

**T.C.  
İSTANBUL GEDİK ÜNİVERSİTESİ  
LİSANSÜSTÜ EĞİTİM ENSTİTÜSÜ**



**EVİLİ VE BEKAR BİREYLERDE BENLİK KURGULARI, AYRILMA  
BİREYLEŞME DÜZEYLERİ VE KULLANILAN SAVUNMA  
MEKANİZMALARININ İLİŞKİSİNİN İNCELENMESİ**

**YÜKSEK LİSANS TEZİ**

**Zeynep MUŞTUCU**

**Klinik Psikoloji Tezli Yüksek Lisans Programı**

**HAZİRAN 2021**

**T.C.  
İSTANBUL GEDİK ÜNİVERSİTESİ  
LİSANSÜSTÜ EĞİTİM ENSTİTÜSÜ**



**EVİLİ VE BEKAR BİREYLERDE BENLİK KURGULARI, AYRILMA  
BİREYLEŞME DÜZEYLERİ VE KULLANILAN SAVUNMA  
MEKANİZMALARININ İLİŞKİSİNİN İNCELENMESİ**

**YÜKSEK LİSANS TEZİ**

**Zeynep MUŞTUCU  
(191287023)**

**Klinik Psikoloji Tezli Yüksek Lisans Programı**

**Tez Danışmanı: Dr. Öğr. Üyesi Nurgül YAVUZER**

**HAZİRAN 2021**



**T.C.  
İSTANBUL GEDİK ÜNİVERSİTESİ  
LİSANSÜSTÜ EĞİTİM ENSTİTÜSÜ MÜDÜRLÜĞÜ**

**Yüksek Lisans Tez Onay Belgesi**

Enstitümüz, Klinik Psikoloji Tezli Yüksek Lisans Programı 191287023 numaralı öğrencisi Zeynep Muştucu'nun “Evli ve Bekar Bireylerde Benlik Kurguları, Ayrılma Bireyleşme Düzeyleri ve Kullanılan Savunma Mekanizmalarının İlişkisinin İncelenmesi” adlı tez çalışması 30/06/2021 tarihinde yapılan tez savunma sınavında aşağıdaki jüri tarafından ***Oy Birliği*** ile Yüksek Lisans tezi olarak ***Kabul*** edilmiştir.

**Öğretim Üyesi Adı Soyadı**

**1) Tez Danışmanı:** Dr. Öğr. Üyesi Nurgül Yavuzer

**2) Jüri Üyesi :** Dr. Öğr. Üyesi Hakan Duman

**3) Jüri Üyesi :** Dr. Öğr. Üyesi Elif Yıldırım

## YEMİN METNİ

Yüksek Lisans tezi olarak sunduğum “Evli ve Bekar Bireylerde Benlik Kurguları, Ayrılma Bireyleşme Düzeyleri ve Kullanılan Savunma Mekanizmalarının İlişkisinin İncelenmesi” adlı çalışmanın, tezin proje safhasından sonuçlanmasına kadarki bütün süreçlerde bilimsel ahlak ve geleneklere aykırı düşecek bir yardıma başvurulmaksızın yazıldığını ve yararlandığım eserlerin Kaynakça’da gösterilenlerden oluştuğunu, bunlara atıf yapılarak yararlanılmış olduğunu belirtir ve onurumla beyan ederim. (30/06/2021)

Zeynep MUŞTUCU



## ÖNSÖZ

Psikoloji lisans eğitimine başladığım andan itibaren hayalini kurduğum yüksek lisans eğitimimin bu tez çalışmasıyla birlikte sonuna gelmiş bulunmaktayım. Zor ve yorucu bir süreç olan tez döneminde, bilgi birikimi, deneyimini benden hiç esirgemeyen, her zaman yanımda olan kıymetli hocam ve tez danışmanım Dr. Öğr. Üyesi Nurgül Yavuzer'e bütün emekleri için şükranlarımı sunarım.

Değerli hocam Dr. Öğr. Üyesi Elif Yıldırım'a ve Değerli hocam Dr. Öğr. Üyesi Hakan DUMAN'a benim için özel olan bu günde jüri üyeliğimi kabul edip değerli görüşlerini benimle paylaştıkları için ve tüm katkıları için sonsuz şükranlarımı sunarım. Dr. Öğr. Üyesi Elif Yıldırım'a lisans eğitimim boyunca bana katmış oldukları için de teşekkür ederim.

Söz konusu eğitim olduğunda, tüm imkanları zorlayan ve ne olursa olsun beni destekleyen, yapabileceğime olan inancımı pekiştiren, elimden tutan babam Ahmet Muştucu'ya ve annem Arzu Muştucu'ya olan minnetimi ifade edecek kelimelerin kifayetsiz kaldığının bilincinde olarak teşekkür ediyorum. Sahip olduğum en kıymetli hazinem olan aileme saygı ve sevgilerimi sunmaktan gurur duyuyorum. Okuduğum bir satır cümle için dahi gururlanan ve "ben okuyamadım, sen okuyunca çok mutlu oluyorum" diyerek yanımda olan sevgili anneannem Fatma Total'a da tüm desteklerinden dolayı teşekkür ederim.

Hem klinik deneyim konusunda hem de mesleki bilgi paylaşımında her zaman yanımda olan, desteğini ve bilgisini hiçbir zaman esirgemeyen, sevgili hocam Cenk Ağ'a çok teşekkür ederim. Son olarak tezime katılım sağlayan bütün katılımcılara ve veri toplama sürecimde, araştırmamı paylaşmam konusunda bana yardımcı olan tüm arkadaşlarıma ve bu zorlu tez sürecinde hep yanımda olan, bana olan inançlarını dile getirerek desteklerini esirgemeyen sevgili arkadaşlarım Ayşe Nur Ünver'e, Aysun Ülker'e ve teknoloji söz konusu olduğunda imdadıma yetişen Anılcan Gül'e de tüm destek ve yardımları için teşekkür ederim.

Haziran 2021

Zeynep MUŞTUCU

---

Psikolog

## İÇİNDEKİLER

### Sayfa

|                                                                                   |       |
|-----------------------------------------------------------------------------------|-------|
| ÖNSÖZ.....                                                                        | viii  |
| İÇİNDEKİLER .....                                                                 | ix    |
| KISALTMALAR .....                                                                 | xiii  |
| TABLO LİSTESİ .....                                                               | xiv   |
| ŞEKİL LİSTESİ.....                                                                | xv    |
| ÖZET.....                                                                         | xvi   |
| ABSTRACT .....                                                                    | xviii |
| 1.GİRİŞ .....                                                                     | 1     |
| 1.1 Araştırmanın Amacı.....                                                       | 3     |
| 1.2 Araştırmanın Önemi.....                                                       | 4     |
| 1.3 Araştırmanın Sınırlılıkları .....                                             | 6     |
| 1.4 Araştırmanın Sayıltıları.....                                                 | 6     |
| 1.5 Tanımlar .....                                                                | 7     |
| 2. KURAMSAL AÇIKLAMALAR .....                                                     | 9     |
| 2.1 Benlik Kurguları .....                                                        | 9     |
| 2.1.1 Benlik gelişimi .....                                                       | 10    |
| 2.1.2 Benlik Kavramına Yönelik Farklı Kuramsal Bakış Açıları .....                | 11    |
| 2.1.2.1 Psikanalitik yaklaşım .....                                               | 11    |
| 2.1.2.2 Psikososyal yaklaşım .....                                                | 12    |
| 2.1.2.3 Bağlanma kuramı .....                                                     | 13    |
| 2.1.2.4 Kendini belirleme kuramı .....                                            | 14    |
| 2.1.2.5 Modernleşme kuramı .....                                                  | 16    |
| 2.1.3 Kültür ve benlik kurguları.....                                             | 16    |
| 2.1.3.1 Bireycilik ve toplulukçuluk.....                                          | 18    |
| 2.1.3.2 İlişkisel benlik ve ayırık benlik: karşılıklı bağımlılık-bağımsızlık..... | 21    |

|                                                                                                                                       |           |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------|
| 2.1.4 Aile değişim kuramı ve duygusal/psikolojik bağlılık modeli: özerk-ilişkisel benlik .....                                        | 23        |
| 2.1.3 Benlik kurguları ile ilgili yapılmış araştırmalar .....                                                                         | 27        |
| 2.2 Psikanalitik Kuramda Ayrılma Bireyleşme Kavramı .....                                                                             | 30        |
| 2.2.1 Ayrılma-bireyleşme süreci .....                                                                                                 | 32        |
| 2.2.1.2 Ayrılma bireyleşme sürecinin öncüleri: Normal otizm evresi ve normal simbiyotik evre .....                                    | 33        |
| 2.2.1.3 Farklılaşma ve beden imgesinin gelişimi .....                                                                                 | 34        |
| 2.2.1.4 Alıştırma alt dönemi .....                                                                                                    | 35        |
| 2.2.1.5 Yeniden yakınlaşma .....                                                                                                      | 37        |
| 2.2.1.6 Bireyliğin pekişmesi ve coşkusal nesne sürekliliğinin başlangıcı .....                                                        | 39        |
| 2.2.2 İkinci ayrılma-bireyleşme süreci ve Blos'un kuramı .....                                                                        | 40        |
| 2.2.3 Kernberg ve Jacobson'un yaklaşımıyla ayrılma-bireyleşme .....                                                                   | 41        |
| 2.2.4 Ayrılma bireyleşme kuramına yönelik eleştiriler .....                                                                           | 43        |
| 2.2.5 Ayrılma bireyleşme ile ilgili yapılmış araştırmalar .....                                                                       | 44        |
| 2.3 Savunma Mekanizmaları .....                                                                                                       | 47        |
| 2.3.1 Çatışma ve bunaltı kavramları .....                                                                                             | 47        |
| 2.3.2 Savunma mekanizmalarının literatürdeki varlığı .....                                                                            | 47        |
| 2.3.3 Savunma mekanizmalarının sınıflandırılması .....                                                                                | 51        |
| 2.3.3.1 İmmatür savunmalar .....                                                                                                      | 51        |
| 2.3.3.2 Nevrotik Savunmalar .....                                                                                                     | 57        |
| 2.3.3.3 Olgun Savunmalar .....                                                                                                        | 60        |
| 2.3.4 Savunma mekanizmaları ile ilgili yapılmış araştırmalar .....                                                                    | 62        |
| <b>3. YÖNTEM .....</b>                                                                                                                | <b>66</b> |
| 3.1 Araştırma Modeli .....                                                                                                            | 66        |
| 3.2 Araştırma Örneklemi .....                                                                                                         | 66        |
| 3.3 Veri Toplama Araçları .....                                                                                                       | 66        |
| 3.3.1 Sosyo-demografik bilgi formu .....                                                                                              | 67        |
| 3.3.2 Özerklik ilişkisellik ölçekleri .....                                                                                           | 67        |
| 3.3.3 Ayrılma bireyleşme ölçeği .....                                                                                                 | 68        |
| 3.3.4 Savunma biçimleri testi .....                                                                                                   | 70        |
| 3.4 Veri Toplama İşlemi .....                                                                                                         | 72        |
| 3.5 Verilerin Analizi .....                                                                                                           | 73        |
| <b>4. BULGULAR .....</b>                                                                                                              | <b>74</b> |
| 4.1 Katılımcıların Sosyo-demografik Özelliklerine İlişkin Frekans Dağılımı .....                                                      | 74        |
| 4.2 Araştırma Verilerinin Parametrik İstatistik Yöntemlerine Uygunluğunun Sınanması .....                                             | 75        |
| 4.2.1 Araştırma ölçeklerinin normallik analizi .....                                                                                  | 75        |
| 4.2.2 Araştırma ölçekleri ve alt boyutlarının betimsel özellikleri .....                                                              | 76        |
| 4.3 Özerklik İlişkisellik Ölçekleri ile Ayrılma Bireyleşme Ölçeği ve Savunma Biçimleri Testi Arasındaki İlişkilerin İncelenmesi ..... | 77        |
| 4.4 Evli ve Bekar Katılımcılara İlişkin Analizler .....                                                                               | 79        |

|                                                                                                                                                                          |            |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------|
| 4.4.1 Evli ve bekar katılımcıların araştırma ölçekleri ve alt boyutları arasındaki ilişkinin incelenmesi .....                                                           | 79         |
| 4.4.2 Evli ve bekar katılımcıların sosyodemografik özelliklerinin ilişkisinin incelenmesi .....                                                                          | 82         |
| 4.4.3 Evli ve bekar katılımcıların özerklik ilişkisellik ölçekleri, ayrılma-bireyleşme ölçeği ve savunma biçimleri testi puan ortalamaları arası farkın incelenmesi..... | 83         |
| 4.4.3.1 Özerklik ilişkisellik ölçekleri .....                                                                                                                            | 83         |
| 4.4.2.2 Ayrılma bireyleşme ölçeği .....                                                                                                                                  | 84         |
| 4.4.2.3 Savunma Biçimleri Testi.....                                                                                                                                     | 84         |
| 4.4.4 Evli ve bekar katılımcıların özerk benlik kurgusu .....                                                                                                            | 87         |
| 4.4.4.1 Evli ve bekar katılımcıların özerk benlik kurguları ile ayrılma bireyleşme ölçeği alt boyutlarına ilişkin iki yönlü varyans analizi .....                        | 87         |
| 4.4.5 Evli ve bekar katılımcıların ilişkişel benlik kurgusu.....                                                                                                         | 92         |
| 4.4.5.1 Evli ve bekar katılımcıların ilişkişel benlik kurguları ile ayrılma bireyleşme ölçeği alt boyutlarına ilişkin iki yönlü varyans analizi .....                    | 92         |
| 4.4.5.2 Evli ve bekar bireylerin ilişkişel benlik kurguları ile savunma mekanizmalarına ilişkin iki yönlü varyans analizi.....                                           | 95         |
| 4.4.6 Evli ve bekar bireylerin özerk ilişkişel benlik kurguları.....                                                                                                     | 97         |
| 4.4.6.1 Evli ve bekar katılımcıların özerk ilişkişel benlik kurguları ile ayrılma bireyleşme ölçeği alt boyutlarına ilişkin iki yönlü varyans analizi .....              | 97         |
| 4.4.6.2 Evli ve bekar bireylerin özerk ilişkişel benlik kurguları ile savunma mekanizmalarına ilişkin iki yönlü varyans analizi.....                                     | 100        |
| 4.6 Benlik Kurguları, Ayrılma-Bireyleşme ve Savunma Mekanizmaları ile Sosyo-Demografik Değişkenler Arasındaki İlişkilere Dair Bulgular .....                             | 102        |
| 4.5.1 Özerklik ilişkisellik ölçeklerinin, ayrılma bireyleşme ölçeğinin ve savunma biçimleri testinin cinsiyet değişkenine göre incelenmesi.....                          | 102        |
| 4.5.2 Özerklik ilişkisellik ölçeklerinin, ayrılma bireyleşme ölçeğinin ve savunma biçimleri testinin yaşa göre incelenmesi .....                                         | 104        |
| 4.5.3 Özerklik ilişkisellik ölçeklerinin, ayrılma bireyleşme ölçeğinin ve savunma biçimleri testinin eğitim durumuna göre incelenmesi.....                               | 106        |
| 4.5.4 Özerklik ilişkisellik ölçeklerinin, ayrılma bireyleşme ölçeğinin ve savunma biçimleri testinin ekonomik duruma göre incelenmesi .....                              | 108        |
| <b>5.TARTIŞMA .....</b>                                                                                                                                                  | <b>110</b> |
| 5.1 Evli ve Bekar Katılımcılara İlişkin Bulguların Tartışılması .....                                                                                                    | 110        |
| 5.1.1 Evli ve bekar katılımcıların benlik kurguları değişkenine ilişkin bulguların tartışılması.....                                                                     | 111        |
| 5.1.1.1 Evli katılımcıların benlik kurgularına ilişkin bulguların tartışılması .....                                                                                     | 111        |
| 5.1.1.2 Bekar katılımcıların benlik kurgularına ilişkin bulguların tartışılması .....                                                                                    | 111        |
| 5.1.2 Evli ve bekar katılımcıların ayrılma bireyleşme değişkenine ilişkin bulguların tartışılması.....                                                                   | 112        |
| 5.1.2.1 Evli katılımcıların ayrılma bireyleşme değişkenine ilişkin bulguların tartışılması.....                                                                          | 112        |
| 5.1.2.2 Bekar katılımcıların ayrılma bireyleşme değişkenine ilişkin bulguların tartışılması.....                                                                         | 113        |

|                                                                                                                                                                                                                   |                                         |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------|
| 5.1.3 Evli ve bekar bireylerin savunma biçimleri değişkenine ilişkin bulguların tartışılması.....                                                                                                                 | 113                                     |
| 5.1.3.2 Bekar katılımcıların savunma biçimleri değişkenine ilişkin bulguların tartışılması.....                                                                                                                   | 114                                     |
| 5.1.3.1 Evli katılımcıların savunma biçimleri değişkenine ilişkin bulguların tartışılması.....                                                                                                                    | 114                                     |
| 5.1.4 Evli ve bekar bireylerin özerk benlik, ilişkisel benlik ve özerk ilişkisel benlik kurguları ile ayrılma bireyleşme düzeyleri ve kullandıkları savunma mekanizmalarına ilişkin bulguların tartışılması ..... | 115                                     |
| 5.1.4.1 Evli katılımcıların özerk benlik, ilişkisel benlik ve özerk ilişkisel benlik kurguları ile ayrılma bireyleşme düzeyleri ve kullandıkları savunma mekanizmalarına ilişkin bulguların tartışılması .....    | 115                                     |
| 5.1.4.1 Bekar katılımcıların özerk benlik, ilişkisel benlik ve özerk ilişkisel benlik kurguları ile ayrılma bireyleşme düzeyleri ve kullandıkları savunma mekanizmalarına ilişkin bulguların tartışılması .....   | 117                                     |
| 5.2 Benlik Kurgularının Katılımcıların Sosyo-Demografik Bilgilerine Yönelik İncelenmesine İlişkin Bulguların Tartışılması .....                                                                                   | 118                                     |
| 5.3 Ayrılma-Bireyleşme Düzeylerinin Katılımcıların Sosyo-Demografik Bilgilerine Yönelik İncelenmesine İlişkin Bulguların Tartışılması .....                                                                       | 123                                     |
| 5.4 Savunma Mekanizmalarının Kullanımının Katılımcıların Sosyo-Demografik Bilgilerine Yönelik İncelenmesine İlişkin Bulguların Tartışılması .....                                                                 | 127                                     |
| <b>6.SONUÇ VE ÖNERİLER.....</b>                                                                                                                                                                                   | <b>132</b>                              |
| 6.1. Sonuçlar .....                                                                                                                                                                                               | 132                                     |
| 6.1.1 Evli ve bekar katılımcılara ilişkin sonuçlar.....                                                                                                                                                           | 135                                     |
| 6.1.1.1 Evli katılımcılara ilişkin sonuçlar .....                                                                                                                                                                 | 135                                     |
| 6.1.1.2 Bekar katılımcılara ilişkin sonuçlar .....                                                                                                                                                                | 135                                     |
| 6.1.2 Katılımcıların sosyo-demografik bilgilerine ilişkin sonuçlar .....                                                                                                                                          | 136                                     |
| 6.2 Öneriler .....                                                                                                                                                                                                | 137                                     |
| <b>KAYNAKÇA .....</b>                                                                                                                                                                                             | <b>139</b>                              |
| <b>EKLER.....</b>                                                                                                                                                                                                 | <b>Hata! Yer işareti tanımlanmamış.</b> |
| <b>ÖZGEÇMİŞ.....</b>                                                                                                                                                                                              | <b>170</b>                              |

## KISALTMALAR

|               |                                   |
|---------------|-----------------------------------|
| <b>İÖİ</b>    | : Özerklik İlişkisellik Ölçekleri |
| <b>ÖB</b>     | :Özerk Benlik                     |
| <b>İB</b>     | :İlişkisel Benlik                 |
| <b>ÖİB</b>    | :Özerk İlişkisel Benlik           |
| <b>ABÖ</b>    | : Ayrılma Bireyleşme Ölçeği       |
| <b>SBT-40</b> | : Savunma Biçimleri Testi         |



## TABLO LİSTESİ

|                                                                                                                                                  |     |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----|
| <b>Tablo3.1:</b> Özerklik-İlişkisellik Ölçekleri için İç Tutarlılık Güvenirlik Katsayıları.....                                                  | 68  |
| <b>Tablo3.2:</b> Ayrılma-Bireyleşme Ölçeği için İç Tutarlılık Güvenirlik Katsayıları .....                                                       | 69  |
| <b>Tablo3. 3:</b> Savunma Biçimleri Testi için İç Tutarlılık Güvenirlik Katsayıları.....                                                         | 72  |
| <b>Tablo4.1:</b> Katılımcıların Sosyo-Demografik Özellikleri                                                                                     | 74  |
| <b>Tablo4.2:</b> Araştırma Ölçeklerinin Normallik Varsayımının İncelenmesi .....                                                                 | 75  |
| <b>Tablo4.3:</b> Araştırmada Kullanılan Ölçeklerin Genel Toplam Puanları ve Alt Boyut Puanlarının Betimleyici İstatistik Tablosu.....            | 76  |
| <b>Tablo4.4:</b> Araştırma Ölçekleri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi .....                                                                      | 77  |
| <b>Tablo4.5:</b> Evli ve Bekar Katılımcıların Ölçek ve Alt Boyutları Arası İlişkilerin İncelenmesi .....                                         | 79  |
| <b>Tablo4. 6:</b> Katılımcıların medeni durumları ve sosyodemografik değişkenlere ilişkin ki kare analizi.....                                   | 82  |
| <b>Tablo4.7:</b> Evli ve Bekar Katılımcıların Özerk Benlik, İlişkisel Benlik ve Özerk İlişkisel Benlik Puanlarının Karşılaştırılması .....       | 83  |
| <b>Tablo4.8:</b> Evli ve Bekar Katılımcıların Ayrılma Bireyleşme Ölçeği Puanlarının Karşılaştırılması .....                                      | 84  |
| <b>Tablo4.9:</b> Evli ve Bekar Katılımcıların Savunma Biçimleri Testi Puanlarının Karşılaştırılması .....                                        | 84  |
| <b>Tablo4. 10:</b> Evli ve Bekar Katılımcıların Savunma Biçimleri Testinin Alt Boyutları Toplam Puan Ortalamaları Arası Farkın İncelenmesi ..... | 85  |
| <b>Tablo4.11:</b> Evli ve Bekar Katılımcıların Özerk Benlik Kurguları ile Ayrılma Bireyleşme Ölçeğinin İki Yönlü Varyans Analizi .....           | 88  |
| <b>Tablo4. 12:</b> Evli ve Bekar Katılımcıların Özerk Benlik Kurguları ile Savunma Mekanizmalarının İki Yönlü Varyans Analizi.....               | 90  |
| <b>Tablo4.13:</b> Evli ve Bekar Katılımcıların İlişkisel Benlik Kurguları ile Ayrılma Bireyleşme Ölçeğinin İki Yönlü Varyans Analizi .....       | 93  |
| <b>Tablo4. 14:</b> Evli ve Bekar Katılımcıların İlişkisel Benlik Kurguları ile Savunma Mekanizmalarının İki Yönlü Varyans Analizi.....           | 96  |
| <b>Tablo4.15:</b> Evli ve Bekar Katılımcıların Özerk İlişkisel Benlik Kurguları ile Ayrılma Bireyleşme Ölçeğinin İki Yönlü Varyans Analizi ..... | 98  |
| <b>Tablo4. 16:</b> Evli ve Bekar Katılımcıların Özerk İlişkisel Benlik Kurguları ile Savunma Mekanizmalarının İki Yönlü Varyans Analizi.....     | 100 |
| <b>Tablo4.17:</b> Ölçek Puanlarının Cinsiyet Değişkenine Göre Karşılaştırılması.....                                                             | 102 |
| <b>Tablo4.18:</b> Ölçek Puanlarının Yaş Değişkenine Göre Karşılaştırılması .....                                                                 | 104 |
| <b>Tablo4.19:</b> Ölçeklerin Eğitim Durumuna Göre Karşılaştırılması .....                                                                        | 106 |
| <b>Tablo4.20:</b> Ölçeklerin Ekonomik Duruma Göre Karşılaştırılması .....                                                                        | 108 |

## ŞEKİL LİSTESİ

|                                                                                                                                     |    |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----|
| Şekil 2.1: Analiz Düzeyleri Arasındaki Bağlantılar .....                                                                            | 17 |
| Şekil 2.2.: Bağlı ve Ayrık Benlikler /Aile (Kağıtçıbaşı, 2010) .....                                                                | 21 |
| Şekil 2.3: Yetkinlik ve Kişiler Arası Mesafe Boyutları.....                                                                         | 23 |
| Şekil 2.4: Etkinlik, Kişiler Arası Mesafe, Aile ve Benlik Türleri .....                                                             | 24 |
| Şekil 4.1: Evli ve Bekar Katılımcıların Özerk Benlik Kurguları ile Olgun Savunmalar Mekanizmalarının Etkileşim Grafiği              | 92 |
| Şekil 4.2: Evli ve Bekar Katılımcıların İlişkisel Benlik Kurguları ile Bölünme Alt Boyutu Etkileşim Grafiği.....                    | 94 |
| Şekil 4.3: Evli ve Bekar Katılımcıların Özerk İlişkisel Benlik Kurguları ile İlişkisel Problem Alt Boyutunun Etkileşim Grafiği..... | 99 |

# **EVLİ VE BEKAR BİREYLERDE BENLİK KURGULARI, AYRILMA BİREYLEŞME DÜZEYLERİ VE KULLANILAN SAVUNMA MEKANİZMALARININ İLİŞKİSİNİN İNCELENMESİ**

## **ÖZET**

Bu çalışmanın amacı evli ve bekar bireylerin benlik kurguları, ayrılma bireyleşme düzeyleri ve kullandıkları savunma mekanizmalarının ilişkisinin incelenmesidir. Araştırmanın örneklemini Türkiye'nin farklı illerinde yaşayan 18 yaş ve üzeri 310 evli ve 325 bekar olmak üzere toplam 635 katılımcı oluşturmuştur.

Araştırmada Kişisel Bilgi Formu, Özerklik-İlişkisel Ölgeleri (ÖİÖ), Ayrılma-Bireyleşme Ölgeli (ABÖ) ve Savunma Biçimleri Testi (SBT-40) kullanılmıştır. Araştırma verileri SPSS 22.0 programı ile analiz edilmiştir. Analizlerde, ki kare testi, bağımsız t testi, iki yönlü varyans analizi, tek yönlü varyans analizi (ANOVA) ve Pearson korelasyon analizi uygulanmıştır. Araştırma sonucunda, evli katılımcıların özerk benlik kurgusu ile ayrılma bireyleşme ölgeli ve ölgelin alt boyutları olan bölünme ve farklılaşma ile negatif yönlü anlamlı, nevrotik savunmalar ile negatif yönlü anlamlı bir ilişkisi olduğu bulgulanmıştır. Evli katılımcıların ilişkisel benlik kurguları ile ayrılma bireyleşme ölgeli ve ölgelin alt boyutları olan bölünme ile farklılaşma arasında pozitif yönlü anlamlı, savunma biçimleri testinin alt boyutu olan nevrotik savunmalar ile pozitif yönlü anlamlı bir ilişkisi olduğu görölmüştür. Evli katılımcıların özerk ilişkisel benlik kurguları ile ayrılma bireyleşme ölgeli ve ölgelin alt boyutları olan bölünme, farklılaşma ve ilişkisel problemler ile negatif yönlü anlamlı, immatür savunmalar ile negatif yönlü anlamlı ve olgun savunmalar ile pozitif yönlü anlamlı bir ilişkisi olduğu saptanmıştır.

Bekar katılımcıların özerk benlik kurgusu ile ayrılma bireyleşme ölgeli ve ölgelin alt boyutları olan bölünme, farklılaşma ve ilişkisel problemler ile negatif yönlü ve anlamlı, immatür ve nevrotik savunmalar ile negatif yönlü ve anlamlı bir ilişkisi olduğu bulgulanmıştır. Bekar katılımcıların ilişkisel benlik kurguları ile ayrılma bireyleşme ölgeli ve ölgelin tüm alt boyutları arasında anlamlı bir ilişki saptanmamış, nevrotik savunmalar ile pozitif yönlü ve anlamlı bir ilişkisi olduğu görölmüştür. Bekar katılımcıların özerk ilişkisel benlik kurguları ile ayrılma bireyleşme ölgeli ve ölgelin alt boyutları olan bölünme, farklılaşma ve ilişkisel problemler ile negatif yönlü ve anlamlı, immatür savunmalar ve nevrotik savunmalar ile negatif yönlü ve olgun savunmalar ile pozitif yönlü ve anlamlı bir ilişkisi olduğu bulgulanmıştır.

Evli ve bekar bireylerin özerk ilişkisel benlik kurgusunun anlamlı derecede farklılaştığı gözlemlenmiştir. Katılımcıların evli veya bekar olmasının ayrılma bireyleşme düzeylerinde ve kullandıkları savunma mekanizmalarında anlamlı farklılıklar yarattığı bulunmuştur. Evli ve bekar katılımcıların özerklik-ilişkisel ölgelerinden aldıkları puanların ortalamasının altında veya ortalamasının üstünde olmasının ayrılma bireyleşme düzeylerini ve kullandıkları savunma mekanizmalarını farklılaştırdığı saptanmıştır.

Son olarak katılımcıların benlik kurgularının, ayrılma bireyleşme düzeylerinin ve kullandıkları savunma mekanizmalarının eşitli sosyo-demografik özelliklerle olan ilişkilerine de bakılmış ve anlamlı farklılıklara ulaşılmıştır.

**Anahtar Kelimeler:** *Özerk benlik, İlişkisel benlik, Özerk ilişkisel benlik, Ayrılma bireyleşme, Savunma mekanizmaları, Evli, Bekar*



**EXAMINATION OF THE RELATIONSHIP OF SELF-FICTIONS,  
SEPARATION INDIVIDUALIZATION AND DEFENSE MECHANISMS  
USED IN MARRIED AND SINGLE INDIVIDUALS**

**ABSTRACT**

The aim of this study is to examine the relationship between married and single individuals' self-construals, separation-individuation levels and the defense mechanisms they use. The sample of the study consisted of 635 participants, 310 married and 325 single, aged 18 and over, living in different provinces of Turkey.

Personal Information Form, Autonomy-Relationship Scales (SBS), Separation-Individuation Scale (ASI) and Defense Styles Test (SBT-40) were used in the study. Research data were analyzed with SPSS 22.0 program. Chi-squared test, independent t-test, two-way anova, one-way analysis of variance (ANOVA) and Pearson correlation analysis were used in the analyses. As a result of the research, it was found that the autonomous self-construal of the married participants had a negative relationship with the separation-individuation scale and the sub-dimensions of the scale, division and differentiation, and a negative relationship with the neurotic defenses, which was the sub-dimension of the defense styles test. It was observed that there is a positive relationship between the relational self-construals of the married participants and the separation-individuation scale and the sub-dimensions of the scale, division and differentiation, and a positive relationship with the neurotic defenses, which is the sub-dimension of the defense styles test. It was determined that married participants had a negative relationship with the autonomous relational self-construals of the separation-individuation scale and the sub-dimensions of the scale, such as division, differentiation, and relational problems, and a negative significant relationship with immature defenses, which is the sub-dimension of the test with the defense styles test, and a positively significant relationship with mature defenses.

It was found that there was a negative and significant relationship between the autonomous self-construal of the single participants and the separation-individuation scale and the sub-dimensions of the scale, division, differentiation and relational problems, and a negative and significant relationship between the defense styles test grand total score and its sub-dimensions, immature and neurotic defenses. There was no significant relationship between the relational self-construals of single participants and the separation-individuation scale and all the sub-dimensions of the scale, and it was observed that there was a positive and significant relationship with neurotic defenses, which is the sub-dimension of the defense styles test. The autonomous relational self-construals of single participants and the separation-individuation scale and the sub-dimensions of the scale, division, differentiation and relational problems, were negative and significant, while the defense styles test and the sub-dimension of the test were immature defenses and neurotic defenses, and the sub-dimensions of the scale were positive and negative. was found to have a significant relationship.

It was observed that the autonomous relational self-construal of married and single individuals differed significantly. It was found that the fact that the participants were married or single created significant differences in the separation-individuation levels and the defense mechanisms they used. It was determined that the scores of the married and single participants on the autonomy-relationship scales were below the average and above the average, differing the separation individuation levels or the defense mechanisms they used.

Finally, the relationships between the participants' self-construals, separation-individuation levels and the defense mechanisms they use with various socio-demographic characteristics were also examined and significant differences were reached.

**Keywords:** *Autonomous self, Relational self, Autonomous relational self, Separation individuation, Defense mechanisms, Married, Single*



## 1.GİRİŞ

Benlik kavramının ne olduğu ve nasıl geliştiğine yönelik farklı teoriler olmakla birlikte birçok teorisyenin fikir birliğine sahip olduğu noktalar mevcuttur. Çok boyutlu bir kavram olan benlik, bireyin kim olduğu hakkında genel fikridir ve kendisi ile ilgili bilişsel ve duygusal yargıları barındırdığı gibi bağlamdan da etkilenmektedir (Neil, 2005). Kültürel değerler, toplumsal normlar ve bağlamsal çeşitlilikler benlik kurgularının oluşumunda, gelişiminde ve diğerleriyle olan ilişkilerde gözlenen farklılıklarda önemli bir paya sahip olmakla birlikte, benlik kurguları da bireylerin duygu düşünce, güdü ve bilişlerinde etki sahibidir (Markus ve Kitayama, 1991; 2003; Triandis, 1989; Kağıtçıbaşı, 1990;2010).

Değişen dünya düzeninde, evlilik kavramı da benlik kurgularıyla birlikte, özellikle sanayi devriminden sonra evrilmeye başlamıştır. Aile her zaman toplumsal yapının çekirdeğidir ve kişi ve kültür arasında aracı bir rol üstlenmektedir (Fişek, 1995; Kağıtçıbaşı, 2010) Çekirdeğin oluşumu da evlilik süreci ile gerçekleşmektedir (Sezen, 2005). Feodal düzenin hâkim olduğu dünyada, geniş aileler ve esneklikten yoksun evlilik kuralları söz konusu iken, sanayi devrimi ile katı kuralların esnediği, evlilikten beklentilerin değiştiği ve bireyin kendi tercihleri doğrultusunda eş seçimine gidebildiği bir düzen inşa edilmiştir. Sanayi devriminden bu yana bireyci benlik kurgusuna yapılan vurgu ve modernleşme kuramı Batı modelini temel alan tek yönlü bir değişimi vurgulamaktadır. Bu değişim Batı toplumlarına ulaşmayı hedefler ve gelişmekte olan ülkeler “geçiş toplumları” olarak adlandırılır. Bu değişim sürecinde ise toplumların gelenek ve görenekleri, ekonomik güçleri, kültürü gibi birçok kavram etkin rol oynamaktadır (Örne, 1995; Aydın ve Baran, 2010; Sezen, 2005; Kağıtçıbaşı, 2010).

Evlilik, yetişkin yaşamın ilk yasal ve duygusal sözleşmesi olarak değerlendirilebilir. Evlilikle birlikte değişen ve gelişen kişilerarası ilişkiler ve toplumsal kabul anlayışının evliliğe attığı değer, farklı benlik kurguları perspektifinde değerlendirilebilir. Örneğin geleneksel toplum yapılarında, Batı toplumlarından farklı olarak yetişkin kabul edilebilmek için evlenmekten öte çocuk sahibi olma anlayışı

mevcuttur (Kağıtçıbaşı, 2010). İki ayrı bireye ait iki ayrı benlik kurgusunun bir araya gelmesiyle kurulan bu bağda, kişilerin sahip olduğu bireysel özellikler ve ilişkisel faktörler önem arz etmektedir (Sedikides, Brewer & O'Mara 2011; Sedikides, Brewer, Luke & O'Mara 2013). Benlik kurgularına yönelik araştırmacılar Batı'nın bağımsızlığı ve Doğu'nun karşılıklı bağımlılığını temel ölçüt olarak değerlendirmiş ve tek yönlü değişime vurgu yapmışlardır fakat, Batılı olmayan toplumların karşılıklı bağımlılığında da değişim gözlenebileceği açıktır ve bu değişim Batı modeline doğru gerçekleşme zorunluluğu içermemektedir (Georgas, 1989; Kağıtçıbaşı, 1994, 1998b, 2005b; akt. 2010; Kağıtçıbaşı, 2005; 2010). Benliğin karşılıklı bağımlılık veya bağımsızlık boyutları, diğerleriyle olan ilişkilerinde ayrışmasına ve yakınlaşmasına odaklanır fakat, ilişkisellik ve ayrışmışlığın iki zıt kutup olduğuna yönelik kuramsal yaklaşımlar (Bakan, 1966, 1968; Rank, 1945; akt. Kağıtçıbaşı, 2010) diğerlerinden ayrışmanın önemine değinerek ayrılma-bireyleşme süreci perspektifinde ele alarak insanın iki temel ihtiyacı olan özerklik ve ilişkiselliğin bir arada bulunamayacağını ifade etmiştir (Hoffman, 1984; Kroger, 1998; 2010; Panel, 1973a; 1973b; akt. Kağıtçıbaşı, 2010; Steinberg ve Silverberg, 1986; Kağıtçıbaşı, 2005; A. Freud, 1963; Mahler, 1972; Mahler, Pine ve Bergman, 2003). Bu yaklaşım insanın gelişimi sırasında iki tane önemli görevi olduğunu vurgular. İlk görev nesneden ayrılma, ikincisi ise kendi içinde birleşmedir ve böylelikle insan bireyleşme görevini yerine getirir (Özakkaş, Çorak, Sezgin ve Yamli, 2014). Batı perspektifinde ele alındığında, "birey" olabilmek, özgün ve özgür seçimler yapabilme kabiliyetiyle ilişkilidir. Ülkelerin ekonomik olarak gelişmesi sonucunda, kentsel yaşamda gözlemlenen artışla birlikte kültürel olarak da değişimler gözlemlenmektedir. Ailelerde maddi bağımlılıkların azalması gözlemlense de duygusal bağların devam ettiği Türk toplumunda özerk-ilişkisel benlik yapısının ortaya çıktığını ve içeriğinde hem bireyci hem de toplulukçu özellikler barındırarak, özerkleşmeyi diğerlerinden ayrışma olarak ele almamaktadır. Kağıtçıbaşı, özerkliğin, ilişkililik içerisinde de var olabileceğini ve özerkliğin karar verebilme, etkin olabilme kavramlarını barındırdığını belirtmektedir (Kağıtçıbaşı & Cemalcılar, 2014; Kağıtçıbaşı, 2010). Bireylerin sahip olduğu benlik kurgularının tıpkı kişilerarası ilişkilerde var olan önemi evlilik ve eş seçim dinamiklerini de etkilemektedir. Hem özerk hem de yakın olabilme kabiliyetine sahip bireylerin güçlü evlilikler gerçekleştirebileceğini ifade eden araştırmacılar vardır (Neto ve Mullet, 2004; Kağıtçıbaşı, 2010).

Ayrılma ve bireyleşme süreci gelecekte var olacak ilişkilerin de temel niteliğine yön vermektedir (Lapsley ve Edgerton, 2002). Bu sürecin gelişimsel seyir içerisinde sağlıklı bir şekilde tamamlanması sonucunda, gelişen kimlik duygusu devam ettirilebilir (Mahler, 1968; akt. Taşkın, Yüksel ve Özmen, 2009; Mahler ve diğerleri, 2003). Bireyler yaşam sorunlarıyla baş edebilmek için belli yöntemler kullanmaktadır ve bu yöntemler bireyin hayatı boyunca yoğun bir değişime uğramamaktadır. Bu durumun nedeni ise uyum ve savunma mekanizmalarının çocukluk çağı yaşantılarında temellenmesidir (Geçtan, 2003). Benliğin savunma mekanizmaları otomatik psikolojik süreçler olarak tanımlanmakta ve benliğin oluşan sınırlarını korumak için tesis edilmektedir (Calati, Oasi, Ronchi D. ve Serretti, 2010; Oh, Kim, Yoon, Lee, M. Lee ve Kang, 2019; Özakkaş ve diğerleri, 2014). Bireyin yaşamındaki sorunlar üzerinde duyguların bastırılmasında, güdülerini görmezden gelmesinde, duygusal eksikliklerinde, katılık ve savunma mekanizmalarının etkisinin olabileceği göz ardı edilmemesi gereken kavramlar arasındadır (Canel, 2007). Bireyin çocukluk çağı yaşantıları ve çocukluk döneminde kurmuş olduğu ilişkileri gelecek dönemlerinde kuracağı ilişkilerin de temelini oluşturmakla birlikte, benlik oluşumuna, aile içi ilişkilerine, içe alım ve dışavurumlarında izlerini belli ettiği gibi evleneceği kişiyi seçmesine de yansıyan bir sürecin parçalarıdır. Bu süreç, bireyin geçmiş ilişkilerinin gelecek ilişkilere yansımaları olarak değerlendirilebilir (Nicholas, 2005; akt. Canel, 2007).

Literatür incelendiği zaman hem yurt dışında hem de Türkiye’de yapılmış çalışmalarda benlik kurgularının, ayrılma bireyleşme düzeyinin ve kullanılan savunma mekanizmalarının ayrı ayrı incelendiği fakat, bu üç kavramın ilişkilerinin ele alınmadığı gözlemlenmektedir. Bu nedenle benlik kurgularının, ayrılma bireyleşme düzeyinin ve savunma mekanizmalarının kullanımının birlikte ele alınmasının literatüre katkı sağlayacağı düşünülmektedir

### **1.1 Araştırmanın Amacı**

Araştırmanın amacı evli ve bekar bireylerde benlik kurguları, ayrılma bireyleşme düzeyleri ve kullanılan savunma mekanizmalarının ilişkisinin incelenmesidir.

**H1:** Evli ve bekar katılımcıların benlik kurguları, ayrılma bireyleşme düzeyleri ve kullandıkları savunma mekanizmaları arasında anlamlı bir farklılık var mıdır?

**H2:** Evli ve bekar katılımcıların özerk benlik, ilişkisel benlik ve özerk ilişkisel benlik kurguları ile ayrılma bireyleşme düzeyleri ve kullandıkları savunma mekanizmaları arasında ilişki var mıdır?

Araştırmanın alt soruları ise şunlardır:

1. Evli katılımcıların özerk benlik, ilişkisel benlik ve özerk ilişkisel benlik kurgularından aldıkları puanların ortalamanın altında veya ortalamanın üstünde olmasının ayrılma bireyleşme düzeyleri ve kullandıkları savunma mekanizmaları üzerinde anlamlı bir farklılık yaratmakta mıdır?
2. Bekar katılımcıların özerk benlik, ilişkisel benlik ve özerk ilişkisel benlik kurgularından aldıkları puanların ortalamanın altında veya ortalamanın üstünde olmasının ayrılma bireyleşme düzeyleri ve kullandıkları savunma mekanizmaları üzerinde anlamlı bir farklılık yaratmakta mıdır?
3. Benlik kurguları cinsiyet, ekonomik durum, yaş ve eğitim durumuna göre farklılaşmakta mıdır?
4. Ayrılma bireyleşme düzeyleri cinsiyet, ekonomik durum, yaş ve eğitim durumuna göre farklılaşmakta mıdır?
5. Savunma mekanizmalarının kullanımı cinsiyet, ekonomik durum, yaş ve eğitim durumuna göre farklılaşmakta mıdır?

## **1.2 Araştırmanın Önemi**

Benlik kurguları kültür bağlamında ele alınan bir kavramdır. Ayrıklık kültürünün baskın olduğu Batılı ve ilişkisellik kültürünün baskın olduğu Doğulu toplumlarda özerkliğe farklı anlamlar yüklendiği açıktır. Gelişen ekonomi ile artan şehirleşme, sanayi devriminden bu yana tüm dünya ülkelerinin modernleşme kuramı perspektifinde bireyci benlik kurgusuna evrileceği yönündeki görüş, geçiş toplumları arasında gösterilen Türkiye’de de gözlemlenen değişikler perspektifinde Kağıtçıbaşı (2010) tarafından değerlendirilmiştir. Bu çalışmada Kağıtçıbaşı’nın benlik modeli ile ayrılma bireyleşme ve savunma mekanizmalarının ilişkisi incelenecektir. Ayrılma bireyleşme düzeyinin artması için bireyci kültürün özerk benlik yapısının bir ön koşul olduğu görüşüne karşın bu çalışmada ayrılma bireyleşme ve özerk benlik, ilişkisel benlik ve özerk ilişkisel benlik kurgularının ilişkisi ele alınacaktır. Türkiye’de yapılmış olan birçok araştırmanın ve konu ile ilgili yazılmış olan tezlerin benlik kurgularına ve ayrılma bireyleşme düzeylerine yönelik araştırma sorularının

cevaplarını üniversite öğrencileri ya da ergen bireyler örneklemeleri üzerinden ele aldığı görülmektedir. Bu tez çalışmasında ise evli ve bekar bireylerin benlik kurguları, ayrılma bireyleşme düzeyleri ve kullandıkları savunma biçimlerinin ele alınması planlanmıştır.

Literatür incelendiği zaman bireysel başa çıkma tarzları ile benlik kurguları arasındaki ilişkiyi ele alan çalışmaların olduğu gözlemlenmiştir. Bireylerin bireysel başa çıkma tarzları ile eşleşmiş olan “tercih edilen” savunmaların var olduğunu Vaillant (1996) belirtmektedir fakat, benlik kurguları ile ilişkisinin daha önce araştırmaların konusu olmamıştır. Ayrıca ayrışmanın önemine vurgu yapan Ayrılma Bireyleşme Kuramı en sağlıklı benlik yapısı olarak özerk benliğe işaret etmektedir. Egonun gelişimsel sürecinde artan ilerleme ile sağlıklı bireylerde olgun savunmaların kullanım sıklığı artarken, immatür savunmaların kullanımının azalacağı düşünülmektedir. Bu nedenle bu çalışmada farklı benlik kurguları ve savunma mekanizmaları ele alınacaktır (Vaillant, 1976; akt. Kaya ve Bozkur, 2017)

Evli ve bekar bireylerin karşılaştırılmasına olanak sağlayan çalışmalarda literatürün yeterli olmadığı da göz önünde bulundurularak, araştırmanın iki grubu da ele alması farklılıkların incelenmesine olanak sağlayacağı düşünülmektedir. Literatür incelendiği zaman benlik kurgularına ilişkin araştırmalarda sıklıkla “bireycilik, toplulukçuluk ve ilişkisellik ölçekleri” ile “aile bağlamında benlik ölçeğinin kullanıldığı dikkat çekmektedir. Bu çalışmada ise “Özerklik ve İlişkisellik Ölçekleri” kullanılacaktır. Özerklik ilişkisellik ölçeklerinin kullanılmıştır. Hangi benlik kurgusunun ayrılma bireyleşme problemlerini daha yüksek düzeyde deneyimlediğine ilişkin bulgular ise Modernleşme Kuramı’nda belirtildiği üzere “diğerlerinden ayrışmanın” ve “özerk benliğin” önemine yapılan vurgu ile özerk benlik, ilişkisel benlik ve özerk ilişkisel benliğin ayrılma bireyleşme düzeylerinin karşılaştırılmasına ilişkin analizler ile literatüre katkı sağlanacağı düşünülmektedir. Ayrıca benlik kurgularının kullanmakta olduğu savunmalarında gözlemlenmesine olanak sağlayacak olan bu çalışmanın klinik çalışmalarda da fayda sağlayacağı düşünülmektedir. Özerkliğin ve ilişkiselliğin ayrı kavramlar olarak ele alınmasına ek olarak özerk ilişkisel benlik yapısının Türk toplum yapısında gözlenmekte olduğu da yadsınmayarak terapilerde danışmanlara iç görü kazandıracağı düşünülmektedir. Ayrıca evlilik sürecinde iki ayrı benliğin birlikteliğini de ele alan çalışmada evli

bireylerin deneyimledikleri ayrılma bireyleşme problemlerine ek olarak kullandıkları savunmaların da çift terapilerine katkı sağlayacağı düşünülmektedir.

### **1.3 Araştırmanın Sınırlılıkları**

Araştırma sonucunda elde edilen bulgular, araştırmanın örneklemini oluşturan 18 yaş ve üzeri 635 kişi ile sınırlıdır.

Araştırmada toplanan veriler Aralık 2020 ve Şubat 2021 yılları arasında sınırlıdır.

Araştırmada katılımcıların evli veya bekar olmalarına odaklanılması ve evli katılımcıların kaç yıldır evli olduklarına ilişkin bilgilerin alınmaması araştırmanın sınırlılıkları arasındadır.

Araştırmada 18 yaşını doldurmuş olmak ve evli veya bekar olmak dışında, dışlama kriterinin mevcut olmaması da araştırmanın sınırlılıkları arasındadır.

Katılımcıların herhangi bir psikiyatrik rahatsızlığı olup olmadığının bilgisi alınmamış ve bir dışlama ya da gruplama kriteri olarak değerlendirilmemiştir.

Araştırma soruları kapsamında katılımcılardan elde edilecek bilgiler araştırmada kullanılan ölçekler ile sınırlıdır. Araştırmanın sonuçları “Özerklik İlişkiselilik Ölçekleri”, “Ayrılma Bireyleşme Ölçeği”, “Savunma Biçimleri Testi”nin ölçtüğü niteliklerle sınırlıdır.

Araştırma ölçeklerinin güvenilirlik ve geçerlik çalışmaları yapılmış da olsa katılımcının kendi bildirimine dayanan ölçekler olması bu çalışmanın sınırlılıklarındandır.

### **1.4Araştırmanın Sayıtları**

Kullanılan ölçüm araçları istenilen özellikleri ölçebilmektedir.

Araştırma örneklemini evreni temsil etmektedir.

Katılımcıların ölçme araçlarına vermiş oldukları cevaplar samimidir ve gerçek durumlarını yansıtmaktadır.

## 1.5 Tanımlar

Bu araştırmaya ilişkin tanımlar aşağıda verilmektedir.

**Benlik kurguları:** Bireyin dünyayı ve kendisini algılayışı, tutumları, davranışları, sosyal rolleri ve değerlerini etkileyen, kültürel farklılıklardan temel alan bir kavram olmakla birlikte benlikle ilgili elde edilen bilgilerin yorumlanmasında da etkilidir (Markus ve Kitayama, 2003; Heelas ve Lock, 1981; akt. Kağıtçıbaşı 2010).

**Özerk Benlik:** Bireyciliğin kültürel açıdan öznel yansıması olan özerk benlik, benliğin kesin sınırlara sahip olduğu, bireyin öznelliğinin önem arz ettiği ve kuşaklar arası bağımsızlığın söz konusu olduğu aile modelinde ortaya çıkar (Kağıtçıbaşı, 2010; Wasti ve Eser-Erdil, 2007; Markus ve Kitayama, 1991).

**İlişkisel Benlik:** Toplulukçuluğun kültürel açıdan öznel yansıması olan ilişkisel benlikte, benlik kesin sınırlara sahip değildir. Akışkan sınırların varlığı ve kişilerarası bağlılığın olduğu vurgulanır. Bireylerin hem maddi hem de duygusal açıdan karşılıklı bağımlılık gösterdiği geleneksel aile modelinde ortaya çıkar (Kağıtçıbaşı ve Cemalcılar, 2014; Kağıtçıbaşı, 2010; Wasti ve Eser-Erdil, 2007).

**Özerk İlişkisel Benlik:** İnsanın iki temel ihtiyacı olan özerkliği ve ilişkiselliğin bir arada bulunduğu bu benlik kurgusunda, bireyler hem özerk olup hem de kişiler arası ilişkilerinde güçlü bağlar kurabilmektedir. Hem özerk benlik kurgusunun hem de ilişkisel benlik kurgusunun bir sentezi olan bu modelde kuşaklar arası maddi bağımsızlığa karşı duygusal açıdan karşılıklı bağımlılık söz konusudur (Kağıtçıbaşı; 1996; 2010).

**Ayrılma ve Bireyleşme:** Ayrılma bireyleşme süreci, nesne sürekliliğinin sağlandığı birbirini takip eden ve tamamlayan iki gelişim sürecidir (Vahip, 1993).

İntrapsişik kendilik tasarımının, nesne tasarımıyla ayrılmasıdır (Özakkaş, Çorak, Sezgin ve Yamli, 2014). Ayrılma süreci çocuk için sadece fiziksel açıdan bakım verenden ayrılma değildir, ruhsal olarak da çocuk bakım vereninden farklılaşmakta ve kendiliğini, ötekinin kendiliğinden ayırmaktadır (Mahler ve diğerleri, 2003; Topçu, 2016). Birbiri içine geçmiş bu iki süreç ötekinden ayrı bir kendilik oluşumu ve nesne temsillerinin de gelişmesiyle sonlanmaktadır (Özakkaş, Çorak, Sezgin ve Yamli, 2014).

**Savunma Mekanizmaları:** Çatışma ve bunalıya karşı kullanılan, bilinçdışı benlik işlemleridir (Öztürk, 2008).

**İmmatür Savunmalar:** Yaşamın ilk yıllarından temel alan savunmalardır ve dış dünya ile içsel gerçeklik arasındaki uyumu sağlamada başarılı değillerdir (Laughlin, 1970; akt. McWilliams, 2013).

**Nevrotik Savunmalar:** Psikolojik gerginliği düşürmeye olanak sağlarlar ancak yoğun kullanımı sonucunda bireyin ruhsal yapısı ile çevre arasındaki uyumu bozabilmekte ve işlevsellikte de bozulmalara sebebiyet verebilmektedir (Vaillant, 1971; Geçtan,2003).

**Olgun Savunmalar:** İçsel dinamikler ve dış dünya gerçekliği arasında uyum sağlamaya ve denge kurmaya yöneliklerdir (McWilliams, 2013).



## 2. KURAMSAL AÇIKLAMALAR

Bu bölümde araştırmada yer alan benlik kurguları, ayrılma bireyleşme ve savunma mekanizmaları kavramlarına ilişkin literatürle ilgili bilgiler yer almaktadır.

### 2.1 Benlik Kurguları

Benlik, kişinin hem kendisine hem de diğerlerine yönelik bilinçli algılarını ve tüm bunlara atfettiği değerleri, gerçeği tanıma ve gerçeğe uyum sağlamaya yeteneğini, 'kim ve ne' olduğuyla yönelik düşüncelerini ve fiziksel, duygusal, sosyal ve ruhsal bireysel özelliklerini barındıran çok boyutlu bir kavramdır (Kağıtçıbaşı, 2010; Kağıtçıbaşı ve Cemalcılar, 2014; Yurdagül, 1987; akt. Aslan, 1992; Kağıtçıbaşı, 2010; Neill, 2005; Pescitelli, 1996; akt. Özen ve Gülaçtı, 2010; Zurita, Castro, Alvaro ve Perez, 2016). Kişinin psikososyal gelişimi sırasında şekillenen benliği, biyolojik ve çevresel etmenlerin birleşimi ve kişinin kendisine dair sahip olduğu bilgiler aracılığıyla biçim kazanmakta ve düzenlenmektedir (Aslan, 1992; Ackerman, Tybur ve Mortensen, 2018; Özen ve Gülaçtı, 2010). Sosyal etkileşimler sonucu şekillendiği için "sosyal bir ürün" olan benlik hem kültürden hem de ebeveyn figürlerinden etkilenebilmektedir. Benliğin içinde var olan sosyal ve duygusal boyutlar, kişilerarası ilişkilerde rol oynamaktadır (Smith, Bond ve Kağıtçıbaşı, 2006; akt. Kağıtçıbaşı, 2010; Ayduk, Gyurak ve Luerksen, 2009; Cüceloğlu, 1992; Kağıtçıbaşı ve Cemalcılar, 2014; Saad, Damien, Benet-Martinez, Moons ve Robins, 2013; Onetti, Fernandez-Garcia ve Rodriguez, 2019).

Benlik kavramının psikoloji literatüründe varlığı William James'in (1890) "Psikolojinin Prensipleri" adlı kitabının "Benliğin Bilinci" adlı bölümüyle karşımıza çıkmaktadır (Kağıtçıbaşı & Cemalcılar, 2014). Bu kitapta dört tür benlikten bahsedilmektedir; "maddesel benlik", sosyal benlik", "ruhsal benlik" ve "saf ego"dur (Aslan-Yılmaz, 2016). William James bu kitapta, benlik kavramının iki boyutta ele alınmasının gerekliliğinin altını çizmiş olup "bilen benlik (self as knower)" ve "bilinen benlik (self as known)" kavramlarından bahsetmiştir.

Bilimsel perspektifte ele alınması gereken benliğin ise bilinen benlik olduğunu ifade etmiştir. Bilen benliğin temsili, bilinen benliktir. Özne olarak değerlendirilen bilen benlik, kültürden ve toplumdan etkilenir, yargılayan bir yapıya sahiptir. Nesne olarak değerlendirilen bilinen benlik ise hem toplumsal öğelerden hem de maddi öğelerden oluşmaktadır (Bacanlı, 1990; Balıkçioğlu, 2016; James, 1963; akt. Özen ve Gülaçtı, 2010; Aslan-Yılmaz, 2016).

### **2.1.1 Benlik gelişimi**

Cooley (1902; akt. Vallacher, Read ve Nowak, 2002) benliğin diğerlerinin kişi hakkında ne düşündüğünden etkilendiğini ifade eder. Benlik sadece kişisel bir kavram değildir, ötekilerden etkilenen ve sosyalleşme sürecinde gelişmeye devam eden bir kavram olarak ele alınmalıdır (Balıkçioğlu, 2016; Leflot, Onghena ve Colpin, 2010). Benlik gelişiminin başlangıcı ile ilgili farklı görüşler mevcuttur. Bazı araştırmacılar, ebeveynlerinin beklentilerinin ve toplumsal yargıların çocuğu üçlü yaşlarında etkilemeye başladığını, olumlu ve tutarlı bir benlik duygusunun gelişiminin temelini bu yaşlarda atıldığını belirtirken bazı araştırmacılar ise çocuğun yedi veya sekiz yaşlarında bir benlik gelişimi sağladığını belirtmektedir (Broderick ve Blewitt, 2003; Poole, Miller ve Church, 2004).

Çocuk, dünyadaki varlığının ilk üç yılında tutarlı ve sevgi içeren ilişkilere ihtiyaç duyar. Doğuştan sahip olduğu benlik duyguları ile uyum gösteren tercihleri mevcuttur ve yürüme davranışı ile kendine güven duygusu da pekişir, kazanılan dil becerileri ile “ben” duygusuna sahip olan çocuk için birinci aşama sonlanır. Çocuğun üç ve dörtlü yaşlarında başlayan ikinci aşama merak duygusundan temel alan bağımsızlık ihtiyacı ile çocuğun özerklik ihtiyacını tetikleyen bir unsur olarak var olur. Beşli yaşlara gelindiğinde ise “ben” kavramının “biz” kavramına doğru evrildiği bir süreç başlar. Çocuk artık kendisini bir grup bağlamında tanımlamasına imkân sağlayacak derecede gelişmiş bir dil kullanabilmektedir (Miller ve diğerleri, 2004). Bu dönemde ötekilerin onu nasıl gördüğü önem arz eden bir noktadır ve gelişen benlik duygusu ile dengeli bir hal almaya başlar. (Berk ve Peterson 2004; Santrock, 2012).

Benlik gelişiminde en önemli basamak olduğu ifade edilen ergenlik döneminde ise benlik kavramı önemli bir değişim sürecine girmekte ve kademeli olarak da değişim göstermektedir. Bu dönemde süreklilik kazanmaya başlayan benlik gelecek için

temel niteliğindedir ve ergen birey için kim olduğu sorusunun cevabı netleşmektedir (Zafar, Nabeel ve Khalily, 2013; Balıkçioğlu, 2016; Sadhwani, 2012; Marsh ve Martin, 2011; Preckel ve Brüll, 2010; Gupta ve Thapliyal, 2015; Trautwein, Lüdtke, Marhs ve Nagy, 2009). Benliğin gelişimiyle birlikte, yeteneklerde süreklilik içeren bir değerlendirme söz konusu olur (Shapka ve Keating, 2005). Ergenlik döneminde özerklik ihtiyacının artması ve özerklikten alınan haz gözlemlenir. Ayrıca akranlara bağlanma ve etkisinde kalma eğilimi mevcut olmakla birlikte, değer verilen kişilerin onayını alma eğilimindedirler (Sebastian, Burnett ve Blakemore, 2008; Manning, 2007; Ackerman ve diğerleri, 2018). Psikanalitik perspektifte ergenin özerklik ihtiyacı ve ebeveynlerinden ayrılmasının önemini vurgulamaktadır. Bireyci yaklaşımda özerklik ötekilerden ayrılma olarak yorumlanmaktadır (A. Freud, 1963; Bos, 1979; Mahler, 1972; Steinberg ve Silverberg, 1986; Kroger, 1998; akt. Kağıtçıbaşı, 2005).

Birey yetişkinliğe ulaştıktan sonra benlik duygularını nispeten sabitlenir, ancak bireyin deneyimlerine bağlı olarak değişebilir ve kişi benlik kavramını her yaşta şekillendirmede aktif bir rol alır (Munoz, 2012).

### **2.1.2 Benlik Kavramına Yönelik Farklı Kuramsal Bakış Açıları**

#### **2.1.2.1 Psikanalitik yaklaşım**

Başlangıçta, “ich” kelimesi hem ego hem de benlik için kullanılmış olup, Hartman’ın çalışmaları ile benlik kavramı ego kavramından ayrıştırılmıştır. Hartman (1952/1964) kişisel ve öznel olanları benlik kavramının çatısı altında toplamıştır (Bers, Blatt, Sayward, ve Johnston, 1993; akt. Akhun, 2012). Hartman, benlik gelişimini ortaya çıkaran üç faktörden bahsetmektedir. Bu faktörler bireyin genetik olarak miras aldığı benlik özellikleri, içgüdüleri ve dürtülerin etkisi ile dış gerçekliğinin etkileridir (Hartman, 1950; akt. Palombo, Bendicson, Koch, 2018; Austrian, 2002).

Psikanalitik kuramın benlik kavramına yaklaşımı erken çocukluk dönemine yönelik bilgilerin işlenmesinden temel almaktadır. Çocuğun, ebeveynleri ile olan ilişkisinde ebeveynlerinin tutum ve davranışları, çocuğun karşı cins ebeveynine yönelik geliştirdiği duygusal yapı, ergenlik döneminde kendisini keşfetmesine ve farklı benlik kurguları gelişimine temel oluşturmaktadır (Corey, 2008; Özyazıcı, 2019). Benliğin gelişimi ise deneyimlere bağlı olmakla birlikte, içsel güçler ve dışsal

gerçekler arasındaki ilişkiye aracılık ederken, dış dünya ile de etkileşim içerisindedir (Balıkçioğlu, 2016; Rennison, 2001; akt. Aslan-Yılmaz, 2016; Bacanlı, 1990; Geçtan, 1993).

Ergenlik dönemine özellikle Anna Freud'un (1958) çalışmalarında sıklıkla rastlanılır. Çocukluk dönemine ait ödipal duygular ile ebeveynlerden uzaklaşma eğilimi ve dürtüsel gelişimlerin de etkisiyle özerklik ihtiyacını gidermek isteyen ergen bireyin, ebeveynleriyle olan bağlarından ve hissettiği kontrol algısından uzaklaşma girişimine ek olarak ebeveynlerine karşı başkaldırı eylemi ile artan çatışmalar da vurgulanmıştır. Bu yaklaşımda kendi düşünce, duygu ve davranışlarının sorumluluğunu alabilen özerk yapının oluşması için, ebeveynler ile kurulan bağların zayıflaması gerekli görünen bir kavramdır (A. Freud, 1958; Özdemir, 2009). Sullivan ise bireyin kişiliğinin oluşumunda ötekilerden oluşan çevrenin, toplumun ve kültürün şekillendirici rolünü ele alır (Mitchell ve Black, 2012; Aslan, 1992; Epstein, 1973; akt. Bacanlı, 1990; Hortaçsu, 1989). Blass ve Blatt (1996), benlik gelişiminde ve kimlik oluşumunda iki temel çizgi olan bağlanma ve ayrılma kavramlarının önemini vurgulamaktadır. Bağlanma bireye, ilişki kurabilme ve sürdürme yeteneği sunarken, ayrılma ise bağımsızlık yetisini barındırmaktadır.

Bireyin biyolojik ve psikolojik doğumunun aynı zaman diliminde gerçekleşmediğini ifade eden Mahler, psikolojik doğumu ayrılma bireyleşme dönemi olarak ifade eder (Mahler ve diğerleri, 2003). Blos (1984) ise ergenlik dönemini ikinci ayrılma-bireyleşme dönemi olarak tanımlamakta ve özerklik perspektifinde ele almaktadır. Blos ile benzer görüşlere sahip olan Steinberg ve Silverberg (1986; akt. McElhaney, Allen, Stephenson ve Hare, 2009), ergenlik döneminde aileye karşı duygusal özerklik kazanımının (ihtiyaçların karşılanmasına yönelik beklentilerin azalması, ebeveyn idealizasyonunun azalması), benliğin temel yapı taşlarından olduğunu ifade etmektedir. Bu görüş, bireyleşmeyi duygusal özerklik kavramı ile açıklamakta olup, ebeveynlere karşı kazanılan duygusal özerkliğin, yakın sosyal ilişkilere yöneltildiğini ve böylelikle de öznel yetkinlik hislerinin tamamlandığını belirtmektedir (Palombo ve diğerleri, 2018; Oruçlular, 2013).

#### **2.1.2.2Psikososyal yaklaşım**

Ericson'un yaklaşımında, diğer psikanalitik yaklaşımların aksine benliğin gelişim süreçlerinde iç güçlerin etkisinden ziyade hem toplumun hem de kültürel değerlerin

önemi vurgulanır (İnanç ve Yerlikaya, 2014; Erikson, 1958; akt. Mitchell ve Black, 1995; Palombo ve diğerleri, 2018). Benlik, bireyin kimliğini oluşturma ve çevre üzerinde egemenlik kurma gereksinimini tatmin etme hedefleri doğrultusunda çalışmakta ve ömür boyu devam eden bir gelişim süreci içerisinde var olmaktadır (Burger, 2006). Bu yaklaşımda sekiz basamaklı bir yapı ve her döneme özgü çözülmesi gereken krizler mevcuttur. Krizlerin başarılı bir şekilde çözülmesi sonucunda da sağlıklı bir gelişim gerçekleşmektedir (Santrock, 2012). Bireylerin krizlerle başa çıkma stratejileri ise kültür etkisiyle çeşitlenmektedir (İnanç ve Yerlikaya, 2014; Erikson, 1958; akt. Mitchell ve Black, 1995). Benliğin birincil işlevi bir kimlik duygusu oluşturmak ve bu kimlik duygusunu korumaktır. Erikson, kimliği, bireysellik ve teklik duygularının yanı sıra, dün, bugün ve gelecekle süreklilik ve bütünlük duygusunu da barındıran karmaşık bir yapı olarak tanımlamaktadır (Burger, 2006). Sekiz basamaklı gelişim evreleri, Erikson'un ifadesiyle "Klinik deneyimler ile topluma dair gözlemler arasında bir köprü" niteliğindedir (Erikson, 1950; akt. Palombo ve diğerleri, 2018).

