

T.C.
İSTANBUL NİŞANTAŞI ÜNİVERSİTESİ
LİSANSÜSTÜ EĞİTİM ENSTİTÜSÜ
PSİKOLOJİ ANABİLİM DALI
KLİNİK PSİKOLOJİ (TEZLİ) YÜKSEK LİSANS PROGRAMI

YETİŞKİNLERDE KAYGI DÜZEYİNİN ÇOCUKLUK ÇAĞI
TRAVMALARI VE EBEVEYN TUTUMU İLE İLİŞKİSİ

Ezgi Emel ŞAHİN

Yüksek Lisans Tezi

YETİŞKİNLERDE KAYGI DÜZEYİNİN ÇOCUKLUK ÇAĞI
TRAVMALARI VE EBEVEYN TUTUMU İLE İLİŞKİSİ

Ezgi Emel ŞAHİN

T.C.
İstanbul Nişantaşı Üniversitesi
Lisansüstü Eğitim Enstitüsü
Psikoloji Anabilim Dalı
Klinik Psikoloji (Tezli) Yüksek Lisans Programı

Yüksek Lisans Tezi

ORCID ID: 0009-0007-9434-5104

Tez Danışmanı: Dr. Öğr. Üyesi Mune AKTAY

İstanbul
Haziran 2025

KABUL VE ONAY

Ezgi Emel Şahin tarafından hazırlanan “Yetişkinlerde Kaygı Düzeyinin Çocukluk Çağı Travmaları ve Ebeveyn Tutumları ile İlişkisi” başlıklı bu çalışma, 19 Haziran 2025 tarihinde yapılan savunma sınavı sonucunda başarılı bulunarak jürimiz tarafından Yüksek Lisans Tezi olarak kabul edilmiştir.

Jüri Üyesi: **Dr. Öğr. Üyesi Selçuk ASLAN** _____
İstanbul Nişantaşı Üniversitesi

Jüri Üyesi: **Dr. Öğr. Üyesi Remziye KESKİN** _____
Üsküdar Üniversitesi

Tez Danışmanı: **Dr. Öğr. Üyesi Mune AKTAY** _____
İstanbul Nişantaşı Üniversitesi

Jüri tarafından kabul edilen bu çalışmanın Yüksek Lisans Tezi olması için gerekli şartları yerine getirdiğini onaylıyorum.

Enstitü Yönetim Kurulu;

Karar Tarihi :
Karar Numarası :

Doç. Dr. Yeşim KAYA
Enstitü Müdürü

ETİK BEYAN

Bu tezin yazılmasında bilimsel ahlak kurallarına uyulduğunu, başkalarının eserlerinden yararlanılması durumunda bilimsel normlara uygun olarak atıfta bulunulduğunu, kullanılan verilerde herhangi bir tahrifat yapılmadığını, tezin herhangi bir kısmının bu üniversite veya başka bir üniversitedeki başka bir tez çalışması olarak sunulmadığını tezimin/projemin kaynak gösterilen durumlar dışında özgün olduğunu bildirir, aksi bir durumda aleyhime doğabilecek tüm hak kayıplarını kabullendiğimi beyan ediyorum.

19 Haziran 2025

Ezgi Emel ŞAHİN



SAVUNMA ÖNCESİ ONAYLAR

BENZERLİK ONAYI		
Başlık	Yetişkinlerde Kaygı Düzeyinin Çocukluk Çağı Travmaları ve Ebeveyn Tutumu ile İlişkisi	
Savunma Tarihi	19.06.2025	
Sayfa Sayısı	85	
Benzerlik Yüzdesi (%)	10	
Taranan Program	Turnitin	
Yukarıda başlığı/konusu gösterilen tez çalışmamın kapak sayfası, giriş, özet, ana bölümler ve sonuç kısımlarından oluşan çalışmam için şahsım ve tez danışmanım/Enstitü Sorumlusu tarafından intihal tespit programında taraması yapılmıştır. Tez Danışmanımın gözetiminde tamamladığım çalışmamın azami benzerlik oranlarına göre intihal içermediğini; aksinin tespit edileceği muhtemel durumda doğabilecek her türlü hukuki sorumluluğu kabul ettiğimi ve yukarıda vermiş olduğum bilgilerin doğru olduğunu beyan ederim.		
Öğrenci Ezgi Emel ŞAHİN	Danışman Dr. Öğretim Üyesi Mune AKTAY	Enstitü Sorumlusu

ETİK KURUL ONAYI		
Başlık	Yetişkinlerde Kaygı Düzeyinin Çocukluk Çağı Travmaları ve Ebeveyn Tutumu ile İlişkisi	
Etik Kurul Toplantı Tarihi	02.04.2024	
Etik Kurul Karar No	2024/04	
Enstitü Sekreteri		

TEZDEN ÇIKARILAN YAYIN		
Yayın Künyesi	Şahin, E. E. (2025). Relationship Between Anxiety Level on Adults and Childhood Trauma and Parental Attitude. <i>4.Sivas Uluslararası Bilimsel Araştırmalar ve İnovasyon Kongresi Bildiri Kitapçığı içinde (ss. 162)</i> , Sivas, Türkiye.	
Yayın Türü	<input type="checkbox"/> Ulusal Hakemli Dergide Makale <input type="checkbox"/> Uluslararası Hakemli Dergide Makale <input type="checkbox"/> Ulusal Kongre/Sempozyumda Bildiri <input checked="" type="checkbox"/> Uluslararası Kongre Sempozyumda Bildiri	
Enstitü Sekreteri		

TEŞEKKÜR

Bu tezin yazılması aşamasında, çalıŐmamı takip eden danışman hocam Dr. Öğr. Üyesi Mune AKTAY'a değerli katkı ve emekleri için içten teŐekkürlerimi sunarım. Ayrıca görüş ve önerileri ile hazırlamıŐ olduğum yüksek lisans tezimi kabul eden değerli jüri üyelerine teşekkür ederim.

Hayatım boyunca her adımında yanımda olan, her zaman koşulsuz sevgileriyle beni destekleyen annem Safiye Gelen, babam Hayri Gelen'e ve küçüklüğümden beri her başarımda payı olan, bana inanan ve yolumu aydınlatan kıymetli anneannem Ulviye İşler ve dedem Sami İşler'e sonsuz teŐekkürü borç bilirim. Bu uzun, yorucu süreçte sabırla, anlayıŐıyla ve sevgisiyle en büyük destekçim olan sevgili eŐim Görkem Şahin'e sonsuz teŐekkürlerimi sunarım. Her zaman yanımda olup mesafeleri unutturan, sevgileri ve destekleriyle bu süreci benim için kolaylaŐtıran canım arkadaşlarıma minnettarım. Varlığınız, sevgileriniz ve inancınız bu süreci anlamlı ve güçlü kıldı. İyi ki varsınız...

Ezgi Emel ŞAHİN

Haziran, 2025

ÖZET

Ezgi Emel ŞAHİN

Yetişkinlerde Kaygı Düzeyinin Çocukluk Çağı Travmaları ve Ebeveyn Tutumu ile İlişkisi

Yüksek Lisans Tezi

İstanbul, 2025

Bu araştırmanın amacı, yetişkin bireylerde kaygı düzeylerinin çocukluk çağı travmaları ve ebeveyn tutumları ile ilişkisini incelemektir. Kaygı düzeyi çocukluk çağı travmaları ve ebeveyn tutumlarının demografik değişkenlere göre farklılık gösterip göstermediği de değerlendirilmiştir. Yetişkinlerde kaygı düzeyinin çocukluk çağı travmaları ve ebeveyn tutumları arasındaki ilişkiyi değerlendirmek açısından Anne Baba Tutum Ölçeği, Çocukluk Çağı Travmaları Ölçeği (ÇÇTÖ), Beck Kaygı Envanteri (BKE) ve kişisel bilgileri elde edebilmek için ise Kişisel Bilgi Formu kullanılmıştır.

Çalışma, nicel araştırma yöntemlerinden ilişkisel tarama modeli kullanılarak yürütülmüştür. Araştırma, 2025 yılı içerisinde gerçekleşip Türkiye’de yaşayan 18-65 yaş aralığındaki 402 yetişkin bireylerden oluşmuş bir örneklem ile gerçekleştirilmiştir. Çalışmada kullanılan veriler online olarak Google Forms aracılığıyla toplanmıştır. Araştırma sonucu toplanan veriler SPSS 25 paket programı aracılığı ile analiz edilmiştir. Araştırmanın istatistiksel analizinde kullanılacak testleri belirleyebilmek amacıyla gerçekleştirilmiş olunan normallik değerlendirilmesi çarpıklık ve basıklık dikkate alınarak gerçekleştirilmiştir. Verilerin normal dağıldığı tespit edildikten sonra parametrik test yöntemlerinden bağımsız örneklem olan t-testi, tek yönlü Anova, Pearson Korelasyon, basit ve çoklu doğrusal regresyon kullanılmıştır. Elde edilmiş olan bulgulara göre; bireyin kaygı düzeyi ile çocukluk çağı travma türleri arasında istatistiksel olarak anlamlı ve pozitif yönde bir ilişki bulunduğu görülmüştür. Yetişkin bireylerin kaygı düzeyi ile demokratik ebeveyn tutumu arasında negatif yönlü ve anlamlı bir ilişki gözlemlenmiştir. Buna karşılık ise kaygı düzeyi ile otoriter anne baba tutumu ve koruyucu anne baba tutumu arasında pozitif anlamlı ilişki bulunmuştur. Bu sonuca göre ebeveyninin aşırı koruyucu veya katı bir tutumda yaklaşması bireyin kaygısını arttırabileceğini göstermektedir.

Anahtar Kelime

Anne baba tutumu, kaygı düzeyi, çocukluk çağı travması

ABSTRACT

Ezgi Emel ŞAHİN

Relationship Between Anxiety Level on Adults and Childhood Trauma and Parental
Attitude

Master's Thesis

İstanbul, 2025

The objective of this research is to examine the relationship between anxiety level on individuals and childhood traumas and parental attitudes. It was also evaluated whether childhood traumas and parental attitudes differ according to demographic variables. Parental Attitude Inventory, Childhood Traumas Questionnaire, Beck Anxiety Inventory were employed on the purpose of evaluating the relationship between adults' anxiety level and childhood traumas and parental attitudes, Personal Information Questionnaire was applied to gather personal informations of participants.

The study was conducted applying correlation survey model among quantitative methods. It was conducted in 2025 with a sample of 402 adult individuals living in Türkiye, aged between 18-65. Data used in this study was collected online by forms delivered to participant via Google Forms. Collected data on this study was analyzed using SPSS 25 packaged software. Normality assessment, applied on the purpose of assigning statistical test employing, was conducted considering skewness and kurtosis. Following determination of normal distribution of the data, unpaired t-test, one way Anova, Pearson Correlation, simple and multiple linear regression were employed among parametric test methods. According to obtained findings, statistically significant and positive relationship was observed between individual's anxiety level and childhood traumas. Negative and significant relationship was observed between adult individuals' anxiety level and democratic parental attitude. On the other hand, positive and significant relationship was observed between anxiety level and authoritative parental attitude and protective parental attitude. According to this result, parent's too protective or strict attitude can increase individual's anxiety.

Keyword

Parental attitude, anxiety level, childhood trauma

İÇİNDEKİLER

KABUL VE ONAY	i
ETİK BEYAN	ii
SAVUNMA ÖNCESİ ONAYLAR.....	iii
TEŞEKKÜR.....	iv
ÖZET.....	v
ABSTRACT.....	vi
GİRİŞ	1
BİRİNCİ BÖLÜM: KAVRAMSAL VE KURAMSAL ÇERÇEVE.....	6
1.1. Kaygı Kavramı	6
1.1.2. Kaygı ve Korku.....	8
1.1.3. Kaygı Bozukluklarında Risk Faktörleri.....	10
1.1.4. Kaygı Bozukluğunda Koruyucu Faktörler.....	11
1.1.5. Kaygı Bozukluklarında Kuramsal Yaklaşımlar	12
1.1.6. Kaygı Türleri	21
1.1.7. Kaygıyı Yordayan Etkenler.....	23
1.2. Çocukluk Çağı Travmaları	25
1.2.1. Çocukluk Çağı Travmaları Türleri.....	26
1.2.2. Çocukluk Çağı Travmalarının Klinik Özellikleri	29
1.2.3. Çocukluk Çağı Travmalarının Epidemiyolojisi.....	31
1.2.4. Çocukluk Çağı Travmalarının Psikososyal Etkileri.....	32
1.2.5. Çocukluk Çağı Travmalarının Yetişkinlikteki Etkileri	34
1.3. Ebeveyn Tutumları	35
1.3.1. Ebeveyn Tutum Türleri.....	37
1.3.2. Ebeveyn Tutumu ile İlgili Araştırmalar	49
İKİNCİ BÖLÜM: YÖNTEM.....	52
2.1. Araştırmanın Yöntemi/Modeli.....	52
2.3.1. Beck Kaygı Ölçeği.....	53
2.3.2. Çocukluk Çağı Travmaları Ölçeği	53
2.3.3. Ana Baba Tutum Envanteri.....	54
ÜÇÜNCÜ BÖLÜM: BULGULAR	56
DÖRDÜNCÜ BÖLÜM: TARTIŞMA VE SONUÇ	83
BEŞİNCİ BÖLÜM: ÖNERİLER.....	92

KAYNAKLAR	95
ETİK KURUL/KOMİSYON İZİNİ/MUAFİYETİ	105
EK 1. BİLGİLENDİRİLMİŞ ONAM FORMU	106
EK 2. SOSYODEMOGRAFİK BİLGİ FORMU	107
EK 3. BECK KAYGI ENVANTERİ	109
EK 4. ÇOCUKLUK ÇAĞI TRAVMALARI ÖLÇEĞİ	110
EK 5. ANA BABA TUTUM ÖLÇEĞİ	111



TABLolar DİZİNİ

Tablo 1. Çalışma Grubunun Demografik ve Kişisel Değişkenlerinin Dağılımı	56
Tablo 2. Araştırma Ölçme Araçlarının Ortalama Skorları, Normallik ve Güvenilirlik Değerleri.....	58
Tablo 3. Yaş Değişkeni ve Araştırma Ölçme Araçları Ortalama Farklılıkları.....	60
Tablo 4. Cinsiyet Değişkenine Göre Araştırma Ölçme Araçları Ortalama Farklılıkları .	61
Tablo 5. Medeni Durum Değişkenine Göre Araştırma Ölçme Araçları Ortalama Farklılıkları.....	62
Tablo 6. Eğitim Durumu Değişkenine Göre Araştırma Ölçme Araçları Ortalama Farklılıkları.....	64
Tablo 7. Gelir Düzeyine Göre Araştırma Ölçme Araçları Ortalama Farklılıkları.....	66
Tablo 8. Anne Eğitim Durumuna Göre Araştırma Ölçme Araçları Ortalama Farklılıkları	68
Tablo 9. Baba Eğitim Durumuna Göre Araştırma Ölçme Araçları Ortalama Farklılıkları	69
Tablo 10. Kronik Rahatsızlık Durumu Değişkenine Göre Araştırma Ölçme Araçları Ortalama Farklılıkları.....	71
Tablo 11. Psikolojik Rahatsızlık Durumu Değişkenine Göre Araştırma Ölçme Araçları Ortalama Farklılıkları.....	72
Tablo 12. Anne-Baba Tarafından Büyütülme Durumuna Göre Araştırma Ölçme Araçları Ortalama Farklılıkları.....	73
Tablo 13. Anne veya Baba Kaybı Değişkenine Göre Araştırma Ölçme Araçları Ortalama Farklılıkları.....	75
Tablo 14. Çocukluk Yaşam Ortamına Göre Araştırma Ölçme Araçları Ortalama Farklılıkları.....	76
Tablo 15. Kaygı Düzeyi, Çocukluk Çağı Travmaları ve Anne-Baba Tutumları Arasındaki Korelasyon Analizi Bulguları	77
Tablo 16. Çocukluk Çağı Travmalarının Kaygı Düzeyi Üzerindeki Yordayıcı Etkilerine İlişkin Regresyon Bulguları	79
Tablo 17. Çocukluk Çağı Travmalarının Kaygı Düzeyi Üzerindeki Yordayıcı Etkisine İlişkin Regresyon Bulguları	80
Tablo 18. Anne-Baba Tutumlarının Kaygı Düzeyi Üzerindeki Yordayıcı Etkilerine İlişkin Regresyon Bulguları	80

GİRİŞ

Kaygı bir diğer adı ile bilinen anksiyete insanlarda doğumlarından itibaren süre gelen durum veya olaylar karşısındaki belirsizlik hali, gerçek dışı olgular ve çoğu zaman panik ile korkunun da eşlik ettiği bir duygu olarak tanımlanabilmektedir. Kaygı duygusu genel itibari ile birey için pek hoş bulunan bir duygu olmamakla birlikte bireyin yaşam şartlarını yerine getirmesi, önlem alabilmesi için önemli bir yaşam parçası olarak sayılabilir. Bebeklik çağı, çocukluk çağı, ergenlik çağı ve yetişkinlik çağı dönemlerinde yani bireyin hayatlarının tümünde çeşitli faktörlerden kaynaklı kaygı durumu oluşur (Özdemir ve Tatar, 2019: 94).

Bireyin bebeklik döneminden hatta doğum öncesi anne karnındaki dönemden itibaren kaygı duygusu gelişmeye başlar. Bireyin bebeklik döneminden sonra çocukluk dönemine geçişi oldukça önemlidir. Yeni yerler, yeni duygular, yeni kelimeler öğrenen bir çocuk için her şey çok karmaşık ve zor hale gelir. Kendisi keşfederek veya aile bireylerini, etrafında bulunan kişileri, bakım verenleri izleyerek yeniliklere karşı bir öğrenme gerçekleştirir. Bu öğrenme esnasında bebek sağlıklı bir gelişim gösterebildiği gibi sağlıksız ve olumsuz yönler, yetenekler kazanabilir. Bakım verenleri ve ebeveynlerinin gösterdiği hassasiyet bu durumda çok önemli bir adım olacaktır (Yıldız, 2008: 296). Bakım veren olan ebeveynlerin, bebeğe karşı göstermiş oldukları tutum tutarsız, olumsuz, öfke yansıtmalı bir biçim içerisinde ilerliyorsa bebek bu durumlardan olumsuz olarak etkilenebilmektedir. Ebeveyni örnek alarak kişiliğini oluşturmaya başlayabilir, olaylar karşısında vereceği tepkiler uygun olmayan bir şekilde ifade ediyor durumda olabilmesi bir ihtimal çerçevesinde beklenmektedir. Bakım veren kişiler, çocuğun ebeveynlerinin tutarsız, güvensiz tavırları ve davranışları çocukta kaygı oluşturabilir. Çocuk kendini nerede ve nasıl ifade edebileceği konusunda yoğun kaygılar yaşayıp yönlendirilme ihtiyacı hissedebilir (Dirik, Yorulmaz ve Karancı, 2015: 65).

Ebeveynlerin tutumunu eğitim düzeyleri, yaş faktörü, içinde büyümüş olduğu kültür yapısı ve sosyo-ekonomik durumları gibi etmenler etkileyebilmektedir. Anne ve babaların çocuk sahibi olabilecek durumda olup olmadığı, duygu durum değişkenliği, duygusal ve zihinsel düzeyde oluşmuş olan olgular bütünü ebeveynlik rollerinde etki ve katkı sağlamaktadır. Ebeveynlik rollerinin önem arz ettiği gibi eşlerin birbirine karşı göstermiş olduğu eş ilişkisi ve tutumu yansıtılan aile kavramı içinde tatmin derecesini

etkilemektedir (Yıldız, 2004: 317). Duygusal ilişkilerini sağlıklı ve kaliteli bir şekilde yürütmüş olan anne ve baba doğum sonrasındaki dönem içinde de ebeveynlik rollerini kaliteli bir şekilde yürütmesi beklenir. Kaliteli bir şekilde ebeveynlik rollerini ilerleten anne ve babanın yetiştirmiş olduğu birey genel anlamda bakıldığında daha özgüvenli, kaygı ve stres yöntemi var olan ve travma bakımından daha risksiz bir tablo oluşabilir. Bireyin arkadaş seçimleri, eğitim hayatı, kariyer üzerindeki hedefleri ve duygu değişimleri aile yapısına göre farklılık gösterebilir. Olumsuz, tartışmalı, kısıtlayıcı veya eşler arasındaki uyumsuzluk gibi olgular içeren bir aile yapısında çocuk yaşamı içinde daha kaygılı ve stresli, özgüven kaybı yaşayan, sosyal çevresini nasıl oluşturması gerektiğini bilmeyen veya oturtamayan bir yapıya sahip olabilir. Böyle bir tabloda büyüyen çocuk için karar vermek zor olabilir. Öteki taraftan tam tersi olumlu, kararlara saygı gösteren ve uyum içinde olan bir aile içerisinde büyümüş ve gelişmiş olan çocuk için işler daha pozitif yönde ilerleyebilir. Özgüven sahibi, karar verme mekanizmasına sahip ve daha net bir tutum içerisinde olduğu gözlemlenebilir (Kaya ve diğerleri, 2012).

Problemlere verilen tepki veya çözüm şekilleri, kaçınan davranışlar, kaygı seviyesi ve utangaçlık gibi birtakım farklı duygu ve karakteristik olgular anlam kazanmaya, oluşmaya başlamaktadır. Ancak bu oluşumun nasıl kurulacağı, büyük bir oranda ebeveynin kendi çocukluk döneminde anne ve babasıyla yaşadığı ilişki dinamiğinden etkilenecek kurulum gösterir. Bu süreç bir sonraki nesle aktararak devamlılık sağlayabilir. Veya ebeveynler kendi ebeveynlerinden görmüş oldukları olumsuz davranış ve tutumları kendi çocuklarına göstermek istemeyebilir, daha sağlıklı bir ortak ağ kurmaya çalışabilir. Kurmuş oldukları sağlıklı ve güvenli olarak adlandırabileceğimiz bağ çocuk ve ebeveynler için olumlu sonuçlar doğurabilmektedir (Kumru, 2022: 36).

Birey doğumunda başlayarak yaşamının son bulma noktasına kadar çevre faktörü ile yaşar. Her birey yaşamı doğrultusunda çevre faktörü ile bağlantılı bir etkileşim içerisinde olmalıdır. Kaçınılmaz olan bu yaşamsal olgu sağlıklı bir şekilde süre gelmesi için bireyin anlamlı, doğru ilişkiler kurması gerekmektedir. Farklı çevrenin içerisinde büyüyecek ve bulanacak olan çocuk duygu, davranış, tutum ve ihtiyaçları değişkenlik gösterecektir. Birçok yönlü olarak etkileyen faktörlerden biri de çevre faktörü duygusal, sosyal gereksinimleri konusunda etkileşim içinde olmak zorundadır. Çevre faktörü çocuğun yaşayabileceği duygular konusunda etkili rol oynar. Çevre onun için mutlu,

mutsuz, sınırlı ya da kaygılı olabildiği bir ortam hazırlar. Bu birçok duyguları yönetme konusundaki başarıları ya da başarısızlıkları aile yani anne ve baba destekleyici ve koruyucu rolde olmalıdır. Güvence alan birey karar verebilme, duygularını yönetme gibi önemli konularda daha emin adımlar atabilmektedir (Uzamaz, 2000: 76).

Bireyin geliştirmiş olduğu beceriler problem çözme ve ihtiyaç giderme gibi konularda sonucu etkileyen farklar yaratmaktadır. Sorun çözme ve ihtiyaç giderme becerilerindeki rasyonel değişkenlik bireye seçenekler sunmaktadır. Oluşmuş olan bu seçeneklerin az olması birey için olumsuz olarak adlandırabilecek davranış türlerini beraberinde getirebilir. Bu olumsuz çerçevede çocukluk çağı travmaları bireyin yaşantısında etkisini gösterebilir. Çocukluk çağı travmaları, bireyin bilişsel ve duygusal gelişim sürecinde kalıcı bir şekilde etki gösterebilen ve psikopatolojik belirtilerin ana unsurlarını oluşturabilen bir belirleyicidir (Üstüner, 2009: 35).

Bireyin çocukluk çağında yaşamış olduğu travmalar fiziksel ya da psikolojik bütünlüğünü tehlikeye atarak gelişimsel sürecini etkileyen unsurlardan biridir. Bakım vereni tarafından çocuğun vücut yapısına zarar verecek şekilde uygulanan şiddet davranışları fiziksel istismarı kapsarken; çocuğun sürekli olarak tehdit edilmesi ve ebeveynleri tarafından yok sayılması gibi davranışları kapsamaktadır. Cinsel istismar durumunda ise çocuğun bir rızası olmadığı halde veya gelişim olarak yeterli olmadığı bir biçimde cinsel davranışlara maruz kalması olarak tanımlanabilmektedir. Diğer bir yandan ihmal türleri, çocuğun temel ihtiyaçları olan beslenme, barınma ve sağlık gibi ihtiyaçlarını karşılamaması; duygusal gereksinimlerinin göz ardı edilmesi olarak açıklanabilmektedir. Bu kapsamda bireyin anne ve babası ya da bakım vereni tarafından fiziksel, duygusal ve cinsel istismar ya da ihmal gibi olumsuz deneyimler çocukluk döneminde yaşanan travmaların temel sebepleri olabilmektedir. Bu sebeplerden herhangi birini yaşamış olan birey çevresinden gelen tehditleri abartılı bir şekilde algılayabilir ve kişilere karşı güven duygusunda kayıplar oluşabilir. Bu bilişsel ve duygusal örüntüler bireyin yaşam boyu anksiyete düzeyini oluşturan ana yapı taşlarından biri olarak değerlendirilebilmektedir (Güler ve Ağırman, 2022: 909).

Ebeveyn desteğinin bu türde oluşmuş olan olumsuz davranışlarda devreye girmesi bireyin yanlış ya da olumsuz düşüncelerden kurtulmasına yardımcı olabilmektedir. Özel ilişkiler, arkadaşlık ilişkileri, iş hayatı ve eğitim hayatı gibi unsurlarda verilmiş olan

ders niteliğindeki destekler bütünü bireyin karar verme anlarında devreye girip durumu düzeltebilir kılabilir (Çubukçu ve Gültekin, 2006: 156).

Araştırmanın Konusu

Bir yetişkinin doğup gelişim gösterdiği ev içerisindeki ebeveynlerinin birbirine karşı ve bireye karşı göstermiş oldukları tutum oldukça önemlidir. Bireyin yaşantı şekli ve kişilik yapısı oluşurken ebeveynlerinin tutumlarını ve çocukluk çağında yaşamış olduğu travmalar etkileyerek gelişimini etkilemektedir. Yapılan bu araştırmada yetişkinlerin doğum öncesi döneminden yaşlılığına kadar olan dönemleri içerisinde doğup büyümüş olduğu ailenin tutumları ve travma oluşumlarının kaygı düzeyi üzerindeki etkisini konu almaktadır.

Araştırmanın Amacı ve Önemi

Bu araştırmanın amacı, yetişkin bireylerin kaygı düzeylerinin, çocukluk çağı travmaları ve ebeveyninin tutumları ile olan ilişkisini incelemektir.

Yetişkin bireyler için güncel şartlarda yaşamış oldukları kaygı miktarının çocukluk çağı travmaları ile ilgisi ve bununla birlikte gelen ebeveyn tutumlarının hayatları içerisinde ne şiddet ile etki gösterdiğini öğrenebilmek dikkat çekici bir konudur. Elde edilen bulgular ışığında bireyin çocukluk çağı travmaları ve ebeveynlerinin göstermiş oldukları tutumların oluşturduğu kaygıları nasıl minimum seviyeye getirebiliriz sorusunun cevabını bulabilmek araştırmanın önemini vurgulamaktadır. Demografik verilere göre değişkenlik gösterip göstermediğine belirlemek adına araştırma boyunca birtakım sorulara yanıt aranmak istenmektedir. Aşağıdaki sorulara araştırma boyunca cevap aranmıştır:

- Katılımcıların sosyodemografik özelliklerine (yaş, cinsiyet, medeni durum, eğitim seviyesi, gelir düzeyi vb.) göre kaygı düzeylerinde anlamlı farklılıklar bulunmakta mıdır?
- Katılımcıların sosyodemografik özelliklerine (yaş, cinsiyet, medeni durum, eğitim seviyesi, gelir düzeyi vb.) göre çocukluk çağı travmalarında anlamlı farklılıklar bulunmakta mıdır?

- Katılımcıların sosyodemografik özelliklerine (yaş, cinsiyet, medeni durum, eğitim seviyesi, gelir düzeyi vb.) göre ebeveyn tutumlarında anlamlı farklılıklar bulunmakta mıdır?
- Yetişkin bireylerde kaygı düzeyleri ile çocukluk çağı travma düzeyleri arasında anlamlı bir ilişki bulunmakta mıdır?
- Yetişkin bireylerde kaygı düzeyi ile ebeveyn tutumu arasında anlamlı bir ilişki bulunmakta mıdır?
- Yetişkin bireylerin çocukluk çağı travmaları kaygı düzeylerini anlamlı şekilde yordamakta mıdır?
- Yetişkin bireylerin ebeveyn tutumları kaygı düzeylerini anlamlı şekilde yordamakta mıdır?

Araştırmanın Hipotezleri

H1: Katılımcıların sosyodemografik özelliklerine (yaş, cinsiyet, medeni durum, eğitim seviyesi, gelir düzeyi vb.) göre kaygı düzeylerinde anlamlı farklılıklar bulunmaktadır.

H2: Katılımcıların sosyodemografik özelliklerine (yaş, cinsiyet, medeni durum, eğitim seviyesi, gelir düzeyi vb.) göre çocukluk çağı travmalarında anlamlı farklılıklar bulunmaktadır.

H3: Katılımcıların sosyodemografik özelliklerine (yaş, cinsiyet, medeni durum, eğitim seviyesi, gelir düzeyi vb.) göre ebeveyni tutumlarında anlamlı farklılıklar bulunmaktadır.

H4: Yetişkin bireylerin kaygı düzeyleri ile çocukluk çağı travmaları arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki bulunmaktadır.

H5: Yetişkin bireylerin kaygı düzeyleri ile ebeveyn tutumları arasında anlamlı bir ilişki bulunmaktadır.

H6: Yetişkin bireylerin ebeveyn tutumları kaygı düzeylerini anlamlı bir şekilde yordamaktadır.

H7: Yetişkin bireylerin çocukluk çağı travmaları kaygı düzeylerini anlamlı bir şekilde yordamaktadır.

BİRİNCİ BÖLÜM: KAVRAMSAL VE KURAMSAL ÇERÇEVE

1.1. Kaygı Kavramı

Kaygı insanlığın var oluşundan itibaren gündemde olan psikoloji alanında da oldukça popüler bir kavram olarak yerini almaktadır. Kaygı kavramı birçok araştırmaya konu olan yaygın bir merak uyandırıcı konu olarak psikoloji alanında ve insanlık tarihinde varlığını devam ettirmektedir. Fiziksel bir uyarılma veya duygusal dürtüler eşliğinde var olduğunu hissettirebilir. İnsanın bir sosyal varlık olmasından ötürü kendi hayatında ya da toplumsal yaşantısında başka bireyler ile iletişim halinde olması gerekmektedir. Bu kurduğu iletişimin meydana getirmiş olduğu ilişkiler sonucunda birtakım duygusal yahut fiziksel farklılık yaşayabilmektedir. Güçlük, sıkıntı ya da problemler doğrultusunda bireyin kaygı seviyesinde olumsuz bir artış yaşanabilir. Birey kendini endişeli, kaygılı ve hatta korku dolu hissedebilir (Çakmak ve Hevedanlı, 2005: 116).

Kaygı nedir? sorusu insanlığın var olmasından itibaren bireylerin akıllarında bir soru işareti yaratan konu olarak varlığını korumaktadır. Kaygı için her bir bireyin farklı bir düşüncesi, fikri bulunmaktadır. En temel ve özet şeklinde yorumlanırsa kaygı, bireyin yaşamakta olduğu anı ve geleceğinde gerçekleşecek olan belirli ya da belirsizlik gösteren durum veya düşüncelerin hakkında hissetmiş olduğu tedirginlik, endişe doluluk ve korkmuş hissetme hali olarak tanımlanması mümkündür. Birey var olan acı, korku ya da tehlike durumlarını yok sayma ya da inkar etme ihtiyacı duyar. İnkâr aşamasında içsel olarak veya dış etmenlere karşılık kendini kapama durumu gösterebilir. Dış dünyasında varlığını sürdürmekte olan sosyal çevre ile iletişimini kesme ihtiyacı hissedebilir. İnkâr, yok sayma ya da iletişimsizlik gibi rasyonel durumları oluşturan savunma mekanizması duyguya dahil olmaktadır. Birey bu karmaşık ve yoğun duyguları bir anlam yükleyemeyebilir. Anlamsız, belirsiz ve tanımlaması güç bir durum oluşturabilir. Her insan için ayrı bir duygu seviyesi yüklü, farklı bir tepki oluşturma sebebi olarak kabul edilebilir (Şahin, 2019: 119).

Günümüz tarihinde dünya teknoloji anlamında kendini oldukça geliştirmiş ve ilerletmiştir. Duygu, düşünce, iletişim, yaşam şekli ve kalitesi, giyim ve hatta yemek seçimlerine kadar etki gösteren bir durum haline gelmiştir. İnsan yaşamının her anında ve her alanında varlığını sürdürmektedir. Bu sosyal dünya içinde varlığını sürdürebilme arzusu birey için ihtiyaç haline gelmiştir. Eski zamanlarda teknoloji insan yaşamında

yer etmesi bir tercih şeklinde iken şu yaşamış olduğumuz zaman dilimi içerisinde istek haline gelmiştir. Teknolojinin bu denli insan hayatında belirmesi bireyin hayatında da farklı kaygılara yol açmaktadır. Kendini olduğundan bambaşka şekilde gösterme arzusu, daha güzel ya da daha yakışıklı bir biçimde sunma isteği bir gösteriş haline gelip kişinin zaten var olmuş olan kaygı düzeyini arttırmaktadır. Sosyal çevresinden daha geri planda kalma ya da daha düşük seviyelerde olma düşüncesi birey için olumsuzluk içerir. Yaşanan kaygı hissi ile baş etmekte zorlanabildiği durumlar oluşabilir. Hep daha fazlasını yapma daha fazlasını elde etme hırsı ile beraber kaygı duygusu bireyin yaşamında birçok değişikliğe sebep verebilmektedir. Sosyo-ekonomik düzey, eğitim durumu, fiziksel görünüş gibi kavramlar birey için kaygı yaratabilir konular haline gelebilir (Çötök, 2017: 211).

Birey sosyal çevresinin içinde var olurken de kaygılı durumlar yaşayabilmektedir. Güvenli ortamın sağlanması, sevdiği insanların yanında olması gibi faktörler birey için artı olumlu duygu ve davranış kazandırır. Utangaçlık, endişe ve öz güven yetersizliği gibi birtakım konular insanın duygu değişimine sebep olmaktadır. Duygu değişimi sonucunda ise yaşadığı duyguya bağlı olarak kaygı duygusu oluşabilmektedir. Yüz kızarması, konuşma esnasında sesin titremesi ya da insan içinde görünmek istememe gibi hisler ve davranışlar oluşabilir. Hem duygusal hem de fiziksel bir değişim söz konusudur (Kılıç, Yağcı, ve Polat, 2022: 346).

İnsan duygularında ya da davranışlarında mükemmeliyetçi bir tavır içerisine girebilir. Her şeyin en iyisi ve en kalitelisinin olmasını beklemek gibi tutumları talep edebilir. İnsanın yaşamı içinde birçok alanı ve konuyu etkisi altına alabilir. Hem başkaları için hem de kendi hayatı için bu tutum ve davranış içine girebilir. Mükemmeliyetçilik hissi yüksek bir standart içerisinde bulunmayı arzu eder. Bu arzuyu karşılayabilmek adına tüm performans gücünü kullanabilir ve yaşamını buna adayabilir. Hedeflemiş olduğu o kusursuz duygu ve davranışlar ya da kusursuz hayatı için büyük girişimlerde bulunabilir. Bu büyük girişimlerin olup olmama ihtimali bireyi stres ve kaygıya sürüklemektedir. Yükselen kaygı seviyesi mükemmeliyetçilik hissi ile birleştiğinde arzulamış olduğu kareyi olumsuz etkileyebilir. Yoğun duygu birleşmesi sonucunda ortaya çıkan kaygı bireyi olumsuz sonuçlar ile karşılaştırabilir. Dengeyi korumak bu konuda oldukça önem arz etmektedir. Yaşam içerisinde oluşmuş olan doğal ve akıcı bağlantıyı koparmamak akışında yaşayabilmek ve kaygı duygusunu kontrol altında

tutabilmek bireyin yaşam kalitesini koruyabilmek için gerekli bir durumdur (Kahraman, Kaya ve Erez, 2021:23).

Birey yaşamsal kalitesini koruyabilmek adına daha sakin bir yaşam sürdürmesi beklenebilir. Endişe, kaygı ve bunun gibi diğer sebepleri minimum seviyede tutarak birey kendini koruma altına alabilir. Aksi halde kaygı duygusu ile yaşamayı ve yönetmeyi öğrenmesi beklenir. Deneyerek ve öğrenerek kaygı seviyesini kontrol altına alan kişi kaygıyı süreklilikten kurtarmış sayılabilir (Burkovik, 2010: 26).

1.1.2. Kaygı ve Korku

Kaygı kavramı birçok farklı şekilde yorumlanmakla birlikte birçok farklı kavram ile yan yana getirilmektedir. Birkaç farklı yorumdan yola çıkarak harmanlandığında kaygı; bireyin iç dünyasında ya da içerisinde bulunmuş olduğu yaşamda kendisine zararı olacağına sinyalini veren tehdit unsuruna karşı göstermiş olduğu duygu olarak tanımlanması mümkündür. Bu tehdit unsuruna karşı geliştirilen duyguya korku duygusu da bazı zamanlarda eşlikçi olarak varlığını gösterir. En temel duygular arasında var olan korku ve kaygı duygusu tehlikeli bir davranış sonucunda reaksiyon göstererek insana varlığını hissettirir. Birey çoğu zaman yaşamış olduğu duyguları tanımlamakta zorlanır. Bazı dönemlerde ya da bazı olaylardan sonra yaşadığı duyguyu tanımlarken karışıklıklar yaşanması olasıdır. Kaygı ve korku duyguları birbirlerini tetikleyen duygular olmasından dolayı karıştırılması beklenen bir durumdur. Aslında iki duygu arasında da farklılıklar vardır. Korku bir olay karşısında yaşanan verilen tepkidir. Fakat kaygı için her zaman bilinen bir olay karşısında yaşanan tepki durumu olması söz konusu değildir. Kaygıya karşılık olarak korku duygusu uzun süreli olmayabilir. Bu tip küçük ayrıntılar kaygı ve korku duygularını birbirlerinden ayırt etmeye yaraması mümkündür (Cuşa, 2020: 106).

Kaygı ve korku duygusu bireyin bebekliğinden itibaren hayatında yer edinmeye başlayan iki duygudur. Bakım vereni olan anne, baba ya da yakın çevresi ile bir ilişki içerisine girmektedir. Bu yakın ilişkinin bebek için yaşattığı birtakım duygular vardır. Çünkü bebek bakım vereninden aldığı etkileşim ile daha yeni öğrenmeye başladığı duygularını kişilerarası bir iletişim haline getirerek kavramsallaştırmaya başlamaktadır. Kavramsallaştırdığı duygular o an ve geleceği için kazanmış olduğu davranışların sonucu olarak görülebilir. Bebeklik çağında kazanmaya başlamış olduğu duygulanımlar

sayılamayacak kadar deneyim sonucunda oluşmaktadır. Bebek duygusal olarak tepkilerini zaman geçtikçe tecrübe edinerek öğrenir. Tehlike karşısında ne hissedeceğini ya da mutluluk anlarında hangi duyguların ortaya çıkacağını yaşantı yoluyla keşfetmeye başlar. Her bebek olumsuz duygular hissedebilir. Uygun ve tutarlı bir cevap alırsa bebek duygusunu değiştirebileceği hakkında neden-sonuç ilişkisi kurabilmeye başlar. Bakım vereni ve bebek arasında yaşanan bu duygusal ve uyumlu bağlanma stili bebek için bir iletişim kaynağı olur. Oluşan iletişim sonucunda duygu ve düşünceleri ile bağlantı kurmayı öğrenir. Temel düzeyde başlayan ve adlandıramadığı duygular zaman içerisinde bebek için anlamlı hale gelir. Bebek bakım vereni ile kurduğu uyumlu ilişki sonucunda bakım verenine karşı bir bağlanma stili geliştirir. Bu stil sayesinde aslında hiçbir şeyi bilmeyen ve yeni öğrenmeye başlayan bebek için korku ve kaygı duygusunu içsel olarak düzenleyebilmeyi öğretir (Eldoğan ve diğerleri, 2018: 214).

Kaygı duygusu ortaya çıkmaya başladığı anlarda bireyde fizyolojik değişkenlerin var olmaya başladığı görülmektedir. Korkunun ortaya çıkardığı kaos durumu yaşamsal olarak etkilediği andan itibaren birey için değişkenlikler başlamaya başlamaktadır. Yaşanılan his, dürtüler birey için kaygı oluşturacak faktörlerden olabilir. Bu nedenle kaygı ve korku duygusu birbirini tetikleyen iki duygu olarak tanımlanabilmektedir. Dürtülere ya da hislere engel olmaya çalışmak veya engel olunamıyorsa bu duygulara boyun eğmek birey için seçenek haline gelebilir. Dürtülerini engel olamayacağını düşünen birey, klasik bir korku duygusunu kabullenme süreci içerisinde olur. Aslında her iki harekette de amaç bireyin kendisini koruma güdüsüdür. Çünkü korku ve kaygı duyguları her daim olarak insan içinde kendini gösteren ve hissettiren bir duygu olarak bilinmektedir (Ghinassi, 2010: 10).

