



T.C.
ÜSKÜDAR ÜNİVERSİTESİ
SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ

KLİNİK PSİKOLOJİ ANABİLİM DALI
YÜKSEK LİSANS TEZİ

**YETİŞKİNLERDE ÇOCUKLUK ÇAĞI TRAVMALARI, YAKIN
İLİŞKİLERDE YAŞANTILAR VE ÖFKELİLİK ARASINDAKİ
İLİŞKİ**

Büşra AKDEMİR

Tez Danışmanı

Dr. Öğr. Üyesi Dilek Meltem TAŞDEMİR ERİNÇ

İSTANBUL-2021

T.C.
ÜSKÜDAR ÜNİVERSİTESİ
SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ

KLİNİK PSİKOLOJİ ANABİLİM DALI
YÜKSEK LİSANS TEZİ

**YETİŞKİNLERDE ÇOCUKLUK ÇAĞI TRAVMALARI, YAKIN
İLİŞKİLERDE YAŞANTILAR VE ÖFKELİLİK ARASINDAKİ
İLİŞKİ**

Büşra AKDEMİR

Tez Danışmanı

Dr. Öğr. Üyesi Dilek Meltem TAŞDEMİR ERİNÇ

İSTANBUL-2021

YEMİN METNİ

Bu çalışmanın kendi tez çalışmam olduğunu, planlamasından yazımına kadar hiçbir aşamasında etik dışı davranışımın olmadığını, tezdeki bütün bilgileri akademik ve etik kurallar içinde elde ettiğimi, tez çalışmasıyla elde edilmeyen bütün bilgi ve yorumlara kaynak gösterdiğimi beyan ederim.

Tarih

01. 08.2021

Adı Soyadı

Büşra AKDEMİR

ÖNSÖZ

Bu çalışmanın yürütülmesi sırasında desteği ve değerli katkıları ile bana yol gösteren, yardımlarını esirgemeyen tez danışmanım Dr. Öğr. Üyesi Dilek Meltem Taşdemir Erinç'e,

Çalışmam süresince ilgi ve desteği ile varlığını her zaman yanımda hissettiğim başta Dr. Meral Aydın olmak üzere sevgili ekip arkadaşlarıma,

Yüksek Lisans için beni cesaretlendiren, sonsuz ilgi ve sevgiyle bu süreçte daima yanımda olan sevgili aileme ve arkadaşlarıma,

Araştırmaya katılan tüm katılımcılara ve adını sayamadığım herkese sonsuz teşekkürlerimi sunarım.

ÖZET

Bu araştırma yetişkin bireylerin çocukluk çağı travmaları, yakın ilişkilerde yaşantılar ve öfkeliilik düzeyleri arasındaki ilişkinin incelenmesi amacıyla gerçekleştirilmiştir. Bununla birlikte araştırma kapsamında ele alınan değişkenlerin demografik değişkenler (cinsiyet, yaş, eğitim durumu, doğum yeri, gelir düzeyi ve kardeş sayısı) açısından farklılaşıp farklılaşmadığına da bakılmıştır. Araştırmanın katılımcı grubunu 18-65 yaş aralığındaki psikiyatrik tanı ve tedavi öyküsü bulunmayan yetişkin bireyler oluşturmaktadır. Araştırmaya 204'ü kadın 86'sı erkek olmak üzere 290 kişi katılım göstermiştir. Araştırma genel tarama modellerinden bir tanesi olan ilişkisel tarama modeli ile gerçekleştirilmiştir. Veri toplama aracı olarak bireylerin demografik bilgilerine ulaşmak amacıyla “Sosyodemografik Veri Formu” kullanılmıştır. Ayrıca “Çocukluk Çağı Travmaları Ölçeği”, “Yakın İlişkilerde Yaşantıları-II” ve “Çok Boyutlu Öfke Ölçeği” kullanılmıştır. Çocukluk çağı travmaları, yakın ilişkilerde yaşantılar ve öfkeliilik düzeyleri arasındaki ilişkinin incelenmesi için Pearson Momentler Çarpımı korelasyon analizi kullanılmıştır. Analiz sonucunda üç değişken arasında da pozitif yönde anlamlı ilişkilerin olduğu görülmüştür. Yetişkin bireylerin çocukluk çağı travmaları, yakın ilişkilerde yaşantılar ve öfkeliilik puanlarının cinsiyet, yaş, eğitim durumu, doğum yeri, gelir düzeyi ve kardeş sayısı değişkenleri bakımından anlamlı ölçüde farklılık gösterip göstermediğini tespit etmek için bağımsız gruplar t-testi ve tek yönlü varyans analizi (ANOVA)’nden yararlanılmıştır. Yapılan analiz sonucunda çocukluk çağı travmaları ile kardeş sayısı ve cinsiyet değişkenleri arasında anlamlı bir farklılık olduğu ortaya koyulmuştur. Yakın ilişkilerde yaşantılar puanlarının, cinsiyet, yaş, doğum yeri ve gelir düzeyi değişkenleri açısından farklılaştığı görülmüştür. Öfkeliilik puanlarının ise cinsiyet, yaş, eğitim düzeyi, doğum yeri ve gelir düzeyi değişkenleri açısından farklılaştığı görülmüştür.

ABSTRACT

This research was carried out to examine the relationship between childhood traumas, experiences in close relationships and anger levels of adult individuals. In addition, it was also examined whether the variables considered within the scope of the research differed in terms of demographic variables (gender, age, education level, place of birth, income level and number of siblings). The participant group of the research consists of adult individuals between the ages of 18-65. 290 people, 204 of whom were women and 86 of whom were men, participated in the study. The research was carried out with the relational screening model, which is one of the general screening models. "Sociodemographic Data Form" was used as a data collection tool in order to reach the demographic information of individuals. In addition, "Childhood Trauma Scale", "Experiences in Close Relationships-II" and "Multidimensional Anger Scale" were used. Pearson Product-Moment correlation analysis was used to examine the relationship between childhood traumas, experiences in close relationships, and anger levels. As a result of the analysis, it was seen that there were positive significant relationships between all three variables. Independent groups t-test and one-way analysis of variance (ANOVA) were used to determine whether adult individuals' childhood traumas, experiences in close relationships, and anger scores differ significantly in terms of gender, age, education level, place of birth, income level and number of siblings. As a result of the analysis, it was seen that childhood traumas differed in terms of gender and number of siblings. It has been observed that the scores of experiences in close relationships differ in terms of gender, age, place of birth and income level. Anger scores differed in terms of gender, age, education level, place of birth and income level.

İÇİNDEKİLER

YEMİN METNİ.....	i
ÖNSÖZ	ii
ÖZET	iii
ABSTRACT.....	iv
İÇİNDEKİLER	v
TABLolar DİZİNİ	viii
1. GİRİŞ	1
1.1. Araştırmanın Amacı.....	3
1.2. Araştırmanın Varsayımları	4
1.3. Araştırmanın Sınırlılıkları.....	4
2. GENEL BİLGİLER	5
2.1. ÇOCUKLUK ÇAĞI TRAVMALARI.....	5
2.1.1. Travma	5
2.1.2. Çocukluk Çağı Travması	6
2.1.3. Çocukluk Çağı Travma Türleri.....	8
2.1.3.1. Cinsel İstismar	8
2.1.3.2. Duygusal İstismar	9
2.1.3.3. Fiziksel İstismar	9
2.1.3.4. İhmal	11
2.1.4. Çocukluk Çağı Travmalarının Epidemiyolojisi.....	11
2.1.5. Çocukluk Çağı Travmaları ile İlişkili Risk Faktörleri	12
2.1.6. Çocukluk Çağı Travmaları ile İlgili Yapılan Araştırmalar	14
2.2. YAKIN İLİŞKİLERDE YAŞANTILAR.....	15
2.2.1. Bağlanma Kuramı	15
2.2.1.1. Çocuklukta Bağlanma.....	16
2.2.1.2. Yetişkinlikte Bağlanma.....	18
2.2.2. Bağlanma Tarzları.....	20
2.2.2.1. Güvenli Bağlanma	20
2.2.2.2. Güvensiz Bağlanma	20
2.2.2.3. Kaygılı-Kararsız Bağlanma	20
2.2.2.4. Kaçınan Bağlanma	21
2.3. ÖFKELİLİK.....	21
2.3.1. Öfke	21

2.3.2. Öfkeye Yol Açan Faktörler.....	22
2.3.3. Öfkenin Boyutları	23
2.3.3.1. Fizyolojik Boyut	23
2.3.3.2. Öfkenin Bilişsel ve Duygusal Boyutu	24
2.3.3.3. Öfkenin Davranış ve Tepki Boyutu	24
2.3.4. Öfkenin İfade Edilmesi.....	25
2.3.5. Öfke Kontrolü	27
3. GEREÇ VE YÖNTEM.....	29
3.1. Araştırmanın Modeli.....	29
3.2. Araştırma Grubu	29
3.3. Veri Toplama Araçları	30
3.3.1. Sosyodemografik Veri Formu	30
3.3.2. Çocukluk Çağı Travmaları Ölçeği.....	31
3.3.3. Yakın İlişkilerde Yaşantılar Envanteri-II	31
3.3.4. Çok Boyutlu Öfke Ölçeği	31
3.4. Verilerin Toplanması	31
3.5. Verilerin Analizi	32
4. BULGULAR.....	34
4.1. Çocukluk Çağı Travmaları, Yakın İlişkilerde Yaşantılar ve Öfkeliliğe Yönelik Betimsel İstatistikler	34
4.2. Çocukluk Çağı Travmaları, Yakın İlişkilerde Yaşantılar ve Öfkelilik Arasındaki İlişkinin İncelenmesi.....	35
4.3. Çocukluk Çağı Travmaları ile Demografik Değişkenler Arasındaki İlişkinin İncelenmesi	38
4.4. Yakın İlişkilerde Yaşantılar ile Demografik Değişkenler Arasındaki İlişkinin İncelenmesi	45
4.5. Öfkelilik ile Demografik Değişkenler Arasındaki İlişkinin İncelenmesi	49
5. TARTIŞMA	57
5.1. Çocukluk Çağı Travmaları, Yakın İlişkilerde Yaşantılar ve Öfkelilik Arasındaki İlişkinin İncelenmesine Yönelik Tartışma.....	57
5.1.1. Çocukluk Çağı Travmaları ve Yakın İlişkilerde Yaşantılar Arasındaki İlişkinin İncelenmesine Yönelik Tartışma.....	57
5.1.2. Çocukluk Çağı Travmaları ve Öfkelilik Arasındaki İlişkinin İncelenmesine Yönelik Tartışma	58
5.1.3. Yakın İlişkilerde Yaşantılar ve Öfkelilik Arasındaki İlişkinin İncelenmesine Yönelik Tartışma	59
5.2. Çocukluk Çağı Travmaları, Yakın İlişkilerde Yaşantılar ve Öfkelilik ile Demografik Değişkenler Arasındaki İlişkinin İncelenmesine Yönelik Tartışma.....	60

5.2.1. Çocukluk Çağı Travmaları ile Demografik Değişkenler Arasındaki İlişkinin İncelenmesine Yönelik Tartışma	60
5.2.2. Yakın İlişkilerde Yaşantılar ile Demografik Değişkenler Arasındaki İlişkinin İncelenmesine Yönelik Tartışma	61
5.2.3. Öfkeli ile Demografik Değişkenler Arasındaki İlişkinin İncelenmesine Yönelik Tartışma	63
6. SONUÇ VE ÖNERİLER.....	66
7. KAYNAKLAR	72
8. EKLER.....	84
ÖZGEÇMİŞ	97



TABLÖLAR DİZİNİ

Tablo 1. Örneklem Grubuna Ait Demografik Bilgilerin Frekans ve Yüzdelik Değerleri	30
Tablo 2. Değişkenlere Ait Basıklık ve Çarpıklık Değerleri.....	32
Tablo 3. Değişkenlere Ait Betimsel İstatistikler.....	34
Tablo 4. Pearson Momentler Çarpımı Korelasyon Analizi Sonuçları	36
Tablo 5. Çocukluk Çağı Travmalarının Cinsiyet Değişkeni Açısından İncelenmesine Yönelik Bağımsız Gruplar t Testi Analizi Sonuçları.....	39
Tablo 6. Çocukluk Çağı Travmalarının Yaş Değişkeni Açısından İncelenmesine Yönelik ANOVA Sonuçları.....	40
Tablo 7. Çocukluk Çağı Travmalarının Eğitim Düzeyi Değişkeni Açısından İncelenmesine Yönelik ANOVA Sonuçları.....	41
Tablo 8. Çocukluk Çağı Travmalarının Doğum Yeri Değişkeni Açısından İncelenmesine Yönelik ANOVA Sonuçları.....	42
Tablo 9. Çocukluk Çağı Travmalarının Gelir Düzeyi Değişkeni Açısından İncelenmesine Yönelik ANOVA Sonuçları.....	43
Tablo 10. Çocukluk Çağı Travmalarının Kardeş Sayısı Değişkeni Açısından İncelenmesine Yönelik ANOVA Sonuçları.....	44
Tablo 11. Yakın İlişkilerde Yaşantılar Ölçeği Puanlarının Cinsiyet Değişkeni Açısından İncelenmesine Yönelik Bağımsız Gruplar t Testi Analizi Sonuçları.....	45
Tablo 12. Yakın İlişkilerde Yaşantılar Ölçeği Puanlarının Yaş Değişkeni Açısından İncelenmesine Yönelik ANOVA Sonuçları.....	46
Tablo 13. Yakın İlişkilerde Yaşantılar Ölçeği Puanlarının Eğitim Düzeyi Değişkeni Açısından İncelenmesine Yönelik ANOVA Sonuçları	47
Tablo 14. Yakın İlişkilerde Yaşantılar Ölçeği Puanlarının Doğum Yeri Değişkeni Açısından İncelenmesine Yönelik ANOVA Sonuçları	47
Tablo 15. Yakın İlişkilerde Yaşantılar Ölçeği Puanlarının Gelir Düzeyi Değişkeni Açısından İncelenmesine Yönelik ANOVA Sonuçları	48
Tablo 16. Yakın İlişkilerde Yaşantılar Ölçeği Puanlarının Kardeş Sayısı Değişkeni Açısından İncelenmesine Yönelik ANOVA Sonuçları	49
Tablo 17. Öfkeliilik Düzeylerinin Cinsiyet Değişkeni Açısından İncelenmesine Yönelik Bağımsız Gruplar t Testi Analizi Sonuçları.....	50

Tablo 18. Öfkeliilik Düzeylerinin Yaş Değişkeni Açısından İncelenmesine Yönelik ANOVA Sonuçları.....	51
Tablo 19. Öfkeliilik Düzeylerinin Eğitim Düzeyi Değişkeni Açısından İncelenmesine Yönelik ANOVA Sonuçları.....	52
Tablo 20. Öfkeliilik Düzeylerinin Doğum Yeri Değişkeni Açısından İncelenmesine Yönelik ANOVA Sonuçları.....	53
Tablo 21. Öfkeliilik Düzeylerinin Gelir Düzeyi Değişkeni Açısından İncelenmesine Yönelik ANOVA Sonuçları.....	54
Tablo 22. Öfkeliilik Düzeylerinin Kardeş Sayısı Değişkeni Açısından İncelenmesine Yönelik ANOVA Sonuçları.....	55



1. GİRİŞ

Travma, kişinin psikolojik kaynaklarının üstesinden gelemeyeceği, uzun süren psikolojik sorunlara yol açabilecek, oldukça yoğun üzüntü duygusunu ortaya çıkaran yaşam olayları şeklinde ifade edilmektedir (Briere ve Scott, 2016). Çocukluk döneminde maruz kalınan travmatik durumlar ise, “*çocuğun geçici olarak mahrum edilmesi, yardım edilmemesi durumunda ortaya çıkan, çocuğun başa çıkma ve dayanma gücünün düşmesine yol açan, darbe ya da darbelerin çocuğun psikolojik ve ruhsal açıdan yıpranmasına yol açan durumlar*” olarak açıklanmaktadır (Terr, 1991). Çocukluk çağında maruz kalınan travmatik yaşantılar, çocuğun, henüz başa çıkma yeteneklerinin tam olarak gelişmediği bir dönemde bulunmasından kaynaklı olarak bireyde oldukça derin etkiler bırakmasına neden olabilmektedir. Çocukluk döneminde maruz kalınan travmatik yaşantılar, kişinin yaşamının her dönemi üzerinde etki sahibi olabilmektedir (Şar, Öztürk ve İkikardeş, 2012).

Çocukluk döneminde maruz kalınan travmatik yaşantılar, kişinin çocuk olarak adlandırıldığı dönemde başına gelen istismar ve ihmal durumlarını bizzat yaşamalarını veya bu durumlara şahit olmalarını içermektedir (Şahin-Demirkapı, 2013). 18 yaşını doldurmamış kişilere karşı gerçekleştirilen ve kişinin zihinsel, sosyal, duygusal ve bedensel gelişimlerini olumsuz etkileyen tüm eylemler istismar olarak kabul edilmektedir. İhmal ise, kişinin bakım, barınma, beslenme, gözlem ve eğitim gibi temel ihtiyaçlarının önemszenmeyerek karşılanmaması şeklinde açıklanmaktadır (Zeytinoğlu, 1999). İhmal ve istismar hakkında gerçekleştirilen bir diğer açıklamada ise çocuk ihmal ve istismarı, çocuğa bakım sunan kişi ya da diğer kişiler tarafından gerçekleştirilen çocuğun sağlığı üzerinde olumsuz etki bırakan, toplumsal, zihinsel, bedensel ya da duygusal gelişimlerini sekteye uğratan tüm tutum ve davranışlar şeklinde ifade edilmektedir (Güler, Uzun, Boztaş ve Aydoğan, 2002).

Toplumsal yaşamın şekli, toplumsal kurallar, hukuki süreçler, normlar, çocuk yetiştirme biçimleri, çocuğa karşı sergilenen tutum ve davranışlar toplumdan topluma değişiklik göstermektedir. Bu nedenle çocuk istismar ve ihmali ile ilgili dünyada genel bir tanımlama yapılamamaktadır. Bu noktada çocuk istismar ve ihmali karşısında geliştirilen toplumsal algı da değişiklik arz edebilmektedir (Bayraktar, 2015; Elliott ve

Urquiza, 2006; Korbin, 1991). Fakat tüm dünyada çocuk istismar ve ihmali ile ilgili genel anlamda kabul gören önemli unsurların ve açıklamaların da olduğu bilinen bir gerçektir.

Gerçekleştirilen çalışmalar ihmal ve istismar yaşantılarının görülme sıklığının gün geçtikçe arttığını göstermektedir. Bir diğer ifadeyle ihmal ve istismar yaşantılarına maruz kalan çocukların sayısı artmakla birlikte bir başka bakış açısıyla da bildirim sayısının da arttığı söylenebilir (Bethea, 1999; Jain, 1999; Theodore ve Runyan, 1999). Bu noktada çocukluk çağı travmaları ile ilişkili olan değişkenlerin incelenmesinin önemli olduğu düşünülmektedir.

Çocukluk çağı travmaları ile ilişkili olabileceği düşünülen değişkenlerden bir tanesi bağlanmadır. Bağlanma kuramı, Bowlby tarafından geliştirilmiştir. İlgili alan yazın incelendiğinde de bebeklik döneminde gerçekleşen bağlanmanın yalnızca biyolojik ihtiyaçların karşılanması ve fiziksel yakınlık kurulması adına değil güvenlik ihtiyacının da karşılanması amacıyla gerçekleştiği ifade edilmektedir (Collins ve Read, 1990). Bağlanmada, ebeveynlerin fiziksel olarak var olması ve bebeğin ihtiyaçlarını karşılaması ne kadar önemli ise anne baba tarafından bebeğe sunulan psikolojik destek ve bebeğin ihtiyaçlarına adapte olabilme becerisi de bir o kadar önemlidir. Bu nedenden dolayı, anne babanın bebeğe yönlendirmiş olduğu belirsizlik içeren davranışlar, olumlu dahi olsa bebek tarafından güvensizlik olarak algılanmaktadır. Belirsizlik içeren davranışların, anne-babanın fiziksel olarak bebeğin yanından kısa süreli ayrılması ile eş değer tepkiler ortaya çıkardığı ifade edilmektedir. Anne baba tarafından bebeğe sunulan belirsiz tepkiler, olumsuz davranışlara ve kaygıya yol açmaktadır. Aynı zamanda bebeğe yöneltilen tepkinin tutarlı, belirli ve net olmasına rağmen duygusal yönden tutarsız davranılması veya empatik olmayan davranışların sergilenmesi de bağlanma üzerinde olumsuz etki bırakmaktadır (Okşak, 2004). Bu noktada da çocukluk çağı yaşantılarının bağlanma üzerinde etkisinin olduğu düşünülmektedir.

Çocukluk çağı travmaları ile ilişkili olabileceği düşünülen bir diğer değişken ise öfkedir. Öfke, kişinin kendisine dışarıdan gelen ve tehdit olarak algıladığı unsurlara karşı uyarıcı, yeni beceriler ve adaptasyon sağlamaya yönelik motivasyon nedeni, hayatının devamlılığını sağlayan normal duygusal bir tepkidir. Öfke, kişinin gelişimsel ve ruhsal yapısına göre tepki verebileceği bir tepki olduğu için, kişi kendisinin haksızlığa uğradığını ya da bir tehditle karşılaştığını düşündüğünde uygun bir şekilde

ifade edemediğinde kişinin yaşamında sorunlar ortaya çıkarabilen bir duygu biçimidir (Duran vd. 2016; Cartıllı, 2016). Öfke başkalarını kontrol etme yolu, bir problem çözme aracı, bir intikam yolu veya öç alma, şiddet göstermeye veya suç işlemeye bir neden, başkalarını suçlama biçimi, bir haklı olma yolu değildir (Soykan, 2011). Öfke kontrol edilemeyip saldırganlığa dönüştüğünde sözel ya da fiziksel saldırıya, tarafların ağır sonuçlarla karşılaşabileceği, kişinin hayatının yitiminde sebep olabileceği olaylara neden olabilmektedir (Köroğlu, 2017). Travmatik yaşantılar sonucunda ortaya çıkan öfke duygusu oldukça doğal ve olağan bir tepki olarak kabul edilmektedir (Dyregrov ve ark., 2002). Gerçekleştirilen araştırmalar, çocukluk çağı travmalarına maruz kalan bireylerin ya daha içe dönük ya da daha saldırgan kişiler olduklarına işaret etmektedir (Bostancı ve ark., 2006).

Yapılan alan yazın taramasından hareketle, çocukluk çağı travmaları, bağlanma ve öfke kavramlarının birbirleri ile ilişkili olabileceği düşünülmüş ve araştırma konusu bu doğrultuda oluşturulmuştur.

1.1. Araştırmanın Amacı

Bu araştırmada, yetişkin bireylerin çocukluk çağı travmaları, yakın ilişkilerde yaşantılar ve öfkelilik düzeyleri arasındaki ilişkinin incelenmesi amaçlanmaktadır. Bu doğrultuda aşağıdaki sorulara yanıt aranmaktadır:

1. Çocukluk çağı travmaları ile yakın ilişkilerde yaşantılar arasında anlamlı bir ilişki bulunmakta mıdır?
2. Çocukluk çağı travmaları ile öfke düzeyleri arasında anlamlı bir ilişki bulunmakta mıdır?
3. Yakın ilişkilerde yaşantılar ile öfke düzeyleri arasında anlamlı bir ilişki bulunmakta mıdır?
4. Çocukluk çağı travmaları, demografik değişkenler (cinsiyet, yaş, eğitim düzeyi, doğum yeri, gelir düzeyi ve kardeş sayısı) açısından anlamlı düzeyde farklılaşmakta mıdır?

5. Yakın ilişkilerde yaşantılar, demografik değişkenler (cinsiyet, yaş, eğitim düzeyi, doğum yeri, gelir düzeyi ve kardeş sayısı) açısından anlamlı düzeyde farklılaşmakta mıdır?

6. Öfkeli, demografik değişkenler (cinsiyet, yaş, eğitim düzeyi, doğum yeri, gelir düzeyi ve kardeş sayısı) açısından anlamlı düzeyde farklılaşmakta mıdır?

1.2. Araştırmanın Varsayımları

1. Araştırmaya katılan yetişkin bireylerin araştırma kapsamında kullanılan ölçme araçlarında bulunan soruları gerçek durumları yansıtacak şekilde ve içtenlikle cevapladıkları varsayılmıştır.

2. Örneklemenin, evreni temsil ettiği varsayılmıştır.

1.3. Araştırmanın Sınırlılıkları

Araştırmada incelenen değişkenler, araştırmada kullanılan ölçme araçlarının ölçtüğü özellikler ile sınırlıdır.

Araştırma sonuçları, araştırmaya katılan yetişkin bireyler ile benzer özelliklere sahip olanlara genellenebilir.

2. GENEL BİLGİLER

2.1. ÇOCUKLUK ÇAĞI TRAVMALARI

2.1.1. Travma

Travma, kişilerin psikolojik açıdan bütünlüğü üzerinde bir tehdit oluşturan, onların iyi oluşlarını ve psikolojik dayanıklılıklarını korumalarını güçleştirilen, kendilerini yetersiz hissettiren durum ya da durumlar olarak açıklanmaktadır (Cloitre, Cohen ve Koenen, 2006). Bir diğer ifadeyle travma, kişinin psikolojik kaynaklarının üstesinden gelemeyeceği, uzun süren psikolojik sorunlara yol açabilecek, oldukça yoğun üzüntü duygusunu ortaya çıkaran yaşam olayları şeklinde ifade edilmektedir (Briere ve Scott, 2016). Genel anlamda bakıldığında ise travmanın, kişinin bedensel ve ruhsal sağlığı üzerinde önemli ölçüde olumsuz etki bırakan, yaralayan, tehdit eden; kişinin başa çıkma becerilerinin üzerinde olan, algılamakta ve anlamlandırmakta zorlanılan; kişinin işlevselliği üzerinde olumsuz bir etki bırakan ve psikolojik yapısını bozan tüm yaşantılar şeklinde açıklandığı görülmektedir (Öztürk ve Uluşahin, 2011; Türksoy, 2003). Travmatik bir yaşantı sonucunda bireyler, çaresizlik, korku ve dehşet hislerini yoğun bir şekilde yaşamaktadırlar (Amerikan Psikiyatri Birliği-APA, 2000).

Bir yaşantının travma şeklinde kabul edilmesinin en temel göstergesi, kişinin günlük hayatında yaşadıklarından uzak bir yaşantı olmasıdır. Bir diğer ifadeyle kişi, yaşamış olduğu durumu, geliştirmiş olduğu bilişsel şemalarla adlandırmakta zorlanmakta ve yaşamış olduğu durumu anlamlandırmakta zorlanmaktadır (Sungur, 1999). Stres ve travmanın ayrımı da bu anlamda yapılmaktadır. Tüm bireyler günlük yaşamlarının içerisinde stres yaşamaktadırlar. Ancak travma günlük yaşam stresinden oldukça farklıdır. Kişinin yaşadığı olayların, başa çıkabilme becerilerinin üstüne çıkması, travmanın yaşanmasına yol açmaktadır (Çelik, 2009). Stres, travma durumlarına kıyasla çok daha fazla ortaya çıkmakta, yaygın olarak görülmektedir. Kişilerin yaşamlarında strese yol açan durumlar genel anlamda daha sıradan yaşantılar olarak kabul edilmekte, bu yaşantıların kontrol altında tutulması daha mümkün ve kolay olmaktadır (Kıra, 2001; Türksoy, 2003). Travma ise çok daha nadir olarak görülmekte, sıradan olmayan ve kontrol altına alınması oldukça zor olan ya da hiç olmayan yaşam durumlarını kapsamaktadır (Çelik, 2009).

Bir olayın travma olarak kabul edilmesi adına bazı faktörlerin bulunması gerekmektedir. Bilişsel davranışçı yaklaşım bu faktörleri şu şekilde açıklamaktadır:

1. Anidenlik

2. Kontrol edilemezlik

3. Birey için olumsuz bir yaşantı olarak algılanması (Carlson, 2000; Carlson ve Dalenberg, 2000).

Kişinin başından geçen travmatik yaşantı sadece kişinin duyguları üzerinde değil davranış ve düşünceleri üzerinde de oldukça önemli etki bırakmaktadır (Özen, 2019).

Çocukluk döneminde maruz kalınan travmatik durumlar ise, “*çocuğun geçici olarak mahrum edilmesi, yardım edilmemesi durumunda ortaya çıkan, çocuğun başa çıkma ve dayanma gücünün düşmesine yol açan, darbe ya da darbelerin çocuğun psikolojik ve ruhsal açıdan yıpranmasına yol açan durumlar*” olarak açıklanmaktadır (Terr, 1991). Çocukluk çağında maruz kalınan travmatik yaşantılar, çocuğun, henüz başa çıkma yeteneklerinin tam olarak gelişmediği bir dönemde bulunmasından kaynaklı olarak bireyde oldukça derin etkiler bırakmasına neden olabilmektedir. Çocukluk döneminde maruz kalınan travmatik yaşantılar, kişinin yaşamının her dönemi üzerinde etki sahibi olabilmektedir (Şar, Öztürk ve İkikardeş, 2012).

2.1.2. Çocukluk Çağı Travması

Çocukluk döneminde maruz kalınan travmatik yaşantılar, kişinin çocuk olarak adlandırıldığı dönemde başına gelen istismar ve ihmal durumlarını bizzat yaşamalarını veya bu durumlara şahit olmalarını içermektedir (Şahin-Demirkapı, 2013). Çocukluk çağı travmaları, kişinin 18 yaşına ulaşmadan önce yaşamış olduğu fiziksel, duygusal ve cinsel ihmal ve istismar durumları veya ebeveynlerden ayrı yaşama, ebeveynleri kaybetme, ebeveynlerin boşanması, göç, şiddet, doğal afet gibi durumları yaşaması şeklinde de açıklanmaktadır (Herman ve Tosun, 2011). Çocukluk çağı travmaları açıklanırken, travmanın ortaya çıkma sebebi, yöntemi ve etkileri oldukça önemli bir rol üstlenmektedir (Polat, 2001). Yoksulluk, terör olayları, savaş ya da salgın hastalıklar da örseleyici yaşantılar olarak kabul etmekte ve bireyler için travma nedeni olarak görülmektedir (Zoroğlu ve ark., 2001). Fakat çocukluk çağı travmaları hakkında yapılan açıklamalar incelendiğinde genel anlamda istismar ve ihmal yaşantıları üzerinde

özellikle durulduğu görülmektedir (Şahin-Demirkapı, 2013). Bu çalışmada da çocukluk çağı travmaları istismar ve ihmal kavramları temelinde açıklanmaktadır.