### **2.1.2.3 Bağlanma kuramı**

Bağlanma, iki kişi arasında kurulan duygusal bağıdır. Bu duygusal bağın insan yaşamındaki ilk deneyimi ise bakım verenler ve bebek arasında gerçekleşmektedir. Bebek, bakım verenlerinden ilgi arayışı içerisinde olup, yakınlık kurma ihtiyacı duymaktadır. Bu noktada bakım verenlerin bebeğin ihtiyaçlarına karşı duyarlılığı, bebeklerinin davranışsal açıdan uyum sağlayabileceği bir ortamın varlığı aralarındaki etkileşimle aktif olacak biyolojik temelli bir davranış sistemini var etmektedir. Bakım veren ile giderilen yakınlık ihtiyacı koruyucu bir zırh niteliği taşır ve çocuğun çevresini keşfetmesine olanak sağlayan güvenli bir yapı oluşturur (Ainsworth, 1963, 1976; Bowlby, 1969/1982, 1973; akt. Kağıtçıbaşı, 2010; Santrock, 2012; Palombo ve diğerleri, 2018; Grossman, Grossmann K.E., Keppler ve Waters 2005)

Çocuğun hareketliliği arttığında, çevreyi keşfetmesi özerkliğin insan yaşamında ilk tezahürleri olarak değerlendirilebilir fakat, bu keşif için ön koşul bakım verenler ile kurulmuş olan güven duygusu ve güvenli bağlanmadır (Bowlby, 1969; akt. Palombo ve diğerleri, 2018; Kağıtçıbaşı, 2010). Güvensiz bağlanmanın alt türlerinde ise bebek güvensizliğini bakım verenlerinden kaçınarak, yapışarak, uyumsuzluk göstererek sergilemektedir (Santrock, 2012). Bağlanma kuramını temel alan araştırmalar

güvenli bağlanmanın, güvensiz bağlanma şekillerine oranla daha sık görüldüğünü ve güvenli bağlanmanın özerkliğe olumlu etkileri olduğunu ifade etmektedir. Bağlanmanın kültürel farklılıklardan etkilenmesine rağmen bütün kültürlerde en yaygın görülen bağlanma biçiminin de güvenli bağlanma olduğu ifade edilmiştir (Thompson, 2006; Van Ijzendoorn ve Kroonenberg, 1988; akt. Santrock, 2012; Van Ijzendoorn ve Sagi, 1999; akt. Kağıtçıbaşı, 2010). Ebeveynler ile kurulan olumlu ilişkilerin, sağlıklı özerkliği desteklediği ve çocuğun gelişimini pozitif yönde etkilediği ifade edilmektedir. Aynı şekilde ergen birey için de birçok kültürde ebeveynler ile yakın bağların ayrılmadan ziyade, sağlığı ve refahı yordadığı görülmüştür (Ryan ve Deci, 2000; Chirkov ve diğerleri, 2003; Chou, 2000; Ryan ve Lynch, 1989; Bretherton, 1987; Grotevant ve Cooper, 1986; akt. Kağıtçıbaşı, 2005). Bu çalışmalarında gösterdiği gibi özerklik ve ilişkisellik birbirini dışlayan kavramlar olmaktan öte iki farklı temel boyutun alt kavramlarıdır (Kağıtçıbaşı, 1996; 2005; Kağıtçıbaşı, 2010).

Çocuklukta gerçekleşen bağlanmanın güvenli ve güvensiz oluşu benlik ve yetkinlik gelişimine dair ipuçları barındırır ve yetişkin yaşamda var olacak ilişkilerin de temeli niteliğindedir. Bağlanma gerçekleştikten sonra değişkenlik göstermesi çok düşük bir ihtimale sahiptir. Bebeklikteki güvenli bağlanma gelecekte, özerkliği de barındıran sosyal yetkinlik ve güvenli yetişkin bağlanmasına temel oluşturur (Waters, Merrick, Treboux, Crowell ve Albersheim, 2000; akt. Kağıtçıbaşı, 2010). Yetişkin yaşamda kurulacak ilişkilerde yakınlık, destek ve koruyucu özellikler barındırır, barındırmadığı gözlemlenebilir bir olgudur (Kağıtçıbaşı, 2010; Kesebir, Kavzoğlu ve Üstündağ, 2011; Bretherton, 1992; akt. Özdemir, Güzel-Özdemir, Kadak ve Nasıroğlu, 2012).

#### **2.1.2.4 Kendini belirleme kuramı**

Kendini belirleme kuramı, bireyin davranışlarını başlatması, düzenlemesi hususunda seçim duygusuna sahip olduğunu ve bu seçimlerin, olumlu ya da olumsuz dış etkiler tarafından değil, bireyin kendisi tarafından belirlendiği ifade eder (Deci, Connel ve Ryan, 1989). Bu kuramda bireylerin, özerklik, yetkinlik ve ilişkili olma ihtiyaçları, üç temel ‘doğuştan gelen psikolojik ihtiyaçlar’ olarak nitelendirilmekte ve bu ihtiyaçların evrensel oluşuna dikkat çekilmektedir (Deci ve Ryan, 1985b; akt. Ryan ve Deci, 2000; Coleman, 2000; akt. Cihangir-Çankaya, 2009). Bireylerin özünde

tutarlı bir benlik yapısına sahip olduğuna ek olarak, doğuştan getirilen özellikler ile çevrenin etkileşimi sonucunda davranışların şekillendiği ifade edilmektedir. Var olunan bağlam, özerkliği destekliyorsa, birey kendi seçimlerini yapabileceği gibi psikolojik açıdan da doyum sağlayacaktır (Deci ve Ryan, 1985; Williams, Frankel, Campbell ve Deci, 2000; akt. Cihangir-Çankaya, 2009; Deci, Vallerand, Pelletier & Ryan, 1991). Bu kuramda özerklik ihtiyacı, bireyin seçim hakkı ve eylemleri başlatması (Andersen, Chen ve Charter 2000; Ryan ve Deci, 2002), yeterlik ihtiyacı, çevreyi etkileme ve çevreyle etkileşimde bulunmasına ek olarak, bireylerin kapasitelerine en uygun olan zorlukları araması ve başarmaya yönlendirmesine olanak sağladığı gibi sürekli olarak kapasitelerini geliştirmelerine de olanak sağlamakta ve güven duygusu oluşturmaktadır (Ryan ve Deci, 2002). İlişkili olma ihtiyacı da sosyal olarak diğerleriyle bağlantılı olma ve ait olma duygusu olarak tanımlanmıştır (Kowal ve Fortier, 1999; akt. Cihangir-Çankaya, 2009).

Kuramda içsel güdüleyicilerin eylemler üzerindeki etkisinden söz edilse de kişilerarası ilişkiler ve sosyal etkileşimlerde gözlemlenen değer, tutum ve davranışların bireyler tarafından özümsemişi sonucunda güdülenme mekanizmasının etkinleştiği belirtilmektedir. İlk sosyal etkileşimin temel aldığı yer olan aile sağlıklı gelişim için önemlidir ve çocuğa sağlanan destek ile kültürel değer, tutum ve inançların çocuk tarafından içselleştirilmesinde ve çocuğun sosyalleşmesinde aile aracı rolü üstlenir (Grolnick, Deci ve Ryan, 1997). Özerk karar verebilme yeteneğini var eden ise sosyal çevredir. Çocuktaki özerklik ve bağlılık gelişiminin temelleri ailede atılır (Ryan ve Deci 2000). Çocuk özerk olabilmek için diğerlerinden ayrılmak, bağımsız olmak ve bakım verenleriyle çatışma içerisinde olmak zorunda değildir, kurduğu iletişim ve etkileşimlerde çocuğun kendi isteklerini fark edebildiği ve davranışlarında seçme hakkına sahip olduğu bir bağlam, özerk kararlar alabilmesinin ve uygulayabilmesinin temel koşuludur (Ryan ve Deci 2000; Kocayörük, 2016). Özerkliği yetkinlik olarak tanımlayan Kağıtçıbaşı (2010), bireyin kendi kendini yönetmesinin önemini vurgulamakla birlikte, özerklik kavramının yetkinliği yordadığını ve hiçbir zorlama olmaksızın yetkinliğin sürdürülmesini sağladığını ifade etmiştir.

### 2.1.2.5 Modernleşme kuramı

Modernleşme kuramının temel aldığı nokta olarak gösterilen sanayi devriminin toplumun üyelerini, bireyci-ayrışmış bir yapıya sevk ettiğini ve toplumların sanayileşme düzeyleri arttıkça bu yönde evrilecekleri ifade edilmesine karşın Batılı toplumlarda sanayi devrimi öncesi de bireyci anlayışın var olduğunu gösteren kanıtlar sorgulandığında özellikle İngiltere’de zayıf akraba bağları, kadınların geç evlenmesi, çekirdek aile yapısı dikkat çekmektedir (Razi, 1993; akt. Kağıtçıbaşı, 2010). Tıpkı İngiltere gibi Batı Avrupa Ülkelerinde ve Amerika’da da sanayileşme öncesi dönemde benzer özellikler görülmektedir (Aries, 1980; Furstenberg, 1966; Lesthaeghe, 1980; Thorton & Fricke, 1987; akt. Kağıtçıbaşı, 2010; Kağıtçıbaşı, 2005).

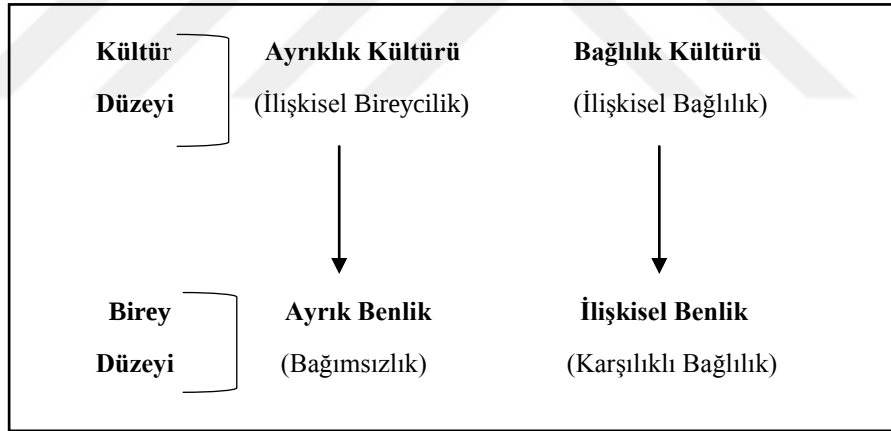
Değişim söz konusu olduğunda durağan bir yaklaşım olan modernleşme kuramı (Mazrui, 1968; akt. Kağıtçıbaşı, 2010), Batı’dan farklı olanın, ‘‘yetersiz’’ olduğunu ifade etmektedir. Bu tartışmaların temel aldığı nokta ise kişiler arası bağlılığın, ekonomik gelişme ile ters orantı içerisinde olduğu görüşüdür (Weber, 1958; Hoselitz, 1965; D. Sinha, 1988; Hofstede, 1980; akt. Kağıtçıbaşı, 2010; Ercan, 2013). Doğru toplumlarında, ekonomik refah seviyesinin artmasına rağmen, bağımlı kişiler arası ilişkilerin varlığını devam ettirmesi ‘‘yetersizlik’’ kavramının sorgulanmasını gerektirmekte ve toplumda var olan kişilerarası ilişkiler toplumsal gelişmeye de ket vurmadağı gibi batı toplumlarındaki ayrıışmış-bireyci aile modeline yönelik bir gelişimde gözlemlenmemektedir (Kağıtçıbaşı, 2010). Ayrıca karşılıklı bağımlılık ilkesine dayanan aile modellerinin ekonomik katkılarının olduğu da vurgulanmaktadır (Georgas ve diğeri, 2006; Stewart, Bond, Deeds ve Chung, 1999; ak.; Kağıtçıbaşı, 2010; Kim, Park, Kwon ve Koo, 2005;).

### 2.1.3 Kültür ve benlik kurguları

Benlik kurguları, bireyin dünyayı ve kendisini algılayışı, tutumları, davranışları, sosyal rolleri ve değerlerini etkileyen öznel kendiliğinde algılanan kültürel farklılıklardan temel alan bir kavram olmakla birlikte benlikle ilgili elde edilen bilgilerin yorumlanmasında da etkilidir (Markus ve Kitayama, 2003; Triandis, 1989, 2000; Gezici & Güvenç, 2003; Heelas ve Lock, 1981; Lakoff ve Jhonson, 1980; akt. Kağıtçıbaşı 2010; Cross ve Madson, 1997). Kültür ve sosyal normlar bir çevresel faktördür. Ebeveynlerin tutumlarını ve davranışlarını şekillendirdiğı gibi ebeveynleri

ile çocuk arasındaki etkileşimi de belirleyerek benlik kurgularını da biçimlendirmektedir (Aydın, 2019; Usborne ve Taylor, 2010).

Kültürün ayrıklık ya da bağlılık eğilimlerine sahip oluşu benlik kurgularının arasında var olan farklılıkların temel sebebi olarak nitelendirilmektedir (İmamoğlu, 1998; akt. Kağıtçıbaşı, 2010; Triandis ve Singelis, 1998; Triandis 2001). Benliğin bireyci veya toplulukçu olarak ele alınması kültürel farklılıklar doğrultusunda şekillenen benlik kurgusunu ve benlik kurgusu ile de sergilenen farklı davranış biçimlerini açıklamaktadır. Kültürler arası farklılıklar bireylerin duygu, düşünce ve davranışlarındaki farklılığının da temel aldığı noktadır ve herhangi bir kültürde yoğun bir şekilde var olan benlik yapılanmasından etkilenmektedir. (Markus ve Kitayama, 1991; Miller ve Prentice, 1994; akt. Gezici & Güvenç, 2003; Triandis, 1989; Cohen ve Kitayama, 2007; Kağıtçıbaşı, 2010). Bireyin kendisi ve dünya ile ilgili sahip olduğu görüşler kültürler arasında olduğu gibi kültür içinde de farklılıklar gösterebilmektedir (Swann, Jetten, Gomez, Whitehouse ve Bastian, 2012; Triandis, 1995; akt. Wasti ve Eser Erdil, 2007).



**Şekil 2.1:** Analiz Düzeyleri Arasındaki Bağlantılar

**Kaynak:** (Kağıtçıbaşı, 2010)

Ayrıklık kültürü benliğin kesin sınırlara sahip olduğu, hem kültürel anlamda hem de aile ve diğerleriyle olan ilişkilerin varoluş düzenini içermektedir (Kağıtçıbaşı, 2010). Ayrık benlik yapısının sıklıkla görüldüğü Batı kültürünün beklentisi, diğerlerinden ayrılmayı, sıyrılmayı ve farklı olmayı, kişisel amaçlar doğrultusunda hareket etmeyi ve kendini ifade etmeyi önemsemektedir ve bu kavramlar Batılı kültürlerde önem arz etmektedir (Kağıtçıbaşı & Cemalcılar, 2014). (Şekil 2.1)

Bağlılık kültüründe ise benliğin kesin sınırlara sahip olmadığı, akışkan sınırların varlığını ve bağlılığın olduğu vurgular. Bu nedenle benlikler çakışabilir ve çakışan benliklerin ilişkileri bağlamsal var oluş düzenlerini barındırmaktadır. Toplumun bireyden beklediği roller, görevlerle belirlenmiş olup, diğerleriyle arasındaki bağların güçlenmesine imkân sağlamakla birlikte ayrılmış olmak önem arz eden bir kavram değildir. Bu açıdan her iki benlik yapısı için doyum kanalları, özgüven ve öz değer kavramları farklı anlamlar taşımaktadır. (Kağıtçıbaşı ve Cemalcılar, 2014). Bireyin psikolojik örüntüsünün algılanmasında da aracı olan benlik kavramı, farklı benlik yapılarının etkileşimi söz konusu olduğunda farklılıkların ayırt edilebilmesi yoluyla açıklığa kavuşmaktadır (Ercan, 2013). (Şekil 2.1)

Benlik kavramına yönelik çalışmaların Batı kaynaklı olması ve ayrılık kültüründen temel alması bireyci benlik yapısına yönelik özellikleri ortaya koyduğu için benlik bireye ait, içsel özellikleri barındıran bireyin ihtiyaçlarını, isteklerini ve güdülerini barından bir kavram olarak anlamlandırılmıştır. Batı kültürleri bireysel bağımsızlığa ve bireyin kendisini ifade etmesine önem verir ve birey topluluktan daha önemlidir. (Markus ve Kitayama, 1991; Kağıtçıbaşı, 2010).

#### **2.1.3.1 Bireycilik ve toplulukçuluk**

Bireycilik-toplulukçuluk kavramları yürütülen birçok araştırmada ele alınan kültürel farklılaşma ögesidir (Triandis, 1994; akt. Wasti ve Eser-Erdil, 2007). Bireyin benliğindeki, düşüncelerindeki, davranışlarındaki ve değerlerindeki farklılıklara odaklanmasıyla değerli bir yaklaşımdır. Benliğin diğerlerine bağımlı ya da diğerlerinden bağımsız olarak tanımlanmasına olanak sağladığı gibi kendini tanımlamanın da temel niteliğidir (Cross, Hardin ve Gercek-Swing, 2011; Swann ve diğerleri, 2012). Bireycilik ve toplulukçuluk ilk olarak 1887 yılında Tönnies tarafından “Toplum ve Topluluk” kavramları ile anılmıştır. İlerleyen yıllarda ise Hofstede’in (1980) yaptığı kültürlerarası çalışmalardan temel alarak “Kültürün Sonuçları” adlı eserde incelenmiştir. Hofstede, bireyciliğin tanımını kişilerarası bağların zayıflığı ve bireylerin kendisine ve çekirdek ailesine bakma yükümlülüğünün olmadığı kültürlerde görüldüğünü, toplulukçuluğun ise bireylerin doğum anından itibaren kişilerarası bağlarının güçlü ve gruplara sıkı sıkıya bağlı olup, bu bağlılığında yaşam boyu sorgulanmadan sürdüğü toplumlarda var olduğuna dikkat çekmiştir (Kağıtçıbaşı ve Cemalcılar, 2014; Bilgin, 2007; akt. Sürgevil, 2008).

Temelde iki tür benlik yapısından söz edilmekte olup ilki batı kültüründe sıklıkla rastlanılan ötekilerden ayrışmayı ve ayırık olmayı vurgulayan diğerlerinden “ayrılmış” benlik ve toplulukçu kültürlerde görülmekte olan sosyal durumlardan etkilenen “başkalarına bağlanan” benlik yapısıdır (Kağıtçıbaşı 1996; Kağıtçıbaşı, 2010)

Benlikle ilgili çalışmalarda, ilerleyen yıllarda üçlü bir benlik modelinin varlığı kabul gören bir kavram olarak araştırmaların konusu olup, bireysel, ilişkisel ve toplulukçu benlik kurguları tanımlanmıştır. Bu üçlü modelin daha kapsamlı bir kuramsal yapıyı betimlediği söylenebilir (Brewer ve Gardner, 1996; akt. Brewer ve Chen, 2007; Cross ve diğerleri, 2011; Öztürk, Gökoğlu ve Karagonlar, 2015; Kashima, Hardie, Wakimoto ve Kashima, Y., 2011; Lee, Adair, Mannix ve Kim, 2012). Bireycilik yaklaşımı ile bireyin özneliği vurgulanırken, toplulukçuluk yaklaşımında toplum ve birey arasındaki sembolik değerler vurgulanır ve ilişkisellik yaklaşımında da bireyin ötekilerle olan ilişkileri ve özdeşimine odaklanılır (Ercan, 2011). Bireycilik ve toplulukçuluk kavramlarının bireyin benliğine yansıdığı noktalar ele alındığında bireyci kültürün özerk benliğe, toplulukçu kültürün ise ilişkisel benliğe yansıdığı ve eş anlamlı kelimeler olarak kullanılabileceği açıktır. İlişkisel benliğin önem arz ettiği nokta bireyin aidiyet hissettiği iç grup ile dış grup olarak nitelendirilen diğerleriyle ilişkilerinde farklılıklar gözlemlenir. Toplulukçu kültürün var olduğu ortamda ilişkisel benlik yapısı sıklıkla gözlemlenir (Markus ve Kitayama, 1991; Wasti ve Eser Erdil, 2007).

Toplulukçu benlik yapısının hâkim olduğu kültürel yapılanmalarda birey kendisini bağımsız olarak değil sosyal ortamın bir parçası olarak nitelemektedir. Bu toplumlardaki bireyler arasında güçlü bağlar mevcuttur ve sosyal aktiviteler daha cezbedici olduğundan, bireysel eylemler de baskılanır. Geçişken sınırların varlığında, kişisel ve sosyal benlik sürekli bir etkileşim içinde var olarak bireyin grubuna bağlılığını da simgeler (Swann ve diğerleri, 2012). Birey için kişilerarası ilişkileri, kendi bireysel ihtiyaçlarından daha öncelikli bir konumdadır ve bireyin bir grup içerisindeki rolünün ve bireysel hedeflerdense grup hedeflerinin üstünlüğünün öncelik arz ettiği gözlemlenir. Topluma dahil olduğunu hissetmek, kendi varoluşunun anlamlılığını hissedebilmekle eş değerdir (Cross ve diğerleri, 2011; Swann ve diğerleri, 2012). Batılı toplumlarda ise benlikler arası sınırlar “ben ve ben olmayan” arasında hem dar hem de keskindir. Batılı kültürlerin ayrışmışlığa, öznel

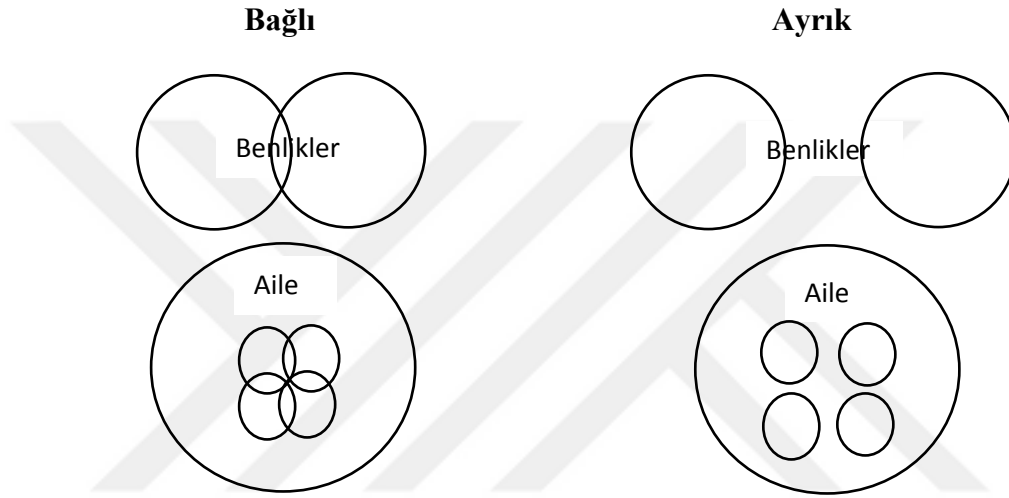
yeteneklere, kişisel özelliklere, tercihlere ve isteklere odaklanması ve bireyin kendi hedeflerinin grup içi hedeflerden önemliliği ile dikkat çektiği bir bağımsız benlik kurgusunun varlığında ayrık benlikler de aralarındaki mesafeye göre az ayrık/çok ayrık olabilir. Bağlı ya da ilişkisel benlik yapıları içinse sınırlar hem diğerlerinin sınırları ile örtüşebilir hem de iç içe geçebilmektedir (Kağıtçıbaşı, 2010).

Ergenliğin son yıllarında ilişkisel benliğin belirginliğinin azaldığını ve bireysel benlik kurgusunun ergenlik dönemi boyunca sosyal yöneliminin arttığını gösteren çalışmalar literatürde mevcut olmakla birlikte, ilişkisel benliğin odağının aile bağlamından ayrılarak akranlara ve kişilerarası ilişkilere kaydığı bulgulayan araştırmacılar mevcuttur (Tanti, Stukas, Halloran & Foddy, 2008). Markus ve Kitayama'nın (1991) ele aldığı şekliyle bağımsız benlik, bireysel benliğe denk gelmektedir ve benlik özerktir. İlişkisel benlik ise diğerleriyle olan ilişkilerden, sosyal rollerden temel almakta ve benliği kişiler arası düzeyde ele almaktadır. (Hogg ve Abrams, 1988; akt. Sedikides ve diğerleri, 2011; Boldry ve Gaertner, 2006; ; Tajfel, Turner, Austin ve Worchel 1979).

Kağıtçıbaşı (2010) bireycilik-toplulukçuluk kavramlarının “değerler yanı” ve “benlik yanı” olarak ikiye ayrılabilceğini ve “normatif ve ilişkisel” olarak da ele alınabileceğini ifade etmektedir (Kağıtçıbaşı, 1997; akt. Kağıtçıbaşı, 2010). Değerler yanı ile toplumda kabul gören değerlere, normlara, kurallara ve var olan düzene akseden normatif bireycilik-toplulukçuluğa yönelmiş olup, ilk olarak grup çıkarlarının gözetilip bireysel çıkarların ikinci plana atıldığı veya öncelikli olarak bireyin çıkarlarının desteklenmesine odaklanmaktadır. Benlik yanı ile kastedilen ise kişilerarası ilişkilerde, ilişkisel bireycilik-toplulukçuluk olup burada önem arz eden nokta ise diğerleriyle olan ayrıklık-bağlılık derecesidir ve benliğin ayrılmışlık-bağlılık derecesi bireycilik-toplulukçuluk kavramlarının psikolojik yönlerini temsil etmektedir. Bir kültür içerisinde farklı benlik kurgularının varlığı çok uluslu yapıya sahip gelişmiş ülkelerde de gözlemlenebilir ve Türkiye' gibi geçiş toplumlarında da mevcuttur. Bu nedenle bireyci ya da toplulukçu olarak nitelemek yeterli gelmemektedir (İmamoğlu ve Aygün, 2004; Farh, Hackett ve Liang, 2007; akt. Wasti ve Eser Erdil, 2007).

### 2.1.3.2 İlişkisel benlik ve ayrık benlik: karşılıklı bağımlılık-bağımsızlık

Kağıtçıbaşı (1987; akt. Gezici & Güvenç, 2003; Kağıtçıbaşı, 1985a; akt. 2010) benliğin bireyci ya da toplulukçu olarak ele alınmasının, psikolojik analiz düzeyinden ziyade sosyolojik analizlerdeki işlevselliğini vurgulamış olup, psikolojinin perspektifinden ayrıklık ve ilişkisellik kavramları ile bağımlılık ve bağımsızlık temel boyutlarının kişiler arası mesafe perspektifinde açıklanabileceğini ve bu benlik yapılarının kültürel hazırlayıcılardan temel aldığını belirtmektedir. (Kağıtçıbaşı, 1990; akt. Kağıtçıbaşı, 2010).



Şekil 2.2.: Bağlı ve Ayrık Benlikler /Aile (Kağıtçıbaşı, 2010)

Bireyci yaklaşımda kişilerarası ilişkilerden kopuk birey ile, kendi kararlarını verebilen ve uygulayabilen özerk-bireyleşmiş kişinin farklı anlamlar ifade ettiğini ve özerkliğin sadece diğerlerinden ayrık olma anlamına gelmediğine dikkat çekmiştir. Bireyin diğerleriyle olan ilişkilerinde yakınlık ve uzaklık perspektifinde benliklerinin ‘sınırlı ve ayrık’ ya da ‘ilişkili ve akışkan sınırlı’ oluşu önem arz etmekte olup, kültürel anlamda da ‘bağımlılık kültürü’ ve ‘ayrıklık kültürü’ olarak incelemiştir (Kağıtçıbaşı, 1985; akt. Kağıtçıbaşı, 2010)(Şekil2.2).

Markus ve Kitayama (1991) da iki tür benlik kurgusunun varlığından söz etmişlerdir; bağımsız benlik ve karşılıklı bağımlı benlik. Bağımsız benlik, özerkliğe, ayrıklığa ve bireyin öznelliğine ve benzersizliğe vurgu yapmaktadır. Bu öz kurguya sahip bireyler, kendilerini sosyal çevrelerinden ayırma eğilimi içerisindedir ve kendileri hakkında ifadelerde bulunurken, diğerlerinin duygu, düşünce ve eylemlerinden ziyade kendi bireysel yetenek, özellik ve hedeflerine vurgu yapmaktadırlar. Karşılıklı bağımlılık içerisinde olan ilişkisel benlik kurgusuna sahip bireyler ise sosyal

ilişkilerine, kimliklerine, sosyal statülerine ve diğerlerinin beklentilerine ve diğerlerine olan bağılılıklarına sıklıkla vurguda bulunmaktadır (Markus, Kitayama ve Heiman, 1996; akt. Liu, Liang, Feng ve Zhou, 2019; Cross, Bacon ve Morris, 2000). Kültürel bağlamda bireyin benliğinin sınırlarının esnekliği ve keskinliği değişim gösterebilir. Karşılıklı bağımlılık ve bağımsızlık boyutları, benlik düzeyinde ilişkisellik-ayrıklık boyutlarına işaret etmektedir (Kağıtçıbaşı, 2010).

İlişkisel ve ayrık benlik yapıları gibi karşılıklı bağımlılık ya da bağımsızlık boyutları da bireyin kişilerarası ilişkilerde ayrışma-yakınlaşma sürecinden temel almaktadır. Bireylerin yakınlaşma-ayrışma ihtiyacına yapılan vurgu (Bakan, 1966, 1968; Rank, 1945; akt. Kağıtçıbaşı, 2010) psikanalitik yaklaşımda çevreden ayrışmayı ele alan “ayrılma-bireyleşme” sürecinde değerlendirilmiştir (Mahler ve diğerleri, 2003). Ayrılma bireyleşme süreci sağlıklı ve sağlıklı gelişimi ele alırken, simbiyoz içerisindeki benlikleri, psikolojik açıdan sağlıklı olarak değerlendirmektedir (Kağıtçıbaşı, 2010). Daniel ise (1990; akt. Kağıtçıbaşı, 2010) özerklik ve ebeveynlerle kurulan karşılıklı bağımlı ilişkilerin birbirini dışlayan kavramlar olmadığını belirtmektedir. Batı toplumlarında (Razi, 1993; akt. Kağıtçıbaşı, 2010) köylülerin ve kentlilerin bireyciliğe yaptığı vurgu, hem ekonomik gelişmenin hem de sanayileşmenin bir sonucu olarak gösterilen bireyselleşmenin yaygınlaşacağına yönelik hipotezleri geçersiz kılmaktadır. Batı modeline doğru bir değişim zorunlu olmamakla birlikte, dinamik bir yapı olan toplum ve aile kavramları bağımsızlığa evrilmese de bağımlı aile modelinde de değişim gözlemlenebilir (Kağıtçıbaşı, 2010).

Ailenin sosyalleşme konusunda çocuğa tanıdığı bağımlılık-bağımsızlık düzeyi önem arz etmektedir. Toplum, aile ve birey kavramları birlikte ele alınması gereken kavramlar olup, sosyalleşmeye atfettikleri değer zaman içerisinde çevresel etkilerle değişiklikler gösterebilir. Bu nedenle bağlamsal ortam çalışmalarda göz ardı edilmemesi gereken bir kavramdır (Brooks-Gunn ve Duncan, 1997; Gennetian ve Miller 2002; Kohen, Brooks-Gunn, Leventhal ve Hertzman, 2002; akt. Kağıtçıbaşı, 2010). Ebeveynleri tarafından çocuklarına atfedilen değerler üç başlık altında toplanmıştır ve çocuğun toplumdaki ve ailesindeki konumu ile bilgiler sunar; Ekonomik, psikolojik ve sosyal değer (L.W. Hoffman ve Hoffman, 1973; akt. Kağıtçıbaşı, 2010; Kağıtçıbaşı ve Ataca, 2005). Ailenin çocuğa yaklaşımı söz konusu olduğunda kırsal ve az gelişmiş toplumlarda çocuğun değerinin faydacı yönleri dikkat çekerken, gelişmiş ülkelerde ve kentsel ortamlarda faydacı değerinin öneminin

azaldığı sonucuna ulaşılmıştır (Hoffman, 1987; akt. Kağıtçıbaşı, 1996). Burada önem arz eden nokta kentleşmeyle birlikte, çocuğun faydacı değerinin azalmasına imkan tanıyan diğer faktörler olan eğitim düzeyi, sosyo-ekonomik açıdan farklılıklardır (Brooks-Gunn ve Duncan, 1997, 2000; Brooks-Gunn, Schley ve Hardy, 2000; akt. Kağıtçıbaşı, 2010).

#### **2.1.4 Aile değişim kuramı ve duygusal/psikolojik bağlılık modeli: özerk-ilişkisel benlik**

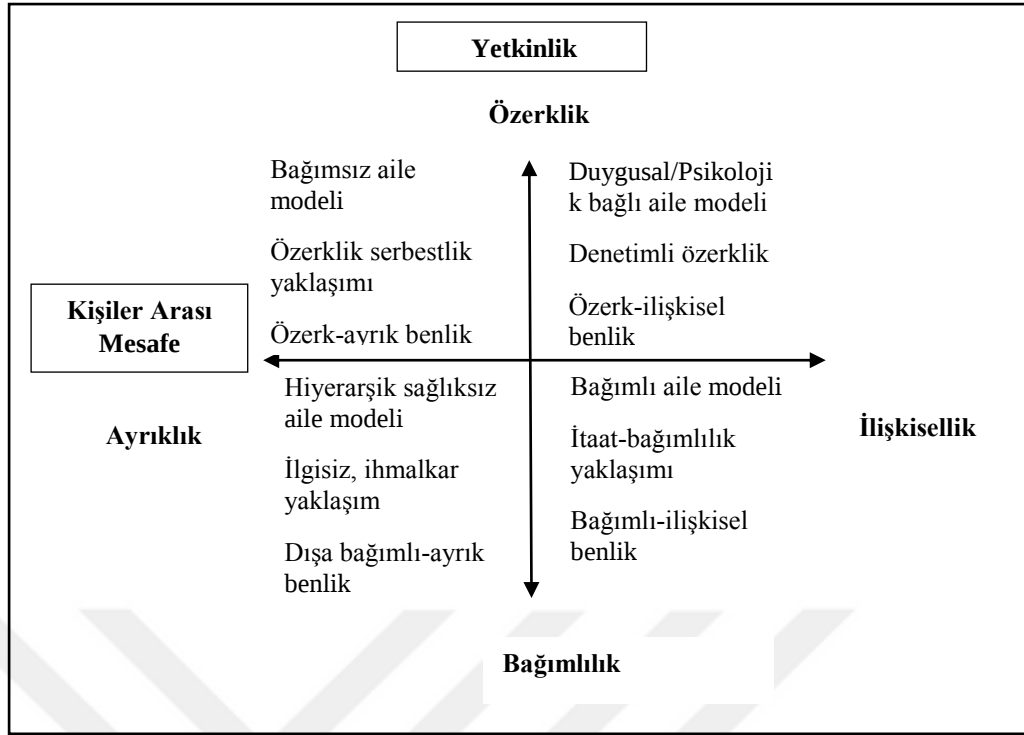
Kağıtçıbaşı'nın modeli bireylerin temel ihtiyaçları olan özerklik ve ilişkiselliğin bir arada bulunabileceğini ifade eden yetkinlik ve kişiler arası mesafe boyutlarını içerir.



**Şekil 2.3:** Yetkinlik ve Kişiler Arası Mesafe Boyutları

**Kaynak:** (Kağıtçıbaşı, 2010)

Ayrıklık ve ilişkisellik iki farklı terim olmasına karşın aynı boyuta ait zıt kutuplardır. Bu kutup ise kişilerarası mesafe boyutu'dur (Frank, Avery ve Laman, 1988; akt. Kağıtçıbaşı, 2010) ve diğerlerine olan bağlılığın ifade edilmesine olanak tanır. Tıpkı kişilerarası mesafe gibi yetkinlik boyutu da iki ayrı terim olan özerklik-bağımlılık zıt kutuplarından oluşmaktadır. Böylelikle birey için hem özerkliğin hem de ilişkiselliğin bir arada bulunabileceğini söylemek mümkündür (Şekil2.3).



**Şekil 2.4:** Yetkinlik, Kişiler Arası Mesafe, Aile ve Benlik Türleri

**Kaynak** (Kağıtçıbaşı, 2010)

Benlik; aile modellerinden, ebeveynlik tarzlarından etkilenen bir kavramdır. Yetkinlik ve kişiler arası mesafe boyutlarının alt başlıklarıyla birlikte ele alındığında, dörtlü bir model var olmaktadır (Kağıtçıbaşı, 1996b, 2005a; akt. 2010) (Şekil 2.4).

Bu modelde dört benlik kurgusu bulunmaktadır; özerk benlik, ilişkisel benlik, bağımlı-ayrık benlik ve özerk ilişkisel benlik. Kişiler arası mesafe boyutunun bir ucu olan ayrık benlikte, benliğin keskin sınırları mevcutken diğer uç olan ilişkisel benlikte geçişken sınırlar söz konusudur. Yetkinlik boyutunun bir ucu olan özerk benlik ise kendini yönetme becerisini ele alırken, diğer uç olan bağımlı benlikte ise yönetilme konusunda başkalarına olan ihtiyaç söz konusudur. Kağıtçıbaşı ayrık benlik modeli patolojik bir durumun varlığına işaret ediyor olabileceğini belirtmiştir (Baumrind, 1980; Maccoby & Martin, 1983; , Fişek, 1991; akt. Kağıtçıbaşı, 2010) (Şekil 2.4).

Kağıtçıbaşı'nın "Çocuğun Değeri Araştırması" bir aile değişim kuramıdır ve bu kuramda aile kavramı sosyal ve psikolojik yönleriyle, ele alınan bir kavramdır (Kağıtçıbaşı, 1985; akt. 1990; 2010). Bağlam, ailenin yaşam koşulları ve kültürünü ifade eder ve aile kavramıyla sıkı sıkıya ilişki içerisinde olmakla birlikte birbirlerini etkilerler.

Özerk-ilişkisel benlik iki temel insan ihtiyacı olan özerklik ve ilişkisellik kavramlarını bir arada bulundurması sebebi ile psikolojik açıdan en sağlıklı benlik yapısı olarak nitelendirilmektedir (Ryan ve Deci, 2000; Kağıtçıbaşı, 1996; 2010). Son zamanlarda yapılan kültürlerarası araştırmalar da bu görüşü destekler nitelikte olup, özerk-ilişkisel benliğin, uyumluluğuna dikkat çekmektedir (İmamoğlu, 1998; Ryan ve Deci, 2000; Raeff, 2004; akt. Kağıtçıbaşı, 2010). İlişkiselliğin, özerk olmama anlamına gelmediğini ifade eden Kağıtçıbaşı (2005a; akt. 2010) özerk olmak için diğerlerinden ayrışmanın ön koşul olmadığını ve özerkliğin bireyin kendi kendine karar verip, uygulayabilme yetisi olduğunu ifade etmiştir. Birey hem özerk olup hem de kişiler arası ilişkilerinde güçlü bağlar kurabilmektedir. Bu tanımlama kendini yönetme kuramı ile benzer özellikler taşımakta olup ‘‘Gerçek yetkinlik özerklik gerektirir’’ şeklinde ifade edilmektedir (Grolnick ve diğerleri, 1997; Kağıtçıbaşı, 2010)

Bağımlılık modeli ataerkil bir aile sisteminin sıkı sıkıya bağlı kişiler arası ilişkilerin ve aile bağlarının gözlemlediği geleneksel yapının hâkim olduğu kırsal yerleşim yerlerinde sıklıkla rastlanır. Ebeveynler için yaşlılık garantisi evlatlarıdır bu modelde nesiller arası bağımlılığın var olduğu ve yön değiştirdiği gözlemlenmiştir çocuk ilk önce ebeveynine bağımlı iken daha sonrasında yaşanan ebeveynler çocuklarına bağımlıdır, erkek evlat ve yüksek doğurganlık önemlidir. Aileye bağlılık dikkat çeken diğer bir unsurdur ve itaati kapsar. Bu nedenle bağımsız çocuklar bağımlılık aile modelinde uygun değildir ve sosyalleşme kavramı da tüm bunlardan etkilenir. İlişkisel benliğin gelişimine zemin hazırlayan duygusal ve maddi bağımlılık söz konusudur. Değişen yaşam koşulları ile sosyoekonomik düzeydeki iyileşmeler, kırdan kent yaşamına adapte olmak, eğitim seviyesindeki artış gibi etmenler, kuşaklararası maddi bağımlılığın azalmasında etkili olsa da duygusal bağımlılık açısından ele alındığında batı dışındaki toplumlarda gözlemlenen ilişkisellik kültürü bu değişimlerden etkilenmemektedir (Kağıtçıbaşı, 2010).

Bağımsız aile modelinde ise sanayileşme devriminin de etkisi ile kentte yaşamakta olan batı toplumunun kültürel yapısına dikkat çekilmektedir. Bireyin ayrışmışlığı önem arz eder ve çekirdek aile yapısı gözlemlendiği gibi çocuklar ebeveynleri için bir yaşlılık güvencesi olmaktan uzaktır. Sınırları olan ve diğerlerinden bağımsız bir benlik gelişimi söz konusudur. Hem ailelerin hem de kişilerarası ilişkilerin bağımsız olmasına ek olarak kuşaklararası bir ayrışmışlık da mevcuttur. Bu modelde, tüm

yatırımlar çocuğa yöneltmiştir. Karşılıklı bağımlılıkta ebeveynlerin otoriter tavırları dikkat çekerken bu modelde serbestliğin dikkat çektiği tutumlar gözlemlenir. Bu iki farklı model arasındaki farklar kültürel yapılanmadan temel alır; “bireycilik” ve “ilişkililik” (Kağıtçıbaşı, 2010). Toplumlardaki sosyoekonomik düzeydeki iyileşmeyle birlikte bireylerde maddi bağımlılığın azalmasının bir sonucu olarak ayrışma kültürünün var olacağını ve duygusal bağımlılığın devam edebileceğini ifade eden Kağıtçıbaşı (1990; 1996; 2010) ilişkisel kültürlerin kentsel bölgelerde ve kuşaklar arasında önemini korumaya devam ettiğine işaret etmiş (Kağıtçıbaşı, 1982; 2010; Georgas ve diğerleri, 2006).

Azalan maddi bağımlılığa karşın değerini ve önemini koruyan duygusal karşılıklı bağımlılık kavramı yeni bir modelin var olmasını gerekli kılmaktadır. Bu model ise Kağıtçıbaşı (1987) tarafından “Duygusal ya da Psikolojik Bağlılık Modeli” olarak adlandırılmıştır. Kentlerde ve gelişmiş yerleşim yerlerinde sıklıkla gözlemlenen bu modelde aile ve akraba bağları, bağlılık kültürünün bir parçasıdır. Sosyalleşme değeri perspektifinde ise hem aileye ve gruba bağlılık mevcut hem de bireyliğe atfedilen önem mevcuttur. Kadınlar ise ailede statü açısından yükselmiş ve erkek çocuk sahibi olmaya atfedilen önemde azalmıştır. Ebeveynleri tarafından çocuklara atfedilen değer konusunda psikolojik değer öncelik arz eder. Artık çocuklar ebeveynleri için maddi destek güvencesi değildir fakat duygusal ve psikolojik açıdan bağlılık hem ebeveynlerine hem de çocuk sahibi olduklarında çocuklarına yönelttikleri bir kavram halini alır. Çocuk ve ebeveyni arasındaki azalan maddi bağımlılık neticesinde artık çocuğun özerkliği bir tehdit unsuru değildir ve değişen dünya düzeninde özerk davranışlar ise istenilen ve arzu edilen kavramlar arasında olup işlevsel nitelikler barındırmaktadır. Karşılıklı bağımlılık modeli ile benzer yönü benlikler arası bağlılık olmakla birlikte, bu model de bağımlılık kavramının temel aldığı nokta maddi bağımlılık değil, psikolojik/duygusal bağımlılıktır (Kağıtçıbaşı, 2010). Bu aile modelinde “yetkeli” ebeveynlik kavramının (Baumrind, 1980, 1989; akt. Kağıtçıbaşı, 2010) gözlemlenir ve ebeveynlere düzen sağlayıcı denetim hakkını verirken, sevgiyle birlikte özerkliği de içermektedir. Bu denetim çocuğun tamamen bağımsız bir yapıya bürünmesini engellediği gibi duygusal bağlılığın devam etmesinin de amaçlandığını gösterir (Kağıtçıbaşı, 2010).

Bireyin benliğinin ilişkisel özellikleri psikolojik/duygusal bağlı aile modelinde önem arz eden bir noktadır. Bu model özerk-ilişkisel benliğin gelişiminin sosyal

etmenlerden ve aile değişiminden hareket ile ortaya çıkışını sergilemektedir. Benlik özerk ve ilişkiisel özellikleri içerisinde barındırır ve bireyin özerk oluşu artık bir tehdit unsuru olarak algılanmamaktadır. Bireyin ihtiyaçları ile ailesinin ya da ait olduğu grubun ihtiyaçları ile sürtüşme gözlemlenmez (Kağıtçıbaşı, 1987a; 1990; 2010).

### **2.1.3 Benlik kurguları ile ilgili yapılmış araştırmalar**

Aydın'ın (2019) özerk-ilişkisel benlik ölçeğinin güvenilirlik ve geçerliliği ile öznel esenlik hali arasındaki ilişkiyi incelediği araştırmada kadınların ilişkiisel benlik puanları, erkeklerden daha anlamlı derecede yüksek olduğu, medeni durum değişkenine yönelik yapılan analizlerde ise bekar katılımcıların özerk benlik puanlarının evli katılımcılardan anlamlı derecede daha yüksek olduğu bulgulanmıştır.

Özdemir'in (2012) yaşları 14 ve 18 arasında değişen, ergen bireyle yürütmüş olduğu çalışma da öznel iyi oluş ile özerk, ilişkiisel ve özerk-ilişkisel benlik kurguları perspektifinde incelenmiş olup özerk benliğin, ilişkiisel benlik ve özerk-ilişkisel benlik kurgusuna sahip katılımcılardan yaşam doyumu puan ortalamalarının daha düşük olduğu bulgulanmıştır. Aynı zamanda olumlu duygular açısından benlik kurguları ele alındığında, sonuç benzerdir. Araştırma sonucunda, özerk-ilişkisel ve ilişkiisel benliğin öznel iyi oluş üzerinde olumlu bir etkiye sahip olduğu ifade edilmiştir. Bireyin sahip olduğu benlik kurgusunun, sosyo-duygusal gelişiminde etkili olduğunu gösteren çalışmalar literatürde mevcuttur (Markus & Kitiyama, 1991; Lam, 2006).

Alpay'ın (2015) benlik kurgularının intihar ve sorun çözme becerileri ile ilişkisini ele aldığı çalışmasında cinsiyet perspektifinde değerlendirilen benlik kurguları arasında anlamlı bir farklılık elde edilememiştir. İntihar düşünceleri ve girişimleri perspektifinde incelenen benlik kurgularında özerk benlik kurgusuna sahip bireylerin intihar düşüncelerinin ve girişimlerinin daha yüksek, ilişkiisel benlik kurgusuna sahip bireylerin ise daha düşük olduğu bulgulanmıştır. Sorun çözme becerileri açısından özerk benlik kurgularına sahip katılımcıların puan ortalamaları daha yüksektir.

Tosun, Yazıcı ve Altun (2017) çalışmasında, evlilik öncesindeki ve evli bireylerin ilişki nitelikleri, benlik kurguları ve özgeci davranış düzeyleri incelenmiştir. Evlilik öncesindeki bireylerin benlik kurgularında bireycilik, ilişkiisellik ve toplulukçuluk arasında orta düzeyde ve pozitif yönlü anlamlı bir ilişki olduğu ifade edilmiştir. Evli

olmayan bireyler için özgecilik ile en yüksek ilişki içinde olan benlik yapılanması toplulukçulukken, evli bireylerde ilişkisellik ve özgecilik arasındaki ilişki daha kuvvetlidir. Araştırmacılar evlilik öncesi bireylerde benlik kurguları ve ilişki niteliği arasında anlamlı bir ilişki bulgılayamamış fakat evli bireylerde bireycilik ve sosyal destek arasında pozitif yönlü bir ilişkinin var olduğunu ifade etmiştir.

Çuhadaroğlu ve Akfırat'ın (2017) üniversite öğrencilerinde benlik kurgusu ve toplumsal cinsiyet algıları arasındaki ilişkiyi inceledikleri araştırmasında ölçeklerden alınan puanların ortalamaları karşılaştırıldığında, en yüksek ortalamanın özerk-ilişkisel benlik kurgusuna, en düşük ortalamanın da özerk benlik kurgusuna ait olduğu fakat, özerk-ilişkisel benlik puan ortalamaları ile ilişkisel benlik puan ortalamalarının çok yakın olduğu gözlemlenmiştir. Cinsiyet değişkeni baz alındığında, özerk ve ilişkisel benlik kurguları arasında anlamlı bir farklılık gözlemlenmemiş, özerk ilişkisel benlik kurgusunda ise kadınların puan ortalamalarının daha yüksek olduğu bulgulanmıştır.

Gezici ve Güven'in (2003) çalışmasında benlik-kurgusu gelişimsel yönelim ve ilişkisel yönelim olmak üzere iki temel boyutta ele alınmış olup, ev hanımı olan ve çalışan kadınların benlik algılarını ve benlik kurgularını karşılaştırdıkları ve aradaki ilişki örüntüsünün ele aldıkları çalışmalarında Yetişkin kadınlarda bireyleşme eğiliminin uzman işlerde çalıştıklarında gözlemlenirken, genç kadınlarda işten bağımsız olarak bir bireyleşme eğiliminin varlığı söz konusudur. Para kazanmak, özerkliği elde etmek için bir koşul olarak nitelendirilebilir. Çalışıyor olsun ya da olmasın genç yetişkinlerde özerkleşme eğilimi bulgulanmıştır. (Eaton ve Low, 2000; Sinha ve Verma, 1994; Gezici & Güvenç, 2003). İlişkisel yönelimler ise artan yaşla pozitif bir korelasyon içerisindedir (Clancy & Dollinger, 1993; Yamaguchi, 1994; akt.; Gezici & Güvenç, 2003).

Bulğur'un (2017) benlik kurguları ile akılcı olmayan inançların ilişkisini ele aldığı araştırmasında bireyci benlik kurgusunun ortalamasının diğerlerinden yüksek olduğu ve sırasıyla ilişkisellik ve toplulukçuluk olarak devam ettiği gözlemlenmiştir. Bireyci benlik kurgusunda ise gözlemlenen anlamlı farklılığın kadın katılımcıların ortalamasından kaynaklandığı bulgulanmıştır. Yaş değişkeni ve benlik kurguları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık gözlemlenmemiştir. Araştırmanın demografik değişkenlerinden olan yaşanılan yerin köy/kasaba, ilçe merkezi ya da il

olmasının ve sosyoekonomik durumun da benlik kurguları ile anlamlı bir farklılık gözlemlenmemiştir.

2015 yılında (Koç-Yıldırım, Yıldırım, Otrar & Şirin) ergen bireylerde psikolojik dayanıklılık ile benlik kurgularının arasındaki ilişkinin incelendiği çalışma 14-18 yaşlarında 945 gönüllü katılımcı ile gerçekleştirilmiştir. Erkek öğrencilerin özerk benlik puan ortalamaları kız öğrencilerden yüksek, kız öğrencilerin ise ilişkisel benlik ve özerk-ilişkisel benlik puan ortalamaları erkek öğrencilerden yüksektir. Bu araştırma sonucunda özerk benlik kurgusu ile psikolojik dayanıklılık arasında negatif yönde anlamlı bir ilişki bulgulanırken, ilişkisel ve özerk-ilişkisel benlik ve psikolojik dayanıklılık arasında pozitif yönlü bir ilişkinin varlığı gözlemlenmiştir.

Ernas'ın (2017) özerk benlik ve psikolojik dayanıklılık arasındaki ilişkiyi incelediği araştırmasında kadın ve erkeklerin özerklik puanlarında anlamlı bir farklılık gözlemlenmemiştir. Katılımcıların evli ya da bekar olması da özerklik düzeylerinde anlamlı bir farklılığa sebebiyet vermemiştir. Araştırmanın diğer değişkenleri olan eğitim durumu, yaş, sosyoekonomik durum ve eğitim seviyesinde de özerklik düzeyleri açısından anlamlı bir farklılık bulgulanmamıştır.

Bilir'in (2016) üniversite öğrencilerinin romantik ilişkilerinde ilişkisel benlik tutumları ve ilişki inançlarını bağlanma kuramı perspektifinde ele aldığı çalışmasında benlik kurgularının dağılımı incelendiğinde özerk-ilişkisel benlik kurgusuna sahip katılımcıların en yüksek orana sahip olduğu özerk benlik kurgusuna sahip katılımcıların ise sayıca en seviyede olduğu gözlemlenmiştir. Kadın katılımcıların ilişkisel benlik ve özerk ilişkisel benlik puan ortalamalarının erkek katılımcılardan yüksek olduğu fakat özerk benlik kurgusunda cinsiyete göre anlamlı bir farklılığın gözlemlenmediği bulgulanmıştır. Bağlanma kuramı perspektifinde ele alınan benlik kurguları ise güvenli bağlanma gösteren katılımcıların daha çok özerk ilişkisel benlik kurgusuna sahip olduğu bulgulanırken, en az ilişkisel benlik kurgusuna sahip oldukları gözlemlenmiştir. Özerk benlik kurgusunun ve özerk-ilişkisel benlik kurgusunun yaş ile pozitif yönde anlamlı bir ilişki içerisinde olduğu gözlemlenmiştir.

Akhun (2012) Türkiye'nin farklı illerinde eğitim görmekte olan 844 üniversite öğrencisi üzerinde algılanan ebeveynlik biçimlerinin, erken dönem uyumsuz şemaları, benlik kurguları, ayrılma bireyleşme duygu düzenleme güçlüğü'nün psikolojik belirtilerini incelediği çalışmasında %67 ile en yüksek benlik kurgusunun

özerk ilişkisel benlik olduğunu ve %31 oranında ilişkisel, %2 oranında ise özerk benlik kurgusuna sahip olduğunu ifade etmiştir. Cinsiyet değişkeni açısından kadın ve erkek katılımcıların özerk benlik puan ortalamaları arasında fark olmadığını fakat, kadınların ilişkisel benlik puan ortalamaları ile özerk-ilişkisel benlik puan ortalamalarının erkeklerden yüksek olduğu bulgulanmıştır. Sosyoekonomik düzey değişkeninin anlamlı etkisi sadece ilişkisel benlik için geçerli olmuştur. Katılımcıların yaşı ve benlik kurguları arasında ise anlamlı bir ilişki gözlemlenmemiştir. Ayrıca özerk benliğin psikolojik belirti düzeylerini negatif ve anlamlı yönde yordadığı bulunmuştur. İlişkisel benlik, ayrılma bireyleşme sorunları ile herhangi bir ilişki içerisinde değilken, özerk ve özerk-ilişkisel benlik ile negatif yönde ilişkilidir.

## **2.2 Psikanalitik Kuramda Ayrılma Bireyleşme Kavramı**

Bireyin dünyadaki varlığının ilk yıllarında deneyimlediği bilinçli ve bilinçsiz yaşam olayları, geleceğini şekillendirmektedir (Shaver ve Mikulincer, 2005). Freud gelişim teorisinde ilk 12 yaşı ele alırken, Klein ise bu dönemin bebeğin altı ayının önemini vurgulamıştır (Freud, 2019; Klein, 1999; Demircioğlu, Demir, Fuçular, Sülüngür, Yalçın ve Topçu, 2018). Mahler'in ayrılma bireyleşme kuramı ise bebek ve bakım verenlerinin gözlemlenmesi sonucu elde edilen bulgulardan oluşmaktadır (Tyson ve Tyson, R., 1993; McWilliams, 2013; Mahler ve diğerleri, 2003). Mahler kuramında Freud'un yolundan ayrılmadan, bebeğin, oluşacak kişiliğinde ilk otuz altı ayının önem arz ettiğini belirtmiştir (Yüksel, 2006).

Spitz, Freud'un aksine bebeklerin gelişimine dair ipuçlarının yetişkin bireylerin analizinde ulaşılmasındansa bebeklerin ampirik olarak araştırılması sonucu elde edilen bulgulara odaklanılmasının önemini değinmiştir (Emde, 1994). Spitz'in *Hospitalism* (1945) adlı eserinde, çevrenin etkisine yönelik yaptığı vurgu ile birlikte bireyin doğuştan var olan psikolojik potansiyelleri olsa da bir öteki ile duygusal bağın olmaması durumunda potansiyelin gerçekleşmesinin ihtimal dahilinde olmadığına yönelik açıklamalarda bulunmuştur (Mitchell ve Black, 2012; Cartwright, 2004; Gemelli, 1996; Spitz, 1945b; akt. Palombo ve diğerleri, 2018). Freud için nesne kavramı içsel itkilerin bir hedefidir ve amaç da gerilimin boşaltılmasıdır. Bu yaklaşımda bakım veren, bebeğe doyum sağladığı için önemlidir, özdeşim ise bir savunma mekanizmasıdır, dış dünya nesneleri ile doyum sağlandığı

sürece özdeşim devre dışı kalır ve libidinal nesnenin kendine ait bir değeri yoktur. Buradan hareket ile başlangıçta bakım verenin, bebeği için özel bir önemi olmadığı ve ancak dürtülerin o veya onlar üzerinden amacına ulaşabildiği ve işlevsel olduğu sürece var olduğu, bu nedenle de nesnenin “değişken” nitelikte olduğu vurgulanmıştır (Freud, 1915; akt. Mitchell ve Black, 2012; Spitz, 1972). Ancak Spitz, libidinal nesnenin bütün psikolojik gelişim sürecinin var ettiği insan etkileşimini ve ilişkililiğini sağlamak gibi bir görevinin de mevcut olduğuna dikkat çekmiştir (Spitz, 1959; akt. Palombo ve diğerleri, 2018; Mitchell ve Black, 2012; Emde, 1994; Spitz, 1972).

Mahler’in ayrılma bireyleşme sürecine ve alt dönemlerine yönelik çalışmaları (Mahler, 1968, 1972a, 1972b; akt. McWilliams, 2013; Mahler ve diğerleri, 2003) kişilik yapısının gelişimi ile ilgili kavramsallaştırmaları içermektedir. Mahler, çocuğun ilk otuz altı ayını belirli bir sistematik çerçevede düzenlemiş ve kendisine kadar yapılmış tüm çalışmaları da birleştirmiştir (Harley ve Weil, 1979; akt. Erten, 2003). Mahler, Spitz’in erken dönem çocukluk yaşantılarının önemine yaptığı vurguyu genişleterek, ödipus döneminden önceki süreci de anlamlı ve anlaşılır bir şekilde ele almış ve genetik aktarımın önemine dikkat çekerek, psikotik bozuklukların yapıcı bir şekilde araştırılması konusunda adım atmıştır (Mitchell ve Black, 2012).

Mahler, Pine ve Bergman kurdukları enstitüde uzun süreli bir çalışma yaparak, bebekler ve annelerini eş zamanlı olarak doğrudan gözlemlemiştir. Bebek ve bakım veren - bebek ve çevre - çevre ve bakım veren (Özakkaş, 2017) arasında neler olduğu, bebeklerin hangi aylarda değişim gösterdiğini fark eden araştırmacılar, bakım verenin de tepkiselliğine bağlı olarak bebeklerin gelecek evrelerinin şekillendiğini ifade etmiştir. Bakım veren ve bebek ikili ilişkisinin oluşturmuş olduğu kalıpta gelişen ve şekillenen çocuk için, uyum kavramı önem arz etmektedir. Hartman’ın çalışmalarıyla birlikte psikanalitik kurama dahil olan uyum kavramı, çocuğun uyum yeteneği ve uyuma duyduğu gereksinimi (Mahler, 1963) ile birlikte ayrılma bireyleşme kuramı açısından da nesne ilişkileri ile birlikte önem arz eden iki konudur. “Anne bebeği hissetmiyorsa” “anne de psikopatoloji mevcutsa” bebeğin gelişim evrelerinin de zarar görebileceği ifade edilmektedir (Özakkaş, 2017).

“İnsan Yavrusunun Psikolojik Doğumu” (Mahler ve diğerleri, 2003) adlı kitabın adından da anlaşılacağı gibi biyolojik doğum ve psikolojik doğum aynı zamanda

gerçekleşmemektedir. Psikolojik doğum kavramı, bebeğin “kendi bedeninin deneyimleri” ve deneyimlemekte olduğu dış dünyanın ana temsilcileri olan “birincil sevgi nesnesi”nden bağımsız gelişen bir birey olarak, nesne ile hem ayrı hem de ilişkili olma duygusunun kurulmasına “ayrılma-bireyleşme süreci” denmektedir (Palombo ve diğerleri, 2018; Mahler ve diğerleri, 2003).

### 2.2.1 Ayrılma-bireyleşme süreci

İnsan, dünyaya geldiği biyolojik doğum anında tamamen olgunlaşmış bir yapıya sahip değildir. Bu nedenle “*ilk başta kesinlikle ve daha sonra –‘mezara kadar’- nispeten anneye bağımlı kalır*” (Mahler, 1972). Bebeğin bir ötekine libido yatırımı yapması, psikolojik sağlığın gelişiminde önem arz eden bir faktördür. Normal bakım veren bebek ikili birliğinden, farklılaşma sürecine geçilmesi ile bebek bakım verenden kademeli olarak uzaklaşmaktadır (Mahler ve Gosliner, 1995; akt. Blazina ve Watkins, 2000).

Yaşamın ilk yıllarında gelişim aşamalarının başarı ile tamamlanması ayrılma ve bireyleşme ile sonuçlanır. Başlangıçta Freud’un, Ferenczi’nin ve Spitz’in fikirlerinden kopmayan Mahler, ilk iki ayda bebeğin, nesnesiz bir şekilde, kendisini bir nevi muhafaza eden otistik bir kabuk içerisinde, dış dünya uyaranlarına karşılığın olmadığı, bağlantının kurulmadığı ve dışarıdan hiçbir şeyin içeriye giremediği, kendinin farkında olmadığı ruhsal bir süreç olarak ötekinin görülmediği birincil narsisizm olarak adlandırılan durumda varlığını sürdürdüğünü kabul etmiştir. İlerleyen yıllarda ise bebeklerin iletişim yetilerini fark eden Mahler, bu dönemin “sözde otistik evre” olarak adlandırmış, daha sonra da “uyanış evresi” olarak revize etmiştir (Palombo ve diğerleri, 2018; Özakkaş, 2017). İlk yaşta edinilen nesne sürekliliği, ayrılma bireyleşme süreci olarak tanımlanmaktadır (Vahip, 1993). Bebeğin bakım verenin kucağında başlayan serüveninin artan bilişsel ve duyuşsal kapasitesiyle birleşerek yürümeye başlayan çocuklar haline gelene dek takip eden araştırmacılar, gözlemlerde önem arz eden bir noktanın da bakım veren ve bebek arasındaki duyuşsal varoluş olduğunu belirtmişlerdir (Bergman, Harpaz-Rotem, 2004).

Ayrılma bireyleşme, birbirini takip eden ve tamamlayan iki gelişim sürecidir. Birbiriyle ilişkili olan bu iki kavram, bakım verenin tutumlarından etkilenmekte ve birinin diğerinden daha fazla gelişmesi söz konusu olabilmektedir. Ayrılma süreci

çocuk için sadece fiziksel açıdan bakım verenden ayrılma değildir, ruhsal olarak da çocuk bakım vereninden farklılaşmakta ve kendiliğini, ötekinin kendiliğinden ayırmaktadır. Böylelikle çocuğun benliğinin iç sınırları gelişmekte, farklılaşmakta ve özerklik kazanmaktadır (Mahler ve diğerleri, 2003; Topçu, 2016). Bireyleşme sürecinde, bireyin içsel nesne tasarımlarının oluşmasında erken dönem bakımının kalitesi önem arz eder (Yüncü, Gürçay, Topçu-Kabasakal, Özbaran, Tamar ve Aydın, 2009). Birbiri içine geçmiş bu iki süreç ötekinden ayrı bir kendilik oluşumu ve nesne temsillerinin de gelişmesiyle sonlanmaktadır (Mahler ve diğerleri, 2003; Palombo ve diğerleri, 2018; Özakkaş, 2017; Özakkaş ve diğerleri, 2014). Bu iki kavramın, birbirine yakın ilerlediği gelişimsel süreç (Mahler ve diğerleri, 2003), gelecekte bireyin kuracağı ilişkilerinin niteliğinin belirlenmesinde önem arz etmektedir (Lapsley ve Edgerton, 2002). Ayrılma bireyleşme sürecinin normal bir şekilde tamamlanmasının, bireyin ‘kimlik duygusunun’ gelişmesi ve sürdürülmesi için ön koşuldur (Mahler, 1968; akt. Taşkın ve diğerleri, 2009).

#### **2.2.1.2 Ayrılma bireyleşme sürecinin öncüleri: Normal otizm evresi ve normal simbiyotik evre**

##### **2.2.1.2.1 Normal otizm evresi**

İnsanın biyolojik doğumu ile başlayan evre ilk iki-üç ay kadar devam etmektedir. Dış dünyadan kopuk bir şekilde var olan bebeğin, dış dünya uyaranlarına yaptığı yatırım da göreceli olarak azdır. Bebek çevre ile dengeleşimini yavaş yavaş sağlamaktadır. Bu evrede Freud’un ‘uyaran engeli’ kavramıyla karşılaşılır; bebeğin doğuştan getirmiş olduğu dış dünya uyaranlarına karşı yanıtızlığın en yüksek olduğu bu evre, dış uyaranlara yanıt verme yeteneğinin de mevcut olmadığı anlamına gelmemektedir (Wolff, 1959; akt. Mahler ve diğerleri, 2003; Fantz, 1961; akt. Mahler ve diğerleri, 2003; Mahler ve diğerleri, 2003; Özakkaş, 2017). Günün büyük bir çoğunluğunu yarı uyur yarı uyanık bir biçimde geçiren bebek, açlık ya da herhangi bir gereksinim geriliminden duydukları rahatsızlık sonucunda uyanır ve doyuma ulaşır, gerilimden kurtulduğunda uyku haline geri döner. Bu evrede bebek için baskın olan ihtiyaçlar psikolojik değil, bedenseldir (Mahler ve diğerleri, 2003).

‘Normal otizm’ adı verilen bu aşamada tüm ihtiyaçları doyurulan bebek, bu doyumun kendisi tarafından sağlanmadığını, bir öteki tarafından karşılandığının farkında değildir. Bu aşamayı ötekinin varlığının az çok fark edildiği ‘koşullu

varsanısal tümgüçlülük’’ takip eder ve bu alt evrede bebek, ihtiyaçları karşılandığı sürece ötekilerin varlığını kısmi olarak fark etmektedir (Palombo ve diğerleri, 2018; Mahler ve diğerleri, 2003). Bu evrede bakım verenin görevi bebeğin algılarının dış dünya uyaranlarına doğru yönelmesine, duyuşal farkındalığının ve çevre ile temasının artmasına yardımcı olmak ve uyaran yoğunluğunun travmatik etkilerinden bebeği korumaktır (Mahler ve Mcdevitt, 1989).

#### **2.2.1.2.2 Normal simbiyotik evre**

Bebeğin dış dünyadan geldiğini tam anlamıyla idrak edemediği uyaranlara yaptığı hem duygusal hem de algısal yatırım artmıştır. ‘‘Bellek adaları’’nın (Mahler ve Gosliner, 1955; akt. Mahler ve diğerleri, 2003) oluşumunun başlamasıyla da bebek ve bakım vereninin ayrışmamış olduğu bu evrede bebeğin ötekilere karşı bulanık bir farkındalığa sahip olduğu ancak bedenlen bakım verenle ortakmış gibi deneyimlenen, ikili birlik algısının işlemeye devam ettiği bir süreçtir. Bebeğin bakım verenine yaptığı yatırım ise bu evrenin psikolojik başarısıdır. Bebek için ortakyaşamsal evreye geçişin sağlanmasında, kendisine haz veren şeyler ‘‘iyi’’ hoşnutsuzluk yaratan şeyler ise ‘‘kötü’’ olarak algılanmaya ve dış dünya ile içsel yaşantının birbirinden ayrı kavramlar olduğunu anlamaya başlaması önem arz eden iki noktadır. Bebeğin bakım verenine karşı farkındalığı geliştikçe, dış dünyada var olan bir öteki vardır ve bu nesne bebekte iyi ve kötü duyguları uyandırmaktadır. Bu durum bebek için bölme sürecinin başladığının işaretidir, bakım veren kısmi bir nesne olarak algılanmaktadır. İyi- kötü anıların, zihne yerleşmesiyle, kendiliğin de temelleri atılır. Bellek adalarının bir diğer önemli görevi ise, deneyimler doğrultusunda hazzı erteleyebilme kapasitesinin gelişmesini başlatmasıdır (Palombo ve diğerleri, 2018; Mahler ve diğerleri, 2003; Vahip, 1993). Bebek dördüncü ve beşinci aylarda ortakyaşamsal evrenin doruk noktasına ulaşır ve bu bebek için ayrılma bireyleşme sürecinin ilk alt evresinin başladığına işaretir (Mahler ve diğerleri ,2003). Farklılaşmamışlığın ilk iki aşaması olan normal otizm ve normal ortak yaşamsal evre ayrılma-bireyleşme sürecinin başlayabilmesi için ön koşuldur (Mahler, 1967a; Mahler ve Furer, 1963a; akt. Mahler ve diğerleri, 2003).