Bireyin kaygı ve korku duygusunun ne olduğunu bilmesi başa çıkması için önemli ve gerekli bir adım olarak kabul edilir. Eğer birey kaygı ve korku duygusunu içsel olarak tanımlayamıyor ise doğru bir savaş açması mümkün değildir. Savaşı açtığı, savunmaya geçtiği noktada yapılan yanlışlıklar bireyin yaşadığı korku ve kaygı duygusunun yanında ekstra bir duygu eklemesine yol açabilir. Birey birleşmiş ve birbirini tetiklemiş olan duygular ile baş etmekte iyice zorlanmasına neden olabilir. Psikolojik olarak zaten çöküşte olan durumuna ek olarak fizyolojik olarak da etki görmeye başlar. Etki ile savaşımaya geçmeden önce o duyguları tanımlayabilmesi eğer tanımlayamıyor ise destek alması başlangıç için doğru bir hamle olacaktır. Duyguları doğru bir şekilde

tanımladıktan sonra baş etme yöntemlerini öğrenmeye çalışması uygun bir hareket olabilir. Birey kendi savunma mekanizmalarını doğru yer ve zamanda canlandırırsa birçok etmeden kendini koruması mümkün derecede olabilir(Sorgu ve diğerleri, 2022: 655).

Şiddetini her anda daha da arttırabilecek olan kaygı ve korku ikilisi insan bilincini etkisi altına alabilir. Bilinç ile oynayabilmesi olası durum olarak kabul edilebilir. Birey gördüğü olayları ya da hissettiği duyguları yanlış yerlere çekebilir. Bilinç burada işlevini kaybedebilir. Zihin durgunlaşır daha sonrasında ise olay, durum bulanıklaşır tanımından uzaklaşabilir (Dağcı ve Karaaziz, 2024: 136).

1.1.3. Kaygı Bozukluklarında Risk Faktörleri

Kaygı bozuklukları bireyin günlük yaşamsal standartlarının işlevini bozacak bir duruma getirecek güce sahip olduğu düşünülmektedir. Yaşamsal standartlarının işlevinin bozulmasının yaratacağı etki net olarak bilinmesi mümkün değildir. Her insanın duygu ve düşüncelerine göre değişkenlik göstermesi beklenir. Kaygıya yol açacak birtakım risk faktörlerinin olduğu bilinmektedir. Yaş, yaşanan çevre faktörleri, aile yapısı, sosyal güç, ekonomik gelir düzeyi seviyesi ve düşük eğitim seviyesi gibi faktörler kaygıyı tetikleyici konuma getirir. Genetik olarak aileden aktarılan kaygı ve depresyon öyküsü, çocukluk çağında yaşanmış travmalar ve cinsel istismar durumları, benliği ile ilgili düşüklük risk faktörleri arasında sayılabilir (Dost ve Keklik, 2014: 197). Bireyin olduğu konum doğrultusunda ve geçmiş yaşamı ele alındığında o anki ruh halini ve psikolojik problemlerini açıklayabilmek daha uygun bir hale gelmektedir. Travmatik bir yaşantı, düşük gelir seviyesi, eğitimsizlik gibi faktörler kaygı duygusunu ortaya çıkarması beklenmektedir. Birey için ebeveyninin gösterdiği tutum ve çocukluğunda yaşadığı travmalı olgular birey için başa çıkması güç bir hale gelebilir. Bu tür durumlarda birey farklı yollara başvurarak durumdan kurtulmaya, durumu aşmaya başlayabilir. Geçmişte yaşanıp oluşmuş olan risk faktörlerinden hemen kurtulmayacak durumda olsa bile anlık yaşanan konumu değiştirebilme imkanı vardır (Özen, 2018: 222).

Kaygı bozukluğu, birey için 3 temel risk faktörü kategorisi altında değerlendirilerek tanımlanabilir. Psikolojik faktörler, fizyolojik faktörler ve çevresel faktörler olmak üzere kategorize edilmektedir. Kaygı bozukluğuna neden olabilecek risk faktörleri arasında;

genetik yatkınlığa aktarılan psikiyatrik rahatsızlıklar, bireyin stresli yaşam olayları karşısında yaşadığı işlevsellik kaybı ve erken dönem travmatik yaşantılar gibi unsurlar yer alabilmektedir. En son olarak ise bireyin eğitim seviyesi, çocukluk çağı travmaları, ebeveynlerinin tutumu ve yapısı sosyal faktörler için örnek olarak verilebilir (Gökçe, 2022: 1838).

Anksiyete duygusu, bireyin bebeklik döneminden beri hayatında varlığını devam ettiren duygu, düşünce ve davranış faktörlerinin gelişmesi ile değişime ve gelişime uğrayan bir duygu olarak kabul edilmektedir. Aslında bireyin bebekliğinden beri oluşmuş olan kaygı temel bir duygu olarak yaşamında devamlılığını sürdürür. Bebeklik döneminden çocukluk dönemine kadar belirli bir seviyeye kadar gelişim gösterir. Asıl duyguların karmaşık bir hale geldiği ergenlikten itibaren yetişkinlik dönemine kadar bazen yoğun bir şekilde insanın yaşamında yer edinir. Yetişkinlik döneminde kontrol altına alınmış anksiyete ve alınamamış anksiyete durumu olarak gün yüzüne çıkar. Bu yaş aralıkları ilerlerken anksiyete duygusunun ilerlememesi adına erken tanı koyabilmek son derece önemlidir (Özcan ve diğerleri, 2013: 108).

1.1.4. Kaygı Bozukluğunda Koruyucu Faktörler

Kaygı için risk faktörü olarak kabul edilen üç kategorize durumdan kaçınılması söz konusu olduğu takdirde bireyin kendini koruması söz konusu olabilir. Her daim her alanda kendini korumakta zorlanan birey için kaçınması gereken olgular olduğu gibi sahip olması gereken özelliklerinde olması gerekir. Kendini iyi geliştirmiş, aile yapısı olarak normal düzeyde, yaşadığı çevre gelişime açık kabul edilen bir yerde büyümüş ve yüksek özgüven duygusuna sahip bireyler kaygı duygusu ortaya çıktığı anda kendini daha yeterli kontrol etme güdüsüne sahip olması olası bir durumdur. Bireyde görünen fizyolojik değişkenliklerin dış dünyaya yansıması ve çevresindeki bireylerin bu durumu hissetmesinden doğan bir kaygı durumu hissedilir hale gelir. Dış dünyadan zihnimize doğru gelen dış uyaranlardan kaçınma yöntemini kullanmak birey için risk faktörlerinden kaçınma yöntemi olarak kabul edilebilir. Dış dünyadan gelen uyaranlardan kaçınma yönteminin bulunması ve zihinde tespit edilmesinin önemli olduğu kadar iç uyaranları da göz önünde bulundurulması önem arz etmektedir. İç uyaranları tespit edilip fark edilmesi dış uyaranlara göre daha zorlu bir yol izlenmesi

gerekebilir. Fakat bulması imkansız derecede değildir sadece daha yoğun çaba gerektirmektedir (Gökler-Danışman ve Köksal, 2011: 44).

Kaygı bozukluğunda koruyucu faktörleri belirleyebilmek birey için önem taşımaktadır. Biyolojik şekildeki koruyucu faktörler, psikolojik koruyucu faktörler ve sosyal korucu faktörler olarak üç ana faktör sayılabilmektedir. Biyolojik koruyucu faktörler; genetik yatkınlıkları kapsamaktadır. Fakat bazı bireylerde genetiklerinde kaygı bozukluğu bulunsa da gelişmeyebilir. Bu durum söz konusu olduğunda, biyolojik koruyucu faktörlerin varlığını düşünülmesi gerekmektedir. Bazı nörotransmitter sistemleri daha dengeli çalışır ve hormonal düzenlemeler yaparak bireyin stres ve kaygısını daha sağlıklı bir şekilde yönetmesine yardımcı olmaktadır.

Psikolojik sağlık, bireyin kaygılı yaşam olayları karşısında uyum sağlayabilmesi verilen isimdir (Aydın ve Yıldız, 2020: 90). Bu özellik kaygı bozukluklarına karşı koruyucu bir faktör olarak gösterilebilir. Tanko ve arkadaşları (2021), geliştirmiş oldukları Psikolojik Sağlık için Koruyucu Faktörler Ölçeği ile bireylerin psikolojik dayanıklılık düzeyleri ölçülmesi planlanmış ayrıca üst bilişsel farkındalık ve duygusal esneklikleri bireylerin kaygı bozukluklarına karşı koruyucu bir faktör olarak sayılabilmektedir (Tanko ve diğerleri, 2021: 19).

Son olarak ise sosyal koruyucu faktörler içerisinde sayılabilecek olan sosyal destek, bireyin kaygı düzeyini azaltmada önemli bir rol oynadığı görülmüştür. Aile içerisindeki ilişkiler, arkadaşlık bağları ve toplumsal anlamda var olma bireyin kaygı ile başa çıkabilmesine yardımcı olmaktadır. Özellikle de birey, güvenli bir aile ortamında gelişim gösterdiyse günlük yaşantısında yaşayacağı kaygı miktarı az görülmektedir. Anne ve babalarından sıcak, ilgili ve anlayışlı bir tutum görülse, bireyin duygularını açıkça ifade edebilmesi kolaylaşır ve olumsuz duygularla başa çıkabilme esinde özgüveninin gelişmesi kolaylaşmaktadır (Dilbaz, Kaya ve Kaya, 2011: 63).

1.1.5. Kaygı Bozukluklarında Kuramsal Yaklaşımlar

Bireyin hissettiği diğer duyguları farklı şekillerde tanımlanması mümkün olduğu gibi kaygı duygusu için de birçok tanım mevcuttur. Anksiyete, birçok yönü bulunan duygusal olarak tanımlanabilecek bir duygudur. Zaman içerisinde birçok kuramsal yaklaşıma konu olan kaygı, varlığını sürdürmesi ile insan varlığının başından beri

insanların çözüm bulmakta güçlük çektiği en büyük sorunlardan birisi haline gelmiştir. Bu çabalara rağmen insanlığın başlangıcından beri var olan kaygı bozukluğu sorunu ne yazık ki hala kayda değer kesin bir çözüme ulaşamamıştır. Geçmişten bu zamana dek kuramsal yaklaşımlarda yer almış çok söz edilmiş kaygı bozuklukları üzerine bir sürü araştırma yapılmıştır ve bu sayede tam anlamıyla tanım oluşturulamamış olsa da kaygı bozukluklarını tanımlayabilmesi için kaygı bozukluklarından farklı yaklaşımlarla söz edilmiştir (Karataş, 2013: 259)

1.1.5.1. Varoluşsal Kuram ve Kaygı

Varoluşçu yaklaşımlara göre kaygı tanımı bireylerin yaşam süreleri boyunca iç dünyalarında hep var olmuş ve varlığını korumuş olan benzer özellikler yansıtmış olan duygu ve davranış tanımıdır. Temel duygu tanımları içerisinde yer edinen kaygı dönem dönem bazı farklılıklar göstermiş olsa da bu farklılıklar bile var iken varlığını sürdürmüştür. Temel kaygı ölüm için yaşanan korku, hayatın bireye ne hissettirdiği, yaşamı için hayati değer yapıları ve batıl inançlar olarak kapsamı mümkündür (Özdoğan ve diğerleri, 2007: 67). Bireyin iç dünyasında ne yapacağı ya da hangi rolde olduğunu tanımlayabilmesini gerektirir. Aynı zamanda kaygı ile birlikte yaşanan korku duygusu bu bağlamda karıştırılabilir. Fakat korku ve kaygı birbirinden farklı bir tanıma sahiptir. Korku duygusunun oluşabilmesi için bir nesneye ihtiyaç duyulurken kaygı duygusu için nesneye ihtiyaç yoktur. Kaygı, insanın varoluş durumunu yok edebileceğine ve var olmamış olacağına karşı bir farkındalık oluşturabilir. Varoluşçulara göre varoluşçu kaygı duygusu evrensel bir konu olmasına rağmen birçok kişinin deneyimleyemediğini savunurlar.

Kierkegaard kaygı için derinlemesine bir çalışma ve araştırma yapmıştır. Analizleri sonucunda insan için ruh ve bedenden oluşan bir varlık olduğunu söylemiştir. Kaygı insanın yaşamış olduğu kaygı duygusunun bir özgürlüğe karşı göstermiş olduğu tepki olarak yorumlamıştır (Kula, 2017: 23).

1.1.5.2. Psikanalitik Kuram ve Kaygı

Anksiyete kavramının ön plana çıkmasını sağlayan bir kuram olan psikanalitik kuram, birçok kez kaygı hakkında analizler yapmıştır. Psikanalitik kuramın kurucusu Freud kaygı kavramı hakkında ilk defa görüş bildiren bilim adamı olmuştur. Freud'un

yorumuna göre birey sosyal çevre ile uyum sağlayabilecek sosyal bir varlık olarak tanımlanır. Yaşamını devam ettirebilmesi için çevre ile uyum içerisinde yaşanması beklenir. Freud'un yorumuna göre bireyin yaşadığı kaygı durumun ortaya çıkardığı bir duygudur, nesneye ait değildir. Bireyin yaşamı boyunca ilk yaşamış olduğu kaygı anı doğduğu an olarak tanımlanmaktadır. O anda kaygıya iten birçok uyaran geleceğine de yön vermeye başlamaktadır (Kakırman ve Özcan, 2024: 284).

Kaygı aslında nevrotik bir durum olarak adlandırılması Freud için doğru bir tanım niteliğindedir. Anksiyetenin aslında bireyin kişiliğinin en temel hali olan id kavramının tepkilerin bastırılmış olmasıyla ortaya çıktığını savunur. Freud'a göre kaygının asıl sebebi bir durum karşısında bireye gelen engellenme durumudur. Birey eğer bir davranış, düşünce ya da duygu hissedecekken önüne çıkmış olan engele karşı bir tepki oluşturur. Bu durumda ortaya kaygı duygusu çıkar. Nevrotik kaygı ve gerçekçi kaygı olmak üzere iki ayrı kaygı türü tanımlar. Gerçekçi kaygı, bireyin yaşamış olduğu kaygı da mantıklı ve anlaşılabilir olan taraftır. Hayat standartlarını devam ettirebilmesi ve bunu koruyabilmesi için ortaya çıkan iç güdüdür. Nevrotik kaygı ise tanımlanabilmesi mümkün olmayan sebepsiz bir şekilde ortaya çıkan mantık dışı bir kavram olarak adlandırılabilir (Yemez, 2021: 218).

Psikanalitik yaklaşımın bir diğer temsil eden kişisi olan Otto Rank, insan varlığının doğumundan itibaren kaygı duygusunu yaşadığını ve sürdürdüğünü belirtir. Birey anne karnında iken rahat ve konforlu bir yere sahipken doğum sırasında gerçek dünyaya gelişi ile yeni sorumluluklar kazanmaya başlar ve bu sorumluluklar onu kaygıya iter. Yaşamaya için bir çaba göstermesi gerekir. Birey kendini bastırdıkça yeni bir kaygı oluşmaya başlar. Çeşitli şekillerdeki yaşanan kaygı duygusu ortaya çıkıp hayatı boyunca yaşamaya devam edecektir. İnsanın yaşamış olduğu tüm kaygı duyguları aslında bireyin yaşamanda yaşadığı ilk kaygıdan yani doğum anında yaşamış olduğu kaygıdan kaynaklandığını ve bağlantısının devam ettiğini göstermektedir (Akpınar, 2022: 362).

Karen Horney psikanalitik yaklaşımda daha farklı bir şekilde kaygı konusunu ele alır. Karen'e göre kaygı korku kavramı ile benzer bir tanıma sahip olduğunu anlatır. Benzer tanımlara sahip olduğunu düşünse de farklı bir his olduğunu belirtmekten geri kalmamıştır. Korku duygusu bir sorun ya da tehlike anında ortaya çıkmış olmasına rağmen kaygı duygusu bir tehlike unsuruna ihtiyaç duymaksızın imge olarak bir

tehlikeye karşı gösterilen bir tepki olarak adlandırabilir. Yani korkudaki tehlike unsuru gerçek bir unsur iken kaygıdaki tehlike unsuru öznel olarak tanımlanabilir. Kaygının birey içinde etkilendiği şiddeti bireyin yaşamış olduğu duruma göre farklılık gösterebilir. Ayrıca Horney kaygı için bir başka yorumda daha bulunmuştur. Kaygı bilinçdışında yaşamaya devam ettiğini ve bireyin olaylara karşı göstermiş olduğu davranış tutarlarını değiştirdiğini, etkilediğini söylemektedir. Horney için kaygı kavramı bireyi çaresiz, umutsuz hissettirmektedir. Kaygı zihinde mantıkdışında bir olgu olarak ortaya çıkar ve insan varlığını istemeyeceği, kabullenmeyeceği bir durum olduğunu söyler. Çünkü bir insan herhangi bir mantığa uygun olmayan bir durum içerisinde var olmak istememektedir (Şahin, 2019: 121)

Psikanalitik yaklaşımda kaygıyı ele alan insanlar kaygı için ölüm ile bağlantılı olduğunu bildirmektedir. Ölüm kaygısının en temelinde var olan bireyin bir daha yeryüzünde olmayacağı, planlarının geri de kalıp artık gerçek dünyada varlığını sürdüremeyeceğini ve aslında bireyin yok olacağı fikrinin ağır gelmesi ile oluşmaktadır. Ölüm fikrinin insanın zihninde yer alması aslında bireyi uçuk kaçık ve tehlike dolu aktivitelerden uzak durmasına yarayabilir. Uzak durduğu olgular olduğu gibi bireyin yaşam amacını belirlemesi ve hayattan doyum aldığı bir noktaya varması beklenir. İnsan için ölüm kavramı bir planı, isteği ya da duyguyu ertelememesi gerektiği hakkında ipucu verebilir (Kasar ve diğerleri, 2016 :49).

Tüm bilim insanlarının fikir ve düşünceleri toparlandığında kaygı kavramı aslında soyut bir kavram olarak hayatlara yerleşmiştir. Nesnesi belirli olmayan ve belirli zamanlar içerisinde bulunmayan bir kavram olan kaygı, bireyin yaşam standartlarının iyileşmesi için önemli bir katkı sağlamaktadır. Kaygı bireyin kişiliğinin oluşumu için önemli bir etken olmakla birlikte fizyolojik bir belirtinin dışında bir olgudur. Kaygı istisnasız her bireyin iç dünyasında varlığını sürdüren bir kavram bir duygu olarak tanımlanabilir. Freud gibi kişilik kuramcıları kaygı için ortak bir yorumda bulunmuşlardır. Kaygı insanın kişiliği için ilk olarak temel bir etki olarak tanımlanıp bu durumu kabullenmişlerdir (Moroglu ve Özcan, 2024: 284).

1.1.5.3. Bilişsel Kuram ve Kaygı

Bilişsel davranışçı kuram çerçevesinde kaygı kavramı sosyal kaygı olarak adlandırılıp tanımlanmıştır. Clark ve Well's sosyal kaygı modeli üzerinde çalışmalarını

gerçekleştirmiştir. Sosyal kaygı kavramının temel kısmında başka bireylerin üzerinde olumlu bir belirti oluşturmuş olma isteği ve bir de bireyin kendi yeteneklerine güven duymama üzerine açıklanmıştır. Clark ve Well's sosyal anlamda kaygı taşıyan bireylerin yaşamış oldukları sorunların devamlılık göstermesine sebep olan olumsuz olarak nitelendirilen inanç duygusunu anlamaya ve anlamlandırılmasına yönelik dört boyut gösteren bir bilişsel model oluşturmuşlardır. Bu dört boyutlu modellerin üçü sosyal kaygı taşıyan bireylerin olmak istedikleri yerden farklı bir yerde olduklarında korktukları ortamları vurgulamış, sonuncusu ise böyle bir ortama daha girmeden ya da girmelerinden sonra verdikleri reaksiyonlar ile ilgili olması ile alakalıdır (Öztürk, 2014: 17).

Daha sonrasında Rapee ve Heimberg kaygı üzerine bir model geliştirmişlerdir. Sosyal kaygıya yönelik geliştirilmiş olan bu model kaygıyı oluşturan etkenleri ve devamlılığını sağlayan etkenleri bulabilmek ve anlayabilmek adına güncellenmiştir. Bu kaygı modeli, bir bireyin sosyal bir ortama girmeleri ya da girecek oldukları evrede ortaya çıkan kaygı reaksiyonunun oluşması ve süre gelmesi durumunu açıklamayı hedeflemiştir. Sosyal bir ortam içinde var olan bireyin sosyal kaygı düzeyinde değerlendirilmesi ve bu değerlendirme korkusundan ne kadar etkilendiği üzerinde araştırma yapmayı uygun bulmuşlardır. Sosyal kaygı modelinde birtakım boyutlar bulunmaktadır. İlk boyut olarak algılanan ya da hissedilen izleyici kavramı kullanılır. Sosyal kaygıya sahip olan bireyler sosyal bir ortamın içerisinde var olurken bir kişi yani bir izleyici tarafından gözlemlendiğini hisseder. Ve bu durumu bu şekilde algılamaya başlar. Hissettiği gözlemci kasıtlı bir şekilde izleyici konumunda değildir. Tehdit ve tehlike arz eden biri olmasa bile izleyici durumu ya da grubu izlemeye devam eder ve bu kavramın içerisinde yer almaya devam eder (Avşar, 2019: 96).

Kaygısı yüksek kişiler kendileri dışındaki diğer bireylerin eleştirel bir bakış açısına sahip olduklarına inanmaktadırlar. Bu yüzden çevresinde var olan insanların izleyici konumunda olması yani algılanan ya da hissedilen biri olabilme ihtimali birey için büyük bir tehdit unsuru olarak kabul edildiği görülmektedir. Bu ihtimaller göz önünde tutan birey herhangi bir sosyal ortama girerken böyle bir tutum içerisinde girebileceğinden korkar. Çünkü bu tutumda bir ortama girdiğinde olumsuz ya da yetersiz bir değerlendirme alacağından emin olarak hisseder. Kendileri hakkında olumsuz ya da yetersiz değerlendirilme düşünceleri olmasına rağmen sosyal kaygısı

bulunan bireyler sosyal çevreleri tarafından beğenilmeye, sevilmeye ya da onaylanmaya oldukça ihtiyaç duyarlar (İmadoğlu ve diğerleri, 2020: 176).

1.1.5.4. Öğrenme Kuramı ve Kaygı

Öğrenme, insanın yaşam deneyimleri sonucunda ortaya çıkmış olan bilgi, yetenek ve tutumlarını oluşturan ya da değiştiren bir dinamik süreç olarak tanımlanabilmektedir (Schunk, 1989: 15). Bu oluşmuş olan dinamik süreç, bilişsel faktörler, duygusal faktörler ve çevresel olarak oluşmuş faktörlerin birbirleri ile etkileşim haline gelmesi ile oluşmaktadır. Öğrenme kuramları, bireylerin bilgiyi nasıl elde ettiğini, bu bilgiyi günlük hayatlarına nasıl hayata geçirdikleri ve edindikleri deneyimler doğrultusunda bilgileri nasıl hatırladıklarını açıklamak üzere çeşitli kuramsal perspektifler sunmaktadır (Case, 1993: 138). Öğrenme ile birçok faktör etkileşim halindedir. Fakat öğrenme sürecinde önemli bir rol oynayan duygusal faktörler ve bireyin duygusal durumu önemli ölçüde etkilemektedir. Duygusal durumu özellikle kaygı düzeyi süreç için olumlu ya da olumsuz şekilde değiştirebilir (Arslan ve diğerleri, 2017: 124).

Kaygı birey için, bireyin öğrenme performansını dolaylı bir biçimde olmadan doğrudan etkileyebilen psikolojik bir değişim şekli olup bireyin hem olumlu bir biçimde hem de olumsuz bir biçimde etkileme durumu söz konusudur. Öğrenme seviyesi ve kaygı düzeyi çoğunlukla birbirlerini takip eden iki konu olarak bilinmektedir. Öğrenme konusu ile kaygı konusunu yıllar içerisinde birçok kez dile getirilmiş ve gündem konusu olarak belirlenmiştir. Kuramlar içerisinde varlığı sürdürmüş ve bilir kişiler tarafından da tartışma konusu haline gelmiştir (Uğurlu ve Sever, 2024: 676).

Davranışçı kurama göre öğrenme kavramı, bireyin çevresinde var olan değişkenlikler ve hareketler tarafından şekillenir ve pekiştirme mekanizmasına dayanarak ilerler. Bu durum göz önüne alınarak bilgi aktarımı yapılmak istenirse olumlu pekiştirme ve olumsuz pekiştirme olarak ikiye ayrılan pekiştirme mekanizması kaygı ve öğrenme üzerinde söz sahibi olabilecek kadar önemli bir iki ayrımdır. Olumlu bir pekiştirme ile öğrenme davranışı pekiştirilirse eğer kaygı bu pekiştirme sürecinde de varlığını sürdürmelidir. Yani az düzey bir kaygıya sahip olan bir birey motivasyon seviyesinde artış olduğu ve böylelikle öğrenme düzeyinin güçlenerek arttığı gözlemlenebilir. Ancak tam tersi olan yüksek kaygı seviyesine sahip olan bir birey motivasyonunda göz ile görünür bir seviyede düşüş varlığını oluşturur. Ceza ya da olumsuz pekiştirme ile

öğrenme sürecine katılan birey öğrenmesinde yavaşlama ve hatta öğrenememe durumu söz konusu olabilir. Bu iki bağlamda da öğrenme ve kaygı birbirlerine eşlik eden iki ayrı konu olduğu ve birbirlerini etkileyebilir halde oldukları bilinmektedir. Bireyin günlük yaşantısı içinde öğrendiği bir bilgiyi hatırlaması ve bilgiyi işleyebilmesini zorlaştırabilir ve performans anlamında bireyin sosyal yaşantısını, akademik başarısını olumsuz olarak oldukça etkileyebilir (Uçar ve Uysal, 2019: 74).

Bilişsel kuram çerçevesinde kaygı ve öğrenme konularına detaylı olarak incelendiğinde, öğrenmenin zihinsel bir süreç etrafında gerçekleşmiş olduğunu ve kişi için bilgiyi nasıl temin ettiği ve bilgiyi nasıl işlediğinin öğrenme devamlılığına etkileyici ve vurgulayıcı bir konumda olduğunu gösterir. Kaygı konusu bireyin öğrenmesinde, bilişsel sürecinin işleyebilmesinde çoğunlukla negatif bir etki bıraktığı gözlemlenir. Kaygı oranının yüksek bir derecede olması dikkat dağınıklığına, bilgi kalitesine, bilginin işlenme kalite ve kapasitesinde önemli bir düşüş göstermesi olası bir durumdur. Kişinin hafızası ile ilgili hayatını devam ettirebilmesi adına olumsuz bozulmalar meydana gelebilir (Arslan ve diğerleri, 2017: 124). Kaygılı bir durum esnasında kişi hatırlaması gereken bilgiyi belleğe getirememesi, çağrışımında bulunamama gibi olumsuz koşullar yaşayabilmektedir. Böyle bir durum söz konusu olduğu takdirde birey kaygı esnasında oluşan dikkat dağınıklığını azaltmak adına dikkat ve odaklanma ile ilgili çalışmalar yapması olumlu sonuçlar elde edebilmesi açısından doğru bir adım olması beklenir (Balaban, 2023: 81).

Bandura 1977 yılında öğrenme kuramı için yeni bir kuram ortaya atmayı hedeflemiştir. Gerçekleştirmiş olduğu sosyal öğrenme kuramı çerçevesinde bahsedilen sosyal öğrenme, bireyin etrafındaki insanları gözlem yaparak bilgiyi öğrenebildiği ve bu öğrenmiş olduğu bilgiyi alınacak bir model haline getirdiği bu şekilde ise yeni bir davranış tutumu oluşturduğunu öne sürmektedir. Bu şekildeki bir bağlam sonucunda, kaygı ile öğrenme süreci arasındaki roller bireyin sosyal çevresindeki kişilerin davranış ve tutumlarını gözlemleyerek kendi için öğrenebilir bir davranış oluşturması ile ilişkilendirebilir (Tathoğlu, 2021: 22) Kaygı miktarı yüksek olan bir çalışma ortamında kaygısının düzeyini ortamdaki seviyeye göre belirlenmesi söz konusu olabilir. Kaygı düzeyi yüksek olduğu bir çalışma ortamında öğrenme davranışında azalma ve motivasyonda büyük ölçüde düşüş oluşur. Aynı şekilde daha sakin ve düşük kaygı seviyesi içerisinde çalışılan bir ortamda birbirleri ile etkileşim halinde olan bireyler

kaygıyı azaltıcı bir duruma getirebilir. Bu şekilde de düşük kaygı söz konusu olduğunda öğrenme motivasyonunda artma gözlemlenebilir. (Yoğurtçu ve Yoğurtçu, 2013: 1122).

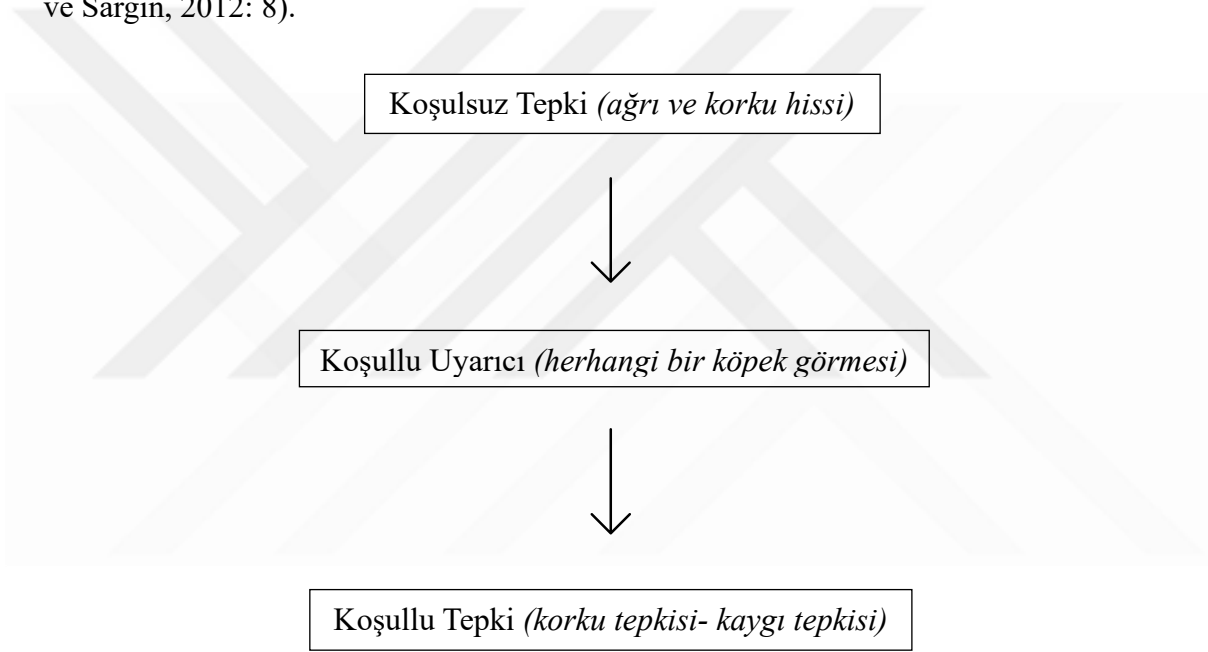
1.1.5.5. Davranışçı Kuram ve Kaygı

Kaygı, kişinin potansiyel olarak nitelendirilen tehlike veyahut tehdit unsuru altında göstermiş ve yaşamış olduğu hem bilişsel olarak etkileyen hem de fizyolojik olarak bireyin yaşadığı değişkenlikler sonucu ortaya çıkan doğal bir duygu birleşenidir (Karahana ve Karaaziz, 2023: 531). Fakat bu yaşanan duygu bazı bireyler etrafında yaşanmaya devam ederek süreklilik kazanmaya başlamaktadır. Bu da birey için yıpratıcı bir süreç olmaya başlamakta ve bireyin yaşantısını devam ettirirken problemlerin de oluşmasına yol açmaya başlamaktadır. Kaygı kavramı birçok literatür taramasında konu olmuş ve birçok kez ele alınıp değerlendirilmiştir. Davranışçı kuram çerçevesi içerisinde de birçok makaleye konu olmuştur. Davranışçı kuram çerçevesinde ele alınan kaygı, öğrenilmiş olan bir davranışın nasıl gelişme gösterdiğini, ne şekilde sürdürüldüğünü ve bu duygunun ne yapılırsa değişime uğrayabileceği hakkında birçok bilgi ortaya atılmıştır (Dağcı ve Karaaziz, 2024: 138-146).

Davranışçı kuram, psikoloji dalında gözlemlenebilir davranış tutumlarına odaklanarak ve içsel süreçleri dışarı da bırakarak öğrenme ilkelerini ele alıp değerlendirme sürecine sokan bir yaklaşım türüdür. Davranışçı kuramın öncüleri arasında John B. Watson, Ivan Pavlov, Skinner, ve Albert Bandura gibi psikoloji için önemli isimler yer almaktadır. Davranışçı kuramı ele alan ve bu kurama inanan kişiler bireyin yapmış oldukları davranışları çevresindeki uyaranlara verilmiş olan bir tepki olarak değerlendirip tepkinin üzerinden bir açıklama sunar. Özellikle ise öğrenme davranışının uyarıcı bir tepki bağlantısı ile oluştuğunu özellikle belirtirler. Bu durumdan yola çıkılarak kaygının öğrenme davranışından ortaya çıktığını yani öğrenilmiş bir tepki olduğu şeklinde değerlendirmeye alınması gözlemlenir (Artıran, 2015: 6).

Ivan Pavlov, davranışçı kuram çerçevesi içerisinde yapmış olduğu deneylerin temelinde yatan klasik bir koşullanma, nötr olan bir uyarıcı süreklilik gösteren bir şekilde koşulsuz olan uyarıcı ile eşleme sağlamasından dolayı ortaya çıkan koşullu tepkinin oluşumsal bir sürecini açıklamaya çalışır. Kaygı bozuklukları önemli derecede sayılabilecek kadar koşullanma mekanizması ile gelişim gösterebilir. Psikoloji bilim dalında önemli bir yer edinmiş olan deneyler yapılmıştır. Klasik koşullanma konusunda bir örnek verilmesi

gerekirse; küçük bir çocuğun dışarı da olan bir köpek tarafından ısırılması koşulsuz bir uyarıcı oluşturur. Çocuğun ağrı ve korku tepkimesi oluşturması Koşulsuz Tepki (köpeğin ısırması) sağlar ve buna koşulsuz tepki adı verilir. Daha sonrasında çocuk herhangi bir zaman dilimi içerisinde dışarı da herhangi bir köpek gördüğü zaman yani koşullu uyarıcısını gördüğünde korku tepkisini veriyor oluşu koşulsuz tepkiyi tetikliyor vaziyette olur (Aziz, 2009: 184). Bu örnek doğrultusunda kaygı duygusu öğrenilmiş bir duygu olduğu anlaşılabilir. Wayson ve Rayne'ın bu 'Küçük Albert' deneyinde bu mekanizmanın işleyişini net bir şekilde görebiliyor olmaktadır (Sarıyer, 2019: 272). Aşağıdaki şekilde anlatılması üzerine koşullanma tepkisini daha net görmek mümkün olmaktadır (bknz. Şekil 1). (Türkçapar ve Sargın, 2012: 8).



Şekil 1. Klasik Koşullanma Yolu ile Kaygı Öğrenimi

Kaynak: Efron, 1966

Başlangıçta bir çocuğu ısırması olan köpeğin daha sonraki süreçlerde çocuğun dışarı da görmüş olduğu herhangi bir köpek karşısında korku ve ağrı hissi yaşayabiliyor olması klasik koşullanma süreci yolu ile kaygı duygusunu edinilmesini göstermiştir (Efron, 1966: 7).

Edimsel koşullanma Skinner tarafından geliştirilmiş olan insan davranışlarının sonucu ile şekillenmeye başladığını öne sürmektedir. Bireyin başına olumsuz bir durum geldiği zaman çoğunlukla kaygı tepkimeleri oluşur. Aynı şekilde kaygı tepkimeleri varlığını

sürdüğü süre zarfı boyunca ise çoğu zaman aralığında olumsuz yönde pekiştirmeler oluşur. Örnek verilmesi gerekir ise bir birey kalabalık önünde konuşmaktan çekinip kaygı yaşadığı için bu konuşmadan kaçtığı taktirde kısa süreli olsa rahatlama yaşar. Bu rahatlama ona iyi geleceği için bu davranış pekişir hale gelir ve kalabalık ortamlardan uzaklaşarak kendini güvenli alana sokmak ister. Her seferinde yapılan bu kaçma davranışı pekişmesinden ötürü bu davranış daha sık tekrar edilir hale gelmektedir (Ersan ve diğerleri, 2024: 11).

Albert Bandura'nın yürütmüş olduğu sosyal öğrenme kuramı ise bireylerin davranışlarının sadece bireyin edinmiş olduğu deneyimlerin doğrudan etkilediğini değil aynı zaman diliminde başka bireylerin davranışlarını, tepkilerini değerlendirip gözlemlemesi sonucunda etkilendiğini vurgulamıştır. Özellikle bireylerin çocukluk dönemlerinde ebeveynlerini rol model aldıkları zaman diliminde anne, baba ve bakım verenlerinin kaygılı bir durumda oldukları anları model olarak içselleştirmeye çalıştıklarını söyler. Bakım verenleri olan anne ya da baba bir durum karşısında kaygılı bir duygu aktarımı yaşatırsa çocuk da aynı durum karşısına geldiğinde anne babasını gözlemleyerek oluşturmuş olduğu kaygılı modeli aynı konuya karşılık olarak verebilmektedir. Çocuk benzer olan kaygı durumlarını ve tehdit algılarını öğreniyor vaziyete gelebilir. Ve bu kaygıyı kendi iç dünyasında geliştirerek değişime uğratabilir. Bu örnek ve durum aile içerisindeki olay örgülerinin çocuğa yansıtılma şeklinin önemini vurgular durumdadır. Kaygı gelişiminde aile ortamının ne denli etkili olabileceği konusunda ipucu vermektedir (Özdel, 2015: 14).

1.1.6. Kaygı Türleri

Kaygı için birçok ayrı tanım bulunmaktadır. Kaygı, bireyin iç dünyasındaki huzur dengesini bozan ve çoğu zaman aralığında kişinin geleceğine dair belirsizliklere karşılık ortaya çıkan bir duygusal tepki olarak adlandırılabilir. Bu tepki birey için hem fiziksel bir değişime uğramasına neden olur hem de duygusal değişimlere yol açar. Fakat kaygı için her yapı da aynı tür göstermesi mümkün değildir. Kaygının süresi, kaygı düzeyindeki şiddet seviyesi ve kaygının ne tür de ortaya çıkması gibi faktörler sınıflandırabilmeyi mümkün kılmaya yaramaktadır. Psikoloji literatüründe en yayılım gösterilen ayırım şekli kaygının süreklilik gösterip göstermediği şeklindedir (Yılmaz ve diğerleri, 2014: 17).

Bu ayrım doğrultusunda ise kaygı iki ayrı türde incelenmesi mümkündür. Sürekli kaygı ve durumluluk kaygı olmak üzere iki ana başlık altında incelendiği bilinmektedir (Doğru ve Arslan, 2008: 544).

1.1.6.1. Sürekli Kaygı

Sürekli kaygı, bireyin kişilik yapısındaki bir parça olarak nitelendirip tanımlaması mümkündür. Kişiliğin yapısı olarak değerlendirilen kaygı aynı zamanda zaman geçtikçe bireyin hayatında kalıcılık gösteren bir eğilime sahip olduğunu düşünölmektedir. Bu tür sürekli kaygı halinde olan bireyler, yaşamlarının çeşitli alanlarında kaygı duygusu ile başa çıkmak durumunda kalırlar. Olaylara karşılık daha hassas ve tehditleri algılamaya daha yatkınlık gösteren bir eğilime sahiptirler. Sürekli kaygı duyan birey, çevresinde olup biten olaylara karşı ya da çevresindeki kişilere karşı genel bir endişe ve huzursuzluk duygusu ile yanıt verir ya da eşlik eder. Bu durum ilerleyen süreçlerde bir olay ya da davranışa yönelik değil de sıradan bir yaşam koşulları karşısında da kendini gösterdiği görünmektedir (Yıldırım, 2014: 19).

Sürekli olarak kaygı durumları yüksek olan bireyler olumsuzluk doğurabilecek durumlar karşısında fazlası ile abartılı tepkiler göstererek durumları bu şekilde değerlendirme eğilimi gösterirler. Bu kişiler genellikle potansiyel bir tehdit oluşturacak unsurları daha öncesinde sezip buna yönelik kendilerini koruma adına savunma mekanizmaları geliştirirler. Fakat yerli ya da yersiz oluşturdukları savunma mekanizmaları sıradan olan yaşamları için olumsuz sonuçlar doğurabilir. Sürekli kaygı düzeyi, bireyin çocuklukta edinmiş olduğu deneyimleri, ebeveynlerinin göstermiş olduğu tutumları ve genetik olan yatkınları gibi faktörler ile şekil değiştirebilir. Sürekli kaygı bireyin olaylara gösterdiği tepkileri de etkilediği için daha yoğun duygu değişimi yaşamasını da destekler vaziyete gelir (Çivitçi, 2012: 322).