Çocuğa yönelik ortaya koyulan istismar ve ihmal davranışları oldukça eski zamanlara uzanmaktadır. Fakat çocukluk çağı ihmal ve istismarından ilk olarak 1860 senesinde Ambroise Tardieu bahsetmiştir (Roche, Fortin, Labbe, Brown ve Chadwick, 2005). Bilimsel olarak ilk kullanımı ise bir Kempe ve ark. (1962) tarafından bir yayında “*hırpalanmış çocuk sendromu (The battered-child syndrome)*” şeklinde bahsedilmiştir.

Toplunun yaşayış şekli, toplumsal kurallar, hukuki süreçler, normlar, çocuk yetiştirme biçimleri, çocuğa karşı sergilenen tutum ve davranışlar toplumdan topluma değişiklik göstermektedir. Bu nedenle çocuk istismar ve ihmali ile ilgili dünyada genel bir tanımlama yapılamamaktadır. Bu noktada çocuk istismar ve ihmali karşısında geliştirilen toplumsal algı da değişiklik arz edebilmektedir (Bayraktar, 2015; Elliott ve Urquiza, 2006; Korbin, 1991). Fakat tüm dünyada çocuk istismar ve ihmali ile ilgili genel anlamda kabul gören önemli unsurların ve açıklamaların da olduğu bilinen bir gerçektir.

18 yaşını doldurmamış kişilere karşı gerçekleştirilen ve kişinin zihinsel, sosyal, duygusal ve bedensel gelişimlerini olumsuz etkileyen tüm eylemler istismar olarak kabul edilmektedir. İhmal ise, kişinin bakım, barınma, beslenme, gözlem ve eğitim gibi temel ihtiyaçlarının önemsenmeyerek karşılanmaması şeklinde açıklanmaktadır (Zeytinoğlu, 1999). İhmal ve istismar hakkında gerçekleştirilen bir diğer açıklamada ise çocuk ihmal ve istismarı, çocuğa bakım sunan kişi ya da diğer kişiler tarafından gerçekleştirilen çocuğun sağlığı üzerinde olumsuz etki bırakan, toplumsal, zihinsel, bedensel ya da duygusal gelişimlerini sekteye uğratan tüm tutum ve davranışlar şeklinde ifade edilmektedir (Güler, Uzun, Boztaş ve Aydoğan, 2002).

Çocuk istismarının açıklanmasında ve tanımlanmasında özellikle dikkate alınan birtakım önemli unsurlar vardır. Bu unsurlar; çocuğa yönelik gerçekleştirilen tutum ya da davranışın tekrarlı ve kasıtlı bir şekilde devam ettirilmesi ve davranış ya da tutumun çocuğun sağlığı üzerinde olumsuz bir etki bırakmasıdır (Aral ve Gürsoy, 2001). Diğer önemli unsurlar ise farklı bir kişi tarafından yapılmış olması ve hem bireye zarar veren hem de yasalarca yasaklanmış bir davranış olması olarak açıklanmaktadır (Polat, 2001).

Çocuk ihmal ve istismarı hakkında gerçekleştirilen açıklamalara bakıldığında eylem ya da tutum sonucunda ortaya çıkan çocukluk dönemi travmaları, “çocuğa yönelik gerçekleştirilen, çocuğa zarar veren ya da uygun olmayan, gelişimi üzerinde olumsuz etki bırakan eylemler ya da tutumlar sonucunda çocuğun sosyal, ruhsal, bedensel ya da cinsel bakımdan olumsuz etkilenmesi” olarak açıklanmaktadır (Chasan, 2010; Taner ve Gökler, 2004).

2.1.3. Çocukluk Çağı Travma Türleri

Çocukluk döneminde yaşanan travmaların türleri temel olarak dört farklı başlıkta ele alınmaktadır. Bunlar;

- Cinsel istismar
- Duygusal istismar
- Fiziksel istismar ve
- İhmal şeklinde isimlendirilmektedir.

Aşağıdaki bölümde çocukluk çağı travmalarının türleri hakkında açıklamalar yer almaktadır.

2.1.3.1. Cinsel İstismar

Çocuğun tam anlamıyla kendisini anlayamadığı, tanımlayamadığı ve tanımadığı; rıza gösterme durumunun olmadığı; gelişimsel bakımdan hazırbulunuşluğunun gelişmediği bir zaman diliminde, yasal olmayan ve toplum tarafından uygun görülmeyen cinsel eylemlere çocuğun maruz bırakılması cinsel istismar olarak açıklanmaktadır (Tansel, 2017; Topçu, 2009). Çocuk istismarında istismarcı, bir çocuk, genç ya da bir yetişkin olabilir (Alpaslan 2014; Keser 2016).

Cinsel istismar, sadece bedensel bir temas olarak kabul edilmemektedir. Teşhircilik, sözel istismar, cinsel bir ilişkisinin izletilmesi veya röntgencilik de cinsel istismar kapsamında değerlendirilmektedir (Alsancak, 2016; Yakut ve Korkmaz, 2013).

Çocukluk çağında yaşanan istismar durumları, mağdurlar üzerinde uzun süreli ve kalıcı bir etki bırakmaktadır. Fakat özellikle yaşanan cinsel istismar yaşantıları çocukların hem yaşam kaliteleri hem de ruhsal sağlıkları üzerinde daha uzun süreli, yoğun ve kalıcı etkiler bırakmaktadır (Soylu, Pılan, Ayaz ve Sönmez, 2012). Yapılan

çalışmalara bakıldığında da cinsel istismar mağduru olan çocukların genelinde psikolojik rahatsızlıkların bulunduğu ifade edilmektedir (Bakır ve Kapucu, 2017; şimşek, Fettahoğlu ve Özatalay, 2011).

2.1.3.2. Duygusal İstismar

Duygusal istismara maruz kalan çocuklarda, bedensel bir iz görülmemektedir. Bu nedenle tespit edilmesi oldukça zor olan bir istismar türüdür. Bu nedenle de araştırmalar tarafından incelenmesi ve açıklanması diğer istismar türlerine, özellikle de fiziksel istismara göre daha geç olmuştur (Polat, 2008).

Duygusal istismar içerisinde sözel söylemler de yer almaktadır. Çocuğa yönelik kullanılan onu küçümseyen, aşağılayan, alay edici sözler ve düşmanca söylemler duygusal istismar kapsamında ele alınmaktadır. Aynı zamanda çocuğın küçük düşürölmesi de bir duygusal istismardır (Hornor, 2012).

Dünya Sağlık Örgütü, duygusal istismarı, çocuğın gelişim sürecinde destekleyici olmayan bir çevrede olması ve bu çevre içerisinde yetişmesi şeklinde açıklamaktadır. Bakım vereni tarafından destekleyici bir çevre çocuk için sağlanması zorunlu olan unsurlardan bir tanesidir. Genel olarak bakıldığında duygusal istismar, çocuğın, duygusal, zihinsel, bedensel, manevi ve ahlaki açıdan olumsuz etkilendiği veya olumsuz etkilenme ihtimalinin olduğu söz ya da tutumlara maruz kalması şeklinde tanımlanmaktadır (WHO, 2006).

Gerçekleştirilen bir çalışmada ölkemizdeki duygusal istismar yaygınlığının %50 olduğu ortaya koyulmuştur (Korkmazlar-Oral, Engin ve Büyükyazıcı, 2010). Fakat buna rağmen duygusal istismar, hakkında en az çalışılan istismar türü olarak karşımıza çıkmaktadır (Bakır ve Kapucu, 2017).

2.1.3.3. Fiziksel İstismar

Çocuğın bedeninde hasara neden olan, yaralanmaya yol açan ve çocuğın sağlığı üzerinde olumsuz etki bırakan eylemler, fiziksel istismardır. Fiziksel istismar hakkında yapılan tanımlamalara bakıldığında; fiziksel örselenme (Kulaksızoğlu, 2001) ya da kaza dışı yaralanma (Polat, 1998; şahin-Demirkapı, 2013) şeklinde açıklandığı görölmektedir. Cinsel istismar ya da duygusal istismarla karşılaştırıldığında bu istismar

türü daha kolay tespit edilebilmektedir. Aynı zamanda daha yaygın olduğu da görülmektedir (Polat, 2004).

Fiziksel istismar içerisinde en yaygın olarak karşılaşılan ise çocuğun şiddet görmesi yani dövülmesidir. Bununla birlikte sarsma, tekmeleme, yaralama, ısırma, boğaz sıkma, yakma, boğma, zehirlenme gibi eylemler de fiziksel istismar kapsamında ele alınmaktadır (Butchart ve ark., 2006; Kara, Biçer ve Gökalp, 2004; Şahin-Demirkapı, 2013).

Sergilenen fiziksel istismar eylemleri çoğu zaman çocuğu cezalandırma, çocuğun üzerinde otorite kurma ya da istismarcının kendi öfke duygusunu dışarı vurma amacıyla sergilenmektedir (Çelik ve Hocaoglu, 2018; Hancı, 2002; Kaplan, Pelcovitz, Labruna, 1999). Fiziksel istismar eylemlerine maruz kalan çocukların çoğu zaman duygusal ihmal ve istismar da yaşadıkları ifade edilmektedir (Mash ve Wolfe, 1991).

Fiziksel istismara maruz kalan çocuklara bakıldığında çoğu zaman çürük, morarma, kırık, yanık izi ve iç kanama gibi bedensel belirtilerin olduğu görülmektedir (Pelcovitz ve ark., 2000). Bunların haricinde göz, eklem, kemik ve beyin problemleri, yumuşak doku zedelenmeleri ve gelişimde sekteye uğrama gibi belirtiler de ortaya çıkabilmektedir (Polat, 2001). Fiziksel istismar sonucunda ortaya çıkan belirtiler yalnızca bedensel değildir. Mağdurlar, fiziksel istismardan ruhsal açıdan da oldukça fazla etkilenmektedir. Çocukluk döneminde fiziksel istismara maruz kalan çocukların yetişkinlik dönemlerinde daha fazla intihar girişiminde bulundukları, cinsel sorunlarının daha sık olduğu, evliliklerinin daha fazla boşanma ile sonuçlandığı ve benlik saygısı düzeylerinin daha düşük olduğu ifade edilmektedir (Mullen ve ark., 1996). Bununla birlikte bu kişilerin toplumsal ilişkilerde de daha fazla sorun yaşadıkları ve sosyal izolasyon düzeylerinin daha fazla olduğu (Lansfor ve ark., 2002); daha fazla saldırgan ve öfkeli davranışlar sergiledikleri, empati kurma noktasında daha fazla sorun yaşadıkları belirtilmektedir (Veltman ve Browne, 2001).

Alan yazına bakıldığında fiziksel istismar yaşantılarının en yaygın olarak bebeklik döneminde ve okul öncesi dönemde olan çocuklara yönelik olarak gerçekleştirildiği ifade edilmektedir. Bu durumun nedeni olarak o yaş dönemindeki çocukların kendilerini ifade etme ve savunma noktasında yetersiz olması görülmektedir (Bilir ve ark., 1991). Bununla birlikte işsizlik, yoksulluk, ekonomik sıkıntılar, ailede

yaşanılan diğer bireylere yönelik şiddet eylemlerinin bulunması, stresli hayat koşulları gibi sebepler de kişilerin fiziksel istismar sergilemeye iten nedenler arasında bulunmaktadır (Ammerman, 1990).

2.1.3.4. İhmal

İhmal, en temel anlamıyla kötü bakım şeklinde açıklanmaktadır (Polat, 2007). Çocuğun bakımından sorumlu olan bakım veren tarafından çocuğun beslenme, barınma, bakım, giyim, sağlık, korunma ve eğitim gibi gereksinimlerinin uygun ve yeterli düzeyde karşılanmaması neticesinde çocuğun tek başına bırakılması ihmal olarak açıklanmaktadır (Şahin-Demirkapı, 2013).

İhmal, bakım verenin aktif olmayan eylemlerinden meydana gelmektedir. İstismardan farklı kılan en temel nokta da burada görülmektedir. İhmal pasif eylemlerden meydana gelirken istismar aktif eylemlerden meydana gelmektedir (Şahin-Demirkapı, 2013).

İhmal davranışları da üç ana başlıkta açıklanmaktadır. Bunlar, cinsel, duygusal ve fiziksel ihmaldir. Cinsel ihmal; çocuğun cinsel gelişimi ile ilgilenilmemesi, önemsenmemesi ve çocuğa yönelik gerçekleştirilen cinsel sömürüden korunmaması şeklinde açıklanmaktadır. Duygusal ihmal; çocuğun yakınlık, sevgi ve ilgi ihtiyaçlarının karşılanmaması; fiziksel ihmal ise çocuğun sosyal ve toplumsal bakımdan gereksinim duyduğu kaynakların bakım verenin elinde olmasına rağmen çocuk için kullanılmaması, bu kaynaklardan yoksun bırakılması olarak ifade edilmektedir (Aral ve Gürsoy, 2001).

2.1.4. Çocukluk Çağı Travmalarının Epidemiyolojisi

Çocukluk döneminde maruz kalınan travmatik yaşantıların görülme sıklığı geçmiş zamanlardan günümüze değin farklı araştırmaların konusu olmuştur. Fakat gerçekleştirilen çalışmalarda çocukluk dönemi travmatik yaşantılarının görülme sıklığı farklılık göstermektedir. Ortaya çıkan bu farklılığın travmatik yaşantıların bildirilmesiyle alakalı olduğu ifade edilmektedir (Gürgen, 2017).

Çocukluk çağı travmatik yaşantılarının görülme sıklığının ülkeler arasındaki yaygınlığına bakıldığında, gelişmiş ülkelerle kıyaslandığında düşük ve orta gelişmişlik düzeyinde olan ülkelerde 2-3 kat daha fazla olduğu belirtilmektedir. Çocuk ihmal ve

istismarının dünya genelinde en yoğun olarak Afrika bölgesinde olduğu ifade edilmektedir. En az olarak görüldüğü bölgeler ise Avrupa, Doğu Akdeniz ve Batı Pasifik olarak ifade edilmektedir (Runyan, Wattam, Ikeda, Hassan, Ramiro, 2002).

Gerçekleştirilen çalışmalarda ifade edilen bir diğer bulgu ise yaşı ilerlemesiyle birlikte ihmal ve istismar eylemlerine maruz kalmanın azalmasıdır (U.S. Department Of Health And Human Services, 2009). Çalışmalar 12 yaşı ardından bu yaşantılara maruz kalmanın azaldığını göstermektedir (Dubowitz, 2002; Tercier, 1998). Bununla birlikte erkek çocuklarının travmatik yaşantılara maruz kalma durumunun kızlara oranla daha düşük olduğu belirtilmektedir. Ancak bu oran birbirine yakındır. Bu noktada erkek çocuklarının bu yaşantılara maruz kalmadığının söylenmesi mümkün değildir. İstismar yaşantılarına maruz kalma oranlarına bakıldığında erkeklerin %48; kız çocuklarının ise %52 olduğu görülmektedir (Bernet, 1997; Jain, 1999).

Gerçekleştirilen çalışmalar ihmal ve istismar yaşantılarının görülme sıklığının gün geçtikçe arttığını göstermektedir. Bir diğer ifadeyle ihmal ve istismar yaşantılarına maruz kalan çocukların sayısı artmakla birlikte bir başka bakış açısıyla da bildirim sayısının da arttığı söylenebilir (Bethea, 1999; Jain, 1999; Theodore ve Runyan, 1999).

Yakın zamanlı çalışmalar incelendiğinde ülkemizde yapılan bir araştırmada çocukluk döneminde maruz kalınan travmatik yaşantıların yaygınlığı %31.3 şeklinde açıklanmıştır (Dereboy ve ark., 2018). Çin’de yapılan bir çalışmada ise yaygınlık oranı %44.8 şeklinde belirtilmiştir (Ji ve Wang, 2018).

Dünya Sağlık Örgütü’nün gerçekleştirdiği araştırma sonucunda ortaya koyulan raporda yetişkinlik çağındaki kişilerin duygusal istismar oranları %36.3; fiziksel istismar oranları %22.6 ve cinsel istismar oranlarının ise %16.3 olduğu görülmüştür. Aynı raporda kadınların daha fazla cinsel istismar mağduru oldukları da ortaya koyulmuştur (WHO, 2014).

2.1.5. Çocukluk Çağı Travmaları ile İlişkili Risk Faktörleri

Çocukluk dönemi travmalarına maruz kalma riskini arttıran farklı faktörler yer almaktadır. Bu faktörlere aşağıda yer verilmekle birlikte her bölgeden ve özellikle çocuğun bu yaşantılara maruz kalabileceği de mutlaka vurgulanmalıdır.

Çocukluk çağı travmatik yaşantılarına maruz kalma durumlarını yükselten risk faktörleri;

- Maddi problemler (Erginer, 2007; Polat, 2001)
- Boşanmış ebeveyn, ebeveyn kaybı, ebeveynlerle sağlıklı ilişkiler (Örsel ve ark., 2011; Polat 2001; Zeren, Yengil, Çelikel, Arık, ve Arslan, 2012)
- Sosyal ilişkilerde sorun yaşama ve izole bir hayat yaşama (Polat, 2001; Taner ve Gökler, 2004)
- Sosyal destekten mahrum olma (Güler, Uzun, Boztaş ve Aydoğan, 2002)
- Ebeveynlerde öz kırım ya da suça meyil, psikolojik problem, madde bağımlılığı gibi öykülerin yer alması (Erginer, 2007; Polat, 2001; Taner ve Gökler, 2004)
- Eğitim seviyesinin düşük olması, zeka geriliği (Erginer 2007; Örsel ve ark., 2011; Polat, 2001; Turhan ve ark., 2006)
- Anne babanın çocukluk çağı travmalarına maruz kalmış olması (Altıparmak, Yıldırım, Yardımcı ve Ergin, 2013; Sadock ve Sadock, 2014)
- Aile içinde rol çatışmalarının olması ve anne babanın bu çatışmalar ile başa çıkma konusunda yeterli olmaması (Örsel ve ark., 2011; Polat, 2001; Taner ve Gökler, 2004)
- Ebeveynlerin çocuk sayısının çok olmasından kaynaklı olarak çocuklara yeterli düzeyde ilgi göstermemesi (Erginer, 2007; Güler ve ark., 2002; Polat, 2001)
- Bireylerin kişilik örüntüleri (Erginer, 2007; Zeytinoğlu, 1991)
- Kültürel yapı, gelenekler, toplumun özellikleri ve değerleri (Erginer, 2007; Polat, 2001; Zeytinoğlu, 1991)
- Yasal düzenlemelerde eksiklik ve yasaların uygun şekilde yerine getirilmemesi (Zeytinoğlu, 1991) şeklinde açıklanmaktadır.

Dünya Sağlık Örgütü'nün yapmış olduğu açıklamada ise, çocukluk çağı travmaları için en temel risk unsuları; *“4 yaşın altında veya ergenlik çağında olmak, aile tarafından istenmeyen bir çocuk olmak, ailenin isteklerini ve beklentilerini karşılama noktasında yetersiz olmak, özel gereksinimli çocuk olmak ve normal dışı fiziksel özelliklere sahip bir çocuk olmak”* şeklinde belirtilmektedir (WHO, 2016).

2.1.6. Çocukluk Çağı Travmaları ile İlgili Yapılan Araştırmalar

Çocukluk çağı travmaları ile ilgili yapılan araştırmalar, gün geçtikçe artış göstermektedir. Araştırmanın bu bölümünde hem ülkemizde hem de yurt dışında bu konu ile ilgili yapılan çalışmalar hakkında bilgiler yer almaktadır. Araştırmalar kronolojik sıralamaya uygun olarak verilmiştir.

Wolfe, Scott, Wekerle ve Pittman (2001) tarafından gerçekleştirilen araştırmada, çocukluk çağı travmaları ile ergenlik dönemindeki psikolojik sorunların arasındaki ilişkinin incelenmesi amaçlanmıştır. Araştırma sonucunda çocukluk çağı istismarına maruz kalan kız ergenlerin maruz kalmayanlara oranla daha fazla öfke, depresyon, travma sonrası stres bozukluğu ve anksiyeteye sahip oldukları görülmüştür. Aynı çalışmada çocukluk çağı travmalarına maruz kalan erkeklerin kızlara oranla daha fazla depresyon, içe kapanıklık ve travma sonrası stres bozukluğu belirtileri sergiledikleri sonucuna ulaşılmıştır.

Gökler (2002) tarafından gerçekleştirilen araştırmada, çocukluk çağı travmalarının beyin üzerindeki etkisinin incelenmesi amaçlanmıştır. Araştırma sonucunda gelişim dönemleri içerisinde ihmal veya istismara maruz kalmanın beyin üzerinde olumsuz etkilerinin olduğu, bu bireylerin nöro-gelişimsel sorunlarla daha sık karşılaştıkları görülmüştür.

Deniz (2006) tarafından gerçekleştirilen araştırmada çocukluk çağı travmaları ve bağlanma stilleri arasındaki ilişkinin incelenmesi amaçlanmıştır. Bu araştırma sonucunda çocukluk döneminde istismara maruz kalan bireylerin saplantılı bağlanma geliştirdikleri görülmüştür.

Chasan (2010) tarafından gerçekleştirilen araştırmada ise çocukluk çağı travmaları ile alkol bağımlılığı arasındaki ilişkinin incelenmesi amaçlanmıştır. Araştırma sonucunda alkol bağımlılığı bulunan bireylerin, alkol bağımlılığı bulunmayan

bireylere oranla daha fazla çocukluk dönemi istismar ve ihmeline maruz kaldıkları görülmüştür.

Korkmaz (2019) tarafından gerçekleştirilen araştırmada, çocukluk çağı travmaları ve affetmenin savunma mekanizmaları ile ilişkisinin incelenmesi amaçlanmıştır. Araştırma sonucunda çocukluk çağı travmaları ile affetmenin, savunma mekanizmalarının yoğun kullanımı ile ilişkili olduğu görülmüştür.

2.2. YAKIN İLİŞKİLERDE YAŞANTILAR

2.2.1. Bağlanma Kuramı

Bağlanma kuramı, Bowlby tarafından geliştirilmiştir. Bowlby'nin bağlanma kuramı, ilk bağlanma kuramı olarak kabul edilmektedir. Bu yaklaşım, bağlanmayı “evrimsel-etoloji” bakış açısıyla açıklamaktadır. Bu bakış açısı, bebekler tarafından gerçekleştirilen bağlanmanın bakım veren (anne) ile kurduğu bağ ve güvenli ilişkinin, bebeğin tüm yaşamı boyunca işlevselliğini desteklemek adına elde ettiği içgüdü ve davranış örüntülerini oluşturduğunu ifade etmektedir (Bowlby, 1980). Bowlby (1951), bu yaklaşımı Dünya Sağlık Örgütü tarafından yayınlanan raporlarla desteklemektedir. Yayınlanan raporda, bebeklerin doğum sonrasındaki ilk üç yıl boyunca bakım verenden mahrum kalmalarının, psikolojik ve fiziksel sorunlara eğilimi arttırdığı ifade edilmektedir.

İlgili alan yazın incelendiğinde de bebeklik döneminde gerçekleşen bağlanmanın yalnızca biyolojik ihtiyaçların karşılanması ve fiziksel yakınlık kurulması adına değil güvenlik ihtiyacının da karşılanması amacıyla gerçekleştiği ifade edilmektedir (Collins ve Read, 1990).

Bakım veren ile bebek arasındaki ilişki ve uyum, bağlanmanın nasıl geliştiğini yansıtmaları açısından oldukça önem taşımaktadır. İlişkide meydana gelen herhangi bir uyumsuzluk veya sorunun sürekli olarak tekrarlanması bebekte güvensizlik, huzursuzluk ve kaygının oluşmasına yol açmaktadır. Aynı zamanda bebek ve bakım veren arasındaki mesafenin bebeğin kaldırabileceğinden fazla olması sonucunda da bebekte sosyal çevreden soyutlanma ve kopma gözlenmesi muhtemeldir (Sümer, 2006).

Bağlanmanın gelişmesinde bazı aşamaların olduğu görülmektedir. Bu aşamalar;

- Bebeğin temel duygusal ve fiziksel ihtiyaçlarının karşılanması ve bunun sürekliliğinin sağlanması
- Bebeğin çevreyi keşfetme sürecinde bakım veren tarafından güvenliğinin sağlanması
- Bakım veren ve bebek arasındaki ilişkinin engellenmesi veya kısıtlanması durumunda huzursuzluk ve kaygı hisseden bebeğin güven duygusu ile karşılanması ve
- Bebeğin benlik bütünlüğünü veya fiziksel sağlığını tehdit edici bir durumla karşılaşması sonucunda bakım veren tarafından destek ve güven veren bir yaklaşımla korunması olarak ifade edilmektedir (Tanış, 2014).

Bağlanmada, ebeveynlerin fiziksel olarak var olması ve bebeğin ihtiyaçlarını karşılaması ne kadar önemli ise anne baba tarafından bebeğe sunulan psikolojik destek ve bebeğin ihtiyaçlarına adapte olabilme becerisi de bir o kadar önemlidir. Bu nedenden dolayı, anne babanın bebeğe yönlendirmiş olduğu belirsizlik içeren davranışlar, olumlu dahi olsa bebek tarafından güvensizlik olarak algılanmaktadır. Belirsizlik içeren davranışların, anne-babanın fiziksel olarak bebeğin yanından kısa süreli ayrılması ile eş değer tepkiler ortaya çıkardığı ifade edilmektedir. Anne baba tarafından bebeğe sunulan belirsiz tepkiler, olumsuz davranışlara ve kaygıya yol açmaktadır. Aynı zamanda bebeğe yöneltilen tepkinin tutarlı, belirli ve net olmasına rağmen duygusal yönden tutarsız davranılması veya empatik olmayan davranışların sergilenmesi de bağlanma üzerinde olumsuz etki bırakmaktadır. Bu tarz bağlanma durumuna “bağlanmanın çözülmesi” veya “bağlanma travması” adı verilmektedir (Okşak, 2004).

2.2.1.1. Çocuklukta Bağlanma

Bebeklik döneminde meydana gelen bağlanmanın, bebekler tarafından çevresinde bulunan ve gelişigüzel belirlenen herhangi birine yönelik oluşmakta olduğu gösterilse de yapılan çalışmalar bu bakış açısının tam olarak da doğru olmadığını kanıtlar niteliktedir. Yapılan çalışmalara göre bebekler açısından en geç olarak yedinci aya kadar bağlanma gerçekleşmektedir. Oluşan bu bağlanma, bebeklerin onlardan ayrı kalmakta zorlandığı ve bu olaya karşı çıktığı bireyi bilerek ve özellikle seçmesi yoluyla oluşabilmektedir (Uzun, 2017).

Bağlanmanın oluşmasında ve bağlanma objesinin belirlenmesinde, bebekler tarafından zorluklar ve belirsizlikler karşısında olumlu bir tutum sergileyen, yapıcı tepkiler gösteren bireylerin var oluşunun önemi görülmektedir. Bebeklerin bağlanma objesini seçmesinde, olumlu tepkiler vermenin ve yapıcı olmanın pek de azımsanmayacak bir etkisinin olduğu gözlemlenmektedir (Schaffer ve Emerson, 1964). Bağlanmanın bütünüyle ortaya çıkması ise hayatının doğumdan sonraki ilk üç yıl süresince devam etmektedir (Uzun, 2017).

Bağlanmanın oluşmasının ardından belirlenen bağlanma objesinin çocuğun sosyal çevresinden uzak kalması ve çocuğun ulaşmakta zorlanacağı bir seviyeye gelmesi halinde, çocukta zaman zaman belirli duygusal farklılaşmalar ortaya çıkabilmektedir. Bu farklılaşmalar, Bowlby (2012a)'a göre, bağlanma objesinin, büyük oranda annenin olmamasına uyum göstermesi için oldukça faydalı deneyimler kazandığını kanıtlar niteliktedir.

Çocukların bağlanma objesinden ayrılmasına bağlı olarak bazı ön görülebilir tepkilerin ortaya çıktığı gözlemlenmektedir. İlk başta “protesto” tepkisinin ortaya çıktığı gözlemlenmiştir. Protesto tepkisinde çocuklar, bağlanma objesi dışında kalan başka bir nesne tarafından sakinleştirilmeye çalışıldığında bu duruma karşı çıkmaktadır. Bu durumda sürekli olarak ağlayıp, hırçınlaşıp agresif tavırlar sergileyebilmektedir (Bowlby, 2012a).

Protesto tepkisinden sonra “umutsuzluk” meydana gelmektedir. Ağlama ve hırçınlaşma tepkisi ile bağlanma objesini geri getirmeyi başaramayan çocuk, bağlanma objesinin geri gelmesine olan inancını kaybetmeye başlamış ve yeniden ihtiyaçlarının ve gereksinimlerinin gidermesine yönelik beklentisini kaybetmeye başlamaktadır (Bowlby, 2012a).

Çocuğun en son tepkisi ise ebeveyninden duygusal bağlamda kopmaktır. Duygusal bağlamda kopma yaşantısı, bağlanmanın giderek çözülmesine neden olmaktadır. Protesto tepkisinde oluşan kaygı ve üzüntünün ardından meydana gelen umutsuzluk ve karamsarlık duygusu öncelik olarak olumsuz bir olayı çağrıştırır da, bu durum çocukların bağımsız bir hale gelmesine olanak sağlar. Çocukların fiziksel ve bedensel açıdan ebeveynlerinin beklentilerini düşürerek onun geri dönüşünü ısrarla

istememesinin ve beklemesinin oluşturacağı tükenmişlik duygusundan çocukları korumaktadır (Bowlby, 2012a).

Bağlanmanın olması gereken zamanda kopması, ebeveyn den uzaklaşma durumunda çocuğun hızlıca normal yaşamına adapte olmasını kolaylaştırmaktadır. Bu durumda diğer bağlanma objeleri ile oluşturacağı yakınlık için de uygun ortamı ve hazırbulunuşluğu desteklediği görülmektedir (Hazan ve Shaver, 1987).

Bebeklik döneminde ortaya çıkan ve erken çocukluk döneminde gelişim gösteren bağlanmanın kalitesi, ebeveynin bebeklerin erken dönemde gereksinim hissettiği duygusal tetikleyicilere ne ölçüde adapte olabileceği ve göstermiş olduğu olumlu tepkiler ile birlikte farklılaşabilmektedir (Collins ve Read, 1990).

Anne ile bebekler arasındaki ilişkide, bebek hem kendisi hem de annesi ile ilgili pek çok bilişsel şema oluşturmaktadır (Bowlby, 2012b). Bebeklik döneminde meydana gelen bu şemalar çocukluk çağlarında da süregelmektedir. Çocukta bulunan bu şemalar, anne tarafından çocuğa sunulacak olan ve öngörülebilir tepkilere karşı çocuğun istek ve beklentilerini içeren düşüncelerden ibarettir. Aynı zamanda bu şemalar, çocuğun diğer bireyler ile olan ilişkilerinde istediği hedeflere ulaşmasına yönelik olarak kendi içerisinde geliştirmiş olduğu davranışları da şekillendirmektedir (Uluyol, 2014).

