

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

**BİLİŞSEL ÇARPITMALARIN ÇOCUKLUK ÇAĞI
TRAVMALARI VE BAĞLANMA STİLLERİ İLE
İLİŞKİSİNİN İNCELENMESİ**

Yüksek Lisans Tezi

Tezi Hazırlayan:

Başak NEMUTLU

İstanbul, 2020

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

**BİLİŞSEL ÇARPITMALARIN ÇOCUKLUK ÇAĞI
TRAVMALARI VE BAĞLANMA STİLLERİ İLE
İLİŞKİSİNİN İNCELENMESİ**

Yüksek Lisans Tezi

Tezi Hazırlayan:
Başak NEMUTLU

Öğrenci No:
17550900007
(0000-0002-7499-4736)

Danışman:
Prof. Dr. Mehmet Kerem DOKSAT

İstanbul, 2020

YEMİN METNİ

Yüksek Lisans Tezi olarak sunduğum “Bilişsel Çarpıtmaların Çocukluk Çağı Travmaları ve Bağlanma Stilleri ile İlişkinin İncelenmesi ” başlıklı bu çalışmanın, bilimsel etik ve geleneklere uygun şekilde tarafımdan yazıldığını, yararlandığım eserlerin tamamının kaynaklarda gösterildiğini ve çalışmamın içinde kullanıldıkları her yerde atıf yapıldığını belirtir ve bunu onurumla doğrularım.25.06.2020

Başak NEMUTLU



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

.... /...../.....

Enstitümüz *Psikoloji* Anabilim Dalı *Klinik Psikoloji* Programı yüksek lisans öğrencilerinden **17550900002** numaralı **Ecem OZAN**'ın "*Beykent Üniversitesi Lisansüstü Eğitim – Öğretim Yönetmeliği*"nin ilgili maddesine göre hazırlayarak, Enstitümüze teslim ettiği "*Alkol Kullanım Bozukluğu Tanısı Alan Bireylerde Bellek İşlevleri ve Tedavi Motivasyonunun İncelenmesi*" konulu tezini, Yönetim Kurulumuzun 16/06/2020 tarih ve 2020/18 sayılı toplantısında seçilen ve Taksim Yerleşkesinde toplanan biz jüri üyeleri huzurunda, Beykent Üniversitesi Lisansüstü Eğitim ve Öğretim Yönetmeliğinin 29. maddesinin 3. fıkrası gereğince (.....) dakika süre ile aday tarafından savunulmuş ve sonuçta adayın tezi hakkında "*OYBİRLİĞİ*" ile "*KABUL*" kararı verilmiştir.

İşbu tutanak, 4 nüsha olarak hazırlanmış ve Enstitü Müdürlüğü'ne sunulmak üzere tarafımızdan düzenlenmiştir.

DANIŞMAN
Dr. Öğr. Üyesi Ali DAYI
(Beykent Üniversitesi)

ÜYE
Prof. Dr. Mehmet Kerem DOKSAT
(Beykent Üniversitesi)

ÜYE
Prof. Dr. Ayten ERDOĞAN
(İstanbul Gelişim Üniversitesi)

Adı ve Soyadı : Başak Nemutlu
Danışmanı : Prof. Dr. Mehmet Kerem DOKSAT
Türü ve Tarihi : Yüksek Lisans, 2020
Alanı : Psikoloji
Anahtar Kelimeler : Bilişsel Çarpıtmalar, Çocukluk Çağı Travmaları, Bağlanma Stilleri

ÖZ

BİLİŞSEL ÇARPITMALARIN ÇOCUKLUK ÇAĞI TRAVMALARI VE BAĞLANMA STİLLERİ İLE İLİŞKİSİNİN İNCELENMESİ

Bu araştırma bireylerin bilişsel çarpıtmaların çocukluk çağı travmaları ve bağlanma stilleri ile ilişkisini ortaya koymak, bu değişkenlerin demografik özelliklere göre farklılaşıp farklılaşmadığını incelemek ve çocukluk çağı travmalarının bağlanma stilleri ile ilişkili bir değişken olup olmadığını belirlemek amacıyla yapılmıştır. Bu amaç doğrultusunda Türkiye’de yaşamakta olan ve rastlantısal olarak seçilen 18- 72 yaş arasındaki 540 yetişkin araştırmanın örneklemini oluşturmaktadır. Araştırmada Sosyo-demografik Bilgi Formu, Bilişsel Çarpıtmalar Ölçeği, Çocukluk Çağı Ruhsal Travma Ölçeği ve Yetişkin Bağlanma Stilleri Envanteri kullanılarak veri toplanmıştır. Toplanan verilerin değerlendirilmesi ve analizinde IBM SPSS v.25 paket programı kullanılmıştır. Araştırmanın bulgularında çocukluk çağı travmalarının fiziksel istismar alt boyutu ile bilişsel çarpıtmaların alt boyutu olan felaketleştirme, etiketleme, zihinsel filtreleme, aşırı genelleme, kişiselleştirme ve zorunluluk ifadeleri arasında güçlü ve pozitif yönlü bir ilişki olduğu saptanmıştır. Bilişsel çarpıtma tüm alt boyutları ile bağlanma stilleri alt boyutlarından güvenli bağlanma alt boyutu arasında güçlü ve pozitif yönlü bir ilişki saptanmıştır. Araştırma bulguları, literatür ışığında tartışılmıştır.

Name and Surname : Başak Nemutlu
Supervisor : Prof. Dr. Mehmet Kerem DOKSAT
Degree and Date : Master, 2020
Major : Psychology
Key Words : Cognitive Distortions, Childhood Trauma, Attachment Styles

ABSTRACT

INVESTIGATION OF THE RELATIONSHIP BETWEEN COGNITIVE DISTORTIONS, CHILDHOOD TRAUMAS AND ATTACHMENT STYLES

This research is prepared to determine the relationship between individuals' cognitive distortions, childhood traumas and attachment styles, examine how these variables differ according to demographic variables and determine if childhood traumas have a relationship with the attachment styles. 540 adults between 18-72 years old living in Turkey were randomly chosen as sample of the research. Data were collected using Socio-demographic Information Form, Cognitive Distortions Scale, Childhood Mental Trauma Scale and Adult Attachment Styles Inventory in this research. IBM SPSS v.25 package program was used in the evaluation and analysis of the collected data. In the findings of the study, it was found that there is a strong and positive relationship between physical abuse which is a subdimension of childhood traumas and catastrophizing, labeling, mental filtering, overgeneralizing, personalization and obligatory statements which are subdimensions of cognitive distortions. A strong and positive correlation was found between all subdimensions of cognitive distortion and secure attachment which is a subdimension of attachment styles. The results of the research were discussed in the light of literature.

İÇİNDEKİLER

	Sayfa No.
ÖZ.....	i
ABSTRACT.....	ii
TABLolar LİSTESİ	vi
KISALTMALAR	viii
SİMGELER.....	ix
GİRİŞ	1

BİRİNCİ BÖLÜM KURAMSAL ÇERÇEVE

1.1. Çocukluk Çağı Travmaları.....	4
1.1.1. Duygusal İstismar ve İhmal.....	4
1.1.2. Fiziksel İstismar ve İhmal	5
1.1.3. Cinsel İstismar	7
1.2. Bağlanma.....	9
1.2.1 Bowlby'nin Bağlanma Kuramı.....	10
1.2.2 Ainsworth'ün Kurama Katkıları.....	12
1.2.2.1. Güvenli Bağlanma Stili.....	14
1.2.2.2 Güvensiz Kaçınmacı Bağlanma Stili	14
1.2.2.3 Güvensiz-Kaygılı/Dengesiz Bağlanma Stili	15
1.2.3. Yetişkin Bağlanma Kuramı	15
1.2.3.1 Hazan ve Shaver Tarafından Geliştirilen Yetişkin Bağlanma Modeli	16
1.2.3.2. Bartholomew ve Horowitz'in Yetişkin Bağlanma Tarzı: Dört Kategorili Bağlanma Modeli	17
1.3. Bilişsel Yaklaşımlar	18
1.3.1. Ellis'in Akılcı-Duygusal Davranış Terapisi (ADDT)	18
1.3.2. Beck'in Bilişsel Terapi Modeli	20
1.3.2.1. Otomatik Düşünceler	21
1.3.2.2. Ara İnançlar	21

1.3.2.3. Temel İnançlar	21
1.3.2.4. Bilişsel Çarpıtmalar	22
1.3.2.4.1. Zihin Okuma	23
1.3.2.4.2. Felaketleştirme	23
1.3.2.4.3. Zihinsel Filtreleme	23
1.3.2.4.4. Aşırı Genelleme	24
1.3.2.4.5. Hep ya da Hiç Tarzı Düşünme	24
1.3.2.4.6. Duygudan Sonuç Çıkarma	24
1.3.2.4.7. Etiketleme	24
1.3.2.4.8. Kişiselleştirme	25
1.3.2.4.9. Meli Malı İfadeleri	25
1.3.2.4.10. Olumluyu Küçültme ya da Yok Sayma	25

İKİNCİ BÖLÜM

YÖNTEM

2.1 Araştırmanın Modeli	26
2.2. Araştırmanın Problemleri	26
2.2.1. Problemler	26
2.2.2. Alt Problemler	26
2.3 Araştırmanın Hipotezleri	27
2.4. Evren ve Örneklem	27
2.5. Verilerin Toplanması	28
2.6. Ölçme Araçları	28
2.6.1. Sosyodemografik Bilgi Formu	28
2.6.2. Çocukluk Çağı Ruhsal Travma Ölçeği – ÇÇRTÖ [Child Trauma Questionnaire (CTQ)]	28
2.6.3. Erişkin Bağlanma Biçimi Ölçeği	29
2.6.4. Bilişsel Çarpıtmalar Ölçeği (BÇÖ)	30
2.7. Verilerin Analizi	30

ÜÇÜNCÜ BÖLÜM

BULGULAR.....	32
----------------------	-----------

DÖRDÜNCÜ BÖLÜM

TARTIŞMA, SONUÇ VE ÖNERİLER

4.1. Tartışma.....	55
4.2. Sonuç.....	60
4.3. Öneriler	61
KAYNAKÇA.....	63
EKLER	72
Ek-1: Onam Ve Sosyodemografik Bilgi Formu.....	72
Ek-2 : Erişkin Bağlanma Biçimleri Ölçeği.....	74
Ek-3: Düşünme Türleri Ölçeği (Bilişsel Çarpıtmalar Ölçeği).....	75
Ek-4 : Çocukluk Çağı Ruhsal Travma Ölçeği.....	83
Ek-5: Anket Etik Kurul Onayı.....	85

TABLÖLAR LİSTESİ

Sayfa No.

Tablo 1. Demografik Değişkenler İçin Sayı ve Yüzde Dağılımı	32
Tablo 2. Araştırma Açık Uçlu Soruları için Betimleyici İstatistiksel Tablo.....	32
Tablo 3. Çocukluk Çağı Ruhsal Travma Ölçeği'ne Ait Betimleyici İstatistikler	33
Tablo 4. Erişkin Bağlanma Biçimleri Ölçeği'ne Ait Betimleyici İstatistikler	34
Tablo 5. Bilişsel Çarpıtmalar Ölçeği'ne Ait Betimleyici İstatistikler	35
Tablo 6. Araştırmada Kullanılan Ölçeklerin Güvenirlik Analizi.....	37
Tablo 7. Çocukluk Çağı Ruhsal Travma Ölçeği, Bilişsel Çarpıtmalar Ölçeği (Sosyal Alan Alt boyutu) ve Erişkin Bağlanma Biçimleri Ölçeği puanlarının Cinsiyet Değişkenine Göre Karşılaştırılmasına İlişkin Bağımsız Gruplar t-Testi Sonuçları	37
Tablo 8. Çocukluk Çağı Ruhsal Travma Ölçeği, Bilişsel Çarpıtmalar Ölçeği (Sosyal Alan Alt boyutu) ve Erişkin Bağlanma Biçimleri Ölçeği puanlarının Anne Eğitim Durumu Değişkenine Göre Karşılaştırılmasına İlişkin ANOVA Sonuçları	38
Tablo 9. Çocukluk Çağı Ruhsal Travma Ölçeği, Bilişsel Çarpıtmalar Ölçeği (Sosyal Alan Alt boyutu) ve Erişkin Bağlanma Biçimleri Ölçeği puanlarının Baba Eğitim Durumu Değişkenine Göre Karşılaştırılmasına İlişkin ANOVA Sonuçları	40
Tablo 10. Çocukluk Çağı Ruhsal Travma Ölçeği, Bilişsel Çarpıtmalar Ölçeği (Sosyal Alan Alt boyutu) ve Erişkin Bağlanma Biçimleri Ölçeği puanlarının Medeni Durum Değişkenine Göre Karşılaştırılmasına İlişkin Bağımsız Gruplar t-Testi Sonuçları	41
Tablo 11. Çocukluk Çağı Ruhsal Travma Ölçeği, Bilişsel Çarpıtmalar Ölçeği (Sosyal Alan Alt boyutu) ve Erişkin Bağlanma Biçimleri Ölçeği puanlarının Ailede Psikiyatrik Öykü Bulunma Durumu Değişkenine Göre Karşılaştırılmasına İlişkin Bağımsız Gruplar t-Testi Sonuç	42

Tablo 12. Çocukluk Çağı Ruhsal Travma Ölçeği, Bilişsel Çarpıtmalar Ölçeği (Sosyal Alan Alt boyutu) ve Erişkin Bağlanma Biçimleri Ölçeği puanlarının Algılanan Gelir Durumu Değişkenine Göre Karşılaştırılmasına İlişkin ANOVA Sonuçları.....	43
Tablo 13. Çocukluk Çağı Ruhsal Travma Ölçeği İle Bilişsel Çarpıtmalar Ölçeği Arasındaki İlişkilere Dair Pearson Korelasyon Analizi Sonuçları	45
Tablo 14. Erişkin Bağlanma Biçimleri Ölçeği İle Bilişsel Çarpıtmalar Ölçeği Arasındaki İlişkilere Dair Pearson Korelasyon Analizi Sonuçları	48

KISALTMALAR

BÇÖ	: Bilişsel Çarpıtmalar Ölçeği
ÇÇRTÖ	: Çocukluk Çağı Ruhsal Travmalar Ölçeği
EBBÖ	: Erişkin Bağlanma Biçimleri Ölçeği



SİMGELER

f	: F Değeri
n	: Örneklem Sayısı
p	: Anlamlılık Düzeyi
r	: Korelasyon Değeri
ss	: Standart Sapma
x	: Ortalama



GİRİŞ

Dışarıdan bir etkenin yol açtığı fiziksel veya ruhsal sıkıntı olarak tanımlanan travmanın çocukluk çağında yaşanması bireyin ilerleyen yaş dönemlerinde yaşayacağı problemleri artırmaktadır. Çocukluk çağı travmaları bireylerin 18 yaş öncesi dönemde maruz kaldıkları psikolojik ve fiziksel davranışları / durumları tanımlamaktadır.

Çocukluk Çağı Travmalarının alt boyutlarında yer alan çocuk istismarı veya ihmali, çocuğun gelişimini sekteye uğratan veya engelleyen davranışları içerir. Aynı zamanda sadece aileleri değil, toplumdaki birçok yapıyı farklı şekillerde etkileyen bir halk sağlığı problemi olarak görülmektedir. Çocuklar travmanın üzerindeki etkilerine karşı oldukça duyarlı olmakla birlikte bireylerin gelecek yaşamdaki düşünceleri üzerinde etkisi vardır.

Bilişsel çarpıtmalar ise çocukluk dönemindeki travma ile ilişkilidir. Çocukluk döneminde yaşanan travmatik olayların bilişsel çarpıtmaların alt boyutu ile ilişkili olduğu ve yaşamın ilerleyen evrelerinde ise psikopatolojik problemler ile birlikte olumsuz bilişsel şemalara daha yatkın olduğu da yadsınamaz bir gerçektir.

Bağlanma ise bebek ve bakım veren arasında gelişen ve aynı zamanda bireyin gelecekte kendisine, dünyaya ve diğer insanlara ilişkin düşüncelerini etkileyen ve şekillendiren bir kavramdır. Bilişsel çarpıtmalar da sosyal öğrenme ve model olma yoluyla geliştikleri için özellikle bu iki kavramın birbiriyle ilişki içinde olduğu söylenebilir.

Erken çocukluk dönemindeki travmatik yaşantı ve bağlanmanın niteliği ile birlikte bilişsel çarpıtmanın olumlu ya da olumsuz biçimde şekillenmesi oldukça doğaldır.

Araştırmanın Amacı

Araştırma Türkiye genelinde yapılmış olup, bilişsel çarpıtmalar çocukluk çağı travmaları ve bağlanma stilleri arasındaki ilişki incelenmiş ve bu değişkenler arasında bir ilişki olup olmadığının tespit edilmesi amaçlanmıştır.

Araştırmanın Önemi

Çocukluk çağı travmaları ve kişinin erken çocukluk dönemindeki bağlanma stilleri bireyin gelecekteki yaşamını etkilemekte, şekillendirmekte ve aynı zamanda şemalarının oluşumunu sağlamaktadır.

Aynı zamanda çocukluk çağı travmalarının ve bağlanmanın bilişsel çarpıtmalar ile ilişkisi olduğu düşünülmektedir. Bununla birlikte literatürde bu üç kavramın ilişkisini ele alan bir araştırma olmadığından literatüre katkı sağlayacağı varsayılmaktadır.

Sınırlılıklar

- Araştırma sonuçları 18-72 yaş arası bireyler ile sınırlıdır.
- Araştırma sonuçları Türkiye örneklemini için geçerlidir.
- Araştırmada kullanılan veriler 2018-2019 yılında toplanan veriler ile sınırlıdır.
- Bu araştırmada kullanılan veriler “Bilişsel Çarpıtmalar Ölçeği”, “Çocukluk Çağı Ruhsal Travmalar Ölçeği” ve “Erişkin Bağlanma Biçimleri Ölçeği” ile toplanan verilerle sınırlıdır.

Sayıtlar

- 1.Araştırmanın örneklem grubu evreni temsil ettiği varsayılmıştır.
- 2.Araştırmaya katılan bireylerin Sosyodemografik Bilgi Formuna, Bağlanma Stilleri Ölçeğine, Çocukluk Çağı Travmaları Ölçeğine gerçek durumlarını yansıtacak şekilde cevap verdikleri varsayılmaktadır.
- 3.Araştırmada kullanılan Sosyodemografik Bilgi Formuna katılımcıların sosyodemografik özelliklerini; Bilişsel Çarpıtmalar Ölçeği bilişsel çarpıtmalarını; Çocukluk Çağı Travmaları Ölçeğinin ise bireylerin çocukluk dönemindeki travma düzeylerini ölçtüğü varsayılmıştır.

Tanımlar

Araştırmaya ilişkin tanımlar aşağıda verilmiştir.

Bilişsel Çarpıtmalar: Bilişsel çarpıtmalar, bireyin zaman içinde farkında olmadan oluşturduğu düşüncelerinin ve inançlarının kişinin kendisine, diğer insanlara ve dünyaya yönelik olan ve bununla birlikte olayların olumsuz tarafının alınarak, olumlu detayların görülmemesine ve en kötü senaryonun oluşmasına temel oluşturan düşünme hatalarıdır.

Çocukluk Çağı Travmaları: Çocukluk döneminde yaşanan örseleyici yaşam olaylarından biri olan ve duygusal-fiziksel istismar ve ihmal ile cinsel istismar ve ihmali içeren bireylerin psikopatoloji geliştirme ihtimalini artıran olay olarak tanımlanabilir.

Bağlanma: Çocuk ile çocuğun bakımını üstlenen kişi arasında meydana gelen, onlarla etkileşime geçerek stresli anlarda bakımını üstlenen kişiyi arama davranışıyla kendisini gösteren ve doğumdan ömrün sonuna kadar etkisi olan duygusal bağıdır.

BİRİNCİ BÖLÜM

KURAMSAL ÇERÇEVE

1.1. Çocukluk Çağı Travmaları

Zoroğlu'na (2001:70) göre 20. yüzyıl örseleyici durumların çocukları en fazla etkilediği çağ olması araştırmacılara ruhsal travmaların olumsuz sonuçlarını gözlemlene olanağı vermiştir. Çocukluk çağında travmanın mağdurları ve toplum için ciddi sonuçları vardır. Çocukluk çağı travması, DSM-IV ve DSM-V'e göre gerçek veya tehdit altında ölüm, ciddi yaralanma veya cinsel şiddete maruz kalma olarak tanımlanmaktadır (Akt. Bellis&Zisk 2014, 185). Yaşamın erken döneminde maruz kalınan travmatik durumların psikopatoloji ve kişilik gelişimindeki önemi yadsınamaz bir gerçektir. Travmatik durumlar her yaşı etkilemekle birlikte çocukluk çağındaki etkisi daha fazladır (Güloğlu ve ark. 2016, 310). Toksik stres tepkisi olarak adlandırılan ve travmatik deneyimlerden biri olan bu kavram sosyoekonomik seviye ile ilişkilidir. Bununla birlikte çocuğun gelişimi boyunca aile ve sosyal desteğinin yetersiz olması ve çocukluk döneminde bireyde sık meydana gelen, sürekli ve bireyin sıkıntı yaşadığı durumlarda ortaya çıkan bir tepkidir (Shonkoff ve ark. 2012, 236).

1.1.1. Duygusal İstismar ve İhmal

Alandaki profesyoneller duygusal istismar ve ihmali tanımlama konusunda zorluk ve yasal olarak kanıtlama konusunda belirsizlik yaşamaktadırlar (Glaser 2002, 697). Duygusal istismar; ihmal ve şiddet kavramlarını içeren ve diğer istismar türlerini şemsiye gibi bir çatı altında toplayan bir olgudur (Howe 2005, 91). Claussen ve Crittenden (1991:9) tarafından yapılan bir çalışmada fiziksel istismar ve ihmal olgularındaki bireylerin %90'ında duygusal istismar ve ihmale uğradığı da saptanmıştır.

Glasser tarafından duygusal ihmal ve istismarın tanımına girecek olan 5 farklı madde sıralanmıştır. Bunlardan ilki, duygusal bulunmazlık, tepkisizlik ve ihmaldir.

Bu, ebeveyn duyarsızlığı içerir. Ebeveynler bu noktada çocuğun duygusal ihtiyaçlarına cevap vermemektedirler. İkinci olarak çocuğa yapılan olumsuz yüklemeler ve çocuğa yapılan yanlış atıfları içermektedir. Bunu hak ettiğini düşünen çocuğa karşı düşmanlık, inkar ve reddetme davranışı gösterilir. Üçüncü olarak çocuğun gelişimine uygun olmayan ve tutarsız etkileşimleri içerir. Çocuğun gelişimsel yeteneklerinin çok üstünde beklentiler, kafa karıştırıcı veya travmatik olaylara ve etkileşimlere maruz kalması, aile içi şiddete maruz kalma ve ebeveyn intiharı da dahil olmak üzere çeşitli etkileşimler içerir. Dördüncüsü çocuğun bireyselliğini ve psikolojik sınırlarını tanıma veya onaylamadaki başarısızlığı, çocuğu ebeveynin psikolojik ihtiyaçlarının karşılanması için kullanmayı ve çocuğun gerçekliği ile inanç ve dileklerini ayırt edememeyi içerir. Son olarak, çocuğun sosyal adaptasyonunu desteklememek, yanlış sosyalleşmeyi teşvik etmek ve psikolojik ihmali (öğrenme için yeterli bilişsel uyarıcı veya fırsatın sağlanamaması) içermektedir. Bu kategori çocukları izole etmek de dahil olmak üzere hem ihmal hem de istismarı içermektedir (Glaser 2002, 703-704).

İstismar veya ihmal geçmişi olan bir çocukta psikopatoloji oranında artış, özgüvende azalma ve kişiler arası problemler görülmüştür (Mullen ve ark. 1996, 7). Bununla birlikte çocuğun anne ve babası tarafından sevilmemesi ya da sevildiğini hissetmemesi çocuklara çok büyük bir acı vermektedir. Bu durumda çocukların gelişimleri daha yavaş ve özgüvenleri daha düşük olmaktadır (Iwaniac 2005, 24).

1.1.2. Fiziksel İstismar ve İhmal

Fiziksel istismar kavramı Kempe ve arkadaşları (1962) tarafından tanımlanmıştır (Kempe ve ark. 1985, 143). Fiziksel istismar genellikle çocukta, bir yetişkinin sorumluluklarından kaynaklanan kaza dışı yaralanmaların hafif, ağır ya da fiziksel bütünlüğünü tehlikeye atacak bir biçimde hırpalanmasını ifade eder (Bilir ve ark. 1991, 2; Kelly 1983; Akt. Malinosky-Rummell & J. Hansen 1993, 1). Çocuğun ebeveynleri tarafından sağlığı için uygun sağlık hizmetini aranmaması, sağlık çalışanlarının tavsiyelerine uyulmaması, çocuğun yiyecekten mahrum bırakılması ve bir çocuğun fiziksel olarak gelişmemesi fiziksel ihmal olarak tanımlanmaktadır. Buna ek olarak çocuğun uyuşturucuya maruz kalması ve çevresel tehlikelerden

yeterli şekilde korunmaması fiziksel ihmal olarak sayılabilir. Aynı zamanda hijyenik olmayan koşulları ve eğitimden yoksun bırakılmanın tümü ihmal kanıtı olarak kabul edilmiştir (World Health Organization 2002, 61).

