



**T.C.
HALIÇ ÜNİVERSİTESİ
LİSANSÜSTÜ EĞİTİM ENSTİTÜSÜ
PSİKOLOJİ ANABİLİM DALI
KLİNİK PSİKOLOJİ TEZLİ YÜKSEK LİSANS PROGRAMI**

**ROMANTİK İLİŞKİLERDEKİ MÜKEMMELİYETÇİLİĞİN
PSİKOLOJİK İYİ OLUŞ VE ÇOCUKLUK ÇAĞI
TRAVMALARIYLA İLİŞKİLENDİRİLMESİ**

YÜKSEK LİSANS TEZİ

**Hazırlayan
Müge YILMAZ**

**Danışman
Doç. Dr. Durmuş ÜMMET**

İstanbul – 2020

**T.C.
HALIÇ ÜNİVERSİTESİ
LİSANSÜSTÜ EĞİTİM ENSTİTÜSÜ
PSİKOLOJİ ANABİLİM DALI
KLİNİK PSİKOLOJİ TEZLİ YÜKSEK LİSANS PROGRAMI**

**ROMANTİK İLİŞKİLERDEKİ MÜKEMMELİYETÇİLİĞİN
PSİKOLOJİK İYİ OLUŞ VE ÇOCUKLUK ÇAĞI
TRAVMALARIYLA İLİŞKİLENDİRİLMESİ**

YÜKSEK LİSANS TEZİ

**Hazırlayan
Müge YILMAZ**

**Danışman
Doç. Dr. Durmuş ÜMMET**

İstanbul - 2020

LİSANSÜSTÜ EĞİTİM ENSTİTÜSÜ MÜDÜRLÜĞÜNE

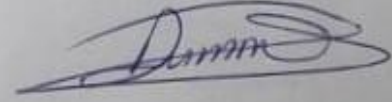
Psikoloji Anabilim Dalı Klinik Psikoloji Tezli Yüksek Lisans Programı öğrencisi Müge YILMAZ tarafından hazırlanan *"Romantik İlişkilerdeki Mükemmeliyetçiliğin Psikolojik İyi Oluş ve Çocukluk Çağı Travmalarıyla İlişkilendirilmesi"* konulu çalışması jürimizce Yüksek Lisans Tezi olarak kabul edilmiştir.

Tez Savunma Tarihi: 05.02.2020

(Jüri Üyesinin Ünvanı, Adı, Soyadı ve Kurumu):

İmzası

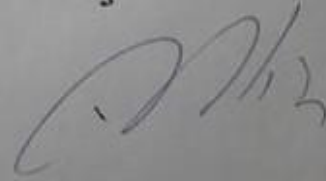
Jüri Üyesi : Doç Dr. Durmuş ÜMMET
: Marmara Üniversitesi (Danışman)



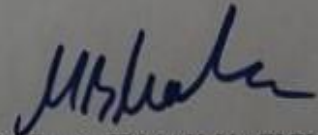
Jüri Üyesi : Prof. Dr. İbrahim BALCIOĞLU
: Haliç Üniversitesi



Jüri Üyesi : Dr. Öğr. Üyesi Atilla TEKİN
: Haliç Üniversitesi



Bu tez Enstitü Yönetim Kurulunca belirlenen yukarıdaki jüri üyeleri tarafından uygun görülmüş ve Enstitü Yönetim Kurulunun kararıyla kabul edilmiştir.



Prof. Dr. M. Burcu IRMAK YAZICIOĞLU
Vekil Müdür

ROMANTİK İLİŞKİLERDEKİ MÜKEMMELİYETÇİLİĞİN PSİKOLOJİK İYİ OLUŞ VE ÇOCUKLUK ÇAĞITRAVMALARIYLA İLİŞKİLENDİRİLMESİ

ORIJINALLIK RAPORU

%**12**

BENZERLİK ENDEKSİ

%**1**

İNTERNET
KAYNAKLARI

%**1**

YAYINLAR

%**13**

ÖĞRENCİ ÖDEVLERİ

BİRİNCİL KAYNAKLAR

1	Submitted to Istanbul Aydin University	%3
	Öğrenci Ödevi	
2	Submitted to The Scientific & Technological Research Council of Turkey (TUBITAK)	%3
	Öğrenci Ödevi	
3	Submitted to Bahcesehir University	%2
	Öğrenci Ödevi	
4	Submitted to (school name not available)	%1
	Öğrenci Ödevi	
5	Submitted to Bartin University	%1
	Öğrenci Ödevi	
6	Submitted to Dokuz Eylul Universitesi	%1
	Öğrenci Ödevi	
7	docs.neu.edu.tr	%1
	İnternet Kaynağı	

DOÇ. DR. DURMUŞ ÜMMET

10/01/2020

TEZ ETİK BEYANI

Yüksek Lisans Tezi olarak sunduğum “ Romantik İlişkilerdeki Mükemmeliyetçiğin Psikolojik İyi Oluş ve Çocukluk Çağı Travmalarıyla İlişkilendirilmesi ” başlıklı bu çalışmayı baştan sona kadar danışmanım Doç. Dr. Durmuş Ümmet ’in sorumluluğunda tamamladığımı, verileri kendim topladığımı, analizleri ilgili laboratuvarlarda yaptığımı, başka kaynaklardan aldığım bilgileri metinde ve kaynakçada eksiksiz olarak gösterdiğimi, çalışma sürecinde bilimsel araştırma ve etik kurallara uygun olarak davrandığımı ve aksinin ortaya çıkması durumunda her türlü yasal sonucu kabul ettiğimi beyan ederim.

Müge Yılmaz

İmza

ÖNSÖZ ve TEŞEKKÜR

İnsanoğlu için iletişim kurmak ve ilişkiler geliştirmek bir zorunluluktur. Çünkü bireyler hem fizyolojik hem de psiko-sosyal ihtiyaçlarını karşılamak için çevreleriyle doğrudan ya da dolaylı yollardan ilişkiler kurarlar. Bireyler ilişki kurmaya önce anne veya bakım verenle başlayıp devamında bunu sosyal ve romantik ilişkilerine aktarırlar. Bununla birlikte bireyin önceki yaşantılarından çocukluk döneminde yaşadığı yaşantılar ilerleyen dönemlerini de etkilemektedir. Özellikle bu yaşantılar bireyin hayatında kaldırmakta güçlük çekeceği veya travmaya sebep olan türden deneyimlerse çok daha uzun süreli ve etkilidir. Çocukluk çağı travmaları bireyin ilerleyen süreçlerin de kuracağı romantik ilişkilerinde de etkilidir. Bireyin çocukluk çağı travmaları azaldıkça psikolojik iyi oluş düzeyinin artacağı düşünülmektedir. Psikolojik iyi oluş bireyin kendi potansiyelinin ve yeteneklerinin bilincinde olması ve kullanılmasıyla beraber, hayatının bir amaç yönünde yaşanmasıdır. Psikolojik iyi oluşu yüksek olan bireyler kendiyi barışık, sosyal çevreleriyle ilişki halinde olurlar ve romantik ilişkilerinde partnerlerinden de daha yüksek bir doyum sağlayabilirler. Ancak romantik ilişkilerde bireyler birbirlerinden veya sadece birinin karşı taraftan daima daha iyisini bekleme, talep etme ve gerçekleşmediğinde yaşadığı doyumsuzluk bireylerdeki mükemmeliyetçilik kavramının ilişki düzeyi boyutudur. Bireyin romantik ilişkilerinde partnerine yüksek standartlar koyması, beklenti düzeyi ve beklentisini karşılanmamış olarak algılandığını da yaşanan başarısızlık ve yetersizlik duyguları romantik ilişkilerde mükemmeliyetçiliğin incelenmesi gereken ilişki de önemli etkisi olan konulardan biri olduğunu göstermektedir. Bu çalışma romantik ilişkilerdeki mükemmeliyetçiliğin çocukluk çağı travmaları ve psikolojik iyi oluşla ilişkisinin incelenmesidir.

Tez dönemim boyunca bilgeliği, tecrübeleri, sabrı ve özverisiyle daima yanımda olan bana yol gösteren, her karşılaştığım sorunu çözen, kendisinden çok şey öğrendiğim ve en önemlisi iyi bir insan olmanın her şeyden önce geldiğini bana gösteren, samimiyet ve içtenliğini hep hissettiğim aynı zaman da beni ilk psikolojiyle tanıştıran ve sevdiren değerli hocam Sayın Doç. Dr. Durmuş ÜMMET'e emekleri ve özverisi için sonsuz teşekkürlerimi ve minnettarlığımı sunarım.

Bu zorlu süreçte her zaman destek ve bilgisiyle yanımda olan, motivasyon sağlayan, benimle birlikte her an bu süreci yaşayan en yakın arkadaşım Zeynep KOCAMAZ'a, yaşadığım tüm zorlukları atlatabilmemi sağlayan, bana ve hayatıma daima ışık olan değerli Hocam Doç. Dr. Seval ERDEN ÇINAR'a, yüksek lisansa devam edebilmem için beni destekleyen, uygun koşulları sağlayan, bana her zaman inanıp güvenen, anket çalışmalarında da desteğini esirgemeyen biricik ailem babam İsmail YILMAZ, annem Hasibe YILMAZ, anneannem Ayşe KADIOĞLU ve abim Mesut YILMAZ'a çok teşekkür ederim.

İyi ki varsınız...

İstanbul, 2020 MÜGE YILMAZ

İÇİNDEKİLER

	Sayfa No.
TEZ ETİK BEYANI	I
ÖNSÖZ VE TEŞEKKÜR	II
İÇİNDEKİLER	III
ÇİZELGELER	V
ÖZET.....	VII
ABSTRACT	VIII
1.GİRİŞ.....	1
1.1 Problem	1
1.2.Amaç	3
1.3.Önem	4
1.4. Sayıtlar	5
1.5. Sınırlılıklar	5
1.6. Tanımlar	6
2.ALAN YAZIN.....	7
2.1. Mükemmeliyetçilik	7
2.1.1. Mükemmeliyetçilik Kavramı	7
2.1.2. Mükemmeliyetçiliğin Boyutları	10
2.1.3. Romantik İlişkilerde Mükemmeliyetçilik	12
2.1.4. Mükemmeliyetçilik İle İlgili Yapılmış Araştırmalar	16
2.2. Pozitif Psikoloji	18
2.2.1 Psikolojik İyi Oluş.....	19
2.3. Travma	22
2.3.1. Çocukluk Çağı Travmaları	24
3.YÖNTEM.....	32
3.1. Araştırmanın Modeli	32
3.2 Araştırmanın Evren ve Örneklemi	32
3.3 Veri Toplama Araçları	34
3.3.1.Demografik Bilgi Formu	34
3.3.2. Romantik İlişkilerde Mükemmeliyetçilik Ölçeği:.....	34
3.3.3. Çocukluk Çağı Travma Ölçeği (CTQ-28):.....	35
3.3.4. Psikolojik İyi Oluş Ölçeği:.....	35
3.4. Verilerin Analizi.....	36
4.BULGULAR	37
4.1.Üniversite öğrencilerinin kendine ve diğerlerine yönelik mükemmeliyetçilik, çocukluk çoğu travmaları ve psikolojik iyi oluş düzeyleri arasında anlamlı bir ilişkinin olup olmadığına yönelik bulgular	37
4.2. Katılımcıların cinsiyetlerine göre kendilerine ve diğerlerine yönelik mükemmeliyetçilik düzeyleri anlamlı biçimde farklılaşmakta mıdır?.....	39

4.3. Üniversite öğrencilerinin anne eğitim durumlarına göre kendine ve diğerlerine yönelik mükemmeliyetçilik düzeyleri anlamlı biçimde farklılaşmakta mıdır?.....	40
4.4. Üniversite öğrencilerinin baba eğitim durumlarına göre kendine ve diğerlerine yönelik mükemmeliyetçilik düzeyleri anlamlı biçimde farklılaşmakta mıdır?.....	42
4.5. Üniversite öğrencilerinin çalışma durumlarına göre kendine ve diğerlerine yönelik mükemmeliyetçilik düzeyleri anlamlı biçimde farklılaşmakta mıdır?.....	43
4.6. Üniversite öğrencilerinin kardeş sayılarına göre kendine ve diğerlerine yönelik mükemmeliyetçilik düzeyleri anlamlı biçimde farklılaşmakta mıdır?.....	45
4.7. Üniversite öğrencilerinin doğum sıralarına göre kendine ve diğerlerine yönelik mükemmeliyetçilik düzeyleri anlamlı biçimde farklılaşmakta mıdır?.....	47
4.8. Üniversite öğrencilerinin ebeveynlerinin beraberlik durumunu göre kendine ve diğerlerine yönelik mükemmeliyetçilik düzeyleri anlamlı biçimde farklılaşmakta mıdır?	49
4.9. Üniversite öğrencilerinin algılanan ebeveyn tutumlarına göre kendine ve diğerlerine yönelik mükemmeliyetçilik düzeyleri anlamlı biçimde farklılaşmakta mıdır?	51
5.SONUÇ VE TARTIŞMA VE ÖNERİLER.....	54
5.1. Sonuç ve Tartışma	54
5.1.1. Üniversite öğrencilerinin romantik ilişkilerindeki mükemmeliyetçilik düzeyleri ile çocukluk çağı travmaları ve psikolojik iyi oluşları arasındaki ilişkinin değerlendirilmesi	54
5.2. Sonuçlar.....	65
5.3.Öneriler ve Sınırlılıklar	66
6.KAYNAKLAR.....	69
7.EKLER.....	82
8.ÖZGEÇMİŞ.....	87

ÇİZELGELER

Sayfa No.

Çizelge 3 1: Örneklem Ait Tanımlayıcı Bilgiler.....	37
Çizelge 4. 1: Psikolojik İyi Oluş, Kendine ve Diğerlerine Yönelik Mükemmeliyetçilik ve Çocukluk Çoğu Travmaları Arasındaki İlişkileri Belirlemek İçin Yapılan Pearson Momentler Çarpımı Korelasyon Hesabı Sonuçları.....	37
Çizelge 4.2: Üniversite Öğrencilerinin Kendine Yönelik Mükemmeliyetçilik Puanlarının Yordanması	38
Çizelge 4.3: Üniversite Öğrencilerinin Diğerlerine Yönelik Mükemmeliyetçilik Puanlarının Yordanması	39
Çizelge 4.4: Üniversite öğrencilerinin cinsiyetleri açısından kendilerine ve diğerlerine yönelik mükemmeliyetçilik yönelik t testi tablosu	40
Çizelge 4.5: Üniversite öğrencilerinin anne eğitim durumlarına göre kendine ve diğerlerine yönelik mükemmeliyetçilik düzeylerine yönelik betimsel istatistikleri ..	41
Çizelge 4.6: Üniversite öğrencilerinin kendine ve diğerlerine yönelik mükemmeliyetçilik düzeylerinin anne eğitim durumuna göre farklılaşma durumu ile ilgili Anova sonuçları	41
Çizelge 4.7: Üniversite öğrencilerinin baba eğitim durumlarına göre kendine ve diğerlerine yönelik mükemmeliyetçilik düzeylerine yönelik betimsel istatistikleri ..	42
Çizelge 4.8: Üniversite öğrencilerinin kendine ve diğerlerine yönelik mükemmeliyetçilik düzeylerinin baba eğitim durumuna göre farklılaşma durumu ile ilgili Anova sonuçları	43
Çizelge 4.9: Üniversite öğrencilerinin çalışma durumlarına göre kendine ve diğerlerine yönelik mükemmeliyetçilik düzeyleri betimsel istatistikleri	44
Çizelge 4.10: Üniversite öğrencilerinin kendine ve diğerlerine yönelik mükemmeliyetçilik düzeylerinin çalışma durumuna göre farklılaşma durumu ile ilgili Anova sonuçları	45
Çizelge 4.11: Üniversite öğrencilerinin kardeş sayılarına göre kendine ve diğerlerine yönelik mükemmeliyetçilik düzeylerinin betimsel istatistikleri	46
Çizelge 4.12: Üniversite öğrencilerinin kendine ve diğerlerine yönelik mükemmeliyetçilik düzeylerinin kardeş sayılarına göre farklılaşma durumu ile ilgili Anova sonuçları	47
Çizelge 4.13: Üniversite öğrencilerinin doğum sıralarına göre kendine ve diğerlerine yönelik mükemmeliyetçilik düzeylerinin betimsel istatistikleri	48
Çizelge 4.14: Üniversite öğrencilerinin kendine ve diğerlerine yönelik mükemmeliyetçilik düzeylerinin doğum sıralarına göre farklılaşma durumu ile ilgili Anova sonuçları	49

Çizelge 4.15: Üniversite öğrencilerinin ebeveynlerinin beraberlik durumuna göre kendine ve diğerlerine yönelik mükemmeliyetçilik düzeylerinin betimsel istatistikleri	50
Çizelge 4.16: Üniversite öğrencilerinin kendine ve diğerlerine yönelik mükemmeliyetçilik düzeylerinin ebeveynlerinin beraberlik durumuna göre farklılaşma durumu ile ilgili Anova sonuçları.....	51
Çizelge 4.17: Üniversite öğrencilerinin algılanan ebeveyn tutumlarına göre kendine ve diğerlerine yönelik mükemmeliyetçilik düzeylerinin betimsel istatistikleri.....	52
Çizelge 4.18: Üniversite öğrencilerinin kendine ve diğerlerine yönelik mükemmeliyetçilik düzeylerinin algılanan ebeveyn tutumlarına göre farklılaşma durumu ile ilgili Anova sonuçları.....	53

ÖZET

ROMANTİK İLİŞKİLERDE MÜKEMMELİYETÇİLİĞİN PSİKOLOJİK İYİ OLUŞ VE ÇOCUKLUK ÇAĞI TRAVMALARIYLA İLİŞKİSİNİN İNCELENMESİ

Literatürü incelediğimizde romantik ilişkilerde mükemmeliyetçilik gün geçtikçe dikkat çeken konulardan biri haline gelmiştir. Bu doğrultuda romantik ilişkilerde mükemmeliyetçilik ile ilgili çalışmaya ihtiyaç duyulduğu görülmektedir. Bu açıdan bu çalışmada bireylerin romantik ilişkilerdeki mükemmeliyetçiliklerinin psikolojik iyi oluş ve çocukluk çağı travmalarıyla ilişkisi ayrı ayrı incelenmiştir. Bu amaç doğrultusunda 170'i kadın, 205'i erkek olmak üzere 375 üniversite öğrencisinin romantik ilişkilerde mükemmeliyetçilik düzeylerini belirlemek amaçlı Romantik İlişkilerde Mükemmeliyetçilik Ölçeği, psikolojik iyi oluş süreçlerini değerlendirmek için Psikolojik İyi Oluş Ölçeği ve çocukluk çağında yaşadıkları travmatik yaşantıları incelemek içinde Çocukluk Çağı Travma Ölçeği uygulanmıştır. Bu ölçekler doğrultusunda romantik ilişkilerdeki mükemmeliyetçilik psikolojik iyi oluş ve çocukluk çağı travmalarıyla ilişkisi incelenmiştir. Elde edilen verilerin istatistiksel analizleri gerçekleştirmiş ve tablo şeklinde sunulmuştur. Bu çalışmada veri bağıntılarını analiz etmek için Pearson Korelasyon Analizi, Hiyerarşik Regresyon Analizi, Bağımsız Gruplar t-Testi, Tek Yönlü Varyans Analizi (ANOVA) kullanılmıştır. Araştırma bulgularına göre, katılımcıların çocukluk çağı travmaları ile romantik ilişkilerde mükemmeliyetçilik ve psikolojik iyi oluş puanları arasında bazı anlamlı ilişkiler bulunmuştur. Ayrıca katılımcıların çocukluk çağı travmaları ile psikolojik iyi oluş puanlarının romantik ilişkilerde mükemmeliyetçilik puanlarını yordadığı görülmüştür. Son olarak, katılımcıların romantik ilişkilerde mükemmeliyetçilik puanlarının demografik değişkenlerine göre değişmediği belirlenmiştir. Elde edilen sonuçlar tartışılmış ve bazı önerilerde bulunulmuştur.

Anahtar Kelimeler: Romantik İlişkilerde Mükemmeliyetçilik, Psikolojik İyi Oluş, Çocukluk Çağı Travmaları

ABSTRACT

AN EXAMINATION OF THE CORRELATION BETWEEN PSYCHOLOGICAL WELL BEING AND CHILDHOOD TRAUMAS IN ROMANTIC RELATIONSHIPS' PERFECTIONISM

When the literature is examined, perfectionism in romantic relations has become one of the prominent issues day by day. In this regard, it is seen that a need for studies on perfectionism in romantic relationships. In this study, the relationship of individuals' perfectionism in romantic relationships with psychological well-being and childhood traumas was investigated separately. For this purpose, 375 university students (170 females and 205 males) were selected and "Perfectionism Scale in Romantic Relations" was used to determine the levels of perfectionism in romantic relationships, "Psychological Well-being Scale" to evaluate psychological well-being processes and "Childhood Trauma Scale" was also used to examine the traumatic experiences of childhood. According to these scales, the relationship between perfectionism in romantic relationships and psychological well-being and childhood traumas was investigated. Statistical analysis of the obtained data was performed and presented in tabular form. In the study, pearson correlation analysis, hierarchical regression analysis, independent groups t-test, and variance analysis (ANOVA) were used to analyze the data correlations. According to the findings of the research, some significant relationships were found between perfectionism in romantic relationships with childhood traumas and psychological well-being scores. In addition it was observed that childhood traumas and psychological well-being scores predicted perfectionism scores in romantic relationships. Finally it was determined that the perfectionism scores of the participants did not change according to their demographic variables. The results were discussed and some suggestions were made.

Key Words: Perfectionism in Romantic Relationships, Psychological Well-Being, Childhood Trauma

1.GİRİŞ

1.1 Problem

İnsanoğlu için iletişim kurmak ve ilişkiler geliştirmek bir zorunluluktur. Çünkü bireyler hem fizyolojik hem de psiko-sosyal ihtiyaçlarını karşılamak için çevreleriyle doğrudan ya da dolaylı yollardan ilişkiler kurarlar. Kurulan yakın bir ilişkinin bireyin ilişkilerinin yanı sıra bireysel niteliklerine de katkı sağladığı belirtilmiştir (C.Hendrick&S.Hendrick,1989). Aile ve arkadaşlarla başlayan ilişkiler ilişki ağını yaşının ilerlemesiyle birlikte özellikle ergenlik döneminde ve sonrası için romantik bir ilişki arayışıyla devam eder. Furman ve Shaffer (2003) ergenlik döneminde bu arayışın en çok konuşulan konu olarak dönemin merkezine yerleştiğini ifade eder. Ergenler üzerinde yapılan çalışmalar da bu fikri destekler nitelikte olup, sonuçlarına göre 17-18 yaş grubu çocukların %70'inin ilişki deneyimi yaşadığını tespit etmiştir. Kurulan yakın ilişkiler bireyin gelişimi için hayati önem arz etmesine karşın romantik ilişkiler sahip oldukları derin anlamlar nedeniyle diğer bütün ilişkilerden ayrılır ve daha önemlidir. Bu önem, bireyin kendini güvende hissetmesi ve kişisel gelişim benzeri ihtiyaçlarını karşılaması (Bromer & Brümle, 2003), kendini daha değerli ve arzu edilebilir hissetmesi gibi sebeplerle açıklanabilir. Kendimize ve başkalarına dair olumlu veya olumsuz yargılarımız ilk olarak bebeklik çağlarında zihnimizde oluşmaya başlar. Bowlby (1969,1980) geliştirdiği bağlanma teorisiyle yaşamın ilk dönemlerinde bebek ve birinci derecede bakım veren kişiyle kurulan ve geliştirilen ilişkilerin sonucu olarak ben ve başkalarına dair yargılar, değerlendirmeler ve zihinsel modeller oluşur. Ayrıca bu teori insanların kendileri için değerli olan başkalarıyla kuvvetli ve duygusal bağlar kurma eğiliminin nedenlerini de açıklamaktadır. Çocukluktan yetişkinliğe uzanan bu süreçte bireyler duygusal ve bilişsel süreçlerinin sonucu olarak yaşamdan beklentileri, aldıkları doyum ve iyi oluş halleriyle ilgili yargıya ulaşırlar.

Ryff (1995) psikolojik iyi oluşu bireysel hazzı temel alan yaklaşımlarla değerlendirmenin yanlış olduğunu savunmuş, öznel çıkarımların yetersiz kalacağını vurgulamıştır. Ryff(1989,1995) iyi oluşu yapmış olduğu altı boyutlu çalışmasında

bireyin aldığı yüksek puanlar ile ilişkilendirir. Bu altı boyut bireyin ilişkileri, kendini kabulü, özerkliği, çevresel hakimiyeti, bireysel gelişimi ve yaşama amacından oluşur.

Psikolojik iyi oluşun, psikolojik işlevsellik bakış açısıyla açıklayan bir diğer tanıma göre bireyin sahip olduğu vasıflarının anlamlı ve amaca hizmet eden bir gelişim izlemesi gerektiği vurgulanır. Bu gelişimin temelinde ise “daha iyi” olmaya yönelik içsel faaliyetlerin keşfi bulunmaktadır. Psikolojik iyi oluş birbiri ile ilişkili olan “kendi benliğini keşif, algılanan/ farkındalık içeren gelişim, anlamlı hedefler içeren hayat, en iyi/mükemmellik arayışı, yüksek katılım, yararlı faaliyetler” şeklinde altı ögeyi içermektedir (Waterman, Schwartz, Zamboanga, Ravert, Williams, Bede Agocha ve Brent Donnellan, 2010).Huppert(2009) iyi oluşun kendisini işlevsellikle ortaya koyduğunu belirterek sürekli psikolojik iyi oluşun mümkün olmadığını, negatif duyguların da hayatın bir parçası olduğuna değinmiş ve bundan yola çıkarak iyi oluşun olumsuz duygularla baş edebilme ve hayatı sürdürebilme konusunda bireylere yardımcı olduğunu savunmuştur. Psikanalistik kuramın temsilcilerinden Sullivan psikolojik iyi oluşun temelini kişisel ilişkilere dayandırmış ve psikolojik iyi olmaya ilişkin uzaklığı bireyin toplumsal ilişkilerindeki negatif ve zayıf ilişkilere bağlamıştır.

Bireyde olumsuz yaşantılar sonucu oluşan travmatik durum ve etkileri, henüz gelişimini tamamlamadığı ve güçlü savunma mekanizmaları olmadığı çocukluk dönemidir. (Şar, 1997) Çocukluk çağında erken dönemde karşılaşılan ve bireyin gelecekteki fiziksel, ruhsal ve sosyal özelliklerine doğrudan veya dolaylı etkili olan olumsuz yaşantıları içeren çocukluk çağı travmaları kavramı geniş bir kavramdır. Çocukluk çağında, çocuğun ihtiyaçlarını sağlamakla görevli veya yabancı kişiler tarafından yapılan ve çocuğun fiziksel, duygusal, cinsel gelişimini örseleyen uzun süreli ve tekrarlayıcı şiddet içeren davranışlar veya çocuğun gereksinim duyduğu bakımdan mahrum bırakan tutumlar çocukluk çağı travmalarının öteki boyutunu meydana getirir.(WHO, 2006;Helfer ve Kemple, 1972; Braquehais ve ark., 2010; Güler ve ark., 2002).

Çocukluk çağı öğrenme yaşantılarıyla meydana gelerek, en iyiyi öğrenme isteği olarak da vasıflandırılan mükemmeliyetçilik; bireylerin

kendisinin yanı sıra başkalarından da oldukça fazla beklenti içine girerek oluşturduğu kişiliğin olumsuz bir özelliği olarak tanımlanmaktadır. (Kearns, Forbes, Gardiner ve Marshall,2008). Bununla beraber mükemmeliyetçilik, bireylerin sürekli olarak hem kendisi için hem de başkaları için, oldukça yüksek standartlar belirlemesi ve bu durumu sürekli korumaya çalışması olarak ifade edilmektedir. (Frost, Heimberg, Holt, Mattia ve Neubauer, 1993). Diğer taraftan, bireyin yüksek standartlar koyması ve bunları sürdürmeye çalışması bireyler için olumlu sonuçlar doğurabileceği yani mükemmeliyetçiliğin bireyin gelişimi açısından pozitif bir kavram olarak algılanmasına sebep olabileceği düşünülmektedir. Bundan yola çıkan araştırmacılar da mükemmeliyetçiliğin çok boyutlu bir yapıda olduğunu ortaya koymuşlardır. (Frost vd., 1990; Hewitt ve Flett, 1991; Rice ve Mırzadeh, 2000).

Mükemmeliyetçilik kavramının genişliği düşünüldüğünde hayatın birçok alanında karşımıza çıkarken ikili ilişkilere de tesir etmesi doğaldır. Kişilerarası ilişkilere bakıldığında özellikle romantik ilişkilerdeki mükemmeliyetçiliğin olumsuz yönleri olumsuz etkilere sebep olduğu düşünülmektedir. (Habke ve Flynn 2002: 151). Bunun yanı sıra mükemmeliyetçiliğin ilişki problemleriyle bağdaştığı ve mükemmeliyetçilikteki artışla beraber çift uyumlarının azaldığı ileri sürülmüştür (Hewitt, Flett ve Mikail 1995: 335).

