(4), 1038–1051. <https://doi.org/10.1111/j.1741-3737.2001.01038.x>
- American Psychiatric Association. (2022). *Diagnostic and statistical manual of mental disorders* (5th ed., text rev.; DSM-5-TR). American Psychiatric Publishing.
- Aydın, Y., ve Aydın, G. (2022). Predictors of Procrastination in a Moderated mediation analysis: the roles of problematic smartphone use, psychological flexibility, and gender. *Psychological Reports*, 127(2), 531–549. <https://doi.org/10.1177/00332941221119404>
- Bandura, A. (1982). Self-efficacy mechanism in human agency. *American Psychologist*, 37(2), 122–147. <https://doi.org/10.1037//0003-066x.37.2.122>
- Bandura, A. (1977). *Social learning theory*. Prentice Hall.
- Barnet, O., Miller-Perrin, C. L., ve Perrin, R. D. (2005). Child psychological maltreatment. O. Barnet, C. L. Miller-Perrin ve R. D. Perrin (Ed.), *Family violence across the lifespan: An introduction* (pp. 151-178) içinde. Sage Publication.

- Baron, R. M., & Kenny, D. A. (1986). The moderator–mediator variable distinction in social psychological research: Conceptual, strategic, and statistical considerations. *Journal of Personality and Social Psychology*, 51(6), 1173–1182. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.51.6.1173>
- Bartell, D. S. (2006). Influence of parental divorce on romantic relationships in young adulthood: A cognitive-developmental perspective. M. A. Fine ve J. H. Harvey (Ed.), *Handbook of divorce and relationship dissolution* (s. 339–360) içinde. Erlbaum.
- Bartholomew, K. (1990). Avoidance of intimacy: An attachment perspective. *Journal of Social and Personal Relationships*, 7(2), 147–178. <https://doi.org/10.1177/0265407590072001>
- Bartholomew, K. (1997). Adult attachment processes: Individual and couple perspectives. *British Journal of Medical Psychology*, 70(3), 249–263. <https://doi.org/10.1111/j.2044-8341.1997.tb01903.x>
- Bartholomew, K., ve Horowitz, L. M. (1991). Attachment styles among young adults: A test of a four-category model. *Journal of Personality and Social Psychology*, 61(2), 226–244. <https://doi.org/10.1037//0022-3514.61.2.226>
- Baumann, M., Daspe, M., Bélanger, C., ve Godbout, N. (2024). A Safe Haven through attachment: A dyadic perspective on the association between cumulative childhood trauma and relationship satisfaction. *Journal of Interpersonal Violence*. <https://doi.org/10.1177/08862605241270013>
- Baumeister, R. F., ve Leary, M. R. (1995). The need to belong: Desire for interpersonal attachments as a fundamental human motivation. *Psychological Bulletin*, 117(3), 497–529. <https://doi.org/10.1037/0033-2909.117.3.497>
- Beck, J. S. (2021). *Cognitive behavior therapy: Basics and beyond* (3rd ed.). The Guilford Press.
- Bernstein, D. P., Fink, L., Handelsman, L., Foote, J., Lovejoy, M., Wenzel, K., Sapareto, E., ve Ruggiero, J. (1994). Initial reliability and validity of a new retrospective

- measure of child abuse and neglect. *American Journal of Psychiatry*, 151(8), 1132–1136. <https://doi.org/10.1176/ajp.151.8.1132>
- Bernstein, D. P., Stein, J. A., Newcomb, M. D., Walker, E., Pogge, D., Ahluvalia, T., Stokes, J., Handelsman, L., Medrano, M., Desmond, D., ve Zule, W. (2003). Development and validation of a brief screening version of the Childhood Trauma Questionnaire. *Child abuse & neglect*, 27(2), 169–190. [https://doi.org/10.1016/s0145-2134\(02\)00541-0](https://doi.org/10.1016/s0145-2134(02)00541-0)
- Bickham, N. L., ve Fiese, B. H. (1997). Extension of the Children's Perceptions of Interparental Conflict Scale for use with late adolescents. *Journal of Family Psychology*, 11(2), 246–250. <https://doi.org/10.1037/0893-3200.11.2.246>
- Bilir, Ş., Arı, M., Dönmez, N. B., Atik, Ç. U. B., ve 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).
- Bird, G., ve Melville, K. (1994). *Families and intimate relationships*. McGraw-Hill, Inc.
- Briere, J. (2002). Treating adult survivors of severe childhood abuse and neglect: Further development of an integrative model. J. E. B. Myers, L. Berliner, J. Briere, C. T. Hendrix, C. Jenny, & T. A. Reid (Ed.), *The APSAC handbook on child maltreatment* (2. baskı, s. 175–203) içinde. Sage Publications, Inc.
- Briere, J. N., ve Scott, C. (2014). *Principles of trauma therapy: A guide to symptoms, evaluation, and treatment (DSM-5 update)*. Sage Publications.
- Bradbury, L. L., ve Shaffer, A. (2012). Emotion dysregulation mediates the link between childhood emotional maltreatment and young adult romantic relationship satisfaction. *Journal of Aggression, Maltreatment ve Trauma*, 21(5), 497–515. <https://doi.org/10.1080/10926771.2012.678466>
- Braithwaite, S. R., Doxey, R. A., Dowdle, K. K., ve Fincham, F. D. (2016). The unique influences of parental divorce and parental conflict on emerging adults in romantic relationships. *Journal of Adult Development*, 23(4), 214–225. <https://doi.org/10.1007/s10804-016-9237-6>

- Brennan, K. A., ve Shaver, P. R. (1995). Dimensions of adult attachment, affect regulation, and romantic relationship functioning. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 21(3), 267–283. <https://doi.org/10.1177/0146167295213008>
- Brennan, K. A., Clark, C. L., ve Shaver, P. R. (1998). Self-report measurement of adult attachment: An integrative overview. J. A. Simpson ve W. S. Rholes (Ed.), *Attachment theory and close relationships* (s. 46–76) içinde. The Guilford Press.
- Bretherton, I., ve Munholland, K. A. (2008). Internal working models in attachment relationships: Elaborating a central construct in attachment theory. J. Cassidy ve P. R. Shaver (Ed.), *Handbook of attachment: Theory, research, and clinical applications* (2. baskı, s. 102–127) içinde. The Guilford Press.
- Broderick, C. B. (1993). *Understanding family process: Basics of family systems theory*. Sage.
- Brown, T. A. (2006). *Confirmatory Factor Analysis for Applied Research*. The Guilford Press.
- Bornstein, M. H., Tamis-LeMonda, C. S., Hahn, C., ve Haynes, O. M. (2008). Maternal responsiveness to young children at three ages: Longitudinal analysis of a multidimensional, modular, and specific parenting construct. *Developmental Psychology*, 44(3), 867–874. <https://doi.org/10.1037/0012-1649.44.3.867>
- Bowlby, J. (1969). *Attachment and loss (1. Cilt). Separation: anxiety and anger*. Basic Books.
- Bowlby, J. (1973). *Attachment and loss (2. Cilt). Separation: anxiety and anger*. Basic Books.
- Bowlby, J. (1980). *Attachment and loss (3. Cilt). Separation: anxiety and anger*. Basic Books.
- Bowlby, J. (1988). Developmental psychiatry comes of age. *The American Journal of Psychiatry*, 145(1), 1–10. <https://doi.org/10.1176/ajp.145.1.1>