Hırpalanma ya da örselenme vakaları arasında en sık karşılaşılan ve rapor olarak sunulan davranışlar şu şekildedir; ebeveyn tarafından bireye vurulması, tekmelenmesi, hırpalanması, bir cisimle vücudunun delinmesi (Kaplan ve ark. 1999, 1214-1215). Epidemiyolojisine bakıldığında ise fiziksel istismarın, geçmişe dönük olarak yapılan 2 ana ulusal çalışmasına göre 1000 çocukta 5.7 olduğu tahmin edilmektedir (Kaplan ve ark. 1999, 1215). Cinsiyet ve yaş dağılımı açısından fiziksel istismarın oranında kızlar ve erkeklerin arasında yok denecek kadar çok az bir fark olduğu görülmüştür (Powers ve ark., 1990, 90). Aynı zamanda fiziksel istismar yaşının 4-8 yaş arasında zirveye ulaştığı gözlemlenmiştir (Kaplan ve ark. 1999, 1215). Tanısal boyuta bakıldığında ise hastaneye ya da herhangi bir sağlık kurumuna yaralanma durumu ile gelen tüm çocuklarda fiziksel istismar ihtimali düşünülmeli ve bu durumdan kuşkulandığında dikkatli bir öykü alınmalı ve gerekli fiziksel muayene ile birlikte rutin tetkikler ve kan sayımı yapılmalıdır. Taner ve Gökler'in "Değerlendirmede; çocuğu tedaviye getirmede açıklanamayan bir gecikme, çelişkili öykü, fiziksel bulgularla uyumsuz öykü, tekrarlayan şüpheli yaralanmalar, hasardan çocuğu ya da başka birini sorumlu tutan anne baba, çocuğun hasarla ilgili anne babayı suçlaması ve anne babanın çocuktaki hasar konusunda ilgisiz ya da aşırı kaygılı görünmesi fiziksel istismarı düşündürmelidir." şeklindeki sözleri tanısal anlamda yol gösterici boyuttadır (Taner ve Gökler 2004, 83). Bilir'e (1991:2) göre, çocukların fiziksel olarak istismar ve ihmali neticesinde yapılan klinik muayeneler sonucunda ekimoz, yumuşak dokuda zedelenme ve yara izleri, eklem ve beyin hasarları gibi bulgulara rastlanmıştır. Literatüre dayanarak uzun ve kısa süreli sonuçlara bakıldığında çocuk istismarı ve ihmali çeşitli psikolojik sorunlara neden olabilir. Fiziksel istismar ve ihmale uğramak, mağdurlarda korku, sosyal olarak izole ve güvensizlik hissetmelerine sebep olabilecek kötü muamele, eğitimsel zorluklar, düşük özgüven, depresyon, ilişki kurma ve ilişkileri sürdürme gibi tezahür edebilecek yaşam boyu psikolojik sonuçlara neden olabilir. Araştırmacılar, çocuk istismarı ve ihmali ile takip eden psikolojik sonuçlar arasındaki bağlantıları tespit

etmişlerdir (Long-Term Consequences of Child Abuse and Neglect <https://www.childwelfare.gov>).

Arkadaşlık ilişkilerine bakıldığında, fiziksel olarak istismara uğramış çocukların, istismara uğramamış akranlarına göre daha sevilmeyen ve daha az popüler oldukları (Salzinger ve ark. 1993, 183), fiziksel olarak istismara uğramayan çocuklar ile kıyaslandığında istismara uğrayan kurbanların daha az yakınlık, daha fazla çatışma ve etki gösterdikleri tespit edilmiştir (Parker & Herrera 1996, 1035). Çalışmalar nadiren fiziksel ihmalleri incelemiş olsa da, son veriler fiziksel olarak ihmal edilen çocukların arkadaşlarıyla daha fazla çatışma ve daha az karşılıklı arkadaşlık dahil olmak üzere sosyal işlevsellikte eksikliği olduğunu göstermektedir (Bolger ve ark. 1998, Akt. Kaplan ve ark. 1999, 1216). İhmal, birçok alanda, özellikle çocukluk ve erken ergenlik döneminde, fiziksel istismara özgü olmayan etkiler ile ilişkilidir. Özellikle ihmal edilen çocuklar, daha şiddetli bilişsel ve akademik açıklar, sosyal geri çekilme ve sınırlı akran kabulü ve içselleştirme sorunları açısından fiziksel olarak istismara uğramış emsallerinden ayırt edilebilir (Hildyard & Wolfe 2002, 690).

1.1.3. Cinsel İstismar

Çocuğun cinsel istismarı, birbiriyle örtüşen ancak ayırt edilebilir iki tür etkileşimden oluşur: (a) bir çocuğa dayatılan zorla cinsel davranış ve (b) bariz bir zorlama olup olmadığına bakılmaksızın, bir çocuk ile daha yaşlı bir kişi arasındaki cinsel aktivite ("daha yaşlının" genel tanımı 5 veya daha fazla yıldır) (Finkelhor & Brown 1986, 66). Çocuk cinsel istismarı farklı davranışlar içermektedir. Bu davranışlar arasında, cinsel amaçlı dokunma, cinsel temasta bulunma, çocuğa cinsel ilişki göstermek için pornografi ya da teşhirciliğe başvurma, çocuğun cinsel organını okşama, parmak ya da herhangi bir cisimle penetrasyon, çocuğa cinsel ilişkiye dair resimlerden oluşan kitaplar veya dergiler gösterilmesi gösterilebilir (Topçu 2009, 20).

Cinsel istismarın yaygınlığı konusunda bildirilen oranlar büyük farklılıklar göstermekle birlikte dünya genelinde kız çocuklarında %12-17 oranında, erkek

çocuklarında ise %5-8 olduğu araştırılmıştır (Gorey & Leslie 1997, 395). Çocuğun jinekoloji bölümü muayenesi esnasında cinsel istismar bir ihtimal olarak düşünülmeli ve akla getirilmelidir (Fleming 1998, Akt. Taner & Gökler 2004, 84). Topçu'ya (2009:21-26) göre çocuk cinsel istismarında tanısal ölçütler 4 farklı şekilde incelenir; rıza ölçütü, yaş farkı ölçütü, yöntem ölçütü ve yasal ölçütü. Rıza ölçütüne bakıldığında, küçük çocukların duygusal ve bilişsel açıdan bu durumun anlamını ve sonuçlarını kavrama yeteneğine sahip olmadığını göz önünde bulundurarak çocuğun kronolojik yaşından bağımsız onay verebilme yeteneğine bakılır ve bu yetenek de çocuktan çocuğa farklılık göstermektedir. Bununla birlikte eski TCK'da çocuk cinsel istismar suçlarında istismar suçluları çocuğun da rızası olduğunu öne sürerek ceza indirimi almaktayken 5237 sayılı Yeni Türk Ceza Kanunu'nda "çocuğun rızası" kavramını içeren tüm hükümler kaldırılarak, çocukların rızası ile gerçekleştirildiği iddiasının yer aldığı tecavüz, cinsel taciz ve cinsel istismar gibi suçlar yasadan çıkarılmıştır. Yeni Türk Ceza Kanunu'nda çocuklara yönelik tüm cinsel istismar suçları "Cinsel İstismar" başlığı altında tek bir maddede toplanmıştır. Yaş farkı ölçütünde ise çocuk cinsel istismarını tanımlarken en sık başvuru olan ölçütlerden biri olmasına rağmen bu farka kesin sınırlar koymak mümkün olmamaktadır. Yapılan bazı araştırmalarda cinsel istismara uğrayan kurban 13 yaşından küçükse, kendisine yapılan fiilin cinsel istismar kapsamına girmesi için istismarı yapanın ondan 5 veya daha fazla yaş büyük olması, eğer çocuk 13-16 yaş arasında ise istismarcının kendisinden 10 veya daha fazla yaş büyük olması gerektiğini söylemektedir. Yöntem ölçütünde ise fiil ve davranışın istismar olup olmadığına karar vermede kullanılan bir ölçüttür. Çocuk ile yetişkin arasındaki yaş farkına bakılmadan korkutma, sindirme, hile ve yalan yoluyla kandırma ve cinsel amaca ulaşmak için zor kullanma varsa cinsel istismar yargısına gidilebilir. Psikolojik etkilerine bakıldığında ise Maing (1991:102) tarafından yapılan çalışmada 5-12 yaş arasındaki cinsel istismara uğramış kız çocuklarının uğramamış kız çocuklarına göre daha fazla davranış problemi, daha kötü okul başarısı ve sosyal yeterlilik seviyesinde düşüklük sergilediği görülmüştür. Bununla birlikte travma sonrası stres bozukluğu, dikkat eksikliği ve hiperaktivite bozukluğu, sekonder enürezis ve enkoprezis, kabuslar ve uygunsuz cinsel davranış sıklıkla cinsel istismarın belirtileridir (Elliot & Peterson 1993, 180). Aynı zamanda cinsel istismara uğramış çocuklarda intihar düşüncelerinin ve girişimlerinin sık

olduğunu gösteren araştırmalar da mevcuttur (Livingston 1987, 414). Cinsel istismara uğrayan kişilerin sosyal ilişkileri kurma ve sürdürme yeteneği de düşüktür. Yetişkinler arasında iki kişi arası tarzdan biri benimsenir: kaçınan ya da aşırı yakınlık. Kaçınanlık düşük karşılıklı bağımlılık, düşük kendisini açma ve düşük sıcaklık ile karakterize edilirken, diğer tarzda fazlasıyla müdahaleci, boğucu bir şekilde sıcaklık ve kendisini açıklamada aşırılık vardır. Sonuç olarak ikisi de işlevsel değildir ve yalnızlık ile sonuçlanma olasılığı yüksektir (Tackett 2002, 719).

1.2. Bağlanma

Bağlanma, en temel anlamda “iki kişi arasındaki etkileşimin bağı pekiştirip güçlendirdiği aktif, sevecen bir karşılıklı ilişki olarak” tanımlanmıştır (Budak 2009, 101). İnsan toplumsal bir canlı olduğu için kişiler arası iletişime ihtiyaç duymakta ve bu iletişimi sürdürebilmek de onu diğer canlılardan ayırmaktadır. İletişimin devamlılığı sevmeye/sevilme, öğrenme gibi birçok etken üzerinde etkilidir.

Bağlanma kuramı yine Budak (2009:101) tarafından çocuğun başkalarıyla anlamlı duygusal ilişkiler kurabilme yetisi olarak tanımlanmıştır. Buna paralel olarak Ainsworth ve arkadaşlarına (1979) göre bağlanma kavramı çok önemli bir yere sahip olmakla birlikte bireyin yaşamda önem verdiği insanlara karşı hissettiği, diğer kişilerle birlikteyken iyi hissettiği ve zor durumlarda zorlukları azaltma hissi yaratan güçlü ve duygusal bir mekanizmadır. Bowlby (1982:668-669) ise bağlanmayı güvenlik ve destek ile ilişkilendirerek duygusal bir bağ olarak görmüş ve bireyin yakınlık aramak için duyduğu güçlü istek olarak tanımlamıştır.

Bağlanma kuramına ve kavramına bakıldığında zaman bağlanma sadece erken çocukluk dönemini değil, bireyin gelecekteki yaşamını ve buna ek olarak sosyal yaşamını da etkileyen bir süreçtir. Bağlanma yaşam boyu yakın ilişki davranışını yönlendirmeye ve şekillendirmeye devam etmektedir. İnsanlar yeni ilişkiler kurarken, kısmen diğer kişilerin kendilerine karşı nasıl davranması gerektiği hakkında ve buna karşılık kendilerini nasıl hissededeği ihtimalleri konusunda önceki beklentilerine güvenmektedirler ve bu modelleri partnerlerinin amaçlarını veya niyetlerini yorumlamak için kullanmaktadırlar. Bu bağlamda teori, insanların farklı

ilişkilerde başkalarıyla ilişki kurma şeklindeki sürekliliği açıklamaktadır. Ayrıca teori, erken bakım deneyimlerinin - en azından kısmen - yetişkinlerin romantik ilişkilerinde nasıl davrandıklarını etkilediğini göstermektedir (Fraley & Shaver 2000, 136).

Bu bilgiler ışığında bağlanma başlığının altında bağlanma kuramına katkıda bulunan kişilerin teorileri, bağlanma kuramına katkıları, bağlanma ile ilgili temel kavramlar ve yetişkin bağlanma stillerinin anlatılması amaçlanmaktadır.

1.2.1 Bowlby'nin Bağlanma Kuramı

John Bowlby 1907 yılında I. Dünya Savaşı sırasında İngiliz Ordusu'nda büyük bir general ve seçkin bir cerrah olan Sir Anthony Bowlby'nin ikinci oğlu olarak dünyaya gelmiştir. Bowlby, 1924 yılında Dartmouth Naval College'deki hocası tarafından Freud'un yazılarıyla tanıştığında psikoloji ile ilgilenmeye başlamış ve bu ilgisini Cambridge'deki yılları boyunca genişletmiştir. Duygusal olarak uyumsuz çocuklar için bir okulda altı ay çalıştıktan sonra Bowlby, tıp fakültesine katılmış ve Maudsley Hastanesi'nde klinik asistanı olarak çalışmıştır. Bu süre zarfında, aynı zamanda İngiliz Psikanalitik Topluluğu'nda öğrenci adayı olmuştur. Joan Riviere tarafından analiz edilmiştir ve Melanie Klein tarafından denetlenmiştir. 1936'da Londra Çocuk Rehberliği Kliniği'nde çalışmaya başlamıştır (Newcombe & Lerner 1982, 2-3).

Bowlby'nin bağlanma konusundaki teorisinin ortaya çıkışını sağlayan ilk büyük çalışması 1940'lı yılların başında, hırsızlık olaylarının ardından psikolojik değerlendirme için Tavistock Kliniği'ne getirilen 5-16 yaşları arasındaki 44 çocuğu araştırması olmuştur. Bu 44 çocuk, hırsızlıktan farklı sebepler ile kliniğe getirilen diğer 44 çocuk ile yaş ve zeka açısından eşleştirilmişlerdir. Çocuklar, önceden tanımlanmış kişilik tanımlarına göre altı farklı grupta sınıflandırılmışlardır. Hırsızların 14'ü (% 32), şefkat, utanç veya sorumluluk duygusu eksikliği ile karakterize edilen “sevgisiz karakter” şeklinde tanımlanmışlardır. Kontrol grubundaki diğer 44 çocuk kategorize edilmemekle birlikte diğer sevgisiz olarak tanımlanan çocukların 14'ünden 12'sinin erken yaşta annelerinden ya da birincil

bakım veren kişilerden uzun süreli ayrılık yaşadığı bildirilmiştir. Bowlby, “sevgisiz karakter” sebebinin, anneden uzun süreler boyunca ayrılma olduğu ve çocuğa gelişmesi için gereken sevgiyi sağlayacak kimsenin olmadığı sonucuna varmıştır. Ayrılmanın patojenik olduğu hemen hemen tüm vakalarda ayrılmanın, bireyin 6. aydan sonra ve 3 yaşından önce meydana geldiği ve bunun da “sevgisiz karakter” gelişmesine sebep olduğunu ayrıca 6 aydan önce ve 3 yaştan sonraki bir ayrılmanın “sevgisiz karakter” gelişiminde diğerine göre daha az etkisinin olabileceğini öne sürmüştür (Bowlby 1944a; Bowlby 1944b; Akt. Follan ve Minnis 2009, 639-643).

Etolojik çalışmalara bakılacak olursa Lorenz, Tinberger ve Harlow hayvanlar ile psikolojiye katkıda bulunan çalışmalar yapmış ve Bowlby bu çalışmalarını yakından takip etmiştir. Özellikle kuşların ve memeli hayvanların bağlanma davranışları ve bakım verenden ayrı kalma karşısındaki reaksiyonları açısından erken dönem çocukluk dönemindeki bireyler ile hemen hemen benzer reaksiyonlar gösterdiklerini tespit etmiştir. Bu noktadan yola çıkan Bowlby kuşlar ve memeli hayvanlar ile erken çocukluk dönemindeki bireylerin benzerlik göstermesi sonucu bu durumun evrimsel olduğu yönünde bir düşünceye ulaşmıştır (Bahadır 2006, 4).

Aynı zamanda Bowlby, bağlanma kuramını oluştururken Freud’un “inner world” olarak kavramsallaştırdığı iç dünya kavramını incelemekle birlikte bireyde erken çocukluk döneminde bakım verenin çocuğa gösterdiği reaksiyonlar ve çocuğun yakın ilişki isteğine karşı oluşan davranış sonucu beklentiler oluşturduğunu farketmiştir. Bu beklentiler de zihinsel temsiller olarak adlandırılmaktadır (Bretherton 1992, 23). Bowlby iki tip içsel çalışan modelden bahsetmiştir. Bu modellerden birincisi kişinin kendisine dair içsel model, ikincisi ise dünyaya ya da diğer insanlara ilişkin içsel model olarak adlandırılmaktadır. Kendisine dair içsel model bağlanma figüründe ya da bakım verende bireyin kabul edilip edilmediği ile ilişkiliyken, ikinci içsel model olan dünyaya ilişkin içsel model bakım verenin kim olduğuna, nerede bulunabileceğine ve nasıl reaksiyon göstereceğine dair beklentiler oluşturmaktadır. İçsel modellerin gelecekteki etkilerine baktığımızda ise bireyin kendisiyle ilgili çalışan içsel modelleri olumlu bir kimlik geliştirmesinde öneme sahipken aynı zamanda devam eden ve keyif verici bir kişiler arası ilişkinin kurulabilmesine kısayol oluşturmaktadır (Diehl ve ark, 1998, 1657).

Bowlby'nin bağlanma sisteminde bakım veren kişiden uzun süre ayrı kalan bireyin duygusal tepkileri 3 temel aşamadan oluşmaktadır. Bu tepkilerden ilk aşama bebeğin ağlaması ya da sakinleştirilmeye karşı gösterdiği dirençtir. Bebek için ağlama bir rahatsızlık sinyalidir. Böylece bebek yolunda gitmeyen bir şeylerin olduğunu ebeveyne gösterebilmek için böyle bir sinyal gönderir. İkinci emosyonel seviye ise bebeğin pasif ve edilgen bir davranışla kederli olması, üzüntü veya umutsuzluktur. Son duygusal aşama ise Bowlby tarafından “detachment” olarak kavramsallaştırılan “duygusal çözülme” veya “duygusal kopma”dır. Bu aşamada bireyde savunmacı bir umursamazlık ve bakım verenden kaçma gözlemlenmektedir (Bowlby 1969, 45).

Bowlby'nin bağlanma kuramını özetlemek gerekirse, kuram psikolojideki literatürde hayvan çalışmalarından Freud'un kavramlarına, deneysel psikolojiden evrimsel sürece birçok alt boyuttan faydalanmış ve eklettik bir model olmuştur. Bu duygusal bağın oluşmasında birincil bakım veren ile erken çocukluk dönemindeki bireyin arasındaki olumlu ilişkinin yadsınamaz bir gerçek olduğu ve birey ile bakım verenin uzun süreli ayrı kalma durumunda bireyin içsel çalışan modellerinin şimdi ve gelecek ile ilgili diğer insanlar ve kendiliği hakkında olumsuz sonuçlar yaratacağı belirtilmiştir.

1.2.2 Ainsworth'ün Kurama Katkıları

Mary Dinsmore Salter 1 Aralık 1913 yılında Kanada Ohio'da dünyaya gelmiştir. 3 yaşında okumayı öğrenen, öğrenme isteği olan güçlü bir çocuk olduğu belirtilmiştir (Bretherton 2003, 317). Psikoloji biliminin yaşam kalitesindeki büyük iyileştirmeler için mihenk taşı olduğu inancı onu 16 yaşında psikolog olmak için Toronto Üniversitesi'ne götürmüştür (Ainsworth 1983, 201).

1935'te lisans derecesini aldığı anda, ilk başta babası, Ainsworth'ün evlenmeden önce bir süre stenograf olarak çalışmasını önermiş olsa da Ainsworth psikoloji alanında doktora yapmak isteğini belirtmiştir ve onun danışmanlığını Toronto Üniversitesi Çocuk Çalışmaları Enstitüsü kurucusu William Emetz Blatz'ın yaptığı doktora çalışmasına başlamıştır (Bretherton 2003, 318).

Mary Ainsworth, Blatz'ın güvenlik teorisi ile ilgilenmeye başlamıştır (Bretherton 1992, 760). Blatz, "ebeveynlere olan güvenli bağımlılığın, bebeklerin ve küçük çocukların yabancıları keşfetme cesaretini toplayabilmelerini ve böylece bağımsız güvenliğe doğru gelişmelerini sağlayan güvenlik teorisi önermiştir (Berghaus 2011, 5).

Mary Salter ve Leonard Ainsworth evlendikten sonra Londra'ya taşınmışlar fakat Mary Ainsworth Kanada'dan Londra'ya taşınmadan önce bir iş bulamamıştı. Londra'da bulunan ve John Bowlby tarafından yürütülen "erken çocukluk döneminde anneden ayrılmanın etkileri" ile ilgili araştırma için bir araştırmacı arandığı görülmüştür ve Ainsworth ile Bowlby'nin yolları ilk burada kesişmiştir (Bretherton 1992, 761-762). Mary Ainsworth'un eşi Leonard Ainsworth 1953 yılında doktorasını tamamladıktan sonra, Uganda Kampala'daki Doğu Afrika Sosyal Araştırma Enstitüsü'nde işe başlamıştır. Mary, Afrika'ya gitme konusunda hevesli olmamakla birlikte Uganda'ya gittiğinde, Bowlby'nin ekibinde de yer alan Robertson'un hastanede yatan çocuklarla yaptığı çalışmalarla ilgili gözlemsel bir çalışma yürütme hayalini gerçekleştirme fırsatını görmüştür (Ainsworth 1983, 208). Aynı kurumun yardımıyla Mary Ainsworth gözlemsel bir çalışma yapmak için fon yardımı almıştır. Ainsworth, 9 ay boyunca yaşları 1-24 ay arası değişen 26 ailenin çocuklarını bir tercüman ile birlikte 2 haftada 1-2 saat boyunca gözlemlemiştir. Ainsworth özellikle yakınlığı teşvik edici sinyallerin ve davranışların (özellikle anneye yönelik olan durumlarda) başlangıcını belirlemek ve bunları not etmekle ilgilenmiştir. Ainsworth'un Uganda projesinden sonra yaptığı analizler daha sonraki çalışmalarını etkilemiş ve Bowlby'nin bağlanma teorisini yeniden yapılandırmasını sağlamıştır (Akt. Bretherton 1992, 764).

Ainsworth ailesi 1955'te Uganda'dan ayrıldıktan sonra Amerika Birleşik Devletleri'ne geri dönmüştür ve Sheppard and Enoch Pratt Hastanesi'nde tanı uzmanı ve klinisyen olarak çalışmaya başlamıştır, bu durum onun önemli değerlendirme becerilerini daha da geliştirmiştir ve pekiştirmiştir. Johns Hopkins Üniversitesi'nde klinik ve gelişimsel psikoloji dersleri vermesinin yanı sıra Baltimore'da ikinci bir gözlemsel çalışmayı yürütmüştür. Aynı zamanda, başlangıçta

öğretim görevlisi olarak işe alındığı Johns Hopkins Üniversitesi'nde klinik ve gelişimsel dersler vermiştir (Bretherton 1992, 764).

Ainsworth tarafından kavramsallaştırılan “yabancı ortam deneyi”, aslında sekiz bölümden oluşan 20 dakikalık bir mini çalışmadır (Berghaus 2011, 5). Ainsworth ve arkadaşları, bebekleri ve annelerini bebeklerinin ilk yıllarında evlerinde gözlemleyerek her 3 haftada bir yaklaşık 4 saat ziyaret etmişlerdir. Bebekler 12 aylıkken, Ainsworth yeni bir ortamda nasıl davranacaklarını görmek istemiş, bu yüzden onları ve annelerini Johns Hopkins Üniversitesi'ndeki bir oyun odasına getirmiştir. Özellikle bebeklerin anneyi keşfetmek için nasıl bir üs olarak kullanacakları ve iki kısa ayrıma nasıl tepki verecekleri ile ilgilenmiştir. İlk ayrılıkta anne, bebeği bir yabancıyla yalnız bırakmış; ikincisinde bebek yalnız kalmıştır. Her ayrılma 3 dakika sürmüş, ancak bebek çok fazla sıkıntı gösterdiği zaman süre kısa tutulmuştur. Ainsworth ve arkadaşları üç bağlanma örüntüsü gözlemlemiştir (Ainsworth, Bell & Stanton, 1971; Ainsworth ve ark. 1978, Akt. Crain 1992, 60).

1.2.2.1. Güvenli Bağlanma Stili

Bu bağlanma tarzına sahip olan erken çocukluk dönemindeki bebekler, bakım verenlerin varlığı esnasında serbest bir şekilde hareket ederken, bakım verenin ortamda olmadığı durumda hem bulunduğu yerin farkındadır hem de tanımadığı biri ortama girdiğinde kaygı duymamıştır. Bakım veren ile yeniden beraber olduklarında onları kısa sürede rahatlatmışlardır ve yakınlık kurmaya çalışmışlardır (Bowlby 2012, 405).

1.2.2.2 Güvensiz Kaçınmacı Bağlanma Stili

Ainsworth ve arkadaşları (1979:932) tarafından tanımlanan bir diğer bağlanma tarzı kaçınan bağlanma tarzıdır. Ainsworth ve arkadaşları tarafından erken dönem çocukluk dönemindeki bebekler, “yabancı ortam deneyi” boyunca bağımsız ve keşfedici bir görünüm ve eğilime sahip olmasına rağmen bunu yaparken bakım vereni güvenli üs olarak kullanmadıkları gözlemlenmiştir. Bakım veren ortamı terk

ettiğinde ağlama davranışı ya da mutsuzluk gösterdikleri gözlemlenmekte fakat bakım veren geldiğinde yeniden yakınlığa karşı kaygı duyduğu değerlendirilmiştir.

1.2.2.3 Güvensiz-Kaygılı/Dengesiz Bağlanma Stili

Bu bağlanma stiline sahip olan bebekler bakım verenin nerede olduğuna dair kaygı yaşamakta ve bu sebeple hiçbir şekilde keşif davranışı göstermemektedirler. Bakım veren ortamdan ayrıldığı takdirde kederli bir görünüme sahip olmasına karşın ortama geri geldiğinde dengesiz tutum sergiledikleri gözlemlenmiştir. Bu bağlanma tarzına sahip olan bebeklerin bakım veren figürüne karşı tutumları farklılık gösterdiği için bu bağlanma tarzı alan yazında kararsız bağlanma olarak da kavramsallaştırılmıştır (Ainsworth 1979, 932 - 933).