#### **2.2.1.3 Farklılaşma ve beden imgesinin gelişimi**

Bebeğin libidinal yatırımının yön değiştirmesiyle, bebek içsel uyaranlara ayırdığı vakti yavaş yavaş dışsal uyaranlara yöneltmeye başlar. Bu dönemde bebeğin çevreyi

tanıyabilme kabiliyetiyle birlikte bebeğin kendi bedeni ve bakım vereni arasındaki farkındalığın da arttığı bir ilişki mevcuttur ve bebek kendi bedeni ile bakım verenin bedeni arasındaki mesafeyi ayarlayabilme becerisi geliştirir (Mahler ve diğerleri, 2003; Vahip, 1993). Bu evrede’’sosyal gülümseme’’ bebeğin bellek izlerinin bir göstergesi olduğu gibi gereksinimleri doyurucu nesne ilişkilerinin de var olduğunun bir işaretidir (Mahler ve diğerleri, 2003; Özakkaş, 2017). ‘’Kabuğun kırılması’’ süreciyle bebek duyu sistemleri aracılığıyla dünyayı keşfeder, iç dünyadaki hikayenin tümü beden duyumlarını barındırır ve içsel duyumlar kendiliğin özünü biçimlendirir fakat, dış dünyayı ayıran sınırın fark edilmesiyle kendilik tasarımı, ötekilerle, çevreyle ve doğayla ilişki halindedir ve hareketlerinde bir niyet veya hedef söz konusu olmaya başlamıştır (Özakkaş,2017; Mahler ve diğerleri, 2003; Palombo ve diğerleri, 2018). Kendi bedensel deneyimleri ile haz almaya başlayan bebek, haz aramak için dış dünyaya da yönelir ve ötekinin varlığını da öğrenmiştir (Pine, 2004). Uyanıklık zamanlarında daha açık bir bilinçlilik hali ve dış dünyaya artan yatırım söz konusudur (Vahip, 1993).

Fiziksel ayrılma denemelerinin de başlamasıyla, bebeğin artık tam bir bağımlılık içerisinde olmadığı gözlemlenir. Bebeğin bakım verenden uzaklaşma çabası mevcut olsa da ‘’geriye dönüp kontrol etme örüntüsü’’ de mevcuttur. Bireyleşme süreciyle bebek çevreyi taramakta ve annenin yüzünü diğer yüzlerden ayırma yeteneği kazanan bebek için ‘’yabancı kaygısı’’da söz konusudur. Ortak yaşamsal evrede, anne ve bebek arasında sağlam ve iyi bir ilişki kurulduysa, bebek yabancıları keşfetmekten keyif alacaktır ancak normal gelişim sürecinde bebek keşif merakı ile bu korkunun üstesinden gelebileceği gibi yabancı korkusu da üstün gelebilir. Böyle bir durumda nesne sürekliliği ve sosyalleşme süreci zarar görebilecektir. Bu dönemde görülen geçiş nesneleri (Winnicott, 1953; akt. Gülece, 1991) kullanılır. Geçiş nesnesi bakım verene ait özellikleriyle onu anımsatır ve bakım verene ait özelliklerin cansız bir nesneye aktarılır (Mahler ve McDevitt, 1989; Vahip, 1993; Mahler ve diğerleri, 2003; Mitchell ve Black, 2012).

#### **2.2.1.4 Alıştırma alt dönemi**

Bu dönem ayrılma bireyleşme için bebeğin, bedenlen farklılaşma, bakım veren ile kurulan özel bağ, bakım veren ile kurulan yakınlık içerisinde özerk ben aygıtlarının oluşması ve bakım veren ile kurulmuş olan yakınlık içerisinde gelişmesi, işlevsel

hale gelmesini barındırır (Mahler ve diğerleri, 2003). Bebek alıştırma döneminde, sevgi nesneleriyle özdeşir ve bebeğin kendilik tasarısını ve bireyliği de şekillendirir (Vahip, 1993). İlk olarak bebeğin özerk işlevleri gözlemlenir; emekleme, adımlama, tırmanma ve dikleşerek bakım verenden uzaklaşma davranışlarının gözlemlendiği ve bakım verenden fiziksel uzaklaşmaya yönelik adımların atıldığı ilk alıştırma dönemidir. Ana alıştırma döneminde ise bebek serbestçe yürümeye başlamıştır (Mahler ve McDevitt, 1989; Vahip, 1993). Yeni becerileri ile tüm güçlülük algısı pekişen çocuk, dünyayı keşfe çıkar. Bakım verenden uzaklaşsa da ruhsal olarak bakım veren ile birlik, bakım verenin tüm güçlülüğüne olan inanç devam eder (Mitchell ve Black, 2012). Bağımsız olarak anneden uzaklaşan bebek, duyuları aracılığıyla anneye temas halinde olmayı da sürdürmektedir, anneden uzaklaşma mesafesi duyular aracılığıyla belirlenmektedir (Mahler ve McDevitt 1989; Mahler ve diğerleri, 2003; Palombo ve diğerleri, 2018).

Bu dönemin en önemli özelliği çocuğun kendi bedenine, gerçekliğin hedef ve nesnelere yaptığı narsistik yatırımdır. En önemli terimi “Duyusal Yakıt İkmali”dir, bebek dönüp arkasına baktığında, bakım vereninin orada oluşu güven duygusu uyandırır. Çocuk dış dünyanın kendisine sunduğu engellemelere karşı duyarsızdır. Yalnızca bakım verenin odada olmadığını İdrak ettiğinde, “kararma” denilen durum yaşanır, çocuğun performansında yavaşlama gözlemlenir ve çevreye olan ilgisi azalabilir ve çocuk için ayrılık kaygısı söz konusu olabilir. Kaygısını yönetemeyen çocuk bakım verene doğru koşma davranışları sergiler ve duygusal açıdan tatmin sağlar, yeniden keşfe yönelir (Mahler ve McDevitt, 1989). Bağımsızlığa büyük önem veren bakım veren, duygusal yakıt ikmalini uzaktan sağlama davranışı ile çocukla temasını sürdürebilir (Mahler ve diğerleri, 2003; Özakkaş, 2014; 2017; Palombo ve diğerleri, 2018; Mahler ve McDevitt, 1989; Vahip, 1993).

Bu dönemin başarı ile tamamlanması sadece bebeğin doğuştan getirdiği özelliklere bağlı değildir. bakım verenin tutumlarının ve çocuğu alıştırma yapmaya teşvik etmesinin, çocuğu özerkliğe ve bağımsız olmaya yöneltmesi önemlidir. Bazı anneler çocuklarından ayrılmak istemedikleri için ortak yaşamsal ilişkiyi devam ettirmeyi tercih edebilmektedir. Bazı anneler ise çocuğun kapasitesinin çok üstünde beklentilere sahip olabilmektedir. Çocuğun kendiliği annenin teşvik edici bakımı ile desteklenmelidir (Vahip, 1993; Özakkaş, 2017).

### 2.2.1.5 Yeniden yakınlaşma

Mahler, Fransızca bir kelime olan ‘‘rapprochment’’ ve bir araya gelmek anlamına gelen bir kelimeden etkilenecek bu alt evreye ‘‘yeniden yakınlaşma’’ adını vermiştir (Palombo ve diğerleri, 2018). Çocuk için bireyleşme süreci devam ederken, ayrı oluşuna yönelik farkındalığı da artmaya devam eder. Bakım verenden ayrı olmaya karşı direnmek ve bu ayrılığı olmamış saymak için yoğun çaba harcar. Nesnenin sevgisini yitirme korkusu daha da belirgin hale gelir (Mahler ve diğerleri, 2003).

Ayrılma kavramı, ‘‘yumurtadan çıkma’’nın simgelediği ikinci doğum sürecinin bitişini simgelemektedir ve ayrılma-bireyleşme sürecinin en önemli noktasıdır. Bebek artık yürüme çağındaki bir çocuk haline gelmiş, fiziksel olarak da ayrı olduğuna yönelik farkındalığı artmıştır. Tüm bunlara ek olarak bilişsel açıdan da gelişen çocuğun, dili gelişir ve sözel iletişimi artar çocuk ötekiler ile empati kurabilir, pek çok duygulanımı da deneyimleyebilecek kapasiteye sahiptir (Palombo ve diğerleri, 2018; Bergman, Harpaz-Rotem, 2004). Çocuğun çevreyi keşfi ve bu keşiflerden aldığı coşkusallık da azalmıştır. (Vahip, 1993; McDevin ve Mahler, 1989). Engellemelere karşı duyarlılaşmış ve bakım verenin varlığına yönelik ilgisinde de bir azalma yaşayan çocuk yaşlılarıyla etkileşim halindedir. Bakım verenlerinden ayrı bir birey olduğunu anlamaya başlamıştır (Mahler ve diğerleri, 2003).

Anneden ayrılmışlığın farkındalığı arttıkça, bakım verenin sevgisine olan gereksinimi de artan çocuk için bir yanda bakım verenle kalma isteği, diğer yanda bakım verenden uzaklaşma zorlantısı söz konusudur. Çocuğun bakım verenini ‘‘gölge gibi izlediği’’ ve bakım verei takliti içeren davranışlar gözlemlenmektedir (Galenson, 1971; akt. Mahler ve diğerleri, 2003) Bakım verenini memnun etme arzusu ile bakım verene yönelik öfke duyguları arasında kalan çocuk için ‘‘ne anne ile ne de annesiz’’ bir ilişki söz konusu olmaya başlar (Mahler ve diğerleri, 2003; Vahip, 1993). Yeniden yakınlaşma kriziyle çocuk ve bakım vereni arasında olması gereken mesafenin bulunması sırasında, çocuk kararsızlık yaşamaktadır. Bu durumda sergilenen davranışlar ise; ebeveyninden kaçma ya da ebeveyninden ayrılmamadır. Bakım veren ile kavuşma isteği, çocukta kendi kimliğini kaybetme korkusu ve bakım vereni tarafından yutulma korkusuyla birleşir. Bu kriz ise çocuğun tüm güçlülük algısının zayıflaması, tüm dünyanın kendi etrafında dönmediğini algılaması ile çözülecektir. Kendi ihtiyaçları ile bakım vereninin ihtiyaçlarının uyuşmadığını fark

eden çocuk, hem kendi özerkliğini geliştirmek istemekte hem de bakım vereninden ayrı olmanın verdiği duygusal acıdan kaçınmak istemektedir. Bu örüntüde bakım verenin sevgisini kaybetmeme ve onun tarafından onaylanmamak kaygının temel yapı taşlarıdır (Mahler ve diğerleri, 2003; Palombo ve diğerleri, 2018). Onaylanmama davranışına karşı hassas olan çocuklar, özerkliklerini “hayır deme davranışı” ve anal dönemde artmış olan saldırganlıkla koruma altına alır (Mahler ve diğerleri, 2003; Vahip, 1993). Burada önem arz eden nokta bakım verenin tutumudur. Bakım verenin çocuğuna duyduğu sevgi, bakım verenin ulaşılabilirliğinin uygun ve yeterli oluşu ve çocuğunun çift değerli ihtiyaçlarına tahammül gücü, çocuğun kendilik temsilinde ve nesne temsilinde yansız bir enerji yatırımı yapmasının ön koşuludur (Mahler, 1968b; akt. Mahler ve diğerleri, 2003). Bazı ebeveynler ise çocuklarının ayrı ve bağımsız bir hale geldiğini ve artık kendilerinin bir parçası olmadığıyla yüzleşmeyi başaramamaktadır (Masterson, 1973; akt. Özakkaş ve Çorak, 2013; Stoller, 1973; akt. Özakkaş, 2014). Çocuk ise yeniden yaklaşma alt evresinde ilerleme gösterdikçe, bakım vereninin yokluğu ile başa çıkabilmek için farklı yollar bulmaktadır; simgesel oyunlar ve anne ikameleri ile ilişki (Galenson, 1971; akt. Mahler ve diğerleri, 2003).

Çocuk için bu evrede anne ile olan ilişkisi genişler ve baba da dahil olur. İçselleştirme sürecinde anne ve babayla özdeşim kurmaya başlayan çocuk kural ve taleplere uyum sağlama davranışı sergiler. Bu durum üst benliğin gelişmeye başladığının bir işaretidir. Ayrıca bu dönemde cinsiyet kimliğine özgü davranışlar da sergilenmeye başlamıştır (Mahler ve diğerleri, 2003; Palombo ve diğerleri, 2018; Özakkaş, 2017).

Yeniden yaklaşma krizinin çözülmesi ile de bölme mekanizmasının yerini bastırma mekanizması almaktadır. Bu dönemin sonlarına doğru, “iyi nesne” ve “kötü nesne” kavramları birleştiği gibi kendilik algısında ve bedensel yapıda da “iyi” ve “kötü” yönler bütünleşerek, tam bir kendilik inşa edilmeye başlar ve çocuğun yeniden yaklaşma krizinde barındırdığı çaresizlik ve yalnızlık tehditlerinden kurtulmasına olanak sağlanır. Çocuk için çift değerlilik ve bölünme problemleri çözülmezse kendilik algısında ve nesne tasarımlarında süreklilik söz konusu olmadığı gibi psikolojik yapılanmasının gelişimi de zarar görür (Mahler ve diğerleri, 2003; Vahip, 1993).

Bu döneme ait tehlike işaretleri ise yoğun ayrılma kaygısı, bakım vereni izleme davranışlarının ortalamanın üstü oluşu, aşırı uyku problemleri ve annenin çocuğu kovalaması için çocuğun kışkırtma unsuru da içeren hızlı kaçmalarıdır (Özakkaş, 2014;2017). Mahler ve arkadaşları yeniden yakınlaşma krizinin klinik derecesini etkileyecek unsurlardan bahsetmektedir. Bu unsurlar; 1) Libidinal nesne sürekliliğinin gelişimi; 2)Daha sonraki hayal kırıklıklarının niceliği ve niteliği; 3) olası şok travmaları; 4) hadım edilme kaygısının derecesi; 5) Oidipus kompleksinin akıbeti ve 6) ergenlikteki gelişim krizler. Bütün bu etmenler bireyin donanımı perspektifinde işlev gösterecektir (Mahler ve diğerleri, 2003; Palombo ve diğerleri, 2018).

#### **2.2.1.6 Bireyliğin pekişmesi ve coşkusallık nesne sürekliliğinin başlangıcı**

Bu evrede çocuğun tamamlaması gereken başlıca iki görevi mevcuttur: ilki kesin ve kimi bakımlardan ömür boyu sürecek bir bireyliğe ulaşmak, ikincisi ise belli bir nesne sürekliliği derecesine ulaşmaktır. Duygusal nesne sürekliliği (Hartmann, 1952) kalıcı nesnenin bilişsel olarak varlığına bağlı olmakla birlikte kişilik gelişimi de bu sürece katkıda bulunur (McDevitt ve Ormrod, 2008). Nesne sürekliliği orada olmayan sevgi nesnesinin temsillerinin sürdürülmesine ek olarak iyi ve kötü nesnelerin bütünleşmiş bir temsil oluşturmaları ve çocuk tarafından içselleştirilmesine dayanır (Mahler ve Furer, 1966; akt. Mahler ve diğerleri, 2003).

Çocuğun zaman algısı, bilişsel açıdan olgunlaşmıştır. Gecikmelere anlayış gösterebilme ve ayrılıklara dayanma gücü mevcuttur. Nesne sürekliliği saldırganlık ve düşmanlık içeren dürtülerin sonunda ne olacağına yön verir. İyi ve kötünün birleşimi ile saldırganlık ve libidinal dürtülerin de birleşimi sağlanır ve yoğun saldırganlık dürtülerinin hâkim olduğu durumlarda nesneye duyulan nefretin yumuşatılmasına yardımcı olur. Böylelikle o an doyum sağlamayan sevgi nesnesi reddedilmediği gibi yerini farklı bir nesneye de bırakmaz, nesne özel konumunu korur, özlenir ve o an doyurucu niteliğe sahip olmadığı için reddedilmez (Mahler ve diğerleri, 2003).

Çocuğun bakım verenine yönelik geçmiş evrelerde gerilimleri düzenli bir şekilde rahatlatılmasının oluşturduğu güveni ve inancı da nesne sürekliliğinin gelişimini hızlandırır ve gerilimin giderilmesine eşlik eden rahatlama da nesneye atfedilir. Bunun sonucunda da annenin içsel temsilleri bilişsel olarak kazanılır. Duygusal

nesne sürekliliğinin gelişimindeki farklılıklar, geçmiş evrelerde bakım verenle kurulan ilişkinin incelenmesiyle anlaşılabilir. Bakım veren, çocuk için geçmiş evrelerde duygusal açıdan ulaşılabilir düzeyde ise çocuğun nesne sürekliliğinde ilerlemesinin daha hızlı olduğu açıktır. Nesne sürekliliği normal gelişimin üçüncü yılında organize olur. Üç yaş sosyokültürel açıdan çocukların kreşe başlamaya hazır olduğu dönemi işaret etmektedir (A.Freud, 1963; Mahler ve diğerleri, 2003). Üç yaş çocuğunun geçmişte yaşadığı ve o an deneyimlediği yaşantılar birey olma kapasitesini ve şeklini etkiler (Vahip, 1993).

Bu dönemde çocuk yabancı kaygısının da üstesinden gelmiş ve bakım verenin sevgisini kaybetmeye yönelik kaygısıyla da başa çıkabilecek olgunluğa erişmiştir. İlerleyen dönemlerinde ise oraya çıkabilecek olan hadım edilme korkusu ve vücuduna zarar verilebileceğine yönelik korkusuyla da başa çıkabilecektir. Anal evrede çocuk için tuvalet eğitimi bir mücadeleyi başlatır, yeni görev ile karşılaşan çocuk dürtü olgunlaşmasının baskısını yoğun olarak hisseder, hayal kırıklıklarına, gecikmelere ve kaygıya tahammülünün kapasitesi ortaya çıkar. (Mahler ve diğerleri, 2003; Palombo ve diğerleri, 2018). Çocuğun ayrı olma veya duygusal nesne sürekliliği aşamasında aldığı tehditler, çabalarını hiçe sayabilir. Cinsel farklılıklara yönelik farkındalık, tuvalet eğitimi mücadeleleri, bakım verenler veya toplum tarafından çocuğa yöneltilen gelişimi olumsuz etkileyebilecek tepkiler, hastalıklar ve kazalar bu tehditlere örnek gösterilebilir (Mahler ve diğerleri, 2003).

### **2.2.2 İkinci ayrılma-bireyleşme süreci ve Blos'un kuramı**

Blos (1967) "Ergenlikte İkinci Bireyleşme" adlı eserinde, ergen bireyin ailesinden uzaklaşmasının, aileye olan bağımlılığının azalmasının kendi gelişimi için bir koşul olduğunu belirtmiştir. Ergenin gelişimi ile ilgili olarak kuramını dayandırdığı temel yapı taşı benlik psikologları ve özellikle de Hartman ve Anna Freud'un çalışmalarıdır (Palombo ve diğerleri, 2018). Ergenliği ikinci bireyleşme süreci olarak ele alan Blos, A. Freud'un "Nispeten güçlü bir alt benlik, nispeten zayıf bir benlikle karşılaşır bu dönemde" ifadesinin ergenlik dönemini tanımladığını ve ergen bireylerin içsel itkileri ile mücadelelerinde sıklıkla mantıksallaştırma mekanizmasını kullandıklarını ifade etmiştir (A. Freud, 2004; Özakkaş ve diğerleri, 2014). Hartman'da Bloss'un bu görüşüne katılarak benliğin savunma düzeneklerinin sadece içsel itkilere karşı çalışmakla kalmadığını, uyum sağlayıcı bir süreç için de gerekli olduklarını belirtmiştir.

Beş basamaklı bir ergen gelişim modeli inşa eden Blos'un kuramında benlik işlevleri ve dürtü faaliyetlerini örgütleyen süreçler, nesneler ile değişen ilişkiler ve son olarak da çevre ile ilişki kurmada aracı olan araçlardan oluşan üç meseleden bahsedilmekte ve her bir basamakta yüzleşilmesi gereken aşamalara değinilmektedir. Çocukluk yaşantısında, nesne sürekliliğinin olduğu, üçüncü yılın sonlarına denk gelen birincil bireyleşme sürecine benzerliğine dikkat çekerek tüm ergenlik dönemini (13-18 yaş) ikinci bireyleşme süreci olarak tanımlamıştır (Blos, 1967). Tüm ergenlik dönemi kendi içerisinde de ikiye ayrılmaktadır; birinci dönem ergen bireyin yaşıtılarından etkilendiği ve erken dönem nesne bağlarından ayrılmasını temel alan erken ergenlik (13-15 yaş) ve ergenliğe uygun cinsel itkilerin etkisiyle ortaya çıkan düşüncelerin var olduğu geç ergenlik (15-18) dönemidir. Daha sonrası ise psişik yapının istikrarlı olarak seyretmesi ve ergenlikten yetişkinliğe geçiştir (Özakkaş ve diğerleri, 2014)

İkinci bireyleşme sürecinde, bebeklik döneminde idealize edilen nesnelerin, bireyin kendi kendine ya da psikoterapiler aracılığıyla tamamlaması sonucu ilk nesnelerini/ebeveynlerini “yeterince iyi” görmeye başlamasıyla, nesnelerin eksikliklerine karşı ılımlı bir tutum geliştirebilmesi olasıdır. İlk nesneler ile tekrardan kurulan ilişki daha olgun bir ilişki olarak tanımlanmaktadır (Blos, 1967; Tyson ve Tyson, R. 1990; Akhun, 2012). Benlik psikologları tarafından kabul gören bu ikinci bireyleşme süreci, son dönem araştırma sonuçları doğrultusunda karşıt fikirler ile karşılaşmıştır (Fişek, 2009; Blass ve Blatt, 1996; akt. Akhun 2012; Lyons-Ruth, 1991).

### **2.2.3 Kernberg ve Jacobson'un yaklaşımıyla ayrılma-bireyleşme**

Kernberg'in teorisi, Freud'un dürtü kuramından (Eğrilmez, 2002) önemli parçalar barındırmakla birlikte, benlik psikolojisinin yapısal modeli ve gelişime bakış açısıyla da uyum içerisindedir. Dürtüselliğin önemli bir tanı ölçütü ve çok yönlü bir yapı olduğu yadsınmayan bir gerçektir (Gagnon, Aldebert, Saleh ve Kim, 2019; Bornovalova, LEjuez, Daughters, Zachary Rosenthal ve Lynch, 2005; Gagnon, 2015). Kernberg oluşturduğu modelde, normal ve anormal gelişim kavramına ait Freud'un, Klein'in, Jacobson'un ve Mahler'in farklı görüşlerini hiyerarşik bir düzen içerisinde bütünleştirmektedir (Mitchell ve Black, 1995).

Jacobson'un gelişim kavramı ile ilgili görüşlerinde (1964) ise Spitz'in çalışmalarının izleri mevcuttur. Bebeğin bakım vereni ile yaşamış olduğu deneyimlerin ve bu

deneyimlerin de dürtüleri şekillendirici gücünü vurgulamış, Freud'un yaklaşımını da yeniden ele alarak, yorumlamıştır. Bireyin içgüdülerinin biyolojik potansiyeller olduğunu ifade eden Jacobson, bebeğin dünyasında nesnenin/annenin ambivalans içeren imgelerine eşlik eden iyi ve kötü hisler, üst benliğin gelişiminde devamlılık arz eden his durumlarına dönüşmektedir ve çözümlenmesi gereken tek kavram ödipus karmaşası değildir. Bebeğin ruhsal doğumunun, biyolojik doğumundan farklı bir zaman diliminde gerçekleştiğini ve ruhsal doğum ile başka bir yolculuğun başladığını ifade eden Jacobson'ın görüşleri Mahler'in görüşleri ile benzerlik içerisindedir. (Mahler, 1968; Mahler ve diğerleri, 2003; Mitchell ve Black, 1995; Jacobson, 1964).

Kernberg'in gelişim modelinde, Jacobson ve Mahler ile uyumlu şekilde, bebeklik döneminin ilk aylarında, yaşantının duygulanımsal değerler temelinde ayrıştığını ve haz veren ya da hoşnutsuzluk yaratan durumlar arasında bebeğin salınıp durarak, yatıştırıcı tatmin ve rahatsızlık veren gerilim deneyimlerini sahip olduğu duygulanım değerine göre örgütlediğini ifade etmiştir (Bayram, 1993; Aslan, 2008). Bu haz ve hoşnutsuzluk içeren durumlarda kendilik ile öteki arasında herhangi bir ayırım söz konusu olamayabilmektedir (Mitchell ve Black, 1995). Bu modelde çocuk için üç büyük görev söz konusudur. Birinci gelişim görevi, kendilik ile öteki arasındaki sınırın netleştirilmesi ve kendilik imgesi ile nesne imgesinin birbirinden ayrılmasıdır (Gagnon ve diğerleri, 2019). Bu sınır çizilmezse, ötekinden ayrı ve bağımsız kendilik duygusu da var olamaz. Birey içsel olan ve dışsal olan arasında sınır çizemediği gibi güvenilir bir ayırım da yapamaz. Bu görev başarı ile tamamlanmazsa, Kernberg'in psikotik durumların temeli olarak nitelediği ve "psikopatolojik örgütlenmenin ilk düzeyi" olarak tanımladığı, durum ile karşılaşılır. İkinci gelişim görevi, bölmenin (Jacobson, 1964; Kernberg, 1976, 1976; akt. Demir, Dereboy ve Ç. Dereboy, 2009) üstesinden gelmektir. Bölmenin, Mahler'in ayrılma bireyleşme sürecinde yeniden yakınlaşma alt evresinde de mevcut olan bir süreç olduğundan bahseden Kernberg, birbirinden ayrılmış ve farklılaşmış olan kendilik ve nesne imgeleri duygusal anlamlarıyla birlikte var olabileceğini belirtmiştir. Bebek hazzın ve hoşnutsuzluğun, iyinin ve kötünün birlikte var olabildiği bütünlüğün hâkim olduğu nesne ilişkilerini deneyimledikçe, gelişimsel açıdan normal bir seyir izler ve bölmenin üstesinden gelir. Burada bütünleşen sadece nesne imgeleri değildir, bebeğin kendiliği de bütünleşmektedir. Böylelikle birleşen iyi ve kötü duyguların barındırdığı yoğunluk

azalır. Kernberg bu ikinci görevi ‘‘Psikopatolojik örgütlenmenin ikinci düzeyi’’ olarak tanımlamaktadır. Eğer ki bölme işlemi sağlıklı bir şekilde tamamlanmazsa, literatürde Kernberg’in çalışmaları ile ön plana çıkan (Parman, 1998) sınır durum kişilik patolojisinden bahsedilebilir. Üçüncü ve son gelişim görevi de iyi ve kötü kendiliğin, iyi ve kötü nesne imgelerinin bir düzen içerisinde yerleşmesi ve bütünlük sağlamasıdır. Böylelikle birey kurduğu ve kuracağı tüm kişiler arası ilişkilerinde ikircikliliğe tahammül gösterebilmektedir (Özakkaş ve Çorak; 2013, Aslan, 2008; Mitchell ve Black, 2012; Özakkaş ve diğerleri, 2014; Palombo ve diğerleri, 2018; Gagnon, ve diğerleri, 2019).

#### **2.2.4 Ayrılma bireyleşme kuramına yönelik eleştiriler**

Mahler’in ayrılma-bireyleşme kuramı, klinik deneyimler, ampirik araştırmalar ve teorik eleştiriler perspektifinde Brazelton, Stern, Cramer, Greenspan, Emde ve Zeenah (Erten, 2003) gibi birçok araştırmacı tarafından ele alınmıştır. Özellikle ‘‘ortakyaşamsal evre’’ kavramına yönelik yoğun bir ilgi söz konusudur. Bilimsel gelişmelerden temel alan araştırmacılar psikanalitik kuramcılarının ifade ettiği gelişim sürecinden farklı bir gelişim sürecinin hâkim olduğunu ifade etmektedirler. Özellikle Daniel Stern (1995) Mahler’in ayrılma bireyleşme kuramına alternatif bir gelişim kuramı inşa etmiştir. Stern’in laboratuvar ortamında gözlemlediği bebekler üzerindeki araştırması sonucunda elde ettiği bulgular Sullivan’ın kişiler arası yapısal modeli ile uyum içerisinde. Mahler ve Stern’in farklılaştığı nokta ise Stern’in psikopatolojiden temel alan ve geçmişe dönük anormal yapıdan hareket etmeyi reddetmesi ve çocuk gelişimde gelecek temelli bir yaklaşımı benimsemesidir (Özakkaş, 2017; Erten, 2003).

Mahler’in normal otistik ve normal ortakyaşamsal dönemleriyle ilgili yaklaşımına odaklanarak, 0-3 yaş arasını detaylı bir şekilde inceleyen Stern, Mahler’in gelişim evrelerine rastlamadığını ifade etmiştir. Mahler, bebeklerin farklılaşmamış bir yapı olarak doğduğunu ve ayrılma bireyleşme süreci ile farkındalık kazandıklarını ifade ederken, Stern teorisinde ilk olarak bu yaklaşıma karşı çıkmıştır. Yaptığı araştırmalar sonucunda Stern, bebeğin doğduğu andan itibaren ilişki kurabildiğini, kendilik algısının mevcut olduğunu ve ayrı bir bütünlük olarak var olduğunu ifade etmiştir (Palombo ve diğerleri, 2018, Erten, 2003).

Ayrılma bireyleşme kuramında tartışmaya sebep olan bir diğer kavram ise Mahler'in yapmış olduğu kopma vurgusudur. Mahler, sağlıklı bir çocuğun bakım vereninden ayrılması gerektiğine inanır, kopmanın gerçekleşmediği her durum sağlıklı olduğu gibi bağımlılıkta içermektedir. Batı dünyası perspektifinden bakıldığında, yadigarımayan bu görüş, farklı kültürlerde ele alındığında değişiklik gösterebilir (Shane ve Shane, 1989; akt. Erten, 2003; Gordon, Zaccario, Sachs, Ufberg ve Carlson, 2009). Bazı kültürlerde, bağların sağlamlığı önem arz eder, bağlardan kopmadan "özerk" olabilmek, bağımlılığın değil bağılılığın bir işaretidir ve kültür için bir gereksinimdir (Erten, 2018).

Bebeğin cinsellik ve saldırganlıktan temel alan bir güdülenme sistemine sahip olmadığını ve ilişki motivasyonu ile doğduğunu, cinsellik ve saldırganlığın ikincil motivasyon kaynakları olduğunu ifade eden araştırmacılar da mevcuttur (Greenberg ve Mitchell, 1983). Bu görüşü gelecek yıllarda Kohut (1977; akt. Stolorow, 2014) da paylaşılmıştır. Günümüzde ise Bowlby'nin "Bağlanma Kuramı" temel alınır ve psikolojik sağlığın, temelinde bakım veren ile bebek arasındaki bağlanma biçiminin önem arz ettiği vurgulanır. Çocuk ve anne ne tür bir bağ (güvenli-güvensiz-kaçıngan) kurduysa, çocuk hayatı boyunca içinde bu bağın izlerini taşıyan "ben ve öteki" ile varolacaktır. Bowlby'nin kaçıngan bağlanma olarak tanımladığı durum ise Mahler'in "yeniden yakınlaşma krizi" evresinde belirttiği tanımlamayla uyumluluk içerisinde (Blum, 2004).

Lyons-Ruth'un (1991) yeni doğan bebekler üzerinde yaptığı araştırma sonucunda elde ettiği veriler sonucunda, sağlıklı bir ayrılma için önceliğin anne ile bebek arasında kurulan güvenli bağlanma olduğunu ifade etmiş ve Mahler'in araştırma filmlerinde "yeniden yakınlaşma evresi"nde gözlemlenen çocukların, güvenli bağlanamayan çocuklar olduğunu, Mahler'in incelediği örneklemin patolojik olanlardan oluştuğunu ve gelişim hakkında evrensel sonuçlara ulaşamayacağını belirtmiştir (Shane ve Shane, 1989; akt. Erten, 2003; Gordon ve diğerleri, 2009). Doctors (1999) ise güvenli bağlanamayan bebeğin ayrılamayacağını belirtmektedir.

#### **2.2.5 Ayrılma bireyleşme ile ilgili yapılmış araştırmalar**

Lindsey'nin (2014) üniversite öğrencilerindeki sürekli kaygı, onay arama ve ayrılma bireyleşmenin ilişkisini ele aldıkları çalışmada ayrılma-bireyleşme, sürekli kaygı ve onay arama davranışları arasında pozitif bir ilişki olduğu sonucuna ulaşılmıştır.

Holmbeck ve Leake'nin (1999) geç ergenlik döneminde ayrılma-bireyleşme ve psikolojik uyum üzerine yaptıkları araştırmada için ergenlerde ayrılma-bireyleşme testi kullanılmıştır. Araştırma bulguları geç ergenlik döneminde, başarılı ayrılma-bireyleşme problemlerinin kişilik ve uyum sorunlarıyla ilişkili olduğu ifade edilmiştir. Uyumsuzluk ile yüksek düzeyde ilişkili olan kavramlar ise ayrılma kaygısı, bağılılığı red ve kısıtlanma kaygısıdır.

Özden'in (2013) ayrılma bireyleşme ve çift uyumunu ele aldığı bu çalışmasında, kadın ve erkeklerin ayrılma bireyleşme düzeyleri ile çift uyumları arasında negatif yönlü bir ilişkinin olduğu bulgulanmıştır. Ayrılma bireyleşme düzeyi azaldıkça, evlilikte çift uyumu artmaktadır.

Puklek Levpuscek'in (2006) Sloven ergenlerin ebeveynleri ve arkadaşlarıyla ilişkisini konu alan çalışmaları 7 - 12 sınıfta eğitim gören 495 ğrenci üzerinde gerçekleştirilmiştir. Ergenlerin bağımlılık ihtiyaçları ve özerklik çabalarının sosyodemografik değişkenler açısından incelendiği bu çalışmada erken ergenlik döneminin ayrılma bireyleşme sürecinde en belirgin değişikliğin gözlemlendiği dönem olduğunu ifade etmektedir. Cinsiyetler arası fark ise kız öğrencilerin, erkek öğrencilerden daha başarılı bir şekilde bireyleşmesinden kaynaklanmaktadır. Erkek ğrencilerin bireyleşmelerinde ise özerklik ihtiyaçları ön plana çıkmaktadır.

Taşkın, Gürlek-Yüksel ve zmen'in (2009) niversite ğrencilerinde ayrılma-bireyleşme ve depresyon arasındaki ilişkiyi ele aldıkları araştırmanın sonucunda, olumlu ayrılma bireyleşme sürecinin ele alındığı alt boyutlar ile depresyon arasında negatif yönlü bir ilişki bulgulanmıştır. Ergenlikte yaşanan ayrılma-bireyleşme sorunlarının depresyonu tetiklediği ifade edilmiştir.

Bartle ve Anderson'ın (1991) 12 ve 19 yaşı aralıklarında olan 42 kişilik örneklem ve aileleri üzerinden gerçekleştirdiği araştırma sonucunda, Annenin kendi ebeveyllerinden bireyleşmesi ile ergenin bireyleşmesi arasında anlamlı bir ilişki olduğu sonucuna ulaşılrken, babanın bireyleşmesi ile herhangi bir ilişkiye rastlanmamıştır. Anne ve ergen arasında ilişkinin varlığıda, ergenin bireyleşmesinde önem arz etmektedir.

Lapsley, Rice ve Shadid (1989) niversite öğrencileri ile gerçekleştirdikleri çalışma da niversite birinci sınıf ve diğer sınıflardaki öğrenciler olarak iki gruba ayrılmıştır. Araştırmacılar ayrılma bireyleşme ve niversiteye uyumu yordamasa da ilişkili

olduğu sonucuna ulaşılmış ve üniversite birinci sınıftaki öğrencilerin ebeveynlerine daha fazla bağlı oldukları için üniversiteye uyum sağlamada yetersiz kaldıkları ifade edilmiştir. Ayrıca kadınların erkeklere oranla psikolojik bağımlılıklarının yüksek olduğu ve ayrılmanın da duygusal uyum ile ilişkili olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Ebeveynler perspektifinde uyum kavramı ele alındığında da anneden duygusal bağımsızlığı, babadan ise çatışmalı bağımsızlığın ilişkili olduğu sonucuna ulaşılmıştır.

Güven ve Aslan'ın (2010) bağlanma ve kişisel uyum ilişkisinde ayrılma-bireyleşmenin rolünü inceledikleri araştırmaları üniversite öğrencisi üzerinde gerçekleştirilmiştir. Araştırma sonucunda ebeveynlere bağlanma ve kişisel uyum arasındaki ilişkide ayrılma bireyleşmenin aracı rolü üstlendiği bulgulanmıştır. Ebeveynlerine güvenli bağlanma ve kişisel uyum için ayrılma bireyleşmenin aracı rolünün Türk kültür yapısında geçerliliği olduğu ve Kağıtçıbaşı'nın özerk ilişkisel benlik görüşü desteklenir niteliktedir.

Qintana ve Kerr'in (1993) yılında yapmış oldukları çalışma, üniversite öğrencilerinden oluşan örneklem üzerinde gerçekleşmiş olup, ergen ayrılma bireyleşmesinde ilişkisel ihtiyaçlara odaklanılmıştır. İlişkilerinde ayrılık, aynalama ve bakım ihtiyaçlarının desteklenmesinin depresif semptomlardan korunma ile ilişkili olduğu sonucuna ulaşılmıştır. depresif semptomların varlığında ise ayrılık kaygısı, bağımsızlığın reddi ve yutulma kaygısı ile ilişkilendirilmiştir. Ayrıca cinsiyet arası farklar da söz konusudur. Kadınların bağımlılık ve bakım ihtiyaçlarına önem atfettiği ve bağımlılık ihtiyaçlarını reddeden kadınların da depresif semptomlara karşı daha savunmasız kaldıkları sonucuna ulaşılmıştır. Erkek katılımcılarda ise aileler tarafından yutulma kaygısını yoğun bir şekilde deneyimledikleri ve aşırı bağımsızlığın depresif semptomları tetiklediği sonucuna ulaşılmıştır. Sonuç olarak kadınların sağlıklı ayrışma puanları, erkeklerden daha yüksektir.

Akhun'un (2012) çalışmasında Ayrılma-bireyleşme ve cinsiyet etkisi arasındaki ilişkide erkeklerin ayrılma bireyleşme puan ortalamalarının kadınlardan daha yüksek olduğu bulgulanmıştır. İlkokul döneminde yaşadıkları yer bilgisi ise kırsalda yaşamış olan katılımcıların ayrılma bireyleşme puanlarının kentlerde yaşamış olan katılımcıların puan ortalamalarından yüksek olduğu bulgulanmıştır. Sosyoekonomik durum değişkeni ve ayrılma bireyleşme ele alındığında alt gruptaki katılımcıların

ortalamalarının üst gruptaki katılımcılardan daha yüksek olduğu görülmektedir. Yaş değişkeni ve ayrılma bireyleşme arasında negatif yönde anlamlı bir ilişki olduğu gözlemlenmiştir. Yaşın artması ile ayrılma bireyleşme puanlarının düştüğü gözlemlenmiştir.

## **2.3 Savunma Mekanizmaları**

### **2.3.1 Çatışma ve bunalıtı kavramları**

Egonun savunma mekanizması çatışma ve bunaltıya karşı kullanılan düzeneklerdir. Psikologlar ruhsal aygıtın üç bileşeni arasındaki uyumsuzluğun sonucu ortaya çıkan farklı çatışma türlerinin varlığından söz etmektedir. Freud yapısal model ile birlikte yeniden tanımladığı bunalıtı kavramının ortaya çıkması için iki durumun varlığından bahsetmektedir. Bu durumların ilki yoğun içgüdüsel uyarım ve ego üzerinde aşırı dürtü baskısıdır. İkincisi ise bir tehlikenin varlığından ziyade o tehlikeye karşı var olan beklentidir. Bu beklenti anksiyetesi egoyu uyarır ve uyarılmanın etkilerini azaltmak için de savunma mekanizmaları devreye girer (Hillgard, 1957 ve Stagner, 1961; Fenichel 1945; akt. Öztürk, 2008; Fenichel ve Rangell,1995; Kalem, 1999)

Çatışmalar, bireyin uyum ve dengesinin bozulması durumunda, bilinçdışı olmakla birlikte nesnesini bireyin tanımadığı içten gelen tehlikelere karşı tepki olarak betimlenmekte ve bunalıtıyı meydana getirmektedir. Bunalıtı ile birlikte de rahatsızlık hisleri ortaya çıkmaktadır ve önemli nokta ise bunalıtının algı eşiğinin altında olup, bilinçdışı bir nitelik taşıdığıdır. Böylelikle bilinçdışı bunalıtı, benliğin savunma mekanizmalarını etkin hale getirmektedir (Öztürk, 2008; Tuzcuoğlu, 1995).

### **2.3.2 Savunma mekanizmalarının literatürdeki varlığı**

Savunma kavramı ilk kez Sigmund Freud tarafından 1894 yılındaki “Savunma Psikonevrozları” adlı makalesinde tanımlanmış ve insan davranışlarını açıklanması hususunda psikoloji literatürüne katkı sağlamıştır. Bu makalede ele alınan savunmalar, benlikçe kabul edilemez olarak nitelenen düşünceleri uzağa itmesi veya denetim altına almasına alması olarak betimlenmiştir. Savunmalar aracılığıyla rahatsız edici düşünceler bilinçten uzaklaştırılır. Savunma mekanizmaları dış dünya gerçekliğini kişinin nasıl algıladığının değiştirilmesi ile iç ve dış stresörlerin varlığında bireyin psikolojik istikrarını sürdürmesi adına genel olarak bilinçdışı süreçler ve otomatik çabalar ile var olmaktadır (Cramer, 2001 ; Vaillant,

1971 , 1994; akt. Malone, Cohen, Liu, Vaillant ve Waldinger, 2013; Calati ve diğerleri, 2010; Oh ve diğerleri, 2019; Kalem, 1999).

Freud ‘‘ ‘‘Ketvurmalar, Belirtiler ve Anksiyete’’ (1926/1955; akt. Kalem, 1999) adlı makalesinde bastırmayı savunma mekanizmalarından biri olarak tanımlamış ve tüm savunmaları kapsayıcı anlamından arındırmıştır. Çeşitli çalışmalarında bahsetmiş olduğu toplam dokuz savunma mekanizması (bastırma, gerileme, tepki oluşturma, yapıp bozma, yansıtma, içe yansıtma, yalıtma, kendine yöneltme ve karşıtına çevirme) gelecek yıllarda kızı Anna Freud ve diğer psikanalitik kuramcılar tarafından genişletilmiştir (Kalem, 1999, Taşkent, 2010).Freud’un ilk gözlemlediği vakalarda savunmaların uyum bozucu işlevler olarak ortaya çıkması genel kabul gören bir kavram olarak yayılım göstermiştir ve savunma terimi negatif bir anlam alarak hem klinik anlamda hem de zihinlerde yer edinmiştir. Fakat bir savunmanın işliyor oluşunun patoloji ile eşleşiminin kesinlik arz etmemekle birlikte değişmez niteliklere sahip değildir, önemli nokta katı ve yoğun kullanımlarının patolojiye işaret edebileceğidir (Freud, 2018). Savunma mekanizmaları yaratıcı ve sağlıklı uyum sağlamayı kolaylaştıran etmenler olarak da işlemeye devam ederek, egonun gelişimine katkıda bulunabilmektedirler. Savunmaların uyum sürecine katkı sağlayıp sağlamayacağı ise mekanizmaların ne sıklıkla kullanıldığı ve bireyin kaç yaşında olduğu ile de ilişkilidir (Burger, 2006; Blackman, 2012; McWilliams, 2013; Hall 2016; Epözdemir, 2014 Freud;1998; 2018). Psikanalistler, her bireyin kendi bireysel başa çıkma tarzları ile birleşmiş olan tercih ettiğı savunmaların varlığına vurgu yapmaktadırlar (McWilliams, 2013; Vaillant, 1992a; 1992b).

Egonun kendi evinin efendisi olmadığını (Freud, 1917; akt. Spielman, 2002) söyleyen babasına katılan Anna Freud, tüm savunma önlemlerinin sessizce ve görünmez bir biçimde gerçekleştiğini ifade etmiştir. Ego, savunmalara karşı bilgi sahibi olmadığı gibi, daha sonra farkındalık kazanabilir ve geriye dönük yeniden yapılandırmalar yapılabileceğini ifade etmiştir (Spielman, 2002). A. Freud sadece id’den gelen dürtülerle değil, ego tarafından geliştirilen savunma çabalarına da dikkat çekmiştir. İd’in istekleri ve süperegonun cezalandırmasına yönelik tehditlerin, kuralların ve içgüdüsel isteklerin arasında dengenin sağlanması, egonun kaygı yaratan dışsal uyaranlardan uzaklaşması, bireyin ise gündelik hayatına, ilişkilerine uyum sağlama sorumluluğunu üstlenen egonun da önemli bir yere sahip olduğunu ifade etmiş ve böylelikle hem savunma mekanizmalarının temel aldığı kaygının

kaynağına göre sınıflandırılmasını hem de psikanalitik yaklaşımın odak noktasının içgüdüsel dürtülerden egonun savunmalarına kaydırılması sağlanmıştır (Freud, 2004).

Savunma mekanizmalarının, çocuğun gelişimine paralel bir sıra ile var olduğuna yönelik herhangi bir kanıt mevcut değildir fakat bazı savunmalar diğerlerine oranla daha ilkel bir sürecin temsili olduğuna yönelik fikir birliği de mevcuttur. Olgunlaşmamış veya “alt düzey” (Laughlin, 1970; akt. McWilliams, 2013) savunmalar söz konusu olduğunda, bireyin kendilik algısı ve dış dünya gerçekliğine yönelik sınır kavramına yönelik savunmalardan bahsedilmektedir. Savunma mekanizmaları kişinin başlıca baş etme aracı haline gelir ise uyum sağlamasına da katkı yapmakla birlikte sağlıklı bir nitelik kazanabilmektedir. Bu durumda ise nevrotik savunma mekanizmalarından bahsetmek gerekmektedir (Geçtan, 2003).

Savunma mekanizmaları tanımlanmaya, çoğalmaya ve kabul görmeye başlayınca aralarında hiyerarşik bir düzenin var olduğu, bireyin baş etme süreçlerinde ve çevreye uyumunda etkilerinin farklılaştığı da göz önünde bulundurulmuştur. Bu hiyerarşik sıralamayı ise ilk olarak Anna Freud ele alarak savunma mekanizmalarını patolojik olanlar ve uyumlu olanlar olarak ayırmıştır (A.Freud, 2004; Schauenburg, Willenborg, Sammet ve Ehrenthal, 2007; akt. Taşkent, 2010). Vaillant (1971) ise savunma mekanizmalarının hiyerarşik olarak 4 grupta ele almaya yönelik çalışmalar yapmıştır. İlk basamağı narsistik ve patolojik savunmalar olarak adlandırmış ve çocuğun beşli yaşlarına dek veya ağır psikopatolojik rahatsızlıklarda rol oynadığını ifade etmiştir. İkinci basamakta ise olgun olmayan savunmalar yer almaktadır. Bu savunmalar ise çocuklarda, ergenlerde, kişilik bozukluklarında ve duygu durum bozukluklarında kullanıldığını ifade etmiştir. Üçüncü basamakta ise nevrotik savunma mekanizmaları yer almaktadır ve bu savunmalar hem normal yetişkinlerde hem de obsesif kompulsif bozuklukta ve histerik kişiliklerde ya da yoğun stres altında nevrotik kişiler tarafından da kullanılabileceğini ifade etmiştir (Snarey ve Vaillant, 1985; akt. Kaya ve Bozkur, 2017). Dördüncü basamakta ise olgun savunma mekanizmaları yer almaktadır. Olgun savunmalar diğerlerine kıyasla daha pozitif bir yapıya sahiptirler fakat diğer savunmalar gibi kökenlerini olgun olmayan savunmalardan almalarına rağmen sağlıklı bireyler tarafından kullanıldığı, insan ilişkilerini pozitif yönde etkilediği ve uyum sağlayıcı yönlerinin de olduğu yadsınmamalıdır. (Vaillant, 1976; akt. Kaya ve Bozkur, 2017; McWilliams, 2013).

İd, ego ve süperegö arasındaki etkileşim, savunma mekanizmalarının ortaya çıkışı ve işlemlenmesi süreçlerinin egonun gelişimi ve psikopatoloji kavramı ile sıkı bir ilişki içerisinde olduğu açıktır. Bu ilişki Amerikan Psikiyatri Birliği tarafından ele alınmış olup, savunma mekanizmalarının psikopatolojik değerlendirmede kullanılması 1987 yılında (APA, 2000) Mental Bozuklukların Tanısal ve Sayımsal El Kitabı'nın üçüncü formunun revize edilmiş halinde (DSM-III-R) ele alınmış ve toplam on dokuz tane savunma mekanizması tanımlanmıştır. Savunma mekanizmaları tehlikeli olarak anlamlandırılan iç ve dış uyaranlara karşı koruyucu bir faktör olarak betimlenmiş olup, bireyin genellikle bu işleyişin farkındalığına sahip olmadığını ve kendiliğinden işleyen otomatik süreçler olduğu ifade edilmektedir (Yılmaz, Gençöz ve Ak, 2007). Günümüz araştırmalarında ve kuramsal yaklaşımlarda savunma mekanizmaları hem tanı koyulması aşamasında hem de ayırıcı tanıların belirlenmesinde önem arz etmektedir (Vaillant, 1992; Epözdemir, 2014; Taşkent, 2010).

Bireylerin hangi savunma mekanizmasını kullanacağı sadece tehlikenin türü ile ilgili değildir, yaşam koşullarının ve yaşın da payı vardır. Savunma mekanizmaları gelişimsel bir basamakta seyrettiğini belirten araştırmalar literatürde mevcuttur (Cramer, 1991; Vaillant, 1992a). Çocukluk döneminde karmaşık bilişsel becerilerin eksikliği, benliğin kendisine yönlendirilen tüm talepleri uyumlu bir şekilde birleştirecek kadar olgunlaşmamış olması immatür savunmaların kullanımı ile doğru orantı içerisinde. Bu dönemlerde benliğin savunma mekanizmaları birer koruyucu önlem olarak var olur (Brody, Rozek ve Muten, 1985; Cramer, 1997b; akt. Burger, 2006; Cramer ve Briliant, 2001; Hall, 2016). Artan yaş ile birlikte, olgunlaşan ego gerçeklik ilkesinin de etkisiyle gerçekleri ve duyguları yadsımanın etkili olmadığını idrak etmektedir ve çocuk büyüdükçe daha olgun savunmaları kullanmaya başlar.

Erken erişkinlik döneminde, kullandıkları savunma mekanizmaları karmaşılaşmaya başlamaktadır. Bu dönemde özdeşleşme mekanizmasının kullanımı duygusal olarak olgunlaşmanın bir belirleyicisi olarak nitelendirilebilir (Cramer, 1998a; akt. Burger, 2006). Büyümenin etkisi ile olgunlaşan ego için önem arz eden nokta sağlıklı bir ego gelişimi için çocuğun uyum sağlayabilmesi ve kapasitesiyle uyumlu hareket edebilmesi için çevresinin de ona olanak tanımasıdır. Çevrede var olan tehlikeler, çocuğun egosunun kapasitesini aşacak kadar ağır ve çocuğu uyaramayacak kadar da hafif olmamalıdır (Hall, 2016; Burger, 2006).

Vaillant'ın (1971) savunma mekanizmalarını dört basamaklı sıralaması temel alınarak Andrews, Singh ve Bond (1993) tarafından yürütülen çalışma sonucunda elde edilen ölçekte ise savunmalar üç basamaklı bir şekilde sınıflandırılmıştır; İmmatür savunmalar, nevrotik savunmalar ve olgun savunmalar (Andrews, Singh ve Bond, 1993). Bu araştırmada da bireylerin kullandıkları savunma mekanizmalarını ele almak için Andrews, Singh ve Bond'un (1993) geliştirmiş olduğu Savunma Biçimleri Testi kullanılmıştır. Savunma Biçimleri Testinin de alt boyutları olan immatür, nevrotik ve olgun savunmalar başlığında ele alınacaktır.

### 2.3.3Savunma mekanizmalarının sınıflandırılması

#### 2.3.3.1 İmmatür savunmalar

Yaşamın ilk yıllarından temel alan savunmalardır ve dış dünya ile içsel gerçeklik arasındaki uyumu sağlamada başarılı değildirler. Bebeğin gelişim dönemlerinden dil öncesi, mantık öncesi özelliklerini taşımaktadır; gerçeklik ilkesi yoktur ve kendiliğinden bir ötekenden ayrı olma durumu ve sabitliği mevcut değildir. (McWilliams, 2013).

**Yadsıma (Denial):** Egonun, tehlike olarak algıladığı, utanç verici, suçluluk duygusu uyandıran yaşam olaylarının ve anksiyete uyandırabilecek olan bir gerçekliğin görmezden gelinmesi, bilinçdışı bir yok sayma ve yakıştırmama özelliği mevcuttur (Öztürk, 2008; Özakkaş, 2017). Acı veren dışsal uyaranların kaçmak ve kaçınmak imkânsız olduğunda kullanılmaktadır (A. Freud, 2004). Olgunlaşmamış olarak anlamlandırılan tüm savunma mekanizmaları tehlikeli uyaranların varlığını yadsıma eğilimindedir (Geçtan, 2003; Blackman, 2012; Özakkaş, 2017). Yadsımanın en sık kullanıldığı duygular ise öfke ve kızgınlık duygularıdır (Öztürk, 2008).

**Rasyonalizasyon/Mantıksallaştırma:** Mantıksallaştırma mekanizması "*bilinçdışı bahaneler bulma*" düzeneğidir. Bunaltı ve acı ve veren yaşam olaylarında, mantığa uygun ve egoda sıkıntı yaratmayan açıklamalar bulmasını sağlamaktadır. Birey bu savunma düzeneğini yoğun kullanır ise topluma uyum konusunda güçlükler yaşayabilmektedir (Öztürk, 2008). Bu mekanizmanın yoğun kullanımı bir dezavantaj olarak herhangi bir şeyin mantıksallaştırmaya tabi tutulabilir olması ve bireyin kendi davranışlarını haklı göstermeye yardımcı oluşudur. Bireylerin zor yaşam olayları ile karşılaşması durumunda alınabilecek en az hasar ile kurtulmalarını sağlaması ve ulaşamadığı hedeflerine yönelik düş kırıklığını yumuşatma ögesi ise bu mekanizmanın sağlıklı kullanımı olarak nitelendirilebilir (McWilliams, 2013;

Özakkaş, 2017; Blackman, 2012; Geçtan, 2003). Bu yumuşatma ögesi Ezop masallarından olan tilki ve üzüm hikayesi ile benzerlik taşımakta ve ‘‘ekşi üzüm’’ tepkisi olarak adlandırılmaktadır (Coleman,1972; akt. Geçtan, 2013; Mc Williams, 2013). Bir diğ er mantıksallaştırma örneğı ise ‘‘tatlı limon’’ tepkisidir ve yaşanan olayın o kadar da kötü olmadığı sonucuna ulaşımı sağlamaktadır (McWilliams, 2013).

**Yansıtma (Projection):** Bireyin bilinçdışından gelen dürtü, arzu ve isteklerini veya deneyimlediğı yaşam olaylarını kendi benliğinde değil de başka bir nesne üzerinde canlandırılması veya dışarıdan kendisine yöneltiliyormuş gibi algılanmaktadır ve kendilik algısı ile dış dünya arasındaki bir sınır eksikliğinin söz konusu olduğı bir süreçtir (McWilliams, 2013; Öztürk, 2008; Özakkaş, 2017). Freud bu düzeneğı tanımlarken, ego ile uyumsuzluk içerisinde olan duygu veya düşüncelerin uzaklaştırılması için bu duygu ve düşüncelerin dış dünyada var olan farklı bir özneye yansıtılması olarak ifade etmiştir (Vaillant, 1992a). Bir başkasına yansıtılan dürtü ve istekler sonucunda ego arılığı korunmakla birlikte, yansıtılan nesneyi kötü amaçlı olarak görme eğilimi de söz konusudur (Geçtan, 2003). Bireyin kendi egosunda yadsıdığı ve kendisine yakıştıramadıklarını ötekinde görmesi oldukça kolaydır. Tıpkı bebeklik döneminde acının içsel mi yoksa dışsal kaynaklı mı olduğuna yönelik var olmayan farkındalığın yansıtma savunma mekanizmasında da var olduğu ve ayrımlaşmamışlık dönemine aitliğinden söz edilebilmektedir (MC Williams, 2013; Blackman, 2012).

**Bölme (Splitting):** Bölme savunma mekanizmasının dil öncesi dönemden temel aldığı düşünülmektedir ve bu dönemde nesne sabitliğı gelişmediğı için çift değerlilik söz konusu değildir (McWilliams,2013). Bireyin egosunda bulunan doğal dürtülerin ya da içe atılmış nesnelerin hiçbir esnekliğe tutulmadan iyi ve kötü olarak ayrılması, iyinin yaşatılmaya, kötünün yok edilmeye veya tam tersinin yapılmaya çalışılmasıdır ve sonuç olarak dış gerçekliğın de bölünmesi bölme düzeneğinin özünü oluşturur (Öztürk, 2008; Kernberg, 1966; Klein, 2014). Çocuğın zihinsel yapısının gelişimi ve çevrenin de uygun şartları barındırması ile birlikte beşli yaşlarda iyi ve kötü nesnenin birleşimini gerçekleştirebilecek kapasite mevcut olduğunda, gerçeklik ilkesinin de egoda yer edinmesi ile iyi ve kötünün birlikte var olduğu tek bir nesne olduğu gerçeğı idrak edilecek ve kabullenilecektir. Bölme mekanizması bütünleşme açısından zorunludur çünkü iyi nesneyi koruyan ve sonradan benliğe nesnenin iki

yönü arasında bir sentez kurmasına imkân veren de bu bölme işlemidir (Kernberg, 1975; Geçtan, 2003; Özakkaş, 2008; McWilliams, 2013).

**Disosiyasyon (Dissociation):** Bireyin zihnindeki bazı düşünce ve duyguların bağlı oldukları yaşam deneyimlerinin bütünlüğünden ayrışması, özerkleşmesi ve özdevinimi ele geçirerek benliği etkileme sürecidir. (Öztürk, 2008). Deneyimlenen travmatik yaşam olayı sonucunda, yoğun acı ve korku hisleri mevcut ise bölme ve bastırma savunma mekanizmaları aracılığı ile ego parçalara bölünerek bastırılır ve böylelikle farklı kişilik örüntülerinin yaşantıları deneyimlenmektedir (Alpert, 1991; akt. Taşkent, 2010; Özakkaş, 2017). Bu mekanizma psikojenik amneziye, psikojenik füge, çoğul kişiliğe, depersonalizasyona yol açabilir ve bireyin bir parçası, öbür parçadan habersiz bir şekilde var olup, diğer parçayı tanımayabildiği gibi disosiyasyon sürecindeki deneyimlerini de hatırlayamamaktadır (Geçtan, 2003; 1993). Bu savunma mekanizmasında dikkat edilmesi gereken en önemli nokta gerçek bir risk veya travmatik deneyimin söz konusu olmadığı durumlarda dahi otomatik bir biçimde işlevsellik kazanma riskidir ve yoğun kullanımında kişilerarası ilişkilerde büyük hasara yol açtığı ifade edilmelidir (McWilliams, 2013).

**Pasif Saldırganlık (Passive aggression):** Tuvalet eğitimi, dış dünyanın dikkate alınması ile çocuğun dürtü doyumlarını geri bırakabilmeyi ya da dürtü doyumlarından vazgeçmeyi öğrenebileceği ilk yaşantıdır. Çocuk dürtülerinin o anda tatmininin engellenmesi sonucu kızgınlıkla karşı koyabilir ya da dışkının boşaltımını sağlayarak protesto edebilir (aktif- agresif tutum), bakım verenin cezalandırma ihtimali de göz önünde bulundurularak korku ile boyun eğme davranışı ile dışkının boşaltılmasından kaçınabilir (pasif tutum). Tuvalet eğitimi bakımveren ile çocuk arasında bir savaşın başlangıcı olabilir, kazanan ise bazen çocuk, bazen de anne olabilmektedir (Odağ, 2001; akt. Topçuoğlu, 2003). Psikanalitik perspektifte pasif saldırgan kişilik anal dönemde otoriteye ile yaşanan çekişmelerin ve bakım veren ile çocuk arasındaki karşılıklı güç göstergelerinin bir kalıntısı olarak ele almaktadır (Topçuoğlu, 2003; Taşkent, 2010)

Pasif saldırganlık savunması, saldırgan içerikleri ortaya koymayı kabul etmeyen bireylerce dolaylı yollardan saldırganlığı ifade etmek için kullanılmaktadır. Birey sosyal ilişkilerinde ve mesleki durumlarında yapması gerekenlere karşı genel bir pasif direniş halindedir. Egoda var olan saldırgan yön yadsınır ve çevreye yansıtılan saldırgan içeriklere karşı direnerek boşaltılır. Bilinçdışı bir süreç olduğu için birey

hiç kızgınlık yaşamadığına inanmaktadır ve haksız yere kendisiyle uğraşıldığına yönelik yakını (Geçtan, 2003; Tabakçı, 2014). Pasif saldırganlık, saldırganlığın açıkça dile getirilmesinin birey için tehdit oluşturacağı durumlarda uyum sağlayıcı ve koruyucu bir mana da içermektedir (Taşkent, 2010).

**Dışa Vurma (Acting out):** Bilinçdışı arzu ve dürtülere eşlik eden duygulanımların bilinçli farkındalıkta var olmaması için eylem yoluyla ifade edilmesidir ve böylelikle arzu ve dürtüler kontrol edilmeye çalışılır (Rowan, 2000; akt. Yaşar, 2014). Olumsuz sonuçlara dikkat edilmeksizin dışa vurulan davranış öz yıkıcı ya da gelişimi ilerletici olabileceği gibi her ikisini içeriyor olabilir; dışa vurmanın içeriğinin iyi veya kötü olması önemli değildir, önemli olan bireyi dışa vurmaya yöneltten itkilerin doğasının korkutucu ve bilinçdışı olmasına ek olarak dışa vurulan davranışların otomatik şekilde gerçekleşmektedir. Kendisini sözel olarak ifade edemeyen birey, oluşan ruhsal gerginliğine davranışlar aracılığıyla rahatlama sağlamaktadır. Freud'un hatırlamadıklarımızı eyleme koyduğumuz yönündeki gözlemlerinden hareket ile, bireyin hatırlamamasının nedeni olarak hatırlanmayan ve dışa vurulanın yoğun acı barındırabileceği de söz konusu olabilir (McWilliams, 2013; Yaşar, 2014).

**Yer Değiştirme (Displacement):** Ego tarafından kabul edilmeyen, çatışma ve bunalıya sebep olan dürtüsünün, duygusunun ya da eğiliminin açığa çıkması tehlikeli olduğunda asıl nesneden ayrılarak başka bir nesneye yönelmesine ya da göstermek istediği tepki tehlike arz ediyorsa, yerine farklı bir tepki göstermesi olarak tanımlanmaktadır. Bireyin saldırgan davranışları böylelikle ilk ve doğal nesnesinden, kendisine suçluluk hissettirmeyecek bir nesneye yönelerek ya da farklı bir tepki vererek yer değiştirilir (Öztürk, 2008; McWilliams, 2013; Geçtan, 1993; 2003). Yer değiştirme mekanizması düşlerde de sıklıkla görülebilmektedir. Düşlerde genellikle yer, biçim, kılık değişimine ek olarak yoğun anlamlar barındıran, simgeleştirilmiş görüntüler mevcuttur. Ayrıca fobik nevrozlarda da yer değiştirme savunma mekanizmasının önemli bir yere sahip olduğu ve bastırılmış olan cinsel istek ve arzulardan temel alan kaygı ile başa çıkmak için dürtü ve duyguların hedeflerini değiştirilmesiyle fobilerin temelini atıldığı Freud tarafından ifade edilmiştir (Vaillant, 1992a).

**Değersizleştirme (Devaluation):** Freud'a göre değersizleştirme mekanizmasının temeli çocukluk döneminde atılmaktadır ve çocuğun kendisinin ya da annesinin bedenindeki penis eksikliğini fark etmesi sonucu kendi bedenini ya da annesinin

bedenini değersizleştirilmesi sonucunda oluşan kastrasyon kaygısını ve penis hasetini vurgulamıştır (Coriat, 1941; akt. Taşkent, 2010). Freud'dan sonra gelen analistler ise değersizleştirme mekanizmasının regli ile ilgili olduğuna yönelik ilişkiden bahsetmektedirler. Kirlenme, hasta olma gibi kelimeler regli dönemlerini ifade etmektedir ve buradan hareket ile de birey bedenine değersizlik hislerine yönelik anlamlar yüklemektedir (Waites, 1982).

Egonun ve nesnelerin iyi yönlerinin kötü yönleri tarafından yok edilmemesi için dış nesneler ya tümünden iyi ya tümünden kötü olarak olarak görülmektedir. Bunun sonucunda ise birey çevresindeki bazı kişilere tüm güçlülük ve kusursuzluk atfında bulunur ve böylelikle nesnenin varlığı ile kendi mutluluğuna ulaşabilmekte ve nesneye yönelik haset duygularına karşı kendisini savunabilmektedir. Tam zıttı olarak da birey, başkalarını tamamen değersiz görerek de haset ve yetersizlik duygularına karşı kendini savunabilmekte ve böylelikle kötü kendilikten kurtulmaya yönelik bir çaba harcamaktadır. (Anlı, 2001; Özakkaş, 2017). Değersizleştirme mekanizması, idealize etme mekanizmasının bir nevi diğer yüzüdür. Bir nesne ne kadar idealize edilir ise sonucunda maruz kalacağı değersizleştirme de o kadar sarsıcı olacaktır. Son olarak değersizleştirme mekanizmasının özsaygıyı dengede tutmak ve özsaygının uğradığı hasarı onarmaya ilişkin bir kullanımı olduğu da yadsınmamalıdır (McWilliams, 2013).

**Yalıtma (İsolation):** Bir olay ya da durum hatırlarken duygusal tepkiler de az ya da çok tekrar deneyimlenebilmektedir. Ego tarafından kabul edilemeyen, çatışma doğuran ve kaygı uyandıran fantezilerin, düşüncelerin ya da bilişsel yönlerin, duygusal boyutundan arındırılması sonucunda daha kontrol edilebilir bir hal almasına yönelik bir çaba söz konusudur (Vaillant, 1992b; Geçtan, 2003; McWilliams, 2013). Ego geliştikçe acıya dayanma kapasitesinde artış gözlemlenir. Yalıtma mekanizması aktive olduğunda ise olaya ya da duruma yönelik bilişsel yön zayıflamış olsa da hatırlanabilmekteyken, o ana ait olan duygular ayrıştırılarak bastırılır ve bilinçdışında kalır. Gelişmemiş bir ego yaşadığı acı bir deneyimi hiçbir duygu yükü barındırmaksızın anımsar ve düş kırıklıklarına ve zedelenmeye karşı da kendisini korumaya çalışmaktadır (Öztürk, 2008; Geçtan, 2003; Özakkaş, 2017; Vaillant, 1992a).