2.2.1.2. Yetişkinlikte Bağlanma

Yetişkinlik döneminde gerçekleşen bağlanma yine Bowlby'nin araştırmaları temel alınarak Bartholomew ve Horowitz (1991) tarafından ortaya konulmuştur. Bu çalışma yapılırken kişilerin kendilerine yönelik değerlendirme ile diğer bireylere yönelik değerlerin araştırıldığı görülmektedir. Kişilerin bu değerlerinin olumlu veya olumsuz olarak değişebileceği ya da oluşabileceği ifade edilmektedir.

Kişilerin ortaya koyduğu bilişsel şemalar, bağlanma deneyimleri ile birlikte gelişim gösterdikleri gözlemlenmektedir. Bu deneyimler şu şekilde sıralanabilir;

- Bağlanma objesinin genel anlamda koruma ve destek beklentilerine ya da çağrılarına cevap verme açısından değerlendirip veya değerlendirilmediği
- Kişilerin kendisini, başkaları ve bilhassa bağlanma objesi tarafından yardıma gereksinim duyan biri olarak görülüp görülmediğidir (Bowlby, 1982).

Bilişsel olarak bu iki değer birbirlerinden bağımsız ve ayrılmış gibi görünse de, kişilerin içinde bulunduğu yaşantısı ile bir bütün haline gelmiş iki düşünce şekli olduğu gözlenmektedir (Uzun, 2017).

Yetişkinlerde bağlanmanın temellerini oluşturan Bartholomew ve Horowitz (1991)'de bu yöntemi benimseyerek bağlanma şekillerini “benlik” ve “başkaları” modellerinden meydana geldiğini ifade etmişlerdir. Kişilerin başkalarının kabul ettiği noktadan farklı bir biçimde varlığını kabullenmesi, özel bir birey olarak değer görmeye ve seilmeye kendisini layık görmesi ve benlik saygı düzeyi “olumlu benlik” sürecini meydana getirmektedir. Olumsuz benlik süreci ise benlik saygısının az olması ve bireyin devamlı olarak başkalarının onayını almaya gereksinim duyması ile bağlantılı olarak ifade edildiğini belirtmektedir.

Kişilerin, kendisi için önemli olan insanlara ulaşabilmesi ve onlara güven duyması “olumlu başkaları” bakış açısını oluşturmaktadır. Bu bakış açısı ile birlikte olumlu başkaları düşüncesine sahip olan kişiler, başkalarından yardım ve destek isteyebilmektedirler. Bu bakış açısının olumsuz olmasıyla birlikte birey, diğer bireyler ile yakın ilişkilerden uzak durmakta, sosyal ve psikolojik destek alma konusunda eksiklik yaşamakta ve diğer kişilere destek olmaktan kaçınmakta ya da bu durum karşısında tepkisiz ve kayıtsız bir tutum sergilemektedirler. Olumsuz başkaları şekline sahip olan kişilerin diğer bireylere yönelik tutumları büyük ölçüde olumsuz bir biçimde şekil almaktadır (Bartholomew ve Horowitz, 1991).

Literatüre bakıldığında romantik ilişkilerin yapısının anlaşılması adına bebeklik döneminde meydana gelen bağlanma stillerine bakıldığı görülmektedir. Çalışmalarda, ilişkilerin çözümlenmesi adına bebeklik döneminde karşılaşmış oldukları bağlanma stiline ve geliştirilmiş olan bağlanma örüntülerinin çok önemli bir etkisinin olduğu vurgulanmaktadır (Bartholomew ve Horowitz, 1991; Simpson, Rholes, Campbell, 2003).

Çocukluk ve yetişkinlik çağında geliştirilen bağlanma örüntülerinin temelde benzer özellikleri taşıdığı ifade edilmektedir. Ancak bireylerin değer atfettikleri bağlanma objeleri döneme göre farklılaşabilmektedir. Bebeklik çağında bağlanma objesi bebeğin ihtiyaçlarını karşılayan anne veya bakım veren iken; yetişkinlik çağında

bu obje bireyin romantik ilişki yaşadığı partneri veya eşi olarak değişime uğramaktadır (Çavuşoğlu, 2011; Çelik, Ekşi ve Gülsu, 2017).

2.2.2. Bağlanma Tarzları

Bireylerin yetişkinlik çağında benimsedikleri bağlanma tarzları temelde dört temel boyutta ele alınmaktadır. Bunlar; kaygılı-kararsız bağlanma, kaçınmacı bağlanma, güvensiz bağlanma ve güvenli bağlanma olarak adlandırılmaktadır. Aşağıdaki bölümde bu dört bağlanma tarzı ile ilgili açıklamalar bulunmaktadır.

2.2.2.1. Güvenli Bağlanma

Güvenli bağlanma tarzını benimseyen ve bu yönde davranış örüntüleri sergileyen bireyler, yakınlaşma ve bağlanma konusunda problem yaşamadan diğerleriyle bağ kurabilmektedirler. Güvenli bağlanan kişiler, etrafındaki diğer kişilerle bağ kurma noktasında kaygı duygusu yaşamazlar ve diğerlerine bağlanmak bu kişiler için herhangi bir rahatsızlık uyandırmaz (Zvelc, 2007). Güvenli bağlanan bireyler, diğer insanlarla birlikte olmaktan endişe duymadıkları gibi yalnız başlarına vakit geçirmekten de tedirgin olmazlar (Genç, 2020).

2.2.2.2. Güvensiz Bağlanma

Güvensiz bağlanma tarzını benimseyen ve bu yönde davranış örüntüleri sergileyen bireyler, sosyal çevresinde yer alan diğer kişiler ile duygusal yönden bir bağlanma gerçekleştirmeye yoğun bir ihtiyaç duymaktadırlar. Ancak kendileri istemelerine rağmen diğerlerinin kendileri ile yakınlaşmak istemeyeceklerine yönelik yoğun bir düşünce içerisinde olduklarıdır. Güvensiz bağlanma tarzını benimseyen bireyler, tüm insanların kendisiyle duygusal bağ kurmaktan kaçındıklarını düşünmektedirler. Bu yüzden bu bireyler, ikili ilişki kurmakta ve bilhassa da romantik ilişki geliştirmekte zorlanmaktadır. Büyük çoğunlukla da zaten romantik ilişki kurmayı başaramamaktadırlar. Diğerleriyle yakınlaşmaları durumunda da çoğu zaman kendilerini rahatsız ve kaygılı hissetmektedirler (Genç, 2020).

2.2.2.3. Kaygılı-Kararsız Bağlanma

Kaygılı-kararsız bağlanma tarzını benimseyen ve bu yönde davranış örüntüleri sergileyen bireyler için toplumsal yaşamdaki diğer insanlarla ilişki kurmak, onlarla

yakın bir bağ kurmak oldukça zorlayıcı ve güç olmaktadır. Kaygılı-kararsız bağlanma örüntüsü sergileyen bireyler, romantik ilişkiye karşı özlem duyarlar ve bir ilişki içerisinde bulunmayı arzularlar. Fakat romantik ilişki partnerlerine güvenme ve onlara bağlanma ile ilgili ciddi problemlerle karşılaşmaktadırlar. Bu bağlanma tarzına sahip olan bireyler, çevrelerindeki bireylerle ki bu bireyler ailesinden dahi olsa, yakınlaşma yaşadıklarında rahatsızlık hissetmekte ve diğerlerinden sürekli olarak zarar görecekları doğrultusunda bir inanışa sahiptirler (Genç, 2020; Hazan ve Shaver, 1987).

2.2.2.4. Kaçınan Bağlanma

Kaçınan bağlanma tarzını benimseyen ve bu yönde davranış örüntüleri sergileyen bireyler, hem romantik hem de toplumsal ilişkilerinde çoğu zaman büyük bir rahatsızlık içerisinde olurlar. Bu nedenle de ikili ilişki kurmaktan sürekli olarak kaçarlar. Bu bağlanma tarzını benimseyen bireyler, kendileri ilişkilerden kaçtıkları gibi diğerlerinin de kendileri ile iletişim kurmalarına izin vermezler. Sürekli olarak karşılıklı bir biçimde bağlanmayı reddederler. Kaçınan bağlanma örüntüsü sergileyen bireyler genel olarak bağımsız olmayı istemekte ve her koşul ve durumda kendilerine yetebileceklerine inanmaktadırlar (Bartholomew, 1990; Genç, 2020; Sabuncuoğlu ve Berkem, 2006).

2.3. ÖFKELİLİK

2.3.1. Öfke

Türk Dil Kurumu sözlüğünde öfke; “*engelleme, incinme veya gözdağı karşısında gösterilen saldırganlık tepkisi, kızgınlık, hışım, hiddet, gazap*” şeklinde geçmektedir (TDK, 2021).

Sözlük anlamı dışında öfke araştırmacılar tarafından farklı yönleriyle tanımlanmaya çalışılmıştır. Törestad öfkenin plansız olarak ortaya çıktığını, genellikle engellenme, eleştirilme, küçümsenme, haksızlığa uğrama gibi durumlarda oluştuğunu belirtmekte; öfkeyi, sinirlilik ya da kızgınlık boyutundan, hiddet durumuna kadar değişebilen bir duygusal durum olarak tanımlamaktadır (Hoşgör, 2013, Partlak-Günüşen, 2016).

Öfke, kişinin kendisine dışarıdan gelen ve tehdit olarak algıladığı unsurlara karşı uyarıcı, yeni beceriler ve adaptasyon sağlamaya yönelik motivasyon nedeni, hayatının devamlılığını sağlayan normal duygusal bir tepkidir. Öfke, kişinin gelişimsel ve ruhsal yapısına göre tepki verebileceği bir tepki olduğu için, kişi kendisinin haksızlığa uğradığını ya da bir tehditle karşılaştığını düşündüğünde uygun bir şekilde ifade edemediğinde kişinin yaşamında sorunlar ortaya çıkarabilen bir duygu biçimidir (Duran vd. 2016; Cartıllı, 2016). Öfke başkalarını kontrol etme yolu, bir problem çözme aracı, bir intikam yolu veya öç alma, şiddet göstermeye veya suç işlemeye bir neden, başkalarını suçlama biçimi, bir haklı olma yolu değildir (Soykan, 2011).

Öfke öç alma yolu olarak ya da problem çözümü olarak görülmemelidir. Suç olan bir unsur, şiddet uygulamayı sebep gösterecek bir duygu ya da bahane değildir. Öfke kontrol edilemediğinde saldırgan davranışlar, şiddet uygulama gibi tahrip edici sonuçlara neden olabilmektedir (Aksu, 2015).

Öfke kontrol edilemeyip saldırganlığa dönüştüğünde sözel ya da fiziksel saldırıya, tarafların ağır sonuçlarla karşılaşabileceği, kişinin hayatının yitiminde sebep olabileceği olaylara neden olabilmektedir (Köroğlu, 2017).

2.3.2. Öfkeye Yol Açan Faktörler

Öfke nedenlerini açıklayan birçok yaklaşım bulunmaktadır. Kişinin psikolojik durumu, mizacı ve hormonal etkenler, öfke ifadesini etkileyen nedenlerdir. Kişinin yaşadığı öfkenin çeşitli sözel, davranışsal, fizyolojik ortaya çıkış şekilleri bulunmaktadır. Öfkeyi oluşturan nedenler araştırıldığında birden fazla neden karşımıza çıkmaktadır.

Literatürde genel olarak, engellenme, sosyal stres, tehdit edilme, hakaret, korku, biriyle çatışma/uyuşmazlığa düşme, kışkırtma, haksızlığa uğrama gibi durumlar öfkelenme nedenleri arasında gösterilmektedir (Duran vd., 2016; Elkin ve Karadağlı, 2015).

Öfke durumuna en çok sebep olan etken ise engellenme hissidir. Engellenme hissi kişisel özelliklere göre değişmekte olup yaş ile de ilintilidir. Örneğin oyun çağındaki bir çocuğun oynarken oyuncağının alınması öfke nedeni olurken; okul

dönemi ve yetişkinlik döneminde sorumluluklar, iş yaşamı, sosyal yaşantıdaki engellemeler öfke nedeni olabilmektedir (Öztürk, 2012).

Kişiler genellikle karşısındaki bireyin kendisine öfke duymasını istemezler. Kişi kendisini öfke davranışı ile karşılaştığını hissettiğinde engellenmişlik duygusu ve baskı hissi ön plana çıkmakta, öfke duygusunu açığa vurmaktadır. Kişi öfke hissini bastırmaya çalışır ancak ilerleyen süreçte bastırılan bu duygu daha kötü sonuçlarla ortaya çıkabilir. Öfke duygusu geçici bir süre de olsa şiddet davranışına dönüşmeden ifade edilmelidir (Öztürk, 2012).

Hastalıklar, hastanede tedavi için yatma durumu, tedavi sürecinin uzaması gibi durumlar da kişinin öfke duygusunun artmasına sebep olmaktadır. Kişi hastalığa olduğu kadar hastalığın sonuçlarına da öfke duymaktadır. Hastalık sonucunda oluşan değişim ve sosyal bütünlükte değişim algısı da öfke duygusu oluşturmaktadır.

Çeşitli fizyolojik ve biyolojik değişimler öfke duygusunun oluşumunda etkilidir. Birey bu değişimlerin farkına vararak öfkeli olup olmadığını anlayabilir. Öncelikle uyaran öfke duygusunun oluşumunu etkiler ve bireyde stres ve gerginlik başlar (Pınar ve Pınar, 2013).

2.3.3. Öfkenin Boyutları

Öfke duygusu, tüm insanların doğasında bulunmaktadır. Yani tüm insanlar öfke duygusunu yaşamakta ve farklı şekillerde ifade etmektedir. Yaşanılan bu öfke duygusunda ve bu duygunun ifadesinde üç önemli boyut olduğu belirtilmektedir. Bunlar; “*fizyolojik boyut, bilişsel ve duygusal boyut ve davranış ve tepki boyutu*” olarak isimlendirilmektedir. Aşağıda bu boyutlar ile ilgili açıklamalar yer almaktadır.

2.3.3.1. Fizyolojik Boyut

Öfke, fizyolojik açıdan değerlendirildiğinde, öfkenin kaynağının ortaya çıkmasından itibaren, bireyin bedeninde ortaya çıkan değişimleri kapsadığı görülmektedir. Bireyin hissettiği duygular, heyecan durumları ve vücudun kendisini koruma altına alması ile alakalı temel merkezi sistem limbik sistemdir. Bu sistem içerisinde görevli olan temel merkez ise hipotalamustur. Bireylerin hissettikleri

sonucunda hipotalamus uyarılmakta ve bu uyarım sonucunda öfkeli davranışı ortaya çıkabilecek olan süreç başlamaktadır (Stearns, 1972).

Bireyin öfkesini dışarı vurması ve boşaltması sonucunda vücudu hem fizyolojik hem de duygusal olarak eski haline dönmektedir. Fakat kişi, geçirmiş olduğu tüm fizyolojik değişimlerle alakalı olarak ortaya çıkan fiziksel enerjiyi harcayamayıp gerginliği boşaltamadığı durumlarda vücudu eski haline ve dengeli formuna dönememektedir. Bireyin vücudunun yoğun olarak uyarılmış olması ve uzun süre bu şekilde kalması, birtakım fiziksel sorunları da beraberinde getirebilmektedir. Migren, hipertansiyon, mide ve kalp-damar rahatsızlıkları gibi durumlar yoğun olarak öfke hisseden ve bu öfkeyi dışı vuramayan bireylerde oldukça yoğun olarak görülmektedir (Yılmaz, 2004).

2.3.3.2. Öfkenin Bilişsel ve Duygusal Boyutu

Gerçekleştirilen çalışmalar, öfkenin çok boyutlu bir yapı sergilediğini ortaya koymaktadır. Öfke, bedensel, bilişsel, algısal ve davranışsal boyutları içerisinde bulundurmaktadır (Yılmaz, 2004). Yapılan açıklamalara göre, duygusal ve bilişsel olarak ortaya koyulan tepkilerin ayrı sistemler tarafından kontrol edildiği bilinmektedir. Feldman (1998), duygusal olarak verilen tepkilerin bilişsel tepkilerden daha yoğun ve baskın olduğunu ifade etmektedir. Bu görüşe göre duygusal tepkiler, bilişsel tepkilerin önüne geçmektedir. Yani bireyler ilk olarak duyguları ile tepki vermekte ve ardından o olay ya da durumu anlamaya çalışarak bilişsel tepki üretmektedirler. Ancak Feldman (1998) bireyler için bu durumun düzeltilmesi gereken bir davranış olduğunu, ilk olarak olay ya da durum ile alakalı düşünmek, algılamak, değerlendirmek gerektiğini ardından tepkide bulunmak gerektiğini vurgulamaktadır.

2.3.3.3. Öfkenin Davranış ve Tepki Boyutu

Bireyler, öfkeli hissettikleri durumlarda olay ya da durumu zihinsel olarak algılayış biçimlerine, hissedilen duygunun yoğunluğuna ve kendi davranış biçimlerine göre farklı davranış örüntüleri ortaya koymaktadırlar. Bazı kişiler, öfke duygularını diğerlerinden saklama davranışı sergilerken bazıları ise öfke duygularını dışı vurmayı seçerler. Öfke anında sıklıkla ortaya koyulan tepkiler; kaçınma, bastırma, öfke duygusunu doğru zamanda ve doğru şekilde öfkenin gerçek kaynağına iletme ve

öfkenin kaynağına karşı istenmeyen davranışlar ortaya koyma olarak karşımıza çıkmaktadır.

Öfkenin bireyler tarafından net bir şekilde kaynağına ifade edilememesi ve bastırılması sonucunda öfke duygusu ve öfkenin gerçek kaynağı bireyler için hala sorun olmaya devam etmektedir. Bununla birlikte öfke duygusunun sürekli olarak bastırılması ve ifade edilememesi, bireylerin duygusal ve fiziksel olarak problem yaşamalarına yol açabilmektedir. Bireylerin öfke duygularını sürekli olarak içlerine atmaları ve bastırmaları bir noktadan sonra o kişiler için bir alışkanlığa dönüşmektedir. Alışkanlık sonucunda da bireylerin kişisel ilişkilerinde problem yaşamalarına ve bu problemin sürekli olarak devam etmesine zemin hazırlanmaktadır. Bireylerin öfkelerini sürekli olarak biriktirmeleri, kişilerarası ilişkilerinde daha alıngan olmalarına, beklenmeyen durumlarda ve zamanlarda bireylerin kontrolsüz ve yoğun öfke davranışları ortaya koymalarına ve bu durumda da daha fazla yıkıcı sonuç elde etmelerine yol açabilmektedir (Yılmaz, 2004).

Bireylerin etrafındaki uyarıcılara yönelik olarak kişisel kontrollerini sağlayabildiklerine dair görüşlerinin baskın olması, bireylerin öfkelerini dışa vurmalarını kolaylaştırmaktadır. Bununla birlikte öfkenin ortaya koyulmasında, ifade edilmesine ve kontrolünde, kültürün, bireyden beklentilerin, öğrenilen davranış örüntülerinin, ailedeki davranış örüntülerinin, eğitim düzeyinin, yaşın ve cinsiyetin etkili olduğu belirtilmektedir (Friedman, Sears ve Carlsmiths, 1993).

2.3.4. Öfkenin İfade Edilmesi

Öfkenin ifade edilmesi kişiden kişiye değişiklik gösterebilmektedir. Öfkenin ifade edilmesinin değerlendirilmesinde bazı ölçütler bulunmaktadır. Bunlar; dışa dönük öfke, içe dönük öfke ve kontrol altına alınabilen öfke olarak isimlendirilmektedir. Bu konuda yapılan açıklamalar incelendiğinde duyguları bastırma eğilimi içerisinde olmanın içe dönük öfkeyle; saldırgan davranışlar ortaya koymanın dışa dönük öfkeyle; öfke duygusunun önlenmesi eğilimi de kontrol altına alınabilen öfkeyle açıklanmaktadır (Spielberger, 1991'den aktaran: Bridewell ve Change, 1997).

Öfkenin bastırılması sonucunda bireylerin öfke duygusu birikmektedir. Fakat bu biriken öfkenin belirli bir sınırı geçmesi sonucunda ortaya çıkan ilk durumda biriken öfkenin tamamı dışarı atılmaktadır. Fakat bu dışa vurumda ortaya çıkan tepki, öfkeyi

ortaya çıkaran olay ya da durumdan bağımsız olarak oldukça yoğun şiddette gelişmektedir. Olay ya da duruma uygun tepki ortaya koymayan birey, ardından davranışıyla ilgili bir suçluluk hissetmektedir. Bu duygu, yeni bir patlama olana kadar bireyin peşini bırakmamakta ve bazı durumlarda öfke tepkisi göstermesini engellemektedir. Bu durum da yeni bir öfke patlamasını doğurmaktadır. Geçtan (1990), bu durumu “Biriktirme-Boşaltma-Suçlama-Yeniden Biriktirme” şeklinde ortaya çıkan bir döngü olarak açıklamaktadır.

Öfke duygusu, insan doğasının içerisinde bulunmaktadır ve öfke duygusunun bireyler için işlevi bulunmaktadır. Bu nedenle öfke duygusu istenmeyen ve işlevsel olmayan bir duygu olarak ele alınmamalıdır. Ancak öfke duygusunun işlevini yerine getirebilmesi ve sağlıklı bir duygu olarak karşımıza çıkması için uygun şekilde dışa vurulması gerekmektedir. Eğer ki öfke dışa vurulmaz, içe atılırsa veya birey öfke duygusunu kendine yöneltirse; öfke işlevsiz bir duygu olarak bireyin yaşamında var olmaktadır. Öfkelerini dışa vurmayan bireyler, çoğu zaman öfke duygusunu hissettiklerini kabul etmemektedirler. Bu kişilerin, öfkeli hissettiklerinde vermiş oldukları tepkiler çoğu zaman surat asma, somurtma ve küsme gibi pasif ve edilgendir. Bu kişiler çoğu zaman diğerlerinin onların düşüncelerini bilmelerini ve anlamalarını beklemektedirler. Öfke uyandıran bir durum ya da olayla karşılaştıklarında ise ilk olarak saldırgan bir tepki göstermezler. Aynı zamanda verecekleri tepkiyi, yaşadıkları durumun önemini ve tepki-önem bağlantısını uzun süre düşünmektedirler. Bu kişiler, öfkelerini ortaya koyabilmek için güvenli bir bölge arayışındadırlar (Westermayer, 2001’den aktaran: Özmen, 2006).

Tiedens tarafından yapılan araştırmalar sonucunda güç ve statünün öfke ifadesi ile pozitif yönde ilişkili olduğu ortaya koyulmuştur. Bireyler, öfkelerini dışa vuranların, üzüntülü ve kederli gözüken bireylerden daha fazla statüye sahip olduklarını düşünmüşlerdir (Tiedens, 1996’dan aktaran: Olmuş, 2001).

Cüceloğlu (2000), bireylerin bazılarının öfke hissettikleri durumlarda bu duyguyu bastırmayı tercih ettiklerini bazılarının ise imalı sözler yoluyla bu duygularını diğerlerine ilettiklerini ifade etmektedir. Bireylerin öfkелendiğı kişilerin, kaybetmekten korktukları veya sevgisini bekledikleri kişiler olması durumunda öfkenin daha fazla bastırıldığı görülmektedir. Averil ise bireylerin öfke duygularını sevdikleri ve arkadaş oldukları bireylere daha fazla ifade ettiklerini ortaya koymuştur. Bu durumun sebebini

ise, bireylerin sevdikleri kişiler ve arkadaşları ile daha yakın bir ilişki içerisinde bulunmaları ve bu kişilerin bireylerin davranışlarına ne şekilde tepki göstereceklerini bilmeleri olarak açıklamaktadır (Averil, 1983'ten aktaran: Danışık, 2005).

Genel anlamda bakıldığında; öfkenin ifade edilmesi bireyden bireye farklılık göstermektedir. Bireyler tarafından öfkenin ifade edilmesi, tepkinin diğer bireylere veya nesnelere yansıtılması olarak açıklanmaktadır. Öfkenin kontrol altında tutulması ise, bireylerin diğerleri ile geliştirmiş olduğu ilişkilerdeki soğukkanlılık, sabırlılık, hoşgörülülük, anlayışlılık, mantıklılık gibi özelliklere ne derece hakim olduğu ile alakalı olarak değişim göstermektedir (Özer, 1994).

2.3.5. Öfke Kontrolü

Öfke herkesin yaşadığı, kişiden kişiye değişik düzeyde tepki verdiği ve ifade ettiği bir duygudur. Etkili bir şekilde yönetildiğinde sağlıklı ve doğal bir insani duygudur. Ancak kontrolden çıktığında yıkıcı etkileri olan sosyal yaşantıda ve iş hayatında sorunlara yol açar. Kızgınlığa öfke duygusuna neden olan kişileri, olayları ve durumları yok edemez, kaçınamaz, yok edemezsiniz. Bu durumda yapabilecek şey içsel ve dışsal tepkileri kontrol etmek ve onları yapıcı bir şekilde yönetimini sağlayabilmektir (Öztürk, 2012).

Öfkenin kontrol edilmesinde kullanılan yöntemlerin hedefi genel olarak; *“saldırganlıktan uzak, şiddet içermeyen, bireyin kendisine ve çevresindekilere zarar vermeyecek şekilde hislerini ifade etme becerisini kazanması”* biçiminde açıklanmaktadır (Türk Psikoloji Bülteni, 1999).

Genel anlamda değerlendirildiğinde öfkenin yönetilmesi, hem bedensel hem sözel hem de davranışsal olarak uygun olmayan, denetimsiz ve yanlış bir şekilde öfkenin ifade edilmesi sonucunda ortaya çıkan durumlardan uzaklaşmak amacıyla öfke duygusunun henüz ortaya çıkmadan engellenmesi ya da ortaya çıkan öfkenin sağlıklı ve denetimli bir biçimde açığa vurulmasının bireylere öğretilmesidir. Öfkenin, geri dönüşsüz ceza gerektiren bir davranışa dönüşmeden kontrol edilmesi gereklidir. Öfke yönetimi sağlayamayan kişilerde stres, gerginlik ve kronik problemler ortaya çıkmaktadır. (Pınar ve Pınar, 2013, Köroğlu, 2017)

Öfke kontrolünde çeşitli yöntemler kullanılabilir. Bu yöntem kişinin ihtiyaçlarına yönelik kullanılabilecek uygun yöntemlerin saptanmasıyla belirlenir. Doğru metodu belirlerken; bireyin yaşam tarzı, kendi kişiliği doğrultusunda seçim yapılmalı ve bireyin seçmiş olduğu tekniği uygulaması sırasında gündelik hayatında daha fazla stres, gerginlik duygusunu yaşaması da dikkat edilmesi gereken temel unsurlardan biridir (Duran ve ark., 2016).

Öfkenin yönetilmesi adına öfkenin dengede tutulması için 4 basamaktan oluşan bir yol izlenebilmektedir (Baltaş ve Baltaş, 2005).

a) *Öfkenin kabul edilmesi:* Kişi öncelikli olarak öfkesini kabul etmelidir. Kişi öfkeli olduğunu kendisine itiraf etmezse öfkenin asıl nedenini bulması imkansız hale gelecektir.

b) *Öfkenin gerçek kaynağının bulunması:* Öfkenin kaynağı bulunması ikinci basamaktır. Öfkenin kaynağı bazen çok açık bir şekilde bulunabilirken bazen karmaşık ve çok belirsizdir. Bazen de öfkenin kaynağı kişiye zarar verebilecek çok güçlü gördüğü kişi ya da kişiler olabilir bu durumda kişi öfkesini direkt olarak yöneltmez, öfkesini yöneltecek başka bir kaynak arar. Psikoloji literatüründe bu durum, yer değiştirme şeklinde isimlendirilmektedir.

c) *Öfkenin nedeninin ortaya koyulması ve anlaşılması:* Öfke duygusu buz dağına benzetilmektedir. Öfke dışta görünen kısmıdır, asıl nedeni anlamak için derinlere inmek gerekebilir. Asıl nedeni bulup anlamak ve buna yönelik çözümler bulunmalıdır.

d) *Öfke duygusu ile gerçekçi bir şekilde mücadele edilmesi:* Öfke duygusunun denetimsiz ve uygun olmayan biçimde ifade edilmesi sonucunda problemin çözülmesi oldukça zorlaşmaktadır. Öfkenin gizlenmesi ya da yansıtılmaması da kışkırtıcı olabilir. Bireyin karşısındaki kişi her ne kadar teşvik edici ve kışkırtıcı olsa dahi birey sakinliğini korumalıdır. Eğer ki saldırı durumu söz konusu ise istenen verilip kişiyi öfkeliendirmekten kaçınmak gerekebilir. Tehditkâr davranış sergileyen kişi heyecanla ve düşmanca duygularla saldırganlığını fazlasıyla artırabilir.

3. GEREÇ VE YÖNTEM

Araştırmanın bu bölümünde araştırmanın modeli, araştırmaya katılan katılımcı grubu, araştırma kapsamında kullanılan veri toplama araçları ve verilerin toplanması ve analiz edilmesi hakkında açıklamalar yer almaktadır.

3.1. Araştırmanın Modeli

Bu araştırma betimsel desende yürütülmektedir. Çalışmada çocukluk çağı travmaları, yakın ilişkilerde yaşantılar ve öfkeliilik arasındaki ilişkinin incelenmesi amacıyla ilişkisel tarama modeli kullanılmıştır. Bu model, genel tarama modellerinden bir tanesidir. Genel tarama modelleri, önceden belirlenmiş bir evren ile alakalı genel bilgilerin elde edilmesi amacıyla kullanılmaktadır. Genel tarama modelleri kullanılarak gerçekleştirilen araştırmalar ya evrenin bütünü ile ya da evrenden elde edilen bir örneklem ile gerçekleştirilmektedir. İlişkisel tarama modeline bakıldığında ise iki ya da daha çok değişkenin bir arada değişip değişmediğinin açıklanmasını hedefleyen bir model olduğu görülmektedir. İlişkisel tarama modeli ile değişkenler arasında gerçek bir neden-sonuç ilişkisi ortaya koyulamamaktadır. Fakat bu ilişki hakkında ipucu elde edilebilmektedir. Bununla birlikte incelenen bir değişkendeki durumun bilinmesi sonucunda diğer değişkenler hakkında çıkarım da yapılmasına katkı sunmaktadır (Karasar, 2018). Bu araştırmada da çocukluk çağı travmaları, yakın ilişkilerde yaşantılar ve öfkeliilik arasındaki ilişki ilişkisel tarama modeli ile incelenmektedir.