- Bowen, M. (1966). The use of family theory in clinical practice. *Comprehensive Psychiatry*, 7(5), 345–374. [https://doi.org/10.1016/s0010-440x\(66\)80065-2](https://doi.org/10.1016/s0010-440x(66)80065-2)
- Boullier, M., ve Blair, M. (2018). Adverse childhood experiences. *Paediatrics and Child Health*, 28(3), 132–137. <https://doi.org/10.1016/j.paed.2017.12.008>
- Boyer-Pennington, M. E., Pennington, J., ve Spink, C. (2001). Students' expectations and optimism toward marriage as a function of parental divorce. *Journal of Divorce & Remarriage*, 34(3-4), 71–87. https://doi.org/10.1300/J087v34n03_05
- Butaney, B., Hoover, E. B., Coplan, B., ve Bernard, K. (2023). Impact of COVID-19 on student perceived stress, life satisfaction, and psychological flexibility: examination of gender differences. *Journal of American College Health*, 1–7. <https://doi.org/10.1080/07448481.2023.2258411>
- Bühler, J. L., Krauss, S., ve Orth, U. (2021). Development of relationship satisfaction across the life span: A systematic review and meta-analysis. *Psychological bulletin*, 147(10), 1012–1053. <https://doi.org/10.1037/bul0000342>
- Calvo, V., D'Aquila, C., Rocco, D., ve Carraro, E. (2022). Attachment and well-being: Mediatory roles of mindfulness, psychological inflexibility, and resilience. *Current Psychology*, 41(5), 2966–2979. <https://doi.org/10.1007/s12144-020-00820-2>
- Campbell, J.A., Walker, R.J., ve Egede, L.E. (2016). Associations between adverse childhood experiences, high-risk behaviors, and morbidity in adulthood. *American Journal of Preventive Medicine*, 50(3), 344-352. <https://doi.org/10.1016/j.amepre.2015.07.022>
- Cao, H., Ma, R., Li, X., Liang, Y., Wu, Q., Chi, P., Li, J. B., ve Zhou, N. (2022). Childhood Emotional Maltreatment and Adulthood Romantic Relationship Well-Being: A Multilevel, Meta-Analytic Review. *Trauma, violence & abuse*, 23(3), 778–794. <https://doi.org/10.1177/1524838020975895>
- Cassidy, J., ve Shaver, P. (1999). *Handbook of attachment: Theory, research, and clinical applications*. Guilford Press.

- Ciarrochi, J. Bilich, L., ve Godsel, C. (2010). Psychological flexibility as a mechanism of change in Acceptance and Commitment Therapy. R. Baer (Ed), *Assessing Mindfulness and Acceptance: Illuminating the Processes of Change* (s. 51-76) içinde. New Harbinger Publications, Inc.
- Chen, Y., Shao, J., ve Wang, Z. (2025). Trajectory of Relational Victimization during Mid-Adolescence: The Effect of Gender, Childhood Maltreatment, Internalizing Problems, and Socioeconomic Status. *Journal of Adolescence*. <https://doi.org/10.1002/jad.12496>
- Cloutier, A., ve Barling, J. (2022). Witnessing interparental violence and leader role occupancy: the roles of insecure attachment and gender. *Equality Diversity and Inclusion an International Journal*, 41(6), 866–888. <https://doi.org/10.1108/edi-10-2021-0279>
- Collins, N. L., ve Read, S. J. (1990). Adult attachment, working models, and relationship quality in dating couples. *Journal of Personality and Social Psychology*, 58(4), 644–663. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.58.4.644>
- Collins, N. L., ve Read, S. J. (1994). Cognitive representations of attachment: The structure and function of working models. K. Bartholomew ve D. Perlman (Ed.), *Attachment processes in adulthood* (ss. 53–90) içinde. Jessica Kingsley Publishers.
- Collins, N. L., ve Feeney, B. C. (2004). Working Models of Attachment Shape Perceptions of Social Support: Evidence From Experimental and Observational Studies. *Journal of Personality and Social Psychology*, 87(3), 363–383. <https://doi.org/10.1037/00223514.87.3.363>
- Collins, N. L. ve Allard, L. M. (2004). Cognitive representations of attachment: The content and function of working models. Brewer, M. B. ve Hewstone, M. (Ed.), *Social cognition* (s. 75–101) içinde. Blackwell Publishing.
- Cossette-Côté, F., Daigneault, I., Lecomte, T., Francoeur, A., ve Brassard, A. (2023). Correction to: Explaining the association between childhood maltreatment and psychological adjustment in youth in a romantic relationship. *Journal of Child*

& *Adolescent Trauma*, 16(4), 1137. <https://doi.org/10.1007/s40653-023-00570-w>

Courtin, E., ve Knapp, M. (2015). Social isolation, loneliness and health in old age: A scoping review. *Health veamp; Social Care in the Community*, 25(3), 799–812. <https://doi.org/10.1111/hsc.12311>

Cox, M. J., ve Paley, B. (1997). Families as Systems. *Annual Review of Psychology*, 48(1), 243–267. <https://doi.org/10.1146/annurev.psych.48.1.243>

Cui, M., ve Conger, R. D. (2008). Parenting behavior as mediator and moderator of the association between marital problems and adolescent maladjustment. *Journal of Research on Adolescence*, 18(2), 261–284 <https://doi.org/10.1111/j.1532-7795.2008.00560.x>

Cui, M., Fincham, F. D., ve Pasley, B. K. (2008). Young Adult Romantic Relationships: The role of parents' marital problems and relationship efficacy. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 34(9), 1226–1235. <https://doi.org/10.1177/0146167208319693>

Cui, M., Fincham, F. D., ve Durtschi, J. A. (2011). The effect of parental divorce on young adults' romantic relationship dissolution: What makes a difference? *Personal Relationships*, 18(3), 410–426. <https://doi.org/10.1111/j.1475-6811.2010.01306.x>

Cummings, E. M. (1994). Marital conflict and children's functioning. *Social Development*, 3(1), 16–36. <https://doi.org/10.1111/j.1467-9507.1994.tb00021.x>

Cummings, J. S., Pellegrini, D. S., Notarius, C. I., ve Cummings, E. M. (1989). Children's responses to angry adult behavior as a function of marital distress and history of interparent hostility. *Child Development*, 60(5), 1035–1043. <https://doi.org/10.1111/j.1467-8624.1989.tb03534.x>

Cummings, E. M., ve Davies, P. T. (2002). Effects of marital conflict on children: Recent advances and emerging themes in process-oriented research. *Journal of Child Psychology and Psychiatry*, 43(1), 31–63. <https://doi.org/10.1111/1469-7610.00003>

- Cummings, E. M., Goeke-Morey, M. C., Papp, L. M., ve Dukewich, T. L. (2002). Children's responses to mothers' and fathers' emotionality and tactics in marital conflict in the home. *Journal of Family Psychology*, 16(4), 478–492. <https://doi.org/10.1037/0893-3200.16.4.478>
- Cummings, E. M., Kouros, C. D., ve Papp, L. M. (2007). Marital aggression and children's responses to Everyday Interparental Conflict. *European Psychologist*, 12(1), 17–28. <https://doi.org/10.1027/1016-9040.12.1.17>
- Cummings, E. M., ve Davies, P. T. (2010). *Marital conflict and children: An emotional security perspective*. Guilford Press.
- Cummings, J. S., Pellegrini, D. S., Notarius, C. I., ve Cummings, E. M. (1989). Children's responses to angry adult behavior as a function of marital distress and history of interparent hostility. *Child Development*, 60(5), 1035–1043. <https://doi.org/10.1111/j.1467-8624.1989.tb03534.x>
- Cusimano, A. M., ve Riggs, S. A. (2013). Perceptions of interparental conflict, romantic attachment, and psychological distress in college students. *Couple and Family Psychology Research and Practice*, 2(1), 45–59. <https://doi.org/10.1037/a0031657>
- Daks, J. S. ve Rogge, R. D. (2020). Examining the correlates of psychological flexibility in romantic relationship and family dynamics: a meta-analysis. *Journal of Contextual Behavioral Science*, 18, 214–238. <https://doi.org/10.1016/j.jcbs.2020.09.010>
- Davies, P. T., ve Cummings, E. M. (1994). Marital conflict and child adjustment: An emotional security hypothesis. *Psychological Bulletin*, 116(3), 387–411. <https://doi.org/10.1037/0033-2909.116.3.387>
- Davies, P. T., ve Cummings, E. M. (2006). Interparental discord, family process, and developmental psychopathology. D. Cicchetti ve D. J. Cohen (Ed.), *Developmental psychopathology: Risk, disorder, and adaptation* (2.Baskı, s. 86–128) içinde. John Wiley and Sons, Inc.