**Otistik Fantezi (Autistic fantasy):** Otistik düşünce, dış dünya gerçekliğinin bireyin istek ve korkularını çözüme ulaştırma, doyum sağlama amacıyla yapılanması ve

yorumlanması ile bireyin bir düş dünyasında yaşamasına olanak sağlamaktadır (Tabakcı, 2014; Geçtan 1993). Anna Freud 1936 (2004) yılında yayınlamış olduğu “Ben ve Savunma Mekanizmaları” adlı kitabında sıklıkla çocukluk dönemlerinde kullanılan otistik fantezi savunma mekanizmasının olumsuz duygulara, acı verici yaşam olaylarına duyarsızlaşma geliştirmeye ve dürtülerin yaratmış olduğu kaygıya tedbir olarak kullanıldığını ve ruhsal yapıyı koruyucu bir işleve sahip olduğundan bahsedilmektedir. Burada önem arz eden nokta ise fantezi kurarken harcanan yoğun enerji ve zihnin bu fantezi ile meşgul olmasıdır.

Çocuk gerçekliğin hoş olmayan yanını benimsememek için çaba sarf etmektedir. İlk olarak gerçek yadsınır ve sonrasında hoş olmayan imgeleri karşısına çevirir. Bu dönüşüm başarı ile sonuçlanırsa fantezi kurma yoluyla gerçekliğe ait olan ve hoş olmayan parçaya karşı duyarsızlaşma başlar ve ben hem kaygılanmaz hem de dürtüsel itkilerine karşı savunma önlemlerine başvurmak zorunda kalmaz. Artan yaşla birlikte sağlıklı bir ego gelişimiyle, fanteziye duyulan ihtiyacın azalması ve gerçekliğe yapılan yatırımın artmasıyla benliğin güçlenmesi ve benliğin daha uyumlu olgun savunmalar kullanarak dürtü ve istekleri ile gerçeklik arasında bir denge kurması umulmaktadır. Yetişkin bireyin benliği gerçekliğin sınanması işlevinden vazgeçip, fantezi dünyasındaki doyuma yöneldiğinde, psikoza işaret etmektedir. Nesnel gerçekler yadsınır ve bireyin kendi üretmiş olduğu hezeyanların varlığından söz edilir. Ben kendisini çevreden soyutlar, çevreden gelen uyaranlara karşı kendisini kapar (Freud A., 2004).

**Somatizasyon (Somatization):** Freud’un histeri üzerine yapmış olduğu çalışmalardan temel alan bu kavram ilk kez Stekel (1924; akt. Karvonen, 2007; Taylor, 2003) tarafından tanımlanmıştır. Freud ve Bruer ödipal dönemde bireyin yaşamış olduğu kötüye kullanımların ve cinsel travmaların bastırılması sonucunda yoğun acı veren bunaltıların işlev bozukluğuna döndürülmesiyle fiziksel belirtilerin ortaya çıkmasından bahsetmektedirler (Breuer ve Freud, 2001; Öztürk, 2008). İlerleyen yıllarda ise Freud konversiyon nevrozunun bastırılmış cinsel travmalarla ilgili olmadığını, temelinde bastırılmış çocukluk fantezilerinin yer aldığını ifade etmiştir (Pribor, Yutsi, Dean ve Wetzel, 1993; akt. Taşkent, 2010). Lipowski ise, somatizasyon mekanizmasını psikolojik bunaltıyı, sıkıntıyı bedensel semptomlar şeklinde deneyimleme, gösterme ve bu semptomlar için yardım arama eğilimi olarak ifade etmektedir (Karvonen, 2007). Bu mekanizma içeriğinde inkar, yer değiştirme

ve rasyonalizasyon mekanizmalarının da izlerini barındırır. Egonun kabul edilmez olarak nitelendirdiği dürtüler baskı altında tutulmakta, bireyin uzun süre dayanamayacağı bir acı ve bunaltıdan korunmasını sağlamakta ve bedensel yakınmalar aracılığı ile sergilenmektedir. Bireyin acıyı yatıştırmasını sağlayan bilinçdışı çatışmaları çözme girişimi olarak nitelendirilebilir. Birey ego tarafından kabul edilemeyen durum veya düşünceleri fiziksel bir probleme odaklamakta ve dikkatini asıl problemden uzaklaştırmaktadır fakat somatizasyonun bir çatışma çözme işlevi olup olmadığı konusunda benzer çalışmalar farklı sonuçlara ulaşmaktadır (Geçtan 1993; Kellner, 1989;1990). Bu yakınmalar ise organik bulgular ile desteklenmeyen, fiziksel semptomlardır (Fink, 1996; Kellner, 1990).

### 2.3.3.2 Nevrotik Savunmalar

Nevrotik savunmalar psikolojik gerginliği düşürmeye olanak sağlasa da yoğun kullanımı sonucunda bireyin ruhsal yapısı ile çevre arasındaki uyum ilişkisi bozabilmekte ve işlevsellikte bozulmalara sebebiyet verebilmektedir. Bu savunmalar uyum sorunlarına yol açabilmesine rağmen bireyin dünyayı algılayışında sapmalara neden olmamaktadır (Vaillant, 1971; Geçtan,2003).

**Karşıt Tepki Geliştirme (Reaction formation):** Freud bu mekanizmayı yüceltme mekanizması ile birlikte ele alarak, kabul edilemeyen dürtü ve arzuların, sosyal açıdan onaylanacak bir biçime dönüştürülmesiyle sonuçlanan olumlu bir mekanizma olarak değerlendirmiştir (Silverberg, 1932; akt. Taşkent, 2010). Karşıt tepki geliştirme mekanizmasını yüceltme mekanizmasından ayırt etmek için, yüceltme mekanizmasında bilinçdışı dürtü ve isteklere karşı bir zorlama ya da savaşım olmadığı unutulmamalıdır (Öztürk, 2008)

Ego tarafından yasak ve olumsuz olarak algılanan, suçluluk duygusu yaratan bilinçdışı dürtü ve eğilimlerin (nefret, pislik, kötülük dürtüleri) baskı altında tutulmasının zorlaşması sonucunda birey de tüm bunların karşıtı olan tutum ve davranışlar sergileyerek egoyu koruma ihtiyacı duymaktadır; örneğin: içerisinde kin, nefret, kabalık barındıran bireyin, aşırı derecede kibar olması. Böylelikle, birey içsel dürtülerine ket vurarak, baskı mekanizmasının da yardımıyla olumsuz dürtülerin bilinç düzeyinden uzaklaştırılması sağlanır. Karşıt tepki verme mekanizması, bireyin içinde barındırdığı olumsuz dürtülere karşı savaşması olarak özetlenebileceği gibi organizmanın herhangi bir şeyi daha az tehdit edici boyuta indirmek için tam

karşısına çevirme yeteneğini de göstermektedir (Öztürk, 2008; McWilliams, 2013; Geçtan, 2003).

**Yapma Bozma (Undoing):** bu mekanizma bilinçdışı dürtüler ile süperegonun baskısı altında kalan dürtülerin ego düzlemindeki simgeler üzerindeki savaşını temsil etmektedir. Süperego bireye, kendisinin ve çevrenin onaylamayacağı herhangi bir düşünce veya uygunsuz davranışlarından dolayı kendini yargılama, suçlama ve cezalandırma sorumluluğu vermektedir. Bu düşünce veya davranış dışı vurulmuşsa da sonucu onarmaya yönelik çabasıyla yapma bozma mekanizması belirlenmektedir. Katı bir süperegoya sahip bireylerde yapma bozma mekanizması nevrotik bir nitelik kazanmaktadır (Geçtan, 2003). Bireyin gerçek hayatta ya da düşüncelerinde yapmış olduğu veya yaptığını düşündüğü olumsuz nitelikteki bir eylemi nötrleştirmek, etkisini yok etmek ve yapılmamış saymak için yürüttüğü tekrarlı eylemler bütünü yapa bozma mekanizmasını oluşturmaktadır (Öztürk, 2008; Özakkaş, 2017). Yapma bozma mekanizması daha sık bireyin farkında olduğu suçluluk duygularına yönelik geliştirilmektedir. Birey ceza tehditi barındıran bilinçdışı dürtülerine yapma bozma mekanizması ile önlem almış olur. Yadsıma ve yansıtma mekanizmalarıyla birlikte de kullanılmaktadır (Geçtan, 2003).

**İdealize Etme (İdealization):** İdealizasyon kelimesine ilk kez Freud'un narsisizm ile ilgili çalışmalarında (1914; akt. Taşkent, 2010) rastlanmaktadır. Ferenczi kendiliğin tüm güçlülüğüne ait ilkel fantezilerin yerini bakım verenin tüm güçlülüğüne yönelik ilkel fantezilerin almasıyla birlikte istenmeyen karakteristik özelliklerin de yadsındığını ve libidinal enerjiyle birlikte tüm güçlülüğün de yansıtılabileceği bir nesne haline getirilmesi olarak betimlenmiştir (Kernberg, 1999; Yaşar, 2014; Brenner, 1982; akt. McWilliams, 2013). 'Birincil narsisizm' kendisini dünyanın merkezi olarak gören çocuk, egonun olgunlaşması ile çocuk bakım verenlerini idealize etmekte ve aynı zamanda onların değerlerini, davranış biçimlerini ve kurallarını da içselleştirerek 'ego idealini' oluşturmaktadır. İdealize edilmiş ego ile gerçek ego arasındaki uyumsuzluklar arttıkça da kullanılan savunmaların sıklığı artmaktadır. Freud'un benliğin idealizasyonunu ele aldığı ve 'ikincil narsisizm' olarak adlandırdığı bu evrede ise nesnesinden ayrıştırılmış libidinal dürtüler çocuğun kendi benliğine aktarılmıştır (Spruiell, 1979; akt. Taşkent, 2010). İdealize edilen nesnenin/ötekinin kaybı söz konusu olduğunda, birey kendisini nevrotik bir şekilde suçlama aşamasına gelebilir (Ersevim, 2013).

İdealizasyon ile ilişkili mükemmellik ihtiyacının da etkisiyle kendilikteki kusurlarına tahammül etmekte zorlanma sonucunda, idealize edilmiş bir ötekine yönlendirerek tatmin olma, kendiliği mükemmel kılma ihtiyacı herkes tarafından deneyimlenebileceği gibi narsistik kişilik yapılanmasına da işaret edebilmektedir. (McWilliams, 2013; Ersevim, 2013). Normal bir idealizasyon, olgun sevgi kavramının temel yapı taşlarındandır. Çocuklukta bağ kurulan kişilerin idealize edilmesi ve zaman içerisinde aşırı değer azalması da ayrılma bireyleşme sürecinin önemli bir parçasıdır (Bergmann, 1987; akt. McWilliams, 2013).

**Psüdo Altruizm (Pseudo altruism):** A. Freud (2004) özgecilik savunma mekanizmasını olumlu bir savunma olarak ele almış ve içeriğinde yansıtma ve özdeşleşme mekanizmalarının da rol aldığını belirtmiştir (Şanlı ve Koç, 2019; Taşkent, 2010). Sağlıklı özgecilik kavramında, birey ötekilerin iyiliği için verici bir rol üstlenmektedir fakat verdikleri süperegosu ile uyum içerisinde. Sağlıksız bir özgecilik söz konusu olduğunda ise ötekilerine yönelik ilginin aşırılık sergilemesi ve bireyin kendi ihtiyaçlarını göz ardı etmesi söz konusu olmakla birlikte temellendiği yapının nevrotik duygular olabileceği düşünülmektedir. (Freud, A., 2004; Blackman, 2012).

Ego tarafından yasaklanmış dürtüler, bireyin kendiliğinde olduğunda yargılayan, yasaklayan ve suçlayan süperego aynı dürtüye sahip bir ötekine hoşgörü ile yaklaşarak, dolaylı olarak dürtülerini hazza ulaştırır ve kişi kendisini o nesneye çok yakın bulmaktadır. Böylelikle birey, ötekinin dürtülerini doyururken, kendisi de üstbenliğin yasağına rağmen özdeşim sağlanarak dolaylı yoldan dürtüsel doyuma ulaşmakta ve haz almaktadır. Burada önem arz eden nokta ise yanstılan nesnenin dileklerinin gerçekleşmemesi, geri çevirilmesi bireyin kendi dileğinin geri çeviriliyormuş gibi algılanmasıdır. Ötekilerin amaçları doğrultusunda var olan herhangi bir engel söz konusu olduğunda birey mücadele eder ve saldırganlık dürtüleri de ortaya çıkabilir. Saldırganlık dürtüsünün serbest kalmasıyla yöneldiği nesne çocukluk döneminde dürtüsünden vazgeçmek zorunda bırakan otorite figürünün bir temsilcisidir ve doyurulmaya çalışılan çocukluk çatışmaları olduğu görülmektedir. Bireyin üstbenliğince yasaklanan dürtü ve davranışlar, toplum tarafından hoş görünen, kabul gören ve takdir edilen kişilik özelliklerine dönüşmektedir (Freud, A., 2004).

### 2.3.3.3 Olgun Savunmalar

Olgun savunmaların temel özelliği içsel dinamikler ve dış dünya gerçekliği arasında uyum sağlamaya ve denge kurmaya yönelik olmalarıdır. Bireyin hem dürtülerinin boşalmasını sağlayarak kaygı seviyesini düşürmekte hem de sosyal anlamda kabul görmesine yardım etmektedir. Olgun savunmaların çoğunun içeriğinde bastırmanın öğeleri bulunmaktadır ve psikolojik gelişimin normal bir yönünü temsil etmektedirler (McWilliams, 2013).

**Beklenti:** Anksiyeteyi tahmin edebilme, ön sezme egonun gelişiminde önem arz eden aşamalardandır. Bu beklenti, anksiyetenin daha düşük düzeyde yaşanması anlamına gelmektedir. Ego örseleyici durumların olabileceğini önceden sezmekte ve daha hafif bir şekilde algılayarak tehlikeye karşı hazırlanabilmektedir. Robin (1994) ise beklenti savunma mekanizmasını, gerçek stres ile başa çıkmanın olgun yollarından biri olarak tanımlamıştır. Geçmişte yaşanmış örseleyici durum gelecekte neler olabileceğinin tanınmasına ve başa çıkmak adına hazırlık yapılmasına olanak sağlar. Bu tür önsezme anksiyetelerinin ego tarafından yineleyerek yaşanması ise bu içsel tehlikelere karşı bir uyarı, bir işaret olarak kullanılmasını öğretir ve sinyal anksiyetesi olarak adlandırılır ve ego için hizmet eden, uyum sağlamaya yönelik kullanılan koruyucu bir duygu haline gelir (Freud, 1938; akt. Öztürk 2008).

**Mizah:** Freud mizahı insan savunma mekanizmalarının en yüksek ve en olgun biçimi olarak görmüş ve mizahın uyarlanabilir oluşuna dikkat çekmiştir (Freud, 1998). Freud'a göre mizah mekanizması bireyin gerçekçi yaklaşımını kaybetmeden çoğunlukla korku ve üzüntü gibi olumsuz duyguları içeren yaşam olaylarının varlığında kullanılmakta ve olumsuz duygulardan kaçınmaya olanak sağlamaktadır (Freud, 1989; akt. Ostrower, 2015).

Vaillant da mizahın olgun savunmalar içerisinde ele alınması gerektiğini savunarak, gergin ve stresli durumlarla karşılaştığında bireyin başa çıkmasına yardımcı olduğunu ifade etmiştir. Bireyin kontrol algısının zedelendiği herhangi bir durumda komik bir yön araması, dayanma gücünü arttırmaktadır ve ayrıca diğer insanların da daha iyi başa çıkmasına olanak sağlaması yönünden özgecil bir davranış olarak da adlandırılabilir gibi bireyin cinsellik ve saldırganlık içeren dürtülerini, rahatsızlık hissetmeden, diğerlerinin de hoş karşılayacağı biçimde şakalar aracılığıyla ifade etmesi sonucunda dürtüsel gerilimlerle de başa çıkabilmesine olanak tanır. Birey

mizah aracılığıyla problemlerine farklı bir bakış açısı kazanarak da hem iç görüşünü arttırmakta hem de kendisinde ya da diğerlerinde rahatsızlık hissi uyandırmadan düşüncelerini dile getirebilmektedir (Blackman, 2012; Wolfenstein, 1955; May, 2000; akt. Taşkent, 2010).

**Yüceltme (Sublimation):** Yüceltme savunma mekanizmasında bilinçdışı bir dürtüye karşı gereksiz bir enerji harcanması söz konusu değildir. Ego herhangi bir bunaltıya karşı savunulmadığı için de anormal yanı olmayan bir düzenek olduğu ifade edilebilir (Öztürk, 2008). Enerjinin engellenmediği ve baskı mekanizmasının aktif olmadığı durumlarda kullanılan yüceltme mekanizmasında, ego dürtülerin yolunu tümenden kapatmamakta ve yönünü saptırarak, boşalım engellemenek yerine ulaşılmak istenen hedefi değiştirmektedir. Freud bu mekanizmayı bireyin cinsel merakının sanatsal ve yararlı etkinliklere yönltilmesi olarak ifade etmiştir (Freud, 1924; akt. Tura, 2012, 2013; Geçtan 2003; McWilliams, 2013; Vaillant, 1992; Taşkent, 2010). Böylelikle de içgüdüsel enerjinin ve savunma enerjisinin birleşerek boşalım sağladığı ifade edilebilir fakat başarısız olarak nitelendirilebilecek savunma mekanizmalarında ise dürtünün herhangi bir çıkış bulması olası değildir (Sterba, 1943; akt. Geçtan, 2003; Öztürk, 2008; Fenichel, 1945; akt. McWilliams, 2013).

Bireyin içgüdülerinin, çocukluktan temel aldığını belirten Freud (1905), daha sonrasında bazı dürtü ya da çatışmaların özel bir nitelik kazanarak çatışma ve bunaltıya kaynaklık etmediğini, yaratıcı ve yararlı bir etkinlik olarak var olabileceğini ifade etmiştir. Çocuğun üç ve dördü yaşlarına tekabül eden süreçte, fallik ve pregenital dönemlerine ait saldırganlık ve cinsellik dürtülerinin bir kısmı amaç ve nesnelerini değiştirmiştir. Burada önem arz eden nokta saldırganlık ve cinsellik dürtülerinin enerjisinin hala mevcut oluşudur ancak dürtüler saldırgan ve cinsel yönelişlerini yitirmiş, enerjileri ise başka bir amaç ya da nesneye hizmet amacı ile kullanılacaktır (Sterba, 1942; akt. Geçtan 2003). Böylelikle de egonun hizmetinde saldırganlık ve cinsellikten arınmış dürtü enerjileri varlığını sürdürmeye devam eder. Asıl amaç ve nesnelerinden ayrılan dürtüler toplum tarafından kabul görebilecek, yapıcı eylemlere dönüştürülerek doyum yolları bularak yaratıcı ve yararlı bir etkinlik olarak var olabileceğini ifade etmiştir (Geçtan, 1993; Öztürk, 2008).

Fenichel (1945; akt. Öztürk, 2008) yetişkin yaşamdaki cinsel ya da saldırgan dürtülerin çocukluk çağındakilerinden ayrı tutulmasının gerekliliği ifade etmiş ve

yetişkin dürtülerinin yüceleştirilmesinin söz konusu olmadığını da belirtmiştir. Yetişkin bireyin cinsel dürtülerinin doyumu ya da doyumsuzluğu yüceltmenin ana kaynağı olamaz, bu yetişkin cinsel enerjisi üreme işlevleri ile boşaltılabilmektedir (Öztürk, 2008; Geçtan, 2003).

**Baskılama:** Freud'un ele aldığı ilk savunma mekanizmalarından olan baskılama, güdülenmiş unutmaya ya da bilmezlik olarak nitelendirilebilir (McWilliams, 2013). Benlikçe uygun görülmeyen istek ve yaşam olaylarının bilinçten uzaklaştırılması olarak tanımlanmaktadır (Geçtan, 2003). Freud başlangıçta baskılama ve bastırma kavramlarını eş anlamlı olarak kullanılmış fakat daha sonraları baskılamanın bastırmadan daha bilinçli ve sağlıklı olduğu olduğunu ifade etmiştir. Savunma mekanizmalarının geneli bilinçdışı işleyişin ürünü olduğu düşünüldüğünden de baskılama mekanizması uzun süreler önemsenmemiştir (Vaillant, 1992; Taşkent, 2010). Bireyin bilinçli ya da yarı bilinçli bir halde içsel ya da dışsal etmenlerin sıkıntı veren, kafa karıştıran içsel gerilime sebebiyet veren dürtülerini veya çatışmalarını, maksatlı olarak bilinçdışına göndermesi şeklinde tanımlanmaktadır. Olgun savunmaların çoğunda baskılama ögesi bulunmakta ve bireyin rahatsızlık veren dürtüleri ile baskılama mekanizması aracılığıyla başa çıkması için bir kendilik algısı ve süreklilik duygusunu da kazanmış olması gerekmektedir. Baskılanan yaşam olayları, düşünce ve duygular bilinçli olarak bireyin yaşadığı ya da yaşadığı halde algılamadığı süreçlerin bütünüdür. Gerekli görüldüğünde tekrar bilince çağrılabilirler ve birey rahatsızlık hissini de farkındadır, daha sonra ilgilenmek için o anda dikkatini o noktadan uzaklaştırmaktadır (Geçtan 2003; McWilliams, 2013; Vaillant, 1992b; Blackman, 2012). Werman (1985) ise baskılama savunma mekanizması ile unutulmaya çalışılanların bir duygulanım halinin düşünceleri veya hissi olarak tanımlamaktadır. Baskılama halinin bireyi kendi çatışmalarını irdelemekten koruduğu gibi daha sonra ele alınmasına da olanak sağladığını ifade etmektedir (Blackman, 2012).

#### **2.3.4 Savunma mekanizmaları ile ilgili yapılmış araştırmalar**

Yaşar'ın (2014) yetişkin yakın ilişkilerde bağlanma stilleri ile kullanılan savunma mekanizmalarının arasındaki ilişkiyi incelemek amacıyla yapmış olduğu araştırmanın sonuçlarında cinsiyet değişkeninin kullanılan savunmalar ile anlamlı bir ilişkisi olmadığı, yaş değişkenine bağlı olarak immatür savunmaların kullanımında

anlamli bir farklılık olduğu ve bu farklılığın 25 ve altı yaş grubundaki bireylerin immatür savunma puan ortalamalarının 31 yaş ve üzeri bireylerden daha yüksek olmasından kaynaklandığı bulgulanmıştır. Eğitim durumu değişkeninin kullanılan savunmalar ile ilişkisinde ise eğitim düzeyine bağı olarak hem olgun hem de immatür savunma mekanizmaları kullanım düzeylerinde gözlemlenen anlamli farklılıklar, yüksek lisans mezunu katılımcıların olgun savunmaları daha fazla kullanmasından kaynaklanmaktadır. Sosyo-ekonomik durum değişkeninin kullanılan savunma mekanizmaları ile ilişkisinde de anlamli bir farklılaşma olmadığı sonucuna ulaşılmıştır. Son olarak, mevcut ilişki değişkeni ile savunma mekanizmalarının kullanımı arasındaki ilişkiye bakan araştırmacı, ilişkisi olmayan bireyler ile evli bireylerin immatür savunma mekanizmalarını kullanma düzeyleri arasında anlamli farklılıklar bulgulanmıştır. ilişkisi olmayan bireylerin İmmatür savunma mekanizmalarını kullanımının daha yoğun olduğu sonucuna ulaşılmıştır.

Taşkent'in (2010) alkol/madde bağımlılığı olan ve olmayan bireyleri karşılaştırdığı çalışmasının bu araştırma ile ortak değişkenleri incelendiğinde immatür savunmalar puan ortalaması kadınların erkeklerden daha yüksek, nevrotik ve olgun savunmalar ise erkeklerin puan ortalaması kadınlardan daha yüksek olduğu gözlemlenmiştir. Yaş değişkeni için ise anlamli bir farklılık yoktur. Araştırmacı, katılımcıların eğitim durumu arttıkça olgun savunmaların kullanımının da arttığı sonucuna ulaşmıştır.

Yılmaz, Gençöz ve Ak'ın (2007) yapmış olduğu SBT-40'ın güvenilirlik ve geçerlik çalışmasındaki sağlıklı grup olarak isimlendirdikleri, daha önce önce herhangi bir psikiyatrik hastalığı ya da tedavi geçmişi olmayan GATA sağlık çalışanlarının yakınlarından oluşan örneklem 105 katılımcıdan oluşmaktadır. Hasta grubu olarak isimlendirilen ve GATA psikiyatri ana bilim dalında tedavi gören 85 katılımcının 50'si obsesif kompulsif bozukluk tanı kriterlerini 35 ise depresif bozukluk tanı kriterlerini karşılamaktadır. Araştırmanın sonuçları ise sağlıklı grubun daha çok olgun savunmaları kullandığı ve hasta grubunun ise immatür ve nevrotik savunma biçimlerinden daha fazla kullandığı sonucuna ulaşılmıştır.

Waqas, Rehman, Malik, Muhammad,Khan ve Mahmood'un (2015) yapmış olduğu bu kesitsel çalışma tıp öğrencilerinde savunma mekanizmaları ve akademik performans, kaygı ve depresyon ilişkisini ele almaktadır. Araştırma sonucunda kadın katılımcıların nevrotik savunma mekanizmalarını daha yoğun kullandığı

gözlemlenmiştir. Olgun ve immatür savunmalar için ise cinsiyetler arası anlamlı bir fark söz konusu değildir. Örneklemin geneli içinde nevrotik savunmalardan alınan puanların olgun ve immatür savunmalara oranla daha yüksek ortalama sahip olduğu ifade edilmiştir.

Pawlaczyk, Siembida, Balaj ve Rajewska-Rager 'ın(2020) Polonyalı ve İngiliz tıp öğrencileri üzerinde yapmış olduğu çalışmada, stres seviyelerini, kaygı düzeylerini, depresif belirtilerini ve savunma mekanizmalarını ele almaktadır. Araştırma örneklemini Lehçe (204) ve İngilizce (101) konuşanlar olarak iki gruba ayrılmıştır. . İngilizce konuşan grup, olgun savunma biçimleri bölümünde, Polonyalı gruba oranla daha yüksek sonuç elde etmiştir. Olgun savunmaların kullanımının ise anksiyete, depresif belirtiler ve stres ile negatif korelasyon içerisinde olduğu saptanmıştır. İngilizce konuşan grubun, olgun savunmalardan daha yüksek puan alması ise yaşça diğer gruba oranla daha olgun olmalarından kaynaklanabileceği de araştırmacılar tarafından belirtilmektedir. Erkek katılımcıların olgun savunma mekanizmalarını, kadın katılımcıların ise nevrotik savunma mekanizmalarını daha yoğun biçimde kullandığı bilgisine de ulaşılmıştır.

Porcerelli, Huth-Bocks, Huprich ve Richardson'ın (2015) yapmış olduğu çalışmada örneklem hamileliğin altıncı ayında olan ve düşük sosyoekonomik seviyedeki ailelere hizmet veren toplum kuruluşlarındaki 84 hamile kadından oluşmaktadır. Bu kadınlar doğumdan sonra 2 yıl daha gözlemlenmiştir. Ayrıca araştırmacılar anne ve bebeğin etkileşimini de gözlemlemiştir. Bu çalışmada hamile kadınların savunma mekanizmalarının çocuklarının bağlanma düzeyleri ve sosyal-duygusal ve davranışsal uyumları arasındaki ilişkiyi ele almaktadır. Sonuçlar ise anne savunma mekanizmalarının çocukların bağlanma düzeyleri ve sosyal-duygusal ve davranışsal uyumlarını etkilediğini göstermektedir.

İrion ve Blanchard-Fields'ın (1987) yılında yapmış olduğu araştırma 96 katılımcı üzerinden gerçekleştirilmiş kesitsel bir çalışmadır. Ergen, genç yetişkin, orta yetişkin ve yaşlı erişkenler ile yürütülen bu çalışmada, yaşla birlikte değişen savunma biçimlerinin yaş ilerledikçe olgunlaşmamış savunmalara evrildiği yönünde bulgulara ulaşılmıştır (Oh, Kim, Yoon, Lee, M. Lee ve Kang, 2019).

Oh ve arkadaşlarının (2019) yapmış olduğu kesitsel araştırmanın yaş gruplarına göre savunma stillerinin farklılık gösterdiği sonucuna ulaşılmıştır. Örneklemin yaş

değişkenine göre dağılımı ise genç olanlar (20-34), orta yaş (35-49), geç orta yaş (50-64) ve yaşlılık (65+) olarak ele alınmıştır. Olgun savunmaların kullanımının yaşla birlikte arttığı sonucuna ulaşılmıştır. İleri yaş grubu ve geç orta yaş grubunun olgun savunma mekanizmaları alt boyutundan aldığı puanların ortalaması genç yaştaki bireylerin ortalamalarından daha yüksektir. Nevrotik savunma biçimlerinin ise genç yaş grubunun ortalaması geç orta yaş grubuna göre daha yüksektir. Genç yaştaki bireylerin olgunlaşmamış savunma mekanizmalarını daha fazla kullanma eğilimi olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Ek olarak, uzunlamasına bir araştırmaya göre, yaşlılar daha az immatür ve nevrotik savunma stilleri ve daha olgun savunma stilleri kullanma eğilimindedir. Bu nedenle, yaşla birlikte savunma mekanizmaları, istikrarlı bir yapıya daha da organize hale geldi.

Shenfeld'in (1984) yapmış olduğu çalışmada yaş arttıkça, bireylerin yansıtma ve inkar gibi olgunlaşmamış savunma biçimlerine geri dönüş sergilediği saptanmıştır. Ayrıca yetişkinlerdeki savunma biçimlerinin gelişimsel seyrini konu edinen araştırmaların sayısı olmakla birlikte, kesitsel çalışmalardan oluşmaktadır. Bu kesitsel çalışmalar regresyon hipotezini ele almakla birlikte, yaşlanma etkilerini, mevcut fiziksel hastalıkların potansiyel etkilerini ve sosyokültürel değişimleri savunma biçimlerinin gözlemlenebilen gelişimsel seyrini etkileyen faktörler olarak araştırmacı tarafından önemle üzerinde durulan konulardandır.

Pellitteri'nin (2010) duygusal zeka ve savunma mekanizmalarının kullanımının ilişkisini ele aldığı çalışmasında duygusal zeka ve savunma mekanizmaları arasında anlamlı bir ilişki olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Olgun savunma biçimlerini kullanan katılımcıların duygusal zekalarının daha yüksek olduğu ulaşılan bulgular arasındadır.

### **3. YÖNTEM**

Yöntem bölümünde, araştırmanın modeli, araştırmanın örnekleme, kullanılan veri toplama araçları, veri toplama işlemi ve elde edilen verilerin analizinde kullanılan istatistiksel yöntemlere ilişkin bilgiler açıklanmaktadır.

#### **3.1 Araştırma Modeli**

Bu çalışmada evli ve bekar bireylerin benlik kurguları, ayrılma bireyleşme düzeyleri ve savunma mekanizmaları kullanımlarının arasındaki ilişkinin incelenmesi için ilişkisel tarama modeli kullanılmıştır.

#### **3.2 Araştırma Örnekleme**

Bu araştırmanın örneklemini evli ve bekar bireyler oluşturmaktadır. Örneklem grubunda çeşitliliğin sağlanması için Türkiye'nin farklı illerine ulaşım sağlanması amaçlanmıştır. Katılımcıların yaşları 18 ve 65 arasında değişmektedir. Araştırma örnekleme oluşturan tüm katılımcılar gönüllülük esasına göre çalışmaya katılmışlardır. Araştırma kapsamında 450 kişiye online form ile ulaşım sağlanarak, 200 kişiye de elden form doldurtularak veriler toplanmıştır. Katılımcılardan elde edilen verilere kayıp değer ve uç değer analizi yapılmadan önce toplam katılımcı sayısı 650'dir. Bazı araştırma sorularını boş bırakan katılımcılar araştırma örnekleminde çıkarılmıştır. Çıkarılmış olan katılımcılardan sonra tekrar uç değer analizi yapılmış fakat araştırma sonuçlarını etkileyecek herhangi bir bulguya rastlanmamıştır. Böylelikle araştırmanın örneklemini 635 katılımcı olarak netleştirilmiş ve 635 kişi üzerinden analizler yapılmıştır.

#### **3.3 Veri Toplama Araçları**

Araştırma katılımcılarının sosyo-demografik bilgilerini elde edebilmek için Sosyo-Demografik Form'u (Ek-B) doldurmaları istenmiştir. Araştırma soruları doğrultusunda da katılımcıların benlik kurguları hakkında bilgi edinebilmek için Özerklik İlişkisel Ölgeleri (Ek-C), ayrılma bireyleşme düzeyleri hakkında bilgi

edinebilmek için Ayrılma Bireyleşme Ölçeği (Ek-D) ve son olarak da savunma mekanizmaları kullanımlarına yönelik bilgi sahibi olmak için de Savunma Biçimleri Envanteri (Ek-E) uygulanmıştır.

### **3.3.1 Sosyo-demografik bilgi formu**

Araştırma örneklemini oluşturan katılımcıların sosyo-demografik özelliklerine (yaş, medeni durum, cinsiyet vb.) ait bilgilere ulaşabilmek için araştırmacı tarafından oluşturulmuş bir kişisel bilgi formu kullanılmıştır. Bu form aracılığı ile katılımcıların benlik kurgularına, ayrılma bireyleşme düzeylerine ve savunma mekanizmaları kullanımlarına etki edeceği düşünülen demografik değişkenlere ait bilgi toplamak amaçlanmıştır.

### **3.3.2 Özerklik ilişkisellik ölçekleri**

Özerklik-İlişkisellik ölçekleri (ÖİÖ) Kağıtçıbaşı (2005) tarafından kişiler arası mesafe ve yetkinliği ölçmek için geliştirilmiştir. Ölçekler 3 farklı benlik modelini de içermektedir. Bu ölçekler; Özerk Benlik Ölçeği, İlişkisel Benlik Ölçeği ve Özerk-İlişkisel Benlik Ölçeğidir. Her bir ölçek dokuz maddeden oluşmaktadır. Katılımcılardan her bir maddeye ne derece katılıp ne derece katılmadıklarını 1 ve 5 arasında puanlamaları istenmektedir. Ölçeklerden alınabilecek en düşük puan 9, en yüksek puan ise 45'dir. Ölçeklerden alınan puanlar yükseldikçe olumlu, alınan puanlar azaldıkça da olumsuz anlama gelen sonuçlar ortaya çıkmaktadır. Her bir ölçek için alınan puanların yükselmesi, o benlik kurgusuna yönelik inançlara sahip olduğunun göstergesi olarak kabul edilmektedir. Bu ölçeklerde ters kodlanmış maddelere yer verilerek, ölçeğin kesinliğini arttırmak amaçlanmıştır. Özerklik-İlişkisellik ölçeklerinden sadece ilişkisellik ve özerklik ölçekleri kullanılarak da kişinin durumuna bakılabilmektedir. Kişi özerk ve ilişkisel benlik ölçeklerinde ortalamanın üzerinde bir puan almışsa, bu durum özerk-ilişkisel benlik yapısını, sağlıklı insan modelini göstermektedir. Fakat kişi özerk ve ilişkisel benlik ölçeklerinde ortalamadan düşük puan almışsa bu bağımlı-ayrık benliği göstermektedir. Ayrıca, sadece Özerk İlişkisel Benlik ölçeği de kullanılarak bireyin özerkliği ve ilişkiselliğine yönelik bilgiler elde edinilebilmektedir. Ölçeğin bir örneği Ek D'de sunulmuştur.

Özerk-İlişkisel Benlik ölçeğinde kişiler arası mesafe ve yetkinlik boyutları aynı ölçeğe dahil edilmemiştir ve her bir ölçek tek faktörle ve tek boyutlu olacak biçimde

tasarlanmıştır. Özerk Benlik Ölçeği yetkinlik boyutunu ele almaktadır ve iç tutarlılık katsayısı .74'tür. İlişkisel Benlik ölçeği ise kişiler arası mesafe boyutunu ele almaktadır ve iç tutarlılık katsayısı .78'dir. Özerk-İlişkisel Benlik ölçeği ise hem yetkinlik hem de kişiler arası mesafe boyutları ile ilgili bilgileri aynı anda ele almaktadır ve iç tutarlılık kat sayısı .84'tür. Bu araştırma için yapılan güvenilirlik analizinin Cronbach Alpha katsayıları Çizelge 3.1'de gösterilmiştir.

**Tablo3.1:Özerklik-İlişkisellik Ölçekleri için İç Tutarlılık Güvenirlik Katsayıları**

| Ölçek                         | K | Cronbach Alfa |
|-------------------------------|---|---------------|
| Özerk Benlik Ölçeği           | 9 | 0,722         |
| İlişkisel Benlik Ölçeği       | 9 | 0,712         |
| Özerk İlişkisel Benlik Ölçeği | 9 | 0,782         |

Tablo 3.1'de görüldüğü üzere çalışmada kullanılan Ayrıca, Özerklik İlişkisellik Ölçeklerinin Cronbach alfa iç tutarlılık güvenirlik katsayıları, Özerk Benlik Ölçeğinde 0,772, İlişkisel Benlik Ölçeğinde 0,712 ve Özerk İlişkisel Ölçeğinde 0,782 olduğu saptanmıştır. Sonuçlar bu ölçeğin güvenilir bir ölçme aracı olduğunu ortaya koymaktadır.

### 3.3.3 Ayrılma bireyleşme ölçeği

Ayrılma Bireyleşme Ölçeği (ABÖ) Margaret Mahler'in psikodinamik gelişim kuramı temel alınarak Christenson ve Wilson (1985, Göral Alkan, 2010) tarafından geliştirilmiştir. Ölçek geliştiricileri ayrılma bireyleşme patolojilerini temel alarak, bireylerin çocukluk çağlarının problemleri olarak tamamlamasının sonucunda yetişkinlik yaşamlarında meydana gelebilecek etkileri ölçmeyi amaçlamışlardır ve kurama bağlı olarak ayrılma bireyleşme patolojisinin üç ilişkisel kümede görülebileceğini ifade etmişlerdir. Bu kümelerin ilki kişinin diğerleri ve kendisi arasındaki sınırı kuramaması, diğerleriyle iç içe geçmesi veya füzyona uğramasını ele alan, kişinin kendiliği ile diğerleri arasında sağlıklı bir sınır koyma becerisini ele alan farklılaşma/ayrılma zorluklarıdır. İkincisi ise, bölme mekanizmasıdır. Kişi kendisini ve ilişki içinde olduğu diğerlerini iyi ve kötü olarak parçalara ayırmaktadır. Üçüncü kümede ise kişi ayrılma ve bireyleşmede yaşadığı zorlukların bağlı olarak ilişki problemlerini ele almaktadır.

Christenson ve arkadaşları (1985) temel aldıkları kuramsal bilgilerden hareket ile üç kümede inceledikleri ayrılma-bireyleşme problemlerini barındıran 65 cümle

belirlemişlerdir. Yaptıkları istatistiksel analizler sonucunda ölçeğin madde sayısı 39'a indirilmiştir.

Ölçek, toplam 39 maddeden ve 3 alt boyuttan oluşmaktadır. Bu alt boyutlardan yukarıda detaylı olarak bahsedilmiştir. Kişilerden ölçeğin maddeleri üzerinden kendilerini 10'lu likert tipi (1=hiç katılmıyorum, 10=tamamen katılıyorum) değerlendirmeleri istenmektedir. Ölçeğin 7, 15 ve 18. Maddeleri ters kodlanmış maddelerdir ve analizlerden önce düzenlenmelidir ve ölçeğin kesme noktası olarak da 190 puan belirlenmiştir. Ölçekten alınan puanlar yükseldikçe kişilerin ayrılma-bireyleşme düzeyleri ile ilgili olarak daha fazla patolojiye işaret etmektedir. Ölçeğin iç tutarlılık katsayısı .92 olarak ifade edilmiş olup sınır durum kişilik bozukluğunun ayrılma-bireyleşme süreci ile ilgili problemlere bağlı olarak geliştiği göz önünde bulundurularak, sınır durum hastalarını psikiyatrik tanısı olmayan kişilerden ayırabildiği de ifade edilmiştir. Ölçeğin bir örneği Ek E'de sunulmuştur.

Ayrılma Bireyleşme Ölçeğinin Türkçe geçerlik ve güvenilirlik çalışması Göral (2002) tarafından üniversite öğrencilerinden oluşan örneklem üzerinde gerçekleştirilmiştir. Yapılan güvenilirlik analizleri sonucunda Cronbach Alpha katsayısı ölçeğin tamamı için .85; bölme alt boyutu için .65; farklılaşma/ayrılma güçlükleri alt boyutu için .70 ve ilişki problemleri alt boyutu için .64 olduğu bulunmuştur. Göral (2002) tarafından ölçeğin psikometrik özelliklerine yönelik yapılan çalışma Göral Alkan tarafından (2010) güncellenmiştir. Yapılan bu ikinci çalışmada test-tekrar test yöntemi ile katılımcılardan 4-5 hafta ara ile elde edilen sonuçlar doğrultusunda test-tekrar test korelasyonu ölçeğin tamamı için .85; bölme alt boyutu için .82; Ayrılma/Farklılaşma alt ölçeği için .77 ve ilişkisel problemler alt ölçeği için .79 olduğu bulunmuştur. Bu araştırma için yapılan güvenilirlik analizinin Cronbach Alpha katsayıları Çizelge 3.2'de gösterilmiştir.

**Tablo3.2: Ayrılma-Bireyleşme Ölçeği için İç Tutarlılık Güvenirlik Katsayıları**

| Ölçek                                   | K  | Cronbach Alfa |
|-----------------------------------------|----|---------------|
| <b>Bölme Alt Boyutu</b>                 | 12 | 0,822         |
| <b>Farklılaşma Alt Boyutu</b>           | 14 | 0,879         |
| <b>İlişkisel Problemler Alt Boyutu</b>  | 13 | 0,840         |
| <b>Ayrılma Bireyleşme Ölçeği Toplam</b> | 39 | 0,941         |

Tablo 3.2'de Çalışmada kullanılan Ayrılma Bireyleşme Ölçeğinin Cronbach alfa iç tutarlılık güvenirlik katsayısı, 0,941 olarak hesaplanmıştır. Ayrıca, Ayrılma

Bireyleşme Ölçeğinin Cronbach alfa iç tutarlılık güvenilirlik katsayıları, Bölünme alt boyutunda 0,822, Farklılaşma alt boyutunda 0,879 ve İlişkisel Problemler alt boyutunda 0,840 olduğu saptanmıştır. Sonuçlar bu ölçeğin güvenilir bir ölçme aracı olduğunu ortaya koymaktadır.

#### **3.3.4 Savunma biçimleri testi**

Savunma Biçimleri Testi'nin (SBT-40) ilk formu Bond, Gardner, Christian ve Sigal (1983) geliştirilmiştir ve 26 savunmayı ölçen 88 maddeden oluşan bir öz bildirim ölçeğidir. Ölçeğin ilk versiyonunda 4 alt boyut mevcuttu. Bu alt boyutlar; gelişmemiş savunmalar, imge çarpıtan savunmalar, kendiliği gizleyen savunmalar ve olgun savunmalardır. DSM III-R'de (APA,1987), savunma mekanizmalarının yer alması ile birlikte Andrews ve Singh ve Bond (1989) tarafından 88 maddelik uzun formu revize etmiş ve 72 maddeye indirmişlerdir. Ölçeğin 72 maddeden oluşan formunda 20 savunma biçimi 3 alt boyutta ele alınmıştır. Bu alt boyutlar ise; İmmatür savunmalar; nevrotik savunmalar ve olgun savunmalar alt boyutlarıdır. Daha sonrasında yapılan analizler sonucunda Andrews ve diğerleri, (1993) 72 maddelik güncel formdaki savunmaları ölçen soru dağılımlarının eşit olmadığını ve istatistiksel eksikliklere sebebiyet verebileceğine ek olarak soru sayısındaki fazlalığı da göz önünde bulundurarak, uygulama güçlüklerinin de önüne geçmek için Savunma Biçimleri Testi'nin 40 maddelik formunu geliştirmişlerdir. Ölçek bilinçdışı varolan savunma mekanizmalarının bilinç düzeyine aksetmelerini değerlendirmektedir. (Yılmaz, Gençöz ve Ak, 2007). Ölçeğin Türkçe güvenilirlik ve geçerlilik çalışmasını yapan Yılmaz ve arkadaşları, olgun savunma biçimlerinin depresyon ve kaygı ile negatif yönde ilişkili olduğunu ifade ederken, immatür savunma biçimlerinin kaygı ve depresyon ile pozitif yönde ilişkili olduğunu bulgulamışlardır. Nevrotik savunma biçimleri ise depresif belirtilerle ilişkili değilken, kaygı yakınmaları ile negatif yönde ilişkili olduğu bulgulanmıştır. Savunma Biçimleri Testi öz bildirime dayalı bir ölçektir ve kişi her bir madde için 1 (Bana hiç uygun değil) ile 9 (Bana çok uygun) arasında değerlendirme yapabilmektedir. Savunma Biçimleri Testi 20 savunma mekanizmasını 3 alt boyutu ele almaktadır; immatür savunmalar; nevrotik savunmalar ve olgun savunmalardır. Bu 3 ana alt boyut ve kapsadıkları savunmalar aşağıda belirtilmiştir.

1. İmmatür Savunmalar: Rasyonalizasyon, otistik fantezi, yer değiştirme, gerileme, eyleme dökme/dışavurum, pasif agresyon, yansıtma, yalıtma, değersizleştirme, inkar, dissosiasyon, bölme ve bedenselleştirme

İmmatür Savunmalar Soruları: yansıtma (6. ve 29. sorular), pasif agresyon (23. ve 36. sorular), dışa vurma (11. ve 20. sorular), yalıtma (34. ve 37. sorular), değersizleştirme (10. ve 13. sorular), otistik fantezi (14. ve 17. sorular), yadsıma (8. ve 18. sorular), yer değiştirme (31. ve 33. sorular), disosiyasyon (9. ve 15. sorular), bölme (19. ve 22. sorular), mantıksallaştırma (4. ve 16. sorular), bedenselleştirme (12. ve 27. sorular).

2. Nevrotik Savunmalar: Yapma-bozma, yapay özgecilik, idealleştirme, karşıt tepki geliştirme.

Nevrotik Savunmalar Soruları: yapma-bozma (32. ve 40. sorular), yapay özgecilik (1. ve 39. sorular), idealleştirme (21. ve 24. sorular), karşıt tepki geliştirme (7. ve 28. sorular).

3. Olgun Savunmalar: Üstten bastırma (baskılama), yüceltme, mizah, bastırma ve beklenti.

Olgun Savunmalar Soruları: yüceltme (3. ve 38. sorular), mizah (5. ve 26. sorular), beklenti (30. ve 35. sorular), baskılama (2. ve 25. sorular) dır (Epözdemir, 2014).

Andrews ve arkadaşları (1993), yapmış olduğu çalışmada ölçeğin geçerlik ve güvenilirlik araştırması sonucunda Cronbach Alpha katsayısı İmmatür Savunmalar alt boyutu için .68, Nevrotik Savunmalar alt boyutu için .58 ve Olgun Savunmalar .80 için sırasıyla .68, .58, ve .80 olarak bulunmuştur. Uygulanan test-tekrar test tekniği ile 4 hafta olarak belirlenmiş olup, iç tutarlılık katsayısı Olgun Savunmalar için .75, Nevrotik Savunmalar için .78 ve İmmatür Savunmalar için .85 olarak bulunmuştur. Ölçeğin bir örneği Ek F’de sunulmuştur.

Savunma Biçimleri Testinin Türkçe geçerlik ve güvenilirlik çalışması Yılmaz, Gençöz ve Ak (2007) tarafından yapılmıştır. Ölçeğin iç tutarlılık katsayıları sırasıyla Olgun savunmalar alt boyutu için .70, Nevrotik savunmalar alt boyutu için .61 ve İlkel Savunma alt boyutu için .83 olarak bulunmuştur. Araştırmacılar, kaygı düzeyi yükseldikçe olgun savunmaların kullanımının azaldığını, nevrotik ve immatür

savunmaların ise kullanım sıklığının arttığını ifade etmektedir. Bu araştırma için yapılan güvenilirlik analizinin Cronbach Alpha katsayıları Çizelge 3.3’de gösterilmiştir.

**Tablo3. 3:** Savunma Biçimleri Testi için İç Tutarlılık Güvenirlik Katsayıları

| <b>Ölçek</b>                      | <b>K</b> | <b>Cronbach Alfa</b> |
|-----------------------------------|----------|----------------------|
| <b>İmmatür Savunma Biçimleri</b>  | 24       | 0,901                |
| <b>Nevrotik Savunma Biçimleri</b> | 8        | 0,717                |
| <b>Olgun Savunma Biçimleri</b>    | 8        | 0,777                |

Tablo 3.3’de görüldüğü üzere çalışmada kullanılan Savunma Biçimleri Ölçeği’nin Cronbach alfa iç tutarlılık güvenirlik katsayısı, 0,893 olarak hesaplanmıştır. Ayrıca, Savunma Biçimleri Testi Cronbach alfa iç tutarlılık güvenirlik katsayıları, Olgun Savunma Biçimleri alt boyutunda 0,777, Nevrotik Savunma Biçimleri alt boyutunda 0,717 ve İmmatür Savunma Biçimleri alt boyutunda 0,901 olduğu saptanmıştır sonuçlar bu ölçeğin güvenilir bir ölçme aracı olduğunu ortaya koymaktadır.

### **3.4 Veri Toplama İşlemi**

Araştırmaya başlamadan önce Gedik Üniversitesi Etik Komisyonundan uygulama için gerekli olan izinler alınmıştır. Bilgilendirilmiş Onam Formunda tüm katılımcılara araştırma hakkında kısa bir bilgilendirme yapılmış ve yanıtların gizli tutulacağı bilgisi de katılımcılarla paylaşılmıştır. Araştırmaya katılımın gönüllülük esasına dayandığını belirtilen Bilgilendirilmiş Onam Formu (Ek-B)’nda belirtildiği üzere katılımcılardan ad ve soyad bilgisi istenmemiş olup, elde edilen tüm sosyo-demografik bilgilerin ve ölçek verilerinin araştırma kapsamında kullanılacağı belirtilmiştir. Katılımcıların izni hem online ortamda hem de bireysel görüşmelerde alınmıştır. Uygulama yaklaşık olarak 25-30 dakika kadar sürmüştür. Pandemi sürecinin veri toplama sürecine olumsuz etki etmemesi için online form şeklinde bir link üzerinden katılımcılara ulaşım sağlanmış ve bu yöntemle 450 kişiye ulaşılmıştır. Toplam 650 gönüllü katılımcıya ulaşılan bu çalışmada 200 kişiye bireysel olarak uygulanmıştır. Ölçeklerin doldurulması sırasında bireysel uygulama yapılan katılımcıların soruları araştırmacı tarafından cevaplanmıştır. Link üzerinden araştırmaya katılan katılımcılar için de uygulayıcı araştırmacının e-posta adresi ve telefon numarası paylaşılmıştır. Araştırmada kullanılan ölçeklerin nasıl

cevaplanacağına yönelik yönergeleri de katılımcılara ölçeklerle birlikte iletilmiştir. Link üzerinden ulaşım sağlanan katılımcıların sırasıyla ölçekleri doldurmadan diğer sayfalara geçilmesi engellenmiştir.

### 3.5 Verilerin Analizi

Bu araştırmada toplanan verilerin analizi SPSS (Statistical Package for Social Sciences) 22.0 programı ile gerçekleştirilmiştir. Araştırmada kullanılan ölçeklere ilişkin normallik analizi yapıldığında, verilerin normal dağılım gösterdiği bulgulanmıştır. Araştırmada iki grup arası karşılaştırmalar için ki kare testi, bağımsız örneklem t testi, ikiden fazla grubun karşılaştırılması için de iki yönlü varyans analizi ve tek yönlü varyans analizi (ANOVA) kullanılmıştır. Evli ve bekar bireylerin ölçeklerden elde etmiş olduğu puanların ilişkisini incelemek için de Pearson korelasyon analizi uygulanmıştır. Sadece sosyodemografik değişkenlerin analizlerinde bağımsız örneklem t testi ve tek yönlü varyans analizleri kullanılmış ve Bonferroni Düzeltmesi yapılarak güven aralığı güven aralığı %99.5 olarak belirlenmiştir ( $p<.005$ ). Diğer tüm analizler için güven aralığı %95 olarak belirlenmiştir ( $p<.05$ ). Literatürdeki araştırmalar incelendiğinde Özerklik İlişkiselilik Ölçeği ile yapılmış araştırmaların analizlerinde anlamlı etkilerine odaklanıldığı ve benzer sonuçlara ulaşıldığı gözlemlenmiştir. Bu nedenle özerklik ilişkiselilik ölçeklerinden alınan puanlarda kesme noktası belirlenmiş ve alınan puanın yükselmesinin o benlik kurgusu için olumlu anlamlar ifade ettiği göz önünde bulundurularak analizlerde ortalama altı ve ortalama üstü şeklinde çalışılmasına karar verilmiştir. Bu araştırmada evli ve bekar katılımcıların özerklik ilişkiselilik ölçeklerinden aldıkları puanların ortalamanın altında veya ortalamanın üstünde olmasının, ayrılma bireyleşme düzeyleri ve kullandıkları savunma mekanizmaları üzerinde anlamlı bir farklılık yaratıp yaratmadığını belirlemek için ise iki yönlü varyans analizi uygulanmıştır.

Araştırmanın sosyo-demografik değişkenleri olan cinsiyet ve medeni durum karşılaştırmaları için ki kare testi ve bağımsız örneklem t testi, ekonomik durum, eğitim durumu ve yaş karşılaştırmaları içinde tek yönlü varyans analizi (ANOVA) kullanılmıştır.

#### 4. BULGULAR

##### 4.1 Katılımcıların Sosyo-demografik Özelliklerine İlişkin Frekans Dağılımı

**Tablo4.1:**Katılımcıların Sosyo-Demografik Özellikleri

|                |       |               | Değişkenler | Kişi Sayısı<br>(n) | Yüzde (%) |
|----------------|-------|---------------|-------------|--------------------|-----------|
| Medeni Durum   |       |               | Evli        | 310                | %48,8     |
|                |       |               | Bekar       | 325                | %52,2     |
| Cinsiyet       | Evli  | Kadın         |             | 186                | %60       |
|                |       | Erkek         |             | 124                | %40       |
|                | Bekar | Kadın         |             | 200                | %61,5     |
|                |       | Erkek         |             | 125                | %38,5     |
| Eğitim Durumu  | Evli  | Yüksek Lisans |             | 40                 | %13,0     |
|                |       | Üniversite    |             | 134                | %43,2     |
|                |       | Lise          |             | 136                | %43,8     |
|                | Bekar | Yüksek Lisans |             | 60                 | %18,5     |
|                |       | Üniversite    |             | 237                | %72,9     |
|                |       | Lise          |             | 28                 | %8,6      |
| Yaş            | Evli  | 18-24         |             | 26                 | %8,2      |
|                |       | 25-31         |             | 59                 | %13,9     |
|                |       | 32 ve üzeri   |             | 220                | %77,9     |
|                | Bekar | 18-24         |             | 199                | %61,2     |
|                |       | 25-31         |             | 105                | %32,3     |
|                |       | 32 ve üzeri   |             | 21                 | %6,5      |
| Ekonomik Durum | Evli  | Kötü          |             | 71                 | %22,5     |
|                |       | Orta          |             | 155                | %49,8     |
|                |       | İyi           |             | 82                 | %27,6     |
|                | Bekar | Kötü          |             | 55                 | %16,9     |
|                |       | Orta          |             | 203                | %62,5     |
|                |       | İyi           |             | 67                 | %20,6     |

Araştırmaya 186 kadın (%60) ve 124 erkek (%40) olmak üzere toplam 310 evli kişi katılmıştır. Evli katılımcıların eğitim durumu incelendiğinde, yüksek lisans mezunu 40 kişi (%13,0), üniversite mezunu 134 kişi (%43,2) lise mezunu 136 kişi (%43,8) olduğu bulunmuştur. Ekonomik durumu kötü düzeyde olan 71 kişi (%22,5), orta düzeyde olan 155 kişi (%49,8) ve iyi düzeyde olan 82 kişi (%27,6) bulunmaktadır.

Katılımcıların yaş dağılımı incelendiğinde 18-24 yaş arası 26 kişi (%8,2), 25-31 yaş arası 59 kişi (%19,9), 32 yaş ve üzeri 220 kişi (%77,9) olduğu saptanmıştır.

Araştırmaya 200 kadın (%61,5) ve 125 erkek (%38,5) olmak üzere toplam 325 bekar kişi katılmıştır. Bekar katılımcıların eğitim durumu incelendiğinde, yüksek lisans mezunu 60 kişi (%18,5), üniversite mezunu 237 kişi (%72,9) lise mezunu 28 kişi (%8,6) olduğu bulunmuştur. Ekonomik durumu kötü düzeyde olan 55 kişi (%16,9), orta düzeyde olan 203 kişi (%62,5) ve iyi düzeyde olan 67 kişi (%20,6) bulunmaktadır. Katılımcıların yaş dağılımı incelendiğinde 18-24 yaş arası 199 kişi (%61,2), 25-31 yaş arası 105 kişi (%32,3), 32 yaş ve üzeri 21 kişi (%6,5) olduğu saptanmıştır.

Örnekleme ait yukarıdaki bilgiler ve diğer değişkenlere ait sıklık ve yüzde değerleri Tablo 4.1’de özetlenmiştir.

## 4.2 Araştırma Verilerinin Parametrik İstatistik Yöntemlerine Uygunluğunun Sınanması

### 4.2.1 Araştırma ölçeklerinin normallik analizi

**Tablo4.2:** Araştırma Ölçeklerinin Normallik Varsayımının İncelenmesi

| Ölçekler                      | $\bar{x}$ | Medyan | Eğiklik | Basıklık | Standart Hata |
|-------------------------------|-----------|--------|---------|----------|---------------|
| Özerk Benlik Ölçeği           | 28,79     | 29,00  | 0,016   | 0,262    | 5,38          |
| İlişkisel Benlik Ölçeği       | 28,76     | 29,00  | -0,544  | 2,265    | 4,32          |
| Özerk İlişkisel Benlik Ölçeği | 36,02     | 36,00  | -0,572  | 0,054    | 5,60          |
| Ayrılma Bireyleşme Ölçeği     | 156,07    | 149,00 | 0,643   | 0,226    | 59,91         |
| İmmatür Savunmalar            | 99,10     | 96,00  | 0,414   | 0,196    | 34,7          |
| Nevrotik Savunmalar           | 38,17     | 38,00  | 0,110   | -0,155   | 12,22         |
| Olgun Savunmalar              | 44,83     | 45,00  | -0,176  | -0,195   | 12,71         |

Kullanılan ölçek ve alt boyutlar için normallik varsayımının incelenmesinde iki kriter göz önüne alınmıştır. Tablo 4.2’de görüldüğü gibi ilk olarak ortalama ve medyan değerleri arasındaki farkın az olması kriteri incelenmiştir. Son olarak eğiklik ve basıklık değerlerinin standart hata değerleri ile çarpımı sonucu elde edilen değerlerin  $\pm 1,96$  aralığında olması beklenmektedir.

Yapılan incelenmeler sonucunda çalışma ölçek ve alt boyutlarının ilgili iki kriteri de sağladığı görülmüş ve normal dağılım varsayımının sağlandığı sonucuna ulaşılmıştır. Bu sonuç ile birlikte parametrik testlerin kullanılmasına karar verilmiştir.

#### 4.2.2 Araştırma ölçekleri ve alt boyutlarının betimsel özellikleri

**Tablo4.3:** Araştırmada Kullanılan Ölçeklerin Genel Toplam Puanları ve Alt Boyut Puanlarının Betimleyici İstatistik Tablosu

| Ölçekler/Alt Boyut              | En Küçük Değer | En Büyük Değer | $\bar{x}$ | ss     |
|---------------------------------|----------------|----------------|-----------|--------|
| Özerk Benlik Ölçeği             | 10,00          | 44,00          | 28,79     | 5,384  |
| İlişkisel Benlik Ölçeği         | 9,00           | 43,00          | 28,76     | 4,321  |
| Özerk-İlişkisel Benlik Ölçeği   | 14,00          | 45,00          | 36,02     | 5,607  |
| Bölünme Alt Boyutu              | 12,00          | 111,00         | 47,77     | 19,047 |
| Farklılaşma Alt Boyutu          | 14,00          | 131,00         | 53,60     | 24,030 |
| İlişkisel Problemler Alt Boyutu | 13,00          | 121,00         | 54,69     | 21,258 |
| ABÖ Toplam                      | 39,00          | 363,00         | 156,07    | 59,913 |
| İmmatür Savunmalar              | 24,00          | 216,00         | 99,10     | 34,770 |
| Nevrotik Savunmalar             | 8,00           | 72,00          | 38,17     | 12,220 |
| Olgun Savunmalar                | 8,00           | 72,00          | 44,83     | 12,710 |

Çalışmada kullanılan Özerk Benlik Ölçeğinden alınan en düşük değeri 10 ve en yüksek değeri ise 44 puan arasında, ilişkisel benlik ölçeğinden alınan en düşük değeri 9 ve en yüksek değeri ise 43 puan arasında, özerk-ilişkisel benlik ölçeğinden alınan en düşük değeri 14 ve en yüksek değeri ise 45 puan arasında olduğu hesaplanmıştır.

Savunma Biçimleri Testinin İmmatür Savunmalar alt boyutunun en düşük değeri 24 ve en yüksek değeri ise 216 puan arasında, Nevrotik Savunmalar alt boyutunun en düşük değeri 8 ve en yüksek değeri ise 72 puan arasında ve Olgun Savunmalar alt boyutunun en düşük değeri 8 ve en yüksek değeri ise 72 puan arasında olduğu hesaplanmıştır.

Ayrılma Bireyleşme Ölçeğinin Bölünme alt boyutunun en düşük değeri 12 ve en yüksek değeri ise 111 puan arasında, Farklılaşma alt boyutunun en düşük değeri 14 ve en yüksek değeri ise 131 puan arasında ve İlişkisel Problemler alt boyutunun en düşük değeri 13 ve en yüksek değeri ise 121 puan arasında olduğu hesaplanmıştır. Çalışmada kullanılan Ayrılma Bireyleşme Ölçeğinin (ABÖ) genel toplam puanının en düşük değeri 39 ve en yüksek değeri ise 363 puan aldığı bulunmuştur.

#### 4.3 Özerklik İlişkisellik Ölçekleri ile Ayrılma Bireyleşme Ölçeği ve Savunma Biçimleri Testi Arasındaki İlişkilerin İncelenmesi

**Tablo4.4:** Araştırma Ölçekleri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi

| Ölçek/Alt Boyut                        | 1         | 2       | 3        |
|----------------------------------------|-----------|---------|----------|
| <b>Özerk Benlik Ölçeği</b>             | 1         |         |          |
| <b>İlişkisel Benlik Ölçeği</b>         | -0,456*** | 1       |          |
| <b>Özerk İlişkisel Benlik Ölçeği</b>   | 0,070     | 0,206** | 1        |
| <b>İmmatür Savunmalar</b>              | -,123**   | -0,015  | -0,301** |
| <b>Nevrotik Savunmalar</b>             | -0,221*** | ,163**  | -,012    |
| <b>Olgun Savunmalar</b>                | ,038      | -0,028  | ,180**   |
| <b>Bölünme Alt Boyutu</b>              | -0,219*** | 0,090*  | -0,371** |
| <b>Farklılaşma Alt Boyutu</b>          | -0,222*** | 0,093*  | -0,407** |
| <b>İlişkisel Problemler Alt Boyutu</b> | -0,153*** | 0,050   | -0,352** |
| <b>Ayrılma Bireyleşme Ölçeği</b>       | -0,213*** | -0,084* | -0,406** |

1:Özerk Benlik Ölçeği; 2:İlişkisel Benlik Ölçeği 3:Özerk İlişkisel Benlik Ölçeği  
\*p<0,05; \*\* p<0,01; \*\*\* p<0,001.

Özerklik İlişkisellik Ölçeklerinden Özerk Benlik toplam puanı ile İlişkisel Benlik toplam puanı arasında ( $r = -.456, p < 0,001$ ) istatistiksel olarak anlamlı negatif yönde zayıf bir ilişki vardır; Özerklik İlişkisellik Ölçeği'nin Özerk Benlik toplam puanı ile Özerk İlişkisel Benlik toplam puanı arasında ( $r = .070, p > 0,05$ ). istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki yoktur. Özerklik İlişkisellik Ölçeği'nin Özerk Benlik toplam puanı ile Özerklik İlişkisel Benlik toplam puanı arasında ( $r = .448, p < 0,001$ ) istatistiksel olarak anlamlı pozitif yönde orta düzeyde bir ilişki vardır.

Özerk benlik ölçeği ile immatür savunmalar ( $r = -.123, p < 0,05$ ) ile nevrotik savunmalar ( $r = -.0,221, p < 0,05$ ) arasında negatif yönlü düşük düzey bir ilişki vardır

Özerk benlik ölçeği ile Bölünme alt boyutu ( $r = -.219, p < 0,05$ ) ile Farklılaşma alt boyutu ( $r = -.222, p < 0,05$ ), İlişkisel Problemler alt boyutu ( $r = -.153, p < 0,05$ ) ve Ayrılma Bireyleşme Ölçeği genel toplam puanı arasında ( $r = -.213, p < 0,05$ ) arasında negatif yönlü düşük düzey bir ilişki vardır

İlişkisel benlik ölçeği ile nevrotik savunmalar alt boyutu ile arasında ( $r = .163$ ,  $p < 0,05$ ) arasında pozitif yönlü düşük düzey bir ilişki vardır

İlişkisel benlik ölçeği ile bölünme alt boyutu ( $r = .090$   $p < 0,05$ ) ile Farklılaşma alt boyutu ( $r = 0,093$ ;  $p < 0,05$ ) arasında pozitif yönlü ve Ayrılma Bireyleşme Ölçeği genel toplam puanı arasında ( $r = -.084$ ,  $p < 0,05$ ) arasında negatif yönlü düşük düzey bir ilişki vardır.

Özerk İlişkisel Benlik Ölçeği ile immatür savunmalar alt boyutu arasında ( $r = -.301$ ,  $p < 0,05$ ) negatif yönlü bir ilişki vardır.



#### 4.4 Evli ve Bekar Katılımcılara İlişkin Analizler

##### 4.4.1 Evli ve bekar katılımcıların araştırma ölçekleri ve alt boyutları arasındaki ilişkinin incelenmesi

**Tablo4.5:** Evli ve Bekar Katılımcıların Ölçek ve Alt Boyutları Arası İlişkilerin İncelenmesi

| Ölçekler |    |               | 1                  | 2                | 3                  | 4                | 5                | 6                | 7                | 8                | 9                | 10     |
|----------|----|---------------|--------------------|------------------|--------------------|------------------|------------------|------------------|------------------|------------------|------------------|--------|
| ÖB       | 1  | Evli<br>Bekar | 1<br>1             |                  |                    |                  |                  |                  |                  |                  |                  |        |
| İB       | 2  | Evli<br>Bekar | -,544**<br>-,309** | 1<br>1           |                    |                  |                  |                  |                  |                  |                  |        |
| ÖİB      | 3  | Evli<br>Bekar | -,007<br>,141*     | ,195**<br>,267** | 1<br>1             |                  |                  |                  |                  |                  |                  |        |
| ABÖ      | 4  | Evli<br>Bekar | -,146**<br>-,300** | ,132*<br>-,017   | -,427**<br>-,437** | 1<br>1           |                  |                  |                  |                  |                  |        |
| BAB      | 5  | Evli<br>Bekar | -,171**<br>-,275** | ,184**<br>-,096  | -,378**<br>-,428** | ,916**<br>,922** | 1<br>1           |                  |                  |                  |                  |        |
| FAB      | 6  | Evli<br>Bekar | -,170**<br>-,291** | ,126*<br>,030    | -,413**<br>-,444** | ,954**<br>,943** | ,842**<br>,798** | 1<br>1           |                  |                  |                  |        |
| İPAB     | 7  | Evli<br>Bekar | -,068<br>-,272**   | ,067<br>,007     | -,396**<br>-,345** | ,912**<br>,933** | ,731**<br>,802** | ,798**<br>,817** | 1<br>1           |                  |                  |        |
| İS       | 8  | Evli<br>Bekar | -,055<br>-,212**   | ,022<br>-,095    | -,347**<br>-,304** | ,753**<br>,711*  | ,690**<br>,705** | ,693**<br>,621** | ,715**<br>,675** | 1<br>1           |                  |        |
| NS       | 9  | Evli<br>Bekar | -,195**<br>-,256** | ,183**<br>,137*  | ,062<br>-,112*     | ,183**<br>,472** | ,267**<br>,388** | ,208**<br>,460** | ,043<br>,468**   | ,205**<br>,535** | 1<br>1           |        |
| OS       | 10 | Evli<br>Bekar | -,029<br>,106      | -,010<br>-,061   | ,205**<br>,117*    | -,029<br>,105    | ,034<br>,072     | -,002<br>,065    | -,107<br>,162**  | ,010<br>,389**   | ,499**<br>,389** | 1<br>1 |

ÖB:Özerk Benlik; İB: İlişkisel Benlik; ÖİB: Özerk-İlişkisel Benlik; ABÖ: Ayrılma Bireyleşme Ölçeği; BA:Bölünme Alt Boyutu; FAB: Farklılaşma Alt Boyutu; İPAB: İlişkisel Problemler Alt Boyutu; SBT-40: Savunma Biçimleri Testi; İS: İmmatür Savunmalar; NS: Nevrotik Savunmalar; OS: Olgun Savunmalar \*p<0,05; \*\*p<0,01; \*\*\*p<0,001.