1.2.3. Yetişkin Bağlanma Kuramı

Bowlby (1979) bireylerdeki bağlanma davranışının doğumdan yaşamın sonuna kadar bireyi dizayn ettiğini ileri sürmüştür. Aynı zamanda Bowlby (1982) bağlanma davranışının ilerleyen yıllarda duygusal ilişkileri, evliliğe dair birçok durumu ve nevrotik belirtilerin üzerinde etkili olduğunu belirtmiştir. Ancak bağlanma kuram ve davranışına dair çalışmaların çoğu erken dönem çocukluk çağına odaklandığından ömür boyu süren bağlanmanın ehemmiyeti tam olarak anlaşılamamıştır. Buna istinaden son yıllarda yetişkinlikteki bağlanma tarzlarına yönelik çalışmalar artmakta ve bu kuram hakkında çalışan araştırmacılar yaşlılık dönemindeki bağlanmalara da odaklanmaya başlamışlardır (Shaver & Mikulincer 2004, 451).

Yetişkin bağlanma stili yakın dönemde Main ve arkadaşları tarafından araştırılmaya başlanmakla beraber (Main 1996, 237) yetişkin bireylerin yaşadıkları çocukluk dönemi yaşantıları ile ilgili değerlendirmelerinin şuan ki fonksiyonları üzerinde etkili olabileceği düşüncesinden hareket ederek şuan ki yakın ilişkilerinin tanımı, çocukluklarına ve anne-babalarının erken çocukluk dönemindeki tutumlarına ait kimi spesifik hatıraların, anne - babası ile şuan ki ilişkilerinin sorulduğu, yarı yapılandırılmış olan ve bağlanma ile ilgili zihinsel temsiller olarak adlandırılan

kavramın ortaya çıkardığı düşünölen “Yetişkin Bağlanma Görüşmesi” adını verdikleri bir ölçek geliştirmişlerdir (Van IJzendoorn 1995, 388).

1.2.3.1 Hazan ve Shaver Tarafından Geliştirilen Yetişkin Bağlanma Modeli

Hazan ve Shaver aslında sosyal psikoloji alanı ile ilgilenmelerine rağmen yetişkin bağlanma tarzını inceleyen araştırmacılar olmuşlardır. Hazan ve Shaver’ın yetişkin bağlanma modelinde bireylerin bağlanma tarzı, Ainsworth tarafından ortaya konmuş olan üçlü bağlanma modelinin romantik aşk ve yakın ilişkiler ile kavramsallaştırılarak Main ve arkadaşlarından farklı olarak “öz bildirim ölçeği” oluşturularak ölçölmeye çalışılmıştır. Öz bildirim ölçeği üç bağlanma stilini basit bir şekilde tasvir etmekte ve araştırmaya katılan katılımcılardan güvenli, kaygılı - kararsız, kaçınan bağlanma tarzları ile ilgili üç paragraftan hangisinin kendisini en iyi tanımladığına dair paragrafı belirlemesi istenmiş ve buna paralel olarak bağlanma stilleri belirlenmiştir (Hazan & Shaver 1987, 522). Araştırmanın sonucuna göre güvenli bağlanma stiline sahip olan kişilerin açık iletişim ve yakın ilişkilerinde ifadenin önemini vurgulama ve eşlerini güvenilir olarak görme eğilimindedir (Collins & Read 1990; J. A. Feeney & Noller 1991; Akt. Feeney 1995, 146).

Buna istinaden kaygılı - kararsız bağlanma stiline değeriendirilen erişkin bireylerin terk edilmekten korktuğu ve yakın ilişkilerinde çok fazla yakınlık gösterdiği (J. A. Feeney, Noller ve Hanrahan, 1994b, Akt. Feeney 1995, 145), son bağlanma stili olan kaçınan bağlanma tarzına sahip olan erişkinlerin de yakın ilişkilerinde yakınlık, bağlı olmaktan ve başkalarının çok yakın olma durumundan huzursuz duyan kişiler olduğu gözlemlenmiştir (Feeney, Noller & Hanrahan 1994). Hazan ve Shaver yaptıkları bu araştırmanın ve çalışmanın sonucunda güvenli bağlanmaya sahip olan erişkin bireylerin, romantik ilişkilerinde diğeri iki bağlanma ilişkisindeki bireylere göre daha mantıklı olduğu, partnerlerini ise güvenilir bireyler olarak tanımlamaktadır. Uzun süreli olarak bakıldığında ise ilişkilerinin daha uzun ve boşanma oranlarının çok düşük olduğu gözlemlenmiştir. Kaygılı - kararsız bağlanma tarzında değeriendirilen erişkin bireylerin ise ilişkilerinde obsesif tutumun daha fazla olduğu gözlemlenmekle beraber, kaçınmacı bağlanma tarzında değeriendirilen

bireylerin romantik ilişkiler kurma ve var olan romantik ilişkiyi sürdürme ve partnerlerine güvenme konusunda da şüpheyle yaklaştıkları belirlenmiştir (Hazan & Shaver 1987, 515).

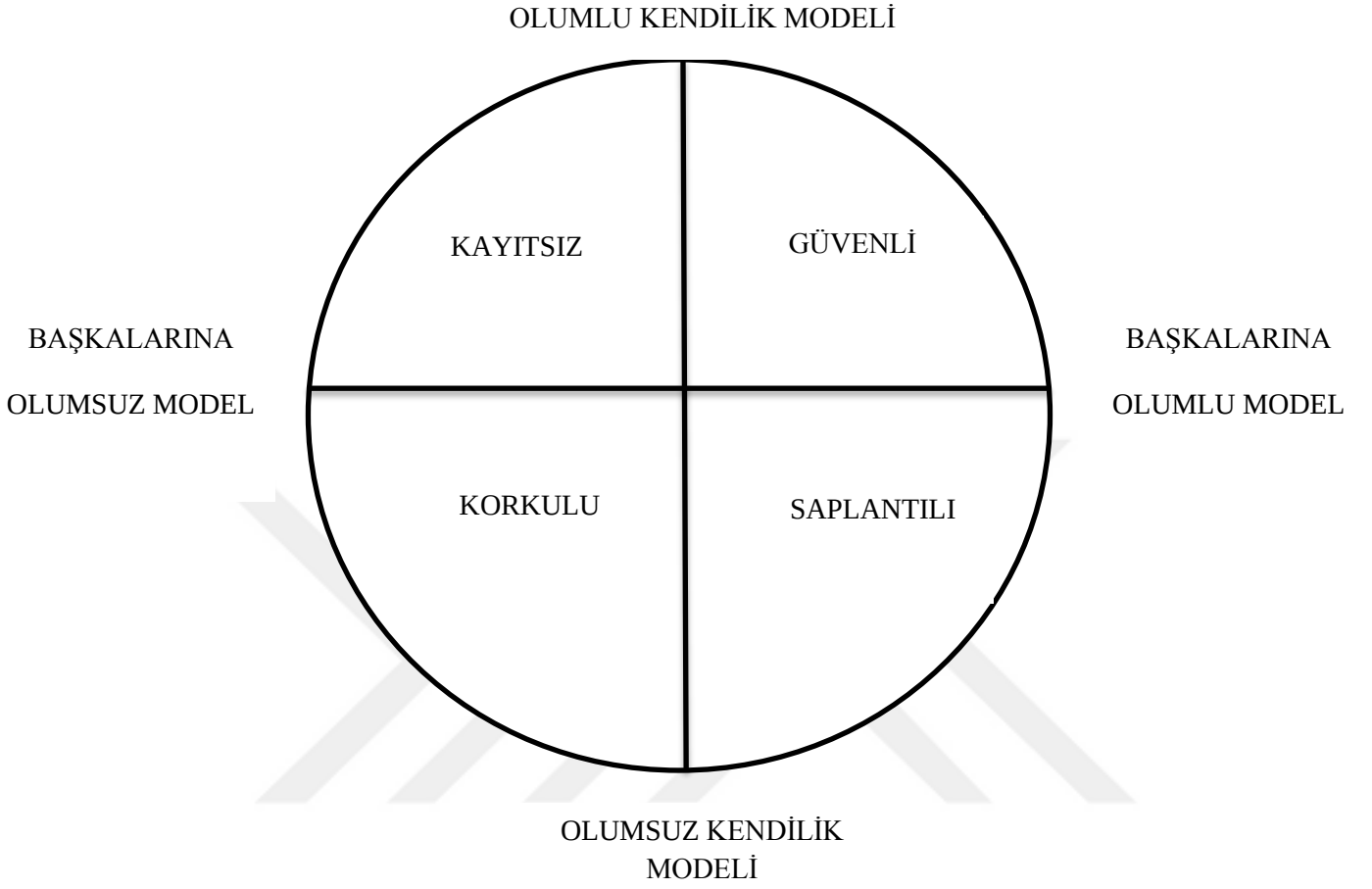
1.2.3.2. Bartholomew ve Horowitz'in Yetişkin Bağlanma Tarzı: Dört Kategorili Bağlanma Modeli

Hazan ve Shaver tarafından öncülük edilen yetişkin bağlanma tarzına Bartholomew ve Horowitz (1991:227) tarafından geliştirilen ve Bowlby'nin bireyin kendisine ve diğer kişilere dair var olan iki farklı içsel çalışan modeli ilişkilendirerek dört farklı bağlanma modeli bir araya getirerek dört kategori modeli oluşturulmuştur (Bartholomew & Horowitz 1991, 227).

Erişkin bireyin benlik modeli ve başkaları modeli bireyin kendiliğine dair soyut idraki, olumlu ve olumsuz olarak düşünüldüğünde, güvenli, saplantılı, kayıtsız ve korkulu olmak üzere dört farklı kategoride bağlanma değerlendirilmiştir (Bartholomew & Horowitz 1991, 227-228).

Dörtlü bağlanma modelindeki bağlanma stillerini tanımlamak gerekirse, güvenli bağlanan bireyin hem benlik hem de diğer kişilere karşı modeli olumludur. Saplantılı bağlanmada ise olumsuz bir benlik modeli varken, olumlu bir diğerleri modeli vardır. Bu bağlanmaya sahip kişiler kendilerini değersiz görmekte ve diğer insanların onayını almaya çalışan bu sebeple de yapışık tarzda ilişki kurmak isteyen bireyler olarak görülmektedir. Korkulu bağlanma stiline sahip bireyler ise hem kendisine hem de diğer kişilere karşı olumsuz bir model geliştirmişlerdir. Bu bireyler kendilerini değersiz görmekle beraber başkalarını da olumsuz görmekte ve kendisini sevmeye layık görmediği gibi başkalarının da reddedici olduğu ile ilgili inanışa sahip olduğu değerlendirilmiştir. Kayıtsız bağlanma tarzına sahip erişkinlerin olumlu benlik ve olumsuz başkaları modeli görülmekte ve bu bireylerin hayal kırıklığına uğramamak ve reddedilmeye karşı koyabilmek için yakın ilişkilerden kaçındığı ve böylece bağımsız ve güçlü olmaya çalışarak olumlu kendilik idrakini devam ettirmek istemektedirler (Bartholomew & Horowitz 1991, 228).

DÖRTLÜ BAĞLANMA MODELİ TABLO



1.3. Bilişsel Yaklaşımlar

Bu başlık altında bilişsel yaklaşımların temel kavramları açıklanarak bilişsel çarpıtmalara değinilecektir.

1.3.1. Ellis'in Akılcı-Duygusal Davranış Terapisi (ADDT)

Psikanaliz kökenli bir araştırmacı ve psikoterapist olan Albert Ellis (2000:181) danışanlarında psikanalizin yetersizliğini gördükten sonra 1955 yılında “Akılcı Terapi” adıyla yeni bir terapi yaklaşımı geliştirmiştir (Corey 2012, 288). Kuramın ismi sonraki yıllarda Akılcı-Duygusal Terapi, son olarak da “Akılcı – Duygusal Davranış Terapisi” olarak değişmiş ve son halini almıştır (Corey 2012, 288). Corey’e (2012:292) göre bu terapi modelinin temeli, duyguların bireyin

düşüncelerinin ve değerlendirmelerinin arasındaki ilişkidir. Çünkü bireyin işlevsel olmayan inançları, duygularını olumsuz olarak etkileyerek olumsuz olaylar ile zaman harcanmasına ve bireyin bu durumu değiştirmesine ket vurmaktadır (Corey 2012, 292).

Ellis'in terapi modelindeki en önemli katkılardan biri de akılcı ve akılcı olmayan düşüncelerdir. Akılcı düşünceler, bireyin temel ve önemli amaçlara ulaşmasını sağlayan arzular, istekler veya beğenilerdir (Corey, 1996). Bireyler bu amaçlara ulaştığında doğal olarak memnuniyet duyarken, ulaşamadığında ise olumsuz duygular yaşarlar. Bu olumsuz duygular kişinin yaşamına önemli bir müdahalede bulunmamakla beraber esnek olarak nitelendirilirler. Bununla birlikte akılcı olmayan inançlara bakıldığında ise dogmatik ve zorunluluklar olarak açıklanmaktadır ve bireyin amaca ulaşmasında saptırıcı bir rolü vardır. Akılcı olmayan inançların sıralamasını yapmak gerekirse, bireyin çocukluk döneminde rol modellerinden öğrenmesi, bireylerin akılcı olmayan inançlarını oluşturması ve birey tarafından olumlanarak yaşamında sürekli kullanılır hale getirilmesi ve yerleşmesidir. Buradan çıkarılacak sonuç ise bireyin bunu ilk öğrendiği zaman değil yaşamında süreklilik haline getirmesiyle oluşturulduğudur (Corey 2001, 299; Ellis & Dryden 1997, 5). Ellis işlevsel olmayan bu düşüncelerin ve inançların temelinde, “iyi bir insan olma ve onay alma, aksi takdirde değersiz olma, başkalarından karşılık bekleme, cezalandırılma ve ayıplanma, bireyin istediğinin kolayca olması isteği” gibi üç farklı düşünce olduğunu söylemektedir (Öztütüncü 1996; Akt. Ağır 2006, 34).

Akılcı - Duygusal Davranış Terapisi'nin en önemli yapı taşlarından biri ise A-B-C teorisidir. “A” bireyi harekete geçiren olay ya da durumun varlığını, “B” bireyin olay veya durum hakkındaki inanç ve düşünce sistemlerini, “C” ise nevroitik belirtileri ya da sonuçları simgelemektedir (Corey 2001, 300). ABC modeline örnek verecek olursak,

A. Olay: Arkadaşım beni görünce kafasını öne eğip geçti.

B. İnançlar: Beni sevmiyor.

C: Sonuçlar: İçe kapanarak depresif duygulanım sergileme.

Bir olaya ait inançlar akılcı düşünceleri içeriyorsa bu, bireye yardım eder. Duruma ait inanlar akılcı olmayan düşünceleri içeriyorsa birey için sonuçlar yıkıcı olur (Ellis 1991b, 19).

1.3.2. Beck'in Bilişsel Terapi Modeli

Aaron T. Beck psikanalitik yaklaşımı model almasına karşın 1960'lı yılların başında depresyon tanısı almış hastalar ile görüşme ve çalışmaları sonucu bilişsel terapi modelini geliştirmiştir (Beck 2011, 1). Psikanalitik yaklaşımdan ayrılıp bilişsel yaklaşımı benimsemesinin sebeplerinden biri bireyin “olumsuz düşünce içeriğine” daha fazla odaklanmasıdır (Beck 2011, 5). Çarpık düşünce yapılarının tanımlanması ve değiştirilmesi olarak ortaya çıkan bilişsel yaklaşım modeli, Beck, Ellis ve Meichenbaum tarafından geliştirilmiş ve Beck'in (2001:2) depresyonun tedavisi için geliştirdiği bu model bireyin o anda yaşamış olduğu sorunların üzerinde duran ve fonksiyonel olmayan düşüncelerin ve buna yol açan davranışların değiştirilmesini amaçlayan kısa süreli ve yapılandırılmış psikoterapi olarak görülmektedir. Bu sebeple Beck'in öne sürdüğü bu model araştırmacılara da depresyon ve bilişsel terapi arasındaki ilişkinin görülmesi adına öncü olmuştur (Dowd 2007, 42).

Türküm'e (1999) göre davranış terapisinde yer alan psikoterapi tekniklerinin bazıları bilişsel terapide de yer almakta fakat davranış terapisi bireyin görünen davranışlarını değiştirmeye çalışırken bilişsel terapi bu davranışa sebep olan işlevsel olmayan düşünce ve duygulara odaklanmaktadır (Ağır 2007, 28).

Bilişsel Terapi Modeli bireyin bilişini otomatik düşünceler ve şemalar olarak ikiye ayırmıştır. Şemalar olarak adlandırılan kavram ise ara inançlar ve temel inançlar olarak iki ayrı grupta incelenebilir. Bu üç kavramın içinde en yüzeyde yer alan kavram otomatik düşünceler, ikinci olarak ara inançlar ve en merkezde ise çekirdek inançlar bulunmaktadır.

1.3.2.1. Otomatik Düşünceler

Bireyin bir olay ile ilgili spontane bir şekilde gelişen, önceden planlanmamış olan, hızlı ve örtük şekilde ortaya çıkan düşünceleri otomatik düşünceler olarak adlandırılır. Bu düşüncelerde müdahale olmadığı gibi otomatik düşünce oldukça da doğaldır. Hızlı olduğu için birey otomatik düşüncelerinin farkında olmayabilir. Bilişsel terapi modelindeki temel hipotezlerden biri de bu çarpık ve abartılmış düşüncelerin psikopatolojik sorunların gelişmesinde bir yere sahip olduğudur (Beck 2001, 138-139). Başkaları tarafından otomatik düşünceler bir anlam ifade etmese veya mantık çerçevesinde görülme dahi birey için oldukça rasyonel ve anlamlıdır. Otomatik düşünceler kısa ve net cümleler ile ifade edilirken, birey genellikle bunun farkında değildir (Beck 2001, 139).

1.3.2.2. Ara İnançlar

Ara inançlar, temel inançlardan türeyen (Cully & Teten 2008, 44) ve temel inançlar ile otomatik düşünceler arasında olan bilişsel tutumlar veya kurallardır (Needleman, 1999; Akt. Rasmussen 2005, 25). Ara inançlar, şartlı varsayımları ve örtük kuralları içerir. Koşullu varsayımlar, dünyanın tatmin edici (veya nahoş) veya güvenli (veya tehdit edici) olması için ne olması gerektiğine dair olan inançlardır. Koşullu varsayımlar da genellikle "eğer ... sonra" ile başlayan cümleler olarak tanımlanır (Rasmussen 2005, 25). Örneğin, "Eğer zayıfsam, başkaları tarafından sevilirim." Bireyler, bu varsayımları çevresinden aldıkları bilgileri sınıflandırarak yaratırlar. Bu kurallar düşünceleri yönlendirir ve davranışları etkiler (Cully & Teten 2008, 44).

1.3.2.3. Temel İnançlar

Temel inançlar, genellikle çocukluk döneminde ya da yetişkinlik döneminin başında gelişen ve geçerliliğini deneyimler ile pekiştiren çok kuvvetli ve derinden tutulan fikirler veya felsefelerdir (Branch & Wilson 2012, 247). Temel inançlar hiç sorgulanmamış algılar ve düşünceleri içerir (Beck 2001, 228). Temel inançlar

“çekirdek” olarak adlandırılır, çünkü bireyin derin düşüncelerinde ve inanç sisteminin merkezinde yer alırlar. Temel inançlar, otomatik düşünceler üreten bir durumla karşı karşıya kaldığınızda aklınıza gelen düşünceler gibi kurallara, taleplere veya varsayımlara yol açar (Branch & Willson 2012, 247). Beck (2001:233), çaresizlik, sevilme ve değersizlik olarak temel inançları 3 grupta toplamıştır. Bireyin “yetersizim, beceriksizim” gibi temel inançları “çaresizlik” çatısı altında yer alırken, “sevilmiyorum, çirkinim” gibi temel inançlar “sevilmeme” çatısı altında ve “yaşamayı hak etmiyorum” gibi temel inançlar da “değersizlik” çatısı altında yer alabilir.

Bununla birlikte temel inançlar; bireyin kendisi, diğer insanlar ve dünya hakkındaki inançlar olmak üzere üç farklı şekilde incelenir. Kendisi hakkındaki temel inanca örnek vermek gerekirse, bir bireyin taciz edilme deneyimi bireyde “ben kötüyüm” temel inancını oluşturabilir. Diğer insanlar hakkındaki inançlar, başkalarının da dahil olduğu travmatik bir olayın sonucu olarak gelişir. Diğer bireyler hakkındaki temel inançlar öğretmenler ve ebeveynler gibi diğer insanlarla tekrarlanan olumsuz deneyimlerden de gelişebilir. Travmaya maruz kalmış veya mahrumiyet yaşamış, zararlı, güvensiz, öngörülemez ortamlarda hayatta kalan insanlar, yaşam ve dünya hakkında olumsuz temel inançlar oluşturmaya eğilimlidir (Branch & Willson 2012, 248-249).

1.3.2.4. Bilişsel Çarpıtmalar

Bilişsel Davranışçı Terapinin temel mesajlarından biri, bireyin sahip olduğu düşünce, tutum ve inançların dünyayı yorumlama şeklinin ve nasıl hissettiğinin üzerinde büyük bir etkisi olduğudur. Bu nedenle, insanlar aşırı derecede kötü hissediyorlarsa, bireylerin muhtemelen kötü düşündüğü veya en azından yararsız bir şekilde düşündüğü anlar olabilir. Bir virüse benzetmek gerekirse bilginin etkili bir şekilde ele alınmasını engellediği için, düşünme hataları deneyimlerin doğru değerlendirilmesini engellemektedir. Bilişsel çarpıtmalar ya da düşünme hataları, olayların yanlış tarafının alınmasına, diğer detayların atlanılmasına ve en kötüsünün üstlenilmesine neden olur. Düşünme hataları, gerçeklerin engellenmesine veya çarpıtılmasına neden olur (Branch & Willson 2012, 19).

Bilişsel çarpıtma terimi, depresyon konusundaki bilişsel terapi literatüründen kabul edilmekle beraber başlangıçta çarpıtılmış ya da gerçekçi olmayan kavramsallaştırmaların göstergesi olan kendisine özgü düşünce içeriğini tanımlamak için kullanılmıştır (Beck 1963, 324).

Bilişsel çarpıtmalar ile ilgili düşünce stilleri aşağıda açıklanmıştır.

1.3.2.4.1. Zihin Okuma

İnsanlara bazen başkaları tarafından olumsuz bir şey söylenmemiş olsa da bu kişiler hakkında olumsuz düşünebilmektedir (Özdel ve ark. 2014). Beck (2001:181)'e göre zihin okuma bilişsel çarpıtması bireyin olası sebepleri araştırmadan başkasının ne düşündüğünü bildiğine inanmaktır.

1.3.2.4.2. Felaketleştirme

Felaketleştirme bilişsel çarpıtması falcılık olarak da adlandırılır. Beck (2001:181)'e göre gerçekçi sonuçları görmezden gelerek geleceği olumsuz olarak tahmin etmektir. Diğer bir deyişle, bireyin en kötü senaryoyu düşünüp bir durumun olabileceğinden daha korkunç veya korkunç olacağını öngörmesidir. Örnek vermek gerekirse, bireyin sabah uyandığında bacağındaki kızarıklığı görüp hızlı bir şekilde cilt kanseri olabileceğini düşünmesi felaketleştirme olarak görülebilir (Rector 2000, 18).

1.3.2.4.3. Zihinsel Filtreleme

Seçici soyutlama olarak da bilinen zihinsel filtreleme bir olaydaki olumsuz bir detayın üzerine çok fazla düşünerek olayın tamamını negatif gibi algılamasıdır (Burns 2016, 56). Aynı zamanda yalnızca sahip olunan bir inanca uyan bilgiyi kabul ederek bu bilgileri yorumlama biçimi için bir ön yargı olarak tanımlanabilir (Branch & Willson 2012, 32). Örnek olarak “bir kişinin matematik sınavında bir soru yapamadığı için kendisinin okuldan mezun olamayacağı düşüncesi” verilebilir.

1.3.2.4.4. Aşırı Genelleme

Bireyin var olan mevcut durumun ötesinde genel bir olumsuz sonuç çıkarması olarak tanımlanmaktadır. Diğer bir tanımda bir veya daha fazla durumdan veya olaydan çok genel bir sonuç çıkarma hatasıdır. Ör. “Bu akşam eve geldiğinde eşim beni öpmedi. Belki artık beni sevmiyordur (Cully & Teten 2018, 53).

1.3.2.4.5. Hep ya da Hiç Tarzı Düşünme

Bireylerin durumları siyah ya da beyaz şeklinde düşünerek uç davranışlara ve duygulara yol açabilecek aşırı düşünme demektir. Örnek vermek gerekirse bir ebeveynin çocuğunun kötü bir şey yapmasının ebeveynine çok kötü bir anne ya da baba olduğunu düşündürmesi olabilir (Cully & Teten 2018, 53; Branch & Willson 2012, 22).

1.3.2.4.6. Duygudan Sonuç Çıkarma

Kendisi, başkaları veya durumları hakkında sonuç çıkarmak için duygusal durumun baskın kullanımı olarak tanımlanmaktadır. Örnek: “Uçaklara gitmekten korkuyorum. Uçmak çok tehlikeli olmalı” (Burns 2006, 60).

1.3.2.4.7. Etiketleme

Aşırı genellenmenin uç biçimi olarak görülen etiketleme bireyin hataları temel olarak kendisini tümüyle olumsuz olarak yargılamadır (Burns 2016, 61). Etiketler ve insanları etiketleme süreci ve olayları her yerdedir. Örneğin, benlik saygısı düşük insanlar kendilerini “değersiz”, veya “yetersiz” olarak etiketleyebilirler. Diğer yandan öteki insanları “iyi değil” veya “yararsız” olarak etiketlerseniz, onlara kızmanız olasıdır (Branch&Willson 2012, 30).

1.3.2.4.8. Kişiselleştirme

Bireyin, davranışlarına daha makul açıklamalar getirmeden başkalarının da kendisi yüzünden olumsuz davrandıklarına inanma biçimidir. Örnek: “Tamirci bana zarar verdi çünkü yanlış bir şey yaptım” (Beck 2001, 182).