- Davies, P. T., Pearson, J. K., Coe, J. L., Hentges, R. F., ve Sturge-Apple, M. L. (2021). Beyond destructive and constructive interparental conflict: Children's psychological vulnerability to interparental disorganization. *Developmental psychology*, 57(12), 2192–2205. <https://doi.org/10.1037/dev0001264>
- Davis, J. L., Petretic-Jackson, P. A., ve Ting, L. (2001). Intimacy dysfunction and trauma symptomatology: Long-term correlates of different types of child abuse. *Journal of Traumatic Stress*, 14(1), 63–79. <https://doi.org/10.1023/A:1007835531614>
- Davila, J., Mattanah, J., Bhatia, V., Latack, J. A., Feinstein, B. A., Eaton, N. R., Daks, J. S., Kumar, S. A., Lomash, E. F., McCormick, M., ve Zhou, J. (2017). Romantic competence, healthy relationship functioning, and well-being in emerging adults. *Personal Relationships*, 24(1), 162–184. <https://doi.org/10.1111/pere.12175>
- Deck, P., Eisensmith, S., Skinner, B., ve Cafaro, J. (2024). Identifying Indicators of High-Conflict Divorce among Parents. *Advances in Social Work*, 23(2), 392–408. <https://doi.org/10.18060/26384>
- Ding, J., Wang, W., Hu, Q., Li, X., Guo, Z., Hong, D., Yu, Q., ve Jiang, S. (2022). Childhood Psychological maltreatment and relational aggression among Chinese adolescents: the mediating role of moral disengagement and the moderating role of gender. *Journal of Family Violence*, 38(8), 1521–1534. <https://doi.org/10.1007/s10896-022-00475-6>
- Dion, J., Gervais, J., Bigras, N., Blackburn, M. E., & Godbout, N. (2019). A longitudinal study of the Mediating Role of romantic attachment in the relation between child maltreatment and psychological adaptation in emerging adults. *Journal Of Youth and Adolescence*, 48(12), 2391–2402. <https://doi.org/10.1007/s10964-019-01073-4>.
- Du Rocher Schudlich, T. D., ve Cummings, E. M. (2003). Parental dysphoria and children's internalizing symptoms: Marital conflict styles as mediators of risk. *Child Development*, 74(6), 1663–1681. <https://doi.org/10.1046/j.1467-8624.2003.00630.x>

- Du Rocher Schudlich, T. D., Papp, L. M., ve Cummings, E. M. (2011). Relations between spouses' depressive symptoms and marital conflict: A longitudinal investigation of the role of conflict resolution styles. *Journal of Family Psychology*, 25(4), 531–540. <https://doi.org/10.1037/a0024216>
- Du Rocher Schudlich, T. D., Norman, J., Du Nann, B., Wharton, A., Block, M., Nicol, H., Dachenhausen, M., Gleason, A., ve Pendergast, K. (2014). Interparental conflicts in dyadic and triadic contexts: Parental depression symptoms and conflict history predict differences. *Journal of Child and Family Studies*, 24(4), 1047–1059. <https://doi.org/10.1007/s10826-014-9914-7>
- Dünya Sağlık Örgütü (2006). *Preventing child maltreatment: A guide to taking action and generating evidence*. World Health Organization. <https://www.who.int/publications-detail-redirect/preventing-child-maltreatment-a-guide-to-taking-action-and-generating-evidence>
- Dünya Sağlık Örgütü. (2020). *Global status report on violence against children 2020*. World Health Organization. <https://www.who.int/teams/social-determinants-of-health/violence-prevention/global-status-report-on-violence-against-children-2020>
- Egeland, B. (2009). Taking stock: Childhood emotional maltreatment and developmental psychopathology. *Child Abuse veamp; Neglect*, 33(1), 22–26. <https://doi.org/10.1016/j.chiabu.2008.12.004>
- Ehrensaft, M. K., Cohen, P., Brown, J., Smailes, E., Chen, H., ve Johnson, J. G. (2003). Intergenerational transmission of partner violence: A 20-year prospective study. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 71(4), 741–753. <https://doi.org/10.1037/0022-006x.71.4.741>
- Erel, O., ve Burman, B. (1995). Interrelatedness of marital relations and parent-child relations: A meta-analytic review. *Psychological Bulletin*, 118, 108-132, <https://doi.org/10.1037/0033-2909.118.1.108>
- Eyisoğlu, E., ve Erdem, G. (2023). Adverse childhood experiences and romantic relationship satisfaction of Turkish emerging adults: The role of dyadic coping.

International Journal of Systemic Therapy, 34(4), 333–358.
<https://doi.org/10.1080/2692398x.2023.2229712>

Falgares, G., Costanzo, G., Manna, G., ve Lamis, D. A. (2024). Childhood emotional maltreatment and internalizing problems in a non-clinical sample of adolescents: a moderated-mediation model of insecure anxious attachment style and gender. *Research in psychotherapy (Milano)*, 27(2), 745.
<https://doi.org/10.4081/ripppo.2024.745>

Fraley, R. C., Waller, N. G., ve Brennan, K. A. (2000). An item response theory analysis of self-report measures of adult attachment. *Journal of Personality and Social Psychology*, 78(2), 350–365. <https://doi.org/10.1037//0022-3514.78.2.350>

Fraley, R. C., ve Hudson, N. W. (2017). The development of attachment styles. J. Specht (Ed.), *Personality development across the lifespan* (s. 275–292) içinde. Elsevier Academic Press. <https://doi.org/10.1016/B978-0-12-804674-6.00017-X>

Fraley, R. C. (2019). Attachment in Adulthood: Recent Developments, Emerging Debates, and Future Directions. In *Annual Review of Psychology* (Vol. 70, Issue Volume 70, 2019, pp. 401–422). Annual Reviews. <https://doi.org/10.1146/annurev-psych-010418-102813>

Fraley, R. C., ve Shaver, P. R. (2021). Attachment theory and its place in contemporary personality theory and research. O. P. John ve R. W. Robins (Ed.), *Handbook of personality: Theory and research* (4. baskı, s. 642–666) içinde. The Guilford Press

Franklin, K. M., Janoff-Bulman, R., ve Roberts, J. E. (1990). Long-term impact of parental divorce on optimism and trust: Changes in general assumptions or narrow beliefs? *Journal of Personality and Social Psychology*, 59(4), 743–755. <https://doi.org/10.1037//0022-3514.59.4.743>

Feeney, J. A., ve Noller, P. (1990). Attachment style as a predictor of adult romantic relationships. *Journal of Personality and Social Psychology*, 58(2), 281–291. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.58.2.281>