1.1.6.2. Durumluluk Kaygı

Durumluluk kaygı ise bireyin belirli zaman aralıkları içerisinde belirli bir olay ya da belirli bir durum karşısında göstermiş olduğu geçici kaygı durumu olarak tanımlanabilir. Bu kaygı türü için bireyin normal yaşantısında kaygı durumu olarak ya da tehdit unsurun olarak nitelendirmiş olduğu unsur ile karşılaştığı anda başlayan kaygı hali ve tehdit unsurunun ortadan kalktığı anda sona ermesi ile sonlanan bir tür olarak

nitelendirilir. Bireyin kaygısının geçme durumu, çevresel koşullara yönelik göstermiş olduğu tepkilere ve olayların niteliğini değerlendirme şekline göre şekillenir. Fakat bu kaygı durumunun sürekli yaşanıyor hale gelmesi bireyin yaşamsal işlevinde bozulmalara neden olabilir ve daha kronik şekilde bozulmalara zemin hazırlar hale gelebilir. Bu nedenle durumluluk kaygını doğru ve net bir biçimde tanınması ve yönetilir hale gelmesi bireyin ruh durumu için oldukça önem arz eder (Aydoğan ve Özbay, 2013: 2).

1.1.7. Kaygıyı Yordayan Etkenler

Kaygı, bireyin iç dünyasında yaşamış olduğu fikir çatışmaları, çevresel uyaranlar ve gelişimsel süreçlerin sonucunda ortaya çıkmış olan bir duygu türü olarak tanımlanır. Fakat bu duygunun ortaya çıkış anı, şiddet seviyesi ve sürekliliği bireyden bireye farklılık gösterip sonucu etkilemektedir. Kişiden kişiye değişmiş olan kaygı türlerinin temelinde kaygıyı durumunu etkileyen ve çevresel etkenler yer aldığı bilinmektedir. Kaygı türünün belirleyici rol oynamasında bu etkenlerin her biri için önemli belirleyici etkisi olduğu kabul edilmektedir. Kaygıyı etkileyen faktörler arasında yaş, bireyin cinsiyeti, bireyin toplam kardeş sayısı, kazanmış olduğu genetik faktörler ve bireyin sosyo-ekonomik düzeyi gibi konular önem arz etmektedir (Aydın ve Tiryaki: 2017: 716).

1.1.7.1 Yaş Etkeni

Yaş, kaygıyı oluşturan önemli faktörler arasında sayılan değişkenliklerden biri olarak literatüre geçmiştir. Bireyin çocukluk döneminde yaşamış olduğu kaygı daha çok çocuğun karanlık bir ortamdan korkması, bakım vereninden uzakta kalması ayrılık kaygısı yaşaması, yüksek ses veren somut nesnelere gibi verilecek örneklerden kaygılandığı görülür. Ergenlik dönemine girmiş olan birey, sosyal çevresinden aldığı değerlendirmelerden, akademik olarak elde ettiği başarı ve kimlik gelişimi sürecindeki karar verme aşaması gibi konularda oldukça kaygı yaşadıkları gözlemlenir. Birey yetişkinlik dönemine geçtiğinde ise kaygılandığı konular daha farklı bir evreye gelmiş olur. Kişinin ekonomik gücü artık önem kazanmaya başlar. Ekonomik gücündeki düşüşler kaygıya iter. Aile kuran birey için ailevi yükümlülükler ve mesleki stres gibi yaşamsal konular kaygı düzeyinin değişkenlik gösterip artmasında rol oynamaktadır.

İleri yaş alıklarında ise yaşlılıktan doğan sağlık problemleri ve yalnız kalma hissi gibi faktörler birey için kaygıyı oluşturmada yeterli olacaktır. Bu bağlamda ise yaş arttıkça bireyin kaygılandığı noktalardan değişiklik olduğunu görmek mümkün olduğu bilinmektedir. Kaygının şekli ve yoğunluğu da değişime uğradığı görünür (Sarı, 2007: 98).

1.1.7.2. Cinsiyet Faktörü

Cinsiyet, kaygı düzeyinde farklılıklara sebep olan önemli bir faktör olduğu görülür. Birçok araştırma konusuna cinsiyet farklılıkları tartışma konusu haline gelmiştir. Yapılan araştırmalarda, kadın bireylerin erkek bireylere kıyasla daha yüksek düzeyde olduğu belirtilmektedir. Kadın ve erkek bireylerde ortaya çıkan farklılığın ortaya çıkmasının sebebi hormonal farklılıkların olması, toplum içerisindeki cinsiyet rolleri ve duygular ile başa çıkma şekillerinin değişkenliğidir. Erkek bireyler genel anlamda duyguları ile başa çıkarken dış dünyaya yansıtmak yerine bastırma eğilimi gösterir. Fakat kadın bireylerde bu durum biraz farklıdır. Kadınlar bu duyguları daha açık halde yaşamayı tercih ettikleri görülmektedir (Kapçı, 2004: 2).

1.1.7.3. Kardeş Sayısı

Aile yapısı ve bireyin kaçınıcı çocuk olduğu da kaygı düzeyinin belirlenmesinde önemli rol oynar. Araştırmalar sonucunda tek çocuk olarak yaşamını sürdüren bireylerin daha kaygılı olduğu gözlemlenmiştir. Çünkü tüm aile bireylerinin yani bakım verenlerinin tüm beklentisini karşılaması gerektiğini bilir ve eğer başaramazsam kaygısıyla denemeye devam eder. Öte yandan ise çok kardeşli bir aile içerisinde büyüyen bireyler ilgi ve kaynak paylaşımı nedeniyle kendilerini aile içerisinde geri planda kaldığını hissedebilir. Sosyal kaygıyı tetiklediği görülmektedir. Kardeş sayısı bireyin aile içinde bulunduğu konumu ve buna bağlı olarak geliştirdiği güven duygusunu oldukça etkileyen konumdadır (Ektirici ve diğerleri, 2023: 13).

1.1.7.4. Genetik Faktörler

Kaygı bozukluklarında genetik faktörlerin çok önemli bir yeri olduğu bilimsel çalışmalar çerçevesinde bilinmektedir. Özellikle birinci dereceden olan akrabalarında kaygı bozukluğu tanısı almış bir kimse var ise benzer şekilde bir öykü alabilmek

oldukça mümkün düzeydedir. Y6Genetik olan yapı, sinir sisteminde olan duyarlılık ve strese karşı fizyolojik bir tepkime oluşturabilir. Elbette ki tek başına yeterli bir sebep değildir ama etkisi de yok sayılacak bir düzey de olmadığı düşünülmektedir. Çevresel faktörler ile birleşen genetik faktörler bireyin kaygısını geliştirme de etkili rol oynayıp olasılığı arttırmaktadır (Topçuoğlu, 2022: 38).

1.1.7.5. Sosyo-ekonomik Düzey

Sosyoekonomik düzey bireyin ulaşılabilirliği, yaşadığı kaynaklara erişimi ve yaşam kalitesi ile doğrudan etkili ve etkileşim halinde olan bir kavramdır. Düşük sosyoekonomik düzeye sahip olan bir kimse temel ihtiyaçlarını karşılayabilme konusunda tereddüde düşmektedir. Daha fazla bir zorluk ile karşı karşıya kaldığı için sürekli bir tehdit altında hissederek güvensizlik duygusuna maruz kalabilirler. Bu durum ise kaygının süreklilik kazanabilmesi için rahatlık ile zemin hazırlamaktadır. Aynı zamanda sosyal destek imkanlarına uzaklıkları ve sınırlı oluşu psikolojik dayanıklılığı olumsuz bir yönde etkisi altına almaktadır. Ekonomik güvencesizlik, eğitim olanaklarını sınırlı hale getirdiği için kişiyi gelecek kaygısına itmektir (Yılmaz ve diğerleri, 2014: 17).

1.2. Çocukluk Çağı Travmaları

Çocukluk bireyin kişilik yapısı için temel alanlarından biri olarak sayılmaktadır. Kişiliğinin şekillenip gelecek için sağlam adımlar atabildiği ve temelini oluşturabildiği bir dönemdir. Çocukluk çağı travmaları, bireyin çocukluk döneminde yaşamış olduğu duygusal, cinsel istismar, ihmal edilme hali, maruz kalmış olduğu fiziksel şiddet ve ebeveyn kaybı gibi olumsuz nedenler sonucu gelişen bireyin psikolojik ve fizyolojik olarak olumsuz etkiler bırakan yaşantılar olarak tanımlanır. Çocuğun başından geçmiş olan travmatik olay, baş etme kapasitesini aşan bir seviyeye geldiğinde yoğun korku, çaresizlik hissi ya da dehşete düşme haline yol açmış olan olayları kapsamaktadır (Çelik ve Hocaoğlu, 2018: 698). Bu olaylar tekil bir şekilde travmatik bir deneyim olarak kalacak olabileceği gibi süreklilik halinde devam eden ataklar şeklinde devamlılık gösteren kronik bir rahatsızlığa çevirebilmektedir.

Çocukluk çağında yaşanmış olan travmalar, bireyin gelişimi ile ilgili birtakım problemlere de yol açmaktadır. Gelişimsel süreci derinden bir şekilde etkileyerek

kişilerarası iletişimi, akademik başarıyı ve bireyin kişilik yapısını gibi birçok alanda uzun vadeli olacak şekilde etkiler bırakarak devamlılığını sağlar. Travmatik olaylar, birey için tekil bir deneyim olabileceği gibi tam tersi olarak süreklilik gösteren bir stres faktörünü içermesi mümkündür. Sürekli bir biçimde aile içi şiddete maruz kalmış bir çocuk ileri dönemlerde de gelişimi konusunda birtakım problem yaşayabilir. Bu tür kronik travma şekilleri çocuğun düşünce ve davranış yapısında değişkenliklere neden olabilir. Bağlanma stilinde farklılıklar, özsaygısında azalma, duygu düzenleme de eksiklikler, kişilerarası iletişimde başarısızlık ve akademik anlamda kendini geliştirmek gibi aslında hayatı ile ilgili uzun vade de sonuçlar doğurabilir (Yöyen, 2016: 66).

Nörobiyolojik olarak da bireyin çocukluk çağına yaşamış olduğu travmalar, beyninin gelişim süreçlerini etkileyerek, stres yanıt sistemlerine kalıcı olarak zararlara ve değişikliğe neden olur. Özellikle de hipotalamus hipofiz adrenal (HPA) ekseninde görülen birtakım bozukluklar, bireyin olaylara verdiği tepkilerde kalıcı olarak değişime neden olur. Bu durum ise ilerleyen yaş gruplarına geldiğinde anksiyete, depresyon ya da diğer psikolojik rahatsızlıklara yatkın olma olasılığını artırır (Örsel ve diğerleri, 2011: 132).

Ayrıca, çocukluk çağı döneminde yaşanan travmalar, bireyin fizyolojik değişkenliklere uğramasına neden olabilir. Örneğin bireyin bağışıklık sistemi üzerinde oldukça yüksek düzeyde olumsuz etki yaratabileceği bilinmektedir. Kronik stres yaşamak, bağışıklık sisteminin zayıflamasına neden olur. Zayıflamış olan bağışıklık sistemi çeşitli sağlık sorunlarının ortaya çıkmasına sebep olmaktadır. Bu durum birey için hem fiziksel hem de psikolojik olarak yıpranma durumu yaşamasına etki eder (Dereboy ve diğerleri, 2018: 270).

1.2.1. Çocukluk Çağı Travmaları Türleri

Çocukluk çağı travmaları, bireyin gelişimsel anında hayatı için etkili vaziyete gelmiş olan dönemde maruz kaldığı olumsuz bir yaşam öykülerinin çeşitliliğine göre farklı türlerde incelemektedir. Travma türleri; travmanın kaynağına bu kaynağın var olma süresine, çocuğun o an içinde yaşamış olduğu duygusal yoğunluğa ve bu durumların sonucundaki etkilerine göre farklı sınıflara ayrılmaktadır. Bu sınıflandırma, travmanın çocuğun gelişimi, fiziksel ve psikolojik durumunu ve hatta sosyal işlevselliği üzerindeki

etkileri daha net bir biçimde anlamak ve bu travmaya karşı uygun bir müdahale şekli belirleyebilmek adına oldukça önemlidir (Kaptanoğlu ve Öksüz, 2025: 994).

Travma türleri birçok farklı duruma ayrılmaktadır. Çocuğun çocukluk döneminde yaşamış olduğu fiziksel istismar, duygusal istismar, cinsel istismar, aile bireyleri tarafından ihmal edilme, aile içindeki veya çevresinde tanık olduğu travmalar ve ayrılık ya da kayıp travmaları olmak üzere ana başlıklar altında ayrılmaktadır (Katı ve Karaaziz, 2024: 14).

1.2.1.1. Fiziksel İstismar

Ebeveynlerinin ya da sıradan insanlar tarafından çocuğa kasten zarar verilmesi veya çocuğun fiziksel bütünlüğünü bozmak adına tehdit eden davranışların uygulanmasına verilen addır. Bu tür tehdit eden davranışlar arasında çocuğa karşı atılan tokat, çocuğu itme davranışı, bile isteye yakmak veya boğazını sıkarak yaşamını tehlikeye atan fiziksel müdahaleler kapsamına girmektedir. Fiziksel istismarda sıklıkla gözle görülebilecek yaralanmalarla kendini göstererek belirti verebilmektedir. Bu belirtilere örnek verilmesi gerekir ise;

- Vücutta tekrarlayan morluklar, yanık izleri
- Çocuğun bakım vereninden korkup kaçması
- Fiziksel bir temas sırasında fazla tepki vermesi gibi belirtiler fiziksel istismar belirtileri şeklinde verilebilir (Bilgiç, 2021 :63)

Çocuklarda oluşan başka kişilere karşı güvensizlik hissi, düşük benlik algısına sahip olma, akademik anlamda yaşanan başarısızlık ve hatta ilerleyen yaş gruplarına gelindiğinde suça yönelme gibi ciddi sonuçlar doğurabilmesi beklenmektedir. Beyin gelişimi özellikle çocukluk döneminde aktif olarak gelişim göstermeye devam eder. Bu dönemde travmatik bir durum yaşayan çocuk stres sistemi üzerinde kalıcı etki bıraktığı gözlemlenebilir. Özellikle de beynin korku tepkisinden sorumlu olduğu bilinen amigdala, fiziksel istismara maruz kalan bireylerde kalıcı değişiklikler oluşmasına yol açar. Çocuk ilerleyen yaş dönemlerinde aşırı duyarlı hale gelebilir (Akkan ve Ülker, 2024: 101).

Bu durumda ebeveynin daha bilinçli olabilmesi adına ebeveyn eğitimleri, aile içindeki iletişimin doğru ve yeterli olması, sosyal hizmet desteği gibi önüne geçebilmek için

önemli unsurlar hayatlarında var olabilir. Güvenli bir ortam oluşturabilmek, travmaya duyarlı bir terapi yöntemi kullanmak fiziksel istismara uğramış çocuk ve yetişkinler için uygun destek programlarıdır (Güçlü ve Acemioğlu, 2020: 100).

1.2.1.2. Duygusal İstismar

Aile içerisinde, okul çevresinde ya da sokaktaki herhangi biri tarafından çocuğun küçümsenmesi, değersiz hale geldiğine inandırılması, zarar vereceğine dair tehdit edilmesi, bakım verenleri tarafından sevgiye ihtiyacı olmasına rağmen sevgiden mahrum bırakılması gibi çocuğun duygusal ihtiyaçlarını tamamen reddederek zarar veren davranışlara duygusal istismar denir (Baskak, 2023: 63).

1.2.1.3. Cinsel İstismar

Cinsel istismar, bir çocuğun rızası olmaksızın ya da kendi iradesiyle rızası olabilecek gelişimsel evreyi tamamlamış olması halinde bir yetişkin ya da daha büyük bir çocuk tarafından kendi cinsel tatmin için çocuğu cinsel bir eyleme dahil etmesi durumuna denir. Bu tür cinsel istismarlar sadece ve sadece fiziksel temasla sınırlı değildir. Teşhirci olması, pornografik içerikleri zorunlu olarak izletme hali ya da cinsel içeriğe sahip konuşmalarda cinsel istismar konusu içerisine dahildir. Cinsel istismar, çocuk için sadece fiziksel zarar vermek ile kalmaz, çocuğun ruhsal haline de oldukça zarar verir. İleriki yaş dönemlerinde travma oluşması halinde depresyon, stres, kaygı bozuklukları gibi psikolojik problemlere de neden olur. Araştırmalar, çocuklukta yaşanan cinsel istismar durumunda ileriki yaşamlarında riskli cinsel hayat yaşamaları, ilişki yaşadığı kişiye yönelik güvensizlik ve yoğun miktarda utanç duygusu yaşama ihtimalleri yüksek oranda beklenir (Zoroğlu ve diğerleri, 2001: 70).

1.2.1.4. Çocukta İhmal

İhmal, çocuğun temel fiziksel, duygusal, eğitsel ya da fizyolojik ihtiyaçlarını ebeveyn veya bakım vereni tarafından sistematik bir şekilde karşılanmayıp bu ihtiyaçların karşılığında mahrum bırakma durumudur. Bakım verenin yeteri kadar çocuğa bakım vermeyip sorumluluğunu yerine getirmemesiyle ortaya çıkmaktadır. Fiziksel ihmal, çocuğun yeteri kadar besin almaması, yaşamını devam ettirebileceği kadar bile bir barınma sağlayamaması ve çocuğun ihtiyaç halinde yani hasta olması durumunda sağlık

merkezlerine ulaşımının olmaması gibi durumlarda görünür. Duygusal ihmal ise çocuğun sevgi, ilgi ve duygusal güvenlikten mahrum hale gelmesi gibi olgular ilişki içerisinde. Bu tür eksikler ve mahrum bırakmalar çocuk için bir travma oluşturur. Çocuğun güvenli bağlanmasını engelleyerek ileriki yaş gruplarına geldiğinde kişilerarası iletişim kurma becerisinde zorlanmalar, düşük benlik saygısına ve psikopatolojik belirtiler ortaya çıkmasına neden olur (Terzioğlu ve diğerleri, 2023: 162)

Özellikle çocukluk döneminde maruz kalınan duygusal ihmalin, çocuğun beyin gelişim süreçlerini oldukça etkileyerek stres duygusu yanıt verme sistemini bozduğu ve bireyde kronik kaygı oluşturduğu için dikkat edilmesi gereken bir konu olmalıdır. İhmal, fiziksel istismar kadar net bir şekilde gözle görülebilir. Düzey de olmasa da etkileri aynı şekilde yıkıcı olabilir (Eker ve Yılmaz, 2016: 28).

1.2.1.5. Tanık Olunan Travmalar

Çocuğun aslında doğrudan bir biçimde olaya tanık olmadığı ama çevresindeki olaya tanık olan kişilerin üstündeki etkileri ve travmalar net bir biçimde yaşayan travma türüdür. Örneğin anne ve babası sürekli tartışma halinde olduğunu gören çocuk durum için endişe ve kaygı hissedecektir. Bu durum sürekli hale geldiği ve sürekli maruz kalma haline geçtiğinde travma yaratabilir (Eker ve Yılmaz, 2016: 27).

1.2.1.6. Ayrılık ve Kayıp Travmaları

Çocuk bireyin aile fertlerinden birinin ya da birden çok kişinin ölümüne şahit olması veya boşandıklarını görmesi, göç durumu, kurum bakımı altına alınması gibi durumlar çocuğun bağlanma stiline zarar verdiği için ilişkilerinde ciddi sarsıntılar yaşamasına sebep olur. Bu durum çocuğun kendi içinde oluşturduğu güvenli alan algısının yıkılmasına sebep olur. Bu travmaların her biri çocuğun yaşına göre, gelişim gösterdiği düzeye göre değişkenlik göstermektedir (Çetin ve Avcı, 2022: 163).

1.2.2. Çocukluk Çağı Travmalarının Klinik Özellikleri

Çocukluk çağı travmaları, bireyin erken yaşam dönemlerinde karşılaştığı olumsuz olarak nitelendirilen yaşamsal olayları kapsamaktadır. Bu deneyim türü psikolojik, biyolojik ve sosyal gelişim durumu üzerinde derinden ve kalıcı yönde etki bırakarak varlığını sürdürmektedir. Travmatik yaşantılar; fiziksel, duygusal ya da cinsel istismar,

aile tarafından ihmal, aile içerisinde şiddet, ebeveyn kaybetme durumu ve ev içerisinde ya da bakım vereni tarafından yeterli ilgi, sevgi alamaması gibi birçok çeşitli şekillerde ortaya çıkmaktadır. Bu tür olumsuz deneyimlerin klinik olarak yansıma hali ise genellikle bireyin yaşamı boyunca onunla varlığını koruyan psikiyatrik belirtiler ve davranışsal olarak bozukluklar şeklinde kendini göstermeye devam eder (Kaptanoğlu ve Öksüz, 2025: 994).

Klinik olarak, çocukluk çağı travmalarının en belirgin özelliklerinden biri olarak kabul edilen disregülasyon olarak tanımlanan duygusal kontrol eksiliğidir. Geçmiş yaşantısında travma öyküsü bulunan bireylerde ani öfke patlamaları, aniden duygu değişimi ve duygudan duyguya geçiş tepkisi, yoğun kaygı problemleri ya da anksiyete bozuklukları yakınlıkla görülmektedir. Bu oluşan duygusal dengesizlik hali, bireyin iç dünyasında ve kişilerarası iletişime geçerken problem yaşamasına neden olmaktadır. Ayrıca travmatik bir yaşam öyküsü bulunan bireylerde güven duygusunun gelişimini sekteye uğratacak bir bağlanma sorununa neden olabilmektedir. Bu bireyler, özellikle de yetişkin dönemlerine geldiklerinde sağlıklı bir ilişki kurabilmekte oldukça zorluk çekmektedirler (Özadmaca, 2023: 107).

Çocukluk çağı travmaları aynı zamanda psikosomatik belirtilerde verebilmektedir. Travmatik bir yaşantıya sahip olan bireyde baş ağrısı, mide problemleri, hazımsızlık ve uyku bozuklukları gibi bireyin yaşamını ciddi yönde etkileyecek bozukluklar ortaya çıkabilmektedir. Bu durum özellikle de travmanın sözel olarak ifadesinin olmadığı erken yaştaki dönemlerde yaygın bir haldedir. Bedensel belirtiler çoğunlukla bastırılmış travmatik anıların bir dışavurum göstergesi olarak değerlendirilmesi mümkündür (Taş ve Akben, 2024: 2529).

Travmaya maruz kalan çocuklar, depresyon, travma sonrası stres bozukluğu (TSSB), anksiyete bozuklukları, kişilik bozuklukları ve bağımlılık gibi psikolojik tanımlar olarak hayatlarına devam etme ihtimalleri vardır. Özellikle de kronik ve süregelen travmalarda, bireyin içsel olarak güvenlik algısı kalıcı olarak zedelenmesi mümkün olabilir. Bu da kimlik gelişiminde olumsuz olarak yan etki gösterebilmektedir. Travmatik yaşantıların sıklığı ve süresi arttıkça karmaşıklık artmaya başlamaktadır. Bu başlıkların dışında bir diğer önemli klinik özellik ise kendilik değeri ve özsaygı düşüklüğü durumudur. Travmatik çocukluk deneyimlerine sahip olan bireyler kendilerini oldukça değersiz,

yetersiz ve suçlu hissetme anları yaşanması beklenmektedir. Bu durum bireyin hem iç dünyasında hem de toplumsal rol kazanmalarında ciddi işlevsel yetersizlik yaşamalarına neden olmaktadır (Karal ve Atak, 202 :84)

Sonuç olarak, çocukluk çağı travmalarının klinik etkileri çok boyutlu olarak görünmektedir. Bireyin gelişimsel süreçlerinin her aşamasında varlıklarını gösterir ve etkiler. Bu neden ile travma geçmişi bulunan bireylerle çalışırken çok boyutlu değerlendirme ve bütüncül bir tedavi yöntemi kullanmak süreç için önemlidir. Özellikle çocukluk döneminde travmanın erken tespit edilmesi, koruyucu müdahalelerin hayata geçirilme anı ve güvenli bağ oluşturabilme ortamının hazırlanması travmanın ilerleyen yaşlarda oluşturabileceği etkileri azaltmasında önemli bir rol oynamaktadır (Gürcan ve Kolburan, 2019: 14).

1.2.3. Çocukluk Çağı Travmalarının Epidemiyolojisi

Çocukluk çağı travmalarının (ÇÇT), bireyin çocukluk döneminde yaşamış olduğu fiziksel, duygusal veya cinsel boyuttaki istismar durumu, aile içerisindeki ihmal ve ev içi şiddet gibi olumsuz yaşam olaylarını kapsamaktadır. Bu travmatik yaşantı gösteren bireyin nörobiyolojik, psikolojik ve sosyal yaşantı gelişimi üzerinde derin izler bırakmakta olup yaşamı boyunca süre gelen hem ruhsal hem de fiziksel sağlık problemlerine yol açabilmektedir. Çocukluk çağı travmalarının yaygın olması, bireysel ve toplumsal düzen çerçevesindeki etkileri göz önünde tutarak epidemiyolojik olarak da ele alınması büyük önem arz etmektedir (Binbay ve diğerleri, 2014: 2).

Araştırmalar sonucunda, çocukluk çağı yaşanmış olan travma yaratan olaylara maruz bırakılmanın sanıldığı kadar da göz ardı edilebilecek bir olay olmadığı bilinmektedir. Türkiye’de yapılmış olan birçok saha çalışmaları, her üç çocuktan birinde en az bir tür travmatik yaşantıya maruz kaldığını göstermektedir (Yılmaz ve Altan, 2021: 67). Dünya Sağlık Örgütü (DSÖ) ve UNICEF’in verileri de dünya genelinde araştırılmış çocukların yaklaşık olarak %25’lik kısmının fiziksel istismara, %20’sinin ise cinsel bir istismara maruz kaldığını göstermektedir. Ayrıca çocukların %30 veya %40’lık kısmının duygusal ihmal yaşadığını ya da istismar edildiğini göstermektedir (Küsbeci ve diğerleri, 2012: 153).

Türkiye özelinde, Aile ve Sosyal Hizmetler Bakanlığı'nın desteklemiş olduğu bazı ulusal düzeydeki araştırmalarda, fiziksel istismara uğrayan birey oranının %30'lara kadar çıktığı, duygusal istismarın ise %40'ı aştığı bildirilmektedir. Cinsel istismara uğrayan kişi oranları, sosyal damgalama ve bildirme güçlüğü nedeni ile daha az raporlama yapıldığının bilinmesi ile birlikte, çeşitli araştırmalarda %10-15 aralığında tahmin edilmektedir. Ayrıca toplumsal olarak oluşturulan normlar, geleneksel aile yapıları ve ekonomik düzeylerindeki sorunlar bu tür travmaların ortaya çıkış sıklığını oldukça etkilediği görülmektedir (Karaçay ve Güloğlu, 2022: 328).

Çocukluk çağı travmaları yalnızca bireysel düzey çerçevesinde değil aslında toplumsal sağlık açısından da büyük ölçü de risk taşımaktadır. Sağlık açısından oluşan ciddi bir halk sağlığı olarak nitelendirilen sorun, travmaya maruz kalan bireylerde depresyon, anksiyete bozuklukları, madde bağımlılığı ve intihar girişimi gibi ruhsal sorunların yanı sıra fiziksel olarak da rahatsızlıkların görülme ihtimali vardır. Kalp rahatsızlığı, diyabet ve bağışıklık sistemi bozuklukları gibi fiziksel olarak oluşan rahatsızlıklarında görülme ihtimalinde ciddi artışlar vardır. Bu durum, çocuklukta yaşanan travmaların sadece psikolojik değil de nörolojik bir sürece sokabileceği bununda birtakım sonuçlar doğurabileceği bilinmektedir (Kılıç, Saltoğlu ve Erdoğan, 2024: 693).

Son yıllarda artan farkındalık çalışmaları ve önleme programlarına rağmen, çocukluk çağı travmalarının tespiti ve bildirimine hala güncel şartlara kıyasla yeterli bir düzey de değildir. Travmaların bir kısmı yıllar sonra erişkinlik döneminde klinik değerlendirmeler sırasında fark edildiği bilinmektedir. Bu durum tanı ve müdahale açısından ciddi bir gecikmeye sebep olarak tedavi edilebilir seviyeye gelebilir. Kronikleşmesini engellemek adına bu şekilde tepkiler oluşabilmektedir. Bu bağlamda, çocukluk çağı travmalarının yaygınlığına ve etkilerine dair bir verilerin üretilmesi güncel, kapsamlı bir şekilde ve sistematik bir biçimde toplanma durumudur. Hem koruyucu ruh sağlığı hizmetlerinin planlamasında geliştirilmesinde temel bir gereklilik hali olarak bireylerin önüne çıkmaktadır (Binbay ve diğerleri, 2014: 2).

1.2.4. Çocukluk Çağı Travmalarının Psikososyal Etkileri

Çocukluk çağı travmaları (ÇÇT), bireyin gelişim sürecinde karşılaştığı duygusal olarak yıpranma, fiziksel ya da cinsel istismar durumu, aile tarafından yapılan ihmal, aile içerisindeki şiddet, ebeveyn kaygı gibi olumsuz yaşam deneyimleri olarak ifade ettiği

görülmektedir. Bu travmaların etkileri sadece çocukluk döneminde etki göstermekle kalmayıp, bireyin psikolojik, sosyal, akademik anlamda ve mesleki yaşamlarında uzun vade de sonuç verilmesi bilinmektedir. Travmaya maruz kalan çocukların sosyal ilişkileri, benlik algısı ve yaşamsal doyum seviyeleri gibi önemli bir ölçüde zarar görüldüğü bilgi olarak verilmektedir (Bahadır, 2019). Bu bağlamda çocukluk çağı travmalarının psikososyal etkilerin detaylı bir biçimde araştırılması, ruh sağlığı alanında görev yapan uzman kadrosu için hem önleyici düzeyde hem de müdahaleci stratejilerin geliştirilmesi açısından ciddi bir önem taşımaktadır. Psikososyal etki açısından açıklanması gerekirse, bireyin hem iç dünyasında hem de dış çevresi ile aralarında kurmuş oldukları ilişkiler oldukça olumsuz yönde etki göstermektedir. Erikson'un psikososyal gelişim kuramı göz önüne alındığında, çocukluk döneminde yaşanmış olan güven, özerklik ve girişim gibi temel gelişim evrelerinde yaşanan travmaların bireyin kimlik gelişimi açısından ve toplumsal uyumunu ciddi şekilde sekteye uğrattığı bilinmektedir. Bu neden ile travmanın etki gösterdiğini yalnızca bireysel anlamda değil, aynı zamanda sosyal boyutlar içerdiği görülmektedir (Karal ve Atak, 2022: 1764).

Çocuklukta maruz kalınmış olunan travmalar, bireyin benlik saygısı üzerinde ciddi düşüş sağladığı görülmektedir. Özellikle de duygusal ihmal ya da istismar durumları yaşayan bireylerin kendilerini çok değersiz olarak nitelendiren inançlar gelişmektedir. Bu durum bireyin kimlik gelişimi için bozucu bir konumda olarak süreci değiştirir. Kimi bireyler de aşırı uyum oluşur bazılarında ise direkt reddedici bir sosyal kimlik oluşturmaktadır (Set ve Çelik, 2023: 178).

Travmaya maruz kalmış olan çocuklar, akran ilişkilerinde güven kurmasında zorluk yaşayabilirler. Bu bireylerde saldırgan davranış gösterdiği, içe çekilme anı, sosyal beceri eksikleri ya da aşırı düzeyde kontrolcü tutumlar olduğu bilinmektedir. Özellikle cinsel istismara uğramış bireylerde görülen sosyal temas durumundan kaçınma, beden algılarından utanma oldukça yüksek ihtimallerde görülmektedir. Bu durum ise sosyal izolasyon durumunu attırmakta, depresyon ve kaygı bozuklukları gibi psikolojik bozuklukları ortaya çıkarmaktadır (Öztanrıöver ve Sönmez, 2022: 5).

Bağlanma kuramı perspektifinden bakıldığında, uzun süreli travmaya karşı karşıya kalmak çocukların ileriki yaşadığı zamanlarda çocukların güvenli bağ kurmasını zorlaştırır. Ebeveynleri tarafından fiziksel veya duygusal anlamda ihmal gören

çocuklar, genellikle güvensiz-kaçıngan bir kişilik ya da güvensiz-kararsız bağlanma stilleri geliştirmektedir. Bu durum, yetişkinlik durumunda romantik ilişkilerde istikrarsızlık, duygusal anlamda yaşanan bağlılık hali veya bağlanma korkusu şeklinde tezahür edebilir (Çelebi ve Polat, 2019: 30).

Çocuklukta yaşanan travmalar, bireyin öğrenme boyutunda olumsuz bir etki yaratır. Devamlı olarak tetikte olma hali, dikkat eksiliği hali ve davranış problemlerine yol açarak okul başarısında oluşabilecek düşüş görülmesine neden olabilir. Akademik düzeyindeki özgüveni düşük bireyler ilerleyen yaşlarda iş hayatında da zorluk durumu yaşamaktadır. Yetkinlik alanlarındaki algısında oldukça düşüş olur, başarıdan çok başarısızlığa odaklanırlar. Bu da iş değiştirme, tükenmişlik sendromu ve düşük iş doyumunu hissetme gibi sonuçlara yol açabilir.

Travmayla karşı karşıya kalan bireyler, toplumsal normlara uyum gösterebilmekte güçlük yaşayabilirler. Özellikle de suça daha rahat sürüklenme, bireyin madde kullanıma yönelmesi ve antisosyal davranışların kökenlerinde çocukluk çağında yaşamış oldukları travmalarının rolü oldukça büyüktür. Travmatik olaylar yaşamış bireylerin geçmişinde aynı zamanda toplum tarafından parmak ile gösterilme riski ile karşı karşıya kalınmaktadır (Can ve Önnar, 2025: 80).

Çocukluk çağında yaşanmış olan travmalar bireyin gelecek neslinde görülme ihtimali ile karşı karşıyadır. Travmanın etkilerinin kuşaklar boyunca aktarabilir düzeydedir. Çünkü travmatik bir geçmişe sahip olan birey sağlıklı bir ebeveynlik durumu yaşatacağı için kendi çocuklarını da travmalar ile büyütme görülebilir. Bu durum hem psikolojik olarak hem de sosyal düzeyde bir döngü içerisinde olabilir. Travmanın bu şekilde kuşaklararası aktarım içerisinde olduğu, toplumsal olarak ruh sağlığına yönelik koruyucu ve önleyici politikaların önemini göstermektedir (Evecen ve Hindioğlu, 2025: 285).

1.2.5. Çocukluk Çağı Travmalarının Yetişkinlikteki Etkileri

Çocukluk döneminde bireyin kişilik gelişim öyküsünün, dünyaya dair temel inanç kabul ettiklerinin ve ilişkisel örüntülerinin şekillendiği oldukça kritik sayılabilecek bir dönem olduğu kabul edilmektedir. Bu dönem içerisinde yaşanan travmatik olay örüntüsü, fiziksel ve ruhsal olarak yaşanan istismar bireyin kişilik yapısını derinden etkileyebilir.

Çocukluk çağı travmalarının yalnızca kişinin o an içinde bulunduğu ruhsal durumu değil, bireyin yetişkinlikteki düşünce kalıplarını, duygusal tepkilerini, ilişkilerini ve yaşam doyumunu da önemli ölçüde şekillendirdiği görülmektedir (Okan ve Şarлак, 2022: 531).

Çocukluk döneminde yaşanmış olan olumsuz olgular bireyin dünyaya dair temel inançlarını şekillendirme potansiyelinde önemli bir düşüşe neden olur. ‘Dünya benim için güvenli bir yer değil’ ve ‘Ben çok değersiz, işe yaramaz biriyim’ gibi söylemler bireyin temel inançlarını zedelemesine yol açar (Şenkal ve Işıklı, 2015: 262).

Çocukluk çağı travmalarının çok boyutlu bir yelpaze içerisinde olduğu bilinmektedir. Ayrıca çocukluk çağı travmaları yaşayan bireyin çok farklı sonuçlar doğuracağı karmaşık bir yaşantı sürdürür. Meslek hayatı, ebeveynlik rolü, bireyler arası gerçekleştirdiği iletişim şekli ve bireyin psikolojik ruh hali olumsuz yönde etkilenebilir. Birey travmalarının etkilerini azaltabilecek bir çözüm yolu arar. Psikolojik destek ile mekanizmalarını güçlendirmeye ve toplumsal olarak farkındalık kazanmaları desteklenmektedir (Çakar ve Asıcı, 2018: 87).

1.3. Ebeveyn Tutumları

Ebeveyn tutumları, bireyin anne ve babalarının çocuklarını yetiştirirken önemsedikleri değerler, davranış tutumları, disiplini aşılama anlayışları, iletişim şekilleri ve duygusal olarak verdikleri tepkimelerin bütünsel bir yapısıdır. Bu belirlenen tutumlar, bireyin kişisel gelişim halini direkt yol ile etkileyen en temel sosyal çevresini oluşturur. Ebeveynin çocuğuna karşı göstermiş olduğu aşırı koruyucu tutum, yalnızca çocuğun çocukluk döneminde yaşamış olduğu davranış örüntülerini değil, aynı zamanda yetişkinlikteki benlik algısı sosyal yaşantı içerisindeki ilişki şekillerini ve ruhsal sağlık halini etkilemektedir (Aydın ve diğerleri, 2023: 108).

Ebeveyn tutumları; kültürel normlar, ebeveynin kendini geliştirme ve yetiştirme hız düzeyi, kişilik özellikleri, akademik durumu ve ekonomik yeterliliği gibi bireyin yaşantısı için önemli olan konuların etkileşimi ile şekil değiştirir. Bu sebeple ise her ailenin çocuk yetiştirme ve büyütme özellikleri birbirinden oldukça farklıdır ve benzersiz bir haldedir (Arı ve Ünal, 2020: 44).

Ebeveyn tarafından gösterilmiş olan tutum bireyin tüm yaşantısı boyunca onu etkileyebilecek ve yaşantısına yön verebilecek bir düzeyde güçlü dinamiğe sahip olduğu bilinmektedir. Bir çocuğun kendisiyle, çevresiyle ve daha geniş bir düzeyde ele alınırsa dünyayla kurduğu ilişkilerin büyük bir oranında anne ve babasının onu yetiştirirken göstermiş oldukları tutum, yaklaşımların doğrudan ya da dolaylı bir şekilde etkilerinden karakterinin oluştuğu görülmektedir. Bu durum, sadece ebeveynlerinin çocuk yetiştirebilme tarzında yalnızca çocukluk çağı dönemlerindeki halleri değil yetişkinlik dönemine kadar olan zaman diliminde etkisini gösterecektir (Dirik ve diğerleri, 2015: 3). Benlik algısı, kişilerle iletişim ve bu iletişimin sonucunda oluşacak olan bağlanma stili gibi psikolojik yapılara karşı etkili olduğu görülmektedir. Örnek verilmesi gerekirse sevgi dolu, sınırları doğru ve net olan ve destekleyici bir aile tutumu sergileyen bir ailede büyüyen çocukların kendilerini daha rahat ve doğru ifade edebildikleri, karar verme de zorluk yaşamadıkları ve başkalarıyla kurdukları iletişimde başarılı oldukları görülmektedir (Uykan ve Akkaynak, 2019: 1624). Fakat tam zıttı olarak aşırı otorite gösteren ya da ilgi vermeyen bir ailede büyüyen çocuklar ileriki yaş dönemlerine geldiklerinde öz güven ile ilgili büyük bir problem yaşadıkları, kaygı bozuklukları ve kişilerarasında kurulan iletişimde başarısız oldukları görülmüştür (Aydoğdu ve Dilekmen, 2016: 570).

Ebeveyn tutumları çok yönlü bir boyuta sahip olduğu literatürlere geçmektedir. Her bireyin anne baba tutumu olarak yansıttıkları şekillerde ve tutumlarda farklılıklar oluşabilir. Her ebeveyn kendi çocukluklarında anne ve babasının ona nasıl yaklaştığı ve nasıl büyüdüğü ile ilgili bilgileri öğrenmişlerdir. Bu öğrenilmiş bilgiler doğrultusunda kişi, kendi çocuklarının yetiştirilme anlarında da aynı öğrendiği bilgileri yansıtarak büyütmeyi bilmektedirler. Bireyin ailesinin eğitim durumları, ekonomik koşulları ve ailesinin içindeki rol dağılımı ebeveynlik yaklaşımını etkilemektedir. Örneğin kendi çocukluğunda anne ve babası tarafından çok katı ve otoriter bir şekilde büyütülmüş olan birey, kendi çocuğunun büyüdüğü anlarda da benzer bir yaklaşım göstereceği gibi bir ihtimal bulunurken tam tersi olarak bu tutumlardan ders çıkararak kendini geliştirmiş ve farkındalık kazanmış olarak tam tersi bir yaklaşım ile büyüttüğü görülebilmektedir. Bu durum çocuk gelişimi alanı için oldukça önemlidir ve yapılan çalışmalarda sıklıkla konu olarak ele alınmaktadır (Saltalı ve Arslan, 2012: 731).