3.2. Araştırma Grubu

Bu çalışma kapsamında araştırma grubu, 18 yaşından büyük, psikiyatrik tedavi öyküsü bulunmayan yetişkin bireylerden oluşmaktadır. Yetişkin bireylere ulaşılırken uygun örnekleme yöntemi tercih edilmiştir. Uygun örnekleme, araştırmacının zaman, işgücü ve ekonomik açıdan kısıtlı olduğu durumlarda tercih edilmektedir. Bu örnekleme yöntemi ile araştırmacı, katılımcılara uygulamaya uygun ve kolay bir şekilde ulaşabilmektedir (Büyüköztürk ve ark., 2012). Bu araştırmada da uygun örnekleme yöntemi ile katılımcılara ulaşılmasının nedeni, araştırmaya katılacak olan kişilere kolay ve pratik olarak ulaşılmasına imkan sunmasıdır.

Bu çalışma kapsamında 290 yetişkin katılımcıya ulaşılmıştır. Verilere bakıldığında katılımcıların tamamının veri toplama araçlarını hatasız ve eksiksiz

doldurdıkları görülmüştür. Bu yönde araştırmanın örneklemini, 18 yaşından büyük 290 birey oluşturmaktadır. Bu bireylere ait betimleyici bilgiler Tablo 1’de bulunmaktadır.

Tablo 1. Örneklem Grubuna Ait Demografik Bilgilerin Frekans ve Yüzdelik Değerleri

Değişken	f	%	Değişken	f	%
<i>Cinsiyet</i>			<i>Doğum Yeri</i>		
Kadın	204	70.3	Köy/Kasaba	41	14.1
Erkek	86	29.7	İlçe	76	26.2
<i>Yaş</i>			Şehir	69	23.8
18-25	114	39.3	Büyükşehir	104	35.9
26-45	138	47.6	<i>Gelir Düzeyi</i>		
46-65	38	13.1	Asgari ücret altı	75	25.9
<i>Eğitim Düzeyi</i>			Asgari ücret-5000TL	107	36.9
İlkokul/ortaokul	8	2.8	5000TL-10000TL	64	22.1
Lise	29	10.0	10000TL ve üzeri	44	15.2
Üniversite	164	56.6	<i>Kardeş Sayısı</i>		
Lisansüstü	89	30.7	Tek çocuk	18	6.2
<i>Medeni Durum</i>			1 kardeş	20	6.9
Evli	95	32.8	2 kardeş	144	49.7
Bekar	185	63.8	3 kardeş ve üzeri	108	37.2
Boşanmış/Dul	10	3.4			
<i>Toplam</i>	290	100	<i>Toplam</i>	290	100

3.3. Veri Toplama Araçları

Araştırma doğrultusunda yetişkin bireylerin demografik bilgilerini elde etmek için araştırmacının oluşturmuş olduğu sosyodemografik veri formundan yararlanılmıştır. Bununla birlikte bireylerin çocukluk çağı travmatik yaşantılarını değerlendirmek için “Çocukluk Çağı Travmaları Ölçeği”, bağlanma biçimlerini değerlendirmek için “Yakın İlişkilerde Yaşantılar Envanteri” ve öfke düzeylerini belirlemek için ise “Çok Boyutlu Öfke Ölçeği”nden yararlanılmıştır. Bu araçlar hakkında detaylı bilgiler aşağıda yer almaktadır.

3.3.1. Sosyodemografik Veri Formu

Sosyodemografik veri formunun kullanım amacı uygulanan anketlere katkı sağlayan bireyler hakkında detaylı bilgi edinmektir. Anket ve belirli formları pekiştirmek, istenilen verileri tamamlamak üzere sorular oluşturulmuştur. Yaş, cinsiyet, eğitim ve gibi bilgilere bu şekilde ulaşılmaktadır (Ek1).

3.3.2. Çocukluk Çağı Travmaları Ölçeği

20 yaş öncesinde örselenme ve ihmal yaşantılarını taramaya yönelik Bernstein (1994) tarafından geliştirilmiştir. Öz bildirime dayalı, 5'li likert tipi bir ölçektir. 5 alt boyuttan oluşmaktadır. Bunlar; duygusal ihmal, fiziksel ihmal, cinsel istismar, duygusal istismar ve fiziksel istismardır. Ölçekten alınan puanlar, toplam puan bazında değerlendirilebildiği gibi alt ölçekler bazında da değerlendirilebilmektedir. Ölçeğin Türkçe geçerlik ve güvenirlik çalışmaları Şar, Öztürk ve İkikardeş (2012)'in çalışmaları sonucunda yapılmıştır (Ek2). Türkçe geçerlik ve güvenirlik çalışması sonucunda Cronbach alfa iç tutarlılık katsayısı, .93 şeklinde bulunmuştur (Şar ve ark., 2012).

3.3.3. Yakın İlişkilerde Yaşantılar Envanteri-II

Yetişkin bağlanmasının kaçınma ve kaygı boyutlarını ölçmeye yönelik Fraley, Waller ve Brannan tarafından geliştirilmiştir. 7 dereceli likert tipi bir ölçektir. Türkiye'de geçerlik güvenirlik çalışmaları Selçuk ve ark. (2005) tarafından yapılmıştır (Ek3). Ölçeğin kaçınma alt boyutu için Cronbach alfa değeri .90 iken kaygı alt boyutu için .86 olarak bulunmuştur (Şelçuk ve ark., 2005).

3.3.4. Çok Boyutlu Öfke Ölçeği

Balkaya ve Şahin (2003) tarafından geliştirilen beşli likert tipi bir ölçektir (Ek4). Öfke belirtileri, öfkeye yol açan durumlar, öfkeyle ilişkili düşünceler, öfkeyle ilişkili davranışlar, kişiler arası öfke olmak üzere 5 boyuttan oluşmaktadır. Ölçeğin Cronbach alfa değerlerinin .64 ile .95 arasında değiştiği bulunmuştur (Balkaya ve Şahin, 2003).

3.4. Verilerin Toplanması

Veriler toplanmaya başlanmadan önce kullanılacak olan ölçme araçları için gerekli izinler alınmıştır. Ardından veri toplama araçları bir araya getirilerek veri toplama seti meydana getirilmiştir. Veri toplama setinde ilk olarak araştırmanın gerçekleştirilme amacı hakkında katılımcılara bilgi verilmiştir. Ardından araştırma kapsamında toplanılacak olan verilerin gizliliği hakkında açıklamalar yapılmıştır. Araştırmaya yalnızca gönüllü olan bireyler katılım göstermiştir. Araştırmada veriler pandemi süreci nedeniyle elektronik ortamdan toplanmıştır. Bu amaçla veri toplama seti Google Form aracılığıyla link haline getirilerek katılımcılara ulaştırılmıştır. Veriler

2021 yılının Mart ve Mayıs ayları arasında toplanmıştır. Katılımcıların veri toplama araçlarını yaklaşık 20 dakikada doldurdıkları düşünülmektedir.

3.5. Verilerin Analizi

Araştırma kapsamında ulaşılan verilerin analizinde bir istatistik analiz programı olan SPSS 22 programı kullanılmıştır. Analiz sürecinde hata payı .05 alınmıştır. Çocukluk çağı travmaları, yakın ilişkilerde yaşantılar ve öfkelilik arasında olan ilişkinin belirlenmesi için Pearson Momentler Çarpımı korelasyon analizi uygulanmıştır. Ancak analizlerden önce ilk olarak normallik incelemelerinde bulunulmuştur. Normalliğin incelenmesi adına yapılan ilk analiz, uç değerler analizidir. Bu kapsamda verilerin basıklık ve çarpıklık değerlerine bakılmıştır. Normal dağılım koşulunun yerine getirilmesi için basıklık ve çarpıklık değerlerini +1 ve -1 arasında kalması gerekmektedir (Çokluk, Şekercioğlu ve Büyüköztürk, 2016). Verilere bakıldığında tüm verilerin bu şartı yerine getirdiği görülmüştür. Basıklık ve çarpıklık değerlerine ait bilgiler Tablo 2’de yer almaktadır.

Tablo 2. Değişkenlere Ait Basıklık ve Çarpıklık Değerleri

Değişken	Basıklık	Çarpıklık
ÇÇTÖ-Toplam	.601	-.753
Fiziksel istismar	-.163	-.212
Duygusal istismar	-.388	.268
Cinsel istismar	.039	-.377
Fiziksel ihmal	.356	-.549
Duygusal ihmal	.288	-.640
Kaygılı bağlanma	-.285	-.586
Kaçıngan bağlanma	.358	.789
Öfke belirtileri	.398	.691
Öfkeye yol açan durumlar	.265	-.874
Öfkeyle ilişkili düşünceler	.762	.429
Öfkeyle ilişkili davranışlar	-.635	.396
Kişilerarası öfke	.367	.961

Verilerin normallik incelemeleri kapsamında yapılan bir diğer analiz ise Kolmogrov-Smirnov testidir. Bu test sonucunda verilerin normal dağılıma uygun olmadığı görülmüştür. Ancak ilgili açıklamalara bakıldığında, örneklem sayısı büyüdükçe verilerin dağılımında ortaya çıkan küçük farklılıkların dahi anlamlı bulunabildiği ve bu ihtimalin arttığı vurgulanmaktadır. Bu nedenle çarpıklık ve basıklık

değerlerinin istenilen aralıkta olmasının, normal dağılım için kabul edilebilir olduğu belirtilmektedir (Çokluk, Şekercioğlu ve Büyüköztürk, 2016). Verilerin normallik dağılımı için yapılan son incelemede ise normal Q-Q grafiğine bakılmıştır. İnceleme sonucunda grafikte bulunan noktaların 45 derecelik doğruya yakın ya da doğrunun tam üzerinde olduğu görülmüştür (Büyüköztürk, 2011; Can, 2017). Yapılan tüm bu incelemeler sonucunda verilerin normal dağılım gösterdiği kabul edilmiştir.



4. BULGULAR

Çalışmanın bu bölümünde araştırmanın amacı kapsamında yapılan analizlerin istatistiksel sonuçlarına dair bulgular bulunmaktadır. Bu doğrultuda ilk olarak değişkenlere ait betimsel analizlerin sonuçları verilmektedir. Ardından değişkenler arasındaki ilişkiler açıklanmış, bölümün sonunda ise demografik verilerden elde edilen bulgulara değinilmiştir.

4.1. Çocukluk Çağı Travmaları, Yakın İlişkilerde Yaşantılar ve Öfkeliğe Yönelik Betimsel İstatistikler

Araştırmanın yapıldığı katılımcı grubunda yer alan yetişkinlerin çocukluk çağı travmaları, yakın ilişkilerde yaşantılar ve öfkeliye puanlarının ortalama, standart sapma, standart hata, ranj, minimum ve maksimum değerlerine aile veriler Tablo 3'te bulunmaktadır.

Tablo 3. Değişkenlere Ait Betimsel İstatistikler

	n	$\bar{X}$	SS	Shx	Ranj	Maks	Min.
ÇÇTÖ-Toplam	290	47.67	10.88	.63	61	94	33
Fiziksel istismar	290	6.23	2.87	.16	18	23	5
Duygusal istismar	290	8.15	4.20	.24	20	25	5
Cinsel istismar	290	6.30	3.20	.18	20	25	5
Fiziksel ihmal	290	6.50	2.24	.13	10	15	5
Duygusal ihmal	290	10.38	4.58	.26	19	24	5
Kaygılı bağlanma	290	64.75	22.37	1.31	101	120	19
Kaçıngan bağlanma	290	53.30	20.57	1.20	94	112	18
Öfke belirtileri	290	39.22	12.01	.70	56	70	14
Öfkeye yol açan durumlar	290	162.50	25.33	1.48	137	205	68
Öfkeyle ilişkili düşünceler	290	66.30	23.56	1.38	103	133	30
Öfkeyle ilişkili davranışlar	290	130.06	31.09	1.82	160	216	56
Kişilerarası öfke	290	73.09	12.08	.70	81	120	39

Tablo 3'te görüldüğü gibi Çocukluk Çağı Travmaları Ölçeği toplam puanı için aralık 33-94 arasında, ortalama=47.67 ve standart sapma=10.88 olarak bulunmuştur. Çocukluk Çağı Travmaları Ölçeği Fiziksel İstismar alt boyutu için aralık 5-23 arasında, ortalama=6.23 ve standart sapma=2.87 olarak bulunmuştur. Duygusal İstismar alt

boyutu için aralık 5-25 arasında, ortalama=8.15 ve standart sapma=4.20 olarak bulunmuştur. Cinsel İstismar alt boyutu için aralık 5-25 arasında, ortalama=6.30 ve standart sapma=3.20 olarak bulunmuştur. Fiziksel İhmal alt boyutu için aralık 5-15 arasında, ortalama=6.50 ve standart sapma=2.24 olarak bulunmuştur. Duygusal İhmal alt boyutu için aralık 5-24 arasında, ortalama=10.38 ve standart sapma=4.58 olarak bulunmuştur. Yakın İlişkilerde Yaşantılar Envanteri Kaygılı Bağlanma alt boyutu için aralık 19-120 arasında, ortalama=64.75 ve standart sapma=22.37 olarak bulunmuştur. Kaçınan Bağlanma alt boyutu için aralık 18-112 arasında, ortalama=53.30 ve standart sapma=20.57 olarak bulunmuştur. Çok Boyutlu Öfke Ölçeği Öfke Belirtileri alt boyutu için aralık 14-70 arasında, ortalama=39.22 ve standart sapma=12.01 olarak bulunmuştur. Öfkeye Yol Açan Durumlar alt boyutu için aralık 68-205 arasında, ortalama=162.50 ve standart sapma=25.33 olarak bulunmuştur. Öfkeyle İlişkili Düşünceler alt boyutu için aralık 30-133 arasında, ortalama=66.30 ve standart sapma=23.56 olarak bulunmuştur. Öfkeyle İlişkili Davranışlar alt boyutu için aralık 56-216 arasında, ortalama=130.06 ve standart sapma=31.09 olarak bulunmuştur. Kişilerarası Öfke alt boyutu için aralık 39-120 arasında, ortalama=73.09 ve standart sapma=12.08 olarak bulunmuştur.

4.2. Çocukluk Çağı Travmaları, Yakın İlişkilerde Yaşantılar ve Öfkeliilik Arasındaki İlişkinin İncelenmesi

Bu araştırmada yetişkin bireylerin çocukluk çağı travmaları, bağlanma biçimleri ve öfke ifadeleri arasındaki ilişkilerin incelenmesi amaçlanmıştır. Bu amaçla Pearson Momentler Çarpımı Korelasyon analizi gerçekleştirilmiştir. Analiz sonuçları, Tablo 4'te yer almaktadır.

Tablo 4. Pearson Momentler Çarpımı Korelasyon Analizi Sonuçları

Değişkenler	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13
1. ÇÇTÖ-Toplam	1.00												
2. Fiziksel istismar	.71**	1.00											
3. Duygusal istismar	.88**	.65**	1.00										
4. Cinsel istismar	.44**	.14*	.20**	1.00									
5. Fiziksel ihmal	.72**	.40**	.58**	.18**	1.00								
6. Duygusal ihmal	.75**	.38**	.71**	.06	.59**	1.00							
7. Kaygılı bağlanma	.44**	.28**	.42**	.13**	.35**	.40**	1.00						
8. Kaçınan bağlanma	.29**	.16**	.25**	.07	.26**	.30**	.50**	1.00					
9. Öfke belirtileri	.31**	.20**	.24**	.33**	.14*	.16**	.45**	.27**	1.00				
10. Öfkeye yol açan durumlar	.10	-.01	.03	.17**	.07	.07	.30**	.09	.44**	1.00			
11. Öfkeyle ilişkili düşünceler	.44**	.21**	.38**	.29**	.35**	.38**	.65**	.35**	.57**	.38**	1.00		
12. Öfkeyle ilişkili davranışlar	.25**	.09	.22**	.21**	.22**	.20**	.45**	.24**	.46**	.41**	.59**	1.00	
13. Kişilerarası öfke	.31**	.20*	.27**	.30**	.28**	.15**	.37**	.08	.44**	.34**	.57**	.62**	1.00

**p<.01; *p<.05

Korelasyon analizlerinin incelenmesinde Büyüköztürk (2011) tarafından önerilen değer aralıklarından yararlanılmıştır. Bu aralıklar;

- .00 ve .30 arasındaki değerler, düşük
- .31 ve .70 arasındaki değerler, orta
- .71 ve üstündeki değerler ise yüksek şeklinde açıklanmaktadır.

Gerçekleştirilen analiz sonucunda elde edilen veriler bu açıklamaya göre değerlendirildiğinde, Tablo 4'te de görüldüğü üzere, ÇÇTÖ-toplam puanı ile kaygılı bağlanma ($r=.44$; $p<.01$) arasında orta düzeyde, kaçınan bağlanma ($r=.29$; $p<.01$) arasında düşük düzeyde pozitif yönde anlamlı bir ilişkinin bulunduğu görülmüştür. ÇÇTÖ-fiziksel istismar alt boyutu ile kaygılı bağlanma ($r=.28$; $p<.01$) ve kaçınan bağlanma ($r=.16$; $p<.01$) arasında düşük düzeyde pozitif yönde anlamlı bir ilişkinin bulunduğu görülmüştür. ÇÇTÖ-duygusal istismar alt boyutu ile kaygılı bağlanma ($r=.42$; $p<.01$) arasında orta düzeyde, kaçınan bağlanma ($r=.25$; $p<.01$) arasında düşük düzeyde pozitif yönde anlamlı bir ilişkinin bulunduğu görülmüştür. ÇÇTÖ-cinsel istismar alt boyutu ile kaygılı bağlanma ($r=.13$; $p<.01$) arasında düşük düzeyde pozitif yönde anlamlı bir ilişkinin bulunduğu görülürken; kaçınan bağlanma ($r=.13$; $p>.05$) arasında anlamlı bir ilişkinin olmadığı görülmüştür. ÇÇTÖ-fiziksel ihmal alt boyutu ile kaygılı bağlanma ($r=.35$; $p<.01$) arasında orta düzeyde, kaçınan bağlanma ($r=.26$; $p<.01$) arasında düşük düzeyde pozitif yönde anlamlı bir ilişkinin bulunduğu görülmüştür. ÇÇTÖ-duygusal ihmal alt boyutu ile kaygılı bağlanma ($r=.40$; $p<.01$) arasında orta düzeyde, kaçınan bağlanma ($r=.30$; $p<.01$) arasında düşük düzeyde pozitif yönde anlamlı bir ilişkinin bulunduğu görülmüştür.

Bununla birlikte ÇÇTÖ-toplam puanı ile öfke ile ilişkili düşünceler ($r=.44$; $p<.01$), öfke belirtileri ($r=.31$; $p<.01$) ve kişilerarası öfke ($r=.31$; $p<.01$) arasında orta düzeyde; öfke ile ilişkili davranışlar ($r=.25$; $p<.01$) arasında düşük düzeyde pozitif yönde anlamlı bir ilişkinin bulunduğu görülmüştür. Öfkeye yol açan durumlar ($r=.10$; $p>.05$) arasında anlamlı bir ilişkinin olmadığı görülmüştür. ÇÇTÖ-fiziksel istismar alt boyutu ile öfke ile ilişkili düşünceler ($r=.21$; $p<.01$), öfke belirtileri ($r=.20$; $p<.01$) ve kişilerarası öfke ($r=.20$; $p<.05$) arasında düşük düzeyde pozitif yönde anlamlı bir ilişkinin bulunduğu görülmüştür. Öfkeye yol açan durumlar ($r=-.01$; $p>.05$) ve öfkeyle ilişkili davranışlar ($r=.09$; $p>.05$) arasında anlamlı bir ilişkinin olmadığı görülmüştür. ÇÇTÖ-duygusal istismar alt boyutu ile öfke ile ilişkili düşünceler ($r=.38$; $p<.01$)

arasında orta düzeyde; kişilerarası öfke ($r=.27$; $p<.01$), öfke belirtileri ($r=.24$; $p<.01$) ve öfke ile ilişkili davranışlar ($r=.22$; $p<.01$) arasında düşük düzeyde pozitif yönde anlamlı bir ilişkinin olduğu görülmüştür. Bununla birlikte öfkeye yol açan durumlar ($r=.03$; $p>.05$) arasında anlamlı bir ilişkinin olmadığı görülmüştür. ÇÇTÖ-cinsel istismar alt boyutu ile öfke belirtileri ($r=.33$; $p<.01$) arasında orta düzeyde, kişilerarası öfke ($r=.30$; $p<.01$), öfke ile ilişkili düşünceler ($r=.29$; $p<.01$), öfke ile ilişkili davranışlar ($r=.21$; $p<.01$) ve öfkeye yol açan durumlar ($r=.17$; $p<.01$) arasında düşük düzeyde pozitif yönde anlamlı bir ilişkinin olduğu görülmüştür. ÇÇTÖ-fiziksel ihmal alt boyutu ile öfke ile ilişkili düşünceler ($r=.35$; $p<.01$) arasında orta düzeyde; kişilerarası öfke ($r=.28$; $p<.01$), öfke ile ilişkili davranışlar ($r=.22$; $p<.01$) ve öfke belirtileri ($r=.14$; $p<.05$) arasında düşük düzeyde pozitif yönde anlamlı bir ilişkinin olduğu görülmüştür. Bununla birlikte öfkeye yol açan durumlar ($r=.07$; $p>.05$) arasında anlamlı bir ilişkinin olmadığı görülmüştür. ÇÇTÖ-duygusal ihmal alt boyutu ile öfke ile ilişkili düşünceler ($r=.38$; $p<.01$) arasında orta düzeyde; öfke ile ilişkili davranışlar ($r=.20$; $p<.01$), öfke belirtileri ($r=.16$; $p<.05$) ve kişilerarası öfke ($r=.15$; $p<.01$) arasında düşük düzeyde pozitif yönde anlamlı bir ilişkinin olduğu görülmüştür. Bununla birlikte öfkeye yol açan durumlar ($r=.07$; $p>.05$) arasında anlamlı bir ilişkinin olmadığı görülmüştür.

Değişkenler arasındaki ilişkilerin incelendiği son bulgu sonucunda ise kaygılı bağlanma ile öfke ile ilişkili düşünceler ($r=.65$; $p<.01$), öfke belirtileri ($r=.45$; $p<.01$), öfke ile ilişkili davranışlar ($r=.45$; $p<.01$) ve kişilerarası öfke ($r=.37$; $p<.01$) arasında orta düzeyde; öfkeye yol açan durumlar ($r=.30$; $p<.01$) düşük düzeyde pozitif yönde anlamlı bir ilişkinin olduğu görülmüştür. Kaçınan bağlanma ile öfke ile ilişkili düşünceler ($r=.35$; $p<.01$) orta düzeyde; öfke belirtileri ($r=.27$; $p<.01$) ve öfke ile ilişkili davranışlar ($r=.24$; $p<.01$) arasında düşük düzeyde pozitif yönde anlamlı bir ilişkinin olduğu görülmüştür. Bununla birlikte öfkeye yol açan durumlar ($r=.09$; $p>.05$) ve kişilerarası öfke ($r=.08$; $p>.05$) arasında anlamlı bir ilişkinin olmadığı görülmüştür.

4.3. Çocukluk Çağı Travmaları ile Demografik Değişkenler Arasındaki İlişkinin İncelenmesi

Araştırmaya katılan bireylerin çocukluk çağı travmaları puanları ile demografik değişkenler (cinsiyet, yaş, eğitim düzeyi, doğum yeri, gelir düzeyi ve kardeş sayısı)

açısından anlamlı bir farklılaşma olup olmadığı incelenmiştir. Yapılan incelemelerde bağımsız gruplar t-testi analizi ve tek yönlü varyans analizi (ANOVA) kullanılmıştır.

Çocukluk çağı travmalarının cinsiyet değişkeni açısından anlamlı bir farklılık gösterip göstermediği bağımsız gruplar t-testi kullanılarak analiz edilmiştir. Analiz sonuçları Tablo 5’te yer almaktadır.

Tablo 5. Çocukluk Çağı Travmalarının Cinsiyet Değişkeni Açısından İncelenmesine Yönelik Bağımsız Gruplar t Testi Analizi Sonuçları

	Cinsiyet	n	$\bar{X}$	SS	Sd	t	p
ÇÇTÖ-Toplam	Kadın	204	48.28	11.04	.77	1.489	.138
	Erkek	86	46.20	10.41	1.12		
ÇÇTÖ-Fiziksel istismar	Kadın	204	6.26	3.04	.21	.351	.726
	Erkek	86	6.13	2.46	.26		
ÇÇTÖ-Duygusal istismar	Kadın	204	8.46	4.33	.30	1.967	.051
	Erkek	86	7.40	3.80	.41		
ÇÇTÖ-Cinsel istismar	Kadın	204	6.60	3.47	.24	2.541	.012*
	Erkek	86	5.56	2.31	.25		
ÇÇTÖ-Fiziksel ihmal	Kadın	204	6.45	2.28	.15	-.571	.568
	Erkek	86	6.61	2.17	.23		
ÇÇTÖ-Duygusal ihmal	Kadın	204	10.53	4.73	.33	.875	.382
	Erkek	86	10.02	4.19	.45		

*p<.05

Tablo 5’te görüldüğü gibi ÇÇTÖ-toplam puanı, ÇÇTÖ-fiziksel istismar, ÇÇTÖ-duygusal istismar, ÇÇTÖ-fiziksel ihmal ve ÇÇTÖ-duygusal ihmal puanlarının cinsiyet değişkeni açısından anlamlı olarak farklılaşmadığı görülmüştür ($p>.05$). Bununla birlikte ÇÇTÖ-cinsel istismar puanlarının cinsiyet değişkeni açısından anlamlı olarak farklılaştığı ($p<.05$), kadınların daha fazla cinsel istismar puanına sahip oldukları görülmüştür.

Çocukluk çağı travmalarının yaş değişkeni açısından anlamlı bir farklılık gösterip göstermediği ANOVA kullanılarak analiz edilmiştir. Analiz sonuçları Tablo 6’da yer almaktadır.

Tablo 6. Çocukluk Çağı Travmalarının Yaş Değişkeni Açısından İncelenmesine Yönelik ANOVA Sonuçları

	Varyansın Kaynağı	Kareler Toplamı	Sd	Kareler Ortalaması	F	p	Fark
ÇÇTÖ-Toplam	Gruplar Arası	404,321	2	202,160	1,714	,182	-
	Gruplar İçi	33851,559	287	117,950			
	Toplam	34255,879	289				
ÇÇTÖ-Fiziksel istismar	Gruplar Arası	37,572	2	18,786	2,287	,103	-
	Gruplar İçi	2357,949	287	8,216			
	Toplam	2395,521	289				
ÇÇTÖ-Duygusal istismar	Gruplar Arası	17,648	2	8,824	,497	,609	-
	Gruplar İçi	5097,677	287	17,762			
	Toplam	5115,324	289				
ÇÇTÖ-Cinsel istismar	Gruplar Arası	59,819	2	29,909	2,947	,054	-
	Gruplar İçi	2913,081	287	10,150			
	Toplam	2972,900	289				
ÇÇTÖ-Fiziksel ihmal	Gruplar Arası	32,818	2	16,409	2,299	,058	-
	Gruplar İçi	1427,682	287	4,975			
	Toplam	1460,500	289				
ÇÇTÖ-Duygusal ihmal	Gruplar Arası	32,214	2	16,107	,766	,466	-
	Gruplar İçi	6038,531	287	21,040			
	Toplam	6070,745	289				

Tablo 6’da görüldüğü gibi ÇÇTÖ-toplam puanı, ÇÇTÖ-fiziksel istismar, ÇÇTÖ-duygusal istismar, ÇÇTÖ-cinsel istismar, ÇÇTÖ-fiziksel ihmal, ve ÇÇTÖ-duygusal ihmal puanlarının yaş değişkeni açısından anlamlı olarak farklılaşmadığı görülmüştür ($p>.05$).

Çocukluk çağı travmalarının eğitim düzeyi değişkeni açısından anlamlı bir farklılık gösterip göstermediği ANOVA kullanılarak analiz edilmiştir. Analiz sonuçları Tablo 7’de yer almaktadır.

Tablo 7. Çocukluk Çağı Travmalarının Eğitim Düzeyi Değişkeni Açısından İncelenmesine Yönelik ANOVA Sonuçları

	Varyansın Kaynağı	Kareler Toplamı	Sd	Kareler Ortalaması	F	p	Fark
ÇÇTÖ-Toplam	Gruplar Arası	242,068	3	80,689	,678	,566	-
	Gruplar İçi	34013,811	286	118,929			
	Toplam	34255,879	289				
ÇÇTÖ-Fiziksel istismar	Gruplar Arası	23,622	3	7,874	,949	,417	-
	Gruplar İçi	2371,898	286	8,293			
	Toplam	2395,521	289				
ÇÇTÖ-Duygusal istismar	Gruplar Arası	103,505	3	34,502	1,969	,119	-
	Gruplar İçi	5011,819	286	17,524			
	Toplam	5115,324	289				
ÇÇTÖ-Cinsel istismar	Gruplar Arası	23,501	3	7,834	,760	,518	-
	Gruplar İçi	2949,399	286	10,313			
	Toplam	2972,900	289				
ÇÇTÖ-Fiziksel ihmal	Gruplar Arası	3,768	3	1,256	,247	,864	-
	Gruplar İçi	1456,732	286	5,093			
	Toplam	1460,500	289				
ÇÇTÖ-Duygusal ihmal	Gruplar Arası	84,188	3	28,063	1,341	,261	-
	Gruplar İçi	5986,557	286	20,932			
	Toplam	6070,745	289				

Tablo 7’de görüldüğü gibi ÇÇTÖ-toplam puanı, ÇÇTÖ-fiziksel istismar, ÇÇTÖ-duygusal istismar, ÇÇTÖ-cinsel istismar, ÇÇTÖ-fiziksel ihmal, ve ÇÇTÖ-duygusal ihmal puanlarının eğitim düzeyi değişkeni açısından anlamlı olarak farklılaşmadığı görülmüştür ($p>.05$).

Çocukluk çağı travmalarının doğum yeri değişkeni açısından anlamlı bir farklılık gösterip göstermediği ANOVA kullanılarak analiz edilmiştir. Analiz sonuçları Tablo 8’de yer almaktadır.