1.3.2.4.9. Meli Mahı İfadeleri

Bireyin kendisinin veya başkalarının nasıl davranması gerektiği konusunda kesin ve sabit bir fikrinin olması ve bu beklentilerin karşılanmamasının ne kadar kötü olduğunu abartma durumu olarak tanımlanabilir. Örnek: “Bir hata yapmam çok korkunç. Her zaman elimden geleni yapmalıyım” (Beck 2001, 182).

1.3.2.4.10. Olumluyu Küçültme ya da Yok Sayma

İnsanların bilgiyi işlemenin ön yargılı olmasıyla ilgili olan (Branch & Willson 2012, 33) olumluyu küçültme ya da yok sayma bireyin kendisini, başka bir kişiyi veya bir durumu değerlendirdiğinde olumsuz olayları büyütmesi ve olumlu olanları ise görmezden gelmesidir. Örneğin, kendinizi zavallı ve zayıf hissediyorsunuz. Bir arkadaşınız size çok iyi bir arkadaş olduğunuzu söylüyor fakat siz bunu aklınızdan çıkararak görmezden gelip bunu sadece “Ben üzüldüğüm için söylüyor” diyorsunuz (Branch&Willson 2012, 33).

İKİNCİ BÖLÜM

YÖNTEM

2.1 Araştırmanın Modeli

Bu araştırmanın yazımında araştırma modeli olarak ilişkisel tarama modeli kullanılmıştır. Bağımlı ve bağımsız iki veya daha fazla değişkenin arasındaki korelasyonun varlığını, düzeyini ve yönünü belirlemeyi amaçlayan modele ilişkisel tarama modeli denir (İslamoğlu ve Alnıaçık 2016). Bu araştırma bilişsel çarpıtmaların çocukluk çağı travmaları ve bağlanma stilleri ile ilişkisini incelemek amacıyla yapılmış olup ilişkisel tarama modeli kullanılmıştır.

2.2. Araştırmanın Problemleri

2.2.1. Problemler

Bu problemler doğrultusunda aşağıdaki sorulara yanıt aranacaktır.

1. ÇÇRTÖ puanları ve Erişkin Bağlanma Biçimleri Ölçeği puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki var mıdır?
2. ÇÇRTÖ puanları ve Bilişsel Çarpıtmalar Ölçeği puanları arasında anlamlı bir ilişki var mıdır?
3. Bilişsel Çarpıtmalar Ölçeği ve Erişkin Bağlanma Biçimleri Ölçeği puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki var mıdır?

2.2.2. Alt Problemler

1. Çocukluk Çağı Ruhsal Travma Ölçeği ile Bilişsel Çarpıtmalar Ölçeği puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki var mıdır?
2. Erişkin Bağlanma Biçimleri Ölçeği ile Bilişsel Çarpıtmalar Ölçeği puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki var mıdır?

3. Çocukluk Çağı Ruhsal Travmaları Ölçeği puanları sosyodemografik özelliklere (Cinsiyet, anne eğitim durumu, baba eğitim durumu, medeni durum, psikiyatrik öykü, algılanan gelir durumu) göre istatistiksel olarak anlamlı farklılık göstermekte midir?
4. Erişkin Bağlanma Ölçeği puanları sosyodemografik özelliklere (Cinsiyet, anne eğitim durumu, baba eğitim durumu, medeni durum, psikiyatrik öykü, algılanan gelir durumu) göre istatistiksel olarak anlamlı farklılık göstermekte midir?
5. Bilişsel Çarpıtmalar Ölçeği puanları sosyodemografik özelliklere (Cinsiyet, anne eğitim durumu, baba eğitim durumu, medeni durum, psikiyatrik öykü, algılanan gelir durumu) göre istatistiksel olarak anlamlı farklılık göstermekte midir?

2.3 Araştırmanın Hipotezleri

1. ÇÇRTÖ puanları ile Bilişsel Çarpıtmalar Ölçeği puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki vardır.
2. Erişkin Bağlanma Biçimleri Ölçeği ile Bilişsel Çarpıtmalar Ölçeği puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki vardır.
3. Çocukluk Çağı Ruhsal Travmaları Ölçeği puanları sosyodemografik özelliklere göre istatistiksel olarak anlamlı farklılık göstermektedir.
4. Erişkin Bağlanma Ölçeği puanları sosyodemografik özelliklere göre istatistiksel olarak anlamlı farklılık göstermektedir.
5. Bilişsel Çarpıtmalar Ölçeği puanları sosyodemografik özelliklere göre istatistiksel olarak anlamlı farklılık göstermektedir.

2.4. Evren ve Örneklem

Yapılan bu araştırmanın evreni Türkiye sınırları içerisinde yaşayan 18-72 yaş aralığında olan kişilerden oluşmaktadır. Araştırmanın örneklemini ise rastgele yöntemle seçilmiş olan 373 kadın ve 167 erkek olmak üzere toplam 540 kişiden oluşmaktadır. Örneklemin herhangi bir dahil olma ve dışlama kriteri bulunmamaktadır. Veriler, çevrimiçi ortamda anket formu paylaşarak toplanmıştır.

2.5. Verilerin Toplanması

Veriler örnekleme oluşturan 540 yetişkin bireye çevrimiçi ortamda anket uygulanarak toplanmıştır.

2.6. Ölçme Araçları

Bu araştırmada, araştırmacı tarafından hazırlanan ve katılımcılar hakkında demografik bilgiler ile ilgili soruları “Sosyodemografik Bilgi Formu”, bireylerin bağlanma stilini belirlemek amacıyla “Erişkin Bağlanma Stilleri Ölçeği”, bireyin yaşadığı herhangi bir ruhsal travma türünün ve düzeyinin belirlenmesi için “Çocukluk Çağı Ruhsal Travmalar Ölçeği” ve katılımcıların var olan hangi bilişsel çarpıtmayı kullandığını belirlemek amacıyla “Bilişsel Çarpıtmalar Ölçeği” kullanılmıştır. Bütün gönüllüler, kendilerine verilen anketin ilk sayfasında yer alan gönüllülük esasına göre çalışmaya katıldıklarını beyan etmişlerdir. Anketin onam formunda çalışmanın kısaca açıklanmış amacına yer verilmiş ve katılımcıların ölçek ve envanterleri cevaplamaları istenmiştir.

2.6.1. Sosyodemografik Bilgi Formu

Bu form araştırmacı tarafından hazırlanmış olup, araştırmaya katılan bireylerin cinsiyet, yaş, medeni durumu, anne - baba eğitim durumu, birinci dereceden yakınlarında psikiyatrik öykünün var olup olmadığını, bireyin kardeş sayısını ve algılanan gelir durumunu belirlemeye yarayan soruları içermektedir.

2.6.2. Çocukluk Çağı Ruhsal Travma Ölçeği – ÇÇRTÖ [Child Trauma Questionnaire (CTQ)]

Çocukluk Çağı Ruhsal Travma Ölçeği, bireylerin 20 yaş ve öncesi yaşamış oldukları istismar ve ihmalleri geçmişe yönelik ve niceliksel olarak değerlendirmek için Bernstein ve arkadaşları (1994) tarafından geliştirilmiş bir kendisini değerlendirme envanteridir.

28 maddeden oluşan Çocukluk Çağı Ruhsal Travmalar Ölçeği likert tipi değerlendirme (1=hiçbir zaman, 2=nadiren, 3=kimi zaman, 4=sık olarak, 5=çok sık) sağlarken aynı zamanda çocukluk çağı cinsel, fiziksel, duygusal istismarı ve duygusal ve fiziksel ihmalini değerlendiren 5 alt boyut puanı ile bunların hepsinin kombinasyonu ile toplam puan elde edilmektedir.

Şar, Öztürk ve İkikardeş (2012) tarafından ölçeğin Türkçe olarak geçerlik ve güvenirlik çalışması yapılmıştır. Ölçeğin Cronbach alfa değeri .93 olarak bulunurken, Guttman yarım test katsayısı ile .97 olarak hesaplanmıştır. Ayrıca ölçeğin alt boyutları için hesaplanan Cronbach alfa değerleri fiziksel istismar için .86, duygusal istismar için .76, cinsel istismar için .86, duygusal ihmal için .83, fiziksel ihmal için ise .64 olarak bulunmuştur. Duygusal istismar toplam puanı, 3, 8, 14, 18, 25; fiziksel istismar, 9, 11, 12, 15, 17; cinsel istismar, 1, 2, 4, 6, 26; duygusal ihmal, 5, 7, 13, 19, 28; fiziksel ihmal ise 20, 21, 23, 24, 27 nolu maddeler hesaplanarak elde edilmektedir. Ayrıca, 2, 5, 7, 13, 19, 26, 28 nolu maddeler ters (1=5, 2=4, 3=3, 4=2, 5=1) olarak kodlanmaktadır.

2.6.3. Erişkin Bağlanma Biçimi Ölçeği

Erişkin Bağlanma Biçimi Ölçeği Hazan ve Shaver (1987) tarafından geliştirilmiş 18 maddeden oluşan ve yetişkinlerin bağlanma stillerini belirlemeye yarayan bir envanterdir. İlk yapılan erişkin bağlanma biçimi ölçeği, kişinin çocukluk döneminde kendisine ilk bakım veren kişi ile kurduğu bağ hakkında özellikler veren 3 maddeden oluşmaktadır. Kişi bu 3 maddeden herhangi birini seçmesi ile bağlanma stili belirlenmektedir. Bu ölçeğe 1-7 arasında puanlanacak şekilde 15 soru eklenmiştir (Mikulincer ve ark., 1990). Bu soruların 5'i güvenli bağlanma, 5'i kaygılı/kararsız bağlanma ve 5'i de kaçınan bağlanma biçimini içermektedir. Kesebir, Kökçü ve Dereboy (2012) tarafından ölçek formunun Türkçe'ye uyarlama, geçerlik ve güvenirlik çalışmaları yapılmıştır. Ölçekte bazı düzenlemelere gidilerek tek bir ifade ile verilen bazı sorular yeteri kadar anlaşılmadığı düşünülmüş ve soru sayısı artırılarak 18 olmuştur. Aynı zamanda her madde için 7'li likert tipi puanlama sistemi revize edilerek bunun yerine her madde için doğru / yanlış seçeneği getirilmiştir.

Ölçeğin Türkçe uyarlamasında, her soru doğru veya yanlış şeklinde cevaplanmaktadır. Ölçeğin 3., 4., 7., 13., 14., ve 16. maddeleri güvenli, 1., 2., 5., 6., 15., ve 17. maddeleri kaçınan ve 8., 9., 10., 11., 12. ve 18. maddeleri ise kaygılı/kararsız bağlanmaya işaret etmektedir. Güvenli, kaçınan ve kaygılı/ kararsız bağlanma için Cronbach alfa değerleri sırasıyla 0,72, 0,82 ve 0,85 olarak hesaplanmıştır.

2.6.4. Bilişsel Çarpıtmalar Ölçeği (BÇÖ)

R. Covin ve D. Dozois (2011) tarafından uzmanların bireylerdeki 10 önemli bilişsel hatayı ölçmeleri amacıyla geliştirilmiştir. Covin ve Dozois katılımcılara bilişsel çarpıtmalar ismiyle değil düşünme türleri ölçeği ismiyle testi uygulatmışlardır. Bunun sebebi katılımcılarda isme karşı bir önyargı oluşturmasını engellemektir. Ölçeğin Cronbach alfa ile iç geçerliliği değerlendirilmiş ve genel güvenilirlik .85 olarak ölçülmüştür. Alt ölçeklerden kişiler arası alt ölçeğinin güvenilirliği .75, başarı alt ölçeğinin güvenilirliği .79 olarak bulunmuştur. Bilişsel çarpıtmalar ölçeği likert tipinde hazırlanmış olup 1-7 arasında cevaplanmaktadır. 1 "asla" ile 7 "her zaman" değerleri arasında değişmektedir (Covin ve Dozois 2011). Ardaniç (2017) tarafından ölçek Türkçe'ye uyarlanmıştır. Yapılan analizler sonucu Cronbach alpha iç tutarlılık katsayısı .88 olarak ölçülmüştür (Ardaniç 2017).

2.7. Verilerin Analizi

Parametrik testlerin kullanılabilmesi için normallik koşulunun ve grup sayıları varsayımının sağlanması gerekmektedir. Normallik varsayımı Q-Q grafiği, dal yaprak ve kutu çizgi grafikleri ile çarpıklık-basıklık değerleri incelenmiştir. Çarpıklık ve basıklık değerlerinin $\pm 1,50$ aralığında bulunduğu görülmüştür. Çarpıklık ve Basıklık değerlerinin $\pm 1,50$ aralığında olması verilerin normal dağıldığının göstergesidir. (Tabachnick ve Fidell, 2013). Bu sebeple verilerin analizinde parametrik testler kullanılmıştır. Verilerin analizinde ANOVA, t-testi, Pearson Korelasyon Analizi kullanılmıştır. Varyansların homojenliği Levene testi ile incelenmiş ve varyansların homojen olmadığı hallerde Welch Testi tercih edilmiştir.

Gruplar arası farkların incelenmesinde varyansların homojenliği varsayımı sağlandığında LSD testi, sağlanmadığı durumlarda ise Tamhane't2 testi tercih edilmiştir. Verilerin analizinde SPSS 25.0 programı kullanılmış ve analizlerde anlamlılık seviyesi 0,05 olarak belirlenmiştir.



ÜÇÜNCÜ BÖLÜM

BULGULAR

Tablo 1. Demografik Değişkenler İçin Sayı ve Yüzde Dağılımı

Tablo 1’de katılımcıların demografik özelliklerine ilişkin bulgular verilmiştir.

Değişken	Kategori	n	%
Cinsiyet	Kadın	373	69,1
	Erkek	167	30,9
	Toplam	540	100
Anne Eğitim Durumu	Mezun Olmayan	87	16,1
	İlkokul	202	37,4
	Ortaokul	59	10,9
	Lise	100	18,5
	Üniversite	92	17,0
	Toplam	540	100
Baba Eğitim Durumu	Mezun Olmayan	34	6,3
	İlkokul	155	28,7
	Ortaokul	69	12,8
	Lise	140	25,9
	Üniversite	142	26,3
	Toplam	540	100
Medeni Durum	Evli	257	48,0
	Bekar	278	52,0
	Toplam	535	100
Psikiyatrik Öykü	Var	98	18,1
	Yok	442	81,9
	Toplam	540	100
Algılanan Gelir Durumu	Düşük	36	6,7
	Orta	446	82,6
	Yüksek	58	10,7
	Toplam	540	100

Tablo 2. Araştırma Açık Uçlu Soruları için Betimleyici İstatistiksel Tablo

Tablo 2’de araştırmanın açık uçlu demografik soruları için en küçük-büyük değerler, ortalama ve standart sapma değerleri verilmiştir.

Değişken	Min	Max	$\bar{x}$	Ss
Yaş	18	72	36,26	13,71
Kardeş Sayısı	0	9	3,03	1,60

Yaş Değişkeni için aralık 18-72 arasında, ortalama= 36,26 ve standart sapma= 13,71 olarak hesaplanmıştır.

Kardeş sayısı değişkeni için aralık 0-9 arasında, ortalama= 3,03 ve standart sapma= 1,60 olarak hesaplanmıştır.

Tablo 3. Çocukluk Çağı Ruhsal Travma Ölçeği'ne Ait Betimleyici İstatistikler

Tablo 3'de Çocukluk Çağı Ruhsal Travma Ölçeği için en küçük-en büyük değerler, eğiklik-basıklık değerleri ve standart hataları, ortalama ve standart sapma değerleri verilmiştir.

Ölçekler	Min	Max	Ort	Ss	Çarpıklık	Sh	Basıklık	Sh
Duygusal İstismar	5	21	7,29	3,14	1,712	,105	2,743	,210
Fiziksel İstismar	5	35	15,93	6,55	,466	,105	-,366	,210
Fiziksel İhmal	5	23	7,56	2,98	1,513	,105	2,854	,210
Duygusal İhmal	5	25	10,28	4,81	,879	,105	,113	,210
Cinsel İstismar	5	25	6,14	3,00	3,375	,105	12,441	,210
Minimizasyon	3	15	10,44	2,88	-,417	,105	-,078	,210
Travma Toplam Puanı	31	88	47,61	10,91	1,709	,105	2,715	,210

Duygusal İstismar alt boyutu için aralık 5-21 arasında, çarpıklık=-1,712 olarak ve standart hatası=,105 olarak, basıklık=2,743 ve standart hatası=,210 ortalama=7,29 ve standart sapma=3,14 olarak hesaplanmıştır.

Fiziksel İstismar alt boyutu için aralık 5-35 arasında, çarpıklık=-,466 olarak ve standart hatası=,105 olarak, basıklık=-,366 ve standart hatası=,210 ortalama=15,93 ve standart sapma=6,55 olarak hesaplanmıştır.

Fiziksel İhmal alt boyutu için aralık 5-23 arasında, çarpıklık=-1,513 olarak ve standart hatası=,105 olarak, basıklık=-2,854 ve standart hatası=,210 ortalama=15,93 ve standart sapma=6,55 olarak hesaplanmıştır.

Duygusal İhmal alt boyutu için aralık 5-25 arasında, çarpıklık=-,879 olarak ve standart hatası=,105 olarak, basıklık=,113 ve standart hatası=,210 ortalama=10,28 ve standart sapma=4,81 olarak hesaplanmıştır.

Cinsel İstismar alt boyutu için aralık 5-25 arasında, çarpıklık=-3,375 olarak ve standart hatası=,105 olarak, basıklık=12,441 ve standart hatası=,210 ortalama=6,14 ve standart sapma=3,00 olarak hesaplanmıştır.

Minimizasyon alt boyutu için aralık 3-15 arasında, çarpıklık=-,417 olarak ve standart hatası=,105 olarak, basıklık=0,078 ve standart hatası=,210 ortalama=10,44 ve standart sapma=2,88 olarak hesaplanmıştır.

Çocukluk Çağı Ruhsal Travma Ölçeği için aralık 31-88 arasında, çarpıklık=1,709 olarak ve standart hatası=,105 olarak, basıklık=2,715 ve standart hatası=,210 ortalama=47,61 ve standart sapma=10,91 olarak hesaplanmıştır.

Tablo 4. Erişkin Bağlanma Biçimleri Ölçeği'ne Ait Betimleyici İstatistikler

Tablo 4'te Erişkin Bağlanma Biçimleri Ölçeği için en küçük-en büyük değerler, eğiklik-basıklık değerleri ve standart hataları, ortalama ve standart sapma değerleri verilmiştir

Ölçekler	Min	Max	Ort	Ss	Çarpıklık	Sh	Basıklık	Sh
Kaçınan Bağlanma Altboyutu	6	12	9,06	1,61	,028	,105	-,828	,210
Kaygılı/İkircikli Bağlanma Altboyutu	6	12	10,06	1,59	-,739	,105	-,181	,210
Güvenli Bağlanma Altboyutu	6	42	19,59	7,60	,483	,105	-,343	,210

Kaçınan Bağlanma Alt boyutu için aralık 6-12 arasında, çarpıklık=,028 olarak ve standart hatası=,105 olarak, basıklık=-,828 ve standart hatası=,210 ortalama=9,06 ve standart sapma=1,61 olarak hesaplanmıştır.

Kaygılı/İkircikli Bağlanma Alt boyutu için aralık 6-12 arasında, çarpıklık=-,739 olarak ve standart hatası=,105 olarak, basıklık=-,181 ve standart hatası=,210 ortalama=10,06 ve standart sapma=1,59 olarak hesaplanmıştır.

Güvenli Bağlanma Alt boyutu için aralık 6-42 arasında, çarpıklık=,483 olarak ve standart hatası=,105 olarak, basıklık=-,343 ve standart hatası=,210 ortalama=19,59 ve standart sapma=7,60 olarak hesaplanmıştır.

Tablo 5. Bilişsel Çarpıtmalar Ölçeği'ne Ait Betimleyici İstatistikler

Tablo 5'te Bilişsel Çarpıtmalar Ölçeği için en küçük-en büyük değerler, eğiklik-basıklık değerleri ve standart hataları, ortalama ve standart sapma değerleri verilmiştir.

Ölçekler	Min	Max	Ort	Ss	Çarpıklık	Sh	Basıklık	Sh
Zihin Okuma	1	7	4,32	1,62	-,057	,105	-,791	,210
Felaketleştirme	1	7	3,16	1,69	,640	,105	-,407	,210
Ya Hep Ya Hiç	1	7	3,01	1,75	,625	,105	-,515	,210
Duygudan Sonuca Ulaşma	1	7	3,75	1,71	,217	,105	-,864	,210
Etiketleme	1	7	3,26	1,72	,348	,105	-,815	,210
Zihinsel Filtreleme	1	7	3,44	1,77	,339	,105	-,856	,210
Aşırı Genelleme	1	7	3,34	1,79	,469	,105	-,727	,210
Kişiselleştirme	1	7	3,16	1,62	,486	,105	-,635	,210
Zorunluluk İfadeleri	1	7	3,23	1,74	,333	,105	-,886	,210
Olumluyu Azaltma	1	7	3,07	1,69	,570	,105	-,465	,210
Sosyal_Çarpıtma _Toplam	10	70	33,74	11,95	,368	,105	-,392	,210

Zihin okuma için aralık 1-7 arasında, çarpıklık=-,057olarak ve standart hatası=,105 olarak, basıklık=-,791 ve standart hatası=,210 ortalama=4,32 ve standart sapma=1,62 olarak hesaplanmıştır.

Felaketleştirme için aralık 1-7 arasında, çarpıklık=-,640 olarak ve standart hatası=,105 olarak, basıklık=-,407 ve standart hatası=,210 ortalama=3,16 ve standart sapma=1,62 olarak hesaplanmıştır.

Ya hep ya hiç düşüncesi için aralık 1-7 arasında, çarpıklık=,625 olarak ve standart hatası=,105 olarak, basıklık=-,515 ve standart hatası=,210 ortalama=3,01 ve standart sapma=1,75 olarak hesaplanmıştır.

Duygudan sonuca ulaşma için aralık 1-7 arasında, çarpıklık=,217 olarak ve standart hatası=,105 olarak, basıklık=-,864 ve standart hatası=,210 ortalama=3,75 ve standart sapma=1,71 olarak hesaplanmıştır.

Etiketleme için aralık 1-7 arasında, çarpıklık=,348 olarak ve standart hatası=,105 olarak, basıklık=-,815 ve standart hatası=,210 ortalama=3,26 ve standart sapma=1,72 olarak hesaplanmıştır.

Zihinsel filtreleme için aralık 1-7 arasında, çarpıklık=,339 olarak ve standart hatası=,105 olarak, basıklık=-,856 ve standart hatası=,210 ortalama=3,44 ve standart sapma=1,77 olarak hesaplanmıştır.

Aşırı genelleme için aralık 1-7 arasında, çarpıklık=,469 olarak ve standart hatası=,105 olarak, basıklık=-,727 ve standart hatası=,210 ortalama=3,34 ve standart sapma=1,79 olarak hesaplanmıştır.

Kişiselleştirme için aralık 1-7 arasında, çarpıklık=,486 olarak ve standart hatası=,105 olarak, basıklık=-,635 ve standart hatası=,210 ortalama=3,16 ve standart sapma=1,62 olarak hesaplanmıştır.

Zorunluluk ifadeleri için aralık 1-7 arasında, çarpıklık=,333 olarak ve standart hatası=,105 olarak, basıklık=-,886 ve standart hatası=,210 ortalama=3,23 ve standart sapma=1,74 olarak hesaplanmıştır.

Olumluyu azaltma için aralık 1-7 arasında, çarpıklık=,570 olarak ve standart hatası=,105 olarak, basıklık=-,465 ve standart hatası=,210 ortalama=3,07 ve standart sapma=1,69 olarak hesaplanmıştır.

Bilişsel Çarpıtma Ölçeği (Sosyal Alan) alt boyutu toplam puanı için aralık 10-70 arasında, çarpıklık=,368 olarak ve standart hatası=,105 olarak, basıklık=-,392 ve standart hatası=,210 ortalama=33,74 ve standart sapma=11,95 olarak hesaplanmıştır.

Tablo 6. Araştırmada Kullanılan Ölçeklerin Güvenirlik Analizi

Tablo 6’da Çocukluk Çağı Ruhsal Travma Ölçeği, Bilişsel Çarpıtmalar Ölçeği Sosyal Alan Alt boyutu ve Erişkin Bağlanma Biçimler Ölçeği için Cronbach’s Alfa güvenilirlik katsayıları verilmiştir.

Ölçekler	Cronbach’s Alfa
Çocukluk Çağı Ruhsal Travma Ölçeği	,812
Bilişsel Çarpıtmalar Ölçeği Sosyal Alan Altb.	,884
EBBÖ- Kaçınan	,546
EBBÖ- Kaygılı İkiricikli	,529
EBBÖ- Güvenli Bağlanma	,612

Tablo 7. Çocukluk Çağı Ruhsal Travma Ölçeği, Bilişsel Çarpıtmalar Ölçeği (Sosyal Alan Alt boyutu) ve Erişkin Bağlanma Biçimleri Ölçeği puanlarının Cinsiyet Değişkenine Göre Karşılaştırılmasına İlişkin Bağımsız Gruplar t-Testi Sonuçları

Tablo 7’de Çocukluk Çağı Ruhsal Travma Ölçeği, Bilişsel Çarpıtmalar Ölçeği (Sosyal Alan Alt boyutu) ve Erişkin Bağlanma Biçimleri Ölçeği puanlarının cinsiyet değişkenine göre karşılaştırılmasına ilişkin bağımsız gruplar t-testi sonuçları verilmiştir.