Evli ve bekar bireylerin Özerk Benlik, İlişkisel Benlik ve Özerk İlişkisel Benlik Ölçekleri, Ayrılma Bireyleşme Ölçeği ve alt boyutları ile Savunma Biçimleri Testi ve alt boyutları arasındaki ilişki Pearson korelasyon analizi ile incelenmiştir.

Bekar katılımcıların Özerk Benlik Kurguları ile Ayrılma Bireyleşme Ölçeği toplam puanları arasında ( $r = -.300, p<0,01$ ) orta düzey negatif yönlü ve anlamlı bir ilişki bulgulanırken, ölçeğin alt boyutları olan Bölünme ( $r = -.275, p<0,01$ ), Farklılaşma ( $r = -.291, p<0,01$ ) ve İlişkisel Problemler ( $r = -.272, p<0,01$ ) ile düşük düzey negatif yönlü ve anlamlı bir ilişki bulgulanmıştır. Evli katılımcıların ise Özerk Benlik Kurguları ile Ayrılma Bireyleşme Ölçeği genel toplam puanları arasında ( $r = -.146, p<0,01$ ) ve envanterin alt ölçekleri olan Bölünme ( $r = -.171, p<0,01$ ) Farklılaşma ( $r = -.170, p<0,01$ ) ile düşük düzey negatif yönlü ve anlamlı bir ilişki bulgulanmıştır.

Bekar bireylerin Özerk Benlik Kurguları ile İmmatür Savunmalar ( $r = -.212, p<0,01$ ) ve Nevrotik Savunmalar ( $r = -.256, p<0,01$ ) arasında düşük düzey negatif yönlü anlamlı bir ilişki bulgulanmıştır. Evli katılımcıların ise Özerk Benlik Kurguları ile nevrotik Savunmalar ( $r = -.195, p<0,01$ ) arasında düşük düzeyde negatif yönde bir ilişki bulgulanmıştır.

Bekar katılımcıların İlişkisel Benlik Kurguları ile Ayrılma Bireyleşme Ölçeği ve tüm alt boyutları arasında anlamlı bir ilişki bulgulanmamıştır. Evli Katılımcıların ise İlişkisel Benlik Kurguları ile Ayrılma Bireyleşme Ölçeği genel toplam puanı ( $r = .132, p<0,05$ ) ve alt boyutları olan Bölünme ( $r = .184, p<0,01$ ) ile Farklılaşma ( $r = .126, p<0,05$ ) arasında düşük düzeyde anlamlı bir ilişki bulgulanmıştır.

Bekar katılımcıların İlişkisel Benlik Kurguları ile Savunma Biçimleri Testinin alt boyutu olan Nevrotik Savunmalar ( $r = .137, p<0,05$ ) arasında düşük düzey pozitif yönlü ilişki bulgulanmıştır. Evli katılımcıların ise Savunma Biçimleri Testinin alt boyutu olan Nevrotik Savunmalar ( $r = .183, p<0,01$ ) ile arasında düşük düzeyde pozitif yönlü ilişkisi bulgulanmıştır.

Bekar katılımcıların Özerk İlişkisel Benlik Kurguları ile Ayrılma Bireyleşme Ölçeği genel toplam puanı arasında ( $r = -.437, p<0,01$ ) ve ölçeğin alt boyutları olan Bölünme ( $r = -.428, p<0,01$ ) Farklılaşma ( $r = -.444, p<0,01$ ) İlişkisel Problemler alt ölçeği ile ( $r = -.345, p<0,01$ ) orta düzey negatif yönlü ve anlamlı bir ilişki bulgulanmıştır. Evli katılımcıların ise Özerk İlişkisel Benlik Kurguları ile Ayrılma Bireyleşme Ölçeği genel toplam puanı arasında ( $r = -.427, p<0,01$ ) ve envanterin alt

boyutları olan, Bölünme ( $r = -.378, p<0,01$ ) Farklılaşma ( $r = -.413, p<0,01$ ) ve İlişkisel Problemler ile ( $r = -.396, p<0,01$ ) orta düzeyde, negatif yönlü ve anlamlı bir ilişki bulgulanmıştır.

Bekar katılımcıların Özerk İlişkisel Benlik Kurguları ile Nevrotik Savunmalar ile ( $r = -.112, p<0,05$ ) düşük düzey ve İmmatür Savunmalar ile ( $r = -.304, p<0,01$ ) orta düzey negatif yönlü ve anlamlı bir ilişki bulgulanmıştır. Olgun Savunmalar alt boyutu ile de ( $r = .117, p<0,05$ ) düşük düzey pozitif yönde anlamlı bir ilişkisi vardır. Evli katılımcıların ise Özerk İlişkisel Benlik Kurguları ile İmmatür Savunmalar arasında ( $r = -.347, p<0,01$ ) orta düzeyde negatif yönlü ve anlamlı bir ilişki bulgulanmıştır. Olgun Savunmalar alt boyutu ile de ( $r = .205, p<0,01$ ) düşük düzeyde pozitif yönde ve anlamlı bir ilişkisi vardır.

Bekar katılımcıların Ayrılma Bireyleşme Ölçeği genel toplam puanı ile İmmatür Savunmalar arasında ( $r = .472, p<0,01$ ) orta düzey Nevrotik Savunmalar ile de ( $r = .472, p<0,01$ ) orta düzey pozitif yönde ilişkilidir. Ayrılma Bireyleşme Ölçeğinin alt boyutları olan Bölünme alt boyutu ile İmmatür Savunmalar arasında ( $r = .705, p<0,01$ ) orta düzey Nevrotik Savunmalar ile de ( $r = .388, p<0,01$ ) orta düzey pozitif yönde ilişkilidir. Ayrılma Bireyleşme Ölçeğinin diğer alt boyutu olan Farklılaşma ile İmmatür Savunmalar arasında ( $r = .621, p<0,01$ ) orta düzey, Nevrotik Savunmalar ( $r = .460, p<0,01$ ) orta düzey pozitif yönlü ilişkisi vardır. Ayrılma Bireyleşme Ölçeğinin son alt boyutu olan İlişkisel Problemler ile İmmatür Savunmalar arasında ( $r = .675, p<0,01$ ) orta düzey, Nevrotik Savunmalar ile ( $r = .468, p<0,01$ ) orta düzey, Olgun Savunmalar ile ( $r = .162, p<0,01$ ) düşük düzey pozitif yönlü ilişkisi vardır.

Evli katılımcıların Ayrılma Bireyleşme Ölçeği genel toplam puanı ile İmmatür Savunmalar arasında ( $r = .753, p<0,01$ ) orta düzey Nevrotik Savunmalar ile ( $r = .183, p<0,01$ ) düşük düzey pozitif yönde ilişkilidir. Ayrılma Bireyleşme Ölçeğinin alt boyutları olan Bölünme alt ölçeği ile İmmatür Savunmalar arasında ( $r = .690, p<0,01$ ) orta düzey Nevrotik Savunmalar ile de ( $r = .267, p<0,01$ ) orta düzey pozitif yönde ilişkilidir. Ayrılma Bireyleşme Ölçeğinin diğer alt boyutu olan Farklılaşma alt ölçeği ile İmmatür Savunmalar arasında ( $r = .693, p<0,01$ ) orta düzey Nevrotik Savunmalar ile de ( $r = .208, p<0,01$ ) orta düzey pozitif yönlü ilişkisi vardır. Ayrılma Bireyleşme Ölçeğinin son alt boyutu olan İlişkisel Problemler ile İmmatür Savunmalar arasında ( $r = .715, p<0,01$ ) orta düzey pozitif yönlü ilişkisi vardır.

#### 4.4.2 Evli ve bekar katılımcıların sosyodemografik özelliklerinin ilişkisinin incelenmesi

**Tablo4. 6:** Katılımcıların medeni durumları ve sosyodemografik değişkenlere ilişkin ki kare analizi

| Gruplar         |                    | Medeni Durum |       | Toplam | $X^2$  | sd | p    |
|-----------------|--------------------|--------------|-------|--------|--------|----|------|
|                 |                    | Evli         | Bekar |        |        |    |      |
| Cinsiyet        | Kadın              | 186          | 199   | 385    | ,101   | 1  | ,751 |
|                 | Erkek              | 124          | 126   | 250    |        |    |      |
| Eğitim Seviyesi | Yüksek Lisans      | 41           | 61    | 102    | 113,4  | 2  | ,000 |
|                 | Üniversite         | 131          | 239   | 370    |        |    |      |
|                 | Lise               | 138          | 25    | 163    |        |    |      |
| Ekonomik Durum  | İyi                | 71           | 56    | 127    | 10,02  | 2  | ,007 |
|                 | Orta               | 154          | 202   | 356    |        |    |      |
|                 | Kötü               | 85           | 67    | 152    |        |    |      |
| Yaş             | 18-24 yaş arası    | 22           | 199   | 221    | 329,17 | 2  | ,000 |
|                 | 25 ve 31 yaş arası | 58           | 105   | 163    |        |    |      |
|                 | 32 yaş ve üzeri    | 230          | 21    | 251    |        |    |      |

Evli ve bekar katılımcıların cinsiyet, eğitim seviyesi, ekonomik durum ve yaş grupları arasında anlamlı farklılıkların olup olmadığını incelemek amacıyla ki kare analizi yapılmıştır.

Katılımcıların medeni durumları ile cinsiyetleri arasındaki ilişkiye bakmak için ki-kare testi uygulanmıştır. Sonuçlar medeni durum ve cinsiyet arasında anlamlı bir ilişkinin olmadığını göstermektedir.  $X^2(1) = ,101, p > .05$ .

Katılımcıların medeni durumları ile eğitim seviyeleri arasındaki ilişkiye bakmak için ki-kare testi uygulanmıştır. Sonuçlar medeni durum ve eğitim seviyesi arasında anlamlı bir ilişkinin olduğunu göstermektedir;  $X^2(1) = 113,4, p < .05$ . Buna göre evli katılımcıların %40,2'si yüksek lisans eğitimi, %35,4'ü üniversite eğitimi almışken, %84,7'si lise eğitimi almıştır. Bekar katılımcıların ise %59,8'i yüksek lisans eğitimi, %64,6'sı üniversite eğitimi almışken almışken, %51,2'si lise eğitimi almıştır. Buna göre evli katılımcılar, daha düşük eğitim alma eğilimi göstermektedir. Katılımcıların medeni durumları ile ekonomik durumları arasındaki ilişkiye bakmak için ki-kare testi uygulanmıştır. Sonuçlar medeni durum ve ekonomik durumları arasında anlamlı bir ilişkinin olduğunu göstermektedir;  $X^2(1) = 10,02, p < .05$ . Buna göre evli katılımcıların %55,9'unun ekonomik durumunun kötü, %43,3'ünün ekonomik durumunun orta, %55,9'unun ekonomik durumunun iyi olduğu

saptanmıştır. Bekar katılımcıların ise %44,1'inin ekonomik durumunun kötü, %56,7'sinin ekonomik durumunun orta, %44,1'inin ekonomik durumunun iyi olduğu saptanmıştır. Buna göre evli katılımcılar ekonomik bakımdan üstün olma eğilimi göstermektedir.

Katılımcıların medeni durumları ile yaş grupları arasındaki ilişkiye bakmak için ki-kare testi uygulanmıştır. Sonuçlar medeni durum ve yaş grupları arasında anlamlı bir ilişkinin olduğunu göstermektedir;  $\chi^2(1) = 329,1, p < .05$ . Buna göre evli katılımcıların %10,0'ının 18 ve 24 yaş aralığında, %35,6'sının 25 ve 31 yaş aralığında, %91,6'sının 32 yaş ve üzeri yaşlarda olduğu saptanmıştır. Bekar katılımcıların %90,0'ının 18 ve 24 yaş aralığında, %64,4'ünün 25 ve 31 yaş aralığında, %8,4'ünün 32 yaş ve üzeri yaşlarda olduğu saptanmıştır. Buna göre artan yaşla katılımcılar evlilik eğilimi göstermektedir.

#### 4.4.3 Evli ve bekar katılımcıların özerklik ilişkisellik ölçekleri, ayrılma-bireyleşme ölçeği ve savunma biçimleri testi puan ortalamaları arası farkın incelenmesi

##### 4.4.3.1 Özerklik ilişkisellik ölçekleri

**Tablo4.7:** Evli ve Bekar Katılımcıların Özerk Benlik, İlişkisel Benlik ve Özerk İlişkisel Benlik Puanlarının Karşılaştırılması

| Ölçek/Alt Boyut               | Medeni Durum | N   | $\bar{X}$ | SS    | t      | sd  | p        |
|-------------------------------|--------------|-----|-----------|-------|--------|-----|----------|
| Özerk Benlik Ölçeği           | Evli         | 310 | 28,42     | 5,782 | -1,663 | 633 | 0,097    |
|                               | Bekar        | 325 | 29,13     | 4,959 |        |     |          |
| İlişkisel Benlik Ölçeği       | Evli         | 310 | 28,95     | 5,184 | 1,059  | 633 | 0,290    |
|                               | Bekar        | 325 | 28,58     | 3,292 |        |     |          |
| Özerk İlişkisel Benlik Ölçeği | Evli         | 310 | 35,08     | 5,815 | -4,185 | 633 | 0,000*** |
|                               | Bekar        | 325 | 36,92     | 5,254 |        |     |          |

Evli ve bekar bireylerin Özerk Benlik, İlişkisel Benlik ve Özerk İlişkisel Benlik Ölçekleri puan ortalamaları arası fark bağımsız örnek t-testi ile incelenmiştir.

Evli ve bekar katılımcıların Özerk Benlik puan ortalamaları arasında istatistiki olarak anlamlı bir farklılık yoktur ( $t(633) = -1,663, p > 0,005$ ). Evli ve bekar katılımcıların İlişkisel Benlik puan ortalamaları arasında istatistiki olarak anlamlı bir farklılık yoktur ( $t(633) = 1,059, p > 0,005$ ). Evli ve bekar katılımcıların Özerk İlişkisel Benlik puan ortalamaları arasında istatistiki olarak anlamlı bir farklılık vardır ( $t(633) = -4,185; p < 0,005$ ). Bekar katılımcıların Özerk İlişkisel Benlik puan ortalamaları ( $\bar{X}$

=35,08), evli katılımcıların Özerk İlişkisel Benlik puan ortalamasından ( $\bar{X}$  =35,08), daha yüksek olduğu bulgulanmıştır.

#### 4.4.2.2 Ayrılma bireyleşme ölçeği

**Tablo4.8:** Evli ve Bekar Katılımcıların Ayrılma Bireyleşme Ölçeği Puanlarının Karşılaştırılması

| Ölçek/Alt Boyut                        | Medeni Durum | N   | $\bar{x}$ | ss     | t      | sd  | P     |
|----------------------------------------|--------------|-----|-----------|--------|--------|-----|-------|
| <b>Bölünme Alt Boyutu</b>              | Evli         | 310 | 45,79     | 20,207 | -2,573 | 633 | 0,010 |
|                                        | Bekar        | 325 | 49,66     | 17,696 |        |     |       |
| <b>Farklılaşma Alt Boyutu</b>          | Evli         | 310 | 52,20     | 25,609 | -1,429 | 633 | 0,154 |
|                                        | Bekar        | 325 | 54,93     | 22,379 |        |     |       |
| <b>İlişkisel Problemler Alt Boyutu</b> | Evli         | 310 | 53,17     | 23,373 | -1,762 | 633 | 0,079 |
|                                        | Bekar        | 325 | 56,15     | 18,946 |        |     |       |
| <b>ABÖ Toplam</b>                      | Evli         | 310 | 151,17    | 64,227 | -2,014 | 633 | 0,044 |
|                                        | Bekar        | 325 | 160,76    | 55,179 |        |     |       |

Evli ve bekar bireylerin Ayrılma Bireyleşme Ölçeği ve alt boyutları puan ortalamaları arası fark bağımsız örnek t-testi ile incelenmiştir.

Evli ve bekar katılımcıların Ayrılma Bireyleşme Ölçeğinin Bölünme alt boyutu puan ortalamaları arasında istatistiki olarak anlamlı bir farklılık yoktur; ( $t(633) = -2,573$ ;  $p > 0,005$ ). Evli ve bekar katılımcıların Ayrılma Bireyleşme Ölçeğinin Farklılaşma alt boyut puan ortalamaları arasında istatistiki olarak anlamlı bir farklılık yoktur ( $t(633) = -1,429$ ,  $p > 0,005$ ). Evli ve bekar katılımcıların Ayrılma Bireyleşme Ölçeğinin İlişkisel Problemler alt boyut puan ortalamaları arasında istatistiki olarak anlamlı bir farklılık yoktur ( $t(633) = -1,762$ ,  $p > 0,005$ ). Evli ve bekar katılımcıların Ayrılma Bireyleşme Ölçeğinin genel toplam puan ortalamaları arasında istatistiki olarak anlamlı bir farklılık yoktur ( $t(633) = -2,014$ ,  $p > 0,005$ ).

#### 4.4.2.3 Savunma Biçimleri Testi

**Tablo4.9:** Evli ve Bekar Katılımcıların Savunma Biçimleri Testi Puanlarının Karşılaştırılması

| Ölçek/Alt Boyut            | Medeni Durum | N   | $\bar{x}$ | ss     | t      | sd  | P      |
|----------------------------|--------------|-----|-----------|--------|--------|-----|--------|
| <b>İmmatür Savunmalar</b>  | Evli         | 310 | 95,46     | 36,832 | -2,584 | 633 | 0,010* |
|                            | Bekar        | 325 | 102,58    | 32,358 |        |     |        |
| <b>Nevrotik Savunmalar</b> | Evli         | 310 | 37,76     | 12,937 | -0,840 | 633 | 0,400  |
|                            | Bekar        | 325 | 38,57     | 11,501 |        |     |        |
| <b>Olgun Savunmalar</b>    | Evli         | 310 | 43,25     | 13,025 | -3,076 | 633 | 0,002* |
|                            | Bekar        | 325 | 46,34     | 12,234 |        |     |        |

Evli ve bekar bireylerin Savunma Biçimleri Testi alt boyutları puan ortalamaları arası fark bağımsız örnek t-testi ile incelenmiştir

Evli ve bekar katılımcıların Olgun Savunma Biçimleri alt boyut puan ortalamaları arasında istatistiki olarak anlamlı bir farklılık vardır ( $t(633) = -3,076, p < 0,05$ ). Bekar katılımcıların Olgun Savunma biçimleri alt boyut puan ortalamaları ( $\bar{X} = 46,34$ ), evli katılımcıların Olgun Savunma biçimleri alt boyut puan ortalamasından ( $\bar{X} = 43,25$ ) daha yüksektir. Evli ve bekar katılımcıların İmmatür Savunma biçimleri alt boyutu puan ortalamaları arasında istatistiki olarak anlamlı bir farklılık yoktur ( $t(633) = -2,584, p > 0,005$ ). Buna göre bekar katılımcılar İmmatür Savunma biçimleri alt boyut puan ortalamasından daha fazla puan elde etmiştir. Evli ve bekar katılımcıların Nevrotik Savunma biçimleri alt boyut puan ortalamaları arasında istatistiki olarak anlamlı bir farklılık yoktur ( $t(633) = -0,840, p > 0,005$ ).

**Tablo4. 10:**Evli ve Bekar Katılımcıların Savunma Biçimleri Testinin Alt Boyutları Toplam Puan Ortalamaları Arası Farkın İncelenmesi

| SBT-40                    | Evli/Bekar | N   | $\bar{x}$ | ss    | t/p    |
|---------------------------|------------|-----|-----------|-------|--------|
| <b>Yansıtma</b>           | Evli       | 310 | 7,82      | 4,232 | -2,819 |
|                           | Bekar      | 325 | 8,77      | 4,281 | 0,005* |
| <b>Pasif Saldırganlık</b> | Evli       | 310 | 7,35      | 4,208 | -1,252 |
|                           | Bekar      | 325 | 7,76      | 4,007 | 0,211  |
| <b>Dışa Vurma</b>         | Evli       | 310 | 8,39      | 4,569 | -2,071 |
|                           | Bekar      | 325 | 9,15      | 4,672 | 0,039  |
| <b>Yalıtma</b>            | Evli       | 310 | 8,55      | 4,826 | -1,666 |
|                           | Bekar      | 325 | 9,19      | 4,883 | 0,096  |
| <b>Değersizleştirme</b>   | Evli       | 310 | 7,21      | 3,978 | -2,619 |
|                           | Bekar      | 325 | 8,02      | 3,862 | 0,009  |
| <b>Otistik Fantazi</b>    | Evli       | 310 | 7,67      | 4,126 | -2,617 |
|                           | Bekar      | 325 | 8,52      | 4,103 | 0,009* |
| <b>İnkar</b>              | Evli       | 310 | 7,43      | 3,910 | -0,005 |
|                           | Bekar      | 325 | 7,43      | 3,899 | 0,996  |
| <b>Yer Değiştirme</b>     | Evli       | 310 | 7,90      | 4,335 | 0,258  |
|                           | Bekar      | 325 | 7,81      | 4,232 | 0,796  |
| <b>Disasiyasyon</b>       | Evli       | 310 | 6,87      | 3,735 | -1,728 |
|                           | Bekar      | 325 | 7,42      | 4,300 | 0,084  |
| <b>Bölünme</b>            | Evli       | 310 | 8,55      | 4,362 | -1,479 |
|                           | Bekar      | 325 | 9,08      | 4,571 | 0,140  |

**Tablo 4.10 Devam**

|                                |       |     |       |       |          |
|--------------------------------|-------|-----|-------|-------|----------|
| <b>Rasyonalizasyon</b>         | Evli  | 310 | 8,00  | 3,803 | -3,285   |
|                                | Bekar | 325 | 8,95  | 3,536 | 0,001**  |
| <b>Bedenselleştirme</b>        | Evli  | 310 | 9,67  | 4,630 | -2,032   |
|                                | Bekar | 325 | 10,41 | 4,561 | 0,043    |
| <b>Yapma Bozma</b>             | Evli  | 310 | 9,02  | 4,312 | -1,192   |
|                                | Bekar | 325 | 9,44  | 4,374 | 0,234    |
| <b>Psödoaltruizm</b>           | Evli  | 310 | 11,02 | 3,975 | -3,405   |
|                                | Bekar | 325 | 12,06 | 3,759 | 0,001**  |
| <b>İdealleştirme</b>           | Evli  | 310 | 9,04  | 4,648 | -1,332   |
|                                | Bekar | 325 | 8,57  | 4,233 | 0,183    |
| <b>Karşıt Tepki Geliştirme</b> | Evli  | 310 | 8,66  | 3,868 | 0,553    |
|                                | Bekar | 325 | 8,49  | 4,116 | 0,594    |
| <b>Yüceltme</b>                | Evli  | 310 | 10,65 | 4,130 | -1,490   |
|                                | Bekar | 325 | 11,14 | 4,251 | 0,137    |
| <b>Mizah</b>                   | Evli  | 310 | 10,54 | 4,201 | -4,186   |
|                                | Bekar | 325 | 11,94 | 4,239 | 0,000*** |
| <b>Beklenti</b>                | Evli  | 310 | 11,82 | 4,181 | -3,084   |
|                                | Bekar | 325 | 12,82 | 3,927 | 0,002*   |
| <b>Baskılama</b>               | Evli  | 310 | 10,23 | 4,165 | -0,584   |
|                                | Bekar | 325 | 10,42 | 4,129 | 0,559    |

Evli ve bekar katılımcıların Savunma Biçimleri Testinin alt boyutları toplam puan ortalamaları arası fark Bağımsız Örnek t-Testi ile incelenmiştir.

Evli ve bekar katılımcıların Yansıtma alt boyutu puan ortalamaları arasında istatistiki olarak anlamlı bir farklılık vardır ( $t(= -2,819, p<0,05)$ ). Bekar katılımcıların Yansıtma alt boyutu puan ortalamaları ( $\bar{X}=8,77$ ), evli katılımcıların Yansıtma alt boyutu puan ortalamasından ( $\bar{X}=7,82$ ) daha yüksektir.

Evli ve bekar katılımcıların Rasyonalizasyon alt boyutu puan ortalamaları arasında istatistiki olarak anlamlı bir farklılık vardır ( $t(633)= -3,285, p<0,01$ ). Bekar katılımcıların Rasyonalizasyon alt boyutu puan ortalamaları ( $\bar{X}=8,95$ ), evli katılımcıların Rasyonalizasyon alt boyutu puan ortalamasından ( $\bar{X}=8,00$ ) daha yüksektir.

Evli ve bekar katılımcıların İmmatür Savunma Biçimlerinin Pasif Saldırganlık alt boyutu ( $t(633)= -1,252, p>0,005$ ), Yalıtma alt boyutu ( $t(633)= -1,666, p>0,005$ ), Otistik Fantezi alt boyutu ( $t(633)= -2,617, p>0,005$ ), Bedenselleştirme alt boyutu ( $t(633)= -2,032, p>0,005$ ), Dışa Vurma alt boyutu puan ( $t(633)= -2,071, p>0,005$ ),

Değersizleştirme alt boyutu ( $t(633) = -2,619, p > 0,005$ ). İnkâr alt boyutu ( $t(633) = -0,005, p > 0,005$ ), Yer Değiştirme alt boyutu ( $t(633) = 0,258, p > 0,005$ ), Disasiyasyon alt boyutu ( $t(633) = -1,728, p > 0,005$ ) ve Bölünme ( $t(633) = -1,479; p > 0,005$ ) alt boyutu puan ortalamaları arasında istatistiki olarak anlamlı bir farklılık yoktur.

Evli ve bekar katılımcıların Psödoaltruizm alt boyutu puan ortalamaları arasında istatistiki olarak anlamlı bir farklılık vardır ( $t(633) = -3,084, p < 0,01$ ). Bekar katılımcıların Psödoaltruizm alt boyutu puan ortalamaları ( $\bar{X} = 12,06$ ), evli katılımcıların Psödoaltruizm alt boyutu puan ortalamasından ( $\bar{X} = 11,02$ ) daha yüksektir.

Evli ve bekar katılımcıların Nevrotik Savunma Biçimlerinin yapma-bozma alt boyutu ( $t(633) = -1,192; p > 0,005$ ), İdealleştirme alt boyutu ( $t(633) = -1,332; p > 0,005$ ) ve Karşıt Tepki Geliştirme ( $t(633) = 0,533; p > 0,005$ ) alt boyutu puan ortalamaları arasında istatistiki olarak anlamlı bir farklılık yoktur.

Evli ve bekar katılımcıların Mizah alt boyutu puan ortalamaları arasında istatistiki olarak anlamlı bir farklılık vardır ( $t(633) = -4,186, p < 0,001$ ). Bekar katılımcıların Mizah alt boyutu puan ortalamaları ( $\bar{X} = 11,94$ ), evli katılımcıların Mizah alt boyutu toplam puan ortalamasından ( $\bar{X} = 10,54$ ) daha yüksektir.

Evli ve bekar katılımcıların Beklenti alt boyutu puan ortalamaları arasında istatistiki olarak anlamlı bir farklılık vardır ( $t(633) = -3,084, p < 0,01$ .) Bekar katılımcıların Beklenti alt boyutu puan ortalamaları ( $\bar{X} = 12,82$ ), evli katılımcıların ( $\bar{X} = 11,82$ ) Beklenti alt boyutu puan ortalamasından daha yüksektir.

Evli ve bekar katılımcıların Olgun Savunma Biçimlerinin Yüceltme alt boyutu ( $t(633) = -1,490, p > 0,005$ ) ve Baskılama ( $t(633) = -0,584, p > 0,005$ ) alt boyutu puan ortalamaları arasında istatistiki olarak anlamlı bir farklılık yoktur.

#### **4.4.4 Evli ve bekar katılımcıların özerk benlik kurgusu**

##### **4.4.4.1 Evli ve bekar katılımcıların özerk benlik kurguları ile ayrılma bireyleşme ölçeği alt boyutlarına ilişkin iki yönlü varyans analizi**

Evli bireylerle bekar bireylerin özerk benlik puanlarının ortalamasının altında veya üstünde olmasına göre ayrılma bireyleşme düzeyleri arasında anlamlı bir farklılık olup olmayacağını belirlemek için 2(Evli/Bekar) X 2 (Özerk benlik puanı ortalama altı/ortalama üstü) faktörlü varyans analizi uygulanmıştır.

**Tablo4.11:** Evli ve Bekar Katılımcıların Özerk Benlik Kurguları ile Ayrılma Bireyleşme Ölçeğinin İki Yönlü Varyans Analizi

|                                        | Varyansın Kaynağı | Kareler Toplamı | Sd  | Kareler Ortalaması | F      | P    |
|----------------------------------------|-------------------|-----------------|-----|--------------------|--------|------|
| <b>Bölünme Alt Boyutu</b>              | Medeni Durum      | 2702,020        | 1   | 2702,020           | 7,779  | ,005 |
|                                        | Özerk benlik      | 8051,944        | 1   | 8051,944           | 23,182 | ,000 |
|                                        | M D x Ö B         | 342,454         | 1   | 342,454            | ,986   | ,321 |
|                                        | Hata              | 219171,273      | 631 | 347,340            |        |      |
|                                        | Toplam            | 1679458,000     | 635 |                    |        |      |
|                                        |                   |                 |     |                    |        |      |
| <b>Farklılaşma Alt Boyutu</b>          | Medeni Durum      | 1462,655        | 1   | 1462,655           | 2,613  | ,106 |
|                                        | Özerk benlik      | 11138,222       | 1   | 11138,222          | 19,899 | ,000 |
|                                        | M D x Ö B         | 487,291         | 1   | 487,291            | ,871   | ,351 |
|                                        | Hata              | 353196,177      | 631 | 559,740            |        |      |
|                                        | Toplam            | 2190757,000     | 635 |                    |        |      |
|                                        |                   |                 |     |                    |        |      |
| <b>İlişkisel Problemler Alt Boyutu</b> | Medeni Durum      | 1741,013        | 1   | 1741,013           | 3,934  | ,048 |
|                                        | Özerk benlik      | 4284,066        | 1   | 4284,066           | 9,681  | ,002 |
|                                        | M D x Ö B         | 1482,325        | 1   | 1482,325           | 3,350  | ,068 |
|                                        | Hata              | 279242,663      | 631 | 442,540            |        |      |
|                                        | Toplam            | 2186339,000     | 635 |                    |        |      |
|                                        |                   |                 |     |                    |        |      |
| <b>ABÖ Toplam</b>                      | Medeni Durum      | 304188,841      | 1   | 304188,841         | 98,423 | ,000 |
|                                        | Özerk benlik      | 38310,720       | 1   | 38310,720          | 12,396 | ,000 |
|                                        | M D x Ö B         | 9297,620        | 1   | 9297,620           | 3,008  | ,083 |
|                                        | Hata              | 1950180,404     | 631 | 3090,619           |        |      |
|                                        | Toplam            | 17744758,000    | 635 |                    |        |      |
|                                        |                   |                 |     |                    |        |      |

Özerklik İlişkisel Ölçeklerinin Özerk Benlik Ölçeği puanı ortalamasının altında ( $\bar{x}=28,79$ ) ve üstünde ( $\bar{x}=28,80$ ) olan katılımcıların Ayrılma Bireyleşme ölçeği alt boyut puan ortalamaları arasındaki farklılık iki yönlü anova ile analiz edilmiştir. Buna ilişkin iki yönlü varyans analizi Tablo 4.11’de verilmiştir.

Evli ve bekar katılımcıların Bölünme alt boyut puan ortalamalarının özerk benlik kurgularının ortalamasının altında ya da üstünde olmasına göre ( $F(1,631)= 23,182$ ,  $p<0,5$ ) ve evli ( $\bar{X}$  ort. altı=48,77-  $\bar{X}$  ort. üstü=43,10) ve bekar ( $\bar{X}$  ort. altı=54,38-  $\bar{X}$  ort. üstü=45,76) olmaya göre ( $F(1,631)=7,779$ ,  $p<0.5$ ) anlamlı farklılık gösterdiği bulgulanmıştır. Özerk Benlik kurgusu ve evli ve bekar olma birliktelik durumu ( $F(1,631)=0,986$ ,  $p>0.5$ ) ortak etkisi bakıldığında ise, bölünme puan ortalamaları arasında anlamlı olmadığı görülmektedir. Bu bulgular ışığında evli ve bekar

bireylerin bölünme alt boyut puan ortalamaları özerk benlik kurgularının ortalamasının altında ya da üstünde olmasına bağlı olarak farklılık göstermez.

Özerk benlik kurgusu ortalamasının altında ve üstünde olan evli ve bekar katılımcıların Farklılaşma alt boyutu puan ortalamalarının özerk benlik kurgularının ortalamasının altında ya da üstünde olmasına göre farklılık göstermektedir; ( $F(1,631)= 19,899$   $p<0,5$ ). Ancak ( $\bar{X}$  ort. altı=55,70-  $\bar{X}$  ort. üstü=49,05) ve bekar ( $\bar{X}$  ort. altı=60,50  $\bar{X}$  ort. üstü=50,34) olmaya göreyse ( $F(1,631)=2,163$ ,  $p>0.5$ ) anlamlı farklılık göstermediği bulgulanmıştır. Özerk benlik kurgusu ve evli ve bekar olma birliktelik durumu ( $F(1,631)=0,871$ ,  $p>0.5$ ) ortak etkisi bakıldığında ise, farklılaşma alt boyutu puan ortalamaları arasında anlamlı olmadığı görülmektedir. Bu bulgular ışığında evli ve bekar bireylerin farklılaşma alt boyut puan ortalamaları özerk benlik kurgularının ortalamasının altında ya da üstünde olmasına bağlı olarak farklılık göstermez.

Özerk benlik kurgusu ortalamasının altında ve üstünde olan evli ve bekar katılımcıların İlişkisel Problemler alt boyutu puan ortalamalarının özerk benlik kurgularının ortalamasının altında ya da üstünde olmasına; ( $F(1,631)= 98,423$ ,  $p<0,5$ ) ve evli ( $\bar{X}$  ort. altı=173,45-  $\bar{X}$  ort. üstü=181,41) ve bekar ( $\bar{X}$  ort. altı=121,51-  $\bar{X}$  ort. üstü=144,93) olmaya göre ( $F(1,631)=12,396$ ,  $p<0.5$ ) anlamlı farklılık gösterdiği bulgulanmıştır. Özerk benlik kurgusu ve evli ve bekar olma birliktelik durumu ( $F(1,631)=3,008$ ,  $p>0.5$ ) ortak etkisi bakıldığında ise, ilişkisel problemler puan ortalamaları arasında anlamlı olmadığı görülmektedir. Bu bulgular ışığında evli ve bekar bireylerin ilişkisel problemler alt boyut puan ortalamaları özerk benlik kurgularının ortalamasının altında ya da üstünde olmasına bağlı olarak farklılık göstermez.

Özerk benlik kurgusu ortalamasının altında ve üstünde olan evli ve bekar katılımcıların Ayrılma Bireyleşme Ölçeği toplam puan ortalamalarının özerk benlik kurgularının ortalamasının altında ya da üstünde olmasına; ( $F(1,631)= 9,681$ ,  $p<0,5$ ) ve evli ( $\bar{X}$  ort. altı=54,29-  $\bar{X}$  ort. üstü=52,15) ve bekar ( $\bar{X}$  ort. altı=60,68-  $\bar{X}$  ort. üstü=52,41) olmaya göre ( $F(1,631)=3,934$ ,  $p<0.5$ ) anlamlı farklılık gösterdiği bulgulanmıştır. Özerk benlik kurgusu ve evli ve bekar olma birliktelik durumu ( $F(1,631)=3,350$ ,  $p>0.5$ ) ortak etkisi bakıldığında ise, ilişkisel problemler puan ortalamaları arasında anlamlı olmadığı görülmektedir. Bu bulgular ışığında evli ve bekar bireylerin ayrılma

bireyleşme ölçeği toplam puan ortalamaları özerk benlik kurgularının ortalamasının altında ya da üstünde olmasına bağlı olarak farklılık göstermez.

#### 4.4.4.2 Evli ve bekar bireylerin özerk benlik kurguları ile savunma mekanizmalarına ilişkin iki yönlü varyans analizi

Evli bireylerle bekar bireylerin Özerk Benlik puanlarının ortalamasının altında veya üstünde olmasına göre kullandıkları savunma mekanizmaları (immatür, nevrotik ve olgun savunmalar) arasında anlamlı bir farklılık olup olmayacağını belirlemek için 2(Evli/Bekar) X 2 (Özerk benlik puanı ortalama altı/ortalama üstü) faktörlü varyans analizi uygulanmıştır.

**Tablo4. 12:** Evli ve Bekar Katılımcıların Özerk Benlik Kurguları ile Savunma Mekanizmalarının İki Yönlü Varyans Analizi

|                     | Varyansın Kaynağı | Kareler Toplamı | Sd  | Kareler Ortalaması | F      | P    |
|---------------------|-------------------|-----------------|-----|--------------------|--------|------|
| İmmatür Savunmalar  | Medeni Durum      | 9144,893        | 1   | 9144,893           | 7,726  | ,006 |
|                     | Özerk benlik      | 8111,772        | 1   | 8111,772           | 6,853  | ,009 |
|                     | M D x Ö B         | 3254,593        | 1   | 3254,593           | 2,750  | ,098 |
|                     | Hata              | 746875,274      | 631 | 1183,638           |        |      |
|                     | Toplam            | 7003613,000     | 635 |                    |        |      |
|                     |                   |                 |     |                    |        |      |
| Nevrotik Savunmalar | Medeni Durum      | 124,047         | 1   | 124,047            | ,876   | ,350 |
|                     | Özerk benlik      | 5170,717        | 1   | 5170,717           | 36,518 | ,000 |
|                     | M D x Ö B         | 90,523          | 1   | 90,523             | ,639   | ,424 |
|                     | Hata              | 89346,065       | 631 | 141,594            |        |      |
|                     | Toplam            | 1020312,000     | 635 |                    |        |      |
|                     |                   |                 |     |                    |        |      |
| Olgun Savunmalar    | Medeni Durum      | 1344,039        | 1   | 1344,039           | 8,469  | ,004 |
|                     | Özerk benlik      | ,056            | 1   | ,056               | ,000   | ,985 |
|                     | M D x Ö B         | 785,787         | 1   | 785,787            | 4,952  | ,026 |
|                     | Hata              | 100136,006      | 631 | 158,694            |        |      |
|                     | Toplam            | 1378963,000     | 635 |                    |        |      |
|                     |                   |                 |     |                    |        |      |

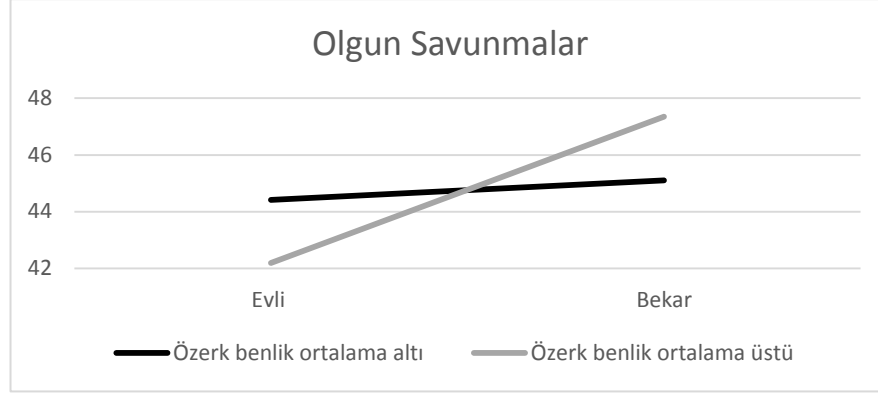
Özerklik İlişkisellik Ölçeklerinin Özerk Benlik Ölçeği puanı ortalamasının altında ( $\bar{x}=28,79$ ) ve üstünde ( $\bar{x}=28,80$ ) olan katılımcıların immatür, nevrotik ve olgun savunmalar puan ortalamaları arasındaki farklılık iki yönlü anova ile analiz edilmiştir. Buna ilişkin iki yönlü varyans analizi Tablo 4.12’de verilmiştir.

Özerk benlik kurgusu ortalamasının altında ve üstünde olan evli ve bekar katılımcıların İmmatür Savunmalar puan ortalamalarının özerk benlik kurgularının ortalamasının altında ya da üstünde olmasına; ( $F(1,631)= 6,853, p<0,5$ ) ve evli ( $\bar{X} \text{ ort. altı}=96,94-$

$\bar{X}$  ort. üstü=94,21) ve bekar ( $\bar{X}$  ort. altı=109,00-  $\bar{X}$  ort. üstü=97,28) olmaya göre ( $F(1,631)=7,726, p<0.5$ ) anlamlı farklılık gösterdiği bulgulanmıştır. Özerk benlik kurgusu ve evli ve bekar olma birliktelik durumu ( $F(1,631)=2,750, p>0.5$ ) ortak etkisi bakıldığında ise, immatür savunmalar puan ortalamaları arasında anlamlı anlamlı olmadığı görülmektedir. Bu bulgular ışığında evli ve bekar bireylerin immatür savunmalar puan ortalamaları özerk benlik kurgularının ortalamasının altında ya da üstünde olmasına bağlı olarak farklılık göstermez.

Özerk benlik kurgusu ortalamasının altında ve üstünde olan evli ve bekar katılımcıların Nevrotik Savunmalar puan ortalamalarının özerk benlik kurgularının ortalamasının altında ya da üstünde olmasına göre farklılık göstermektedir; ( $F(1,631)= 36,51 p<0,5$ ). Ancak evli ( $\bar{X}$  ort. altı=41,17-  $\bar{X}$  ort. üstü=34,68) ve bekar ( $\bar{X}$  ort. altı=41,29-  $\bar{X}$  ort. üstü=36,33) olma durumuna göre anlamlı farklılık göstermediği ( $F(1,631)=0,876, p>0.5$ ) bulgulanmıştır. Özerk benlik kurgusu ve evli ve bekar olma birliktelik durumu ( $F(1,631)=0,639, p>0.5$ ) ortak etkisi bakıldığında ise, nevrotik savunmalar puan ortalamaları arasında anlamlı olmadığı görülmektedir. Bu bulgular ışığında evli ve bekar bireylerin nevrotik savunmalar puan ortalamaları özerk benlik kurgularının ortalamasının altında ya da üstünde olmasına bağlı olarak farklılık göstermez.

Özerk benlik kurgusu ortalamasının altında ve üstünde olan evli ve bekar katılımcıların Olgun Savunmalar puan ortalamalarının özerk benlik kurgularının ortalamasının altında ya da üstünde olmasına göre farklılaşmamaktadır; ( $F(1,631)= 0,00, p>0,5$ ). Ancak evli ( $\bar{X}$  ort. altı=44,42-  $\bar{X}$  ort. üstü=42,20) ve bekar ( $\bar{X}$  ort. altı=45,10-  $\bar{X}$  ort. üstü=47,35) olmaya göre ( $F(1,631)=8,49, p<0.5$ ) anlamlı farklılık gösterdiği bulgulanmıştır. Özerk benlik kurgusu ve evli ve bekar olma birliktelik durumu ( $F(1,631)=4,952, p<0,5$ ) ortak etkisi bakıldığında ise, olgun savunmalar puan ortalamaları arasında anlamlı olduğu görülmektedir.



**Şekil 4.1:** Evli ve Bekar Katılımcıların Özerk Benlik Kurguları ile Olgun Savunmalar Mekanizmalarının Etkileşim Grafiği

Şekil 4.1 incelendiğinde grafikteki doğruların kesişmesi iki bağımsız değişkenin ortak etkileşime sahip olduklarını göstermektedir. Burada medeni durumun bağımlı değişken üzerindeki etkisi özerk benlik puanlarının ortalamasının altında ya da üstünde olması sonucu farklılaşmasına bağlıdır. Bekar olan katılımcıların özerk benlik kurgusu ortalamasının üstünde olduğunda olgun savunmalardan, özerk benlik kurgusu ortalamasının altında olan katılımcılardan daha fazla puan elde ettiği görülmüştür. Evli katılımcıların ise özerk benlik kurgusu ortalamasının altında olduğunda olgun savunmalardan daha yüksek bir puan elde ettiği görülmektedir. Son olarak bekar katılımcıların özerk benlik kurgusu ortalamasının üstünde olduğunda, evli katılımcıların özerk benlik kurgusu ortalamasının üstünde olan katılımcılara göre daha yüksek puan elde etmişlerdir (Şekil 4.1).

#### 4.4.5 Evli ve bekar katılımcıların ilişkisel benlik kurgusu

##### 4.4.5.1 Evli ve bekar katılımcıların ilişkisel benlik kurguları ile ayrılma bireyleşme ölçeği alt boyutlarına ilişkin iki yönlü varyans analizi

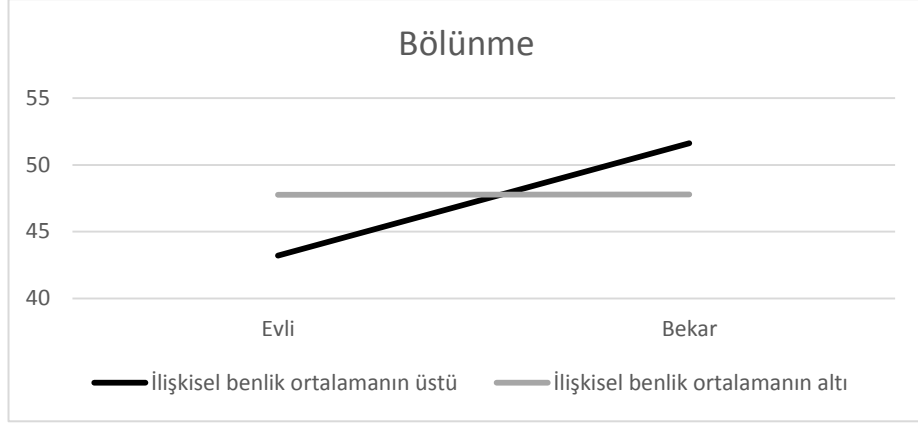
Evli bireylerle bekar bireylerin İlişkisel Benlik puanlarının ortalamasının altında veya üstünde olmasına göre ayrılma bireyleşme düzeyleri arasında anlamlı bir farklılık olup olmayacağını belirlemek için 2(Evli/Bekar) X 2 (Özerk benlik puanı ortalama altı/ortalama üstü) faktörlü varyans analizi uygulanmıştır.

**Tablo4.13:**Evli ve Bekar Katılımcıların İlişkisel Benlik Kurguları ile Ayrılma Bireyleşme Ölçeğinin İki Yönlü Varyans Analizi

|                                 | Varyansın Kaynağı | Kareler Toplamı | Sd  | Kareler Ortalaması | F     | P    |
|---------------------------------|-------------------|-----------------|-----|--------------------|-------|------|
|                                 |                   |                 |     | 1                  |       |      |
| Bölünme Alt Boyutu              | Medeni Durum      | 2803,246        | 1   | 2803,246           | 7,866 | ,005 |
|                                 | İlişkisel benlik  | 19,949          | 1   | 19,949             | ,056  | ,813 |
|                                 | M D x İ B         | 2766,477        | 1   | 2766,477           | 7,763 | ,005 |
|                                 | Hata              | 224862,854      | 631 | 356,360            |       |      |
|                                 | Toplam            | 1679458,000     | 635 |                    |       |      |
| Farklılaşma Alt Boyutu          | Medeni Durum      | 1562,889        | 1   | 1562,889           | 2,725 | ,099 |
|                                 | İlişkisel benlik  | 1863,195        | 1   | 1863,195           | 3,249 | ,072 |
|                                 | M D x İ B         | 1298,273        | 1   | 1298,273           | 2,264 | ,133 |
|                                 | Hata              | 361858,372      | 631 | 573,468            |       |      |
|                                 | Toplam            | 2190757,000     | 635 |                    |       |      |
| İlişkisel Problemler Alt Boyutu | Medeni Durum      | 1541,955        | 1   | 1541,955           | 3,418 | ,065 |
|                                 | İlişkisel benlik  | 34,244          | 1   | 34,244             | ,076  | ,783 |
|                                 | M D x İ B         | 386,978         | 1   | 386,978            | ,858  | ,355 |
|                                 | Hata              | 284700,099      | 631 | 451,189            |       |      |
|                                 | Toplam            | 2186339,000     | 635 |                    |       |      |
| ABÖ Toplam                      | Medeni Durum      | 2860,424        | 1   | 2860,424           | ,803  | ,370 |
|                                 | İlişkisel benlik  | 17357,223       | 1   | 17357,223          | 4,874 | ,028 |
|                                 | M D x İ B         | 11729,027       | 1   | 11729,027          | 3,294 | ,070 |
|                                 | Hata              | 2246978,793     | 631 | 3560,981           |       |      |
|                                 | Toplam            | 17744758,000    | 635 |                    |       |      |

Özerklik İlişkisellik Ölçeklerinin İlişkisel Benlik Ölçeği puanı ortalamasının ortalamasının altında ( $\bar{x}=28,76$  altı) ve üstünde ( $\bar{x}=28,77$  üstü) olan katılımcıların Ayrılma Bireyleşme ölçeği alt boyut puan ortalamaları arasındaki farklılık iki yönlü anova ile analiz edilmiştir.

İlişkisel benlik kurgusu ortalamasının altında ve üstünde olan evli ve bekar katılımcıların Bölünme alt boyutu puan ortalamalarının ilişkisel benlik kurgularının ortalamasının altında ya da üstünde olmasına göre farklılık göstermemektedir; ( $F(1,631)= 0,56, p>0,5$ ). Ancak evli ( $\bar{X}$  ort. altı=43,20-  $\bar{X}$  ort. üstü=47,76) ve bekar ( $\bar{X}$  ort. altı=51,62-  $\bar{X}$  ort. üstü=47,78) olmaya göre ( $F(1,631)=7,886, p<0.5$ ) anlamlı farklılık gösterdiği bulgulanmıştır. İlişkisel benlik kurgusu ve evli ve bekar olma birliktelik durumu ( $F(1,631)=7,769, p<0.5$ ) ortak etkisi bakıldığında ise, bölünme alt boyutu puan ortalamaları arasında anlamlı farklılıklar mevcuttur.



**Şekil 4.2:** Evli ve Bekar Katılımcıların İlişkisel Benlik Kurguları ile Bölünme Alt Boyutu Etkileşim Grafiği

Şekil 4.2 incelendiğinde grafikteki doğruların kesişmesi iki bağımsız değişkenin ortak etkileşime sahip olduklarını göstermektedir. Burada medeni durumun bağımlı değişken üzerindeki etkisi İlişkisel benlik puanlarının ortalamasının altında ya da üstünde olması sonucu farklılaşmasına bağlıdır. Bekar olan katılımcıların ilişkisel benlik kurgusu ortalamasının üstünde olduğunda bölünme alt boyutundan, ilişkisel benlik kurgusu ortalamasının altında olan katılımcılardan daha fazla puan elde ettiği görülmüştür. Evli katılımcıların ise ilişkisel benlik kurgusu ortalamasının altında olduğunda bölünme alt boyutundan daha yüksek bir puan elde ettiği görülmektedir. Son olarak bekar katılımcıların ilişkisel benlik kurgusu ortalamasının üstünde olduğunda, evli katılımcıların ilişkisel benlik kurgusu ortalamasının üstünde olan katılımcılara göre daha yüksek puan elde etmişlerdir (Şekil 4.1).

İlişkisel benlik kurgusu ortalamasının altında ve üstünde olan evli ve bekar katılımcıların Farklılaşma alt boyutu puan ortalamalarının ilişkisel benlik kurgularının ortalamasının altında ya da üstünde olmasına göre ( $F(1,631)= 3,249$ ,  $p>0,5$ ) ve evli ( $\bar{X}$  ort. altı=48,61-  $\bar{X}$  ort. üstü=54,93) ve bekar ( $\bar{X}$  ort. altı=54,64-  $\bar{X}$  ort. üstü=55,21) olmaya göre ( $F(1,631)=2,725$ ,  $p>0.5$ ) anlamlı farklılık göstermediği bulgulanmıştır. İlişkisel benlik kurgusu ve evli ve bekar olma birliktelik durumu ( $F(1,631)=2,264$ ,  $p>0.5$ ) ortak etkisi bakıldığında ise, farklılaşma alt boyutu puan ortalamaları arasında anlamlı olmadığı görülmüştür. Bu bulgular ışığında evli ve bekar bireylerin farklılaşma alt boyut puan ortalamaları ilişkisel benlik kurgularının ortalamasının altında ya da üstünde olmasına bağlı olarak farklılık göstermez.

İlişkisel benlik kurgusu ortalamasının altında ve üstünde olan evli ve bekar katılımcıların İlişkisel Problemler alt boyutu puan ortalamalarının ilişkisel benlik kurgularının ortalamasının altında ya da üstünde olmasına göre ( $F(1,631)= 0,076$ ,  $p>0,5$ ) ve evli ( $\bar{X}$  ort. altı=52,01-  $\bar{X}$  ort. üstü=54,05) ve bekar ( $\bar{X}$  ort. altı=56,71-  $\bar{X}$  ort. üstü=55,61) olmaya göre ( $F(1,631)=3,418$ ,  $p<0.5$ ) anlamlı farklılık göstermediği bulgulanmıştır. İlişkisel benlik kurgusu ve evli ve bekar olma birliktelik durumu ( $F(1,631)=0,858$ ,  $p>0.5$ ) ortak etkisi bakıldığında ise, ilişkisel problemler alt boyutu puan ortalamaları arasında anlamlı olmadığı görülmüştür. Bu bulgular ışığında evli ve bekar bireylerin ilişkisel problemler alt boyut puan ortalamaları ilişkisel benlik kurgularının ortalamasının altında ya da üstünde olmasına bağlı olarak farklılık göstermez.

İlişkisel benlik kurgusu ortalamasının altında ve üstünde olan evli ve bekar katılımcıların Ayrılma Bireyleşme Ölçeği toplam puan ortalamalarının ilişkisel benlik kurgularının ortalamasının altında ya da üstünde olmasına; ( $F(1,631)= 0,803$ ,  $p>0,5$ ) ve evli ( $\bar{X}$  ort. altı=143,84-  $\bar{X}$  ort. üstü=162,99) ve bekar ( $\bar{X}$  ort. altı=156,75-  $\bar{X}$  ort. üstü=158,62) olmaya göre ( $F(1,631)=4,874$   $p<0.5$ ) anlamlı farklılık gösterdiği bulgulanmıştır. Özerk benlik kurgusu ve evli ve bekar olma birliktelik durumu ( $F(1,631)=3,294$ ,  $p>0.5$ ) ortak etkisi bakıldığında ise, ilişkisel problemler puan ortalamaları arasında anlamlı olmadığı görülmüştür. Bu bulgular ışığında evli ve bekar bireylerin ayrılma bireyleşme ölçeği puan ortalamaları ilişkisel benlik kurgularının ortalamasının altında ya da üstünde olmasına bağlı olarak farklılık göstermez.

#### **4.4.5.2 Evli ve bekar bireylerin ilişkisel benlik kurguları ile savunma mekanizmalarına ilişkin iki yönlü varyans analizi**

Evli bireylerle bekar bireylerin İlişkisel Benlik puanlarının ortalamasının altında veya üstünde olmasına göre kullandıkları savunma mekanizmaları (immatür, nevrotik ve olgun savunmalar) arasında anlamlı bir farklılık olup olmayacağını belirlemek için 2(Evli/Bekar) X 2 (İlişkisel benlik puanı ortalama altı/ortalama üstü) faktörlü varyans analizi uygulanmıştır.

**Tablo4. 14:**Evli ve Bekar Katılımcıların İlişkisel Benlik Kurguları ile Savunma Mekanizmalarının İki Yönlü Varyans Analizi

|                     | Varyansın Kaynağı | Kareler Toplamı | Sd  | Kareler Ortalaması | F      | P    |
|---------------------|-------------------|-----------------|-----|--------------------|--------|------|
| İmmatürSavunmalar   | Medeni Durum      | 8613,893        | 1   | 8613,893           | 7,213  | ,007 |
|                     | İlişkisel benlik  | 679,557         | 1   | 679,557            | ,569   | ,451 |
|                     | M D x Ö B         | 4066,419        | 1   | 4066,419           | 3,405  | ,065 |
|                     | Hata              | 753596,266      | 631 | 1194,289           |        |      |
|                     | Toplam            | 7003613,000     | 635 |                    |        |      |
| Nevrotik Savunmalar | Medeni Durum      | 187,789         | 1   | 187,789            | 1,285  | ,257 |
|                     | İlişkisel Benlik  | 2337,463        | 1   | 2337,463           | 15,999 | ,000 |
|                     | M D x İ B         | 80,870          | 1   | 80,870             | ,554   | ,457 |
|                     | Hata              | 92189,090       | 631 | 146,100            |        |      |
|                     | Toplam            | 1020312,000     | 635 |                    |        |      |
| Olgun Savunmalar    | Medeni Durum      | 1422,509        | 1   | 1422,509           | 8,902  | ,003 |
|                     | İlişkisel Benlik  | 24,047          | 1   | 24,047             | ,150   | ,698 |
|                     | M D x İ B         | 69,663          | 1   | 69,663             | ,436   | ,509 |
|                     | Hata              | 100831,309      | 631 | 159,796            |        |      |
|                     | Toplam            | 1378963,000     | 635 |                    |        |      |

Özerklik İlişkisel Ölgçlerinin İlişkisel Benlik Ölgçđ puanı ortalamanın ortalamanın altında ( $\bar{x}$ =28,76 altı) ve üstünde ( $\bar{x}$ =28,77 üstü) olan katılımcıların olan katılımcıların immatür, nevroitik ve olgun savunmalar puan ortalamaları arasındaki farklılık iki yönlü anova ile analiz edilmiştir

İlişkisel benlik kurgusu ortalamanın altında ve üstünde olan evli ve bekar katılımcıların İmmatür Savunmalar puan ortalamalarının ilişkisel benlik kurgularının ortalamanın altında ya da üstünde olmasına göre farklılık göstermemektedir; ( $F(1,631)= 0,569, p>0,5$ ). Ancak evli ( $\bar{X}$  ort. altı=93,75-  $\bar{X}$  ort. üstü=96,76) ve bekar ( $\bar{X}$  ort. altı=106,24-  $\bar{X}$  ort. üstü=99,07) olmaya göre ( $F(1,631)=7,213, p<0.5$ ) anlamlı farklılık gösterdiği bulgulanmıştır. İlişkisel benlik kurgusu ve evli ve bekar olma birliktelik durumu ( $F(1,631)=3,405, p>0.5$ ) ortak etkisi bakıldığında ise, immatür savunmalar puan ortalamaları arasında anlamlı olmadığı görölmüştür. Bu bulgular ışığında evli ve bekar bireylerin immatür savunmalar puan ortalamaları ilişkisel benlik kurgularının ortalamanın altında ya da üstünde olmasına bağılı olarak farklılık göstermez.

İlişkisel benlik kurgusu ortalamanın altında ve üstünde olan evli ve bekar katılımcıların Nevrotik Savunmalar puan ortalamalarının ilişkisel benlik kurgularının

ortalamanın altında ya da üstünde olmasına göre farklılık göstermektedir; ( $F(1,631)=15,999, p<0,5$ ). Ancak evli ( $\bar{X}$  ort. altı=35,16-  $\bar{X}$  ort. üstü=39,73) ve bekar ( $\bar{X}$  ort. altı=36,97-  $\bar{X}$  ort. üstü=40,11) olmaya göre ( $F(1,631)=1,285, p>0.5$ ) anlamlı farklılık göstermediği bulgulanmıştır. İlişkisel benlik kurgusu ve evli ve bekar olma birliktelik durumu ( $F(1,631)=0,554, p>0.5$ ) ortak etkisi bakıldığında ise, nevrotik savunmalar puan ortalamaları arasında anlamlı olmadığı görülmüştür. Bu bulgular ışığında evli ve bekar bireylerin nevrotik savunmalar puan ortalamaları ilişkisel benlik kurgularının ortalamanın altında ya da üstünde olmasına bağlı olarak farklılık göstermez.

İlişkisel benlik kurgusu ortalamanın altında ve üstünde olan evli ve bekar katılımcıların Olgun Savunmalar puan ortalamalarının ilişkisel benlik kurgularının ortalamanın altında ya da üstünde olmasına göre farklılık göstermemektedir; ( $F(1,631)= 0,150, p>0,5$ ). Ancak evli ( $\bar{X}$  ort. altı=43,85-  $\bar{X}$  ort. üstü=42,80) ve bekar ( $\bar{X}$  ort. altı=46,20-  $\bar{X}$  ort. üstü=46,47) olmaya göre ( $F(1,631)=8,902, p<0.5$ ) anlamlı farklılık gösterdiği bulgulanmıştır. İlişkisel benlik kurgusu ve evli ve bekar olma birliktelik durumu ( $F(1,631)=0,436, p>0.5$ ) ortak etkisi bakıldığında ise, olgun savunmalar puan ortalamaları arasında anlamlı olmadığı görülmüştür. Bu bulgular ışığında evli ve bekar bireylerin olgun savunmalar puan ortalamaları ilişkisel benlik kurgularının ortalamanın altında ya da üstünde olmasına bağlı olarak farklılık göstermez.

#### **4.4.6 Evli ve bekar bireylerin özerk ilişkisel benlik kurguları**

##### **4.4.6.1 Evli ve bekar katılımcıların özerk ilişkisel benlik kurguları ile ayrılma bireyleşme ölçeği alt boyutlarına ilişkin iki yönlü varyans analizi**

Evli bireylerle bekar bireylerin Özerk İlişkisel Benlik puanlarının ortalamanın altında veya üstünde olmasına göre ayrılma bireyleşme düzeyleri arasında anlamlı bir farklılık olup olmayacağını belirlemek için 2(Evli/Bekar) X 2 (Özerk benlik puanı ortalama altı/ortalama üstü) faktörlü varyans analizi uygulanmıştır.

**Tablo4.15:** Evli ve Bekar Katılımcıların Özerk İlişkisel Benlik Kurguları ile Ayrılma Bireyleşme Ölçeğinin İki Yönlü Varyans Analizi

|                                        | Varyansın Kaynağı      | Kareler Toplamı | Sd  | Kareler Ortalaması | F      | P    |
|----------------------------------------|------------------------|-----------------|-----|--------------------|--------|------|
| <b>Bölünme Alt Boyutu</b>              | Medeni Durum           | 5089,115        | 1   | 5089,115           | 16,123 | ,000 |
|                                        | Özerk İlişkisel Benlik | 27780,988       | 1   | 27780,988          | 88,016 | ,000 |
|                                        | M D x Ö İ B            | 924,693         | 1   | 924,693            | 2,930  | ,087 |
|                                        | Hata                   | 199166,554      | 631 | 315,636            |        |      |
|                                        | Toplam                 | 1679458,000     | 635 |                    |        |      |
|                                        |                        |                 |     |                    |        |      |
| <b>Farklılaşma Alt Boyutu</b>          | Medeni Durum           | 4065,358        | 1   | 4065,358           | 8,061  | ,005 |
|                                        | Özerk İlişkisel Benlik | 46576,282       | 1   | 46576,282          | 92,357 | ,000 |
|                                        | M D x Ö İ B            | 280,387         | 1   | 280,387            | ,556   | ,456 |
|                                        | Hata                   | 318216,222      | 631 | 504,305            |        |      |
|                                        | Toplam                 | 2190757,000     | 635 |                    |        |      |
|                                        |                        |                 |     |                    |        |      |
| <b>İlişkisel Problemler Alt Boyutu</b> | Medeni Durum           | 3676,367        | 1   | 3676,367           | 9,115  | ,003 |
|                                        | Özerk İlişkisel Benlik | 28575,024       | 1   | 28575,024          | 70,846 | ,000 |
|                                        | M D x Ö İ B            | 2427,596        | 1   | 2427,596           | 6,019  | ,014 |
|                                        | Hata                   | 254508,433      | 631 | 403,341            |        |      |
|                                        | Toplam                 | 2186339,000     | 635 |                    |        |      |
|                                        |                        |                 |     |                    |        |      |
| <b>ABÖ Toplam</b>                      | Medeni Durum           | 304188,841      | 1   | 304188,841         | 98,423 | ,000 |
|                                        | Özerk İlişkisel Benlik | 38310,720       | 1   | 38310,720          | 12,396 | ,000 |
|                                        | M D x Ö İ B            | 9297,620        | 1   | 9297,620           | 3,008  | ,083 |
|                                        | Hata                   | 1950180,404     | 631 | 3090,619           |        |      |
|                                        | Toplam                 | 17744758,000    | 635 |                    |        |      |
|                                        |                        |                 |     |                    |        |      |

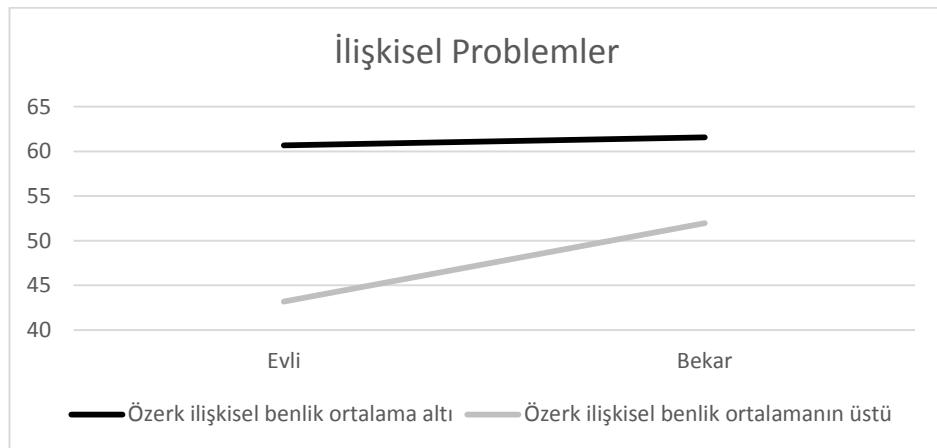
Özerklik İlişkisellik Ölçeklerinin Özerk İlişkisel Benlik puanı ortalamasının altında ( $\bar{x}=36,20$  altı) ve üstünde ( $\bar{x}=36,21$  üstü) olan katılımcıların Ayrılma Bireyleşme ölçeği alt boyut puan ortalamaları arasındaki farklılık iki yönlü anova ile analiz edilmiştir.