Tablo 8. Çocukluk Çağı Travmalarının Doğum Yeri Değişkeni Açısından İncelenmesine Yönelik ANOVA Sonuçları

	Varyansın Kaynağı	Kareler Toplamı	Sd	Kareler Ortalaması	F	p	Fark
ÇÇTÖ-Toplam	Gruplar Arası	343,331	3	114,444	,965	,410	-
	Gruplar İçi	33912,548	286	118,575			
	Toplam	34255,879	289				
ÇÇTÖ-Fiziksel istismar	Gruplar Arası	22,435	3	7,478	,901	,441	-
	Gruplar İçi	2373,086	286	8,298			
	Toplam	2395,521	289				
ÇÇTÖ-Duygusal istismar	Gruplar Arası	32,058	3	10,686	,601	,615	-
	Gruplar İçi	5083,266	286	17,774			
	Toplam	5115,324	289				
ÇÇTÖ-Cinsel istismar	Gruplar Arası	80,223	3	26,741	2,644	,059	-
	Gruplar İçi	2892,677	286	10,114			
	Toplam	2972,900	289				
ÇÇTÖ-Fiziksel ihmal	Gruplar Arası	7,506	3	2,502	,492	,688	-
	Gruplar İçi	1452,994	286	5,080			
	Toplam	1460,500	289				
ÇÇTÖ-Duygusal ihmal	Gruplar Arası	24,894	3	8,298	,393	,758	-
	Gruplar İçi	6045,851	286	21,139			
	Toplam	6070,745	289				

Tablo 8’de görüldüğü gibi ÇÇTÖ-toplam puanı, ÇÇTÖ-fiziksel istismar, ÇÇTÖ-duygusal istismar, ÇÇTÖ-cinsel istismar, ÇÇTÖ-fiziksel ihmal, ve ÇÇTÖ-duygusal ihmal puanlarının doğum yeri değişkeni açısından anlamlı olarak farklılaşmadığı görülmüştür ($p>.05$).

Çocukluk çağı travmalarının gelir düzeyi değişkeni açısından anlamlı bir farklılık gösterip göstermediği ANOVA kullanılarak analiz edilmiştir. Analiz sonuçları Tablo 9’da yer almaktadır.

Tablo 9. Çocukluk Çağı Travmalarının Gelir Düzeyi Değişkeni Açısından İncelenmesine Yönelik ANOVA Sonuçları

	Varyansın Kaynağı	Kareler Toplamı	Sd	Kareler Ortalaması	F	p	Fark
ÇÇTÖ-Toplam	Gruplar Arası	182,446	3	60,815	,510	,675	-
	Gruplar İçi	34073,434	286	119,138			
	Toplam	34255,879	289				
ÇÇTÖ-Fiziksel istismar	Gruplar Arası	,905	3	,302	,036	,991	-
	Gruplar İçi	2394,615	286	8,373			
	Toplam	2395,521	289				
ÇÇTÖ-Duygusal istismar	Gruplar Arası	9,810	3	3,270	,183	,908	-
	Gruplar İçi	5105,514	286	17,851			
	Toplam	5115,324	289				
ÇÇTÖ-Cinsel istismar	Gruplar Arası	77,805	3	25,935	2,562	,055	-
	Gruplar İçi	2895,095	286	10,123			
	Toplam	2972,900	289				
ÇÇTÖ-Fiziksel ihmal	Gruplar Arası	2,803	3	,934	,183	,908	-
	Gruplar İçi	1457,697	286	5,097			
	Toplam	1460,500	289				
ÇÇTÖ-Duygusal ihmal	Gruplar Arası	11,045	3	3,682	,174	,914	-
	Gruplar İçi	6059,700	286	21,188			
	Toplam	6070,745	289				

Tablo 9’da görüldüğü gibi ÇÇTÖ-toplam puanı, ÇÇTÖ-fiziksel istismar, ÇÇTÖ-duygusal istismar, ÇÇTÖ-cinsel istismar, ÇÇTÖ-fiziksel ihmal, ve ÇÇTÖ-duygusal ihmal puanlarının gelir düzeyi değişkeni açısından anlamlı olarak farklılaşmadığı görülmüştür ($p>.05$).

Çocukluk çağı travmalarının kardeş sayısı değişkeni açısından anlamlı bir farklılık gösterip göstermediği ANOVA kullanılarak analiz edilmiştir. Analiz sonuçları Tablo 10’da yer almaktadır.

Tablo 10. Çocukluk Çağı Travmalarının Kardeş Sayısı Değişkeni Açısından İncelenmesine Yönelik ANOVA Sonuçları

	Varyansın Kaynağı	Kareler Toplamı	Sd	Kareler Ortalaması	F	p	Fark
ÇÇTÖ-Toplam	Gruplar Arası	329,802	3	109,934	,927	,428	-
	Gruplar İçi	33926,078	286	118,623			
	Toplam	34255,879	289				
ÇÇTÖ-Fiziksel istismar	Gruplar Arası	25,702	3	8,567	1,034	,378	-
	Gruplar İçi	2369,819	286	8,286			
	Toplam	2395,521	289				
ÇÇTÖ-Duygusal istismar	Gruplar Arası	51,679	3	17,226	,973	,406	-
	Gruplar İçi	5063,645	286	17,705			
	Toplam	5115,324	289				
ÇÇTÖ-Cinsel istismar	Gruplar Arası	4,294	3	1,431	,138	,937	-
	Gruplar İçi	2968,606	286	10,380			
	Toplam	2972,900	289				
ÇÇTÖ-Fiziksel ihmal	Gruplar Arası	55,205	3	18,402	3,745	,012*	4>3
	Gruplar İçi	1405,295	286	4,914			
	Toplam	1460,500	289				
ÇÇTÖ-Duygusal ihmal	Gruplar Arası	105,968	3	35,323	1,694	,169	-
	Gruplar İçi	5964,776	286	20,856			
	Toplam	6070,745	289				

Tablo 10’da görüldüğü gibi ÇÇTÖ-toplam puanı, ÇÇTÖ-fiziksel istismar, ÇÇTÖ-duygusal istismar, ÇÇTÖ-cinsel istismar ve ÇÇTÖ-duygusal ihmal puanlarının kardeş sayısı değişkeni açısından anlamlı olarak farklılaşmadığı görülmüştür ($p>.05$). Bununla birlikte ÇÇTÖ-fiziksel ihmal puanlarının kardeş sayısı değişkeni açısından anlamlı olarak farklılaştığı görülmüştür ($p<.05$). Gruplar arasındaki farklılığın belirlenmesi için Post-Hoc tekniği analizlerine geçilmiştir. Hangi analizin kullanılacağına belirlenmesi için Levene testi uygulanmıştır. Uygulanan test sonucunda varyansların homojen dağıldığı görülmüştür ($L_F=.613$; $p>.05$). Varyansların homojen dağılması halinde genellikle tercih edilen Tukey testi ile gruplar arasındaki farklılığa bakılmıştır. Analiz sonucunda farkın 3 kardeş ve üzeri olan bireyler ile 2 kardeş olan bireyler arasında olduğu, 3 ve üzerinde kardeşe sahip olan bireylerin daha fazla ÇÇTÖ-fiziksel ihmal puanına sahip oldukları sonucuna ulaşılmıştır.

4.4. Yakın İlişkilerde Yaşantılar ile Demografik Değişkenler Arasındaki İlişkinin İncelenmesi

Araştırmaya katılan bireylerin yakın ilişkilerde yaşantılar ölçeğinden aldıkları puanlar ile demografik değişkenler (cinsiyet, yaş, eğitim düzeyi, doğum yeri, gelir düzeyi ve kardeş sayısı) arasında anlamlı bir farklılık olup olmadığı incelenmiştir. Yapılan incelemelerde bağımsız gruplar t-testi analizi ve tek yönlü varyans analizi (ANOVA) kullanılmıştır.

Yakın ilişkilerde yaşantılar ölçeği puanlarının cinsiyet değişkeni açısından anlamlı bir farklılık gösterip göstermediği bağımsız gruplar t-testi kullanılarak analiz edilmiştir. Analiz sonuçları Tablo 11’de yer almaktadır.

Tablo 11. Yakın İlişkilerde Yaşantılar Ölçeği Puanlarının Cinsiyet Değişkeni Açısından İncelenmesine Yönelik Bağımsız Gruplar t Testi Analizi Sonuçları

	Cinsiyet	n	$\bar{X}$	SS	Sd	t	p
Kaygılı Bağlanma	Kadın	204	66.20	23.37	1.63	1.704	.089
	Erkek	86	61.31	19.52	2.15		
Kaçınan Bağlanma	Kadın	204	55.43	21.58	1.51	2.755	.006*
	Erkek	86	48.23	17.01	1.83		

*p<.05

Tablo 11’de görüldüğü gibi kaygılı bağlanma puanları ile cinsiyet değişkeni arasında anlamlı bir farklılık görülmemektedir ($p>.05$). Bununla birlikte kaçınan bağlanma puanlarının cinsiyet değişkeni açısından anlamlı olarak farklılaştığı görülmektedir ($p<.05$). Aritmetik ortalamalara bakıldığında kadınların kaçınan bağlanma puanlarının erkeklere oranla daha fazla olduğu sonucuna ulaşılmıştır.

Yakın ilişkilerde yaşantılar ölçeği puanlarının yaş değişkeni açısından anlamlı bir farklılık gösterip göstermediği ANOVA kullanılarak analiz edilmiştir. Analiz sonuçları Tablo 12’de yer almaktadır.

Tablo 12. Yakın İlişkilerde Yaşantılar Ölçeği Puanlarının Yaş Değişkeni Açısından İncelenmesine Yönelik ANOVA Sonuçları

	Varyansın Kaynağı	Kareler Toplamı	Sd	Kareler Ortalaması	F	p	Fark
Kaygılı Bağlanma	Gruplar Arası	5351,363	2	2675,681	5,509	,004*	1,2>3
	Gruplar İçi	139386,761	287	485,668			
	Toplam	144738,124	289				
Kaçıngan Bağlanma	Gruplar Arası	1075,233	2	537,616	1,273	,282	-
	Gruplar İçi	121225,667	287	422,389			
	Toplam	122300,900	289				

Tablo 12’de görüldüğü gibi kaçıngan puanlarının yaş değişkeni açısından anlamlı olarak farklılaşmadığı görülmüştür ($p>.05$). Bununla birlikte kaygılı puanlarının yaş değişkeni açısından anlamlı olarak farklılaştığı görülmüştür ($p<.05$). Gruplar arasındaki farklılığın belirlenmesi için Post-Hoc tekniği analizlerine geçilmiştir. Hangi analizin kullanılacağına belirlenmesi için Levene testi uygulanmıştır. Uygulanan test sonucunda varyansların homojen dağıldığı görülmüştür ($L_F=2.83$; $p>.05$). Varyansların homojen dağılması halinde genellikle tercih edilen Tukey testi ile gruplar arasındaki farklılığa bakılmıştır. Analiz sonucunda farkın 46-65 yaş aralığındaki bireyler ile 18-25 ve 26-45 yaş aralığındaki bireyler arasında olduğu görülmüştür. 46-65 yaş aralığındaki bireylerin kaygılı bağlanma puanlarının diğer gruplara oranla daha düşük olduğu sonucuna ulaşılmıştır.

Yakın ilişkilerde yaşantılar ölçeği puanlarının eğitim düzeyi değişkeni açısından anlamlı bir farklılık gösterip göstermediği ANOVA kullanılarak analiz edilmiştir. Analiz sonuçları Tablo 13’te yer almaktadır.

Tablo 13. Yakın İlişkilerde Yaşantılar Ölçeği Puanlarının Eğitim Düzeyi Değişkeni Açısından İncelenmesine Yönelik ANOVA Sonuçları

	Varyansın Kaynağı	Kareler Toplamı	Sd	Kareler Ortalaması	F	p	Fark
Kaygılı Bağlanma	Gruplar Arası	4996,545	3	1665,515	1,409	,058	-
	Gruplar İçi	139741,579	286	488,607			
	Toplam	144738,124	289				
Kaçınan Bağlanma	Gruplar Arası	3521,397	3	1173,799	1,826	,069	-
	Gruplar İçi	118779,503	286	415,313			
	Toplam	122300,900	289				

Tablo 13'te görüldüğü gibi kaygılı bağlanma ve kaçınan bağlanma puanları ile eğitim düzeyi değişkeni arasında anlamlı bir farklılık görülmemektedir ($p>.05$).

Yakın ilişkilerde yaşantılar ölçeği puanlarının doğum yeri değişkeni açısından anlamlı bir farklılık gösterip göstermediği ANOVA kullanılarak analiz edilmiştir. Analiz sonuçları Tablo 14'te yer almaktadır.

Tablo 14. Yakın İlişkilerde Yaşantılar Ölçeği Puanlarının Doğum Yeri Değişkeni Açısından İncelenmesine Yönelik ANOVA Sonuçları

	Varyansın Kaynağı	Kareler Toplamı	Sd	Kareler Ortalaması	F	p	Fark
Kaygılı Bağlanma	Gruplar Arası	3407,319	3	1135,773	2,298	,078	-
	Gruplar İçi	141330,805	286	494,164			
	Toplam	144738,124	289				
Kaçınan Bağlanma	Gruplar Arası	5197,602	3	1732,534	4,231	,006*	1>4
	Gruplar İçi	117103,298	286	409,452			
	Toplam	122300,900	289				

Tablo 14'te görüldüğü gibi kaygılı bağlanma puanları ile doğum yeri değişkeni arasında anlamlı bir farklılık görülmemektedir ($p>.05$). Bununla birlikte kaçınan bağlanma puanlarının doğum yeri değişkeni açısından farklılaştığı görülmektedir ($p<.05$). Gruplar arasındaki farklılığın belirlenmesi için Post-Hoc tekniği analizlerine geçilmiştir. Hangi analizin kullanılacağı belirlenmesi için Levene testi uygulanmıştır. Uygulanan test sonucunda varyansların homojen dağıldığı görülmüştür ($L_F=.683$; $p>.05$). Varyansların homojen dağılması halinde genellikle tercih edilen Tukey testi ile gruplar arasındaki farklılığa bakılmıştır. Analiz sonucunda farkın

köy/kasabada doğan bireyler ile büyükşehirde doğan bireyler arasında olduğu görülmüştür. Köy/kasabada doğan bireylerin kaçınan bağlanma puanlarının büyükşehirde doğan bireylere oranla daha yüksek olduğu sonucuna ulaşılmıştır.

Yakın ilişkilerde yaşantılar ölçeği puanlarının gelir düzeyi değişkeni açısından anlamlı bir farklılık gösterip göstermediği ANOVA kullanılarak analiz edilmiştir. Analiz sonuçları Tablo 15'te yer almaktadır.

Tablo 15. Yakın İlişkilerde Yaşantılar Ölçeği Puanlarının Gelir Düzeyi Değişkeni Açısından İncelenmesine Yönelik ANOVA Sonuçları

	Varyansın Kaynağı	Kareler Toplamı	Sd	Kareler Ortalaması	F	p	Fark
Kaygılı Bağlanma	Gruplar Arası	7857,564	3	2619,188	5,473	,001*	4<1,2
	Gruplar İçi	136880,560	286	478,603			
	Toplam	144738,124	289				
Kaçınan Bağlanma	Gruplar Arası	6387,369	3	2129,123	5,253	,002*	1>3,4
	Gruplar İçi	115913,531	286	405,292			
	Toplam	122300,900	289				

Tablo 15'de görüldüğü gibi kaygılı bağlanma ve kaçınan bağlanma puanlarının gelir düzeyi değişkeni açısından farklılaştığı görülmektedir ($p<.05$). Gruplar arasındaki farklılığın belirlenmesi için Post-Hoc tekniği analizlerine geçilmiştir. Hangi analizin kullanılacağına belirlenmesi için Levene testi uygulanmıştır. Uygulanan test sonucunda varyansların homojen dağıldığı görülmüştür ($L_{Fkaygılı}=.204$; $p>.05$; $L_{Fkaçınan}=.531$; $p>.05$). Varyansların homojen dağılması halinde genellikle tercih edilen Tukey testi ile gruplar arasındaki farklılığa bakılmıştır. Analiz sonucunda kaygılı bağlanma puanlarındaki farkın 10.000 TL ve üzeri gelire sahip olan bireyler ile asgari ücret ve altında gelire sahip olan bireyler ve asgari ücret-5000 TL arasında gelire sahip olan bireyler arasında olduğu görülmüştür. 10.000 TL ve üzeri gelire sahip olan bireylerin kaygılı bağlanma puanlarının diğer iki gruba oranla daha düşük olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Kaçınan bağlanma puanlarındaki farkın ise asgari ücret ve altında gelire sahip olan bireyler ile 5000 TL-10.000 TL ve 10.000 TL ve üzerinde gelire sahip olan bireyler arasında olduğu görülmüştür. Asgari ücret ve altında gelire sahip olan bireylerin kaçınan bağlanma puanlarının diğer iki gruba oranla daha yüksek olduğu sonucuna ulaşılmıştır.

Yakın ilişkilerde yaşantılar ölçeği puanlarının kardeş sayısı değişkeni açısından anlamlı bir farklılık gösterip göstermediği ANOVA kullanılarak analiz edilmiştir. Analiz sonuçları Tablo 16’da yer almaktadır.

Tablo 16. Yakın İlişkilerde Yaşantılar Ölçeği Puanlarının Kardeş Sayısı Değişkeni Açısından İncelenmesine Yönelik ANOVA Sonuçları

	Varyansın Kaynağı	Kareler Toplamı	Sd	Kareler Ortalaması	F	p	Fark
Kaygılı Bağlanma	Gruplar Arası	879,590	3	293,197	,583	,627	-
	Gruplar İçi	143858,534	286	503,002			
	Toplam	144738,124	289				
Kaçınan Bağlanma	Gruplar Arası	1553,117	3	517,706	1,226	,300	-
	Gruplar İçi	120747,783	286	422,195			
	Toplam	122300,900	289				

Tablo 16’da görüldüğü gibi kaygılı bağlanma ve kaçınan bağlanma puanları ile kardeş sayısı değişkeni arasında anlamlı bir farklılık görülmemektedir ($p>.05$).

4.5. Öfkeliilik ile Demografik Değişkenler Arasındaki İlişkinin İncelenmesi

Araştırmaya katılan bireylerin öfkeliilik puanları ile demografik değişkenler (cinsiyet, yaş, eğitim düzeyi, doğum yeri, gelir düzeyi ve kardeş sayısı) açısından anlamlı bir farklılaşma olup olmadığı incelenmiştir. Yapılan incelemelerde bağımsız gruplar t-testi analizi ve tek yönlü varyans analizi (ANOVA) kullanılmıştır.

Öfkeliilik düzeylerinin cinsiyet değişkeni açısından anlamlı bir farklılık gösterip göstermediği bağımsız gruplar t-testi kullanılarak analiz edilmiştir. Analiz sonuçları Tablo 17’de yer almaktadır.

Tablo 17. Öfkeliilik Düzeylerinin Cinsiyet Değişkeni Açısından İncelenmesine Yönelik Bağımsız Gruplar t Testi Analizi Sonuçları

	Cinsiyet	n	$\bar{X}$	SS	Sd	t	p
Öfke Belirtileri	Kadın	204	40.67	11.69	.81	3.220	.001*
	Erkek	86	35.77	12.13	1.30		
Öfkeye Yol Açan Durumlar	Kadın	204	167.05	21.28	1.49	4.897	.000*
	Erkek	86	151.70	30.53	3.29		
Öfke İle İlişkili Düşünceler	Kadın	204	68.45	23.65	1.65	2.416	.016*
	Erkek	86	61.19	22.66	2.44		
Öfke İle İlişkili Davranışlar	Kadın	204	130.38	32.83	2.29	.271	.787
	Erkek	86	129.30	26.68	2.87		
Kişilerarası Öfke	Kadın	204	72.87	12.06	.84	-.475	.635
	Erkek	86	73.61	12.19	1.31		

Tablo 17’de görüldüğü gibi araştırmaya katılan bireylerin öfke ile ilişkili davranışlar ve kişilerarası öfke puanlarının cinsiyet değişkeni açısından anlamlı olarak farklılaşmadığı görülmüştür ($p>.05$). Bununla birlikte öfke belirtileri, öfkeye yol açan durumlar ve öfke ile ilişkili düşünceler puanlarının cinsiyet değişkeni açısından farklılaştığı görülmüştür ($p<.05$). Aritmetik ortalamalara bakıldığında kadınların öfke belirtileri, öfkeye yol açan durumlar ve öfke ile ilişkili düşünceler puanlarının erkeklere oranla anlamlı düzeyde daha yüksek olduğu sonucuna ulaşılmıştır.

Öfkeliilik düzeylerinin yaş değişkeni açısından anlamlı bir farklılık gösterip göstermediği ANOVA kullanılarak analiz edilmiştir. Analiz sonuçları Tablo 18’de yer almaktadır.

Tablo 18. Öfkelilik Düzeylerinin Yaş Değişkeni Açısından İncelenmesine Yönelik ANOVA Sonuçları

	Varyansın Kaynağı	Kareler Toplamı	Sd	Kareler Ortalaması	F	p	Fark
Öfke Belirtileri	Gruplar Arası	4858,023	2	2429,011	18,900	,000*	1>2>3
	Gruplar İçi	36884,408	287	128,517			
	Toplam	41742,431	289				
Öfkeye Yol Açan Durumlar	Gruplar Arası	11955,272	2	5977,636	9,888	,000*	1,2>3
	Gruplar İçi	173501,214	287	604,534			
	Toplam	185456,486	289				
Öfke İle İlişkili Düşünceler	Gruplar Arası	5019,155	2	2509,577	4,634	,010*	1,2>3
	Gruplar İçi	155412,142	287	541,506			
	Toplam	160431,297	289				
Öfke İle İlişkili Davranışlar	Gruplar Arası	4415,541	2	2207,771	2,304	,102	-
	Gruplar İçi	275006,214	287	958,210			
	Toplam	279421,755	289				
Kişilerarası Öfke	Gruplar Arası	399,805	2	199,902	1,372	,255	-
	Gruplar İçi	41809,492	287	145,678			
	Toplam	42209,297	289				

Tablo 18’de görüldüğü gibi öfke ile ilişkili davranışlar ve kişilerarası öfke puanlarının yaş değişkeni açısından farklılaşmadığı görülmektedir ($p>.05$). Bununla birlikte öfke belirtileri, öfkeye yol açan durumlar ve öfke ile ilişkili düşünceler puanlarının yaş değişkeni açısından farklılaştığı görülmüştür ($p<.05$). Gruplar arasındaki farklılığın belirlenmesi için Post-Hoc tekniği analizlerine geçilmiştir. Hangi analizin kullanılacağına belirlenmesi için Levene testi uygulanmıştır. Uygulanan test sonucunda varyansların homojen dağıldığı görülmüştür. Varyansların homojen dağılması halinde genellikle tercih edilen Tukey testi ile gruplar arasındaki farklılığa bakılmıştır. Analiz sonucunda öfke belirtileri puanlarındaki farkın tüm gruplar arasında olduğu, 18-25 yaş aralığındaki bireylerin öfke belirtileri puanlarının en yüksek, 46-65 yaş aralığındaki bireylerin ise en düşük olduğu görülmüştür. Öfkeye yol açan durumlar ve öfke ile ilişkili düşünceler puanlarındaki farklılığın ise 18-25 ve 26-45 yaş aralığındaki bireyler ile 46-65 yaş aralığındaki bireyler arasında olduğu; 46-65 yaş aralığındaki bireylerin puanların, diğer iki gruba oranla daha düşük olduğu görülmüştür.

Öfkelilik düzeylerinin eğitim düzeyi değişkeni açısından anlamlı bir farklılık gösterip göstermediği ANOVA kullanılarak analiz edilmiştir. Analiz sonuçları Tablo 19’da yer almaktadır.

Tablo 19. Öfkelilik Düzeylerinin Eğitim Düzeyi Değişkeni Açısından İncelenmesine Yönelik ANOVA Sonuçları

	Varyansın Kaynağı	Kareler Toplamı	Sd	Kareler Ortalaması	F	p	Fark
Öfke Belirtileri	Gruplar Arası	2025,794	3	675,265	4,863	,003*	3>1
	Gruplar İçi	39716,637	286	138,869			
	Toplam	41742,431	289				
Öfkeye Yol Açan Durumlar	Gruplar Arası	4315,825	3	1438,608	2,271	,042*	3>4
	Gruplar İçi	181140,661	286	633,359			
	Toplam	185456,486	289				
Öfke İle İlişkili Düşünceler	Gruplar Arası	6365,933	3	2121,978	3,939	,080	-
	Gruplar İçi	154065,364	286	538,690			
	Toplam	160431,297	289				
Öfke İle İlişkili Davranışlar	Gruplar Arası	9806,651	3	3268,884	3,468	,017*	2>1
	Gruplar İçi	269615,104	286	942,710			
	Toplam	279421,755	289				
Kişilerarası Öfke	Gruplar Arası	3163,382	3	1054,461	7,724	,000*	2,3,4>1
	Gruplar İçi	39045,915	286	136,524			
	Toplam	42209,297	289				

Tablo 19’da görüldüğü gibi öfke ile ilişkili düşünceler puanlarının eğitim düzeyi değişkeni açısından farklılaşmadığı görülmektedir ($p>.05$). Bununla birlikte öfke belirtileri, öfkeye yol açan durumlar, öfke ile ilişkili davranışlar ve kişilerarası öfke puanlarının eğitim düzeyi değişkeni açısından farklılaştığı görülmüştür ($p<.05$). Gruplar arasındaki farklılığın belirlenmesi için Post-Hoc tekniği analizlerine geçilmiştir. Hangi analizin kullanılacağına belirlenmesi için Levene testi uygulanmıştır. Uygulanan test sonucunda varyansların homojen dağıldığı görülmüştür. Varyansların homojen dağılması halinde genellikle tercih edilen Tukey testi ile gruplar arasındaki farklılığa bakılmıştır. Analiz sonucunda öfke belirtileri puanlarındaki farkın lisans eğitim düzeyine sahip olan bireyler ile ilkökul/ortaokul eğitim düzeyine sahip olan bireyler arasında olduğu; lisans eğitim düzeyine sahip olan bireylerin öfke belirtileri puanlarının daha yüksek olduğu görülmüştür. Öfkeye yol açan durumlar puanlarındaki farkın lisans eğitim düzeyine sahip olan bireyler ile lisansüstü eğitim düzeyine sahip olan bireyler

arasında olduğu; lisans eğitim düzeyine sahip olan bireylerin öfkeye yol açan durumlar puanlarının daha yüksek olduğu görülmüştür. Öfke ile ilişkili davranışlar puanlarındaki farkın lise eğitim düzeyine sahip olan bireyler ile ilkokul/ortaokul eğitim düzeyine sahip olan bireyler arasında olduğu; lise eğitim düzeyine sahip olan bireylerin öfke ile ilişkili davranışlar puanlarının daha yüksek olduğu görülmüştür. Son olarak kişilerarası öfke puanlarındaki farkın ise ilkokul/ortaokul eğitim düzeyine sahip olan bireyler ile lise, lisans ve lisansüstü eğitim düzeyine sahip olan bireyler arasında olduğu; ilkokul/ortaokul eğitim düzeyine sahip olan bireylerin kişilerarası öfke puanlarının daha düşük olduğu sonucuna ulaşılmıştır.

Öfkelilik düzeylerinin doğum yeri değişkeni açısından anlamlı bir farklılık gösterip göstermediği ANOVA kullanılarak analiz edilmiştir. Analiz sonuçları Tablo 20’de yer almaktadır.

Tablo 20. Öfkelilik Düzeylerinin Doğum Yeri Değişkeni Açısından İncelenmesine Yönelik ANOVA Sonuçları

	Varyansın Kaynağı	Kareler Toplamı	Sd	Kareler Ortalaması	F	p	Fark
Öfke Belirtileri	Gruplar Arası	1852,103	3	617,368	4,426	,005*	3>4
	Gruplar İçi	39890,328	286	139,477			
	Toplam	41742,431	289				
Öfkeye Yol Açan Durumlar	Gruplar Arası	8876,638	3	2958,879	4,792	,003*	2>4
	Gruplar İçi	176579,848	286	617,412			
	Toplam	185456,486	289				
Öfke İle İlişkili Düşünceler	Gruplar Arası	4011,809	3	1337,270	2,445	,064	-
	Gruplar İçi	156419,488	286	546,921			
	Toplam	160431,297	289				
Öfke İle İlişkili Davranışlar	Gruplar Arası	9290,903	3	3096,968	3,279	,021*	3>4
	Gruplar İçi	270130,852	286	944,513			
	Toplam	279421,755	289				
Kişilerarası Öfke	Gruplar Arası	1126,148	3	375,383	2,613	,052	-
	Gruplar İçi	41083,148	286	143,647			
	Toplam	42209,297	289				

Tablo 20’de görüldüğü gibi öfke ile ilişkili düşünceler ve kişilerarası öfke puanlarının doğum yeri değişkeni açısından farklılaşmadığı görülmektedir ($p>.05$). Bununla birlikte öfke belirtileri, öfkeye yol açan durumlar ve öfke ile ilişkili davranışlar puanlarının doğum yeri değişkeni açısından farklılaştığı görülmüştür ($p<.05$). Gruplar

arasındaki farklılığın belirlenmesi için Post-Hoc tekniği analizlerine geçilmiştir. Hangi analizin kullanılacağına belirlenmesi için Levene testi uygulanmıştır. Uygulanan test sonucunda varyansların homojen dağıldığı görülmüştür. Varyansların homojen dağılması halinde genellikle tercih edilen Tukey testi ile gruplar arasındaki farklılığa bakılmıştır. Analiz sonucunda öfke belirtileri ve öfke ile ilişkili davranışlar puanlarındaki farklılığın şehirde doğanlar ile büyükşehirde doğanlar arasında olduğu; şehirde doğan bireylerin puanlarının daha yüksek olduğu görülmüştür. Öfkeye yol açan durumlar puanları arasındaki farklılığın ise ilçede doğan bireyler ile büyük şehirde doğan bireyler arasında olduğu; ilçede doğan bireylerin puanlarının daha yüksek olduğu görülmüştür.

Öfkeli düzeylerinin gelir düzeyi değişkeni açısından anlamlı bir farklılık gösterip göstermediği ANOVA kullanılarak analiz edilmiştir. Analiz sonuçları Tablo 21’de yer almaktadır.