Ölçek	Değişken	n	$\bar{x}$	ss	t	sd	p
Çocukluk Çağı Ruhsal Travma Ölçeği	Kadın	373	47,10	10,06	- 1,490	265,151	,137
	Erkek	167	48,75	12,57			
Bilişsel Çarpıtmalar Ölçeği Sosyal Atb.	Kadın	373	34,07	12,60	1,047	383,786	,296
	Erkek	167	32,99	10,36			
EBBÖ- Kaçınan	Kadın	373	9,20	1,62	2,838	538	,005*
	Erkek	167	8,77	1,56			
EBBÖ- Kaygılı İkiricikli	Kadın	373	10,13	1,59	1,656	538	,098
	Erkek	167	9,89	1,59			
EBBÖ- Güvenli Bağlanma	Kadın	373	19,83	8,10	1,234	403,081	,218
	Erkek	167	19,04	6,32			

*p<0,05

Erişkin Bağlanma Biçimleri Ölçeği Kaçınan bağlanma alt boyutu puanlarının cinsiyete göre anlamlı farklılık gösterdiği belirlenmiştir($t(538)=2,838$; $p<0,05$). Kadın katılımcıların Erişkin Bağlanma Biçimleri Ölçeği Kaçınan bağlanma alt boyutu puanlarının ($9,20\pm1,62$), erkek katılımcılarınkinden ($8,77\pm1,56$) daha yüksek olduğu görülmüştür.

Çocukluk Çağı Ruhsal Travma Ölçeği, Bilişsel Çarpıtmalar Ölçeği ve Erişkin Bağlanma Biçimleri Ölçeği Kaygılı/İkircikli Bağlanma ve Güvenli Bağlanma altboyut puanlarının cinsiyet değişkenine göre anlamlı farklılık göstermediği belirlenmiştir ($p>0,05$).

Tablo 8. Çocukluk Çağı Ruhsal Travma Ölçeği, Bilişsel Çarpıtmalar Ölçeği (Sosyal Alan Alt boyutu) ve Erişkin Bağlanma Biçimleri Ölçeği puanlarının Anne Eğitim Durumu Değişkenine Göre Karşılaştırılmasına İlişkin ANOVA Sonuçları

Tablo 8’de Çocukluk Çağı Ruhsal Travma Ölçeği, Bilişsel Çarpıtmalar Ölçeği (Sosyal Alan Alt boyutu) ve Erişkin Bağlanma Biçimleri Ölçeği puanlarının anne eğitim durumu değişkenine göre karşılaştırılmasına ilişkin ANOVA sonuçları verilmiştir.

Ölçek	Değişken	n	$\bar{x}$	ss	F	sd	p	Fark
Çocukluk Çağı Ruhsal Travma Ölçeği	Mezun Olmayan	87	46,61	9,79	1,213	4 535	,304	
	İlkokul	202	48,43	11,07				
	Ortaokul	59	48,81	11,83				
	Lise	100	45,98	9,26				
	Üniversite	92	47,77	12,45				
Bilişsel Çarpıtmalar Ölçeği Sosyal Atb.	Mezun Olmayan	87	31,84	10,60	1,177	4 535	,320	
	İlkokul	202	33,22	12,27				
	Ortaokul	59	34,51	11,08				
	Lise	100	34,70	11,85				
	Üniversite	92	35,12	13,01				
EBBÖ- Kaçınan	Mezun Olmayan	87	8,83	1,50	2,606	4 535	,035*	5>1 5>2 5>3 5>4
	İlkokul	202	9,01	1,62				
	Ortaokul	59	8,93	1,42				
	Lise	100	9,02	1,65				
	Üniversite	92	9,53	1,70				
EBBÖ- Kaygılı İkircikli	Mezun Olmayan	87	10,05	1,49	,849	4 535	,495	
	İlkokul	202	10,11	1,63				
	Ortaokul	59	9,71	1,65				
	Lise	100	10,06	1,49				
	Üniversite	92	10,16	1,68				
EBBÖ- Güvenli Bağlanma	Mezun Olmayan	87	18,94	7,00	,470	4 535	,757	
	İlkokul	202	19,34	7,66				
	Ortaokul	59	20,07	7,22				
	Lise	100	19,70	7,35				
	Üniversite	92	20,29	8,55				

* $p<0,05$; aWelch İstatistiği

Erişkin Bağlanma Biçimleri Ölçeği Kaçınan bağlanma alt boyutu puanlarının anne eğitim durumu değişkenine göre istatistiksel olarak anlamlı düzeyde farklılık gösterdiği belirlenmiştir ($F(4-535)= 2,606$; $p<0,05$). Gruplar arası farkların belirlenmesinde LSD testi kullanılmıştır. Annesi üniversite mezunu olan katılımcıların ($26,46\pm4,66$) Erişkin Bağlanma Biçimleri Ölçeği Kaçınan bağlanma alt boyutu puanlarının, annesi herhangi bir okuldan mezun olmayan ($8,83\pm1,50$), ilkokul ($9,01\pm1,62$), ortaokul($8,93\pm1,42$) ve lise mezunu ($9,02\pm1,65$) olanlardan daha yüksek olduğu görülmüştür.

Çocukluk Çağı Ruhsal Travma Ölçeği, Bilişsel Çarpıtmalar Ölçeği ve Erişkin Bağlanma Biçimleri Ölçeği Kaygılı/İkircikli Bağlanma ve Güvenli Bağlanma alt boyutu puanlarınınanne eğitim durumu değişkenine göre anlamlı farklılık göstermediği belirlenmiştir ($p>0,05$).

Tablo 9. Çocukluk Çağı Ruhsal Travma Ölçeği, Bilişsel Çarpıtmalar Ölçeği (Sosyal Alan Alt boyutu) ve Erişkin Bağlanma Biçimleri Ölçeği puanlarının Baba Eğitim Durumu Değişkenine Göre Karşılaştırılmasına İlişkin ANOVA Sonuçları

Tablo 9’da Çocukluk Çağı Ruhsal Travma Ölçeği, Bilişsel Çarpıtmalar Ölçeği (Sosyal Alan Alt boyutu) ve Erişkin Bağlanma Biçimleri Ölçeği puanlarının baba eğitim durumu değişkenine göre karşılaştırılmasına ilişkin ANOVA sonuçları verilmiştir.

Ölçek	Değişken	n	$\bar{x}$	ss	F	sd	p	Fark
Çocukluk Çağı Ruhsal Travma Ölçeği	Mezun Olmayan	34	47,03	10,79	1,113	4 535	,349	
	İlkokul	155	48,63	10,89				
	Ortaokul	69	48,67	11,09				
	Lise	140	47,54	11,49				
	Üniversite	142	46,20	10,25				
Bilişsel Çarpıtmalar Ölçeği Sosyal Atb.	Mezun Olmayan	34	31,06	11,28	1,274	4 535	,279	
	İlkokul	155	33,10	11,36				
	Ortaokul	69	35,29	12,31				
	Lise	140	33,12	11,55				
	Üniversite	142	34,92	12,87				
EBBÖ- Kaçınan	Mezun Olmayan	34	8,82	1,75	3,203	4 535	,013*	5>1 5>2 5>3 5>4
	İlkokul	155	8,91	1,57				
	Ortaokul	69	8,80	1,60				
	Lise	140	9,03	1,48				
	Üniversite	142	9,46	1,70				
EBBÖ- Kaygılı İkiricikli	Mezun Olmayan	34	9,97	1,62	,368	4 535	,832	
	İlkokul	155	9,97	1,55				
	Ortaokul	69	9,99	1,62				
	Lise	140	10,08	1,69				
	Üniversite	142	10,18	1,53				
EBBÖ- Güvenli Bağlanma	Mezun Olmayan	34	18,06	7,52	1,304	4 535	,267	
	İlkokul	155	19,34	7,12				
	Ortaokul	69	20,81	8,39				
	Lise	140	18,98	7,21				
	Üniversite	142	20,22	8,05				

*p<0,05; aWelch İstatistiği

Erişkin Bağlanma Biçimleri Ölçeği Kaçınan bağlanma alt boyutu puanlarının baba eğitim durumu değişkenine göre istatistiksel olarak anlamlı düzeyde farklılık gösterdiği belirlenmiştir ($F(4-535)= 3,203$; $p<0,05$). Gruplar arası farkların belirlenmesinde LSD testi kullanılmıştır. Annesi üniversite mezunu olan katılımcıların ($26,46\pm4,66$) Erişkin Bağlanma Biçimleri Ölçeği Kaçınan bağlanma

alt boyutu puanlarının, annesi herhangi bir okuldan mezun olmayan ($8,82\pm1,75$), ilkokul ($8,91\pm1,57$), ortaokul ($8,80\pm1,62$) ve lise mezunu ($9,46\pm1,70$) olanlardan daha yüksek olduğu görülmüştür.

Çocukluk Çağı Ruhsal Travma Ölçeği, Bilişsel Çarpıtmalar Ölçeği ve Erişkin Bağlanma Biçimleri Ölçeği Kaygılı/İkircikli Bağlanma ve Güvenli Bağlanma alt boyutu puanlarının baba eğitim durumu değişkenine göre anlamlı farklılık göstermediği belirlenmiştir ($p>0,05$).

Tablo 10. Çocukluk Çağı Ruhsal Travma Ölçeği, Bilişsel Çarpıtmalar Ölçeği (Sosyal Alan Alt boyutu) ve Erişkin Bağlanma Biçimleri Ölçeği puanlarının Medeni Durum Değişkenine Göre Karşılaştırılmasına İlişkin Bağımsız Gruplar t-Testi Sonuçları

Tablo 10’da Çocukluk Çağı Ruhsal Travma Ölçeği, Bilişsel Çarpıtmalar Ölçeği (Sosyal Alan Alt boyutu) ve Erişkin Bağlanma Biçimleri Ölçeği puanlarının medeni durum değişkenine göre karşılaştırılmasına ilişkin bağımsız gruplar t-testi sonuçları verilmiştir.

Ölçek	Değişken	n	$\bar{x}$	ss	T	sd	p
Çocukluk Çağı Ruhsal Travma Ölçeği	Evli	257	48,61	11,62	2,063	533	,040
	Bekar	278	46,67	10,22			
Bilişsel Çarpıtmalar Ölçeği Sosyal Atb.	Evli	257	31,47	11,20	-4,278	532,839	,000
	Bekar	278	35,82	12,33			
EBBÖ- Kaçınan	Evli	257	9,06	1,55	-,069	533	,945
	Bekar	278	9,07	1,68			
EBBÖ- Kaygılı İkircikli	Evli	257	10,28	1,51	3,183	532,916	,002
	Bekar	278	9,84	1,65			
EBBÖ- Güvenli Bağlanma	Evli	257	18,18	7,18	-4,193	533	,000
	Bekar	278	20,90	7,78			

* $p<0,05$

Çocukluk Çağı Ruhsal Travma Ölçeği puanlarının medeni duruma göre anlamlı farklılık gösterdiği belirlenmiştir ($t(533)=2,063$; $p<0,05$). Evli katılımcıların Çocukluk Çağı Ruhsal Travma Ölçeği puanlarının ($48,61\pm11,62$), bekar katılımcılarınkinden ($46,67\pm10,22$) daha yüksek olduğu görülmüştür.

Bilişsel Çarpıtmalar Ölçeği (Sosyal Alan Alt boyutu) puanlarının medeni duruma göre anlamlı farklılık gösterdiği belirlenmiştir ($t(533)=-4,278$; $p<0,05$). Bekar katılımcıların Bilişsel Çarpıtmalar Ölçeği (Sosyal Alan Alt boyutu)

puanlarının ($35,82 \pm 12,33$), evli katılımcılarınkinden ($31,47 \pm 10,20$) daha yüksek olduğu görülmüştür.

Erişkin Bağlanma Biçimleri Ölçeği Kaygılı/İkircikli Bağlanma ($t(532,916)=3,183$; $p<0,05$) ve Güvenli Bağlanma ($t(533)=-4,193$; $p<0,05$) alt boyutu puanlarının medeni duruma göre anlamlı farklılık gösterdiği belirlenmiştir. Evli katılımcıların Kaygılı/İkircikli Bağlanma alt boyutu puanları ($10,28 \pm 1,51$), bekar katılımcılarınkinden ($9,84 \pm 1,65$) daha yüksek olduğu görülmüştür. Bekar katılımcıların Güvenli Bağlanma alt boyutu puanlarının ($20,90 \pm 7,78$), evli katılımcılarınkinden ($18,18 \pm 7,18$) daha yüksek olduğu görülmüştür

Erişkin Bağlanma Biçimleri Ölçeği Kaçınan Bağlanma alt boyutu puanlarının medeni durum değişkenine göre anlamlı farklılık göstermediği belirlenmiştir ($p>0,05$).

Tablo 11. Çocukluk Çağı Ruhsal Travma Ölçeği, Bilişsel Çarpıtmalar Ölçeği (Sosyal Alan Alt boyutu) ve Erişkin Bağlanma Biçimleri Ölçeği puanlarının Ailede Psikiyatrik Öykü Bulunma Durumu Değişkenine Göre Karşılaştırılmasına İlişkin Bağımsız Gruplar t-Testi Sonuç

Tablo 11’de Çocukluk Çağı Ruhsal Travma Ölçeği, Bilişsel Çarpıtmalar Ölçeği (Sosyal Alan Alt boyutu) ve Erişkin Bağlanma Biçimleri Ölçeği puanlarının ailede psikiyatrik öykü bulunma durumu değişkenine göre karşılaştırılmasına ilişkin bağımsız gruplar t-testi sonuçları verilmiştir.

Ölçek	Değişken	n	$\bar{x}$	ss	T	sd	P
Çocukluk Çağı Ruhsal Travma Ölçeği	Var	98	48,54	10,22	,930	538	,353
	Yok	442	47,41	11,06			
Bilişsel Çarpıtmalar Ölçeği Sosyal Atb.	Var	98	35,60	13,85	1,519	128,066	,131
	Yok	442	33,32	11,47			
EBBÖ- Kaçınan	Var	98	8,89	1,47	-	538	,230
	Yok	442	9,10	1,64			
EBBÖ- Kaygılı İkircikli	Var	98	9,88	1,75	-	132,769	,259
	Yok	442	10,10	1,55			
EBBÖ- Güvenli Bağlanma	Var	98	21,09	8,68	1,952	129,234	,053
	Yok	442	19,25	7,31			

* $p<0,05$

Çocukluk Çağı Ruhsal Travma Ölçeği, Bilişsel Çarpıtmalar Ölçeği ve Erişkin Bağlanma Biçimleri Ölçeği toplam ve alt boyut puanlarının ailede psikiyatrik öykü bulunma durumu değişkenine göre anlamlı farklılık göstermediği belirlenmiştir ($p>0,05$).

Tablo 12. Çocukluk Çağı Ruhsal Travma Ölçeği, Bilişsel Çarpıtmalar Ölçeği (Sosyal Alan Alt boyutu) ve Erişkin Bağlanma Biçimleri Ölçeği puanlarının Algılanan Gelir Durumu Değişkenine Göre Karşılaştırılmasına İlişkin ANOVA Sonuçları

Tablo 12’de Çocukluk Çağı Ruhsal Travma Ölçeği, Bilişsel Çarpıtmalar Ölçeği (Sosyal Alan Alt boyutu) ve Erişkin Bağlanma Biçimleri Ölçeği puanlarının algılanan gelir durumu değişkenine göre karşılaştırılmasına ilişkin ANOVA sonuçları verilmiştir.

Ölçek	Değişken	n	$\bar{x}$	Ss	F	sd	p	Fark
Çocukluk Çağı Ruhsal Travma Ölçeği	Düşük	36	54,22	14,04	5,473	2 266,427	0,006 ^a	1>2 1>3
	Orta	446	47,39	10,54				
	Yüksek	58	45,26	10,20				
Bilişsel Çarpıtmalar Ölçeği Sosyal Atb.	Düşük	36	36,69	13,51	8,132	2 537	,000*	1>3 2>3
	Orta	446	34,23	11,76				
	Yüksek	58	28,10	10,92				
EBBÖ-Kaçıngan	Düşük	36	8,83	1,58	2,269	2 537	,104	
	Orta	446	9,03	1,62				
	Yüksek	58	9,47	1,55				
EBBÖ-Kaygılı İkcirkikli	Düşük	36	9,28	1,73	11,342	2 537	,000*	3>2 3>1 2>1
	Orta	446	10,02	1,58				
	Yüksek	58	10,81	1,30				
EBBÖ-Güvenli Bağlanma	Düşük	36	21,42	7,51	7,136	2 537	,001*	1>3 2>3
	Orta	446	19,87	7,54				
	Yüksek	58	16,24	7,35				

* $p<0,05$; a Welch İstatistiği

Çocukluk Çağı Ruhsal Travma Ölçeği puanlarının algılanan gelir durumu değişkenine göre istatistiksel olarak anlamlı düzeyde farklılık gösterdiği belirlenmiştir ($F(2-266,427)= 5,473$; $p<0,05$). Gruplar arası farkların belirlenmesinde

Tamhane' t2 testi kullanılmıştır. Algılanan gelir durumu düşük olan katılımcıların (54,22±14,04). Çocukluk Çağı Ruhsal Travma Ölçeği puanlarının, orta (47,39±10,54) ve yüksek (45,26±10,20) olanlardan daha yüksek olduğu görülmüştür.

Bilişsel Çarpıtmalar Ölçeği (Sosyal Alan Alt Boyutu) puanlarının algılanan gelir durumu değişkenine göre istatistiksel olarak anlamlı düzeyde farklılık gösterdiği belirlenmiştir (F(2-537)= 8,132; p<0,05) Gruplar arası farkların belirlenmesinde LSD testi kullanılmıştır. Algılanan gelir durumu düşük (36,69±13,51) ve orta (34,23±11,76) olan katılımcıların Bilişsel Çarpıtmalar Ölçeği (Sosyal Alan Alt boyutu) puanlarının, yüksek (28,10±10,92) olanlardan daha yüksek olduğu görülmüştür.

Erişkin Bağlanma Biçimleri Ölçeği Kaygılı/İkircikli Bağlanma alt boyutu puanlarının algılanan gelir durumu değişkenine göre istatistiksel olarak anlamlı düzeyde farklılık gösterdiği belirlenmiştir (F(2-537)=11,342; p<0,05). Gruplar arası farkların belirlenmesinde LSD testi kullanılmıştır. Algılanan gelir durumu yüksek (10,81±1,30) olan katılımcıların Erişkin Bağlanma Biçimleri Ölçeği Kaçınan Bağlanma alt boyutu puanları, orta (10,02±1,58) ve düşük (9,28±1,73) olanlardan, orta (10,02±1,58) olanların ise düşük (9,28±1,73) olanlardan daha yüksek olduğu görülmüştür.

Erişkin Bağlanma Biçimleri Ölçeği Güvenli Bağlanma alt boyutu puanlarının algılanan gelir durumu değişkenine göre istatistiksel olarak anlamlı düzeyde farklılık gösterdiği belirlenmiştir (F(2-537)=7,136; p<0,05). Gruplar arası farkların belirlenmesinde LSD testi kullanılmıştır. Algılanan gelir durumu düşük (21,42±7,51) ve orta (19,87±7,54) olan katılımcıların Erişkin Bağlanma Biçimleri Ölçeği Güvenli Bağlanma alt boyutu puanları yüksek (16,24±7,35) olanlardan daha yüksek bulunmuştur.

Erişkin Bağlanma Biçimleri Ölçeği Kaçınan Bağlanma alt boyutu puanlarının algılanan gelir durumu değişkenine göre anlamlı farklılık göstermediği belirlenmiştir (p>0,05).

Tablo 13. Çocukluk Çağı Ruhsal Travma Ölçeği İle Bilişsel Çarpıtmalar Ölçeği Arasındaki İlişkilere Dair Pearson Korelasyon Analizi Sonuçları

Çocukluk Çağı Ruhsal Travma Ölçeği İle Bilişsel Çarpıtmalar Ölçeği arasındaki ilişkiye dair Pearson korelasyon analizi sonuçları tablo 13’de verilmiştir.

Değişkenler		Duygusal İstismar	Fiziksel İstismar	Fiziksel İhmal	Duygusal İhmal	Cinsel İstismar	Minimizasyon	ÇÇRTÖ Toplam
Zihin Okuma	R	,054	,393	-,044	-,045	,053	,031	,036
	P	,208	,000*	,312	,300	,222	,475	,398
Felaketleştirme	R	,202	,625	,052	,068	,078	-,084	,146
	P	,000*	,000*	,225	,113	,069	,050	,001*
Ya Hep Ya Hiç Düşüncesi	R	,159	,520	,114	,102	,054	-,120	,154
	P	,000*	,000*	,008*	,018	,208	,005*	,000*
Duygudan Sonuca Ulaşma	R	,129	,576	,008	,002	,069	-,030	,091
	P	,003*	,000*	,861	,956	,108	,490	,035*
Etiketleme	R	,221	,751	,079	,067	,085	-,061	,166
	P	,000*	,000*	,067	,119	,048	,154	,000*
Zihinsel Filtreleme	R	,160	,805	,097	,038	,081	-,085	,123
	P	,000*	,000*	,024*	,373	,061	,049*	,004*
Aşırı Genelleme	R	,248	,633	,166	,110	,124	-,127	,225
	P	,000*	,000*	,000*	,011*	,004*	,003*	,000*
Kişiselleştirme	R	,124	,628	,094	,119	,038	-,097	,128
	P	,004*	,000*	,028*	,005*	,373	,024*	,003*
Zorunluluk İfadeleri	R	,198	,596	,085	,123	,065	-,108	,155
	P	,000*	,000*	,048*	,004*	,130	,012*	,000*
Olumluyu Yok Sayma	R	,174	,569	,082	,151	,021	-,135	,148
	P	,000*	,000*	,056	,000*	,627	,002*	,001*
Bilişsel Çarpıtma Toplam Puanı	R	,240	,874	,107	,106	,096	-,118	,198
	P	,000*	,000*	,013*	,014*	,025*	,006*	,000*

*p<0,05

Zihin okuma ile fiziksel istismar puanları arasında, istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki olduğu belirlenmiştir ($r=,393$; $p<0,05$).

Felaketleştirme ile duygusal istismar($r=,202$; $p<0,05$), fiziksel istismar($r=,625$; $p<0,05$) ve Çocukluk Çağı Ruhsal Travma Ölçeği($r=,146$; $p<0,05$) puanları arasında, istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki olduğu belirlenmiştir.

Ya hep ya hiç düşüncesi ile duygusal istismar($r=,159$; $p<0,05$), fiziksel istismar($r=,520$; $p<0,05$), fiziksel ihmal($r=,114$; $p<0,05$), duygusal ihmal($r=,102$; $p<0,05$), minimizasyon($r=-,120$; $p<0,05$) ve Çocukluk Çağı Ruhsal Travma Ölçeği($r=,154$; $p<0,05$) puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki olduğu belirlenmiştir.

Duygudan sonuca ulaşma ile duygusal istismar($r=,129$; $p<0,05$), fiziksel istismar($r=,567$; $p<0,05$) ve Çocukluk Çağı Ruhsal Travma Ölçeği($r=,091$; $p<0,05$) puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki olduğu belirlenmiştir.

Etiketleme ile duygusal istismar($r=,221$; $p<0,05$), fiziksel istismar($r=,751$; $p<0,05$), fiziksel ihmal($r=,097$; $p<0,5$), cinsel istismar($r=0,85$; $p<0,05$) ve Çocukluk Çağı Ruhsal Travma Ölçeği($r=,166$; $p<0,05$) puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki olduğu belirlenmiştir.

Zihinsel filtreleme ile duygusal istismar($r=,160$; $p<0,05$) fiziksel istismar($r=,805$; $p<0,05$), fiziksel ihmal($r=,160$; $p<0,05$), minimizasyon($r=-,085$; $p<0,05$) ve Çocukluk Çağı Ruhsal Travma Ölçeği($r=,123$; $p<0,05$) puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki olduğu belirlenmiştir.

Aşırı genelleme ile duygusal istismar($r=,248$; $p<0,05$) fiziksel istismar($r=,633$; $p<0,05$), fiziksel ihmal($r=,166$; $p<0,05$), duygusal ihmal($r=,110$; $p<0,05$), cinsel istismar($r=,124$; $p<0,05$), minimizasyon($r=-,0127$; $p<0,05$) ve Çocukluk Çağı Ruhsal Travma Ölçeği($r=,225$; $p<0,05$) puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki olduğu belirlenmiştir.

Kişiselleştirme ile duygusal istismar($r=,124$; $p<0,05$) fiziksel istismar($r=,628$; $p<0,05$), fiziksel ihmal($r=,094$; $p<0,05$), duygusal ihmal($r=,119$; $p<0,05$), minimizasyon ($r=-,097$; $p<0,05$) ve Çocukluk Çağı Ruhsal Travma Ölçeği($r=,128$; $p<0,05$) puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki olduğu belirlenmiştir.

Zorunluluk ifadeleri ile duygusal istismar($r=,198$; $p<0,05$) fiziksel istismar($r=,596$; $p<0,05$), fiziksel ihmal($r=,085$; $p<0,05$), duygusal ihmal($r=,123$; $p<0,05$), minimizasyon ($r=-0,108$; $p<0,05$) ve Çocukluk Çağı Ruhsal Travma Ölçeği ($r=,155$; $p<0,05$) puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki olduğu belirlenmiştir.

Olumluyu yok sayma ile duygusal istismar ($r=,174$; $p<0,05$) fiziksel istismar ($r=,569$; $p<0,05$), duygusal ihmal ($r=,151$; $p<0,05$), minimizasyon ($r=-0,135$; $p<0,05$) ve Çocukluk Çağı Ruhsal Travma Ölçeği ($r=,148$; $p<0,05$) puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki olduğu belirlenmiştir.

Bilişsel Çarpıtmalar Ölçeği toplam puanı ile duygusal istismar ($r=,240$; $p<0,05$) fiziksel istismar ($r=,874$; $p<0,05$), fiziksel ihmal ($r=,107$; $p<0,05$), duygusal ihmal ($r=,106$; $p<0,05$), cinsel istismar ($r=,096$; $p<0,05$), minimizasyon ($r=-0,118$; $p<0,05$) ve Çocukluk Çağı Ruhsal Travma Ölçeği ($r=,189$; $p<0,05$) puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki olduğu belirlenmiştir.

Tablo 14. Erişkin Bağlanma Biçimleri Ölçeği İle Bilişsel Çarpıtmalar Ölçeği Arasındaki İlişkilere Dair Pearson Korelasyon Analizi Sonuçları

Erişkin Bağlanma Biçimleri Ölçeği İle Bilişsel Çarpıtmalar Ölçeği arasındaki ilişkiye dair Pearson korelasyon analizi sonuçları Tablo 14’te verilmiştir.