- Feeney, J., ve Noller, P. (1996). *Adult attachment*. Sage Publications, Inc.
<https://doi.org/10.4135/9781452243276>
- Feeney J. A. (1999). Adult attachment, emotional control, and marital satisfaction. *Personal Relationships*, 6(2), 169–185. <https://doi.org/10.1111/j.1475-6811.1999.tb00185.x>
- Felitti, V. J., Anda, R. F., Nordenberg, D., Williamson, D. F., Spitz, A. M., Edwards, V., Koss, M. P., ve Marks, J. S. (1998). Relationship of childhood abuse and household dysfunction to many of the leading causes of death in adults. *American Journal of Preventive Medicine*, 14(4), 245–258.
[https://doi.org/10.1016/s0749-3797\(98\)00017-8](https://doi.org/10.1016/s0749-3797(98)00017-8)
- Furman, W., ve Simon, V. A. (1999). Cognitive representations of adolescent romantic relationships. W. Furman, B. B. Brown, ve C. Feiring (Ed.), *The development of romantic relationships in adolescence* (s. 75–98) içinde. Cambridge University Press.
- Foshee, V. A., Bauman, K. E., ve Linder, G. F. (1999). Family violence and the perpetration of adolescent dating violence: Examining social learning and Social Control Processes. *Journal of Marriage and the Family*, 61(2), 331.
<https://doi.org/10.2307/353752>
- Fosco, G. M., ve Bray, B. C. (2016). Profiles of cognitive appraisals and triangulation into interparental conflict: Implications for adolescent adjustment. *Journal of Family Psychology*, 30(5), 533–542. <https://doi.org/10.1037/fam0000192>
- Galhardo, A., Cunha, M., ve Pinto-Gouveia, J. (2013). Mindfulness-based program for infertility: efficacy study. *Fertility and sterility*, 100(4), 1059-1067.
<https://doi.org/10.1016/j.fertnstert.2013.05.036>
- Giani, L., Amico, C., Crepaldi, C., Caputi, M., Scaini, S., Michelini, G., ve Forresi, B. (2025). Adolescent-Reported Interparental Conflict and Related Emotional–Behavioral Difficulties: The Mediating Role of Psychological Inflexibility. *Pediatric Reports*, 17(2), 33. <https://doi.org/10.3390/pediatric17020033>

- Glickman, E. A., Choi, K. W., Lussier, A. A., Smith, B. J., ve Dunn, E. C. (2021). Childhood Emotional Neglect and Adolescent Depression: Assessing the protective role of peer social support in a longitudinal birth cohort. *Frontiers in Psychiatry*, 12. <https://doi.org/10.3389/fpsyt.2021.681176>
- Godbout, N., Dutton, D. G., Lussier, Y., ve Sabourin, S. (2009). Early exposure to violence, domestic violence, attachment representations, and marital adjustment. *Personal Relationships*, 16(3), 365–384. <https://doi.org/10.1111/j.1475-6811.2009.01228.x>
- Godbout, N., Daspe, M.-È., Lussier, Y., Sabourin, S., Dutton, D., ve Hébert, M. (2017). Early exposure to violence, relationship violence, and relationship satisfaction in adolescents and emerging adults: The role of romantic attachment. *Psychological Trauma: Theory, Research, Practice, and Policy*, 9(2), 127–137. <https://doi.org/10.1037/tra0000136>
- Gobout, N., Morissette Harvey, F., Cyr, G., ve Bélanger, C. (2020). Cumulative Childhood Trauma and Couple Satisfaction: Examining the Mediating Role of Mindfulness. *Mindfulness*, 11(7), 1723–1733. <https://doi.org/10.1007/s12671-020-01390-x>
- Goff, B. S., ve Smith, D. B. (2005). Systemic traumatic stress: The couple adaptation to Traumatic Stress Model. *Journal of Marital and Family Therapy*, 31(2), 145–157. <https://doi.org/10.1111/j.1752-0606.2005.tb01552.x>
- Gosselin, C., Daspe, M. È., Brassard, A., Lussier, Y., ve Vaillancourt-Morel, M. P. (2024). Attachment as an intermediary variable between childhood maltreatment and perceived partner responsiveness in adolescents and young adults. *Journal of Marital and Family Therapy*, 50(2), 434–452. <https://doi.org/10.1111/jmft.12688>
- Grom, J. L., Crane, C., Leone, R. M., Parrott, D. J., ve Eckhardt, C. (2019). Sexual violence perpetration within intimate relationships: An I3 model analysis of the effects of sexual violence victimization and psychological flexibility. *Sexual Abuse*, 33(1), 114–132. <https://doi.org/10.1177/1079063219877176>

- Grych, J. H., Seid, M., ve Fincham, F. D. (1992). Assessing marital conflict from the child's perspective: The children's perception of interparental conflict scale. *Child Development*, 63(3), 558. <https://doi.org/10.2307/1131346>
- Grych, J. H., ve Fincham, F. D. (1990). Marital conflict and children's adjustment: A cognitive-contextual framework. *Psychological Bulletin*, 108(2), 267–290. <https://doi.org/10.1037/0033-2909.108.2.267>
- Gürmen, M. S., ve Rohner, R. P. (2013). Effects of marital distress on Turkish adolescents' psychological adjustment. *Journal of Child and Family Studies*, 23(7), 1155–1162. <https://doi.org/10.1007/s10826-013-9773-7>
- Hair, J., Black, W., Babin, B., Anderson, R., ve Tatham, R. (2006). *Multivariate Data Analysis* (6th ed.). Pearson Prentice Hall.
- Hanley, K. E., Leifker, F. R., Blandon, A. Y., ve Marshall, A. D. (2013). Gender differences in the impact of posttraumatic stress disorder symptoms on community couples' intimacy behaviors. *Journal of Family Psychology*, 27(3), 525–530. <https://doi.org/10.1037/a0032890>
- Harris, R. (2022). *ACT'i kolay öğrenmek* [ACT made simple] (F. B. Esen ve K. F. Yavuz, Trans.) İstanbul, Turkey: Litera Yayıncılık.
- Hayashi, G. M., ve Strickland, B. R. (1998). Long-term effects of parental divorce on love relationships: Divorce as attachment disruption. *Journal of Social and Personal Relationships*, 15(1), 23–38. <https://doi.org/10.1177/0265407598151002>
- Hayes, S. C. (2004). Acceptance and commitment therapy, relational frame theory, and the third wave of behavioral and Cognitive Therapies. *Behavior Therapy*, 35(4), 639–665. [https://doi.org/10.1016/s0005-7894\(04\)80013-3](https://doi.org/10.1016/s0005-7894(04)80013-3)
- Hayes, S.C, Strosahl, K.D., ve Wilson, K.G. (2012). *Acceptance and commitment therapy: The process and practice of mindful change* (2. baskı). The Guilford Press.

- Hayes, S. C., Luoma, J., Bond, F., Masuda, A., ve Lillis, J. (2006). Acceptance and Commitment Therapy: Model, processes, and outcomes. *Behaviour Research and Therapy*, 44(1), 1-25. <https://doi.org/10.1016/j.brat.2005.06.006>
- Hayes, S. C., Strosahl, K. D., ve Wilson, K. G. (2016). *Acceptance and Commitment Therapy, second edition: The Process and Practice of Mindful Change*. Guilford Publications.
- Hayes, A. F. (2018). *Introduction to mediation, moderation, and conditional process analysis: A regression-based approach (methodology in the social sciences)* (2nd ed.).The Guilford Press.
- Hazan, C., ve Shaver, P. (1987). Romantic love conceptualized as an attachment process. *Journal of Personality and Social Psychology*, 52(3), 511–524. <https://doi.org/10.1037//0022-3514.52.3.511>
- Helland, M. S., Kjeldsen, A., von Soest, T., Røysamb, E., Gustavson, K., ve Nilsen, W. (2017). Parental child-rearing conflicts through adolescence: Trajectories and associations with child characteristics and externalizing patterns. *Journal of Research on Adolescence*, 27(2), 379–391. <https://doi.org/10.1111/jora.12302>
- Herman, J. (2015). *Trauma and recovery: The aftermath of violence—from domestic abuse to political terror*. Basic Books.
- Higgins, D. J., ve McCabe, M. P. (2003). Maltreatment and family dysfunction in childhood and the subsequent adjustment of children and adults. *Journal of Family Violence*, 18(2), 107–120. <https://doi.org/10.1023/A:1022841215113>
- Hilpert, P., Randall, A. K., Sorokowski, P., Atkins, D. C., Sorokowska, A., Ahmadi, K., Aghraibeh, A. M., Aryeetey, R., Bertoni, A., Bettache, K., Błażejewska, M., Bodenmann, G., Borders, J., Bortolini, T. S., Butovskaya, M., Castro, F. N., Cetinkaya, H., Cunha, D., David, O. A., . . . Yoo, G. (2016). The Associations of Dyadic Coping and Relationship Satisfaction Vary between and within Nations: A 35-Nation Study. *Frontiers in Psychology*, 7. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2016.01106>