1.2.Amaç

Bu araştırmada üniversite öğrencilerinin romantik ilişkilerdeki mükemmeliyetçiliğin psikolojik iyi oluş ve çocukluk çağı travmalarıyla ilişkisinin incelenmesi amaçlanmıştır. Bu bağlamda psikolojik iyi oluş ve çocukluk çağı travmalarının romantik ilişkilerde mükemmeliyetçiliği yordama düzeyi incelenmiştir. Ayrıca söz konusu olan değişkenlerin bazı demografik değişkenler tarafından da değerlendirilmesi amaçlanmaktadır. Bu amaç yönünde aşağıdaki araştırma sorularına cevap aranmaktadır:

1- Üniversite öğrencilerinin romantik ilişkilerindeki mükemmeliyetçilik düzeyleri ile psikolojik iyi oluşları arasında anlamlı bir ilişki var mıdır?

2- Üniversite öğrencilerinin romantik ilişkilerindeki mükemmeliyetçilikleri düzeyleri ile çocukluk çağı travmalarının arasında anlamlı bir ilişki var mıdır?

3- Üniversite öğrencilerinin romantik ilişkilerdeki mükemmeliyetçilik özellikleri psikolojik iyi oluş ve çocukluk çağı travmaları tarafından yordamakta mıdır?

4- Üniversite öğrencilerinin cinsiyetlerine göre kendilerine ve diğerlerine yönelik mükemmeliyetçilik düzeyleri anlamlı biçimde farklılaşmakta mıdır?

5- Üniversite öğrencilerinin anne eğitim durumlarına göre kendine ve diğerlerine yönelik mükemmeliyetçilik düzeyleri anlamlı biçimde farklılaşmakta mıdır?

6- Üniversite öğrencilerinin baba eğitim durumlarına göre kendine ve diğerlerine yönelik mükemmeliyetçilik düzeyleri anlamlı biçimde farklılaşmakta mıdır?

7- Üniversite öğrencilerinin çalışma durumlarına göre kendine ve diğerlerine yönelik mükemmeliyetçilik düzeyleri anlamlı biçimde farklılaşmakta mıdır?

8- Üniversite öğrencilerinin doğum sıralarına göre kendine ve diğerlerine yönelik mükemmeliyetçilik düzeyleri anlamlı biçimde farklılaşmakta mıdır?

9- Üniversite öğrencilerinin ebeveynlerinin beraberlik durumunu göre kendine ve diğerlerine yönelik mükemmeliyetçilik düzeyleri anlamlı biçimde farklılaşmakta mıdır?

10- Üniversite öğrencilerinin algılanan ebeveyn tutumlarına göre kendine ve diğerlerine yönelik mükemmeliyetçilik düzeyleri anlamlı biçimde farklılaşmakta mıdır?

1.3.Önem

İnsanoğlu, doğduğu andan öldüğü ana kadar diğer insanlarla iletişim ve etkileşim halindedir. Bebeklik çağında anneyle veya bakım verenle

başlayan ilişki kurma süreci çocukluk çağında akran ilişkileri, sosyal ilişkiler, ergenlik çağındaysa romantik ilişkiler kurmayla hayat boyunca genişleyerek devam etmektedir. Bireyin partneriyle kurduğu ilişkinin niteliği onun kişisel ve sosyal dünyasını yaşamdan aldığı doyumu ve hazzı etkiler. Partnerine karşı duyduğu yakınlık, güven, beklenti düzeyi ve bağlılık ilişkinin ana öğelerini oluşturan unsurlardandır. Bu doğrultuda bireyin romantik ilişki imajlarını etkileyen birçok öge vardır.

Bu araştırmada, kişinin kendine ve partnerine karşı oluşturduğu romantik ilişkilerde mükemmeliyetçilik kavramı incelenmiştir. Mükemmeliyetçilik kavramı pek çok araştırmaya konu olmuştur. Fakat romantik ilişkilerde mükemmeliyetçilik kavramıyla ilgili ülkemizde ve uluslararası kaynaklarda az sayıda araştırma vardır.

Bireyin çocukluk çağında yaşadığı travmalar, yaş, cinsiyet, doğum sırası, aile eğitim durumu ve tutumları, ve psikolojik iyi oluş düzeyi romantik ilişkilerdeki mükemmeliyetçiliği yordama düzeyi bu araştırmanın önemini oluşturmaktadır. Bireyin kendine ve diğerlerine yönelik mükemmeliyetçi tutumunu bu faktörlerin anlamlı şekilde etkilemesi veya etkilememesi bu araştırmanın temelini oluşturmaktadır. Çünkü araştırmada ele alınan kavramlar bireyin geçmiş ve hali hazırda yaşantısını ele almaktadır. Ortaya çıkan sonuçlar romantik ilişkiler araştırmalarında araştırmacılara ve uygulayıcılara fayda sağlayacağı ve yol göstereceği düşünülmektedir.

1.4. Sayıtlar

Araştırmanın temel sayıtları aşağıdaki gibidir:

1-Katılımcılar kendilerine iletilen ölçekleri içtenlikle cevaplamışlardır.

2-Araştırmada kullanılan ölçekler araştırmanın amacı doğrultusunda değişkenlerini ölçebilecek düzeydedir.

1.5. Sınırlılıklar

1- Araştırmayı oluşturan örneklem grubu üniversite öğrencilerinden oluşmaktadır.

2-Veriler 2019 yılı içinde toplanmıştır.

3-Verilerin ölçümü öz bildirim ölçekleri ile yapılmıştır.

1.6. Tanımlar

Çocukluk Çağı Travmaları: Çocukluk döneminde bireyin cinsel fiziksel, duygusal istismara maruz kalan ve duygusal ve fiziksel ihmali de kapsayan yaşantılardır (Şar, Öztürk ve İkikardeş, 2012).

Psikolojik İyi Oluş: Bireyin doğuştan gelen potansiyel ve yeteneklerinin bilincinde olması ve kullanmasıyla beraber, hayatının bir amaç yönünde yaşanmasıdır. Bununla birlikte bireyin kendisi ve diğer insanlara barışık olması, sosyal ilişkilerden doyum sağlaması ve bireysel biçimde yaşayabilmesinin bütüncül bir tarzda değerlendirilmesidir. (Ryff ve Keyes, 1995; Akt: Göcen, 2013).

Romantik İlişkilerde Mükemmeliyetçilik: Partnerlerin karşılıklı olarak duygusal, davranışsal ve bilişsel olarak paylaşımda bulunduğu, fiziksel ve duygusal yakınlığın sağlandığı ilişkide, bireylerin mükemmeliyetçi tutum sergileyerek partnerlerine ve ilişkilerine karşı kusurlarını gizlemeye çalıştıkları ve ulaşılması güç olan beklenti düzeyleri, hayal kırıklığına sebebiyet verebilecek yüksek standartlar koyma eğiliminde olmalarıdır.

2.ALAN YAZIN

2.1. Mükemmeliyetçilik

2.1.1. Mükemmeliyetçilik Kavramı

İnsanlar yüzyıllar boyunca üstünlük gayretlerinin gereğince en iyi olmaya çalışmışlardır. Bu nedenden dolayı mükemmeliyetçilik kavramı, mükemmeliyetçilikle ilişkili olabilecek kişilik özellikleri ve mükemmeliyetçilik boyutları psikoloji araştırmalarında sıklıkla işlenen konu olmuştur. Mükemmeliyetçilik psikoloji araştırmalarında yaygın olan bir konu olmasına rağmen kabul edilen tek bir açıklama veya yapı bulunmamaktadır (Slaney ve diğerleri, 2001; Sondergeld, Schultz ve Glover, 2007).

Mükemmeliyetçilik kavramını tanımlamadaki zorluğun sebebi mükemmeliyetçiliğin hem uyumsal hem de uyumsuz yönlerinin birbirinden ayırt edilememesidir. (Slaney ve Ashby, 1996; Slaney ve diğerleri, 2001). Buna rağmen araştırma tanımlarını incelediğimizde, aşırı yüksek standartlar belirleme yönelimine ve mükemmeliyetçiliğin olumsuz taraflarına vurgu yapıldığı anlaşılmaktadır. Mükemmeliyetçiliği ilk çalışan araştırmacıların tanımlarında da bu vurgu görülmektedir. (Slaney ve diğerleri,2001).

Mükemmeliyetçiliği kişinin yalnızca kendiyle ilgili tanımlaması olarak ele alan Hollender (1965), Hamacheck (1978), Burns (1989) ve Patch (1984) mükemmeliyetçiliği tek boyutlu bir kavram olarak incelemişlerdir. Mükemmeliyetçi bireylerin kendilerine ulaşılması güç, yüksek standartlar hedeflediklerini bu doğrultuda mükemmeliyetçiliğin uyumsuz bir özellik olduğunu ortaya koymuşlardır. Devamında yapılan çalışmalardaysa mükemmeliyetçiliğin yalnızca çok boyutlu bir yaklaşımla açıklanabileceği düşünülmüştür. Bu doğrultuda bazı araştırmacılar mükemmeliyetçiliği çok boyutlu bir şekilde ele alarak, bireyin kendinde tarif ettiği mükemmeliyetçilik kadar kişilerarası etkileşim faktörlerinin de değerlendirilmesi

gerektiğini vurgulamıştır (Forst ve ark., 1990; Hewitt ve Flett, 1991, Slaney, 1995; Slade ve Owens, 1998).

Mükemmeliyetçiliği Frost ve arkadaşları (1990) geliştirdikleri ölçek ile altı boyuta ayırarak incelemişlerdir.

Hata Yapma Endişesi: Mükemmeliyetçi bireylerin hata yapma endişesinin yanında hatalara karşı gereğinden çok tepki göstermesini değerlendirmesini kapsayan boyuttur.

Kişisel Standartlar: Bireyin kendisi için ulaşılması güç standartlar koyması ile ilgili olan boyuttur.

Ebeveyn Beklentileri: Birey ebeveynlerini beklentisi yüksek ve aşırı eleştirel tutum gösteren kişiler olarak algıladığında bu davranışları benimseyerek bu şekilde davranışlar gösterme eğiliminde olacağını değerlendiren Frost mükemmeliyetçiliğin öğrenilerek ve gelişimsel bir faktör olarak incelenmesine olanak sağlayan boyuttur.

Eylemlerinden Şüphe Duyma Boyutu: Bireyin kendi davranışı ve meydana gelen performansından emin olmamasını inceleyen boyuttur.

Organizasyon: Muntazam olmaya ve düzene aşırı önem vermeyi inceleyen boyuttur.

Ebeveynlerin Eleştiriciliği: Bireyin ebeveynlerini yüksek beklentileri olan kişiler olarak algılamasını inceleyen boyuttur. Çok boyutlu mükemmeliyetçilik yapısını benimseyen Hewitt ve Flett (1991) kişilerarası ilişkiler boyutunu inceleyen ölçek çalışmalarıyla mükemmeliyetçiliğin üç boyutlu olduğunu düşünmüşlerdir. Bu yaklaşım doğrultusunda mükemmeliyetçilik türleri aşağıdaki gibidir:

Kendine Yönelen Mükemmeliyetçilik: Bireyin kendi hedeflerine ve bunları gerçekleştirmek için gösterdiği performansına yönelik bir mükemmeliyetçiliği vardır. Bu bireylerin yüksek standartlara sahip, yanlış yapacaklarına dair yüksek kaygı duyan insanlar oldukları belirtilmiştir.

Diğer İnsanlara Yönelen Mükemmeliyetçilik: Bireyin çevresindeki kişilerin yetenekleriyle ilgili beklentilerinden ve inançlarını inceleyen

boyuttur. Çevresindeki bireylerin gerçek dışı yüksek standartları olduğuna inanır, başkalarının da mükemmel olması önemlidir ve eleştirici tutum sergilerler.

Toplum Tarafından Dayatılan Mükemmeliyetçilik: Birey kendisi için önemli olan kişilere göre kendinden beklenen, gerçek dışı beklentileri olduğunu ve mükemmel olmaya dair baskı yapıldığına inanır ve standartlara ulaşma ve tarif edilen beklentileri yerine getirme ihtiyacı içinde olmasını ele alan boyuttur. Böylelikle çok boyutlu yaklaşım ile mükemmeliyetçilik daha geniş bakış açısıyla incelenmiştir.

Çok boyutlu yapısı mükemmeliyetçiliğin anlam boyutunu zenginleştirirken mükemmeliyetçiliğin etkisini kavramaya da imkân sağlamıştır. Elde edilen yaklaşımlar sayesinde mükemmeliyetçiliğin, bireyin kendi kendini engelleyen, başarısız olmasına neden olan işlevi olmayan davranış olduğu düşünülmüştür. Bu perspektiften bireyin hiçbir zaman performansından memnun kalmadığı görülmüştür (Slade ve Owens, 1998). Bu yaklaşıma rağmen mükemmeliyetçi bireylerin memnun olabileceği, bu taraftan da mükemmeliyetçiliğin mümkün olabileceği boyutu da vurgulanmıştır (Hamachek, 1978; Slade; 1982). Mükemmeliyetçiliğin pozitif, negatif ya da etken, edilgen gibi sınıflara ayrılabilmesi de vurgulanmıştır (Lynd- Stevenson ve Hearne, 1999). İşlevsel mükemmeliyetçilikte bireyin tekrar yüksek standartlar belirleyeceği ve bu standartlara ulaşma durumunda tatmin olacağı vurgulanmıştır. Buna rağmen işlevsel mükemmeliyetçiliğin psikopatolojiyle ilişkilendirilerek olası tedavi aşamalarında müdahale ederek iyileştirme sürecini etkilediği görülmektedir (Blatt;1995; Lynd Stevenson& Hearne;1999; Pacht, 1984).

Mükemmeliyetçiliğin gelişimini inceleyen çalışmalara bakıldığında, mükemmeliyetçi ve talep eden anne-baba ile oluşan etkileşimden etkilendiği görülmektedir (Frost, Lahart, & Rosenblate,1991). Mükemmeliyetçiliğin ilk başlarda pozitif olduğu, zaman çizelgesinde önceden olumlu sonuç alınan mükemmeliyetçi davranışların devamında yorgunluk ve konsantrasyon bozukluğu gibi negatif sonuçlar ortaya çıkarabildiği görülmüştür. Böylelikle başta işlevsel olan mükemmeliyetçi tutum, yükseltilecek hedefe ulaşmada yetersiz kalmaktadır. Bu perspektiften birey bu başarısızlık ile standartları daha çok yükseltir, başta ulaşılan standartlara ulaşamama hali ortaya çıkmış olur. Bu sırada birey mükemmeliyetçiliğin kendisine ve başkalarına sebep olduğu olumsuz etkilerin farkında olamayacak duruma gelebilir. Böylelikle

pozitif olarak başlayan mükemmeliyetçiliğin süreçte yıpratıcı ve işlevsel olmayan seviyeye geldiği görülmektedir (Slade ve Owens, 1998).

Bu doğrultuda farklı yaklaşımlar değerlendirildiğinde, mükemmeliyetçiliğin olumlu yanlarıyla değerlendirildiğinde işlevsel, olumsuz yanlarıyla değerlendirildiğinde ise işlevsel olmamaktadır. Böylelikle son yapılan değerlendirmelerle mükemmeliyetçiliğin çok boyutlu bir yapıda olduğu kabul edilmektedir (Mızrak,2006).

Terry ve arkadaşları (1995) tarafından geliştirilen pozitif ve negatif mükemmeliyetçilik ölçeği mükemmeliyetçiliği yalnızca patolojik olarak değil aynı zamanda normal bir kişilik özelliği olarak inceleme özelliğine sahiptir. Ölçeğin iki boyutu vardır:

Pozitif Mükemmeliyetçilik, mükemmeliyetçi tutumun olumlu destek deneyimini kapsar.

Negatif Mükemmeliyetçilik, hata yapma korkusu ve negatif sonuçlardan kaçınmayla ilgilidir.

2.1.2. Mükemmeliyetçiliğin Boyutları

Mükemmeliyetçilik: Mükemmele erişmek için aşırı ya da gereğinden çok çabalamak ve mükemmelden başka herhangi bir şeyi kabul edilemez kavrama eğilimidir (Slaney, Mobley, Trippi, Ashby ve Johnson, 1996).

Uyumsal Mükemmeliyetçilik: Performans ile uyum sağlayan ve ulaşılabilir biçimde yüksek standart özelliğinin dışında, olan kusurlara ve başarısızlığa karşı esneklik sağlayan ve psikolojik iyi oluşa uyum gösteren mükemmeliyetçilik çeşididir.

Uyumsal Olmayan Mükemmeliyetçilik: Performans ile uyum sağlamayan şekilde ve mantığa uymayan yüksek standartların dışında, kusurlara ve başarısızlığa karşı tahammülsüzlük sergileyerek psikolojik iyi olmaya karşı uyum sağlamayan mükemmeliyetçilik çeşididir.

Mükemmeliyetçilikle ilgili yapılan ilk araştırmalar incelendiğinde genel olarak mükemmeliyetçiliğin tek boyutlu ve olumsuz biçimde ele alındığı görülmektedir. (ör. Hollander, 1965; Burns; 1980). Mükemmeliyetçiliği ilk

olarak Hamachek (1978) normal ve nevrotik olarak ikiye ayırmıştır. Normal mükemmeliyetçilikte bireyler yüksek standart ve hedeflerin yanında mantıksal olanları belirleme eğilimindedir. Fakat nevrotik mükemmeliyetçilikte mantık dışı hedef ve standartlara ulaşma eğilimi vardır (Hamachek 1978). Bunlardan sonra yapılan çalışmalar da araştırmacılar mükemmeliyetçiliğin tanımlanmasında tek boyutlu bir yapının tanımlama için yetersiz kalmasından yola çıkarak mükemmeliyetçiliğin çok boyutlu bir yapı olarak kavramsallaştırılması gerektiğini savunmuşlardır. Mükemmeliyetçiliği çok boyutlu bir yapı olarak Forst ve diğerleri (1990) ile Hewitt ve Flett'in (1990) modelleri kavramsallaştırmakla birlikte her ikisi de mükemmeliyetçiliğin olumsuz yönlerine odaklanmaktadır. Slaney ve Ashby (1996), mükemmeliyetçilik kavramı hakkında bazı yönlerinin bireylere faydalı olabileceğini ve sadece uyumsuz olmayan yönleriyle araştırılmasının kişilik özelliği için doğru olmayacağını belirttiler. İlerleyen zamanda yapılan araştırmalardaysa mükemmeliyetçilik uyumsal ve uyumsuz olmayan taraflarıyla çok boyutlu bir kişilik özelliği olarak ele alınmıştır (örneğin, Rice ve Preusser,2002; Slaney ve diğerleri,2001).

Uyumsal Mükemmeliyetçilik, ulaşılır yüksek standartların yanında bu standartlara ulaşmayı sağlayacak süreci kolaylaştıracak bir düzene bağlılıkta içermektedir (Slaney ve Ashby,1996). Bu yapıya sahip bireyler, öz-yeterlilikleri olduklarının bilincinde oldukları için ulaşılabilir yüksek standartlar oluşturmaktadır. Bu sayede uyumsal mükemmeliyetçilerin standartları için çaba sarf etme ve hedefledikleri standartlara ulaşabilme olasılıkları daha fazladır. Bu doğrultuda uyumsal mükemmeliyetçilik kişilik özellikli bireylerin kendilerinden bekledikleri mükemmellik, imkân ve şartlar dahilinde olacağından hatalar karşısında esneklik katsayılarını arttırabilmektedirler. Ayrıca uyumsal mükemmeliyetçi bireyler benliklerine başarılı olduktan sonra olumlu yüklemeler yapabilirler ve başarısız olduktan sonra da daha kabullenici olurlar. Bu şekilde uyumsal mükemmeliyetçiler, oluşturdukları yüksek standartlarıyla kendilerini geliştirebilmelerine yardım eder ve onları giriştikleri pek çok konuda başarılı edebilir (Hamachek,1978; Slaney ve diğerleri,2001).

Uyumsuz olmayan mükemmeliyetçilik ise hedeflenen yüksek standartlar ile yapılan performans arasındaki uyumsuzuma durumu sonucunda endişelerle ilişkilidir (Rice, Ashby ve Slaney, 1998). Kendi belirledikleri beklenti veya standartları

karşılayamazlar (Rice, Loperz ve Vergara,2005). Uyumsal olmayan mükemmeliyetçi bireylerin, ulaşılması güç yüksek standartlar belirleme eğilimleri onları sık sık başarısızlık deneyimlerine bu doğrultuda da başarısızlık hissi yaşamalarına neden olur. Sergiledikleri performansları duruma göre değerlendirememek, hataları kaldıramamak ve tahammülsüzlük gibi özellikler sonucu bu bireylerin umutsuzluk duygusuna kapılmasına beraberinde yetersizlik ve aşağılık duyguları geliştirmelerine sebep olabilmektedir (Slaney ve diğerleri,2001).

Yukarıdaki tanımlardan yola çıkarak, uyum sağlayıcı olan ve olmayan mükemmeliyetçilik kişilik özelliklerine bakıldığında, çoğunlukla mükemmeliyetçi kişilik yapısına sahip olmanın ötesinde, hangi tür mükemmeliyetçi kişilik yapısına sahip olduğunun bulunması daha önemli olabilir.

2.1.3. Romantik İlişkilerde Mükemmeliyetçilik

Mükemmeliyetçilik, kusursuza ulaşmak için harcanan emek ile bireyin kendine yönelik eleştiri niteliği taşıyan eğilimlerinin beraberinde olumsuz değerlendirilme kaygısı sonucunda yüksek standartlar belirlemesi olarak açıklanmıştır (Frost, Marten, Lahart, ve Rosenblate,1990).

İlişkinin ortakları arasındaki çözülme ve ilişki içerisinde karşılaşılan sıkıntılar, ortakların ruhsal ve dolaylı ya da dolaysız olarak fiziksel sağlığını olumsuz yönde etkilemektedir (Baumeister & Leary, 1995; Brown & Ryan, 2003; Shek,1995). Bireylerin yakın ilişkilerinde yaşadıkları uyumsuzluk sorunlarını ve sıkıntı düzeylerini etkileyen faktörleri belirlemek amacıyla ilgili kişisel özellikleri de konu kapsamında ele alan birçok çalışma yapılmıştır (Haring, Hewitt, & Flett, 2003). Kişisel özellikler bireyin ilişkiden sağladığı doyumu doğrudan etkilerken, ilişkinin algılanmasında da büyük öneme sahiptir. Bireyin sahip olduğu yüksek standartlar bu standartlara uyum sağlamaya çalışan diğerleri ve ilişki ortakları için gerginlik yaratmaktadır. Bu gerginlik ilişkinin esnekliğini azaltarak yakın ilişkileri olumsuz yönde etkilemektedir. Mükemmeliyetçilik ile ilişki uyumsuzluğu, ilişkide yaşanan problemler arasında anlamlı bir bağlantı olduğu yapılan çalışmalarda da ortaya konmuştur (Epstein & Eidelson,1982; Hewitt, Flett, & Mikail, 1995).

Mükemmeliyetçilik istikrarlı bir kişisel özellik olarak kabul edilirken; ilişki algıları ve dinamikleri mükemmeliyetçiliğin gelişimi ve sürdürülebilirliği hakkında büyük bir öneme sahiptir (Lopez, Fons-Scheyd, Moru'a, & Chaliman, 2006)

Romantik ilişkilerde mükemmeliyetçilikle ilgili yapılan araştırmalarda mükemmeliyetçiliği bireyin kendi ve partnerini birlikte ele alarak bunun yakın ilişkilerdeki rolünün etkisini araştırmaktadır. Bu doğrultuda mükemmeliyetçiliğin sosyal boyutu önemlidir. Sosyal olarak saptanan mükemmeliyetçilikte birey için önemli olan kimselerin kendi için gerçek üstü isteklerde bulunduğu görüşünde olduğu düşünülürken, diğerlerine yönelik mükemmeliyetçilikte bireyin yakın çevresi için gerçekçi olmayan istekleri olduğu düşünülmektedir. Bu ilişkilerde doyum alamamaya ve mükemmel olma beklentisinden dolayı kızgınlığa neden olabilir (Dimitrovsky, Levy-Shiffve Schattner-Zanany,2002).

Bireyin yakın ilişkilerindeki ikili mükemmeliyetçiliğini araştıran Stoeber(2012) partnerine karşı mükemmeliyetçilik ve partnerinden algılanan mükemmeliyetçilik olarak iki kavram ortaya koymuştur. İlişkilerde partnerine özgül mükemmeliyetçiliği Mackinnon ve diğerleri (2012) ise bireyin partnerinden mükemmel olmasını beklemek diye tanımlamıştır. Partnerine özgül mükemmeliyetçilikte insanların yaşadıkları kaygının nedeni işlevsel olmayan inanç ve düşünceleri olabilir. Böyle insanlar yakın ilişkileri olma ihtimalini mükemmel olmaya bağlı olarak düşünürler. Bu durumda gerçek mükemmelliğe ulaşamayacağından dolayı, bu insanlar yüksek hedefleri elde edemediklerinde bu başarısızlık algısıyla, saygı, güven ve partnere karşı duyulan sevgiyi kaybedebilirler (Mackinnon vd., 2012).

Kişi partnerine yönelik yüksek standartlar belirlediğinde ve bu beklentilerini karşılanmamış olarak algıladığında ilişkide öfke, doyumsuzluk ve çatışma oluşabilir. Bu nedenle, partnerden beklenti düzeyi ve bu beklentinin karşılanmış veya karşılanmamış olarak algılanma seviyesi yüksekten düşüğe değişebilen ve ilişkide değer koymayı belirleyen bağımsız bir ögedir (Lopez vd.,2006).

Çalışmalar başkalarına yönelik mükemmeliyetçilerin romantik ilişkilerinde de yüksek standartlara dair algılarının olduğunu göstermiştir (Flett, Hewitt, Shapiro ve Rayman,2001).Bu bireyler ilişkilerini oluştururken ortaklarının kendi belirledikleri standartlara uygun olup olmadıklarına dair önyargılarıyla hareket ederler. Eğer ortaklarını belirledikleri kişisel standartlarına uygun görüyorlarsa veya tatmin edici

olarak algılıyorlarsa ilişkinin uyumlu olacağı tahmin edilmektedir. Aksi takdirde yetersiz ve çelişkili bir ilişki olarak algılanır (Lopez,Fons-Scheyd, Bush-King, & McDermott, 2011).Bireyin partnerine dair idealize edilmiş beklentileri ve partnerinin performansı ile ilgili algıladığı çelişki, uyumsuz ilişki mükemmeliyetçiliğinin bir örneği olarak tanımlanabilir(Lopez ve Diğerleri,2006).Gerçekçi olmayan standartlar ve yüksek beklentiler çoğu zaman partnerde başarısızlık veya yetersizlik duygularına neden olmaktadır. Partnerin bu beklentileri karşılayamayacağı inancı sıklıkla genel memnuniyetsizliğe ve öfkeye neden olmaktadır (Hewitt ve diğerleri,1995).

Hewitt, Flett ve Mikail (1995) ikili ilişkilerde ki mükemmeliyetçiliği, kendi oluşturdıkları üç boyutlu yapı olan kendine ve diğerlerine mükemmeliyetçilik ve sosyal olarak saptanan mükemmeliyetçilik olarak ele almışlardır. Bu yapı bağlamına göre sosyal olarak saptanmış mükemmeliyetçilikte birey önem verdiği kişilerin kendine gerçek olmayan beklentiler yüklediğini algılayarak aile ve evlilik ilişkilerinde doyumsuzluk yaşayabilir. Bireyin diğerlerinin talep ve çağrılarını karşılamaya yönelik yetersizlik inancı yalnızca kişinin kendine çevirdiği olumsuz duygular neden olmaz. Bu aynı doğrultuda mükemmeli beklediğini düşündüğü kişiye yönelik doyumsuzluk ve öfkeli hissetmesine yol açabilir. Kendi mükemmeliyetçilik talepleri yüzünden ilişkide uyumsuzluk yaşayan bireylerin diğerlerine karşı mükemmeliyetçilik algısı yüksektir. Sosyal olarak saptanmış mükemmeliyetçiliği olan kişilerdeyse diğerlerinin kendine dair mükemmeliyet beklentisi algısından dolayı ilişkilerinde uyumsuzluk yaşayabilirler (Hewitt vd., 1995). İnsanlar yaşadıkları ilişkide, kendilerinin her yönleriyle partnerlerinin özelliklerini karşılaştırarak onlarla aralarında benzerlik veya farklılık olduklarını öğrenmeye çalışırlar bu doğrultuda benzerlik ve farklılıklar kişiler arası etkileşimle önemli sonuçları ortaya çıkarır (Robins ve Boldero, 2003).

Burns (1980) mükemmeliyetçiliğin her türden eleştiriye karşı savunmacı bir tepki gösterdiğini belirtmiştir. Mükemmeliyetçiliğin evlilik ve romantik ilişkiler için olumsuz etkileri olabileceğini, mükemmeliyetçi bireylerin kusurlarını gizlemeye çalıştıklarını ve ulaşılması güç olan, hayal kırıklığına sebebiyet verebilecek yüksek standartlar koyma eğiliminde

olduklarını vurgulamıştır. Bu yüksek standartlar; ilişkide tarafların tamamen sadık olmaları, partnerlerin birbirlerinin yeteneklerini en üst düzeye çıkarmak için pratik destek sağlamaları gibi birçok durumu kapsarken, gerçek olmayan beklentiler ile ilişki inançlarını oluşturmak için de kullanılır (Flett ve diğerleri,2001). Sonuç olarak yerine getirilemeyen beklentilerden kaynaklanan problemler bireyin ilişki memnuniyetinin azalmasına neden olmaktadır. Tüm bunlara ek olarak mükemmeliyetçiler, yüksek düzeyde duyarsızlık ve diğerlerine yönelik olumlu bir bakış açıları olmadan problem çözme sürecine katılmaktadırlar. Mükemmeliyetçiler bu süreçte çaresiz ve güçsüz hissetme eğilimindedirler ve uyumsuz başa çıkma teknikleri kullanırlar (Flett, 2001).