Değişkenler		Kaçınan Bağlanma	Kaygılı/İkircikli Bağlanma	Güvenli Bağlanma
Zihin Okuma	r	-,050	-,222	,462
	p	,246	,000*	,000*
Felaketleştirme	r	-,229	-,425	,780
	p	,000*	,000*	,000*
Ya Hep Ya Hiç Düşüncesi	r	-,191	-,293	,536
	p	,000*	,000*	,000*
Duygudan Sonuca Ulaşma	r	-,195	-,306	,702
	p	,000*	,000*	,000*
Etiketleme	r	-,157	-,345	,632
	p	,000*	,000*	,000*
Zihinsel Filtreleme	r	-,186	-,311	,671
	p	,000*	,000*	,000*
Aşırı Genelleme	r	-,226	-,399	,745
	p	,000*	,000*	,000*
Kişiselleştirme	r	-,198	-,326	,731
	p	,000*	,000*	,000*
Zorunluluk İfadeleri	r	-,223	-,359	,594
	p	,000*	,000*	,000*
Olumluyu Yok Sayma	r	-,236	-,323	,581
	p	,000*	,000*	,000*
Bilişsel Çarpıtma Toplam Puanı	r	-,272	-,474	,921
	p	,000*	,000*	,000*

*p<0,05

Zihin okuma ile kaygılı/ikircikli bağlanma ($r=-,222$; $p<0,05$) ve güvenli bağlanma ($r=,462$; $p<0,05$) puanları arasında, istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki olduğu belirlenmiştir.

Felaketleştirme ile kaçıngan bağlanma ($r=-,229$; $p<0,05$) ve kaygılı/ikircikli bağlanma($r=-,425$; $p<0,05$) ve güvenli bağlanma ($r=,780$; $p<0,05$) puanları arasında, istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki olduğu belirlenmiştir.

Ya hep ya hiç düşüncesi ile kaçıngan bağlanma ($r=-,191$; $p<0,05$) ve kaygılı/ikircikli bağlanma($r=-,293$; $p<0,05$) ve güvenli bağlanma ($r=,536$; $p<0,05$) puanları arasında, istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki olduğu belirlenmiştir.

Duygudan sonuca ulaşma ile kaçıngan bağlanma ($r=-,195$; $p<0,05$) ve kaygılı/ikircikli bağlanma($r=-,306$; $p<0,05$) ve güvenli bağlanma ($r=,702$; $p<0,05$) puanları arasında, istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki olduğu belirlenmiştir.

Etiketleme ile kaçıngan bağlanma ($r=-,157$; $p<0,05$) ve kaygılı/ikircikli bağlanma($r=-,345$; $p<0,05$) ve güvenli bağlanma ($r=,632$; $p<0,05$) puanları arasında, istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki olduğu belirlenmiştir.

Zihinsel filtreleme ile kaçıngan bağlanma ($r=-,186$; $p<0,05$) ve kaygılı/ikircikli bağlanma($r=-,311$; $p<0,05$) ve güvenli bağlanma ($r=,671$; $p<0,05$) puanları arasında, istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki olduğu belirlenmiştir.

Aşırı genelleme ile kaçıngan bağlanma ($r=-,226$; $p<0,05$) ve kaygılı/ikircikli bağlanma($r=-,399$; $p<0,05$) ve güvenli bağlanma ($r=,745$; $p<0,05$) puanları arasında, istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki olduğu belirlenmiştir.

Kişiselleştirme ile kaçıngan bağlanma ($r=-,198$; $p<0,05$) ve kaygılı/ikircikli bağlanma($r=-,326$; $p<0,05$) ve güvenli bağlanma ($r=,731$; $p<0,05$) puanları arasında, istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki olduğu belirlenmiştir.

Zorunluluk ifadeleri ile kaçıngan bağlanma ($r=-,223$; $p<0,05$) ve kaygılı/ikircikli bağlanma($r=-,359$; $p<0,05$) ve güvenli bağlanma ($r=,594$; $p<0,05$) puanları arasında, istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki olduğu belirlenmiştir.

Olumluyu yok sayma ile kaçıngan bağlanma ($r=-,236$; $p<0,05$) ve kaygılı/ikircikli bağlanma($r=-,474$; $p<0,05$) ve güvenli bağlanma ($r=,921$; $p<0,05$)

puanları arasında, istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki olduğu belirlenmiştir. Bilişsel Çarpıtma toplam puanı ile kaçınan bağlanma ($r=-,272$; $p<0,05$) ve kaygılı/ikircikli bağlanma ($r=-,323$; $p<0,05$) ve güvenli bağlanma ($r=,581$; $p<0,05$) puanları arasında, istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki olduğu belirlenmiştir.



Sonuç olarak;

- ✓ Erişkin Bağlanma Biçimleri Ölçeği'nin Kaçınan Bağlanma alt boyutu puanları cinsiyete göre anlamlı bir farklılık göstermiştir.
- ✓ Kadın katılımcıların kaçınan bağlanma alt boyutu puanları erkek katılımcılarından daha yüksek olduğu görülmüştür.
- ✓ Çocukluk Çağı Ruhsal Travma Ölçeği, Bilişsel Çarpıtmalar Ölçeği ve Erişkin Bağlanma Biçimleri Ölçeği Kaygılı/İkircikli Bağlanma ve Güvenli Bağlanma altboyut puanlarının cinsiyet değişkenine göre anlamlı farklılık göstermediği görülmüştür.
- ✓ Anne – baba eğitim düzeyi ile Erişkin Bağlanma Ölçeği Kaçınan Bağlanma alt boyutu puanları arasında ters yönlü pozitif bir korelasyon vardır. Annesi ve babası üniversite mezunu olan katılımcıların kaçınan bağlanma alt boyutu puanlarının daha yüksek olduğu görülmüştür.
- ✓ Çocukluk Çağı Ruhsal Travma Ölçeği puanları ile medeni duruma göre anlamlı farklılık göstermiştir.
- ✓ Evli katılımcıların çocukluk çağı ruhsal travma ölçeği puanları bekar olanlardan daha yüksek olduğu sonucuna ulaşılmıştır.
- ✓ Bilişsel çarpıtmalar ölçeği puanları medeni duruma göre anlamlı bir farklılık gösterdiği görülmekle birlikte bekar katılımcıların bilişsel çarpıtmalar ölçeği sosyal alan alt boyutu puanları evlilerin puanlarından daha yüksek olduğu değerlendirilmiştir.
- ✓ Evli katılımcıların kaygılı/ikircikli bağlanma alt boyutu puanları bekar katılımcılarından daha yüksektir.
- ✓ Bekar katılımcıların da güvenli bağlanma alt boyutu puanları evli katılımcılardan daha yüksektir.
- ✓ Ailede birinci dereceden psikiyatrik öyküsü bulunma değişkenine göre anlamlı farklılık göstermediği görülmüştür.
- ✓ Algılanan gelir durumu değişkenine göre çocukluk çağı ruhsal travma ölçeği alt boyutu puanları anlamlı derecede farklılık göstermiştir.

- ✓ Algılanan gelir durumu düşük olan katılımcıların çocukluk çağı ruhsal travma ölçeği puanları orta ve yüksek olanlardan daha yüksektir.
- ✓ Algılanan gelir durumu düşük ve orta olan katılımcıların Bilişsel Çarpıtma Ölçeği (Sosyal Alan Boyutu) puanlarının yüksek olanlardan daha yüksektir.
- ✓ Erişkin Bağlanma Biçimleri Ölçeği Kaygılı/İkircikli alt boyutu puanlarının algılanan gelir durumuna göre anlamlı bir farklılık gösterdiği sonucuna ulaşılmıştır.
- ✓ Algılanan gelir durumu yüksek olan katılımcıların Erişkin Bağlanma Biçimleri Ölçeği Kaçınan Bağlanma alt boyutu puanlarının orta ve düşük olanlardan, orta olanların ise düşük olanlardan daha yüksek olduğu görülmüştür.
- ✓ Erişkin bağlanma biçimleri ölçeği güvenli alt boyutu puanlarının algılanan gelir durumu değişkenine göre istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık gösterdiği görülmüştür.
- ✓ Algılanan gelir durumu düşük olan ve orta olan katılımcıların güvenli bağlanma alt boyutu puanları yüksek olanlardan daha yüksek bulunmuştur.
- ✓ Çocukluk Çağı Ruhsal Travma Ölçeği ile Bilişsel Çarpıtmalar Ölçeği arasındaki ilişkiye bakılmış ve zihin okuma ile fiziksel istismar arasında istatistiksel olarak anlamlı ve pozitif bir ilişki bulunmuştur.
- ✓ Felaketleştirme ile duygusal istismar, fiziksel istismar ve Çocukluk Çağı Ruhsal Travma Ölçeği puanları arasında, istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki olduğu belirlenmiştir.
- ✓ Ya hep ya hiç düşüncesi ile duygusal istismar, fiziksel istismar, fiziksel ihmal, duygusal ihmal, minimizasyon ve Çocukluk Çağı Ruhsal Travma Ölçeği puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki olduğu belirlenmiştir.
- ✓ Duygudan sonuca ulaşma ile duygusal istismar, fiziksel istismar ve Çocukluk Çağı Ruhsal Travma Ölçeği puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki olduğu belirlenmiştir.
- ✓ Etiketleme ile duygusal istismar, fiziksel istismar, fiziksel ihmal, cinsel istismar($r=0,85$; $p<0,05$) ve Çocukluk Çağı Ruhsal Travma Ölçeği puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki olduğu belirlenmiştir.

- ✓ Zihinsel filtreleme ile duygusal istismar fiziksel istismar, fiziksel ihmal minimizasyon ve Çocukluk Çağı Ruhsal Travma Ölçeği puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki olduğu belirlenmiştir.
- ✓ Aşırı genelleme ile duygusal istismar fiziksel istismar, fiziksel ihmal, duygusal ihmal, cinsel istismar, minimizasyon ve Çocukluk Çağı Ruhsal Travma Ölçeği puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki olduğu belirlenmiştir.
- ✓ Kişiselleştirme ile duygusal istismar fiziksel istismar, fiziksel ihmal, duygusal ihmal, minimizasyon ve Çocukluk Çağı Ruhsal Travma Ölçeği puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki olduğu belirlenmiştir.
- ✓ Zorunluluk ifadeleri ile duygusal istismar, fiziksel istismar, fiziksel ihmal, duygusal ihmal, minimizasyon ve Çocukluk Çağı Ruhsal Travma Ölçeği puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki olduğu belirlenmiştir.
- ✓ Olumluyu yok sayma ile duygusal istismar, fiziksel istismar, duygusal ihmal, minimizasyon ve Çocukluk Çağı Ruhsal Travma Ölçeği puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki olduğu belirlenmiştir.
- ✓ Zihin okuma ile kaygılı/ikircikli bağlanma ve güvenli bağlanma puanları arasında, istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki olduğu belirlenmiştir.
- ✓ Felaketleştirme ile kaçınan bağlanma ve kaygılı/ikircikli bağlanma ve güvenli bağlanma puanları arasında, istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki olduğu belirlenmiştir.
- ✓ Ya hep ya hiç düşüncesi ile kaçınan bağlanma ve kaygılı/ikircikli bağlanma ve güvenli bağlanma puanları arasında, istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki olduğu belirlenmiştir.
- ✓ Duygudan sonuca ulaşma ile kaçınan bağlanma ve kaygılı/ikircikli bağlanma ve güvenli bağlanma puanları arasında, istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki olduğu belirlenmiştir.
- ✓ Etiketleme ile kaçınan bağlanma ve kaygılı/ikircikli bağlanma ve güvenli bağlanma puanları arasında, istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki olduğu belirlenmiştir.

- ✓ Zihinsel filtreleme ile kaçınan bağlanma ve kaygılı/ikircikli bağlanma ve güvenli bağlanma puanları arasında, istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki olduğu belirlenmiştir.
- ✓ Aşırı genelleme ile kaçınan bağlanma ve kaygılı/ikircikli bağlanma ve güvenli bağlanma puanları arasında, istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki olduğu belirlenmiştir.
- ✓ Kişiselleştirme ile kaçınan bağlanma ve kaygılı/ikircikli bağlanma ve güvenli bağlanma puanları arasında, istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki olduğu belirlenmiştir.
- ✓ Zorunluluk ifadeleri ile kaçınan bağlanma ve kaygılı/ikircikli bağlanma ve güvenli bağlanma puanları arasında, istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki olduğu belirlenmiştir.
- ✓ Olumluyu yok sayma ile kaçınan bağlanma ve kaygılı/ikircikli bağlanma ve güvenli bağlanma puanları arasında, istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki olduğu belirlenmiştir.
- ✓ Bilişsel Çarpıtma toplam puanı ile kaçınan bağlanma ve kaygılı/ikircikli bağlanma ve güvenli bağlanma puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki olduğu belirlenmiştir.

DÖRDÜNCÜ BÖLÜM

TARTIŞMA, SONUÇ VE ÖNERİLER

4.1. Tartışma

Bu çalışma yetişkinlerde bilişsel çarpıtmalar, çocukluk çağı ruhsal travma ve bağlanma stilleri arasındaki ilişkileri incelemek amacıyla yürütülmüştür. Bu bölümde çalışmada elde edilen bulgular, ilgili literatür ışığında değerlendirilmekte ve tartışılmaktadır.

Bu çalışmada medeni durum değişkenine göre evli kişilerin çocukluk çağı ruhsal travma puanının daha yüksek olduğu bulunmuştur. Evli kişilerin kaygılı/ikircikli bağlanma puanının da yüksek olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Alan yazınına bakıldığı zaman bu konuda sadece çocuk yaşta evlilik yapan kişiler ile ilgili çalışmalara rastlanmıştır. Çocuk yaşta evlilik yapan kişilerin fiziksel ihmal ve istismar ile cinsel istismar puanlarının daha yüksek olduğu bildirilmiştir (Gunes ve ark 2016, Akt. Aktepe ve Atay 2017, 416). Yürütmüş olduğumuz çalışma ile paralel olarak Soylu ve Ayaz (2013) tarafından çocuk yaşta evlendirilen kadınlar ile ilgili yaptığı çalışmaya göre çocuk yaşta evlenen kadınların %14,6'sı evlendirildiği kişi tarafından fiziksel istismara, %27.1'i ise duygusal istismara ve araştırmaya katılmış olan 5 kişinin ise evlendirilmeden önce veya sonra eşi dışında biri tarafında cinsel istismara maruz kaldığı saptanmıştır (Soylu & Ayaz 2013, 7-8). Bununla birlikte bir diğer çalışmada evli kadınların kaygı/kaçınma puanlarının yüksek derecede olduğu belirtilmiştir (Taycan & Kuruoğlu 2014, 7). Çalışma ile ilgili olarak literatüre bakıldığında medeni duruma ilişkin evli olan bireylerin evlilik yaşı ile ruhsal travma puanı arasında ilişkinin çalışma ile tutarlı olduğu görülmektedir.

Bu çalışmada çocukluk çağı ruhsal travması ve algılanan gelir durumu arasında anlamlı ve ters yönlü bir ilişki olduğu bulunmuştur. Algılanan gelir durumu düşük bireylerin çocukluk çağı ruhsal travma puanının daha yüksek olduğu değerlendirilmiştir.

Literatüre baktığımız zaman travmaya maruz kalma, sosyoekonomik durumla (SES) doğrudan ilişkilidir, bu sebeple düşük gelir ile travmatik deneyimlere maruz kalma arasında ilişki vardır. Yapılan çalışmalarda düşük gelir, çocuklukta kötü muamele ve fiziksel ve cinsel saldırılara tanık olmak/deneyimlemek de dahil olmak üzere, birden fazla kişilerarası şiddet türü riskinin artmasıyla ilişkilendirilmiştir. Ayrıca düşük gelir, çok sayıda travmatik olaya maruz kalma riskinin artması ile travmatik olaylara tekrar tekrar maruz kalma ile ilişkilendirilmiştir ve dolayısıyla bu durum genel olarak biriken toplam travma yükünün artmasına neden olmaktadır (Sedlak ve ark. 2010; Santiago, Kaltman & Miranda, 2013, 121). Shonkoff ve arkadaşları (2012) tarafından ekonomik olarak dezavantajlı aileler ve topluluklarda büyüyen çocuklar için “toksik stres tepkisi” olarak adlandırılan bir kavram ortaya atılmıştır. Toksik stres tepkisi, çocuğun zihinsel ve fiziksel gelişimi süresince, stres faktörlerini azaltmak için yeterli aile ve toplum desteğinin yokluğunda sık tekrarlanan, sürekli ve ciddi sıkıntı yaşadığı durumlarda ortaya çıkar. Bu noktada da ekonomik olarak düşük gelire sahip olan ailelerin ve çocuklarının travmatik deneyimler elde etme ihtimali daha fazladır (Shonkoff ve ark. 2012, 236). Bu çalışma, yapılan literatür taraması sonuçlarıyla uyumludur.

Bu çalışmada ÇÇRTÖ Fiziksel İstismar alt boyutu ile BÇÖ Felaketleştirme, Etiketleme, Zihinsel Filtreleme, Aşırı Genelleme, Kişiselleştirme ve Zorunluluk İfadeleri alt boyutları arasında güçlü ve pozitif yönlü bir ilişki bulunmuştur. ÇÇRTÖ Fiziksel İstismar alt boyutu ile BÇÖ Zihin Okuma, Ya Hep Ya Hiç Düşüncesi, Duygudan Sonuca Ulaşma ve Olumluyu Yok Sayma alt boyutları arasında orta şiddette güçlü ve pozitif bir korelasyon vardır. ÇÇRTÖ Duygusal İstismar alt boyutu ile BÇÖ Etiketleme ve Aşırı Genelleme alt boyutları arasında zayıf düzeyde pozitif ilişki bulunmuştur. Literatüre bakıldığında zaman bireyin düşünce sistemi üzerinde çocukluk çağında yaşanan olumsuzlukların etkisini araştıran çalışmalarda çocukluk çağı ruhsal travma yaşantılarıyla bireyin yetişkinlikte kendisi, karşısındaki ve dünyaya yönelik genel bakış açısı arasında anlamlı ve pozitif bir ilişki olduğu görülmüştür (Briere & Runtz 1987, 376; Çakır ve ark., 2014, 202). Bununla birlikte yapılan çalışmalarda çocukluk döneminde istismara maruz kalan bireyin, istismara maruz kalmayan bireylere göre akıl

yürütme becerilerinin daha farklı olduğu ifade edilmiştir (Polat 2007). Örnek vermek gerekirse istismara uğramış kişiler yetişkinlik döneminde diğer insanlara karşı bilişsel çarpıtmaları daha fazla kullanıp bu şekilde değerlendirebilirler. Çelik (2019) tarafından yapılan kadın tutuklular ile ilgili çalışmada ise bilişsel çarpıtmalar ile travmatik yaşantılar arasında pozitif yönlü ve anlamlı bir ilişki bulunmuştur. Çalışmamızda saptanan bu sonuçlar, tutuklu kadınların toplumdaki diğer kadınlar ile karşılaştırıldığında bulgular, tutuklu hükümlü kadınların toplum örneklemindeki kadınlara oranla zihin okuma, felaketleştirme, iki uçlu düşünme, duygudan sonuca ulaşma, etiketleme, zihinsel filtreleme, aşırı genelleme, kişiselleştirme, zorunluluk ifadeleri ve olumluyu azımsama gibi bilişsel çarpıtmalara daha fazla başvurduğu tespit edilmiştir. Kılıç ve Yıldız (2017) tarafından yapılan şiddete uğramış kadınları bilişsel çarpıtma düzeyiyle ilgili bölümde ise örseleyici stres belirtileri ile bilişsel çarpıtmalar ve tüm alt boyutlar arasında anlamlı ilişkiye rastlanmıştır. Bizim araştırmamızda elde edilen bu sonuç alan yazındaki diğer çalışmalar ile uyumludur.

Bu çalışmada erişkin bağlanma alt boyutlarından güvenli bağlanma alt boyutu ile BÇÖ toplam puanı arasında güçlü ve pozitif yönlü bir ilişki olduğu saptanmıştır. Bununla birlikte erişkin bağlanma alt boyutlarından kaygılı/ikircikli bağlanma ile BÇÖ toplam puanı arasında orta düzeyde ve negatif yönlü bir ilişki bulunduğu belirlenmiştir. Aynı zamanda erişkin bağlanma alt boyutlarından kaçınan bağlanma ile BÇÖ toplam puanı arasında zayıf düzeyde ve negatif bir ilişki olduğu bulgusuna ulaşılmıştır. Yapılan literatür taraması sonucunda bu konuda çok kısıtlı sayıda çalışma yapıldığı görülmektedir. Yapılan çalışmaların sonuçları ise araştırmamızdan elde edilen sonuçlar ile farklılık göstermektedir. Bartholomew ve Horowitz (1992)'in çalışmasındaki dörtlü bağlanma modelindeki sonuçlara göre bireylerin duygusal zarar görme riskini azaltmak için kaçınmacı bağlanma stiline sahip olan bireylerin diğer insanlar ile etkileşime girmekten kaçınırken, bir anlamda bilişsel çarpıtma uyguladıkları sonucu ileri sürülmüştür. Gamble ve Roberts (2005) tarafından yapılan bir diğer çalışmada güvensiz bağlanmanın bilişsel çarpıtmalara katkıda bulunduğu sonucuna ulaşılmıştır. Bu iki çalışmanın sonuçları bizim çalışmamızın sonuçlarıyla paralellik göstermemektedir. Bu

konudaki ilişkiyi inceleyen daha geniş örneklem grubu ile yapılacak ileri çalışmalara ihtiyaç vardır.

Bu araştırmadan elde edilen bulgulardan biri de cinsiyet değişkenine göre kadınların erişkin bağlanma alt boyutlarından kaçınan bağlanma alt boyutu puanlarının erkeklerden daha yüksek olduğudur. Literatüre baktığımızda ise araştırmamızdan çıkan sonucun Erözkan'ın üniversite öğrencileri ile yaptığı çalışma ile benzerlik gösterdiği görülmüştür. Erözkan tarafından yapılan çalışmada cinsiyet ile bağlanma stilleri arasında anlamlı bir fark bulunmuştur (Erözkan 2011, 66). Araştırmamızdan farklı olarak diğer çalışmalarda erkeklerin kadınlardan daha fazla kaçınan bağlanma gösterdiği bulgularına ulaşılmıştır (Brennan, Shaver ve Tobey, 1991, 459). Aynı zamanda erişkin partnerler ile yapılan bir çalışmada ise bağlanma alt boyut puanlarının cinsiyete göre farklılık gösterdiği sonucuna ulaşılmıştır (Powers, Pietromonaco, Gunlicks ve Sayer, 2006, 622). Literatürdeki çalışmalara bakılıp değerlendirildiğinde cinsiyet değişkenine bağlı olarak bağlanma tarzlarında farklı sonuçlara ulaşıldığı görülmüştür. Shi (2003, 152), Sümer ve Güngör (1999, 79) ve Saya (2006, 55) tarafından yapılan çalışmalarda bağlanma stili ve cinsiyet arasında anlamlı bir fark olmadığı görülmüşken, Sümer ve Güngör (1999:80) ve Damarlı (2006:45-62) tarafından yapılan çalışmalarda güvenli bağlanma tarzı ile ilgili cinsiyet değişkenine bağlı olarak anlamlı bir farklılığa ulaşılmıştır. Bizim çalışmamızda ve Türkiye özelinde bizim çalışma sonuçlarımızı destekler nitelikteki çalışmalarda güvenli bağlanma stilinde erkeklerin daha fazla puan almış olması, kültürün erkeklerde güvenli bağlanma stiline gelişmesine zemin hazırlamasıyla, yani ebeveynlerin erkek çocuklarını daha çok destekleyip yakın ilişki içinde bulunma davranışının yaygınlığıyla açıklanabilir.

Bu çalışmada, annesi ve babası üniversite mezunu olan bireylerin kaçınan bağlanma gösterdiği ve aynı zamanda cinsiyete bağlı olarak incelendiğinde kadın katılımcıların da kaçınan bağlanma gösterdiği dolayısıyla annesi ve babası üniversite mezunu olan kadın katılımcıların kaçınan bağlanma alt boyutu puanlarının daha yüksek olduğu bulunmuştur. Cebeci (2009)'un yaptığı araştırmaya göre annenin eğitim düzeyi ile çocukların güvensiz bağlanma puan ortalamaları arasında istatistiksel olarak anlamlı

bir farklılık saptanmamıştır. Keler'in (2008) yaptığı çalışmaya göre babaların eğitim durumları ile bağlanmanın kayıtsız - kaçınan alt boyutu puanları arasında anlamlı bir farklılık görülmemiştir. Bununla birlikte aynı çalışmada bağlanma stilleri alt boyutlarından kayıtsız bağlanma stili puanları ile annelerin eğitim seviyesi arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık olmadığı sonucuna ulaşılmıştır. Yaptığımız araştırma ile farklı sonuçlara ulaşıldığı görülmektedir. Bu araştırmanın sonuçları alan yazını tarafından desteklenmemektedir.

Bu çalışmada algılanan gelir durumu ile bilişsel çarpıtma puanları arasında anlamlı ve negatif bir korelasyon olduğu bulunmuştur. Algılanan gelir durumu değişkenlerinden düşük ve orta seviyede algılanan gelir durumu olan bireylerin bilişsel çarpıtma puanlarının daha yüksek olduğu görülmüştür. Bu sonucun finansal koşullar ile birlikte görülebilecek olumsuz yaşantıların meydana getireceği durumdan kaynaklanabileceği düşünülebilir. Gelir düzeyinin düşüklüğü veya düşük sosyoekonomik koşullar bireylerin yaşamında bir risk faktörü olarak ele alınabilir. Literatüre baktığımız zaman yaşam koşullarındaki olumsuzluk ile bilişsel çarpıtmalardaki artış arasında bir ilişki vardır. Aynı zamanda yapılan bu araştırmalar göstermektedir ki yaşam koşullarındaki olumsuzluk ile davranışsal olumsuzluklar arasında bilişsel çarpıtmanın aracı bir rolü vardır (Panourgia & Comoretto 2017, 597). Yapılan çalışmanın sonuçları literatürle uyumluluk göstermektedir.