Özerk ilişkisel benlik kurgusu ortalamasının altında ve üstünde olan evli ve bekar katılımcıların Bölünme alt boyutu puan ortalamalarının özerk ilişkisel benlik kurgularının ortalamasının altında ya da üstünde olmasına; ( $F(1,631)= 88,016, p<0,5$ ). ve evli ( $\bar{X}$  ort. altı=52,57-  $\bar{X}$  ort. üstü=36,77) ve bekar ( $\bar{X}$  ort. altı=55,85-  $\bar{X}$  ort. üstü=44,92) olmaya göre ( $F(1,631)=16,123, p<0.5$ ) anlamlı farklılık gösterdiği bulgulanmıştır. Özerk ilişkisel benlik kurgusu ve evli ve bekar olma birliktelik durumu ( $F(1,631)=2,930, p>0.5$ ) ortak etkisi bakıldığında ise, bölünme alt boyutu puan ortalamaları arasında anlamlı olmadığı görülmüştür. Bu bulgular ışığında evli ve bekar bireylerin bölünme alt boyutu puan ortalamaları özerk ilişkisel benlik

kurgularının ortalamasının altında ya da üstünde olmasına bağlı olarak farklılık göstermez.

Özerk ilişkisel benlik kurgusu ortalamasının altında ve üstünde olan evli ve bekar katılımcıların Farklılaşma alt boyutu puan ortalamalarının özerk ilişkisel benlik kurgularının ortalamasının altında ya da üstünde olmasına göre; ( $F(1,631)= 92,357$ ,  $p<0,5$ ) ve evli ( $\bar{X}$  ort. altı=60,20-  $\bar{X}$  ort. üstü=41,56) ve bekar ( $\bar{X}$  ort. altı=63,97-  $\bar{X}$  ort. üstü=48,01) olmaya göre ( $F(1,631)=8,061$ ,  $p<0.5$ ) anlamlı farklılık gösterdiği bulgulanmıştır. Özerk ilişkisel benlik kurgusu ve evli ve bekar olma birliktelik durumu ( $F(1,631)=0,556$ ,  $p>0.5$ ) ortak etkisi bakıldığında ise, farklılaşma alt boyutu puan ortalamaları arasında anlamlı olmadığı görülmüştür. Bu bulgular ışığında evli ve bekar bireylerin farklılaşma alt boyutu puan ortalamaları özerk ilişkisel benlik kurgularının ortalamasının altında ya da üstünde olmasına bağlı olarak farklılık göstermez.

Özerk ilişkisel benlik kurgusu ortalamasının altında ve üstünde olan evli ve bekar katılımcıların İlişkisel Problemler Alt Boyutu puan ortalamalarının özerk ilişkisel benlik kurgularının ortalamasının altında ya da üstünde olmasına; ( $F(1,631)= 70,846$ ,  $p<0,5$ ) ve evli ( $\bar{X}$  ort. altı=60,67-  $\bar{X}$  ort. üstü=43,18) ve bekar ( $\bar{X}$  ort. altı=61,58-  $\bar{X}$  ort. üstü=51,98) olmaya göre ( $F(1,631)=9,115$ ,  $p<0.5$ ) anlamlı farklılık gösterdiği bulgulanmıştır. Özerk ilişkisel benlik kurgusu ve evli ve bekar olma birliktelik durumu ( $F(1,631)=0,556$ ,  $p<0.5$ ) ortak etkisi bakıldığında ise, İlişkisel Problemler Alt Boyutu puan ortalamaları arasında anlamlı farklılıklar mevcuttur.



**Şekil 4.3:** Evli ve Bekar Katılımcıların Özerk İlişkisel Benlik Kurguları ile İlişkisel Problem Alt Boyutunun Etkileşim Grafiği

Şekil 4.1 incelendiğinde grafikteki doğruların kesişmesi iki bağımsız değişkenin ortak etkileşime sahip olduklarını göstermektedir. Burada medeni durumun bağımlı değişken üzerindeki etkisi Özerk benlik puanlarının ortalamasının altında ya da üstünde olması sonucu farklılaşmasına bağlıdır. Bekar olan katılımcıların özerk ilişkisel benlik kurgusu ortalamasının altında olduğunda ilişkisel problemler alt boyutundan, özerk ilişkisel benlik kurgusu ortalamasının üstünde olan katılımcılardan daha fazla puan elde ettiği görülmüştür. Evli katılımcıların da özerk ilişkisel benlik kurgusu ortalamasının altında olduğunda ilişkisel problemler alt boyutundan daha yüksek bir puan elde ettiği görülmektedir. Son olarak bekar katılımcıların özerk ilişkisel benlik kurgusu ortalamasının altında ya da üstünde olduğunda, evli katılımcıların özerk ilişkisel benlik kurgusu ortalamasının altında ya da üstünde olan katılımcılara göre daha yüksek puan elde etmişlerdir (Şekil 4.3).

#### 4.4.6.2 Evli ve bekar bireylerin özerk ilişkisel benlik kurguları ile savunma mekanizmalarına ilişkin iki yönlü varyans analizi

Evli bireylerle bekar bireylerin Özerk İlişkisel Benlik puanlarının ortalamasının altında veya üstünde olmasına göre kullandıkları savunma mekanizmaları (immatür, nevrotik ve olgun savunmalar) arasında anlamlı bir farklılık olup olmayacağını belirlemek için 2(Evli/Bekar) X 2 (Özerk İlişkisel benlik puanı ortalama altı/ortalama üstü) faktörlü varyans analizi uygulanmıştır.

**Tablo4. 16:**Evli ve Bekar Katılımcıların Özerk İlişkisel Benlik Kurguları ile Savunma Mekanizmalarının İki Yönlü Varyans Analizi

|                        | Varyansın Kaynağı      | Kareler Toplamı | Sd  | Kareler Ortalaması | F      | P    |
|------------------------|------------------------|-----------------|-----|--------------------|--------|------|
| İmmatür<br>Savunmalar  | Medeni Durum           | 14366,198       | 1   | 14366,198          | 12,832 | ,000 |
|                        | Özerk İlişkisel Benlik | 50317,257       | 1   | 50317,257          | 44,943 | ,000 |
|                        | M D x Ö İ B            | 2178,447        | 1   | 2178,447           | 1,946  | ,164 |
|                        | Hata                   | 706450,624      | 631 | 1119,573           |        |      |
|                        | Toplam                 | 7003613,000     | 635 |                    |        |      |
| Nevrotik<br>Savunmalar | Medeni Durum           | 123,610         | 1   | 123,610            | ,830   | ,363 |
|                        | Özerk İlişkisel Benlik | 57,086          | 1   | 57,086             | ,383   | ,536 |
|                        | M D x Ö İ B            | 557,699         | 1   | 557,699            | 3,745  | ,053 |
|                        | Hata                   | 93957,501       | 631 | 148,903            |        |      |
|                        | Toplam                 | 1020312,000     | 635 |                    |        |      |
| Olgun<br>Savunmalar    | Medeni Durum           | 1092,669        | 1   | 1092,669           | 6,952  | ,009 |
|                        | Özerk İlişkisel Benlik | 1515,052        | 1   | 1515,052           | 9,640  | ,002 |
|                        | M D x Ö İ B            | 268,715         | 1   | 268,715            | 1,710  | ,191 |
|                        | Hata                   | 99169,445       | 631 | 157,162            |        |      |
|                        | Toplam                 | 1378963,000     | 635 |                    |        |      |

Özerklik İlişkisellik Ölçeklerinin Özerk İlişkisel Benlik puanı ortalamasının altında ( $\bar{x}=36,20$  altı) ve üstünde ( $\bar{x}=36,21$  üstü) olan katılımcıların olan katılımcıların immatür, nevrotik ve olgun savunmalar puan ortalamaları arasındaki farklılık iki yönlü anova ile analiz edilmiştir.

Özerk ilişkisel benlik kurgusu ortalamasının altında ve üstünde olan evli ve bekar katılımcıların İmmatür Savunmalar puan ortalamalarının özerk ilişkisel benlik kurgularının ortalamasının altında ya da üstünde olmasına göre; ( $F(1,631)= 44,943$ ,  $p<0,5$ ) ve evli ( $\bar{X} \text{ ort. altı}=104,77$ -  $\bar{X} \text{ ort. üstü}=83,06$ ) ve bekar ( $\bar{X} \text{ ort. altı}=110,64$ -  $\bar{X} \text{ ort. üstü}=96,40$ ) olmaya göre de ( $F(1,631)=12,83$ ,  $p<0.5$  ) anlamlı farklılık gösterdiği bulgulanmıştır. Özerk ilişkisel benlik kurgusu ve evli ve bekar olma birliktelik durumu ( $F(1,631)=1,94$ ,  $p>0.5$ ) ortak etkisi bakıldığında ise, immatür savunmalar puan ortalamaları arasında anlamlı olmadığı görülmüştür. Bu bulgular ışığında evli ve bekar bireylerin immatür savunmalar puan ortalamaları özerk ilişkisel benlik kurgularının ortalamasının altında ya da üstünde olmasına bağlı olarak farklılık göstermez.

Özerk ilişkisel benlik kurgusu ortalamasının altında ve üstünde olan evli ve bekar katılımcıların Nevrotik Savunmalar puan ortalamalarının özerk ilişkisel benlik kurgularının ortalamasının altında ya da üstünde olmasına göre farklılık göstermemektedir; ( $F(1,631)= 0,383$ ,  $p>0,5$ ). Ayrıca evli ( $\bar{X} \text{ ort. altı}=37,20$ -  $\bar{X} \text{ ort. üstü}=38,49$ ) ve bekar ( $\bar{X} \text{ ort. altı}=39,99$ -  $\bar{X} \text{ ort. üstü}=37,49$ ) olmaya göre de ( $F(1,631)=0,830$ ,  $p>0.5$  ) anlamlı farklılık göstermediği bulgulanmıştır. Özerk ilişkisel benlik kurgusu ve evli ve bekar olma birliktelik durumu ( $F(1,631)=3,745$ ,  $p>0.5$ ) ortak etkisi bakıldığında ise, nevrotik savunmalar puan ortalamaları arasında anlamlı olmadığı görülmüştür. Bu bulgular ışığında evli ve bekar bireylerin nevrotik savunmalar puan ortalamaları özerk ilişkisel benlik kurgularının ortalamasının altında ya da üstünde olmasına bağlı olarak farklılık göstermez.

Özerk ilişkisel benlik kurgusu ortalamasının altında ve üstünde olan evli ve bekar katılımcıların Olgun Savunmalar puan ortalamalarının özerk ilişkisel benlik kurgularının ortalamasının altında ya da üstünde olmasına göre; ( $F(1,631)= 9,640$ ,  $p<0,5$ ) ve evli ( $\bar{X} \text{ ort. altı}=41,35$ -  $\bar{X} \text{ ort. üstü}=45,78$ ) ve bekar ( $\bar{X} \text{ ort. altı}=45,31$ -  $\bar{X} \text{ ort. üstü}=47,12$ ) olmaya göre ( $F(1,631)=6,952$ ,  $p<0.5$  ) anlamlı farklılık gösterdiği bulgulanmıştır. Özerk ilişkisel benlik kurgusu ve evli ve bekar olma birliktelik

durumu ( $F(1,631)=1,710$ ,  $p>0.5$ ) ortak etkisi bakıldığında ise, olgun savunmalar puan ortalamaları arasında anlamlı olmadığı görülmüştür. Bu bulgular ışığında evli ve bekar bireylerin olgun savunmalar puan ortalamaları özerk ilişkisel benlik kurgularının ortalamasının altında ya da üstünde olmasına bağlı olarak farklılık göstermez.

#### 4.6 Benlik Kurguları, Ayrılma-Bireyleşme ve Savunma Mekanizmaları ile Sosyo-Demografik Değişkenler Arasındaki İlişkilere Dair Bulgular

Sosyodemografik değişkenlerin analizinde bağımsız örneklem t testi ve tek yönlü anova kullanılmıştır. Tek yönlü anova analizlerinde Bonferroni Düzeltmesi yapılmıştır ( $P<0,005$ ).

##### 4.5.1 Özerklik ilişkisel ölçeklerinin, ayrılma bireyleşme ölçeğinin ve savunma biçimleri testinin cinsiyet değişkenine göre incelenmesi

**Tablo4.17: Ölçek Puanlarının Cinsiyet Değişkenine Göre Karşılaştırılması**

| Ölçek/Alt Boyut                        | Cinsiyet | N   | $\bar{x}$ | ss     | t/p     |
|----------------------------------------|----------|-----|-----------|--------|---------|
| <b>Özerk Benlik Ölçeği</b>             | Kadın    | 385 | 28,78     | 5,059  | -0,020  |
|                                        | Erkek    | 250 | 28,79     | 5,860  | 0,984   |
| <b>İlişkisel Benlik Ölçeği</b>         | Kadın    | 385 | 29,14     | 3,746  | 2,630   |
|                                        | Erkek    | 250 | 28,17     | 5,031  | 0,009   |
| <b>Özerk İlişkisel Benlik Ölçeği</b>   | Kadın    | 385 | 36,56     | 5,378  | 3,007   |
|                                        | Erkek    | 250 | 35,20     | 5,858  | 0,003** |
| <b>Bölünme Alt Boyutu</b>              | Kadın    | 385 | 46,78     | 17,214 | -1,548  |
|                                        | Erkek    | 250 | 49,29     | 21,516 | 0,105   |
| <b>Farklılaşma Alt Boyutu</b>          | Kadın    | 385 | 51,42     | 21,836 | -2,732  |
|                                        | Erkek    | 250 | 56,96     | 26,764 | 0,007   |
| <b>İlişkisel Problemler Alt Boyutu</b> | Kadın    | 385 | 52,89     | 18,106 | -2,496  |
|                                        | Erkek    | 250 | 57,48     | 25,145 | 0,013   |
| <b>ABÖ Toplam</b>                      | Kadın    | 385 | 151,10    | 52,895 | -2,468  |
|                                        | Erkek    | 250 | 163,73    | 68,758 | 0,014   |
| <b>İmmatür Savunmalar</b>              | Kadın    | 385 | 96,09     | 31,139 | -2,726  |
|                                        | Erkek    | 250 | 103,75    | 39,334 | 0,007   |
| <b>Nevrotik Savunmalar</b>             | Kadın    | 385 | 38,92     | 11,670 | 1,917   |
|                                        | Erkek    | 250 | 37,02     | 12,962 | 0,046   |
| <b>Olgun Savunmalar</b>                | Kadın    | 385 | 44,73     | 12,424 | -0,249  |
|                                        | Erkek    | 250 | 44,99     | 13,162 | 0,804   |

Cinsiyet değişkeni için katılımcıların Özerklik İlişkisel Ölçekleri, Ayrılma Bireyleşme Ölçeği genel toplam puanı ile alt boyut toplam puan ortalamaları ve Savunma Biçimleri Testi alt boyut toplam puan ortalamaları arası farklar Bağımsız Örnek t-Testi ile incelenmiştir.

Kadın ve erkek katılımcıların Özerk Benlik Ölçeği toplam puan ortalamaları arasında istatistiki olarak anlamlı bir farklılık yoktur;  $t(633) = -0,020$ ;  $p > 0,005$ . Kadın ve erkek katılımcıların İlişkisel Benlik Ölçeği toplam puan ortalamaları arasında istatistiki olarak anlamlı bir farklılık yoktur;  $t(633) = 2,630$ ;  $p > 0,005$ . Ancak, Özerk-İlişkisel Benlik ölçeği puan ortalamaları arasında  $t(633) = 3,007$ ;  $p < 0,01$  istatistiki olarak anlamlı bir farklılık vardır; kadınların Özerk İlişkisel Benlik puan ortalamaları erkeklerden daha yüksektir.

Kadın ve erkek katılımcıların Bölünme alt boyut toplam puan ortalamaları arasında istatistiki olarak anlamlı bir farklılığa rastlanmamıştır;  $t(633) = -1,548$ ;  $p > 0,005$ . Kadın ve erkek katılımcıların Farklılaşma alt boyut toplam puan ortalamaları arasında istatistiki olarak anlamlı bir farklılığa rastlanmamıştır;  $t(633) = -2,732$ ;  $p > 0,005$ . Kadın ve erkek katılımcıların İlişkisel Problemler alt boyut toplam puan ortalamaları arasında istatistiki olarak anlamlı bir farklılığa rastlanmamıştır;  $t(633) = -2,496$ ;  $p > 0,005$ . Kadın ve erkek katılımcıların Ayrılma Bireyleşme Ölçeğinin genel toplam puan ortalamaları arasında istatistiki olarak anlamlı bir farklılığa rastlanmamıştır;  $t(633) = -2,468$ ;  $p > 0,005$ . Erkek katılımcıların Ayrılma Bireyleşme Ölçeği genel toplam puan ortalamaları, kadın katılımcılardan daha yüksektir.

Kadın ve erkek katılımcıların İmmatür Savunma Biçimleri alt boyut toplam puan ortalamaları arasında istatistiki olarak anlamlı bir farklılığa rastlanmamıştır;  $t(633) = -2,726$ ;  $p > 0,005$ . Nevrotik Savunma Biçimleri alt boyut toplam puan ortalamaları arasında anlamlı bir farklılığa rastlanmamıştır;  $t(633) = 1,917$ ;  $p < 0,05$ . Kadın ve erkek katılımcıların Olgun Savunma biçimleri alt boyut toplam puan ortalamaları arasında;  $t(633) = -0,249$ ;  $p > 0,005$  istatistiki olarak anlamlı bir farklılığa rastlanmamıştır;  $t(633) = -1,225$ ;  $p > 0,005$ .

**4.5.2 Özerklik ilişkisellik ölçeklerinin, ayrılma bireyleşme ölçeğinin ve savunma biçimleri testinin yaşa göre incelenmesi**

**Tablo4.18:** Ölçek Puanlarının Yaş Değişkenine Göre Karşılaştırılması

| Ölçek/Alt Boyut                        | Yaş Grupları    | n   | $\bar{x}$ | ss     | F/p      |
|----------------------------------------|-----------------|-----|-----------|--------|----------|
| <b>Özerk Benlik Ölçeği</b>             | 18-24 yaş arası | 221 | 29,05     | 5,063  |          |
|                                        | 25-31 yaş arası | 163 | 29,47     | 5,506  | 3,621    |
|                                        | 32 yaş ve üzeri | 251 | 28,11     | 5,521  | 0,027    |
| <b>İlişkisel Benlik Ölçeği</b>         | 18-24 yaş arası | 221 | 28,50     | 3,703  |          |
|                                        | 25-31 yaş arası | 163 | 28,51     | 4,338  | 1,708    |
|                                        | 32 yaş ve üzeri | 251 | 29,15     | 4,778  | 0,182    |
| <b>Özerk İlişkisel Benlik Ölçeği</b>   | 18-24 yaş arası | 221 | 37,00     | 5,333  |          |
|                                        | 25-31 yaş arası | 163 | 36,84     | 5,133  | 13,400   |
|                                        | 32 yaş ve üzeri | 251 | 34,62     | 5,863  | 0,000*** |
| <b>Bölünme Alt Boyutu</b>              | 18-24 yaş arası | 221 | 51,52     | 17,786 |          |
|                                        | 25-31 yaş arası | 163 | 45,34     | 18,071 | 6,754    |
|                                        | 32 yaş ve üzeri | 251 | 46,05     | 20,268 | 0,001**  |
| <b>Farklılaşma Alt Boyutu</b>          | 18-24 yaş arası | 221 | 57,36     | 22,513 |          |
|                                        | 25-31 yaş arası | 163 | 50,19     | 22,550 | 4,663    |
|                                        | 32 yaş ve üzeri | 251 | 52,50     | 25,837 | 0,010    |
| <b>İlişkisel Problemler Alt Boyutu</b> | 18-24 yaş arası | 221 | 58,24     | 18,675 |          |
|                                        | 25-31 yaş arası | 163 | 51,10     | 19,326 | 5,569    |
|                                        | 32 yaş ve üzeri | 251 | 53,90     | 24,020 | 0,004*   |
| <b>ABÖ Toplam</b>                      | 18-24 yaş arası | 221 | 167,13    | 54,838 |          |
|                                        | 25-31 yaş arası | 163 | 146,64    | 56,083 | 6,345    |
|                                        | 32 yaş ve üzeri | 251 | 152,47    | 65,110 | 0,002*   |
| <b>İmmatür Savunmalar</b>              | 18-24 yaş arası | 221 | 104,12    | 32,926 |          |
|                                        | 25-31 yaş arası | 163 | 96,46     | 33,827 | 3,554    |
|                                        | 32 yaş ve üzeri | 251 | 96,40     | 36,556 | 0,029    |
| <b>Nevrotik Savunmalar</b>             | 18-24 yaş arası | 221 | 39,14     | 11,689 |          |
|                                        | 25-31 yaş arası | 163 | 38,12     | 12,717 | 1,265    |
|                                        | 32 yaş ve üzeri | 251 | 37,35     | 12,336 | 0,283    |
| <b>Olgun Savunmalar</b>                | 18-24 yaş arası | 221 | 46,49     | 12,357 |          |
|                                        | 25-31 yaş arası | 163 | 44,66     | 13,150 | 3,332    |
|                                        | 32 yaş ve üzeri | 251 | 43,48     | 12,610 | 0,036    |

Yaş grupları değişkeni için katılımcıların Özerklik İlişkisel Öçekleri puan ortalamaları, Ayrılma Bireyleşme Ölçeği genel toplam puanı ile alt boyut toplam puan ortalamaları ve Savunma Biçimleri toplam puan ortalamaları arası fark Tek Yönlü Varyans Analizi (ANOVA) ile incelenmiştir.

Yaş grupları kategorilerine göre Özerk Benlik puan ortalamaları arasında istatistiki olarak anlamlı bir farklılığa rastlanmamıştır;  $F(2,632)= 3,621, p>0,005$ .

Yaş grupları kategorilerine göre ilişkisel benlik puan ortalamaları arasında istatistiki olarak anlamlı bir farklılık yoktur;  $F(2,632)= 1,708, p>0,005$ .

Yaş grupları kategorilerine göre Özerk İlişkisel Benlik puan ortalamaları arasında istatistiki olarak anlamlı bir farklılık vardır;  $F(2,632)= 13,400, p<0,001$ . Farklılığın hangi kategoriden kaynaklandığının bulunması için yapılan Benforroni (Post Hoc) çoklu karşılaştırma sonucuna göre, 32 yaş ve üzerinde olan kişilerin Özerk İlişkisel toplam puan ortalaması, 18-24 yaş aralığı ve 25-31 yaş aralığında olan kişilerin özerk ilişkisel toplam puan ortalamalarından daha düşüktür.

Yapılan analiz sonucunda yaş grupları kategorilerine göre Bölünme alt boyut toplam puan ortalamaları arasında istatistiki olarak anlamlı bir farklılık vardır;  $F(2,632)= 6,754, p<0,01$ . Farklılığın hangi kategoriden kaynaklandığının bulunması için yapılan Benforroni (Post Hoc) çoklu karşılaştırma sonucuna göre, 18-24 yaş aralığında olan kişilerin Bölünme alt boyut toplam puan ortalaması, 25-31 yaş aralığı ve 32 yaş ve üzeri olan kişilerin Bölünme alt boyut toplam puan ortalamalarından daha yüksektir.

Yaş grupları kategorilerine göre Farklılaşma alt boyut toplam puan ortalamaları arasında istatistiki olarak anlamlı bir farklılığa rastlanmamıştır;  $F(2,632)= 4,663, p>0,005$ .

Yaş grupları kategorilerine göre İlişkisel Problemler alt boyut toplam puan ortalamaları arasında istatistiki olarak anlamlı bir farklılık vardır;  $F(2,632)= 5,659, p<0,05$ . Farklılığın hangi kategoriden kaynaklandığının bulunması için yapılan Benforroni (Post Hoc) çoklu karşılaştırma sonucuna göre, 18-24 yaş aralığında olan kişilerin İlişkisel Problemler alt boyut toplam puan ortalaması, 25-31 yaş aralığında olan kişilerin İlişkisel Problemler alt boyut toplam puan ortalamalarından daha yüksektir.

Ayrılma Bireyleşme Ölçeği genel toplam puan ortalamaları arasında istatistiki olarak anlamlı bir farklılık vardır;  $F(2,632)=6,345, p<0,05$ . Farklılığın hangi kategoriden kaynaklandığının bulunması için yapılan Benforroni (Post Hoc) çoklu karşılaştırma sonucuna göre, 18-24 yaş aralığında olan kişilerin Ayrılma Bireyleşme Ölçeği genel

toplam puan ortalaması, 25-31 yaş aralığı ve 32 yaş ve üzeri olan kişilerin Ayrılma Bireyleşme Ölçeği genel toplam puan ortalamalarından daha yüksektir.

Yapılan analiz sonucunda yaş grupları kategorilerine göre İmmatür Savunma Biçimleri toplam puan ortalamaları arasında istatistiki olarak anlamlı bir farklılığa rastlanmamıştır;  $F(2,632)= 3,554, p>0,005$ .

Yaş grupları kategorilerine göre Nevrotik Savunma Biçimleri toplam puan ortalamaları arasında istatistiki olarak anlamlı bir farklılığa rastlanmamıştır;  $F(2,632)= 1,265, p>0,005$ .

Yaş grupları kategorilerine göre Olgun Savunma Biçimleri toplam puan ortalamaları arasında istatistiki olarak anlamlı bir farklılığa rastlanmamıştır;  $F(2,632)= 3,332, p>0,005$ .

#### 4.5.3 Özerklik ilişkisellik ölçeklerinin, ayrılma bireyleşme ölçeğinin ve savunma biçimleri testinin eğitim durumuna göre incelenmesi

**Tablo4.19: Ölçeklerin Eğitim Durumuna Göre Karşılaştırılması**

| Ölçek/Alt Boyut                 | Eğitim Durumu | n   | $\bar{x}$ | ss     | F/p      |
|---------------------------------|---------------|-----|-----------|--------|----------|
| Özerk Benlik Ölçeği             | Yüksek Lisans | 102 | 29,00     | 5,766  |          |
|                                 | Üniversite    | 370 | 29,27     | 5,187  | 5,877    |
|                                 | Lise          | 163 | 27,56     | 5,419  | 0,003**  |
| İlişkisel Benlik Ölçeği         | Yüksek Lisans | 102 | 29,73     | 4,921  |          |
|                                 | Üniversite    | 370 | 28,57     | 3,860  | 3,093    |
|                                 | Lise          | 163 | 28,59     | 4,830  | 0,046*   |
| Özerk İlişkisel Benlik Ölçeği   | Yüksek Lisans | 102 | 37,24     | 5,201  |          |
|                                 | Üniversite    | 370 | 36,55     | 5,412  | 14,576   |
|                                 | Lise          | 163 | 34,06     | 5,832  | 0,000*** |
| Bölünme Alt Boyutu              | Yüksek Lisans | 102 | 45,74     | 19,878 |          |
|                                 | Üniversite    | 370 | 48,16     | 18,391 | 0,690    |
|                                 | Lise          | 163 | 48,17     | 19,998 | 0,502    |
| Farklılaşma Alt Boyutu          | Yüksek Lisans | 102 | 50,36     | 26,567 |          |
|                                 | Üniversite    | 370 | 53,96     | 22,936 | 1,176    |
|                                 | Lise          | 163 | 54,80     | 24,761 | 0,309    |
| İlişkisel Problemler Alt Boyutu | Yüksek Lisans | 102 | 52,48     | 22,486 |          |
|                                 | Üniversite    | 370 | 54,56     | 19,502 | 1,073    |
|                                 | Lise          | 163 | 56,38     | 24,105 | 0,343    |
| ABÖ Toplam                      | Yüksek Lisans | 102 | 148,58    | 66,907 |          |
|                                 | Üniversite    | 370 | 156,69    | 56,724 | 1,062    |
|                                 | Lise          | 163 | 159,36    | 62,297 | 0,346    |

**Tablo 4.19** Devam

|                                       |               |     |        |        |        |
|---------------------------------------|---------------|-----|--------|--------|--------|
|                                       | Yüksek Lisans | 102 | 95,57  | 29,921 |        |
| <b>İmmatür Savunmalar Alt Boyutu</b>  | Üniversite    | 370 | 100,05 | 33,598 | 0,662  |
|                                       | Lise          | 163 | 99,16  | 39,901 | 0,516  |
|                                       | Yüksek Lisans | 102 | 37,55  | 10,826 |        |
| <b>Nevrotik Savunmalar Alt Boyutu</b> | Üniversite    | 370 | 38,69  | 11,758 | 0,801  |
|                                       | Lise          | 163 | 37,39  | 13,963 | 0,449  |
|                                       | Yüksek Lisans | 102 | 46,22  | 12,442 |        |
| <b>Olgun Savunmalar Alt Boyutu</b>    | Üniversite    | 370 | 45,62  | 12,493 | 4,924  |
|                                       | Lise          | 163 | 42,18  | 13,058 | 0,008* |

Eğitim Durumu değişkeni için katılımcıların Özerklik İlişkisel Ölçekleri puan ortalamaları, Ayrılma Bireyleşme Ölçeği genel toplam puanı ile alt boyut toplam puan ortalamaları ve Savunma Biçimleri toplam puan ortalamaları arası fark Tek Yönlü Varyans Analizi (ANOVA) ile incelenmiştir.

Eğitim durumu kategorilerine göre katılımcıların Özerk Benlik Ölçeği toplam puan ortalamaları arasında istatistiki olarak anlamlı bir farklılık vardır;  $F(2,632)= 5,877$ ,  $p<0,01$ . Farklılığın hangi kategoriden kaynaklandığının bulunması için yapılan Benforroni (Post Hoc) çoklu karşılaştırma sonucuna göre, üniversite mezunu olan kişilerin özerk benlik toplam puan ortalamasının lise mezunu olan kişilerin Özerk Benlik toplam puan ortalamalarından daha yüksektir. Eğitim durumu kategorilerine göre İlişkisel Benlik Ölçeği toplam puan ortalamaları arasında istatistiki olarak anlamlı bir farklılığa rastlanmamıştır;  $F(2,403)= 3,093$ ,  $p<0,001$ . Eğitim durumu kategorilerine göre Özerk İlişkisel Benlik Ölçeği toplam puan ortalamaları arasında istatistiki olarak anlamlı bir farklılık vardır;  $F(2,403)= 14,576$ ,  $p<0,001$ . Farklılığın hangi kategoriden kaynaklandığının bulunması için yapılan Benforroni (Post Hoc) çoklu karşılaştırma sonucuna göre, yüksek lisans ve üniversite mezunu olan kişilerin özerk ilişkisel toplam puan ortalaması, lise mezunu olan kişilerin Özerk İlişkisel Benlik toplam puan ortalamalarından daha yüksektir.

Eğitim Durumu değişkeni için katılımcıların Ayrılma Bireyleşme Ölçeği genel toplam puanı ( $F_{(2, 632)}= 1,075$ ,  $p>0,005$ ), Bölünme alt boyutu ( $F_{(2, 632)}= 0,690$ ,  $p>0,005$ ), Farklılaşma alt boyutu ( $F_{(2, 632)}= 1,176$ ,  $p>0,005$ ) ve İlişkisel Problemler alt boyutu ( $F_{(2,632)}= 1,073$ ,  $p>0,005$ ) alt boyutları toplam puan ortalamaları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık yoktur.

Eğitim Durumu değişkeni için İmmatür Savunma Biçimleri ( $F_{(2,632)}= 0,662$ ,  $p>0,005$ ) ve Nevrotik Savunma Biçimleri ( $F_{(2, 632)}= 0,801$ ,  $p>0,005$ ) toplam puan ortalamaları

arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık yoktur. yapılan analiz sonucunda eğitim durumu kategorilerine göre Olgun Savunma Biçimleri toplam puan ortalamaları arasında istatistiki olarak anlamlı bir farklılığa rastlanmamıştır;  $F(2,632)=4,924, p>0,005$ .

#### 4.5.4 Özerklik ilişkisellik ölçeklerinin, ayrılma bireyleşme ölçeğinin ve savunma biçimleri testinin ekonomik duruma göre incelenmesi

**Tablo4.20: Ölçeklerin Ekonomik Duruma Göre Karşılaştırılması**

| Ölçek/Alt Boyut                 | Ekonomik Durum | n   | $\bar{x}$ | ss     | F/p   |
|---------------------------------|----------------|-----|-----------|--------|-------|
| Özerk Benlik Ölçeği             | Kötü           | 127 | 28,20     | 5,725  |       |
|                                 | Orta           | 356 | 28,74     | 5,061  | 1,682 |
|                                 | İyi            | 152 | 29,38     | 5,788  | 0,187 |
| İlişkisel Benlik Ölçeği         | Kötü           | 127 | 28,96     | 4,694  |       |
|                                 | Orta           | 356 | 28,89     | 3,847  | 1,248 |
|                                 | İyi            | 152 | 28,28     | 4,990  | 0,288 |
| Özerk İlişkisel Benlik Ölçeği   | Kötü           | 127 | 36,44     | 5,215  |       |
|                                 | Orta           | 356 | 35,94     | 5,561  | 0,443 |
|                                 | İyi            | 152 | 35,87     | 6,033  | 0,642 |
| <b>Tablo 4.20 Devam</b>         |                |     |           |        |       |
| Bölünme Alt Boyutu              | Kötü           | 127 | 47,38     | 18,825 |       |
|                                 | Orta           | 356 | 48,429    | 18,266 | 0,539 |
|                                 | İyi            | 152 | 46,57     | 20,988 | 0,584 |
| Farklılaşma Alt Boyutu          | Kötü           | 127 | 52,98     | 24,206 |       |
|                                 | Orta           | 356 | 54,17     | 23,223 | 0,227 |
|                                 | İyi            | 152 | 52,79     | 25,805 | 0,797 |
| İlişkisel Problemler Alt Boyutu | Kötü           | 127 | 53,56     | 22,214 |       |
|                                 | Orta           | 356 | 55,12     | 19,683 | 0,250 |
|                                 | İyi            | 152 | 54,65     | 23,944 | 0,779 |
| ABÖ Toplam                      | Kötü           | 127 | 153,93    | 60,100 |       |
|                                 | Orta           | 356 | 157,72    | 57,343 | 0,304 |
|                                 | İyi            | 152 | 154,01    | 65,667 | 0,738 |
| İmmatür Savunmalar Alt Boyutu   | Kötü           | 127 | 93,28     | 36,395 | 2,268 |
|                                 | Orta           | 356 | 100,30    | 33,088 | 0,104 |
|                                 | İyi            | 152 | 101,16    | 36,887 |       |
| Nevrotik savunmalar Alt Boyutu  | Kötü           | 127 | 38,50     | 14,630 | 0,964 |
|                                 | Orta           | 356 | 38,57     | 11,388 | 0,382 |
|                                 | İyi            | 152 | 36,98     | 11,900 |       |
| Olgun savunmalar Alt Boyutu     | Kötü           | 127 | 46,28     | 13,025 | 1,142 |
|                                 | Orta           | 356 | 44,64     | 12,566 | 0,320 |
|                                 | İyi            | 152 | 44,06     | 12,770 |       |

Ekonomik Durum değişkeni Özerklik İlişkisellik Ölçekleri puan ortalamaları, Ayrılma Bireyleşme Ölçeği genel toplam puanı ile alt boyut toplam puan ortalamaları ve Savunma Biçimleri Testi genel toplam puanı ile alt boyut toplam puan ortalamaları arası fark Tek Yönlü Varyans Analizi (ANOVA) ile incelenmiştir.

ekonomik durum değişkeni için katılımcıların Özerk Benlik Ölçeği ( $f_{(2, 632)} = 1,682$ ;  $p > 0,05$ ), İlişkisel Benlik Ölçeği ( $f_{(2, 632)} = 1,248$ ;  $p > 0,05$ ) ve Özerk-İlişkisel Benlik Ölçeği ( $f_{(2, 632)} = 0,443$ ;  $p > 0,05$ ) alt boyutları toplam puan ortalamaları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık yoktur.

Ayrılma Bireyleşme Ölçeği genel toplam puan ortalamaları arasında istatistiki olarak anlamlı bir farklılık yoktur;  $F(2,632)=0,304$ ;  $p > 0,05$ . ekonomik durum değişkeni için katılımcıların Ayrılma Bireyleşme Ölçeğinin Bölünme ( $f_{(2, 632)} = 0,539$ ;  $p > 0,05$ ), Farklılaşma ( $f_{(2, 632)} = 0,227$ ;  $p > 0,05$ ) ve İlişkisel Problemler ( $f_{(2,632)} = 0,250$ ;  $p > 0,05$ ) alt boyutları toplam puan ortalamaları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık yoktur.

Savunma Biçimleri Testinin Olgun Savunma Biçimleri ( $f_{(2,632)} = 1,142$  ;  $p > 0,05$ ), Nevrotik Savunma biçimleri ( $f_{(2, 632)} = 0,964$ ;  $p > 0,05$ ) ve İmmatür Savunma biçimleri ( $f_{(2,632)} = 2,268$ ;  $p > 0,05$ ) alt boyutları toplam puan ortalamaları arasında ve Savunma Biçimleri Testi genel toplam puan ortalamaları arasında istatistiki olarak anlamlı bir farklılık yoktur;  $f(2,632)=0,664$ ;  $p > 0,05$ .

## 5.TARTIŞMA

Bu araştırmada, evli ve bekar bireylerin benlik kurguları, ayrılma bireyleşme düzeyleri ve kullandıkları savunma mekanizmalarının arasındaki ilişkinin incelenmesi amaçlanmıştır. Evli ve bekar bireylerin özerk benlik, ilişkisel benlik ve özerk ilişkisel benlik kurgularının ayrılma bireyleşme düzeylerinde ve kullandıkları savunma mekanizmalarında farklılaşmaları incelenmiştir. Son olarak sosyo-demografik değişkenler perspektifinde araştırma değişkenlerindeki farklılaşmalar incelenmiştir.

### 5.1 Evli ve Bekar Katılımcılara İlişkin Bulguların Tartışılması

Evlilikle birlikte iki ayrı benliğin ve benlik özelliklerinin karşılıklı ve düzenli bir etkileşimi söz konusu olmaktadır. Evli bireylerin gündelik hayatlarında ayrı bireyler olarak var olmasıyla ben benliği korunurken, gerektiği zamanlarda da biz benliğinin de ortaya çıkabilmesi evlilikteki uyumun bir göstergesidir (Özden, 2013). Birey olabilmek ve yetişkin yaşamda var olabilmek için 1990'lı yıllara dek beş özelliğin karşılanması birçok kuramda altı çizilmiş bir kavramdır. Bu beş temel özellik ise mezun olma, evden ayrılma, işe başlama, evlenme ve evlat sahibi olmak olarak belirlenmiştir (Shanahan ve diğerleri, 2002; akt. Atak, Tatlı, Çokamay, Büyükpabuşçu ve Çok, 2016). Ancak günümüzde bu beş işarete gözlemlenen değişiklikler mevcuttur. Yetişkin yaşama adım atma süreci için bireyin kendi sorumluluğunu alabilmesi, diğerlerinden bağımsız bir şekilde karar verebilmesi ve ekonomik açıdan da bağımsızlık kazabilmesinin önem arz ettiğini belirten araştırmacılar vardır (Shanahan ve diğerleri, 2002, Atak ve ark, 2016). Burada diğerlerinden ayrışmanın önemine değinilmektedir. Benlik kurgularının karşılıklı bağımlılık ve bağımsızlık boyutu, ayrık ve ilişkisel benlik yapıları da diğerleriyle olan ilişkilerde ayrılma ve bireyleşme süreci ile etkileşim halindedir. Ayrılma ve bireyleşme sürecinin sonunda aileden ayrılan birey farklı sevgi nesneleri ile ilişkiler kurmaya başlar ve sağlıklı ilişkiler için de bu sürecin sağlıklı bir şekilde tamamlanması ön koşuldur (Yüksel, 2006; Özden, 2013). Fowers (1993; akt. Özden,

2013) evlilikle birlikte iki ayrı benliğin birleşimini vurgularken, ayrılma-bireyleşme kuramcıları kazanılan özerkliğin önemini vurgular fakat, Vannoy (1991; akt. Kağıtçıbaşı,2010) uyum barındıran güçlü evliliklerin hem özerk olabilen hem de yakın olabilen bireyler tarafından gerçekleştirildiğini ifade etmektedir. Diğer önemli nokta ise kullanılan savunma mekanizmalarının da kişiler arası etkileşimlerde arz ettiği önemlidir. Olgunlaşmamış savunmalar, dış dünya gerçekliği ile uyum sağlayamazken, nevrotik savunmaların yoğun kullanımı ise kişilerarası iletişime zarar verebilmektedir.

### **5.1.1 Evli ve bekar katılımcıların benlik kurguları değişkenine ilişkin bulguların tartışılması**

#### **5.1.1.1 Evli katılımcıların benlik kurgularına ilişkin bulguların tartışılması**

Bu araştırmada evli bireylerin özerk benlik kurgusu ve ilişkisel benlik kurgusu için anlamlı farklılıklara ulaşamamıştır. Özerk ilişkisel benlik kurgusunda ise evlilerin ortalamasının anlamlı derecede düşük olduğu saptanmıştır. Tosun, Yazıcı ve Altun (2017) evlilik öncesindeki bireylerin benlik kurgularında bireycilik, ilişkisellik ve toplulukçuluk arasında orta düzeyde ve pozitif yönlü anlamlı bir ilişki olduğu belirtmektedir. Bu araştırmada ise evli katılımcıların özerk benlik kurgusu ile ilişkisel benlik kurgusu arasında negatif yönlü, ilişkisel benlik kurgusu ve özerk ilişkisel benlik kurgusu ile de pozitif yönlü bir ilişki bulgulanırken, özerk benlik ve özerk ilişkisel benlik kurguları arasında anlamlı bir ilişkiye rastlanmamıştır. Evlilik kalitesi ve benlik kurguları arasındaki ilişkinin varlığını kanıtlayan çalışmalar mevcuttur (Gündoğdu, 2007; akt. Tosun ve ark, 2017) bu çalışmalardan bazıları ilişkisel benliğin evlilik kalitesini ve sağlıklı aile işlevselliğini pozitif yönde yordadığına işaret etmektedir (Mesutoğlu, 2012; akt. Tosun ve ark, 2017). Ernas'ın (2017) özerk benlik ve psikolojik dayanıklılık arasındaki ilişkiyi ele aldığı çalışmasında da katılımcıların evli ya da bekar olması özerklik düzeylerinde anlamlı bir farklılığa sebebiyet vermemiştir.

#### **5.1.1.2 Bekar katılımcıların benlik kurgularına ilişkin bulguların tartışılması**

Bu araştırmada bekar katılımcıların özerk-ilişkisel benlik puanlarının daha yüksek olduğu gözlemlenmiştir. Aydın'ın (2019) çalışmasında ise bekar katılımcıların özerk benlik puanlarının yüksek olması dikkat çekmektedir. Bekar katılımcıların özerk benlik kurgusu ve ilişkisel benlik kurgusu arasında negatif yönlü, özerk benlik kurgusu ile özerk ilişkisel benlik kurgusu arasında pozitif yönlü ve ilişkisel benlik

kurgusu ile özerk ilişkisel benlik kurgusu arasında da pozitif yönlü anlamlı bir ilişkiye rastlanmıştır. Çoban'ın (2013) araştırmasında özerklik ve medeni durum değişkeni arasında anlamlı farklılıklar elde edilmesine karşın bekar bireylerin özerk benlik kurgusu açısından evli bireylerle farklılaşmadığı bu çalışmada gözlemlenmektedir. Çoban, katılımcıların ailesi ile birlikte yaşamasının ya da yaşamamasının duygusal özerklikleri üzerinde anlamlı etkileri olabileceğini belirtmektedir. Bu çalışma kapsamında kiminle yaşadığına ilişkin bilgiler katılımcılara sorulmamıştır.

### **5.1.2 Evli ve bekar katılımcıların ayrılma bireyleşme değişkenine ilişkin bulguların tartışılması**

#### **5.1.2.1 Evli katılımcıların ayrılma bireyleşme değişkenine ilişkin bulguların tartışılması**

Bu çalışmada evli bireylerin ayrılma bireyleşme düzeylerinin bekar katılımcılardan anlamlı derecede farklılaşmadığı gözlemlenmiştir. Evlilik ilişkisinde ayrılma ile ilgili problemlerin çözülmesi sonucunda hem yakınlığın deneyimlenebileceğini hem de bireylerin kişisel sınırlarına uyum sağlayabileceği gibi özerkliğin de bir tehdit olarak algılanmaması sonucunda çiftlerin yakınlık kurulabileceği belirtilmektedir (Levitz-Jones ve Orlofsky, 1985; akt. Gör, 2021). Mahler ayrılma bireyleşme dönemlerindeki problemlerin yetişkin yaşamda birebir aynı şekilde deneyimlenmediğini fakat erken yaşantılardaki orijinal oluşumları ile özdeş bir şekilde evlilik ilişkilerinde var olduğunu ifade etmiştir. Simbiyotik modu aktif olan çiftler, karşılıklı bağımlılığın aşırı boyutlarını sergilerler ve olgunlaşmamış savunmaları kullanmayı tercih ederler. Karşıt modu kullanan çiftlerde ise eş tarafından idealize edildiği bir ebeveyn figürüyle birleşmeye yönelik çabaya eşlik eden özerk olma çabası gözlemlenir ve kişi kendi kimliğini korumak ister. Aralarındaki ilişkide önem arz eden nokta haklı olmak ve üstün olmaktır. Bu davranışlar yürüme davranışı ile özerklik kazanan çocuğun, anneden uzaklaşma ve dönüp kontrol etme arzusunu anımsatır ve yakınlaşma evresinin yetişkin yaşamdaki bir tezahürüdür. Eşler hem ilişkide tutunmak hem de meydan okumak ister. İş birliği modunu benimseyen çiftler de ise tıpkı 3 yaşındaki gibi nesne sabitliği gerçekleşmiştir. Olgunlaşmış bir benliğin diğerlerinden ayrıştığı gibi eşine yönelik algıları da gerçekçidir (Colarusso, 1998; Mahler ve ark.). Yeni evli genç yetişkinlerin sağlıklı uyumu için ebeveynlerden optimal düzeyde ayrılmaları ve bir bireyleşmelerinin

gerekli olduğuna inanılmaktadır. Haws ve Mallinckrodt (1998) araştırmalarında ebeveynlerden ayrışmanın ve bireyleşmenin evlilik uyumu ile ilişkili olduğunu bulgulamış olup, ebeveyn çocuk ilişkisinin yetişkin yaşamdaki bir temsili olarak gerilemelere olanak sağlayabileceğini ifade etmiştir (Sheila ve Sharpe, 1991; akt. Colarusso, 1998). Özden'in (2013) Ayrılma bireyleşme ve çift uyumunu ele aldığı bu çalışmada ise ayrılma bireyleşme puanları azaldıkça, evlilikte çift uyumunun arttığı gözlemlenmiştir. Ölçeğin diğer alt boyutları olan farklılaşma ve ilişkisel problemler alt boyutlarında ise evli ve bekar katılımcılar arasında anlamlı farklılıklar gözlemlenmemiştir. Evli bireylerle yürütülmüş bir çalışmada benlik farklılaşması ele alınmış olup, çift uyumu üzerinde anlamlı bir yordayıcı olduğu sonucuna ulaşılmıştır (Polat ve İlhan, 2018). Ayrılma bireyleşme ölçeğinin sınır durum kişilik bozukluğunu anlamlı derecede yordadığı göz önünde bulundurularak klinik çalışmalarda psikologlar için yol gösterici olabileceği düşünülmektedir.

#### **5.1.2.2 Bekar katılımcıların ayrılma bireyleşme değişkenine ilişkin bulguların tartışılması**

Bekar katılımcıların ayrılma bireyleşme düzeylerinin evli katılımcılardan anlamlı derecede farklılaşmadığı gözlemlenmiştir. Ayrılma bireyselleşme süreçleri üzerindeki en önemli etkilerden biri, yetişkinlik evliliğidir (Nemiroff ve Colarusso, 1985). Çocuklukta gerçekleşen ayrılma bireyleşme problemleri gelecekte kurulacak ilişkilerin de temel niteliğidir ve yetişkinler evlendiklerinde kişiliklerini de beraberinde getirmektedir. İki eşin erken ayrılma bireyleşme ile ilgili gelişimsel sorunları olduğunda ilişkilerinde kronik çatışmalar söz konusu olabilmektedir (Katz, 1981) fakat, evlilik durumlarının ayrılma bireyleşme görevine etkileri halen karışıktır (Daniels, 1990).

#### **5.1.3 Evli ve bekar bireylerin savunma biçimleri değişkenine ilişkin bulguların tartışılması**

İmmatür savunmalar yaşamın ilk yıllarından temel alır ve dışsal gerçekliğe uyum sağlamada yeterli olmamakla birlikte, kişilerarası ilişkilere uyum sağlamanın önünde de bir engel teşkil edebilmektedirler. Savunmalar herkeste bulunmakla birlikte, benliğin gelişiminde pay sahibidir önem arz eden noktası kullanım yoğunluğudur. Egoyu korudukları açık olmakla birlikte, yoğun kullanımları sonucunda egoya en büyük zararı vererek zayıflamasına sebep olmaktadır (Kalem, 1999).

### **5.1.3.2 Bekar katılımcıların savunma biçimleri değişkenine ilişkin bulguların tartışılması**

Savunma mekanizmalarının düzeyi ile psikopatolojinin düzeyi arasındaki anlamlı ilişkiye dikkat çeken araştırmalar literatürde mevcuttur. (McWilliams, 1994; Vaillant, 1971; 1992). Olgun savunmalardan alınan puanların bekar katılımcılar için anlamlı derece de yüksek olduğu bulgulanmıştır. Literatüre bakıldığında, Yaşar'ın (2014) ilişkisi olmayan bireylerin ile evli bireylerden daha yoğun bir şekilde immatür savunma mekanizmalarını kullandığı bulgulanırken, Korkmaz' (2019) çalışmasında hiçbir alt boyut için anlamlı bir farklılığa rastlanmamıştır. Kernberg (1967) bazı savunma mekanizmaları ve belirli psikopatolojiler arasında anlamlı bir ilişki olduğunu ifade etmektedir. Savunma biçimleri testi her alt boyutunu oluşturan savunma mekanizmalarının da kendi içerisinde incelenmesine olanak tanımaktadır. Bu araştırmada bekar katılımcıların, immatür savunmalar olan yansıtma ve rasyonalizasyon mekanizmalarında bekar katılımcıların yüksek ortalamaları gözlemlenmiştir. Aksu (2019) ise bekar katılımcıların yansıtma, pasif saldırganlık, yalıtma, değersizleştirme ve bölünme savunma mekanizmalarını daha yoğun kullandıklarını saptamıştır. Nevrotik savunmalarda ise psödoaltırizm mekanizmasında gözlemlenen farklılıklar da bekar katılımcıların daha yoğun kullanımını işaret etmektedir. Olgun savunmalardan olan mizah ve beklenti mekanizmalarında farklılaşmaktadır ve bu fark bekar katılımcıların ortalamalarının daha yüksek olmasından kaynaklanır.

### **5.1.3.1 Evli katılımcıların savunma biçimleri değişkenine ilişkin bulguların tartışılması**

Savunma biçimleri testi tüm alt boyutlarıyla incelendiğinde evli katılımcılar için anlamlı bir bulguya rastlanmamıştır ancak Aksu'nun (2019) çalışmasında olgun savunmalarda gözlemlenen gözlemlenen anlamlı farklılık baskılama savunma mekanizmasından evli bireylerin aldıkları yüksek puanlardan kaynaklanmaktadır. Farklı bir çalışma da ise nevrotik savunmaların karşıt tepki geliştirme alt boyutunda ve immatür savunmalarda ise disasiasyon alt boyutunda evli katılımcıların puan ortalamalarının anlamlı derecede yüksek olduğunu bulgulanmıştır. Gençoğlu (2019) ise evli ve bekar katılımcıların savunma biçimleri açısından farklılaşmadığını ifade ederken, ilişkisi olan ve olmayan bekar bireylerin de farklılaşmadığını bulgulanmıştır.

Elmas (2017) ise evlilik uyumunu konu aldığı çalışmasında, nevrotik savunmaların uyumsuz evliliği olan erkeklerde sıklıkla kullanıldığını gözlemlemiştir.

#### **5.1.4 Evli ve bekar bireylerin özerk benlik, ilişkisel benlik ve özerk ilişkisel benlik kurguları ile ayrılma bireyleşme düzeyleri ve kullandıkları savunma mekanizmalarına ilişkin bulguların tartışılması**

Evli ve bekar bireylerin araştırma grubunu oluşturduğu çalışmalar hem dünya literatüründe hem de Türk literatüründe az sayıda olduğu için yapılan analizlerde elde edilen farklılıklar evli ve bekar grupların benlik kurguları perspektifinde puan ortalamalarının altı ve üstü olacak biçimde detaylı olarak incelenmiştir.

##### **5.1.4.1 Evli katılımcıların özerk benlik, ilişkisel benlik ve özerk ilişkisel benlik kurguları ile ayrılma bireyleşme düzeyleri ve kullandıkları savunma mekanizmalarına ilişkin bulguların tartışılması**

Özerk benlik kurgusu arttıkça evli katılımcılar için de düşük derecede ayrılma bireyleşme problemlerinin azaldığı ve ayrılma bireyleşme düzeylerinin yükseldiği söylenebilir. Evli Katılımcıların ilişkisel benlik kurguları ile ayrılma bireyleşme ölçeği ve ölçeğin alt boyutları olan bölünme ile farklılaşma arasında düşük düzeyde pozitif yönlü ve anlamlı bir ilişkiye rastlanmıştır. Evli bireylerin ilişkisel benlik kurguları arttıkça ayrılma bireyleşme sorunlarının, benliği ve diğerlerini bölmeye yönelik savunmalarının arttığı söylenebilir. Özerk ilişkisel benlik kurgusuna sahip evli katılımcıların ayrılma bireyleşme düzeylerinin arttığı ve ölçeğin alt boyutları olan farklılaşma, bölme ve ilişkisel problemler ile de orta düzeyde negatif yönlü bir ilişkinin mevcut olduğu bulgulanmıştır. Özerk ilişkisel benlik kurgusuna sahip katılımcıların ayrılma bireyleşme sorunlarını daha az deneyimlediği ve diğer benlik kurgularına oranla daha yüksek düzeyde ayrılma bireyleşme deneyimledikleri söylenebilir. Son olarak evli katılımcıların ilişkisel benlik benlik kurgusu ortalamasının üstünde olduğunda bölünme alt boyutundan daha fazla puan elde ettiği görülmüş ve medeni durumun anlamlı etkisi gözlemlenmiştir.

Özerk ilişkisel benlik kurgusuna sahip bekar katılımcıların ayrılma bireyleşme düzeylerinin arttığı ve ölçeğin alt boyutları olan farklılaşma, bölme ve ilişkisel problemler ile de orta düzeyde negatif yönlü bir ilişkinin mevcut olduğu bulgulanmıştır. Özerk ilişkisel benlik kurgusuna sahip katılımcıların ayrılma bireyleşme sorunlarını daha az deneyimlediği ve diğer benlik kurgularına oranla daha

yüksek düzeyde ayrılma bireyleşme deneyimledikleri söylenebilir. Batının modernleşme kuramı perspektifiyle uyum içerisinde olan ayrılma bireyleşme kuramının ötekilerden ayrılmaya yaptığı vurguya karşın, bireylerin iki temel ihtiyacı olan birleşme ve ayrışmanın (ilişkisellik ve özerklik) birlikte var olabildiği özerk ilişki benliğinin varlığında hem evli hem de bekar katılımcılar için ayrılma bireyleşme problemlerinin azaldığı ifade edilebilir. Evli anlamlı bir ilişkiye rastlanmamıştır. İmmatür savunmalarda evli bireylerin özerk benlik kurgusu ile anlamlı bir ilişki mevcut değildir. Nevrotik savunmalar ise evli bireylerin özerk benlik kurgusu ile de düşük düzey ve negatif yönlüken, olgun savunmalar ile anlamlı hiçbir bulguya rastlanmamıştır. Nevrotik savunmalarda ilişki benlik kurgusu için evli bireyler için zayıf düzey anlamlı bir ilişki bulgulanırken, immatür ve olgun savunmalarda herhangi bir ilişkiye rastlanmamıştır. Olgun savunmalar ile hem anlamlı hem de pozitif yönlü ilişkinin rastlandığı tek benlik kurgusu özerk ilişki benliktir. Aynı zamanda özerk ilişki benlik kurgusunun varlığında, immatür savunmalar ile negatif yönlü orta düzey ilişki gözlemlenmiştir. Özerk ilişki benlik kurgusu arttıkça olgun savunmaların kullanımı da artmaktadır ve olgun savunmalar depresyon ve kaygı ile negatif yönlü bir ilişki içerisindedir (Yılmaz ve diğerleri, 2007). Evli katılımcıların özerk ilişki benlik kurgusu ortalamasının altında olduğunda ise ilişki problemleri alt boyutundan daha fazla puan elde ettiği görülmüştür.

Araştırmada elde edilen bulgular özerk benliğin ve özerk ilişki benliğinin ayrılma bireyleşme düzeyini olumlu yönde etkilediği göstermektedir ve Akhun'un (2012) çalışmasının sonuçlarıyla uyumludur fakat, bu çalışmada ilişki benlik ve ayrılma bireyleşme arasında anlamlı bir bulgu gözlemlenmezken, Akhun ilişki benliğinin ayrılma bireyleşmeyle negatif yönde bir ilişkisi olduğunu ifade etmiştir.

Evlilik ile birlikte iki farklı benliğin etkileşimi gerçekleşir ve bu da iki ayrı benliğin bir bütünün parçaları olmasıyla sonuçlanır. Bu bütünleşme kavramı karşılıklı olarak benliklerin gelişimine de olanak tanır ve mutlu olunan ilişkiler de karşılıklı iletişimin ve ilişkililiğin de tıpkı özerklik gibi önem arz ettiği yadsınmamalıdır (Fowers, 1993; akt; Özden; Kağıtçıbaşı, 2010). Özerkliğin ve yakın olabilme kabiliyetinin bir arada bulunduğu bireylerin güçlü evlilikler gerçekleştirebileceğine yönelik bulgular mevcuttur (Neto ve Mullet, 2004; Kağıtçıbaşı, 2010).

#### **5.1.4.1 Bekar katılımcıların özerk benlik, ilişkisel benlik ve özerk ilişkisel benlik kurguları ile ayrılma bireyleşme düzeyleri ve kullandıkları savunma mekanizmalarına ilişkin bulguların tartışılması**

Bekar katılımcıların ilişkisel benlik kurguları ile ayrılma bireyleşme düzeyleri arasında anlamlı bir ilişki bulgulanmamıştır. Bekar bireylerin özerk benlik kurguları ile savunma biçimleri testi toplam puanı arasında düşük düzey negatif yönlü bir ilişki mevcutken, İmmatür savunmalarda özerk benlik kurgusu ile negatif yönlü düşük düzey bir ilişki bulgulanmıştır. Nevrotik savunmalarla ise düşük düzey ve negatif yönlüken, olgun savunmalar ile anlamlı hiçbir bulguya rastlanmamıştır. Nevrotik savunmalarda ilişkisel benlik kurgusu bekar bireyler için zayıf düzey anlamlı bir ilişki bulgulanırken, immatür ve olgun savunmalarda herhangi bir ilişkiye rastlanmamıştır. Olgun savunmalar ile hem anlamlı hem de pozitif yönlü ilişkinin rastlandığı tek benlik kurgusu özerk ilişkisel benliktir. Aynı zamanda özerk ilişkisel benlik kurgusunun varlığında, immatür savunmalar ile negatif yönlü orta düzey ilişki gözlemlenmiştir. Savunma mekanizmalarının psikopatoloji ile olan ilişkisinde araştırmacılar farklı görüşlere sahip olsada, Kağıtçıbaşı'nın benlik modelinde en sağlıklı benlik yapısı olarak belirtmiş olduğu özerk ilişkisel benlik kurgusunun hem ayrılma bireyleşme ile hem de savunma mekanizmalarının kullanımı ile ilişkisi de bu durumu destekler niteliktedir.

Araştırmada elde edilen bulgular özerk benliğin ve özerk ilişkisel benliğin ayrılma bireyleşme düzeyini olumlu yönde etkilediği göstermektedir ve Özerklik duygusunun gelişimi ile ayrılma-bireyleşmenin temeli atılır ve benliğin ilk sosyalleştiği ortamda yani ailede başlar (Yavuzer, 2011). Ayrılma bireyleşme sürecinin sonunda var olan birey, kendi kimliğini var eder ve bu kimlik beraberinde yetişkin yaşama ait sorumlulukları da barındırdığı gibi farklı sevgi nesnesi edinimine de olanak tanır (Özden, 2013) Batının bireyci görüşüyle uyum içerisinde olan ayrılma bireyleşme kuramının özerklik ile ilişkili olduğu bulgulanmıştır. Ancak değişim tek yönlü bir olgu değildir ve batı modeline doğru seyreden bir değişimin de zorunluluk arz etmediği açıktır. Doğu toplumları gibi ilişkiselliğin var olduğu yerlerde, bağımlılık kavramı şekil değiştirebilir ve maddi bağımlılıkların azalması, refahın artması ve kentleşmeyle birlikte duygusal bağıllık olarak var olabilir. Bu durumda da iki temel insan ihtiyacı olan özerklik ve ilişkisellik bir arada var olabildiği gibi birbirini dışlayan kavramlar olmaktan da uzaktır (Daniels, 1990, akt; Kağıtçıbaşı, 2010).

Özerk ilişkisel benliğin varlığı da tıpkı özerk benlik gibi ayrılma-bireyleşme düzeyini arttıran bir etmen olarak ele alınabilir (Akhun, 2012).

Benlik kurguları toplumdan ve kültürden etkilenir ve tıpkı benlik kurguları gibi savunma mekanizmaları hem toplumdan hem de içinde var olunan sosyal bağlaman kendisine, cinsiyetine biçtiği rollerden etkilenebilmektedir. Bu nedenle savunmalar kişinin kendisini ifade etme biçimini de etkiler. Toplumlarda kadın ve erkeklere biçilen roller farklı olmakla birlikte, evli ve bekarlara atfedilen özellikler, beklentiler değişim gösterebilir. Türk toplum yapısında, maddi bağımlılıklar azalsa da, manevi bağların devam ettiği yadsınmayarak, evlilikle birlikte genişleyen aile bağları dikkat çeker. Evlilik bağı kurmuş kadın ve erkeklere biçilen roller de farklılaşmaktadır. Evlilik kavramının bireyler üzerindeki etkileri inceleyen araştırmaların sayısı az olmakla birlikte, bu çalışmada savunma mekanizmaları farklılıkları incelenecek olması literatüre katkı sağlayacağı düşünülmektedir. Literatüre baktığımız zaman kadın ve erkeklerin kullandıkları savunmaları inceleyen bir araştırmacı kadınların duyguları ve benliklerini dışa yansıtmayı tercih ettiğini ancak erkeklerin ise içe yansıtmayı tercih ettiğini bulgulamıştır (McNichols, 2013; akt. Karakuş, 2017). Karakuş'da çalışmasında erkeklerin inkar, baskılama ve disosiyasyonu sıklıkla kullandıklarını, kızların ise psodöaltruizm ortalamalarının anlamlı derecede yüksek olduğunu bulgulamıştır. Bu dikkat çekici bulgu toplumun kadınlar fedakarlık beklentisini gösteriyor olabilir.

## **5.2 Benlik Kurgularının Katılımcıların Sosyo-Demografik Bilgilerine Yönelik İncelenmesine İlişkin Bulguların Tartışılması**

Batı kültüründe yetişmiş bireyler ile Doğu kültüründe yetişmiş bireylerin benlik yorumlamalarında farklılıklar mevcuttur (Markus & Kitayama, 1991; Heine, Kitiyama ve Lehman, 2001). Toplum ve kültürün kadın ve erkeklere biçtiği roller, onlardan beklentileri, topluma katılma düzeyleri ve sosyalleşmelerinde farklılaşmaların gözlemlenmesine imkân verir (Barry, Bacon ve Child, 1957; akt. Kağıtçıbaşı, 2010; Cross & Madson, 1997). Kültürden ayrı düşünülemeyecek bir kavram olan benlik kurguları kültürden etkilendiği gibi aileden de etkilenebilmektedir ve aile kültür ile birey arasında aracı rol üstlendiği gibi cinsiyetler arası farklılıklar gözlemlenmektedir. Türkiye gibi toplumsal bağlara önem atfedilen kültürlerde ‘‘akraba ilişkilerinin öneminin, artan kentleşme ve sanayileşmeyle azalmadığını’’

gösteren araştırmalar vardır (Duben, 1982; akt. Kağıtçıbaşı, 2010; Fişek, 1995). Ancak batının modernleşme kuramını desteklemeyen toplumlarında mevcut olduğu göz önünde bulundurulduğunda, ilişkisellik kültürüne sahip ülkelerde psikolojik ve duygusal bağıllık gözlemlenebilir ve benlik hem özerk niteliklere hem de ilişkişel niteliklere sahip olabilir. Özerklik ve ilişkisellik insanların temel ihtiyaçları arasında gösterilmektedir (Ryan ve Deci, 2000; Kağıtçıbaşı, 2010). Ataerkil bir toplum yapısında kadına atfedilen değer toplumun gelişmişlik düzeyi arttıkça olumlu yönde değışim gösterir. Aile yapısı, doğurganlık düzeyi ve kadının aile içerisindeki statüsü yaşam koşullarından etkilenmektedir. Özerk yapıların bağımsız aile örgütlenmelerinin görüldüğü, ayrışmayı temel alan ve benlikleri kesin sınırlarla ayrılmış toplumlarda ise ataerkilliğin önemi azalmış ve artan refah düzeyiyle birlikte de kadının toplum ve ailedeki statüsü yükselmiştir. Özerk ilişkişel benlik kurgusunda ise bağıllığın devam ettiğı alan duygusal anlamlar taşır ve geleneksel bağımlılık modelinin üretim ve tüketim anlayışından uzaktır. Kadının statüsü yükselmiş, erkek çocuk tercihi azalmış olmasına rağmen bireysel değerlerle birlikte, diğeriyle olan bağlarda önemini koruma devam etmektedir (Kağıtçıbaşı, 2010).