Tablo 21. Öfkeli Düzeylerinin Gelir Düzeyi Değişkeni Açısından İncelenmesine Yönelik ANOVA Sonuçları

	Varyansın Kaynağı	Kareler Toplamı	Sd	Kareler Ortalaması	F	p	Fark
Öfke Belirtileri	Gruplar Arası	3164,836	3	1054,945	7,821	,000*	1,2>4
	Gruplar İçi	38577,595	286	134,887			
	Toplam	41742,431	289				
Öfkeye Yol Açan Durumlar	Gruplar Arası	13924,123	3	4641,374	7,739	,000*	1,2,3>4
	Gruplar İçi	171532,364	286	599,764			
	Toplam	185456,486	289				
Öfke İle İlişkili Düşünceler	Gruplar Arası	8719,052	3	2906,351	5,479	,001*	1,2,3>4
	Gruplar İçi	151712,244	286	530,462			
	Toplam	160431,297	289				
Öfke İle İlişkili Davranışlar	Gruplar Arası	4821,303	3	1607,101	1,674	,173	-
	Gruplar İçi	274600,452	286	960,141			
	Toplam	279421,755	289				
Kişilerarası Öfke	Gruplar Arası	625,781	3	208,594	1,435	,233	-
	Gruplar İçi	41583,516	286	145,397			
	Toplam	42209,297	289				

Tablo 21’de görüldüğü gibi öfke ile ilişkili davranışlar ve kişilerarası öfke puanlarının gelir düzeyi değişkeni açısından farklılaşmadığı görülmektedir ($p>.05$). Bununla birlikte öfke belirtileri, öfkeye yol açan durumlar ve öfke ile ilişkili düşünceler

puanlarının gelir düzeyi değişkeni açısından farklılaştığı görülmüştür ($p<.05$). Gruplar arasındaki farklılığın belirlenmesi için Post-Hoc tekniği analizlerine geçilmiştir. Hangi analizin kullanılacağına belirlenmesi için Levene testi uygulanmıştır. Uygulanan test sonucunda varyansların homojen dağıldığı görülmüştür. Varyansların homojen dağılması halinde genellikle tercih edilen Tukey testi ile gruplar arasındaki farklılığa bakılmıştır. Analiz sonucunda öfkeye yol açan durumlar ve öfke ile ilişkili düşünceler puanları arasındaki farklılığın 10.000 TL ve üzeri gelire sahip olan bireyler ile diğer gruplardaki bireyler arasında olduğu; 10.000 TL ve üzeri gelire sahip olan bireylerin puanlarının diğer üç gruba oranla daha düşük olduğu görülmüştür. Öfke belirtileri puanlarındaki farklılığın ise 10.000 TL ve üzeri gelire sahip olan bireyler ile asgari ücret altında gelire sahip olan bireyler ve asgari ücret-5000 TL arasında gelire sahip olan bireyler arasında olduğu görülmüştür. 10.000 TL ve üzeri gelire sahip olan bireylerin puanlarının diğer iki gruba oranla daha düşük olduğu sonucuna ulaşılmıştır.

Öfkeli düzeylerinin kardeş sayısı değişkeni açısından anlamlı bir farklılık gösterip göstermediği ANOVA kullanılarak analiz edilmiştir. Analiz sonuçları Tablo 22’de yer almaktadır.

Tablo 22. Öfkeli Düzeylerinin Kardeş Sayısı Değişkeni Açısından İncelenmesine Yönelik ANOVA Sonuçları

	Varyansın Kaynağı	Kareler Toplamı	Sd	Kareler Ortalaması	F	p	Fark
Öfke Belirtileri	Gruplar Arası	836,863	3	278,954	1,950	,122	-
	Gruplar İçi	40905,569	286	143,026			
	Toplam	41742,431	289				
Öfkeye Yol Açan Durumlar	Gruplar Arası	4946,468	3	1648,823	2,612	,052	-
	Gruplar İçi	180510,019	286	631,154			
	Toplam	185456,486	289				
Öfke İle İlişkili Düşünceler	Gruplar Arası	20,524	3	6,841	,012	,998	-
	Gruplar İçi	160410,772	286	560,877			
	Toplam	160431,297	289				
Öfke İle İlişkili Davranışlar	Gruplar Arası	1183,312	3	394,437	,405	,749	-
	Gruplar İçi	278238,443	286	972,862			
	Toplam	279421,755	289				
Kişilerarası Öfke	Gruplar Arası	289,442	3	96,481	,658	,578	-
	Gruplar İçi	41919,854	286	146,573			
	Toplam	42209,297	289				

Tablo 22’de görüldüğü gibi öfke belirtileri, öfkeye yol açan durumlar, öfke ile ilişkili düşünceler, öfke ile ilişkili davranışlar ve kişilerarası öfke puanlarının kardeş sayısı değişkeni açısından farklılaşmadığı görülmektedir ($p>.05$).



5. TARTIŞMA

Araştırmanın bu bölümünde araştırmanın amaçları doğrultusunda elde edilen bulguların alan yazın ışığında tartışılıp yorumlanmasına yer verilmektedir. Bulguların tartışılması 2 bölümde gerçekleştirilmektedir. İlk olarak araştırma kapsamında incelenen değişkenlerin birbirleriyle olan ilişkileri tartışılıp yorumlanmakta ardından değişkenlerin demografik unsurlar ile ilişkisi tartışılıp yorumlanmaktadır.

5.1. Çocukluk Çağı Travmaları, Yakın İlişkilerde Yaşantılar ve Öfkeliilik Arasındaki İlişkinin İncelenmesine Yönelik Tartışma

5.1.1. Çocukluk Çağı Travmaları ve Yakın İlişkilerde Yaşantılar Arasındaki İlişkinin İncelenmesine Yönelik Tartışma

Araştırma sonucunda ÇÇTÖ-toplam, ÇÇTÖ-fiziksel istismar, ÇÇTÖ-duygusal istismar, ÇÇTÖ-fiziksel ihmal ve ÇÇTÖ-duygusal ihmal puanları ile kaygılı ve kaçınan bağlanma puanları arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişkinin olduğu görülmüştür. Bir diğer ifadeyle çocukluk çağı travmaları yükseldikçe kaygılı ve kaçınan bağlanma düzeyi de yükselmektedir. Bununla birlikte ÇÇTÖ-cinsel istismar puanları ile kaygılı bağlanma arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki bulunurken kaçınan bağlanma arasında anlamlı bir ilişki bulunmamıştır.

Çocukluk çağı travmaları ile bağlanmanın ilişkisi, bağlanma sürecinin çocukluk döneminde gelişmesi bakımından oldukça önemlidir. Bağlanma sürecinde ve sağlıklı bağlanmada, bakım veren/ebeveyn tarafından ortaya koyulan davranışlar temel bir etki bırakmaktadır (Bowlby, 1969). Bu noktada çocukluk çağı travmalarını ortaya çıkaran istismar ve ihmal davranışları da çoğu kez bakım veren/ebeveyn tarafından sergilenmektedir. Bu durum çocukluk çağı travmaları ve bağlanma ilişkisini etkilemekte ve bununla birlikte de karmaşık kılmaktadır (McCoy ve Keen, 2009). Gerçekleştirilen çalışmalar, bağlanma ve çocukluk çağı travmaları arasındaki ilişkinin çift yönlü olabileceğine işaret etmektedir. Yani, bağlanma biçimleri çocukluk çağında yaşanan travmatik yaşantılar karşısında ortaya koyulan tepkiyi etkileyebildiği gibi, travmatik yaşantı geçmişi de bağlanma biçimleri üzerinde etkili olabilmektedir (Browne ve Winkelmann, 2007; Purnell, 2010).

İlgili literatür incelendiğinde çocukluk çağı travmaları ile bağlanma arasındaki ilişkinin araştırıldığı çalışmaların olduğu görülmektedir. MacDonald ve ark. (2015) tarafından yapılan çalışmada kaygılı ve kaçınmacı bağlanma ile çocukluk çağı travmaları arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişkinin olduğu görülmüştür. Bununla birlikte Peker (2017), kaygılı bağlanma ile çocukluk çağı travmaları arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişkinin olduğunu; kaçınan bağlanma ile ise duygusal ihmal alt boyutu hariç anlamlı bir ilişkinin olmadığını ifade etmektedir. Bununla birlikte Raby ve ark. (2017) tarafından yapılan çalışmada ise kaygılı bağlanma ile çocukluk çağı travmaları arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki bulunurken; kaçınmacı bağlanma ile ilişkinin olmadığı sonucuna ulaşılmıştır.

Çocukluk çağında bireylerin maruz kalmış oldukları travmatik yaşantılar, bireyler üzerinde oldukça büyük bir kaygı yaratmaktadır. Bireylerin yaşadıkları bu kaygının yetişkinlik dönemine taşınması ve yakın ilişkilerine yansması ise beklenen bir sonuçtur. Kaygılı bağlanma konusunda alan yazında büyük ölçüde fikir birliği sağlanırken; kaçınan bağlanma bulguları çalışmalar arasında farklılık göstermektedir. Bu durumun nedeninin ise istismarcının kim olduğu ile ilişkili olabileceği düşünülmektedir.

5.1.2. Çocukluk Çağı Travmaları ve Öfkeliilik Arasındaki İlişkinin İncelenmesine Yönelik Tartışma

Araştırma sonucunda çok boyutlu öfke ölçeği alt boyutlarından olan öfke belirtileri, öfke ile ilişkili düşünceler ve kişilerarası öfke ile ÇÇTÖ-toplam, ÇÇTÖ-fiziksel istismar, ÇÇTÖ-duygusal istismar, ÇÇTÖ-cinsel istismar, ÇÇTÖ-fiziksel ihmal ve ÇÇTÖ-duygusal ihmal puanları arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişkinin olduğu görülmektedir. Yani çocukluk çağı travmaları puanları yükseldikçe öfke belirtileri, öfke ile ilişkili düşünceler ve kişilerarası öfke puanlarının da yükseldiği sonucuna ulaşılmıştır. Bununla birlikte öfkeyle ilişkili davranışlar ile ÇÇTÖ-toplam, ÇÇTÖ-duygusal istismar, ÇÇTÖ-cinsel istismar, ÇÇTÖ-fiziksel ihmal ve ÇÇTÖ-duygusal ihmal puanları arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişkinin olduğu görülmüştür. Öfkeye yol açan durumlar alt boyutu ile ise yalnızca ÇÇTÖ-cinsel istismar puanları arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişkinin olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Genel anlamda bakıldığında çocukluk çağı travmalarının öfke ile ilişkili olduğu görülmektedir. Bir

diğer ifadeyle bireylerin maruz kaldıkları çocukluk çağı travmaları yükseldikçe öfke ile ilişkili durumların da yükseldiği söylenebilir.

Alan yazın incelendiğinde bu konuda yapılan çalışmaların bilhassa ülkemizde, sınırlı olduğu görülmektedir. Ancak travmatik yaşantılar sonucunda ortaya çıkan öfke duygusu oldukça doğal ve olağan bir tepki olarak kabul edilmektedir (Dyregrov ve ark., 2002). Gerçekleştirilen araştırmalar, çocukluk çağı travmalarına maruz kalan bireylerin ya daha içe dönük ya da daha saldırgan kişiler olduklarına işaret etmektedir (Bostancı ve ark., 2006). Bununla birlikte Eroğlu ve ark. (2013) tarafından yapılan araştırmada çocukluk çağı travmalarına maruz kalan bireylerin öfke puanlarının daha yüksek olduğu görülmüştür. Yapılan bir diğer çalışmada da benzer olarak travmaya maruz kalan bireylerin öfke düzeylerinin yüksek olduğu ve öfkelerini dışa vurma davranışlarının da oldukça yoğun olduğu ortaya koyulmuştur (Altınbaş, 2016).

5.1.3. Yakın İlişkilerde Yaşantılar ve Öfkelilik Arasındaki İlişkinin İncelenmesine Yönelik Tartışma

Araştırma sonucunda kaygılı bağlanma ile öfke belirtileri, öfkeye yol açan durumlar, öfke ile ilişkili düşünceler, öfke ile ilişkili davranışlar ve kişilerarası öfke arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişkinin bulunduğu görülmüştür. Bununla birlikte kaçınan bağlanma ile öfke belirtileri, öfke ile ilişkili davranışlar ve öfke ile ilişkili düşünceler arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişkinin olduğu görülürken, öfkeye yol açan durumlar ve kişilerarası öfke arasında anlamlı bir ilişkinin olmadığı sonucuna ulaşılmıştır.

Bağlanma ile duygular arasındaki ilişkiler, alan yazında sıklıkla incelenmektedir. Bowlby (1973), güvenli bağlanma örüntüsü geliştiren bireylerin, daha az şiddetli negatif duygular hissedeceklerini belirtmektedir. Güvenli bağlanmanın gerçekleşmemesi, bireylerin daha yoğun kaygı ve öfke hissetmelerine yol açmaktadır (Bowlby, 1980; Kobak ve Hazan, 1991). Ve hatta Bowlby (1980), bireylerin yaşadıkları kaygı ve öfke duygularını, bireyin duygusal bağının bir yansıması olarak kabul etmektedir. Yapılan araştırmalar, kaygılı ve kaçınan bağlanma örüntüleri geliştiren bireylerin daha fazla öfke duygusuna sahip olduğunu ortaya koymaktadır (Cooper, Collins ve Shaver, 1998).

Bununla birlikte yapılan araştırmalar da bu bilgileri destekler niteliktedir. Araştırmalar, güvensiz bağlanma örüntüsü sergileyen bireylerin, güvenli bağlanma örüntülerine sahip olan bireylere göre daha fazla öfke duygusu yaşadıklarını ve öfkelerini kontrol etmekte zorlandıklarını, öfke duygusunu işlevsel bir hale getiremediklerini ortaya koymaktadır (Akmaz, 2009; Barret ve Holmes, 2001; İmamoğlu, 2003; Johnson, 2010; Muris, Meesters, Morren ve Moorman, 2004; Oktay, 2010; Tanış, 2014; Wilkie, 2001; Zimmermann, Maier, Winter ve Grossmann, 2001).

5.2. Çocukluk Çağı Travmaları, Yakın İlişkilerde Yaşantılar ve Öfkellik ile Demografik Değişkenler Arasındaki İlişkinin İncelenmesine Yönelik Tartışma

5.2.1. Çocukluk Çağı Travmaları ile Demografik Değişkenler Arasındaki İlişkinin İncelenmesine Yönelik Tartışma

Araştırma sonucunda ÇÇTÖ-toplam puanı, ÇÇTÖ-fiziksel istismar, ÇÇTÖ-duygusal istismar, ÇÇTÖ-fiziksel ihmal ve ÇÇTÖ-duygusal ihmal puanlarının cinsiyet değişkeni açısından anlamlı olarak farklılaşmadığı; ÇÇTÖ-cinsel istismar puanlarının cinsiyet değişkeni açısından anlamlı olarak farklılaştığı, kadınların daha fazla cinsel istismar puanına sahip oldukları görölmüştür. Çocukluk çağı travmaları ile cinsiyet değişkeni arasındaki farklılığın incelendiği çalışmalarda bu araştırma sonucunda elde edilen bulgular ile tutarlı sonuçların olduğu görölmektedir. Yapılan alışmalar, ÇÇTÖ-toplam puanı ile cinsiyet arasında anlamlı bir farklılaşma olmadığını göstermektedir (Bostancı ve ark., 2006; avuşoğlu, 2020; Demirkağı, 2014; Güle ve ark., 2013; Örsel ve ark., 2011; Sobsey ve ark., 1997). Fakat maruz kalınan istismar ve ihmal türlerinin cinsiyet değişkeni açısından farklılaşma durumuna yönelik farklı bulguların olduğu dikkat çekmektedir. Yapılan bazı araştırmalarda erkeklerin cinsel istismar puanlarının daha yüksek olduğu (Eroğlu ve Türk, 2013; Kalkan ve Özbek, 2011; Zeren ve ark., 2012) görölrken bazı araştırmalarda ise kadınların daha fazla cinsel istismar puanına sahip oldukları (Pruessner ve ark., 2019; şar, 2006) görölmektedir. Göröldüğü gibi alan yazında gerçekleştirilen çalışmalar, farklı sonuçlara işaret etmektedir. Bu farklılıklar değişen kültürel özellikler, istismar ve ihmal tanımlarının kültürel ve toplumsal olarak farklılaşması ve araştırmalardaki verilerin elde edilme biçimlerindeki çeşitlilik ile açıklanmaktadır (Moody ve ark., 2018).

Araştırmada ÇÇTÖ-toplam, ÇÇTÖ-fiziksel istismar, ÇÇTÖ-duygusal istismar, ÇÇTÖ-cinsel istismar, ÇÇTÖ-fiziksel ihmal ve ÇÇTÖ-duygusal ihmal puanlarının yaş, eğitim düzeyi, doğum yeri ve gelir düzeyi değişkenleri açısından anlamlı olarak farklılaşmadığı görülmüştür. Bununla birlikte kardeş sayısı ile ÇÇTÖ-fiziksel ihmal arasında anlamlı bir farklılık olduğu ortaya koyulmuştur. 3 ve üstünde kardeşi olan katılımcıların daha yüksek ÇÇTÖ-fiziksel ihmal bildikleri görülmüştür. İlgili alan yazına bakıldığında Kourt (2011)'in gerçekleştirdiği çalışmada, 3 ve üstünde kardeşe sahip olan kişilerin, 2 kardeşe sahip olan kişilere göre daha çok fiziksel ihmale maruz kaldıkları belirtilmektedir. Aynı zamanda araştırmada, kardeş sayısı fazlaştıkça çocukluk çağında yaşanan travmatik durumların da fazlaştığı rapor edilmiştir. Bir diğer çalışmada ise ailenin kalabalık olmasının çocukluk çağı ihmal ve istismarı için bir risk faktörü olduğu ifade edilmiştir (Şimşek ve ark., 2004). İşmen (1993) tarafından yapılan çalışmada ise 4 ve üzerinde kardeşe sahip olan kişiler ve 3 kardeşi olan kişilerin, 2 kardeşi olanlara göre daha yüksek ihmal ve istismar puanlarının olduğu belirtilmiştir. Literatür incelendiğinde, yapılan araştırmalar, kardeş sayısı arttıkça çocukluk çağı travmatik yaşantılarının arttığını göstermektedir.

5.2.2. Yakın İlişkilerde Yaşantılar ile Demografik Değişkenler Arasındaki İlişkinin İncelenmesine Yönelik Tartışma

Araştırma sonucunda kaygılı bağlanma puanları ile cinsiyet değişkeni arasında anlamlı bir farklılık görülmemektedir. Bununla birlikte kaçınan bağlanma puanlarının cinsiyet değişkeni açısından anlamlı olarak farklılaştığı; kadınların kaçınan bağlanma puanlarının erkeklere oranla daha fazla olduğu sonucuna ulaşılmıştır. İlgili alan yazın incelendiğinde cinsiyet ve bağlanma arasındaki farklılığı inceleyen çalışmaların farklı bulgular ortaya koydukları görülmektedir. Kadınların erkeklere göre daha fazla kaçınmacı bağlanma özellikleri sergilediklerini gösteren araştırmalar alan yazında bulunmaktadır (Schmitt ve ark., 2004; Sharfe ve Bartholomew, 1994). Araştırma bulgusunun bu noktada literatür ile uyumlu olduğu görülmektedir. Ancak gerçekleştirilen çalışmalarda, kadınların saplantılı ve korkulu bağlanma (Çelik, 2006; Onur, 2006) ile kayıtsız bağlanma (Sümer ve Güngör, 1999) puanlarının daha yüksek olduğunu gösteren bulgular yer almaktadır. Bu doğrultuda görülmektedir ki cinsiyet ve bağlanma örüntüleri arasında ortaya koyulan farklılıklar sadece cinsiyet temelli değildir. Aynı zamanda içerisinde bulunan kültürün özellikleri (Schmitt ve ark., 2004) ve

bebeklik çağında anneyle kurulan ilişki örüntüleri (Cohn ve Tronick, 1987) gibi farklı unsurların etkisi bulunmaktadır.

Araştırmaya katılan bireylerin kaçınan puanlarının yaş değişkeni açısından anlamlı olarak farklılaşmadığı görülmüştür. Bununla birlikte kaygılı puanlarının yaş değişkeni açısından anlamlı olarak farklılaştığı görülmüştür. 46-65 yaş aralığındaki bireylerin kaygılı bağlanma puanlarının 18-25 ve 26-45 yaş aralığındaki bireylere oranla daha düşük olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Bir diğer ifadeyle 46-65 yaş aralığındaki bireyler, daha az kaygılı bağlanma örüntüsü sergilemektedirler. Güldür (2020) tarafından gerçekleştirilen araştırmada yaş aralıkları farklı olsa da yaş ilerledikçe kaygılı bağlanma puanlarının azaldığı görülmüştür. Bu bulgu, araştırmadan elde edilen sonuç ile tutarlıdır. Bununla birlikte alan yazında yaş ile bağlanma stili arasında herhangi bir ilişkinin bulunmadığına işaret eden sonuçlar da yer almaktadır (Erözkan, 2011; Soğancı, 2017; Yazıcıoğlu, 2011).

Araştırmaya katılan bireylerin kaygılı bağlanma ve kaçınan bağlanma puanları ile eğitim düzeyi ve kardeş sayısı değişkenleri arasında anlamlı bir farklılık olmadığı sonucuna ulaşılmıştır. Bununla birlikte katılımcıların kaygılı bağlanma puanları ile doğum yeri değişkeni arasında anlamlı bir farklılık olmadığı fakat kaçınan bağlanma puanlarının doğum yeri değişkeni açısından farklılaştığı sonucuna ulaşılmıştır. Köy/kasabada doğan bireylerin kaçınan bağlanma puanlarının büyükşehirde doğan bireylere oranla daha yüksek olduğu görülmüştür. Bu durumun köy/kasaba ve büyükşehirdeki yaşamın birbirinden farklı olması ile ilişkili olduğu düşünülmektedir. Alan yazın incelendiğinde doğum yeri ve bağlanma arasındaki ilişkinin incelendiği bir araştırmaya rastlanılmamıştır. Ancak ortaya çıkan farkın kültür ve yaşam şekli ile ilgili olduğu düşünülmektedir.

Kaygılı bağlanma ve kaçınan bağlanma puanlarının gelir düzeyi değişkeni açısından farklılaştığı sonucuna ulaşılmıştır. Kaygılı bağlanma puanlarındaki farkın 10.000 TL ve üzeri gelire sahip olan bireyler ile asgari ücret altında gelire sahip olan bireyler ve asgari ücret-5000 TL arasında gelire sahip olan bireyler arasında olduğu görülmüştür. 10.000 TL ve üzeri gelire sahip olan bireylerin kaygılı bağlanma puanlarının diğer iki gruba oranla daha düşük olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Kaçınan bağlanma puanlarındaki farkın ise asgari ücret altında gelire sahip olan bireyler ile 5000 TL-10.000 TL ve 10.000 TL ve üzerinde gelire sahip olan bireyler arasında olduğu

görülmüştür. Asgari ücret altında gelire sahip olan bireylerin kaçınan bağlanma puanlarının diğer iki gruba kıyasla daha fazla olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Gerçekleştirilen bir diğer çalışmada gelir düzeyi 1400 TL'nin altında bulunan kişilerin kaygılı bağlanma örüntülerinin daha fazla olduğu sonucuna ulaşılmıştır (Aydın, 2018). Onur (2006) da benzer olarak ekonomik düzeyi düşük olan kişilerin daha fazla kaygılı bağlanma örüntüsü sergilediklerini belirtilmiştir. Düşük gelir düzeyi, güvenli bağlanma örüntüsü oluşturma azalmasına yol açan oldukça önemli bir koşul olarak kabul edilmektedir. Çocukluk çağından beri aile içinde gelişim özelliklerini belirleyen önemli bir faktördür (Allen ve ark., 2004).

5.2.3. Öfkellik ile Demografik Değişkenler Arasındaki İlişkinin İncelenmesine Yönelik Tartışma

Araştırmaya katılan bireylerin öfke ile ilişkili davranışlar ve kişilerarası öfke puanlarının cinsiyet değişkeni açısından anlamlı olarak farklılaşmadığı görülmüştür. Bununla birlikte öfke belirtileri, öfkeye yol açan durumlar ve öfke ile ilişkili düşünceler puanlarının cinsiyet değişkeni açısından farklılaştığı görülmüştür. Aritmetik ortalamalara bakıldığında kadınların öfke belirtileri, öfkeye yol açan durumlar ve öfke ile ilişkili düşünceler puanlarının erkeklere oranla anlamlı düzeyde daha yüksek olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Bu bulgunun alan yazındaki açıklamalardan ve araştırma sonuçlarından farklılaştığı görülmektedir. Baskı, güç, yıkıcılık ve saldırganlık kavramlarını da içerisinde barındıran öfke kavramı, çoğu zaman erkeklerle bağdaştırılmaktadır. Yapılan araştırmalar kadınların çoğu zaman öfke duygusunu bastırdıklarını ortaya koymaktadır (Navaro, 2000; Sharkin, 1993). Alan yazın incelendiğinde erkeksi cinsiyet rolüne sahip olan bireylerin öfke düzeylerinin daha yüksek olduğuna işaret etmektedir (Elkin ve Karadağlı, 2015; Kopper ve Epperson, 1991; Milovchevich ve ark., 2000). Ortaya çıkan bu farklılığın günümüzde toplumsal cinsiyet kalıbının yavaş yavaş yıkılması ile ilgili olabileceği düşünülmektedir.

Araştırma sonucunda öfke ile ilişkili davranışlar ve kişilerarası öfke puanlarının yaş değişkeni açısından farklılaşmadığı sonucuna ulaşılmıştır. Bununla birlikte öfke belirtileri, öfkeye yol açan durumlar ve öfke ile ilişkili düşünceler puanlarının yaş değişkeni açısından farklılaştığı görülmüştür. 18-25 yaş aralığındaki bireylerin öfke belirtileri puanlarının en yüksek, 46-65 yaş aralığındaki bireylerin ise en düşük olduğu görülmüştür. Öfkeye yol açan durumlar ve öfke ile ilişkili düşünceler puanlarındaki

farklılıkta da 46-65 yaş aralığındaki bireylerin puanların, diğer iki gruba oranla daha düşük olduğu görülmüştür. Bir diğer ifadeyle bulgular, yaş arttıkça öfke puanlarının azaldığına işaret etmektedir. Bu durumun olgunlaşma ile alakalı olduğu düşünülmektedir. Bu bulgu farklı araştırmalar tarafından da desteklenmektedir (Gürçam, 2017; Kısaç, 1997).

Araştırmadan elde edilen bir diğer bulgu da ise öfke ile ilişkili düşünceler puanlarının eğitim düzeyi değişkeni açısından farklılaşmadığı görülmektedir. Bununla birlikte öfke belirtileri, öfkeye yol açan durumlar, öfke ile ilişkili davranışlar ve kişilerarası öfke puanlarının eğitim düzeyi değişkeni açısından farklılaştığı görülmüştür. Öfke belirtileri puanlarındaki farkın lisans eğitim düzeyine sahip olan bireyler ile ilkokul/ortaokul eğitim düzeyine sahip olan bireyler arasında olduğu; lisans eğitim düzeyine sahip olan bireylerin öfke belirtileri puanlarının daha yüksek olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Öfkeye yol açan durumlar puanlarındaki farkın lisans eğitim düzeyine sahip olan bireyler ile lisansüstü eğitim düzeyine sahip olan bireyler arasında olduğu; lisans eğitim düzeyine sahip olan bireylerin öfkeye yol açan durumlar puanlarının daha yüksek olduğu görülmüştür. Öfke ile ilişkili davranışlar puanlarındaki farkın lise eğitim düzeyine sahip olan bireyler ile ilkokul/ortaokul eğitim düzeyine sahip olan bireyler arasında olduğu; lise eğitim düzeyine sahip olan bireylerin öfke ile ilişkili davranışlar puanlarının daha yüksek olduğu görülmüştür. Son olarak kişilerarası öfke puanlarındaki farkın ise ilkokul/ortaokul eğitim düzeyine sahip olan bireyler ile lise, lisans ve lisansüstü eğitim düzeyine sahip olan bireyler arasında olduğu; ilkokul/ortaokul eğitim düzeyine sahip olan bireylerin kişilerarası öfke puanlarının daha düşük olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Genel anlamda değerlendirildiğinde lisans eğitim düzeyine sahip olan bireylerin öfke puanlarının daha yüksek olduğu görülmüştür. Alan yazın incelendiğinde farklı sonuçlara ulaşıldığı görülmektedir. Gürçam (2017) tarafından yapılan araştırmada, lise ve önlisans mezunlarının lisans mezunlarına göre daha yüksek öfke puanına sahip oldukları görülürken; Tanış (2014) tarafından gerçekleştirilen araştırmada eğitim durumu ve öfke arasında anlamlı bir farklılaşmanın olmadığı görülmüştür.

Araştırma sonucunda öfke ile ilişkili düşünceler ve kişilerarası öfke puanlarının doğum yeri değişkeni açısından farklılaşmadığı görülmüştür. Bununla birlikte öfke belirtileri, öfkeye yol açan durumlar ve öfke ile ilişkili davranışlar puanlarının doğum yeri değişkeni açısından farklılaştığı görülmüştür. Öfke belirtileri ve öfke ile ilişkili

davranışlar puanlarındaki farklılığın şehirde doğanlar ile büyükşehirde doğanlar arasında olduğu; şehirde doğan bireylerin puanlarının daha yüksek olduğu görülmüştür. Öfkeye yol açan durumlar puanları arasındaki farklılığın ise ilçede doğan bireyler ile büyük şehirde doğan bireyler arasında olduğu; ilçede doğan bireylerin puanlarının daha yüksek olduğu görülmüştür. Alan yazın incelendiğinde bu konuda yapılmış bir çalışmaya rastlanılmamıştır. Ancak ortaya çıkan farkın kültürel özelliklerden kaynaklandığı düşünülmektedir. Bununla birlikte ilçe ve şehirde doğan bireylerin öfke puanlarının daha yüksek olması, yaşam koşulları ile de ilişkili olabilir.

Araştırma sonucunda öfke ile ilişkili davranışlar ve kişilerarası öfke puanlarının gelir düzeyi değişkeni açısından farklılaşmadığı görülmüştür. Bununla birlikte öfke belirtileri, öfkeye yol açan durumlar ve öfke ile ilişkili düşünceler puanlarının gelir düzeyi değişkeni açısından farklılaştığı görülmüştür. Öfkeye yol açan durumlar ve öfke ile ilişkili düşünceler puanları arasındaki farklılığın 10.000 TL ve üzeri gelire sahip olan bireyler ile diğer gruptaki bireyler arasında olduğu; 10.000 TL ve üzeri gelire sahip olan bireylerin puanlarının diğer üç gruba oranla daha düşük olduğu görülmüştür. Öfke belirtileri puanlarındaki farklılığın ise 10.000 TL ve üzeri gelire sahip olan bireyler ile asgari ücret ve altında gelire sahip olan bireyler ve asgari ücret-5000 TL arasında gelire sahip olan bireyler arasında olduğu görülmüştür. 10.000 TL ve üzeri gelire sahip olan bireylerin puanlarının diğer iki gruba oranla daha düşük olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Genel anlamda değerlendirildiğinde gelir düzeyi yükseldikçe öfke puanlarının azaldığı söylenebilir. Bu bulgu beklenen niteliktedir. Gelir düzeyinin yükselmesiyle birlikte bireylerin yaşadıkları stres de azalmakta ve daha az öfkelenmektedirler. Bu bulgu alan yazın tarafından da desteklenmektedir (Gürçam, 2017; Cesur, 2017; İmamoğlu, 2003). Araştırmadan elde edilen son bulguda ise öfke belirtileri, öfkeye yol açan durumlar, öfke ile ilişkili düşünceler, öfke ile ilişkili davranışlar ve kişilerarası öfke puanlarının kardeş sayısı değişkeni açısından farklılaşmadığı ortaya koyulmuştur.