Bireyin ebeveynlik tarzı gelişim gösteremeyeceği gibi aynı zamanda zaman içerisinde değişebilen esnek yapı olduğu öğrenilmiştir. Yaşam koşullarında oluşan değişimler, ebeveynlerin psikolojik düzeyleri, çocukla kurulmuş olan ilişkinin dinamik boyutu ya da çocuğun gelişimsel özellikleri gibi faktörler bu tutumların değişiklik göstermesine neden olabilir. Örneğin bebeklik döneminde çok katı ve korumacı bir rol gösteren anne baba çocuk ergenlik döneminde girdiğinde tam tersi bir tutum sergileyip serbest bırakmaya yönelebilir. Ya da anne ve baba çocuklarının büyükçe daha sıkı bir kontrol ihtiyacı yaşayabilmektedirler. Bunun gibi durumlardan ötürü ebeveyn tutumları, durağan bir yapı olmasından ziyade çocuğun gelişim olarak ihtiyaç duyduğu, anne ve babanın içsel olan süreçlerine ve çevresel faktörlere bağlı olarak değişkenlik gösterdiği bir süreçtir (Erözkan, 2012: 44).

Psikoloji literatürüne başlık olarak konu almış olan ebeveyn tutumları türleri farklı sınıflara ayrılarak tanımlanmıştır. Bu sınıflandırmalar, bireyin ailelerinin çocukları ile olan ilişkisel yapılarını daha anlaşılır ve net kılabilmek adına yapılmıştır. Çocuğun gelişimi üzerindeki etkilerini daha sistematik değerlendirme aşamasından geçirebilmek adına bu tür sınıflandırmalar yapılmıştır. Her ne kadar da her ebeveynin ve aile dinamiğinin farklı olduğu bilinse de belirli ebeveyn tutumu türleri varlığını sürdürmektedir. Bu türler çocukların kişisel gelişimlerinde, duygusal olgunluk boyutlarında, akademik başarı oranlarında ve sosyal uyum becerileri kazanımlarında önemli bir rol oynamaktadır (Demir ve Şendil, 2008: 16).

1.3.1. Ebeveyn Tutum Türleri

Ebeveyn tutumu türleri anne ve babaların çocuklarına yönelik kullandıkları yaklaşım stillerini sınıflandır olabilmek amacıyla geliştirilmiş olan kurumsal yapılardan biridir. Her ne kadar aile ve her birey için kendine özgü bir tutum sergilese de psikoloji literatüründe çocuk yetiştirme şekilleri için ayrı belirli başlıklar altında ele alındığı görülmektedir. Bu sınıflandırmalar ebeveynler ve çocuk ilişkilerini daha iyi anlayabilmek ve çocuk gelişimini yönlendiren temel dinamik olan kavramları kavrayabilmek adına önemli bir olgudur. Ebeveyn tutumları çocuğun benlik algısından duygusal düzenleyebilme yeteneğine sosyal uyumdan akademik olarak göstermiş olduğu performansına o kadar birçok gelişim süreci için doğrudan etki gösterdiği görülmektedir. Araştırmacılar doğrultusunda özellikle belirledikleri ebeveyn tutum

türleri bulunmaktadır. Bu ebeveyn tutum türlerini sıralamak gerekirse otoriter demokratik aşırı koruyucu ihmalkar ve tutarsız gibi temel türleri tanımlamak bu yaklaşımların çocuk üzerindeki etkilerine ortaya koyduğunu göstermektedirler (Çelikkaleli, 2015: 20).

Aşağıda yer alan tabloda bu tutum türlerinin genel olarak tanımlaması ve çocuk üzerindeki olası psikososyal etkilerine özetlemiştir (bknz, şekil 2).

Ebeveyn Tutumu	Tanımı	Çocuk Üzerindeki Etkiler
Demokratik	Çocuk yetiştirmedeki sınırları net bir biçimde belirleyen, iletişim konusunda açık sevgi ve saygı düzeyleri dengeli bir tutum sergileme halidir.	Çocuk da yüksek düzeyde öz güven hali, empati kurabilen, sorumluluk duygusu olan ve sağlıklı bir şekilde kişilerarası sosyal ilişkiler kurabilen bireylerin oluştuğu görülmektedir.
Otoriter	Çocuk yetiştirmede katı kuralları sahip, emir ve komuta ile ilişkili çalışan, sevgi gösterme şekli sınırlı olan bir ebeveyn tutumudur.	Bu ebeveyn tutumuyla büyüyen çocuklarda düşük düzeyde benlik saygısı çoğunlukla kaygı bozuklukları ve itaatkar veya isyankar bir tutum gösterdikleri görülmektedir.
Aşırı koruyucu	Anne ve baba çocuk için olabilecek tüm kararları kendileri aldıkları, risklerden olabildiğince kaçındıkları bir tutum türüdür.	Bu yetiştirilme tarzı ile gelişim gösteren çocuklar bağımlı bir kişilik yapısı gösterebilir öz güvende yüksek düzeyde eksiklik yaşayabilir ve stresle başa çıkamama durumları gözlemlenebilir.
İhmalkar	Anne ve babaların çocuklarını yetiştirirken fiziksel ve duygusal ihtiyaçları yok saydıklarını, onları ihmal ettiği ve iletişimin oldukça az olduğu	Bir yetiştirme tarzıyla büyüyen çocuklar duygusal anlamda yoksunluk yaşayabilir, öfke kontrol problemleri yüksek düzeyde gözlemlenebilir ve buna bağlı olarak

	gözlenen tutum türüdür.	madde kullanım riski oluşabilir.
Tutarsız	Bu aile ortamında kurallar ve davranışlar değişkenlik gösterebilir ebeveyn tutumunda kararsızlıklar yüksek seviyede görülebilir.	Bu çocuklarda duygusal kararsızlıklar oldukça yaygın, dürtüsellik mevcut olup güvensizlik ve benlik karmaşası oluşabilir.

Şekil 2. Ebeveyn Tutum Türleri

Kaynak: Arı ve Ünal, 2020; Koç ve Polat, 2017

Tabloda da görüldüğü gibi, otoriter bir tutum ile büyümüş çocuklarda genellikle düşük bir öz güven, kaygı gibi sonuçlar ile ilişki halinde olurken, demokratik tutum ile büyüyen çocuklarda olumlu bir benlik gelişimi görülmektedir (Koç ve Polat, 2017: 33).

1.3.1.1 Demokratik Ebeveyn Tutumu

Demokratik ebeveynlik sağlayan kişiler, sağlıklı ebeveyn çocuk ilişkilerinin temelini oluşturan en ideal tutumlardan biri olduğu bilinmektedir. Bu tutumu benimsemiş olan anne ve babalar çocuklarına karşı gösterdikleri sevgi dolu, anlayışlı ve destekleyici rolde bir yaklaşım sergilerken aynı zamanda ise sınır koymayı da asla ihmal etmedikleri görülmüştür. Bu ebeveyn tutumu benimseyen anne ve babalar, disiplin anlayışlarını cezaya yönelik değil de rehberliğe yönelik olarak dayandırılırlar. Çocuğun düşüncelerini oldukça değer verip onu dinler ve önemserler. Karar süreçlerine katılmasını teşvik ederler. Böyle sevgi dolu, değer gören ve bu değeri hissettikleri bir ortamda büyüyen çocuklar; kendilerini önemli hisseder, duygularını rahatça ifade edebileceklerini bilir ve özgüven sahibi bireyler olarak gelişme gösterirler. Demokratik ebeveyn tutumunu benimsemiş bireyler, çocuk geliştirilme sürecinde hem çocuğa karşı sevgi dolu hem de disiplininin var olduğu dengeli bir şekilde büyütme alanı yaratır. Çocuğun birey olarak kabul gördüğü karar süreçlerinde çocuğun da bir katılım hakkı olduğunu desteklenen sağlıklı bir ebeveyn yaklaşımı olarak kabul edilir. Bu tutumda ebeveynin çocuğun fikir ve duygularını dikkatle dinler algılar ve ona karşı açık ve saygılı bir iletişim kurmaya özen gösterir. Ancak bu durum çocuğun sınırsız özgürlükte büyütülmesi anlamında değildir. Ebeveyn, çocuğa uygun sınırları koyar. Bu sınırlar içerisinde iletişim halinde olmasını izin verir ve davranışlarıyla aslında çocuğa rehberlik etmiş olur (Saylık ve Yalçın, 2018: 102).

Demokratik tutum çerçevesinde yetişmiş olan çocuklar sosyal ilişkilerinde iletişim kurmada daha başarılı oldukları görülmüştür. Problemleri çözebilme becerileri küçük yaşlardan itibaren gelişme gösterdiği için gelişmiş düzeyde, empati kurabilen ve kendi sınırlarını kendisi oluşturabilen bireyler olarak dikkat çekerler. Bu tutum eşliğinde büyümüş olan çocuklar genellikle özgüven sahibi, bağımsız bir kişilik yapısı olan, kendini en iyi şekilde ifade edebilen, bu konuda başkasına ihtiyaç duymayan, sorumluluk sahibi ve sosyal ilişkilerinde oldukça başarılı bireyler olarak tanımlandığı bilinmektedir. Demokratik tutum, çocuğun yalnızca dışa dönük olarak gösterdiği davranışlarını kapsamaz. Aynı zamanda içsel olarak var olan dünyasını da şekillendirmeye devam eder. Bu tutum sayesinde çocuk kendi duygularını düzenleyebilme becerisi kazanır. Aynı zamanda stresle de daha sağlıklı başa çıkabilir ve karşısına çıkan problemleri kendi başına çözüme yetisi geliştirir. Kazandığı bu becerilerde çocukların hem sosyal becerilerinde hem de akademik başarılarında, ruhsal dayanıklılıklarını olumlu yönde etkilemeye devam etmektedir (Yoleri, Erdoğan ve Tetik, 2017: 196).

Demokratik türde yetiştirme halini benimseyen anne ve babalar, çocuğun yaşına ve gelişim düzeyine göre uygun açıklamalarda bulunur, kuralları neden koyduklarını detaylı bir biçimde ifade eder ve çocukla empati içerikli bir bağ kurmaya dener. Anne ve babalarından bu şekilde bir yaklaşım gören çocuk ise kendini değerli ve anlaşılır hissi edinir. Bu da çocuktaki değerli olma ve anlaşılma hissini pekiştirir. Ayrıca demokratik ebeveynlikte cezalandırma durumu yoktur. Bunun yerine davranışın neden yanlış olduğu hakkında konuşmalar yapıp bu durum için farkındalık yaratılır. Bu da çocuğun iç disiplinin geliştirilmesini yardımcı olur (Alpoğuz ve Yalçın. 2014: 55).

Demokratik ebeveyn tutumu türünde yapılmış olan araştırmalar doğrultusunda, bu çocukların ergenlik ve yetişkinlik dönemlerinde daha az bir şekilde ruhsal bozukluk ve psikolojik bozukluk yaşadıklarını, akademik başarılarının üst düzeyde olduğu görülmektedir. Yapılan araştırmalar doğrultusunda demokratik tutumla büyümüş olan çocukların hem duygusal zekalarını daha yüksek olduğu hem de sosyal uyumlarının daha güçlü olduğu görülmektedir. Bu durum ise bireyin benlik saygısının daha sağlam olduğunu göstermektedir. Ayrıca bu bireylerin ileriki yaşamlarında karşılına çıkan problemleri çözüme konusunda daha yaratıcı ve gelen yardımlarda daha işbirlikçi bir yaklaşım sergiledikleri görülmektedir. Bu ortaya çıkan durum da demokratik yöntemi

seçmiş ebeveynlerin yalnızca çocukluk döneminde değil yetişkinlikte de bireyin işlevselliğini arttırmaya yönelik etkiler yarattığı ortaya konulmaktadır. Bu ebeveynlik tarzı hem bireysel olarak hem de sosyal uyumu destekler vaziyette bir yapı oluşturduğu görülmüştür (Başak ve diğerleri, 2014: 387).

1.3.1.2. Otoriter Ebeveyn Tutumu

Otoriter bir ebeveyn tutumu, aile içerisinde katı kuralların var olduğu ve yüksek beklentilerin önüne çıktığı, çocuklarla iletişimin daha çok tek yönlü bir şekilde ilerlediği, disiplinin sadece cezalandırıcı yollarla sağlandığı, baskın bir çocuk yetiştirme yöntemi olarak tanımlanabilmektedir. Otoriter ebeveyn tutumunu benimsemiş olan anne ve babalar, çocuğun her konudaki söz hakkını sınırlı bir hale getirip onun bağımsızlık çabalarını sürekli bastırma eğilimi gösterir. Çocuklar üzerinde sıkı bir denetim uygulayan otoriter anne babalar, genellikle çocuğun davranışlarını kontrol altında tutmayı hedefler ve bu nedenle çocuğa karşı eleştirel bir yapı cezalandırıcı ve mesafeli bir ilişki biçimi gösterirler (Saylık ve Yalçın, 2018: 95).

Bu ebeveynlik stilini benimsemiş ebeveynler, çocuklarının yaşamsal döngüsünde var olan duygularını yeterince önemsemez, ebeveynin sözü sorgusuz sualsiz bir biçimde kabul edilmesi gerektiğini düşünür. “Ben ne dersem o olur” yaklaşımı bu tutumun özeti olarak söylenebilmektedir. Bu durumda çocuk ebeveynin beklentilerine uymak için kendi hissettiği duygu ve kendi ihtiyaçlarını askıya almak zorunda kalır. Eğer çocuk bu hislerini askıya alamayacak bir duruma gelirse bastırma eğilimi gösterir. Otoriter ebeveynlikte sevgi koşula bağlı olarak sunulur. Bu da çocuğun kendini değersiz hissetmesine, anksiyete bozukluklarına ve bireyin içine kapanık bir halde olmasına neden olur (Derman, Türen ve Buntürk, 2020: 343).

Bu tutum ile çocukluk dönemini geçirmiş ve büyümüş olan çocukların çoğunlukla dışa bağımlı, çekingen bir yapıda, düşük öz güvene sahip ve eleştiriye karşı hassas bir birey oldukları görülür. Otoriter ebeveynin sıkı kontrolü çocuğun karar verme becerilerine sınırlı bir hale ve inisiyatif alma davranışını oldukça zayıflatır düzeye getirir. Bu çocuklar sıklıkla başarısızlık korkusunu içten içe yaşar. Hata yapmaktan çekinirler ve cezalandırmaktan korktukları için çoğunlukla ebeveynlerine karşı dürüst olmayan davranışlar dizileri gösterebilirler. Bu tutum ile uzun vadede büyümüş çocuklar; bağımlı kişilik özellikleri, kaygı bozuklukları ve hatta pasif agresif tutumlar geliştirmesi olası

durumlardan biridir. Ebeveynin çocuğunu yetiştirirken çocuğun yaşını bireysel farkındalıklarını ya da gelişimsel haline dikkate almaması durumunda çocuğun birey olarak varlık göstermesine engel teşkil eder. Ayrıca bu tür ebeveyn tutumu çocuğun sosyal yaşantısında benzer bir şekilde pasif kalmasını ya da otoriter bir figür aramasına neden olur. Bulduğu otoriter figürlere karşı da aşırı boyun eğitici bir tutum geliştirmesine sebep olur. Bu kişilik yapısına sahip olan bireyler yetişkinlik dönemlerinde de başkalarının onayına oldukça fazla bağımlı hale gelebilir karar alma süreçlerinde kararsızlık yaşayabilirler (Atalay ve Özyürek, 2021: 816).

Fakat bazı durumlar çerçevesinde özellikle güvenlik ve sınır ihtiyacının yoğun bir şekilde hissedildiği erken çocukluk dönemlerinde; ebeveynlerin göstermiş olduğu otoriter tutum kısa vadede olmak şartıyla düzen sağlayabilir. Ancak bu tutumun uzun süreli sürmesi ve baskıcı bir şekilde bu davranışın sürdürülmesi, çocuğun psikolojik gelişimini olumsuz yönde etkiler ve ebeveyn ile çocuk arasındaki oluşmuş olan duygusal bağı önemli derecede zayıflatır. Bu da bireyin yaşam boyu sürdürebileceği bağlanma görüntülerinde bir problem yaşamasına yol açabilir (Tetik ve Aktan, 2021: 182).

Sonuç olarak otoriter ebeveyn tutumu yetiştirdiği çocuğun disiplinli bir birey olmasını hedef olarak benimsese de baskı ve korku temelli bir ilişki biçimi kurduğu için uzun vadede olumsuz sonuçlar gösterebilir. Duygusal ve sosyal gelişimini olumsuz yönde etkilemesinden ötürü gelişimsel ve psikolojik bozukluklara sebebiyet verebilir. Sağlıklı bir birey yetiştirme açısından bu tutumun daha esnek tutulması empatik ve anlayışlı tutumlarla dengelenmesi önerilmektedir (Saylık ve Gezici, 2018: 102).

1.3.1.3. İlgisiz/Eksik Ebeveyn Tutumu

İlgisiz ya da eksik ebeveyn tutumu, anne ve babaların çocuklarının fiziksel, duygusal ve bilişsel ihtiyaçlarına karşı yeterli seviyede ilgi göstermediği çocuğun gelişim sürecinde rehberlik etmediği ve bağ kurmaktan oldukça uzak durduğu bir ebeveynlik tarzını ifade etmektedir. Bu tutuma sahip olan ebeveynler, çocuklarının hayatlarına karşı katılım göstermeyip çoğu zaman çocuklarının var olduğunu bilse de onunla gerçek anlamda bir ilişki kurmaktan kaçınırlar. Bu olumsuz durum, çocuğun temel ihtiyacı olan güven duygusunun gelişmesini sekteye uğrattığı gibi bireysel, gelişimine ve sosyal

becerilerinin oluşumunda da olumsuz yan etki gösterir (Cizrelioğulları ve Kilili, 2021: 135).

İlgisiz olan ebeveynin genellikle duygusal olarak çocuğu ihmal ettiği şekil olarak değerlendirilir. Anne ve baba çocuğun varlığını kabul etse bile duygusal ihtiyaçlarını farkında olmaz ya da ihtiyaçlarını göz ardı ederek durumu yok sayar. Bu durum ise çocuğun kendilik algısını oldukça zedeleyebilir. Değersizlik, yetersizlik ve görünmezlik duygularını beslemeye başlar. Ayrıca bu ebeveynlik stilini benimsemiş kişiler, çocuğun davranışlarını genellikle göz ardı ettiği için sınır koyma veya yönlendirme gibi çocuğun ihtiyaçlarını ihmal ettiği görülmektedir. Bu ihmaller sonucunda çocuklar ya tamamen kuralsız bir şekilde yaşamayı ve kontrolsüz bir gelişim göstermeye başlar ya da duygusal ihtiyaçlarını bastırabilmek için dış kaynaklardan yardım isteyerek onlara doğru yönelebilir. Bu çocuklarda madde aşırı bağımlılığı, kontrolsüz ilişkiler ve suça yönelme gibi durumlar görülebilir (Beşer ve diğerleri, 2019: 220).

Çocuğun ebeveynleri tarafından temel ihtiyaçlarının karşılanmaması yalnızca fiziksel bir bakım eksikliği anlamına gelmemektedir. Duygusal bakımında yetersiz olması bireyin yaşamı boyunca sürecek psikolojik problemlere zemin hazırlayabileceği düşünülmektedir. Bu bireyler yetişkinlik dönemlerinde birtakım problemler yaşayabilir. İlişkilerinde güvensiz bir bağlanma stili, özellikle topluluk önünde özgüven eksikliği, ilişki kurmada ve sürdürülebilirlik de güçlük yaşama, depresyon ve anksiyete gibi ruhsal zorluklarla daha sık karşılaşabildiklerini bilinmektedir (Beşer ve diğerleri, 2019: 3).

Bireyin göstermiş olduğu ilgisiz ebeveynlik tutumu birçok faktörden etkilenecek şekilde ortaya çıkabilmektedir. Kişinin depresyonda olması, bağımlılık yaşaması, ağır geçim sıkıntılarının olması, akademik anlamda yetersiz olması ve ebeveynin yaşadığı travmatik olayların var olması gibi birçok faktörden kaynaklanabilmektedir. Bu faktörlerin var olduğu gibi bazı durumlarda ise anne ve babalar farkında olmadıkları bir durumda çocuklarını ihmal etmektedir. Özellikle günümüzde ilerlemiş olan teknoloji, dijitalleşme ve sosyal medya kullanımının artmasıyla birlikte bazı ebeveynler çocuklarına karşı fiziksel olarak yanlarında olsalar bile duygusal anlamda yanlarında olmadıkları görülmektedir. Duygusal anlamda ebeveynlerinin tamamen uzak olması çocuğun duygusal yalnızlık yaşamasına neden olabilir. İlgisiz ebeveyn tutumuna sahip bireyler, çocuklarının bireysel gelişimlerine izlemekte yetersiz kaldıkları için

çocuklarının hem iç dünyasını hem dış dünyayla olan etkileşimlerine çoğu zaman kaçırdıkları hatta fark etmedikleri görülmektedir. Bu durum çocuğun yalnızca duygusal değil bireysel olarak da gelişimini sekteye uğrattığı bilinir. Çünkü çocuk çevresine uyaranlara karşı geri bildirim alma ihtiyacı duyar. Bu geri bildirim ihtiyacı doğrultusunda ilgi, teşvik özellikle de erken çocukluk döneminde öğrenme temel kaynaklardandır. İhtiyaçları olduğu bu geri bildirim alamayan çocuklar akademik anlamda geri kalabilir veya başarıya içsel bir durum haline getirmeyebilir (Sarı ve Çiftçi, 2023: 1401).

İlgisiz ve yetersiz ebeveynlik özellikle çocuğun ergenlik dönemine geldiğinde daha belirgin riskler taşıdığı görülmektedir. Bu dönemde bireyler kendi kimlik arayışlarına girer, güvenli bir liman olarak aile desteğine ihtiyaç duyarlar. Ancak bu destek karşılanmadığı zaman aidiyet duygusunu başka alanlarda aramaya yönelebilirler. Bu da o yaş grubu için onları riskli arkadaş gruplarına itebilir, zararlı alışkanlıklara veya anti sosyal davranışlara yöneltebilir. Aynı zamanda aileden gerekli duygusal desteği alamamış olan bireyler, romantik ilişki kurarken aşırı bağımlı ya da tamamen mesafeli davranış kalıpları geliştirerek kendini bu şekilde ifade etmeye çalışır (Ulusoy ve diğerleri, 2005: 9).

İlgisiz tutumla gelişim süreçlerini tamamlamış olan çocuklar yetişkinlik dönemlerine geldiğinde ya kendi çocuklarına karşı da benzer ilgisiz davranışlar sergileyerek bu döngüyü yeniden üretir ya da tam tersi olarak bu eksikliği telafi edebilmek adına aşırı ilgili ve aşırı kontrolcü ebeveynler olabildikleri görülür. Yani bu tutumun etkileri yalnızca bireyin yaşamını değil bir sonraki jenerasyonun da ebeveynlik biçimini şekillendirir. Dolayısıyla ilgisiz ebeveynlik yalnızca bireysel değil toplumsal açıdan da ciddi sonuçlar doğurabilen bir tutumdur (Tosun, 2021: 175).

1.3.1.4. Aşırı Koruyucu Ebeveyn Tutumu

Aşırı koruyucu bir beyin tutumu, anne ve babanın çocuğun gelişimsel sürecini aşırı müdahil olduğu çocuğun kendi kararlarını kendi başına alabilmesini ve sorumluluk üstlenme fırsatını sistematik olarak engellediği bir ebeveynlik biçimi olarak tanımlanabilir. Bu tutumda anne ve babalar her ne kadar iyi niyetli olsa da genellikle çocuğun her türlü zorluğa karşı korunması gerektiğini düşünür ve buna yönelik çocuğu aşırı koruyucu davranışlarda bulunur. Çocuğun yapılabileceği görevleri bile onun yerine

kendisi üstlenir ve bu yolla iyi bir ebeveyn olduğunu çocuğunu rahat ettirdiğini düşünür. Bu yaklaşım stili kısa vadede çocuğun daha rahat daha huzurlu hissetmesine sağlayabilse de uzun vadede bakıldığında çocuğun bağımlı kendi güveni zayıf ve olaylar karşısında karar verebilme becerisi gelişmemiş birey olarak yetişmesine sebep olur (Çavdar ve Erdoğan, 2023: 302).

Aşırı korumacı bir tutum sergileyen anne babalar, çocuklarının hata yapmasından aşırı derecede endişe ve kaygı duyar. Bu sebeple çocuğun kendine ait seçimler yapmasına izin vermez, çevresinde oluşturabildiği arkadaş ilişkilerine, okul yaşamına hatta günlük yaşantısına hakkı olmayarak fazlaca müdahale eder. Bu durum çocuğun bireyselleşme sürecinin ertelenmesini sağlar. Bağımsız yönde hareket etme becerisi gelişmeyen bir çocuk dış dünyanın önünde savunmasız bir halde kalabilir (Afat, 2013: 158).

Aşırı koruyuculuk gösteren ebeveynler genellikle kendi hissettikleri kaygı düzeyini yüksek olmasından kaynaklanır. Çocuklarının dış dünya tarafından zarar görmesine karşı duydukları aşırı korku hali onları kontrolcü ve müdahaleci bir konumuna getirir. Çocuk yetişkinlik dönemine geldiğinde kendi başına karar alma süreçlerinde sürekli dış dünyadan bir onay bekler pasif ve çekingen bir kişilik gösterir (Cekci ve Inozu, 2024: 368).

Ayrıca bu tutum, çocukta öğrenilmiş çaresizlik geliştirme riskini de artırır hâle gelir. Her sorunun anne veya babası tarafından çözüldüğü bir ortamda büyüyen çocuk kendi başına kaldığında problem çözme becerisi kazanamaz. Bu da akademik ve sosyal yaşamda uyum güçlüklerine neden olur. Aşırı koruyucu anne ve babalık durumu, ilerleyen yaşlarda kaygı bozuklukları, sosyal fobi oluşması ve düşük benlik saygısı gibi psikolojik problemlerin gelişimini kolaylaştırmaya zemin hazırlar (Evim ve Katrancıoğlu, 2020: 75)

Aşırı koruyucu bir tutum sergileyip çocuklarına bu şekilde yaklaşım gösterdikleri zarar görmesin niyetiyle şekillense de bu iyi niyetli olarak nitelendirilebilecek davranış tutumu, çocuğun hayatla yüzleşmeye zamanını geciktirir çocuğun karşılığı karşılaştığı en küçük zorlukta anne ve babasından hemen müdahale görmesi çocuğun kendi problemini çözebilmesi, sabır göstermesi ve mücadele etmesi becerilerinin gelişmesine engel olur. Bu da çocuğun ilerleyen yaşlarında stres ile başa çıkamayan, kırılğan bir benlik yapısını sahip olan bir birey olarak yaşamasına yol açabilir. Ayrıca aşırı koruma

durumu, çocuğun özgürlük alanını oldukça daraltacağı için onun bireysel sınırlarını tanıyamamasına neden olur (Rayana ve Atak, 2023: 16).

Bu tür ebeveynlik biçimi aynı zamanda çocukta he konuda suçluluk duygusunun gelişmesine de yol açabilir. Çünkü çocuk bir gün ebeveynlerinin kendisine ayırdığı aşırı zaman ve ona harcadıkları enerjinin farkına varınca onların beklentilerini karşılayamadığı konusunda suçluluk hissedebilir. Ayrıca suçluluğun yanında beklentiyi karşılayamadığı için stres ve kaygı bozuklukları gibi psikolojik sorunların ortaya çıkması bir ihtimal haline gelir. Bu durumun yaşanmaması için birey kendini mükemmeliyetçi ya da aşırı uyumlu bir kişilik yapısı geliştirilmesine iter. Otorite figürleri karşısında kendini sürekli yetersiz bir halde ve değersiz bir konumda hisseden birey ileriki zamanlarında iş hayatında ya da ikili diyalog haline girdiği ilişkilerde öz saygı sorunları yaşayabilir (Çelik, 2014: 571).

Ayrıca aşırı koruyuculuğu un bir başka önemli sonucu toplumsal cinsel rollerinin karşılaşmasıdır özellikle de kız çocuklarını yönelik gösterilen abartılı bir şekilde koruma dürtüsü, onların toplumda aktif roller alması konusunda zorlaştırıcı bir faktördür. Kırılgan ve korunması gereken bir birey algısıyla büyümüş olan kişi, kendi sınırlarını çizmekte veyahut kendini savunmakta zorlanabilir. Bağımsızlık konusunda birtakım zorluklarla baş başa kalabilir. Bu durum hep savunulmuş olan toplumsal cinsiyet eşitliği açısından da olumsuz bir örtüye sebebiyet verebilir. Bu nedenle, aşırı koruyucu tutumların yalnızca bireysel sonuçları değil sosyal boyutları da dikkatle incelenmelidir (Arslan ve Kıral, 2022: 829).

1.3.1.5. Tutarsız Ebeveyn Tutumu

Tutarsız ebeveyn tutumu çocuğa karşı gösterilen ilgi, disiplin, sınır koyma ve duygusal tepki biçimlerinin süreklilik göstermeyip çoğu zaman aralığında durumların birbiriyle çelişmesi ya da anlık ruh haline göre değişmesi durumu olarak ifade edilir. Bu tutum şekli, çocuğun gelişim gösterdiği durumlarda en çok kafa karışıklığı yaşadığı ve güvensizlik hissine yol açan ebeveynlik tarzlarından biri olarak kabul edilir. Tutarsız olan anne veya baba bazı durumlar karşısında bazen aşırı hoşgörülü ve özgür kılıcı bir yaklaşım sergilediği görülürken, başka bir zaman aralığında ise aynı konu hakkında aşırı baskıcı veya cezalandırıcı bir tavır takınabilirler. Bu dengesiz ruh hali genelde ebeveynin kendi ruh hali, ev içinde yaşanan çatışmalar, bireyin kendi stres düzeyi ya da

çocukla olan bireysel ilişkisine yönelik şekillenmeye başlayabilir. Bu tutarsız ebeveyn tutumu, çocuğun kendi davranışlarına ilişkin herhangi bir öngörü geliştirilmesini zorlaştırır. Çocuk hangi davranışın hangi tepkiyi doğuracağı konusunda sürekli bir tetikte olmaya durumu ve endişe hali geliştirir. Aynı zamanda kendi sınırlarının belirgin olmaması nedeniyle çocuk, uygun ve uygun olmayan davranışları ayırt etmek konusunda oldukça zorluk yaşar. Bu durum hem içsel denetim gelişmesini hem de sosyal uyum becerilerini olumsuz halde etkiler. Örnek verilmesi gerekirse, bir gün özgürce televizyon izlemesine izin verilen bir çocuk ertesi gün aynı davranışı yapmak istediğinde cezalandırıcı bir geri bildirim aldığı anda kafa karışıklığı yaşaması olasıdır. Bu da çocuğun ebeveynine karşı güvenini sarsıcı bir konuma sokar ve dünyayı tahmin edilemez, tehditkar bir yer olarak algılamasına neden olur (Bülbül ve Akkaynak, 2021: 41).

Tutarsız ebeveynlik, çocuğun benlik gelişimi göstermesi üzerine ciddi bir etkisi olur. Çocuk, ebeveyninin davranışlarını anlamlandırabilmek de zorlandığı için kendi davranışlarını da düzenlerken zorluk çeker. Bu da çocukluk döneminin geçtikten sonraki ilerleyen yaş gruplarına geldiğinde dürtü kontrol sorunları yaşamasına, sınır ihlallerine aşmasına, uyum problemleri ve davranış bozukluklarıyla sonuçlanmasına neden olur. Bireyin çocukluk döneminde tutarsız ebeveyn tutumuna maruz kalmasından dolayı özellikle ergenlik dönemine geldiğinde kimlik karmaşası yaşadığı görülmektedir (Yeşilkılıç, 2018: 68).

Tutarsız bir ebeveyn tutumu benimsemiş anne ve baba çoğu zaman aile içindeki rol karmaşasını bir gün anne ve baba arasındaki farklı disiplin anlayışlarını ya da ebeveyninin psikolojik sorunlarıyla ilişkili olduğu görülmektedir. Örneğin, anne çocuğa karşı aşırı bir hoşgörü göstermesi ve babanın çok katı bir tutum sergilediği varsayılabilir. Bu çelişkili durum karşısında çocuk, anne ve babası arasında duygusal bir bölüme yaşar ve ikisinden birini tarafını tutmak zorunda kalabilir. Bu da aile içinde tartışmalara yol açabilir, suçluluk duygusuna ve özgüven eksikliğine sebebiyet verebilir (Şanlı ve Öztürk, 2015: 241).

Tutarsız tutumla büyüyen çocuklar, sosyal ilişkilerinde de benzer bir tutum sergileyebilir. Arkadaşlık ilişkisinde ya arkadaşına karşı aşırı bağımlı ya da arkadaşına karşı aşırı derecede uzak duran bir tavır geliştirir. Aynı zamanda kurallara uymak da

oldukça zorlanır, otoriteye çatışan ya da sürekli onay arayan bir birey haline gelebilir. Duygusal değişimleri dengesiz olduğu görülür. Birey bir gün mutlu hissederken ertesi gün öfkeli bir duygu durumu yaşayabilir. Bu da duygusal regülasyon becerilerinin yeterince gelişmemiş olduğunun göstergesidir (Çeçen, 2008: 416).

Psikolojik açıdan bakıldığında, tutarsız ebeveyn tutumu travmatik bir etkisi de bulunabilir. Çocuk için sürekli değişkenlik gösteren ebeveyninin tepkisi duygusal güvenliğini zedeler hale gelir. Bu çocuk ileriki yaşlarında anksiyete bozuklukları, depresyon, bağlanma sorunu ya da kişilik bozuklukları geliştirme riskiyle karşı karşıya kalabilir. Özellikle borderline kişilik örgütlenmesine sahip olan bir ellerin geçmiş öykülere alındığında ebeveynlerinin sıklıkla tutarsız davranışlar sergilediği görülmüştür (Özyürek, 2018: 661)

Tutarsız ebeveyn tutumu, çocuk açısından sadece günlük ilişkilerinde değil uzun vadeli psikolojik gelişimsel süreçlerde de çok boyutlu etkileri olduğu görülmektedir. Bu etkilerin sistematik bir biçimde ele alınması adına, tutarsız ebeveynlik özelliklerinin ve bu tutumun olası sonuçlarını yapısal olarak değerlendirilmesi gerekmektedir. Aşağıda sunulmuş olan tabloda, tutarsız ebeveyn tutumunun temel özellikleri ve bu özelliklerin çocuk gelişimi üzerindeki potansiyel sonuçları karşılıklı olarak incelenmiştir (bknz. Şekil 3).

Özellikler	Açıklama	Olası Sonuçlar
Tutumda değişkenlik	Ebeveyninin tutumları tepkileri tutarsız bir haldedir. Bazen hoşgörülü davranır bazen ise cezalandırıcı davranır.	Birey de güvensizlik duygusu ve kaygı bozuklukları gibi sonuçlar doğurabilir.
Sınırların belirsizliği	Kişi uygun bir davranış ile uygunsuz bir davranışın arasındaki farkı net olarak fark edemez.	Kişide farklı ortamlara karşı uyumsuzluk, davranış sorunları görülebilir.
Tahmin edilemez ebeveyn davranışı	Çocuk ne zaman ve nasıl bir tepki alabileceğini ön göremez hale gelir.	Bireyde her durumda tetikte olma ve stres bozuklukları gibi psikolojik sorunlar ortaya çıkabilir.

Anne-baba arasında farklı tutumlar	Bireyde disiplin anlayışı arasında çelişkili bir durum vardır.	Aile içi duygusal kopukluk yaşayabilir ve her konuda kendinde suçluluk hissi hissedebilir.
Duygusal yoksunluk	Çocuk duygusal olarak yalnız hissettiği bir durumdur.	Bağlanma problemleri ve sosyal izolasyon tercih edebilir.

Şekil 3. Tutarsız Ebeveyn Tutumunun Özellikleri ve Sonuçları

Kaynak: Bacanlı, 2011; Özgüven, 2018; Sarıtaş, 2019; Yavuzer, 2013

Yukarıda sunulmuş olan tablo, tutarsız ebeveyn tutumunun çocuğun psikososyal gelişim sürecinde nasıl bir tepkime verdiğini somutlaştırmak açısından oldukça önemlidir. Özellikle sınırların belirsiz olması, tahmin edilemeyen ebeveyn davranışlarının var olduğu ve çelişkili tutumların sergilenmesi çocuğun güven duygusunu ve benlik algısını olumsuz yönde etkilemektedir. Ebeveyninin kendi içsel dengesizliklerin çocuğa doğrudan yansıtılması durumunda, çocuk kendisi için sağlıklı bir öz düzenleme becerisi geliştirmekte zorlanabilir bu bağlamda, tutarsız ebeveyn tutumlarının yalnızca bireysel bir problem değil toplumsal düzeyde de ruh sağlığı sorunlarını zemin hazırladığı görülebilmektedir. Bu nedenle özellikle risk grubundaki ailelere yönelik ebeveynlik eğitimi ve psikoeğitim programlarının yaygınlaştırılması büyük önem taşımaktadır (Tönböl, 2019: 53).

1.3.2. Ebeveyn Tutumu ile İlgili Araştırmalar

Ebeveyn tutumları, bireyin gelişim göstermiş olduğu süreçte kritik bir rol oynar. Özellikle de bireyin çocukluk döneminde temel kişilik özelliklerinin atıldığı anda, duygusal yönden ve akademik çalışmalar, ebeveyn tutumlarının çocukların benlik algısından akademik başarısına kadar olan, duygusal tepkilerinden sosyal ilişkilerine kadar geniş bir yelpazede belirleyici bir unsur olduğunu ortaya koymuştur (Uykan ve Akkaynak, 2019: 1624).

Demokratik tutum sergileyen anne ve babaların çocuklarında yüksek düzeyde öz güven geliştiğini, sağlıklı sosyal ilişkiler kurabildiğini ve daha az davranışsal problem gözlemlenmesi olası bir durumdur. Bu çocuklar günlük yaşantısında stres ile başa çıkma

becerileri daha güçlü olduğu görülmektedir. Hem okul başarıları hem de aile ortamlarında kendilerini ifade etme konusunda atılgan bir yapıya sahip olduğu ve bu nedenden ötürü daha başarılı oldukları görülebilmektedir. Bu başarılı durumun demokratik ortamda büyüyen bireylerin duygularını bastırmak yerine açıkça duygularını ifade edebildiği bu şansa sahip olmalarından kaynaklanmaktadır (Genç ve Uslu, 2022: 112).

Bu duruma karşılık olarak otoriter veya aşırı denetleyici anne baba tutumla sahip olan bireylerin yetiştirmiş oldukları çocuklarda yoğun bir şekilde otorite ve kontrol edilme durumu olduğu için kaygı düzeylerinin yüksek olduğu ve sosyal çekingenlik yaşadığı öfke kontrolü sağlayamadığı gibi problemlerle karşılaşma olasılıklarının arttığı belirtilmektedir. Bu çocuklar genellikle tek başına karar alma süreçlerinde zorluk yaşamaktadırlar. Hata yapmaktan her zaman korkmaları nedeniyle inisiyatif alarak hareket edememektedirler. Ayrıca aşırı derecede baskı ve denetleme durumu çocuklarda içe kapanıklık, sosyal ortamlarda kaygı yaşama ve akademik ortamda performans düşüklüğü gibi belirtiler vererek olumsuz etkiler yansıtmaktadır (Yılmaz ve Büyükcebeci, 2019: 708).

Erken çocukluk dönemi, bir de yeni temel davranışsal kalıplarının oluşmaya başladığı kritik bir gelişim süreci olarak kabul edilir. Bu süreçte ebeveynlerin göstermiş olduğu tutumlar, çocuğun duygusal ve sosyal gelişimi üzerinde kalıcı bir etkiye bırakabilmektedir özellikle son dönemde literatüründe yer almış olan çalışmalar doğrultusunda tutarsız ebeveyn tutumlarının çocuklarda güven duygusunun zedelenmesine, karar alma süreçlerinde kararsızlık yaşamalarını ve kaygı düzeylerinin artmasına neden olabileceğini belirtmiştir. Ebeveynin davranışlarından çocuk tatmin edilemez hale gelmesi, çocuğun sınırlarını asla ayırt edememesine, doğruyla yanlış ayırt etmekte zorlanmasına yol açmaktadır. Bu belirsiz ve kafa karışıklığı hali bir gün ilerleyen yaşlarda ve ilerleyen yaşantılarında kişiler arası ilişkilerde dengesiz bir davranış tutumuna sahip olmasına ve duygusal dengesizliklere yol açmasına neden olmaktadır (Kalkan ve diğerleri, 2022: 92).

Çocukluk döneminde destekleyici bir tutum sergileyen, anlayışlı ve adil bir ortamda büyüyen bireylerin bir gün toplumla daha sağlıklı bağlar kurabildikleri, yardımsever oldukları, empati ve sorumluluk gibi değerleri daha içselleştiren bildikleri

görülmektedir. Diğer bir yandan sevgiden yoksun bir biçimde büyümüş olan çocuk ve baskıcı ortamlarda yetişen bireyler, otorite figürüne karşı aşırı uyum gösterebilir ya da buna karşılık tepkime olarak isyankarlık gibi uç davranışlar sergileyen bildikleri görülmektedir (Power ve Roberst, 2003: 1100).