Romantik ilişkilerde mükemmeliyetçilik öte yandan uzun vadeli bağlanma ve ilişkilerde olumsuz bir etkiye sahiptir. Partnerlerinden mükemmeliyetçi beklentileri olan bireyler, ilişkilerinde daha az memnuniyet ve ilişkiyi kısa süreli üstlenme eğilimindedirler (Stoeber, 2012).

Genel olarak yapılan çalışmalarda mükemmeliyetçiliğin düşük ilişki doyumu (Hewitt ve diğerleri,1995), düşük çift uyumu (Flett ve diğerleri,2001), ilişki zorlukları (Johnson ve Slaney,1996), cinsel tatminin azalması (Habke, Hewitt ve Flett, 1999) ve uyumsuz başa çıkma stilleri (Haring ve diğerleri, 2003) ile ilgili olduğu ortaya konmuştur.

Literatürde mükemmeliyetçiliğin farklı kapsamlarıyla ele alınması ve araştırılması için kullanılan çeşitli ölçekler mevcuttur. Matte ve Lafontaine;” Romantik İlişki Mükemmeliyetçilik Ölçeği” bunlardan biridir. Bu ölçek 14 maddelik bir araç olup iki alt boyutuyla mükemmeliyetçiliği ölçmektedir. Bu ölçeğin faktör yapısı yapısal kovaryans seviyesine ve ölçüm hata seviyesine bağlıdır (Matte & Lafontaine, 2012).

Romantik ilişkilerde mükemmeliyetçilik kavramı sonuç olarak, kişinin yetişkinlikte kullandığı bağlanma biçimlerini, eş seçmeyi sınırlandıran rasyonel olmayan inançlarını ve kendi beden imajı ile nasıl başa çıktığı gibi durumlardan etkilenmektedir. Bütün bu kavramlar kişinin yakın ve romantik ilişkilerine tesir eden önemli yapılarıdır.

2.1.4. Mükemmeliyetçilik İle İlgili Yapılmış Araştırmalar

Hewitt, Flett ve Mikail (1995) ağrısı olan hastaların eşleriyle ilişki uyumu ve mükemmeliyetçilikleri ile ilişkisini incelemiştir. Araştırma sonuçlarına göre, bu hastaların ilişki doyum düzeyleri eşlerinin diğerlerine yönelik mükemmeliyetçilikleriyle ilişkili olduğu tespit edilmiştir. Bununla birlikte eşlerinin diğerlerine karşı mükemmeliyetçi puanları yüksek olan hastalar partnerlerini daha az destekleyici olarak görmektedir. Ayrıca hastalardan sosyal olarak saptanmış mükemmeliyetçilikleri yüksek olanların aile ve eşleriyle uyumu düşük çıkmıştır. Bu hastaların ilişki doyumları partnerlerinin diğerlerine karşı mükemmeliyetçilikleriyle ilişkili saptanmıştır.

Oral (1999) üniversite öğrencileriyle yaptığı çalışmasında öğrencilerin kendine yönelik mükemmeliyetçilik düzeyi puanlarıyla depresyon puanları arasında negatif bir ilişki olduğuna ancak başkalarına karşı mükemmeliyetçilik düzeyi puanları ile depresyon puanlarının pozitif ilişkili olduğunu saptamıştır.

LaSota (2001) üniversite öğrencileriyle yaptığı benlik saygısı ve mükemmeliyetçiliği çalışmasında benlik saygısının depresyon, anksiyete ve uyumsuz mükemmeliyetçilik için mühim bir arabulucu olduğu sonucunu tespit etmiştir. Benlik saygısının mükemmeliyetçilikle ilgili bozuklukların ortaya çıkmasına neden olan önemli bir faktör olduğundan söz etmektedir.

Dimitrovsky ve diğerleri (2002) hamile olan ve olmayan kadınların mükemmeliyetçiliğinin depresyon ve ilişki doyumuyla ilişkisini araştırmışlardır. Araştırma sonuçların da her iki grupta da depresyon ve kendine karşı mükemmeliyetçilik arasında pozitif yönlü ilişkili bulunmuş ancak ilişki doyumuyla negatif yönlü ilişkili olduğu tespit edilmiştir. Ayrıca hamile kadınlarda sosyal düzeyde saptanmış mükemmeliyetçilik ile ilişki doyumları arasında negatif yönde bir ilişki çıktığı bulunmuştur.

Bieling, Israeli ve Antony (2004), çalışmalarında mükemmeliyetçilik yapılarını incelemişlerdir. Araştırma sonuçlarına göre mükemmeliyetçiliğin olumlu-olumsuz iki özelliğini birleştiren mükemmeliyetçilik biçiminin tek yönlü mükemmeliyetçilik biçimine göre daha verimli olduğu tespit edilmiştir.

Bencik (2006), üstün yetenekli olan lise öğrencileriyle yaptığı çalışmasında, mükemmeliyetçilik yönelimleri ve benlik algısı arasında üstün yetenekli öğrencilerin mükemmeliyetçilik düzeyi arttıkça, benlik saygıları düzeyinin azaldığını saptamıştır.

Chang (2006a), üniversite öğrencileriyle çalışılan bazı psikolojik bozuklukların mükemmeliyetçilik açısından ilişkisini araştırmıştır. Bu araştırma bulgularına göre, üniversite öğrencilerinin mükemmeliyetçilik düzeyi yükseldikçe depresyon, anksiyete, düşmanlık gibi psikolojik bozukluklar da çoğalmaktadır. Uyumlu mükemmeliyetçilik yönelimi arttıkça, geleceği yönelik akademik başarı ve psikolojik iyi oluş düzeyinin de arttığını saptamıştır.

Bilge ve diğerleri (2010) üniversite de okuyan öğrencilerin ilişkilerini etkileyen değişkenleri araştırdıkları çalışmalarında ilişkinin bulup bulunmadığı veya ilişkisi bulunmadan geçen zamanlar dikkate alınmaksızın mükemmeliyetçiliğin bireyin yaşadığı ilişkiyi orta seviyede etkilediği saptanmıştır.

Turner ve Turner (2011) üniversite öğrencilerinden oluşan araştırmasında davranışsal engelleme ve uyumsuz mükemmeliyetçilik yönelimi arasında pozitif yönde anlamlı ilişki tespit etmiştir. Ayrıca araştırmasında ailenin sağladığı özerklik seviyesi yükseldikçe bireylerin uyumsuz mükemmeliyetçilik seviyelerinin de azaldığını bulmuştur.

Ayoğlu (2012) üniversite öğrencileriyle yaptığı yetişkin bağlanma tarzları, mükemmeliyetçilik yönelimleri ve algıladıkları psikolojik kontrolün obsesif belirtiler ve yorumlarla ilişkisini incelediği çalışmasında anne babaların çocuklarına yönelik uyguladıkları psikolojik kontrolün kişilerin kendi içinde uyumsuz bir mükemmeliyetçilik geliştirmelerine ve takıntılı bir inanç modeli kurulmasına neden olabileceği saptanmıştır.

Özteke (2015), romantik ilişki yaşayan üniversite öğrencilerinde bağlanma tarzlarında eş seçimlerin de sınırlandırıcı inançları, beden imgesi baş etme stratejileri ile romantik ilişkilerde mükemmeliyetçilik arasındaki ilişkiyi incelenmiştir. Araştırma sonuçlarına göre romantik ilişkilerdeki mükemmeliyetçilik ve beden imgesi, baş etme stratejileri, bağlanma ve eş seçiminde sınırlandırıcı inançlar arasında anlamlı düzeyde ilişkiler ortaya çıkmıştır.

2.2. Pozitif Psikoloji

Araştırmalar incelendiğinde, kişi ve toplumlardan birinin iyilik durumundaki yükselmenin, diğerklerine pozitif katkı sağladığı görölmektedir. Bireyleri harekete geçiren olumlu duygular, nazik davranma çerçevesinde sosyal ağıları güçlendirip toplumların iyilik halini artırmaktadır. Pozitif psikolojide bir kişinin kuvvetli yönleri bilimsel yöntemlerle çalışılırken sıradan bir kişi de nelerin işlediğı, olumlu gelişme gösterdiği ve geliştiğı incelenmektedir (Sheldon ve Kasser, 2001). İnsan tabiatının etkili biçimde nasıl işleyerek, bireylerin tüm zorluklara karşı pek çoğunun yaşam bütünlüğünü kaybetmeden sürdürmesinin ardındaki sebepleri araştırmaktadır. İnsan tabiatındaki olumlu yanların, ayırt edilerek bunların geliştirilmesi gerektiğini savunmaktadır. Başka bir deyişle psikologlar kişilerin kötü yanlarının yanında iyi ve kuvvetli yanlarını da gördüklerinde insanın tabiatıyla ilgili önemli bir anlayışı geliştirebileceklerdir (Seldon ve Kasser, 2001). Pozitif psikolojinin kurucusu kabul edilen Martin E.P. Seligman psikolojinin sadece bozulan işlevselliğı, zayıflığı, hastalıkları inceleyen ve düzelten bir dal değil, pozitif yanların da gelişimini sağladığını öne sürmektedir. Bireyler sorun yaşadıklarında sadece daha az üzüntü ve endişe duymanın ötesinde yaşamdan keyif alabilmeyi, daha fazla doyum elde edebilmeyi istemektedirler. Sadece zayıf yanların düzeltilmesi değil bununla birlikte var olan potansiyellerinin hedef ve anlam duygusu bağlamında gelişmesini istemektedirler. Ancak birey bu yaşantıları sadece sorunun ortadan kaldırılması sayesinde kazanmaktadır. Pozitif psikoloji bireyin güçlü yanlarına yaratıcılık, bilgelik, hayal gücü, iyi oluş, akışta nelerin yolunda gittiğine ve mutluluk gibi olumlu özelliklerine odaklanmaktadır. Pozitif psikoloji sadece olumlu duygu ve düşünceleri değil bundan daha fazlasını ifade etmektedir. Birey ve toplulukların zayıf duruma gelmesine sebep olan nedenlere değil, geliştiren nedenlere odaklanmaktadır.

Pozitif psikoloji pozitif deneyimleri zaman boyutlarına göre incelemektedir. Buna göre bireyin geçmiş yaşantıları iyi oluşu ve yaşam doyumunu içerirken şimdi ki yaşantıları hayatın akış deneyimi ve mutluluk kavramını kapsar ve gelecek yaşantıları da umut ve optimizme yoğunlaşmaktadır.

Pozitif psikoloji kendi içinde Ryff'a (1989)

1) Ödonomik, hayatı yüksek düzeyde en iyi şekilde yaşayarak ve bireylerin güçlkle başa çıkması ve bu sayede bireysel gelişimini hissetmeleridir.

2) Hedonik, kişinin hayattan aldığı hazzı ifade eder, olumlu duyguları arttırmak ve olumsuz duyguları azaltmak temel amaçlardır.

2.2.1 Psikolojik İyi Oluş

Psikolojik iyi olma kavramı ilk olarak Bradburn'un (1969) The Structure of Psychological Well-Beings isimli yayınında bulunmaktadır. Yunanlı felsefecilerin çalışmalarına baktığında mutluluğu arama ve kişinin ruhsal açıdan kendini iyi hissetmesinden etkilenmiş olan Bradburn, bunların psikolojik iyi oluşun temelini oluşturduğunu kabul etmiştir. Yunanca mutluluk demek olan "Eudaemonia" kişinin psikolojik halini açıklamak için kullanılmıştır (Hamurcu,2011).

Psikolojik iyi olma, ilkçağ düşünürlerinin işlemesiyle başlayan ve bugün de üzerinde tartışılan bir terimdir. Temelde "iyi olma/oluş" içinde birbirini tamamlayan akıl, beden ve ruhun bir bütünü oluşturduğu bütüncül bir yapıyı ifade eder bu yapı bireylerin sağlıklı zihinsel, bedensel ve ruhsal yaşam biçimidir (Timur, 2008: 24).

Literatürü incelediğimizde psikolojik iyi olmanın, kişisel gelişim, başkalarıyla vasıflı ilişkiler kurma, anlamlı amaçları sürdürme, yaratıcılık gibi olumlu insan özelliklerini kapsayan bir kavram olduğu ileri sürülse de farklı psikolojik iyi olma çalışmaları incelendiğinde başka modellerinde olduğu görülür. Bu sebeple duygusal, fiziksel, ruhsal, bilişsel, kişisel ve sosyal gelişen olaylarla da ilişkili olarak psikolojik iyi olmanın kavram haritasının çıkarabileceği ileri sürülmüştür. (Ryff, 1989: 1069)

Bireyin, sosyal ilişkiler kalitesi, kendi yaşamıyla ilgili sorumluluk alması, hali hazırda olan potansiyelini kullanması ve yaşam hedeflerinin olup olmadığı psikolojik iyi olma kavramının unsurlarını kapsamaktadır. Bireyin kendini ve yaşam kalitesini nitelendirmesinde kullanılan psikolojik iyi olma kavramı, pozitif sosyal ilişkiler kurma, özerklik, kendini kabul, çevresel unsurları kontrol, ve hayatında anlam gibi öğelerden oluştuğu belirtilmektedir (Ryff, 1989, 1069-1081).

Psikolojik iyi oluşa çok sayıda psikolog, sosyal araştırmacı ve bilim insanları farklı çerçevelerden bakış açıları ve anlamlar getirmişlerdir. Psikolojik iyi oluş kavramının yapısını Carol Ryff 'Çok Boyutlu Psikolojik İyi Olma Model'iyle' oluşturur. Ryff'in kuramının gelişmesinde Maslow (1968)'un çalışması olan kendini

gerçekleştirme kavramı, Allport (1961)'un olgunluk kavramı, Jung (1933)'un bireyselleşme süreci çalışmasıyla Rogers (1961)'in kendini gerçekleştirme kavramlarından etkilenmiştir. Yaşam boyu gelişim kuramlarının da psikolojik iyi oluş üzerinde önemli katkıları vardır. Buhler (1935)'in yaşam eğilimleri, Erikson (1959)'un psikososyal gelişim aşamaları çalışması, Neuşarten (19168)'in yaşlılıktaki kişilik türleri ve Johada (1958)'nın olumlu ruh sağlığı çalışması gibi gelişim kuramlarından ve psikolojik sağlıklılıkla ilgili düşüncelerinden etkilenecek kuramını şekillendirmiştir (Ryff, 1989).

Psikoanalitik kurama göre kişinin iyi oluşunu egonun öncülüğüyle id, ego, süper ego üçlünün uyum halinde çalışması sağlar. Psikoanalitik kuramın kurucularından olan Freud, bireyin yaşadığı sürece karşısına mutlaka olumsuzluklar, mutsuzluklar, üzüntüler çıkabileceğini ifade etmiştir. İnsanın karşılaştığı olumsuzluklara rağmen ayakta kalması, psikolojik sağlıklılığ, çalışma ve sevmeye gayretiyle mümkündür(Ewen, 1988; Akt: Cenkseven,2004).

Jung'a göre insanın psikolojik olarak sağlıklı olmasını sağlayan durumlar hayatında karşısına çıkan görevleri yerine getirmesinin, bireyselleşme sürecinin sonucu olarak kendini tanıması ve tamamlamasına bağlı olmaktadır.(Cenkseven,2004).

Adler'e göre, bireyin psikolojik olarak sağlıklı olması ilk olarak birlikte yaşadığı toplumun kurallarını öğrenmesi, içselleştirmesi, bunları uygulaması, hayatında kullanarak meslek edinmesi, sevmeye ve sevilmeye hazır durumda bulunmasını sağlayacak duygusal gelişimi tamamlaması ile gerçekleşecektir (Ewen, 1988; Akt: Cenkseven,2004). Fromm ise, bireyin özgürlüğünü kazanmasında, kendi özbenliğini yitirmeden yalnızlık ve çaresizlik hislerinden çıkacağını düşünmektedir. Bu şekilde başkalarıyla uyuma, dayanışma, sevgi ve paylaşma bağlamıyla bütünleşme içinde olacaktır. Böylelikle bireyin psikolojik olarak sağlıklı olacağı beklenmektedir. (Geçtan, 1998; Lindzey, 1973, Akt: Kılıççı, 1992, Cenkseven 2004).

Rogers için işlevde bulunan birey ancak tam olarak bunu gerçekleştirdiğinde psikolojik sağlıklı denilebilmektedir. İşlevleri tam olarak gerçekleştiren insanlar, kendine güvenen, yeni yaşantı ve eleştirilere açık insanlardır. Bu tip insanlar değerlendirme yaparken başkalarının duygu ve

düşünceleriyle değil bireysel olarak değerlendirebilen, kendi gelişimlerini sürdürmeye istekli, yaratıcı ve özgüveni yüksek insanlardır (Schultz ve Schultz,2001; Akt. Cenkseven, 2004).

Bradburn ve öğrencileri psikolojik iyi olmayı insanın yapısında olan negatif ve pozitif duygulanım öğelerinin birbiriyle ahenkli ve denge içerisinde olmasıdır (Bradburn, 1969).

Jahoda ‘ya göre insanların akıl sağlığının yerinde bulunması için kişinin kendine yönelik olumlu tutumları, gerçeklik bilincinde olma, otonomi, büyüme ve kendini gerçekleştirme, çevreye hakim olma ve kişiliğin bütünleşmesi özellikleri olmalıdır (Akt: Ryff, 1989).

Ryff iyi oluşla ilgili pek çok çalışma yapmıştır.

Ryff(1989) iyi oluşun çalışmalarında insanların mutluluk hissi olmadığını belirtmektedir. İyi oluş, bireyin kendi potansiyelinin farkında olarak bunu en üst düzeyde kullanarak kendini geliştirmesidir.

Çalışmalarında gelişim psikolojisinden etkilenen Ryff, birey de işlevsellik, olgunlaşma ve kendini gerçekleştirme gibi kavramların üstünde durmuştur. Ryff, psikolojik iyi oluşu bu doğrultuda olumlu psikolojik işlevsellik olarak tanımlamaktadır (Akt. Kuyumcu, 2012).

Yapılan çalışmalar psikolojik iyi oluşla ilgili sınıflandırmalar üzerinde durmaktadır (Ryff, 1989; 1995 ve Singer, 2008; Akt, Kuyumcu, 2012).

Diğerleriyle Olumlu İlişkiler: (Positive relations with others) İnsanlarla etkin iletişime geçebilen ve etkileşim halinde olduklarıyla daha etkin iletişim kurabilen, empati yapabilen, başkalarına yardım edebilen yada yardım alabilen, kurduğu ilişkilerden tat alabilen ve başkalarına karşı güven duygusu gelişmiş insan özellikleri olarak tanımlanabilir.

Özerklik (Autonomy): Toplumun yapısı gereği insandan beklentileri vardır. İnsan bu yapı içerisinde hem bu beklentileri karşılamaya çalışan hem de kendine özgü özellikler barındıran sosyal bir varlıktır. Özerlik, insanın toplumsal beklentilere kişisel özellikleriyle kendi duygu ve düşüncesine göre düzenlenmesidir. Yani kişinin kendi hür iradesini kullanabilmesidir.

Çevre Hakimiyeti (Environmental mastery): kişilerin kendi kişilik yapısı veya ruhsal haline uygun hür iradesiyle arkadaş edinme ve çevre oluşturabilmesi olarak tanımlanabilir. Buna ek olarak akıl sağlığı kuramcıları için bu kavram zihinsel sağlık bakımından kritik önem taşımaktadır.

Kişisel Gelişim (Personal growth), İnsanların var olan potansiyellerini fark etmesi, geliştirmesi yani kendini gerçekleştirmeyle ilgilidir. Bireyin bu yönde çalışarak büyüme ve gelişme göstermesi önemlidir. Kişi her zaman kendini ve mevcut potansiyelini kullanmalı, geliştirmeli ve bunu arttırmalıdır. Aristo'nun "eudemonia" tarifine en benzer olan özelliktir.

Yaşam Amacı (Purpose in life), insanın yaşam amacını araması bunu bulması ve amacını anlamlandırabilmesi ve bunun farkında olmasıdır. Hayatın içinde yaşam sebeplerinin olması hem geçmiş hem de gelecek yaşantısına anlam verebilmesidir. İnsanların yaşantıları sonucu elde ettikleri deneyimlerin anlam ve amacı vardır. Sarte'nin otantik yaşama algısı, Frankl'ın "hayatta anlam arayışı" ile ilgili fikirleri bu boyutu etkilemiştir.

Kendini Kabul (Self Acceptance), bireyin ne düşündüğünün ne hissettiğinin ve nasıl davrandığının farkında olması ve kendine karşı pozitif bir tutum sergilemesidir. Birey, güçlü yönlerinin yanı sıra güçsüz yönlerini de bilmeli ve kabullenmelidir. Bireyin kendisiyle barışık ve kendine karşı pozitif duygulanım da olması olarak açıklanabilir.

2.3. Travma

Travma, bireyin karşı çıkamadığı bir güçten dolayı çaresiz kaldığı, anlamlandırma, denetleme ve bağlantı kurmasını sağlayan baş etme sistemlerini etkisiz hale geldiği, kendi acizliğiyle karşı karşıya bırakıldığı durumdur. Travma halinin diğer olumsuz yaşantılardan farkı bireyin beden bütünlüğüne ya da hayatını sürdürmesine karşı tehdit oluşturması, ölüm yada şiddetle karşı karşıya kalmasıdır. Travma nadir görülmesi ve yaşantılara uyum sağlarken yararlanılan baş etme sistemlerini kullanamayacak derecede şiddetli olması sebebiyle sıra dışı bir durumdur. Doğal afetler, kazalar, ani yaralanmalar tecavüz, savaş, tutsak düşmek, aniden bir yakının ölümü, birdenbire gelişen hastalıklar ve ağır derece yanık durumları tipik travmatik yaşantılardır (Türksoy,2003).

ICD-10'a göre travma, bireyi tehdit eden, olağan dışı stresi olan, tüm bireyler için sıkıntıya neden olabilecek olaylara (insan eliyle gerçekleşen yıkımlar, doğal afetler, ağır kazalar gibi) karşın uzamış ya da gecikmiş şekilde meydana gelen uzun yada kısa süreli yanıttır (Akt., Kıvılcım,2015).

DSM-5'e göre travma, sahici bir ölüm tehditi olan, doğrudan doğruya cinsel saldırı veya ciddi yaralanmalarla bireyin karşı karşıya kalması, başkalarının başına gelen hadiselerle tanık olması, bir yakınının zedeleyici durumunu öğrenme ve rahatsızlık veren detayları tekrarlayıcı şekilde yaşamak olarak tanımlanmıştır (APA,2013).

Travmalar, beklenmedik zamanlarda karşı konulamayan şiddet ya da duygusal saldırı durumları sonucunda oluşmaktadır (Terr, 1990). Bireylerin deneyimlediği travma yaşantılarından etkilenmeleri, hadisenin şiddetiyle, benlik gücüyle, bireyin genetik özellikleriyle ve baş etme sistemleriyle ilişkilidir (Öztürk ve Uluşahin 2008).

Travma sırasında travmaya maruz kalan kişi ezici türden bir gücün etkisiyle çaresiz bırakılır. Bahsedilen bu güç doğadan ise afetler söz konusudur. Güç, insan tarafından gerçekleştiğinde vahşet söz konusudur. Bütün bu olaylar insanın anlam, ilişki kurma ve kontrol hissi veren normal davranışlarının mekanizmasını altüst etmektedir (Herman,2016).

Travmatik olayla karşı karşıya kalan kişiler genel de ilk dakikalar şok halindelerdir.

Mekan, kişi ve zaman yöneliminde bozukluklar görülebilir, algıda sapma, kendinden geçmek ve olayla ilgili bellek kayıpları olabilir. Şok semptomlarını izleyen ikinci dönemdeyse bireyler genel de telkine açıktır. Yardımcı olmaya gelen insanların önerilerini izlerler. Bundan sonra toparlanma dönemine geçen birey, dengesini yeniden sağlamaya başlar. Çoğunlukla huzursuz ve çekingendir, başından geçen olayları anımsar, çabuk yorularak konsantre olmakta güçlükler çeker (Geçtan, 2003).

Travma yaşayan bireyler, kurban olma, hayatta kalma ve başarılı olma aşamalarından geçmektedir. Birey travmatik yaşantı ile karşılaşp kurban kimliğini kabullenince, kendi iç dünyası ve başkalarıyla problem yaşayabilir. Özgüvenini kaybeden birey, duygusal, fiziksel ve mali anlamda problemler yaşayarak başkalarına bağımlı kalabilir ve bu durum onu travmalara daha açık duruma getirir. Hayatta kalma

döneminde kişi, travma ve gücünü bastırmaz, bedensel ve psikolojik etkilerini ortaya çıkarır. Bu sayede travmanın olumsuz etkilerinde azalmalar gözlenir. Başarma döneminde ise birey artık incinme odağı yerine, kendi geleceğine odaklıdır. Hayatının bundan sonrasıyla ilgili planlar yapmaktadır. Travmanın etkisi olabildiğince azalmıştır (Akcanbaş,2010).

Travma yaşayan biri, bu süreçte yalnızca yakın çevresinden değil, içinde bulunduğu toplumdan destek bulmak istemektedir. Travma etkisinin azalmasında içinde yaşadığı aidiyet hissettiği toplumun da rolü büyüktür. Bireyin travmatik olduğu toplum tarafından kabul edilirse kişinin yaşadığı zarardan toplum mesuliyet alır ve o zararı tamir etmeye çalışır. Travma mağduru kişinin travmatizasyonunun iyileştirilmesinde toplum tarafından ayırt etme ve onarma tepkisi gereklidir. Savaşlardan sonra toplumun savaşı anlamlı bulması ve savaşan askerleri yüceltmesi, cinsel saldırıya maruz kalmış bireyler için ve aile içi şiddete uğramış bireyler için de adaleti sağlamak çok önemlidir (Türksoy,2003).

Travmatik yaşantıların fiziksel ve ruhsal birçok etkisi olabilir. Travmatik yaşantı sonucunda panik, kaygı, depresif semptomlar, travma sonrası stres, intihar ve bağımlılık gibi sonuçlarla karşılaşılabilir. Travma yaşayan bireylerin travmadan sonra oluşabilecek psikolojik sorunları, cinsiyeti, medeni hali, eğitim düzeyi, sosyoekonomik durumu, ailesindeki psikolojik rahatsızlık öyküsü, travmanın şiddet düzeyi, travma sırasındaki korku şiddeti, travmadan önce ve sonra yaşanan olaylar, maddi kayıp ve sosyal kayba benzer pek çok etmenden etkilenir (Kılıç,2003). Travma potansiyeli olan duruma karşı bireyin tepkisini etkileyen unsurlardan birisi de yaşıdır (Türksoy,2003). Travmatik bir yaşantı her yaşta psikolojik problemlere neden olsa da travma ile başa çıkma gücü yeterince olmayan çocukluk döneminde bu risk daha fazladır (Kefeli,2017).

2.3.1. Çocukluk Çağı Travmaları

Çocukluk döneminde yaşanan ruhsal travmalar, çocuğa bakım sağlayan kişiler veya yabancı kişiler tarafından, çocuğun ruhsal ve fiziksel durumuna zarar veren, sosyal gelişimini olumsuz yönde etkileyen biçimde çocuğun maruz kaldığı duygusal, fiziksel ve cinsel kullanımların, ihmal ve ticari gayelerle

sömürülmesini kapsamaktadır (Şahin,2008). Çocuk istismarı yada ihmali genellikle çocuğa kötü davranmayı kapsayan bir kavramdır (Yurdakök,2010)

Çocuğun bakımından mesul bireylerin, çocuğa zarar veren hareketleri çocuk istismarını içerirken, çocuğun bakım ve korunması yetersiz düzeydeyse çocuk ihmali olarak tanımlanmaktadır (Lynch,1999).

Aile ve çevresindeki kişilerce uygulanan, ağır fiziksel ve duygusal yaralanma, ölümle sonuçlanabilecek davranışlar ya da davranış girişimleri, cinsel kullanımı ve terk edilmesi çocuk istismarı olarak değerlendirilmektedir. Çocuklar da yaşanan ihmalin istismardan farkı, ebeveynlerin sorumluluklarını yerine getirmeme davranışı olduğu için ihmalin ayırt edilmesi daha güçtür. Fakat toplumda çocuk ihmaliyle sık sık karşılaşmaktadır. Bununla birlikte ihmal yaşantısı heterojen ve kompleks bir yapıya sahiptir. Büyük oranda başka kötü davranışlarla beraber görülür (Ayvaz ve Aksoy,2004; Mennen, Kim, Sang ve Trickett,2010).Fiziksel ve duygusal ihtiyaçları karşılanmayan çocukların yetişkinlik çağlarında yaşanabilecek psikolojik problemler için risk durumu taşımaktadır.