6. SONUÇ VE ÖNERİLER

Bu araştırmada yetişkin bireylerin çocukluk çağı travmaları, yakın ilişkilerde yaşantılar ve öfkeliilik düzeyleri arasındaki ilişkinin incelenmesi amaçlanmıştır. Bu doğrultuda araştırmadan elde edilen sonuçlar aşağıda yer almaktadır:

ÇÇTÖ-toplam puanı ile kaygılı bağlanma arasında orta düzeyde, kaçınan bağlanma arasında düşük düzeyde pozitif yönde anlamlı bir ilişkinin bulunduğu görülmüştür.

ÇÇTÖ-fiziksel istismar alt boyutu ile kaygılı bağlanma ve kaçınan bağlanma arasında düşük düzeyde pozitif yönde anlamlı bir ilişkinin bulunduğu görülmüştür.

ÇÇTÖ-duygusal istismar alt boyutu ile kaygılı bağlanma arasında orta düzeyde, kaçınan bağlanma arasında düşük düzeyde pozitif yönde anlamlı bir ilişkinin bulunduğu görülmüştür.

ÇÇTÖ-cinsel istismar alt boyutu ile kaygılı bağlanma arasında düşük düzeyde pozitif yönde anlamlı bir ilişkinin bulunduğu görülmüşken; kaçınan bağlanma arasında anlamlı bir ilişkinin olmadığı görülmüştür.

ÇÇTÖ-fiziksel ihmal alt boyutu ile kaygılı bağlanma arasında orta düzeyde, kaçınan bağlanma arasında düşük düzeyde pozitif yönde anlamlı bir ilişkinin bulunduğu görülmüştür.

ÇÇTÖ-duygusal ihmal alt boyutu ile kaygılı bağlanma arasında orta düzeyde, kaçınan bağlanma arasında düşük düzeyde pozitif yönde anlamlı bir ilişkinin bulunduğu görülmüştür.

ÇÇTÖ-toplam puanı ile öfke ile ilişkili düşünceler, öfke belirtileri ve kişilerarası öfke arasında orta düzeyde; öfke ile ilişkili davranışlar arasında düşük düzeyde pozitif yönde anlamlı bir ilişkinin bulunduğu görülmüştür. Öfkeye yol açan durumlar arasında anlamlı bir ilişkinin olmadığı görülmüştür.

ÇÇTÖ-fiziksel istismar alt boyutu ile öfke ile ilişkili düşünceler, öfke belirtileri ve kişilerarası öfke arasında düşük düzeyde pozitif yönde anlamlı bir ilişkinin

bulunduğu görülmüştür. Öfkeye yol açan durumlar ve öfkeyle ilişkili davranışlar arasında anlamlı bir ilişkinin olmadığı görülmüştür.

ÇÇTÖ-duygusal istismar alt boyutu ile öfke ile ilişkili düşünceler arasında orta düzeyde; kişilerarası öfke, öfke belirtileri ve öfke ile ilişkili davranışlar arasında düşük düzeyde pozitif yönde anlamlı bir ilişkinin olduğu görülmüştür. Bununla birlikte öfkeye yol açan durumlar arasında anlamlı bir ilişkinin olmadığı görülmüştür.

ÇÇTÖ-cinsel istismar alt boyutu ile öfke belirtileri arasında orta düzeyde, kişilerarası öfke, öfke ile ilişkili düşünceler, öfke ile ilişkili davranışlar ve öfkeye yol açan durumlar arasında düşük düzeyde pozitif yönde anlamlı bir ilişkinin olduğu görülmüştür.

ÇÇTÖ-fiziksel ihmal alt boyutu ile öfke ile ilişkili düşünceler arasında orta düzeyde; kişilerarası öfke, öfke ile ilişkili davranışlar ve öfke belirtileri arasında düşük düzeyde pozitif yönde anlamlı bir ilişkinin olduğu görülmüştür. Bununla birlikte öfkeye yol açan durumlar arasında anlamlı bir ilişkinin olmadığı görülmüştür.

ÇÇTÖ-duygusal ihmal alt boyutu ile öfke ile ilişkili düşünceler arasında orta düzeyde; öfke ile ilişkili davranışlar, öfke belirtileri ve kişilerarası öfke arasında düşük düzeyde pozitif yönde anlamlı bir ilişkinin olduğu görülmüştür. Bununla birlikte öfkeye yol açan durumlar arasında anlamlı bir ilişkinin olmadığı görülmüştür.

Kaygılı bağlanma ile öfke ile ilişkili düşünceler, öfke belirtileri, öfke ile ilişkili davranışlar ve kişilerarası öfke arasında orta düzeyde; öfkeye yol açan durumlar düşük düzeyde pozitif yönde anlamlı bir ilişkinin olduğu görülmüştür.

Kaçıngan bağlanma ile öfke ile ilişkili düşünceler orta düzeyde; öfke belirtileri ve öfke ile ilişkili davranışlar arasında düşük düzeyde pozitif yönde anlamlı bir ilişkinin olduğu görülmüştür. Bununla birlikte öfkeye yol açan durumlar ve kişilerarası öfke arasında anlamlı bir ilişkinin olmadığı görülmüştür.

ÇÇTÖ-toplam puanı, ÇÇTÖ-fiziksel istismar, ÇÇTÖ-duygusal istismar, ÇÇTÖ-fiziksel ihmal ve ÇÇTÖ-duygusal ihmal puanlarının cinsiyet değişkeni açısından anlamlı olarak farklılaşmadığı görülmüştür. Bununla birlikte ÇÇTÖ-cinsel istismar

puanlarının cinsiyet değişkeni açısından anlamlı olarak farklılaştığı, kadınların daha fazla cinsel istismar puanına sahip oldukları görölmüştür.

ÇÇTÖ-toplam puanı, ÇÇTÖ-fiziksel istismar, ÇÇTÖ-duygusal istismar, TÖ-cinsel istismar, ÇÇTÖ-fiziksel ihmal, ve ÇÇTÖ-duygusal ihmal puanlarının yaş, eğitim düzeyi, doğum yeri ve gelir düzeyi değişkenleri açısından anlamlı olarak farklılaşmadığı görölmüştür.

ÇÇTÖ-toplam puanı, ÇÇTÖ-fiziksel istismar, ÇÇTÖ-duygusal istismar, TÖ-cinsel istismar ve ÇÇTÖ-duygusal ihmal puanlarının kardeş sayısı değişkeni açısından anlamlı olarak farklılaşmadığı görölmüştür. Bununla birlikte ÇÇTÖ-fiziksel ihmal puanlarının kardeş sayısı değişkeni açısından anlamlı olarak farklılaştığı görölmüştür. Farkın 3 kardeş ve üzeri olan bireyler ile 2 kardeş olan bireyler arasında olduğu, 3 ve üzerinde kardeşe sahip olan bireylerin daha fazla ÇÇTÖ-fiziksel ihmal puanına sahip oldukları sonucuna ulaşılmıştır.

Kaygılı bağlanma puanları ile cinsiyet değişkeni arasında anlamlı bir farklılık görölmemektedir. Bununla birlikte kaçıngan bağlanma puanlarının cinsiyet değişkeni açısından anlamlı olarak farklılaştığı görölmektedir. Kadınların kaçıngan bağlanma puanlarının erkeklere oranla daha fazla olduğu sonucuna ulaşılmıştır.

Kaçıngan puanlarının yaş değişkeni açısından anlamlı olarak farklılaşmadığı görölmüştür. Bununla birlikte kaygılı puanlarının yaş değişkeni açısından anlamlı olarak farklılaştığı görölmüştür. Farkın 46-65 yaş aralığındaki bireyler ile 18-25 ve 26-45 yaş aralığındaki bireyler arasında olduğu görölmüştür. 46-65 yaş aralığındaki bireylerin kaygılı bağlanma puanlarının diğer gruplara oranla daha düşük olduğu sonucuna ulaşılmıştır.

Kaygılı bağlanma ve kaçıngan bağlanma puanları ile eğitim düzeyi ve kardeş sayısı değişkenleri arasında anlamlı bir farklılık görölmemektedir.

Kaygılı bağlanma puanları ile doğum yeri değişkeni arasında anlamlı bir farklılık görölmemektedir. Bununla birlikte kaçıngan bağlanma puanlarının doğum yeri değişkeni açısından farklılaştığı görölmektedir. Farkın köy/kasabada doğan bireyler ile büyükşehirde doğan bireyler arasında olduğu görölmüştür. Köy/kasabada doğan

bireylerin kaçınan bağlanma puanlarının büyükşehirde doğan bireylere oranla daha yüksek olduğu sonucuna ulaşılmıştır.

Kaygılı bağlanma ve kaçınan bağlanma puanlarının gelir düzeyi değişkeni açısından farklılaştığı görülmektedir. Kaygılı bağlanma puanlarındaki farkın 10.000 TL ve üzeri gelire sahip olan bireyler ile asgari ücret ve altında gelire sahip olan bireyler ve asgari ücret-5000 TL arasında gelire sahip olan bireyler arasında olduğu görülmüştür. 10.000 TL ve üzeri gelire sahip olan bireylerin kaygılı bağlanma puanlarının diğer iki gruba oranla daha düşük olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Kaçınan bağlanma puanlarındaki farkın ise asgari ücret ve altında gelire sahip olan bireyler ile 5000 TL-10.000 TL ve 10.000 TL ve üzerinde gelire sahip olan bireyler arasında olduğu görülmüştür. Asgari ücret ve altında gelire sahip olan bireylerin kaçınan bağlanma puanlarının diğer iki gruba oranla daha yüksek olduğu sonucuna ulaşılmıştır.

Öfke ile ilişkili davranışlar ve kişilerarası öfke puanlarının cinsiyet değişkeni açısından anlamlı olarak farklılaşmadığı görülmüştür. Bununla birlikte öfke belirtileri, öfkeye yol açan durumlar ve öfke ile ilişkili düşünceler puanlarının cinsiyet değişkeni açısından farklılaştığı görülmüştür. Kadınların öfke belirtileri, öfkeye yol açan durumlar ve öfke ile ilişkili düşünceler puanlarının erkeklere oranla anlamlı düzeyde daha yüksek olduğu sonucuna ulaşılmıştır.

Öfke ile ilişkili davranışlar ve kişilerarası öfke puanlarının yaş değişkeni açısından farklılaşmadığı görülmektedir. Bununla birlikte öfke belirtileri, öfkeye yol açan durumlar ve öfke ile ilişkili düşünceler puanlarının yaş değişkeni açısından farklılaştığı görülmüştür. Öfke belirtileri puanlarındaki farkın tüm gruplar arasında olduğu, 18-25 yaş aralığındaki bireylerin öfke belirtileri puanlarının en yüksek, 46-65 yaş aralığındaki bireylerin ise en düşük olduğu görülmüştür. Öfkeye yol açan durumlar ve öfke ile ilişkili düşünceler puanlarındaki farklılığın ise 18-25 ve 26-45 yaş aralığındaki bireyler ile 46-65 yaş aralığındaki bireyler arasında olduğu; 46-65 yaş aralığındaki bireylerin puanların, diğer iki gruba oranla daha düşük olduğu görülmüştür.

Öfke ile ilişkili düşünceler puanlarının eğitim düzeyi değişkeni açısından farklılaşmadığı görülmektedir. Bununla birlikte öfke belirtileri, öfkeye yol açan durumlar, öfke ile ilişkili davranışlar ve kişilerarası öfke puanlarının eğitim düzeyi değişkeni açısından farklılaştığı görülmüştür. Öfke belirtileri puanlarındaki farkın lisans

eğitim düzeyine sahip olan bireyler ile ilkokul/ortaokul eğitim düzeyine sahip olan bireyler arasında olduğu; lisans eğitim düzeyine sahip olan bireylerin öfke belirtileri puanlarının daha yüksek olduğu görölmüştür. Öfkeye yol açan durumlar puanlarındaki farkın lisans eğitim düzeyine sahip olan bireyler ile lisansüstü eğitim düzeyine sahip olan bireyler arasında olduğu; lisans eğitim düzeyine sahip olan bireylerin öfkeye yol açan durumlar puanlarının daha yüksek olduğu görölmüştür. Öfke ile ilişkili davranışlar puanlarındaki farkın lise eğitim düzeyine sahip olan bireyler ile ilkokul/ortaokul eğitim düzeyine sahip olan bireyler arasında olduğu; lise eğitim düzeyine sahip olan bireylerin öfke ile ilişkili davranışlar puanlarının daha yüksek olduğu görölmüştür. Son olarak kişilerarası öfke puanlarındaki farkın ise ilkokul/ortaokul eğitim düzeyine sahip olan bireyler ile lise, lisans ve lisansüstü eğitim düzeyine sahip olan bireyler arasında olduğu; ilkokul/ortaokul eğitim düzeyine sahip olan bireylerin kişilerarası öfke puanlarının daha düşük olduğu sonucuna ulaşılmıştır.

Öfke ile ilişkili düşünceler ve kişilerarası öfke puanlarının doğum yeri değışkeni açısından farklılaşmadığı görölmektedir. Bununla birlikte öfke belirtileri, öfkeye yol açan durumlar ve öfke ile ilişkili davranışlar puanlarının doğum yeri değışkeni açısından farklılaştığı görölmüştür. Öfke belirtileri ve öfke ile ilişkili davranışlar puanlarındaki farklılığın şehirde doğanlar ile büyükşehirde doğanlar arasında olduğu; şehirde doğan bireylerin puanlarının daha yüksek olduğu görölmüştür. Öfkeye yol açan durumlar puanları arasındaki farklılığın ise ilçede doğan bireyler ile büyük şehirde doğan bireyler arasında olduğu; ilçede doğan bireylerin puanlarının daha yüksek olduğu görölmüştür.

Öfke ile ilişkili davranışlar ve kişilerarası öfke puanlarının gelir düzeyi değışkeni açısından farklılaşmadığı görölmektedir. Bununla birlikte öfke belirtileri, öfkeye yol açan durumlar ve öfke ile ilişkili düşünceler puanlarının gelir düzeyi değışkeni açısından farklılaştığı görölmüştür. Öfkeye yol açan durumlar ve öfke ile ilişkili düşünceler puanları arasındaki farklılığın 10.000 TL ve üzeri gelire sahip olan bireyler ile diğer gruptaki bireyler arasında olduğu; 10.000 TL ve üzeri gelire sahip olan bireylerin puanlarının diğer üç gruba oranla daha düşük olduğu görölmüştür. Öfke belirtileri puanlarındaki farklılığın ise 10.000 TL ve üzeri gelire sahip olan bireyler ile asgari ücret ve altında gelire sahip olan bireyler ve asgari ücret-5000 TL arasında gelire

sahip olan bireyler arasında olduğu görülmüştür. 10.000 TL ve üzeri gelire sahip olan bireylerin puanlarının diğeri iki gruba oranla daha düşük olduğu sonucuna ulaşılmıştır.

Öfke belirtileri, öfkeye yol açan durumlar, öfke ile ilişkili düşünceler, öfke ile ilişkili davranışlar ve kişilerarası öfke puanlarının kardeş sayısı değişkeni açısından farklılaşmadığı görülmektedir.

Araştırma sonucunda çocukluk çağı travmaları, yakın ilişkilerde yaşantılar ve öfkeliğin birbirleri ile ilişkili olduğu görülmüştür. Bu noktada çocukluk çağı travmalarına maruz kalan bireyler ile özellikle bağlanma ve öfke konularında çalışmaların yapılması çocukluk çağı travmalarının etkisinin azaltılmasında yardımcı olabilir.

Araştırma sonuçlarından hareketle çocukluk çağı travmaları, yakın ilişkilerde yaşantılar ve öfkeliğin puanları açısından riskli olan gruplar ile önleyici çalışmalar planlanabilir.

Bu araştırma kapsamında yetişkin bireyler ile çalışılmıştır. Aynı zamanda araştırmaya katılan bireylerin çoğu üniversite eğitim düzeyindedir. Bu araştırma kapsamına dahil edilen değişkenlerin ilişkisi farklı bir betimsel çalışmada yaş aralığı ya da eğitim düzeyi farklı olan bireylerde incelenebilir. Farklı örneklem gruplarında aynı değişkenlerle fark olup olmadığı incelenebilir.

Araştırma meslek, anne eğitim düzeyi, baba eğitim düzeyi gibi farklı demografik değişkenler açısından incelenebilir.

Yetişkin bireylerin çocukluk çağı travmaları, yakın ilişkilerde yaşantılar ve öfkeliğin düzeylerindeki değişimlerin incelendiği boylamsal araştırmalar planlanabilir.

Bu araştırmanın sonuçları, nicel araştırma kapsamında bireylerin ölçme araçlarına verdikleri yanıtlar doğrultusunda oluşturulmuştur. Değişkenler arasındaki ilişkilerin etki boyutlarının incelenmesi için nitel araştırma yöntemleri kullanılabilir.

7. KAYNAKLAR

Akmaz, N. (2009). Eğitim yöneticilerinin bağlanma stilleri ve sürekli öfke ve öfke ifade tarzı arasındaki ilişkinin incelenmesi. Yayımlanmamış yüksek lisans tezi. Yeditepe Üniversitesi, İstanbul.

Alpaslan, A. H. (2014). Çocukluk Döneminde Cinsel İstismar. *Kocatepe Tıp Dergisi*, 15(2), 194-201.

Alsancak, C. (2016). Çocukluk Çağı Travmaları ve Bağlanma Özellikleri ile Obsesif İnanışlar ve Obsesif-Kompulsif Belirtilerin İlişkisinde Dünyaya İlişkin Varsayımların Aracılık Rolü: Üniversite Öğrencilerinde Bir Değerlendirme (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi). Hacettepe Üniversitesi, Ankara.

Atınbaş, H.K. (2016). Üniversite Öğrencilerinin Çocukluk Döneminde Yaşadıkları Örseleyici Davranışların Öfke Durumları Üzerine Etkisi, *TAF Prev Med Bull*, 15(6), 519.

Altıparmak, S., Yıldırım, G., Yardımcı, F. ve Ergin, D. (2013). Annelerden alınan bilgilerle çocuk istismarı ve etkileyen etkenler. *Anatolian Journal of Psychiatry*, 14, 354-361.

Amerikan Psikiyatri Birliği (2000). Psikiyatride Hastalıkların Tanımlanması ve Sınıflandırılması Elkitabı, Köroğlu E (Çev.), Amerikan Psikiyatri Birliği, Washington. Hekimler Yayın Birliği, Ankara.

Ammerman, R. T. (1990). Etiological models of child maltreatment a behavioral perspective. *Behavior Modification*, 14(3), 230-254.

Aral, N., & Gürsoy, F. (2001). Çocuk hakları çerçevesinde çocuk ihmal ve istismarı. *Milli Eğitim Dergisi*, 151, 5, 27-54.

Bakır, E. & Kapucu, S. (2017). Çocuk İhmali ve İstismarının Türkiye’de Yapılan Araştırmalara Yansıması: Bir Literatür İncelemesi. *Hacettepe Üniversitesi Hemşirelik Fakültesi Dergisi*, 4(2), 13-24.

Barrett, P. M. ve Holmes, J. (2001). Attachment relationships as predictors of cognitive interpretation and response bias in late adolescence. *Journal of Child and Family Studies*, 10(1), 51–64.

Bartholomew, K. (1990). Avoidance of intimacy: an attachment perspective. *Journal of Social and Personal Relationships*, 7, 147–178. <https://doi.org/10.1111/1475-6811.00018>

Bartholomew, K., & Horowitz, L. M. (1991). Attachment styles among young adults: a test of a four-category model. *Journal of personality and social psychology*, 61(2), 226.

Bayraktar, S. (2015). İnsanlığın Kanayan Yarası Çocuk İstismarı ve İhmali, İstanbul: Nobel Tıp Kitabevleri.

Bernet, W. (1997). Practice parameters for the forensic evaluation of children and adolescents who may have been physically or sexually abused. *Journal of the American Academy of Child & Adolescent Psychiatry*. 36(3): 423-442.

Bethea, L. (1999). Primary prevention of child abuse. *American Family Physician*. 59(6): 1577-85.

Bilir, Ş., Arı, M., Dönmez, N. B. ve Güneysu, S. (2001). 4-12 Yaşları Arasında 16.100 Çocukta, Örselenme Durumları İle İlgili Bir İnceleme. I. Ulusal Kongresi, Serbest Bildiriler Kitabı, Gözde Repro Ofset, 45-53.

Bostancı, N. (2006) Üniversite Öğrencilerinde Çocukluk Çağı Travmalarının Depresif Belirtileri Üzerine Etkisi, Yeni Sempozyum Dergisi. 44(2), 100-106.

Bowlby J. (2012a). Güvenli Bir Dayanak. S. Güneri (Çev.) İstanbul: Psikoterapi Enstitüsü Yayınları.

Bowlby J. (2012b). Bağlanma ve Kaybetme 1. Bağlanma. T.,V. Soylu (Çev.) İstanbul: Pinhan Yayınları.

Bowlby, J. (1951). Maternal care and mental health (Vol. 2). Geneva: World Health Organization.

Bowlby, J. (1969). Attachment and Loss: Sadness and Depression.-NY: Basic Books, 1980.-Xv, 472 S (DLBÅ). Hogarth Press.

Bowlby, J. (1980). Attachment and Loss: Sadness and Depression.-NY: Basic Books, 1980.-Xv, 472 S (DLBÅ). Hogarth Press.

Bowlby, J. (1982). Attachment and loss: Vol. 1. Attachment (2nd ed.). New York: Basic Books.

Briere N.J., Scott C., (2016). Travma Terapisinin İlkeleri Belirtiler, Değerlendirme ve Tedavi İçin Bir Kılavuz. Betül Dilan Genç (ing.çev.). İstanbul: İstanbul Bilgi Üniversitesi.

Browne, C. ve Winkelman, C. (2007). The effect of childhood trauma on later psychological adjustment. *Journal of Interpersonal Violence*, 22(6), 684-697.

Butchart, A., Harvey, A. P., Mian, M., & Furniss, T. (2006). Preventing child maltreatment: a guide to taking action and generating evidence.

Carlson, B. E. (2000). Children exposed to intimate partner violence: Research findings and implications for intervention. *Trauma, Violence, & Abuse*, 1(4), 321-342.

Carlson, E. B., & Dalenberg, C. J. (2000). A conceptual framework for the impact of traumatic experiences. *Trauma, violence, & abuse*, 1(1), 4-28.

Chasan, N. (2010). Alkol bağımlılığı ile çocukluk çağı travmaları ilişkisi. (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Maltepe Üniversitesi, İstanbul.

Chasan, N. (2010). Alkol bağımlılığı ile çocukluk çağı travmaları ilişkisi. (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Maltepe Üniversitesi, İstanbul.

Cloitre, M., Cohen, L. R., & Koenen, K. C. (2006). Treating the trauma of childhood abuse: Therapy for the interrupted life. Guilford Press.

Collins, N. L. & Read, S. J. (1990). Adult attachment, working models, and relationship quality in dating couples. *Journal of Personality and Social Psychology*, 58 (4), 644-663. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.58.4.644>

Cooper, M. L., Shaver, P. R., & Collins, N. L. (1998). Attachment styles, emotion regulation, and adjustment in adolescence. *Journal of personality and social psychology*, 74(5), 1380.

Çavuşoğlu, Z. Ş. (2011). Bağlanma stillerinin evlilik uyumu ve aldatma eğilimi arasındaki ilişki. (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Maltepe Üniversitesi. Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.

Çelik, C. (2009). Obsesif-Kompulsif Bozuklukta Çocukluk Çağı Travmatik Yaşantıları, Dissosiyatif Yaşantılar ve Bilişsel Süreçler (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Yüzüncü Yıl Üniversitesi, Van.

Çelik, F. G. H., & Hocaoglu, Ç. (2018). Çocukluk Çağı Travmaları: Bir Gözden Geçirme. *Sakarya Tıp Dergisi*, 8(4), 695-711.

Çelik, H., Ekşi, H., & Gülsu, N. (2017). Orta Çocukluk Döneminde Güvenli Bağlanma ile Mükemmeliyetçiliğin Çeşitli Değişkenler Bağlamında İncelenmesi. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 7(47), 53-68.

Deniz, M. E. (2006). Ergenlerde Bağlanma Stilleri İle Çocukluk İstismarları ve Suçluluk-Utanç Arasındaki İlişki. *Eurasian Journal of Educational Research*. 22, 89-99.

Dereboy, Ç., Şahin Demirkapı, E., Şakiroğlu, M., Şafak Öztürk, C. (2018). Çocukluk Çağı Travmalarının, Kimlik Gelişimi, Duygu Düzenleme Güçlüğü ve Psikopatoloji ile İlişkisi. *Türk Psikiyatri Dergisi*, 29(4), 269-278.

Dubowitz, H. (2002). Preventing child neglect and physical abuse: a role for pediatricians. *Pediatrics in review/American Academy of Pediatrics*. 23(6): 191-196.

Dyregrov, A., Gjestad, R., Raundalen, M. (2002). Children Exposed to Warfare: A Longitudinal Study. *Journal of Traumatic Stress*. 15(1), 59-68.

Elkin N. , Karadağlı F. Üniversite Öğrencilerinin Problem Çözme Becerilerinin Değerlendirilmesi. *ADYÜ Sağlık Bilimleri Derg.* 2015; 1(1): 11-18.

Elliott, K., & Urquiza, A. (2006). Ethnicity, culture, and child maltreatment. *Journal of Social Issues*, 62, 787-809.

Erginer F. Ankara İli İlköğretim Okulu Yöneticilerinin Öğrencilerin Aileleri Tarafından İstismarı ve İhmaline İlişkin Görüşleri. Yüksek Lisans Tezi, Ankara: Ankara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Eğitim Yönetimi Teftişi Planlaması ve Ekonomisi Bilim Dalı, 2007.

Eroğlu, O., Aktepe, E., Işık, A., ve Özyay, F., (2013). Bir Üniversite Hastanesinde Değerlendirilen Cinsel İstismar Mağduru Çocuk ve Ergenlerin Demografik ve Klinik Özellikleri. *Yeni Symposium*, Vol. 51 Issue 2, p115-120.

Genç, G. (2020). Çift İlişkisinde Evlilik Uyumunun Nesne İlişkileri Ve Bağlanma Stilleri Açısından İncelenmesi. (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Bahçeşehir Üniversitesi. Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.

Gökler, I. (2002). Çocuk İstismarı ve İhmali: Erken Dönem Stresin Nörobiyolojik Gelişime Etkisi. *Çocuk ve Gençlik Ruh Sağlığı Dergisi*, 9: 47-57.

Güler, N., Uzun, S., Boztaş, Z. ve Aydoğan, S. (2002). Anneleri Tarafından Çocuklara Uygulanan Duygusal ve Fiziksel İstismar/İhmal Davranışı ve Bunu Etkileyen Faktörler. *Cumhuriyet Üniversitesi Tıp Fakültesi Dergisi*, 24 (3), 128-134.

Gürçam, Ç. (2017). Yetişkinlerde Bağlanma Stilleri ile Öfke Denetimi ve Yaşam Doyumu Arasındaki İlişki. İstanbul Gelişim Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.

Gürgen, A. (2017). Alkol Kullanım Bozukluğu Olan Hastalarda Çocukluk Çağı Travmaları Ve Duygu Düzenleme Güçlüğü'nün Araştırılması: Kesitsel Kontrollü Çalışma (Uzmanlık Tezi). Çanakkale Onsekiz Mart Üniversitesi, Çanakkale.

Hancı, İ. H. (2002). Adli Tıp ve Ali Bilimler, 1. Baskı. Ankara, Seçkin Yayıncılık, 263-284.

Hazan, C. & Shaver, P. (1987). Romantic love conceptualized as an attachment process. *Journal of Personality and Social Psychology*, 52(3), 511-524. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.52.3.511>

Herman, J. L. ve Tosun, T. (2011). Travma ve iyileşme. 1. Baskı. İstanbul: Literatür Yayıncılık.

Honor, G. (2012). Emotional maltreatment. *Journal of Pediatric Health Care*, 26(6), 436-442.

İmamoğlu, S. (2003). Öğretmen adaylarının öfke ve öfke ifade tarzları ile bağlanma stilleri arasındaki ilişkinin incelenmesi. Yayınlanmamış yüksek lisans tezi. Marmara Üniversitesi, İstanbul.

Jain, A. M. (1999). Emergency department evaluation of child abuse. *Emergency medicine clinics of North America*. 17(3): 575-593.

Ji, S., & Wang, H. (2018). A study of the relationship between adverse childhood experiences, life events, and executive function among college students in China. *Psicologia: Reflexão e Crítica*, 31(1), 28. <https://doi.org/10.1186/s41155-018-0107-y>

Johnson, R. L. (2010). The relationship of personality and parental and peer attachments with the experience and expression of anger among juvenile offenders. Unpublished doctoral dissertation. Graduate College of the Oklahoma State University, Oklahoma

Kaplan, S. J., Pelcovitz, D., Labruna, V. (1999). Child and adolescent abuse and neglect research: A review of the past 10 years. Part I: Physical and emotional abuse and neglect. *Journal of the American Academy of Child & Adolescent Psychiatry*, 38(10), 1214-1222.

Kara, B., Biçer, Ü., & Gökarp, A. S. (2004). Çocuk istismarı. *Çocuk Sağlığı ve Hastalıkları Dergisi*, 47(2), 140-51.

Kempe, C. H., Silverman, F. N., Steele, B. F., Droegemueller, W., & Silver, H. K. (1962). The battered child syndrome. *Journal of the American Medical Association*, 181, 17- 24.

Keser, İ. (2016). *Çocuklarda Cinsel İstismar*. Adana: Karahan Kitapevi.

Kira, I. A. (2001). Taxonomy of trauma and trauma assessment. *Traumatology*, 7(2), 73-86.

Kobak, R. R., & Hazan, C. (1991). Attachment in marriage: Effects of security and accuracy of working models. *Journal of Personality and Social Psychology*, 60(6), 861.

Korkmaz, E. (2019). *Çocukluk çağı ruhsal travmaları ve affetmenin kişilerin savunma mekanizmalarıyla ilişkisi* (Yüksek Lisans Tezi). Maltepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.

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

Kulaksızoğlu, A. (2001). *Ergenlik Psikolojisi*. 4. Baskı. İstanbul: Remzi Kitabevi.