- Hinnen, C., Sanderman, R., ve Sprangers, M. a. G. (2008). Adult attachment as mediator between recollections of childhood and satisfaction with life. *Clinical Psychology ve Psychotherapy*, 16(1), 10–21. <https://doi.org/10.1002/cpp.600>
- Hofmann, S. G., ve Hayes, S. C. (2019). The Future of Intervention Science: Process-Based Therapy. *Clinical Psychological Science*, 7(1), 37–50. <https://doi.org/10.1177/2167702618772296> ,
- Holman, T. B., Galbraith, R. C., Timmons, N. M., Steed, A., ve Tobler, S. B. (2008). Threats to parental and romantic attachment figures' availability and adult attachment insecurity. *Journal of Family Issues*, 30(3), 413-429. <https://doi.org/10.1177/0192513x08325013>
- Hooper, D., Coughlan, J., ve Mullen, M. R. (2008). Structural Equation Modelling: Guidelines for Determining Model Fit. *The Electronic Journal of Business Research Methods*, 6, 53-60.
- Hornor, G. (2010). Child sexual abuse: Consequences and implications. *Journal of Pediatric Health Care*, 24(6), 358–364. <https://doi.org/10.1016/j.pedhc.2009.07.003>
- Hornor, G. (2012). Emotional maltreatment. *Journal of Pediatric Health Care*, 26(6), 436–442. <https://doi.org/10.1016/j.pedhc.2011.05.004>
- Hu, L.-t., ve Bentler, P. M. (1999). Cutoff criteria for fit indexes in covariance structure analysis: Conventional criteria versus new alternatives. *Structural Equation Modeling*, 6(1), 155. <https://doi.org/10.1080/10705519909540118>
- Hughes, K., Bellis, M. A., Hardcastle, K. A., Sethi, D., Butchart, A., Mikton, C., Jones, L., ve Dunne, M. P. (2017). The effect of multiple adverse childhood experiences on health: A systematic review and meta-analysis. *The Lancet Public Health*, 2(8). [https://doi.org/10.1016/s2468-2667\(17\)30118-4](https://doi.org/10.1016/s2468-2667(17)30118-4)
- Johnson, C. F. (2000). Abuse and neglect of children. R. E. Behrman, R. M. Kleigman, ve H. B. Jenson (Ed.), *Nelson Textbook of Pediatrics* (16.baskı, s. 110–114). içinde. WB Saunders Company.

- Johnson, S. M. (2008). *Hold me tight*. Little, Brown and Company.
- Johnson, S. M. (2019). An attachment view of Love: The EFT approach. *The Practice of Emotionally Focused Couple Therapy*, 26–39. <https://doi.org/10.4324/9781351168366-3>
- Kalmakis, K. A., ve Chandler, G. E. (2014). Adverse childhood experiences: Towards a clear conceptual meaning. *Journal of Advanced Nursing*, 70(7), 1489–1501. <https://doi.org/10.1111/jan.12329>
- Karney, B. R., ve Bradbury, T. N. (1995). The longitudinal course of marital quality and stability: A review of theory, methods, and research. *Psychological Bulletin*, 118(1), 3–34. <https://doi.org/10.1037/0033-2909.118.1.3>
- Kashdan, T. B., ve Rottenberg, J. (2010). Psychological flexibility as a fundamental aspect of health. *Clinical Psychology Review*, 30(7), 865–878. <https://doi.org/10.1016/j.cpr.2010.03.001>
- Kashdan, T. B., Disabato, D. J., Goodman, F. R., Doorley, J. D., ve McKnight, P. E. (2020). Understanding psychological flexibility: A multimethod exploration of pursuing valued goals despite the presence of distress. *Psychological Assessment*, 32(9), 829–850. <https://doi.org/10.1037/pa s0000834>
- Kawamichi, H., Sugawara, S. K., Hamano, Y. H., Makita, K., Matsunaga, M., Tanabe, H. C., Ogino, Y., Saito, S., ve Sadato, N. (2016). Being in a romantic relationship is associated with reduced gray matter density in striatum and increased subjective happiness. *Frontiers in Psychology*, 7. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2016.01763>
- Kimya, E., Hatun, O., ve Ekşi, H. (2024). Dispositional Hope, psychological flexibility, and psychological distress: Psychometric properties of the personalized psychological flexibility index among Turkish adults. *Psychological Assessment*, 36(4). <https://doi.org/10.1037/pas0001303>
- Kline, R. B. (2011). *Principles and practice of structural equation modeling* (3rd ed.). Guilford Press.

- Kobak, R. R., Cole, H. E., Ferenz-Gillies, R., Fleming, W. S., ve Gamble, W. (1993). Attachment and emotion regulation during mother-teen problem solving: A control theory analysis. *Child Development*, 64(1), 231–245. <https://doi.org/10.1111/j.1467-8624.1993.tb02906.x>
- Kobak, R. R., ve Sceery, A. (1988). Attachment in late adolescence: Working Models, affect regulation, and representations of self and others. *Child Development*, 59(1), 135–146. <https://doi.org/10.1111/j.1467-8624.1988.tb03201.x>
- Koss, K. J., George, M. R. W., Bergman, K. N., Cummings, E. M., Davies, P. T., ve Cicchetti, D. (2011). Understanding children’s emotional processes and behavioral strategies in the context of marital conflict. *Journal of Experimental Child Psychology*, 109(3), 336–352. <https://doi.org/10.1016/j.jecp.2011.02.007>
- Kumar, S. A., ve Mattanah, J. F. (2018). Interparental conflict, parental intrusiveness, and interpersonal functioning in emerging adulthood. *Personal Relationships*, 25(1), 120133. <https://doi.org/10.1111/pere.12231>
- Kunt, K. H. (2004). *The impact of parental divorce and interparental conflict in intact families on heterosexual functioning of young turkish women* [Yayınlanmamış yüksek lisans tezi]. Boğaziçi Üniversitesi.
- L. Platt, R. A., Nalbone, D. P., Casanova, G. M., ve Wetchler, J. L. (2008). Parental conflict and infidelity as predictors of adult children’s attachment style and infidelity. *The American Journal of Family Therapy*, 36(2), 149–161. <https://doi.org/10.1080/01926180701236258>
- Lazarus, R. S., ve Folkman, S. (1984). *Stress, appraisal, and coping*. Springer.
- Li, T. ve Chan, D. K. (2012). How anxious and avoidant attachment affect romantic relationship quality differently: a meta-analytic review. *European Journal of Social Psychology*, 42(4), 406-419. <https://doi.org/10.1002/ejsp.1842>
- Li, D., Li, D., ve Yang, K. (2019). Interparental conflict and Chinese emerging adults’ romantic relationship quality: Indirect pathways through attachment to parents and interpersonal security. *Journal of Social and Personal Relationships*, 37(2), 414–431. <https://doi.org/10.1177/0265407519865955>