2.3.1.1. Fiziksel İstismar

Yetişkinler tarafından çocuğun maruz kaldığı, kaza nedeniyle olmayan, çocukta fiziksel hasara yada yaraya hatta ölüme neden olabilecek davranışlara fiziksel istismar olarak tanımlanmaktadır (Kozcu,1991). Çocuğa vurmak, sarsmak, boğmak, itmek gibi hareketler fiziksel istismar içindedir (Butchart ve ark.,2006). Bununla birlikte fiziksel olarak çocuğun canını acıtan; kulağını çekmek, saçını çekmek, çimdikleme, bir yere kapatmak yada kilitlemek, belli bir şekilde durması şeklinde onu cezalandırmak gibi hareketler de fiziksel istismar kapsamındadır (Korkmazlar ve ark.,2010). Fiziksel istismar iç organları, lif ve kemikler, duyu organları ve yumuşak dokularda hasara neden olabilir (Meadow,2007).Fakat bu istismarın zararları sadece fiziksel olarak kalmamaktadır. Çocuğun kognitif, psikolojik ve duygusal düzeylerinin gelişimi de olumsuz etkilenmektedir (O'hagan,2006).

Aile içi şiddetin büyük bir kısmını disiplin veya terbiye için verilen cezalar oluşturur.Bu maksatla uygulanan fiziksel ceza yaptırımları, fiziksel istismara kadar ulaşabilmektedir. Bu vaziyet çocuklar ve ergenler üstünde pek çok olumsuz etkiye neden olmaktadır. Fiziksel ceza karşısında kalan çocuk içine kapanır ve yoğun kaygı hissiyle başa çıkmaya çalışmaktadır. Bununla birlikte benlik kavramı da zedelenen

çocuğun şiddet içeren davranışları ve saldırganca tutumları olabilir. İstismar şeklinde bir fiziksel cezaya maruz kalan çocuk korku, çaresizlik ve kendini değersiz hissetmektedir. Çocukluk çağında bu olaylara maruz kalan kişilerin ilerleyen zamanlarda yoğun kaygı ve depresyon yaşayarak sosyal ilişkilerinde olumsuz oldukları bildirilmektedir. Nesilden nesle aktarılan fiziksel şiddetin sosyal öğrenme kuramınca anne babasının davranışlarını gözleyen çocuğun şiddet ve şiddet kullanma davranışının normal olduğunu öğrenmektedir (Bakış ve çam,2005; Paavilainen ve Tarkka, 2003).

Çocukların kaza olmayan sebeplerle yara almaları ya da ailesinin yeterince gözetememesinden dolayı oluşan kazalar istismar içerisinde değerlendirilirken, çocuğun yaşıyla orantılı olmayan, kendiliğinden olma olasılığı düşük hasarlarda da istismardan şüphe edilmelidir. Kazadan farklı olarak meydana gelen travmalar genel de çocuğa ceza vermek isteyen ebeveynin kontrolünü kaybetmesiyle ortaya çıkar. Ebeveyn tarafından nasıl ortaya çıktığı yeteri kadar açıklanamayan morluklar tipik başvuruları oluşturur (Kara ve ark.,2004). Bebeklik çağında görülen fiziksel istismar çocuklarda babalarına göre anneleri tarafından 5 kat daha fazladır. Ergenlik çağındaysa fiziksel istismar babalarda, annelere oranla 2 kat daha fazladır ve kızlar erkeklere oranla daha fazla maruz kalmaktadır (Derman,2010).

Kötü davranışlar sonucu olan çocuk ölümlerinin nerdeyse yarısına yakını fiziksel kuvvet kullanma sonucu olmuştur. Fiziksel şiddet yüzünden ölen çocuklarda ölüm nedeni kontrolünü yitirmiş olan yetişkinin ansızın şiddet göstermesi sonucunda olurken, ara sıra da sistemli olarak uygulanan şiddet ve dayanın birikimi sonucudur. Çocuklarda fiziksel şiddet nedeniyle ölümlerde en fazla risk ihtimalini beş yaşın altındakiler oluşturmaktadır (Knutson,1995).

Fiziksel istismar yaşantılarının şimdi ve gelecek zaman boyutunda pek çok etkisi bulunmaktadır. Bu yaşantısı olan çocuklar, davranışsal, duygusal ve akademik konuda sorunlu davranışlar göstermektedir. Çocukluk döneminde böyle yaşantılara maruz kalan kişilerde davranış bozuklukları ve karşıt gelme bozuklukları görülmektedir. Yetişkinlik çağlarında antisosyal kişilik bozukluğu ve depresif kişilik görülebilir. Bu kısır döngünün kırılması için eğitim, sağlık ve sosyal çalışmalar branşlarında önleyici toplumsal ve bireysel

yapılacak çalışmalarına ihtiyaç vardır (Gündüz ve Gökçakan,2004; Taner ve Gökler, 2004; Johnson ve ark., 1999).

2.3.1.2. Duygusal İstismar

Çocukların psikolojik ve duygusal sağlık durumlarını olumsuzluğa uğratacak biçimde, çocuğu sözel ifadelerle tehdit etmek, onun değerini ve şerefini sarsan yorumlar yapmak, onunla dalga geçmek duygusal olarak kötüye kullanılması olarak ifade edilmektedir (Walker ve ark.,1988).

Anne-baba veya çocuğa bakım vermekle sorumlu diğer kişilerden, çocuklara kendilerini küçük düşürülmüş hissettiren yorumları ve bu şekilde davranışlarıyla birlikte sevgiden mahrum etme, istenmeyen biri gibi hissettirme, psikolojik durumlarını ve biyolojik sağlıklarını tehlikeye sokan çeşitli davranışlar psikolojik kötü davranma olarak açıklanmaktadır (Rapp-Paglicci ve Loeber, 2007).

Duygusal istismar, çocuk ve ergenlik dönemindeki kişilere, onları tesir altında bırakacak tutum ve davranışlar göstermek, yeterli sevgi, ilgi ve bakımdan onları eksik bırakarak toplumsal ve bilimsel kriterlere göre psikolojik olarak zarar verme durumudur. Çocuğa bağırma, hakaret ve küfür etme, onu reddetme, korkutma, yalnız bırakma, bezdirme, tehdit etme, duygusal gereksinimlerini karşılamama, ayrımcılık yapmak, değer vermemek, dalga geçmek, lakap takmak, aşırı baskı ve otoriteye maruz bırakmak, yaşına oranla büyük sorumluluklar yüklemek, aşırı korumak ve diğerlerine bağımlı kılmak bazı duygusal istismar türlerindendir (Kara ve ark.,2004).

Çocukların oldukça büyük bir kısmı duygusal istismara maruz kalmaktadır. Bu durumun sıklıkla olması çocukta kalıcı ruhsal ve kognitif hasara sebep olur. Çocuğun duygularına, tutum ve hareketlerine yineleyici şekilde uygunsuz duygusal karşılık vermek duygusal istismar olarak açıklanmaktadır. Çocuğa salak gibi olumsuz sözler söylemek veya ondan nefret ettiğini söylemek duygusal istismar kapsamında incelenir. Duygusal istismara maruz kalan çocuğun duygusal gelişimini örselenmektedir. Bebeklik döneminde, konuşma gelişimini, duygularını olağan şekilde ifade etmesini ve kontrol etme becerilerinin gelişimini olumsuz yönde etkileyerek yavaşlatmaktadır. Çocukların ruhsal durumlarını, yetişkin ilişkilerini, eğitim hayatlarını, kültürel ve sosyal açıdan gelişmelerini ve ilerleyen yıllarda kariyer yaşantılarını olumsuz şekilde etkilemektedir (Clark ve Clark,2007; O'Hagan;2006).

Duygusal istismara yol açan nedenlere bakıldığında karşımıza sosyokültürel yapı çıkmaktadır. İşsiz kalma, yoksulluk, suç işleme durumları gibi fiziki şartlar riski arttırmaktadır. Genelde ebeveynlerin agresif, tehdit edici ve gergin olduğu görülmektedir. Duygusal istismar davranışına sahip ebeveynlerin kendi çocukluk dönemlerinde de duygusal istismar geçmişi bulunabilir. Bu ebeveynler de yaygın olarak alkol ve madde kullanımı görülmektedir (Polat, 2007).

Çocukluk çağı travmaları içinde bireyde duygusal istismar yaşantıları en uzun müddet etki bırakan bölümlerden biridir. Çocuk anne veya bakım verene bağlanmak istemektedir ve ihtiyaçlarının karşılanmasında en başta bu kişilerden yardım beklemektedir. Çocuklar bağlanmak istedikleri bu kişilerden bir istekte bulunduklarında, bu kişilerin onlara karşı tutumları kayıtsız olmak, ilgilenmemek, reddetmek hatta şiddet göstermek olursa çocuk psikolojik bir yıkıma uğramaktadır. Ebeveynleri tarafından seviilememek, reddedilmek ve ilgisiz kalmak çocuklar açısından acı vericidir. Bu durum çocuklar da düşük özgüvene ve gelişimlerinin yavaşlamasına sebep olmaktadır (Iwaniec, 2006). Duygusal istismara maruz kalan çocuklarda, yalan söyleme, gergin olma, bağımlı kişilik, hırsızlık yapma, depresyon, aileden uzaklaşma, tuvaletini altına kaçırma, cinayet işleme ve intihar etme gibi durumlarla karşılaşmaktadır (Polat, 2007).

Duygusal istismar diğer istismar türlerine oranla daha sık görülmektedir. Fakat anlaşılması, ispatlanması ve tanımlanması epey zor bir çocukluk dönemi travma yaşantısıdır (Mikaeili ve ark., 2013; Glaser, 2002).

2.3.1.3. Cinsel İstismar

Cinsel istismar, küçük yaşta ve psikososyal gelişimini henüz tamamlamamış bir çocuğun, yetişkin biri tarafından cinsel tatmin için kullanılmasıdır (Kara ve ark., 2004). Çocuğun izni olsun veya olmasın cinsel bölgelerine dokunmak, iffetine geçmek, açık saçık sözler söylemek, teşhircilik yapmak, yetişkinin cinsel organına dokunmaya yöneltmek veya zorlamak, cinsel şeyler izlettirmek, fuhuş veya pornografide kullanmak gibi davranışların tümü cinsel istismarın içindedir (Güner ve ark.,2010).

Cinsel istismar çocuğun yüzde 77 oranla ailesi, yüzde 11 oranla akrabaları, yüzde 5 oranla bakımıyla uğraşmayan kişiler, yüzde 2 oranıyla bakımıyla ilgilenen kişiler tarafından uygulanmaktadır (Kara ve ark. 2004). İstismarcı çocuğun tanıdığı ya da tanımadığı biri olabilir. Dış görünüşünün ötesinde genelde benlik saygısı olmayan, ürkek kişilik özellikleri barındırır. Yetişkin bireylerle ilişki kurmak onlar için zor olabilir. Başkaları üstünde güç sergileme gereksinimi çocuk kurban ederek karşılamaktadır. Çocuğa verdiği zararı kabul etmez (Polat,2006).

Duygusal boyutta en etkili ve zor olan cinsel istismarın aile içinden ya da çocukla akrabalık bağı bulunan kişiler tarafından yapılmaktadır. Ancak bu durumun ortaya çıkarılması epey zordur (Aydemir, 1994).

Cinsel istismar ciddi ve uzun vadede de olumsuzluklara yol açan bir toplumsal problemdir. Bazı psikolojik bozukluklar için cinsel istismar yaşantısı risk oluşturmaktadır (Fleming, 1998). Çocukluk döneminden sonra da devam eden tüm yaşamı etkilemektedir. Uzun vade de duygusal ve davranışsal boyutlarda bozukluklara neden olabilmektedir. Öfke, korku, düşmanca tutumlar, depresyon ve uygun olmayan cinsel davranışlar devam eden süreçte karşılaşılabilecek problemlerin bir bölümüdür. Cinsel istismar yaşantısına maruz kalan çocuk bunu tam olarak anlayamadığı için tek başına başa etmekte zorlanabilir bu yüzden mutlaka profesyonel bir yardım alınmalıdır (Ovayolu ve ark.,2017).

Cinsel istismar ergenlik döneminde daha sık görülmektedir. Ergenlik çağındaki kızlar erkeklere kıyasla 3 kat daha fazla cinsel istismar yaşantısına maruz kalmaktadır (Kanbur ve Akgül, 2010). Epey sık karşılaşılan cinsel istismar durumlarının çoğunlukla gizlendiği bilinmektedir. Cinsel istismar durumlarının sadece yüzde 15'lik kısmının bildirildiği belirtilmektedir. Cinsel istismara maruz kalanların yaşadıkları bu durumu anlatmama nedenleri, istismarın tehlikeli durumlar yaratması ihtimalinden korkmaları, diğerlerinin kendilerine inanmayacaklarını düşünmeleri, istismarı yapanı koruma ve utanma gibi durumlardır (Özdemir, 2010).

2.3.1.4. Fiziksel İhmal

Çocuğun sağlık hizmetleri, beslenme ve giyinme ihtiyaçları, tehlikeli durumlardan korunmak ve gözetlenmek için himaye altında olması, denetiminin sağlanması gibi koşullar sağlanamadığın da fiziksel ihmal kapsamına girmektedir. Çocuğun ilgiden yoksun bırakılması, dışlanması, tek başına bırakılması, evden

kovulması, yaşam gereksinimlerini sağlayamayacak ortamda olması, yıkanma ve temiz giyinme ihtiyaçlarının giderilmemesi, rahatsızlandığı, sağlığının bozulduğu, yaralandığı durumlarda gerekli tedavilerin yaptırılmaması şartlarına maruz kaldığı durumlar fiziksel ihmalin söz konusu olduğu durumlardır (Yurdakök ve İnce, 2010)

Fiziksel ihmale uğrayan çocukların anne babaları çocuğa karşı fazla tepkisel ve kızgın davranmaktadır. Ebeveyn ve çocuk arasındaki ilişkiye gerginliğin hakim olduğu ve ebeveynlerin çocuklarını problemli olarak değerlendirdikleri bildirilmektedir. /Stith ve ark., 2009).

Fiziksel ihmale maruz kalan çocuklar bu yaşantının izlerini taşımaktadır. Temizlik problemleri, açlık ve beraberinde gelişim de bozukluklar yaşamaktadırlar. Okul yaşantılarının da ciddi sorunlarla karşılaşır. Kaygı, çabuk öfkelenme ve korku gibi duyguları yoğun olarak yaşarlar, Ruhsal farklılıkları sık sık yaşarlar. (Berry ve ark., 2003).

Ekonomik faktörlerin yetersizliği, işsizlik ve yoksulluk durumları, ihmal de ciddi risk koşulları oluşturmaktadır. Evsiz insanlar yüzde 27 oranla fiziksel ihmal mağduru çocuklardan oluşmaktadırlar. Ağır geçim şartlarının da çocuğa gerekli sağlık hizmetlerinin verilmesi epey zordur. Bu şartlar çocukların hayat şartlarını olumsuz etkiler. Böyle durumlarda bazen çocuklar evden zalimce uzaklaştırılmaktadır. İhmale maruz kalan çocuklar epey zorlu deneyimler yaşamakta, şiddete başvurma durumlarında ve ilişkilerde problemler yaşamaktadır. İhmalde ailenin stresi oluşu ve sosyal ilişki azlığı diğer etkenlerdendir. Bu ailelerde eşler arasında sorunlar, kavgalar, anlaşmazlıklar ve çözümü olmayan tartışmalar olmaktadır. Kendi çocukluk döneminde böyle yaşantılara maruz kalan yetişkinler, çocuklarına da bunu yansıtmaktadırlar/Miyanyedi, 2009).

Evde çocuğa bakım verilebilecek uygun ortamın olmaması, sağlık şartlarının yerine getirilmemesi, çocukların gelişimini yaşlarına göre farklı boyutlar da etkilemektedir. Yürümeyi yeni öğrenmeye başlayan bir bebek için iğne, ilaç, ve buna benzeyen yaralayıcı maddeler ölümcül olabilirken, evin içinde zararlı kimyasallar olması, kolay ulaşılabilir yerlerde silah olması,

çakmak gibi bazı gereçlerin olması yaşı küçük çocuklar için ciddi düzeyde tehlike oluşturmaktadır (Polat,2007).

Fiziksel ihmalin olmaması için ekonomik destek ve iş imkanlarıyla ilgili problemlerin çözülmesi, ailelerin yoksulluk düzeylerinin giderilmesi, nüfus planlaması ve sosyoekonomik kriterlerin iyileştirilmesi ve meslek edinmeye karşı teşvik çalışmaları büyük önem taşımaktadır. (Öncü ve ark.,2012).

2.3.1.5. Duygusal İhmal

Çocuğa yetecek ölçüde ilgi gösterilmemesi, sevgi gereksiniminin karşılanmaması, bazı dönemlerde kontrol ve destekten yoksun bırakılması ve yalnızlığa mahkûm bırakılması duygusal ihmal içerisinde değerlendirilmektedir (Acehan ve ark., 2013).

Çocuğun sosyal alanlarda gelişimini sağlayacak aktivitelerin yapılmaması, sosyal kuralların yeteri kadar öğretilmemesi gibi davranışlarda duygusal ihmal kapsamına girmektedir (Yurdakök ve İnce.2010).

Duygusal istismarda tehdit etme, korkutma, istismar içerikli söylemler, fiziksel olmayan ama ağır ceza yaptırımları bulunurken, duygusal ihmalde duygusal boyutta desteklenmemesi, yeterince sevgi ve ilgiden mahrum bırakılması ve çocuğun şiddet yaşantılarına maruz kalmasına izin vermek yer almaktadır (Glaser, 2002).

Duygusal ihmal içerisinde çocuk ve bakımını sağlayan kişi arasındaki ilişki dört tabaka da incelenmiştir. Birinci kısmı çevresel ve sosyal faktörler oluşturmaktadır. Bakım sağlayan kişiye ait risk etmenleri ikinci kısmı oluşturur. Çocuk ve bakım sağlayan arasındaki ilişki üçüncü kısmı oluştururken çocuğun işlevsel olma durumu dördüncü kısmı oluşturmaktadır (Glaser, 2011).

İhtiyacı olan ilgi ve sevgiyi görmeyerek duygusal ihmale mahrum bırakılan, küçük yaşta kendi problemleriyle kendi başa çıkması beklenen ve bu problemleri çözmede yalnız bırakılan çocuklar, kendine güvenen, emin bireyler olarak yetişemezler ve bununla birlikte birçok defa evden kaçma hareketi sergileyebilirler (Yaşar ve Akduman, 2007).

3.YÖNTEM

3.1. Araştırmanın Modeli

Araştırma, ilişkisel tarama modeline uygun biçimde yapılmıştır. İlişkisel tarama modeli, değişkenler de kendi arasında değişim olup olmadığını ve değişimin miktarını belirlemek için kullanılan modeldir (Karasar, 2005).

3.2 Araştırmanın Evren ve Örneklemi

Araştırmanın evrenini İstanbul'da bulunan Haliç Üniversitesi, Marmara Üniversitesi ve Bahçeşehir Üniversitesi'nde eğitim gören hali hazırda romantik ilişkileri olan veya daha önce romantik ilişki yaşamış öğrenciler oluşturmaktadır. Araştırmaya katılan öğrenciler belirtilen üniversitelerin fen edebiyat fakültesi, mimarlık fakültesi, mühendislik fakültesi, işletme fakültesi, güzel sanatlar fakültesi, beden eğitimi ve spor yüksekokulu, hemşirelik yüksekokulu, İngilizce hazırlık ve sağlık bilimleri yüksekokulunda eğitim görmektedirler. Bu bağlamda, çalışmaya 170'i kadın (%45.3), 205'i erkek (%54.7) olmak üzere 375 kişi katılmıştır. Araştırmaya katılan genç yetişkin bireylerin yaş aralığı 18 ile 25 yaş arasında değişmektedir.

Araştırmanın örnekleme dair ayrıntılı bilgiler tablolar halinde aşağıda sunulmuştur.

Evren ve Örneklem

Araştırmanın seçilmiş 375 üniversite öğrencisi oluşturmaktadır ($\bar{x}$ =21.1 yaş Ss=2.00).

Çizelge 3.1: Örneklem ait tanımlayıcı bilgiler

	Gruplar	<i>f</i>	%
Cinsiyet	Kadın	170	45.3
	Erkek	205	54.7
Yaş	18 Yaş	41	10.9
	19 Yaş	53	14.1
	20 Yaş	55	14.7
	21 Yaş	75	20.0
	22 Yaş	56	14.9
	23 Yaş	46	12.3
	24 Yaş	21	5.6
	25 Yaş	28	7.5
Anne Eğitim Durumu	İlkokul	110	29.3
	Ortaokul	82	21.9
	Lise	136	36.3
	Üniversite	47	12.5
Baba Eğitim Durumu	İlkokul	72	19.2
	Ortaokul	85	22.7
	Lise	139	37.1
	Üniversite	79	21.1
Çalışma Durumu	Tam zamanlı	27	7.2
	Yarı zamanlı	67	17.9
	Çalışmıyor	281	74.9
Kardeş Sayısı	Tek Çocuk	31	8.3
	Bir kardeşi var	144	38.4
	İki kardeşi var	100	26.7
	3 ve daha fazla	100	26.7
Doğum Sırası	Tek çocuk	38	10.1
	İlk çocuk	138	36.8
	Ortanca çocuk	73	19.5
	Son çocuk	126	33.6
Ebeveyn beraberlik durumu	Evli beraber	322	85.9
	Evli ancak ayrı	9	2.4
	Boşanmış	21	5.6
	Biri veya ikisi vefat	23	6.1
Algılanan çocuk yetiştirme tutumu	Demokratik	133	35.5
	İlgisiz/reddedici	13	3.5
	Aşırı koruyucu	91	24.3
	Aşırı hoşgörülü	65	17.3
	Baskıcı/otoriter	48	12.8
	Mükemmeliyetçi	25	6.7

Çizelge 3.1’de görüldüğü üzere örneklem grubunu oluşturan 375 üniversite öğrencisinin 170’i (45.3) kadın, 205’i (%54,7) erkek, 41’i (%10,9) 18, 53’ü (%14,1) 19, 55’i (%14,7) 20, 75’i (%20) 21, 56’sı (%14,9) 22, 46’sı (12.3) 23, 21’i (%5,6) 24 ve 28’i (%7,5) 25 yaş grubundan kişilerden oluşmaktadır. Anne eğitim durumuna göre

110'un annesi (%29,3) ilkokul, 82'si (%21,9) ortaokul, 136'sı (%36,3) lise, 47'si (12.5) üniversite mezunudur. Baba eğitim durumuna göre 72'sinin babası (%19,2) ilkokul, 85'i (%22,7) ortaokul, 139'u (%37,1) lise, 79'u (21.1) üniversite mezunudur. Çalışma durumlarına göre 27'si (%7,2) tam zamanlı, 67'si (%17,9) yarı zamanlı çalışır, 281'i (74.9) ise çalışmaz. Kardeş sayılarına göre 31'i (%8,3) tek çocuk, 144'ü (%38,4) iki kardeş, 100'ü (%26,7) üç kardeş, 100'ü (%26,7) dört ve daha fazla kardeştir. Doğum sıralarına göre 38'i (%10,1) tek çocuk, 138'i (%36,8) ilk çocuk, 73'ü (%19,5) ortanca çocuk, 126'sı ise (%33,6) son çocuktur. Ebeveyn beraberlik durumuna göre 322'sinin ebeveyni (%85,9) evli ve beraber, 9'unun (%2,4) evli ancak ayrı, 21'inin (%5,6) ortanca çocuk, 23'ünün ise (%6,1) bir veya ikisi vefat etmiştir. Algılanan ebeveyn tutumuna göre ise 133'ü (%35,5) demokratik, 13'ü (%3,5) ilgisiz/reddedici, 91'i (%24,3) aşırı koruyucu, 65'i (%33,6) aşırı hoşgörülü, 48'i (%12,8) baskıcı/otoriter, 25'i (%6,7) mükemmeliyetçi ebeveyn tutumu algılamaktadırlar.

3.3 Veri Toplama Araçları

Veri toplama aşamasında, araştırmanın evren ve örnekleme bölümünde belirtilen kurumlardan gerekli izinler alınmış ve bu kurumlara bizzat gidilerek, araştırmaya katılmak isteyen bireylere ölçekler uygulanmıştır.

Araştırma veri toplama amacıyla demografik bilgi formuna ek olarak; “Romantik İlişkilerde Mükemmeliyetçilik Ölçeği”, “Çocukluk Çağı Travma Ölçeği”, “Psikolojik İyi Oluş Ölçeği” kullanılmıştır. Veri toplama araçları EK 1 EK 2 EK 3 EK4 ‘de verilmiştir.

3.3.1.Demografik Bilgi Formu

Demografik bilgi formu araştırmacı tarafından hazırlanmış olup içerisinde katılımcıların yaşı, cinsiyeti, anne eğitim durumu, baba eğitim durumu, çalışma durumu, kardeş sayısı, doğum sırası, ebeveyn beraberlik durumu, ebeveynlerinin çocuk yetiştirme tutumuna ilişkin maddeler yer almaktadır.

3.3.2. Romantik İlişkilerde Mükemmeliyetçilik Ölçeği:

Matte ve Lafontaine (2012) tarafından geliştirilen Romantik İlişkilerde Mükemmeliyetçilik Ölçeği'nin Türkçe'ye adaptasyon çalışmaları ise Akın, Erguvan, Akça, Göymen ve Akdeniz (2013) tarafından yapılmıştır. Kendine yönelik

mükemmeliyetçilik (1., 4., 6., 7., 9., 11., 12. Maddeler) ve diğerlerine yönelik mükemmeliyetçilik (2., 3., 5., 8., 10., 13., 14. Maddeler) olmak üzere iki alt boyuttan oluşmaktadır. Yedili Likert (1 = Hiç katılmıyorum, 7 = Çok fazla katılıyorum) 14 madde olarak oluşturulmuştur. Ölçeğin toplam puanı hesaplanmamakta, alt boyutlara göre sonuç vermektedir. Alınan puanların yükselmesi mükemmeliyetçilik seviyesinin artış göstermesi anlamına gelmektedir. Yapı geçerliği kapsamında yapılan doğrulayıcı faktör analizi sonucunda kurulan modelin iyi uyum verdiği görülmüştür ($\chi^2=159.75$, $sd=68$, $RMSEA=.077$, $AGFI=.86$, $GFI=.91$, $SRMR=.089$). Ölçeğin Türkçe formunun iç tutarlığa dair katsayıları ilgili boyutlar için sırasıyla .52 ve .59 olarak bulunmuştur.

3.3.3. Çocukluk Çağı Travma Ölçeği (CTQ-28):

Bernstein ve arkadaşlarının ilk olarak 1994 yılında geliştirmeye başladıkları ve sıraya dizilerek 70 madde ve 54 madde olarak tasarlanmış ölçeğin son versiyonu (2003) 28 madde içermekte olan haliyle uygulanmaya başlanmıştır(63). 5'li Likert türü 28 maddeden oluşan ölçeğin 5 alt ölçeği bulunmaktadır. Bunlar; Fiziksel ,Duygusal ve Cinsel İstismar, Fiziksel ve Duygusal İhmaldir. Ölçeğin toplam puanlarının yanı sıra alt boyutlarında da çocukluk çağı travma puanları hesaplanabilmektedir. Alt ölçeklerde Cinsel ve Fiziksel İstismar boyutları puanlarının kesme noktaları 5 puan, Duygusal İstismar ve Fiziksel İhmalin puanları için 7 puan, Duygusal İhmal puanı için de 12 puan olmak üzere toplam puan hesaplama işlemindeki kesme noktası 35 olarak belirlenmiştir. Alt ölçeklerdeki iç tutarlılığın katsayı değerleri 0.79-0.94 arasındadır. Şar ve arkadaşları 2012 de ölçeğin Türkçe geçerlilik-güvenilirlik çalışmasını yapmışlardır (64)

3.3.4. Psikolojik İyi Oluş Ölçeği:

Diener ve arkadaşları tarafından (2009; 2010) geliştirilerek ve Telef (2011;2013) tarafından Türkçeye uyarlanmış psikolojik iyi oluş ölçeğinin hedefi sosyo psikolojik iyi oluşu ölçmektir. Ölçekte bulunan 8 maddenin cevapları 1(kesinlikle katılmıyorum) ile 7 (kesinlikle katılıyorum) aralığında derecelendirilmiştir. Tüm maddelerin ifade ediliş şekilleri olumlu biçimdedir. Ölçekten alınacak en düşük puan 8, en yüksek puan 56'dır. Ölçeğin alt boyutları yoktur ve ölçekte verilen bütün maddelerin değerlerinin toplanmasıyla ölçekten alınacak toplam puana erişilmektedir. Ölçekten alınan yüksek puan kişinin psikolojik açıdan birçok kaynağa ve güce sahip olduğunu göstermektedir.

Psikolojik iyi oluş ölçeğinde geçerlik araştırması incelendiğinde açıklayıcı faktör analizi sonucu toplamda açıklanan varyans%42 olarak bulunmuştur. Doğrulamalı faktör analizi sonucuna bakıldığında uyum indeksleri istatistiksel açıdan anlamlı bulunmuştur (RMSEA= 0.08, SRMR=0.04, GFI= 0.96, NFI= 0.94, RFI= 0.92, CFI= 0.95, IFI=0.95). Ölçeğin güvenirlik çalışması incelendiğinde iç tutarlılık katsayısı .80 olarak tespit edilmiştir. Test tekrar test güvenirliği sonucuna göre iki uygulama aralığındaki ilişkinin .86 olduğu saptanmıştır.