Lansford, J. E., Kenneth, A. D., Pettit, G. S., Bates, J. E., Crozier, J., & Kaplow, J. (2002). A 12-year prospective study of the long term effects of early child physical maltreatment on psychological, behavior and academic problems in adolescence. *Archives of Pediatrics & Adolescent Medicine*, 156, 824-830.

MacDonald, K., Sciolla, A. F., Folsom, D., Bazzo, D., Searles, C., Moutier, C., Thomas, M. L., Borton, K. ve Norcross, B. (2015). Individual Risk Factors for physician boundary violation: The role of attachment style, childhood trauma and maladaptive beliefs.

General Hospital Psychiatry, 37(5), 489-496.

Mash, E. J., & Wolfe, D. A. (1991). Methodological issues in research on physical child abuse. *Criminal justice and behavior*, 18(1), 8-29.

McCoy, M. L. ve Keen, S. M. (2009). *Child Abuse and Neglect* (1. baskı) New York: Psychology Press.

Mullen, P., E., Martin, J.L., Anderson, J.C., Romans, S.E. ve Herbison, G.P. (1996). The long-term impact of the physical, emotional, and sexual abuse of children: A community study. *Child Abuse & Neglect*, 20(1), 7-21.

Muris, P., Meesters, C., Morren, M. ve Moorman, L. (2004). Anger and hostility in adolescents: Relationships with self-reported attachment style and perceived parental

rearing styles. Journal of Psychosomatic Research, 57(3), 257–264. doi: 10.1016/S0022-3999(03)00616-0

Okşak, E. (2004). Bağlanma stillerinin evlilik ilişkisindeki olumsuz olaylar karşısında yapılan yüklemelere etkisi. (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul Üniversitesi.

Oktay, B. (2010). Aleksitimi: Bağlanma, kendilik algısı, kişilerarası ilişki tarzları ve öfke değişkenleri açısından bir değerlendirme. Yayımlanmamış yüksek lisans tezi. Ankara Üniversitesi, Ankara.

Örsel S, Karadağ H, Karaoğlu-Kahiloğulları A ve Akgün-Aktaş E. Psikiyatri hastalarında çocukluk çağı travmalarının sıklığı ve psikopatoloji ile ilişkisi. Anadolu Psikiyatri Dergisi, 2011, 12: 130-136.

Özen, Y. (2019). Psikolojik travmanın insanlık kadar eski tarihi. The Journal of Social Science, 3(5), 362-375.

Öztürk, O. & Uluşahin, A. (2011). Ruh Sağlığı ve Bozuklukları (11. Baskı). Ankara: Nobel Tıp Kitapevleri.

Peker, E. (2017). *Çocukluk çağı travmaları, yetişkinlik döneminde bağlanma biçimi ve öz anlayış arasındaki ilişkilerin incelenmesi* (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi). İstanbul Arel Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.

Pelcovitz, D., Kaplan, S. J., Ellenberg, A., Labruna, V., Salzinger, S., Mandel, F., & Weiner, M. (2000). Adolescent physical abuse: Age at time of abuse and adolescent perception of family functioning. Journal of family violence, 15(4), 375-389.

Polat, O. (1998). Çocuk istismarı nedir? Çocuk Forumu, 1(ek), 1-31.

Polat, O. (2001). Çocuk ve Şiddet. İstanbul: Der Yayınları.

Polat, O. (2004). Klinik adli tıp. Ankara: Seçkin Yayınevi, 133-44.

Polat, O. (2008). Türkiye’de Çocuk Haklarının Durumu. *Toplum ve Demokrasi*, 2(2), 149-157.

Purnell, C. (2010). Childhood trauma and adult attachment. *Healthcare Counselling & Psychotherapy Journal*, 10, 9-13.

Raby, K. L., Labella, M. H., Martin, J., Carlson, E. A. ve Roisman G. I. (2017). *Childhood abuse and neglect and insecure attachment states of mind in adulthood: Prospective, longitudinal evidence from a high-risk sample. Development and Psychopathology*, 29 (2017), 347–363.

Roche, A.J., Fortin, G., Labbé, J., Brown. J. & Chadwick, D. (2005). The work of Ambroise Tardieu: The first definitive description of child abuse. *Child Abuse Negl*, 29(4), 325-334.

Runyan D, Wattam C, Ikeda R, Hassan F, Ramiro L. (2002) Child abuse and neglect by parents and other caregivers. Geneva Switzerland World Health Organization

Sabuncuoğlu, O. ve Berkem, M. (2006). Bağlanma bicemi ve doğum sonrası depresyon belirtileri arasındaki ilişki: Türkiye'den bulgular. *Turk Psikiyatri Dergi*, 17, 252-258.

Sadock, B.J. & Sadock, V.A. (2004). *Kaplan and Sadock's synopsis of psychiatry: Behavioral sciences / Clinical psychiatry* (10. basım). USA: Lippincott Williams & Wilkins.

Schaffer, H. R., & Emerson, P. E. (1964). The development of social attachments in infancy. *Monographs of the society for research in child development*, 1-77.

Simpson, J. A., Rholes, W. S., Campbell, L., Tran, S., & Wilson, C. L. (2003). Adult attachment, the transition to parenthood, and depressive symptoms. *Journal of personality and social psychology*, 84(6), 1172.

Soylu N., Pılan B. S., Ayaz M., & Sönmez S. (2012). Studyof factors affecting mental health in sexually abused children and adolescent. *Anatolian Journal of Psychiatry*, 13(4), 292-298.

Sungur, M. Z. (1999). İkincil travma ve sosyal destek. *Klinik Psikiyatri*, 2, 105-108.

Sümer, N. (2006). Yetişkin bağlanma ölçeklerinin kategoriler ve boyutlar düzeyinde karşılaştırılması. *Türk Psikoloji Dergisi*, 21(57), 1-22.

Şahin-Demirkapı, E. (2013). Çocukluk Çağı Travmalarının Duygu Düzenleme Ve Kimlik Gelişimine Etkisi ve Bunların Psikopatolojiler İle İlişkisi (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Adnan Menderes Üniversitesi, Aydın.

Şar, V., Öztürk, E., ve İkikardeş, E. (2012). Çocukluk çağı ruhsal travma ölçeğinin Türkçe uyarlamasının geçerlilik ve güvenilirliği. *Turkiye Klinikleri Journal of Medical Sciences*, 32(4), 1054-1063).

Şimşek, Ş., Fettahoğlu, E. Ç., & Özatalay, E. (2011). Cinsel istismara uğramış çocuklarda ve ebeveynlerinde travma sonrası stres bozukluğu. *Dicle Tıp Dergisi*, 38(3), 318-324.

Taner, Y., & Gökler, B. (2004). Çocuk istismarı ve ihmali: Psikiyatrik yönleri. *Acta Medica*, 35(2), 82-86.

Tanış, İ. Z. (2014). *Yetişkinlerde Bağlanma Stilleri Ve Öfke Tarzları Arasındaki İlişkinin İncelenmesi*. (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi). Haliç Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.

Tansel B. (2017). *Çocuk Cinsel İstismarı Tanımlar Temel Kavramlar ve Psikososyal Yaklaşımlar*. Adana: Karahan Kitapevi.

Tercier, A. (1998). Child abuse. *Emergency Medicine*, 4, 1108–1118.

Terr, L. C. (1991). Childhood traumas: An outline and overview. *The American Journal of Psychiatry*, 148, 1, 10-21.

Theodore, A. D., Runyan, D. K. (1999). A medical research agenda for child maltreatment: negotiating the next steps. *Pediatrics*. 104 (1): 168-177.

Topçu, S. (2009). *Silinmeyen İzler, Çocuk, Genç ve Ergenlerin İstismar ve İhmali*. Ankara: Phoenix Yayınevi.

Turhan E, Sangün Ö ve İnandı T. Birinci Basamakta Çocuk İstismarı ve Önlenmesi. *Sürekli Tıp Eğitimi Dergisi*, 2006, 15 (9), 153-157.

Türksoy, N. (2003). Psikolojik travma ve tanım sorunları. Psikolojik Travma ve Sonuçları, (T. Aker, ME. Önder Eds), 5US Yayıncılık, 9-21.

U.S. Department Of Health And Human Services. (2009). Administration on Children, Youth and Families Child Maltreatment 2007. Washington, DC: U.S. Government Printing Office.

Uluyol, F. M. (2014). Bağlanma örüntüleri, eşe yönelik kişilerarası şemalar ve evlilik sorunlarıyla başa çıkabilme düzeyleri arasındaki ilişkiler. (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi) Hacettepe Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.

Uzun, K. N. (2017). Bağlanma stilleri ile evlilikte ilişki istikrarı arasındaki ilişkinin incelenmesi (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul Ticaret Üniversitesi.

Ünal F. Ailede Çocuk İstismarı ve İhmali. TSA / Yıl: 12, S: 1, Nisan 2008.

Veltman, Marijche W & Browne Kevin. D. “Three Decades Of Child Maltreatment Research: Implications For The School Years,” Trauma, Violence, & Abuse. 2.3: 215-239, 2001.

Willkie, C. E. (2001). Shame and anger in adult fearful and dismissive avoidant attachment. Unpublished doctoral dissertation. Presented to the Faculty of The California School of Professional Psychology’, Alameda

Wolfe DA, Scott K, Wekerle C ve Pittman AL. (2001), Child Maltreatment: Risk of Adjustment Problems and Dating Violence in Adolescence. J. Am. Acad. Child Adolesc. Psychiatry, 40(3): 282–289.

World Health Organization. (2006). *Preventing child maltreatment: A guide to taking action and generating evidence*. Erişim adresi: <https://www.who.int>

World Health Organization. (2014). Global status report on violence prevention.

World Health Organization. (September, 2016). Child maltreatment. <http://www.who.int/mediacentre/factsheets/fs150/en/>

Yakut, H. İ. & Korkmaz, E. (2013). Çocuklarda cinsel istismar. *Jinekoloji-Obstetrik ve Neonatoloji Tıp Dergisi*, 10(39), 1630-1632.

Zeren, C., Yengil, E., Çelikel, A., Arık, A. ve Arslan, M. (2012). Üniversite öğrencilerinde çocukluk çağı istismarı sıklığı. *Dicle Tıp Dergisi*, 39(4), 536- 541.

Zeytinoğlu, S. (1991). Sağlık, sosyal hizmet, hukuk ve eğitim alanlarında çalışanların Türkiye’de çocuk istismarı ve ihmali ile ilgili görüşleri. Çocuk İstismarı ve İhmali. Ankara: Gözde Repro Ofset.

Zimmermann, P., Maier, M. A., Winter, M. ve Grossmann, K. E. (2001). Attachment and adolescents’ emotion regulation during a joint problem-solving task with a friend. *International Journal of Behavioral Development* 25(4), 331–343. doi: 10.1080/01650250143000157

Zoroğlu, S. S., Tüzün, Ü., Şar, V., Öztürk, M., Kora, M. E., & Alyanak, B. (2001). Çocukluk dönemi istismar ve ihmalinin olası sonuçları. *Anadolu Psikiyatri Dergisi*, 2(2), 69-78.

Žvelc, G. (2007). Razvoj integrativnega modela diadnih odnosov [Development of the integrative model of dyadic relations] (Unpublished doctoral dissertation). *University of Ljubljana, Department of Psychology*, Ljubljana, Slovenia. 18 Mayıs 2021 tarihinde http://psiholoska-obzorja.si/arhiv_clanki/2010_2/zvelc.pdf adresinden erişim sağlandı.

8. EKLER

SOSYODEMOGRAFİK BİLGİ FORMU

Değerli Katılımcı;

Bu çalışma Üsküdar Üniversitesi Klinik Psikoloji Yüksek Lisans programında araştırmacının tez çalışması için yapılmaktadır. Cevaplarınız gizli tutulacak ve sadece araştırma kapsamında kullanılacaktır. Kesinlikle boş bırakmamanızı ve tüm samimiyetinizle cevaplandırmanızı dilerim.

Katılımlarınızdan dolayı teşekkür ederim.

1. Yaşınız:

a). 15-25 b).26-45 c).46-65

2.Cinsiyetiniz:

a). Kadın b). Erkek

3. Eğitim Düzeyiniz:

a).ilkokul/ortaokul b).lise c).üniversite d).master /doktora

4. Medeni Durumunuz:

a). evli b). Bekar c). Boşanmış/Dul

5).Doğum yeriniz:

a).köy/kasaba b).ilçe c). şehir d).büyükşehir

6). Ortalama Aylık Geliriniz:

a). Asgari ücret altı b). Asgari ücret- 5.000 TL c).5.000-10.000 TL d).10.000 TL üstü

7).Anneniz hayatta mı?

a). Evet b).Hayır

8). Annenizi kaybettiğinizde kaç yaşındaydınız? (Bir önceki soruya cevabınız hayır ise)

9). Annenizin eğitim durumu:

a).ilkokul/ortaokul b).lise c).üniversite d).master /doktora

9). Babanız hayatta mı?

a) evet b) hayır

- 10). Babanızı kaybettiğinizde kaç yaşındaydınız? (Bir önceki soruya cevabınız hayır ise)
- 11). Babanızın eğitim durumu:
- a).ilkokul/ortaokul b).lise c).üniversite d).master /doktora
- 12). Kaç kardeşsiniz?
- 13) Sigara kullanıyor musunuz?
- a).evet b).hayır c). Bıraktım(6 ay ve daha uzun süredir kullanmıyorum)
- 14). Alkol kullanıyor musunuz?
- a).evet b).hayır c). Bıraktım(6 ay ve daha uzun süredir kullanmıyorum)
- 15). Hiç uyuşturucu madde kullanım deneyiminiz oldu mu ?
- a). Evet b). Hayır
- 16). Psikiyatrik hastalık tedavi öykünüz var mı?
- a). evet b). hayır
- 17). Psikiyatrik hastalık tedavi öykünüz varsa tanınız nedir?
- 18). Ailenizde psikiyatrik hastalık tedavi öyküsü olan var mı?
- a). evet b). hayır
- 19.) Ailesinizde psikiyatrik hastalık tedavi öyküsü olan var mı tanısı nedir?
- 20). 0-5 yaşları arası size kim bakım verdi?
- a). Anne- baba b). Anneanne-babanne c).diğer akrabalar d). bakıcı

Çocukluk Çağı Ruhsal Travma Ölçeği

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

Yanıtlarınız gizli tutulacaktır.

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

Çocukluğumda ya da ilk gençliğimde...

1. Evde yeterli yemek olmadığından aç kalırdım.
2. Benim bakımımı 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, sökülük ya da kirliliği içersinde dolaşmak zorunda kalırdım.
7. Seviştiğimi hissediyordum.
8. Anne ve babamın benim doğmuş olmamı istemediklerini düşünüyordum.
9. Ailemden birisi bana öyle kötü vurmuştu ki doktora ya da hastaneye gitmem gerekmişti.
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. Vücutça kötüye ku lanılmış 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 hissedirlerdi.
20. Birisi bana cinsel amaçla dokundu ya da kendisine dokunmamı istedi.
21. Kendisi ile cinsel temas kurmadığım takdirde beni yaralamak 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 ku lanılmış olduğuma (hakaret, aşağılama vb.) inanıyorum.
26. İhtiyacım olduğunda beni doktora götürecek birisi vardı.
27. Cinsel bakımdan kötüye ku lanılmış olduğuma inanıyorum.
28. Ailem benim için bir güç ve destek kaynağı idi.

(YIYE-II)

Aşağıdaki maddeler romantik ilişkilerinizde hissettiğiniz duygularla ilgilidir. Bu araştırmada sizin ilişkinizde yalnızca şu anda değil, genel olarak neler olduğuyla ya da neler yaşadığınızla ilgilenmekteyiz. Maddelerde sözü geçen "birlikte olduğum kişi" ifadesi ile romantik ilişkide bulunduğunuz kişi kastedilmektedir. Eğer halihazırda bir romantik ilişki içerisinde değilseniz, aşağıdaki maddeleri bir ilişki içinde olduğunuzu varsayarak cevaplandırınız. Her bir maddenin ilişkilerinizdeki duygu ve düşüncelerinizi ne oranda yansıttığını karşılardaki 7 aralıklı ölçek üzerinde, ilgili rakam üzerine çarpı (X) koyarak gösteriniz.

1-----2-----3-----4-----5-----6-----7
Hiç Kararsızım/ Tamamen
katılmıyorum fikrim yok katılıyorum

1. Birlikte olduğum kişinin sevgisini kaybetmekten korkarım.	1	2	3	4	5	6	7
2. Gerçekte ne hissettiğimi birlikte olduğum kişiye göstermemeyi tercih ederim.	1	2	3	4	5	6	7
3. Sıklıkla, birlikte olduğum kişinin artık benimle olmak istemeyeceği korkusuna kapılırım.	1	2	3	4	5	6	7
4. Özel duygu ve düşüncelerimi birlikte olduğum kişiyle paylaşmak konusunda kendimi rahat hissedirim.	1	2	3	4	5	6	7
5. Sıklıkla, birlikte olduğum kişinin beni gerçekten sevmediği kaygısına kapılırım.	1	2	3	4	5	6	7
6. Romantik ilişkide olduğum kişilere güvenip inanmak konusunda kendimi rahat bırakmakta zorlanırım.	1	2	3	4	5	6	7
7. Romantik ilişkide olduğum kişilerin beni, benim onları önemsedığım kadar önemsemeyeceklerinden endişe duyarım.	1	2	3	4	5	6	7
8. Romantik ilişkide olduğum kişilere yakın olma konusunda çok rahatımdır.	1	2	3	4	5	6	7
9. Sıklıkla, birlikte olduğum kişinin bana duyduğu hislerin benim ona duyduğum hisler kadar güçlü olmasını isterim.	1	2	3	4	5	6	7
10. Romantik ilişkide olduğum kişilere açılma konusunda kendimi rahat hissetmem.	1	2	3	4	5	6	7
11. İlişkilerimi kafama çok takarım.	1	2	3	4	5	6	7
12. Romantik ilişkide olduğum kişilere fazla yakın olmamayı tercih ederim.	1	2	3	4	5	6	7
13. Benden uzakta olduğunda, birlikte olduğum kişinin başka birine ilgi duyabileceği korkusuna kapılırım.	1	2	3	4	5	6	7

14. Romantik ilişkide olduğum kişi benimle çok yakın olmak istediğinde rahatsızlık duyarım.	1	2	3	4	5	6	7
15. Romantik ilişkide olduğum kişilere duygularımı gösterdiğimde, onların benim için aynı şeyleri hissetmeyeceğinden korkarım.	1	2	3	4	5	6	7
16. Birlikte olduğum kişiyle kolayca yakınlaşabilirim.	1	2	3	4	5	6	7
17. Birlikte olduğum kişinin beni terk edeceğinden pek endişe duymam.	1	2	3	4	5	6	7
18. Birlikte olduğum kişiyle yakınlaşmak bana zor gelmez.	1	2	3	4	5	6	7
19. Romantik ilişkide olduğum kişi kendimden şüphe etmeme neden olur.	1	2	3	4	5	6	7
20. Genellikle, birlikte olduğum kişiyle sorunlarımı ve kaygılarımı tartışırım.	1	2	3	4	5	6	7
21. Terk edilmekten pek korkmam.	1	2	3	4	5	6	7
22. Zor zamanlarımda, romantik ilişkide olduğum kişiden yardım istemek bana iyi gelir.	1	2	3	4	5	6	7
23. Birlikte olduğum kişinin, bana benim istediğim kadar yakınlaşmak istemediğini düşünürüm.	1	2	3	4	5	6	7
24. Birlikte olduğum kişiye hemen hemen her şeyi anlatırım.	1	2	3	4	5	6	7
25. Romantik ilişkide olduğum kişiler bazen bana olan duygularını sebepsiz yere değiştirirler.	1	2	3	4	5	6	7
26. Başımdan geçenleri birlikte olduğum kişiyle konuşurum.	1	2	3	4	5	6	7
27. Çok yakın olma arzum bazen insanları korkutup uzaklaştırır.	1	2	3	4	5	6	7
28. Birlikte olduğum kişiler benimle çok yakınlaştığında gergin hissederim.	1	2	3	4	5	6	7
29. Romantik ilişkide olduğum bir kişi beni yakından tanıdıkça, "gerçek ben"den hoşlanmayacağından korkarım.	1	2	3	4	5	6	7
30. Romantik ilişkide olduğum kişilere güvenip inanma konusunda rahatımdır.	1	2	3	4	5	6	7
31. Birlikte olduğum kişiden ihtiyaç duyduğum şefkat ve desteği görememek beni öfkelerdir.	1	2	3	4	5	6	7
32. Romantik ilişkide olduğum kişiye güvenip inanmak benim için kolaydır.	1	2	3	4	5	6	7

33. Başka insanlara denk olamamaktan endişe duyarım	1	2	3	4	5	6	7
34. Birlikte olduğum kişiye şefkat göstermek benim için kolaydır.	1	2	3	4	5	6	7
35. Birlikte olduğum kişi beni sadece kızgın olduğumda önemser.	1	2	3	4	5	6	7
36. Birlikte olduğum kişi beni ve ihtiyaçlarımı gerçekten anlar.	1	2	3	4	5	6	7

1. BÖLÜM	Hiç	Az	Orta	Oldukça	Her Zaman
0%	25%	50%	75%	100%	
Öfkelendiğinizde aşağıdaki belirtiler sizde ne sıklıkla ortaya çıkar ?					
1. Kendi kendine sovmek					
2. Kontrol kaybı					
3. Kanın beyne fırladığını hissetmek					
4. Yumruklarını sıkma					
5. Dişlerini sıkma					
6. Beynin zonklaması					
7. Elin ayağın titremesi					
8. Hareketlerin hızlanması					
9. Nefesin daralması					
10. Baş ağrısı					
11. Burundan soluma					
12. Zihninin allak bullak olması					
13. Mantıklı düşünememe					
14. Dudaklarını ısırma ya başlamak					
2. BÖLÜM	Hiç	Az	Orta	Oldukça	Her Zaman
Aşağıdaki durumlarda ne kadar kızsınız?	0%	25%	50%	75%	100%
1. Başkalarının önünde eleştirildiğinizde					
2. Eleştirildiğinizde					
3. Geçmişte sizi öfkelendiren bir şeyi hatırladığınızda					
4. Bir işi yaparken engellendiğinizde					
5. Tehdit edildiğinizde					
6. Haksızlığa uğradığınızda					
7. Birisi sizi hep aynı konuda kızdırdığında					
8. Önem verdiğiniz şeyler kuçumsendiğinde					
9. Sovlediğimiz bir şey yapılmadığında					
10. Azarlandığınızda					
11. Size hakaret edildiğinde					

12. Aldatıldığınızda					
13. Yapmadığınız bir şeyden dolayı suçlandığınızda					
14. Sizin adınıza kararlar verildiğinde					
15. Arlenize hakaret edildiğinde					
16. Size saldırıldığında					
17. Sizin için değerli bir şeyi karşınızdaki anlamadığında					
18. Sudan sebepler yüzünden istedikleriniz yapılmadığında					
19. Sizinle dalga geçildiğinde					
20. Randevulara sadık kalınmadığında					
21. İnsanlar yetkilerini kötüye kullandıklarında					
22. Size saygısız davranıldığında					
23. Önemsendiğinizde					
24. Yalan söylendiğinde					
25. Arkanızdan konuşulduğunda					
26. Sizi somurmeye çalıştıklarında					
27. Sizi görmezden geldiklerinde					
28. Karşınızdaki kendi sorumluluğunu almadığında					
29. Düşündüklerinizi ifade edemediğinizde					
30. İnsanlar başınızın etini yediklerinde					
31. Size değer verilmediğini hissettiğinizde					
32. Düşüncelerinize değer verilmediğinde					
33. İnsanlar hadlerini bilmediğinde					
34. Kişisel haklarınıza saldırıldığında					
35. Söylediklerinizin tam tersi yapıldığında					
36. Yaptığınız bir iş takdir edilmediğinde					
37. Değiştiremeyeceğiniz şeyler olduğunda					
38. Birisi sizinle konuşurken konuşmasını bölüp başkasıyla konuştuğunda					
39. İşler ters gittiğinde					
40. Söyledikleriniz ters algılandığında					
41. İnsanlar üzerlerine aldıkları bir işi yapmadıklarında					

3. BÖLÜM	Hiç	Az	Orta	Oldukça	Her Zaman
Öfkelendiğinizde aşağıdaki düşünceler aklınızdan ne sıklıkla geçer?	0%	25%	50%	75%	100%
1. İnsanlar beni olduğum gibi görürlerse, geçinilmesi zor biri olduğumu anlarlar					
2. Ne kadar çok pişmanlık duyacağım şey yapıyorum					
3. Bana neler oluyor?					
4. Kendimden utanıyorum					
5. Ailem için yeterince bir şey yapamadım					
6. Hemen hemen her gün bir şeye sınırlanıyorum					
7. İnsanlar nedense hep arkamdan konuşuyorlar					
8. Zaman zaman başkalarına zarar verme dürtümü kontrol edemeyebirim					
9. İstedikim gibi bir hayat sürdüremedim					
10. Düşündüğümde daha da öfkeliyim					
11. Aslında insanların zannettiğinden daha çok öfkeliyim					
12. Sevmediğim insanlara karşı kabalaşıyorum					
13. Öyle öfkeliyim ki kontrolümü kaybedeceğimi hissediyorum					
14. İnsanlar bana genellikle patronluk taslıyor					
15. İnsanlar sınırlarımı çok zorluyor					
16. Hayatta çok fazla haksızlığa uğradığımı inanıyorum					
17. İçimde öyle çok kın var ki kimseye anlatamam					
18. Hak etmediğim şekilde yaşıyorum					
19. Son zamanlarda kendimi çok aksı biri gibi hissediyorum					
20. Başkalarına asla güvenmemeliyim					
21. Patlamaya hazır bir barut gibiyim					
22. Ne kadar çok sevmediğim insan var					
23. Günahlarımdan dolayı affedilecek miyim?					
24. Bazen insanlar benimle alay ediyorlar gibi geliyor					
25. Sanki bütün dünyanın yükünü ben taşıyorum					
26. Bu yapılan iyi şeylerin altında acaba ne var?					
27. Hoşlanmadığım kurallara neden uyayım diye düşünürüm					
28. Son günlerde ne kadar çok şeye öfkeli olduğumu fark ettim					

29. Başarısızlıklarım beni utandırıyor					
30. Herkes benim hiç öfkelenmediğimi sanır					
4. BÖLÜM	Hiç	Az	Orta	Oldukça	Her Zaman
Sizi öfkeliendiren bir durumda kaldığınızda aşağıdaki davranışları ne sıklıkla gösterirsiniz?	0%	25%	50%	75%	100%
1. Soğukkanlılığımı korurum					
2. Sınırları boşaltmaya çalışırım					
3. Bana nasıl böyle bir haksızlık yapıldığını düşünürüm					
4. Kontrolümü kaybedeceğim düşüncesine kapılırım					
5. Bunlar başıma neden geliyor diye düşünürüm					
6. Ne yapacağımı düşünürüm					
7. Sağa- sola vururum					
8. Çözümle yönelik düşünmeye başlarım					
9. İnsanlar bana bağırırsa ben de onlara bağırırım					
10. Benimle aynı fikirde olmayan insanlarla tartışmaya girmekten kendimi alamam					
11. Şiddet gösteririm					
12. Gözümle bir şey gözükmez					
13. En iyi savunma saldırıdır diye düşünürüm					
14. Unutmaya çalışırım					
15. Herkes kadar ben de kavgaya ederim					
16. Haklarımı korumak için fiziksel şiddete başvurmam gerekirse yaparım					
17. Daha da sakinleşmeye çalışırım					
18. Kendime sürekli sakin ol diye telkinlerde bulunurum					
19. Sakinleşmek için olayın nedenlerini sorgularım					
20. Kendi kendine geçmesini beklerim					
21. Kendimi sakinleştirmeye çalışırım					
22. Hoşlanmadığım fikirlerimi ortasına etmeye çalışırım					
23. Umutsuzluğa düşerim					
24. Kendimden başka bir şey düşünemem					
25. Öfkemi gösteremem					
26. Soğukkanlılığımı kaybettiğim zaman, birine tokat atabilirim					

5. BÖLÜM	Hiç	Az	Orta	Oldukça	Her Zaman
Sizi öfkeliendiren bir insan karşısında aşağıdaki davranışları ne sıklıkla gösterirsiniz?	0%	25%	50%	75%	100%
1. Kendini suçlu hissetmesi için uğraşırım					
2. Beni bu şekilde sınırlandırmeye hakkı yok diye düşünürüm					
3. Onu mahvetmek isterim					
4. Onu hiç önemsemediğini gösteren bir davranış yaparım					
5. Anında parlarım					
6. Sonuna kadar götürmeveceğim tehditleri sıkça savunurum					
7. Hakaret ederim					
8. Karşımdakini cezalandırmak isterim					
9. Dedikodusunu yaparım					
10. Hakkında düşündüklerimi ona söylerim					
11. Burnunu ortasına bir yumruk hak ediyor diye düşünürüm					
12. Bunu kasıtlı yapıyor diye düşünürüm					
13. Beni sevmediğini düşünürüm					
14. Beni önemsemediğini düşünürüm					
15. Karşımdakinden intikam almak isterim					
16. Ona her türlü kötülüğü yapmak isterim					
17. O anda ocumu almak isterim					
18. Onu aşağılamak isterim					
19. Bana böyle acı çekirtmemeliydi diye düşünürüm					
20. İstediklerinin tam tersini yaparım					
21. Gereksiz konuşmam, ilgi göstermem					
22. Saatlerce öfkeli kalırım					
23. Beni haval kırıklığına uğrattı diye düşünürüm					
24. Bana patronluk taslıyor diye düşünürüm					
25. Kendimi savunarak konuşurum					
26. Onu yaptığına pişman etmek isterim					
27. Kendini ne sanıyor diye düşünürüm					
28. Yüksek sesle bağırırım					

29. Aklımdan nevi vanlıs yaptım diye geçer						
30. Nasıl tepkiler vereceğimi düşünürüm						
31. Sakin olmaya çalışırım						
32. Kendimi kontrol etmem gerektiğini düşünürüm						
33. Onu yenmeye çalışırım						
34. Ona, neye yol açtığını göstermeye çalışırım						
35. İçimden onun ne kadar aşağılık biri olduğu geçer						
36. Benden istediklerini yapmam						
37. Ona mutlak bir şeyler söylemem gerektiğini düşünürüm						
38. Kim olduğumu ona gösteririm						
39. Benimle alay ettiğini düşünürüm						
40. Ona günunu göstermek isterim						
41. Canı kavgaya istiyor diye düşünürüm						
42. İçime kapanırım						
43. Gülerim						
44. Hiç aldırmam						
45. Görmezden gelirim						
46. Suçu kendimde ararım						
47. Ben ondan bunun acısını çıkarırım diye düşünürüm						