- Li, D., Chen, Z., Li, D., Lyu, Y., ve Wang, C. (2023). Interparental conflict and young adults' romantic relationship quality: mediating pathways through parental and romantic attachment and gender differences. *Journal of Adult Development*, 30(4), 334–346. <https://doi.org/10.1007/s10804-022-09437-0>
- Lünnemann, M. K. M., Van Der Horst, F. C. P., Van De Bongardt, D., ve Steketee, M. (2023). Road blocks or building blocks? A qualitative study on challenges and resilience in romantic relationships of youth exposed to family violence. *Journal of Child & Adolescent Trauma*, 17(2), 245–259. <https://doi.org/10.1007/s40653-023-00592-4>
- Lynch, L., Waite, R., ve Davey, M. (2013). Adverse childhood experiences and diabetes in adulthood: Support for a collaborative approach to primary care. *Contemporary Family Therapy: An International Journal*, 35(4), 639–655. <https://doi.org/10.1007/s10591-013-9262-6>
- Makriyianis, H. M., Adams, E. A., Lozano, L. L., Mooney, T. A., Morton, C., ve Liss, M. (2019). Psychological inflexibility mediates the relationship between adverse childhood experiences and mental health outcomes. *Journal of Contextual Behavioral Science*, 14, 82–89. <https://doi.org/10.1016/j.jcbs.2019.09.007>
- Malaeb Z.A., Summers, J.K., ve Pugeseck, B. H. (2000). Using structural equation modeling to investigate relationships among ecological variables, *Environmental and Ecological Statistics*, 7(1), <https://doi.org/10.1023/A:1009662930292>
- Mannarino, A. P., Cohen, J. A., Deblinger, E., Runyon, M. K., ve Steer, R. A. (2012). Trauma focused cognitive-behavioral therapy for children. *Child Maltreatment*, 17(3), 231–241. <https://doi.org/10.1177/1077559512451787>
- Margolin, G., Oliver, P. H., ve Medina, A. M. (2001). Conceptual issues in understanding the relation between interparental conflict and child adjustment: Integrating developmental psychopathology and risk/resilience perspectives. J. H. Grych ve F. D. Fincham (Ed.), *Interparental conflict and child development: Theory, research, and applications* (s. 9–38) içinde. Cambridge University Press. <https://doi.org/10.1017/CBO9780511527838.003>

- Marx, B. P., ve Sloan, D. M. (2002). The role of emotion in the psychological functioning of adult survivors of childhood sexual abuse. *Behavior Therapy*, 33(4), 563–577. [https://doi.org/10.1016/s0005-7894\(02\)80017-x](https://doi.org/10.1016/s0005-7894(02)80017-x)
- McCloskey, L. A., Figueredo, A. J., ve Koss, M. P. (1995). The effects of systemic family violence on children's Mental Health. *Child Development*, 66(5), 1239. <https://doi.org/10.2307/1131645>
- McCoy, K., Cummings, E. M., ve Davies, P. T. (2009). Constructive and destructive marital conflict, emotional security and children's prosocial behavior. *Journal of Child Psychology and Psychiatry*, 50(3), 270–279. <https://doi.org/10.1111/j.1469-7610.2008.01945.x>
- McIntyre, K. P., Mattingly, B. A., ve Judis, M. (2025). Relationship-induced self-concept change and the malleability of attachment security. *Journal of Social and Personal Relationships*, 42(1), 95-116. <https://doi.org/10.1177/02654075241291006>
- McNeil, J., ve Rehman, U. S. (2023). The role of emotional processes in explaining the link between severity of childhood maltreatment and relationship difficulties. *Journal of Interpersonal Violence*, 39(9–10), 2165–2188. <https://doi.org/10.1177/08862605231216695>
- Meyer, D., Cohn, A., Robinson, B., Muse, F., ve Hughes, R. (2017). Persistent complications of child sexual abuse: sexually compulsive behaviors, attachment, and emotions. *Journal of Child Sexual Abuse*, 26(2), 140–157. <https://doi.org/10.1080/10538712.2016.1269144>
- Minuchin, P. (1985). Families and individual development: Provocations from the field of family therapy. *Child Development*, 56(2), 289–302. <https://doi.org/10.2307/1129720>
- Mikulincer, M., ve Shaver, P. R. (2016). *Attachment in adulthood: Structure, dynamics, and change* (2nd ed.). Guilford Press.

- Mikulincer M., ve Shaver P.R. (2019). Attachment orientations and emotion regulation. *Current Opinion in Psychology*, 25, 6–10.10.https://doi.org/1016/j.copsyc.2018.02.006
- Moreira, H., ve Canavarro, M. C. (2018). Does the association between mindful parenting and adolescents' dispositional mindfulness depend on the levels of anxiety and depression symptomatology in mothers? *Journal of Adolescence*, 68, 22–31. https://doi.org/10.1016/j.adolescence.2018.07.003
- Morris, A. S., Silk, J. S., Steinberg, L., Myers, S. S., ve Robinson, L. R. (2007). The role of the family context in the development of emotion regulation. *Social Development*, 16(2), 361–388. https://doi.org/10.1111/j.1467-9507.2007.00389.x
- Muller, R. T., Thornback, K., ve Bedi, R. (2012). Attachment as a mediator between childhood maltreatment and adult symptomatology. *Journal of Family Violence*, 27(3), 243–255. https://doi.org/10.1007/s10896-012-9417-5.
- Nash, M. R., Hulse, T. L., Sexton, M. C., Harralson, T. L., ve Lambert, W. (1993). Long-term sequelae of childhood sexual abuse: Perceived family environment, psychopathology, and dissociation. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 61(2), 276–283. https://doi.org/10.1037/0022-006X.61.2.276
- Ng, M. C. Y., Wang, I. Y., ve Cheung, R. Y. M. (2024). Mindfulness and attachment security in romantic relationships: The role of emotion regulation as a mediator. *Journal of Social and Personal Relationships*. https://doi.org/10.1177/02654075241292561
- Nguyen, T. P., Karney, B. R., ve Bradbury, T. N. (2017). Childhood abuse and later marital outcomes: Do partner characteristics moderate the association? *Journal of Family Psychology*, 31(1), 82–92. https://doi.org/10.1037/fam0000208
- Okur, Ö. (2016). *Algılanan Anne-Baba Arasındaki Çatışma, Algılanan Anne-Baba Tutumları ve Bağlanma Stillerinin Romantik İlişkilerdeki Tutumlar Üzerine Etkileri* [Yayımlanmamış yüksek lisans tezi]. Orta Doğu Teknik Üniversitesi.

- O'Brien, R. M. (2007). A caution regarding rules of thumb for variance inflation factors. *Quality & Quantity: International Journal of Methodology*, 41(5), 673–690. <https://doi.org/10.1007/s11135-006-9018-6>
- O'Connor, M., ve Elklit, A. (2008). Attachment styles, traumatic events, and PTSD: A cross-sectional investigation of adult attachment and trauma. *Attachment ve Human Development*, 10(1), 59–71. <https://doi.org/10.1080/14616730701868597>
- O'Hara, K. L., Wolchik, S. A., Sandler, I. N., West, S. G., Reis, H. T., Collins, L. M., Lyon, A. R., ve Cummings, E. M. (2023). Preventing Mental Health Problems in Children After High Conflict Parental Separation/Divorce Study: An Optimization Randomized Controlled Trial Protocol. *Mental Health & Prevention*, 32, 200301. <https://doi.org/10.1016/j.mhp.2023.200301>
- Özcan, S., ve Hamamcı, Z. (2023) Romantik İlişki Yaşayan Bireylerin Çocukluk Dönemi Örselenme Yaşantıları İlişki Doyumu ve Evlilik Beklentisi Arasındaki İlişkinin İncelenmesi. *Gaziantep Üniversitesi Eğitim Bilimleri Dergisi*, 7(1), 27-44.
- Özdemir, Y., ve Sağkal, A. S. (2019). Interparental Conflict and Emerging Adults' Psychological Distress: Do Cognitive Appraisals Matter?. *İnönü Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 20(3), 831-841. <https://doi.org/10.17679/inuefd.513399>
- Öztürk, A., ve Mutlu, T. (2010). *The relationship between attachment style, subjective well-being, happiness and social anxiety among university students'. Procedia - Social and Behavioral Sciences*, 9, 1772–1776. doi:10.1016/j.sbspro.2010.12.398
- Özbilgin, İ. (2022). *Exploring Differentiation Of Self And Relationship Happiness In Newly Married Women: The Mediating Role Of Attachment Styles And Attachment Behaviors* [Yayımlanmamış yüksek lisans tezi]. Özyeğin Üniversitesi.
- Pakenham, K. I., ve Samios, C. (2013). Couples coping with multiple sclerosis: A Dyadic perspective on the roles of mindfulness and acceptance. *Journal of*