3.4. Verilerin Analizi

Araştırma ile ilgili uygulama tamamlandıktan sonra bilgi toplamak üzere verilen formların tümü araştırmacı tarafından kontrol edilmiştir. Eksik ya da hatalı girilen ölçme araçları analizlere dahil edilmemiştir. Ölçek yoluyla elde edilen veriler sınıflandırılarak bilgisayar programına aktarılmıştır. Verilerin istatistiksel analizinde IBM SPSS Statistics 20 paket programı kullanılmıştır.

Üniversite öğrencilerinin kendine ve diğerlerine yönelik mükemmeliyetçilik ile çocukluk çağı travma ve psikolojik iyi oluş düzeyleri arasında anlamlı bir ilişkinin olup olmadığını belirleyebilmek için Pearson Momentler Çarpımı Korelasyon Katsayısı hesaplanmıştır. Bununla beraber çocukluk çağı travmaları ve psikolojik iyi oluşun birlikte kendine ve diğerlerine yönelik mükemmeliyetçilik düzeylerini yordamasına ise hiyerarşik regresyon analizi yöntemi ile bakılmıştır. Diğer taraftan, üniversite öğrencilerinin kendine ve diğerlerine yönelik mükemmeliyetçilik düzeylerinin cinsiyetleri açısından anlamlı farklılaşıp farklılaşmadığı belirleyebilmek için bağımsız örneklem t testi kullanılmıştır. Ek olarak, üniversite öğrencilerinin kendine ve diğerlerine yönelik mükemmeliyetçilik düzeylerinin anne eğitim, baba eğitim, çalışma durumu, kardeş sayısı, doğum sırası, ebeveynlerin birliktelik durumu ve algılanan ebeveyn tutumlarına göre farklılaşıp farklılaşmadığını saptayabilmek için tek yönlü varyans analizi (ANOVA) tekniği kullanılmıştır. ANOVA sonucunda ortaya çıkabilecek anlamlı farkın kaynağını belirleyebilmek için de Tukey çoklu karşılaştırma testi kullanılmıştır.

4.BULGULAR

Bu kısımda, araştırma verilerinin analizi sonucunda elde edilen istatistiksel analizlere dair bulgular tablolastırılarak verilmiştir.

4.1.Üniversite öğrencilerinin kendine ve diğerlerine yönelik mükemmeliyetçilik, çocukluk çoğu travmaları ve psikolojik iyi oluş düzeyleri arasında anlamlı bir ilişkinin olup olmadığına yönelik bulgular

Çizelge 4.1: Psikolojik İyi Oluş, Kendine ve Diğerlerine Yönelik Mükemmeliyetçilik ve Çocukluk Çoğu Travmaları Arasındaki İlişkileri Belirlemek İçin Yapılan Pearson Momentler Çarpımı Korelasyon Hesabı Sonuçları

Değişkenler	1	2	3	4	5	6	7	8	9
1.Psikolojik İyi O.	1	.30**	-.04	-.30**	-.20**	-.21**	-.22**	-.32**	-.14**
2.Ken. Yön Mük.		1	.02	-.03	.05	-.08	-.06	-.02	-.01
3.Diğ.Yöne. Mük.			1	.17**	.12**	.14**	.13**	.12*	.16**
4.Çocukluk Trav.				1	.79**	.77**	.71**	.80**	.69**
5.Duygusal İs.					1	.56**	.41**	.55**	.44**
6.Fiziksel İs.						1	.39**	.46**	.59**
7.Fiziksel İhmal							1	.53**	.42**
8.Duygusal İhmal								1	.32**
9.Cinsel İstismar									1
Ortalama ($\bar{x}$)	42.76	32.92	26.00	36.65	7.49	6.28	7.21	9.45	6.20
Std. Sapma (ss)	7.93	6.80	6.75	12.25	3.38	2.85	2.79	4.25	2.76

*p<.05, **p<.01

Çizelge 4.1 incelendiğinde kendine yönelik mükemmeliyetçilik ile psikolojik iyi oluş ($r=.30$; $p<.01$) puanları arasında pozitif yönde anlamlı ilişkiler bulunmuştur. Ancak kendine yönelik mükemmeliyetçilik ile diğerlerine yönelik mükemmeliyetçilik ($r=.02$; $p>.05$), çocukluk çağı travmaları ($r=-.03$; $p>.05$), duygusal istismar ($r=.05$; $p>.05$), fiziksel istismar ($r=-.08$; $p>.05$), fiziksel ihmal ($r=-.06$; $p>.05$), duygusal ihmal ($r=-.02$; $p>.05$) ve cinsel istismar ($r=-.01$, $p>.05$) puanları arasında anlamlı bir

ilişki bulunmamıştır. Diğer yandan diğerlerine yönelik mükemmeliyetçilik ile çocukluk çağı travmaları ($r=.17$; $p<.01$), duygusal istismar ($r=.12$; $p<.01$), fiziksel istismar ($r=.14$; $p<.01$), fiziksel ihmal ($r=.13$, $p<.01$), duygusal ihmal ($r=.12$; $p<.01$) ve cinsel istismar ($r=.16$; $p<.01$) puanları arasında negatif yönde anlamlı ilişkiler bulunmuştur. Fakat diğerlerine yönelik mükemmeliyetçilik ile psikolojik iyi oluş ($r=-.04$; $p>.05$) puanları arasında anlamlı bir ilişki bulunmamıştır.

Çizelge 4.2: Üniversite Öğrencilerinin Kendine Yönelik Mükemmeliyetçilik Puanlarının Yordanması

Yordayıcı Değişken		Kendine Yönelik Mükemmeliyetçilik				
		R^2	R^2 değişim	β	t	F
Aşama 1	Çocukluk çağı travmaları	.001	.001	-.018	-.637	.406
Aşama 2	Çocukluk çağı travmaları	.095	.094	.036	.029	19.491**
	Psikolojik iyi oluş			.275	6.208	

** $p<.01$

Yapılan regresyon analizi sonucunda, çocukluk çağı travmaları puanlarının üniversite öğrencilerinin kendine yönelik mükemmeliyetçilik puanlarını anlamlı düzeyde yordamadığı görülmüştür ($F=.406$, $p>.05$). Yapılan Hiyerarşik Regresyon Analizi sonucunda çocukluk çağı travmaları ile psikolojik iyi oluş puanlarının beraber kendine yönelik mükemmeliyetçilik puanlarını istatistiksel olarak anlamlı düzeyde yordadığı görülmüştür ($F=19.491$, $p<.01$). Çocukluk çağı travmaları puanı 1. aşamada tek başına toplam varyansın yaklaşık %1'ini açıklarken 2. aşamada psikolojik iyi oluş puanları ile beraber toplam varyansın yaklaşık % 9'unu açıkladığı belirlenmiştir.

Çizelge 4.3: Üniversite Öğrencilerinin Diğerlerine Yönelik Mükemmeliyetçilik Puanlarının Yordanması

Yordayıcı Değişken		Diğerlerine Yönelik Mükemmeliyetçilik				
		R^2	R^2 değişim	β	t	F
Aşama 1	Çocukluk çağı travmaları	.029	.032	.179	3.517	12.366**
Aşama 2	Çocukluk çağı travmaları	.027	.000	.183	3.417	6.193**
	Psikolojik iyi oluş			.012	.227	

** $p < .01$

Yapılan regresyon analizi sonucunda, çocukluk çağı travmaları puanlarının üniversite öğrencilerinin diğerlerine yönelik mükemmeliyetçilik puanlarını anlamlı düzeyde yordadığı görülmüştür ($F=12.366$, $p < .01$). Yapılan Hiyerarşik Regresyon Analizi sonucunda çocukluk çağı travmaları ile psikolojik iyi oluş puanlarının beraber diğerlerine yönelik mükemmeliyetçilik puanlarını istatistiksel olarak anlamlı düzeyde yordadığı görülmüştür ($F=6.193$, $p < .01$). Çocukluk çağı travmaları puanı 1. aşamada tek başına toplam varyansın yaklaşık %3'ünü açıklarken 2. aşamada psikolojik iyi oluş puanları ile beraber yine toplam varyansın yaklaşık %3'ünü açıkladığı belirlenmiştir.

4.2. Katılımcıların cinsiyetlerine göre kendilerine ve diğerlerine yönelik mükemmeliyetçilik düzeyleri anlamlı biçimde farklılaşmakta mıdır?

Araştırmanın katılımcılarını oluşturan bireylerin kendilerine ve diğerlerine yönelik mükemmeliyetçilik düzeylerinin cinsiyetlerine göre anlamlı biçimde farklılık gösterip göstermediğini değerlendirmek için iki ortalama arasındaki farkın anlamlılık testi olan bağımsız örneklemeler “t” testi tekniği gerçekleştirilmiştir. Bulgular Çizelge 4.4’te yer almaktadır.

Çizelge 4.4: Üniversite öğrencilerinin cinsiyetleri açısından kendilerine ve diğerlerine yönelik mükemmeliyetçilik yönelik t testi tablosu

Değişken	Cinsiyet	N	$\bar{X}$	ss	t	sd	p
Kendine yönelik mükemmeliyetçilik	Kadın	170	33.40	6.18	1.238	373	.21
	Erkek	205	32.52	7.26			

Diğerlerine yönelik mükemmeliyetçilik	Kadın	170	25.62	6.73	-.989373	.32
	Erkek	205	26.32	6.70		

Sonuçlar ele alındığında; üniversite öğrencilerinin cinsiyetleri açısından kendine yönelik mükemmeliyetçilik ($t_{0.05: 373} = 1.238, p > .05$) ve diğerlerine yönelik mükemmeliyetçilik ($t_{0.05: 373} = -.989, p > .05$) düzeyleri istatistiksel olarak anlamlı biçimde farklılaşma göstermemektedir. Bu sonuçlar değerlendirildiğinde, kadın ve erkek üniversite öğrencilerinin kendine ve diğerlerine yönelik mükemmeliyetçilik düzeylerinin birbirlerine benzer düzeyde oldukları söylenebilir.

4.3. Üniversite öğrencilerinin anne eğitim durumlarına göre kendine ve diğerlerine yönelik mükemmeliyetçilik düzeyleri anlamlı biçimde farklılaşmakta mıdır?

Bu alt problemde, araştırmanın katılımcılarını oluşturan üniversite öğrencilerinin kendine ve diğerlerine yönelik mükemmeliyetçilik düzeylerinin anne eğitim durumları açısından anlamlı bir farklılığın olup olmadığı ele alınmıştır. Bu doğrultuda anne eğitim durumu “ilkokul”, “ortaokul”, “lise” ve “üniversite ve üzeri” olarak değişen üniversite öğrencilerinin kendine ve diğerlerine yönelik mükemmeliyetçilik düzeylerine yönelik karşılaştırmaları tek yönlü varyans analizi (ANOVA) tekniği ile incelenmiştir. Anne eğitim durumları açısından kendine ve diğerlerine yönelik mükemmeliyetçiliğe ait puan ortalamaları Çizelge 4.5’te, puan ortalamaları arasındaki farkların anlamlı olup olmadığını ortaya çıkarmak amacıyla gerçekleştirilen tek yönlü varyans analizi sonuçları Çizelge 4.6’da yer almaktadır.

Çizelge 4.5: Üniversite öğrencilerinin anne eğitim durumlarına göre kendine ve diğerlerine yönelik mükemmeliyetçilik düzeylerine yönelik betimsel istatistikleri

Değişken	Anne Eğitim Durumu	N	$\bar{X}$	ss
Kendine yönelik mükemmeliyetçilik	İlkokul	110	34.34	6.05
	Ortaokul	82	23.29	7.22
	Lise	136	32.66	6.66
	Üniversite ve üzeri	47	31.42	7.67
Diğerlerine yönelik mükemmeliyetçilik	İlkokul	110	26.32	6.30
	Ortaokul	82	26.15	7.58

Lise	136	25.66	6.74
Üniversite ve üzeri	47	26.00	6.38

Çizelge 4.5 incelendiğinde; anne eğitim durumları farklı olan üniversite öğrencilerinin kendine ve diğerlerine yönelik mükemmeliyetçilik düzeylerine yönelik puan ortalamaları ve bu puanlara ait standart sapmaları görülmektedir. Çizelge 4.5’te görüleceği üzere kendine yönelik mükemmeliyetçilik boyutunda en yüksek puan ortalaması annesinin eğitim durumu ilkökul olan üniversite öğrencilerine aittir. Bu boyutta en düşük puan ortalaması ise annesi üniversite ve üzeri eğitim durumuna sahip üniversite öğrencilerine aittir. Diğer yandan, diğerlerine yönelik mükemmeliyetçilik boyutunda da en yüksek puan ortalaması annesinin eğitim durumu ilkökul olan üniversite öğrencilerine aittir. Yine, bu boyutta da en düşük puan ortalaması annesi üniversite ve üzeri eğitim durumuna sahip üniversite öğrencilerine aittir. Belirlenen bu anne eğitim durumları arasındaki farkın anlamlı olup olmadığı Çizelge 4.6’da sunulmuştur.

Çizelge 4.6: Üniversite öğrencilerinin kendine ve diğerlerine yönelik mükemmeliyetçilik düzeylerinin anne eğitim durumuna göre farklılaşma durumu ile ilgili Anova sonuçları

	Varyansın Kaynağı	Kareler Toplamı	sd	Kareler Ort.	F	p
Kendine yönelik mükemmeliyetçilik	Gruplararası	369.309	3	123.103	2.269	.056
	Grupiçi	16941.448	371	45.664		
Diğerlerine yönelik mükemmeliyetçilik	Gruplararası	29.378	3	9.793	.214	.887
	Grupiçi	17011.598	371	45.853		

Çizelge 4.6 incelendiğinde; anne eğitim durumu farklı olan üniversite öğrencilerinin kendine ve diğerlerine yönelik mükemmeliyetçilik düzeylerine yönelik puan ortalamaları arasındaki farka ilişkin varyans analizi bulguları görülmektedir. Ortaya çıkan sonuçlara göre anne eğitim durumu farklı olan üniversite öğrencilerinin kendine yönelik mükemmeliyetçilik ($F_{3-371} = 2.269$, $p > .05$) ve diğerlerine yönelik mükemmeliyetçilik ($F_{3-371} = .214$, $p > .05$) puan ortalamaları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık olmadığı görülmektedir. Tüm bu sonuçlara göre kendine ve diğerlerine yönelik mükemmeliyetçilik düzeyi açısından anne eğitim durumunun farklı olmasının anlamlı biçimde farklılık yaratmadığı belirlenmiştir.

4.4. Üniversite öğrencilerinin baba eğitim durumlarına göre kendine ve diğerlerine yönelik mükemmeliyetçilik düzeyleri anlamlı biçimde farklılaşmakta mıdır?

Bu alt problemde, araştırmanın katılımcılarını oluşturan üniversite öğrencilerinin kendine ve diğerlerine yönelik mükemmeliyetçilik düzeylerinin baba eğitim durumları açısından anlamlı bir farklılığın olup olmadığı ele alınmıştır. Bu doğrultuda baba eğitim durumu “ilkokul”, “ortaokul”, “lise” ve “üniversite ve üzeri” olarak değişen üniversite öğrencilerinin kendine ve diğerlerine yönelik mükemmeliyetçilik düzeylerine yönelik karşılaştırmaları tek yönlü varyans analizi (ANOVA) tekniği ile incelenmiştir. Baba eğitim durumları açısından kendine ve diğerlerine yönelik mükemmeliyetçiliğe ait puan ortalamaları Çizelge 4.7’de, puan ortalamaları arasındaki farkların anlamlı olup olmadığını ortaya çıkarmak amacıyla gerçekleştirilen tek yönlü varyans analizi sonuçları Çizelge 4.8’de yer almaktadır.

Çizelge 4.7: Üniversite öğrencilerinin baba eğitim durumlarına göre kendine ve diğerlerine yönelik mükemmeliyetçilik düzeylerine yönelik betimsel istatistikleri

Değişken	Baba Eğitim Durumu	N	$\bar{X}$	ss
Kendine yönelik mükemmeliyetçilik	İlkokul	72	33.98	6.14
	Ortaokul	85	32.90	6.19
	Lise	139	32.70	7.13
	Üniversite ve üzeri	79	32.35	7.39
Diğerlerine yönelik mükemmeliyetçilik	İlkokul	72	27.88	6.83
	Ortaokul	85	25.36	5.84
	Lise	139	25.74	6.70
	Üniversite ve üzeri	79	25.44	7.44

Çizelge 4.7 incelendiğinde; baba eğitim durumları farklı olan üniversite öğrencilerinin kendine ve diğerlerine yönelik mükemmeliyetçilik düzeylerine yönelik puan ortalamaları ve bu puanlara ait standart sapmaları görülmektedir. Çizelge 4.6’da görüleceği üzere kendine yönelik mükemmeliyetçilik boyutunda en yüksek puan ortalaması babasının eğitim durumu ilkokul olan üniversite öğrencilerine aittir. Bu boyutta en düşük puan ortalaması ise babası üniversite ve üzeri eğitim durumuna sahip

üniversite öğrencilerine aittir. Diğer yandan, diğerlerine yönelik mükemmeliyetçilik boyutunda da en yüksek puan ortalaması babasının eğitim durumu ilkökul olan üniversite öğrencilerine aittir. Bu boyutta en düşük puan ortalaması babası ortaokul eğitim durumuna sahip üniversite öğrencilerine aittir. Belirlenen bu anne eğitim durumları arasındaki farkın anlamlı olup olmadığı Çizelge 4.8’de sunulmuştur.

Çizelge 4.8: Üniversite öğrencilerinin kendine ve diğerlerine yönelik mükemmeliyetçilik düzeylerinin baba eğitim durumuna göre farklılaşma durumu ile ilgili Anova sonuçları

	Varyansın Kaynağı	Kareler Toplamı	sd	Kareler Ort.	F	p
Kendine yönelik mükemmeliyetçilik	Gruplararası	113.542	3	37.847	.816	.485
	Grupiçi	17197.216	371	46.354		
Diğerlerine yönelik mükemmeliyetçilik	Gruplararası	324.490	3	108.163	2.401	.068
	Grupiçi	16716.486	371	45.058		

Çizelge 4.8 incelendiğinde; baba eğitim durumu farklı olan üniversite öğrencilerinin kendine ve diğerlerine yönelik mükemmeliyetçilik düzeylerine yönelik puan ortalamaları arasındaki farka ilişkin varyans analizi bulguları görülmektedir. Ortaya çıkan sonuçlara göre baba eğitim durumu farklı olan üniversite öğrencilerinin kendine yönelik mükemmeliyetçilik ($F_{3-371} = .816$, $p > .05$) ve diğerlerine yönelik mükemmeliyetçilik ($F_{3-371} = 2.401$, $p > .05$) puan ortalamaları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık olmadığı görülmektedir. Bu sonuçlara göre kendine ve diğerlerine yönelik mükemmeliyetçilik düzeyi açısından baba eğitim durumunun farklı olmasının anlamlı biçimde farklılık yaratmadığı belirlenmiştir.

4.5. Üniversite öğrencilerinin çalışma durumlarına göre kendine ve diğerlerine yönelik mükemmeliyetçilik düzeyleri anlamlı biçimde farklılaşmakta mıdır?

Bu alt problemde, araştırmanın katılımcılarını oluşturan üniversite öğrencilerinin kendine ve diğerlerine yönelik mükemmeliyetçilik düzeylerinin çalışma durumları açısından anlamlı bir farklılığın olup olmadığı ele alınmıştır. Bu doğrultuda çalışma durumları “tam zamanlı çalışıyorum”, “part time çalışıyorum”, “hayır çalışmıyorum” olarak değişen üniversite öğrencilerinin kendine ve diğerlerine yönelik mükemmeliyetçilik düzeylerine yönelik karşılaştırmaları tek yönlü varyans analizi (ANOVA) tekniği ile incelenmiştir. Çalışma durumları açısından kendine ve

diğerlerine yönelik mükemmeliyetçiliğe ait puan ortalamaları Çizelge 4.9’da, puan ortalamaları arasındaki farkların anlamlı olup olmadığını ortaya çıkarmak amacıyla gerçekleştirilen tek yönlü varyans analizi sonuçları Çizelge 4.10’da yer almaktadır.

Çizelge 4.9: Üniversite öğrencilerinin çalışma durumlarına göre kendine ve diğerlerine yönelik mükemmeliyetçilik düzeyleri betimsel istatistikleri

Değişken	Çalışma durumu		$\bar{x}$	N	ss
Kendine yönelik mükemmeliyetçilik	Evet tam zamanlı	27	34.62	1.18	
	Evet part time	67	33.00	.81	
	Hayır çalışmıyorum	281	32.74	.41	
Diğerlerine yönelik mükemmeliyetçilik	Evet tam zamanlı	27	26.66	7.18	
	Evet part time	67	26.07	6.55	
	Hayır çalışmıyorum	281	25.92	6.77	

Çizelge 4.9 incelendiğinde; çalışma durumları farklı olan üniversite öğrencilerinin kendine ve diğerlerine yönelik mükemmeliyetçilik düzeylerine yönelik puan ortalamaları ve bu puanlara ait standart sapmaları görülmektedir. Çizelge 4.9’da görüleceği üzere kendine yönelik mükemmeliyetçilik boyutunda en yüksek puan ortalaması tam zamanlı çalışan üniversite öğrencilerine aittir. Bu boyutta en düşük puan ortalaması ise çalışmayan üniversite öğrencilerine aittir. Diğer yandan, diğerlerine yönelik mükemmeliyetçilik boyutunda da en yüksek puan ortalaması tam zamanlı çalışan üniversite öğrencilerine aittir. Bu boyutta da en düşük puan ortalaması ise çalışmayan üniversite öğrencilerine aittir. Belirlenen bu çalışma durumları arasındaki farkın anlamlı olup olmadığı Çizelge 4.10’da sunulmuştur.

Çizelge 4.10: Üniversite öğrencilerinin kendine ve diğerlerine yönelik mükemmeliyetçilik düzeylerinin çalışma durumuna göre farklılaşma durumu ile ilgili Anova sonuçları

	Varyansın Kaynağı	Kareler Toplamı	sd	Kareler Ort.	F	p
Kendine yönelik mükemmeliyetçilik	Gruplararası	88.425	2	44.213	.955	.386
	Grupiçi	17222.332	372	46.297		
Diğerlerine yönelik mükemmeliyetçilik	Gruplararası	13.773	2	6.886	.150	.860
	Grupiçi	17027.203	372	45.772		

Çizelge 4.10 incelendiğinde; çalışma durumu farklı olan üniversite öğrencilerinin kendine ve diğerlerine yönelik mükemmeliyetçilik düzeylerine yönelik puan ortalamaları arasındaki farka ilişkin varyans analizi bulguları görülmektedir. Ortaya çıkan sonuçlara göre çalışma durumu farklı olan üniversite öğrencilerinin kendine yönelik mükemmeliyetçilik ($F_{2-372} = .955, p > .05$) ve diğerlerine yönelik mükemmeliyetçilik ($F_{2-372} = .150, p > .05$) puan ortalamaları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık olmadığı görülmektedir. Bu sonuçlara göre kendine ve diğerlerine yönelik mükemmeliyetçilik düzeyi açısından çalışma durumunun farklı olmasının anlamlı biçimde farklılık yaratmadığı belirlenmiştir.

4.6. Üniversite öğrencilerinin kardeş sayılarına göre kendine ve diğerlerine yönelik mükemmeliyetçilik düzeyleri anlamlı biçimde farklılaşmakta mıdır?

Bu alt problemde, araştırmanın katılımcılarını oluşturan üniversite öğrencilerinin kendine ve diğerlerine yönelik mükemmeliyetçilik düzeylerinin kardeş sayıları açısından anlamlı bir farklılığın olup olmadığı ele alınmıştır. Bu doğrultuda kardeş sayıları “tek çocuk”, “bir kardeşim var”, “iki kardeşim var”, “üç ve daha fazla kardeşim var” olarak değişen üniversite öğrencilerinin kendine ve diğerlerine yönelik mükemmeliyetçilik düzeylerine yönelik karşılaştırmaları tek yönlü varyans analizi (ANOVA) tekniği ile incelenmiştir. Kardeş sayıları açısından kendine ve diğerlerine yönelik mükemmeliyetçiliğe ait puan ortalamaları Çizelge 4.11’de, puan ortalamaları arasındaki farkların anlamlı olup olmadığını ortaya çıkarmak amacıyla gerçekleştirilen tek yönlü varyans analizi sonuçları Çizelge 4.12’de yer almaktadır.

Çizelge 4.11: Üniversite öğrencilerinin kardeş sayılarına göre kendine ve diğerlerine yönelik mükemmeliyetçilik düzeylerinin betimsel istatistikleri

Değişken	Kardeş Sayıları	N	$\bar{X}$	ss
Kendine yönelik mükemmeliyetçilik	Tek çocuk	31	32.67	8.28
	Bir kardeşim var	144	33.20	6.68
	İki kardeşim var	100	32.61	6.44
	Üç ve daha fazla kardeşim var	100	32.91	6.91

	Tek çocuk	31	23.51	6.34
Diğerlerine yönelik mükemmeliyetçilik	Bir kardeşim var	144	25.71	6.85
	İki kardeşim var	100	26.66	7.26
	Üç ve daha fazla kardeşim var	100	26.55	6.03

Çizelge 4.11 incelendiğinde; kardeş sayıları farklı olan üniversite öğrencilerinin kendine ve diğerlerine yönelik mükemmeliyetçilik düzeylerine yönelik puan ortalamaları ve bu puanlara ait standart sapmaları görülmektedir. Çizelge 4.11’de görüleceği üzere kendine yönelik mükemmeliyetçilik boyutunda en yüksek puan ortalaması bir kardeşi olan üniversite öğrencilerine aittir. Bu boyutta en düşük puan ortalaması ise iki kardeşi olan üniversite öğrencilerine aittir. Diğer yandan, diğerlerine yönelik mükemmeliyetçilik boyutunda da en yüksek puan ortalaması iki kardeşi olan üniversite öğrencilerine aittir. Bu boyutta da en düşük puan ortalaması ise tek çocuk olan üniversite öğrencilerine aittir. Belirlenen bu çalışma durumları arasındaki farkın anlamlı olup olmadığı Çizelge 4.12’de sunulmuştur.

Çizelge 4.12: Üniversite öğrencilerinin kendine ve diğerlerine yönelik mükemmeliyetçilik düzeylerinin kardeş sayılarına göre farklılaşma durumu ile ilgili Anova sonuçları

	Varyansın Kaynağı	Kareler Toplamı	sd	Kareler Ort.	F	p
Kendine yönelik mükemmeliyetçilik	Gruplararası	22.843	3	7.614	.163	.921
	Grupiçi	17287.914	371	46.598		
Diğerlerine yönelik mükemmeliyetçilik	Gruplararası	276.718	3	92.239	2.041	.108
	Grupiçi	16764.258	371	45.187		

Çizelge 4.12 incelendiğinde; kardeş sayıları farklı olan üniversite öğrencilerinin kendine ve diğerlerine yönelik mükemmeliyetçilik düzeylerine yönelik puan ortalamaları arasındaki farka ilişkin varyans analizi bulguları görülmektedir. Ortaya çıkan sonuçlara göre kardeş sayıları farklı olan üniversite öğrencilerinin kendine yönelik mükemmeliyetçilik ($F_{3-371} = .163$, $p > .05$) ve diğerlerine yönelik mükemmeliyetçilik ($F_{3-371} = 2.041$, $p > .05$) puan ortalamaları arasında istatistiksel

olarak anlamlı bir farklılık olmadığı görülmektedir. Bu sonuçlara göre kendine ve diğerlerine yönelik mükemmeliyetçilik düzeyi açısından kardeş sayısının farklı olmasının anlamlı biçimde farklılık yaratmadığı belirlenmiştir.

4.7.Üniversite öğrencilerinin doğum sıralarına göre kendine ve diğerlerine yönelik mükemmeliyetçilik düzeyleri anlamlı biçimde farklılaşmakta mıdır?

Bu alt problemde, araştırmanın katılımcılarını oluşturan üniversite öğrencilerinin kendine ve diğerlerine yönelik mükemmeliyetçilik düzeylerinin doğum sıraları açısından anlamlı bir farklılığın olup olmadığı ele alınmıştır. Bu doğrultuda doğum sıraları “tek çocuk”, “ilk çocuğum”, “ortanca çocuğum” ve “son çocuğum” olarak değişen üniversite öğrencilerinin kendine ve diğerlerine yönelik mükemmeliyetçilik düzeylerine yönelik karşılaştırmaları tek yönlü varyans analizi (ANOVA) tekniği ile incelenmiştir. Doğum sıraları açısından kendine ve diğerlerine yönelik mükemmeliyetçiliğe ait puan ortalamaları Çizelge 4.13’te, puan ortalamaları arasındaki farkların anlamlı olup olmadığını ortaya çıkarmak amacıyla gerçekleştirilen tek yönlü varyans analizi sonuçları Çizelge 4.14’te yer almaktadır.