Sonuç olarak ise yapılan araştırmalar doğrultusunda ebeveyn tutumlarının bireyin psikolojik sağlığını oldukça etkilediği bir gül sosyal ilişkilerine yön verebildiği ve genel yaşam doyumunu etkileyen temel faktörlerden biri olduğu görülmektedir. Bu sebeple, çocuk yetiştirme süreci içerisinde ebeveynlerin tutumlarının bilinçli bir şekilde yönlendirilmesi gerektiği ortaya konulmuştur. Gerekli şartlarda psikolojik danışmanlık hizmetinin alınması ve ebeveynlik hakkında ebeveyn olmadan önce eğitim programlarına katılım sağlanması hem bireysel hem de toplumsal düzende daha sağlıklı nesiller yetiştirilmesi açısından oldukça önem arz etmektedir (Curun ve Yücel, 2018: 580).

İKİNCİ BÖLÜM: YÖNTEM

2.1. Araştırmanın Yöntemi/Modeli

Bu araştırma, yetişkin bireylerin kaygı düzeylerinin çocukluk çağı travmaları ve ebeveyn tutumlarıyla ilişkisini incelemeyi amaçlamış olarak ilişkisel tarama modeli üzerinde yürütülmüştür. İlişkisel tarama modeli iki veya daha fazla değişken bulunduran mevcut durumu ve araştırmadaki bu değişkenler arasındaki ilişki düzeyine ortaya koyabilmeyi hedefleyen bir araştırma modeli olarak tanımlanabilir. Bu bağlam doğrultusunda bireylerin geçmiş yaşantılarına ilişkin ebeveyn tutumları ve çocukluk döneminde travmalarına dair algılarıyla mevcut kaygı düzeyi arasındaki ilişki analiz edilmeyi hedeflemiştir. Bu doğrultuda analizleri yapabilmek için oluşturulmuş olan sorular anket tekniğinden yararlanarak çevrim içi olarak uygulanmıştır. Çalışma nicel araştırma yöntemleri çerçevesinde verilerin toplanması, çözümlenmesi ve yorumlanması süreçlerini içermektedir (Yalgın, 2023: 4).

2.2. Evren ve Örneklem

Araştırmanın evrenini 2025 yılı itibariyle Türkiye’de yaşayan yetişkin bireylerden oluşmaktadır. Araştırmanın örneklemini ise kolayda örnekleme yöntemiyle ulaşılan, araştırmaya katılmaya gönüllü olarak kabul eden ve çevrimiçi formu eksiksiz dolduran 18 yaş ve üzeri 402 bireyden oluşmaktadır. Araştırmadaki soru sayısı fazlalığı ve bireylere erişebilirlik gibi faktörler göz önüne alındığında internet üzerinden çevrim içi bir şekilde anketin uygulanmasına karar verilmiştir. Katılımcıların demokratik çeşitliliğini sağlamak amacıyla cinsiyet, yaş, eğitim düzeyi ve medeni durumu gibi değişkenlikler göz önünde bulundurulmuştur.

2.3. Veri Toplama Araçları

Araştırmada verileri toplayabilme amacıyla 4 farklı ölçüm aracı kullanılmıştır. Yetişkinlerde kaygı düzeyini ölçebilmek için “Beck Kaygı Ölçeği”, Vedat Ş. (2012) tarafından geliştirip uyarlanmış olan “Çocukluk Çağı Travmaları” ölçeği ve Kuzgun (1972) tarafından geliştirilen, Kuzgun ve Eldeleklioğlu tarafından 2005 yılında revize edilmiş olan “Anne Baba Tutum Envanteri” kullanılmıştır.

2.3.1. Beck Kaygı Ölçeği

Beck Anksiyete Envanteri, bireyin yaşadığı anksiyete belirtilerinin şiddetini belirleyebilmek amacıyla kullanılan ve bireyin kendi bildirimine dayanarak sonuca ulaştıran bir değerlendirme aracı olarak bilinmektedir (Özdel ve diğerleri, 2012: 54). Beck ve arkadaşları 1988 yılında geliştirilmiş olan ölçeği Türkçeye Ulusoy, Şahin ve Erkmen tarafından 1998 yılında uyarlanmıştır. Uyarlanmış olunan bu kaygı ölçeği araştırma çerçevesinde kullanılmıştır. Ölçek, bireyin bir haftası içinde yaşamış olduğu kaygı belirtilerini ölçmekte olup 21 tane maddeden oluşmaktadır. Her madde 4 farklı dereceli likert tipi bir yapıdadır. 0 ifadesi hiç olarak, 3 ifadesi çok şiddetli olarak tanımlanmıştır. Ölçek 0 ile 63 puan aralığı arasında değerlendirme sonucu vermektedir. Toplam puan da görülen artış kaygı düzeyinin arttığını göstermektedir (Bülbül ve Odacı, 2025: 481). Beck Anksiyete Ölçeği'nin Türkçe dilinde yeteri kadar güvenilirlik ve geçerlilik düzeyine sahip olduğu Ulusoy ve arkadaşları tarafından belirlenmiştir (Tunay ve Soygüt, 2009: 71).

2.3.2. Çocukluk Çağı Travmaları Ölçeği

Bu ölçek, katılımcıların çocukluk dönemlerinde maruz kaldıkları travmatik yaşantıları belirleyebilmek amacıyla Bernstein ve arkadaşları tarafından 1994 yılında geliştirilmiş olan bir ölçektir. Türkçeye ise Vedat Şar, Elif Akgün ve Nuray Altınay tarafından uyarlanarak çocukluk çağı travmaları ölçeği olarak kullanılmıştır. Ölçek duygusal fiziksel ve cinsel istismar ile fiziksel ve duygusal ihmalin noktalarında alt boyutlarından oluşabilmektedir ve bireyin çocukluk dönemine ilişkin yaşantılarını retrospektif olarak değerlendirmelerini sağlamaktadır (Sar, 2014: 92-95).

Çocukluk çağı travmaları ölçeği, bireyin geçmiş yaşantılarındaki fiziksel duygusal ve cinsel istismar ile fiziksel ve duygusal ihmal gibi temel kavram travma türlerini değerlendirmek üzere yapılandırılmıştır. Türkçe uyarlaması bir gün kültürel uygunluk açısından çeşitli psikometrik testlerden geçirilmiş ve Türk toplumuna uygun geçerlik ve güvenilirlik analizleri yapılmıştır. Testlerin sonucu doğrultusunda Türkçe versiyonunun geçerli ve güvenilir bir ölçme aracı olduğunu göstermiştir. Ölçek toplam 28 sorudan oluşmakta olup her madde beşli likert tipi bir ölçekte değerlendirilmektedir. 1 değerlendirmesi için hiçbir zaman, 5 değerlendirmesi için çok sık ifadesi tanımlanmıştır (Şar, 2012: 1056).

Bu araştırmada, bireylerin çocukluk döneminde maruz kaldıkları travmatik yaşantıların yetişkinlikteki kaygı düzeyleri ile ilişkisini anlamada çocukluk ağı Travmaları ölçeğin 'den elde edilen puanlar esas olarak alınmıştır.

2.3.3. Ana Baba Tutum Envanteri

Bu araştırmada, bireylerin ebeveyn tutumlarına ilişkin algılarını ölçmek amacıyla Kuzgun ve Eldeleklioğlu tarafından 2025 yılında geliştirilmiş olan Ana Baba Tutum Envanteri kullanılmıştır. Söz konusu olan envanter, bireylerin anne ve babalarının çocukluk dönemlerindeki tutumlarını nasıl algıladıklarını değerlendirmeye yönelik olarak hazırlanmış psikometrik bir lme aracı olarak kabul edilmektedir. Envanter bireylerin ebeveynlerine olan ilişkilerine dair retrospektif olarak bilgi sunmalarını sağlamakta ve özellikle çocukluk döneminde maruz kalınan ebeveyn tutumlarının türlerini belirlemeye yardımcı olmaktadır. Ana-baba tutum leğinin güvenirlik ve geçerliliği iç tutarlılık ve kararlılık katsayı hesaplaması yapılarak bulunmuştur. Bulgular doğrultusunda testin kullanılabilir olduğuna karar verilmiştir. Her yaş grubuna yönelik ölçeğin güvenirliği ile bulgular incelemeye alındığında alt boyutlara ilişkin olarak test-tekrar test güvenirlik oranının yüksek olduğu saptanıp yeterli düzey de olduğu görülmüştür (Erkan ve diğerleri, 2002: 68).

Envanterde toplam 40 madde yer almakta olup bu maddeler 4 farklı alt boyuttan oluşmaktadır. Bunlar:

- Demokratik,
- Otoriter,
- İlgisiz
- ve aşırı koruyucu ebeveyn tutumu olarak belirlenmiştir.

Katılımcılara her bir ifadeyi değerlendirebilmeleri adına beş ayrı seçenek olarak verilmiş. Likert tipi bir ölçekte yanıt vermektedir. 1 değerlendirmesi için hiç uygun değil ve 5 değerlendirmesi için tamamen uygun cevabı uygun olarak belirlenmiştir (Türkmen, 2012: 58).

2.4. Verilerin Toplanması

Araştırmanın verileri, çevrimiçi bir veri toplama yöntemi olarak kabul edilen Google Forms aracılığıyla elde edilmiştir. Katılımcıların araştırmanın amacı, çalışmanın etik ilkeleri kapsamında gizlilik ve gönüllülük esaslarını açıkça ifade edildikten sonra anket formuna ulaşmaları sağlanmıştır. Anket formuna katılım tamamen isteğe bağlı olup katılımcıların kişisel bilgilere toplanmamış ve verilerinin anonim kalmasına özen gösterilmiştir. Elde edilen veriler yalnızca bilimsel amaçlarla kullanılacak olup araştırma süresi boyunca güvenli bir şekilde arşivlenmiştir. Formun doldurulması yaklaşık olarak kişinin 10 veya 15 dakikasını almaktadır.

2.5. Verilerin Analizi

Araştırmadan elde edilmiş olan veriler istatistiksel bir analiz programı olarak kabul edilen SPSS 25.0 sürümü ile çözümlenmiştir. Verilerin analizine geçilmeden önce, çarpıklık ve basıklık değerleri dikkate alınarak dağılım yapısı değerlendirilmiştir. Verilerin genel dağılımını ve yapısını görmek amacıyla tanımlayıcı istatistikler yani frekans, yüzde, ortalama ve standart sapma hesaplanacaktır. Yapılan analizler sonucunda verilen normal dağılım gösterdiği tespit edildiği takdirde hipotezlerin testini de parametrik analiz yöntemleri tercih edilmiştir. Bu doğrultuda 2 grup arasında karşılaştırma yapılması gereken durumlarda bağımsız örneklem olan T-testi; 3 veya daha fazla grup arasında karşılaştırmalar için tek yönlü varyans analizi (Anova) kullanılmıştır.

Araştırma değişkenleri arasındaki ilişkileri belirleyebilmek amacıyla korelasyon analizine kullanılmıştır. Ebeveyn tutumları ve çocukluk çağı travmalarının kaygı üzerindeki etkisini ortaya koymak için ise çoklu regresyon analizi uygulanmıştır. Yapılacak tüm istatistikler analizlerde anlamlılık düzeyi $p < 0.05$ olarak kabul edilmiştir.

ÜÇÜNCÜ BÖLÜM: BULGULAR

Çalışmanın bu bölümünde araştırma amaçları doğrultusunda toplanmış olan verilerin betimsel ve istatistiksel analiz bulguları sunulmuştur. Bu çerçevede doğrultusunda öncelikle betimsel analiz bulguları sunulmuş olup ardından da araştırmanın hipotezlerini cevap aramak amacıyla gerçekleştirilen istatistiksel analizlerin bulgularına yer verilmiştir.

3.1 Betimsel Analizler

Tablo 1. Çalışma Grubunun Demografik ve Kişisel Değişkenlerinin Dağılımı

Değişken	N	%
Yaş		
18-25	107	27
26-35	79	20
36-45	50	12
46-55	124	31
56-65	42	10
Cinsiyet		
Kadın	285	71
Erkek	117	29
Medeni Durum		
Bekar	157	39
Evli	210	52
Boşanmış	35	9
Eğitim Durumu		
Lise ve altı	93	23
Önlisans	70	17
Lisans	206	51
Lisansüstü	33	8
Gelir Düzeyi		
Düşük	63	16
Orta	315	78
Yüksek	24	6
Anne Eğitim Durumu		
Okur yazar değil	29	7
İlkokul	169	42
Ortaokul	52	13
Lise	87	22
Lisans ve üzeri	65	16
Baba Eğitim Durumu		
İlkokul ve altı	134	33
Ortaokul	61	15
Lise	106	26
Lisans ve üzeri	101	25

Kronik Rahatsızlık		
Evet	95	24
Hayır	307	76
Psikolojik Rahatsızlık		
Evet	42	10
Hayır	360	90
Anne-Baba Büyütme		
Evet	384	96
Hayır	18	4
Anne veya Baba Kaybı		
Evet	152	38
Hayır	250	62
Çocukluk Yaşam Ortamı		
Kırsal	67	17
Şehir	307	76
Göçmen Aile	28	7
Toplam	402	100

Çalışmaya katılan bireylerin demografik ve kişisel özelliklerine ilişkin dağılımlar yukarıda yer almış olan Tablo 1’de frekans ve yüzdeler üzerinden sunulmuştur. Yaş değişkeni incelendiğinde 107 katılımcı (%27) 18-25 yaş aralığında, 79 katılımcı (%20) 26-35 yaş aralığında, 50 katılımcı (%12) 36-45 yaş aralığında, 124 katılımcı (%31) 46-55 yaş aralığında ve son olarak da 42 katılımcı (%10) 56-65 yaş aralığında olmaktadır. Cinsiyet dağılımı değerlendirildiğinde, katılımcıların 285’i (%71) kadın, 117’si (%29) erkektir. Medeni durum değişkenine bakıldığında, 157 katılımcı (%39) bekar, 210’u (%52) evli, 35’i (%9) boşanmış olduğunu belirtmiştir.

Eğitim durumu değişkenine göre, 93 katılımcı (%23) lise ve altı, 70 (%17) katılımcı ön lisans, 206 (%51) katılımcı lisans ve 33 (%8) katılımcı ise lisansüstü düzeyinde eğitim seviyesindedir. Gelir düzeyi açısından, 63 katılımcı (%16) düşük gelir, 315’i (%78) orta gelir, 24’ü (%6) yüksek gelir grubunda olduğunu belirtmiştir. Anne eğitim durumu değerlendirildiğinde, 29 katılımcının (%7) annesi okur yazar değildir; 169’u (%42) ilkokul, 52’si (%13) ortaokul, 87’si (%22) lise, 65’i (%16) lisans ve üzeri eğitim düzeyine sahiptir. Baba eğitim durumu açısından 8 katılımcının (%2) babası okur yazar değildir; 126’sı (%31) ilkokul, 61’i (%15) ortaokul, 106’sı (%26) lise ve 101’i (%25) lisans ve üzeri düzeydedir. Katılımcıların 95’i (%24) kronik rahatsızlığı olduğunu belirtirken, 307’si (%76) olmadığını ifade etmiştir. Psikolojik rahatsızlık değişkenine göre, 42 katılımcı (%10) psikolojik bir rahatsızlığa sahip olduğunu, 360’ı (%90) olmadığını bildirmiştir. Katılımcıların büyük çoğunluğu olan 384’ü (%96) anne ve

babası tarafından büyütüldüğünü, 18'i (%4) farklı kişilerce büyütüldüğünü ifade etmiştir. Ayrıca 152 katılımcı (%38) anne ya da baba kaybı yaşadığını, 250'si (%62) böyle bir kayıp yaşamadığını belirtmiştir. Son olarak çocukluk yaşam ortamı değişkeni açısından, 67 katılımcı (%17) kırsal alanda, 307'si (%76) şehirde, 28'i (%7) göçmen aile ortamında büyümüştür.

3.2. İstatiksel Analizler

Çalışmanın bu bölümünde, araştırma sorularına yanıt aramak amacıyla uygulanan istatistiksel analizlerin bulguları yer almıştır. Analiz öncesinde ölçme araçlarını tamamlayıcı istatistikleri, normallik dağılımları ve güvenilirlik düzeyleri değerlendirilmiştir.

3.2.1. Normallik ve Güvenilirlik İncelemesi

Tablo 1. Araştırma Ölçme Araçlarının Ortalama Skorları, Normallik ve Güvenilirlik Değerleri

Ölçme Aracı	Ort±Ss	Alt-Üst	Çarpıklık	Basıklık	Cronbach's Alpha
Kaygı Düzeyi	16,21±12,16	0–60	0,92	0,45	.93
Duygusal İstismar	7,58±3,75	5–25	1,09	1,06	.75
Fiziksel İstismar	6,03±3,05	5–25	1,79	14,87	.73
Fiziksel İhmal	7,00±2,79	5–20	1,67	1,75	.85
Duygusal İhmal	10,69±5,40	5–25	0,85	-0,17	.77
Cinsel İstismar	5,91±2,70	5–25	4,1	19,37	.80
Çocukluk Çağı Travmaları	37,21±13,47	25–106	1,88	1,25	.83
Demokratik Anne-Baba Tutumu	54,87±15,71	15–75	-0,63	-0,45	.85
Koruyucu Anne-Baba Tutumu	36,68±10,85	15–74	0,45	-0,17	.81
Otoriter Anne-Baba Tutumu	21,32±8,77	10–50	0,85	0,26	.83

Yukarıda yer alan Tablo 2'de araştırmada kullanılan ölçme araçlarına ilişkin ortalama skorlar yer almaktadır. Bulgular incelendiğinde, Kaygı Düzeyi ortalaması 16,21 (ss=12,16) olup, değişken 0 ile 60 arasında dağılım göstermektedir ve bu skor araştırmanın çalışma grubunun orta düzeyde kaygıya sahip olduğu anlamına gelmektedir.

Çocukluk çağı travma boyutları incelendiğinde; Duygusal İstismar ortalaması 7,58 (ss=3,75) olarak hesaplanmış ve bu değişkenin puanları 5 ile 25 arasında değişmektedir. Fiziksel İstismar ortalaması 6,03 (ss=3,05) olup, 5 ile 25 arasında dağıldığı görülmektedir. Fiziksel İhmal değişkeninde ortalama 7,00 (ss=2,79) ve değerler 5 ile 20 arasında değişmektedir. Duygusal İhmal ortalaması 10,69 (ss=5,40) olarak bulunmuş ve bu değişkenin de 5 ile 25 arasında değiştiği görülmüştür. Cinsel İstismar puan ortalaması 5,91 (ss=2,70) olup, değerler 5 ile 25 arasında değişmektedir. Çocukluk Çağı Travmaları değişkeninin ortalaması 37,21 (ss=13,47) olup, 25 ile 106 arasında değişmekte ve bu skorlar incelendiğinde çalışma grubunun çocukluk çağı travmalarının düşük seviyede olduğu tespit edilmiştir.

Son olarak da çalışma grubunun anne baba tutumları alt boyutlarından Demokratik Anne-Baba Tutumu ortalaması 54,87 (ss=15,71), Koruyucu Anne-Baba Tutumu ortalaması 36,68 (ss=10,85) ve Otoriter Anne-Baba Tutumu ortalaması ise 21,32 (ss=8,77) olarak hesaplanmıştır. Bu değişkenlerin sırasıyla 15–75, 15–74 ve 10–50 arasında dağıldığı tespit edilmiştir ve bu bulgulara göre örneklemin anne ve babasının demokratik bir tutum sergilediği söylenebilmektedir.

Araştırmanın istatistiksel analizlerinde kullanılacak testleri belirlemek amacıyla gerçekleştirilen normallik değerlendirmesi çarpıklık (skewness) ve basıklık (kurtosis) değerleri dikkate alınarak gerçekleştirilmiştir. Hair ve arkadaşları (2006) tarafından önerilen -2 ile +2 aralığı temel alınarak yapılan değerlendirme sonucunda, Çocukluk Çağı Travmaları alt boyutlarından Fiziksel İhmal ve Cinsel İstismar dışındaki bütün ölçme araçlarının bu aralıklar arasında değişen çarpıklık ve basıklık değerlerine sahip olduğu tespit edilmiş, bu alt boyutlardaki sapma da ölçeğin toplam skorunun normal dağılım aralığında olmasından dolayı göz ardı edilmiştir.

Son olarak, çalışmada kullanılan ölçme araçlarının güvenilirliğini değerlendirmek amacıyla Cronbach's Alpha katsayıları hesaplanmıştır. Ölçeklerin tümü için bu katsayının .70'in üzerinde olduğu görülmüş ve buna bağlı olarak ölçme araçlarının istatistiksel olarak güvenilir olduğu sonucuna ulaşılmıştır.

3.2.2. Demografik ve Kişisel Değişkenler ile Ölçme Araçları Arasındaki Ortalama Farklılıkları

Tablo 3. Yaş Değişkeni ve Araştırma Ölçme Araçları Ortalama Farklılıkları

Değişken	Yaş Grubu	N	Ort ± Ss	F	p	Fark
Kaygı Düzeyi	1. 18–25	107	19,11 ± 13,80	5,423	0,000*	1,2 > 3,4,5
	2. 26–35	79	18,85 ± 12,96			
	3. 36–45	50	14,30 ± 10,86			
	4. 46–55	124	14,50 ± 10,77			
	5. 56–65	42	11,14 ± 8,45			
Duygusal İstismar	1. 18–25	107	8,32 ± 4,43	3,373	0,010*	1,2 > 5
	2. 26–35	79	8,11 ± 4,69			
	3. 36–45	50	7,24 ± 2,98			
	4. 46–55	124	7,23 ± 2,89			
	5. 56–65	42	6,17 ± 2,19			
Fiziksel İstismar	1. 18–25	107	6,10 ± 2,96	1,827	0,123	–
	2. 26–35	79	6,78 ± 4,25			
	3. 36–45	50	5,76 ± 2,10			
	4. 46–55	124	5,76 ± 2,39			
	5. 56–65	42	5,57 ± 3,11			
Fiziksel İhmal	1. 18–25	107	6,97 ± 2,82	0,852	0,493	–
	2. 26–35	79	7,15 ± 3,08			
	3. 36–45	50	7,42 ± 3,16			
	4. 46–55	124	6,68 ± 2,29			
	5. 56–65	42	7,26 ± 3,01			
Duygusal İhmal	1. 18–25	107	10,50 ± 5,31	0,44	0,78	–
	2. 26–35	79	10,97 ± 5,78			
	3. 36–45	50	11,24 ± 5,34			
	4. 46–55	124	10,72 ± 5,34			
	5. 56–65	42	9,90 ± 5,23			
Cinsel İstismar	1. 18–25	107	6,08 ± 2,92	0,278	0,892	–
	2. 26–35	79	5,81 ± 2,67			
	3. 36–45	50	6,00 ± 2,98			
	4. 46–55	124	5,87 ± 2,24			
	5. 56–65	42	5,62 ± 3,13			
Çocukluk Çağı Travmaları	1. 18–25	107	37,97 ± 14,47	0,96	0,43	–
	2. 26–35	79	38,84 ± 16,58			
	3. 36–45	50	37,66 ± 12,34			
	4. 46–55	124	36,26 ± 10,51			
	5. 56–65	42	34,52 ± 13,39			
Demokratik Anne Baba Tutumu	1. 18–25	107	56,65 ± 15,25	1,37	0,244	–
	2. 26–35	79	55,25 ± 17,54			
	3. 36–45	50	55,64 ± 14,70			
	4. 46–55	124	52,24 ± 15,73			
	5. 56–65	42	56,48 ± 13,88			
Koruyucu Anne Baba	1. 18–25	107	36,97 ± 11,22	0,9	0,464	–
	2. 26–35	79	38,38 ± 11,42			

Tutumu	3. 36–45	50	36,86 ± 10,88	0,639	0,635	–
	4. 46–55	124	35,71 ± 10,28			
	5. 56–65	42	35,40 ± 10,43			
Otoriter Anne Baba Tutumu	1. 18–25	107	20,38 ± 8,77	0,639	0,635	–
	2. 26–35	79	22,35 ± 10,28			
	3. 36–45	50	21,40 ± 8,11			
	4. 46–55	124	21,60 ± 8,41			
	5. 56–65	42	20,86 ± 7,51			

*= $p < .05$

Çalışmanın bu bölümünde araştırmanın demografik ve kişisel değişkenleri ile ölçme araçları arasındaki istatistiksel anlamlı ortalama farklılıklarının tespitine yönelik gerçekleştirilen istatistiksel analizlerin bulgularına yer verilmiştir. Bu çerçevede tek yönlü ANOVA ve bağımsız örneklem t-testi kullanılmıştır.

Yukarıda yer alan Tablo 3’te, araştırmanın yaş değişkeni ile ölçme araçları arasındaki istatistiksel anlamlı farklılıkların tespiti amacıyla gerçekleştirilen tek yönlü ANOVA ve Tukey post-hoc test bulgularına yer verilmiştir. Elde edilen bulgular incelendiğinde, yalnızca kaygı düzeyi ($F(4,397) = 5,423, p = 0,000$) ve çocukluk çağı travmalarından duygusal istismar ($F(4,397) = 3,373, p = 0,010$) değişkenleri açısından yaş grupları arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılıklar tespit edilmiştir.

Tukey post-hoc test sonuçlarına göre, kaygı düzeyi açısından 18–25 yaş (Ort = 19,11, Ss = 13,80) ve 26–35 yaş (Ort = 18,85, Ss = 12,96) grubundaki katılımcıların ortalamalarının, 36–45 yaş (Ort = 14,30, Ss = 10,86), 46–55 yaş (Ort = 14,50, Ss = 10,77) ve 56–65 yaş (Ort = 11,14, Ss = 8,45) gruplarına kıyasla anlamlı düzeyde daha yüksek olduğu görülmüştür. Duygusal istismar düzeyinin ise, 18–25 yaş (Ort = 8,32, Ss = 4,43) ve 26–35 yaş (Ort = 8,11, Ss = 4,69) gruplarının ortalamalarının, 56–65 yaş grubuna (Ort = 6,17, Ss = 2,19) kıyasla anlamlı derecede daha yüksek olduğu belirlenmiştir. Diğer tüm ölçme araçları bakımından gruplar arasında anlamlı bir farklılık saptanmamıştır.

Tablo 4. Cinsiyet Değişkenine Göre Araştırma Ölçme Araçları Ortalama Farklılıkları

Değişken	Cinsiyet	N	Ort ± Ss	t	p
Kaygı Düzeyi	Kadın	285	17,96 ± 12,28	4,638	0,000*
	Erkek	117	11,92 ± 10,79		
Duygusal İstismar	Kadın	285	7,79 ± 3,88	1,714	0,087
	Erkek	117	7,09 ± 3,39		
Fiziksel İstismar	Kadın	285	6,13 ± 3,25	1,038	0,3

		Erkek	117	5,79 ± 2,46		
		Kadın	285	6,92 ± 2,77	-0,894	0,372
Fiziksel İhmal		Erkek	117	7,20 ± 2,82		
		Kadın	285	10,84 ± 5,43	0,887	0,375
Duygusal İhmal		Erkek	117	10,32 ± 5,31		
		Kadın	285	6,16 ± 3,06	2,953	0,003*
Cinsel İstismar		Erkek	117	5,29 ± 1,33		
Çocukluk Çağı Travmaları		Kadın	285	37,85 ± 14,04	1,47	0,142
		Erkek	117	35,68 ± 11,88		
Demokratik Tutumu	A.B.	Kadın	285	54,66 ± 16,15	-0,425	0,671
		Erkek	117	55,39 ± 14,64		
Koruyucu Tutumu	A.B.	Kadın	285	36,51 ± 10,67	-0,488	0,626
		Erkek	117	37,09 ± 11,31		
Otoriter Tutumu	A.B.	Kadın	285	21,62 ± 8,91	1,084	0,279
		Erkek	117	20,58 ± 8,40		

*=p<.05

Yukarıda yer alan Tablo 4'te, araştırmanın cinsiyet değişkeni ile ölçme araçları arasındaki istatistiksel anlamlı farklılıkların tespiti amacıyla gerçekleştirilen bağımsız örneklem t-testine ait bulgulara yer verilmiştir. Elde edilen bulgular incelendiğinde, kaygı düzeyi ($t(400) = 4,638$, $p = 0,000$) ve cinsel istismar ($t(400) = 2,953$, $p = 0,003$) düzeyi açısından kadın ve erkek katılımcılar arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılıklar olduğu görülmektedir.

Elde edilen bulgulara göre kaygı düzeyi ortalamaları incelendiğinde, kadın katılımcıların ortalamasının (Ort = 17,96, Ss = 12,28), erkek katılımcıların ortalamasına (Ort = 11,92, Ss = 10,79) göre anlamlı düzeyde yüksek olduğu belirlenmiştir. Benzer şekilde, cinsel istismar düzeyi kadın katılımcılarda (Ort = 6,16, Ss = 3,06), erkek katılımcılara kıyasla (Ort = 5,29, Ss = 1,33) anlamlı düzeyde daha yüksektir. Diğer tüm değişkenler açısından gruplar arasında anlamlı bir farklılık saptanmamıştır.

Tablo 5. Medeni Durum Değişkenine Göre Araştırma Ölçme Araçları Ortalama Farklılıkları

Değişken	Medeni Durum	N	Ort ± Ss	F	p	Fark
Kaygı Düzeyi	1. Bekar	157	18,51 ± 13,33	6,251	0,002*	1 > 2
	2. Evli	210	14,19 ± 10,79			
	3. Boşanmış	35	18,00 ± 12,69			
Duygusal İstismar	1. Bekar	157	8,15 ± 4,34	4,692	0,010*	1 > 2
	2. Evli	210	7,04 ± 3,02			

Fiziksel İstismar	3. Boşanmış	35	8,29 ± 4,41			
	1. Bekar	157	6,10 ± 3,05	3,186	0,042*	3 > 2
	2. Evli	210	5,79 ± 2,65			
Fiziksel İhmal	3. Boşanmış	35	7,17 ± 4,66			
	1. Bekar	157	7,11 ± 2,93	1,105	0,332	-
	2. Evli	210	6,83 ± 2,62			
Duygusal İhmal	3. Boşanmış	35	7,51 ± 3,10			
	1. Bekar	157	10,45 ± 5,39	3,133	0,045*	3 > 1,2
	2. Evli	210	10,51 ± 5,25			
Cinsel İstismar	3. Boşanmış	35	12,86 ± 5,97			
	1. Bekar	157	6,00 ± 2,89	0,172	0,842	-
	2. Evli	210	5,86 ± 2,65			
Çocukluk Çağı Travmaları	3. Boşanmış	35	5,77 ± 2,12			
	1. Bekar	157	37,82 ± 14,50	2,846	0,059	-
	2. Evli	210	36,03 ± 12,24			
Demokratik A.B. Tutumu	3. Boşanmış	35	41,60 ± 14,93			
	1. Bekar	157	56,25 ± 15,77	2,52	0,082	-
	2. Evli	210	54,70 ± 15,50			
Koruyucu A.B. Tutumu	3. Boşanmış	35	49,71 ± 15,97			
	1. Bekar	157	37,19 ± 10,90	4,582	0,011*	3 > 2
	2. Evli	210	35,53 ± 10,27			
Otoriter A.B. Tutumu	3. Boşanmış	35	41,29 ± 12,79			
	1. Bekar	157	21,16 ± 9,03	5,882	0,003*	3 > 1,2
	2. Evli	210	20,65 ± 8,27			
	3. Boşanmış	35	26,06 ± 9,27			

*=p<.05

Yukarıda yer alan Tablo 5'te, araştırmanın medeni durum değişkeni ile ölçme araçları arasındaki istatistiksel anlamlı farklılıkların tespiti amacıyla gerçekleştirilen tek yönlü ANOVA ve Tukey post-hoc test bulgularına yer verilmiştir. Elde edilen bulgular incelendiğinde, kaygı düzeyi ($F(2,399) = 6,251, p = 0,002$), çocukluk çağı travmalarından duygusal istismar ($F(2,399) = 4,692, p = 0,010$), fiziksel istismar ($F(2,399) = 3,186, p = 0,042$), duygusal ihmal ($F(2,399) = 3,133, p = 0,045$), anne baba tutumlarından koruyucu anne-baba tutumu ($F(2,399) = 4,582, p = 0,011$) ve otoriter anne-baba tutumu ($F(2,399) = 5,882, p = 0,003$) değişkenleri açısından medeni durum grupları arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılıklar tespit edilmiştir.

Tukey post-hoc test sonuçlarına göre, kaygı düzeyi değişkeni açısından evli bireylerin ortalamasının (Ort = 14,19, Ss = 10,79), bekar bireylerin (Ort = 18,51, Ss = 13,33) ortalamasına kıyasla anlamlı derecede düşük olduğu belirlenmiştir.

Duygusal istismar düzeyinde evli bireylerin ortalaması (Ort = 7,04, Ss = 3,02), bekar bireylerin ortalamasına (Ort = 8,15, Ss = 4,34) kıyasla anlamlı derecede düşüktür. Fiziksel istismar düzeyi açısından ise boşanmış bireylerin ortalaması (Ort = 7,17, Ss = 4,66), evli bireylerin ortalamasına (Ort = 5,79, Ss = 2,65) kıyasla anlamlı derecede yüksektir. Duygusal ihmal düzeyi açısından boşanmış bireylerin ortalaması (Ort = 12,86, Ss = 5,97), hem evli (Ort = 10,51, Ss = 5,25) hem de bekar bireylerin (Ort = 10,45, Ss = 5,39) ortalamalarına kıyasla anlamlı derecede yüksektir.

Koruyucu anne-baba tutumu açısından boşanmış bireylerin ortalaması (Ort = 41,29, Ss = 12,79), evli bireylerin ortalamasına (Ort = 35,53, Ss = 10,27) kıyasla anlamlı derecede yüksektir. Otoriter anne-baba tutumu açısından ise boşanmış bireylerin ortalaması (Ort = 26,06, Ss = 9,27), hem evli (Ort = 20,65, Ss = 8,27) hem de bekar bireylerin (Ort = 21,16, Ss = 9,03) ortalamalarına kıyasla anlamlı derecede yüksektir.

Bununla birlikte; fiziksel ihmal (p = 0,332), cinsel istismar (p = 0,842), çocukluk çağı travmaları (p = 0,059) ve demokratik anne-baba tutumu (p = 0,082) değişkenlerinde gruplar arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık bulunmamıştır.

Tablo 6. Eğitim Durumu Değişkenine Göre Araştırma Ölçme Araçları Ortalama Farklılıkları

Değişken	Eğitim Durumu	N	Ort ± Ss	F	p	Fark
Kaygı Düzeyi	1. Lise ve altı	93	14,78 ± 12,02	0,649	0,584	-
	2. Önlisans	70	17,10 ± 13,35			
	3. Lisans	206	16,63 ± 11,94			
	4. Lisansüstü	33	15,70 ± 11,49			
Duygusal İstismar	1. Lise ve altı	93	7,77 ± 3,86	1,196	0,311	-
	2. Önlisans	70	7,64 ± 3,94			
	3. Lisans	206	7,32 ± 3,31			
	4. Lisansüstü	33	8,58 ± 5,30			
Fiziksel İstismar	1. Lise ve altı	93	6,27 ± 3,62	5,276	0,001*	4 > 3
	2. Önlisans	70	6,21 ± 3,34			
	3. Lisans	206	5,59 ± 2,04			
	4. Lisansüstü	33	7,73 ± 4,84			
Fiziksel İhmal	1. Lise ve altı	93	8,23 ± 3,51	9,736	0,000*	3 > 1,2
	2. Önlisans	70	7,06 ± 2,44			
	3. Lisans	206	6,41 ± 2,15			
	4. Lisansüstü	33	7,15 ± 3,59			

Duygusal İhmal	1. Lise ve altı	93	12,29 ± 5,85	6,84	0,000*	3 > 1,2
	2. Önlisans	70	11,84 ± 5,78			
	3. Lisans	206	9,61 ± 4,70			
	4. Lisansüstü	33	10,45 ± 5,93			
Cinsel İstismar	1. Lise ve altı	93	6,29 ± 3,37	1,184	0,315	-
	2. Önlisans	70	6,09 ± 3,19			
	3. Lisans	206	5,70 ± 2,20			
	4. Lisansüstü	33	5,73 ± 2,24			
Çocukluk Çağı Travmaları	1. Lise ve altı	93	40,85 ± 15,75	5,675	0,001*	1 > 3
	2. Önlisans	70	38,84 ± 14,06			
	3. Lisans	206	34,63 ± 10,38			
	4. Lisansüstü	33	39,64 ± 18,67			
Demokratik A.B. Tutumu	1. Lise ve altı	93	51,48 ± 16,11	4,063	0,007*	3 > 1
	2. Önlisans	70	51,94 ± 17,73			
	3. Lisans	206	57,35 ± 13,71			
	4. Lisansüstü	33	55,15 ± 19,27			
Koruyucu A.B. Tutumu	1. Lise ve altı	93	38,17 ± 10,29	0,852	0,466	-
	2. Önlisans	70	36,76 ± 11,49			
	3. Lisans	206	36,15 ± 10,87			
	4. Lisansüstü	33	35,64 ± 10,94			
Otoriter A.B. Tutumu	1. Lise ve altı	93	21,69 ± 8,00	0,835	0,475	-
	2. Önlisans	70	22,59 ± 10,61			
	3. Lisans	206	20,75 ± 8,05			
	4. Lisansüstü	33	21,18 ± 10,75			

*=p<.05

Yukarıda yer alan Tablo 6'da araştırmanın eğitim durumu düzeyi ile ölçme araçları arasındaki istatistiksel anlamlı farklılıkların tespiti amacıyla gerçekleştirilen tek yönlü ANOVA ve Tukey post-hoc test bulgularına yer verilmiştir. Elde edilen bulgular incelendiğinde, çocukluk çağı travmalarından fiziksel istismar ($F(3,398) = 5,276$, $p = 0,001$), fiziksel ihmal ($F(3,398) = 9,736$, $p = 0,000$), duygusal ihmal ($F(3,398) = 6,840$, $p = 0,000$), çocukluk çağı travmaları ($F(3,398) = 5,675$, $p = 0,001$) ve anne baba tutumlarında demokratik anne-baba tutumu ($F(3,398) = 4,063$, $p = 0,007$) değişkenleri açısından eğitim durumu grupları arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılıklar tespit edilmiştir.

Tukey post-hoc test sonuçlarına göre; fiziksel istismar değişkeni açısından lisansüstü grubunun ortalaması (Ort = 7,73, Ss = 4,84), lisans grubuna kıyasla (Ort = 5,59, Ss = 2,04) anlamlı derecede yüksektir. Fiziksel ihmal değişkeni açısından lisans grubunun ortalaması (Ort = 6,41, Ss = 2,15), lise ve altı grubuna (Ort = 8,23, Ss = 3,51) kıyasla anlamlı derecede yüksektir. Duygusal ihmal açısından da lisans grubunun ortalaması (Ort = 9,61, Ss = 4,70), önlisans (Ort = 11,84, Ss = 5,78) ve lise ve altı grubuna (Ort =

12,29, Ss = 5,85) kıyasla anlamlı derecede yüksektir. Çocukluk çağı travmaları değişkeni bakımından lise ve altı grubunun ortalaması (Ort = 40,85, Ss = 15,75), lisans grubuna kıyasla (Ort = 34,63, Ss = 10,38) anlamlı derecede yüksektir. Demokratik anne-baba tutumu açısından ise lisans grubunun ortalaması (Ort = 57,35, Ss = 13,71), lise ve altı grubuna (Ort = 51,48, Ss = 16,11) göre anlamlı düzeyde yüksektir.

Bununla birlikte; kaygı düzeyi (p = 0,584), duygusal istismar (p = 0,311), cinsel istismar (p = 0,315), koruyucu anne-baba tutumu (p = 0,466) ve otoriter anne-baba tutumu (p = 0,475) düzeylerinde gruplar arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık bulunmamıştır.

Tablo 7. Gelir Düzeyine Göre Araştırma Ölçme Araçları Ortalama Farklılıkları

Değişken	Gelir Düzeyi	N	Ort ± Ss	F	p	Fark
Kaygı Düzeyi	1. Düşük	63	17,14 ± 12,59	0.364	0.695	-
	2. Orta	315	16,13 ± 12,24			
	3. Yüksek	24	14,75 ± 10,07			
Duygusal İstismar	1. Düşük	63	9,24 ± 4,93	7.500	0.001	1 > 2,3
	2. Orta	315	7,28 ± 3,33			
	3. Yüksek	24	7,29 ± 4,36			
Fiziksel İstismar	1. Düşük	63	6,98 ± 4,50	3.773	0.024	1 > 2
	2. Orta	315	5,84 ± 2,60			
	3. Yüksek	24	6,08 ± 3,49			
Fiziksel İhmal	1. Düşük	63	7,59 ± 3,04	1.687	0.186	-
	2. Orta	315	6,88 ± 2,68			
	3. Yüksek	24	7,04 ± 3,39			
Duygusal İhmal	1. Düşük	63	12,76 ± 6,35	5.725	0.004	1 > 2,3
	2. Orta	315	10,34 ± 5,14			
	3. Yüksek	24	9,88 ± 4,87			
Cinsel İstismar	1. Düşük	63	6,16 ± 3,58	0.496	0.610	-
	2. Orta	315	5,83 ± 2,50			
	3. Yüksek	24	6,17 ± 2,65			
Çocukluk Çağı Travmaları	1. Düşük	63	42,73 ± 17,81	6.443	0.002	1 > 2,3
	2. Orta	315	36,17 ± 11,94			
	3. Yüksek	24	36,46 ± 16,20			
Demokratik A.B. Tutumu	1. Düşük	63	47,84 ± 18,41	7.749	0.000	2,3 > 1
	2. Orta	315	56,15 ± 14,79			
	3. Yüksek	24	56,63 ± 15,54			
Koruyucu A.B. Tutumu	1. Düşük	63	39,30 ± 12,07	2.326	0.099	-
	2. Orta	315	36,11 ± 10,66			
	3. Yüksek	24	37,29 ± 9,21			
Otoriter A.B. Tutumu	1. Düşük	63	24,32 ± 9,37	4.539	0.011	1 > 2
	2. Orta	315	20,82 ± 8,50			
	3. Yüksek	24	20,00 ± 9,36			

*= $p < .05$

Yukarıda yer alan Tablo 7’de ise araştırmanın gelir düzeyi ile ölçme araçları arasındaki istatistiksel anlamlı farklılıkların tespiti amacıyla gerçekleştirilen tek yönlü ANOVA ve Tukey post-hoc test bulgularına yer verilmiştir. Elde edilen bulgular incelendiğinde, çocukluk çağı travmalarından duygusal istismar ($F(2, 399) = 7,500, p = 0,001$), fiziksel istismar ($F(2, 399) = 3,773, p = 0,024$), duygusal ihmal ($F(2, 399) = 5,725, p = 0,004$), çocukluk çağı travmaları ($F(2, 399) = 6,443, p = 0,002$), demokratik anne-baba tutumu ($F(2, 399) = 7,749, p = 0,000$) ve otoriter anne-baba tutumu ($F(2, 399) = 4,539, p = 0,011$) değişkenleri açısından gelir düzeyi grupları arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılıklar tespit edilmiştir.