Koutrelakos'un (2004) yapmış olduğı araştırmada Amerikada ikamet eden Yunanlılar ve Beyaz Amerikalıları karşılaştırıldığında kadınların samimi ilişkilerde kendini açmayı daha fazla deneyimledikleri bilgisi, aynı toplum içerisinde cinsiyetlere özgü farklılıkların var olabileceğini kanıtlar niteliktedir. Karakitapoğlu-Aygün'ün (2004) Türk üniversite öğrencileri üzerinde gerçekleştirdiğı çalışmasında ise sosyoekonomik farklılıkların benliği tanımlama üzerindeki etkileri incelemiş ve kadınların ilişkisellik özelliklerinin erkeklerden yüksek olduğı bulgulanmıştır. Özdemir'in (2009) ergen bireyler üzerinde gerçekleştirmiş olduğı çalışmasında özerk benlik için cinsiyetler arası anlamlı bir fark bulgulanmamış olup, ilişkişel benlik ve özerk-ilışkişel benlik kurgusunda ise kızların puan ortalamalarının erkeklerden daha yüksek olması dikkat çekicidir. Ergenlik dönemini ikinci ayrılma-bireyleşme dönemi olarak değerlendiren batılı araştırmacılar bu dönemde özerkliğın önem kazandığını ifade eder fakat, Türkiye'de yapılmış bu ve benzer çalışmalar kültürün etkisini kanıtlar niteliktedir (Blos, 1967). Blos'un bu görüşüne karşı çıkan araştırmalar da literatürde mevcuttur (Lyons-Ruth, 1991; Blass ve Blatt, 1990; Fişek, 2009). Alpay'ın (2015) benlik kurgularını ele aldığı araştırmada ise cinsiyet perspektifinde değerlendirilen benlik kurguları arasında anlamlı bir farklılık elde

edilememiştir. Türkiye’de farklı bir ölçüm aracının kullanıldığı bir araştırmada bireycilik, ilişkisellik ve toplulukçuluk kavramları ele alınmış ve cinsiyet değişkenine göre benlik kurguları incelendiğinde kadınların bireycilik ve ilişkisellik puanlarının anlamlı derecede erkeklerden yüksek olduğu bulgulanmıştır (Ercan, 2013). Çuhadaroglu ve Akfırat’ın (2017) üniversite öğrencilerinde benlik kurgusunu ele aldığı çalışmasında, cinsiyet değişkeni baz alındığında, özerk ve ilişkişel benlik kurguları arasında anlamlı bir farklılık gözlemlenmemiş, özerk ilişkişel benlik kurgusunda ise kadınların puan ortalamalarının daha yüksek olduğu bulgulanmıştır. Türkiye ve Orta Asya Türk Cumhuriyetleri gençlerinde benlik kurgularının incelendiği ve Türkiye, Azerbaycan, Özbekistan ve Kırgızistan ülkelerinde gerçekleştirdiği çalışmasında ise diğer ülkelerin özerk benlik kurgusu açısından cinsiyete göre farklılaşmadığı fakat Türkiye’de kadınların özerk benlik kurgusu puan ortalamalarının, erkeklerden anlamlı derecede yüksek olduğu bulgulanmıştır. İlişkişel benlik kurgusunda cinsiyete göre farklılıkların ise erkeklerin puan ortalamalarının kadınlardan daha yüksek olmasından kaynaklanmaktadır (Yılmaz, 2019). Bu uluslararası araştırmanın sonuçları dikkat çekicidir çünkü Türkiye’de yürütölmüş birçok araştırmada kadınların ilişkişel benlik kurguları, erkeklerden anlamlı derecede yüksektir. Altıntaş’ın (2015) çalışmasında ise Cinsiyet değişkeni ele alındığında kadınların ilişkişel benlik puan ortalamaları erkek katılımcılardan daha yüksek olarak bulgulanırken, erkek katılımcıların da özerk benlik puan ortalamalarının daha yüksek olduğu gözlemlenmiştir. Özerk ilişkişel benlik puan ortalamaları açınsındansa cinsiyetler arası anlamlı bir fark bulgulanamamıştır. Gündaş’ın (2013) ve Gündaş ve Koçak (2015) ‘ın çalışmalarında ise erkeklerin özerk benlik puan ortalamalarının ve kadınların da ilişkişel benlik ve özerk ilişkişel benlik puan ortalamalarının yüksek olduğu bulgulanmıştır. Çavuşoğlu’nun (2014) çocukluk çağlarında göç etmiş olan katılımcıların benlik kurgularını ele aldığı çalışmasında cinsiyet değişkeni perspektifinde ele alınan benlik kurguları sonucunda erkeklerin kadınlardan daha yüksek özerk benlik kurgusu puan ortalamasına sahip olduğu ve kadınlarında ilişkişel benlik puan ortalamalarının daha yüksek olduğu bulgulanmıştır. Bilir’in (2016) üniversite öğrencilerinin ilişkişel benlik tutumlarını ele aldığı, Akhun’un (2012) üniversite öğrencilerinde benlik kurgularını incelediği çalışmasında kadın katılımcıların ilişkişel benlik ve özerk ilişkişel benlik puan ortalamalarının erkek katılımcılardan yüksek olduğu fakat özerk benlik kurgusunda cinsiyete göre anlamlı bir farklılığın gözlemlenmediği bulgulanmıştır

Bu araştırmada ise kadın ve erkek katılımcıların özerk benlik ve ilişkisel benlik kurgusu açısından farklılaşmadığı fakat, özerk ilişkisel benlik ortalamalarında cinsiyetin anlamlı etkiye sahip olduğu sonucuna ulaşılmış olup, kadın katılımcıların ortalamalarının yüksek olduğu bulgulanmıştır. Elde edilen sonuçlar literatürdeki araştırmaların sonuçları ile uyum içerisindedir (Bilir, 2016; Akhun, 2012; Dost, 2006; Özdemir, 2012; Gündaş, 2013; Gündaş ve Koçak 2015). Sadece özerk ilişkisel benlik kurgusunun (Çuhadaroğlu ve Akfırat, 2017) kadınlarda daha yüksek olduğunu destekleyen araştırmalar da mevcuttur. İlişkisel bir toplum yapısının var ettiği Türk kültürünün, sosyokültürel değişimlerle birlikte kadınlara atfedilen bu yeni cinsiyet rolünde özerkliği ve ilişkiselliği dengeleyebildiğini gösterebilir (Karadayı, 1998; akt. Özden, 2009). Ancak, kadının toplumdaki statüsünün artmasıyla özerk benlik kurgusunun gelişim gösterdiğini destekleyen araştırmalar da literatürde mevcuttur (Çileli, 2000; İmamoğlu ve Karakitapoğlu-Aygün, 2004; Karakitapoğlu-Aygün, 2004).

Özerk benliğin ergenliğin ilerleyen dönemlerde artış gösterdiğini ve özellikle duygusal anlamdaki özerklik kavramının yaşla birlikte arttığını bulgulayan araştırmalar mevcuttur (Steinberg ve Silverberg 1986; Noom ve ark, 2001; akt. Aydın, 2015). Yaşın benlik kurguları üzerindeki etkilerini inceleyen birçok araştırmada anlamlı farklılıklara rastlanmamıştır (Özdemir, 2009; Dost, 2006; Akhun, 2012; Bulğur, 2017; Ernas, 2017) fakat Bilir'in (2017) araştırmasında özerk benlik kurgusunun ve özerk-ilişkisel benlik kurgusunun yaş ile pozitif yönde anlamlı bir ilişki içerisinde olduğu bulgulanmıştır. Polonya'daki bir araştırmanın sonuçlarına göre de gençlerin daha bireyci eğilimlere sahip olduğu gözlemlenmiştir (Daab, 1991; akt. Trandis ve Singelis, 1998). Bu araştırmada ise özerk benlik ve ilişkisel benlik kurgusu ve yaş için anlamlı bir bulguya rastlanmamıştır. Özerk ilişkisel benlik kurgusunun 32 yaş ve üzeri katılımcılarda 18-24 yaş ve 25-31 yaş aralığında bulunan katılımcılardan daha yüksek olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Benliğin ergenlik döneminde ihtiyaç duyduğu özerkliği, ilerleyen dönemlerde Türk toplumunda var olan ilişkisel yapı ile harmanlayarak artan yaşla birlikte hem özerk olmayı hem de ilişkisel olmayı gerçekleştirdiğimiz söylenebilir. Kağıtçıbaşı'nın (2010) dediği gibi, değişim tek yönlü ve batıya doğru olmak zorunda değildir.

Okul eğitim stratejilerinin kişileri bireyciliğe yönlendirdiğini ifade eden araştırmacılar toplulukçu kültürlerde bu durumun zayıflayan aile bağlarına sebebiyet

verebileceğini ifade etmektedir (Serpell, 1993; akt. Kağıtçıbaşı, 2010). Burada önem arz eden nokta ilişkisellik barındıran kültürlerde, toplumun değerlerinin eğitim sistemine dahil edilebileceği ve bireyci bir rekabet ortamından ziyade iş birliğine dayalı stratejilerin benimsenebileceğidir (Suina ve Smolkin, 1994; Aronson, Stephan, Sikes, Blaney ve Snapp, 1978; akt. Kağıtçıbaşı, 2010). Eğitim seviyesinde artış ise kuşaklararasıdaki maddi bağımlılıklara ket vursa da duygusal bağılıkların devam etmesine ilişkisel kültürlerde bir engel değildir ve Türk toplumunda eğitim ve kentleşmenin de önem kazanmasının bir sonucu olarak özerklik ve ilişkisellik bir arada gözlemlenebilmektedir. Eğitim konusunda ebeveynlerin çocuklarına yaklaşımı da önem arz etmektedir, Dornbusch, Ritter, Leiderman, Roberts ve Fraleigh'in (1987) San Francisco'da lise öğrencileri ile gerçekleştirmiş olduğu araştırma sonucunda ebeveynlik stillerinin kültürel, etnik ve aile yapısından etkilendiğini bulgulanmış olup, yetkeli ebeveyn tutumlarının, çocuklarının notları ile negatif bir ilişkisellik içerdiğini ve yetkeci ebeveyn tutumlarının ise notlarla pozitif bir ilişkisellik içerdiğini ifade etmişlerdir. Polonya'da yürütülmüş bir çalışmada ise eğitim seviyesi arttıkça bireycilik eğilimlerinin arttığı gözlemlenmiştir (Daab, 1991; akt. Trandis ve Singelis, 1998). Ercan (2013) Bireylerin eğitim seviyesi azaldıkça bireycilik puanları düştüğünü ve lisansüstü eğitim almış katılımcıların ise ilişkisellik ve toplulukçuluk puanlarının düşük olduğunu bulgulanmıştır. Ernas'ın (2017) araştırmasında ise özerk benlik ve eğitim seviyesinde anlamlı bir farklılık bulgulanmamıştır. Trandis ve Singelis, (1998) Polonya'da gerçekleştirdikleri çalışmalarında, eğitim seviyesi arttıkça bireyci benlik kurgusunun arttığını belirtmiştir. Gündaş ve Koçak'ın (2015) çalışmasında katılımcıların sınıf seviyesi yükseldikçe özerk benlik ve özerk ilişkisel benlik puan ortalamalarının yükseldiği ve ilişkisel benlik puanlarının da düştüğü gözlemlenmiştir. Bu çalışmada ise katılımcıların eğitim seviyesi ve benlik kurgularının eğitim seviyesine bağlı olarak farklılık gösterdiği ve özerk benliğin üniversite mezunlarında lise mezunlarından daha yüksek olduğu gözlemlenirken, yüksek lisans ve üniversite mezunlarının özerk ilişkisel benlik kurgusunun, lise mezunlarından yüksek olduğu bulgulanmıştır. Üniversite öğrencilerinde anlamlı derecede yoğun gözlemlenen özerk benlik kurgusu, aileden ayrılmanın, farklı bir şehire taşınmanın ve kendi sorumluluklarını üstlenmenin bir sonucu olabilir fakat, yüksek lisans seviyesinde gözlemlenmiş olan özerk ilişkisel benlik Türk kültüründe, bağlılığa ve kişiler arası ilişkilere atfedilen önemle birlikte özerk benliğin ilişkisel özellikleri de barındırması ile ilişkisel

benliğin de yetkinlik kazanarak yeni bir sentez olan özerk ilişkisel benliği var etmesi olarak yorumlanabilir.

Kağıtçıbaşı (2010) ‘‘kişi hem özerk hem de birine yakından bağlı olabilir’’ ifadesinin Türk toplumunun yetişkin bireyleri tarafından kabul gördüğünü ve katılma düzeyinin de daha genç, kentli katılımcılar arasında yoğunlukta olduğunu ifade etmiştir. Toplumların sosyoekonomik açıdan değişimlerinin sonucunda duygusal bağlılığın devam edebileceği ve özerk-ilişkisel benliğin modern yaşam tarzına uyum sağlayabilmek adına ilişkisel bir kültür yapısında, özerkliğın de var olmasının önemine değinmiştir (Kağıtçıbaşı, 2010). İlişkisellik kültüründe var olan maddi bağımlılığın azalıp, duygusal bağımlılığın ise devam etmesi sosyoekonomik açıdan gelişimin varlığıyla mümkündür ve özerk ilişkisel benlik yapısını var eder. Bu benlik yapısı kentli modern yaşama uyum sağlamaya yardımcı olmaktadır. Ercan (2008) sosyoekonomik durumun artmasıyla bireycilik puanlarının arttığını belirtmiştir. İmamoğlu (1987; akt. Kağıtçıbaşı, 2010) da sosyoekonomik açıdan gelişimin bir sonucu olarak özerkliğe yapılan vurguda artış gözlemlemiştir. Akhun (2012) ise çalışmasında ise sosyoekonomik düzey değişkeninin anlamlı etkisi sadece ilişkisel benlik için geçerli olmuştur. Özdemir’in (2009) ergen bireylerle gerçekleştirdiği çalışmada ise ailenin sosyoekonomik durumunun yüksek oluşunun özerk benlik ve özerk ilişkisel benlik üzerinde anlamlı bir etkisini gözlemlemiş fakat, ilişkisel benlik için anlamlı bir etkiye rastlanmamıştır. Bulğur’un (2017) çalışması ve bu çalışmada ise sosyoekonomik durum değişkenine göre benlik kurguları üzerinde anlamlı bir etkisi olmadığı bulgulanmış olup, herhangi bir farklılık gözlemlenmemiştir.

### **5.3 Ayrılma-Bireyleşme Düzeylerinin Katılımcıların Sosyo-Demografik Bilgilerine Yönelik İncelenmesine İlişkin Bulguların Tartışılması**

Ayrılma bireyleşme ekseninde yapılan birçok çalışma hem Türk literatüründe hem de dünya literatüründe üniversite öğrencileri üzerinde ya da ergen bireyler üzerinde gerçekleştirilmiştir. Türk toplum yapısı ele alındığında, aile ile yaşama davranışı sıklıkla gözlemlenir ve çocukların aileden ayrı bir hayat sürmesi genellikle üniversiteyi kazanmasıyla başlar fakat, bu araştırmada evli ve bekar bireylerin karşılaştırılmasına sebep olan düşünce üniversiteyi kazanmış bireylerin birçoğunun ebeveynlerine ekonomik açıdan bağımlı olmaya devam etmesidir. Aile evinden ayrılmak, kendi düzenini kurmak adına atılmış bir adım olmakla birlikte kimlik

gelişimi ve özerklik kavramı için önem arz ettiği yadsınamaz fakat, maddi olarak devam eden bağıllık bireylerin hayatlarının belirli noktalarında varlığını sürdürebilir ve kararlarını etkileyebilir. Ebeveynlerinden ayrılmayı ve bireyleşmeyi başaran kişilerin evlilik ilişkisinde de başarılı olacağı düşünülmektedir (Özden, 2012).

Ayrılma-Bireyleşme düzeyinde cinsiyetler arası anlamlı farklılıklar elde edilememiştir. Chun ve MacDermid'in (1997) aile farklılaşması, bireyleşme algısı ve Koreli ergenlerin benlik saygısı üzerine yaptıkları çalışma ergenin bireyleşmesinin, anne ve baba, baba ve ergen, anne ve ergen çiftleri ile ilişkili olabileceğini düşünen araştırmacılar anne-baba ve ergen farklılaşmasının, anne ve baba farklılaşmasından daha etkili olacağı hipotezine ek olarak cinsiyetin de bireyleşme de önem arz eden bir kavram olduğuna ve bu nedenle de ergenin hemcinsi olan ebeveyni ile farklılaşma düzeyinin karşı cins ebeveyni ile farklılaşma düzeyinden daha güçlü olacağını ileri sürmüşlerdir. Hemcins ebeveyn ile ergen bireyleşmesi ve farklılaşması arasında anlamlı bir ilişki olduğunu bulgulamışlardır. Erkek ergenler için bireyleşmenin kuvvetli yordayıcısı ise baba-ergen farklılaşmasıdır. Kadın ergenler için ise anne-ergen farklılaşması bireyleşme ile kuvvetli bir ilişkisellik içermektedir. Türk erkeklerinin ayrılma bireyleşme düzeylerindeki düşüklük, aile yapısının bir sonucu olarak düşünülebilir. Toplumda babalara atfedilen otoriter rol ve erkek çocuklara atfedilen sorumluluk ve önem araştırılması gereken konular arasındadır. Fişek'in (2011; akt. Akhun, 2012) araştırmasında baba ve erkek çocuk arasındaki ilişkide saygının önem arz ettiği ve aralarında sözel iletişimin olmadığı sonucuna ulaşılmış olup, katılımcıların sevgi eksikliği hissetmediğini belirtmektedir. Bu durum yakınlığın algılanmasında bir kültürel faktör olabilir. Türkiye'nin bir geçiş toplumu olduğu göz önünde bulundurularak, geleneksel aile modelinin erkek çocuğa attığı değer ve aile içi hiyerarşik düzen göz önünde bulundurulmalıdır (Fişek, 1995; Kağıtçıbaşı, 2010).

Qintana ve Kerr'in (1993) araştırmasında Levine'nin ölçeğini kullanılmış olup, 7 alt ölçekte çalışmışlardır. Ayrılma kaygısını, Yutulma kaygısını, Bağımsızlığın inkarını, Bakım arama ihtiyacını, İç içe geçmeyi aramayı, Ben odaklılığı ve Sağlıklı ayrılmayı ele alan bu çalışma üniversite öğrencileri üzerinde gerçekleşmiş olup, ergen ayrılma-bireyleşmesinde ilişkisel ihtiyaçlara odaklanılmıştır. Özden'in (2013) yılında yapmış olduğu çalışmanın sonucunda kadın ve erkek katılımcıların ayrılma bireyleşme düzeyleri arasında farklılıklar elde edilmemiş olması çalışmamız ile uyum

içerisindedir. Yaman (2005) ise ergenler ayrılma-bireyleşmeyi ele aldığı çalışmada kızların ayrılma bireyleşme problemlerini daha fazla deneyimlediğini bulgulanmıştır. Gnaulati ve Heine'nin (2001) üniversite öğrencilerinde ayrılma-bireyleşmenin cinsiyet ve etnik farklıları ele aldıkları, Beyaz, Afrikalı Amerikalı, Hispanik ve Asyalı olarak tanımlayan 300 kişilik örneklem ve üç grup üzerinde gerçekleştirdikleri çalışmalarında ise ergen ayrılma bireyleşme envanteri kullanmışlardır ve ayrılma-bireyleşmede cinsiyetler arası herhangi bir farklılık bulgulanmamıştır. Puklek Levpuscek'in (2006) Sloven ergenlerin ebeveynleri ve arkadaşlarıyla ilişkisini konu alan çalışmaları 7 - 12 sınıf eğitim gören öğrenciler üzerinde gerçekleştirilmiştir. Cinsiyetler arası fark ise kız öğrencilerin, erkek öğrencilerden daha başarılı bir şekilde bireyleşmesinden kaynaklanmaktadır. Erkek öğrencilerin bireyleşmelerin de ise özerklik ihtiyaçları ön plana çıkmaktadır. Lapsley ve Edgerton (2002) ise Yetişkin bağlanma stilleri, ayrılma-bireyleşme ve üniversiteye uyumu ele aldıkları araştırmalarında, katılımcıların üniversiteye uyumlarının ve ayrılma bireyleşmenin yetişkin güvenli bağlanma ile pozitif yönde ilişkili olduğunu bulgulanmışlardır. Ebeveynler ile kurulan bağın güvenli oluşu, gelecek ilişkilerde de önem arz eden bir nokta olmakla birlikte, ayrılıkların sebep olduğu kaygıyı da düşürmektedir. Lapsley, Rice ve Shadid (1989) ise kadınların erkeklere oranla psikolojik bağımlılıklarının yüksek olduğu ve ayrılmanın da duygusal uyum ile ilişkili olduğu sonucuna ulaşmıştır.

Literatürdeki çalışmalar ergenlik sürecine ve üniversite öğrencilerine yönelik olmakla birlikte artan yaş ile bireyleşmenin daha başarılı bir şekilde gerçekleştiğini ifade etmektedir (Puklek Levpušček, 2006). Yüksel'in (2006) çalışmasında artan yaş ile ayrılma anksiyetesinin azaldığı görülmektedir. Ayrılma bireyleşme ve yaş değişkeni incelendiğinde 18-24 yaş arasındaki katılımcıların en yüksek ortalamaya sahip olduğu bulgulanmıştır. 18-24 yaş arasındaki katılımcıların ayrılma bireyleşme düzeylerinin daha düşük olduğu ve ayrılma bireyleşme problemlerini diğer yaş gruplarına oranla daha fazla deneyimledikleri söylenebilir. Akhun'un (2012) araştırmasında da yaş değişkeni ve ayrılma bireyleşme arasında negatif yönde anlamlı bir ilişki olduğu gözlemlenmiştir. Yaşın artması ile ayrılma bireyleşme puanlarının düştüğü gözlemlendiği diğer bir araştırma ise Gör'e (2021) aittir. Puklek Levpuscek'in (2006) Ergenlerin bağımlılık ihtiyaçları ve özerklik çabalarının sosyodemografik değişkenler açısından incelendiği bu çalışmada erken ergenlik

döneminin ayrılma-bireyleşme sürecinde en belirgin değişikliğin gözlemlendiği dönem olduğunu ifade etmektedir. Güven ve Aslan ise (2010) Örneklemin genelinde ise sınıf düzeyi yükseldikçe öğretmene bağlanma ve ayrılık kaygısında düşüş, sağlıklı ayrışmada ise artış gözlemlenmiştir.

Ayrılma bireyleşme ölçeğinin Bölünme alt boyutunda bireyin ilişki deneyimlerinde hem kendi benliğini hem de diğerlerini iyi ve kötü olarak bölmekte oluşunu ele alan bölme savunma mekanizması ele alınmaktadır. Bu alt boyutta en yüksek ortalamaya sahip yaş grubunu 18 ve 24 yaş aralığında olan katılımcılar oluşturmaktadır. Göral (2002) çalışmasında, genç katılımcıların bölme savunmasını daha yüksek oranlarda kullandığını bulgulamıştır. Bölme mekanizması ise ayrılma bireyleşme sorunları ile pozitif yönde ilişkilidir. İlişkisel problemler alt boyutunda ayrılma bireyleşme düzeylerindeki düşüklüğün ilişkilerde meydana getirdiği problemlere odaklanılır ve bu iki alt boyutta da 18 ve 24 yaş aralığındaki katılımcıların 25 ve 31 yaş aralığındaki katılımcılardan anlamlı derecede yüksek puanlar aldıkları saptanmıştır. Genç yaştaki katılımcıların ayrılma bireyleşme ve ilgili problemleri daha sık deneyimlediği ifade edilebilir.

Özerklik, ayrılma bireyleşme sürecinde bireyin ötekilerden ayrışmasının ve farklılaşmasının ön koşulu olmakla birlikte Kağıtçıbaşı (2010) özerklik ve kişilerarası ilişkilerin birlikte var olabileceğini vurgulamıştır. Özerk ilişkisel sosyal ve ekonomik gelişmelerin sonucunda oluşan bir sentezdir. Artan refah düzeyiyle birlikte kuşaklarası maddi bağımlılıklar azalır ancak duygusal bağılılık devam eder. Bu nedenle sosyoekonomik durumun etkisi ilk olarak benlik kurgularında incelenmiş ve yüksek sosyoekonomik durumun özerk ilişkisel benlik üzerindeki anlamlı etkisi bu araştırmada bulgulanmıştır fakat, katılımcıların sosyoekonomik durum değişkenine göre ayrılma bireyleşme düzeylerinin farklılaşmadığı gözlemlenmiştir. Bu durumun sebebi olarak, katılımcıların büyük bir çoğunluğun ekonomik olarak aynı seviyede olması olabilir. Elde edilen bulguların karşılaştırılacağı araştırmaların azlığı da bir dezavantajdır. Literatürde var olan bir çalışmada sosyoekonomik durum değişkeni ve ayrılma bireyleşme ele alındığında alt gruptaki katılımcıların ortalamalarının üst gruptaki katılımcılardan ayrılma bireyleşme problemlerini daha sık deneyimlediği görülmektedir (Akhun, 2012).

#### **5.4 Savunma Mekanizmalarının Kullanımının Katılımcıların Sosyo-Demografik Bilgilerine Yönelik İncelenmesine İlişkin Bulguların Tartışılması**

Savunma mekanizmaları, insan davranışlarının açıklanmasında psikoloji literatürüne psikanalitik kuramın bir katkısıdır. Hem sosyal bilimlerde, hem de deneysel araştırmalarda sıklıkla karşılaşıldığı gibi klinik çalışmalarda da önem arz eder (Vaillant, 1977). Literatür incelendiği zaman savunma mekanizmalarının fiziksel sağlığı da etkilediği sonucuna ulaşılmış çalışmalar mevcuttur. Özellikle olgunlaşmamış savunmaların olumsuz etkilerinden bahsedilir ( Flannery ve Perry, 1990; Vaillant, 1993; akt. Malone ve diğerleri, 2013). Soldz ve Vaillant'ın (1998) boylamsal çalışması olgun savunmaların tüm psikososyal ve sağlık değişkenlerin üzerindeki olumlu etkileri göstermiştir fakat aynı zamanda savunma mekanizmalarının fiziksel sağlık üzerindeki etkilemesine ilişkin yollar açık bir şekilde ifade edilememektedir (Ollf, 1999; akt. Malone ve diğerleri, 2013). Yapılmış olan bir metaanaliz çalışması sonucunda ( Uchino, Cacioppo, & Kielcot-Glaser, 1996; akt. Malone ve ark, 2013) hem fiziksel sağlık konusunda hem de kişilik gelişimi bağlantılı olabileceği ve sosyal desteğinde önem arz eden bir konu olduğu üzerinde bütünlük sağlamaktadır. Kişilik gelişimi konusunda Vaillant'ın (2000) yapmış olduğu çalışma, savunma mekanizmalarının güvenilir bir şekilde ölçülmesinde metodolojik sorunların var olabileceğini de kabul ederek, bu zorlukların üzerinden gelebilmek ve savunma mekanizmalarının da güvenli bir şekilde ele alınması ve ölçülmesini sağlamak adına geleceğe dönük boylamsal bir çalışmanın kullanılmasını belirtmiştir. Ayrıca araştırmacının elde ettiği bulgular arasında, olgun savunmaların sosyoekonomik durum, eğitim durumu ve IQ'dan bağımsız olduğuna yönelik bulgular da mevcuttur. Porcerelli, Huth-Bocks, Huprich ve Richardson'ın (2015) yapmış olduğu çalışmada örneklem hamileliğinin altıncı ayında olan ve düşük sosyoekonomik seviyedeki ailelere hizmet veren toplum kuruluşlarındaki 84 hamile kadından oluşur ve bulgular dikkat çekicidir. Bu çalışma hamile kadınların savunma mekanizmalarının, çocuklarının bağlanma düzeyleri ve sosyal-duygusal ve davranışsal uyumları arasındaki ilişkiyi ele almaktadır. Sonuçlar ise anne savunma mekanizmalarının çocukların bağlanma düzeyleri ve sosyal-duygusal ve davranışsal uyumlarını etkilediğini göstermektedir. Gouvernet, Mouchard ve Combaluzier (2015) ise Terapilerde terapistin savunma mekanizmaları

ve başa çıkma stratejilerine aynı anda odaklanmasının sağlıklı sonuçlar doğurabileceğini ifade etmişlerdir.

Savunma biçimleri testinde savunma biçimleri üç ana başlık altında incelenir. immatür savunmalar dış dünya gerçekliğine uyum konusunda başarılı olmamakla birlikte, yaşamın ilk yıllarından temel alırlar (McWilliams, 2013). Nevrotik savunmalar ise gergin ruh halini dengelemede olumlu etkilere sahip olsa da yoğun kullanımları sonucunda uyum sorunları meydana getirebilir (Vaillant, 1992). Olgun savunmalarda iç ve dış dünya arasındaki dengeyi kurmaya ve uyumu devam ettirmeye olanak tanır (McWilliams, 2013). Savunma biçimleri testini hazırlamış olan Bond ve arkadaşları iki gruba ayırarak savunmaların kullanımını normal ve hasta katılımcılar üzerinden incelemişlerdir. Normal grup içerisinde herhangi bir cinsiyet farklılığı gözlemlenmemiş olup, hasta grubunda erkek katılımcıların daha yoğun bir şekilde immatür savunmaları kullandıklarını bulgulamışlardır. Cinsiyetin savunma biçimlerini belirlemede önemli bir etken olduğunu fakat, olgunluk düzeyinde anlamlı bir etkisi olmadığını ifade eden araştırmacılar da vardır (Petraglia, Thygesen, Lecours ve Drapeau 2009).

Karakuş (2017) lise öğrencileri üzerinde gerçekleştirdiği çalışmasında immatür ve nevrotik savunmalarda herhangi bir farklılığa rastlamamış fakat olgun savunmalarda kızların erkeklerden daha yüksek puan elde ettiğini bulgulamıştır. Waqas, Rehman, Malik, Muhammad, Khan ve Mahmood'un (2015) yapmış olduğu kesitsel çalışmada tıp öğrencilerinde savunma mekanizmaları ve akademik performans ile kaygı ve depresyon ilişkisi ele alınmış ve kadın katılımcıların nevrotik savunma mekanizmalarını daha yoğun kullandığı, olgun ve immatür savunmalar için ise cinsiyetler arası anlamlı bir farkın söz konusu olmadığı gözlemlenmiştir. Giovazolias, Karagiannopoulou ve Mitsopoulou'nun (2017) erken ergen popülasyonunda savunma biçimleri testinin psikometrik özelliklerini ele alan ilk çalışmadır ve yetişkinlerle yapılmış olan çalışmalara ek olarak savunma biçimleri testinin ergenlerle yapılmış olan çalışmalarla da uyum içerisinde olduğu gözlemlenmiştir (Ruuttu, Pelkonen, Holli, Karlsson, Kiviruusu, Heilä, Tuisku, Tuulio-Henriksson, Marttunen, 2006; akt. Giovazolias ve ark, 2017) Ayrıca erkek katılımcıların, kadınlardan daha fazla olgun savunmaları kullandığı bilgisine ek olarak kadınların daha az patolojik savunma mekanizmaları kullandığı bilgisine (İnkar, ayrışma) de ulaşılmıştır. Parekh , Majeed , Khan ,Khan ,Khalid , Khwaja ,

Khalid , Khan , Rizqui , Jehan (2010) tarafından, Pakistan tıp öğrencileri üzerinde yürütülmüş olan çalışmada, immatür savunma mekanizmalarının erkekler tarafından daha sıklıkla kullanıldığı ve kadınlarında erkeklerden daha sık nevrotik savunmaları kullandığı sonucuna ulaşılmıştır. Pawlaczyk, Siembida, Balaj ve Rajewska-Rager ‘ın (2020) Polonyalı ve İngiliz tıp öğrencileri üzerinde yapmış olduğu çalışma, erkek katılımcıların olgun savunma mekanizmalarını daha yoğun kullandığı, kadın katılımcıların ise nevrotik savunma mekanizmalarını daha yoğun biçimde kullandığı bilgisine de ulaşılmıştır. Taşkent’in (2010) çalışmasında ise immatür savunmalar kadınlar tarafından daha yoğun kullanılırken, nevrotik ve olgun savunmalarda ise erkeklerin yoğun kullanımı dikkat çekmektedir. Elmas (2017) olgunlaşmamış savunma mekanizmalarının kullanımının kadın ve erkek katılımcılarda yakın puan aralığında olduğu belirtirken, Yurtseven (2010) de savunma mekanizmaları kullanımında cinsiyet farklarının önem arz ettiğini belirtmektedir. Cinsiyet değişkeninin savunma biçimleri üzerinde anlamsız etkisinin bulgulandığı çalışmalar da mevcuttur. Bu araştırmada da olgun, nevrotik ve immatür savunmalarda cinsiyetler arası anlamlı bir fark gözlemlenmemiş olması literatürdeki çalışmalarla uyum göstermektedir (Korkmaz, 2019; Yaşar, 2014).

Artan yaş ile kullanılan savunma mekanizmaları da değişim göstermektedir (Brody, Rozek ve Muten, 1985; akt. Burger, 2006) fakat, araştırmacılar farklı görüşlere sahiptir. Bir yaklaşım yaş ile birlikte savunma biçimlerinin de olgunlaştığı yönündeyken (Vaillant, 1976), diğer yaklaşımda savunma biçimlerinin yaş arttıkça olgunlaşmamış savunmalara evrildiği ifade edilmektedir (Shenfeld, 1984; Irion ve Blanchard-Fields, 1987). Malone ve arkadaşlarının (2013) yapmış olduğu boylamsal çalışma orta yaştaki bireylerin kullandıkları savunma mekanizmalarının yaşlılık dönemindeki fiziksel sağlık ile ilişkisini ele almaktadır. 90 erkek katılımcı ile gerçekleştirilen çalışmada, sosyal destek değişkenide aracı rolü üstlenmiştir. Katılımcıların ergenlik dönemlerinde başlanan bu çalışma, yaşlılık dönemine dek devam etmiştir. Araştırma sonuçları göstermektedir ki orta yaşlarda olgun savunma mekanizmalarının kullanımı yaşlılık döneminde fiziksel sağlığı olumlu yönde etkilemektedir. Ayrıca sosyal desteğin olgun savunma mekanizmalarının kullanımında aracı rolü olduğu tespit edilmiştir. Katılımcıların sosyal hayatlarının varlığı olgun savunma mekanizmaları ile güçlenmekte ve yaşları ilerledikçe de fiziksel sağlıklarını olumlu yönde etkilemektedir. Vaillant’ın (1976) yapmış olduğu

Çalışma 95 erkek katılımcı ile gerçekleştirilmiş boylamsal bir çalışmadır ve yarı niceliksel teknikler ile yürütülmüştür. 30 yıl boyunca takip edilen katılımcıların yaşları olgunlařtıķ, savunma biçimlerinin de olgunlařtıķı grlmştr. Shenfeld'in (1984) yapmış olduğu çalışmanın sonuçları ise yaş arttıķ, bireylerin yansıtma ve inkr gibi olgunlaşmamış savunma biçimlerine geri dönüş sergilemesidir. Ayrıca yetişkinlerdeki savunma biçimlerinin gelişimsel seyrini konu edinen araştırmaların sayısı az olmakla birlikte, kesitsel çalışmalardan oluşmaktadır. İrion ve Blanchard-Fields'in (1987) yılında yapmış olduğu araştırma 96 katılımcı üzerinden gerçekleştirilmiş kesitsel bir çalışmadır. Ergen, genç yetişkin, orta yetişkin ve yaşlı erişkenler ile gerçekleşmiş olup, yaşla birlikte değişen savunma biçimlerinin yaş ilerledikçe olgunlaşmamış savunmalara evrildiği yönünde bulgulara ulaşılmıştır (Oh ve diğerleri, 2019). Başka bir kesitsel araştırmada da yaş gruplarına göre savunma stillerinin farklılık gösterdiği sonucuna ulaşılmıştır. Örneklemenin yaş değişkenine göre dağılımı ise genç olanlar (20-34), orta yaş (35-49), geç orta yaş (50-64) ve yaşlılık (65+) olarak ele alınmıştır. Olgun savunmaların kullanımının yaşla birlikte arttığı sonucuna ulaşılmıştır. Nevrotik savunma biçimlerinin ise genç yaş grubunun ortalaması geç orta yaş grubuna göre daha yüksektir. Genç yaştaki bireylerin immatür savunma mekanizmalarını daha fazla kullanma eğilimi olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Ek olarak, uzunlamasına bir araştırmaya göre, yaşlılar daha az immatür ve nevrotik savunma stilleri ve daha olgun savunma stilleri kullanma eğilimindedir (Oh ve diğerleri, 2019).

Türkiye'de yapılan araştırmalar incelendiğinde ise Yaşar'ın (2014) yaş değişkeninin kullanılan savunmalar ile ilişkisinde ise yaş değişkenine bağlı olarak immatür savunmaların kullanımında anlamlı bir farklılık olduğu 25 ve altı yaş grubundaki bireylerin immatür savunmalar puan ortalamalarının 31 yaş ve üzeri bireylerden daha yüksek olduğu bulgulanırken, Elmas'ın (2017) alışmasında olgun savunmaların en yüksek puan ortalamasına sahip olduğu yaş aralığının 51-60 yaş olduğu gözlemlenmiş olup, Taşkent'in (2010) alışmasında ise yaş değişkeni anlamlı bir farklılık yaratmamıştır. Bir diğer araştırma da ise yaş değişkeni ve savunma biçimleri arasında negatif yönde anlamlı bir ilişki olduğu ve yaş arttıķ nevrotik savunma biçimlerinin azaldığı veya olgun savunma biçimlerinin de yaşla birlikte azaldığı sonucuna ulaşılmıştır (Yazgan, 2019). Bu araştırmada ise immatür, nevrotik ve olgun savunma biçimlerinde ise yaş grupları arasında anlamlı bir farklılığa rastlanmamıştır.

Vaillant'ın (2000) yapmış olduğu çalışma, savunma mekanizmalarının güvenilir bir şekilde ölçümlemesinde metodolojik sorunların var olabileceğini de kabul ederek, bu zorlukların üzerinden gelebilmek ve savunma mekanizmalarının da güvenli bir şekilde ele alınması ve ölçümlemesini sağlamak adına geleceğe dönük boylamsal bir çalışmanın kullanılmasını belirtmiştir. Ayrıca araştırmacının elde ettiğı bulgular arasında, olgun savunmaların sosyoekonomik durum, eğitim durumu ve IQ'dan bağımsız olduğuna yönelik bulgular da mevcuttur. Bu araştırmada immatür, nevrotik ve olgun savunmaların eğitim durumuna göre farklılaşmadıkları gözlemlenmemiştir. Yurt dışında bir devlet üniversitesinde eğitim gören öğrencilerde olgun savunma mekanizmalarının, özel kurumlarda eğitim görenlere oranla daha yüksek ortalama sahip olduğudur. Türk literatüründe böyle bir çalışmaya rastlanmamış olmakla birlikte, eğitim seviyesini ele alan çalışmalar da görece azdır (Parekh ve diğerleri, 2010).

Savunma mekanizmalarının sosyoekonomik durumdan bağımsız oluşu (Vaillant, 2000) bu araştırmada da desteklenmiştir. Sosyoekonomik durum değişkenine göre gruplandırılan katılımcıların immatür, nevrotik ve olgun savunmalar puan ortalamaları arasında anlamlı bir farka rastlanmamış olup Yaşar'ın (2014) bulgularıyla uyumludur. Literatürde immatür savunmaların düşük sosyoekonomik seviyedeki katılımcılar tarafından daha fazla kullanıldığına (Korkmaz, 2019) ve nevrotik ve olgun savunmaların da yüksek sosyoekonomik seviyedeki katılımcılarda sıklıkla gözlemlendiğı çalışmalar da mevcuttur. Olgunlaşmamış savunmalardan olan pasif saldırganlık için de Topçuoğlu (2003) düşük sosyoekonomik seviyelerde daha yoğun gözlemlendiğini ifade etmektedir.

## 6.SONUÇ VE ÖNERİLER

### 6.1. Sonuçlar

Anna Freud tarafından yapılan ilk savunma mekanizmaları sınıflandırılma çalışmasında savunmalar patolojik olanlar ve olmayanlar olarak ayrılmış ve ardından gelen araştırmacılar tarafından da immatür, nevrotik ve olgun savunmalar sınıflandırılması yapılmıştır. Sağlıklı bireylerin olgun savunmaları daha sık kullandığı ve psikopatolojik rahatsızlıkların varlığında da immatür savunmaların yoğun olarak gözlemlendiği ifade edilmektedir. Egonun dürtü temsilcileri ve duygulanımla olan yoğun çatışmaları, ve bu çatışmaların şiddetli ve sürekli olması durumunda immatür ve nevrotik savunma mekanizmalarının yaygın kullanımına sebebiyet vermektedir. Bu durum çok ciddi uyumsuzluklara, kişilik bozukluklarına ve psikiyatrik hastalıklara neden olmaktadır (Bakırcıoğlu, 2006). Bireylerin ayrılma bireyleşme ile ilgili problemleri yoğun olarak gözlemlemesi ise sınır durum kişilik bozukluğuna işaret eden bir etmen olmakla birlikte immatür savunmaların kullanımı ile de ilişki içerisindedir. İmmatür savunmaların klinik ortamda rahatlıkla gözlemlenebilmesine karşın olgun savunmaların da ortaya çıkarılması önem arz edebilir (Perry & Cooper, 1986). Savunma mekanizmalarının psikopatolojinin bir kaynağı olmadığını ancak var olan psikopatolojinin savunmalarda yansıma olarak belli olacağını ifade eden araştırmacılar da vardır (Bond 2004)

Elbette ki olgun savunmaların uyum sağlayıcı yönlerinin var olduğu da yadsınmaması gereken gerçekler arasındadır. Bu noktada hem bireysel terapilerde hem de çift terapilerinde kullanılan savunmaların neye hizmet ettiği de klinisyen tarafından sorgulanmalıdır. Bu çalışmada özellikle immatür savunmalarda bekar bireylerin anlamlı farklılıklar elde etmesine ek olarak ayrılma bireyleşme düzeylerinin de düşük olduğu saptanmıştır. Ancak literatürde ayrılma bireyleşmenin yaş ile pozitif yönlü bir ilişki içerisinde olduğunu ifade eden araştırmalar da mevcuttur (Akhun, 2012).

Bu araştırmanın örneklemini 18 yaş ve üzeri bireylerden oluşmaktadır. Literatür incelendiği zaman ergenlik döneminin hem “ikinci ayrılma bireyleşme süreci”

olarak değerlendirildiğini hem de dürtüsel eğilimler ile libidoda gözlemlenen artışın önem arz ettiği gözlemlenmektedir. Bu nedenle ergenlik dönemindeki dürtüsel eğilimlere ilişkin egonun geliştirmiş olduğu savunmaların varlığı da yadsınmamaktadır. Gizil dönemde ve yetişkinlikte yerleşmiş olan savunmaların kişilik gelişimine ket vurmakla birlikte kişilik bozukluğuna yol açabileceği de göz önünde bulundurulmalıdır (Freud, A., 2015). Gelecek araştırmalarda hem ergen bireylerin hem de yetişkin bireylerin araştırmalara dahil edilmesi de klinik ortamda ergen ve yetişkin bireylerle ilerleyecek süreçte atılması gereken adımlar için yarar sağlayabilir. Ayrıca “ikinci ayrılma bireyleşme süreci”nde çocukluk çağı yaşantılarının travmatik izlerinin varlığının fark edilmesi de önem arz etmekle birlikte klinik çalışmaların konusu olabilir.

Benlik kurguları kültürel bağlamdan, toplumsal normlardan ve ebeveynlerin tutumlarından etkilenen bir kavramdır. Ayrılma bireyleşme ile ilgili literatür incelendiğinde de Mahler ve arkadaşlarının belirttiği gibi “bazen annenin çocuğa yapışması” “bazen de “anne de bir psikopatoloji mevcutsa çocukla olan ilişkisine yansımaları”nın önem arz ettiği açıktır. Son olarak savunma mekanizmalarının da kültürel ortamdan temel aldığı gibi ebeveynlerin tutumlarından etkilendiği bilinmektedir. Ayrılma bireyleşme düzeyi ile kullanılan savunma mekanizmalarının ilişkisinin incelendiği bu araştırmada özerk benlik kurgusu arttıkça ayrılma bireyleşme problemlerinin azaldığı gözlemlenmiştir. Terapilerde batının “özerk benliğin sağlıklı oluşuna” ve “kopmanın ve ayrışmanın” önemine yaptığı vurgunun kültürel farklılıkları yadsıdığı düşünülebilir. Bu nedenle terapilerde kültürden temel alan benlik kurgusu da göz ardı edilmemesi gereken bir kavram olarak vücut bulabilir. Psikanalitik literatür incelendiğinde, immatür savunma mekanizmalarının uyumsuz kişilik özelliklerine; olgun savunma mekanizmalarının ise işlevsel kişilik özelliklerine zemin hazırladığı da görülmektedir. İmmatür, nevrotik ve olgun savunmaların farklı psikopatolojik çalışmalarla ilişkisini inceleyen araştırmacılar olgun savunmaların uyum sağlayıcı yönüne dikkat çekerken, immatür ve nevrotik savunmaların depresif bozukluklar, anksiyete bozuklukları, travma sonrası stres bozukluğu, uyum bozuklukları, alkol ve madde bağımlılığı gibi psikolojik bozukluklarla pozitif yönde ilişkili olduğunu ifade etmektedir (Lecanuet, Granier-Deferre, Jacquet ve Busnel, 1992; Taşkent, 2010). Majör depresyon klinik ortamda sıklıkla gözlemlenen bir olgu olmakla birlikte, major depresif bozukluktaki intihar

riskinin savunma mekanizmalarıyla ilişkili olduğunu bulgulayan araştırmalar da literatürde mevcuttur (Beautrais, Joyce ve Mulder, 1999). Hovanesian ve arkadaşlarının (2009) gerçekleştirmiş oldukları çalışmada, gerçeklik algısında bozulmalara neden olan savunma mekanizmalarının (izolasyon, dissosiyasyon, değersizleştirme, bölünme ve inkar), diğer risk faktörlerine göre intihar riskini daha çok yordadığını ifade edilmiştir. Ayrıca bölünme mekanizması ve değersizleştirme mekanizmasıyla sıklıkla birlikte var olan idealize etme mekanizmasının da sınır durum kişilik bozukluğunda sıklıkla gözlemlendiği de unutulmamalıdır. Ayrıca olgun savunma mekanizmaları, psikolojik sağlamlık ve mutluluk düzeyinde, karşılaştığı engellemelerde, çatışmalar ya da bireyin geçirdiği travma gibi durumların atlatılmasında önemli bir rol üstlenmektedirler (Ezer, 2017). Ayrılabilmek, birey olabilmek ve diğerleriyle sağlıklı ilişkiler kurup bu ilişkilerden doyum sağlayabilmekte psikolojik sağlığın pozitif bir yordayıcısıdır. Ancak sağlıklı bir evliliğin yordayıcısı olduğu düşünülen, ötekiyle iç içe geçmemek ve kendiliğin sınırlarını belirleyebilme kavramları gibi savunma mekanizmaları da kişilik gelişiminin temel yapı taşlarından ve psikolojik bozukluklarda değerlendirilmesi gereken önemli alanlardan biridir. Anksiyete, depresyon ya da somatik rahatsızlıklarla yardım arayan bireylerin klinik gözlem ve çalışmalarında, immatür ve nevrotik savunmalarının psikolojik belirtilerle olan ilişkisinin göz önünde bulundurulması klinik araştırmacıya fayda sağlayacak bir etmen olarak var olur. Bireyin kullandığı immatür ve nevrotik savunmaları saptamak, mizah, beklenti, yüceltme gibi olgun savunmalarına yönlendirmek; bunun yanında, savunma biçimlerinden ebeveyn bağlanma biçimleriyle ve ayrılma bireyleşme sürecinde deneyimledikleri yaşam olaylarının bugünün ilişkilerine yansıyan noktalarıyla ilgili bilgi sahibi olmak ve dinamik süreçleri gözlemlemek de tedavi planına dâhil edilebilir. Ayrıca evlilik sürecinde iki ayrı benliğin birlikteliğini de ele alan araştırmada evli bireylerin deneyimledikleri ayrılma bireyleşme problemlerine ek olarak kullandıkları savunma mekanizmalarında da çift terapilerine katkı sağlayacağı düşünülmektedir.

### **6.1.1 Evli ve bekar katılımcılara ilişkin sonuçlar**

#### **6.1.1.1 Evli katılımcılara ilişkin sonuçlar**

Evli katılımcıların ise özerk benlik kurguları ile ayrılma bireyleşme ölçeği ve alt ölçekleri olan bölünme ve farklılaşma ile düşük düzey negatif yönlü ve anlamlı bir ilişki bulgulanmıştır.

Evli katılımcıların ise özerk benlik kurguları ile nevrotik savunmalar arasında düşük düzeyde negatif yönde bir ilişki bulgulanmıştır.

Evli katılımcıların ise özerk ilişkisel benlik kurguları ile ayrılma bireyleşme ölçeği ve ölçeğin alt boyutları olan, bölünme farklılaşma ve ilişkisel problemler arasında orta düzeyde, negatif yönlü ve anlamlı bir ilişki bulgulanmıştır.

Evli katılımcıların ise ilişkisel benlik kurguları ile ayrılma bireyleşme ölçeği ve alt boyutları olan bölünme ile farklılaşma arasında düşük düzeyde anlamlı bir ilişki bulgulanmıştır.

Evli katılımcıların ise özerk benlik kurgusu ortalamanın altında olduğunda olgun savunmalardan daha yüksek bir puan elde ettiği görülmektedir.

Evli katılımcıların da özerk ilişkisel benlik kurgusu ortalamanın altında olduğunda ilişkisel problemler alt boyutundan daha yüksek bir puan elde ettiği görülmektedir.

Evli katılımcıların ilişkisel benlik kurgusu ortalamanın altında olduğunda bölünme alt boyutundan daha yüksek bir puan elde ettiği görülmektedir.

Evli katılımcıların ilişkisel benlik kurgusu ile nevrotik savunmalar arasında düşük düzeyde pozitif yönlü ilişkisi bulgulanmıştır.

Evli katılımcıların ise özerk ilişkisel benlik kurguları ile immatür savunmalar arasında orta düzeyde negatif yönlü ve anlamlı bir ilişki bulgulanmıştır. Olgun savunmalar ile de düşük düzeyde pozitif yönde ve anlamlı bir ilişkisi vardır.

Evli ve bekar katılımcılar özerk ilişkisel benlik kurgusunda anlamlı derecede farklılaşmaktadır. Bekar katılımcılar özerk ilişkisel benlik ölçeğinden anlamlı derecede yüksek puan elde etmişlerdir. Özerk benlik kurgusu ve ilişkisel benlik kurgusunda evli ve bekar bireylerin farklılaşmadığı görülmüştür.

#### **6.1.1.2 Bekar katılımcılara ilişkin sonuçlar**

Bekar katılımcıların özerk benlik kurguları ile ayrılma bireyleşme ölçeği arasında orta düzey negatif yönlü ve anlamlı bir ilişki bulgulanırken, ölçeğin alt boyutları olan bölünme, farklılaşma ve ilişkisel problemler ile düşük düzey negatif yönlü ve anlamlı bir ilişki bulgulanmıştır.

Bekar bireylerin özerk benlik kurguları ile savunma biçimleri testi ile immatür savunmalar ve nevrotik savunmalar arasında düşük düzey negatif yönlü anlamlı bir ilişki bulgulanmıştır.

Bekar katılımcıların ilişkisel benlik kurguları ile ayrılma bireyleşme ölçeği ve tüm alt boyutları arasında anlamlı bir ilişki bulgulanmamıştır.

Bekar katılımcıların ilişkisel benlik kurguları ile nevrotik savunmalar arasında düşük düzey pozitif yönlü ilişki bulgulanmıştır.

Bekar katılımcıların özerk ilişkisel benlik kurguları ile ayrılma bireyleşme ölçeği ve ölçeğin alt boyutları olan bölünme farklılaşma ve ilişkisel problemler arasında orta düzey negatif yönlü ve anlamlı bir ilişki bulgulanmıştır.

Bekar olan katılımcıların özerk benlik benlik kurgusu ortalamanın üstünde olduğunda olgun savunmalardan, özerk benlik kurgusu ortalamanın altında olan katılımcılardan daha fazla puan elde ettiği görülmüştür.

Bekar olan katılımcıların özerk ilişkisel benlik kurgusu ortalamanın altında olduğunda ilişkisel problemler alt boyutundan, özerk ilişkisel benlik kurgusu ortalamanın üstünde olan katılımcılardan daha fazla puan elde ettiği görülmüştür.

Bekar katılımcılar olgun savunmalardan anlamlı derecede yüksek puanlar aldıkları gözlemlenmiştir.

Bekar katılımcıların ayrılma bireyleşme puanları ve ölçeğin alt boyutu olan bölünmeden elde ettikleri puan, evli katılımcıların puanlarından anlamlı derecede yüksektir.

### **6.1.2 Katılımcıların sosyo-demografik bilgilerine ilişkin sonuçlar**

Kadın katılımcıların özerk ilişkisel benlik puanı erkek katılımcılardan anlamlı derecede yüksektir.

Kadın ve erkek katılımcılar ayrılma bireyleşme düzeyleri açısından farklılaşmamaktadır.

Erkek ve kadın katılımcılar immatür, nevrotik ve olgun savunma biçimleri kullanımları açısından farklılaşmamaktadır.

32 yaş ve üzerinde olan kişilerin özerk ilişkisel benlik puan ortalaması, 18-24 yaş aralığı ve 25-31 yaş aralığında olan kişilerin özerk ilişkisel benlik puan ortalamalarından daha düşüktür

Yaş gruplarına göre katılımcılar immatür, nevrotik ve olgun savunma biçimleri kullanımları açısından farklılaşmamaktadır.

18-24 yaş aralığında olan bireylerin ayrılma bireyleşme ölçeği genel toplam puan ortalaması ile bölünme, farklılaşma ve ilişkisel problemler alt boyutları toplam puan ortalamalarının 25-31 ve 32 ve üzeri yaştaki katılımcılardan anlamlı derecede yüksek olduğu gözlemlenmiştir.

Üniversite mezunu olan katılımcılardan özerk benlik toplam puan ortalamasının lise mezunu olan katılımcılardan anlamlı derecede yüksektir.

Yüksek lisans ve üniversite mezunu olan katılımcıların özerk ilişkisel toplam puan ortalaması, lise mezunu olan katılımcılardan anlamlı derecede yüksektir.

Yüksek lisans, üniversite ve lise mezunu olan bireyler immatür, nevrotik ve olgun savunma biçimleri açısından farklılaşmamaktadır.

Ekonomik durum değişkeni için benlik kurgularında, ayrılma bireyleşme düzeyinde ve kullanılan savunma mekanizmalarında anlamlı farklılıklar elde edilememiştir.

## **6.2 Öneriler**

Araştırma 635 katılımcı ile gerçekleştirilmiştir ancak, Kısıtlı bir zaman diliminde gerçekleştirilen bu araştırmada öz bildirim ölçeklerinden faydalanılmıştır. Sınırlı bir örnekleme sahiptir. Bu durum cinsiyet, yaş gibi bazı değişkenlerin temsilinin eşit oranda dağılımını engellemiştir

Bu araştırmada evli ve bekar katılımcıların karşılaştırılması ile literatüre katkı sağladığı düşünülmektedir ancak gelecek araştırmalarda, benlik kurgularını evlilik kavramı perspektifinde ele alacak araştırmacılara çiftlerle çalışması önerilebilir. Ayrıca evlilik uyumu da gelecek araştırmaların konusu olabilir.

Bu araştırmaya katılım için belirlenmiş ŗartlar arasında 18 yaşını doldurmuş olma ve evli veya bekar olma koşulundan başka bir dışlama ölçütü bulunmamaktır.. Ayrıca katılımcıların evli ve bekar olmasına odaklanılmıştır. Gelecek araştırmalarda medeni durum değişkenine boşanmış olma ve nişanlı olma gibi değişkenler de eklenebilir.

Araştırmada Türkiye'nin 44 farklı iline ulaşım sağlanması önemli bir unsur olmakla birlikte, doğu illerinin görece az olduğu dikkat çekmektedir. Gelecek araştırmalarda ele alınabilir.

Araştırmada eğitim durumu değişkeni ele alındığında, ilk okul ve orta okul mezunu katılımcıların olmadığı gözlemlenmiştir. Gelecek araştırmalarda ele alınması, eğitim durumunun anlamlı farklılıklar yaratıp yaratmayacağını daha net gösterebilir.

Bu araştırma kesitsel bir çalışmadır ancak, savunma mekanizmalarını ele alacak araştırmacılara literatürün de desteklediği gibi boylamsal çalışmalar yapmaları önerilebilir.

Gelecek araştırmalarda benlik kurguları kavramı, ebeveynleri ve çocukları kapsayacak ŗekilde genişletilebilir. Bu durum kuşaklar arası farklılaşmaların olup olmayacağına dair bulgular elde edilmesini sağlayabilir.

Gelecek araştırmalarda Türkiye'nin her bölgesine ulaşım sağlanarak, araştırmanın genellenebilirliği arttırılabilir.

Örneklemenin yaş değişkeni üç ana grupta incelenmiştir. Gelecek araştırmalarda yaşın etkilerinin daha net görülebilmesi için yaş değişkeni için grup sayısı arttırılabilir.

Katılımcıların herhangi bir psikiyatrik rahatsızlığa sahip olup olmadığı, bu araştırmada ele alınmamıştır. Ancak gelecek araştırmalarda bir dışlama ya da gruptama kriteri olarak baz alınabilir.

Son olarak ebeveyn tutumlarının da hem benlik kurgularında hem de ayrılma bireyleşme düzeyi ile kullanılan savunma mekanizmalarında anlamlı bir yordayıcılığının olabileceği düşünülerek, gelecek araştırmalarda ele alınabilir.

## KAYNAKÇA

- Ackerman, J., Tybur, J., & Mortensen, C. (2018).** Infectious disease and imperfections of self-image. *Psychological Science*, 29(2), 228-241.
- Akhun, M. (2012).** *Üniversite öğrencilerinde, algılanan ebeveynlik biçimleri, erken dönem uyumsuz şemaları, benlik kurguları, ayrılma-bireyleşme ve duygu düzenleme güçlüğünün psikolojik belirtilerle ilişkisi.* Yayınlanmamış doktora tezi. Ankara: Hacettepe Üniversitesi.
- Aksu, B. (2019).** *Psikolojik Savunma Mekanizmaları ile Sosyodemografik Değişkenler Arasındaki İlişki.* İstanbul: Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi. Üsküdar Üniversitesi.
- Alpay, Ü. (2015).** *Benlik kurgularının intihar ve sorun çözme becerileriyle ilişkisi .* Aydın: Yüksek Lisans Tezi, Adnan Menderes Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Altıntaş, A. (2015).** *Üniversite Öğrencilerinin Benlik Kurguları İle Travmatik Stres Belirti Düzeylerinin Bazı Değişkenler Açısından İncelenmesi.* Van: Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Yüzüncü Yıl Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü Eğitim Bilimleri Ana Bilim Dalı Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık Bilim Dalı .
- Andersen, S., Chen, S., & Carter, C. (2000).** Fundamental human needs: Making social cognition relevant. *Psychological inquiry*, 11(4), 269-275.
- Andrews, G., Singh, M., & Bond, M. (1993).** The defense style questionnaire. *Journal of Nervous mental Disease*.
- Anlı, İ. (2002).** *“EEG ve Savunma Mekanizmaları Arasındaki İlişki”.* İstanbul: Yüksek Lisans Tezi, İstanbul Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Aslan, E. (1992).** Benlik kavramı ve bireyin yaşamındaki etkileri. *Marmara Üniversitesi Atatürk Eğitim Fakültesi Eğitim Bilimleri Dergisi*, 4: 7-14.
- Aslan, S. (2008).** Kişilik, huy ve psikopatoloji. *Rewiews, Cases and Hypotheses in Psychiatry RCHP*, 2(1-2), 7-18.
- Aslan-Yılmaz, H. (2016).** Bir Derleme: Benlik Kavramına İlişkin Bazı Yaklaşımlar ve Tanımlamalar. *Dumlupınar University Journal of Social Science / Dumlupınar Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, (48).
- Atak, H., Tath, C., Cokamay, G., Büyükpabuşcu, H., & Çok, F. (2016).** Yetişkinliğe Geçiş: Türkiye’de Demografik Ölçütler Bağlamında Kuramsal Bir Gözden Geçirme. *Psikiyatride Güncel Yaklaşımlar*, 8 (3), 204-227.
- Austrian, S. (2002).** *Developmental theories through the life cycle.* New York: : Columbia University Press.

- Aydın, K. B. (2019).** Özerk-İlişkisel Benlik Ölçeğinin Geçerliği, Güvenirliği ve Öznel Esenlik Hali ile İlişkisi (The Validity and Reliability of The Autonomous-Relational Self Scale and its Relationship With Inner Welbeing Questionnaire). *International Journal of Education Technology and Scientific Researches*, 4(8), 46-64.
- Aydın, O., & Baran, G. (2010).** Toplumsal Değişme Sürecinde Evlenme ve Boşanma. *Toplum ve Sosyal Hizmet*, 21(2), 117-126.
- Ayduk, O., Gyurak, A., & Luerksen, A. (2009).** . Rejection sensitivity moderates the impact of rejection on self-concept clarity. *Personality & social psychology bulletin*, 35(11), 1467–1478.
- Bacanlı, H. (1990).** *Kendini Ayarlama Becerisinin Çeşitli Değişkenlerle İlişkisi*. Ankara.: Yayınlanmamış Doktora Tezi. Ankara Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Bakırcıoğlu, R. (2006).** Ansiklopedik psikoloji sözlüğü. Ankara: Anı.
- Balıkçioğlu, B. (2016).** Benlik-İmajı Uyumunun Retoriği: Bana Ne Tükettiğini Söyle Sana Kim Olduğunu Söyleyeyim. *İnsan ve Toplum Bilimleri Araştırmaları Dergisi*, 5(3), 537-553.
- Bayram, H. (2020).** Psikososyal Gelişim Kuramının Sosyal Bilgiler Dersi Kapsamında İncelenmesi. *Anemon Muş Alparslan Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 8 (6), 1993-2001. DOI: 10.18506/anemon.761896.
- Beautrais, AL, Joyce, PR ve Mulder, RT (1999).** Gençler arasında ciddi intihar girişimleri için risk faktörleri olarak kişilik özellikleri ve bilişsel stiller. *İntihar ve Hayatı Tehdit Eden Davranış* , 29 (1), 37-47.
- Bergman, A., & Harpaz-Rotem, I. (2004).** Revisiting Rapprochement in the Light of Contemporary Developmental Theories. *Journal of the American Psychoanalytic Association*, 52(2), 555–569.
- Berk, L., & Peterson, A. (2004).** Development through the lifespan. *Allyn and Bacon*., Boston, MA.
- Bilir, S. E. (2016).** *Türkiye'deki üniversite öğrencilerinin romantik ilişkilerinde işlevsel olmayan ilişki inançları ile ilişkisel benlik tutumlarının bağlanma kuramı çerçevesinde araştırılması* . İstanbul: Maltepe Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Blackman, J. (2012).** *Zihnin Kendini Koruma Yolları*. İstanbul: Psikoterapi Enstitüsü Eğitim Yayınları.
- Blass, R., & Blatt , S. (1996).** Attachment And Separateness In The Experience of Symbiotic Relatedness. *Psychoanal. Q.*, 65:711-746.
- Blazina, C., & Watkins Jr, C. (2000).** Separation/individuation, parental attachment and male gender role conflict: Attitudes toward the feminine and the fragile masculine self. *Psychology of Men & Masculinity*, 1(2),126.
- Blos, P. (1967).** The second individuation process of adolescence. *Psychoanalytic Study of the Child*, 22,162-186.
- Blum, H. (2004).** Separation-Individuation Theory and Attachment Theory. *Journal of the American Psychoanalytic Association*, 52(2), 535–553.

- Boldry, J., & Gaertner, L. (2006).** Separating status from power as an antecedent of intergroup perception. *Group processes & intergroup relations*, 9(3), 377-400.
- Bond, M. (2004).** Empirical studies of defense style: relationships with psychopathology and change. *Harvard review of psychiatry*, 12(5), 263-278
- Bond, M., Gardner, S., Christian, J., & Sigal, J. (1983).** Empirical Study of Self-Rated Defense Styles. *Archives of General Psychiatry*, 40, 333-338.
- Bornoalova, M., Lejuez C.W., Daughters, S., Zachary Rosenthal, M., & Lynch, T. (2005).** Impulsivity as a common process across borderline personality and substance use disorders. *Clinical psychology review*, 25(6), 790-812.
- Brewer, M., & Chen, Y. (2007).** Where (who) are collectives in collectivism? Toward Conceptual Clarification Of Individualism and Collectivism. *Psychological review*, 114(1), 133.
- Broderick, P., & Blewitt, P. (2003).** The life span: Human development for helping professionals. *Merrill/Prentice Hall*, p.624 Merrill/Prentice Hall.
- Brooks-Gunn, J., & Duncan, G. (1997).** The effects of poverty on children. The future of children. 55-71.
- Bulğur, E. (2017).** Üniversite öğrencilerinin akılcı olmayan inançlarının benlik kurgularıyla ilişkisinin çeşitli değişkenlere göre incelenmesi: Adıyaman üniversitesi örneği. mersin: Yüksek lisans tezi çağ üniversitesi.
- Burger, M. (2006).** *Kişilik*. İstanbul: Kaknüs Yayınları.
- Calati, R., Oasi, O., De Ronchi, D., & Serretti, A. (2010).** The use of the defence style questionnaire in major depressive and panic disorders: A comprehensive meta-analysis. *Psychology and Psychotherapy: Theory, Research and Practice*, 83(1), 1-13.
- Canel, A. (2007).** *Ailede Problem Çözme, Evlilik Doyumu ve Örnek Bir Grup Çalışmasının Sınanması*. İstanbul: Doktora Tezi Marmara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü.
- Cartwright, L. (2004).** Emergencies of survival: Moral spectatorship and the ‘new vision of the child’ in postwar child psychoanalysis. *Journal of Visual Culture*, 3 (1), 35-49.
- Chun, Y. J., Y., & MacDermid, S. (1997).** Perceptions of family differentiation, individuation, and self-esteem among Korean adolescents. *Journal of Marriage and the Family*, 451-462.
- Cihangir Çankaya, Z. (2009).** Özerklik desteği, temel psikolojik ihtiyaçların doyumu ve öznel iyi olma: Öz – Belirleme Kuramı. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 4 (31), 55, 23-31.
- Clancy, S., & Dollinger, S. (1993).** Photographic depictions of the self: Gender and age differences in social connectedness. *Sex Roles*, 29(7), 477-495.
- Cohen, D., & Kitayama, S. (2007).** *Cultural psychology: This stanza and the next*. In S.: Kitayama & D. Cohen (Eds.), *Handbook of cultural psychology*. The Guilford Press.

- Colarusso, C. (1998).** Separation-individuation processes in middle adulthood: The fourth individuation. *Psychoanalysis*, 9(2), 229-246.
- Corey, G. (2008).** *Psikolojik Danışma, Psikoterapi Kuram ve Uygulamaları*. (T. Ergene, Çev.) Ankara: Metis Yayıncılık.
- Cramer, P. (2001).** The Unconscious Status of Defense Mechanisms. *Journal TOG*, 6 (9), 762–763.
- Cramer, P., & Brilliant, M. (2001).** Defense use and defense understanding in children. *Journal of Personality*, 69(2), 297-322.
- Cross, S., & Madson, L. (1997).** Models of the self: self-construals and gender. *Psychological bulletin*, 122(1), 5.
- Cross, S., Bacon, P., & Morris, M. (2000).** The relational-interdependent self-construal and relationships. *Journal of personality and social psychology*, 78(4), 791.
- Cross, S., Hardin, E., & Gercek-Swing, B. (2011).** The what, how, why, and where of self-construal. *Personality and Social Psychology Review*, 15(2), 142-179.
- Cüceloğlu, D. (1992).** *İnsan ve davranışı: Psikolojinin temel kavramları*. İstanbul: Remzi Kitabevi.
- Çavuşoğlu, M. (2014).** *Otobiyografik bellek ve kültürleşme arasındaki ilişki: Çocukluk döneminde göç eden yetişkinlerin benlik yapıları ve çocukluk anıları*. Bursa: Yüksek Lisans Tezi, Uludağ Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Çileli, M. (2000).** Change in value orientations of Turkish youth from 1989 to 1995. *The Journal of Psychology*, 134(3), 297-305.
- Çoban A. E. "Türkiye’de Ergenlerin Duygusal Özerkliklerinin Bazı Demografik Değişkenlere Göre İncelenmesi", Eğitim ve Bilim Dergisi, 38, 169, 2013.**
- Çuhadaroğlu, A., & Akfırat, O. (2017).** Üniversite öğrencilerinin benlik kurgularıyla toplumsal cinsiyet algıları arasındaki ilişkinin incelenmesi. *Gaziantep Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 16(4), 1031-1046.
- Daniels, J. (1990).** Adolescent separation-individuation and family transitions. *Adolescence*, 25 (97): 105-17.
- Deci, E., & Ryan, R. (2000).** The "what" and "why" of goal pursuits: Human needs and the self-determination of behavior. *Psychological inquiry*, 11(4), 227-268.
- Deci, E., Connell, J., & Ryan, R. (1989).** Self-determination in a work organization. *Journal of applied psychology*, 74(4), 580.
- Deci, E., Vallerand, R., Pelletier, L., & Ryan, R. (1991).** Motivation and education: The self-determination perspective. *Educational psychologist*, 26(3-4), 325-346.
- Demir, H., Dereboy, F., & Dereboy, Ç. (2009).** Gençlerde Kimlik Bocalaması ve Psikopatoloji. *Türk Psikiyatri Dergisi*, 20(3).
- Demircioğlu, Z., Demir, K., Fuçular, E., Sülüngür, O., Yalçın, S., & Topcu, M. (2018).** Mahler’in Ayrışma-Bireyleşme Kuramına Göre Küçük Kara Balık Kitabı’nın İncelenmesi. *Ayna Klinik Psikoloji Dergisi*, 5(2), 72-93.