Çizelge 4.13: Üniversite öğrencilerinin doğum sıralarına göre kendine ve diğerlerine yönelik mükemmeliyetçilik düzeylerinin betimsel istatistikleri

Değişken	Kardeş Sayıları	N	$\bar{X}$	ss
Kendine yönelik mükemmeliyetçilik	Tek çocuk	38	32.65	7.91
	İlk çocuğum	138	32.47	6.64
	Ortanca çocuğum	73	32.95	6.82
	Son çocuğum	126	33.47	6.64
Diğerlerine yönelik mükemmeliyetçilik	Tek çocuk	38	24.28	6.60
	İlk çocuğum	138	26.44	7.08
	Ortanca çocuğum	73	25.94	6.48
	Son çocuğum	126	26.08	6.56

Çizelge 4.13 incelendiğinde; doğum sıraları farklı olan üniversite öğrencilerinin kendine ve diğerlerine yönelik mükemmeliyetçilik düzeylerine yönelik

puan ortalamaları ve bu puanlara ait standart sapmaları görülmektedir. Çizelge 4.13'te görüleceği üzere kendine yönelik mükemmeliyetçilik boyutunda en yüksek puan ortalaması doğum sırası son çocuk olan üniversite öğrencilerine aittir. Bu boyutta en düşük puan ortalaması ise doğum sırası ilk çocuk olan üniversite öğrencilerine aittir.

Diğer yandan, diğerlerine yönelik mükemmeliyetçilik boyutunda da en yüksek puan ortalaması doğum sırası son çocuk olan üniversite öğrencilerine aittir. Bu boyutta en düşük puan ortalaması ise doğum sırası tek çocuk olan üniversite öğrencilerine aittir. Belirlenen bu çalışma durumları arasındaki farkın anlamlı olup olmadığı Çizelge 4.15'te sunulmuştur.

Çizelge 4.14: Üniversite öğrencilerinin kendine ve diğerlerine yönelik mükemmeliyetçilik düzeylerinin doğum sıralarına göre farklılaşma durumu ile ilgili Anova sonuçları

	Varyansın Kaynağı	Kareler Toplamı	sd	Kareler Ort.	F	p
Kendine yönelik mükemmeliyetçilik	Gruplararası	69.515	3	23.172	.499	.683
	Grupiçi	17241.242	371	46.472		
Diğerlerine yönelik mükemmeliyetçilik	Gruplararası	139.303	3	46.434	1.019	.384
	Grupiçi	16901.673	371	45.557		

Çizelge 4.14 incelendiğinde; doğum sıraları farklı olan üniversite öğrencilerinin kendine ve diğerlerine yönelik mükemmeliyetçilik düzeylerine yönelik puan ortalamaları arasındaki farka ilişkin varyans analizi bulguları görülmektedir. Ortaya çıkan sonuçlara göre doğum sıraları farklı olan üniversite öğrencilerinin kendine yönelik mükemmeliyetçilik ($F_{3-371} = .499$, $p > .05$) ve diğerlerine yönelik mükemmeliyetçilik ($F_{3-371} = 1.019$, $p > .05$) puan ortalamaları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık olmadığı görülmektedir. Bu sonuçlara göre kendine ve diğerlerine yönelik mükemmeliyetçilik düzeyi açısından doğum sırasının farklı olmasının anlamlı biçimde farklılık yaratmadığı belirlenmiştir.

4.8. Üniversite öğrencilerinin ebeveynlerinin beraberlik durumunu göre kendine ve diğerlerine yönelik mükemmeliyetçilik düzeyleri anlamlı biçimde farklılaşmakta mıdır?

Bu alt problemde, araştırmanın katılımcılarını oluşturan üniversite öğrencilerinin kendine ve diğerlerine yönelik mükemmeliyetçilik düzeylerinin ebeveynlerinin beraberlik durumu açısından anlamlı bir farklılığın olup olmadığı ele alınmıştır. Bu doğrultuda ebeveynlerin beraberlik durumu “evli beraber”, “evli ancak ayrı”, “boşanmış” ve “birisi veya ikisi vefat” olarak değişen üniversite öğrencilerinin kendine ve diğerlerine yönelik mükemmeliyetçilik düzeylerine yönelik karşılaştırmaları tek yönlü varyans analizi (ANOVA) tekniği ile incelenmiştir. Ebeveynlerinin beraberlik durumları açısından kendine ve diğerlerine yönelik mükemmeliyetçiliğe ait puan ortalamaları Çizelge 4.15’te, puan ortalamaları arasındaki farkların anlamlı olup olmadığını ortaya çıkarmak amacıyla gerçekleştirilen tek yönlü varyans analizi sonuçları Çizelge 4.16’da yer almaktadır.

Çizelge 4.15: Üniversite öğrencilerinin ebeveynlerinin beraberlik durumuna göre kendine ve diğerlerine yönelik mükemmeliyetçilik düzeylerinin betimsel istatistikleri

Değişken	Ebeveynlerin beraberlik durumu	N	$\bar{X}$	ss
Kendine yönelik mükemmeliyetçilik	Evli beraber	322	32.97	6.90
	Evli ancak ayrı	9	32.66	6.44
	Boşanmış	21	33.00	7.33
	Birisi veya ikisi vefat	23	32.17	5.11
Diğerlerine yönelik mükemmeliyetçilik	Evli beraber	322	26.07	6.85
	Evli ancak ayrı	9	27.55	7.23
	Boşanmış	21	25.38	7.74
	Birisi veya ikisi vefat	23	25.08	3.57

Çizelge 4.15 incelendiğinde; ebeveynlerinin beraberlik durumları farklı olan üniversite öğrencilerinin kendine ve diğerlerine yönelik mükemmeliyetçilik düzeylerine yönelik puan ortalamaları ve bu puanlara ait standart sapmaları

görülmektedir. Çizelge 4.15'te görüleceği üzere kendine yönelik mükemmeliyetçilik boyutunda en yüksek puan ortalaması ebeveynlerinin beraberlik durumu boşanmış olan üniversite öğrencilerine aittir. Bu boyutta en düşük puan ortalaması ise ebeveynlerinin beraberlik durumu birisi veya ikisi vefat etmiş olan üniversite öğrencilerine aittir.

Diğer yandan, diğerlerine yönelik mükemmeliyetçilik boyutunda da en yüksek puan ortalaması ebeveynlerinin beraberlik durumu evli ancak ayrı olan üniversite öğrencilerine aittir. Bu boyutta en düşük puan ortalaması ise yine ebeveynlerinin beraberlik durumu birisi veya ikisi vefat etmiş olan üniversite öğrencilerine aittir. Belirlenen bu çalışma durumları arasındaki farkın anlamlı olup olmadığı Çizelge 4.16'da sunulmuştur.

Çizelge 4.16: Üniversite öğrencilerinin kendine ve diğerlerine yönelik mükemmeliyetçilik düzeylerinin ebeveynlerinin beraberlik durumuna göre farklılaşma durumu ile ilgili Anova sonuçları

	Varyansın Kaynağı	Kareler Toplamı	sd	Kareler Ort.	F	p
Kendine yönelik mükemmeliyetçilik	Gruplararası	14.605	3	4.868	.104	.957
	Grupiçi	17296.152	371	46.620		
Diğerlerine yönelik mükemmeliyetçilik	Gruplararası	50.618	3	16.873	.368	.776
	Grupiçi	16990.358	371	45.796		

Çizelge 4.16 incelendiğinde; ebeveynlerinin beraberlik durumu farklı olan üniversite öğrencilerinin kendine ve diğerlerine yönelik mükemmeliyetçilik düzeylerine yönelik puan ortalamaları arasındaki farka ilişkin varyans analizi bulguları görülmektedir. Ortaya çıkan sonuçlara göre ebeveynlerinin beraberlik durumu farklı olan üniversite öğrencilerinin kendine yönelik mükemmeliyetçilik ($F_{3-371} = .104, p > .05$) ve diğerlerine yönelik mükemmeliyetçilik ($F_{3-371} = .368, p > .05$) puan ortalamaları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık olmadığı görülmektedir. Bu sonuçlara göre kendine ve diğerlerine yönelik mükemmeliyetçilik düzeyi açısından

ebeveynlerinin beraberlik durumunun farklı olmasının anlamlı biçimde farklılık yaratmadığı belirlenmiştir.

4.9. Üniversite öğrencilerinin algılanan ebeveyn tutumlarına göre kendine ve diğerlerine yönelik mükemmeliyetçilik düzeyleri anlamlı biçimde farklılaşmakta mıdır?

Bu alt problemde, araştırmanın katılımcılarını oluşturan üniversite öğrencilerinin kendine ve diğerlerine yönelik mükemmeliyetçilik düzeylerinin algılanan ebeveyn tutumları durumu açısından anlamlı bir farklılığın olup olmadığı ele alınmıştır. Bu doğrultuda algılanan ebeveyn tutumları “demokratik”, “ilgisiz/reddedici”, “aşırı koruyucu”, “aşırı hoşgörülü” “baskıcı/otoriter” ve “mükemmeliyetçi” olarak değişen üniversite öğrencilerinin kendine ve diğerlerine yönelik mükemmeliyetçilik düzeylerine yönelik karşılaştırılmaları tek yönlü varyans analizi (ANOVA) tekniği ile incelenmiştir. Algılanan ebeveyn tutumları açısından kendine ve diğerlerine yönelik mükemmeliyetçiliğe ait puan ortalamaları Çizelge 4.17’de, puan ortalamaları arasındaki farkların anlamlı olup olmadığını ortaya çıkarmak amacıyla gerçekleştirilen tek yönlü varyans analizi sonuçları Çizelge 4.18’de yer almaktadır.

Değişken	Ebeveynlerin beraberlik durumu	N	X	ss
Kendine yönelik mükemmeliyetçilik	Demokratik	133	31.60	6.45
	İlgisiz/reddedici	133	33.46	5.53
	Aşırı koruyucu	90	34.02	6.53
	Aşırı hoşgörülü	65	33.92	7.57
	Baskıcı/otoriter	48	33.37	7.17
	Mükemmeliyetçi	25	31.80	6.45
Diğerlerine yönelik mükemmeliyetçilik	Demokratik	133	25.11	6.78
	İlgisiz/reddedici	132	27.61	9.18
	Aşırı koruyucu	90	26.48	6.88

Aşırı hoşgörölü	65	25.66	6.27
Baskıcı/otoriter	48	28.04	6.53
Mükemmeliyetçi	25	25.36	5.81

Çizelge 4.17: Üniversite öğrencilerinin algılanan ebeveyn tutumlarına göre kendine ve diğerlerine yönelik mükemmeliyetçilik düzeylerinin betimsel istatistikleri

Çizelge 4.17 incelendiğinde; algılanan ebeveyn tutumları farklı olan üniversite öğrencilerinin kendine ve diğerlerine yönelik mükemmeliyetçilik düzeylerine yönelik puan ortalamaları ve bu puanlara ait standart sapmaları görölmektedir. Çizelge 4.17’de göröleceğı üzere kendine yönelik mükemmeliyetçilik boyutunda en yüksek puan ortalaması algılanan ebeveyn tutumları aşırı koruyucu olan üniversite öğrencilerine aittir. Bu boyutta en düşük puan ortalaması ise algılanan ebeveyn tutumları demokratik olan üniversite öğrencilerine aittir.

Diğer yandan, diğerlerine yönelik mükemmeliyetçilik boyutunda da en yüksek puan ortalaması algılanan ebeveyn tutumları baskıcı olan üniversite öğrencilerine aittir. Bu boyutta da en düşük puan ortalaması ise algılanan ebeveyn tutumları demokratik olan üniversite öğrencilerine aittir. Belirlenen bu çalışma durumları arasındaki farkın anlamlı olup olmadığı Çizelge 4.18’de sunulmuştur.

Çizelge 4.18: Üniversite öğrencilerinin kendine ve diğerlerine yönelik mükemmeliyetçilik düzeylerinin algılanan ebeveyn tutumlarına göre farklılaşma durumu ile ilgili Anova sonuçları

	Varyansın Kaynağı	Kareler Toplamı	sd	Kareler Ort.	F	p
Kendine yönelik mükemmeliyetçilik	Gruplararası	448.212	5	89.642	1.968	.083
	Grupiçi	16760.721	368	45.545		
Diğerlerine yönelik mükemmeliyetçilik	Gruplararası	377.764	5	75.553	1.670	.141
	Grupiçi	16647.105	368	45.237		

Çizelge 4.18 incelendiğinde; algılanan ebeveyn tutumlarına farklı olan üniversite öğrencilerinin kendine ve diğerlerine yönelik mükemmeliyetçilik

düzeylelerine yönelik puan ortalamaları arasındaki farka ilişkin varyans analizi bulguları görülmektedir. Ortaya çıkan sonuçlara göre algılanan ebeveyn tutumları farklı olan üniversite öğrencilerinin kendine yönelik mükemmeliyetçilik ($F_{5-368}=1.968, p>.05$) ve diğerlerine yönelik mükemmeliyetçilik ($F_{5-368}=1.670, p>.05$) puan ortalamaları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık olmadığı görülmektedir. Bu sonuçlara göre kendine ve diğerlerine yönelik mükemmeliyetçilik düzeyi açısından algılanan ebeveyn tutumlarının farklı olmasının anlamlı biçimde farklılık yaratmadığı belirlenmiştir.

5.SONUÇ VE TARTIŞMA VE ÖNERİLER

Bu bölümde, araştırmanın örneklemini hali hazırda romantik ilişki yaşayan üniversite öğrencileri veya daha önceden romantik ilişki yaşamış öğrencilerin yaş, cinsiyet, anne eğitim durumu, baba eğitim durumu, çalışma durumu, kardeş sayısı, doğum sırası, ebeveyn beraberlik durumu, aile tutumları, çocukluk çağı travmaları ve psikolojik iyi oluşlarının romantik ilişkilerde mükemmeliyetçiliği yordamasına ait sonuçlar tartışılmış ve yorumlanmıştır.

5.1. Sonuç ve Tartışma

5.1.1. Üniversite öğrencilerinin romantik ilişkilerindeki mükemmeliyetçilik düzeyleri ile çocukluk çağı travmaları ve psikolojik iyi oluşları arasındaki ilişkinin değerlendirilmesi

Araştırmanın hedeflerinden biri olan esas değişkenler arasındaki ilişki, verilerin incelenmesiyle eksik ya da hatalı girilen ölçme araçları analize dahil edilmeden üniversite öğrencilerinin kendine ve diğerlerine yönelik mükemmeliyetçilik ile çocukluk çağı travma ve psikolojik iyi oluş düzeyleri arasında anlamlı bir ilişkinin olup olmadığını belirleyebilmek için Pearson Korelasyon Analizi ile incelenmiştir.

Araştırma bulgularına göre kendine yönelik mükemmeliyetçilik ile psikolojik iyi oluş arasında pozitif yönde anlamlı ilişkiler bulunmuştur. Literatürü incelediğimizde çalışma bulgularını destekleyen nitelikte çalışmalar bulunmuştur. Chang (2006a), yaptığı çalışma da uyumlu mükemmeliyetçilik düzeyi yükseldikçe, psikolojik iyi oluş düzeyinin de yükseleceğini ve geleceğe dönük akademik başarının da artacağını saptamıştır. Anand ve Nagle (2016) da kendine yönelik mükemmeliyetçilik düzeyi ile psikolojik iyi oluş arasında pozitif yönlü anlamlı bir ilişki bulunduğunu ifade etmiştir.

Bu çalışmaya benzer olarak Küçü (2018) kendine karşı mükemmeliyetçilik azaldıkça, psikolojik iyi oluşun da azaldığını saptamıştır. Sağlıklı ve sağlıksız mükemmeliyetçiliğin ve iyi oluş ilişkisinin ele alındığı bir diğer araştırma sonucunda sağlıklı mükemmeliyetçi bireylerin iyi oluşlarının daha yüksek olduğunu tespit etmişlerdir (Stoeber ve Otto, 2006).

Eğitim fakültesi öğrencilerinin mükemmeliyetçilik ve özgecilik düzeylerinin psikolojik iyi oluşlarına etkisinin ele alındığı araştırma incelendiğinde, katılımcıların psikolojik iyi oluşlarıyla mükemmeliyetçilik düzeyleri arasında negatif yönde anlamlı ilişki bulunmuştur. Bu sonuca göre bireyin mükemmeliyetçi tutumları ne kadar azsa psikolojik iyi oluş seviyeleri o kadar yüksek olmaktadır. Hall, Hill ve Appleton (2012) mükemmeliyetçiliğin göze çarpan özelliklerinden olan kendine yönelik acımasızca eleştiri de bulunma, davranışlarından şüphe duyma gibi özelliklerin kişinin psikolojik iyi oluşunu olumsuz şekilde etkileyeceğini, bu bireylerin performansları sonucunda elde ettikleri sonuçlardan tatmin olmamalarının psikolojik iyi oluşlarını etkilediğini ifade etmişlerdir. Perolini (2011) de mükemmeliyetçi bireylerin gerçekleşmesi mümkün olmayan idealler belirlediklerini ve sergiledikleri performanslarıyla bu ideallerinin arasında oluşan farkın daimi olarak onların psikolojik iyi oluşuna olumsuz tesiri olacağını belirtmiştir.

Alandaki ilgili çalışmalar ve görüşler psikolojik iyi oluş ve mükemmeliyetçilik arasındaki anlamlı ilişkiye dikkat çekmektedir. Bu ilişki incelenirken kullanılan materyaller ilişkinin yönünün belirleyici olmuştur. Olumlu, sağlıklı ve uyumlu mükemmeliyetçilik türleriyle psikolojik iyi oluş ilişkisi pozitif yönde, olumsuz ve uyumsuz mükemmeliyetçilik türleriyle ise negatif yönde sonuçlar bulunmuştur. Sağlıklı mükemmeliyetçi bireyler kendilerine gerçekleştirilebilir hedefler koyarak bu doğrultuda hedeflerine ulaşmanın ardından kendilerini memnun hissetmektedirler. Eğer hedeflerine ulaşamazlarsa da limitlerinin farkındadırlar ve kendilerini değerlendirerek ileriye dönük olarak bu durumu kendi gelişim ve ilerlemeleri için fırsata çevirebilirler. Sağlıksız mükemmeliyetçi bireyler de ise her zaman kendilerini mutsuz etme durumu vardır. Doğrusu hedefledikleri idealler ulaşılmazdır ama ona

ulaşsalar bile tatmin olmazlar. Bu doğrultuda iki değişken arasındaki ilişkiyle ilgili sunulan sonuçlar tutarlı görünmektedir. Diğerlerine yönelik mükemmeliyetçilik ile psikolojik iyi oluş arasında anlamlı ilişki bulunamamıştır. Buda bireylerin başkalarına yönelik mükemmel olma beklentilerinin öznel psikolojik iyi oluşlarına etkisi olmadığını gösterebilir. Başkalarına yönelik mükemmeliyetçilik, bireyin romantik ilişkilerinde başkalarından pek çok alanda mükemmel olmasını bekleme ve beklentilerini gerekleştirmediğinde ise başkalarına karşı düşmanca davranma ve aşırı cezalandırıcı tutum göstermesine sebep olabilmektedir (Hewitt, Flett,Mikail, 1995). Başsayın (2018), araştırmasında evlilik uyumunun başkalarına yönelik mükemmeliyetçilik ve sosyal anlamdaki mükemmeliyetçilik düzeyi tarafından negatif yönde yordandığı saptanmıştır. Bu araştırma bulgusu da, mevcut araştırmanın sonuçlarını destekler niteliktedir.

Çocukluk ağı yaşantılarının ele alındığı bulgular incelendiğinde; çocukluk ağı travmaları ve kendine yönelik mükemmeliyetçilik arasında anlamlı bir ilişki bulunmamıştır. Literatürü incelediğimizde bununla ilgili çalışma bulunamamıştır ancak sebeplerini oluşturabildiğini düşündüğümüz dolaylı olarak destekleyen araştırmaların olduğu bulunmuştur. Çocukluk ağı yaşantılarında bebeklik dönemine dayanan bakım verenle bağlanma tarzı ilerleyen süreçleri de etkilemektedir. Yetişkin bağlanma stilleriyle ilgili yapılan araştırmada Feeney ve Noller (1990) niversite öğrencileriyle yaptıkları çalışmalarda güvenli bağlanan kişilerin erken çocukluk çağlarına karşı pozitif bilişte olduğunu, kaçınan tarzı bağlanan kişilerin bakım verenden çocukluk çağında ayrılma yaşadığı ve başkalarına güvenmedikleri, kaygılı tarzı bağlanan kişilerinse ilişkilerinde düşük seviyede bağlılık isteği ve bağımsız olmak istediklerini belirtmişlerdir. Bu araştırmadan yola çıkarak güvensiz bağlanma tarzlarının çocukluk ağı travmalarını olumsuz etkilediği bu yüzden bireylerin çocukluk çağlarına karşı negatif bilişte oldukları ve kendilerine yönelik mükemmeliyetçilik geliştirmemelerine sebep olabileceğini söyleyebiliriz. Çünkü güvenli bağlanma oluşturamayan bireylerin kendilerine ve diğerlerine karşı algıları ve ilişkileri rselenmektedir. Çocukluk ağında duygusal, fiziksel ve psikolojik olarak

kötü muamele görmeleri sonucunda oluşan travmatik yaşantılara sahip olan bireyler, yetişkinlik çağlarında karşılaştıkları travmatik olaylarla baş ederken bu durumları yaşamamış olan bireylere kıyasla daha dezavantajlıdır çünkü güven duygusunu tekrar inşa edebilme, sosyal bağlamlarda bulunma, fiziksel sağlığı koruma, ilişki kurma gibi travmatik yaşantılar sonrası işlevselliklerini devam ettirme ve artırma konusunda çok önemli olan ve baş etmelerine yardım eden psikolojik olarak koruyan daha kötüye gitmelerini engelleyen birçok beceriye sahip olma ve kullanmada önceki yaşantıları nedeniyle daha kırılığandır (Felitti ve Anda, 2009; Lundahi, Nimer ve Parsons, 2006; Yıldırım Sarı, Ardahan, Özgüven Öztornacı, 2016).

Çocukluk çağı travmaları puanlarının üniversite öğrencilerinin diğerlerine yönelik mükemmeliyetçilik puanlarını anlamlı düzeyde yordadığı görülmüştür. Literatürde yapılan araştırmalara baktığımızda bu bulguyu destekler çalışmalar olduğu görülmüştür. Colman ve Widom (2004), çocukluk çağı ihmal ve istismar yaşantılarının yetişkinlik dönemi üzerindeki etkisi çalışması sonucunda ihmal ve istismara maruz kalan bireylerin daha çok ayrılık/boşanma yaşadıklarını, eşlerini daha az olumlu anladıklarını ve cinsel olarak daha az çekici bulunduklarını tespit etmişlerdir. Finkelhour ve diğerleri (1989) yaptıkları araştırmada çocukluk çağı örselenme deneyimine maruz kalan kadınların, evliliklerinde daha çok sıkıntı yaşadıkları, ayrılık ve boşanma olasılıklarının daha çok olduğu ve evliliklerinde tatmin olma duygularının düşük olduğunu saptamışlardır.

5.1.2. Romantik İlişkilerde Mükemmeliyetçiliğin Demografik Değişkelere Göre Farklılaşma Durumuna İlişkin Tartışmalar

Bu başlık altında katılımcılarım romantik ilişkilerde mükemmeliyetçilik düzeylerinin cinsiyet, anne-baba eğitim durumu, çalışma durumu, kardeş sayısı, doğum sırası, ebeveyn beraberlik durumu ve ebeveynlik tutumu değişkenlerine göre değişimi için yapılan analizlerde ulaşılan bulguların tartışılmasına yer verilmiştir.

Araştırma bulgularını incelediğinde kendine yönelik ve diğerlerine yönelik mükemmeliyetçiliğin cinsiyet değişkenine göre değişmediği görülmüştür. Sonuçlar değerlendirildiğinde, kadın ve erkek üniversite öğrencilerinin kendine ve diğerlerine

yönelik mükemmeliyetçilik düzeylerinin birbirlerine benzer düzeyde oldukları söylenebilir.

Mısırlı-Taşdemir (2004) ve Siegle ve Schuler (2000)'in yaptığı çalışmalarda mükemmeliyetçiliğin cinsiyete göre farklılık oluşturduğu bulunmuştur. Erkek öğrenciler de kız öğrencilere oranla daha çok mükemmeliyetçi eğilimler gösterdikleri ve kız öğrencilere oranla elde edilmesi daha zorlu kişisel standartlar belirledikleri belirtilmiştir. Yapılan bu çalışma sonuçları araştırmamızı desteklememektedir.

Literatürü incelendiğinde yapılan başka araştırmalarda ise bu çalışmanın sonuçlarını destekleyen bulgulara ulaşılmıştır. Saya (2006) bağlanma stilleri ve mükemmeliyetçiliğin cinsiyet açısından farkını lise öğrencileriyle yaptığı tez çalışmasında incelemiştir. Araştırmasında, bağlanma ve mükemmeliyetçilik arasında korelasyon olduğu yönünde bulgular elde ederken, cinsiyete bağlı anlamlı bir fark elde edilmemiştir. Bu çalışma, bizim çalışmamızdaki mükemmeliyetçiliğin cinsiyete göre farklılaşmadığı bulgusunu desteklemektedir. Eskiili (2015), araştırmasında mükemmeliyetçilik ile bireylerin cinsiyeti, doğum sırası ve kaygı düzeyleri arasında anlamlı bir farklılık bulamamıştır.

Araştırma bulguları incelediğimde, kendine yönelik mükemmeliyetçilik boyutunda en yüksek puan ortalaması ilkokul olan üniversite öğrencilerine aittir. Bu boyutta en düşük puan ortalaması ise annesi üniversite ve üzeri eğitim durumuna sahip üniversite öğrencilerine aittir. Diğer yandan, diğerlerine yönelik mükemmeliyetçilik boyutunda da en yüksek puan ortalaması annesinin eğitim durumu ilkokul olan üniversite öğrencilerine aittir. Yine, bu boyutta da en düşük puan ortalaması annesi üniversite ve üzeri eğitim durumuna sahip üniversite öğrencilerine aittir. Ancak ortaya çıkan sonuçlara göre anne eğitim durumu farklı olan üniversite öğrencilerinin kendine yönelik mükemmeliyetçilik ve diğerlerine yönelik mükemmeliyetçilik puan ortalamaları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık olmadığı görülmektedir. İstatistiksel olarak bulgularda anlamlı farklılık olmadığı görülse de anne eğitim düzeyi arttıkça kendine yönelik mükemmeliyetçilik ve diğerlerine yönelik mükemmeliyetçilik düzeyi azalmaktadır. Bu doğrultuda anne eğitim düzeyi azaldıkça

bireyin kendisine ve diğerlerine karşı beklenti düzeyinin artmasının gerçekleştiği görüşü ileri sürülebilir.

Hewitt ve Flett (1991), ebeveyn eğitim düzeyinin yüksek olmasının mükemmellik düzeyini de arttırdığı ifade etmişlerdir. Buna neden olarak da artan eğitim düzeyinin beklentileri de arttırması olarak açıklamışlardır. Bu çalışma bulguları mevcut araştırmayı desteklememektedir.

Özkara (2015), yaptığı araştırma da annenin eğitim düzeyi etkisi yalnızca genel mükemmeliyetçilik düzeyi açısından anlamlı görülmüştür. İlk ve ortaokul mezunu anneleri olan bireyler de genel mükemmeliyetçilik düzeyleri daha yüksektir. Bu araştırma bulguları çalışmamızı desteklemese de dolaylı olarak anne eğitim düzeyi ve beklenti düzeyinin ilişkisini gösterebilir. Aynı çalışma da bir başka değişken olarak baba eğitim düzeylerine incelendiğinde, ilkokul mezunu olanların en yüksek seviye de ailesel eleştiri ve genel mükemmeliyetçilik tanımladıkları bulunmuştur. Çalışmamızdaki bulgulara bakıldığında ise üniversite öğrencilerin de baba eğitim düzeyi ilkokul olan kişiler en yüksek kendine yönelik mükemmeliyetçilik puanlarını almıştır. Bu boyutta en düşük puan ortalamasını ise babası üniversite ve üzeri eğitim durumuna sahip üniversite öğrencilerine aittir. Diğer yandan, diğerlerine yönelik mükemmeliyetçilik boyutunda da en yüksek puan ortalaması babasının eğitim durumu ilkokul olan üniversite öğrencilerine aittir. Bu boyutta en düşük puan ortalaması babası ortaokul eğitim durumuna sahip üniversite öğrencilerine aittir. Ortaya çıkan sonuçlara göre baba eğitim durumu farklı olan üniversite öğrencilerinin kendine yönelik mükemmeliyetçilik ve diğerlerine yönelik mükemmeliyetçilik puan ortalamaları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık olmadığı görülmektedir.

Bu çalışmada kendine yönelik mükemmeliyetçilik ve diğerlerine yönelik mükemmeliyetçilik boyutları üniversite öğrencilerinin çalışma durumuna göre tam zamanlı çalışanlarda en yüksek puandayken, çalışmayan üniversite öğrencilerinde ise en düşük puanda çıkmıştır. Ortaya çıkan sonuçlara göre çalışma durumu kendine yönelik mükemmeliyetçilik ve diğerlerine yönelik mükemmeliyetçilik düzeyi açısından puan ortalamaları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık olmadığı

görülmektedir. Ancak tam zamanlı çalışan öğrencilerde en yüksek puanın çıkması ve çalışmayan öğrencilerde de en düşük puanın çıkması bireye hayat şartlarının etkisi, benlik saygısı ve gelecek beklentisinin sebep olabileceği düşünülebilir.