Behavioral Medicine, 36(4), 389–400. <https://doi.org/10.1007/s10865-012-9434-0>

Papp, L. M., Cummings, E. M., ve Goeke-Morey, M. C. (2002). Marital conflicts in the home when children are present versus absent. *Developmental Psychology*, 38(5), 774–783. <https://doi.org/10.1037//0012-1649.38.5.774>

Papp, L. M., Cummings, E. M., ve Goeke-Morey, M. C. (2009). For richer, for poorer: Money as a topic of marital conflict in the home. *Family Relations*, 58(1), 91–103. <https://doi.org/10.1111/j.1741-3729.2008.00537.x>

Reddy, C. ve Naila, P. (2024). Attachment style and relationship satisfaction among early adults. *World Journal of Biology Pharmacy and Health Sciences*, 19(1), 282–289. <https://doi.org/10.30574/wjbphs.2024.19.1.0440>

Reddy, M. K., Pickett, S. M., ve Orcutt, H. K. (2006). Experiential avoidance as a mediator in the relationship between childhood psychological abuse and current mental health symptoms in college students. *Journal of Emotional Abuse*, 6(1), 67–85. https://doi.org/10.1300/j135v06n01_04

Richardson, C. M. E., ve Jost, S. A. (2019). Psychological flexibility as a mediator of the association between early life trauma and psychological symptoms. *Personality and Individual Differences*, 141, 101–106. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2018.12.029>

Riggs, S. A., Jacobovitz, D., ve Hazen, N. (2002). Adult attachment and history of psychotherapy in a normative sample. *Psychotherapy: Theory, Research, Practice, Training*, 39(4), 344–353. <https://doi.org/10.1037//0033-3204.39.4.344>

Rodrigues, L. N., ve Kitzmann, K. M. (2007). Coping as a mediator between interparental conflict and adolescents' romantic attachment. *Journal of Social and Personal Relationships*, 24(3), 423–439. <https://doi.org/10.1177/0265407507077230>

Rolffs, J. L., Rogge, R. D., ve Wilson, K. G. (2018). Disentangling Components of Flexibility via the Hexaflex Model: Development and Validation of the

- Multidimensional Psychological Flexibility Inventory (MPFI). *Assessment*, 25(4), 458–482. <https://doi.org/10.1177/1073191116645905>
- Ronkainen, H., Lundgren, T., Kenttä, G., Ihalainen, J., Valtonen, M., ve Lappalainen, R. (2024). Psychological Flexibility Skills and Mental Wellbeing in Athletes: An exploration of associations and gender differences. *Psychology and Behavioral Sciences*, 13(2), 43–55. <https://doi.org/10.11648/j.pbs.20241302.14>
- Rosales-Villacrés, M. de, Oyanadel, C., Changotasig-Loja, D., ve Peñate-Castro, W. (2021). Effects of a mindfulness and acceptance-based program on intimate relationships in a youth sample: A randomized controlled trial. *Behavioral Sciences*, 11(6), 84. <https://doi.org/10.3390/bs11060084>
- Satorra, A., ve Bentler, P. M. (2001). A scaled difference chi-square test statistic for moment structure analysis. *Psychometrika*, 66(4), 507–514. <https://doi.org/10.1007/BF02296192>
- Satinsky, E. N., Kakuhikire, B., Baguma, C., Rasmussen, J. D., Ashaba, S., Cooper-Vince, C. E., Perkins, J. M., Kiconco, A., Namara, E. B., Bangsberg, D. R., ve Tsai, A. C. (2021). Adverse childhood experiences, adult depression, and suicidal ideation in rural Uganda: A cross-sectional, population-based study. *PLoS Medicine*, 18(5), e1003642. <https://doi.org/10.1371/journal.pmed.1003642>
- Sağkal, A. S., ve Özdemir, Y. (2019). Interparental conflict and emerging adults' couple satisfaction: the mediating roles of romantic relationship conflict and marital attitudes. *Başkent University Journal of Education*, 6(2), 181–191.
- Selcuk, E., Gunaydin, G., Sumer, N., ve Uysal A. (2005). Yetişkin bağlanma boyutları için yeni bir ölçüm: Yakın İlişkilerde Yaşantılar Envanteri-II'nin Türk örnekleminde psikometrik açıdan değerlendirilmesi. *Türk Psikoloji Yazıları*, 8(16), 1-11.
- Schermerhorn, A. C., ve Cummings, E. M. (2008). Transactional family dynamics: A new framework for conceptualizing family influence processes. R. V. Kail (Ed.), *Advances in child development and behavior* (s. 187–250) içinde. Elsevier Academic Press. [https://doi.org/10.1016/S0065-2407\(08\)00005-0](https://doi.org/10.1016/S0065-2407(08)00005-0)

- Schnapp, J. E., O’Neal, D. N., ve Vaughn, A. A. (2019). Dyadic perceptions of depression and anxiety in romantic relationships. *Journal of Social and Personal Relationships*, 37(2), 432-449. <https://doi.org/10.1177/0265407519867418>
- Shen, F., Liu, Y., ve Brat, M. (2021). Attachment, self-esteem, and psychological distress: A multiple-mediator model. *The Professional Counselor*, 11(2), 129–142. <https://doi.org/10.15241/fs.11.2.129>
- Sheng, R., Hu, J., Liu, X., ve Xu, W. (2022). Longitudinal relationships between insecure attachment and romantic relationship quality and stability in emerging adults: the mediating role of perceived conflict in daily life. *Current Psychology*, 42(17), 14191–14201. <https://doi.org/10.1007/s12144-021-02668-6>
- Smith-Etxeberria, K., Eceiza, A., Garneau-Rosner, C., ve Adler-Baeder, F. (2020). Parental divorce and Interparental conflict: Spanish young adults’ attachment and relationship expectations. *The Spanish Journal of Psychology*, 23. <https://doi.org/10.1017/sjp.2020.38>
- Simpson, E. G. (2019). Interparental conflict and adolescent adjustment: A narrative review of bidirectional pathways. *Adolescent Research Review*, 5(3), 307–316. <https://doi.org/10.1007/s40894-019-00112-2>
- Simpson, J. A., ve Rholes, W. S. (2012). Adult attachment orientations, stress, and romantic relationships. In P. Devine & A. Plant (Eds.), *Advances in experimental social psychology*, Vol. 45, pp. 279–328). Academic Press. <https://doi.org/10.1016/B978-0-12394286-9.00006-8>
- Simon, V. A., ve Furman, W. (2010). Interparental conflict and adolescents’ romantic relationship conflict. *Journal of Research on Adolescence*, 20(1), 188–209. <https://doi.org/10.1111/j.1532-7795.2009.00635.x>
- Singh, S., ve Thomas, E. (2022). Interparental conflict and Young Adult Romantic Relationships: A systematic review. *Trauma, Violence, veamp; Abuse*, 24(4), 2630–2647. <https://doi.org/10.1177/15248380221109787>