Tukey post-hoc test sonuçlarına göre; duygusal istismar puanları düşük gelir grubunda (Ort = 9,24, Ss = 4,93), hem orta (Ort = 7,28, Ss = 3,33) hem de yüksek gelir grubuna (Ort = 7,29, Ss = 4,36) kıyasla anlamlı düzeyde daha yüksektir. Benzer şekilde, fiziksel istismar puanları düşük gelir grubunda (Ort = 6,98, Ss = 4,50), orta gelir grubuna göre (Ort = 5,84, Ss = 2,60) anlamlı derecede yüksektir. Duygusal ihmal düzeyi açısından da düşük gelir grubunun ortalaması (Ort = 12,76, Ss = 6,35), orta (Ort = 10,34, Ss = 5,14) ve yüksek gelir grubuna (Ort = 9,88, Ss = 4,87) kıyasla anlamlı şekilde yüksektir. Aynı şekilde, çocukluk çağı travmaları toplam puanı da düşük gelir grubunda (Ort = 42,73, Ss = 17,81), orta (Ort = 36,17, Ss = 11,94) ve yüksek gelir grubuna (Ort = 36,46, Ss = 16,20) göre anlamlı düzeyde yüksektir.

Demokratik anne-baba tutumu bakımından ise orta (Ort = 56,15, Ss = 14,79) ve yüksek (Ort = 56,63, Ss = 15,54) gelir gruplarının ortalamaları, düşük gelir grubuna (Ort = 47,84, Ss = 18,41) göre anlamlı derecede yüksektir. Otoriter anne-baba tutumu açısından ise düşük gelir grubunun ortalaması (Ort = 24,32, Ss = 9,37), orta gelir grubuna (Ort = 20,82, Ss = 8,50) kıyasla anlamlı düzeyde yüksektir.

Kaygı düzeyi ($p = 0,695$), fiziksel ihmal ($p = 0,186$), cinsel istismar ($p = 0,610$) ve koruyucu anne-baba tutumu ($p = 0,099$) değişkenlerinde gruplar arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık bulunmamıştır.

Tablo 8. Anne Eğitim Durumuna Göre Araştırma Ölçme Araçları Ortalama Farklılıkları

Değişken	Eğitim Durumu	N	Ort ± Ss	F	p	Fark
Kaygı Düzeyi	1. Okur yazar değil	29	15,97 ± 12,68	0.363	0.835	-
	2. İlkokul	169	15,98 ± 11,83			
	3. Ortaokul	52	16,94 ± 13,11			
	4. Lise	87	17,18 ± 12,16			
	5. Lisans ve üzeri	65	15,00 ± 12,26			
Duygusal İstismar	1. Okur yazar değil	29	7,79 ± 3,17	1.832	0.122	-
	2. İlkokul	169	7,31 ± 3,35			
	3. Ortaokul	52	8,85 ± 5,48			
	4. Lise	87	7,33 ± 3,44			
	5. Lisans ve üzeri	65	7,52 ± 3,58			
Fiziksel İstismar	1. Okur yazar değil	29	5,55 ± 1,48	0.731	0.571	-
	2. İlkokul	169	6,18 ± 3,57			
	3. Ortaokul	52	6,46 ± 3,50			
	4. Lise	87	5,78 ± 2,33			
	5. Lisans ve üzeri	65	5,86 ± 2,49			
Fiziksel İhmal	1. Okur yazar değil	29	8,03 ± 2,29	5.337	0.000	1,3,4 > 5
	2. İlkokul	169	7,11 ± 2,82			
	3. Ortaokul	52	8,00 ± 4,02			
	4. Lise	87	6,54 ± 2,30			
	5. Lisans ve üzeri	65	6,08 ± 1,73			
Duygusal İhmal	1. Okur yazar değil	29	12,45 ± 5,64	2.928	0.021	1,2,3 > 5
	2. İlkokul	169	10,92 ± 5,71			
	3. Ortaokul	52	11,73 ± 5,68			
	4. Lise	87	10,21 ± 5,10			
	5. Lisans ve üzeri	65	9,12 ± 4,14			
Cinsel İstismar	1. Okur yazar değil	29	5,10 ± 0,56	1.283	0.276	-
	2. İlkokul	169	5,98 ± 2,91			
	3. Ortaokul	52	6,23 ± 3,25			
	4. Lise	87	6,10 ± 2,89			
	5. Lisans ve üzeri	65	5,54 ± 1,76			
Çocukluk Çağı Travmaları	1. Okur yazar değil	29	38,93 ± 8,58	2.392	0.050	3 > 5
	2. İlkokul	169	37,50 ± 13,94			
	3. Ortaokul	52	41,27 ± 18,43			
	4. Lise	87	35,97 ± 12,01			
	5. Lisans ve üzeri	65	34,12 ± 10,13			
Demokratik A.B. Tutumu	1. Okur yazar değil	29	48,90 ± 15,36	4.158	0.003	5,4 > 1
	2. İlkokul	169	53,44 ± 16,10			
	3. Ortaokul	52	52,35 ± 17,22			
	4. Lise	87	57,28 ± 14,17			
	5. Lisans ve üzeri	65	60,08 ± 13,94			
Koruyucu A.B. Tutumu	1. Okur yazar değil	29	37,52 ± 9,16	0.630	0.642	-
	2. İlkokul	169	36,22 ± 10,82			
	3. Ortaokul	52	37,96 ± 12,66			
	4. Lise	87	37,47 ± 10,64			
	5. Lisans ve üzeri	65	35,43 ± 10,43			
Otoriter A.B.	1. Okur yazar değil	29	22,21 ± 6,87	1.689	0.152	-

Tutumu	2. İlkokul	169	21,66 ± 8,65
	3. Ortaokul	52	23,21 ± 10,71
	4. Lise	87	20,71 ± 8,44
	5. Lisans ve üzeri	65	19,34 ± 8,33

Tablo 9’da ise, baba eğitim durumu ile ölçme araçları arasındaki istatistiksel anlamlı farklılıkların tespiti amacıyla gerçekleştirilen tek yönlü ANOVA ve Tukey post-hoc test bulgularına yer verilmiştir. Elde edilen bulgular incelendiğinde, fiziksel ihmal ($F(4,397) = 5,947$, $p = 0,000$) ve duygusal ihmal ($F(4,397) = 2,224$, $p = 0,066$) alt boyutları açısından baba eğitim durumu grupları arasında anlamlı farklar tespit edilmiştir.

Tukey post-hoc test sonuçlarına göre; fiziksel ihmal alt boyutu açısından lisans ve üzeri eğitim düzeyine sahip babaların çocuklarının ortalaması ($Ort = 6,17$, $Ss = 2,02$), ilkokul ($Ort = 7,51$, $Ss = 3,16$), ortaokul ($Ort = 7,56$, $Ss = 3,21$) ve okur yazar olmayan ($Ort = 9,38$, $Ss = 1,51$) gruplara kıyasla anlamlı düzeyde düşüktür. Duygusal ihmal alt boyutu açısından ise lisans ve üzeri eğitim düzeyine sahip babaların çocuklarının ortalaması ($Ort = 9,55$, $Ss = 4,17$), ilkokul ($Ort = 11,29$, $Ss = 5,58$), ortaokul ($Ort = 11,31$, $Ss = 5,86$) ve okur yazar olmayan ($Ort = 13,25$, $Ss = 7,19$) gruplara göre daha düşük bulunmuştur.

Buna karşılık, kaygı düzeyi ($p = 0,068$), duygusal istismar ($p = 0,266$), fiziksel istismar ($p = 0,666$), cinsel istismar ($p = 0,310$), çocukluk çağı travmaları ($p = 0,078$), demokratik anne-baba tutumu ($p = 0,082$), koruyucu anne-baba tutumu ($p = 0,325$) ve otoriter anne-baba tutumu ($p = 0,090$) düzeyleri açısından gruplar arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık bulunmamıştır.

Tablo 9. Baba Eğitim Durumuna Göre Araştırma Ölçme Araçları Ortalama Farklılıkları

Değişken	Eğitim Durumu	N	Ort ± Ss	F	p	Fark
Kaygı Düzeyi	1. Okur yazar değil	8	13,00 ± 17,16	2.199	0.068	-
	2. İlkokul	126	14,86 ± 10,67			
	3. Ortaokul	61	19,39 ± 13,61			
	4. Lise	106	17,49 ± 12,52			
	5. Lisans ve üzeri	101	14,87 ± 11,91			
Duygusal İstismar	1. Okur yazar değil	8	5,50 ± 1,41	1.310	0.266	-
	2. İlkokul	126	7,99 ± 3,66			
	3. Ortaokul	61	7,84 ± 4,94			
	4. Lise	106	7,43 ± 3,60			
	5. Lisans ve üzeri	101	7,25 ± 3,24			
Fiziksel İstismar	1. Okur yazar değil	8	5,00 ± 0,00	0.596	0.666	-
	2. İlkokul	126	6,01 ± 2,73			
	3. Ortaokul	61	6,34 ± 3,58			

	4. Lise	106	6,18 ± 3,74			
	5. Lisans ve üzeri	101	5,80 ± 2,31			
Fiziksel İhmal	1. Okur yazar değil	8	9,38 ± 1,51	5.947	0.000	1,3 > 5
	2. İlkokul	126	7,51 ± 3,16			
	3. Ortaokul	61	7,56 ± 3,21			
	4. Lise	106	6,70 ± 2,49			
	5. Lisans ve üzeri	101	6,17 ± 2,02			
Duygusal İhmal	1. Okur yazar değil	8	13,25 ± 7,19	2.224	0.066	-
	2. İlkokul	126	11,29 ± 5,58			
	3. Ortaokul	61	11,31 ± 5,86			
	4. Lise	106	10,50 ± 5,67			
	5. Lisans ve üzeri	101	9,55 ± 4,17			
Cinsel İstismar	1. Okur yazar değil	8	5,00 ± 0,00	1.200	0.310	-
	2. İlkokul	126	6,06 ± 3,00			
	3. Ortaokul	61	6,33 ± 3,33			
	4. Lise	106	5,92 ± 2,83			
	5. Lisans ve üzeri	101	5,52 ± 1,62			
Çocukluk Çağı Travmaları	1. Okur yazar değil	8	38,13 ± 7,75	2.114	0.078	-
	2. İlkokul	126	38,86 ± 13,19			
	3. Ortaokul	61	39,38 ± 16,28			
	4. Lise	106	36,73 ± 14,87			
	5. Lisans ve üzeri	101	34,30 ± 9,95			
Demokratik A.B. Tutumu	1. Okur yazar değil	8	48,25 ± 12,35	2.084	0.082	-
	2. İlkokul	126	52,38 ± 16,09			
	3. Ortaokul	61	54,41 ± 16,00			
	4. Lise	106	56,00 ± 16,82			
	5. Lisans ve üzeri	101	57,60 ± 13,57			
Koruyucu A.B. Tutumu	1. Okur yazar değil	8	34,38 ± 11,94	1.166	0.325	-
	2. İlkokul	126	37,34 ± 10,38			
	3. Ortaokul	61	38,66 ± 11,81			
	4. Lise	106	35,32 ± 10,87			
	5. Lisans ve üzeri	101	36,28 ± 10,68			
Otoriter A.B. Tutumu	1. Okur yazar değil	8	19,38 ± 6,82	2.026	0.090	-
	2. İlkokul	126	22,71 ± 8,25			
	3. Ortaokul	61	22,44 ± 10,12			
	4. Lise	106	19,97 ± 9,10			
	5. Lisans ve üzeri	101	20,48 ± 8,09			

*=p<.05

Tablo 8’de, araştırmanın anne eğitim durumu ile ölçme araçları arasındaki istatistiksel anlamlı farklılıkların tespiti amacıyla gerçekleştirilen tek yönlü ANOVA ve Tukey post-hoc test bulgularına yer verilmiştir. Elde edilen bulgular incelendiğinde, fiziksel ihmal ($F(4,397) = 5,337$, $p = 0,000$), duygusal ihmal ($F(4,397) = 2,928$, $p = 0,021$), çocukluk çağı travmaları ($F(4,397) = 2,392$, $p = 0,050$) ve demokratik anne-baba tutumu

($F(4,397) = 4,158$, $p = 0,003$) alt boyutları açısından anne eğitim durumu grupları arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılıklar tespit edilmiştir.

Tukey post-hoc test sonuçlarına göre; fiziksel ihmal alt boyutu açısından lisans ve üzeri eğitim düzeyine sahip annelerin çocuklarının ortalaması (Ort = 6,08, Ss = 1,73), ilkokul (Ort = 7,11, Ss = 2,82), ortaokul (Ort = 8,00, Ss = 4,02) ve lise (Ort = 6,54, Ss = 2,30) mezunu annelere kıyasla anlamlı düzeyde düşüktür. Duygusal ihmal açısından lisans ve üzeri eğitim düzeyine sahip annelerin çocuklarının ortalaması (Ort = 9,12, Ss = 4,14), ilkokul (Ort = 10,92, Ss = 5,71), ortaokul (Ort = 11,73, Ss = 5,68) ve okur yazar olmayan (Ort = 12,45, Ss = 5,64) gruplara kıyasla anlamlı düzeyde daha düşüktür. Çocukluk çağı travmaları toplam puanı bakımından ortaokul mezunu annelerin çocuklarının ortalaması (Ort = 41,27, Ss = 18,43), lisans ve üzeri eğitim düzeyine sahip annelere kıyasla (Ort = 34,12, Ss = 10,13) anlamlı derecede yüksektir.

Demokratik anne-baba tutumu değişkeninde ise lisans ve üzeri eğitim düzeyine sahip annelerin çocuklarının ortalaması (Ort = 60,08, Ss = 13,94), okur yazar olmayan annelere kıyasla (Ort = 48,90, Ss = 15,36) anlamlı düzeyde yüksek olmaktadır.

Kaygı düzeyi ($p = 0,835$), duygusal istismar ($p = 0,122$), fiziksel istismar ($p = 0,571$), cinsel istismar ($p = 0,276$), koruyucu anne-baba tutumu ($p = 0,642$) ve otoriter anne-baba tutumu ($p = 0,152$) düzeyinde gruplar arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık bulunmamıştır.

Tablo 10. Kronik Rahatsızlık Durumu Değişkenine Göre Araştırma Ölçme Araçları Ortalama Farklılıkları

Değişken	Kronik Rahatsızlık	N	Ort ± Ss	t	p
Kaygı Düzeyi	Evet	95	19,68 ± 12,71	3,226	0,001*
	Hayır	307	15,13 ± 11,81		
Duygusal İstismar	Evet	95	8,00 ± 4,04	1,237	0,217
	Hayır	307	7,46 ± 3,65		
Fiziksel İstismar	Evet	95	6,43 ± 4,01	1,464	0,144
	Hayır	307	5,91 ± 2,67		
Fiziksel İhmal	Evet	95	7,24 ± 3,23	0,959	0,338
	Hayır	307	6,93 ± 2,64		
Duygusal İhmal	Evet	95	11,07 ± 6,07	0,795	0,427
	Hayır	307	10,57 ± 5,18		
Cinsel İstismar	Evet	95	6,31 ± 3,41	1,655	0,099
	Hayır	307	5,78 ± 2,43		

Çocukluk Çağı	Evet	95	39,05 ± 16,39	1,525	0,128
Travmaları	Hayır	307	36,65 ± 12,40		
Demokratik A.B. Tutumu	Evet	95	52,29 ± 17,18	-1,836	0,067
	Hayır	307	55,67 ± 15,17		
Koruyucu A.B. Tutumu	Evet	95	36,94 ± 11,12	0,262	0,793
	Hayır	307	36,60 ± 10,78		
Otoriter A.B. Tutumu	Evet	95	22,00 ± 8,59	0,864	0,388
	Hayır	307	21,11 ± 8,83		

*=p<.05

Yukarıda yer alan Tablo 10'da araştırmanın kronik rahatsızlık durumu değişkeni ile ölçme araçları arasındaki istatistiksel anlamlı farklılıkların tespiti amacıyla gerçekleştirilen bağımsız örneklem t-testine ait bulgulara yer verilmiştir. Elde edilen bulgular incelendiğinde, kronik rahatsızlık durumu ile yalnızca kaygı düzeyi açısından istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık olduğu görülmektedir ($t(400) = 3,226$, $p = 0,001$). Bu bulguya göre, kronik rahatsızlığı bulunan katılımcıların kaygı düzeyi ortalaması (Ort = 19,68, Ss = 12,71), kronik rahatsızlığı bulunmayanlara kıyasla (Ort = 15,13, Ss = 11,81) anlamlı düzeyde yüksektir.

Bunun dışında, duygusal istismar ($p = 0,217$), fiziksel istismar ($p = 0,144$), fiziksel ihmal ($p = 0,338$), duygusal ihmal ($p = 0,427$), cinsel istismar ($p = 0,099$), çocukluk çağı travmaları ($p = 0,128$), demokratik anne-baba tutumu ($p = 0,067$), koruyucu anne-baba tutumu ($p = 0,793$) ve otoriter anne-baba tutumu ($p = 0,388$) düzeyleri açısından gruplar arasında anlamlı bir farklılık saptanmamıştır.

Tablo 11. Psikolojik Rahatsızlık Durumu Değişkenine Göre Araştırma Ölçme Araçları Ortalama Farklılıkları

Değişken	Psikolojik Rahatsızlık	N	Ort ± Ss	t	p
Kaygı Düzeyi	Evet	42	27,81 ± 13,49	6,902	0,000*
	Hayır	360	14,85 ± 11,27		
Duygusal İstismar	Evet	42	9,07 ± 5,08	2,738	0,006*
	Hayır	360	7,41 ± 3,53		
Fiziksel İstismar	Evet	42	6,64 ± 3,75	1,375	0,17
	Hayır	360	5,96 ± 2,95		
Fiziksel İhmal	Evet	42	7,05 ± 3,26	0,111	0,912
	Hayır	360	7,00 ± 2,73		
Duygusal İhmal	Evet	42	11,48 ± 5,87	0,999	0,318
	Hayır	360	10,60 ± 5,34		
Cinsel İstismar	Evet	42	5,76 ± 2,71	-0,364	0,716

		Hayır	360	5,92 ± 2,70		
Çocukluk Travmaları	Çağı	Evet	42	40,00 ± 15,70	1,419	0,157
		Hayır	360	36,89 ± 13,17		
Demokratik Tutumu	A.B.	Evet	42	49,60 ± 17,21	-2,314	0,021*
		Hayır	360	55,49 ± 15,43		
Koruyucu Tutumu	A.B.	Evet	42	36,74 ± 10,60	0,036	0,972
		Hayır	360	36,68 ± 10,89		
Otoriter Tutumu	A.B.	Evet	42	22,43 ± 8,75	0,865	0,388
		Hayır	360	21,19 ± 8,77		

*=p<.05

Yukarıda yer alan Tablo 11’de, araştırmanın psikolojik rahatsızlık durumu ile ölçme araçları arasındaki istatistiksel anlamlı farklılıkların tespiti amacıyla gerçekleştirilen bağımsız örneklem t-testine ait bulgulara yer verilmiştir. Elde edilen bulgular incelendiğinde, kaygı düzeyi ($t(400) = 6,902$, $p = 0,000$), duygusal istismar ($t(400) = 2,738$, $p = 0,006$) ve demokratik anne-baba tutumu ($t(400) = -2,314$, $p = 0,021$) değişkenleri açısından psikolojik rahatsızlık bildirimi olan ve olmayan katılımcılar arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılıklar olduğu görülmektedir.

Elde edilen bulgular incelendiğinde kaygı düzeyi ortalamalarına göre, psikolojik rahatsızlığı olan katılımcıların ortalamasının (Ort = 27,81, Ss = 13,49), olmayan katılımcılara kıyasla (Ort = 14,85, Ss = 11,27) anlamlı düzeyde yüksek olduğu belirlenmiştir. Benzer şekilde, duygusal istismar düzeyi psikolojik rahatsızlığı olan bireylerde (Ort = 9,07, Ss = 5,08), olmayanlara kıyasla (Ort = 7,41, Ss = 3,53) anlamlı düzeyde yüksektir. Demokratik anne-baba tutumu değişkeninde ise, psikolojik rahatsızlığı olmayan katılımcıların ortalaması (Ort = 55,49, Ss = 15,43), rahatsızlığı olanlara kıyasla (Ort = 49,60, Ss = 17,21) anlamlı düzeyde daha yüksek bulunmuştur.

Diğer tüm değişkenler açısından psikolojik rahatsızlık durumu grupları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık saptanmamıştır.

Tablo 12. Anne-Baba Tarafından Büyütülme Durumuna Göre Araştırma Ölçme Araçları Ortalama Farklılıkları

Değişken	Anne-Baba Tarafından Büyütülme	N	Ort ± Ss	t	p
Kaygı Düzeyi	Evet	384	15,67 ± 11,70	-4,193	0,000*
	Hayır	18	27,72 ± 16,17		
Duygusal	Evet	384	7,39 ± 3,49	-5,068	0,000*

İstismar	Hayır	18	11,83 ± 6,04		
	Evet	384	5,85 ± 2,55	-5,889	0,000*
Fiziksel İstismar	Hayır	18	10,00 ± 7,40		
	Evet	384	6,91 ± 2,70	-3,056	0,002*
Fiziksel İhmal	Hayır	18	8,94 ± 3,80		
	Evet	384	10,44 ± 5,25	-4,367	0,000*
Duygusal İhmal	Hayır	18	16,00 ± 5,89		
	Evet	384	5,69 ± 2,15	-8,047	0,000*
Cinsel İstismar	Hayır	18	10,56 ± 6,64		
Çocukluk Çağı Travmaları	Evet	384	36,27 ± 12,04	-6,847	0,000*
	Hayır	18	57,33 ± 23,75		
Demokratik Tutumu	Evet	384	55,51 ± 15,22	3,837	0,000*
	Hayır	18	41,22 ± 19,83		
Koruyucu Tutumu	Evet	384	36,54 ± 10,84	-1,195	0,233
	Hayır	18	39,67 ± 10,85		
Otoriter Tutumu	Evet	384	21,07 ± 8,67	-2,666	0,008*
	Hayır	18	26,67 ± 9,47		

*=p<.05

Yukarıda yer alan Tablo 12’de, araştırmanın anne-baba tarafından büyütülme durumuna göre ölçme araçları arasında istatistiksel anlamlı farklılıkların tespiti amacıyla gerçekleştirilen bağımsız örneklem t-testine ait bulgulara yer verilmiştir. Elde edilen bulgular incelendiğinde, kaygı düzeyi ($t(400) = -4,193$, $p = 0,000$), duygusal istismar ($t(400) = -5,068$, $p = 0,000$), fiziksel istismar ($t(400) = -5,889$, $p = 0,000$), fiziksel ihmal ($t(400) = -3,056$, $p = 0,002$), duygusal ihmal ($t(400) = -4,367$, $p = 0,000$), cinsel istismar ($t(400) = -8,047$, $p = 0,000$), çocukluk çağı travmaları ($t(400) = -6,847$, $p = 0,000$), demokratik anne-baba tutumu ($t(400) = 3,837$, $p = 0,000$) ve otoriter anne-baba tutumu ($t(400) = -2,666$, $p = 0,008$) boyutları açısından anne-baba tarafından büyütülme arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılıklar saptanmıştır.

Bulgulara göre, anne-baba tarafından büyütülmeyen katılımcıların kaygı düzeyi ortalaması (Ort = 27,72, Ss = 16,17), duygusal istismar (Ort = 11,83, Ss = 6,04), fiziksel istismar (Ort = 10,00, Ss = 7,40), fiziksel ihmal (Ort = 8,94, Ss = 3,80), duygusal ihmal (Ort = 16,00, Ss = 5,89), cinsel istismar (Ort = 10,56, Ss = 6,64) ve çocukluk çağı travmaları (Ort = 57,33, Ss = 23,75) ortalamalarının, anne-baba tarafından büyütülen katılımcıların ortalamalarına kıyasla anlamlı düzeyde yüksek olduğu görülmektedir. Öte

yandan, demokratik anne-baba tutumu değişkeni, anne-baba tarafından büyütülen katılımcıların ortalaması (Ort = 55,51, Ss = 15,22), büyütülmeyenlere kıyasla (Ort = 41,22, Ss = 19,83) anlamlı düzeyde daha yüksek bulunmuştur. Ayrıca otoriter anne-baba tutumu ortalaması büyütülmeyen katılımcılarda (Ort = 26,67, Ss = 9,47), büyütülenlere kıyasla (Ort = 21,07, Ss = 8,67) anlamlı düzeyde daha yüksek bulunmuştur.

Koruyucu anne-baba tutumu değişkeni açısından ise gruplar arasında anlamlı bir farklılık saptanmamıştır ($p > .05$).

Tablo 13. Anne veya Baba Kaybı Değişkenine Göre Araştırma Ölçme Araçları Ortalama Farklılıkları

Değişken	Anne veya Baba Kaybı	N	Ort ± Ss	t	p
Kaygı Düzeyi	Evet	152	14,74 ± 10,70	-1,895	0,059
	Hayır	250	17,10 ± 12,92		
Duygusal İstismar	Evet	152	7,34 ± 3,32	-1,039	0,3
	Hayır	250	7,74 ± 3,99		
Fiziksel İstismar	Evet	152	5,72 ± 2,52	-1,622	0,106
	Hayır	250	6,22 ± 3,32		
Fiziksel İhmal	Evet	152	7,39 ± 3,13	2,173	0,030*
	Hayır	250	6,77 ± 2,54		
Duygusal İhmal	Evet	152	11,11 ± 5,65	1,206	0,228
	Hayır	250	10,44 ± 5,23		
Cinsel İstismar	Evet	152	6,01 ± 3,06	0,585	0,559
	Hayır	250	5,84 ± 2,46		
Çocukluk Travmaları	Çağı Evet	152	37,55 ± 12,96	0,393	0,695
	Hayır	250	37,01 ± 13,78		
Demokratik Tutumu	A.B. Evet	152	52,57 ± 15,58	-2,302	0,022*
	Hayır	250	56,27 ± 15,65		
Koruyucu Tutumu	A.B. Evet	152	35,90 ± 10,25	-1,125	0,261
	Hayır	250	37,16 ± 11,19		
Otoriter Tutumu	A.B. Evet	152	21,82 ± 8,27	0,894	0,372
	Hayır	250	21,02 ± 9,06		

*= $p < .05$

Tablo 13'te, araştırmanın anne veya baba kaybı ile ölçme araçları arasındaki istatistiksel anlamlı farklılıkların tespiti amacıyla gerçekleştirilen bağımsız örneklem t-testine ait bulgulara yer verilmiştir. Elde edilen bulgular incelendiğinde, fiziksel ihmal ($t(400) = 2,173$, $p = 0,030$) ve demokratik anne-baba tutumu ($t(400) = -2,302$, $p = 0,022$) değişkenleri açısından anne veya babasını kaybeden bireylerle kaybetmeyen bireyler arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılıklar olduğu tespit edilmiştir.

Bu farklılıklar incelendiğinde; fiziksel ihmal düzeyi, anne veya babasını kaybeden bireylerde (Ort = 7,39, Ss = 3,13), kayıp yaşamayan bireylere kıyasla (Ort = 6,77, Ss = 2,54) anlamlı düzeyde daha yüksek olmaktadır. Demokratik anne-baba tutumu açısından ise, anne veya babasını kaybetmemiş bireylerin ortalaması (Ort = 56,27, Ss = 15,65), kayıp yaşamış bireylerin ortalamasına göre (Ort = 52,57, Ss = 15,58) anlamlı düzeyde daha yüksek bulunmuştur.

Diğer tüm değişkenler açısından gruplar arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık bulunmamıştır ($p > .05$).

Tablo 14. Çocukluk Yaşam Ortamına Göre Araştırma Ölçme Araçları Ortalama Farklılıkları

Değişken	Gelir Düzeyi	N	Ort ± Ss	F	p	Fark
Kaygı Düzeyi	1. Kırsal	67	15,30 ± 12,64	0,234	0,791	-
	2. Şehir	307	16,36 ± 12,00			
	3. Göçmen Aile	28	16,71 ± 13,15			
Duygusal İstismar	1. Kırsal	67	7,58 ± 4,09	0,982	0,375	-
	2. Şehir	307	7,50 ± 3,65			
	3. Göçmen Aile	28	8,54 ± 3,95			
Fiziksel İstismar	1. Kırsal	67	6,12 ± 3,20	0,478	0,62	-
	2. Şehir	307	5,97 ± 2,89			
	3. Göçmen Aile	28	6,54 ± 4,19			
Fiziksel İhmal	1. Kırsal	67	7,51 ± 2,93	3,587	0,029*	3 > 2
	2. Şehir	307	6,80 ± 2,70			
	3. Göçmen Aile	28	7,96 ± 3,07			
Duygusal İhmal	1. Kırsal	67	10,54 ± 5,81	1,321	0,268	-
	2. Şehir	307	10,58 ± 5,27			
	3. Göçmen Aile	28	12,29 ± 5,66			
Cinsel İstismar	1. Kırsal	67	5,52 ± 1,72	1,541	0,216	-
	2. Şehir	307	5,93 ± 2,73			
	3. Göçmen Aile	28	6,57 ± 4,00			
Çocukluk Çağı Travmaları	1. Kırsal	67	37,27 ± 13,79	1,862	0,157	-
	2. Şehir	307	36,78 ± 13,01			
	3. Göçmen Aile	28	41,89 ± 16,93			
Demokratik A.B. Tutumu	1. Kırsal	67	53,90 ± 16,41	0,738	0,479	-
	2. Şehir	307	55,35 ± 15,52			
	3. Göçmen Aile	28	52,00 ± 16,22			
Koruyucu A.B. Tutumu	1. Kırsal	67	36,31 ± 10,38	0,075	0,928	-
	2. Şehir	307	36,80 ± 11,01			
	3. Göçmen Aile	28	36,29 ± 10,48			
Otoriter A.B.	1. Kırsal	67	20,66 ± 8,65	0,305	0,737	-

Tutumu	2. Şehir	307	21,40 ± 8,78
	3. Göçmen Aile	28	22,07 ± 9,19

*=p<.05

Son olarak da aşağıda yer alan Tablo 14’te, araştırmanın çocukluk yaşamının geçtiği ortam ile ölçme araçları arasındaki istatistiksel anlamlı farklılıkların tespiti amacıyla gerçekleştirilen tek yönlü ANOVA ve Tukey post-hoc test bulgularına yer verilmiştir. Elde edilen bulgular incelendiğinde, yalnızca fiziksel ihmal alt boyutu açısından yaşam ortamı grupları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık olduğu tespit edilmiştir ($F(2,399) = 3,587, p = 0,029$). Bu farklılık incelendiğinde; Tukey post-hoc test sonuçlarına göre şehirde büyüyen bireylerin fiziksel ihmal ortalaması (Ort = 6,80, Ss = 2,70), göçmen aileden gelen bireylerin ortalamasına (Ort = 7,96, Ss = 3,07) göre anlamlı düzeyde düşük olmaktadır. Diğer tüm değişkenler açısından da gruplar arasında anlamlı bir farklılık saptanmamıştır.

3.2.3. Araştırma Ölçme Araçları Korelasyon Analizi Bulguları

Çalışmanın bu bölümünde araştırmanın ölçme araçlarının birbirleri arasındaki ilişkiler ve yordayıcılık ilişkilerine yönelik gerçekleştirilen analiz bulgularına yer verilmiştir. İlişki analizleri kapsamında pearson korelasyon analizi ve çoklu doğrusal regresyon analizlerinden yararlanılmıştır.

Tablo 15. Kaygı Düzeyi, Çocukluk Çağı Travmaları ve Anne-Baba Tutumları Arasındaki Korelasyon Analizi Bulguları

Değişkenler	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
1. Kaygı Düzeyi	1	,389*	,289*	,174*	,202*	,192*	,329*	,265*	,280*	,276*
2. Duygusal İstismar		1	,701*	,425*	,568*	,410*	,835*	,628*	,464*	,681*
3. Fiziksel İstismar			1	,347*	,465*	,407*	,761*	,476*	,289*	,496*
4. Fiziksel İhmal				1	,582*	,289*	,695*	,492*	,231*	,361*
5. Duygusal İhmal					1	,270*	,839*	,780*	,340*	,619*

6. Cinsel İstismar	1	,575* *	— ,269* *	,124* *	,267* *
7. Çocukluk Çağı Travmaları	1		,751* *	,404* *	,678* *
8. Demokratik A-B Tutumu			1	,366* *	,713* *
9. Koruyucu A-B Tutumu				1	,697* *
10. Otoriter A-B Tutumu					1

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

Yukarıda, Kaygı Düzeyi ile Çocukluk Çağı Travmaları boyutları ve Anne Baba Tutumları alt arasındaki ilişkileri keşfetmek amacıyla gerçekleştirilen Pearson korelasyon analizi bulguları Tablo 15’te sunulmuştur.

Elde edilen bulgular incelendiğinde, kaygı düzeyi ile tüm çocukluk çağı travmaları türleri (duygusal istismar, fiziksel istismar, fiziksel ihmal, duygusal ihmal ve cinsel istismar) arasında istatistiksel olarak anlamlı, pozitif yönlü ilişkiler bulunmuştur. Bu bulgular, bireylerin çocukluk döneminde yaşadıkları olumsuz deneyimlerin artması ile kaygı düzeylerinin arttığını göstermektedir. Özellikle kaygı düzeyi ile duygusal istismar ($r = ,389$, $p < 0.01$) ve çocukluk çağı travmaları toplam puanı ($r = ,329$, $p < 0.01$) arasındaki orta düzeyde pozitif ilişkiler, çocuklukta yaşanan duygusal ve genel travmatik deneyimlerin bireyin mevcut kaygı düzeyleri üzerinde belirleyici bir etkisi olabileceğini ortaya koymaktadır.

Diğer yandan, Kaygı Düzeyi ile Demokratik Anne-Baba Tutumu arasında negatif yönlü ve anlamlı bir ilişki ($r = -,265$, $p < 0.01$) gözlenmiştir. Bu bulgu, bireylerin ebeveynlerinden demokratik, destekleyici ve güven verici bir tutum algıladıkça kaygı düzeylerinin azaldığını göstermektedir. Buna karşın, Kaygı Düzeyi ile Otoriter Anne-Baba Tutumu ($r = ,276$, $p < 0.01$) ve Koruyucu Anne-Baba Tutumu ($r = ,280$, $p < 0.01$) arasında pozitif yönlü anlamlı ilişkiler bulunmuştur. Bu da ebeveynlerin aşırı koruyucu ya da katı yaklaşımlarının bireyin kaygı düzeylerini artırabileceğini göstermektedir.

Sonuç olarak, çocuklukta yaşanan travmatik deneyimlerin ve olumsuz ebeveyn tutumlarının bireyin kaygı düzeyi üzerinde anlamlı etkileri olduğu, demokratik ebeveyn tutumlarının ise kaygıya yönelik azaltıcı bir rol üstlendiği söylenebilmektedir.

Ayrıca elde edilen korelasyon katsayılarının hiçbirinin r değeri 0.80'in üzerine çıkmaması, değişkenler arasında çoklu doğrusal bağlantı riskinin bulunmadığını ve regresyon analizleri için uygunluk sağladığını göstermektedir.

3.2.4. Kaygı Düzeyinin Yordayıcılarının Tespitine Yönelik Gerçekleştirilen Regresyon Analizi Bulguları

Tablo 16. Çocukluk Çağı Travmalarının Kaygı Düzeyi Üzerindeki Yordayıcı Etkilerine İlişkin Regresyon Bulguları

Değişken	B	Std. Hata	Beta	t	p
Duygusal İstismar	1,202	0,232	0,371	5,188	,000**
Fiziksel İstismar	0,114	0,265	0,029	0,431	0,667
Fiziksel İhmal	0,1	0,253	0,023	0,397	0,692
Duygusal İhmal	-,101	0,143	-,045	-,706	0,481
Cinsel İstismar	0,151	0,234	0,034	0,646	0,519

Not: $p < 0,01$, $R^2 = 0,154$

Bağımlı Değişken: Kaygı Düzeyi

Yukarıda yer alan Tablo 16'da çocukluk çağı travmaları boyutlarının kaygı düzeyi üzerindeki yordayıcı etkilerine dair gerçekleştirilen çoklu doğrusal regresyon analizi bulguları sunulmuştur. Kurulan modele göre, yalnızca duygusal istismar düzeyi ($B = 1,202$, $p < 0,001$) kaygı düzeyi üzerinde istatistiksel olarak anlamlı ve pozitif yönlü bir yordayıcı olarak öne çıkmaktadır. Bu bulgu, bireyin çocukluk döneminde maruz kaldığı duygusal istismar arttıkça, kaygı düzeyinin de anlamlı şekilde yükseldiğini göstermektedir. Duygusal istismardaki her bir birimlik artış, kaygı düzeyinde ortalama 1,202 birimlik bir artışa neden olmaktadır.

Fiziksel istismar ($B = 0,114$, $p = 0,667$), fiziksel ihmal ($B = 0,100$, $p = 0,692$), duygusal ihmal ($B = -,101$, $p = 0,481$) ve cinsel istismar ($B = 0,151$, $p = 0,519$) değişkenlerinin ise kaygı düzeyi üzerinde istatistiksel olarak anlamlı bir yordayıcı olmadığı

belirlenmiştir. Bu sonuçlar, bu tür travmaların kaygı üzerindeki etkisinin doğrudan ve güçlü olmadığına işaret etmektedir.

Modelin genel geçerliliği değerlendirildiğinde, çocukluk çağı travmaları modelinin kaygı düzeyine ilişkin varyansın %15,4'ünü açıkladığı görülmektedir ($R^2 = 0,154$). ANOVA sonuçlarına göre modelin genel olarak istatistiksel olarak anlamlı olduğu belirlenmiştir ($F(5,396) = 14,386, p < 0,001$).

Tablo 17. Çocukluk Çağı Travmalarının Kaygı Düzeyi Üzerindeki Yordayıcı Etkisine İlişkin Regresyon Bulguları

Değişken	B	Std. Hata	Beta	t	p
Çocukluk Çağı Travmaları	0,297	0,043	0,329	6,966	,000**

Not: $p < 0,01, R^2 = 0,108$

Bağımlı Değişken: Kaygı Düzeyi

Yukarıda yer alan Tablo 17’de ise, çocukluk çağı travmalarının kaygı düzeyi üzerindeki yordayıcı etkilerine ilişkin gerçekleştirilen basit doğrusal regresyon analizi bulguları sunulmuştur. Kurulan modele göre, çocukluk çağı travmaları ($B = 0,297, p < 0,001$) kaygı düzeyinin anlamlı ve pozitif yönlü bir yordayıcısıdır. Bu bulgu, bireyin çocukluk döneminde yaşadığı travmalar arttıkça, kaygı düzeyinde de anlamlı bir artış yaşandığını ortaya koymaktadır. Travmatik deneyimlerdeki bir birimlik artışın, kaygı düzeyini ortalama 0,297 birim artırdığı görülmüştür.

Modelin genel geçerliliği değerlendirildiğinde, çocukluk çağı travmalarının kaygı düzeyine ilişkin varyansın %10,8’ini açıkladığı belirlenmiştir ($R^2 = 0,108$). ANOVA sonuçları da modelin genel olarak istatistiksel açıdan anlamlı olduğunu göstermektedir ($F(1,400) = 48,519, p < 0,001$). Bu doğrultuda, çocukluk dönemi travmalarının kaygı düzeyi üzerinde anlamlı bir etkisi bulunduğu söylenebilmektedir.

Tablo 2. Anne-Baba Tutumlarının Kaygı Düzeyi Üzerindeki Yordayıcı Etkilerine İlişkin Regresyon Bulguları

Değişken	B	Std. Hata	Beta	t	p
Demokratik Anne-Baba Tutumu	-0,153	0,054	-,197	-2,825	,005**
Koruyucu Anne-Baba Tutumu	0,246	0,077	0,219	3,211	,001**

Otoriter Anne-Baba Tutumu -0,024 0,126 -0,017 -0,189 0,85

Not: $p < 0,01$, $R^2 = 0,109$

Bağımlı Değişken: Kaygı Düzeyi

Son olarak da Tablo 18’de, anne-baba tutumlarının kaygı düzeyi üzerindeki yordayıcı etkilerine ilişkin gerçekleştirilen çoklu doğrusal regresyon analizi bulguları sunulmuştur. Kurulan modele göre, demokratik anne-baba tutumu ($B = -0,153$, $p < 0,01$) kaygı düzeyi üzerinde istatistiksel olarak anlamlı ve negatif yönlü bir yordayıcı olarak öne çıkmaktadır. Bu bulguya göre demokratik tutumlardaki bir birimlik artış, kaygı düzeyinde ortalama 0,153 birimlik bir azalma ile ilişkilidir.