Literatüre baktığımız da bulgularımızı desteklemeyen araştırmaların da olduğu bulunmuştur. Bunun nedeninin mevcut araştırmanın konusundan ve bu konuya bağlı olarak katılımcıların ölçekleri doldurma süreçlerinde bazı dirençler geliştirmiş olmalarından kaynaklı olabileceği düşünülmektedir. Uçar (2019), araştırmasında ortaokul ve lisede öğrenim gören mevsimlik tarım işçisi olarak çalışan ve çalışmayan öğrencilerin sağlıklı yaşam biçimi, yaşam doyumu ve benlik saygısı üzerindeki çalışmasında; çalışan ve çalışmayan çocukların benlik saygısı ve yaşam doyumu puanları karşılaştırıldığında çalışmayan öğrencilerden çalışan öğrencilerin puanlarının daha düşük olduğu bulunmuştur. Buda çocukların yaşantılarının, öğrenmelerinin ailesi ve çevresi tarafından kabulü benlik saygısı ve yaşam doyumunu etkilediğini göstermektedir. Salı (2010), araştırmasında çalışan çocuklarda arkadaş ilişkileri ile çok boyutlu mükemmeliyetçilik arasında anlamlı bir ilişki olduğunu ancak sosyal destek değerlendirme ile çok boyutlu mükemmeliyetçilik arasında herhangi bir ilişkinin olmadığı bulunmuştur. Çalışmayan çocuklarda arkadaş ilişkileri ile çok boyutlu mükemmeliyetçilik arasında herhangi bir ilişkinin olmadığı, sosyal destek değerlendirme ve çok boyutlu mükemmeliyetçiliğin arasında anlamlı bir ilişki olduğu bulunmuştur. Yıldız (2018), çalışan ve çalışmayan kadınlarla yaptığı araştırmasında kadınların psikolojik iyi oluş ve sosyal kaygı puanlarının çalışma durumuna göre farklılık gösterdiğini bulmuştur. Çalışan kadınların eğitim seviyesi ve gelir düzeyi çalışmayanlara göre daha yüksektir. Bununla birlikte psikolojik iyi oluş düzeyleri de çalışan kadınlarının çalışmayanlara oranla daha yüksektir. Ancak çalışmayan kadınların sosyal görünüş kaygı puanları çalışan kadınlarınkine kıyasla daha yüksektir. Ayrıca psikolojik iyi oluş ve sosyal görünüş kaygısı arasında da negatif yönlü bir ilişki tespit edilmiştir.

Bu çalışmada kendine yönelik mükemmeliyetçilik düzeyinde kardeş sayısına baktığımızda en yüksek puan ortalaması bir kardeşi olan, en düşük puan ortalaması ise

iki kardeşi olan üniversite öğrencilerine aittir. Diğerlerine yönelik mükemmeliyetçilik boyutunda ise en yüksek puan ortalaması iki kardeşi olan üniversite öğrencilerine, en düşük puan ortalaması ise tek çocuk olan üniversite öğrencilerine aittir. Ortaya çıkan sonuçlara göre kardeş sayıları farklı olan üniversite öğrencilerin kendine yönelik mükemmeliyetçilik ve diğerlerine yönelik mükemmeliyetçilik puan ortalamaları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık olmadığı görölmektedir. Literatürü incelendiğinde araştırma bulgularını destekleyen bulgular bulunmaktadır.

Tuncer ve ark. (2014), üniversite öğrencileriyle yapmış oldukları araştırmada öğrencilerin öz-kavram puan ortalamaları, popülerite, sosyal beğeni ve kardeş sayıları arasında anlamlı bir ilişki bulunmuştur. Ancak aynı çalışmada kardeş sayısı ile mutluluk, doyum, davranış, uyma, konformite ve kaygı arasında anlamlı bir ilişki bulunamamıştır. Bu araştırmaya baktığımızda bulguların bazılarının kardeş sayısı ile anlamlı bir ilişkide olmaması bu çalışmanın bulgularının desteklemektir.

Aydoğan (2019), ilköğretim II. Kademe öğrencileriyle yapmış olduğu araştırmasında öğrencilerin kardeş sayısı değişkenine göre benlik saygısı ve umut düzeyi puanları anlamlı bulunmuştur. Bu araştırma bulguları araştırmamızı desteklememektedir.

Aile, anne-baba ve çocuklardan oluşan sosyal kümelerin içinde en küçüğü olduğundan, kişinin kendi aile yapısını anlaması, sosyalleşmesini de etkilemektedir. (Kulaksızoğlu, 2006). Adler (1958), aynı ailede dünyaya gelen çocukların neden birbirlerinden farklılık gösterdiklerini merak etmiştir. Aile yapısı içinde kardeşler aynı yönleri paylaşırsa dahi doğum sıraları nedeniyle her çocuğun psikolojik hali diğerlerinden farklıdır (Akt: Corey,2007). Bu çalışmada, kendine yönelik mükemmeliyetçilik düzeyinde doğum sırasına bakıldığında en yüksek puan ortalaması doğum sırası son çocuk olan, en düşük puan ortalaması ise doğum sırası ilk çocuk olan üniversite öğrencilerine aittir. Diğerlerine yönelik mükemmeliyetçilik boyutunda ise en yüksek puan ortalaması doğum sırası son çocuk olan üniversite öğrencilerine, en düşük puan ortalaması ise doğum sırası tek çocuk olan üniversite öğrencilerine aittir. Ancak ortaya çıkan sonuçlara göre doğum sıraları farklı olan üniversite öğrencilerin

kendine yönelik mükemmeliyetçilik ve diğerlerine yönelik mükemmeliyetçilik puan ortalamaları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık olmadığı görülmektedir. Alan yazında anne-baba tutumlarıyla çocuğun doğum sırasına göre yapılan bir çalışma sonucunda anne tutumlarının çocuğun doğum sırasından bağımsız olduğunu babanın ise tutumlarının yaşı ve tecrübesiyle beraber doğum sırasıyla ilişki olabileceği bulunmuştur (Şahin ve Özyürek, 2008). Bu araştırma bulguları anne tutumlarının çocuğun doğum sırasından bağımsız olması açısından bu çalışmanın bulgularını destekler niteliktedir. Başaranoğlu (2011), üniversite öğrencileriyle yaptığı araştırmasında doğum sırasının cinsiyete bağlı anlamlı farklılık sağladığını tek çocukların ilişkiyi başlatma durumunda en yetkin grup olduğunu, en büyük çocukların ise karşı cinsle ilişkiyi devam ettirme şeklinde davranışlarda bulunduğu sonucuna varmıştır. Bu araştırma da bulgularımızı desteklememektedir.

Bu çalışmada, kendine yönelik mükemmeliyetçilik düzeyinde ebeveyn beraberlik durumuna baktığımızda en yüksek puan ortalaması ebeveyn beraberlik durumu boşanmış olan, en düşük puan ortalaması ise ebeveynlerinin beraberlik durumu birisi veya ikisi vefat etmiş olan üniversite öğrencilerine aittir. Diğerlerine yönelik mükemmeliyetçilik boyutunda ise en yüksek puan ortalaması ebeveynlerin beraberlik durumu evli ancak ayrı olan üniversite öğrencilerine, en düşük puan ortalaması ise ebeveynlerin beraberlik durumları birisi veya ikisi vefat etmiş olan üniversite öğrencilerine aittir. Ortaya çıkan sonuçlara göre ebeveyn beraberlik durumu farklı olan üniversite öğrencilerin kendine yönelik mükemmeliyetçilik ve diğerlerine yönelik mükemmeliyetçilik puan ortalamaları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık olmadığı görülmektedir. Emery (2013), üniversite öğrencileriyle yapılan bir çalışmada boşanmış ailelere sahip kadın ve erkeklerin daha çok sayıda ilişki, evlilik öncesi seks ve beraber yaşama bildirdiği görülmektedir. Bu araştırma istatistiksel olarak bu çalışmanın bulgularını desteklemese de kendine yönelik mükemmeliyetçilik puanlarının en yüksek ebeveynleri boşanmış olan öğrencilerde çıkmış olmasını desteklemektedir. Ortar ve Demirbilek (2013) de araştırmalarında ebeveyn beraberliği süren tam ve bozulmamış ailesi olan öğrencilerin atılganlık

düzeyleri ile benlik saygılarının, ebeveyn beraberliği devam etmeyen, parçalanmış ailesi olan öğrencilerden daha fazla olduğu tespit edilmiştir. Bu araştırma bulgusu da çalışmamızı destekler niteliktedir.

Freud, yaşamın ilk beş yılında kişiliğin şekillendiğini ve bu gelişimde ebeveyn tutumlarının önemli olduğunu ifade etmiştir (Yeşilyaprak, 2003). Horney çocuğun sağlıklı bir biçimde gelişeceği ve yetişeceği ortamın çocuğun desteklendiği ortam olduğunu vurgulamaktadır. Aşırı derece de korunup kollanan, kişinin bağımlılık geliştireceğini ve kendini gerçekleştirmekten yoksun kalacağını belirtmiştir (Geçtan,1989). Sullivan, anne-babanın çocuğa verdiği ödül-ceza miktarının öneminin altını çizerken bu sayede çocuğun kendini değerlendirdiğini, algıladığını ve tüm yaşamında önemli bir etkisi olduğunu belirtmiştir (Duru, 1995). Bu çalışmada da kendine yönelik mükemmeliyetçilik düzeyinde ebeveyn tutumlarına baktığımızda en yüksek puan ortalaması algılanan ebeveyn tutumlarında aşırı koruyucu olan, en düşük puan ortalaması ise algılanan ebeveyn tutumları demokratik olan üniversite öğrencilerine aittir. Diğerlerine yönelik mükemmeliyetçilik boyutunda ise en yüksek puan ortalaması algılanan ebeveyn tutumları baskıcı olan üniversite öğrencilerine, en düşük puan ortalaması ise algılanan ebeveyn tutumları demokratik olan üniversite öğrencilerine aittir. Ortaya çıkan sonuçlara göre algılanan ebeveyn tutumları farklı olan üniversite öğrencilerin kendine yönelik mükemmeliyetçilik ve diğerlerine yönelik mükemmeliyetçilik puan ortalamaları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık olmadığı görülmektedir.

Mükemmeliyetçi ailelere sahip bireyler çocuklarının olumlu tutum ve davranışlarını onaylamaktan öte çocuklarının en iyisini gerçekleştirmeleri için onları zorlamaktadırlar. Neumeister (2004), üstün yetenekli üniversite öğrencileriyle yaptığı araştırmasında, ailenin mükemmeliyetçiliği nedeniyle ve farklı ebeveyn tutumlarının farklı türde mükemmeliyetçiliklerin gelişimine neden olabildiği saptanmıştır. Türkiye’de yapılan çalışmada anne-babaların algılanan ebeveyn tutumu ve mükemmeliyetçilik seviyesiyle çocuklardaki mükemmeliyetçilikleri arasında anlamlı bir ilişki saptanmıştır (Benk,2006; Yıldız, 2007).

Bireyde mükemmeliyetçiliğin gelişmesinde aile tutumları önem taşır. Ailelerinin tutumlarını demokratik olarak algılamayan öğrencilerde başkalarına yönelik mükemmeliyetçilik puanları, demokratik tutum olarak algılayanlara oranla daha yüksek bulunmuştur (Tuncer, 2006). Bu araştırma bulgularını istatistiksel olarak desteklemese de kendine yönelik mükemmeliyetçilik düzeyinde en düşük puan ortalamasının algılanan ebeveyn tutumlarında demokratik olan üniversite öğrencilerinin olmasına yönelik olan bulguyu destekler niteliktedir.

Ablard ve Parker (1997) yaptıkları çalışmada öğrencilerin kendilerine dair mükemmeliyetçilik algıları ile ebeveynlerinin mükemmeliyetçilik algılarının pozitif bir ilişki içinde olduğunu saptamışlardır. Burns (1980)'e göre mükemmeliyetçi bireyler, erken çocukluk yaşantılarında duruma bağlı veya tutarsız sevgi onayının bulunduğu çevrede büyümüşlerdir (Burns, 1980; Pacht, 1984). Bu sebeple de sevgi ve onay aramaktadırlar. Dış belirleyicilerin yokluğu şüphe ve belirsizliğe neden olurken, bu belirsizlik durumu da mükemmeliyetçiliği beraberinde getirmektedir (Frost ve diğerleri, 1990). Frost ve diğerleri (1991) yaptığı çalışmada annelerin mükemmeliyetçilik seviyesinin kızlarının mükemmeliyetçilik seviyesiyle ilişkili olduğunu saptamıştır. Fakat babaların mükemmeliyetçilik seviyeleriyle kızlarının tutumları arasında ilişki bulunmamıştır. Vieth ve Trull (1999) çocukların ve ebeveynlerinin mükemmeliyetçilik özellikleri arasındaki ilişki için yaptıkları çalışmada çocukların kendilerine dair mükemmeliyetçilik puanları ile aynı cinsteki ebeveynlerinin kendilerine dair mükemmeliyetçilik puanlarının anlamlı bir ilişki içinde olduğunu bulmuştur. Fakat farklı cinsiyetlerdeki ebeveynlerin ve çocukların mükemmeliyetçilik özelliklerinin arasındaki ilişkinin anlamlı olmadığı saptanmıştır (Neumeister, 2004). Blatt (1995), gençlerin aileleri tarafından koyulan yüksek standartlardan sadece bunlar karşılandığı sürece ailelerinden kabul aldıklarında benlik imajlarının mükemmeliyetçi beklentiler sınırlarında geliştirebileceklerini belirtmiştir. Anne-babaların uyumsuz mükemmeliyetçilikleri psikolojik denetlemelerinin yordayıcısı rolündedir bu şekilde aileleri olan çocuklar daha mükemmeliyetçi ve kendine karşı daha sert eleştirici olan kişilerdir (Soenens ve diğerleri, 2006). Bu

araştırmalar incelendiğinde ebeveyn tutumlarının mükemmeliyetçilikte büyük önem taşıdığı ancak romantik ilişkilerde mükemmeliyetçilik bulgularını desteklemediği yönündedir.

5.2. Sonuçlar

Romantik ilişkilerdeki mükemmeliyetçiliğin psikolojik iyi oluş ve çocukluk çağı travmalarıyla ilişkilendirilmesi amacıyla üniversite öğrencileriyle yapılan çalışma bulguları aşağıda yer almaktadır.

Araştırmaya katılan üniversite öğrencilerinde cinsiyet değişkenine göre aldıkları romantik ilişkilerdeki mükemmeliyetçilik ölçeği puanlarına göre anlamlı bir farklılık göstermemektedir.

Araştırmaya katılan üniversite öğrencilerinde anne eğitim durumu değişkenine göre aldıkları romantik ilişkilerdeki mükemmeliyetçilik ölçeği puanlarına göre anlamlı farklılık göstermemektedir.

Araştırmaya katılan üniversite öğrencilerinde baba eğitim durumu değişkenine göre aldıkları romantik ilişkilerdeki mükemmeliyetçilik ölçeği puanlarına göre anlamlı bir farklılık göstermemektedir.

Araştırmaya katılan üniversite öğrencilerinde çalışma durumu değişkenine göre aldıkları romantik ilişkilerdeki mükemmeliyetçilik ölçeği puanlarına göre anlamlı bir farklılık göstermemektedir.

Araştırmaya katılan üniversite öğrencilerinde kardeş sayısı değişkenine göre aldıkları romantik ilişkilerdeki mükemmeliyetçilik ölçeği puanlarına göre anlamlı bir farklılık göstermemektedir.

Araştırmaya katılan üniversite öğrencilerinde doğum sırası değişkenine göre aldıkları romantik ilişkilerdeki mükemmeliyetçilik ölçeği puanlarına göre anlamlı bir farklılık göstermemektedir.

Araştırmaya katılan üniversite öğrencilerinde doğum sırası değişkenine göre aldıkları romantik ilişkilerdeki mükemmeliyetçilik ölçeği puanlarına göre anlamlı bir farklılık göstermemektedir.

Araştırmaya katılan üniversite öğrencilerinde ebeveyn beraberlik durumu değişkenine göre aldıkları romantik ilişkilerdeki mükemmeliyetçilik ölçeği puanlarına göre anlamlı bir farklılık göstermemektedir.

Araştırmaya katılan üniversite öğrencilerinde ebeveyn tutumu değişkenine göre aldıkları romantik ilişkilerdeki mükemmeliyetçilik ölçeği puanlarına göre anlamlı bir farklılık göstermemektedir.

Kendine yönelik mükemmeliyetçilik düzeyleri ile psikolojik iyi oluş arasında pozitif yönde anlamlı ilişkiler bulunmuştur. Ancak diğerlerine yönelik mükemmeliyetçilik ile psikolojik iyi oluş arasında anlamlı ilişki bulunamamıştır.

Çocukluk çağı travmaları ile kendine yönelik mükemmeliyetçiliği anlamlı düzeyde yordadığı görülmüştür. Ancak diğerlerine yönelik mükemmeliyetçilik düzeyleri ile çocukluk çağı travmaları, duygusal istismar, fiziksel istismar, fiziksel ihmal, duygusal ihmal ve cinsel istismar puanları arasında negatif yönde anlamlı ilişkiler bulunmuştur.

Çocukluk çağı travmaları ile psikolojik iyi oluş puanlarının beraber kendine yönelik mükemmeliyetçilik puanlarını anlamlı düzeyde yordadığı bulunmuştur.

Çocukluk çağı travmaları ile psikolojik iyi oluş puanlarının beraber diğerlerine yönelik mükemmeliyetçilik puanlarını anlamlı düzeyde yordadığı bulunmuştur.

5.3.Öneriler ve Sınırlılıklar

Bu başlık altında, araştırma bulguları çerçevesinde getirilen bazı önerilere ve araştırmanın sınırlılıklarına yer verilmiştir. Bu araştırmanın romantik ilişkilerde mükemmeliyetçiliğin psikolojik iyi oluş ve çocukluk çağı travmalarıyla ilişkinin incelenmesi ileriki çalışmalara katkıda bulunması beklenmektedir. Özellikle ülkemizde romantik ilişkilerde mükemmeliyetçilikle ilgili çalışmalar da yalnızca bir

Çalışmanın bulunması, bu konuda ki çalışmalara ihtiyaç olduğunu göstermektedir. Bu bağlamda konuyla ilgili yapılacak farklı çalışmaların alanı zenginleştireceği düşünülmektedir.

Mükemmeliyetçilik kavramıyla ilgili birçok çalışmanın olmasının yanı sıra özellikle romantik ilişkilerde mükemmeliyetçiliğin çocukluk ağı travmaları ve psikolojik iyi oluş ile incelenmesinin, bu alandaki çalışmaların derinleşmesine ve bu değişkenlerle yapılacak çalışmalar için kılavuzluk etmesi beklenmektedir. Ayrıca değişkenler açısından ilişkilerin değerlendirilmesi etkilerin anlaşılması açısından faydalı olacaktır.

Mevcut araştırmanın sonuçlarının niversite öğrencilerine psikolojik destek veren uzmanlara fikir sağlaması beklenmektedir. Üniversite ğrencilerinin içinde bulundukları gelişimsel dönem gereği romantik ilişkiler önemli bir kavramdır. Bu çerçevede bu araştırma bulguları gençlerle yapılan çalışmalarda önemli bazı ipuçları sağlayabilir.

Araştırma bulguları ile çocukluk ağı travmaları ile kendine yönelik mükemmeliyetçilik arasında anlamlı bir ilişki olduğu bulunmuştur. Bu bulgudan hareketle anne babalara çocuklarıyla ilgili eğitimleri ya da çocukluk çağında çocuklarına nasıl davranacaklarıyla ilgili anlatan eğitici bilgilendirici çalışmaların önemli olduğu düşünülmektedir. Bunun için anne baba okullarının açılması hatta ocuk dünyaya gelmeden anne babanın beraber katılacağı eğitim programlarının düşünülmesi önemli olmaktadır.

Psikolojik iyi oluş ile romantik ilişkilerde mkemmeliyetiliğinde anlamlı ilişkilerinin olduğu görülmüştür. Buradan hareketle kişilerin psikolojik iyi oluşlarını arttıracak bir takım çalışmalar yapılabilir. Bu alışmalar daha çok tüm okul düzeylerinde yapılacak psikoeğitim çalışmaları veya öğretmenlerin yapacağı bir takım sınıf içi etkinliklerle sağlanabilir.

Cinsiyet, anne eğitim durumu, baba eğitim durumu, çalışma durumu, kardeş sayısı, doğum sırası, ebeveyn beraberlik durumu ve ebeveyn tutumu ile anlamlı

farklılıklar olmadığı görülmüştür. Ancak yapılan farklı araştırmalarda bu demografik değişkenlere göre anlamlı farkların olduğunu gösteren bulgularda görülmüştür. Bu araştırmayla başka araştırmalar arasındaki bulgu farklılıklarının kaynağını öğrenebilmek için daha geniş örneklemelerle yapılan ve farklı araştırma örneklemeleriyle ve farklı yöntemlerle yapılacak çalışmaların sayısının artırılmasının önemli olduğu düşünülmektedir.

Araştırmada bazı sınırlılıklarla da karşılaşmıştır. Araştırmanın ölçek ve uygulamaları yapılırken gözlemler sonucunda katılımcıların romantik ilişkisi olup olmadığı sorulduğunda ve buna dair maddeleri doldururken utanma gibi davranışlar sergiledikleri görülmüştür. Dolayısıyla utandıkları ve bir grup içinde kendileriyle ilgili bilgi vermekte zorlanmalarının gözlenmesinden hareketle bu tarz özel konuları içeren çalışmalarda uygulamaların daha küçük gruplarda daha bireysel olarak ulaşılarak yapılması verimli ve doğru bulgular elde edilmesi için önemli olduğu düşünülmektedir.

Araştırmanın sınırlılıklarından biri de, örnekleme üniversite öğrencilerinin belli yaş aralığından oluşturuyor olması ve sadece çalışmaya romantik ilişkisi olan veya daha önceden romantik ilişkisi olmuş katılımcı profiline sahip olmasıdır. Böylelikle sonuçların genelleştirilerek atfedilmesini zorlaştırmaktadır.

Araştırmanın örnekleme için İstanbul da vakıf ve devlet üniversitesinde yapılırsa dahil tüm Türkiye'deki üniversite öğrencilerini temsil etmeye ilişkin sınırlılıklar bulunmaktadır.

Tüm bu sınırlılıklarla birlikte bu çalışmanın romantik ilişkiler mükemmeliyetçilik, çocukluk çağı travmaları ve psikolojik iyi oluşa yönelik sonraki araştırmalara yol göstermesi ve bu konuda eğitsel çalışmalarla bilgilendirilmesi ve psikolojik destek çalışmalarının artması gerekli sosyal müdahalelerin planlanmasına katkı sağlaması umulmaktadır.

6.KAYNAKLAR

Acehan, S., Bilen, A., Ay, M.O., Gülen, M., Avcı, A. & İçme, F. (2013). Çocuk istismarı ve ihmalinin değerlendirilmesi. Arşiv Kaynak Tarama Dergisi, 22(4), 591-614.

Adler, A.(1994), Güç Çocuğun Eğitimi, (N. Önel, Çev.), İstanbul: Varlık Yayınları.

Anand, K. ve Nagle Y. K. (2016). Perfectionism as predictor of psychological wellbeing among college students. Global Journal of Human-Social Science. Arts and Humanities-Psychology, 16(5), 35-39.

Ashby, J. S., & Bruner, L. P. (2005). Multidimensional Perfectionism and Obsessive-Compulsive Behaviors. Journal of College Counseling, 8(1), 31-40.

Ashby, J. S., & Kottman, T. (1996). Inferiority as a distinction between normal and neurotic perfectionism. Individual Psychology: Journal of Adlerian Theory, Research & Practice, 52(3), 237-245.

Ashby, J. S., & Rice, K. G. (2002). Perfectionism, dysfunctional attitudes, and self-esteem: A structural equations analysis. Journal of Counseling and Development, 80(2), 197-203.

Aydemir, T. (1994). Cinsel istismara maruz kalan çocukların adli tıp açısından incelenmesi ve korunması (Yüksek lisans tezi). İstanbul Üniversitesi Adli Tıp Enstitüsü, İstanbul.

Aydoğan, S. (2010). İlköğretim II. Kademe Öğrencilerinin Umut ve Benlik Saygısı Düzeylerinin Bazı Değişkenler Açısından İncelenmesi, Selçuk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Konya.

Ayoğlu, Z. (2012). Okb'ye ilişkin gelişimsel bir model: yetişkin bağlanma biçimleri, ebeveynlerden algılanan psikolojik kontrol düzeyi ve mükemmeliyetçilik eğilimlerinin obsesif yorumlar ve belirtilerle bağlantısının incelenmesi. Yayınlanmamış yüksek lisans tezi. Hacettepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.

Bakış, N., & Çam, O., (2005). İlköğretim Öğretmenlerinin Öğrencilere Yönelik Tutum ve Davranışlarının Çocuk İstismarı ve İhmali Açısından İncelenmesi. Çocuk Forumu Dergisi, 5(2):29-34.

Başaranoğlu, Y., 2011, Üniversite Öğrencilerinin Cinsiyete Göre Psikolojik Doğum Sırası ile Karşı Cinsle İlişkide Sosyal Yetkinlik Beklentisi Düzeyleri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi, Yüksek Lisans Tezi, Çukurova Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Adana.

Başsayın, A.K., 2018, Evli Bireylerde Mükemmeliyetçilik, Evlilik Uyumu ve Cinsel Doyum Arasındaki İlişkinin İncelenmesi Yüksek Lisans Tezi, Okan Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.

Bencik, S. (2006). Üstün yetenekli çocuklarda mükemmeliyetçilik ve benlik algısı arasındaki ilişkinin incelenmesi (Yayınlanmamış yüksek lisans tezi). Hacettepe Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Ankara.

Berry, M., Charlson, R., & Dawson, K. (2003). Promising practices in understanding and treating child neglect, Child and Family Social Work, 8,13-24,USA.

Bieling, P. J., Israeli, A. L. ve Antony, M. M. (2004). Is perfectionism good, bad or both ? examining models of the perfectionism construct. Personality and Individual Differences, 36 (6), 1373-1385.

Bilge, F., Doğan, N., Gençtanırım, D., Arıcıoğlu, A., Yalçın, G., Baydan, Y., ... ve Sarı, T. (2010). A study on multidimensional relationships.Eğitim Araştırmaları-Eurasian Journal of Educational Research,10(41), 37-53.

Braet, C., Claus, L., Goossens, L., Moens, E., Van Vlierberghe, L., ve Soetens, B. (2008).Differences in eating style between overweight and normal-weight youngsters. Journal of Health Psychology, 13(6), 733-743.

Bruch, H. (1973). Eating disorders: Obesity, anorexia nervosa, and the person within (Vol.5052). Basic Books.

Burns, G.L, Keortge, S.G, Formea, G.M, Sternberger, L.G. (1996). Revision of the Padua Inventory of obsessive compulsive disorder symptoms: Distinctions between worry, obsessions and compulsions. Behaviour Research and Therapy, 34, 163-173.

Butchart, A.,Phinney-Harvey, A., Kahane, T., Mian, M. & Furniss, T. (2006). Preventing child maltreatment: a guide to action and generating evidence. World Health Organizationand International Society for Prevention of Child Abuse and Neglect, Geneva.

Cenkseven, F. (2004). Üniversite Öğrencilerinde Öznel Ve Psikolojik İyi Olmanın Yordayıcılarının İncelenmesi. Yayınlanmamış doktora tezi. Çukurova Üniversitesi. Sosyal Bilimler Enstitüsü, Adana.

Cenkseven, F. ve Akbağ, M. (2007). Üniversite öğrencilerinde öznel ve psikolojik iyi olmanın yordayıcılarının incelenmesi. Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi, 27(3), 43-65.

Chang, E. C. (2006a). conceptualization and measurement of adaptive and maladaptive aspects of performance perfectionism: relations to personality. psychological functioning and academic achievement. Cognitive Therapy and Research, 30 (6), 677-697.

Chang, E. C. (2006b). Perfectionism and dimensions of psychological well-being in a college student sample: a test of a stress-mediation model. Journal of Social and Clinical psychology, 25, 1021-1042.

Cirhinlioğlu, F. G. (2006). Üniversite Öğrencilerinde Utanç Eğilimi, Dini Yönelimler, Benlik Kurguları ve Psikolojik İyi Olma Hali Arasındaki İlişkiler (Yayınlanmamış Doktora Tezi). Hacettepe Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.

Clark, R. E.,&Clark, J. F. (2007). The Encyclopedia of Child Abuse. Facts On File, New York.

Corey, G. (2005), Psikolojik Danışma, Psikoterapi Kuram ve Uygulamaları, (Ergene, Çev.), Ankara: Mentis Yayıncılık.

Duru, A. (1995). İlkokul 5. Sınıf Öğrencilerinin Benlik Saygıları ile Ana Baba Tutumları Arasındaki İlişki ,Yüksek Lisans Tezi, Dokuz Eylül Üniversitesi, İzmir.

Diener, E., & Seligman, M. E. (2002). Very happy people. Psychological science, 13(1), 81-84.