Bu çalışmada bekar katılımcıların Bilişsel Çarpıtmalar Ölçeği (Sosyal Alan Alt Boyutu) puanlarının evli katılımcılarınkinden daha yüksek olduğu görülmüştür. Bu çalışmada evli ve bekar olarak gruplanmasına rağmen literatürde üniversite öğrencileri ile yapılan çalışmalarda ilişkisi olan ve olmayan şeklinde değerlendirilen bulgulardan da yararlanılmıştır. Literatüre bakıldığı zaman yalnız kişilerin genellikle gerçekçi olmayan ilişkiye dair beklentilerinin olduğu belirlenmiştir. Bununla birlikte bireyin yalnızlık durumuna sebep olan bilişsel çarpıtmalardan birinin de gerçekçi olmayan beklentiler olduğu değerlendirilmiştir (Akt. Kılınç&Sevim 2005). Literatürdeki bu sonuç ile araştırmanın sonucu paralellik göstermektedir. Turan (2010:76) tarafından üniversite öğrencilerinde yapılan bir çalışmada benlik saygısı ve yalnızlığın bilişsel çarpıtma ile ilişkisi incelenmiş ve yalnızlık düzeyi düştükçe bilişsel çarpıtma düzeyinin de düştüğü

görülmüştür. Erken çocukluk döneminde, başta ebeveyn olmak üzere bireyin çevresiyle kurduğu bağlanma ilerleyen zamanda kişiler arası ilişkileri bağlamında diğer kişilere ve dünyaya ilişkin duygularını, düşüncelerini ve şemalarını hayat boyu etkiler (Ainsworth ve Bowlby 1991, 34). Olumsuz anne ve baba ebeveynlik biçimi güvensiz bağlanmaya sebep olabilir. Bu sebeple bireyin algıladığı olumsuz ebeveynlik biçimi kişinin kendisine ve dünyaya yönelik karşı bilişsel çarpıtmaları etkileyebilir (Young ve ark., 2003, Akt. Başbuğ, Cesur ve Batıgün 2017, 264). Pini ve arkadaşlarının (2014) yaptığı çalışmaya göre erken çocukluk dönemindeki ebeveynlik stili ömür boyu başkalarına karşı olan bilişsel çarpıtmaları etkilemektedir. Çalışmadan elde edilen bu sonuç literatürle uyumluluk göstermektedir.

4.2. Sonuç

Türkiye genelinde yürütülen ve “bilişsel çarpıtmaların çocukluk çağı travmaları ve bağlanma stilleri ile ilişkisi” arasında anlamlı bir ilişki var mıdır?” sorularının cevabını arayan bu araştırma kapsamında, bilişsel çarpıtmalar, çocukluk çağı travmaları ve bağlanma stilleri kavramları değerlendirilmiştir. Bu değerlendirmeler kapsamında katılımcılar ile yürütülen çalışmanın sonuçları, bilişsel çarpıtmaların çocukluk çağı travmaları ve bağlanma stilleri arasında anlamlı bir ilişki olduğu ve demografik değişkenlerin de sonuçlar üzerinde etkili olduğu saptanmıştır.

Ayrıca katılımcıların bilişsel çarpıtma düzeylerinin medeni durum ve algılanan gelir durumu değişkenine göre anlamlı bir farklılık gösterdiği belirlenirken ailede psikiyatrik öykü bulunma, anne ve baba eğitim, cinsiyet değişkenine göre anlamlı bir farklılık göstermediği belirlenmiştir. Katılımcıların bağlanma alt boyutlarından kaçınan bağlanma alt boyutunun anne - baba eğitim, medeni duruma ve kaygılı bağlanma alt boyutu ile güvenli bağlanma boyutu puanlarının algılanan gelir durumuna göre farklılık gösterdiği belirlenirken, erişkin bağlanma biçimi kaçınan bağlanma alt boyutu puanlarının medeni duruma ve algılanan gelir durumu değişkenine göre farklılık göstermediği belirlenmiştir. ÇÇRTÖ düzeylerinin medeni durum ve algılanan gelir

durumu değişkenine göre farklılık gösterdiği belirlenirken anne - baba eğitim durumu ve ailede psikiyatrik öykü bulunma değişkenine göre farklılık göstermediği belirlenmiştir.

4.3. neriler

Bu araştırmanın sonuçlarına göre sunulabilecek öneriler aşağıda sıralanmıştır.

1. Erişkin bağlanma biçiminin kaçıngan bağlanma alt boyutuna göre farklılaştığı görülmüştür. Bununla ilgili toplumsal cinsiyet eşitliğine dair çalışmalar yapılarak ebeveynlerin, çocukluk döneminde çocuklarına bakım verirken bu çalışmalardan faydalanması sağlanabilir.
2. Ebeveyn eğitim düzeyi ile erişkin bağlanma alt boyutu puanları arasındaki ilişki için ilerleyen zamanlarda araştırma yapacak araştırmacılara ebeveynlik stilleri ile ilgili bir değişken ile araştırması önerilebilir.
3. Çocukluk ağı ruhsal travmasına sahip bireylerin psikolojik destek veren uzmanlar ile görüşmeleri teşvik edilebilir.
4. Algılanan gelir durumu değişkenine göre çocukluk ağı ruhsal travma puanları anlamlı derecede farklılık göstermiştir. Sosyoekonomik olarak düşük olan bölgelerde travma üzerine seminerler, çalışmalar ve psikolojik destek birimi hizmetleri artırılabilir.
5. Araştırmada kullanılan ölçekler katılımcılar tarafından cevaplanan öz-değerlendirme ölçekleridir. Uzman bir görüşmeci tarafından geniş bir örneklem ile yapılacak olan bireysel görüşmeler daha geçerli ve güvenilir sonuçlar verebilir.
6. Araştırmada bilişsel çarpıtmaların çocukluk ağı travmaları ve yetişkin bağlanma stilleri arasındaki ilişkisi araştırılmıştır. Bilişsel çarpıtmaların çocukluk ağı travmaları ve yetişkin bağlanma stilleri ile birlikte farklı değişkenler ile de ilişkisi olabilir. Bu bağlamda bilişsel çarpıtmaların çocukluk ağı travmaları ve yetişkin bağlanma stilleri arasındaki ilişkide farklı değişkenlerin ilişkisi araştırılabilir.

7. Araştırmada kullanılan değişkenlere ek olarak katılımcıların ebeveynlik stilleri, aile türü, üniversitede kayıtlı olduğu bölüm, evli kişilerin evlilik yaşı vb. gibi değişkenler eklenerek katılımcıların farklı demografik özelliklerine ait veriler incelenebilir.
8. Araştırmada ilişkişel tarama modeli kullanılması nedeniyle katılımcılara herhangi bir müdahalede bulunulmamıştır. Bu konuda küçük bir örneklem ile yapılacak bir psikoeğitim müdahalesi ile ön - test son - test ve kontrol - deney gruplu çalışmalar yapılabilir.



KAYNAKÇA

- Ağır, M. (2007). Üniversite öğrencilerinin bilişsel çarpıtma düzeyleri ile problem çözme becerileri ve umutsuzluk düzeyleri arasındaki ilişki. *Unpublished doctorate dissertation, İstanbul Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.*
- Ainsworth, M. S., & Bowlby, J. (1991). An ethological approach to personality development. *American psychologist*, 46(4), 333.
- Ainsworth, M. S. (1979). Infant–mother attachment. *American psychologist*, 34(10), 932.
- Ainsworth, M. D. S. (1983). A sketch of a career. In A. N. O’Connell & N. F. Russo (Eds.), *Models of achievement: Reflections of eminent women in psychology* (pp. 200-219). New York: Columbia University Press.
- Aktepe, E., & Atay, İ. M. (2017). Çocuk evlilikleri ve psikososyal sonuçları. *Current Approaches in Psychiatry/Psikiyatride Guncel Yaklasimler*, 9(4).
- Bahadır, S. (2006). Romantik ilişkilerde bağlanma stilleri, çatışma çözme stratejileri ve olumsuz duygudurumunu düzenleme arasındaki ilişki. Yayınlanmamış doktora tezi, Ankara Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.
- Bartholomew, K., & Horowitz, L. M. (1991). Attachment styles among young adults: a test of a four-category model. *Journal of personality and social psychology*, 61(2), 226.
- Başbuğ, S., Cesur, G., & Durak-Batıgün, A. (2017). Algılanan ebeveynlik biçimi ve yetişkin ayrılma anksiyetesi: kişilerarası bilişsel çarpıtmaların aracı rolü. *Türk Psikiyatri Derg*, 28, 255-67.
- Beck, J. (2011). Cognitive behavior therapy. *Basics and Beyond*.
- Beck, A. T. (1963). Thinking and depression: I. Idiosyncratic content and cognitive distortions. *Archives of general psychiatry*, 9(4), 324-333.

- Beck, J. S. (2001). Bilişsel terapi: Temel ilkeler ve ötesi. Çev. Hisli Şahin, N. *Türk Psikologlar Derneği Yayınları, Ankara.*
- Berghaus, B. J. (2011). A new look at attachment theory and adult attachment behavior. *Behaviorology Today*, 14(2), 3-10.
- BİLİR, Ş., Meziyet, A. R. I., DÖNMEZ, N. B., ATİK, Ç. U. B., & SAN, A. G. P. (1991). Türkiye'nin 16 ilinde 4-12 yaşlar arasındaki 50.473 çocuğa fiziksel ceza verme sıklığı ve buna ilişkin problem durumlarının incelenmesi. *Sosyal Politika Çalışmaları Dergisi*, 1(1).
- Bowlby, J. (1969). Attachment and loss: volume I: attachment. In *Attachment and Loss: Volume I: Attachment* (pp. 1-401). London: The Hogarth Press and the Institute of Psycho-Analysis.
- Bowlby, J. (1944). Forty-four juvenile thieves: Their characters and home-life. *International Journal of Psycho-Analysis*, 25, 19-53.
- Bowlby, J. (1944). Forty-four juvenile thieves: their characters and home-life (II). *International Journal of Psycho-Analysis*, 25, 107-128.
- Bowlby, J. (1969). 1982. *Attachment and loss*, 1.
- Bowlby, J. (2012). *The making and breaking of affectional bonds*. Routledge.
- Branch, R., & Willson, R. (2012). *Cognitive behavioural therapy Workbook for dummies*. John Wiley & Sons.
- Brennan, K. A., Shaver, P. R., & Tobey, A. E. (1991). Attachment styles, gender and parental problem drinking. *Journal of Social and Personal Relationships*, 8(4), 451-466.
- Briere, J., & Runtz, M. (1987). Post sexual abuse trauma: Data and implications for clinical practice. *Journal of interpersonal violence*, 2(4), 367-379.
- Bretherton, I. (2003). Mary Ainsworth: Insightful observer and courageous theoretician. *Portraits of pioneers in psychology*, 5, 317-331.

- Bretherton, I. (1992). The origins of attachment theory: John Bowlby and Mary Ainsworth. *Developmental psychology*, 28(5), 759.
- Browne, A., & Finkelhor, D. (1986). Impact of child sexual abuse: A review of the research. *Psychological bulletin*, 99(1), 66.
- Budak (2009), Psikoloji Sözlüğü Ankara, *Bilim ve Sanat Yayınları*, 975 sayfa.
- Carol, A. S., & Davies, F. (1995). Attachment organization and adaptation in sexually-abused women. *The Canadian Journal of Psychiatry*, 40(5), 234-240.
- Corey, G. (2001). Case approach to counseling and psychotherapy . Pacific Grove, CA: Brooks/Cole.
- Corey, G. (2012). Theory and practice of group counseling (Eight Edition). USA: Brooks/Cole.
- Corey, G. (1996). Theory and practice of counseling and psychotherapy . Pacific Grove, CA: Brooks.
- Corey, G. (2017). Theory and practice of counseling and psychotherapy. Nelson Education.
- Crain-Thoreson, C., & Dale, P. S. (1992). Do early talkers become early readers? Linguistic precocity, preschool language, and emergent literacy. *Developmental Psychology*, 28(3), 421.
- Cully, J. A., & Teten, A. L. (2008). A therapist's guide to brief cognitive behavioral therapy. *Houston: Department of Veterans Affairs South Central MIRECC*.
- Çakir, U., Gündüz, N., Turan, H., Güles, E., & Aker, T. (2014). Kadın majör depresif bozukluk hastalarında cinsel travmaya bağlı travma sonrası stres bozukluğu ve ilişkili bilisler/Cognitive schemas of women those have major depressive disorder comorbid with sexual trauma related PTSD. *Anadolu Psikiyatri Dergisi*, 15(3), 200.

- Damarlı, Ö. (2006). Ergenlerde toplumsal cinsiyet rolleri, bağlanma stilleri ve benlik kavramı arasındaki ilişkiler. Unpublished master's thesis Ankara Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.
- De Bellis, M. D., & Zisk, A. (2014). The biological effects of childhood trauma. *Child and Adolescent Psychiatric Clinics*, 23(2), 185-222.
- Diehl, M., Elnick, A. B., Bourbeau, L. S., & Labouvie-Vief, G. (1998). Adult attachment styles: Their relations to family context and personality. *Journal of personality and social psychology*, 74(6), 1656.
- Dowd, E.T. (2007). Bilişsel-gelişimsel terapide hipnozun kullanımı. Bilişsel terapi uygulamaları tedavi müdahaleleri için bir kılavuz. Robert L. Leahy (Ed.) Litera Yayıncılık. İstanbul.
- Ellis, A., & Dryden, W. (1997). The practice of rational emotive behavior therapy.
- Ellis, A. (1991). The revised ABC's of rational-emotive therapy (RET). *Journal of Rational-Emotive and Cognitive-Behavior Therapy*, 9(3), 139-172.
- Erözkan, A. (2011). Üniversite öğrencilerinin bağlanma stilleri ve karar stratejileri. *Uluslararası Avrasya Sosyal Bilimler Dergisi*, 2(3), 60-74.
- Feeney, J. A. (1995). Adult attachment and emotional control. *Personal Relationships*, 2(2), 143-159.
- Feeney, J. A., Noller, P., & Hanrahan, M. (1994). Assessing adult attachment.
- Follan, M., & Minnis, H. (2010). Forty- four juvenile thieves revisited: from bowlby to reactive attachment disorder. *Child: care, health and development*, 36(5), 639-645.
- Fraley, R. C., & Shaver, P. R. (2000). Adult romantic attachment: Theoretical developments, emerging controversies, and unanswered questions. *Review of general psychology*, 4(2), 132-154.

- Gamble, S. A., & Roberts, J. E. (2005). Adolescents' perceptions of primary caregivers and cognitive style: The roles of attachment security and gender. *Cognitive therapy and research*, 29(2), 123-141.
- Glaser, D. (2002). Emotional abuse and neglect (psychological maltreatment): A conceptual framework. *Child abuse & neglect*, 26(6-7), 697-714.
- Gorey, K. M., & Leslie, D. R. (1997). The prevalence of child sexual abuse: Integrative review adjustment for potential response and measurement biases. *Child abuse & neglect*, 21(4), 391-398.
- Güloğlu, B., Kararımak, Ö., & Emiral, E. (2016). Çocukluk çağı travmalarının tinsellik ve affetme üzerindeki rolü. *Journal of Psychiatry*, 17(4), 309-16.
- Hazan, C., & Shaver, P. (1987). Romantic love conceptualized as an attachment process. *Journal of personality and social psychology*, 52(3), 511.
- Hildyard, K. L., & Wolfe, D. A. (2002). Child neglect: developmental issues and outcomes. *Child abuse & neglect*, 26(6-7), 679-695.
- Howe, D. (2005). *Child abuse and neglect: Attachment, development and intervention*. Macmillan International Higher Education.
- İslamoğlu, A. H., & Alnıaçık, Ü. (2016). Sosyal Bilimlerde Araştırma Yöntemleri. *Beta Yayınevi*, 3463, 511.
- Kaplan, S. J., Pelcovitz, D., & Labruna, V. (1999). Child and adolescent abuse and neglect research: A review of the past 10 years. Part I: Physical and emotional abuse and neglect. *Journal of the American Academy of Child & Adolescent Psychiatry*, 38(10), 1214-1222.
- Kempe, C. H., Silverman, F. N., Steele, B. F., Droegemueller, W., & Silver, H. K. (1985). The battered-child syndrome. *Child Abuse & Neglect*, 9(2), 143-154.
- Kendall-Tackett, K. (2002). The health effects of childhood abuse: four pathways by which abuse can influence health. *Child abuse & neglect*, 26(6-7), 715-729.

- KILIÇ, H., & Sevim, S. A. (2005). Ergenlerde yalnızlık ve bilişsel çarpıtmalar. *Ankara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Fakültesi Dergisi*, 38(2), 69-88.
- Lin, S. (2003). The association between adult attachment styles and conflict resolution in romantic relationship. *The American Journal of Family Therapy*, 31, 143-157.
- Livingston, R. (1987). Sexually and physically abused children. *Journal of the American Academy of Child & Adolescent Psychiatry*, 26(3), 413-415.
- Main, M. (1996). Introduction to the special section on attachment and psychopathology: 2. Overview of the field of attachment. *Journal of consulting and clinical psychology*, 64(2), 237.
- Maing, D. M. (1991). Patterns of psychopathology in sexually abused girls.
- Malinosky-Rummell, R., & Hansen, D. J. (1993). Long-term consequences of childhood physical abuse. *Psychological bulletin*, 114(1), 68.
- Mullen, P. E., Martin, J. L., Anderson, J. C., Romans, S. E., & Herbison, G. P. (1996). The long-term impact of the physical, emotional, and sexual abuse of children: A community study. *Child abuse & neglect*, 20(1), 7-21.
- Needleman, L. D. (1999). *Cognitive case conceptualization: A guidebook for practitioners*. Routledge.
- Newcombe, N., & Lerner, J. C. (1982). Britain between the wars: The historical context of Bowlby's theory of attachment. *Psychiatry*, 45(1), 1-12.
- Öztütüncü, F. (1996). Liseli ergenlerdeki irrasyonel/olumsuz otomatik düşüncelerin ana-baba tutumları ve aile-içi ilişkiler açısından incelenmesi. *Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Marmara Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul*.

- Parker, J. G., & Herrera, C. (1996). Interpersonal processes in friendship: A comparison of abused and nonabused children's experiences. *Developmental Psychology*, 32(6), 1025.
- Panourgia, C., & Comoretto, A. (2017). Do cognitive distortions explain the longitudinal relationship between life adversity and emotional and behavioural problems in secondary school children?. *Stress and Health*, 33(5), 590-599.
- Powers, J. L., Eckenrode, J., & Jaklitsch, B. (1990). Maltreatment among runaway and homeless youth. *Child Abuse & Neglect*, 14(1), 87-98.
- Powers, S. I., Pietromonaco, P. R., Gunlicks, M., & Sayer, A. (2006). Dating couples' attachment styles and patterns of cortisol reactivity and recovery in response to a relationship conflict. *Journal of personality and social psychology*, 90(4), 613.
- Rasmussen, P. R. (2005). *Personality-guided cognitive-behavioral therapy*. American Psychological Association.
- Rector, N. A. (2000). *Cognitive Behavioural Therapy: An Information Guide*. Centre for Addiction and Mental Health.
- S. A. Riggs, and P. Kaminski, "Childhood emotional abuse, adult attachment, and depression as predictors of relational adjustment and psychological aggression," *Journal of Aggression, Maltreatment & Trauma*, vol. 19, no. 1, pp. 75-104, 2010.
- Salzinger, S., Feldman, R. S., Hammer, M., & Rosario, M. (1993). The effects of physical abuse on children's social relationships. *Child development*, 64(1), 169-187.
- Santiago, C. D., Kaltman, S., & Miranda, J. (2013). Poverty and mental health: how do low- income adults and children fare in psychotherapy?. *Journal of Clinical Psychology*, 69(2), 115-126.

- Saya, P. E. L. İ. N. (2006). The relationship between attachment styles and perfectionism in high school students. *Yayınlanmamış yüksek lisans tezi, Orta Doğu Teknik Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü.*
- Sedlak, A. J., Mettenburg, J., Basena, M., Peta, I., McPherson, K., & Greene, A. (2010). Fourth national incidence study of child abuse and neglect (NIS-4). *Washington, DC: US Department of Health and Human Services*, 9, 2010.
- Shaver, P., & Mikulincer, M. (2004). Attachment in the later years: A commentary. *Attachment & Human Development*, 6(4), 451-464.
- Shonkoff, J. P., Garner, A. S., Siegel, B. S., Dobbins, M. I., Earls, M. F., McGuinn, L., ... & Committee on Early Childhood, Adoption, and Dependent Care. (2012). The lifelong effects of early childhood adversity and toxic stress. *Pediatrics*, 129(1), e232-e246.
- Soylu, N., & Ayaz, M. (2013). Adli değerlendirme için yönlendirilen küçük yaşta evlendirilmiş kız çocuklarının sosyodemografik özellikleri ve ruhsal değerlendirmesi. *Anatolian Journal Of Psychiatry/Anadolu Psikiyatri Dergisi*, 14(2).
- Sümer, N., & Güngör, D. (1999). Yetişkin bağlanma stilleri ölçeklerinin Türk örneklemini üzerinde psikometrik değerlendirmesi ve kültürlerarası bir karşılaştırma. *Türk Psikoloji Dergisi*, 14(43), 71-106.
- Taner, Y., & Gökler, B. (2004). Çocuk istismarı ve ihmali: Psikiyatrik yönleri. *Acta Medica*, 35(2), 82-86.
- Taycan, S. E., & Kuruoğlu, A. Ç. (2014). Evlilik uyumu ile bağlanma stilleri ve mizaç ve karakter özellikleri arasındaki ilişkilerin incelenmesi. *Türk Psikiyatri Dergisi*, 25(1), 9-18.
- Topçu, S. (2009). *Cinsel istismar*. Phoenix Yayınevi.

- Turan, A. F. (2010). *Üniversite öğrencilerinin ilişkilerle ilgili bilişsel çarpıtmalarını yordamada yalnızlık, benlik saygısı, yaş, cinsiyet ve romantik ilişki yaşama durumunun rolü* (Master's thesis, Anadolu Üniversitesi).
- Türküm, S. (1999). Bilisel davranışçı yaklaşıma dayalı grupla psikolojik danışmanın bilisel çarpıtmalar ve iletişim becerileri üzerindeki etkisi. *Eskisehir: Anadolu Üniversitesi Eğitim Fakültesi Yayınları*.
- Van IJzendoorn, M. H. (1995). Adult attachment representations, parental responsiveness, and infant attachment: a meta-analysis on the predictive validity of the Adult Attachment Interview. *Psychological bulletin*, 117(3), 387.
- Wilhelm K, Gillis I, Parker G (2016) Parental Bonding and Adult Attachment Style: The Relationship between Four Category Models. *Int J Womens Health Wellness* 2:016
- Zoroglu, S. S., Tüzün, Ü., Sar, V., Öztürk, M., Kora, M. E., & Alyanak, B. (2001). Çocukluk dönemi istismar ve ihmalinin olası sonuçları/Probable results of childhood abuse and neglect. *Anadolu Psikiyatri Dergisi*, 2(2), 69.

EKLER

EK – 1: Onam ve Sosyodemografik Bilgi Formu

Sayın Katılımcı,

Üniversite öğrencilerinin, “Bilişsel Çarpıtmaların Yordayıcısı Olarak Çocukluk Çağı Travmaları ve Bağlanma Stillerinin” araştırıldığı bu çalışmada, kişisel bilgi formu ve üç adet ölçek yer almaktadır. Sizden istenilen bu ölçekleri dikkatli ve içten olarak yanıtlamanızdır. Tüm yanıtlarınız gizli tutulacak ve çalışmada sizin kimliğinizi belirten herhangi bir bilgi kesinlikle yer almayacaktır. Araştırmanın amacına ulaşabilmesi açısından, soruları eksiksiz ve içtenlikle yanıtlamanız önemlidir.

Eğer araştırmanın amacı ile ilgili verilen bu bilgiler dışında şimdi veya sonra daha fazla bilgiye ihtiyaç duyarsanız basaknemutlu@gmail.com adresinden ulaşabilirsiniz. Araştırma tamamlandığında genel/size özel sonuçların sizinle paylaşılmasını istiyorsanız lütfen mail adresi aracılığıyla iletişime geçiniz.

Katkılarınızdan dolayı teşekkür ederim.

Başak Nemutlu

Yüksek Lisans Öğrencisi

Beykent Üniversitesi Klinik Psikoloji

1. Yaşınız:
2. Cinsiyetiniz: () Kız () Erkek
3. Bölümünüz / Fakülteniz:
4. Sınıfınız:
5. Anne ve babanız: () İkisi de sağ () Yalnızca anne sağ () Yalnızca baba sağ () İkisi de sağ değil

6. Annenizin eğitim durumu nedir?

☐ Okur-yazar değil ☐ Okur-yazar ☐ İlkokul mezunu ☐ Ortaokul mezunu

☐ Lise mezunu ☐ Üniversite mezunu ☐ Lisansüstü eğitim mezunu

7. Babanızın eğitim durumu nedir?

☐ Okur-yazar değil ☐ Okur-yazar ☐ İlkokul mezunu ☐ Ortaokul mezunu

☐ Lise mezunu ☐ Üniversite mezunu ☐ Lisansüstü eğitim mezunu

8. Annenizin çalışma durumu nedir? ☐ Çalışıyor ☐ Çalışmıyor ☐ Emekli

9. Babanızın çalışma durumu nedir? ☐ Çalışıyor ☐ Çalışmıyor ☐ Emekli

10. Kaç kardeşiniz?

11. Kaçınıcı çocuksunuz?

12. Nerede yaşıyorsunuz?

☐ Öğrenci Evi ☐ Aile ile birlikte ☐ Akraba ile birlikte ☐ Yurt ☐ Tek başına

13. Romantik ilişki durumunuz: ☐ İlişkisi Var ☐ İlişkisi Yok

14. Birinci derece yakınlarınızda (anne/baba/kardeş/çocuklar) psikiyatrik öyküsü olan var mı ?

☐ Evet ☐ Hayır

15. Kendinizi hangi sosyoekonomik düzeyde değerlendirebilirsiniz?

☐ Alt

☐ Orta

☐ Üst

EK-2 : Erişkin Bağlanma Biçimleri Ölçeği

Aşağıdaki ifadelerden size en yakın geleni Doğru (D) veya Yanlış (Y) olarak işaretleyin.