Öte yandan, koruyucu anne-baba tutumu ($B = 0,246$, $p < 0,01$) kaygı düzeyinin anlamlı ve pozitif bir yordayıcısı olarak bulunmuştur. Bu da, bireyin ebeveynini daha fazla koruyucu olarak algılamasının, kaygı düzeyini artırabileceğini göstermektedir. Ancak otoriter anne-baba tutumu ($B = -0,024$, $p = 0,850$) kaygı düzeyi üzerinde istatistiksel olarak anlamlı bir etkide bulunmamaktadır.

Modelin genel geçerliliği değerlendirildiğinde, anne-baba tutumlarının kaygı düzeyine ilişkin varyansın %10,9’unu açıkladığı belirlenmiştir ($R^2 = 0,109$). ANOVA sonuçları doğrultusunda modelin genel olarak istatistiksel olarak anlamlı olduğu görülmektedir ($F(3,398) = 16,220$, $p < 0,001$).

Araştırma verileri toplandıktan sonra toplanan veriler SPSS 25 paket programı ile incelenmiş öncelikli olarak tanımlayıcı analizler çerçevesinde araştırma örnekleminin genel bilgi formundaki demografik ve kişisel değişkenlerinin dağılımları ve ölçek ortalamaları incelenmiş sonrasında da normallik incelemeleri gerçekleştirilmiştir. Bu çerçevede, araştırma sorularına uygun olan analiz yöntemlerini belirlemek amacıyla öncelikle verilerin normal dağılım gösterip göstermediği incelenmiştir. Hair, Black, Babin, Anderson ve Tatham’a (2005) göre çarpıklık ve basıklık değerlerinin +2,0 ile -2,0 arasında olması verilerin normal dağılım gösterdiğine işaret etmektedir. Araştırmanın ölçme araçlarının çarpıklık ve basıklık değerleri incelendiğinde bu değerlerin -2 ile +2 arasında dağılım gösterdiği görülmüş ve araştırma verilerinin normal dağılım gösterdiği ve bundan dolayı araştırma sorularının analizlerinde parametrik test yöntemlerinin kullanılmasına karar verilmiştir. Araştırma kapsamında da

parametrik test yöntemlerinden bağımsız örneklem t-testi, tek yönlü ANOVA, pearson korelasyon testi ve basit ve çoklu doğrusal regresyon testlerinden yararlanılmıştır.



DÖRDÜNCÜ BÖLÜM: TARTIŞMA VE SONUÇ

Araştırmanın temelindeki amaç, yetişkin bireylerin kaygı düzeylerinin çocukluk çağında yaşamış oldukları travmalar ve ebeveyn tutumları ile ilişkisini inceleyebilmektir. Araştırmanın bu bölümünde, bireylerin yaş, cinsiyet, eğitim durumları gibi sosyodemografik özelliklerine göre yaşadıkları kaygı düzeylerinin anlamlı bir biçimde farklılık gösterip göstermediği değerlendirilmiştir.

1. Sosyodemografik özelliklerine göre kaygı düzeylerinde anlamlı farklılıklar bulunmakta mıdır?

Araştırmaya katılmış olan bireylerin sosyodemografik özelliklerine kaygılarında anlamlı farklılıkların bulunup bulunmadığı incelenmiştir. Çalışmaya katılan 402 yetişkin bireyin %71 kadın ve %29 erkek olduğu bilgisine ulaşılmıştır. Katılımcıların %27 18-25 yaş aralığında, %20'lik kısmı 26-35 yaş aralığında, %12'si 36-45 yaş aralığında, %31'u 46-55 yaş aralığında ve son olarak ise %10'luk kısmı 56-65 yaş aralığında olduğu bulunmuştur. Katılımcıların %39'u bekar, %52'si evli ve son olarak %9'u boşanmış olduğu görülmüştür. Eğitim durumları incelendiğinde %23'lük kısım lise ve altı olarak, %17'lik kısım ön lisans programı, %51'lik kısım lisans eğitimi almış ve %8'lik kısım ise lisansüstü eğitim düzeyinde olduğu belirlenmiştir. Bulgular doğrultusunda, bireylerin cinsiyet, medeni durum, gelir düzeyleri ve eğitim durumları gibi değişkenlere göre değerlendirildiğinde kaygı düzeylerine ilişkin anlamlı farklılıklar bulunduğu gözlemlenmiştir ($p < .01$). Elde edilmiş bilgiler doğrultusunda bireylerdeki kaygı düzeyleri yaşları ilerledikçe anlamlı bir şekilde azaldığı doğrultusunda olduğu görülmüştür. Özellikle ergenlikten yeni çıkmış ve ilk yetişkinliğe adım atmış 18-25 yaş bireylerdeki ve 26-35 yaş grubunda olan bireylerin daha kaygılı bireyler olduğu bilgisi ortaya çıkmıştır. Duygusal istismar düzeyinde bakıldığında 18-25 yaş grubunun ortalaması 56-65 yaş grubuna kıyasla anlamlı derecede yüksek olduğu belirlenmiştir. Genç yetişkinlerin sosyal yaşantılarında ya da günlük yaşantılarında ileriye yetişkinlere kıyasla daha fazla duygusal istismar durumuna maruz kaldıkları sonucu çıkmıştır. Araştırma doğrultusunda cinsiyet değişkeni ele alındığında kadın ve erkek katılımcılar arasında anlamlı farklılıklar olduğu görülmüştür. Kaygı düzeyleri incelendiğinde kadın

katılımcıların erkek katılımcılara oranla anlamlı bir düzeyde kaygılarının yüksek olduğu belirlenmiştir.

Genel itibariyle özellikle kadın bireylerin, düşük gelire sahip olan bireylerin ve evli olmayan bekar bireylerin daha yüksek kaygı düzeylerine sahip olduğu araştırma sonuçlarına göre ortaya konulmuştur. Literatürde de bu bulgulara örnek olduğu görülmüştür. Literatürden bir örnek ise Amerika Psikoloji yayınlamış olduğu bir rapor da kadın bireylerin erkek bireylere oran ile daha yüksek kaygı düzeylerine sahip oldukları ve günlük yaşantılarında sosyoekonomik zorluk yaşayan bireylerde kaygı seviyelerinin anlamlı derecede artmış olduğu ifade edilmiştir (Bal ve diğerleri, 2020: 453).

2. Yetişkin bireylerin kaygı düzeyleri ile çocukluk çağı travmaları arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki bulunmakta mıdır?

Araştırma doğrultusunda yetişkin bireylerin kaygı düzenleri ile çocukluk çağında yaşamış oldukları travmalar arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki olup olmadığı test edilmiştir. Elde edilmiş bulgular incelendiğinde, bireydeki kaygı düzeyinin çocukluk çağında yaşamış olduğu travmaları şekilleri (duygusal istismar fiziksel istismar, fiziksel ihmal duygusal ihmal ve cinsel istismar) arasında istatistiksel olarak değerlendirildiğinde anlamlı ve pozitif bir ilişkisi olduğu bulunmuştur. Araştırma sonucunda çocukluk çağı travmalarının artmasıyla birlikte bireydeki kaygı düzeylerinin arttığı gözlemlenmiştir. Bireylerin çocukluk dönemlerinde maruz kalmış oldukları duygusal istismar seviyesi arttıkça, kaygı düzeylerinde de aynı oranla artış görülmektedir. İki bulgu arasında anlamlı bir ilişki olduğu söylenebilmektedir. Elde edilmiş olan bu bulgular doğrultusunda bireyin çocukluk döneminde yaşamış olduğu travmaların var olması ya da artması durumunda yaşı ilerledikçe ortaya çıkan kaygı faktörünün de arttığı sonucu ortaya çıkmıştır. Ayrıca bu bulgu doğrultusunda, erken yaşantıların bireyin psikolojik gelişiminde ve stresle başa çıkma becerilerini de kalıcı etkiler bıraktığını destekler düzeydedir. Kuzminskaite ve arkadaşları (2022: 324) 6 yıl boyunca inceledikleri bir çalışmada, çocukluk çağında yaşanmış olan travmaların bireyin yetişkinlik dönemine geldiğinde depresyon ve anksiyete gibi kalıcı etkileri olduğunu ortaya koymuştur. Çalışma, çocukluk döneminde yaşanmış olan travmaların ilerleyen yaşlarda daha

yüksek düzeyde ve kronik bir bozukluk haline gelebileceğini göstermektedir. Benzer bir çalışma olarak Akyüz ve arkadaşlarının 2023 yılında yaptıkları bir çalışmada benzer bulgular ile karşılaşmıştır (Akyüz, 2023: 159). Literatür araştırıldığında farklı bir bulguya rastlanmıştır. Aslan ve Alparslan 1999 yılında yaptığı bir çalışmada erkeklerin daha çok cinsel istismara maruz kaldığı görülmüştür.

Bowlby'nin ortaya çıkarmış olduğu bağlanma kuramına göre anne babanın veya çocuğa bakım veren bireyler ve çocuk arasındaki gelişim göstermiş olan ilişki çocuğun doğru gelişim gösterebilmesi adına oldukça büyük bir önem taşımaktadır. Bebek hayatlarındaki ilk yıllarında kendi çevresinden almış oldukları bilgiler doğrultusunda iletişim ve etkileşim içine girebilmektedirler. Bakım verenler tarafından gerekli ilgi, özen görmeyen ya da temel ihtiyaçlarını karşılamadıkları takdirde kaygılı ve kararsız bir bağlanma ortamı hazırlar (Çalışır, 2009: 242). Bireyin yaşı ilerledikçe karşılaştığı problemler karşısında çocukken yaşamış olduğu travmaların etkisiyle kaygılı bir davranışta bulunabilir. Daha öncesinde yapılmış araştırmalar doğrultusunda da çocukluk travmasına sahip olan bireylerin ileriki yaşam dönemlerinde kaygı düzeylerinin yüksek olduğu görülmektedir. Bu konuda yapılan çalışmalar, ana-babaları tarafından duygusal, fiziksel istismar yaşamış, duygusal ihmale maruz kalmış çocukların kaygılı olarak büyüyüp gelişim gösterdiğini ve ileriki yaşlarında kaygı düzeylerinin yüksek olma eğilimine sahip olabileceklerini ortaya koymaktadır. Bununla birlikte çocukluk yaşlarında cinsel istismara maruz kalmış bireylerin çocukluğunun travmalı geçtiği ve büyüdüklerinde kaygıya meyilli bir yapıda olabilecekleri doğrultusunda yapılan çalışmalarda yerini almıştır (Soyer ve diğerleri, 2025: 232). Çalışmadan elde edilmiş veriler doğrultusunda da cinsiyet değişkeni baz alındığında çocukluk çağında yaşanmış olan travmatik anılar kadın ve erkek cinsiyeti açısından anlamlı farklılıklar oluşturduğunu ortaya çıkarmıştır. Kadın katılımcıların erkek katılımcılara oranla daha kaygılı bir yaşantıya sahip oldukları saptanmıştır. Bir çalışma doğrultusunda, kadın ve erkek katılımcıların çocukluk çağında yaşadıkları istismar ve ihmal oranları arasında istatistiksel anlamda bir farklılık bulunmadığı belirtilmiştir. Bir sonraki çalışmalarda demografik özellikler ile ilgili soruların genişletilmesini ve değerlendirilmesini önermişlerdir (Çavuşoğlu, 2020:580).

3. Yetişkin bireylerin kaygı düzeyleri ile ebeveyn tutumları arasında anlamlı bir ilişki bulunmakta mıdır?

Araştırmaya katılmış olan katılımcıların kaygı düzeyleri ile ebeveyn tutumları arasında anlamlı bir ilişki olup olmadığı incelenmiştir. Çeşitli literatür taramalarında algılanmış olunan anne baba tutumları ile bireyin kişilik özellikleri ve kaygı düzeyleri arasında bir ilişki olduğuna dair bulgular bulunmaktadır. Benzer şekilde de bu çalışma doğrultusunda bireyin kaygı düzeyi ile anne baba tutum türleri arasında negatif anlamlı bir ilişki olduğu ortaya çıkmıştır. Bu ortaya çıkmış olan bulgu doğrultusunda bireylerin anne ve babalarından demokratik, destekleyici ve güven verici bir tutum aldıklarında yaşantılarındaki kaygı düzeylerinde azalma olduğu görülmüştür. Fakat buna karşın, otoriter bir tutum ya da korumacı bir tutum sergileyen anne ve babaların büyüttüğü bireylerin kaygı düzeyleri arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki ortaya çıktığı görülmüştür. Ebeveynlerin ne kadar katı ve korumacı bir tutum sergilemesiyle birey de tek başlarına kaldıklarında yüksek düzeyde kaygı yaşadıklarını ve bu düzeyin artabileceğini göstermiştir. Başka bir söylemle çocukluk dönemlerinde anne ve babası tarafından aşırı koruma altında olan ya da çok katı kurallar çerçevesinde gelişme gösteren bireylerin kaygı düzeyleri daha yüksek olduğunu ifade etmektedir. Buna karşılık çocukluk dönemlerinde anne ve babalarından aldıkları destek ve güven duygusuyla büyümüş ve gelişim göstermiş olan bireylerin kaygı düzeylerinde azalma durumu olduğu görülmüştür. Bu konuda yapılmış olan çalışmalarda aynı yönde destek verici göstermiştir. Literatür taraması yapıldığında lise öğrencilerinin anne baba tutumları ile kaygı düzeyleri arasındaki ilişki incelendiğine ait bir çalışma bulunmuştur. Araştırma sonucunda ise demokratik anne baba tutumu ile kaygı düzeyi arasında negatif yönde anlamlı bir ilişki bulunduğu görülmüştür demokratik tutum artıkça bireyin kaygı düzeyleri azaldığı görülmüştür (Karlı, 2019: 23).

Ortaya çıkan bulgulara göre, demokratik bir anne baba tutumu ile büyümüş bireylerin kaygı düzeyleri üzerinde istatistiksel anlamda anlamlı ve negatif yönlü bir yordayıcı öne çıkmıştır. Öte yandan bakıldığında, koruyucu bir anne baba tutumu içerisinde gelişim göstermiş olan bireylerin kaygı düzeyinin anlamlı ve pozitif bir yordayıcısı olarak bulunmuştur. Bu da bireyin anne ve babasını aşırı derecede

koruyucu olarak adlandırıp algılamasının, kaygı düzeylerinde bir artışı meydana getirebileceğini göstermektedir.

Bireylerin medeni durumları göz önüne alındığında, anne ve babalarının koruyucu bir tutum sergilemesi ve otoriter olması bireyin kaygı düzeyinde anlamlı farklılıklar oluşturmasına neden olmaktadır. Veri sonuçlarına göre evli bireylerin kaygı düzeyi bekar bireylerin kaygı düzeyine göre anlamlı derece de düşük olduğu belirlenmiştir. Ayrıca anne ve baba tutumlarında demokratik anne-baba tutumu sergilemiş bireylerde eğitim durumu istatistiksel anlamda farklılıklar oluşturmuştur. Bu bulgular doğrultusundaki çalışmalar incelendiğinde bu durumu doğrulamıştır. Bu bulgular doğrultusunda yapılmış olan bir çalışmada, ebeveynin davranışları ile kişinin evlilik doyumu arasındaki ilişkiyi incelendiği görülmüştür sonuçlar doğrultusunda ebeveyn davranışlarının medeni duruma göre farklılık gösterdiğini ve evlilik doyumu bunun ebeveyn tutumlarını etkileyebileceğini ortaya koymuştur. Sonuçlar incelendiğinde evli bireylerde ebeveyn tutumları daha demokratik ve destekleyici olma eğilimi gösterirken; bekar bireylerde daha otoriter ya da ilgisiz tutumlara rastlandığı ortaya çıkmıştır (Kaya ve Buğa, 2021: 398). Fakat ebeveyn tutumlarından otoriter ebeveyn tutumu ile kaygı düzeyi arasında yeterince anlamlı sonuçlara ulaşılmamıştır. Bu nedenle, gelecek zamanlarda yapılacak çalışmalarda bu konunun detaylıca incelenmesi ve daha geniş örneklemeler üzerinde araştırılması çalışma için daha faydalı olacağı düşünülmektedir.

4. Yetişkin bireylerin ebeveyn tutumları, kaygı düzeylerini anlamlı şekilde yordamakta mıdır?

Bu araştırma başlığında yetişkin bireylerin kaygı düzeylerinin anne baba tutumları tarafından anlamlı bir biçimde yordanıp yordanmadığı konusu incelenmiştir. Elde edilmiş olan bulgular doğrultusunda, bireylerin çocukluk dönemlerinde maruz kaldıkları anne ve baba tutumlarının bireyin ileriki yaş dönemlerine geldiğinde yaşadıkları kaygı düzeylerini istatistiksel bir şekilde bakıldığında anlamlı biçimde yordadığını göstermektedir.

Araştırma çerçevesinde veriler analiz edildiğinde, özellikle aşırı koruyucu tutum gösteren ve otoriter bir tutum oluşturan ebeveynlerin büyüttükleri bireylerin kaygı düzeyleri arasında anlamlı bir ilişki ortaya çıktığı saptanmaktadır. Araştırma

bulgularına göre, aşırı korumacılık gösteren ve katı, otoriter tutumlar ile büyümüş bireylerin kaygı düzeyleri arasında anlamlı, pozitif bir ilişki olduğu görülmektedir. Bu bulgular doğrultusunda, bireyin çocukluk çağında bağımsız bir şekilde gelişme göstermesine engel olunduğu takdirde sürekli bir biçimde dış çevreden onay almayı bekleyen bireyler haline geldiği gözlemlenmiştir. Karar alma süreçlerinde belirsizlik oluşan çocuklarda da öz değer düşüklüğüne neden olan bulgulara rastlanmıştır (Bektaş ve Yıldırım, 2022: 13). Aşırı korumacı davranan anne ve babalar, çocuğun yaşam döngüsünde karşısına çıkan zorluklara karşılık baş etme becerilerinin gelişmesine engel olarak, bireyin yetişkinlik dönemine geldiğinde karşısına çıkan sorunlar ile başa çıkarken yoğun düzeyde kaygı yaşamasına neden olabilmektedir. Diğer bir yandan, kurulmuş olan modele göre demokratik anne ve baba tutumuna maruz kalmış bireylerin kaygı düzeyleri üzerinde anlamlı ve negatif bir yönlü yordayıcı olduğu öne çıkmıştır. Yani, bu tutumlara maruz kalmış bireylerin kaygı düzeylerinin daha düşük seviyede saptanmıştır. Ortaya çıkmış olan bu bulgu, demokratik anne baba tutumunun bireyin öz saygı becerisini, kendine olan güven duygusunun ve kaygı ile baş edebilme yetisini arttırdığı doğrultusundaki literatürle örtüştüğü gözlemlenmiştir (Kuzgun ve Eldeleklioğlu, 2005: 1). Bu bulguların çıkmasıyla birlikte, destekleyici ve anlayışlı bir tutum sergileyen ebeveynlerin sayesinde bireylerin duygusal anlamda dayanıklılıkları güçlendiği ve kaygı düzeylerinde anlamlı bir düşüş yaşandığı söylenebilmektedir. Çuhadaroğlu ve arkadaşlarının (2005) yaptıkları bir çalışmada, aşırı koruma gösteren ebeveynlerin yetiştirdikleri bireylerin ergenlik çağına geldiğinde kaygı seviyelerinin oldukça arttığı ortaya koymuşlardır. Bir başka araştırma olan Karlı'ya (2019) göre kaygı düzeyleri demokratik, otoriter ve koruyucu ebeveyn tutumu arasında anlamlı bir ilişki olduğunu belirtmiştir. Demokratik ebeveyn tutumu ile gelişim gösteren bireylerin kaygı düzeylerinde azalma olduğu ortaya çıkmıştır. Fakat otoriter ve koruyucu tutum sergileyen ebeveynler tarafında yetiştirilmiş olan çocuklarda kaygı düzeylerinde artış görülmektedir.

İhmal davranışı gösteren anne ve babaların ya da tutarsız davranışlarda bulunan ebeveyn tutumları ise çocuk için güvensizlik duygusu, her an terk edilebileceği kaygısı ve belirsiz bir yaşantı yaşadığı hissi gibi duyguların gelişmesine sebep olabilmektedir. Araştırma bulgularında ilgisiz ebeveyn tutumu kavramı ile ilgili bir

bulguya rastlanmamıştır. İleriki çalışmalarda ilgisiz ebeveyn tutumu ile çalışmalar yapılması önerilebilir.

Araştırma sonuçlarının göstergesinde, bireyin geçmiş yaşantılarındaki aile içerisinde oluşan ilişkilerin ve ebeveyn tutumlarının, sadece çocukluk veya ergenlik dönemlerini kapsamakla kalmayıp; yetişkinlik dönemine geldiklerinde de psikolojik iyi oluşları üzerinde oldukça etkili ve kalıcı bir iz bıraktığı söylenebilir. Özellikle de ebeveyn tutumu bireyin kendini algılayabilmesi, benlik algısını oluşturabilmesi, sorunlarla baş etme mekanizmalarını ve kendi çevresi ile kurduğu sosyal ilişki biçimlerini şekillendirmektedir. Bu da doğrudan ya da dolaylı yollarla bireyin kaygı seviyesini etkiler hale gelmektedir. Bu sebeple, anksiyete bozukluklarının değerlendirilme aşamasında bireyin aile içi öyküsünün iyi ve detaylı alınması ve çocukluk yaşantısına dair anılarının dikkatle öğrenilmesi oldukça önem arz etmektedir. Bu detaylar, klinik gözlem ve müdahale süreçlerinde önemli rehberlik eden detaylardan sayılabilir.

Sonuç olarak ise, bu çalışmada elde edilmiş olan bulgular; ebeveyn tutumlarının bireyin yaşamı boyunca oluşabilecek kaygı halinde anlamlı ve güçlü bir yordayıcı etken olduğunu ortaya koymaktadır. Bu durum, hem önleyici olabilmesi için ruh sağlığı hizmetleri hem de psikoterapi uygulamaları için önem arz eden bir bulgudur. Anne ve babaların çocukları ile oluşturdukları ilişkinin niteliği, çocuğun yalnızca o andaki psikolojik halini değil ileriki yaşantısında da sürececek bir psikolojik sağlamlığı üzerinde belirleyici bir rol oynamaktadır (Şen, 2020: 16).

5. Yetişkin bireylerin çocukluk çağı travmaları, kaygı düzeylerini anlamlı bir şekilde yordamakta mıdır?

Bu bölümde temel amaç, yetişkin bireylerin çocukluk dönemlerinde yaşamış oldukları travmatik tecrübelerin, ilerleyen yaşam dönemlerindeki kaygı düzeylerine anlamlı bir şekilde yordayıp yordamadığını inceleyebilmektedir. Elde edilmiş olan bulgular doğrultusunda, bireyin çocukluk çağı travmaları ile kaygı düzeyi arasında anlamlı ve pozitif yönlü bir ilişki olduğunu görülmüştür. Çocukluk travmalarının yetişkinlik dönemindeki kaygı düzeylerini yordama da istatistiksel anlamda anlamlı bir etkiye sahip olduğu ortaya çıkmıştır.

Özellikle bireyin çocukluk çağında yaşamış olduğu duygusal, fiziksel ya da cinsel istismar, anne ve baba tarafından ihmal gibi çocuk için travmatik deneyimlere yol açan ve bireyin nöropsikolojik gelişimini oldukça fazla etkileyerek duygu durumunda bozulmalara yol açtığı bilinmektedir. Bu tür bozukluklar sonucunda da yetişkinlik döneminde anksiyete bozukluklarına zemin hazırladığı çeşitli literatür çalışmalarında vurgulanmıştır (Ayaydın ve Erden, 2016: 80). Literatürde bulunan bir çalışmada, kadınların duygusal ve cinsel istismara daha fazla maruz kaldıklarını erkeklerin de fiziksel ihmal durumunu yaşantı da daha yüksek oranda yaşadıkları görülmüştür. Ayrıca kadınların anksiyete düzeylerinin erkeklere göre daha yüksek olduğu saptanmıştır (Çavuşoğlu, 2020: 237)

Çocuk için travmatik yaşantı şekilleri, bireyin büyüdüğünde temel güven duygusunun zarar görmesi, olumsuz bilişsel şemaları geliştirmesine ve kaygılı durumlar karşısında daha kırılgan bir yapıda olmasına neden olabilir. Bu oluşan durum, bireyin hayatının ileriki dönemlerinde tehdit unsurlarını abartma, kontrol edememe yaşama ve olumsuz olarak nitelendirilen olaylara karşı aşırı hassasiyet gösterme gibi sonuçlanabilmektedir (Yıldız, 2018: 77).

Çalışma üzerinde yapılmış araştırma bulgularına göre, çocukluk çağı travma değişkeni, yetişkin bireylerin kaygı düzeylerini yordama da anlamlı bir yordayıcı olarak görülmektedir. Bu sonuç doğrultusunda, özellikle de duygusal istismar ve ihmal gibi daha gizli ve hassas travmaların bile birey için oldukça kalıcı etkiler oluşturabildiğini göstermektedir. Bu etkiler ayrıca bireyin psikolojik işlevselliğini bozabileceğini ortaya çıkarmaktadır. Bu tür gelişimsel bir yaşam oluşturmuş bireylerin yetişkinlik hayatlarında kaygı bozuklukları görülme ihtimali oldukça artabilir. Bu konu ile ilgili araştırma örneklerinde Bernstein ve arkadaşlarının 1997 yılında geliştirmiş olduğu çocukluk çağı travma ölçeği doğrultusunda incelendiğinde bireyin yaşam kalitesini düşürdüğü ve psikopatolojik belirtilere yol açtığı görülmüştür. Yapılan bir çalışmada, yetişkin bireylerin demografik özelliklerine göre çocukluk deneyimlerine sahip olduklarında; hayatlarının ilerleyen dönemlerinde psikiyatrik tanı alma olasılıklarının yüksek olabileceğini ortaya çıkarmıştır (Kaya ve Demir, 2020: 309). Türk toplumu çerçevesinde bakıldığında ise çocukluk çağı travmaları sıklıkla görmezden gelindiğini fakat yetişkin bireylerde etkilerinin çok net ve yaygın olduğu ortaya koyulmuştur (Oğuz ve diğerleri, 2022: 72).

Sonuç olarak, bu çalışmanın da gösterdiği gibi çocukluk çağı travmaları bireyin yetişkinlik dönemindeki kaygı düzeyini anlamlı bir şekilde yorumlayan bir değişkendir. Bu durum, bireyin geçmişindeki olayların sadece gelişimsel anlamda değil aynı zamanda ise klinik düzeyde ruh sağlığı sonuçları doğurduğunu göstermektedir. Çocukluk çağı travmaların göz ardı edilmeyip erken tanıyla birlikte psikoterapi uygulamalarını yaygınlaştırmak kaygı bozukluklarını hem tedavisinde hem de önlenmesinde önem arz etmektedir.



BEŞİNCİ BÖLÜM: ÖNERİLER

Bu bölümde araştırmanın sonuçları çerçevesine göre elde edilmiş bulgulara yönelik aşağıda belirtilen öneriler geliştirilmiş bulunmaktadır.

1. Araştırma Sonuçlarına Dayalı Öneriler

Bu araştırma çerçevesinde elde edilmiş olan bulgular, yetişkin bireylerde kaygı düzeylerinin ebeveyn tutumları ve çocukluk çağı travmaları ile anlamlı bir şekilde ilişki içerisinde olduğunu ortaya çıkarmıştır. Özellikle de baskıcı ve aşırı koruyucu tutum sergileyen ebeveynler tarafından büyüyen bireylerin yaşamları boyunca kaygı düzeylerinin artabileceğini ve çocukluk döneminde maruz kaldıkları travmatik olarak adlandırılan deneyimlerin ise bu etkileri pekiştirici nitelikte olduğu saptanmıştır. Bu ortaya çıkan sonuç üzerinde çeşitli düzeylerde öneriler geliştirilmiştir.

Öncelikle, anne ve babaların çocuk yetiştirme tutumlarına ilişkin bilgiler verilmesi ve bu konularda farkındalıklarının artırılması kaygı ve travmalar için oldukça önemlidir. Rehberlik servisleri, aile danışmanlık merkezleri ve sosyal hizmet birimleri tarafından anne ve babalara yönelik bir eğitim programı düzenlenmesi bilinçli ebeveynlik için önemli olduğundan dolayı kişiler için yararlı olabilir. Ebeveyn ve çocuk arasındaki iletişimin kalitesini artırabilmek adına ebeveynleri yönlendirmek bireylerin uzun vadeli psikolojik sağlamlığını artırabilmektedir.

Çocukluk çağı travmaları bireylerin psikolojik sağlığı üzerinde kalıcı etkileri göz önüne alınarak kaygıya erken müdahale eğitim ve desteklerini yaygınlaştırması gereklidir. Psikolojik danışmanlar, psikologlar ve çocuk gelişimi uzmanları risk altında olan çocukları tespit ederek erken dönemde tanımlara uygun bir destek programı oluşturulması ya da yönlendirmesi travmaların etkilerini azaltmada önemli bir rol oynamaktadır. Ayrıca yetişkin bireylerin psikolojik ruh halleri için alan içerisinde hizmet veren psikolog ve psikiyatristlerin danışan öykülerinde çocukluk çağı dönemlerindeki yaşantılarına detaylı bilgi alması tedavi süreci için önemli bir adım olabilir.

Sonuç olarak anne ve babaların çocuklarına yönelik doğru ve kaliteli bir tutum içerisinde büyüyebilmesi için ebeveynlik eğitimleri ve çocukluk dönemine ilişkin

deneyimlerin ile birlikte terapide ele alınması önemli bir gereksinim olduğunu ortaya çıkmıştır.

2. İleride Yapılabilecek Araştırmalara Yönelik Öneriler

- Bu araştırma belirli bir örnekten grubuyla sınırlı halde kalmış olup, veriler katılımcılar beyanlarına dayalı olarak ölçeklerde toplanmıştır. Ortaya çıkmış olan bu durum, örneklemin verilerin doğruluğunda sınırlılıklar doğurabilmektedir. Bu sebeple ileride yapılacak araştırmalarda daha geniş ve çeşitli sosyo-demografik gruplardan örnekten alınarak verilerin toplanması önerilere ek genellenmesi artırılabilir.
- Bu çalışmada yalnızca nicel yöntem kullanılmış olup, ebeveyn tutumları ve çocukluk çağı travmaları ile kaygı arasındaki ilişkiler istatistiksel düzeyde değerlendirilmeye alınmıştır. Yapılacak çalışmalarda nitel veri toplama tekniklerinin (derinlemesine görüşmeler ve odak grup çalışmaları gibi) yer alması bireylerin tecrübelerinin daha derinlemesine incelenmesine ve konunun çok boyutlu olarak araştırılmasına katkı sağlayacaktır.
- Araştırma çerçevesinde kullanılmış olan veri toplama araçlarındaki soru sayısının fazla olmasından ötürü katılımcıların soruları yanıtlarken sıkılmış olabileceği düşünülmektedir. Bu durum verilen cevapların doğruluk derecesini etkilemiş olabilir. Bu yüzden ileride yapılacak olan araştırmalarda bu durum göz önünde bulundurularak ölçek soruları biraz daha azaltarak ilerleme durumu olabilir.
- Araştırma kapsamında çocukluk çağı travmaları ve ebeveyn tutumlarının bireydeki kaygı düzeyine olan etkisi incelenmiş olsa da bu ilişkileri etkileyebilecek aracı ya da düzenleyici değişkenler araştırma çerçevesinde yer almamıştır. Gelecek çalışmalarda bu tür değişkenleri modele dahil edilmesi daha kapsamlı şekilde analiz edilmesini sağlayabilir.
- Araştırma sonuçları göz önünde bulundurularak son olarak bu konuda yapılabilecek uzunlamasına araştırmalar, çocukluk döneminde yetişkinliğe uzanan süreçte yaşanmış olan tecrübelerin birey psikolojisine olan etkilerini daha net bir şekilde ortaya koyabilecektir. Bu tür çalışmalar ruh sağlığı

politikalarının gelişmesinde bilimsel dayanaklar oluşmasını durumundan çok değerlidir.



KAYNAKLAR

- Akkan, G. ve Ülker, S. V. (2024). Çocuklara yöneltilmiş şiddetin ve şiddet içerikli uyarıların beyin gelişimine ve bilişsel süreçlere etkisi. *Gelişim ve Psikoloji Dergisi*, 4(8), 96-117. <https://doi.org/10.51503/gpd.1275346>
- Akkoyun, F. (2019). Kendini geliştirme kaygısı. *Ankara University Journal Of Faculty Of Educational Sciences (JFES)*, 21(1), 81-90.
- Akpınar, Ö. (2022). The psychology and theology od hope. *Gümüşhane Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi*, 11(21), 359-369.
- Alpoğuz, D. ve Şahin, A. (2014). Demokratik veya otoriter olarak algılanan ana-baba tutumlarının ilköğretim öğrencilerinin türkçe dersi akademik başarılarına etkisi. *Ana Dili Eğitimi Dergisi*, 2(3), 53-67. <https://doi.org/10.16916/aded.92531>
- Arslan, P. ve Kırıl, B. (2022). İlkokul öğretmenlerinin aşırı koruyucu (helikopter) velilerle ilgili deneyimleri: bir fenomenoloji çalışması. *Ankara University Journal of Faculty of Educational Sciences (JFES)*, 55(3), 854-915. <https://doi.org/10.30964/auebfd.1035605>
- Arslan, Ç., Güler, H. K., ve Gürbüz, M. Ç. (2017). Ortaokul öğrencilerinin matematik kaygı düzeyleri ile öğrenme stratejileri arasındaki ilişki. *Mehmet Akif University Journal of Education Faculty* (42), 123-142.
- Artıran, M. (2015). *Akılcı duygucu davranışçı kuram ve öz-belirlenim kuramı çerçevesinde yeni bir ölçek: akılcı duygucu öz-belirlenim (adöb) ölçeğinin geliştirilmesi*. Yayımlanmamış doktora tezi. İstanbul Arel Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Atalay, D. ve Özyürek, A. (2021). Ergenlerde duygu düzenleme stratejileri ve ebeveyn tutumları arasındaki ilişkinin incelenmesi. *Milli Eğitim Dergisi*, 50(230), 815-834.
- Avşar, V. (2019). *Bilişsel davranışçı terapiye dayalı bireysel psikolojik danışmanın sosyal kaygı, öz yeterlik ve psikolojik iyi oluşur üzerindeki etkisi*. Yayımlanmamış doktora tezi. Ankara Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Ankara.
- Ayaydın, H. ve Erden, A. (2016). Travmatik yaşantıların psikopatoloji ile ilişkisi. *Klinik Psikiyatri Dergisi*, 19(1), 15-22.
- Aydın, A. (2014). Kaygı bozukluğu olan çocuklar için bilişsel davranışçı terapidin anne babaların tedaviye katılımı. *Türk Psikiyatri Dergisi*, 25(3), 181-89.
- Aydın, A. ve Tiryaki, S. (2017). Üniversite öğrencilerinin kaygı düzeylerini etkileyen faktörleri belirlemeye yönelik bir çalışma (KTÜ Örneği). *Kastamonu Üniversitesi Orman Fakültesi Dergisi*, 17(4), 678-685. <https://dergipark.org.tr/tr/download/article-file/388055>
- Aydın, A. ve Yıldız, M. (2020). Anksiyete bozukluğu tanılı çocuklarda üst bilişsel farkındalık ve duygusal dayanıklılık: kontrollü bir çalışma. *Turkish Journal of Child and Adolescent Mental Health*, 27(2), 85-92.
- Aydın, M. S., Meriç, İ., Şahin, F. B. Ve Ergün, E. Y. (2023). Ebeveyn tutumları ve benlik kurgusu ile çocukların yalana ilişkin değerlendirmeleri arasındaki ilişkilerin

- incelenmesi. *Gelişim ve Psikoloji Dergisi*, 3(6), 107-120.
<https://doi.org/10.51503/gpd.1110452>
- Aydoğan, D. ve Özbay, Y. (2013). Akademik erteleme davranışının benlik saygısı, durumluk kaygı ve öz-yeterlik açısından açıklanabilirliğinin incelenmesi. *Pegem Eğitim ve Öğretim Dergisi*, 3(1), 13-24.
- Aydoğdu, F. ve Dilekmen, M. (2016). Ebeveyn tutumlarının çeşitli değişkenler açısından değerlendirilmesi. *Bayburt Eğitim Fakültesi Dergisi*, 11(2).
- Bal, A., Çakmak, S., ve Yılmaz, T. (202). Anksiyete bozukluklarında cinsiyete göre semptom farklılıkları. *Archives Medical Review Journal*, 29(3), 400-410.
- Balaban, G. (2023). *Pekiştireç duyarlılığı ve duygusal tepkisellik: motivasyonel model temelinde kişilik bozuklukları ile çalışma belleği arasındaki ilişkinin incelenmesi*. Yayınlanmamış doktora tezi. İstanbul Zaim Üniversitesi, İstanbul.
- Baskak, İ. (2023). Çocuğa yönelik duygusal istismar. *Uluslararası Sosyal Hizmet Araştırmaları Dergisi*, 3(1), 61-72.
- Başak, H. A., Bahçeli Kahraman, P., Taner Derman, M., Kahraman, Ö., vd. (2014). Otoriter ve demokratik tutuma sahip ebeveynleri olan 5-6 yaş çocuklarının evcilik oyunlarında üstlendikleri roller. *Amasya Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 3(2), 384-409.
- Bektaş, M. ve Yıldırım, İ. (2022). Ebeveyn tutumları ile kaygı düzeyi arasındaki ilişkinin incelenmesi. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 12(3), 214-229.
- Beşer, N. G., Arabacı, L. B., Uzunoğlu, G., Bilaç, Ö. ve Ozan, E. (2019). Suça itilmiş ergenlerde ebeveyn tutumu ve çocukluk çağı travmalarının belirlenmesi. *Klinik Psikiyatri Dergisi*, 22(2), 219-227.
- Bilgiç, H. (2021). Çocuğa yönelik fiziksel istismar. *Uluslararası Sosyal Bilimler Dergisi*, 5(3), 45-58.
- Binbay, T., Direk, N., Aker, T., Akvardar, Y., Alptekin, K., Cimilli, C., ... ve Ulaş, H. (2014). Türkiye'de psikiyatrik epidemiyoloji: yakın zamanda araştırmalarda temel bulgular ve gelecek için öneriler. *Türk Psikiyatri Dergisi*, 25(4), 264-81.
- Bülbül, K. ve Odacı, H. (2025). Akademik kaygı ölçeği. Bir ölçek geliştirme çalışması. *Dokuz Eylül Üniversitesi Buca Eğitim Fakültesi Dergisi* (63), 477-499.
- Bülbül, N. ve Akkaynak, M. (2021). Okul öncesi eğitimine devam eden 48-72 aylık çocukların rekabet stilleriyle çocuklara yönelik ebeveyn tutumları arasındaki ilişki düzeyi. *Akademik Tarih ve Düşünce Dergisi*, 8(1), 32-66.
- Can, G. ve Önnar, N. (2025). Çocukluk çağı travması, psikolojik esneklik ve okb: üçlü bir perspektif. *Mersin Üniversitesi Tıp Fakültesi Lokman Hekim Tıp Tarihi ve Folklorik Tıp Dergisi*, 15(1), 77-78.
- Case, R. (1993). Theories of learning and theories of development. *Educational Psychologist*, 28(3), 219-233.
- Cekci, B. C. ve Inozu, M. (2024). Algılanan ebeveyn tutumu ve obsesif-kompulsif belirtiler arasındaki ilişkide kişilik inançlarının aracı rolü. *Journal Of Clinical Psychology Research*, 8(3), 367-383.