- Dornbusch, S., Ritter, P., Leiderman, P., Roberts, D., & Fraleigh, M. (1987).** The relation of parenting style to adolescent school performance. *Child development*, 1244-1257.
- Dost, A. (2006).** *The Relationship between Self Construals and Language for Emotions in Personal Narratives of Turkish Males and Females.* Yayınlanmamış. İstanbul: Yüksek Lisans Tezi. Koç Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Duncan, G., & Brooks- Gunn, J. (2000).** Family poverty, welfare reform, and child development. *Child development*, 71(1), 188-196.
- Eğrilmez, A. (2002).** *Kernberg'de Dürtü Kavramı.* İstanbul: Psikanaliz Dergisi Yayınları.
- Elmas , C. (2017).** *Evli Bireylerin Algıladıkları Sosyal Destek ve Kullandıkları Savunma Mekanizmalarının Evlilik Uyumu ile İlişkisi.* İstanbul: Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi. Beykent Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Emde, R. (1994).** Individual meaning and increasing complexity: Contributions of Sigmund Freud and Rene Spitz to developmental psychology. *Developmental Psychology*, 28 (3), 347-359.
- Epözdemir, H. (2014).** *Seri Evlilik Yapan Bireylerin İlk ve İkinci Evliliğini Yapmış Bireyler ile Nesne İlişkileri, Yansıtmacı Özdeşleşim, Savunma Mekanizmalarının Düzeyi, Psikolojik Belirtiler ve İlişki Doyumu Açısından Karşılaştırılması.* Ankara: Doktora Tezi. Hacettepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Psikoloji Anabilim Dalı Klinik Psikoloji Bilim Dalı.
- Ercan, H. (2011).** İlişkisel-Bireyci-Toplulukçu Benlik Ölçeği'nin Psikometrik Özellikleri ve Uyarlama Çalışması. *Karamanoğlu Mehmetbey Üniversitesi Sosyal ve Ekonomik Araştırmalar Dergisi*, 2011(2), 37-45.
- Ercan, H. (2013).** Genç yetişkinlerde benlik kurgusu üzerine bir çalışma. . *Zeitschrift für die Welt der Türken/Journal of World of Turks*, 5(2), 157-178.
- Ernas, Ş. (2017).** *Özerklik ve psikolojik dayanıklılık arasındaki ilişkinin incelenmesi* . İstanbul: Yüksek Lisans Tezi İstanbul Gelişim Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Ersevimi, İ. (2008).** *Freud ve Psikanalizin Temel İlkeleri. 4. baskı.* İstanbul:: Assos Yayıncılık.
- Ezer, H. İ. (2017).** *Ergenlik döneminde yaygın kullanılan savunma mekanizmaları ile psikolojik sağlamlık ve mutluluk düzeyi arasındaki ilişki: Hatay il merkezi örneği* (Master's thesis, Çağ Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü).
- Fenichel, O., & Rangell, L. (1995).** *The psychoanalytic theory of neurosis.* W.W.: Norton & Company.
- Fink, P. (1996).** Histeriden somatizasyona: Tarihsel bir bakış açısı. *Nordic Journal of Psychiatry*, 50 (5), 353-363.
- Fişek, G. (1995).** *Contextual awareness in cross-cultural psychotherapy: The German- Turkish experience.* Essen, Germany: Paper presented at the Klinik für Kinder und Jugendpsychiatrie Rheinische Landes und Hochshullinik.

- Fişek, G. (2009).** *Self development, individuation and culture: A psychoanalytic search.* In S. Bekman & A. Aksu-Koç (Eds), *Perspectives on human development family and culture.* Cambridge: Cambridge Univesity Press.
- Flannery Jr, R., & Perry, J. (1990).** Self-rated defense style, life stress, and health status: An empirical assessment. *Psychosomatics*, 31(3), 313-320.
- Freud, A. (1958).** Child observation and prediction of development: A memorial lecture in honor of Ernst Kris. *The psychoanalytic study of the child*, 13(1), 92-116.
- Freud, A. (1963).** The concept of developmental lines. *The psychoanalytic study of the child*, 18(1), 245-265.
- Freud, A. (1968).** The Psychoanalytic Study of the Child. vol. 21. *The Journal of Nervous and Mental Disease*, 147(6), 619-620.
- Freud, A. (2004).** *Ben ve Savunma Mekanizmaları.* İstanbul: Metis Yayınları.
- Freud, S. (1926).** *Ketlemeler, semptomlar ve kaygı. Psikopatoloji Üzerine.* (Çev. S. Budak) Ankara, 1997: Öteki Yayınları.
- Freud, S. (1998).** *Espriler ve Bilinçdışı ile İlişkileri.* İstanbul: Payel Yayınevi.
- Freud, S. (2015).** *Cinsellik Üzerine Üç Deneme.* İstanbul: Say Yayınları.
- Freud, S. (2018).** *Psikopatoloji Üzerine, Histerik Fanteziler, Paranoya, Ketlemeler, semptomlar ve kaygı.* Ankara: Öteki Yayınları.
- Freud, S. (2019).** *Ego ve id.* İstanbul: Oda Yayınları.
- Freud, S. (2019).** *Tutukluk, semptom ve kaygı.* İstanbul: Oda Yayınları.
- Freud, S., Breuer, J. (2001) (E. Kapkın Çev.).** *Histeri üzerine çalışmalar.* İstanbul: Payel Yayınları.
- Gagnon, J. (2015).** Déficits Neuropsychologiques En Lien Avec L'impulsivité Dans Le Trouble De La Personnalite Limite. *Revue Limite. Revue Quebecoise De Psychologie*, 36(2), 81-109.
- Gagnon, J., Aldebert, J., Saleh, G., & Kim, W. (2019).** The Modulating Role of Self-Referential Stimuli and Processes in the Effect of Stress and Negative Emotion on Inhibition Processes in Borderline Personality Disorder: Proposition of a Model to Integrate the Self-Concept and Inhibition Processes. *Brain sciences*, 9(4), 77.
- Geçtan, E. (1993).** *Psikanaliz ve Sonrası.* İstanbul: Remzi Kitabevi.
- Geçtan, E. (2003).** *Psikodinamik psikiyatri ve normaldışı davranışlar.* İstanbul: Metis Yayınları.
- Gençoğlu, Ç. (2019).** *Bireylerin Bağlanma Stillerinin Kullanılan Savunma Mekanizmaları ve Sosyodemografik Değişkenler ile İlişkilerinin İncelenmesi .* İstanbul: Yüksek Lisans Tezi. İstanbul Okan Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Gennetian, L., & Miller, C. (2002).** Children and welfare reform: A view from an experimental welfare program in Minnesota. *Child development*, 73(2), 601-620.

- Georgas, J., Berry, J., Van de Vijver, F., Kağıtçıbaşı, Ç., & Poortinga, Y. (2006).** *Kağıtçıbaşı, Ç. E., & Poortinga, Y. H. (2006). Families across cultures: A 30- nation psychological study.* Cambridge University Press.
- Gezici, M., & Güvenç, G. (2003).** Çalışan Kadınların ve Ev Kadınların Benlik-Algısı ve Benlik-Kurgusu Açısından Karşılaştırılması. *Türk Psikoloji Dergisi*, 18(51), 1-14.
- Giovazolias, T., Karagiannopoulou, E., & Mitsopoulou, E. (2017).** Can the factor structure of Defense Style Questionnaire (DSQ-40) contribute to our understanding of parental acceptance/rejection, bullying, victimization and perceived well-being in Greek early adolescents? *Europe's journal of psychology*, 13(2), 269.
- Gnaulati, E., & Heine, B. (2001).** Separation-Individuation In Late Adolescence: An Investigation of Gender And Ethnic Differences. *The Journal of Psychology*, 135(1), 59-70.
- Gordon, R., Zaccario, M., Sachs, D., Ufberg, H., & Carlson, J. (2009).** Psychotherapy With Children and Adolescents With Physical Disabilities. *Journal of Infant, Child, and Adolescent Psychotherapy*, 8(2), 113-123.
- Gouvernet, B., Mouchard, J., & Combaluzier, S. (2015).** Analyses en pistes causales d'un modèle d'une organisation fonctionnelle des relations entre mécanismes de défense et stratégies de coping. *L'Encéphale*, 41 (5), 403-411.
- Gör, N. (2021).** *Ayrılma-bireyleşme sorunları ile evlilik doyumu arasındaki ilişkide sosyo-duygusal ve oyuna yönelik değişkenlerin aracı rolünün incelenmesi.* Ankara, Türkiye: Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi Ankara Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Göral Alkan, F. (2010).** *Coupling Through Projective İdenyification: Bridging Role of Projective İdentification in the Associations Among Early Parenting Experince. Prsonality Constructs and Couple Relationships.* Ankara: Unpublished Doctoral Dissertation. METU.
- Göral, F. (2002).** *The Second Seperation-İndividuation Process of the Turkish Young Adults: the Relationships Between the Percieved Maternal Parenting Attitudes, Second Seperation İndividuation, Expanding Self And Experinces in the Romantic Relationship.* İstanbul: İstanbul: Boğaziçi University.
- Greenberg, M. (1983).** " Horace", Classicism and Female Trouble. *Romanic Review*, 74(3), 271.
- Grolnick, W., Deci, E., & Ryan, R. (1997).** *Internalization within the family: The self-determination theory perspective.* Parenting and children's internalization of values: A handbook of contemporary theory.
- Grossmann, K., Grossmann, K., Kindler, H., & Waters, E. (2005).** Early care and the roots of attachment and partnership representations. *Attachment from infancy to adulthood: The major longitudinal studies*, 98-136.
- Gulerce, A. (1991).** Transitional objects: A reconsideration of the phenomenon. *Journal of Social Behavior and Personality*, 6(6), 187.
- Gupta, D., & Thapliyal, G. (2015).** A Study of Prosocial Behaviour and Self Concept of Adolescents. *Journal on Educational Psychology*, 9(1), 38-45.

- Gül Şanlı, A., & Koç, B. (2019).** Her Özgeci Birey Özgeci Davranır Mı? Otantiklik ve Dindarlığın Özgecilik Üzerindeki Rolü. *Middle Black Sea Journal of Communication Studies*, 4(2), 104-114.
- Gündaş, A. (2013).** *Lise öğrencilerinde psikolojik sağlamlığın yordayıcısı olarak benlik kurgusu ve bağlanma stilleri.* . Tokat: Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Gaziosmanpaşa Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü.
- Gündaş, A., & Koçak, R. (2015).** Lise öğrencilerinde psikolojik sağlamlığın yordayıcısı olarak benlik kurgusu. *Uluslararası Sosyal Araştırmalar Dergisi*, 8(41), 795-802.
- Güven, M., & Aslan, S. (2010).** Ergenlerde Ayrışma Bireyleşme ile Okul Zorbalığı Arasındaki İlişkinin İncelenmesi. *İnönü Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 11(3), 125-142.
- Hall, C. (2016).** *Freudyen psikolojiye giriş.* (Çev. Devrim, E.) İstanbul: Kaknüs yayınları.
- Hartman, H. (1952).** The mutual influences in the development of ego and id. *The psychoanalytic study of the child*, 7(1), 9-30.
- Haws, W., & Mallinckrodt, B. (1998).** Separation-Individuation From Family of Origin and Marital Adjustment Of Recently Married Couples. *American Journal of Family Therapy*, 26(4), 293-306.
- Heine, S., Kitayama, S., & Lehman, D. (2001).** Cultural Differences in Self-Evaluation: Japanese Readily Accept Negative Self-Relevant Information. *Journal of Cross-Cultural Psychology*, 32(4), 434-443.
- Hortaçsu, N. (1989).** Ergenlik döneminde iletişim hedefleri. *Ergenlik Dergisi*, 12(3), 253-263.
- Hovanesian, S., Isakov, I. ve Cervellione, KL (2009).** Majör depresyonda savunma mekanizmaları ve intihar riski. *İntihar Araştırmaları Arşivi* , 13 (1), 74-86.
- Imamoğlu, E., & Karakitapoğlu-Aygün, Z. (2004).** Self-construals and values in different cultural and socioeconomic contexts. *Genetic, social, and general psychology monographs*, 130(4), 277-306.
- İnanç, B., & Yerlikaya, E. (2014).** *Kişilik Kuramları.* (9. Baskı) Ankara: Pegem Yayınları.
- Irion, J., & Blanchard-Fields, F. (1987).** A Cross-Sectional Comparison of Adaptive Coping in Adulthood. *Journal of Gerontology*, 42(5), 502-504.
- Işık, I. G. (2016).** *Object Relations, Perceived Parental Rearing Styles, and Defense Mechanisms in Relation to Personality Traits and Symptoms of Personality Disorders.* Ankara: Doktora Tezi, Orta Doğu Teknik Üniversitesi.
- Jacobson, E. (1964).** *The self and the object Word.* . New York: NY: International Universities Press.
- Kağıtçıbaşı, C., & Ataca, B. (2005).** Value Of Children and Family Change: A Three- Decade Portrait From Turkey. *Applied Psychology*, 54(3), 317-337.
- Kağıtçıbaşı, Ç. (1990).** *Family and socialization in cross-cultural perspective: A model of change.* In J. J. Berman (Ed.), *Current theory and research in*

*motivation*, Vol. 37. Nebraska Symposium on Motivation, 1989: University of Nebraska Press.

**Kağıtçıbaşı, Ç. (1996).** Özerk-İlişkisel Benlik: Yeni Bir Sentez. *Türk Psikoloji Dergisi*, 11(37), 36-43.

**Kağıtçıbaşı, Ç. (2005).** Autonomy And Relatedness in Cultural Context: Implications For Self and Family. *Journal of Cross-Cultural Psychology*, 36(4),403-422.

**Kağıtçıbaşı, Ç. (2010).** *Benlik, Aile ve İnsan Gelişimi Kültürel Psikoloji*. İstanbul: Koç Üniversitesi Yayınları.

**Kağıtçıbaşı, Ç., & Cemalcılar, Z. (2014).** *Dünden bugüne insan ve insanlar: Sosyal psikolojiye giriş*. İstanbul: Evrim Yayınları.

**Kalem, E. (1999).** *Ego Savunma Mekanizmaları Testinin Türkçe Formu Dil Eş Değerliliği, Güvenilirlik ve Geçerlilik Çalışması*. İstanbul: Yüksek Lisans Tezi İstanbul Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü).

**Kalem, E. (1999).** *Ego Savunma Mekanizmaları Testinin Türkçe Formu Dil Eş Değerliliği, Güvenilirlik ve Geçerlilik Çalışması* . İstanbul: (Master's thesis, İstanbul Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü).

**Karakitapoğlu-Aygün, Z. (2004).** Self, Identity, and Emotional Well-Being Among Turkish University Students. *The Journal of psychology*, 138(5), 457-478.

**Karakuş, Ç. (2017).** *Lise öğrencilerinde psikolojik savunmalar açısından narsisizm ve benlik saygısının karşılaştırılması* . İstanbul: Master's thesis, İstanbul Sabahattin Zaim Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Eğitim Bilimleri Anabilim Dalı).

**Karvonen, J., Joukamaa, M., Herva, A., Jokelainen, J., Läksy, K., & Veijola, J. (2007).** Somatization Symptoms in Young Adult Finnish Population-Associations With Sex, Educational Level and Mental Health. *Nordic Journal of Psychiatry*, 61(3), 219-224.

**Kashima, E., Hardie, E., Wakimoto, R., & Kashima, Y. (2011).** Culture and Gender-Specific Implications of Relational And Collective Contexts on Spontaneous Self-Descriptions. *Journal of Cross-Cultural Psychology*, 42(5),740-758.

**Katz, B. (1981).** Separation-individuation and marital therapy. *Psychotherapy ,Theory, Research & Practice*, 18(2), 195.

**Kaya, A., & Bozkur, B. (2017).** Kadercilik Eğilimi ile Özyeterlik İnancı ve Savunma Mekanizmaları Arasındaki İlişkinin İncelenmesi. *Ege Eğitim Dergisi*, 18(1),124-145.

**Kellner, R. (1990).** Somatization. Theories and Research. *The Journal of Nervous and Mental Disease*, 178(3), 150–160.

**Kellner, R., Abbott, P., Winslow, W., & Pathak, D. (1989).** Anxiety, Depression and Somatization in DSM-III Hypochondriasis. *Psychosomatics*, 30(1), 57–64.

**Kernberg, O. (1966).** Structural Derivatives of Object Relationships. *International Journal of Psycho-Analysis*, 47, 236-252.

- Kernberg, O. (1975).** A Systems Approach To Priority Setting of Interventions in Groups. *International Journal of Group Psychotherapy*, 25(3), 251-275.
- Kernberg, O. (1999).** *Sınır Durumlar ve Patolojik Narsisizm. (Çev. Mustafa Atalay).* İstanbul: Metis Yayınları.
- Kesebir, S., Kavzoğlu, S., & Üstündağ, M. (2011).** Bağlanma ve Psikopatoloji. *Psikiyatride Güncel Yaklaşımlar*, 3(2), 321-342.
- Kim, U., Park, Y., Kwon, Y., & Koo, J. (2005).** Values of Children, Parent– Child Relationship, and Social Change in Korea: Indigenous, Cultural, and Psychological Analysis. *Applied Psychology*, 54(3), 338-354.
- Klein, M. (2014).** *Haset ve Şükran (çev. Yavuz Erten, Orhan Koçak).* İstanbul: Metis Yayınları.
- Kocayörük, E. (2016).** Öz-Belirleme Kuramı Açısından Ergenlerin Anne Baba Algısı ile Duyuşsal İyi Oluşları Arasındaki İlişki. *Turkish Psychological Counseling And Guidance Journal*, 4(37).
- Korkmaz, E. (2019).** *Çocukluk Çağı Ruhsal Travmaları ve Affetmenin Kişilerin Savunma Mekanizmalarıyla İlişkisi.* İstanbul, Türkiye: Yüksek Lisans Tezi Maltepe Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Koutrelakos, J. (2004).** Acculturation of Greek Americans: Change and Continuity in Cognitive Schemas Guiding Intimate Relationships. *International Journal of Psychology*, 39(2), 95-105.
- Kuşcu, B. (2019).** *Bireylerin Evlilik Uyumlarının Psikolojik Esneklik, Affetme ve Benlik Kurgusu Açısından İncelenmesi.* İstanbul, Türkiye: Yüksek Lisans Tezi Marmara Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Lapsley, D., & Edgerton, J. (2002).** Separation- Individuation, Adult Attachment Style, and College Adjustment. *Journal of Counseling & Development*, 80(4), 484-492.
- Lapsley, D., Rice, K., & Shadid, G. (1989).** Psychological Separation and Adjustment to College. *Journal of Counseling Psychology*, 36(3), 286.
- Lecanuet, JP, Granier-Deferre, C., Jacquet, AY ve Busnel, MC (1992).** Yakın dönemdeki fetüste akustik stimülasyona deseleratif kardiyak yanıt. *Üç Aylık Deneysel Psikoloji Dergisi: Bölüm B*, 44 (3-4), 279-303.
- Lee, S., Adair, W., Mannix, E., & Kim, J. (2012).** The Relational Versus Collective “We” and Intergroup Allocation: The Role Of Nested Group Categorization. *Journal of Experimental Social Psychology*, 48(5), 1132-1138.
- Leflot, G., Onghena, P., & Colpin, H. (2010).** Teacher–Child Interactions: Relations With Children's Self- Concept in Second Grade. *Infant and Child Development*, 19(4), 385-405.
- Liu, X., Liang, X., Feng, C., & Zhou, G. (2019).** Self-Construal Priming Affects Holistic Face Processing and Race Categorization, but Not Face Recognition. *Frontiers in Psychology*, 10, 1973.

- Lyons-Ruth, K. (1991).** Rapprochement or Approchement: Mahler's Theory Reconsidered From the Vantage Point of Recent Research on Early Attachment Relationships. *Psychoanalytic Psychology*, 8(1), 1.
- Mahler, M. (1963).** Thoughts About Development and Individuation. *The Psychoanalytic Study of The Child*, 18(1), 307-324.
- Mahler, M. (1968).** *On Human Symbiosis and the Vicissitudes of Individuation*. New York, New York 10003 : nternational Universities Press.
- Mahler, S. (1972).** On The First Three Subphases of The Separation-Individuation Process. *International Journal of Psycho-Analysis*, 53, 333-338.
- Mahler, S., Pine, F., & Bergman, A. (2003).** *İnsan Yavrusunun Psikolojik Doğumu* (Çev. Ali Nahit Babaoğlu/ Sun.Yavuz Erten). İstanbul: Metis Ötekini Dinlemek.
- Malone, J., Cohen , S., Liu, S., Vaillant, G., & Waldinger, R. (2013).** “Adaptive Midlife Defense Mechanisms and Late-Life Health”. *Personality and Individual Differences*, 55: 85–89.
- Manning, M. A. (2007).** Self-Concept And Self-Esteem in Adolescents. . *Student Services*,, 2, 11-15.
- Markus, H., & Kitayama , S. (2003).** Culture, Self, and Reality of the Social. *Psychological Inquiry*, 14 (3 and 4), 277-283.
- Markus, H., & Kitayama, S. (1991).** Culture and the Self: Implications for Cognition, Emotion, and Motivation. *Psychological Review*, 98(2), 224.
- Marsh, H., & Martin, A. (2011).** Academic Self- Concept and Academic Achievement: Relations and Causal Ordering. *British Journal of Educational Psychology*, 81(1), 59-77.
- McDevitt, J., & Mahler, M. (1980).** Object Constancy, Individuality and Internalization. *The Course Of Life*,, 1, 407-423.
- McDevitt, T., & Ormrod, J. (2008).** Fostering Conceptual Change About Child Development in Prospective Teachers and Other College Student. *Child Development Perspectives*, 2(2), 85-91.
- McElhaney, K., Allen, J., Stephenson, J., & Hare, A. (2009).** *Attachment and Autonomy During Adolescence*. .In R. M. Lerner & L. Steinberg (Eds.), *Handbook of Adolescent Psychology*(2nd Ed., Pp. 358–403): Hoboken, NJ: Wiley.
- McWilliams, N. (2013).** *Psikanalitik Tanı: Klinik Süreç İçinde Kişilik Yapısını Anlamak* (1.Basım, İkinci Edisyon; E. Kalem, Çev.). İstanbul: İstanbul Bilgi Üniversitesi Yayınları (1994).
- Mitchell, S., & Black, M. (2012).** *Freud Ve Sonrası: Modern Psikanalitik Düşüncenin Tarihi* (A. Eğilmez, Çev.). İstanbul: İstanbul Bilgi Üniversitesi Yayınları. (1995).
- Munoz, L. (2012).** Theories of self-concept maintenance. Life Long Learning: Social Psychology. Retrieved from.

- Neil, J. (2005).** Definitions of Various Self Constructs: Self-Esteem, Self-Efficacy, Self-Confidence & Selfconcept. *Accesed Http://Wilderdom. Com/Self/On*, June, 14, 2009.
- Nemiroff, R., & Colarusso, C. (1985).** *Adult Development. The Race Against Time: Psychotherapy and Psychoanalysis in the Second Half of Life*, 11. İngilizce: Springer; Softcover reprint of the original 1st ed. 1985 edition (August 9, 2013).
- Neto, F., & Mullet, E. (2004).** Personality, Self- Esteem, and Self- Construal as Correlates of Forgivingness. *European Journal of Personality*, 18(1), 15-30.
- Nishikawa, S., Norlander, T., Fransson, P., & Sundbom, E. (2007).** A Cross-Cultural Validation of Adolescent Self-Concept in Two Cultures: Japan and Sweden. *Social Behavior And Personality: An International Journal*, 35(2), 269-286.
- O., K. (1999).** *Sınır Durumlar ve Patolojik Narsisizm*. İstanbul: Metis Yayınları.
- Oh, M., Kim, J., Yoon, N., Lee, S., Lee, S., & Kang, W. (2019).** Differences in Personality, Defense Styles, and Coping Strategies in Individuals with Depressive Disorder According to Age Groups Across the Lifespan. *Psychiatry investigation*, 16(12), 911.
- Onetti, W., Fernández-García, J., & Castillo-Rodriguez, A. (2019).** Transition to Middle School: Self-Concept Changes. *PloS One*, 14(2), e0212640.
- Oruçlular, Y. (2013).** *Vücut Algısının Aracı Rolü Üzerinden Özerk- İlişkisel Benlik Özellikleri ve Yeme Tutumu İlişkisi*. Ankara: Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi. Hacettepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Ostrower, C. (2015).** Humor as a Defense Mechanism during the Holocaust. *Interpretation*, 69(2), 183-195.
- Örnek, S. (1995).** *Türk Halkbilimi*. Ankara, Türkiye: Kültür Bakanlığı Yayınları.
- Özakkaş, T. (2017).** *Bütüncül Psikoterapi (9. bs)*. İstanbul: Litera Yayıncılık.
- Özakkaş, T., & Çorak, A. (2013).** *Kernberg, Kohut, Masterson, Volkan'a göre Nesne İlişkiler: 8. BPT Ocak 2010 Ders Notları*. İstanbul: Psikoterapi Enstitüsü Eğitim Yayınları.
- Özakkaş, T., Çorak, A., Sezgin, B., & Yamli, İ. (2014).** *Mahler ve Kernberg'in Gelişim Kuramları*. İstanbul: Psikoterapi Enstitüsü Yayınları.
- Özbaran, N. (2004).** *Majör Depresif Bozukluğu Olan Ergenlerin Ayrılma Bireyleşme Özelliklerinin ve Anne Baba Tutumlarının Değerlendirilmesi*. İzmir: (Yayınlanmamış Uzmanlık Tezi). Ege Üniversitesi/Tıp Fakültesi.
- Özdemir, O., Özdemir, P., Kadak, M., & Nasıroğlu, S. (2012).** Kişilik Gelişimi. *Psikiyatride Güncel Yaklaşımlar*, 4(4), 566-589.
- Özdemir, Y. (2009).** *Ergenlik Döneminde Benlik Kurgusu Gelişiminin Anababanın Çocuk Yetiştirme Stilleri Açısından İncelenmesi*. Ankara: Yayınlanmamış Doktora Tezi), Ankara Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü.
- Özdemir, Y. (2012).** Kırsal Kesimde ve Kentte Yaşayan Ergenlerin Benlik Kurguları Açısından Karşılaştırılması. *Kastamonu Eğitim Dergisi*, 20(1), 81-96.

- Özden, M. (2013).** *Önceden Edinilmiş ve Sonradan Kazanılmış Gelişim Özelliklerinin Evlilikte Çift Uyumu İle İlişkisi.* İstanbul, Türkiye: Yayınlanmamış Doktora Tezi, Maltepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Özen, Y., & Gülaçtı, F. (2010).** Benlik-Kavramı ve Benliğin Gelişimi Bilen Benliğe Gereksinim Var Mı? *Erzincan Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 12(2), 20-38.
- Öztürk, E., Gökoğlu, S., & Karagonlar, G. (2015).** İlişkisel Benlik Ölçeğinin Türkçe Geçerlemesi. *Dokuz Eylül Üniversitesi İşletme Fakültesi Dergisi*, 16(2),49-70.
- Öztürk, M. (2008).** *Psikanaliz ve psikoterapi (4. Baskı).* İstanbul: Nobel Tıp Kitabevleri.
- Özyazıcı, Ö. (2019).** *Üniversite Öğrencilerinde Tek Başlılık, Psikolojik İhtiyaç Doyumu ve Benlik Kurgusu.* Trabzon, Türkiye: Yayınlanmamış Yüksek Lisans, Trabzon Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Palombo, J., Bendiczen, H., & Koch, B. (2018).** *Psikanalitik Gelişim Teorileri Rehber (F. B. Helvacioğlu Çev.).* İstanbul: Psikoterapi Enstitüsü (Orijinal çalışma basım tarihi 2009).
- Parekh, M., Majeed, H., Khan, A., Khalid, S., Khwaja, N., Khalid, R., . . . Jehan, I. (2010).** Ego defense mechanisms in Pakistani medical students: a cross sectional analysis. *BMC psychiatry*, 10, 12.
- Parman, T. (1998).** Ergenlik ve psikanaliz. *Klinik Psikiyatri Dergisi*, 1(2), 73-82.
- Pawlaczyk, M., Siembida, J., Balaj, K., & Rajewska-Rager, A. (2020).** The Assessment of Stress Level, Anxiety, Depressive Symptoms, and Defense Mechanism Among Polish and English Medical Students. *Annals of General Psychiatry*, 19, 29.
- Perry, J. C., Cooper, S. H. (1986).** *Emprical Studies of Psychological Defense Mechanisms. 1. Baskı.* New York: Basic Books
- Petraglia, J., Thygesen, K., Lecours, S., & Drapeau, M. (2009).** Gender Differences in Self Reported Defense Mechanism: A Study Using the New Defense Style Questionnaire-60. *American Journal of Psychotherapy*, 63.1, 87-99.
- Pine, F. (2004).** Mahler's Concepts of "Symbiosis" and Separation-Individuation: Revisited, Reevaluated, Refined. *Journal of the American Psychoanalytic Association*, 52(2), 511-533.
- Polat, K., & İlhan, T. (2018).** Evli Bireylerde Çift Uyumu ve Bazı Psikolojik Belirtilerin Benliğin Farklılaşması Açısından İncelenmesi. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 8(50), 87-115.
- Poole, C., Miller, S., & Church, E. (2004).** Development: Ages & Stages--How Self-Concept Develops. *Early Childhood Today*, 19(1), 31-35.
- Porcerelli, J., Huth-Bocks, A., Huprich, S., & Richardson, L. (2016).** Defense Mechanisms of Pregnant Mothers Predict Attachment Security, Social Emotional Competence, and Behavior Problems in Their Toddlers. *The American journal of psychiatry*, 17.

- Preckel, F., & Brüll, M. (2010).** The Benefit Of Being A Big Fish In a Big Pond: Contrast and Assimilation Effects on Academic Self-Concept. *Learning and Individual Differences*, 20(5), 522-531.
- Puklek Levpuscek, M. (2006).** Adolescent Individuation In Relation To Parents and Friends: Age and Differences. *European Journal of Developmental Psychology*, 3(3), 238-264.
- Quintana, S., & Kerr, J. (1993).** Relational Needs in Late Adolescent Separation- Individuation. *Journal of Counseling & Development*, 71(3), 349-354.
- Rennison, N. (2001).** Freud and Psychoanalysis. *Pocket Essentials; Poc edition*, pp. 38-40.
- Ryan, R., & Deci, E. (2000).** Self-Determination Theory and The Facilitation of Intrinsic Motivation, Social Development and Well-Being. *American Psychologist*, 55(1), 68.
- Ryan, R., & Deci, E. (2002).** Overview of Self-Determination Theory: An Organismic Dialectical Perspective. *Handbook of Self Determination Research*, 2, 3-33.
- Saad, C., Damian, R., Benet-Martínez, V., Moons, W., & Robins, R. (2013).** Multiculturalism and Creativity: Effects of Cultural Context, Bicultural Identity and Ideational Fluency. *Social Psychological and Personality Science*, 4(3), 369-375.
- Sadhwani, I. (2012).** Effect of Self-Concept on Adolescent Depression. *Journal of Psychosocial Research*, 7(1).
- Santrock, J. (2012).** *Yaşam Boyu Gelişim (Çev. Ed. Galip Yüksel)*. Ankara: Nobel Yayın Dağıtım.
- Sebastian, C., Burnett, S., & Blakemore, S. (2008).** Development of the Self-Concept During Adolescence. *Trends in Cognitive Sciences*, 12(11), 441-446.
- Sedikides, C., Gaertner, L., & O'Mara, E. (2011).** Individual Self, Relational Self, Collective Self: Hierarchical Ordering of The Tripartite Self. *Psychological Studies*, 56(1), 98-107.
- Sedikides, C., Gaertner, L., Luke, M., O'Mara, E., & Gebauer, J. (2013).** *A Three-Tier Hierarchy of Self-Potency: Individual Self, Relational Self, Collective Self. In Advances in Experimental Social Psychology* . (Vol. 48, Pp. 235-295): Elsevier Academic Press.
- Sezen, L. (2005).** Türkiye'de Evlenme Biçimleri. *Atatürk Üniversitesi Türkiyat Araştırmaları Enstitüsü Dergisi*, 11(27), 185-195.
- Shapka, J., & Keating, D. (2005).** Structure and Change in Self-Concept During Adolescence. *Canadian Journal of Behavioural Science/Revue canadienne des sciences du comportement*, 37(2), 83.
- Shave, P., & Mikulincer, M. (2005).** Attachment Theory and Research: Resurrection of The Psychodynamic Approach to Personality. *Journal of Research in Personality*, 39(1), 22-45.
- Shenfeld, M. (1984).** The Developmental Course of Defense Mechanisms in Later Life. *International Journal of Aging & Human Development*, 19(1), 55-71.

- Soldz, S., & Vaillant, G. (1998).** A 50-Year Longitudinal Study of Defense use Among Inner City Men: A Validation of The DSM-IV Defense Axis. *The Journal of Nervous and Mental Disease*, 186(2), 104-111.
- Somech, A. (2000).** The Independent and the Interdependent Selves: Different Meanings in Different Cultures. *International Journal of Intercultural Relations*, 24(2), 161-172.
- Spielman , R. (2002).** The Ego and the Mechanisms of Defence. *Aust N Z J Psychiatry*, 36:430–434.
- Spitz, R. (1945).** Hospitalism: An Inquiry Into The Genesis of Psychiatric Conditions in Early Childhood. *The Psychoanalytic Study of The Child*, 1(1), 53-74.
- Spitz, R. (1972).** *El primer año de vida del niño (Vol. 5)*. Spain: Fondo de Cultura Económica.
- Steinberg , L., & Silverberg, S. (1986).** The Vicissitudes of Autonomy in Early Adolescence. *Child Development*, 57(4), 841-851.
- Stern, D. (1995).** Self/Other Differentiation in the Domain of İntimate Socio-Affective Interaction: Some Considerations. *Advances In Psychology-Amsterdam*, 112, 419-430.
- Stolorow, R. (2014).** Kendilik Psikolojisi Yapısal Psikoloji: Kendilik Psikolojisi Üzerine Düşünceler. *Psikoloji Revivals*, 287.
- Sürgevil, O. (2008).** Farklılık Kavramına ve Farklılıkların Yönetimine Temel Oluşturan Sosyopsikolojik Kuramlar ve Yaklaşımlar. *Balıkesir Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 11 (20) , 111-124.
- Swann Jr, W., Jetten, J., Gómez, A., Whitehouse, H., & Bastian, B. (2012).** When Group Membership Gets Personal: A Theory of Identity Fusion. *Psychological Review*, 119(3), 441.
- Tabakcı, A. (2014).** *Majör Depresyonda Antidepresanların Mizaç, Karakter ve Savunma Mekanizmaları Üzerine Etkileri*. İstanbul: Yayınlanmamış Tıpta Uzmanlık Tezi, Prof. Dr. Mazhar Osman Ruh Sağlığı ve Sinir Hastalıkları Eğitim ve Araştırma Hastanesi.
- Tajfel, H., Turner, J., Austin, W., & Worchel, S. (1979).** An Integrative Theory of Intergroup Conflict. *Organizational identity: A reader*, 56(65), 9780203505984-16.
- Tamar, M., Bildik, T., Kösem, H., Tatar, A., Yaman, B., Erermis, S., & Ozbaran, B. (2006).** The Characteristics of Separation-İndividuation in Turkish High School Students. *Adolescence*, 41(161), 177–184.
- Tanti, C., Stukas, A., Halloran, M., & Foddy, M. (2008).** Tripartite Self-Concept Change: Shifts in the Individual, Relational, and Collective Self in Adolescence. *Self And Identity*, 7(4), 360-379.
- Taşkent, A. (2010).** *Alkol ve / veya madde bağımlıları ile bağımlılığı olmayan bireylerin savunma mekanizmaları açısından karşılaştırılması, çocukluk çağı travmaları, disosiyatif yaşantılar ve bağımlılık şiddetinin savunma mekanizmaları üzerindeki etkisinin incelenmesi*. İstanbul, Türkiye.: Yüksek Lisans Tezi, Maltepe Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü.

- Taşkın, E., Yüksel, E., & Özmen, E. (2009).** Üniversite Birinci Sınıf Öğrencilerinde Ayrılma Bireyleşme Özellikleri ve Depresyon İlişkisi. *Anadolu Psikiyatri Dergisi*, 10(3), 174-180.
- Taylor, G. J. (2003).** Somatization and Conversion: Distinct or Overlapping Constructs?. *Journal of The American Academy of Psychoanalysis and Dynamic Psychiatry*, 31(3), 487-508.
- Topcu, M. (2016).** Ayrılma ve bireyleşme: Nesne İlişkileri Üzerine Terapötik Uygulama. *Ayna Klinik Psikoloji Dergisi*, 3(2), 17-28.
- Topçuoğlu, V. (2003).** Obsesif Kompulsif Bozuklukta Psikanalitik Görüşler. *Klinik psikiyatri*, 6(1), 46-50.
- Tosun, C., Yazıcı, H., & Altun, F. (2017).** Evlilik Öncesindeki ve Evli Bireylerin İlişki Nitelikleri, Benlik Kurguları ve Özgeci Davranış Düzeyleri. *Sosyal Politika Çalışmaları Dergisi*, 17 (38) , 73-94 .
- Trautwein, U., Lüdtke, O., Marsh, H., & Nagy, G. (2009).** Within-School Social Comparison: How Students Perceive the Standing of Their Class Predicts Academic Self-Concept. *Journal of Educational Psychology*, 101(4), 853.
- Triandis, H. (1998).** The Self and Social Behavior in Differing Cultural Context. *Psychological Review*, 96 (3), 506- 520.
- Triandis, H. C. (2000).** Culture and conflict. *International journal of psychology*, , 35(2), 145-152.
- Triandis, H. C. (2001).** *Individualism and Collectivism: Past, Present, and Future.* The Handbook of culture and Psychology, 35-50.
- Triandis, H., & Singelis, T. (1998).** Training to Recognize Individual Differences in Collectivism and Individualism Within Culture. *International Journal of Intercultural Relations*, 22(1), 35-47.
- Tura, S. (2012).** *Freud'dan Lacan'a Psikanaliz (5. Basım).* İstanbul: Kanat Kitap.
- Tuzcuoğlu, N. (1995).** Psikanaliz kuramı ve özellikleri. *M. Ü. Atatürk Eğitim Fakültesi Eğitim Bilimleri Dergisi*, (7), 275-285.
- Tyson, P., & Tyson, R. (1993).** *Psychoanalytic theories of development. In Teoriaspsicanalíticas do desenvolvimento: uma integração .* (pp. 306-306): Yale University Press; New Ed basım (11 Mart 1993).
- Usborne, E., & Taylor, D. (2010).** The Role of Cultural Identity Clarity for Self-Concept Clarity, Self-Esteem, and Subjective Well-Being. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 36(7), 883-897.
- Vahip, I. (1993).** Ayrılma Bireyleşme Kuramı,. *Türk Psikiyatri Dergisi*, 4: 60-66.
- Vaillant, G. (1971).** Theoretical Hierarchy of Adaptive Ego Mechanisms. *Archives of General Psychiatry*, 24, 107-118.
- Vaillant, G. (1976).** Natural History of Male Physiological Health; The Relation of Choice of Ego Mechanisms of Defense to Adult Adjustment. *Archives of General Psychiatry*, 33(5), 535-545.
- Vaillant, G. (1992a).** The Historical Origins and Future Potential of Sigmund Freud's Concept of The Mechanisms of Defence. *The International Review of Psychoanalysis*, 19, 35-50.

- Vaillant, G. (1992b).** *Ego Mechanisms of Defense: A Guide for Clinicians and Research.* Washington, DC: American Psychiatric Press.
- Vaillant, G. E. (2000).** Adaptive Mental Mechanisms. Their Role in a Positive Psychology. . *The American Psychologist*, , 55(1), 89–98.
- Vallacher, R., Read, S., & Nowak, A. (2002).** The Dynamical Perspective in Personality and Social Psychology. *Personality and Social Psychology Review*, 6(4), 264-273.
- Vandello, J., & Cohen, D. (1999).** Patterns of Individualism and Collectivism Across the United States. *Journal of Personality and Social Psychology*, 77(2), 279.
- Waites, E. A. (1982).** Fixing Women: Devaluation, Idealization, and the Female Fetish. . *Journal of The American Psychoanalytic Association*, 30(2), 435-459.
- Waqas, A., Rehman, A., Malik, A., Muhammad, U., Khan, S., & Mahmood, N. (2015).** Association of Ego Defense Mechanisms with Academic Performance, Anxiety and Depression in Medical Students: A Mixed Methods Study. *Cureus*, 7(9), e337.
- Wasti, S., & Eser Erdil, S. (2007).** Bireycilik ve Toplulukçuluk Değerlerinin Ölçülmesi: Benlik Kurgusu ve INDCOL Ölçeklerinin Türkçe Geçerlemesi. *Yönetim Araştırmaları Dergisi*, 7, 39-66.
- Yaman, B. (2005).** *Ergenlerde Ayrışma-Bireyselleşme ve Psikolojik Uyum Üzerinde Anababa Evlilik İlişkisinin ve Aile İlişkilerinin Etkisi.* İzmir: Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Ege Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Yaşar, Ö. (2014).** *Yetişkin Yakın İlişkilerde Bağlanma Stilleri ile Kullanılan Savunma Mekanizmaları Arasındaki İlişki.* İstanbul, Türkiye: Yüksek Lisans Tezi, Üsküdar Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Yavuzer, H. (2011).** *Ana-baba ve çocuk.* (22. Basım). İstanbul: Remzi Kitabevi.
- Yazgan, N. (2019).** *Yetişkinlerde Savunma Mekanizmalarının, Bağlanma Stilleri ve Bilişsel Esneklik Arasındaki İlişkinin İncelenmesi.* İstanbul, Türkiye.: Doktora Tezi, İstanbul Aydın Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Yılmaz, H. (2019).** Türkiye ve Orta Asya Türk Cumhuriyetleri Yüksek Öğretim Gençliğinde Benlik Kurgusu. *Asya Çalışmaları*, 1 (7), 1-14.
- Yılmaz, N., Gençöz, T., & Ak, M. (2007).** Savunma Biçimleri Testi'nin Psikometrik Özellikleri: Güvenilirlik ve Geçerlik Çalışması. *Türk Psikiyatri Dergisi*, 18(3), 244-253.
- Yurtseven, F. (2010).** *“Ötekiyle Ben” Temsilleri ve Savunma Mekanizmaları Arasındaki İlişki.* İstanbul: Yüksek Lisans Tezi, İstanbul: Bilgi Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Yüksel, E. (2006).** *Üniversite Öğrencilerinin Ayrılma Bireyselleşme Özellikleri ve Etkileyen Etmenler.* Manisa: (Uzmanlık Tezi), Celal Bayar Üniversitesi Tıp Fakültesi.
- Yüncü, Z., Gürçay, E., Kabasakal, Z., Özbaran, B., Tamar, M., & Aydın, C. (2009).** Madde Kullanım Bozukluğu Olan Ergenlerde Ayrılma Bireyselleşme Süreci. *In Yeni Symposium*, (Vol. 47, No. 4).

- Zafar, H., Nabeel, T., & Khalily, M. (2013).** Adolescents'self-Concept and Their Attitudes Towards Parents, Teachers, and Police Authority. *Pakistan Journal of Psychology*,, 44(1).
- Zurita Ortega, , F., Castro Sánchez, M., Álvaro González, J., Rodríguez Fernández, S., & Pérez Cortés, A. (2016).** Autoconcepto, Actividad Física Y Familia: Análisis De Un Modelo De EcuacionesEstructurales. *Revista De Psicología Del Deporte*,, 25(1),0097-104.



## **Ek-B: BİLGİLENDİRİLMİŞ ONAM FORMU**

Değerli katılımcı,

Sizi yüksek lisans tez araştırmam kapsamında Gedik Üniversitesi Klinik Psikoloji Yüksek Lisans Programı Zeynep Muştucu tarafından, Dr. Öğr. Üyesi Nurgül Yavuzer danışmanlığında yürütülmekte olan bu araştırmaya katılmaya davet ediyoruz. Araştırmanın amacı benlik kurgularını bazı faktörler açısından incelemektir. Araştırmaya katılım tamamen gönüllülük esasına dayanmaktadır. Araştırma tahminen 10-15 dakika sürmektedir. Araştırmanın sağlıklı yürütülebilmesi için sizden soruları içtenlikle yanıtlamanız ve kendi fikrinizi yansıtan yanıtlar vermeniz beklenmektedir. Soruların doğru ya da yanlış cevabı yoktur. Bu araştırma birden çok ölçme aracı içermektedir. Lütfen her bir ölçeğin başında size sunulan yönergeleri dikkatle okuyarak size en uygun gelen yanıtları vermeniz önem arz etmektedir. Vereceğiniz cevaplar araştırma dışında hiçbir amaç için kullanılmayacaktır. Araştırmada hiçbir bireysel değerlendirme yapılmayacaktır. Alınan tüm bilgiler bilimsel amaç için kullanılacak ve özenle korunacaktır. Araştırmada sizden, kimliğinizi belli edecek kişisel bilgiler istenmemektedir, gizlilik esastır.

Bu bir onam formudur ve bu formu onaylamanız, araştırmaya katılmayı kabul ettiğiniz anlamına gelmektedir ancak araştırmaya devam etmek istemezseniz, yarıda bırakma hakkına da sahipsiniz.

- Okudum, anladım. Araştırmaya katılmayı kabul ediyorum.

**EK-C: DEMOGRAFİK BİLGİ FORMU**

|                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                             |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>Cinsiyet:</b> <ul style="list-style-type: none"><li><input type="radio"/> Kadın</li><li><input type="radio"/> Erkek</li></ul>                                                                                                                                                                          | <b>Yaş:</b>                                                                                                                                                                 |
| <b>Medeni Durum:</b> <ul style="list-style-type: none"><li><input type="radio"/> Bekar</li><li><input type="radio"/> Evli</li><li><input type="radio"/> Boşanmış</li><li><input type="radio"/> Dul</li></ul>                                                                                              | <b>Sosyo-ekonomik Durum:</b> <ul style="list-style-type: none"><li><input type="radio"/> Alt</li><li><input type="radio"/> Orta</li><li><input type="radio"/> Üst</li></ul> |
| <b>Eğitim Durumu:</b> <ul style="list-style-type: none"><li><input type="radio"/> İlkokul</li><li><input type="radio"/> Ortaokul</li><li><input type="radio"/> Lise</li><li><input type="radio"/> Üniversite</li><li><input type="radio"/> Yüksek Lisans</li><li><input type="radio"/> Doktora+</li></ul> |                                                                                                                                                                             |

## EK-D: Özerklik-İlişkiselilik Ölçekleri

### Özerklik-İlişkiselilik Ölçekleri

|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |                                    |                         |                       |                        |                                   |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------|-------------------------|-----------------------|------------------------|-----------------------------------|
| Aşağıda kendiniz hakkında bazı cümleler verilmiştir ve sizden beklenen tüm cümlelere açık bir şekilde yanıt vermeniz beklenmektedir. Önemli olan, her bir cümleye sizin ne derece katılıp, katılmadığınızdır. Her bir cümle için yalnızca bir seçeneğe işaret (X) konmalıdır. Bütün cümlelerin yanıtlanması beklenmektedir. | <b>Kesinlikle Katılmıyorum (1)</b> | <b>Katılmıyorum (2)</b> | <b>Kararsızım (3)</b> | <b>Katılıyorum (4)</b> | <b>Kesinlikle Katılıyorum (5)</b> |
| 1- Kararlarımın yakınlarımdan etkisi çok azdır.                                                                                                                                                                                                                                                                             |                                    |                         |                       |                        |                                   |
| 2- Bana çok yakın olsa bile bir kişinin hayatıma karışmasından hoşlanmam.                                                                                                                                                                                                                                                   |                                    |                         |                       |                        |                                   |
| 3-Kendimi yakınlarımdan bağımsız hissederim.                                                                                                                                                                                                                                                                                |                                    |                         |                       |                        |                                   |
| 4-Hayatımı kendimi çok yakın hissettiğim kişilerin düşüncelerine göre yönlendiririm.                                                                                                                                                                                                                                        |                                    |                         |                       |                        |                                   |
| 5-Kendimle ilgili bir konuda bana çok yakın olan kişilerin fikirleri beni etkiler.                                                                                                                                                                                                                                          |                                    |                         |                       |                        |                                   |
| 6-Kararlarımı alırken yakınlarıma danışırım.                                                                                                                                                                                                                                                                                |                                    |                         |                       |                        |                                   |
| 7-Kişisel konularda, çok yakın hissettiğim kişilerin aldığı kararları kabul ederim.                                                                                                                                                                                                                                         |                                    |                         |                       |                        |                                   |
| 8-Genellikle kendime çok yakın hissettiğim kişilerin isteklerine uymaya çalışırım.                                                                                                                                                                                                                                          |                                    |                         |                       |                        |                                   |
| 9-Kararlarımı yakınlarımdan isteklerine göre kolayca değiştirebilirim.                                                                                                                                                                                                                                                      |                                    |                         |                       |                        |                                   |

|                                                                                                      |  |  |  |  |  |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|--|--|--|--|
| <b>10-Kendimi çok yakın hissettiğim insanların desteğine ihtiyaç duyarım.</b>                        |  |  |  |  |  |
| <b>11-Yakın ilişkilerimde belirli bir mesafeyi korumak isterim.</b>                                  |  |  |  |  |  |
| <b>12-Genelde kişisel şeyleri kendime saklarım.</b>                                                  |  |  |  |  |  |
| <b>13-Kişiliğimin oluşmasında bana yakın olan insanların etkisi büyüktür.</b>                        |  |  |  |  |  |
| <b>14-Kendime çok yakın hissettiğim kimseler sık sık aklıma gelir.</b>                               |  |  |  |  |  |
| <b>15-Bana yakın olsalar bile, insanların benim hakkımda ne düşündüğünü önemsemem.</b>               |  |  |  |  |  |
| <b>16-Yakınlarım hayatımda ilk önceliğimdir.</b>                                                     |  |  |  |  |  |
| <b>17-Yakınlarımla aramdaki bağ, kendimi huzur ve güven içinde hissetmemi sağlıyor.</b>              |  |  |  |  |  |
| <b>18-Özel hayatımı çok yakınım olan birisiyle bile paylaşmam.</b>                                   |  |  |  |  |  |
| <b>19-Hem yakın ilişkileri olmak, hem de özerk olmak önemlidir.</b>                                  |  |  |  |  |  |
| <b>20-Planlar yaparken yakınların önerileri dikkate alınsa bile, son karar kişiye ait olmalıdır.</b> |  |  |  |  |  |
| <b>21-Çok yakın ilişkiler içindeki kişi, kendi kararlarını veremez.</b>                              |  |  |  |  |  |
| <b>22-İnsan çok yakınlarının fikirlerine karşı çıkabilmelidir.</b>                                   |  |  |  |  |  |
| <b>23-Yakınlarımla düşüncelerine önem vermem, kendi düşüncelerimi göz ardı etmem anlamına gelir.</b> |  |  |  |  |  |
| <b>24-Bir kişiye çok yakın olmak, bağımsız olmayı engeller.</b>                                      |  |  |  |  |  |
| <b>25-Bir kimse kendini hem yakınlarına bağlı, hem de bağımsız hissedebilir.</b>                     |  |  |  |  |  |
| <b>26-Özerk olabilmek için yakın ilişki kurmamak gerekir.</b>                                        |  |  |  |  |  |

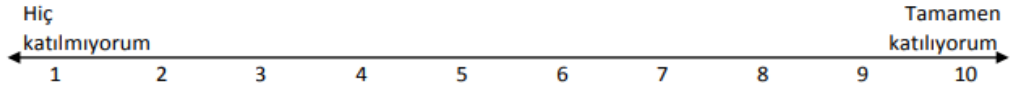
|                                                                                                                    |  |  |  |  |  |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|--|--|--|--|
| 27-Bir kimse hem yakınlarına bağı olabilir, hem de fikirleri ayrı olduğunda fikrine saygı duyulmasını isteyebilir. |  |  |  |  |  |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|--|--|--|--|



## Ek-E: Ayrılma-Bireyleşme Ölçeği

### Ayrılma-Bireyleşme Ölçeği (ABÖ)

Aşağıdaki cümleler genel olarak insanlarla ve kendimizle ilgili düşüncelerimizi yansıtmaktadır. Her ifadeyi aşağıda verilen 10 dereceli ölçeği kullanarak değerlendiriniz. Yaptığınız derecelendirmeyi cümlelerin yanındaki boş kutuya yazınız. Lütfen hiçbir soruyu boş bırakmayınız.



|                                                                                                                                                  |  |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|
| 1. İnsanlar birine gerçekten çok değer verip bağlandığında, sıklıkla kendileri hakkında daha kötü hissederler.                                   |  |
| 2. Bir kişi, başka birine duygusal olarak aşırı yakınlığında, çoğu zaman kendini kaybolmuş hisseder.                                             |  |
| 3. İnsanlar birine gerçekten öfkeli olduğunda genelde kendilerini değersiz hisseder.                                                             |  |
| 4. İnsanların birine karşı duygusal olarak çok fazla yakınlaşmaya başladıkları zaman, büyük bir olasılıkla incinmeye en açık oldukları zamandır. |  |
| 5. İnsanlar zarar görmemek için başkaları üzerindeki kontrolü elinde tutmaya ihtiyaç duyar.                                                      |  |
| 6. İnsanları tanıdıkça değişmeye başladıklarını hissederim.                                                                                      |  |
| 7. Hem iyi hem kötü yanlarımı aynı anda görebilmek benim için kolaydır.                                                                          |  |
| 8. Bana öyle geliyor ki insanlar benden ya gerçekten hoşlanıyor ya da nefret ediyorlar.                                                          |  |
| 9. İnsanlar bana karşı çoğu zaman sanki ben yalnızca onların her isteğini yerine getirmek için oradaymışım gibi davranıyor.                      |  |

|                                                                                                                                                                |  |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|
| 10.Kendimden gerçekten hoşlanmak ile kendimi hiç beğenmemek arasında ciddi anlamda gidip geliyorum.                                                            |  |
| 11. Kendi başıma olduğumda bir şeylerin eksik olduğunu hissederim.                                                                                             |  |
| 12.İçimde bir boşluk hissetmemek için etrafımda başka insanların olmasına ihtiyaç duyarım.                                                                     |  |
| 13.Başka biriyle aynı fikirde olduğumda bazen kendime ait bir parçamı kaybetmiş gibi hissederim.                                                               |  |
| 14.Herkes gibi bende, ne zaman gerçekten saygı duyduğum ve hürmet ettiğim biriyle karşılaşsam kendimi daha kötü görürüm, kendimle ilgili daha kötü hissederim. |  |
| 15.Kendimi ayrı bir birey olarak görmek benim için kolaydır.                                                                                                   |  |
| 16. Anne babamdan ne kadar farklı olduğumu fark ettiğim zamanlarda çok rahatsızlık<br>Duyarım.                                                                 |  |
| 17. Önemli bir karar almadan önce neredeyse her zaman anneme danışırım.                                                                                        |  |
| 18.Diğer insanlarla bağlılık kurup bunun gereklerini yerine getirmek benim için oldukça kolaydır.                                                              |  |
| 19.Duygusal yönden biriyle yakınlaştığımda ara sıra kendime zarar veriyormuşum gibi<br>hissediyorum.                                                           |  |
| 20.Ya birini çok sevdiğimi ya da kimseye katlanamadığımı hiss ediyorum.                                                                                        |  |
| 21.Sıklıkla, düşmekle ilgili beni korkutup tedirgin eden rüyalar görürüm.                                                                                      |  |
| 22.Gözlerimi kapatıp, benim için anlamı olan kişileri zihnimde canlandırmak bana zor geliyor.                                                                  |  |
| 23.Birden fazla kere nasıl ya da neden olduğunu anlayamadığım şekilde, uykudan uyanır gibi kendimi biriyle bir ilişkide buldum.                                |  |
| 24.Kabul etmeliyim ki kendimi yalnız hissettiğimde çoğunlukla sarhoş olmak isterim.                                                                            |  |
| 25.Ne zaman biriyle kavgalı ya da birine çok kızgın olsam kendimi değersiz hissederim.                                                                         |  |

|                                                                                                                    |  |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|
| 26.En derin düşüncelerimi söyleyip paylaşacak olsaydım içimde bir boşluk hissederdim.                              |  |
| 27.İnsanların benden hep nefret edermiş gibi olduklarını hissedirim.                                               |  |
| 28.Anne- babama ne kadar çok benzediğimi fark ettiğim zamanlarda kendimi çok rahatsız hissediyorum.                |  |
| 29. Biriyle yakın bir ilişki içinde olduğumda sıklıkla kim olduğum duygusunun kaybolduğunu hissedirim.             |  |
| 30.Başkalarını aynı anda hem iyi hem kötü özelliklere sahip insanlar olarak görmek benim için zordur.              |  |
| 31.Bana öyle geliyor ki kendim olabilmenin tek yolu diğerlerinden farklı olmaktır.                                 |  |
| 32.Duygusal açıdan birine aşırı yaklaştığımda, benliğimin bir parçasını kaybettiğimi hissediyorum.                 |  |
| 33.Ne zaman ailemden uzakta olsam kendimi çok rahatsız hissediyorum.                                               |  |
| 34.Fiziksel yakınlığı ve şefkati almak, kendi başına, onu bana kimin verdiğiinden daha önemliymiş gibi olabiliyor. |  |
| 35.Bir başka insanı gerçekten iyi tanımak bana zor geliyor.                                                        |  |
| 36.Bir karar vermeden önce annemin onayını almak benim için önemlidir.                                             |  |
| 37.İtiraf etmeliyim ki, başka birinin kusurlarını gördüğümde kendimi daha iyi hissediyorum.                        |  |
| 38.Diğer insanları yakınımda tutabilmek için, içimde onları kontrol etme dürtüsü duyarım.                          |  |
| 39. İtiraf etmeliyim ki birine duygusal olarak yaklaştığımda, bazen onlara acı çektirme isteği duyarım.            |  |

## EK-F: Savunma Biçimleri Testi

### SAVUNMA BİÇİMLERİ TESTİ (SBT-40)

Lütfen her ifadeyi dikkatle okuyup, bunların size uygunluğunu yan tarafında 1'den 9'a kadar derecelendirilmiş skala üzerinde seçtiğiniz dereceye çarpı şeklinde (X) işaretlemek suretiyle gösteriniz.

Örnek: Bana hiç uygun değil 1 2 3 4 5 6 7 8 9 Bana çok uygun.

**1- Başkalarına yardım etmek hoşuma gider, yardım etmem engellenirse üzülürüm.**

Bana hiç uygun değil 1 2 3 4 5 6 7 8 9 Bana çok uygun.

**2- Bir sorunum olduğunda, onunla uğraşacak vaktim olana kadar o sorunu düşünmemeyi becerebilirim.**

Bana hiç uygun değil 1 2 3 4 5 6 7 8 9 Bana çok uygun.

**3- Endişemin üstesinden gelmek için yapıcı ve yaratıcı şeylerle uğraşırım (resim, el işi, ağaç oyma).**

Bana hiç uygun değil 1 2 3 4 5 6 7 8 9 Bana çok uygun.

**4- Arada bir bugün yapmam gereken işleri yarına bırakırım.**

Bana hiç uygun değil 1 2 3 4 5 6 7 8 9 Bana çok uygun.

**5- Kendime çok kolay gülerim.**

Bana hiç uygun değil 1 2 3 4 5 6 7 8 9 Bana çok uygun.

**6- İnsanlar bana kötü davranmaya eğilimlidir.**

Bana hiç uygun değil 1 2 3 4 5 6 7 8 9 Bana çok uygun.

**7- Birisi beni soyup paramı çalsa, onun cezalandırılmasını değil ona yardım edilmesini isterim.**

Bana hiç uygun değil 1 2 3 4 5 6 7 8 9 Bana çok uygun.

**8- Hoş olmayan gerçekleri, hiç yokmuşlar gibi görmezlikten gelirim.**

Bana hiç uygun değil 1 2 3 4 5 6 7 8 9 Bana çok uygun.

**9- Süpermen’mişim gibi tehlikelere atılırım.**

Bana hiç uygun değil 1 2 3 4 5 6 7 8 9 Bana çok uygun.

**10- İnsanlara, sandıkları kadar önemli olmadıklarını gösterebilme yeteneğimle gurur duyarım.**

Bana hiç uygun değil 1 2 3 4 5 6 7 8 9 Bana çok uygun.

**11- Bir şey canımı sıktığında, çoğu kez düşüncesizce ve tepkisel davranırım.**

Bana hiç uygun değil 1 2 3 4 5 6 7 8 9 Bana çok uygun.

**12- Hayatım yolunda gitmediğinde bedensel rahatsızlıklara yakalanırım.**

Bana hiç uygun değil 1 2 3 4 5 6 7 8 9 Bana çok uygun.

**13- Çok tutuk bir insanımdır.**

Bana hiç uygun değil 1 2 3 4 5 6 7 8 9 Bana çok uygun.

**14- Her zaman doğruyu söylemem.**

Bana hiç uygun değil 1 2 3 4 5 6 7 8 9 Bana çok uygun.

**15- Sorunsuz bir yaşam sürdürmemi sağlayacak özel yeteneklerim var.**

Bana hiç uygun değil 1 2 3 4 5 6 7 8 9 Bana çok uygun.

**16- Seçimlerde bazen haklarında çok az şey bildiğim kişilere oy veririm.**

Bana hiç uygun değil 1 2 3 4 5 6 7 8 9 Bana çok uygun.

**17- Birçok şeyi gerçek yaşamımdan çok hayalimde özlerim.**

Bana hiç uygun değil 1 2 3 4 5 6 7 8 9 Bana çok uygun.

**18- Hiçbir şeyden korkmam.**

Bana hiç uygun değil 1 2 3 4 5 6 7 8 9 Bana çok uygun.

**19- Bazen bir melek olduğumu, bazen de bir şeytan olduğumu düşünürüm.**

Bana hiç uygun değil 1 2 3 4 5 6 7 8 9 Bana çok uygun.

**20- Kırıldığımda açıkça saldırgan olurum.**

Bana hiç uygun değil 1 2 3 4 5 6 7 8 9 Bana çok uygun.

**21- Her zaman, tanıdığım birinin koruyucu melek gibi olduğunu hissedirim.**

Bana hiç uygun değil 1 2 3 4 5 6 7 8 9 Bana çok uygun.

**22- Bana göre insanlar ya iyi ya da kötüdürler.**

Bana hiç uygun değil 1 2 3 4 5 6 7 8 9 Bana çok uygun.

**23- Patronum beni kızdırsa, ondan hıncımı çıkarmak için ya işimde hata yaparım ya da işimi yavaşlatırım.**

Bana hiç uygun değil 1 2 3 4 5 6 7 8 9 Bana çok uygun.

**24- Her şeyi yapabilecek güçte, aynı zamanda son derece adil ve dürüst olan bir tanıdığım var.**

Bana hiç uygun değil 1 2 3 4 5 6 7 8 9 Bana çok uygun.

**25- Serbest bıraktığımda, yaptığım işi etkileyebilecek olan duygularımı kontrol edebilirim.**

Bana hiç uygun değil 1 2 3 4 5 6 7 8 9 Bana çok uygun.

**26- Genellikle, aslında acı verici olan bir durumun gülünç yanını görebilirim.**

Bana hiç uygun değil 1 2 3 4 5 6 7 8 9 Bana çok uygun.

**27- Hoşlanmadığım bir işi yaptığımda başım ağrır.**

Bana hiç uygun değil 1 2 3 4 5 6 7 8 9 Bana çok uygun.

**28- Sık sık, kendimi kesinlikle kızmam gereken insanlara iyi davranırken bulurum.**

Bana hiç uygun değil 1 2 3 4 5 6 7 8 9 Bana çok uygun.

**29- Hayatta, haksızlığı uğruyor olduğuma eminim.**

Bana hiç uygun değil 1 2 3 4 5 6 7 8 9 Bana çok uygun.

**30- Sınav ve iş görüşmesi gibi zor bir durumla karşılaşacağımı bildiğimde, bunun nasıl olabileceğini hayal eder ve başa çıkmak için planlar yaparım.**

Bana hiç uygun değil 1 2 3 4 5 6 7 8 9 Bana çok uygun.

**31- Doktorlar benim derdimin ne olduğunu hiçbir zaman gerçekten anlamıyorlar.**

Bana hiç uygun değil 1 2 3 4 5 6 7 8 9 Bana çok uygun.

**32- Haklarım için mücadele ettikten sonra, girişken davrandığımdan dolayı özür dilemeye eğilimliyimdir.**

Bana hiç uygun değil 1 2 3 4 5 6 7 8 9 Bana çok uygun.

**33- Üzüntülü veya endişeli olduğumda yemek yemek beni rahatlatır.**

Bana hiç uygun değil 1 2 3 4 5 6 7 8 9 Bana çok uygun.

**34- Sık sık duygularımı göstermediğim söylenir.**

Bana hiç uygun değil 1 2 3 4 5 6 7 8 9 Bana çok uygun.

**35- Eğer üzüleceğimi önceden tahmin edebilirsem, onunla daha iyi baş edebilirim.**

Bana hiç uygun değil 1 2 3 4 5 6 7 8 9 Bana çok uygun.

**36- Ne kadar yakınırsam yakınyım, hiçbir zaman tahmin edici bir yanıt alamıyorum.**

Bana hiç uygun değil 1 2 3 4 5 6 7 8 9 Bana çok uygun.

**37- Yoğun duyguların yaşanması gereken durumlarda, genellikle hiçbir şey hissetmediğimi fark ediyorum.**

Bana hiç uygun değil 1 2 3 4 5 6 7 8 9 Bana çok uygun.

**38- Kendimi elimdeki işe vermek, beni üzüntülü veya endişeli olmaktan korur.**

Bana hiç uygun değil 1 2 3 4 5 6 7 8 9 Bana çok uygun.

**39- Bir bunalım içinde olsaydım, aynı türden sorunu olan birini arardım.**

Bana hiç uygun değil 1 2 3 4 5 6 7 8 9 Bana çok uygun.

**40- Eđer saldırganca bir dűşűncem olursa, bunu telafi etmek için bir řey yapma ihtiyaı duyarım.**

Bana hiç uygun değil 1 2 3 4 5 6 7 8 9 Bana çok uygun



## ÖZGEÇMİŞ

**Ad-Soyad** : Zeynep Muştucu

### ÖĞRENİM DURUMU:

**Lisans** : 2018, Işık Üniversitesi, Fen Edebiyat Fakültesi, Psikoloji

**Yüksek Lisans** : 2021, İstanbul Gedik Üniversitesi, Psikoloji Anabilim Dalı, Klinik Psikoloji Tezli Yüksek Lisans Program

### MESLEKİ DENEYİM VE EĞİTİMLER:

Lisans eğitimini 2015-2018 yılları arasında onur derecesiyle tamamlamış ve 2017 yılında Bursa Memleket Hastanesi Psikiyatri Servisinde gönüllü olarak stajını gerçekleştirmiştir. 2018 yılında altı ay süreyle özel bir danışmanlık merkezinde gönüllü asistan psikolog olarak görev almıştır.

Yüksek lisans eğitimi kapsamında Dinamik Yönelimli Terapi eğitimi dışında Bilişsel ve Davranışsal Terapi Eğitimi almıştır. Yüksek lisans eğitiminde 2 dönem psikodinamik yönelimli süpervizyon almıştır.

Yüksek lisans eğitimi kapsamında Kartal Belediyesi Kadın Danışma Merkezi'nde zorunlu stajını tamamlamıştır.

SCL-90, Minnesota Çok Yönlü Kişilik Envanteri (MMPI), MMSE, Eğitimsizler İçin Mini Mental Test, Rotter Cümle Tamamlama Testi ve Çocuk Gelişim Testleri eğitimleri bulunmaktadır. Ayrıca Aile Danışmanlığı, Kısa Süreli Çözüm Odaklı Terapi ile Hücum Terapisi Eğitimi almıştır.