	DOĞRU	YANLIŞ
1. Kendimi rahat bırakıp insanlara bağlanmak zor gelir.		
2. İhtiyacın olduğunda başkaları asla orada olmaz.		
3. Başka birine rahatça bağlanırım.		
4. İhtiyacım olduğunda başkalarının yanımda olacağını bilirim.		
5. İhtiyacım olduğunda başkalarının yanımda olacağına her zaman güvenebileceğimden emin değilim.		
6. Başka bir insana tümüyle güvenmek zor gelir.		
7. Sıklıkla terk edilme kaygıları yaşamam.		
8. Sıklıkla birlikte olduğum kişinin beni gerçekten sevmediği endişesine kapılırım.		
9. Başkalarının benimle benim istediğim kadar yakınlık kurmadıklarını düşünürüm.		
10. Sıklıkla birlikte olduğum kişinin benimle kalmak istemeyeceği endişesi yaşarım.		
11. Başka bir insanla tümüyle bütünleşmek isterim.		
12. Başka bir insanla tümüyle bir olma arzum insanları benden uzaklaştırır.		
13. Başkalarıyla yakın ilişkiler kurmayı kolay bulurum.		
14. Başka birinin benimle çok yakın olma isteğinden rahatsız olmam.		
15. Başka birinin benimle çok yaklaşması beni endişelendirir.		
16. Başka birini kendime yakınlaştırmak konusunda rahatımdır.		
17. Sıklıkla birlikte olduğum kişi benimle benim kendimi rahat hissedebileceğimden çok yakınlık kurmak ister.		
18. Sıklıkla birlikte olduğum kişi onun kendini rahat hissettiğinden daha yakın olmak isterim.		

EK – 3: DÜŞÜNME TÜRLERİ ÖLÇEĞİ (BİLİŞSEL ÇARPITMALAR ÖLÇEĞİ)

Yönerge: Bu kısımda, kullandığınız farklı düşünme türleri hakkında bilgi edinmek istemekteyiz. İzleyen kısımda, 10 tür düşünme türü okuyacaksınız. Size her bir düşünme türünün açık- laması verilecektir. Ayrıca düşünme türünü açıklamaya yardımcı olacak iki vaka örneği de okuyacaksınız. Biri sosyal ilişkilere (arkadaşlar, eşler ya da aile gibi) ve diğeri kişisel başarıla- ra değinen (bir testi geçme ya da işle ilgili bir görevde başarısız olma gibi) iki vaka örneği her bir düşünce türü için verilecektir. Bu örnekler, her bir düşünme türünün gerçek hayat senaryosu içinde nasıl görüldüğünü anlamanızda size yardımcı olmak amacıyla kullanılmıştır.

Sizden istenen, açıklanan düşünme türünü anlamaya çalışmanızdır. Daha sonra sizden bu dü- şünme türünü ne sıklıkla kullandığınızı değerlendirmeniz beklenmektedir. Daha önce açıklanan iki alanda (sosyal ilişkiler ve başarı) bu düşünme türünü ne sıklıkta kullandığınız konusunda düşünmeniz istenecektir. Lütfen cevaplarınızı iyice düşündükten sonra veriniz.

1.ZİHİN OKUMA

İnsanlar bazen başkalarının onlar hakkında olumsuz düşündüğünü varsayarlar. Bu durum, diğer kişi olumsuz herhangi bir şey söylemediğinde bile ortaya çıkabilir. Bu, bazen, zihin okuma olarak adlandırılır. Aşağıdaki pasajlar bu durumu örneklerle açıklamak için verilmiştir:

A- Ayşe, erkek arkadaşı Kerem ile kahve içmektedir. Kerem durgundur ve Ayşe ters giden bir şeyin olup olmadığını sorar. Kerem ‘iyi’ olduğunu söyler. Ayşe ona inanmaz. Kerem’in kendisiyle mutsuz olduğunu düşünür.

Lütfen, bu örnekte olduğu gibi, sosyal durumlarda (örneğin arkadaşlar, eşler ve aile ile olduğunuzda) ne sıklıkla zihin okuma yaptığınızı değerlendirin.

ASLA	ÇOK NADİR	ARA SIRA	BAZEN	SIK	OLDUKÇA SIK	HER ZAMAN
1	2	3	4	5	6	7

B- Mert, haftalardır bir proje üzerinde çalışmaktadır. Sonunda patronuna pro- jenin bitmiş halini teslim eder. Patronunun projesi konusunda ne düşündü- günü merak etmektedir. Birkaç gün geçtikten sonra Mert, patronunun onun beceriksiz olduğunu düşünüyor olmasından endişe etmeye başlar.

Lütfen, bu örnekte olduğu gibi başarı durumlarında (okul ya da iş gibi) ne sıklıkla zihin okuma yaptığınızı değerlendirin.

ASLA	ÇOK NADİR	ARA SIRA	BAZEN	SIK	OLDUKÇA SIK	HER ZAMAN
1	2	3	4	5	6	7

2.FELAKETLEŞTİRME

İnsanlar gelecek hakkında olumsuz öngörülerde bulunabilirler. Bu öngörüler için yeterli kanıt olmadığında, bu durum felaketleştirme olarak adlandırılır. Aşağıdaki pasajlar bu durumu örneklerle açıklamak için verilmiştir

A- Enis’in üniversitedeki ilk yılıdır. Biyoloji sınavından 70 almıştır. Hemen, dersi düşük bir derece ile tamamlayacağına ve mezun olmakta çok zorlanacağına dair endişe etmeye başlar.

Lütfen, başarı durumlarında (okul ya da iş gibi) ne sıklıkla Felaketleştirme yaptığınızı değerlendirin.

ASLA	ÇOK NADİR	ARA SIRA	BAZEN	SIK	OLDUKÇA SIK	HER ZAMAN
1	2	3	4	5	6	7

B- Duygu’nun erkek arkadaşı, ona ilişkileri hakkında bazı geribildirimler verir. Duygu’ya kendi arkadaşları ile biraz daha fazla zaman geçirmek istediğini söyler. Onun bu ifadelerine dayanarak Duygu, uzaklaşacaklarını ve sonunda ayrılacaklarını düşünmeye başlar.

Lütfen, sosyal durumlarda (örneğin arkadaşlar, eşler ve aile ile olduğunuzda) ne sıklıkla felaketleştirme yaptığınızı değerlendirin.

ASLA	ÇOK NADİR	ARA SIRA	BAZEN	SIK	OLDUKÇA SIK	HER ZAMAN
1	2	3	4	5	6	7

3.İKİ UÇLU (YA HEP YA HIÇ) BİÇİMİNDE DÜŞÜNME

İnsanlar değerlendirmeler yaptığında, olayları “ya...ya...” olarak görürler. Örneğin, bir konser iyi ya da kötü olarak düşünülür. Diğer taraftan, insanlar değerlendirme yaparken grinin tonlarını da görebilirler. Örneğin, bir konserin bazı olumsuz yönleri olabilir, ama genel olarak oldukça iyi olarak değerlendirilebilir. Bir kişinin herhangi bir şeyi iyi ya da kötü olarak görmesine Ya hep - ya hiç biçiminde düşünme diyoruz. Aşağıdaki pasajlar bu durumu örneklerle açıklamak için verilmiştir:

A- Baran, bir sınavdan B alır. Hayal kırıklığına uğramış hisseder, çünkü notu A değildir. O, sınavlardaki başarıyı şu şekilde görme eğilimdedir : “Bir iş ya yapılır ya da başarısızlıktır.”

Lütfen, başarı durumlarında (okul ya da iş gibi) ne sıklıkla Ya hep- Ya hiç düşünme biçimini kullandığınızı değerlendiriniz.

ASLA	ÇOK NADİR	ARA SIRA	BAZEN	SIK	OLDUKÇA SIK	HER ZAMAN
1	2	3	4	5	6	7

B- Emel, birinden ya hoşlanan ya da ondan nefret eden tarzda bir kişidir. Ya onun “İyi Kitabı”ndasınızdır ya da değilsinizdir.

Lütfen, sosyal durumlarda (örneğin arkadaşlar, eşler veya aile ile olduğunuzda) ne sıklıkla “Ya hep-Ya hiç” düşünme biçimini kullandığınızı değerlendiriniz.

ASLA	ÇOK NADİR	ARA SIRA	BAZEN	SIK	OLDUKÇA SIK	HER ZAMAN
1	2	3	4	5	6	7

4.DUYGUDAN SONUCAULAŞMA

İnsanlar öyle “hissettikleri” için bir şeyin doğru olduğuna inanabilirler. Aşağıdaki pasajlar bu durumu örneklerle açıklamak için verilmiştir:

A- Filiz’in arkadaşları, herkes için yeterli bilet alamadıkları için, onun kendileri ile birlikte konsere gelemeyeceğini söylerler. Filiz, onların kendisini bilerek dışlama- dığını bilse de, kendisini reddedilmiş hissetmektedir. Bu nedenle, bir tarafı redde- dildiğine inanmaktadır.

Lütfen, sosyal durumlarda (örneğin arkadaşlar, eşler veya aile ile olduğunuzda) ne sıklıkla Duygusal Mantık Yürütme biçimini kullandığınızı değerlendirin.

ASLA	ÇOK NADİR	ARA SIRA	BAZEN	SIK	OLDUKÇA SIK	HER ZAMAN
1	2	3	4	5	6	7

B- Patronu Selim’e şirketteki performansının iyi olduğunu söyler. Yine de Selim daha iyi yapıp yapamayacağını merak etmektedir. Aslında, kendisini başarısız hissetmekte- dir. Sonuç olarak, başarısız olduğuna inanmaya başlar.

Lütfen başarı durumlarında (okul ya da iş gibi) ne sıklıkla Duygusal Mantık Yürütme biçimini kullandığınızı değerlendirin.

ASLA	ÇOK NADİR	ARA SIRA	BAZEN	SIK	OLDUKÇA SIK	HER ZAMAN
1	2	3	4	5	6	7

5. ETİKETLEME

İnsanlar kendilerini *belli bir tür insan* olarak etiketleyebilirler. Bu durum, kötü bir şey meydana geldikten sonra ortaya çıkarsa Etiketleme olarak adlandırılır. Aşağıdaki pasajlar bu durumu örneklerle açıklamak için verilmiştir:

A- Bir sosyal etkinlik sırasında Selim, bir kadını dansa kaldırmak ister. Kadın onu geri çevirir. Sonuç olarak, Selim kendisini *başarısız biri* olarak görür.

Lütfen, sosyal durumlarda (örneğin arkadaşlar, eşler veya aile ile olduğunuzda) ne sıklıkla Etiketleme yaptığınızı değerlendirin.

ASLA	ÇOK NADİR	ARA SIRA	BAZEN	SIK	OLDUKÇA SIK	HER ZAMAN
1	2	3	4	5	6	7

B- Ders esnasında, Nihal’in öğretmeni sorunun cevabını bilen var mı diye sorar. Nihal el kaldırır ve bir cevap verir. Öğretmeni: “Maalesef, yanlış cevap. Cevabı bi- len başka biri var mı?” diye sorar. Nihal kendi kendisine bir salak olduğunu söyler.

Lütfen başarı durumlarında (okul ya da iş gibi) ne sıklıkla Etiketleme yaptığınızı değerlendirin.

ASLA	ÇOK NADİR	ARA SIRA	BAZEN	SIK	OLDUKÇA SIK	HER ZAMAN
1	2	3	4	5	6	7

6.ZİHİNSEL FİLTRELEME

İnsanlar bazen, bilgi için filtre kullanırlar. Olumlu ve olumsuz bilgi olduğunda, onlar sadece olumsuza odaklanırlar. Bu durum, Zihinsel Filtreleme olarak adlandırılır. Aşağıdaki pasajlar bu durumu örneklerle açıklamak için verilmiştir:

A- Aslı, erkek arkadaşı Furkan’a kulak misafiri olur. Furkan, arkadaşlarına kendisinden bahsetmektedir. Furkan: “Evet, şu ana kadar her şey mükemmel gidiyor. O, gerçekten akıllı ve eğlenceli biri. Çok ortak yönümüz var. Bazen, biraz talep- kar olabiliyor ama sorun yok.” Demektedir. Furkan’ın daha çok olumlu şeyler söylemesine rağmen, Aslı olumsuz yorum üzerinde durur ve kendisini kötü hisse- der.

Lütfen, sosyal durumlarda (örneğin arkadaşlar, eşler veya aile ile olduğunuzda) ne sıklıkla Zihinsel Filtreleme yaptığınızı değerlendirin.

ASLA	ÇOK NADİR	ARA SIRA	BAZEN	SIK	OLDUKÇA SIK	HER ZAMAN
1	2	3	4	5	6	7

B- Burak, bir lise öğrencisidir. Son denemesi ile ilgili öğretmenin yorumlarını okumaktadır. Öğretmeni:“Düşüncelerini ifade etmede mükemmel bir tarzın var. Yazım tar- zını gerçekten çok beğeniyorum. Ancak, bir fikirden diğerine geçerken daha iyi geçiş- ler yapmaya çalışmalısın.” yazmıştır. Burak, iyi bir performans sergilemiş olmasına rağmen, sadece bu küçük eleştiriye düşünmekte ve kendisini yetersiz hissetmektedir.

Lütfen başarı durumlarında (okul ya da iş gibi) ne sıklıkla Zihinsel Filtreleme yaptığınızı değerlendirin.

ASLA	ÇOK NADİR	ARA SIRA	BAZEN	SIK	OLDUKÇA SIK	HER ZAMAN
1	2	3	4	5	6	7

7.AŞIRI GENELLEME

Olumsuz bir olay meydana geldiğinde, insanlar daha kötü şeylerin olacağını varsayarlar. Bir örüntünün başlangıcı olarak olumsuz olayı görürler. Aşağıdaki pasajlar bu durumu örneklerle açıklamak için verilmiştir:

A- Sibel ve erkek arkadaşı yeni ayrılmışlardır. Sibel kendi kendisine : “Asla istikrarlı bir ilişki içine girmeyeceğim” şeklinde düşünür.

Lütfen, sosyal durumlarda (örneğin arkadaşlar, eşler veya aile ile olduğunuzda) ne sıklıkla Aşırı Genelleme yaptığınızı değerlendirin.

ASLA	ÇOK NADİR	ARA SIRA	BAZEN	SIK	OLDUKÇA SIK	HER ZAMAN
1	2	3	4	5	6	7

B- Volkan yakın zamanda matematik sınavında başarısız olmuştur. Kendi kendisine: “Herhalde diğer derslerin sınavlarında da başarısız olacağım” şeklinde düşünür.

Lütfen başarı durumlarında (okul ya da iş gibi) ne sıklıkla Aşırı Genelleme yaptığınızı değerlendirin.

ASLA	ÇOK NADİR	ARA SIRA	BAZEN	SIK	OLDUKÇA SIK	HER ZAMAN
1	2	3	4	5	6	7

8.KİŞİSELLEŞTİRME

İnsanlar, öyle olmasa bile, olumsuz şeylerden kendilerinin sorumlu olduğuna inanabilirler. Diğer bir deyişle, olumsuz bir olayı ele alıp, bunun nedeninin kendileri olduğunu varsayabilirler. Bu durum, Kişiselleştirme olarak adlandırılır. Aşağıdaki pasajlar bu durumu örneklerle açıklamak için verilmiştir:

A- Selen'in şirketi önemli bir anlaşmayı gerçekleştirmeyi başaramaz. Buna rağmen birçok insan, bu proje üzerinde çok sıkı çalışmıştır. Selen bunun, kendi hatası olduğu- nu varsaymaktadır.

Lütfen başarıyla ilgili durumlarında (okul ya da iş gibi) ne sıklıkla Kişiselleştirme yaptığınızı değerlendirin.

ASLA	ÇOK NADİR	ARA SIRA	BAZEN	SIK	OLDUKÇA SIK	HER ZAMAN
1	2	3	4	5	6	7

B- Tolga'nın en iyi arkadaşı son zamanlarda kötü bir ruh hali içindedir ve onunla ilişki kurmak zor bir hal almıştır. Tolga, arkadaşının bu şekilde davranmasına neden olacak yanlış bir şey yaptığını sanmaktadır.

Lütfen, sosyal durumlarda (örneğin arkadaşlar, eşler veya aile ile olduğunuzda) ne sıklıkla Kişiselleştirme yaptığınızı değerlendirin.

ASLA	ÇOK NADİR	ARA SIRA	BAZEN	SIK	OLDUKÇA SIK	HER ZAMAN
1	2	3	4	5	6	7

9.ZORUNLULUK İFADELERİ (...MELİ, ...MALİ)

İnsanlar bazen olayların *belli bir şekilde* olması gerektiği veya kendilerinin belli niteliklere sahip olmak zorunda olduğunu düşünürler. Aşağıdaki pasajlar bu durumu örneklerle açıklamak için verilmiştir:

A- Bülent, sınavdan 85 aldığı için üzgündür, çünkü en azından 90 alması gerektiğini düşünmektedir. Birçok şey hakkındaki bu düşünceleri sık sık ortaya çıkmaktadır (örneğin, futbol oynarken asla pas kaçırmaması gerektiğini; odasının sürekli belli bir şekilde düzenlenmesi gerektiğini hissetmektir).

Lütfen başarı durumlarında (okul ya da iş gibi) ne sıklıkla Zorunluluk ifadeleri kullandığınızı değerlendirin.

ASLA	ÇOK NADİR	ARA SIRA	BAZEN	SIK	OLDUKÇA SIK	HER ZAMAN
1	2	3	4	5	6	7

B- Melis, sosyal ortamlarda komik ve ilgi çekici olması gerektiğine inanmaktadır.

Lütfen, sosyal durumlarda (örneğin arkadaşlar, eşler veya aile ile olduğunuzda) ne sıklıkla Zorunluluk ifadeleri kullandığınızı değerlendirin.

ASLA	ÇOK NADİR	ARA SIRA	BAZEN	SIK	OLDUKÇA SIK	HER ZAMAN
1	2	3	4	5	6	7

10.OLUMLUYU AZIMSAMA veya YOK SAYMA

İnsanlar bazen başlarına gelen olumlu şeyleri yok sayabilirler. Bu durum, “Olumluyu Azımsama veya Yok Sayma” olarak adlandırılır. Aşağıdaki pasajlar bu durumu örneklerle açıklamak için verilmiştir:

A- Büşra, bir emlakçı olarak çalışmaktadır. Patronu ona, son satışta harika bir iş çıkar- dığını söyler. Büşra, başarısını görmezden gelir, çünkü ona göre kendisi muhtemelen ‘sadece şanslıdır’.

Lütfen başarı durumlarında (okul ya da iş gibi) ne sıklıkla Olumluyu küçültme veya Yetersiz Bulma düşünme biçimini kullandığınızı değerlendirin.

ASLA	ÇOK NADİR	ARA SIRA	BAZEN	SIK	OLDUKÇA SIK	HER ZAMAN
1	2	3	4	5	6	7

B- Can kız arkadaşıyla ilk buluşması için hazırlanmaktadır. Arkadaşları kendisine iyi görüldüğünü söylerler. Can, onların iltifatını görmezden gelir, çünkü sadece nazik olmaya çalıştıklarını düşünmektedir.

Lütfen, sosyal durumlarda (örneğin arkadaşlar, eşler veya aile ile olduğunuzda) ne sıklıkla Olumluyu küçültme veya yetersiz bulma düşünme biçimini kullandığınızı değerlendirin.

ASLA	ÇOK NADİR	ARA SIRA	BAZEN	SIK	OLDUKÇA SIK	HER ZAMAN
1	2	3	4	5	6	7

EK-4 : Çocukluk Çağı Ruhsal Travma Ölçeği

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

1. Hiç Bir Zaman 2. Nadiren 3. Kimi zaman 4. Sık olarak 5. Çok sık

Çocukluğumda ya da ilk gençliğimde...

1. Evde yeterli yemek olmadığından aç kahlırdım.	1	2	3	4	5
2. Benim bakımımı ve güvenliğimi üstlenen birinin olduğunu biliyordum.	1	2	3	4	5
3. Ailemdelikler bana “salak”, “beceriksiz” ya da “tipsiz” gibi sıfatlarla seslenirlerdi.	1	2	3	4	5
4. Anne ve babam ailelerine bakamayacak kadar sıklıkla sarhoş olur ya da uyuşturucu alırlardı.	1	2	3	4	5
5. Ailemde önemli ve özel biri olduğum duygusunu hissetmememe yardımcı olan biri vardı.	1	2	3	4	5
6. Yırtık, sökülük ya da kirli giysiler içersinde dolaşmak zorunda kahlırdım.	1	2	3	4	5
7. Sevildiğimi hissediyordum.	1	2	3	4	5

8. Anne ve babamın benim doğmuş olmamı istemediklerini düşünüyordum.	1	2	3	4	5
9. Ailemden birisi bana öyle kötü vurmuştu ki doktora ya da hastaneye gitmem gerekmişti.	1	2	3	4	5
10. Ailemde başka türlü olmasını istediğim bir şey yoktu.	1	2	3	4	5
11. Ailemdelikler bana o kadar şiddetle vuruyorlardı ki vücudumda morartı ya da sıyrıklar oluyordu.	1	2	3	4	5
12. Kayış, sopa, kordon ya da başka sert bir cisimle vurularak cezalandırılıyordum.	1	2	3	4	5
13. Ailemdelikler birbirlerine ilgi gösterirlerdi.	1	2	3	4	5
14. Ailemdelikler bana kırıcı ya da saldırganca sözler söylerlerdi.	1	2	3	4	5
15. Vücutça kötüye kullanılmış olduğuma (dövülme, itilip kakılma vb.) inanıyorum.	1	2	3	4	5
16. Çocukluğum mükemmeldi.	1	2	3	4	5
17. Bana o kadar kötü vuruluyor ya da dövülüyordum ki öğretmen, komşu ya da bir doktorun bunu farkettiği oluyordu.	1	2	3	4	5
18. Ailemde birisi benden nefret ederdi.	1	2	3	4	5
19. Ailemdelikler kendilerini birbirlerine yakın hissederlerdi.	1	2	3	4	5
20. Birisi bana cinsel amaçla dokundu ya da kendisine dokunmamı istedi.	1	2	3	4	5
21. Kendisi ile cinsel temas kurmadığım takdirde beni yaralamakla ya da benim hakkımda yalanlar söylemekle tehdit eden birisi vardı.	1	2	3	4	5
22. Benim ailem dünyanın en iyisiydi.	1	2	3	4	5
23. Birisi beni cinsel şeyler yapmaya ya da cinsel şeylere bakmaya zorladı.	1	2	3	4	5
24. Birisi bana cinsel tacizde bulundu.	1	2	3	4	5
25. Duygusal bakımdan kötüye kullanılmış olduğuma (hakaret, aşağılama vb.) inanıyorum.	1	2	3	4	5
26. İhtiyacım olduğunda beni doktora götürecek birisi vardı.	1	2	3	4	5
27. Cinsel bakımdan kötüye kullanılmış olduğuma inanıyorum.	1	2	3	4	5
28. Ailem benim için bir güç ve destek kaynağı idi.	1	2	3	4	5

Ek-5: Anket Etik Kurul Onayı



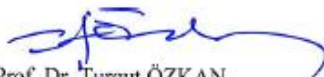
BEYKENT ÜNİVERSİTESİ REKTÖRLÜĞÜ

02.01.2019

Enstitümüz Psikoloji Anabilim Dalı Klinik Psikoloji (tezli) programı öğrencisi **Başak NEMUTLU'** nun "**Bilişsel Çarpıtmaların Yordayıcısı Olarak Çocukluk Çağı Travmaları ve Bağlanma Stillerinin İncelenmesi**" konulu tezine anket çalışması yapması Etik Kurulumuzca uygun görülmüştür.

ETİK KURUL ÜYELERİ


Prof. Dr. Akile Reşide GÜRSOY
BAŞKAN


Prof. Dr. Turgut ÖZKAN
ÜYE


Prof. Dr. Selahattin SARI
ÜYE

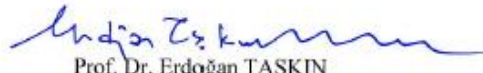

Prof. Dr. Cenk DEMİRKIRAN
ÜYE


Prof. Dr. Tekin MEMİŞ
ÜYE


Prof. Dr. Ali Vahit TURHAN
ÜYE


Prof. Dr. Oğuz MAKAL
ÜYE


Prof. Dr. Nihat KÜÇÜKSAVAŞ
ÜYE


Prof. Dr. Erdoğan TAŞKIN
ÜYE

Beykent Üniversitesi İletişim Hattı: 444 1997 - 0850 340 34 34 - www.beykent.edu.tr

Ayazağa-Maslak Yerleşkesi: Ayazağa Mahallesi Hadım Kuru Yolu Cad. No: 19, Sarıyer 34396 İstanbul / Faks: (0212) 289 64 90
Beşikdüzü Yerleşkesi: Cumhuriyet Mah. Gürpınar Yolu Cad. No: 3/A, Beykent Siteleri, Büyükdere 34500 İstanbul / Faks: (0212) 867 55 68
Taksim Yerleşkesi: Sıraselviler Cad. No: 65, Taksim, Beyoğlu 34437 İstanbul / Faks: (0212) 243 02 78 info@beykent.edu.tr

ÖZGEÇMİŞ

Başak Nemutlu, 10 Eylül 1993 yılında İstanbul’da doğmuştur. İlk ve orta öğrenimini Terakki Vakfı Okulları’nda tamamladıktan sonra lise öğrenimine Florya Final Lisesi’nde devam etmiştir. 2017 yılında Altınbaş Üniversitesi Psikoloji Bölümünü bitirmiştir. Eylül 2017’de Beykent Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Klinik Psikoloji Yüksek Lisans eğitimine başlamıştır.

Başak NEMUTLU