- Springer, K. W., Sheridan, J., Kuo, D., ve Carnes, M. (2007). Long-term physical and mental health consequences of childhood physical abuse: Results from a large population-based sample of men and women. *Child Abuse & Neglect*, 31(5), 517–530. <https://doi.org/10.1016/j.chiabu.2007.01.003>
- Sümer, N. (2000). Yapısal Eşitlik Modelleri: Temel Kavramlar ve Örnek Uygulamalar [Structural Equation Modeling: Basic Concepts and Applications]. *Türk Psikoloji Yazıları*, 3(6), 49–74.
- Stoltenborgh, M., Bakermans-Kranenburg, M. J., Alink, L. R. A., ve van IJzendoorn, M. H. (2015). The prevalence of child maltreatment across the globe: Review of a series of meta-analyses. *Child Abuse Review*, 24(1), 37–50. <https://doi.org/10.1002/car.2353>
- Stroud, C. B., Durbin, C. E., Wilson, S., ve Mendelsohn, K. A. (2011). Spillover to triadic and dyadic systems in families with young children. *Journal of Family Psychology*, 25(6), 919–930. <https://doi.org/10.1037/a0025443>
- Sturge-Apple, M. L., Davies, P. T., ve Cummings, E. M. (2006). Impact of hostility and withdrawal in interparental conflict on parental emotional unavailability and children's adjustment difficulties. *Child development*, 77(6), 1623–1641. <https://doi.org/10.1111/j.1467-8624.2006.00963.x>
- Şar, V., Öztürk, E., ve İkikardeş, E. (2012). Validity and reliability of the Turkish version of Childhood Trauma Questionnaire (CTQ). *Türkiye Klinikleri Journal of Medical Sciences*, 32(4), 1054–1063. <https://doi.org/10.5336/medsci.2011-26947>
- Şar, V., Necef, I., Mutluer, T., Fatih, P., ve Türk-Kurtça, T. (2020). A revised and expanded version of the Turkish Childhood Trauma Questionnaire (ÇTQ-33): Overprotection-overcontrol as additional factor. *Journal of Trauma and Dissociation*, 22(1) 35–51. <https://doi.org/10.1080/15299732.2020.1760171>
- Usluoğlu, F., ve Yazıcı, A. (2024). How do females who witnessed interparental violence in childhood make sense of and experience romantic relationships: a qualitative research in the sample of Turkey. *Journal of Child & Adolescent Trauma*, 17(4), 1211–1223. <https://doi.org/10.1007/s40653-024-00645-2>

- Ustuner Top, F., ve Cam, H. H. (2020). Childhood maltreatment among university students in Turkey: prevalence, demographic factors, and health-related quality of life consequences. *Psychology Health & Medicine*, 26(5), 543–554. <https://doi.org/10.1080/13548506.2020.1768274>
- Terry, J. L. (2018). *The role of psychological flexibility in the relationship between childhood abuse and the quality of adult dating relationships in female university students* [Yayınlanmamış doktora tezi]. Kean University.
- Tabachnick, B.G. ve Fidell, L.S. (2013). *Using multivariate statistics*. (6th edition). Allyn & Bacon.
- Taşören, A. B. (2022). Childhood maltreatment and emotional distress: The role of beliefs about emotion and psychological inflexibility. *Current Psychology*, 42(16), 13276–13287. <https://doi.org/10.1007/s12144-021-02594-7>
- T.C. Başbakanlık Sosyal Hizmetler ve Çocuk Esirgeme Kurumu. (2010). Türkiye’de çocuk istismarı ve aile içi şiddet araştırması: 1-40.
- Toomey, E. T., ve Nelson, E. S. (2001). Family conflict and young adults' attitudes toward intimacy. *Journal of Divorce & Remarriage*, 34(3-4), 4969. https://doi.org/10.1300/J087v34n03_04
- Turner, H. A., ve Kopiec, K. (2006). Exposure to interparental conflict and psychological disorder among young adults. *Journal of Family Issues*, 27(2), 131–158. <https://doi.org/10.1177/0192513x05280991>
- Twiselton, K., Stanton, S. C. E., Gillanders, D., ve Bottomley, E. (2020). Exploring the links between psychological flexibility, individual well-being, and relationship quality. *Personal Relationships*, 27(4), 880–906. <https://doi.org/10.1111/pere.12344>
- Tzouvara, V., Kupdere, P., Wilson, K., Matthews, L., Simpson, A., ve Foye, U. (2023). Adverse childhood experiences, mental health, and social functioning: A scoping review of the literature. *Child abuse & neglect*, 139, 106092. <https://doi.org/10.1016/j.chiabu.2023.106092>

- van Eldik, W. M., de Haan, A. D., Parry, L. Q., Davies, P. T., Luijk, M. P. C. M., Arends, L. R., ve Prinzie, P. (2020). The interparental relationship: Meta-analytic associations with children's maladjustment and responses to interparental conflict. *Psychological Bulletin*, 146(7), 553–594. <https://doi.org/10.1037/bul0000233>
- Ulu, İ. P. ve Fışıloğlu, H. (2004). Çocukların Evlilik Çatışmasını Algılaması Ölçeğinin geçerlik ve güvenirlik çalışması. *Türk Psikoloji Yazıları Dergisi*, 7(14), 61-75.
- UNICEF. (2017). A familiar face: Violence in the lives of children and adolescents. United Nations Children's Fund. <https://data.unicef.org/resources/a-familiar-face/>
- Warmuth, K. A., Cummings, E. M., ve Davies, P. T. (2020). Constructive and destructive interparental conflict, problematic parenting practices, and children's symptoms of psychopathology. *Journal of Family Psychology*, 34(3), 301–311. <https://doi.org/10.1037/fam0000599>
- Waters, E., Merrick, S., Treboux, D., Crowell, J., ve Albersheim, L. (2000). Attachment security in infancy and early adulthood: A twenty-year longitudinal study. *Child Development*, 71(3), 684–689. <https://doi.org/10.1111/1467-8624.00176>
- Wekerle, C., ve Wolfe, D. A. (1999). Dating violence in mid-adolescence: Theory, significance, and emerging prevention initiatives. *Clinical Psychology Review*, 19, 435– 456. doi:10.1016/S0272- 7358(98)00091-9
- Westland, J. C. (2010). Lower bounds on sample size in structural equation modeling. *Electronic commerce research and applications*, 9(6), 476-487. <https://doi.org/10.1016/j.elerap.2010.07.003>
- Williams, K. E., Ciarrochi, J., ve Heaven, P. C. (2012). Inflexible parents, inflexible kids: A 6-year longitudinal study of parenting style and the development of psychological flexibility in adolescents. *Journal of Youth and Adolescence*, 41(8), 1053–1066. <https://doi.org/10.1007/s10964-012-9744-0>

- Whisman, M. A. (2014). Dyadic perspectives on trauma and marital quality. *Psychological Trauma: Theory, Research, Practice, and Policy*, 6(3), 207–215. <https://doi.org/10.1037/a0036143>
- Woodhouse, S., Ayers, S., ve Field, A. P. (2015). The relationship between adult attachment style and post-traumatic stress symptoms: A meta-analysis. *Journal of Anxiety Disorders*, 35, 103–117. <https://doi.org/10.1016/j.janxdis.2015.07.002>
- Wolfe, D. A. (1987). *Child abuse: Implications for child development and psychopathology*. Sage.
- Yavuz, K. F. (2015). Kabul ve Kararlılık Terapisi (ACT): Genel Bir Bakış. *Türkiye Klinikleri Psychiatry - Special Topics*, 8(2), 21–27. <https://www.turkiyeklinikleri.com/article/tr-kabul-ve-kararlilik-terapisi-act-genel-bir-bakis-71493.html>
- Ye, Z., Wei, X., Zhang, J., Li, H., ve Cao, J. (2023). The impact of adverse childhood experiences on depression: the role of insecure attachment styles and emotion dysregulation strategies. *Current Psychology*, 43(5), 4016–4026. <https://doi.org/10.1007/s12144-023-04613-1>
- Young, J. E., Klosko, J. S., ve Weishaar, M. E. (2003). *Schema therapy: A practitioner's guide*. Guilford Press.
- Yue, P., ve Zhang, J. (2025). Learning engagement and psychological flexibility among Chinese adolescents: a moderated mediation model. *Frontiers in Psychology*, 15. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2025.1407707>