Diener, E., & Seligman, M. E. (2004). Beyond money: Toward an economy of well-being. Psychological science in the public interest, 5(1), 1-31.

Dimitrovsky, L., Levy-Shiff, R.ve Schattner-Zanany, I. (2002). Dimensions of depression and perfectionism in pregnant and nonpregnant women: Their levels and interrelationships and their relationship to marital satisfaction. The Journal of Psychology, 136(6), 631-646. doi: 10.1080/00223980209604824

Emery, R.E., Evlilik, Boşanma ve Çocukların Uyumu,Türkiye İş Bankası Kültür

Eskiili, B. (2015). Erişkinlerin Mükemmeliyetçilik Düzeyleri İle Bazı Değişkenler Arasındaki İlişkinin İncelenmesi, Yüksek Lisans Tezi, Beykent Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul

Felitti, V.J., Anda, R.F., Nordenberg, D., Williamson, D.F., Spitz, A.M., Edwards, V., Koss, M.P., and Marks, J.S. (1998). The relationship of adult health status to childhood abuse and household dysfunction. American Journal of Preventive Medicine, 14, 245-258.

Fleming J. (1998). Childhood sexual abuse: an update. Curr Opin Obstet Gynecol 10:383-6.

Flett, G.L., Hewitt, P.L., Blankstein, K.R. ve Gray, L. (1998). Psychological distress and the frequency of perfectionistic thinking. Journal of Personality and Social Psychology, 75(5), 1363-1381.

Flett, G.L., Hewitt, P.L., Blankstein, K.R. ve Pickering, D. (1998). Perfectionism in relation to attributions for success or failure. Current Psychology, 17(2/3), 249-262.

Frost, R. O., Marten, P., Lahart, C., & Rosenblate, R. (1990). The dimensions of perfectionism. *Cognitive Therapy and Research*, 14, 449-468.

Glaser, D. (2002). Emotional abuse and neglect (Psychological Maltreatment): a Conceptual Framework. *Child Abuse Neglect* 26: 697-714.

Glaser, D. (2011). How to deal with emotional abuse and neglect Further development of a conceptual framework (Framea). *Child Abuse&Neglect*, 35(10), 866- 875.

Geçtan, E.,(1989). Çağdaş Yaşam Ve Normal Dışı Davranışlar. İstanbul Evrim Matbaacılık, 175-180.

Güner, İ., Güner , S., & Şahan, M. H. (2010). Çocuklarda Sosyal ve Medikal Bir Problem; İstismar. *Van Tıp Dergisi*, 108-113Hamachek, D. E. (1978). Psychodynamics of normal and neurotic perfectionism. *Psychology: A Journal of Human Behavior*.

Hall, H. K., Hill, A. P. ve Appleton, P. R. (2012). Perfectionism: a foundation for sporting excellence or an uneasy pathway toward purgatory? G. C. Roberts ve D. C. Treasure, (Ed.), *Advances in motivation in sport and exercise içinde* (129-168). United States: Human Kinetics.

Hamurcu, H. (2011) Ergenlerin Yetkinlik İnançları Ve Psikolojik İyi Oluşlarını Yordamada Psikolojik İhtiyaçlar. Yayınlanmamış doktora tezi, Selçuk Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Konya.

Hefferon, K. & Boniwell, I. (2014). Positive psychology theory, research and applications (pp. 76-88). England: Mc Graw Hill Open University Press.

Hewitt, P. L., & Flett, G. L. (1990). Perfectionism and depression: A multidimensional analysis. *Journal of Social Behavior & Personality*, 5(5), 423-438.

Hewitt, P.L., Flett, G.L., Turnbull-Donovan, W. Ve Mikail, S.F. (1991). The Multidimensional Perfectionism Scale: reliability, validity and psychometric properties in psychiatric samples. *A journal of consulting and clinical psychology*, 3(3), 464-468.

Hewitt, P.L. ve Flett, G.L. (1991). Perfectionism in the self and social contexts: Conceptualization, assessment and association with psychopathology. *Journal of Personality and Social Psychology*, 60(3), 456-470.

Hewitt, P. L., Flett, G. L. ve Mikail, S. F. (1995). Perfectionism and relationship adjustment in pain patients and their spouses. *Journal of Family Psychology*, 9(3), 335-347. doi: <http://dx.doi.org/10.1037/0893-3200.9.3.335>

Hewitt, P. L., Flett, G. L., ve Ediger, E. (1996). Perfectionism and depression: Longitudinal assessment of a specific vulnerability hypothesis. *Journal of Abnormal Psychology*, 105(2), 276.

Hewitt, P. L., Flett, G. L., Beser, A., Sherry, S. B., & McGee, B. (2002). Perfectionism is Multidimensional: A Reply to Shafran, Cooper and Fairburn, 2002. *Behaviour Research and Therapy*, 41(10), 1221-1236.

Hewitt, P. L., Flett, G. L., Turnbull-Donovan, W., & Mikail, S. F. (1991). The Multidimensional Perfectionism Scale: Reliability, validity, and psychometric properties in psychiatric samples. *Psychological Assessment: A Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 3(3), 464-468.

Hollander, M. H. (1965). Perfectionism. *Comprehensive Psychiatry*, 6, 94-103.

Kaplan, H. I. ve Kaplan, H. S. (1957). The psychosomatic concept of obesity. *Journal of Nervous and Mental Disease*, 125, 181-201.

Kanbur, N. & Akgül, S. (2010). Adölesanlarda cinsel istismar ve pediatristin rolü. *Çocuk İhmal ve İstismarı-I*, 32 (4), 491-502.

Kara, B. ve Biçer, Ü. & Gökalp. A.S. (2004). Çocuk İstismarı. *Çocuk Sağlığı ve Hastalıkları Dergisi*.140-151.

Kemp, E., Bui, M. ve Grier, S. (2011). Eating their feelings: Examining emotional eating in at-risk groups in the United States. *Journal of Consumer Policy*, 34(2), 211-229.

Korkmazlar Oral, Ü., Engin, P. & Büyükyazıcı, Z. (2010). Türkiye’de Çocuk İstismarı ve Aile İçi Şiddet Araştırması Özet Raporu, T.C. Başbakanlık Sosyal Hizmetler ve Çocuk Esirgeme Kurumu Yayın s.1-42.

Kozcu, Ş. (1991). Çocuk İstismarı ve İhmali. Ankara: Aile Yazıları. T.C.Başbakanlık Aile Araştırma Kurumu Başkanlığı. 2. Cilt.

Kulaksızoğlu, A. (2006), Ergenlik Psikolojisi, (8.Baskı), İstanbul: Remzi Kitabevi.

Küçü, E. (2018). Lise öğrencilerinde mükemmeliyetçilik, ihtiyaç doyumu ve psikolojik iyi-oluş arasındaki ilişkilerin incelenmesi (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi). Dokuz Eylül Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, İzmirLynd-Stevenson, R. M., ve Hearne, C. M. (1999). Perfectionism and depressive affect: The pros and cons of being a perfectionist. *Personality and Individual Differences*, 26(3), 549-562.

LaSota, M. T. (2001). Perfectionism and the role of self-esteem. Unpublished master’s thesis. University of Hartford, ABD.

Lundahl, B. W., Nimer, J., & Parsons, B. (2006). Preventing child abuse: A meta-analysis of parent training programs. *Research on Social Work Practice*, 16(3), 251-262.

Mackinnon, S. P., Sherry, S. B., Antony, M. M., Stewart, S. H., Sherry, D. L.ve Hartling, N. (2012). Caught in a bad romance: Perfectionism, conflict, and depression in romantic relationships. *Journal of Family Psychology*, 26(2), 215-225.

Meadow, R. (2007). Poisoning. In R. Meadow, J. Mok, D. Rosenberg (Eds.), *ABC of Child Protection*. (35-38). Oxford: Blackwell Publishing Ltd.Mızrak, Ö.E. (2006). Anksiyete Bozukluğu ve/veya Depresif Bozukluk Tanısı Alan Hastalarda Çok Boyutlu Mükemmeliyetçilik Ölçeği Uyarlama Çalışması (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi). Ankara Üniversitesi, Ankara

Mısırlı-Taşdemir, Ö; ve Özbay, Y. (2004). Üstün yetenekli çocuklarda mükemmeliyetçilik, sınav kaygısı, benlik saygısı, kontrol odağı, öz- yeterlilik ve problem çözme becerileri arasındaki ilişkinin incelenmesi. *Üstün Yetenekli Çocuklar Bildiriler Kitabı. Çocuk Vakfı Yayınları*, s. 301-318, İstanbul.

Michalec, B., Keyes, C. & Nalkur, S. (2009). Flourishing. In S. Lopez (Ed.) The encyclopedia of positive psychology (pp. 391-394). Chichester: Blackwell Publishing Ltd.

Mikaeili, N., Barahmand, U. & Abdi, R. (2013). The prevalence of different kinds of child abuse and the characteristics that differentiate abused from non abused male adolescents. *Journal of Interpersonal Violence*, 28(5): 975-996.

Miyanyedi, K. (2009). Çocuk ihmalinin belirlenmesi ve tedaviye katkısında görsel sanatlar eğitiminin rolü (Yüksek lisans tezi). Gazi Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü. Ankara.

O'Hagan, K. (2006). Identifying Emotional and Psychological Abuse: A Guide for Child care Professionals. New York: Mc Graw Hill Education.

Oral, M. (1999). The relationship between dimensions of perfectionism, stressful life events and depressive symptoms in university students: a test of diathesis stress model of depression (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi). Ortadoğu Teknik Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.

Ortar M. & Demirbilek D. (2013). Ebeveynleri Birlikte Olan Ergenler ile Parçalanmış Aileye Sahip Ergenlerin Benlik Saygıları ve Atılganlık Düzeyleri Üzerine Bir İnceleme, *Eğitimde Politika Analizi Dergisi Cilt 2, Sayı 2.s. 21-40*, İstanbul.

Ovayolu, N., Uçan, Ö., & Serindağ, S. (2007). Çocuklarda Cinsel İstismar ve Etkileri. *Fırat Sağlık Hizmetleri Dergisi*, (2), 4: 13-22

Öncü, E., Kurt, A. Ö., & Esenay, F. I. (2012). Çalışan çocukların ailede istismarı. *Türkiye Halk Sağlığı Dergisi*, 10(3): 128-140.

Özdin, G., (2019) Eğitim fakültesi öğrencilerinin mükemmeliyetçilik ve özgecilik düzeylerinin psikolojik iyi oluş düzeylerine etkisi yüksek lisans tezi. İstanbul Üniversitesi Cerrahpaşa Lisansüstü Eğitim Enstitüsü, İstanbul.

Özkara, G., (2015). Mükemmeliyetçilik Düzeyleri İle Psikolojik İyi Olma Hali Arasındaki İlişki ve Problem Çözme Becerisine Etkisi Yüksek Lisans Tezi, Üsküdar Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.

Özteke, H.İ., (2015), Bağlanma, Eş Seçiminde Sınırlandırıcı İnançlar ve Beden İmgesi Baş Etme Stratejilerinin Romantik İlişkilerde Mükemmeliyetçiliği Yordaması, Doktora Tezi, Necmettin Erbakan Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Konya.

Perolini, C. M. (2011). Mindfulness and perfectionism as predictors of physical and psychological well-being in college students (Yayımlanmamış doktora tezi). Fordham University.

Polat, O. (2006). Cinsel İstismar Rehberi, İstanbul: Forart Matbaa. 10-70.

Polat O. (2007). Tüm Boyutlarıyla Çocuk İstismarı 1-Tanımlar. Ankara: Seçkin Yayıncılık.

Rapp-Paglicca, L. & Leober, P, (2007), Child Abuseand Juvenile Delinquency, Nicky Ali Jackson (Ed.), Encyclopedia of Domestic Violence, New York:Routledge, 124-131

Rice, K. G., & Aldea, M. A. (2006). State Dependence and Trait Stability of Perfectionism: A Short-Term Longitudinal Study. *Journal of Counseling Psychology*, 53, 205-213.

Rice, K. G., & Ashby, J. S. (2007). An Efficient Method for Classifying Perfectionists. *Journal of Counseling Psychology*, 54(1), 72-85.

Rice, K. G., & Preusser, K. J. (2002). The Adaptive/Maladaptive Perfectionism Scale. *Measurement and Evaluation in Counseling and Development*, 34(4), 210-222.

Rice, K. G., & Slaney, R. B. (2002). Clusters of perfectionists: Two studies of emotional adjustment and academic achievement. *Measurement and Evaluation in Counseling and Development*, 35(1), 35-48.

Rice, K. G., Ashby, J. S., & Slaney, R. B. (1998). Self-esteem as a mediator between perfectionism and depression: A structural equations analysis. *Journal of Counseling Psychology*, 45(3), 304-314.

Rice, K. G., Ashby, J. S., & Slaney, R. B. (2007). Perfectionism and the five-factor model of personality. *Assessment*, 14(4), 385-398.

Rice, K. G., Lopez, F. G., & Vergara, D. (2005). Parental/social influences on perfectionism and adult attachment orientations. *Journal of Social and Clinical Psychology*, 24(4), 580-605.

Robins, G., ve Boldero, J. (2003). Relational discrepancy theory: The implications of self-discrepancy theory for dyadic relationships and for the emergence of social structure. *Personality and Social Psychology Review*, 7(1), 56-74.

Rommel, D., Nandrino, J. L., Ducro, C., Andrieux, S., Delecourt, F., ve Antoine, P. (2012). Impact of emotional awareness and parental bonding on emotional eating in obese women. *Appetite*, 59(1), 21-26.

Ryff, Carol D.: ‘‘Happiness Is Everything, Or Is It? Explorations On The Meaning Of Psychological Well-Being ‘ ‘ *Journal Of Personality and Social Psychology*, 576 (1989). 10069

Ryff, C. D. (1989). Happiness is everything, or is it? Explorations on the meaning of psychological well-being. *Journal of personality and social psychology*, 57(6), 1069-1081.

Ryff, C. D. & Keyes, C. L. M. (1995). The structure of psychological well-being revisited. *Journal of Personality and Social Psychology*, 69 (4): 719-727.

Ryff, C. D. (1991). Possible selves in adulthood and old age: A tale of shifting horizons. *Psychology and Aging*, 6(2): 286-295.

Salı, G. (2010). Çalışan ve Çalışmayan Çocukların Arkadaşlık İlişkileri, Sosyal Destek Algıları ve Mükemmeliyetçiliklerinin İncelenmesi, Doktora Tezi, Ankara Üniversitesi Fen Bilimleri Enstitüsü, Ankara.

Sarı, H. Y., Ardahan, E., & Öztornacı, B. Ö. (2016). Çocuk ihmal ve istismarına ilişkin son 10 yılda yapılan sistematik derlemeler. *TAF Preventive Medicine Bulletin*, 15(6).

Slaney, R. B., & Ashby, J. S. (1996). Perfectionists: Study of a criterion group. *Journal of Counseling & Development*, 74(4), 393-398.

Slaney, R. B., & Johnson, D. P. (1992). The Almost Perfect Scale. Unpublished manuscript. Pennsylvania State University, University Park.

Slaney, R. B., Mobley, M., Trippi, J., Ashby, J. S., & Johnson, D. (1996). Almost Perfect Scale- Revised. Unpublished scale. Pennsylvania State University, University Park.

Slaney, R. B., Rice, K. G., Mobley, M., Trippi, J., & Ashby, J. S. (2001, October). The Revised Almost Perfect Scale. *Measurement and Evaluation in Counseling and Development*, 34(3), 130-145.

Seligman, M. Authentic happiness: Using the new positive psychology to realize your potential for lasting fulfillment. New York: Free Press.

Seligman, M. Positive psychology, positive prevention and positive therapy. In C.R. Snyder and S.J. Lopez (Eds.) *Handbook of Positive Psychology* (pp. 3-9). New York: Oxford University Press.

Seligman, M. E. P., & Chikszentmihayli, M. (2000). Positive psychology: An introduction. *American Psychologist*, 55(1), 5-14.

Sheldon, K. M., Kasser, T. (2001). Goals, Congruence, and Positive Well-being: New Empirical Support for Humanistic Theories. *Journal of Humanistic Psychology*, 41, 30.

Siegle, D. and Schuler, P.A. (2000). Perfectionism differences in gifted middle students. *Roeper Review*, 23(1), 39-44.

Snoek, H. M., Engels, R. C., Janssens, J. M., & van Strien, T. (2007). Parental behaviour and adolescents' emotional eating. *Appetite*, 49(1), 223-230. behavior: Multilevel perspectives. *Annual Review Psychology*, 56, 365-392.

Stith, S. M., Liu, T., Davies, L. C., Boykin, E. L., Alder, M. C., Harris, J. M., & Dees, J. E. M. E. G. (2009). Risk factors in child maltreatment: A meta-analytic review of the literature. *Aggression and Violent Behavior*, 14(1), 13– 29.

Stoeber, J. (2012). Dyadic perfectionism in romantic relationships: Predicting relationship satisfaction and longterm commitment. *Personality and Individual Differences*, 53(3), 300-305.

Şahin, F. T., & Özyürek, A. (2008). 5-6 yaş grubu çocuğa sahip ebeveynlerin demografik özelliklerinin çocuk yetiştirme tutumlarına etkisinin incelenmesi. *Türk Eğitim Bilimleri Dergisi*, 6(3), 395-414.

Terry-Short, L.A., Owens, R.G., Slade, P.D. ve Dewey, M.E. (1995). Positive and negative perfectionism. *Personality and Individual Differences*, 18 (5), 663-668.

Thayer, R. E. (2003). *Calm energy: How people regulate mood with food and exercise*. Oxford University Press, USA.

Timur, M. S. (2008). Boşanma sürecinde olan ve olmayan evli bireylerin psikolojik iyi oluş düzeylerini etkileyen faktörlerin incelenmesi (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Ankara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Ankara.

Tuncer, B. (2006). Kaygı Düzeyleri Farklı Üniversite Hazırlık Sınıfı Örgencilerinin Mükemmeliyetçilik Özelliklerinin İncelenmesi. Yayımlanmamış yüksek lisans tezi, Hacettepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.

Tuncer ve ark. (2014). Adolesanlarda Kardeş Sayısı ile Öz-kavram İlişkisi, *Düzce Tıp Fakültesi Dergisi*; 16(3): 22-25

Turner, L. A. ve Turner, P. E. (2011). The relation of behavioral inhibition and perceived parenting to maladaptive perfectionism in college students. *Personality and Individual Differences*, 50 (6), 840–844.

Uçar, (2019). Çalışan ve Çalışmayan Öğrencilerin Sağlıklı Yaşam Biçimi Davranışları Benlik Saygısı ve Yaşam Doyumu Düzeylerinin İncelenmesi, Yüksek Lisans Tezi, Atatürk Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Erzurum.

Van Strien, T. ve Ouwen, M. A. (2003). Counterregulation in female obese emotional eaters: Schachter, Goldman, and Gordon's (1968) test of psychosomatic theory revisited. *Eating Behaviors*, 3(4), 329-340.

Yaşar, Z.F., & Akduman G.G. (2007). Çocuk ihmal-işismarı ve adli diş hekimliğı. *TSK Koruyucu Hekim Bülteni*, 6(5): 389–394.

Yeşilyaprak, B., (2003). *Eğitimde Rehberlik Hizmetleri*, Ankara: Nobel yayın Dağıtım.

Yıldız, B., (2018). Çalışan Ve Çalışmayan Kadınların Sosyal Görünüş Kaygısı ve Psikolojik İyi Oluş Açısından İncelenmesi, Yüksek Lisans Tezi, Beykent Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.

Yurdakök, K., &İnce, O. (2010). Duygusal istismar ve ihmal. Katkı Pediatri Dergisi 32(4): 423-433.

Zoroğlu, S. S., Tüzün, Ü., Sar, V., Öztürk, M., Kora, M. E., Alyanak, B. (2001). Çocukluk dönemi istismar ve ihmalinin olası sonuçları1/Probable results of childhood abuse and neglect. Anadolu Psikiyatri Dergisi, 2(2), 69-78.

7.EKLER

EK-1. Demografik Bilgi Formu

Yaşınız :.....

Cinsiyetiniz: Kadın () Erkek ()

Annenizin eğitim durumu: İlkokul () Ortaokul () Lise () Üniversite ()
Yüksek Lisans/Doktora ()

Babanızın eğitim durumu: İlkokul () Ortaokul () Lise () Üniversite ()
Yüksek Lisans/Doktora ()

Çalışıyor musunuz ? Evet, tam zamanlı () Evet, part time ()
Hayır ()

Kardeş sayınızı işaretleyiniz: Tek çocuğum () Bir kardeşim var ()
İki kardeşim var () Üç ve daha fazla ()

Doğum sıranızı işaretleyiniz: Tek çocuğum () İlk çocuğum ()
Ortanca çocuğum () Son çocuğum ()

Ebeveynlerinizin beraberlik durumunu işaretleyiniz: Evli beraber () Evli ancak
ayrı ()
Boşanmış () Birisi veya ikisi
vefat ()

Diğer.....(yazınız)

Ebeveynlerinizin çocuk yetiştirme tutumunuz nasıl algılıyorsunuz?

Demokratik () İlgisiz/Reddedici () Aşırı Koruyucu ()
Aşırı Hoşgörülü () Baskıcı/Otoriter () Mükemmeliyetçi ()

EK-2. Psikolojik İyi Oluş Ölçeği (Örnek Maddeler)

Aşağıda katılıp ya da katılamayacağınız 8 ifade vardır. 1–7 arasındaki derecelendirmeyi kullanarak, her bir madde için uygun olan cevabınızı belirtiniz.							
	1	2	3	4	5	6	7
	Kesinlikle katılmıyorum	Katılmıyorum	Biraz katılmıyorum	Kararsızım	Biraz katılıyorum	Katılıyorum	Kesinlikle katılıyorum
1. Amaçlı ve anlamlı bir yaşam sürdürüyorum							
2. Sosyal ilişkilerim destekleyici ve tatmin edicidir							
3. Günlük aktivitelerime bağlı ve ilgiliyim							

EK-3. Romantik İlişkilerde Mükemmeliyetçilik Ölçeği (Örnek Maddeler)

Bu ölçek, insanların etkileşimleri ve romantik ilişkileri hakkında hissettiklerini ve düşündüklerini anlatmak için kullandıkları ifadeler içerir. Bunlara ne kadar katıldığınızı veya katılmadığınızı belirtmeniz gerekmektedir. 1 = Hiç katılmıyorum, 2 = Neredeyse hiç katılmıyorum 3=Katılmıyorum 4= Kararsızım, 5 = Katılıyorum, 6 = Kesinlikle katılıyorum, 7 = Çok fazla Katılıyorum								
1. Partnerimle konuşurken doğru olan her şeyi söylemek benim için önemlidir.	1	2	3	4	5	6	7	
2. Partnerim beni hayal kırıklığına uğratan şeyler yapar.	1	2	3	4	5	6	7	
3. Partnerim istediğim şekilde davranmadığı zaman onun yanında olmak istemiyorum.	1	2	3	4	5	6	7	
4. Romantik ilişkimde tüm doğru şeyleri yaptığımdan emin olmak isterim.	1	2	3	4	5	6	7	

EK-4. Çocukluk Çağı Travmaları Ölçeği (Örnek Maddeler)

Bu maddeler **çocukluğunuzda ve ilk gençliğinizde** (20 yaşından önce) başınıza gelmiş olabilecek bazı olaylar hakkındadır. Her bir madde için sizin durumunuza uyan ifadeyi işaretleyiniz. Sorulardan bazıları özel yaşamınızla ilgilidir; lütfen elinizden geldiğince gerçeğe uygun yanıt veriniz. Yanıtlar gizli tutulacaktır.

	Çocukluğumda ya da ilk gençliğimde...	Hiç Bir	Nadiren	Kimizama n	Sık olarak	Çok sık
1	Evde yeterli yemek olmadığından aç kalırdım.					
2	Benim bakımımı ve güvenliğimi üstlenen birinin olduğunu biliyordum.					
3	Ailemdelikler bana “salak”, “beceriksiz” ya da “tipsiz” gibi sıfatlarla seslenirlerdi.					
4	Anne ve babam ailelerine bakamayacak kadar sıklıkla sarhoş olur ya da uyuşturucu alırlardı.					
5	Ailemde önemli ve özel biri olduğum duygusunu hissetmeme yardımcı olan biri vardı.					



T.C.
HALIÇ ÜNİVERSİTESİ REKTÖRLÜĞÜ



Sayı : 77118178-044-
Konu : Anket Uygulama İzni (Müge Yılmaz)
Hk.

LİSANSÜSTÜ EĞİTİM ENSTİTÜSÜ MÜDÜRLÜĞÜNE

İlgi : Üniversitemiz Lisansüstü Eğitim Enstitüsü Müdürlüğünün 14.10.2019 tarih ve 9057 sayılı yazısı.

Üniversitemiz Klinik Psikoloji Anabilim Dalı Tezli Yüksek Lisans öğrencisi Müge YILMAZ, Doc.Dr.Durmuş ÜMMET'in danışmanlığında Yüksek Lisans Tezi olarak çalışmakta olduğu "Üniversite Öğrencilerinde Romantik İlişkilerde Mükemmeliyetçiliğin Psikolojik İyi Oluş ve Çocukluk Çağı Travmalarıyla İlişkisinin İncelenmesi" konulu araştırmasının gereği olan anket çalışmasını gönüllülük esasına göre üniversitemiz öğrencilerine uygulama isteği Rektörlüğümüzce uygun görülmüştür.

Bilgilerinizi rica ederim.

e-imzalıdır

Prof.Dr. Melek Güneş YAVUZER
Vekil Rektör

Ek:İlgi yazı

Dağıtım:

Gereği:

Fen Edebiyat Fakültesi Dekanlığı

Güzel Sanatlar Fakültesi Dekanlığı

İşletme Fakültesi Dekanlığı

Mimarlık Fakültesi Dekanlığı

Mühendislik Fakültesi Dekanlığı

Tıp Fakültesi Dekanlığı

Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu

Müdürlüğü

Hemşirelik Yüksekokulu Müdürlüğü

Konservatuvar Müdürlüğü

Sağlık Bilimleri Yüksekokulu Müdürlüğü

Meslek Yüksekokulu Müdürlüğü

Lisansüstü Eğitim Enstitüsü Müdürlüğü

Bilgi:

Öğrenci İşleri Daire Başkanlığı

EK-5. Anket Uygulama İzni

EK-6. Etik Kurul Onay Belgesi



**T.C.
HALIÇ ÜNİVERSİTESİ
GİRİŞİMSSEL OLMAYAN KLİNİK ARAŞTIRMALAR ETİK KURULU**

SAYI : 98
KONU: Etik Kurul İzni

28.05.2019

Sayın; Müge Yılmaz

Haliç Üniversitesi Girişimsel Olmayan Klinik Araştırmalar Etik Kurulu tarafından yapmış olduğunuz başvuru incelenmiş olup, Doç. Dr. Durmuş Ümmet'in danışmanlığında planladığınız **"Üniversite Öğrencilerinde Romantik İlişkilerde Mükemmeliyetçiliğin Psikolojik İyi Oluş ve Çocukluk Çağı Travmalarıyla İlişisinin İncelenmesi"** isimli araştırmanız kurulumuzun 28.05.2019 tarihli toplantısında etik yönden uygun bulunmuştur.

Bilgilerinize sunarım.

Prof. Dr. Melek Güneş YAVUZER
Etik Kurul Başkanı

EK.Etik Kurul Kararı

Sütlüce Mah. İmrahor Cad. No:82 Beyoğlu- İSTANBUL
Tel: 0212 924 24 44/2704 Faks: 0212 343 08 78
etikkurul@halic.edu.tr İnternet:www.halic.edu.tr

8.ÖZGEÇMİŞ

19.07.1995 tarihinde İstanbul'da doğmuş olan Müge Yılmaz, ilköğretimi Mustafa Necati İlköğretim okulunda tamamlayıp ortaokulu Özel Oğuzkaan Ortaokulunda tamamlayarak liseyi Özel Florya Final Anadolu Lisesinde bitirmiştir. Bundan sonra Haliç Üniversitesi Psikoloji bölümünü derece ve yüksek onur ile bitirmiştir. Daha sonra aynı üniversite de Klinik Psikoloji Yüksek Lisans Programını tamamlamıştır. Lisans eğitimi sırasında staj eğitimini Balıklı Rum Hastanesi Vakfı'nda, Özel Florya Final Anadolu Lisesi'nde ve Bağcılar Eğitim ve Araştırma Hastanesi'nde yapmıştır. Yüksek lisans eğitimi sırasında ise o dönem çalışmakta olduğu Özel Mini Mini Anaokulu'nda tamamlamıştır. Kanserli çocuklara umut vakfı gönüllüsüdür. Aynı vakfın İstanbul Tıp Fakültesi Hastanesin de Sanatla Hayata Renk Kat projesinde görev almıştır. Bunların yanı sıra Aile Danışmanlığı Eğitimi, EMDR-I, Çocuk ve Ergenler ile EMDR-I, Çözüm Odaklı Terapi, Ölüm ve Yas eğitimlerini almıştır. EMDR Travma İyileştirme grubu derneği üyesidir. Bu grupla birlikte Elazığ Depreminden sonra bölgeye giderek psikolojik destek çalışmalarında bulunmuştur bunun yanında şuan da Koronavirüs psikolojik destek çalışmalarına online olarak destek vermektedir.