- Cizrelioğulları, M. N. ve Kilili, R. (2021). Ebeveyn tutumlarının çocukların yetenek ve becerilerine etkisi. *European Journal Of Educational and Social Sciences*, 6(1), 130-142.
- Curun, F. ve Orçun Yücel, D. (2018). Ergenlerde ebeveyn tutumları ve duygusal zekâ ilişkisi: benlik saygısının aracı rolü. *Kalem Uluslararası Eğitim ve İnsan Bilimleri Dergisi*, 8(2), 579-603.
- Cuşa, H. (2020). Sabahattin Ali'nin hikayelerinde kaygı ve korkunun izdüşümü. *Söylem Filoloji Dergisi*, 5(1), 106-120.
- Çalışır, M. (2009). Yetişkin bağlanma kuramı ve duygulanım düzenleme stratejilerinin depresyonla ilişkisi. *Psikiyatride Güncel Yaklaşımlar*, 1(3), 240-255.
- Çavdar, F. Z. ve Erdoğan, P. (2023). Aşırı koruyucu ebeveynlerin öğrencilerin akademik başarısına yönelik görüşlerinin incelenmesi. *APJEC – Academic Platform Journal of Education and Change*, 6(2), 299-318.
- Çeçen, A. R. (2008). Öğrencilerinin cinsiyetlerine ve anababa tutum algılarına göre yalnızlık ve sosyal destek düzeylerinin incelenmesi. *Türk Eğitim Bilimleri Dergisi*, 6(3), 415-431.
- Çelebi, B. M., & Polat, A. (2019). Çocukluk çağı travmatik yaşantıların, yetişkin bağlanma stillerinin ve psikolojik iyi oluşun evlilik doyumu üzerindeki etkisi. *Kocaeli Üniversitesi Sağlık Bilimleri Dergisi*, 5(1), 29-34.
- Çelik, Ç. (2014). Sosyal sermaye, ebeveyn ağları ve okul başarısı. *Cogito*, 76, 265-290.
- Çelik, F. G. H. ve Hocoğlu, Ç. (2018). Çocukluk çağı travmaları: bir gözden geçirme. *Sakarya Tıp Dergisi*, 8(4), 695-711.
- Çelikkaleli, Ö. (2015). Ergenlerin cinsiyetleri, sınıf düzeyi, okul türü ve algılanan ebeveyn tutumlarına göre psikolojik belirtilerinin incelenmesi. *Dicle Üniversitesi Ziya Gökalp Eğitim Fakültesi Dergisi*, (26), 148-162.
- Çelikkaleli, Ö. (2020). Beliren yetişkinlerde stres ve tükenmişlik arasındaki doğrudan ve dolaylı ilişkilerde psikolojik sağlamlığın aracılık rolü. *Eğitim Bilimleri Araştırmaları Dergisi*, 10(1), 1-21.
- Çetin, S. B. ve Avcı, Ö. H. (2022). Çocuklarda ayrılık kaygısı ile anne-babanın ayrılık kaygısı ve ebeveynliğe yönelik tutumları. *Yaşadıkça Eğitim*, 36(1), 162-182.
- Çötök, T. (2017). Teknoloji toplumunda kaygı. *Sosyal ve Kültürel Araştırmalar Dergisi (SKAD)*, 3(5), 209-222.
- Çubukçu, Z. ve Gültekin M. (2006). İlköğretimde öğrencilere kazandırılması gereken sosyal beceriler. *Bilig* (37), 155-174.
- Dağcı, E. (2024). Yaygın kaygı bozukluğunda bilişsel davranışçı terapi: bir olgu sunumu. *The Journal Of Social Science*, 8(16), 138-146.
- Dağcı, E. ve Karaaziz, M. (2024). Yaygın kaygı bozukluğunda bilişsel davranışçı terapi: bir olgu sunumu. *The Journal of Science*, 8(16), 138-146.
- Demir, E. K. ve Şendil, G. (2008). Ebeveyn tutum ölçeği (ETÖ). *Türk Psikoloji Yazıları*, 11(21), 15-25.

- Demir, V. (2017). Bilinçli farkındalık temelli bilişsel trafik programının üniversite öğrencilerinin kaygı düzeylerine etkisi. *OPUS Uluslararası Toplum Araştırma Dergisi*, 7(2).
- Dereboy, Ç., Şahin Demirkapı, E., Şakiroğlu, M. ve Şafak Öztürk, C. (2018). Çocukluk çağı travmalarının, kimlik gelişimi, duygu düzenleme güçlüğü ve psikopatoloji ile ilişkisi. *Türk Psikiyatri Dergisi*, 29(4).
- Derman, M. T., Türen, Ş. ve Buntürk, T. (2020). Okul öncesi çocukların empati bölümleri ile annelerinin ebeveyn tutumları arasındaki ilişkinin incelenmesi. *Erken Çocukluk Çalışmaları Dergisi*, 4(3), 336-368.
- Dilbaz, N., Bolat Kaya, Ö. ve Kaya, H. (2011). Koruyucu psikiyatri açısından anksiyete bozuklukları. *Türkiye Klinikleri Psikiyatri Özel Konular*, 4(4), 61-69.
- Dirik, G., Yorulmaz, O. ve Karancı, A. N. (2015). Çocukluk dönemi ebeveyn tutumlarının değerlendirilmesi: kısaltılmış algılanan ebeveyn tutumları çocuk-formu. *Türk Psikiyatri Dergisi*, 26(2), 123-130.
- Doğru, S. S. Y. ve Arslan, E. (2008). Engelli çocuğu olan annelerin sürekli kaygı ile durumluk kaygı düzeylerinin karşılaştırılması. *Selçuk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi* (19), 543553.
- Dost, M. T. ve Keklik, I. (2014). Sürekli kaygı, umutsuzluk ve benlik saygısının ergenlerin riskli davranışlarını yordama gücü. *Elektronik Sosyal Bilimler Dergisi*, 13(51).
- Efron, R. (1966). The conditioned reflex: a meaningless concept. *Perspectives In Biology And Medicine*, 9(4), 488-514.
- Eker, İ. ve Yılmaz, B. (2016). Risk alma davranışı: çocukluk çağı travmaları ve benlik saygısı temelinde bir değerlendirme. *Klinik Psikiyatri Dergisi*, 19(1), 27-36.
- Eldoğan, D., Cengiz, E. Erkan, E., Kaya, D., Vd. (2018). Kişilerarası nörobiyoloji perspektifinden bağlanma, kaygı ve korku. *Journal Of Clinical Psychology Research*, 2(2), 99-106.
- Erkan, Y. D. D., Gürçay, D. S. ve Çam, Y. S. (2002). Ergenlerin sosyal kaygı düzeylerinin ana baba tutumları ve cinsiyet açısından incelenmesi. *Çukurova Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü*, 10(10).
- Erözkan, A. (2012). Ergenlerde kaygı duyarlılığı ve ebeveyn tutumları arasındaki ilişkinin incelenmesi. *Muğla Sıtkı Koçman Üniversitesi Kuram ve Uygulamada Eğitim Bilimleri*, 12(1), 43-57.
- Ersan, Ö., Çelik, M. İ. ve Güler, H. (2024). Yol kullanıcı davranışlarının edimsel koşullanma kuramı içerisinde incelenmesi: trafik uygulamaları üzerinden ithal bir çalışma. *Trafik Yoğun Ulaşım Araştırmaları Dergisi*, 7(1), 57-74.
- Genç, S. Z. ve Uslu, E. M. (2022). Öğrencilerin sosyal beceri düzeyleri ile ailelerin ebeveyn tutumları arasındaki ilişkinin incelenmesi. *Gaziantep Üniversitesi Eğitim Bilimleri Dergisi*, 6(Özel Sayı), 111-135.
- Gökler-Danışman, I. ve Köksal, S. (2011). Ailedeki koruyucu etkenler ölçeği Türkçe formunun geçerlilik ve güvenilirliği. *Türk Psikoloji Yazıları*, 14(28), 39-46.

- Güler, K. ve Ağırman, M. N. (2022). Çocukluk dönemin travmalarının yetişkin dönemi tutum ve davranışlarını belirlemeye ilişkin ölçek geliştirme çalışması: çok boyutlu travma ölçeği. *Istanbul Gelişim Üniversitesi Sağlık Bilimleri Dergisi*, (18), 907-934.
- Güloğlu, B., Kararımak, Ö. ve Emiral, E. (2016). Çocukluk çağı travmalarının tinsellik ve affetme üzerindeki rolü. *Anadolu Psikiyatri Dergisi*, 17(4), 309-316.
- Güneri Yöyen, E. (2016). Çocukluk çağı travması ve benlik saygısı. *International Journal of Social Sciences and Education Research*, 3(1), 267-282.
- Gürcan, N. ve Kolburan, Ş. G. (2019). Üniversitedeki kız öğrencilerin yemek tutumlarının yaşam doyumu ve çocukluk çağı travmaları ile ilişkisi. *Aydın İnsan ve Toplum Dergisi*, 5(1), 9-28.
- İmadoğlu, T., Kurşuncu, R. S. ve Çavuş, M. F. (2020). Genç ve orta yetişkin öğretmenlerde olumsuz değerlendirilme korkusu, mükemmeliyetçilik ve dolaylı utanma ilişkisi. *International European Journal of Managerial Research*, 5(8), 173-190.
- Kahraman, S., Kaya, M. E. ve Erez, İ. (2021). Yetişkinlerde mükemmeliyetçilik ve cinsel mitler arasındaki ilişkinin incelenmesi. *Kıbrıs Türk Psikiyatri ve Psikoloji Dergisi*, 3(3), 175-182.
- Kakırman Moroğlu, A. ve Özcan, C. (2024). Kaygı nevroz bunun psikanalitik kuram üzerinde incelenmesi: Bir vaka örneği. *Journal of Clinical Psychology Research*, 8(2), 283-293.
- Kalı Soyer, M., Şekerci, Ş. ve Tonguç, G. (2025). Küçük travma yaşantılarının psikolojik belirtileri yordama gücü. *Istanbul Gelişim Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 12(1), 230-244.
- Kalkan, B., Kılıç, A. F. ve Yılmaz, A. D. (2022). Teknoloji kullanımında ebeveyn tutum ölçeğinin geliştirilmesi. *Erken Çocukluk Çalışmaları Dergisi*, 6(2), 364-386.
- Kaptanoğlu, G. ve Öksüz, Y. (2025). Çocukluk çağı travmaları ile acının dönüştürücü gücü arasındaki ilişki. *Abant İzzet Baysal Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 25(2), 992-1018.
- Karaca, B. K. ve Ateş, N. (2019). Yaygın kaygı bozukluğu ve öfke kontrol probleminde şema terapiyi kullanmak: bir vaka üzerinden anlatım. *Ayna Klinik Psikoloji Dergisi*, 6(2), 169-182.
- Karaçay, R. ve Güloğlu, B. (2022). Çocukluk çağı travmaları ve sağlıklı aile-ebeveynlik risk faktörlerinin incelenmesi. *Eğitim ve Toplum Araştırmaları Dergisi*, 9(2), 327-351.
- Karahan, E. ve Karaaziz, M. (2023). Kaygı: bir literatür taraması. *ISPEC International Journal Of Social Sciences & Humanities*, 7(2), 529-541.
- Karal, E. ve Atak, H. (2022). Çocukluk çağı ruhsal travmaları üzerine kavramsal bir çalışma. *Muş Alparslan Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 2(1), 82-103.
- Karataş, Z. (2013). Ergenlerin algılanan sosyal destek ve sürekli kaygı düzeylerinin incelenmesi / Investigation of adolescents' perceived social support and trait

- anxiety levels. *Mustafa Kemal Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 9(19), 257-271.
- Kasar, K., Karaman, E., Şahin, D. ve Yıldırım, Y., (2016). Yaşlı bireylerin yaşadıkları ölüm kaygısıyla yaşam kalitesi arasındaki ilişki. *Gümüşhane Üniversitesi Sağlık Bilimleri Dergisi*, 5(2), 48-55.
- Katı, M. ve Karaaziz, M. (2024). Çocukluk çağı travmaları ile ilgili bir gözden geçirme. *Journal Of Pure Social Sciences (Puresoc)- Pak Sosyal Bilimler Dergisi (Paksos)*, 5(9), 42-49.
- Kaya, A. G. ve Buğa, A. (2021). Anne babaların ebeveyn davranışlarının ve evlilik durumlarının incelenmesi. *Sosyal Politika Çalışmaları Dergisi*, 21(51), 371-410.
- Kaya, A. ve Demir, B. (2020). Yetişkinlerin olumsuz çocukluk çağı deneyimlerini psikolojik sağlık üzerindeki etkileri. *Türk Psikoloji Dergisi*, 35(2), 150-165.
- Kılıç, B. S. S. P., Saltoğlu, S. ve Erdoğan, E. (2024). Effect of early psychological trauma on limbic system structure and function. *Psikiyatride Güncel Yaklaşımlar*, 16(4), 691-706.
- Kılıç, M., Yağcı, F. ve Polat, Z. (2022). İtme kayıplı yetişkinlerde sosyal kaygı ve saldırganlık arasındaki ilişkinin araştırılması. *Hacettepe University Faculty Of Health Sciences Journal*, 9(2), 344-361.
- Kılıç, Z. ve Erdoğan, T. (2021). 2000-2020 yılları arasında yaratıcı drama alanında ilkökul öğrencileriyle yapılan makalelerin eğilimlerinin incelenmesi. *Yaratıcı Drama Dergisi*, 16(2), 261-280.
- Kocaoğlu, F. ve Çekiç, A. (2021). Üniversite öğrencilerinde sosyal kaygının yordayıcılık olarak duygusal zeka ve otantiklik. *Mustafa Kemal Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 18(48), 149-169.
- Koç, M. ve Polat, H. (2017). Demokratik ebeveyn tutumu ile öz yeterlilik arasındaki ilişki. *Eğitimde Kuram ve Uygulama*, 13(3), 453-470.
- Kula, T. (2017). Varoşsal kaygı ve din. *Dinbilimleri Akademik Araştırma Dergisi*, 17(2), 21-41.
- Kuzgun, Y. ve Eldeleklioğlu, J. (2005). *Ana-baba tutumlarının birey üzerindeki etkileri*. Ankara: Nobel Yayın Dağıtım.
- Kuzminskaite, E., Vinkers, C. H., Milaneschi, Y., Giltay, E. J. ve Pennix, B. W. J. H. (2022). Childhood trauma and its impact on depressive and anxiety symptomatology in adulthood: a 6-year longitudinal study. *Journal of Affect Disorders*, 312, 322-330.
- Küsbeci, T., Yiğit, T., Demirhan, E., Çatal, Ç. ve Tezcan, S. (2012). Çocukluk çağı göz travmalarının epidemiyolojik değerlendirmesi. *KTD. Aralık 2012; 13(3):152-171*.
- Liddell, H. S. (1934). *The conditioned reflex*. New York: Oxford University Press.
- Malgaz Güçlü, D. ve Acemioğlu, R. (2020). Erken çocukluk döneminde yaşanan fiziksel istismar: nitel bir çalışma. *Uluslararası Anadolu Sosyal Bilimler Dergisi*, 4(4), 97-111.

- Örsel, S., Karadağ, H., Kahiloğulları, A. K. ve Aktaş, E. A. (2011). Psikiyatri hastalarında çocukluk çağı travmalarına sıklığı ve psikopatoloji ile ilişkisi. *Anatolian Journal Of Psychiatry/Anadolu Psikiyatri Dergisi*, 12(2).
- Özadmaca, K. (2023). Çocukluk çağı travmasının duygu düzenleme, psikopatoloji ile ilişkisinin incelenmesi. *21. Yüzyılda Eğitim ve Toplum*, 12(34), 105-121.
- Özcan, H., Subaşı, B., Budak, B., Çelik, M., vd. (2013). Ergenlik ve genç yetişkinlik dönemindeki kadınlarda benlik saygısı, sosyal görünüş kaygısı, depresyon ve anksiyete ilişkisi. *Journal of Mood Disorders*, 3(3), 107-13.
- Özcan, Ö. ve Çelik, G. G. (2017). Bilişsel davranışçı terapi. *Türkiye Klinikleri*, 3(2), 115-120.
- Özdel, K. (2015). Düünden bugüne bilişsel davranışçı terapiler: teori ve uygulama. *Türkiye Klinikleri J Psychiatry-Special Topics*, 8(2), 10-20.
- Özdel, K., Yalçınkaya Alkar, Ö., Taymur, İ., Türkçağar, M. H., Zamkı, E. ve Sargın, A. E. (2012). Rahatsızlığa dayanma ölçeği: geçerlilik ve güvenilirlik çalışması. *Bilişsel Davranışçı Psikoterapi ve Araştırma Dergisi*, 1(1), 52-58.
- Özdemir, H. ve Tatar, A. (2019). Genç yetişkinlerde yalnızlığın yordayıcıları: depresyon, kaygı, sosyal destek, duygusal zeka. *Kıbrıs Türk Psikiyatri ve Psikoloji Dergisi*, 1(2), 93-101.
- Özdoğan, Ö. T. D. ve Kıracı, F. Y. (2007). *Dindarlık eğilimi, varoluşsal kaygı ve psikolojik sağlık*. Yayınlanmamış yüksek lisans tezi. Ankara Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Özen, Y. (2018). Psikolojik travmalardan korunma ve tedavi. *Kesit Akademi Dergisi* (14), 216-230.
- Öztañrıöver, S. ve Bugay Sökmez, A. (2022). Çocukluk travmaları ve güvenli çocuk becerilerinin geliştirilmesi: vaka örneği. *Klinik ve Ruh Sağlığı Psikolojik Danışmanlığı Dergisi*, 2(2), 1-32
- Öztürk, A. (2014). Sosyal kaygıyı açıklayan yaklaşımlar. *Elektronik Sosyal Bilimler Dergisi*, 13(48), 15-26.
- Öztürk, E., Derin, G. ve Okudan, M. (2020). Üniversite öğrencilerinde çocukluk çağı travmaları ile savunma mekanizmaları ve kendine zarar verme davranışları arasındaki ilişkinin incelenmesi. *Türkiye Klinikleri Journal Of Forensic Medicine & Forensic Sciences/ Türkiye Klinikleri Adli Tıp ve Adli Bilimler Dergisi*, 17(1).
- Özyürek, A. (2017). Yetiştirmeye ilişkin anne-baba görüşleri ölçeği” ve “anne-baba tutum ölçeği” geliştirme çalışması. *Uluslararası Erken Çocukluk Eğitimi Çalışmaları Dergisi*, 2(1), 26-38.
- Power, C.A. ve Roberst, B. W. (2003). Authoritarian parenting attitudes as a risk for conduct problems: Results from a British national cohort study. *Journal of Child Psychology and Psychiatry*, 44(8), 1099-1107.
- Rayana, S. ve Atak, H. (2023). Ebeveyn Gestalt temas engelleriyle çocuktan anksiyete arasındaki ilişkide ebeveynlik stillerinin aracılık rolü. *Kırıkkale Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 13(1), 257-279.

- Sağlam, Ö. ve Soylu, Y. (2019). Çocuk yetiştirme stillerine bağlı olarak gelişen çocukluk çağı travmaları ve erişkin dönemi obezitesi arasındaki ilişkinin incelenmesi. *Türkiye Sosyal Hizmet Araştırma Dergisi*, 3(2), 136-150.
- Saltalı, N. D. ve Arslan, E. (2012). Ebeveyn tutumlarının anasınıfına devam eden çocukların sosyal yetkinlik ve içe dönüklük davranışını yordaması. *İlköğretim Online*, 11(3), 729-737.
- Sar, V. (2014). Çocukluk çağı travmaları ve psikopatoloji: ruhsal travmaların değerlendirilmesi. *Türk Psikiyatri Dergisi*, 25(2), 91-99.
- Sarı, B. ve Çiftçi, S. (2023). Velilerin sahip oldukları ebeveyn tutumlarının öğretmen, öğrenci ve sınıfa yansımalarının incelenmesi. *Ahmet Keleşoğlu Eğitim Fakültesi Dergisi*, 5(3), 1400-1420.
- Sarı, H. (2007). Sürekli kaygı, belirsizliğe tahammülsüzlük ve karar verme arasındaki ilişkilerin incelenmesi. *Eğitim ve Bilim*, 23(145), 97-108.
- Sarıyer, N. (2019). Effect of fear on purchasing sensitivity-anetnographic study. *Innovative Approaches in Social, Human and Administrative Sciences*, 271-276.
- Saylık, F. Z. ve Yalçın, M. G. (2018). Demokratik ebeveyn tutumunun ve ebeveyne bağlanma biçimini suçluluk ve utanç duygularını etkisinin yarı-deneysel yöntemle incelenmesi. *Psikoloji Çalışmaları*, 38(2), 95-127.
- Schunk, D. H. (1989). Self-efficacy and ognitive achievement: implications for students with learning problems. *Journal Of Learning Disabilities*, 22(1), 14-22.
- Set, Z. ve Çelik, C. (2023). Genç yetişkinlerde bağlanma stillerinin karanlık dörtlü, benlik saygısı ve çocukluk çağı travmaları arasındaki ilişkinin incelenmesi / Investigation of the relationship between attachment styles in young adults and the dark four, self-respect and childhood trauma. *Disiplinlerarası Eğitim Araştırmaları Dergisi*, 7(15), 174-181.
- Sezgin Evim, M. ve Çırpan Kantarcıoğlu, A. (2020). Hemofilide problem davranışlar ve aşırı koruyucu annelik tutumları. *Güncel Pediatri*, 18(1), 74-84.
- Sorgu, N., Ün, M. B. ve Köse, O. (2022). Kaygı ve korkunun işlevsel olan ve olmayan taraflarına genel bir bakış. *Bingöl Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 24, 653-666.
- Şahin, M. (2019). Korku, kaygı ve kaygı (anksiyete) bozuklukları. *Avrasya Sosyal ve Ekonomi Araştırmaları Dergisi*, 6(10), 117-135.
- Şanlı, D. ve Öztürk, Ç. (2015). Anne babaların çocuk yetiştirme tutumları ve tutumlar üzerinde kültürün etkisi. *Dokuz Eylül Üniversitesi Hemşirelik Fakültesi Elektronik Dergisi*, 8(4), 240-246.
- Şen, D. (2020). Demokratik ebeveyn tutumunun çocukların psikolojik sağlamlık düzeyleri üzerindeki etkisi. *Psikoloji Çalışmaları Dergisi*, 10(1), 85-102.
- Şenkal, İ. ve Işıklı, S. (2015). Çocukluk çağı travmalarının ve bağlanma biçiminin depresyon belirtileri ile ilişkisi: Aleksitiminin aracı rolü. *Türk Psikiyatri Dergisi*, 26(4), 261-67.

- Tanko, Ç., Ekşi, F., Hatun, O. ve Ekşi, H. (2021). Psikolojik sağlamlık için koruyucu faktörler ölçeği Türkçe formunun geçerlilik ve güvenilirliği. *Ege Eğitim Dergisi*, 22(1), 16-29.
- Tatlıoğlu, S. S. (2021). Öğrenmeye sosyal bilişsel bir bakış: Albert Bandura. *Sosyoloji Notları*, 5(1), 1530.
- Teke, E., Yılmaz, E. ve Sürücü, A. (2020). İlkokul öğrencilerinin algıladıkları anne baba tutumları ile sosyal kaygı düzeyleri arasındaki ilişkinin incelenmesi. *The Journal of International Lingual Social and Educational Sciences*, 6(1), 24-38.
- Terzioğlu, Özge P., Çelikay Söyler, H. ve Menekşe, Ö. (2023). Çocukluk çağı travmalarının, yalnızlık duygusu ve sosyal anksiyete ile ilişkisi. *Sosyal, Beşeri ve İdari Bilimler Dergisi*, 6(2), 160-182.
- Tetik, G. ve Aktan, Z. D. (2021). Ergenlerde algılanan ebeveyn tutumu ve duygusal zeka arasındaki ilişkide, dijital oyun bağımlılığının aracı rolünün incelenmesi. *Klinik Psikiyatri Dergisi*, 24(2).
- Topçuoğlu, V. (2022). Anksiyete bozuklukları. *İstanbul Kent Üniversitesi Sağlık Bilimleri Dergisi*, 3(1), 25-33.
- Tosun, C. (2021). Algılanan ebeveyn ilişki tutumları ile romantik ilişkilerde akılcı olmayan inançların evlilik rol beklentileri üzerindeki etkisi: geleneksel mi, eşitlikçi mi? *Toplum ve Sosyal Hizmet*, 32(1), 173-188.
- Tönbül, Ö. (2019). Aile eğitimi programının annelerin çocuk yetiştirme tutumlarına etkisi. *Okul Psikolojik Danışmanlığı Dergisi*, 1(1), 18-34.
- Tunay, Ş. ve Soygüt, G. (2009). Türk üniversite öğrencileri üzerinde endişe şiddeti ölçeği'nin güvenilirlik ve geçerliği. *Türk Psikiyatri Dergisi*, 20(1).
- Türkçapar, M. H. ve Sargın, A. E. (2012). Bilişsel davranışçı psikoterapiler: tarihçe ve gelişim. *Bilimsel Davranışçı Psikoterapi ve Araştırmalar Dergisi*, 1(1), 7-14.
- Türkmen, M. (2012). Öznel iyi oluşun yapısı ve ana baba tutumları, özsaygı ve sosyal destekle ilişkisi: bir model sınaması. *Uşak Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 5(1), 41-73.
- Uçar, M. ve Uysal, S. (2019). Üniversite öğrencilerinin yaşam boyu öğrenme eğilimi, yeterlilik algısı ve sürekli kaygı durumları arasındaki ilişki. *Adnan Menderes Üniversitesi Eğitim Fakültesi Eğitim Bilimleri Dergisi*, 10(2), 72-82.
- Uğurlu, A. ve Sever, R. (2024). Okul dışı öğrenme ortamlarına yönelik sınıf öğretmenlerinin kaygı düzeylerinin incelenmesi. *Inönü Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 25(2), 670-690.
- Ulusoy, M. D., Demir, N. Ö. ve Baran, A. G. (2005). Ebeveynin çocuk yetiştirme biçimi ve ergen problemleri: Ankara ili örneği. *Türkiye Eğitim Bilimleri Dergisi*, 3(3), 367-386.
- Uykan, E. ve Akkaynak, M. (2019). Ebeveyn tutumları ile çocukların öz düzenlemeleri arasındaki ilişkinin incelenmesi. *Akademik Tarih ve Düşünce Dergisi*, 6(3), 1620-1644.
- Uzamaz, U. F. (2000). Ergenlerde sosyal beceriler ve değerlendirme yöntemleri. *Çukurova Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 6(6).

- Yemez, Ö. (2021). The representation of the neurotic mind in Mary Julia young's sannet "anxiety". *Selçuk Üniversitesi Edebiyat Fakültesi Dergisi* (45), 209-222.
- Yeşilkılıç, B. (2018). Ergenlerin anne baba tutumlarının kimlik statüleri üzerindeki etkisinin bazı değişkenler açısından incelenmesi. *Uluslararası Bilim ve Eğitim Dergisi*, 1(1), 68-77.
- Yıldız, D. (2008). Doğum sonrası dönemde annelerin bebek bakımı konusunda danışmanlık gereksinimleri ve yaklaşımlar. *Gülhane Tıp Dergisi*, 50(4), 294-298.
- Yıldız, M. A. (2018). Travma sonrası stres bozukluğu ile anksiyete ve depresyon belirtileri arasındaki ilişki: lise öğrencileri örneği. *Anadolu Psikiyatri Dergisi*, 19(1), 25-32.
- Yıldız, S. A. (2004). Ebeveyn tutumları ve saldırganlık. *Polis Bilimleri Dergisi*, 6(3).
- Yılmaz, H. (2019). İyi ebeveyn, çocuğu için her zaman her şeyi yapan ebeveyn değildir: algılanan helikopter ebeveyn tutum ölçeği (AHETÖ) geliştirme çalışması. *Erken Çocukluk Çalışmaları Dergisi*, 3(1), 3-31.
- Yılmaz, H. ve Büyükcebeci, A. (2019). Bazı pozitif psikolojik kavramları açısından helikopter ebeveyn tutumlarının sonuçları. *Turkish Psychological Counseling and Guidance Journal*, 9(54), 707-744.
- Yılmaz, İ. A., Dursun, S., Güngör Güzeler, E. ve Pektaş, K. (2014). Üniversite öğrencilerinin kaygı düzeyinin belirlenmesi: bir örnek çalışma. *Ejovoc (Electronic Journal of Vocational Colleges)*, 4(4), 16-26.
- Yılmaz, Ş. N. ve Karaaziz, M. (2023). Şiddet ve saldırgan davranışları çocukluk çağı travmalarının rolü. *Meyad Akademi*, 4(1), 80-94.
- Yoğurtçu, K. ve Yoğurtçu, G. (2013). Yabancı dil olarak Türkçenin öğreniminde kaygının akademik başarıya etkisi. *Adıyaman Üniversitesi Sosyal Bilimler Entitüsü Dergisi* (11), 115-1158.
- Yoleri, S., Erdoğan, N. I. ve Tetik, G. (2017). Ebeveyn tutumlarının okul öncesi dönemdeki çocukların mizaç özellikleri ile ilişkisinin incelenmesi. *Mehmet Akif Ersoy Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, (42), 226-239.
- Zoroğlu, S. S., Tüzün, Ü., Şar, V., Öztürk, M., Kora, M. E. ve Alyanak, B. (2001). Çocukluk dönemi istismar ve ihmalinin olası sonuçları. *Anadolu Psikiyatri Dergisi*, 2(2), 69-78.

ETİK KURUL/KOMİSYON İZİNİ/MUAFİYETİ

	T.C. İSTANBUL NİŞANTAŞI ÜNİVERSİTESİ REKTÖRLÜĞÜ ETİK KURULU	Evrak Tarihi 4/4/2024 Evrak Numarası 20240404-34	
<p>Sayın EZGİ EMEL GELEN İstanbul Nişantaşı Üniversitesi Lisansüstü Eğitim Enstitüsü KLİNİK PSİKOLOJİ (TEZLİ)</p> <p>İstanbul Nişantaşı Üniversitesi, Etik Kurulu Başkanlığına 2/4/2024 tarihinde incelenmek üzere başvurmuş olduğunuz “YETİŞKİNLERDE KAYGI DÜZEYİNİN ÇOCUKLUK ÇAĞI TRAVMALARI VE EBEVEYN TUTUMLARI İLE İLİŞKİSİ” başlıklı çalışmanız, 4/4/2024 tarihli 2024/04 numaralı etik kurul toplantısında değerlendirilmiştir. Kurulumuz tarafından yapacağımız araştırmanın etik açıdan uygunluğuna oy birliğiyle karar verilmiştir.</p> <p>Bilgilerinize rica ederim.</p> <p style="text-align: right;">Döç. Dr. Gözde MERT Başkan</p>			
BAŞVURU BİLGİLERİ			
Araştırmacı(lar)	EZGİ EMEL GELEN	Başvuru Tarihi	2/4/2024
Danışman/Yürütücü	DR. ÖGR. ÜYESİ MUNE AKTAY	Araştırma Türü	TARAMA ÇALIŞMASI
Program/Alan	KLİNİK PSİKOLOJİ (TEZLİ)	Etik kurul Toplantı Tarihi	4/4/2024
Çalışma Niteliği	YÜKSEK LİSANS TEZİ	Etik Kurul Karar No	2024/04

EK 1. BİLGİLENDİRİLMİŞ ONAM FORMU

Sayın gönüllü;

Bu çalışma, Nişantaşı Üniversitesi Klinik Psikoloji Yüksek Lisans Tez çalışması kapsamında Psk. Ezgi Emel Şahin tarafından, Dr. Öğr. Üyesi Mune Aktay danışmanlığında, “Yetişkinlerde Kaygı Düzeyinin Çocukluk Çağı Travmaları ve Ebeveyn Tutumu ile İlişkisi” konulu bir araştırma yapmak amacıyla planlanmıştır. Bu çalışmaya katılmak tamamen gönüllülük esasına dayanmaktadır. Çalışmaya katılmayı kabul ettiğiniz takdirde sizden 1 adet kişisel bilgi formu ve 3 adet soru formu doldurmanız istenecektir. Anketleri doldurmanız ortalama 15 dakika sürecektir.

İstediğiniz zaman, araştırmaya katılmayı reddedebilir veya araştırmadan çekilebilirsiniz. Kimliğinizi ortaya koyacak kayıtlar gizli tutulacaktır; çalışmadan çıkacak sonuçlar araştırma amaçlı kullanılacaktır, yayımlanması halinde bile kimliğiniz gizli kalacaktır. Bu çalışmada doğru yanlış yoktur, samimi olduğunuz ve söylenenleri olduğu gibi yaptığımız ve böylece bilime katkıda bulunduğunuz için çok teşekkür ederiz.

Araştırmacının Adı Soyadı: Ezgi Emel Şahin

1. **Bilgilendirilmiş onam formunu okudum ve gönüllülük esasıyla katıldığım bu çalışma da verdiğim bilgilerin bilimsel amaçlı kullanılmasını kabul ediyorum.**

Yalnızca bir şıkkı işaretleyin.

Okudum, onaylıyorum.

EK 2. SOSYODEMOGRAFİK BİLGİ FORMU

SORULAR	Yanıt Seçenekleri
1. Cinsiyetiniz nedir?	<ul style="list-style-type: none">• Kadın• Erkek• Diğer
2. Yaşınız	uçlu (.....)
3. Medeni durumunuz nedir?	<ul style="list-style-type: none">• Bekar• Evli• Boşanmış
4. Eğitim durumunuz nedir?	<ul style="list-style-type: none">• Okur-yazar değil• İlkokul• Ortaokul• Lise• Ön Lisans• Lisans• Yüksek Lisans/Doktora
5. Gelir düzeyinizi nasıl tanımlarsınız?	<ul style="list-style-type: none">• Düşük• Orta• Yüksek
6. Annenizin eğitim durumu nedir?	<ul style="list-style-type: none">• Okur-yazar değil• İlkokul• Ortaokul• Lise• Lisans• Yüksek Lisans/Doktora
7. Babanızın eğitim durumu nedir?	<ul style="list-style-type: none">• Okur-yazar değil• İlkokul• Ortaokul• Lise• Lisans• Yüksek Lisans/Doktora
8. Herhangi bir kronik rahatsızlığınız var	<ul style="list-style-type: none">• Evet• Hayır

mi?	
9. Herhangi bir psikolojik rahatsızlığınız var mı?	<ul style="list-style-type: none">• Evet• Hayır
10. Sizi anne ve babanız mı büyüttü?	<ul style="list-style-type: none">• Evet• Hayır
11. Anne veya babanızdan biri hayatını kaybetti mi?	<ul style="list-style-type: none">• Evet• Hayır
12. Çocukluk döneminizde yaşadığınız ortamı nasıl tanımlarsınız?	<ul style="list-style-type: none">• Kırsal• Şehir• Göçmen/Yer Değiştiren Aile

EK 3. BECK KAYGI ENVANTERİ

Hastanın Soyadı, Adı:.....

Tarih:.....

Aşağıda insanların kaygılı ya da endişeli oldukları zamanlarda yaşadıkları bazı belirtiler verilmiştir. Lütfen her maddeyi dikkatle okuyunuz. Daha sonra, her maddedeki belirtinin BUGÜN DAHİL SON BİR (1) HAFTADIR sizi ne kadar rahatsız ettiğini yandakine uygun yere (x) işareti koyarak belirleyiniz.



	Hiç	Hafif düzeyde Beni pek et- kilemedi	Orta düzeyde Hoş değildi ama kat- lanabildim	Ciddi düzeyde Dayanmakta çok zor- landım
1. Bedeninizin herhangi bir yerinde uyuşma veya karın- çalanma				
2. Sıcak/ ateş basmaları				
3. Bacaklarda halsizlik, titreme				
4. Gevşeyememe				
5. Çok kötü şeyler olacak korkusu				
6. Baş dönmesi veya sersemlik				
7. Kalp çarpıntısı				
8. Dengeyi kaybetme duygusu				
9. Dehşete kapılma				
10. Sinirlilik				
11. Boğuluyormuş gibi olma duygusu				
12. Ellerde titreme				
13. Titreklik				
14. Kontrolü kaybetme korkusu				
15. Nefes almada güçlük				
16. Ölüm korkusu				
17. Korkuya kapılma				
18. Midede hazımsızlık ya da rahatsızlık hissi				
19. Baygınlık				
20. Yüzün kızarması				
21. Terleme (sıcaklığa bağlı olmayan)				

Toplam BECK-A skoru:.....

designed by Emrah SONGUR M.D.

EK 4. ÇOCUKLUK ÇAĞI TRAVMALARI ÖLÇEĞİ

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

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

Çocukluğumda ya da ilk gençliğimde...

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

EK 5. ANA BABA TUTUM ÖLÇEĞİ

Aşağıdaki cümleleri okuyup bunların **annenizin ya da babanızın** sizi eğitirken genellikle benimsediği davranışlara *ne derece benimsediğini, onların tutumuna ne kadar uyduğunu düşünerek* uygun bulduğunuzu işaretlemenizdir. Cevapladığınız maddede, **ebeveynlerden hangisinin davranış şekli ağır basıyorsa, o ebeveyni göz önünde bulundurarak** o maddeye yanıt veriniz.

Örnek Madde: “Okula gidiş geliş saatlerimi çok sıkı kontrol eder, kimlerle arkadaşlık ettiğimi sorgular.”

1) Hiç uygun değil, 2) Çok az uygun, 3) Kısmen uygun, 4) Oldukça uygun, 5)

Tamamen uygun

Eğer anne ya da babanız sizin hangi saat nerede olduğunuzu ve kimlerle ne yaptığınızı çok sıkı bir biçimde her zaman izliyorsa “*Tamamen uygun*” karşılığı olarak 5’i, bunu çoğunlukla yapıyorsa “*Oldukça uygun*” karşılığı olarak 4’ü, sizi zaman zaman serbest bırakıyorsa “*Kısmen uygun*” karşılığı olarak 3’ü, sizin ne yaptığınızla pek ilgilenmiyorsa “*Çok az uygun*” karşılığı olarak 2’yi, sizin ne yaptığınızla hiç ilgilenmiyorsa “*Hiç uygun değil*” karşılığı olarak 1’i işaretlenmeniz beklenmektedir.

ANNEM-BABAM	Hic Uygun Değil	Cok Az Uygun	Kismen Uygun	Oldukca Uygun	Tamamen Uygun
1) Bana her zaman güven duygusu vermiş ve beni sevdiğini hissettirmiştir.	1	2	3	4	5
2) Çok yönlü gelişmem için beni olanakları ölçüsünde desteklemiştir.	1	2	3	4	5
3) Her yaptığım işin olumlu yanlarını değil kusurlarını görmüş ve beni eleştirmiştir.	1	2	3	4	5
4) Aramızdaki ilişki ona icimi acmaya cesaret edemeyeceğim kadar resmidir.	1	2	3	4	5
5) Arkadaşlarımı eve çağırma izin verir, geldiklerinde onlara iyi davranırdı.	1	2	3	4	5
6) Çevremizdeki çocuklarla beni karşılaştırır, onların benden daha iyi olduklarını söylerdi.	1	2	3	4	5
7) Her zaman basıma kötü bir şey gelecekmis gibi beni koruyup kollamaya çalışır.	1	2	3	4	5
8) Bana hükmetmeye çalışır.	1	2	3	4	5
9) Elinden geldiği kadar, her konuda fikrimi almaya özen gösterir.	1	2	3	4	5
10) Sorunlarımı onunla rahatlıkla konuşabilirim.	1	2	3	4	5
11) Eyde bir konu tartışılırken görüşlerimi söylemem için beni teşvik eder.	1	2	3	4	5
12) Bugün bile alışverişe çıkacağım zaman, kandırılacağımı düşünerek benimle gelmek ister.	1	2	3	4	5
13) Benden her zaman gücümün üstünde başarı beklemiştir.	1	2	3	4	5
14) Fiziksel ve duygusal olarak kendisine yakın olmak istediğim zaman soğuk ve itici davranırdı.	1	2	3	4	5
15) Neden bazı şeyleri yapmam ya da yapmamam gerektiğini bana açıklar.	1	2	3	4	5
16) Sevmediğim yemekleri, yarayacağı düşüncesiyle, zorla yedirirdi.	1	2	3	4	5
17) Sınavlarda hep üstün başarı göstermemi istemistir.	1	2	3	4	5
18) Benim gibi bir evladı olduğu için kendini rahatsız hissettiğini sanıyorum.	1	2	3	4	5
19) Küçük yaşından itibaren ders çalışma ve okuma alışkanlığı kazanmam konusunda bana yardımcı olmuştur.	1	2	3	4	5
20) Birlikte olduğumuz zamanlar iliskimiz çok arkadaşçadır.	1	2	3	4	5

21) Kendimi yönetebileceğim yaşlarda bile her gittiği yere beni de götürür, evde yalnız kalmamdan kaygılanır.	1	2	3	4	5
22) Beni kendi emellerine ulaşmak için bir araç olarak kullanırdı.	1	2	3	4	5
23) Cinsellik konusunda karşılaştığım sorunları kendisine anlatmak istediğimde hep ilgisiz kalmıştır.	1	2	3	4	5
24) Ona yaklaşmak istediğimde daima bana sıcak bir biçimde karşılık verir.	1	2	3	4	5
25) Küçüklüğümde bana yeterince vakit ayırır; parka, sinemaya götürmeyi ihmal etmezdi.	1	2	3	4	5
26) Bana önemli ve değerli bir kişi olduğum inancını asılamıştır.	1	2	3	4	5
27) Paramı nerelere harcadığımı ayrıntılı bir biçimde denetler.	1	2	3	4	5
28) Her zaman, her işte kusursuz olmam gerektiği inancındadır.	1	2	3	4	5
29) Cinsel konularda çok tutucu olduğu için onun yanında bu konulara ilgi gösteremem.	1	2	3	4	5
30) Benimle genellikle sert bir tonda ve emrederek konuşur.	1	2	3	4	5
31) Kendi istediği mesleği seçmem konusunda beni zorlamıştır.	1	2	3	4	5
32) Aile ile ilgili kararlar alınırken benim de fikrimi öğrenmek ister.	1	2	3	4	5
33) Benim iyiliğimi istediğini, benim için neyin iyi olduğunu ancak kendisinin bileceğini söyler.	1	2	3	4	5
34) Beni daima yapabileceğimden fazlasını yapmaya zorlamıştır.	1	2	3	4	5
35) Beni olduğum gibi kabul etmiştir.	1	2	3	4	5
36) Baskalarına benden daha çok önem verir ve onlara daha nazik davranır.	1	2	3	4	5
37) İyi bir iş yaptığımda beni övmekten çok daha iyisini yapmam gerektiğini söyler.	1	2	3	4	5
38) Her zaman nerede olduğumu ve ne yaptığımı merak eder.	1	2	3	4	5
39) Günlük olaylar hakkında anlattıklarımı ilgi ile dinler ve bana açıklayıcı cevaplar verir.	1	2	3	4	5
40) Okulda başarılı olmama konusunda beni zorlar, kırık not aldığımda cezalandırırdı.	1	2	3	4	5